

Zur Person

Adam Ondra wurde am 5. Februar 1993 im tschechischen Brno geboren und begann bereits im Alter von sechs Jahren mit dem Klettersport. Im Jahr 2006 bewältigte er als 13-Jähriger eine Route im elften Grad nach der UIAA-Skala bzw. 9a nach der französischen Schwierigkeitsskala. Im Jahr darauf gewann er die European Youth Series und wurde Jugend-Weltmeister der B-Jugend. Im Alter von fünfzehn Jahren hatte Ondra drei 9a+ Routen sowie zehn 9a-Routen begangen, darunter die legendäre „Action Directe“ im deutschen Frankenjura und „La Rambla“ in Siruana, Spanien. Im Jahr 2008 gelangen ihm neben „WoGü“ (8c, 7SL), eine der schwierigsten alpinen Routen der Alpen, auch zwei 8c+ onsight-Begehungen im spanischen Santa Linya. 2009 erreichte er bei der Weltmeisterschaft in China den zweiten Platz der Erwachsenenklasse und gewann im selben Jahr mit vier Weltcupsiegen den Gesamtweltcup 2009. Am Fels verschob er das Limit hin zu 9a+/9b, um im Jahr darauf mit „Golpe de Estado“ in Siruana die erste von insgesamt fünf 9b-Routen zu klettern. 2010 gelang ihm mit drei Einzelsiegen auch der Sieg des Gesamtweltcups im Bouldern. Am 4. Oktober 2012 schaffte er „The Change“, die er selbst eingebohrt und mit „9b+“ bewertet hatte. Am 7. Februar 2013 kletterte er mit „La Dura Dura“ in Oliana (Spanien) eine weitere Route im Grad 9b+.

www.adamondra.com

QUERFELDEIN

Interview Adam Ondra

„Jeder Gedanke lenkt vom Klettern ab“

Der Tscheche Adam Ondra gilt als bester Sportkletterer der Welt. Anfang Februar setzte er im katalanischen Oliana an der knapp 45 Meter langen „La Dura Dura“ Akzente: Die erste im Grad 9b+ bestätigte Route lässt den Traum von „9c“ näherrücken.

Land der Berge: Du warst Dir kurz vor der Erstbegehung von „la dura dura“ relativ sicher, dass es bald gelingen würde.

Was hat dich so zuversichtlich gemacht?

Adam Ondra: Natürlich konnte ich es bei dieser Route nicht mit absoluter Sicherheit sagen. Aber ich war schon längere Zeit sehr kurz davor, es zu schaffen. Wenn ich so nahe an meinem persönlichen Limit klettere, sind Kleinigkeiten wie die Temperaturen ausschlaggebend. Letztes Jahr hätte es funktioniert, wenn ich keinen einzigen Fehler gemacht hätte, weil mir sonst die Kraft ausging. Dieses Jahr bin ich stärker und dadurch sind meine Möglichkeiten gestiegen.

LdB: Wie ist „la dura dura“ im Vergleich mit „The Change“, die erste 9b+, die du letzten Herbst in Norwegen erstbegehen konntest?

Ondra: „The Change“ ist eine sehr spezielle Route und entspricht genau meinem Kletterstil. Man muss extrem flexibel sein und äußert seltsame Bewegungsabfolgen vollführen. „La dura dura“ hingegen ist sehr explosiv und dynamisch und entspricht eher Chris Sharmas Kletterstil. Für meine Körpergröße, meine Bewegungsmuster ist sie hingegen nicht ideal und daher für mich persönlich etwas schwieriger. Unabhängig davon halte ich sie aber für ungefähr gleich schwer wie „The Change“.

LdB: Ist 9c damit in erreichbarer Nähe?

Ondra: Hinsichtlich des Schwierigkeitsgrads sollten wir heutzutage größere Abstände einhalten. Es sollte sich der Grad 9b+ manifestieren, bevor wir Grad 9c vorschlagen. Es sind derzeit zu wenige, die diesen Grad klettern und diskutieren können. Das heißt allerdings nicht, dass ich 9c für die Zukunft ausschließe. Ich glaube, dass der Klettersport noch lange nicht an seinem Gipfel angekommen ist. Sportklettern ist mit seiner vielleicht dreißigjährigen Geschichte ein extrem junger Sport.

LdB: Du glaubst also nicht daran, dass der menschliche Körper uns Grenzen setzt?

Ondra: Nein. Irgendwann werden wir vielleicht an den Punkt kommen, an dem es einfach nicht mehr schwieriger geht. Im Moment sind wir aber sehr weit davon entfernt.

LdB: Diesmal hast Du überwiegend zusammen mit dem amerikanischen Top-Kletterer Chris Sharma an der Route gearbeitet, der die Route mittlerweile auch klettern konnte und die Schwierigkeit bestätigt hat. Wie hast du eure Zusammenarbeit erlebt?

Ondra: Es macht sicherlich mehr Spaß, die Leidenschaft für eine Route zu teilen und sich darüber auszutauschen. Und wir haben uns definitiv gegenseitig geholfen. Ich bleibe häufig stecken, wenn ich eine Route alleine versuche. Man wird blind für naheliegende Lösungen und übersieht teilweise sogar Fingerlöcher und Tritte. Dann braucht man einen Perspektivenwechsel, den ein anderer Kletterer bringen kann. Dieser hält vielleicht einen Griff in einem andern Winkel – und plötzlich wird die Route sehr viel leichter.

LdB: Was könnt ihr konkret voneinander lernen?

Ondra: Wir haben einen völlig unterschiedlichen Stil. Chris klettert sehr geradlinig, dynamisch. Ich hingegen klettere immer extrem technisch. Es ist beim Klettern niemals gut, nur eine einzige Taktik anzuwenden. Man sollte variieren und Verschiedenes ausprobieren. Dazu hat uns die Zusammenarbeit angeregt.

QUERFELDEIN

Interview Adam Ondra

„Das Schöne am Felsklettern ist: Den Zeitpunkt selber wählen können.“

Adam Ondra

wirklich unter den Besten sein will. Und da ich in diesem Herbst mit meinem Universitätsstudium anfangen werde, werde ich wieder mehr in der Halle trainieren. Wenn ich jedoch wieder als Vierter oder Fünfter abschneide, lasse ich die Wettkämpfe endgültig sein.

LdB: Du hast sehr hohe Ansprüche an dich selbst. Ist das wichtig für den Erfolg?

Ondra: Es ist eher eine realistische Einschätzung dessen, was ich bringen kann. Und es wäre einfach nicht intelligent, unter meinen Fähigkeiten zu bleiben. Ich zwingen mich aber zu nichts, zu dem ich eigentlich keine Lust habe. Beim Felsklettern ist es oft so, dass ich eine Route unbedingt begehen will und das spielt mit Sicherheit eine Rolle dafür, dass es dann auch klappt.

LdB: Was geht dir durch den Kopf, wenn du ein Projekt wie „la dura dura“ oder „The Change“ abschließt?

Ondra: Das ist sehr schwer in Worte zu fassen und bei jeder Route verschieden. Manchmal ist es einfach nur pure Erleichterung. In „Change“ war es allerdings ein so vielfältiger Gefühlscocktail, aus reinem Glück, Erschöpfung, Erleichterung, dass man es selbst erleben muss.

LdB: Wie sieht es mit physischer Erschöpfung nach solch einer Erstbegehung aus?

Ondra: Natürlich bin ich erst einmal ausgelaugt. Aber nach einer Stunde könnte ich eigentlich schon wieder klettern. Größeren Einfluss hat der Faktor der mentalen Erschöpfung.

DIE GANZ HARTE

Viel Dynamik und explosive Züge ballen sich bei „La Dura Dura“ auf wenigen Metern zusammen.

LdB: Trainierst du deine Psyche?

Ondra: Nein, ich schöpfe aus meiner Erfahrung. Doch je ernster die Kletterei wird, umso schwieriger ist es, die mentalen Anforderungen zu erfüllen. Die letzten beiden Tage fiel es mir sehr schwer, den Kopf frei zu haben. Man darf an nichts denken. Oft hört man, man müsse ausschließlich ans Klettern denken, aber das ist nicht wahr. Jeder Gedanke, egal an was, lenkt vom Klettern ab. Körpererfahrung ist das einzig Verlässliche.

LdB: Es geht also gar nicht darum, eine starke Psyche zu haben, sondern vielmehr darum, sie ignorieren zu können?

Ondra: Genau. Es ist eine völlig falsche Vorstellung, dass eine starke Psyche die körperliche Seite des Kletterns ergänzt. Es ist viel eher so, dass jeder Gedanke, jedes Gefühl, den Körper daran hindert, seine volle Leistung zu bringen. Wir sind also aufgrund unserer Gefühle und Gedanken auf fünfzig oder achtzig Prozent unserer Leistung reduziert. Nichts zu denken gelingt mir aber nur an einigen wenigen Tagen im Jahr.

LdB: Stört es Dich, dass das Bild eines Wettstreits zwischen Dir und Chris Sharma verbreitet wurde?

Ondra: Nein, es stört mich eigentlich nicht. Das Wichtigste ist schließlich, dass Chris und ich es nicht als echte Konkurrenz ansehen. Wenn Außenstehende unser Verhältnis gerne so sehen wollen – dann sollen sie doch. Aber wir gehen einfach gemeinsam klettern und freuen uns daran.

LdB: Man kann heraushören, dass Spaß und Freundschaft für dich sehr wichtige Inhalte des Kletterns sind ...

Ondra: Ja, selbstverständlich! Es geht nicht nur um Herausforderungen und Schwierigkeitsgrade. Natürlich ist da der unbedingte Wille, das Projekt zu klettern und natürlich kann ich dabei die Bewertung nicht außen vor lassen. Aber dennoch habe ich Spaß am Prozess und an der Zusammenarbeit.

LdB: Genießt du wirklich immer den Arbeitsprozess an einer Route oder gibt es doch auch manche Momente der Frustration?

Ondra: Es gibt auch Momente echter Frustration; vor allem dann, wenn du kurz davor bist, eine Route erstzubegehen und immer wieder winzige, aber entscheidende Fehler machst. Doch Erfolg kann man nur haben, wenn man den Spaß an der harten Arbeit nicht verliert.

LdB: Du hast vor einigen Jahren die Kletterwelt mit extrem schwierigen alpinen Routen überrascht. Wie kommt es, dass du diese Richtung nicht weiter verfolgt hast?

Ondra: Es gibt in diesem Bereich einfach keine Routen, die mich ausreichend inspirieren. Wenn, dann würde ich gerne eine eigene Route eröffnen, in einem sauberen Stil, von unten her und mit so wenigen Bohrhaken wie möglich. Dafür fehlt mir im Moment aber die Erfahrung. Außerdem habe ich festgestellt, wenn ich meine Interessen zu sehr aufspalte, dann hole ich nicht das Beste aus mir heraus. Nur wenn ich mich auf eine einzige Disziplin konzentriere, kann ich dort ganz oben mitspielen und sehen, wie hoch ich die Latte legen kann.

LdB: Wie steht es mit Bouldern und Wettkämpfen?

Ondra: Bouldern betreibe ich nicht als vollwertige Disziplin, sondern eher als Training für das Sportklettern. Dieses Jahr werde ich überhaupt nicht an Wettkämpfen teilnehmen, nächstes Jahr will ich mich aber darauf konzentrieren. Ich habe vergangenes Jahr in Paris festgestellt, dass ich mich hundertprozentig auf die Wettkämpfe und auf das Hallentraining beschränken muss, wenn ich

In den Rucksack g'schaut:

1. Was ist bei jeder Tour dabei?

Natürlich meine Kletterausrüstung. Und da Klettertrips hungrig machen sind, brauche ich morgens Haferflocken. Entscheidend ist, die gute Laune von zu Hause mitzubringen.

2. Ihre liebste Kletterregion?

Die Flatanger Höhle in Norwegen. Ich fühle mich dort manchmal mehr zu Hause als in meiner Heimat.

3. Von welchen (Berg-)Zielen träumen Sie?

Natürlich vom Yosemite Valley, außerdem von Australien und Neuseeland – auch der Landschaft wegen.

4. Ihr Ritual nach einer wichtigen Erstbegehung?

Eine leichte Route zum „Abwärmen“, ein gutes Abendessen und in Norwegen ein Sprung in den eiskalten Fjord.

5. Was macht einen idealen Klettertag für Sie aus?

Klettern ist ideal; und jeder Klettertag ist perfekt.

6. Mit wem (historisch oder zeitgenössischen) würden Sie gerne eine Tour unternehmen?

Wolfgang Güllich. Er ist mein Idol, seit ich mit dem Klettern begonnen habe. Mit ihm wäre ich gerne in der Frankenjura unterwegs.

7. Ihr wichtigster Beitrag für Klima- und Umweltschutz?

Ich achte darauf, die Felsen und ihren Umkreis sauber zu halten, meinen Müll wieder mitzunehmen und lokale Nahrungsmittel zu essen.

8. Welche alpinliterarische Buch empfehlen Sie?

„Rockstars“ von Heinz Zak

9. Ihre Lebensphilosophie?

Meine Ehrlichkeit zu bewahren, egal, was andere Leute denken, und egal, ob es einen daran hindert, weiterzukommen.

10. Passionen abseits der Bergsteigerei?

Snowboarden, Langlaufen; an Ruhetagen gehe ich joggen, experimentiere ich beim Kochen oder lese Bücher.



© ANNKA MÜLLER

LdB: Hast du irgendwelche Rituale, um den Kopf auszuschalten?

Ondra: Ja, aber es ist eine Frage des Glücks, ob sie funktionieren oder nicht. Manchmal gelingt es mir, alle meine Zweifel und Sorgen am Fuß des Felsens zu lassen und mich voll aufs Klettern zu konzentrieren und manchmal nicht. Es kommt auch vor, dass ich unter der Route sitze und feststelle, dass die Zeit noch nicht gekommen oder heute kein guter Tag ist. Das ist das Schöne am Felsklettern: den Zeitpunkt selbst wählen zu können.

LdB: Dein nächstes Ziel wird Andalusien sein. Was hast Du dort genau vor?

Ondra: Nun, das ist das wirklich Tolle daran: Ich weiß es nämlich noch nicht. Vielleicht halte ich schon auf dem Weg dorthin irgendwo an, wo es mir gefällt. Wenn ich einen tollen Felsen sehe, werde ich mir die Bohrmaschine schnappen und loslegen. Das ist für mich eine ganz neue Erfahrung.

LdB: Für deinen Schwierigkeitsgrad gibt es ja ohnehin nicht sehr viele Routen, die du wiederholen könntest ...

Ondra: Es gibt schon noch einiges, das ich wiederholen könnte. Aber es reizt mich nicht besonders. Eine eigene Route zu finden, zu bohren und dann zu klettern, ist sehr viel befriedigender und abenteuerlicher. Du hast dann etwas völlig eigenes geschaffen.

Annika Müller