

# Auf Höllentour durch die Höhle

**ERLEBNIS** Unsere Reporterin Gabi Hueber-Lutz hat sich mit Overall und Stirnlampe bewaffnet und stieg bei Essing in die Unterwelt.

**ERGEBNIS** Es ist richtig anstrengend – aber wenn man die Tour geschafft hat, ist man glücklich.

VON GABI HUEBER-LUTZ, MZ

**ESSING.** Das Abenteuer wartet! 17 Wagemutige aus dem Landkreis gingen am Wochenende mit Sebastian Zäch auf Höhlentrekking im Altmühltal. Dass diese Veranstaltung der Volkshochschule Neustadt eine echte Herausforderung wird, zeigte schon die Ausrüstung, die Zäch und sein Kollege Olli Schadow bereit hielten. Overalls, Helme, Stirnlampen und Gurte mit Karabinern waren Pflicht. Als alle gut eingepackt sind, marschieren wir los durch den Wald zum Höhleneingang.

Halt, noch eine Frage vorweg: „Is scho oaner drin bliem, des mecht ma wissen!“ Nein, raus sind sie alle wieder gekommen, versichert Sebastian Zäch.

Der Höhleneingang im Wald ist nicht hoch, gebückt geht's rein und bald stehen wir vor der ersten Herausforderung: Abseilen an einer kleinen Felsformation. Zugegeben, hoch ist sie nicht, aber Vertrauen ist schon nötig, sich so richtig in das Haltegeschirr fallen zu lassen und über das unebene Gebilde nach unten zu hangeln. Zäch macht gleich die erste Regel bei solchen Touren klar: zusammen arbeiten. „Es sind Stellen dabei, wo man alleine nicht weiter kommt“, kündigt er an. Da muss man richtig hinlangen, ziehen und schieben, um Nebenmann oder Nebenfrau durch eine Engstelle zu bringen oder ihnen Halt zu geben. Deswegen spielt die Etikette bei so einer Höhlentour gar keine Rolle: „Auch die Mädels darf man in der Höhle mal am Hintern halten“, verkündet Zäch.

Glücklich landen wir alle unten, wohl ahnend, dass da noch einiges auf uns zukommt. Aber nach ein paar Metern kraxeln ist man erst mal Ende. Nirgends ein Gang zu entdecken. Zäch deutet mit verschmitztem Lachen auf einen Spalt zwischen Boden und Fels: „Da geht's rein!“ Leichtes Stöhnen macht sich breit. Zäch legt sich auf den Bauch, wickelt sich den Gurt seines Rucksacks um den Fuß und fängt auf dem Lehm Boden zu robben an, den Rucksack nachschleifend. Die Gruppe folgt. O Gott, ist das anstrengend! Wie viele Meter noch? Endet der Gang überhaupt? Endlich weitet sich das Nadelöhr und wir stehen mehr oder weniger prustend in der Spaghettihalle und lauschen schwer schnaufend Zächs Ausführungen zu Stalaktiten und Stalagmiten, die wegen ihrer Form diesem Teil der Höhle ihren Namen gegeben haben.

Dabei wandern einige Blicke schon über das umgebende Gestein auf der Suche nach dem weiteren Weg. Eine der Damen zeigt schließlich auf einen Spalt und fragt bange: „Da affe miass ma aber etz ned?“ Doch, natürlich müssen wir da rauf! Mit der Räuberlei-



Lieber nicht nach unten schauen, sondern einfach losklettern. Sebastian Zäch sichert die Kletterer. Fotos: Hueber-Lutz

ter geht das, weist Zäch die Gruppe an. Einer der Männer stellt sich zur Verfügung. Über seine Schulter kraxeln die anderen in die Höhe und stecken mitten im Geburtskanal. Eine Stelle, an der man sich wünscht, man könnte umkehren – aber zurück geht es ja auch nicht leichter... Also weiter, Halt suchen an den kleinen Vertiefungen des lehm-glitschigen Steins, darauf vertrauen, dass die kegelförmigen Steinstupfen, an denen man sich hochzieht, das Gewicht tragen und nicht abbrechen. „Stein bricht nicht“, beruhigt Zäch, fordert die unten Stehenden auf, dem jeweiligen Kletterer Hinweise zu geben, wo er den Fuß hinsetzen könnte, redet demjenigen, der gerade im Geburtskanal steckt, gut zu. Und auch wenn es zwischendrin unglaublich erscheint, schließlich gelingt es doch, den Körper aus der Engstelle zu schieben.

Manchmal hilft Zäch nach, zieht von oben und unter Stöhnen und Japsen bewältigt jeder die Passage. Glücklich erschöpft landen wir in der sogenannten Kerzenhalle und verstehen sehr gut, warum die Stelle Geburtskanal heißt. Nun trennt sich die Spreu vom Weizen. Wer noch Kraft hat, kann mit Olli Schadow einen Abstecher zu einem tiefen Schlund machen, immer am Bauch robhend.

Aber das mit der Kraft ist so eine Sa-

che. „Mit einem Drittel der Kraft in die Höhle, mit einem Drittel der Kraft aus der Höhle und ein Drittel als Reserve“, erläutert Zäch die goldene Regel der Höhlenforscher. Die Hälfte der Gruppe geht mit Schadow weiter. Der Rest beginnt mit dem Abstieg. Wieder steht Abseilen auf dem Programm, diesmal wesentlich tiefer, aber irgendwie haben wir jetzt schon so viel gemeistert, da ist das Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten und in die Hilfestellung der anderen größer als der Bammel vor der Tiefe.

Als mittlerweile eingespieltes Team bewältigt die Gruppe danach noch einen Anstieg, dann noch einmal auf dem Bauch durchs Nadelöhr und schließlich hat uns das Tageslicht wieder. Völlig verschmutzt, aber mit strahlenden Gesichtern stehen wir alle vor dem Höhleneingang und sind uns einig: „Das war ein großartiges Erlebnis!“

Doch einen Rat gibt uns Zäch noch: „Aufpassen auf dem Weg durch den Wald zur Straße. Da passieren nämlich die meisten Unfälle!“



Sebastian Zäch leistet im „Geburtskanal“ Geburtshilfe.

## Der Höhlenführer Sebastian Zäch

Der 28-jährige Höhlenführer hat viele Ausbildungen. Sanitäter ist er, Fallschirmjäger, Erlebnispädagoge und Rettungsschwimmer. Eigentlich hat er Lehramt studiert, sich da bereits mit Erlebnispädagogik beschäftigt. In den Schuldienst wollte er dann doch nicht, sondern lieber „was Eigenes machen“. Also gründete er seine Firma Simply outdoor. Die beginnt nun Fahrt aufzunehmen, erzählt der Jungunternehmer. Er arbeitet viel für Firmen und auch Volkshochschulen, organisiert Touren nicht nur in Höhlen, sondern auch in Hochseilgärten, auf dem Wasser und in den Bergen. Klassenfahrten



der etwas anderen Art hat er im Angebot und Abenteuerurlaube. Eines seiner wichtigsten Ziele bei all diesen Veranstaltungen ist immer die Stärkung des Teamgedankens. (lhl)  
→ [www.simply-outdoor.de](http://www.simply-outdoor.de)



Alles muss perfekt sitzen: Sebastian Zäch überprüft die Haltegurte.



Der letzte Meter beim Abseilen war ganz schön tückisch, denn plötzlich war der Felsen aus. Gut, dass man aufgefangen wurde.



Platzangst darf man im „Nadelöhr“ nicht haben. Hier geht's nur mehr am Bauch vorwärts.

ANZEIGE  
WWW.MITTELBAYERISCHE.DE

Wählen Sie am 12. August die Anzeige des Monats und gewinnen Sie



Mittelbayerische  
Anzeigenwettbewerb 2009

Welche Anzeige ist am kreativsten?

Am 12. August werden Ihnen die kreativsten Anzeigen des Monats Juli in Ihrer Zeitung vorgestellt.

Wählen Sie daraus Ihren Favoriten, stimmen Sie bis zum 18. August ab und gewinnen Sie.

Unter allen Teilnehmern verlosen wir ein Brehme Reise-Set „Laguna Beach“, 3-tlg., schwarz und



und 2 Karten für die „Udo Jürgens Tournee“ am 25. November 2009 in der Donau-Arena in Regensburg.

Alle weiteren Infos unter:

→ [www.mittelbayerische.de/anzeigenwettbewerb](http://www.mittelbayerische.de/anzeigenwettbewerb)

## HÖHLENREGELN

➤ **Nichts rein bringen:** Die Höhle im Altmühltal ist im Winter eines der wenigen Quartiere in Bayern für Fledermäuse. Die Tiere reagieren äußerst empfindlich auf Schimmel, wie er sich auf herumliegenden Nahrungsresten bilden würde. „Wenn wir hier Schimmel rein ziehen, ist die Höhle für Fledermäuse hundert Jahre tabu!“, warnt Sebastian Zäch. Wegen der Fledermäuse sind nur von Mai bis Oktober Trekking-Touren. Danach gehört die Höhle den Tieren.

**Nichts raus nehmen:** Stalaktiten und Stalagmiten üben einen großen Reiz auf Höhlenräuber aus. An vielen Stellen in der Höhle findet man abgesägte Exemplare. „Nichts abbrechen, da werd' ich richtig grantig!“, warnt Zäch. Nur zu Forschungszwecken werden die Steingebilde abgesägt. An ihnen lassen sich nämlich, genauso wie bei Bohrungen im Polarmeer, Rückschlüsse auf das Erdklima ziehen, nur deutlich billiger. (lhl)



Vorher strahlen Ausrüstung und Klamotten – hinterher strahlt zwar die Begeisterung, aber die Klamotten rufen nur noch nach der Waschmaschine.