

Die Waldshuterin Svenja Rhode ist eine begeisterte Sportkletterin. Die Gymnasiastin wurde baden-württembergische Meisterin in ihrer Altersklasse. Svenja startet für die Sektion Hochrhein. Hier ein Bericht über Svenja, der am 06.10.2015 im Südkurier erschienen ist.

Wie oft hört man den Satz: „Da könnte ich glatt die Wände hoch gehen.“ Es gibt tatsächlich Menschen, die es wörtlich nehmen und sich an Klettergriffen, oder draußen am Fels an Bohrhaken gesichert, geschickt nach oben hangeln. Obwohl von der Öffentlichkeit kaum wahrgenommen, ist Sportklettern in der Natur am Fels und in Kletterhallen beliebt. Svenja Rohde (14) aus Waldshut ist begeisterte Sportkletterin, und sie

feierte jüngst einen tollen Erfolg. Die Gymnasiastin gewann die Jugendcup-Serie und wurde baden-württembergische Meisterin in ihrer Altersklasse. Im deutschen Jugendcup liegt sie auf Rang 15. Sie sitzt mit ihrem Vater Martin am Tisch. Die beiden klappen ihre Notebooks auf, zeigen Bilder und Videos von Svenjas Wettkämpfen. Toll, wie sie sich scheinbar spielend an der Wand Griff für Griff nach oben hangelt. „Es sieht einfacher aus, als es wirklich ist“, sagt Martin Rohde, der selbst begeisterter Kletterer ist. Allerdings nimmt er nicht an Wettkämpfen teil. Es erfordert einiges an Geschick, um die Herausforderungen an der Wand zu



meistern. Je nach Disziplin kommt es auf Schnellkraft, Koordination, Balance, Kraft, Ausdauer an. Instinkt, Kreativität und eine gute Auffassungsgabe gehören dazu. Wichtig ist die richtige Atmung, und die Arme werden belastet. „Es ist erstaunlich, wie schnell die Unterarme schmerzen“, so Martin Rohde.

Die Wettkämpfe werden in den Disziplinen Bouldern, Speed und Lead ausgetragen. Für den Laien sind das „böhmische Dörfer“. Einfach gesagt ist Bouldern klettern über einer Matte bis zu einer Höhe von 4,5 Metern (Absprunghöhe). Es geht darum, mit möglichst wenigen Versuchen das vorgegebene Problem zu lösen und an die Spitze, das Top, zu kommen. Die Athleten haben nur vier Minuten Zeit, um den Boulder zu besichtigen, sich eine Lösung zurecht zu legen und zu klettern. „Beim Bouldern muss man kreativ sein“, sagt Svenja Rhode.

Lead ist Schwierigkeitsklettern im Vorstieg mit Seil in einer festgelegten Zeit an einer 16 bis 20 Meter hohen Wand. Man hat nur einen Versuch pro Route, die man kurz vor dem Klettern für sechs Minuten besichtigen darf.

Speed erklärt sich fast von selbst. Eine Normroute an einer 15 Meter hohen Wand, die weltweit identisch ist, muss möglichst schnell bewältigt werden. „Da geht es wirklich um Zeit, die Bewegungen müssen sitzen“, erklärt Svenja Rohde. Sie zeigt ein Video mit einem Speedkletterer, der wie Spiderman nach oben huscht.

Die Begeisterung für das Klettern wurde bei Svenja Rohde schnell geweckt, als sie mit ihrem Vater zum ersten Mal mit nach Lenzburg/Schweiz gegangen ist, wo sie heute regelmäßig trainiert. „Es hat mir gleich gefallen“, sagt die 14-Jährige, die früher bei der LG Hohenfels Leichathletin war.

Beim Klettern ging es ganz schnell. Svenja Rhode nahm am Kidscup teil, vergangenes Jahr startete sie bereits beim baden-württembergischen Jugendcup und wurde Dritte bei der C-Jugend. 2015 wurde sie für den Landesjugendkader nominiert und in diesem Jahr holte sie sich den Landestitel.

Den Grundstein zum Erfolg legte sie bei den Wettkämpfen im April in Stuttgart mit ihren Siegen im Speed und Bouldern. Jetzt will sie sich beim deutschen Jugendcup in der Rangliste noch verbessern. Am Wochenende fährt sie mit ihrem Vater nach Frankental und will im Lead und Speed noch mal kräftig punkten. Weiter denkt sie noch nicht. Vielleicht schafft sie es bald in die Jugendnationalmannschaft, zur EM oder WM. Das sind noch Träume. Svenja Rohde startet für die Sektion Hochrhein des Deutschen Alpenvereins. Die Wettbewerbe sind Veranstaltungen des Deutschen Alpenverein.

Zehn bis 15 Stunden pro Woche trainiert die 1,76 Meter große Athletin mit ihrem Vater in der Lenzburger Halle. Neben Schule und Sport hat sie kaum Zeit für andere Hobbys. Sie bestreitet 13 bis 14 Wettkämpfe pro Saison. Sie und ihr Vater sind also oft unterwegs. Gerne klettert Svenja übrigens auch am Fels, hauptsächlich im Albatal. „Aber durch die Wettkämpfe fehlt im Moment dafür einfach die Zeit“, sagt sie.

Quelle: Südkurier Ausgabe vom 06.10.2015

**Die Sektion Hochrhein gratuliert Svenja zu ihrem Meistertitel und wünscht ihr weiterhin viel Spaß und Erfolg für die kommende Saison und die weitere sportliche als auch private Zukunft.**