

## Das Mountainbike erlebnispädagogisch einsetzen

In der Rückschau fällt mir auf, wie symptomatisch der Buchtitel den Stil des Buchs wiedergibt: Ein sachliches, fundiertes und praktisches Buch, das ohne jede Überhöhung, Anpreisung oder Marktschreierei auskommt. Dies und der entspannte Grundton sind schon zwei Qualitätsmerkmale. Aber von vorne: Ich verhehle nicht, dass ich das Mountainbiken, wie wahrscheinlich auch andere, als eine Art erlebnispädagogische Hilfspraxis angesehen habe: Entweder nutzt man es, um einen Ort zu erreichen, wo dann das „Eigentliche“ stattfindet, oder man macht ein Reiseprojekt, dann ist das Mountainbike (MTB) ja auch nur das Vehikel. Nun bin ich eines Besseren belehrt. In einem knappen und lehrreichen Kapitel zur Geschichte zeigen die Autoren den anfänglichen emanzipatorischen Impuls des Mountainbikens auf: Rad und Fahrer werden im Kalifornien der 60er-Jahre von der Straße sowie von bis dato gültigen Regularien und Organisationen befreit. Von dieser Urszene ausgehend fächern sich zügig unterschiedlichste Praktiken und Rädertypen sowie Subkulturen auf – immer geleitet von den vielen Möglichkeiten, die die Natur außerhalb der befestigten Wege bietet. Bereits in diesem Kapitel wird die subtile, sich wechselseitig durchdringende Interaktion von Mensch, Naturort und Rad deutlich. Diese Vielfalt fassen die Autoren in vier Handlungsdimensionen zusammen: Unterwegs-Sein, Leisten, Spielen, Wagen. Sie legen dann ein erlebnispädagogisches Grundkonzept aus und schlagen vor, mit einem doppelten Blick die eigene Praxis zu betrachten: die Perspektive des Kompetenzerwerbs im Auge zu haben und dies zu beziehen auf die praktischen Umsetzungsmöglichkeiten, die sich bieten. Was als eine Pflichtaufgabe im Rahmen eines erlebnispädagogischen Buchs erscheint, entpuppt sich bald als immens praktisch, denn die Autoren stellen das Kompetenzmodell nicht lediglich in seiner Vielschichtigkeit vor, sondern konkretisieren jeden vorgestellten Kompetenzbereich bis hin zu Moderationsfragen, die eine Leiterperson sich (bei Planung oder Beobachtung) und auch den TeilnehmerInnen (in der Reflektion) stellen kann: Nichts ist so praktisch wie eine gute Theorie.

Mit den Handlungsdimensionen (die ja auch schon eine Perspektivhilfe sind) und dem Kompetenzmodell ist nun der Boden bereitet, auf dem die Praxis gedeihen kann. Ich will es kurz machen: Hier findet der Leser oder die Leserin, was er oder sie braucht, um – wie der Titel ja sagt – mit dem MTB erlebnispädagogisch zu arbeiten. Neun Aktivitätsbereiche (von „Orientieren“ bis „Einstimmen und Reflektieren“) werden detailliert, teilweise bebildert, ausgearbeitet, eine sehr gute Inspiration wie auch Planungs- und Durchführungshilfe. Als ein Beispiel möchte ich den Aktivitätsbereich „Befahren von Fahrpassagen“ herausgreifen: Die Autoren führen ein psychologisch fundiertes Prozessmodell ein (Hintergründe: Handlungsmotivation, Rubikontheorie) und zeigen ganz konkret auf, wie dieses praxisleitend werden kann (durch die Vorstellung von Attributionsschemata, Zieldefinitionen). Ziemlich cool.

Drei weitere Kapitel runden das Buch ab: Material und Ausrüstung, Natur- und Umweltaspekte und Risikomanagement.

Fazit: Ein Buch, das hält, was es verspricht. Wohltuend sorgfältig geschrieben, durchdacht, klar aufgebaut, mit einem nicht mehr selbstverständlichen Zusatzservice wie einem Glossar. Ein Buch, dem anzusehen ist, wie es in den Autoren gereift ist. Es hat auch Leser verdient, die nicht radeln ... (Martin Schwiersch)



Das Mountainbike  
erlebnispädagogisch einsetzen

Jochen Simek, Simon Sirch

Ernst Reinhardt Verlag 2014

€ 26,-



**Pasta on the rocks. Geheimnisse des mountain dining**

Spannende Geschichten über Pasta, Köche und Südtirol

Markus Holzer

Jora Verlag Innichen, 2013

€ 29,70

[www.jora.it](http://www.jora.it)



**Pasta on the Rocks. Geheimnisse des mountain dining**

Kohlehydrate sind nach wie vor unumstrittene Nummer eins als Energielieferant bei allen nur erdenklichen Formen sportlicher Aktivitäten am Berg. Nur zu logisch also, sich einmal etwas eingehender mit dem Thema Pasta zu befassen und sich über den Tellerrand von Spaghetti alla Bolognese oder al Pomodoro hinauszuwagen. Genau das macht der Autor Markus Holzer aus Südtirol. Zunächst ist dieses Kochbuch deutlich mehr als eine Auflistung von Zutaten und Mengen für verschiedene Pastagerichte. Es geht vor allem auch um die Frage, was denn hinter der Philosophie des Pasta-Kochens steckt und die Liebe zum bzw. den Spaß beim Kochen. Immer wieder sind Geschichten aus dem beruflichen Werdegang des Autors eingebaut, manchmal lustig, oft aber auch kritisch und dazwischen wird gekocht. Klassische Pastagerichte sucht die Leserin, der Leser vergeblich, da bei allen beschriebenen Gerichten bewusst auf Produkte aus der lokalen Landwirtschaft zurückgegriffen wird (einzige Ausnahmen sind bayrisches Bier und Olivenöl aus der Toskana) und dies nicht etwa ausschließlich aus ökologischen oder die Nachhaltigkeit betreffenden Gründen, sondern in erster Linie des Geschmacks wegen. Und weil ehrlich und authentisch kochen für den Autor einen Bezug zu seinem Wohnort haben muss. Heraus kommen dann so besondere Gerichte wie Lasagnette mit Flusskrebse, Weißbier-Ravioli mit Spanferkel, Brennnessel-Cavatelli, Bucatini mit Käsesauce und Dörrobst oder Rohnen-Tagliolini oder Schwarzbrotnudeln. Viel Freude beim Lesen und Nachkochen der 75 Pasta-Rezepte. (Andreas Mottis Lercher)

**Longlines. Die ganz großen Klettereien der Nördlichen Kalkalpen**

Auf Seite 26 und 30 in dieser bergundsteigen-Ausgabe gibt es einen Beitrag und ein Interview mit Adi Stocker, dem Autor dieses Buches. Seinen Kletterführer „Longlines“ haben wir erst kurz vor Redaktionsschluss bekommen und nachdem, was wir bis dahin von ihm gehört und gelesen haben, waren wir sehr gespannt auf dieses Buch. Was soll ich sagen? Erstens ist es kein Kletterführer, sondern zweitens ein wunderbares Bergbuch – für mich mit Abstand das gelungenste dieses Jahres. Natürlich, die Übersichtsfotos mit den eingezeichneten Routen sind perfekt (vgl. S. 28/29), ebenso wie die Topos – aber es ist kein typischer Panico-Führer zum Einstecken inkl. herausnehmbarer Topo-Kärtchen. Ebenso ist es kein Gebietsführer im Sinne von „Best of“ und die vorgestellten Touren sind definitiv nicht alle die festesten, schönsten, genussvollsten, usw. – sondern vielmehr echt lange Anstiege, welche dem versierten alpinen Klettermenschen einen erlebnisreichen Tag im Gebirge bescheren werden. Adi Stocker erzählt gemeinsam mit Gastautoren – von Klaus Hoi über Markus Noichl bis Helma Schimke – von den vorgestellten Touren und Wänden und so erfährt der Leser neben den harten Fakten so einiges über die Historie, die Erstbegeher, uvm. der Route. Der Autor im Vorwort: „Nichts Neues. Nicht wirklich, nein. Gaston Rebuffat, Walter Pause, Erich Vanis und Otti Wiedmann haben es schon vor langer Zeit vorgemacht – sie waren die Erfinder der Auswahlführer. Ihre Werke weckten Leidenschaft der alpinen Routensammler.“ In dieser Tradition werden 40 Routen von der Kathedrale an der Sulzfluh im Rätikon bis zur Dachl-Nordwand im Gesäuse vorgestellt und Wandhöhen von 500 bis 1800 m im Schwierigkeitsgrad 5 bis 9 warten darauf, nachgeklettert zu werden. Erlebniswert: beeindruckend bis unbezahlbar. (Max Largo)

**Die ganz großen Klettereien der Nördlichen Kalkalpen**

Adi Stocker

Panico Alpinverlag 2014

€ 39,80

