

Mit dem Kinderwagen ab in die Berge

SUSANNE GEISSLER (TEXT)
UND KLAUS HARTINGER (FOTOS)

Es ist ein Tag wie aus dem Bilderbuch. Die Luft ist klar und die Sonne scheint. Es ist warm, aber noch nicht heiß. Die Bergkulisse könnte einem kitschigen Heimatfilm entstammen. Der perfekte Tag für eine Wanderung also. Die Gondelfahrt von Sonntag aus hat die Wanderfreudigen auf 1300 Meter gebracht. Dies war nichts für von Höhenangst Geplagte. Denn ziemlich schnell schwebt man unglaublich hoch in der irgendwie wackelig wirkenden, aber perfekt fahrtauglichen älteren Gondel. Der Adrenalinspiegel ist also auch schon mit in die Höhe gefahren.

Eigene Gesetzmäßigkeiten

Die Rucksäcke geschultert, die Kleinsten in die Kinderwagen gepackt, geht es die ersten paar Meter einen Güterweg entlang. Christine Meusburger mit ihren Kindern Simon (4) und Magdalena (2) und Carina Kraus mit Lotta (3) und Jacob (7 Monate) begeben sich auf die Rundwanderung. Von der Bergstation der Seilbahn in Sonntag-Stein geht es zur Echowand und zurück. Das ist nämlich eine von über 50 Wanderungen, die die beiden jungen Frauen für den Wanderführer „Kinderwagen- & Tragetouren in Vorarlberg“ ausgewählt haben. Die Stimmung ist heiter, alle sind hochmotiviert. Es scheint, dass es zügig vorangeht. Da plötzlich ertönt

Wandern mit Kindern ist eine tolle Sache. Allerdings gilt es einiges zu beachten. Christine Meusburger (37) aus Bezau und Carina Kraus (36) aus Thüringen haben einen Wanderführer mit passenden Touren zusammengestellt. Eine davon wird vorgestellt.

ein leises Stimmchen: „Mama, ich muss aufs Klo.“ Eine kleine Hand schiebt sich vertrauensvoll in die von Carina Kraus. Die Wanderführerin lächelt ihre Tochter Lotta an und der Tross kommt zum Stehen. Immerhin, 500 Meter weit sind die Mütter samt Nachwuchs schon gekommen. Wandern mit Kindern folgt eben eigenen Gesetzmäßigkeiten.

Nicht nur dass für alle Wege die drei- bis vierfache Gehzeit benötigt wird – weil ja auch Stopps fürs Blumenpflücken, Insekten anschauen oder eben für Klopausen eingelegt werden müssen –, auch die Kinderwagen können nicht überall geschoben werden. Sehr schnell tun sich da Hindernisse wie Wurzeln oder Stiegen auf, die das ganze Unterfangen nahezu unmöglich machen können. Und auch zu lange dürfen

die Wanderungen nicht sein. Wer einmal einen Kinderwagen mehr als 30 Meter bergauf geschoben hat, der weiß, dass das kein Kinderspiel ist. Hinzu kommt, dass auch schon größere Mädchen und Buben recht schnell die Lust am puren Dahinspazieren verlieren. Da sind Unterhaltungsmöglichkeiten entlang des Weges von unschätzbarem Wert.

Vorarlbergausgabe

Genau aus diesem Grund fing die Salzburgerin Elisabeth Göllner-Kampel an, Kinderwagen-Wanderbücher zu schreiben. Begonnen hat sie damit als Hobby während der Karenz. Und weil sich zunächst kein Verlag für ihre Ergüsse interessierte, gründete sie einen Eigenverlag, den „Wandaverlag“. Für die Erstellung der Vorarlbergausgabe meldeten sich

Christine Meusburger (unten links mit den Kindern Simon und Magdalena) und Carina Kraus (unten rechts mit Lotta und Jacob) sind mittlerweile kleine Wanderexperten.





Ein wunderschönes Panorama.

WANDERFÜHRER

„Kinderwagen- & Tragetouren in Vorarlberg“ vom Bregenzerwald bis ins Montafon, vom Arlberg bis zum Bodensee

53 besonders lohnende Wege und Ausflugsziele vom Baby bis zum Schulkind mit (Lauf-) Radangaben

wandaverlag.at
ISBN: 978-3-902939-06-7



Das Wandergebiet Sonntag-Stein bietet auch Attraktionen für Kinder.

im Einsatz. Die Kinder waren die Testpersonen und auch die Ehemänner mussten mit. „Irgendwer musste ja die Fotos von uns machen“, erklärt Meusbürger und lacht. Meusbürger steuerte 19 und Kraus 27 Touren bei. Zwei weitere Frauen vervollständigten mit ihren Beiträgen das Werk, das jetzt 53 Wanderungen umfasst.

Leicht verständlich

Der Wanderführer ist ein handliches kleines Büchlein geworden, das man beinahe in die Hosentasche packen kann. Ganz einfach gehalten und mit vielen leicht verständlichen Symbolen, findet sich jeder sofort zurecht. Es gibt Angaben zur Länge der Wanderung – keine übersteigt übrigens eine reine Gehzeit von eineinhalb Stunden. Die Zeit für die schon erwähnten Unterbrechungen

müssen dann noch dazugerechnet werden. Und auch der Schwierigkeitsgrad wird angegeben. Es gibt Tipps für die Sicherheit – dass zum Beispiel ein Sicherungsband für den Kinderwagen mitgenommen werden sollte, wie etwa eine Bandschlinge, die am Kinderwagen und am eigenen Gürtel befestigt wird. Dann kann nämlich nichts passieren, falls man beim Abwärtsgehen ausrutscht oder sonst versehentlich den Kinderwagen loslässt.

Für jeden Fitnessgrad sind Wanderungen dabei. Die Tour, die gerade erkundet wird, ist als mittelschwerig angegeben. Also mittelschwerig mit dem Kinderwagen, jedoch eigentlich leicht zu Fuß. Tatsächlich geht es nach dem Güterweg und einer wunderschönen Kapelle ein Stück relativ steil bergauf. Diejenigen, die die

Kinderwägen schieben, müssen sich doch ein wenig anstrengen. „Ja, es sind richtige Wanderungen dabei, nicht nur reine Spaziergänge“, erklärt Kraus und lacht. „Ein Freund von mir war erstaunt, dass man bei unseren Touren tatsächlich gewaltig ins Schwitzen kommen kann.“ Bei ein paar großen Wurzeln und Steinen hilft ein nettes Schweizer Ehepaar, das hinter den Müttern gewandert ist. Solche Hindernisse sind im Führer übrigens angegeben.

Geschwisterkinder

Beim „Wanderwert für Geschwisterkinder“ – einer sinnvollen Angabe, die informiert, ob und inwieweit sich die Wanderung auch für mitgehende Kinder eignet – sind bei dieser Tour Stationen wie die Echowand und Klangessel angeführt. Die Klangessel sind Trichter aus Metall, in die man entweder hineinsprechen oder durch die man die „Stimmen der Natur“ hören kann. Die Mütter müssen dann tatsächlich bei jeder dieser Stationen anhalten, und jeder der kleinen Wanderer möchte einmal die

Trichter in der Hand haben. Bei der Echowand gibt es ein kleines Picknick. Der Weg, der dann wieder zurück zur Seilbahnstation führt, geht leicht bergab. Das ist ideal, denn die Kinder lassen sich so leichter motivieren, auch dieses Stück noch zurückzulegen. Wer länger Pause machen möchte, der kann auch noch bei einem Wasserrad oder einer wunderschönen Feuerstelle mit echtem Pizzaofen im Wald Halt machen. Das letzte Stück möchte Lotta gern getragen werden. Sie wird Huckepack genommen. Auch für Leute, die ihre Kinder gern in Tragetüchern oder anderen Tragemöglichkeiten transportieren, gibt es im Wanderführer Angaben und Tipps.

Beendet wird diese Wanderung dann mit einem gemütlichen Mittagessen im renovierten Restaurant an der Seilbahn. Da gibt es auch einen Spielplatz, den die Kleinen erobern können.

Es ist ein wunderschöner Ausflug mit den Kindern geworden. Weil die Wanderung tatsächlich ideal für einen Ausflug mit Kindern ist.