

# Ohne Männer in die Luft gehen



ERSTES GLEITSCHIRM-SICHERHEITSTRaining VON FRAUEN FÜR FRAUEN – ODER

WAS POSITIVE ERLEBNISSE ALLES BEWIRKEN KÖNNEN

Von Mirjam Hempel  
Fotos: Wolfgang Ehn



hat gesagt, wir seien ein Problemfall.“ Andrea spricht leise. Ihre Stimme klingt verzweifelt. Freundin Gabi hebt ihr nickt. Ich bin sprachlos. Daß es den anderen acht Frauen rund um den Tisch ebenso geht, entnehme ich dem ungläubigen Kopfschütteln und den allgemeinen Entrüstungslauten. Draußen trommelt der Regen aufs Metalldach. Die Wanduhr zeigt elf.

Nein. Wir sitzen nicht in einer kollektiven Selbstbemitleidungs- und Selbsthilfegruppe für gestörte Frauen. Auch nicht in irgendeiner Seelenstriptease-Fernsehshow. Wir sitzen im Schulungsraum der Flugschule Achensee und freuen uns auf das erste Sicherheitstraining von Frauen für Frauen. Wir, das sind elf Frauen zwischen Ende zwanzig und Mitte fünfzig. Die einen mit etwas mehr, die anderen mit etwas weniger Erfahrung im Gleitschirmfliegen. Und wir wollen nur eines: sicherer und besser fliegen und dabei möglichst viel Spaß zusammen haben.

So war es ganz in unserem Sinn als uns Cordula Cröniger und Elisabeth Rauchenberger, jahrelang Mitglied der Schweizer Nationalmannschaft und Fluglehrer-Assistentin, an diesem grauen Morgen um 8 Uhr mit den Worten begrüßten: „In den nächsten drei Tagen wollen wir fliegen, fliegen, fliegen!“ Zusammen mit Eki Maute leitet Cordula die Flugschule Achensee. Sie ist die erste Frau, die im vergangenen Herbst das DHV-Performancetrainer-Seminar erfolgreich absolviert hat und derzeit die einzige DHV-Sicherheitstrainerin.

Bei einem herkömmlichen Sicherheitstraining im Mai hatte ich mich mit ihr am Startplatz über die Vor- und Nachteile spezi-

eller Frauenkurse unterhalten. Wir fanden beide, daß Frauen ohne Angst vor männlichen Kommentaren eventuell besser lernen könnten. Hundertprozentig sicher waren wir uns freilich nicht. Eine andere Pilotin hatte uns damals zugehört und gemeint: „Was? Ein Sicherheitstraining ohne Männer? Das ist ja langweilig!“ Schmunzelnd hatte sie ausgeführt, das hieße ja ohne Monsterklapper und Hammerthermik fliegen!

Bis heute wollen meine Kumpels nicht verstehen, warum wir über diesen Ausspruch so herzlich lachen mußten. Manchmal scheinen Frauen einen etwas anderen Humor als Männer zu haben. Daß Frauen untereinander oft über Dinge lachen, die für sich betrachtet gar nicht komisch sind, stellte sich auch im Frauen-Sicherheitstraining schnell heraus. Beim Anprobieren der ohnmachtssicheren Schwimmwesten mußten die meisten von uns den Taillenumfang erstmal um die Hälfte oder mehr verkürzen. „Knut, denk' bitte dran, daß wir die Westen vor dem nächsten Kurs wieder weiter stellen“, hatte Cordula zu unserem Rettungsbootfahrer und gutem Geist der Flugschule, Knut, gesagt. Bei dem Gedanken, wie ein gestandener Mann in voller Fliegermontur versucht, seine Schwimmweste zu schließen, die auf 60-Zentimeter Taille eingestellt ist, kicherten wir fröhlich vor uns hin. In einem gemischten Kurs wäre das anders gewesen. Da ist man dann diejenige, die wieder auffiele, weil sie durch das Verstellen länger, oder mit einer kleineren Weste eine Extrawurst bräuchte.

Nach einer kurzen Theorie-Einweisung standen wir an jenem Montagmorgen um 9.45 Uhr am Start – gespannt, was folgen würde. Es begann zu regnen. Cordula nutzte die Zeit



**Start frei für Andrea - mit Fluglehrer-Assistentin Elisabeth Rauchenberger wird das Abheben zum Kinderspiel**

für weitere Theorie in der Flugschule und für eine allgemeine Vorstellungsrunde. Schnell wurde daraus ein intensives Gespräch. Wer Ängste aus negativen Flug-Erlebnissen oder Bedenken gegen bestimmte Flugzustände hatte, äußerte dies offen und mit allen Details. In einem herkömmlichen Sicherheitstraining wäre das so gar nicht möglich. Die Angst vor unnötigen Kommentaren, komplettem Unverständnis oder davor, die Gruppe aufzuhalten, ist meist so groß, daß Frauen oft lieber den Mund halten.

Schnell stellt sich in unserem Gespräch heraus, daß wir alle auf einem unterschiedlichen Könnens-Niveau stehen. Die einen fliegen so wie Christine, Iris und ich, also erst seit einem oder eineinhalb Jahren, dafür extrem häufig. Wir wollen unser Gerät noch besser kennen lernen und mehr Vertrauen ins Material aufbauen. Andere verfügen über jahrelange Flugerfahrung wie Paula, oder sogar Wettkampfpraxis, wie Michaela. Vor neun Jahren ist die Deutsche extra nach Tirol gezogen, um mehr Möglichkeiten zum Fliegen zu haben. Nach einigen schweren Gleitschirmunfällen im Freundeskreis und einem negativen Spiralerlebnis im vergangenen Jahr möchte sie wieder mehr Vertrauen in sich auf-, und den Horror vor der Spirale abbauen. Wieder andere wollen so, wie Nadine und Ursula ihr technisches Können verbessern, an ihren Wingovern arbeiten oder ganz allgemein Abstieghilfen trainieren. Da gibt es Gabi, Andrea, Marion und Karoline, alles sehr vorsichtige und defensive Pilotinnen. Gabi ist die Freundin von Andrea und wurde einst mit ihr als Problemfall bezeichnet. Dabei ist die Mutter einer Tochter nur sehr vorsichtig und startet erst, wenn ihr der Wind auch hundertprozentig zusagt. Das strapaziert natürlich die Geduld der anderen und sorgt immer wieder für schlechte

Stimmung am Startplatz. Manchmal hat Gabi deshalb schon ans Aufhören gedacht. Aber das Fliegen macht ihr einfach zu viel Spaß. Als sie davon hörte, war sie die erste, die sich bei Cordulas Sicherheitstraining für Frauen angemeldet hat. Auch Marion aus Nordrhein Westfalen spielte schon mit dem Gedanken, Schirm und Gurtzeug für immer an den Nagel zu hängen. „Ich hatte pausiert und das Ganze fast abgehakt“, erzählt sie. Aber dann sei sie bei sich noch mal mit der Winde geflogen und hätte ein totales Glücksgefühl gespürt. „Da hab’ ich mir gedacht, ich will jetzt wieder fliegen!“ Während sie das sagt, leuchten ihre Augen.

Und bei uns leuchtet inzwischen die Sonne in den Raum.

Wir machen, daß wir in die Bahn kommen. Da die Berghütte





*Die Angst vor unnötigen Kommentaren, komplettem Unverständnis oder davor, die Gruppe aufzuhalten, ist meist so groß, dass Frauen oft lieber den Mund halten.*



*„Nächstes Jahr kommen wir wieder“, ruft Gabi. „Und bringen noch einen Problemfall mit“, ergänzt Andrea. Beide müssen lachen.*



**Mit Riesenschritten in die Luft – Gabi konzentriert sich auf den Startlauf (li.), Christine strahlt in Vorfreude auf den nächsten Flug**

oben samt Toiletten umgebaut wird, verschwinden wir erstmal kollektiv im Wald. Das ist natürlich ein Anlaß, um mal wieder fröhlich zu lachen. Zwei Flüge schaffen wir an diesem Montag. Den ersten mit schnellen Achten zum Eingewöhnen und einen zweiten mit Roll-Übungen. Nach jedem Flug besprechen wir in unserer Runde, was für einen Eindruck wir hatten und wie sich die Flugfigur angefühlt hat. Cordula gibt Tipps, muntert auf und bestärkt. Später, bei der Video-Analyse im Schulungsraum sagt Andrea: „So viele Flüge hintereinander habe ich schon lange nicht mehr gemacht. Ich freu’ mich schon richtig auf Morgen!“ Marion ergänzt, auch die nette Gesprächsrunde am Vormittag habe sehr geholfen, lockerer zu fliegen.

Am zweiten Tag nehmen wir uns mit den Großen Ohren, B-Leinen-Stall und der Spirale die Abstiegshilfen vor. „Es ist wichtig, daß man den Schirm auch zerstören will“, erklärt Cordula bei der Vorbesprechung des B-Stalls und fragt: „Gabi, willst Du Dein Schirmprofil zerstören?“ Gabi schüttelt energisch den Kopf: „Nein!“ „Dann wirst Du die B-Leinen nicht runter ziehen können. Ihr müßt es ganz fest wollen, nur so hat man als Frau auch die Kraft dazu“, entgegnet Cordula. Wir nicken. Jede von uns, die den B-Leinen-Stall an diesem Tag ausprobieren will, schafft ihn dann auch.

Inzwischen sind wir zu einer eingeschworenen Gemeinschaft zusammen gewachsen. Jede ermuntert jede, drückt die Daumen für die andere und freut sich über die Fortschritte und Erfolge der anderen mehr als über die eigenen. Für den dritten und letzten Tag nehmen wir uns viel vor: Unter anderem wollen Gabi, Andrea, Marion und Karoline noch mal an den Großen Ohren arbeiten, Michaela etliche Spiralansätze fliegen, Ursula, Iris und Paula spiralen und Christine, Nadine und ich den Full-Stall ausprobieren. Dank Cordulas guter Planung, Anleitung

und Betreuung und Elisabeths Geduld am Start schaffen auch an diesem Tag alle wieder das, was sie sich vorgenommen haben.

In der gemeinsamen Abschluß-Runde formuliert es Christine treffend: „Es war super. Wir hatten viel Spaß und jede von uns hat profitiert, individuell gelernt und sich verbessert. Vielen Dank, Cordula und Elisabeth! Die Stimmung ist ausgelassen. Strahlende Gesichter, wohin man auch blickt. Alle reden durcheinander. Plötzlich übertönen zwei Stimmen den allgemeinen Trubel: „Nächstes Jahr kommen wir wieder“, ruft Gabi. „Und bringen noch einen Problemfall mit“, ergänzt Andrea. Beide müssen lachen. Wir lachen mit. Eines steht jetzt fest: Cordula hat mit ihrem Sicherheitstraining nicht nur unser fliegerisches Können, sondern durch drei Tage Vermittlung nur positiver Erlebnisse auch die Selbstsicherheit jeder einzelnen von uns gesteigert. Jetzt können sie getrost kommen, die Hammer-Mega-Monster-Thermiken und der 99 Prozent Klapper! ☘





PRODUCT RANGE  
2008

### ALLES FEST IM GRIFF!

Wir haben 3 neue Steuergriffe entwickelt.  
Jetzt bei jeder Schirmlieferung alle 3 GRATIS dabei!  
Nutze diese Gelegenheit und greif zu!



## Anbieter von Sicherheitstrainings

**Flugschule Achensee**, Trainingsleiter Eki Maute, Cordula Cröniger (Frauentraining)  
[www.gleitschirmschule-achensee.at](http://www.gleitschirmschule-achensee.at)

**Flugschule Aufwind**  
[www.aufwind.at](http://www.aufwind.at)

**Flugschule Chiemsee**, Trainingsleiter Thomas Beyhl,  
[www.flugschule-chiemsee.de](http://www.flugschule-chiemsee.de)

**Flugschule Glide Zeit**, Trainingsleiter, Willy Grau,  
[www.glidezeit.de](http://www.glidezeit.de)

**Flugschule Habis Flugsport**, Trainingsleiter Fabian Schreiner,  
[www.klewenalp.de](http://www.klewenalp.de)

**Flugsport Team Holzmüller**, Trainingsleiter Walter Holzmüller,  
[www.teamholzmueller.com](http://www.teamholzmueller.com)

**Flugschule Hot Sport Sportschulen**, Trainingsleiter Günther Gerkauf, [www.hotspot.de](http://www.hotspot.de)

**Flugschule Sky Club Austria**, Trainingsleiter Walter Schrempf,  
[www.skyclub-austria.com](http://www.skyclub-austria.com)

**Sicherheitstrainings am Walensee** mit Daniel Loritz, über die Flugschulen Airsport 2000, X-Dream-Fly, [www.airsport.at](http://www.airsport.at) und Aktiv, [www.flugschule-aktiv.de](http://www.flugschule-aktiv.de) oder Aktiv-Fliegen, [www.aktivfliegen.de](http://www.aktivfliegen.de), buchbar.

TEL: +43-(0)512-546 444 | FAX: +43-(0)512-546 445 | [OFFICE@PRO-DESIGN.AT](mailto:OFFICE@PRO-DESIGN.AT)  
ZIMMETEREGG 4 | 6020 INNSBRUCK | AUSTRIA / EUROPE

[WWW.PRO-DESIGN.AT](http://WWW.PRO-DESIGN.AT)