

Text/Bilder:
Stephanie Kreuzer



Auch wenn es zugegebenermaßen eher unwahrscheinlich ist, sich in heimischen Gefilden beim Wandern zu verirren – ein paar Tipps, wie man in der »Wildnis« zurechtkommt, können nie schaden. Unter fachkundiger Anleitung machte sich Stephanie Kreuzer auf zum »Survival-Training«!

SURVIVAL- TRAINING

24 Stunden im Wald



Zecken, Fuchsbandwürmer, Wildschweine und Waldschrate – auf solcherlei »Gefahren« konzentrieren sich die vielschichtigen Warnungen meines Freundeskreises, bevor ich das Abenteuer »Übernachtung im Wald« in Angriff nehme. Viele erklären mich im Vorfeld für verrückt, eine solche Recherche wörtlich zu nehmen, aber dieses »Überlebenstraining« will ich mir nicht entgehen lassen.

Zumal jegliche Bedenken fehl am Platze sind, denn für gute Betreuung und fachliche Kompetenz ist wahrlich gesorgt: Matthias Blaß, Wildnisführer und -lehrer aus Tübingen, hat sein Wissen bei Nachfahren verschiedener Naturvölker erworben. Sein Lehrer in Sachen nordamerikanischer Scout-Tradition war Tom Brown, Schüler des legendären Apachen Stalking Wolf. Er will mir nun gerne diese einmalige Erfahrung verschaffen und erhält Unterstützung von Frank und Albrecht, zwei Teilnehmern an der von ihm angebotenen Weiterbildung in Natur- und Wildnispädagogik, die uns schließlich mit Rat und insbesondere mit Tat in die Taunuswälder begleiten.

Alle drei haben mir allerdings etwas ganz Wichtiges voraus: Sie fühlen sich in und mit der Natur pudelwohl und unter freiem Himmel anscheinend eher »zu Hause« als zwischen vier Wänden. Obwohl ich die Herrenrunde an diesem Tag zum ersten Mal sehe, bin ich sehr froh, sie für diese Nacht in meiner Nähe zu wissen.

Ab in den Taunuswald

Bepackt mit Isomatten, Schlafsäcken, Wasser und ein wenig Essbarem – ganz so wörtlich wollen wir das »Überlebenstraining« nun doch nicht nehmen – geht es also los. Zuerst mit dem Auto, schließlich zu Fuß tief in den Wald. Ein etwas abgelegenes Fleckchen soll es ja schon sein, zumal wir uns auch nicht in das Kreuzfeuer übereifriger Jäger legen wollen. Und so werden wir recht schnell fündig auf der Suche nach einer geeigneten Lagerstätte, die viel ebenen Platz zwischen

Nach dem Bau des »Schlafquartiers aus Ästen und Laub darf jeder mal probeliegen.

hohen Bäumen bietet, ohne dass irgendwelches Gestrüpp im Unterholz stört. Jahrhundertalte Grenzsteine geben dem Ort sogar eine historische Bedeutung und einen angemessenen Rahmen.

Ein Lager für die Nacht

Jetzt kann der Bau unseres Nachtlagers starten, doch zuvor ein bisschen Theorie zur Platzwahl: Mulden und Senken, in denen sich Wasser sammeln kann, eignen sich nicht zum Campieren. »Regen kommt ja meistens von Westen, insofern ist es empfehlenswert, sich an der wetterabgewandten Seite des Waldes zu orientieren«, rät Matthias. Und da leider nicht nur Gutes von oben kommt, muss man unbedingt beachten, ob gegebenenfalls Steinschlag droht, Lawinengefahr besteht oder Äste herabbrechen können. Auch ein Wildwechsel direkt am Schlafsack vorbei kann die Nachtruhe empfindlich stören. Nicht zuletzt spielt auch der Aspekt des Materialüberflusses, den wir kurz darauf noch zu würdigen wissen, eine Rolle: Alles, was zum Hüttenbau notwendig ist, sollte direkt vor Ort wirklich reichlich vorhanden sein.

So sind wir also ruck, zuck bei den Hauptthemen, von denen ein Überleben in der Wildnis entscheidend abhängt: Genügend Wasser und der Erhalt der Körperwärme. Da unsere Wasservorräte bis zum nächsten Morgen ausreichen, liegt unser Augenmerk erst einmal darauf, einen

adäquaten Unterschlupf zu bauen. Das Material, das beste Isolation bietet, fällt im Wald quasi vom Himmel, nämlich Laub. Allerdings braucht man für eine optimal wärmende Laubhütte – angeblich soll man darin sogar bei Minustemperaturen nackt schlafen können, ohne zu frieren – wahre Berge an welken Blättern. Je nach Jahreszeit sind diese jedoch nicht überall in Hülle und Fülle und guter Qualität verfügbar, so dass wir uns im Spätsommer recht schwer tun, genug trockenes Material zu finden.

Regeln für Wald und Wildnis

Matthias Blaß (40) aus Tübingen begleitet Touren weltweit, gibt Seminare und veranstaltet gemeinsam mit dem staatlich anerkannten Zertifizierungspartner Mannheimer Abendakademie eine einjährige Weiterbildung in Natur- und Wildnispädagogik. Auf www.wildniswandern.de hat er eine Checkliste mit den wichtigsten Tipps zusammengestellt.

Vor dem Übernachten im Wald empfiehlt er einen Blick in das Waldgesetz des jeweiligen Bundeslands. Generell lässt sich sagen, dass Zelten nicht erlaubt ist, aber Übernachtungen ohne Zelt durchaus – solange sie einen privaten Hintergrund haben. Wenn die Übernachtung in einem organisierten Rahmen (gewerblich oder durch Schulen, Vereine und Kirchen) stattfindet, dann ist sie genehmigungspflichtig, muss also beim zuständigen Forstamt beantragt werden. Das Feuermachen ist ebenfalls in den Landeswaldgesetzen geregelt und demnach nur an offiziellen, eingerichteten Feuerstellen gestattet. Bei Waldbrandgefahr allerdings können die Forstämter das Feuermachen auch dort untersagen. Normalerweise wird dies dann mit Hinweisschildern und/oder Absperrbändern kenntlich gemacht.

Das Grundgerüst der Hütte steht allerdings schnell: Ein armdicker und deutlich mehr als körperlanger Ast bildet den First, der in einer knie- bis schritthohen Astgabel ruht oder in entsprechender Höhe an einem Baum eingeklemmt wird. Nun werden kleinere Äste im 90-Grad-Winkel zueinander seitlich des Firsts aufgestellt, wobei man nur am höheren Ende eine Öffnung frei lässt. Dann wird alles mit Farn und Reisig sowie einer mindestens 30 Zentimeter dicken Laubschicht bedeckt. Auch die Hütte selbst ist möglichst komplett mit Laub ausgelegt, was dann wie ein wärmender Schlafsack funktioniert. Nach einiger Plackerei, die allein kaum zu bewältigen gewesen wäre, darf sich jetzt jeder mal ins dichte Blätterwerk kuscheln und probeliegen. Zugegebenermaßen kann man sich den wärmenden Effekt gut vorstellen, aber mir wäre dies für eine ganze Nacht entschieden zu eng, da





zur Wassersuche. Die einfachste Regel dabei lautet »Wasser ist immer unten«, also in den Seitentälern oder am Fuß der Hänge. Auch kann man Tierspuren folgen oder sich an Bäumen wie Weide, Erle und Pappel orientieren, die gern nahe am Wasser wachsen. Doch selbst wenn man einen Bach gefunden hat – wie wir nach etwa einem halbstündigen Marsch quer durchs Unterholz –, muss man erst einmal die Wasserqualität prüfen. »Verunreinigungen können Durchfall verursachen und damit die Dehydratation noch beschleunigen«, warnt Matthias.

Viele Tierspuren und Kot zeugen von hoher Keimdichte, so dass wir dem Bachlauf weiter nach oben folgen, um uns möglichst nahe an der Quelle zu bedienen. Zur Sicherheit kochen wir das Wasser trotzdem ab. Auf jeden Fall lernen wir jetzt, dass Wasser umso besser und bakterienärmer ist, je schneller es fließt und je kälter es ist. »Grünliche Ablagerungen und stark grüne Pflanzen wie Brennnesseln am Rand sind jedenfalls ein Indiz für hohe Verschmutzung«, weiß der Experte.

Orientierung in der Wildnis

Derart gestärkt, wollen wir nun noch wissen, wie man sich am Sonnenstand orientieren kann – und dürfen basteln. Gemäß der Schattenspitzen-Methode nach Bob Owendoff stecken wir einen Stab in die Erde und legen an der Spitze seines Schattens einen Stein ab. Nach etwa 10 bis 15 Minuten, wenn der Schatten gewandert ist, platzieren wir wiederum an der Spitze einen zweiten Stein und ziehen eine gerade Linie zwischen beiden Markierungen. Diese zeigt eine ungefähre Ost-West-Achse, wobei der erste Stein immer westlich und der zweite immer östlich liegt. So kennt man zumindest schon mal die Himmelsrichtungen.

Doch dies ist nur die halbe Orientierungsmiete, denn auch das Geradeauslaufen ist – zumindest in der Wildnis – eine echte Herausforderung. Wenn man kein weit entferntes, markantes Objekt anpeilen kann, sollte man drei Dinge, beispielsweise Bäume, in eine Linie bringen, der man folgt. Immer, wenn man am

zweiten Punkt angekommen ist, sucht man sich einen neuen, weiter hinten gelegenen Punkt auf dieser Richtungsline.

So stapfen wir also quer durch den Wald, jeder auf seiner gedachten Gerade. Und in der Tat – nach insgesamt 24 Stunden im Wald finden wir zielsicher unser Auto, und die Zivilisation hat uns wieder! ■

Mit der »Schattenspitzen-Methode nach Bob Owendoff« kann man sich am Sonnenstand orientieren.

ein Müsli-Frühstück müssen reichen, und schon geht es weiter mit den Hauptthemen der Survival-Kunde. Nachdem wir ja schon ein Nachtquartier gebaut und Feuer gemacht haben, wollen wir uns gleich der Wassersuche widmen und die Orientierung üben. Zuvor aber klärt uns Matthias darüber auf, welche Pflanzen essbar sind: »Brennnessel, Löwenzahn und Breitwegerich beispielsweise sind sogar sehr nahrhaft. Darüber hinaus haben alle drei den Vorteil, normalerweise reichlich vorhanden und leicht erkennbar zu sein.« Und ich bin erstaunt, wie gut gerade Brennnessel schmeckt! Nur gehört ein wenig Geschick dazu, die jungen Blätter an der Spitze abzuzupfen, zu falten und zu kauen, ohne dass man sich »verbrennt«.

Zwar könnten wir jetzt das bisschen Morgentau von Blättern und Gräsern lecken, doch unser Durst ist deutlich größer, und so brechen wir auf

»Lagerleben« unter einem Tarp.



Das Feuerbohrset funktioniert wirklich, aber nur die Profis schaffen es gleich beim ersten Versuch.

es auch einiger Verrenkungen bedarf, rein- und rauszukrabbeln.

Feuermachen

Nun geht es an die nächste Aufgabe – das Feuermachen. Zwar habe ich heimlich ein paar Streichhölzer eingepackt, aber wir wollen uns hier ja Outdoor-tauglich zeigen und probieren die »Feuerbohr-Sets« aus, die die Jungs mitgebracht haben. Dazu gehören ein Brett mit Mulden und Löchern, ein etwa 20 Zentimeter langer, gut daumendicker runder Stab als Spindel, ein Handstück sowie ein Bogen mit kräftiger Schnur. All diese Zutaten werden zuvor aus möglichst weichem Holz geschnitzt (z.B. aus Pappel, Weide, Linde oder Fichte). Wenn die Spindel nun durch den Bogen in Rotation versetzt wird, erzeugt sie in dem Brett einen Abrieb, der so heiß wird, dass ein kleiner Gluthaufen entsteht. So zumindest die Theorie.

Nachdem wir das alle vergeblich ausprobiert haben, muss Meister Matthias ran – und siehe da,

es funktioniert auf Anhieb! Als Zunder eignen sich Distelsamen, getrockneter Rohrkolben oder Gras sowie die äußerste Schicht der Birkenrinde, und ein kleines Tipi aus (Fichten-)Reisig lässt es richtig lodern. Nun muss man nur noch den Nachschub an Brennholz sicherstellen, und das Lagerfeuer ist perfekt.

Essen und Schlafen

Zeit also fürs Abendessen – aus der Tüte. An den zahlreichen Nacktschnecken wollen wir uns nämlich nicht vergreifen, zumal man sie mit einem Skalpell mühsam häuten und die Eingeweide entfernen

müsste, um sie genießbar zu machen, aber zu solch operativen Eingriffen haben wir nur wenig Lust. Das gibt mir auch mehr Gelegenheit, das authentische Essgeschirr von Albrecht zu bewundern: ein dickes Brett, das per Glutbrennen eine



Expertentipp

Survival-Guide Lars Konarek (www.larskonarek.de) verrät einen Trick, wie man Wasser mittels einer PET-Flasche reinigt, wenn auf einer Tour der Filter fehlt bzw. verlorengegangen ist:



»Mit einer gewöhnlichen PET-Flasche kann man das meiste Wasser in der Wildnis aufbereiten, indem man Schmutzwasser erst durch ein T-Shirt oder ein Stück Stoff laufen lässt, um die groben Schwebeteilchen zu entfernen. Anschließend füllt man eine klare PET-Flasche mit dem Wasser, entfernt alle Etiketten und legt diese für zwei Stunden in die pralle Sonne. Das UV-Licht der Sonne tötet die meisten Mikroorganismen ab und macht das Wasser trinkbar. Ist es bewölkt, muss man das Verfahren mindestens sechs Stunden anwenden.«

tiefe Mulde bekommen hat, sowie ein hölzerner Löffel, der nach gleicher Methode hergestellt wurde.

Inzwischen ist es stockdunkel, und so zahlt sich aus, dass wir unsere Nachtlagerzeiten vorbereitet haben. Während Albrecht das Rennen um die Laubhütte konkurrenzlos gewonnen hat, ziehen Matthias, Frank und ich das Biwakieren vor, übernachten also in unseren Schlafsäcken unter freiem Himmel. Wobei von Schlafen nicht wirklich die Rede sein kann: Ganz Stadtkind, bin ich doch ziemlich besorgt, dass mir krabbelndes Getier übers Gesicht laufen könnte, und zudem den harten

Untergrund nicht gewohnt. Außerdem wird es trotz Isomatte recht kühl, so direkt auf dem Boden. Zu meiner großen Überraschung ist es im Wald jedoch während der ganzen Nacht unglaublich ruhig. Einzig ein »bellender« Rehbock lässt sich vernehmen, und bereits ab 5.30 Uhr läuten zwitschernde Vögel den neuen Tag ein.

Auf der Suche nach Wasser

Zähneputzen mit Mineralwasser und

Albrecht nutzt stilecht Löffel und Schale aus Holz (ganz links), das er selbst »ausgebrannt« hat, aber der Tee aus frisch gesammelten Kräutern wird im herkömmlichen Campinggeschirr gekocht (links).

