

# REGELN



ALPENVEREIN  
JUNIORENTAG  
2023  
ALPENVEREIN  
JUNIORENTAG  
2023

 **jdav**

## WORTSCHATZ



### Pinkpoint

Kurt Albert prägte den Begehungsstil des „Rotpunkts“, indem er Routen erstmals „freikletterte“ (ohne technische Hilfsmittel wie Trittleitern) und das frech mit einem roten Punkt am Einstieg bekundete. Für diesen achtbaren Durchstieg ohne Pausen mussten früher noch alle Zwischensicherungen selbst angebracht werden. Heute wird eine „Pinkpoint“-Begehung, bei der also die Exen bereits eingehängt sind, auch als Rotpunkt gewertet. SH

## STOPP!

„Was du nicht willst, das man dir tut, das füg' auch keinem andern zu!“, offenbart uns diese so genannte Goldene Regel (Altes Testament, Tobias 4:16). Da mit diesem Grundsatz der praktischen Ethik aber nicht alle Interessen vertreten werden können, brauchen wir noch ein paar mehr Regeln. Uns stört es ja vielleicht nicht, wenn wir die Berge beim Wandern, Mountainbiken oder Klettern massentouristisch überfüllen, aber wie Gämschen Klein das wohl sieht ...?

Jakob thematisiert in dieser Knotenpunktausgabe die geschriebenen und ungeschriebenen Regeln im Bergsport – einträchtiges Zusammenleben im Konflikt mit der Freiheit des\*der Einzelnen. Janina befragt Dr. Gerd Achenbach, warum Menschen überhaupt Regeln brauchen und wann sie diese brechen. Über die speziellen Regeln beim Klettern mit seinen Sonderformen wie beispielsweise „Speed“ klärt uns Franziska auf. Und Daniela bringt uns das richtige Verhalten auf einer Alm näher.

Also lest euch die Artikel vollumfänglich durch und lasst euch bloß nicht ablenken!

J. Fell

Sepp



**Titelbild:** In den Bergen wohnt die Freiheit? Mag sein, an Regeln und Vorschriften mangelt es trotzdem nicht.  
© Jennifer van de Sandt



Gesetzlose haben auch im Gebirge nichts verloren.  
© Jennifer van de Sandt

Niemand muss das Berg-Reglement vor einer Berg- oder Klettertour auswendig lernen. Die wichtigsten Ge- und Verbote zu kennen und zu akzeptieren, darf man aber trotzdem erwarten. Ein Lob auf die Regel und ihre milde Schwester.

Von JAKOB NEUMANN



REGELN AM BERG

# WILDER WESTEN IM WILDEN KAISER?

**S**obald sich zwei zusammentun, müssen sie sich auf Regeln einigen. Regeln regeln unser Zusammenleben. Die meisten Gesetze, Verträge und Abkommen sind dabei irgendwo aufgeschrieben. Daneben gibt es die ungeschriebenen Regeln, so genannte Konventionen. In jeder Subkultur gibt es sie, in jeder Community. Oft sind diese ungeschriebenen Regeln Codes, mit denen man sich als Teil, als Mitglied zu erkennen gibt.

**Auch die Bergsport-Community** kennt solche Codes. Sie sind nicht geheim, ganz im Gegenteil: Wer sie nicht kennt, sich aber interessiert zeigt, findet schnell Leute, die sie er-

klären und damit die eigene Kennerschaft unter Beweis stellen.

„**Wer absteigt, bleibt stehen**, wenn es eng wird“ oder „Am Berg wird begrüßt, und zwar nicht mit ‚Hallo‘ oder gar ‚Guten Tag‘, sondern mit ‚Servus‘ oder ‚Grüß Gott‘“ ist das, was man so als Erstes lernt. Zumindest in den Bergen Bayerns und Tirols.

**Eines ist Gesetzen und Konventionen gemein:** Sie beschränken die Freiheit des\*der Einzelnen. Allerdings sind sie kein Selbstzweck, zumindest im Idealfall nicht. Die Beschränkung der Freiheit von Einzelnen ist in einer offenen Gesell-

# IDEEN FÜR ANGEBOTE IN DEN SEKTIONEN

**V**iele Menschen sind aus der Ukraine geflüchtet, darunter zahlreiche Kinder und Jugendliche. In Deutschland angekommen, freuen sie sich über Unterstützung und Angebote – das hilft ihnen, sich willkommen zu fühlen und die belastenden Erfahrungen besser ertragen zu können. Hier kann die JDAV Hilfe anbieten. Folgende Aktionen stehen beispielhaft für viele Aktivitäten in JDAV und DAV und sollen zur Nachahmung ermutigen.

**Jeden Mittwochnachmittag** sind alle geflüchteten Kinder, Jugendlichen, Familien und ihre Gastfamilien aus Bad Hindelang und Umgebung zum offenen Bewegungsangebot in der Jubi Hindelang eingeladen, es wird gemeinsam gespielt, getobt, geklettert, geredet, gesungen oder Pizza gebacken. Erfahrene Teamer\*innen begleiten das zweistündige Angebot.

**Die Sektionsjugend Schwaben** hat ein Spendenklettern

veranstaltet. Bei den wöchentlichen Gruppenstunden wurde pro gekletterter Route ein vorab festgelegter Betrag durch Sponsoren bereitgestellt. Die erkletterte Summe wurde an das Rote Kreuz gespendet.

**Ein regelmäßiger Nachmittagstreff** für geflüchtete Frauen ist auf Initiative des JDAV-Bezirks München im schönen Kriechbaumhof entstanden. Gemeinsam mit ihren Kindern treffen sich hier bis zu 20 Frauen, um sich gegenseitig zu helfen, ihre Erfahrungen auszutauschen und zu basteln. Ehrenamtliche aus der Nachbarschaft backen Kuchen und unterstützen die Jugendleiter\*innen bei diesem Angebot.

**Anregungen** und einen Leitfaden zur Arbeit mit geflüchteten Menschen gibt es auf [jdav.de](http://jdav.de).

**Der Krieg Putins** gegen die Ukraine ist ein Angriff auf die Demokratie, auf freiheitliche und offene Gesellschaften und auf selbstbestimmte Organisationen. Die JDAV ist immer noch erschrocken über die Situation in der Ukraine. Doch das Gute ist: Wir können auch etwas tun, anstatt nur betroffen zuzuschauen! **RED**

Lagerfeuer, Stockbrot, ratschen – oft helfen einfache Dinge, um sich willkommen zu fühlen.  
 Archiv Jubi



FORTSETZUNG

schaft nur deshalb legitim, weil damit die Freiheit der vielen oder die einer Minderheit gewährleistet wird. Viele Angehörige der Bergsport-Community sehen kein großes Problem darin, sich an die ungeschriebenen Regeln zu halten. Nicht selten werden sie regelrecht zelebriert, indem beispielsweise Bergneulinge besonders herzlich „Servus“ rufen oder mit Nachdruck duzen, um ihre Zugehörigkeit zu beweisen.

**Anders sieht es hingegen** mit den Regeln aus, an die man sich zu halten hat. Klingt im Ruf des Berges nicht auch der Ruf der Freiheit mit? Ist Berg nicht auch Wildnis, in der quasi nichts gilt, außer den Regeln des Dschungels? Der Berg als Antithese zur Stadt, die mit ihren vielen Regeln die persönliche Freiheit doch arg einengt? Wilder Westen im Gebirge, jede\*r macht sich eigene Regeln?

**Das ist ein großes Missverständnis**, entstanden durch Erzählungen von verwegenen Erstbesteigungen, kühnen Abenteuern und gewagten Expeditionen. Dabei gelten in dem Teil der Berge, in dem die allermeisten von uns unterwegs sind, längst Regeln – und zwar die echten, nicht nur die unge-

schriebenen. Wo Mountainbiken verboten ist, ist es nun mal verboten. Wenn Biwakieren aus Rücksicht auf Wildtiere nicht erlaubt ist, hat man sich an diese Regel zu halten. Auch wenn es der eigenen Vorstellung vom Berg als regellosem Refugium widerspricht. Diese Regeln gibt es normalerweise nicht, um Bergsportler\*innen zu schikanieren, sondern um die Freiheit anderer, in dem Fall die der Wildtiere oder anderer Aktiver, zu schützen.

**Regeln sind aber nur dann wirkungsvoll**, wenn sie auch durchgesetzt werden (können). Wer sich sicher sein kann, ungeschoren davonzukommen, ist wenig motiviert, die eigene Freiheit zu beschränken. Dann bliebe nur noch die moralische Instanz als flankierendes Reglement. Die Moral ist zwar als persönliche Richtlinie gut und wichtig. Als Referenz jedoch taugt sie nicht.

**Im Übrigen** können auch Konventionen sanktioniert werden. Normalerweise nicht mit Bußgeldern oder Freiheitsstrafen, aber mit sozialer Missbilligung. Auch ein geringschätziger Blick hat eine sanktionierende Wirkung. Wir sind soziale Wesen, die Meinung anderer über uns ist uns wichtig. Auch deshalb sind Konventionen oft mächtiger als geschriebene Regeln. Nichts also mit Wildwest im Wilden Kaiser.



VON ROTPUNKT BIS SPEED

# GEREGELTES KLETTERN

Wind in den Haaren, die Natur in Nase und Ohr, die Hände weiß vom Chalk – einfach in die Wand steigen und los geht's. Ein wahres Kletteridyll ganz ohne Regeln und Sorgen. Stimmt nicht ganz, keine Regeln bedeutet nicht keine Sorgen. Im Gegenteil, sie helfen uns, den Alltag zu bestreiten.

Von FRANZISKA SIMON

**S**chon in den 1960er Jahren wurden in den USA Richtlinien für das Verhalten in Nationalparks verfasst. Auch jetzt, über 60 Jahre später, sind diese Grundsätze noch gültig. Die wohl wichtigste Regel: „Leave no trace“ – hinterlasse keine Spuren. Also keinen Müll liegen lassen oder laute Musik hören, aber auch, sich an örtliche Gegebenheiten anpassen.

**Denn verschiedene** Klettergebiete haben unterschiedliche Gepflogenheiten, die es zu kennen gilt. Es gibt Länder, da wird Oben-ohne-Klettern nicht nur ungerne gesehen, es ist sogar verboten. Im Frankenjura trägt sogar eine Route den Namen „Oben nicht ohne“, ob sich das nun auf die Bekleidung der Kletternden oder (wahrscheinlicher) die Schwierigkeit des oberen Routenteils bezieht, lassen wir mal dahingestellt.

**Während früher** der Geist der Freiheit über den Felsen schwebte und die Sporttreibenden nach Lust und Laune kletterten, sind heute die meisten Routen an den bekannten Felsen bereits erschlossen.

**Was die nächste Regel** nach sich zieht: Benennung und Bestimmung der Route gebührt dem\*der Erstbegeher\*in. Ein Sportler, der seine Erstbegehungen auch gekennzeichnet hat, war Kurt Albert. In den 1970er Jahren im Elbsandsteingebirge auf das Freiklettern aufmerksam geworden, begann er, jede seiner freigekletternen Routen mit einem roten Punkt zu markieren. Daraus wurde ein eigener Begehungsstil: das Rotpunkt-Klettern – mit wiederum eigenen Regeln, nämlich dem Vorstieg der Route ohne Pause, in nur einem Zug.

**Aber das ist nicht alles**, auch der Start einer Route ist mitunter reglementiert. Beim Bouldern gibt es definierte Startgriffe. Oft durch einen Punkt gekennzeichnet, der etwas mehr Freiheit lässt, da die Sporttreibenden selbst entscheiden, wie sie beginnen. Spannend wird es, wenn ein Pfeil oder ein Pfeil mit Querstrich darunter zu sehen ist. Der zusätzliche Strich bedeutet, dass nicht im Stehen, sondern im Sitzen begonnen werden muss, um die Route richtig zu bouldern. Allerdings kommt es nicht nur auf die Startposition an, sondern auch darauf, welche Körperteile die Wand oder den Boden berühren, ähnlich wie im Profisport. Bei Kletterprojekten, also Linien, die noch nicht komplett erstbegt sind, weist ein Stück Reepschnur



im ersten Haken darauf hin: Finger weg, hier ist noch jemand am Werkeln!

**Während in der Halle** oder am Fels ein vergleichsweise kleines Regelportfolio den urbanen Freigeist-Spirit einschränkt, gelten im Profisport nur Zahlen und Fakten. Besonders beim Speedklettern kommt es vor allem auf Geschwindigkeit an. Länge und Neigung der Wand sowie die Form und Position der Griffe sind genormt und immer identisch. Die Möglichkeit, ein bisschen zu improvisieren, weicht absoluter Präzision. Alle Griffe und Tritte müssen sitzen, um schnellstmöglich oben anzukommen und die Zeit zu stoppen.

**Aus der Freiheit am Fels** wird harter Wettkampfsport, das zeigten die Olympischen Spiele 2021. Die Polin Aleksandra Miroslaw durchlief die Wand in 6,84 Sekunden. Damit war sie um zwölf Hundertstelsekunden schneller als die amtierende Weltmeisterin. Regeln verbieten also nicht alles, sie machen es auch möglich, langsame Unbeschwertheit in regelrechte Sprints in die Höhe zu verwandeln.

PS: Für alle allgemeinen Richtlinien und Regelungen des Wettkampfkletterns gibt es Regelwerke u.a. vom DAV und der IFSC.

Im Sprint jagen die Athletinnen auf zwei exakt gleichen Routen parallel in die Höhe. Oft entscheiden Hundertstelsekunden.  DAV/Vertical Axis

# ÜBER REGELN

Dr. Gerd B. Achenbach ist Philosoph und lebt in Bergisch Gladbach. In seiner philosophischen Praxis hilft er Menschen, die viele Fragen an das Leben haben. JANINA STILPER hat ihn zu Regeln und Regelbrüchen befragt.

## Brauchen wir Regeln?

Ja. Überall dort, wo sich Menschen zusammentun, da brauchen wir Regeln. Warum? Weil unser Verhalten nicht instinktiv gesichert und geregelt ist. Der Mensch ist eben von Natur aus in seinem Verhalten nicht bestimmt. Und da wir gemeinschaftlich leben, müssen an die Stelle des fehlenden Instinkts Regeln treten. Sie haben eine wichtige Funktion: Sie entlasten uns vom Selberdenken, soweit die Regel schon etwas vorschreibt.

## Was sind Regeln eigentlich?

Das Wort „Regel“ hat natürlich eine Geschichte. Der früheste Gebrauch des Wortes „Regel“ stammt aus dem Lateinischen und meinte die *regula benedicti*, die Mönchsregel. Das war eine sehr gründliche Regel zum Aufstehen, Essen oder Beten der Mönche, aber das Entscheidende ist: Dieser Regel unterwarf man sich freiwillig. Das sehen wir auch im Sport. Man könnte kein Schach spielen, wenn es die Schachregeln nicht gäbe.

## Es gibt viele Regeln in unserem Leben. Zu viele?

Ja, wir haben eine Regelflut, vor allem, wenn irgendetwas akut in Bereichen geregelt werden soll, in denen bis dahin eher Konventionen galten. Besonders viele Komplikationen treten bei Regeln auf, die grundsätzlich nicht überzeugen können, weil sie sehr unterschiedlich durchgesetzt werden – zum Beispiel von Nation zu Nation. Da kommt dann eine tiefe Irritation zustande, – die einen machen es so, die anderen machen es so – wer hat nun recht? Wenn man sich aber Regeln unterwerfen soll, sich damit übrigens selbst entmündigt, und gar nicht gewiss sein kann, dass diese Regeln von eiserner unbestreitbarer Richtigkeit sind, haben wir schon ein großes Problem. Aber das ist immer dann, wenn die Menschen dabei sind etwas ganz und gar in den Griff bekommen zu wollen.

## Schaffen mehr Regeln denn mehr Angst?

Auf der einen Seite sind Regeln gerade dazu da,

Angst zu reduzieren, indem man sich sozusagen in die Obhut einer Regel gibt. Auf der anderen Seite produzieren Regeln auch Angst: nämlich dann, wenn Menschen sie fallweise übertreten. Denn Regeln werden oftmals auch mit Angst begründet. Aber gerade durch die Begründung mit Angst erzeugt man sie eben auch zugleich – das ist dialektisch. Und die Verunsicherung in der Frage, wie zu leben sei, ist nicht gesundheitsförderlich.

## Steigen mit mehr Regeln auch die Regelbrüche?

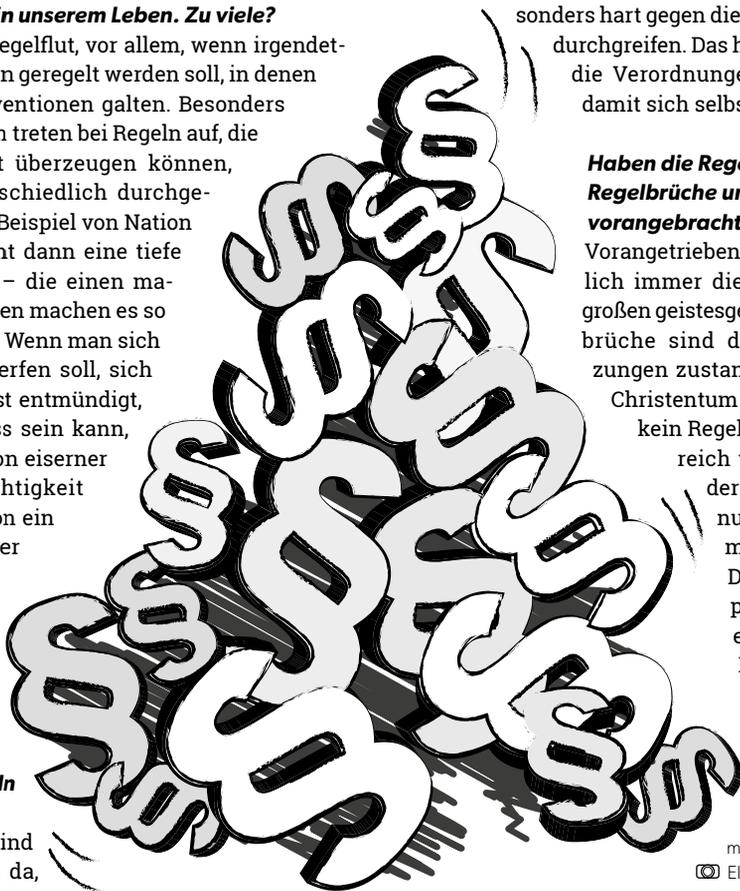
Regeln – egal welcher Art sie sind – bedürfen einer Autorität oder sie müssen legitimiert sein. Ein Beispiel: Der Staat erlässt irgendwelche Regeln. Die Regeln werden also überwacht und sanktioniert, wenn sie nicht eingehalten werden. Autorität ist so lange bestätigt, so lange getan wird, was sie sagt. In dem Moment, in dem sich eine gewisse Menge Menschen nicht an die Regel hält, zeigt sie die Brüchigkeit und die Grenzen der Autorität auf. Darauf reagieren Autoritäten oftmals, indem sie besonders hart gegen die Regelverletzenden durchgreifen. Das heißt, jede Autorität, die Verordnungen erlässt, riskiert damit sich selbst.

## Haben die Regeln oder die Regelbrüche unsere Gesellschaft vorangebracht?

Vorangetrieben haben uns eigentlich immer die Regelbrüche. Die großen geistesgeschichtlichen Umbrüche sind durch Regelverletzungen zustande gekommen. Im Christentum war beispielsweise kein Regelverletzer so erfolgreich wie Martin Luther, der sich der Grundordnung der Kirche damals widersetzt hat. Die ganze Philosophie besteht letztlich aus solchen Regelbrüchen. 

Ein Berg voller Vorschriften. Ist er mittlerweile zu groß?

 Elisabeth Zacherl





# MEIN BERG MOMENT

Damit Laurin Emrich zukünftig bestens ausgerüstet durch die Alpen streifen kann, stiftet der JDAV-Partner Globetrotter für dieses tolle Bergbild einen Ausrüstungsgutschein im Wert von 100 Euro. Ja, Badehosen gibt es auch bei Globetrotter, aber wer sich zu solchen Bergseen aufmacht, braucht natürlich noch wesentlich mehr Ausrüstung!



Die Alpen sind unglaublich: Wir kamen an diesem schönen Bergsee vorbei und konnten den Mont Blanc bestaunen, der sich wenig später zeigte ...

Und dein Bergmoment? Schicke deinen Beitrag – Erlebnis, Ärger, Zwischenfall, was auch immer – an [bergmoment@alpenverein.de](mailto:bergmoment@alpenverein.de); als Text (280 Zeichen lang), oder als Foto mit Text (140 Zeichen lang). In jedem Knotenpunkt prämiieren wir eine Einsendung.

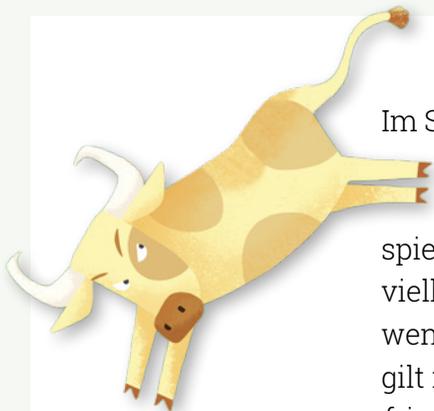
## REGELN ...



UND DIE SIE BESTÄTIGENDEN AUSNAHMEN.



## LASS DIE KUH LIEBER IN RUH'



Wenn sie geärgert wird, kann die gemütliche Kuh wild werden.

© Jennifer van de Sandt

Im Spiel, beim Sport, in der Schule oder auch in den Bergen: Regeln gehören dazu. Sie sorgen dafür, dass sich alle wohlfühlen. Und manchmal schützen sie auch vor Gefahren. Ein Bergweg wird beispielsweise nicht gesperrt, um Wander\*innen zu ärgern, sondern weil vielleicht ein Felssturz droht, oder Bäume gefällt werden. Doch selbst wenn nichts abgesperrt ist, sollten sich alle rücksichtsvoll verhalten. Das gilt insbesondere auch auf Almen. Selbst wenn die Rinder hier scheinbar friedlich grasen und die Wander\*innen mit einem freundlichen Muh begrüßen – Kuhherden, vor allem jene mit Muttertieren und Nachwuchs, sind nicht ohne. Abstand halten, nicht streicheln, mit Hunden besonders vorsichtig sein – das ist offenbar nicht selbstverständlich und kann sogar zu einem Kuhangriff führen und im schlimmsten Fall fatale Folgen haben. Die Landwirtschaftskammer Tirol und der Österreichische Alpenverein haben daher vor einigen Jahren das Video „Die Alm ist kein Streichelzoo“ ins Netz gestellt. Es erklärt noch mal das richtige Verhalten. **DER**



## GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank

