

Inklusives Trekking

Grenzen überwinden – Gemeinsam unterwegs im Balkan

Im Jubiläumsjahr schreibt der DAV ein inklusives Bergsport-Highlight aus: 12 Menschen mit und ohne Behinderung bereiten sich 2020 gemeinsam vor und gehen im Sommer 2021 auf eine Trekking-Tour im Dreiländereck Albanien/Montenegro/Kosovo. Die wilde Schönheit der touristisch kaum erschlossenen Grenzregion ist einmalig: Das Prokletije ist das größte Karstgebirge in Europa. Hier ist die Gruppe 10 Tage lang unterwegs auf Hirten- und Handelspfaden, die die Täler zwischen den schroffen Felsgipfeln seit Jahrhunderten verbinden.

Die Tour führt über die politischen Landesgrenzen und bietet den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, auch persönliche Grenzen zu überwinden. Bei der gemeinsamen Vorbereitung und unterwegs in der inklusiven Gruppe werden Erfahrungen jenseits der persönlichen Komfortzone möglich. Ob es die Wanderung durch abgelegene Täler ist, eine Übernachtung in einfachen Unterkünften oder eine Nacht am Berg im Zelt: in der Gruppe wird vieles möglich, was sich einzelne, z.B. wegen einer Behinderung, alleine nicht zugetraut haben. Auch bergsportlich gibt es in dem alpinen Gelände kaum Grenzen: Je nach Interesse und Kompetenzen gibt es verschiedene Optionen für Gipfelbesteigungen mit ganz unterschiedlichen Schwierigkeiten.

Welche Wege, Gipfel oder andere Ziele sich die Gruppe vornehmen möchte wird unter Beteiligung des ganzen Teams entschieden, nach Bedarf werden Ruhetage vorgesehen. Die Etappen werden gemeinsam geplant und dem Können der Gruppe angepasst. Dazu probieren wir während der Vorbereitungsmodule aus, in welchen Konstellationen wir als Gruppe am besten vorankommen. Für die Planung der Tour ergibt sich daraus eine realistische Abschätzung, welche Distanzen und Gehzeiten je nach Geländebeschaffenheit möglich sind.

Bergsteigen verändert – uns und andere

Das Trekking auf Etappen des Fernwanderwegs „Peaks of the Balkans“ führt teils durch hochalpines Gelände, teilweise in Nationalparks. Die Menschen in den Bergdörfern leben noch weitgehend von der Bewirtschaftung ihrer Äcker ohne Maschinen und von der Viehzucht. Durch die Entwicklung eines sanften Tourismus in der Region erhalten die Familien eine zusätzliche Erwerbsquelle, ein kleiner Beitrag gegen die anhaltende Abwanderung vieler Arbeitssuchender in die Städte. Durch den engen Kontakt mit der Bevölkerung in den Unterkünften lernt die Gruppe auch den Alltag der Bergbauernfamilien und ihre Sicht auf die Zukunft kennen. Das Trekking über Landesgrenzen hinweg setzt ein Zeichen gegen nationale oder ethnische Abschottung und unterstützt die friedliche Entwicklung der Menschen in einer Region, die in der Geschichte immer wieder Schauplatz von Kriegen war. Seit gut 10 Jahren wird im Zuge des Projekts „Peaks of the Balkans“ die Erhaltung, Markierung und Kartierung der Wege als nachhaltige Entwicklungszusammenarbeit gefördert.

Die inklusive Bergtour soll den Teilnehmer*innen die Möglichkeit eröffnen, über sich hinauszuwachsen. Dazu braucht es einen ehrlichen Umgang: mit den eigenen Grenzen, mit denen der anderen Teilnehmer*innen und auch mit den Eigenheiten der Menschen, denen wir unterwegs begegnen. Mit Offenheit und Respekt gegenüber dem Unbekannten können wir Neues kennenlernen. Das gilt für bergsportliche Techniken beim Unterwegssein in der Gruppe und genauso in der Begegnung mit anderen. Während der Vorbereitungsmodule geht es daher nicht nur um Tourenplanung - die Gruppe entwirft selbst ihr gemeinsames Projekt und entscheidet: Wie können wir als Gruppe mit gegenseitiger Unterstützung eine schöne abenteuerliche Tour im Balkan planen und durchführen?

Was wollen wir? Was ist uns wichtig für die Tour? Was ist uns wichtig im Umgang miteinander? Wie können inklusive Touren gelingen?

Voraussetzungen

Bewerber*innen mit und ohne Behinderung müssen mindestens 18 Jahre alt sein und eigenverantwortlich Entscheidungen treffen können. Erfahrung im alpinen Gelände ist eine Voraussetzung, dazu Ausdauer für vier- bis sechsstündige Tagesetappen mit 800 Höhenmetern und die Bereitschaft, mit wenig Komfort unterwegs zu sein.

Die An- und Abreise erfolgt gemeinsam im Kleinbus. Unterwegs helfen abschnittsweise Tragtiere beim Gepäcktransport. Wo keine Maultiere dabei sind, muss die Gruppe ihr Gepäck selbst tragen.

Als Unterkünfte dienen Hotels bzw. Gastehäuser, Hütten oder Zelt. In abgelegenen Dörfern sind die Unterkünfte teilweise sehr einfach.

Für eine verlässliche medizinische Versorgung in den abgelegenen Regionen stellt der DAV eine eigene ärztliche Begleitung.

Die Tour wird geleitet von einem erfahrenen Team:

Sascha Mache, Trainer für Hochtouren und inklusiven Bergsport und Christiane Werchau, Erlebnispädagogin und Mitglied im DAV-Lehrteam Klettern für Menschen mit Behinderung.

Die Balkan-Tour baut auf den Erfahrungen der inklusiven Alpenüberquerung auf, dem Vorgängerprojekt des DAV, das 2018 mit großem Erfolg abgeschlossen wurde: (Panorama 6/2018 bzw.

https://www.alpenverein.de/dav-services/panorama-magazin/gemeinsam-ueber-berge-inklusion-im-dav_aid_32439.html)

Termine

Zur intensiven Vorbereitung trifft sich die Gruppe zu vier Vorbereitungsmodulen:

KennenlernModul: 18. – 22. März 2020 Fränkische Schweiz

PlanungsModul: 8. – 11. Oktober 2020

TrainingsModul: Frühjahr 2021 Wochenende

Testtour: Juni 2021 4 Tage Gebirge

Balkantour: August/September 2021 10 - 15 Tage

AuswertungsModul: November 2021 Wochenende

Kosten des Projekts

Die Module und die Tour werden vom DAV Bundesverband unterstützt und finanziell gefördert. Die Teilnehmer*innen tragen die Kosten ihrer Anreise zu den Modulen. Übernachtung, Essen und sonstige Leistungen auf den Modulen werden mit einem geringen Eigenanteil in Rechnung gestellt. Die ärztliche Begleitung auf der Tour im Sommer 2021 und die Teamleitung finanziert der Alpenverein.

Bewerbung

Unter <https://www.alpenverein.de/Bergsport/Inklusion/> können Interessierte die Bewerbungsunterlagen herunterladen. Bewerbung per E-Mail an Sascha.Mache@dav-offenbach.de bis zum 3. Januar 2020.

Weitere Informationen zu den Peaks of the Balkans

Video Bayerischer Rundfunk - Bergauf Bergab „Peaks of the Balkans“ 01.10.2017

<https://www.youtube.com/watch?v=snH9x12rQuA>

Video MDR: Biwak „Geheimnisvolles Albanien“ 1/5 – 5/5

<https://www.youtube.com/watch?v=QZRQfhhOGTY>

Privates Urlaubsvideo:

<https://www.youtube.com/watch?v=LniEHDFk4nk>

Offizielle Seite

<https://peaksofthebalkans.info/>

Führer/Karten

Rother Führer „Peaks of the Balkans“

<https://www.rother.de/rother%20wanderf%20FChrer-peaks%20of%20the%20balkans-4491.htm>

Die Region der Tour bei Google maps

<https://www.google.de/maps/@42.4173379,19.8279065,7z>