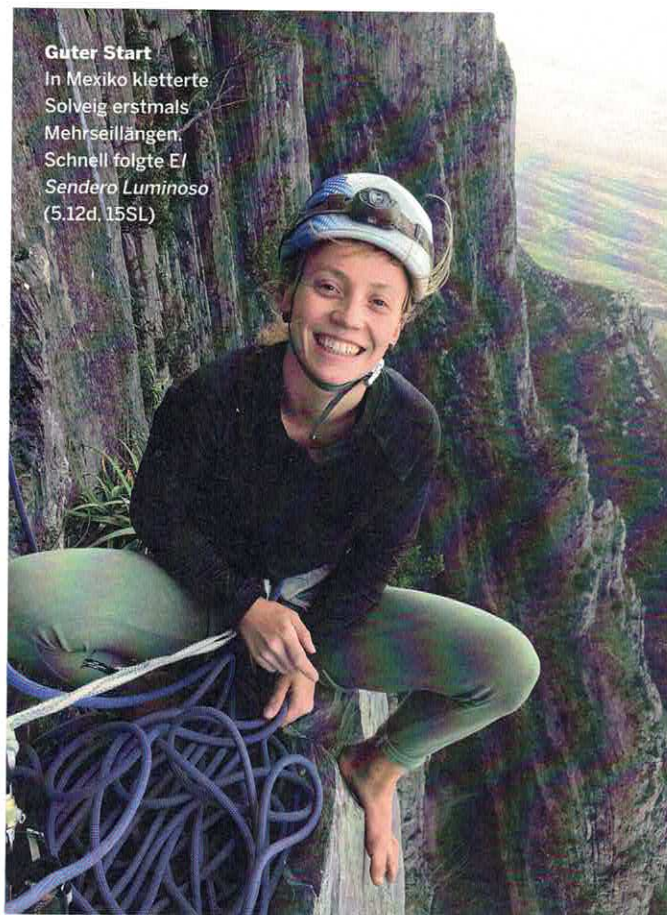


voll auf FOKUS FELS

Guter Start

In Mexiko kletterte Solveig erstmals Mehrseillängen. Schnell folgte E/ Sendero Luminoso (5.12d, 15SL)



Schon beim Wettkampfklettern war Solveig Korherr erfolgreich, inzwischen reißt die 22-jährige am Fels alles nieder. Ein Gespräch über Projekte und die nötige Lockerheit.

INTERVIEW SARAH BURMESTER
FOTOS JON SHEN

Mit 154 Zentimetern Körpergröße gehörst du nicht gerade zu den Riesen, beeinflusst das deinen Kletterstil?

Stimmt (lacht)! Vielleicht hat das dazu beigetragen, dass ich das Seilklettern als meine Disziplin gewählt habe. Es war für mich ja schon immer so, dass ich weite Züge bewältigen musste. Also habe ich eine gute Blockierkraft entwickelt und Kreativität, um für mich machbare Lösungen zu finden. Deshalb liegen mir vermutlich auch Gebiete mit vielen Tritt-Optionen wie Bürs, da kann ich einfach viel höher stehen. Früher habe ich viel geturnt, dadurch bin ich sehr beweglich, und das eröffnet mir zusätzliche Möglichkeiten, wie man schwere Stellen lösen kann. Und ich hatte immer eine gute Ausdauer. Dynamisch zu klettern und ‚auf Risiko gehen‘ lag mir früher nicht so. Ich klettere lieber statisch und kontrolliert, oldschool sozusagen. Daher fiel mir das Bouldern auch schwer. Bei den Jugendwettkämpfen musste man aber alle Disziplinen machen, da kam das dann natürlich dazu.

Aber jetzt kletterst du hauptsächlich am Fels?

Nach dem Abitur habe ich mir erstmal ein Jahr Zeit genommen, weil ich während der Schulzeit und mit den Wettkämpfen kaum an den Fels gekommen bin. Ich arbeite jetzt in der Kletterhalle in Schaffhausen. Aus dem geplanten Jahr sind jetzt schon vier Jahre geworden. Der Wettkampfstil hat sich ja stark verändert und hat mir nicht mehr so viel Spaß gemacht. Gerade beim Bouldern mit den Sprüngen habe ich mich sehr schwer ge-

tan, das war noch nie meins. Seither fokussiere ich mich auf den Fels und blühe da auch auf.

Kommst du am Fels ohne Springen aus?

Also ich habe mein Training tatsächlich etwas umgestellt, bouldere mehr und habe mich auch im Springen verbessert. Am Fels muss ich zwar schon mal einen Griff anspringen, aber das ist ja dann im Vergleich zum Wettkampf einfach, weil man ‚nur‘ mal nach oben springt und nicht mit drei Weiterleitern seitwärts springen muss. Längenzüge versuche ich auch mit

anderen, kleineren Griffen und meiner Beweglichkeit zu lösen.

Gibt es neben Bürs noch Gebiete, die du besonders schätzt?

Die Red River Gorge in Kentucky mit den vielen Leisten taugt mir mega – das ist so ausdauerlastig, das liegt mir sehr. Aber grundsätzlich mag ich es, an unterschiedlichen Felsstrukturen zu klettern, das bringt mich weiter und ist vielfältiger. Vor den USA war ich kaum am Sandstein aber jetzt klettere ich voll gern am Sandstein, und genieße auch, mit neuen Anforderungen klarzukommen.

Solveig Korherr

Geboren 1998 in Singen, begann Solveig dank ihres kletternden Vaters mit dem Klettern, als sie auch Laufen lernte. Seit ihrem Abitur 2016 widmet sie sich dem Sportklettern am Fels und konnte einige schnelle Begehungen von harten Routen einstreichen: 2019 kletterte sie mit *Southern Smoke* in der Red River Gorge in den USA ihre erste 8c+, zwei Wochen später legte sie noch *Lucifer* (8c+) nach, für die sie vier Tage brauchte. 2020 kletterte sie unter anderem *La Cabane au Paradis* (8c+) in Rawyl, *Body Building* (8c+/+) in Bürs und *King of the Bongo* (8c) am Rottachberg. *Disneyland* (8b) in Rawyl gelang ihr on sight.

Wie kommt es, dass du so viel in USA unterwegs warst? Gefällt es dir dort so gut?

2018 habe ich in Griechenland beim Klettern meinen Freund kennengelernt, der aus Kanada ist. Seitdem reise ich viel mit ihm. Eigentlich hatte ich schon einen Studienplatz in Physiotherapie, habe dann aber doch entschieden, lieber erst noch zu reisen und zu klettern. Jetzt haben wir schon zwei große USA-Reisen gemacht. Angefangen von Chattanooga in Tennessee und Horse Pen 40 in Alabama über die New River Gorge in West Virginia bis zu den Klettergebieten in Mexiko habe ich viel Neues gesehen. So habe ich gelernt, an Sintern zu klettern, und in Potrero Chico habe ich meine ersten Mehrseillängen-Routen gemacht. Dann wollte ich unbedingt noch in die Red River Gorge. Da hatte ich mir schon gedacht, dass mir das gut liegt. Tatsächlich konnte ich dort schnell bis 8b+ klettern. Das hat mich selbst überrascht, dass da direkt so viel ging, und hat auch mein Selbstbewusstsein gestärkt. Dann mussten wir aber erstmal wieder ein paar Monate arbeiten – und trainieren natürlich.

Leisten aus der Hölle

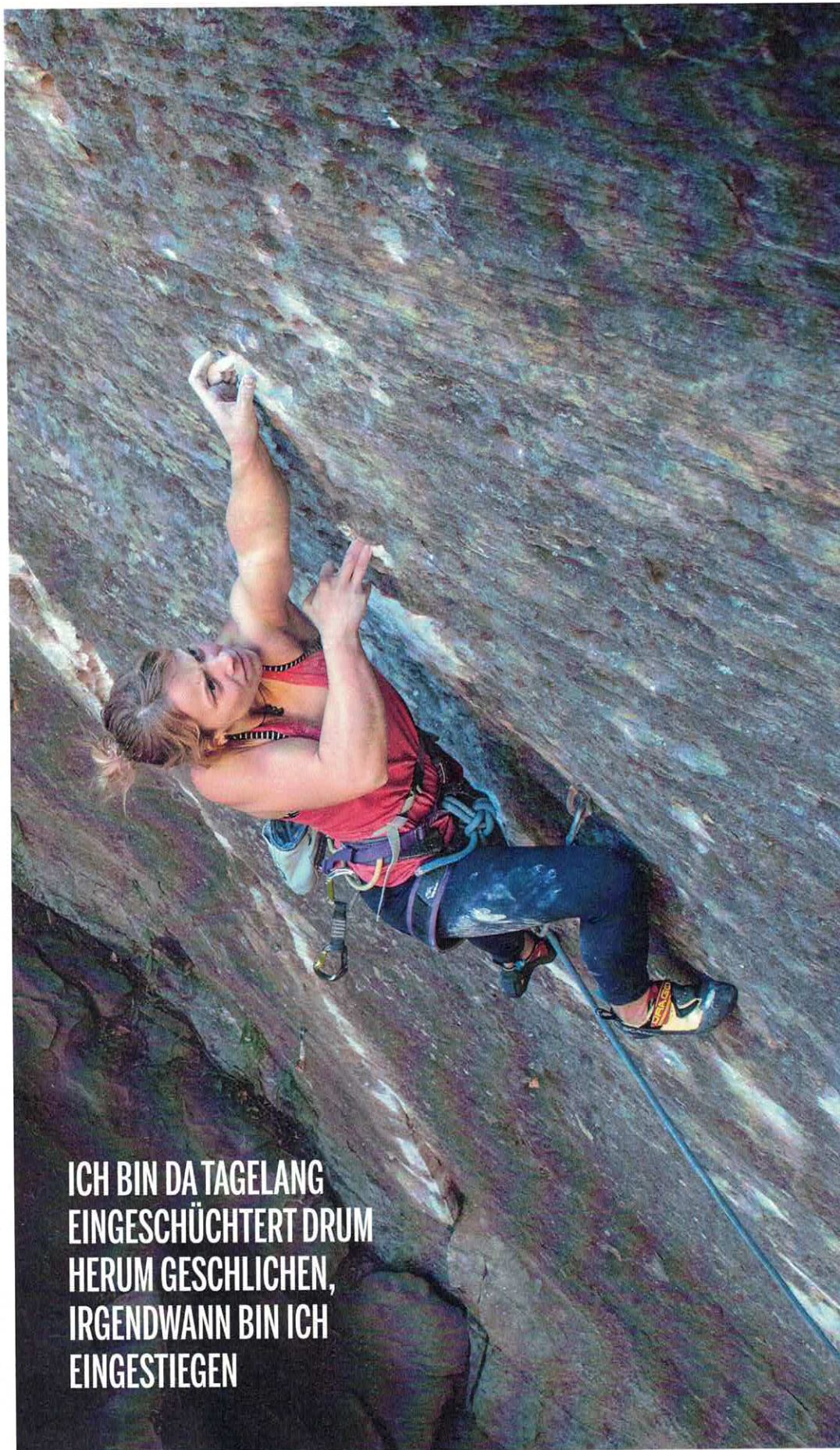
2019 kletterte Solveig mit *Lucifer* in der Red River Gorge ihre zweite 8c+, sie brauchte dafür vier Tage.

Also reisen, arbeiten, reisen?

Ja, ich habe das Glück, dass ich das machen kann. Ich finanziere meine Reisen selbst und bin dankbar, dass die Kletterhalle in Schaffhausen, mein Arbeitgeber, da mitmacht und die sogar gut finden, was ich mache. Wenn die mich an der Theke gerade nicht brauchen, schraube ich Routen, das mache ich sowieso am liebsten. Manchmal bin ich auch in anderen Hallen zum Schrauben unterwegs. Irgendwann will ich dann schon noch Physiotherapie studieren oder eine Ausbildung machen, aber jetzt gerade läuft es so gut. Wir haben so ein Glück, dass es mit unseren Jobs so geht. Dadurch sehen wir uns auch regelmäßig, das ist schon gut für jetzt (grinst).

Wie kam es zu deinem leistungsmäßigen Durchbruch 2018?

Das war, als ich zum ersten Mal in Siurana war. Da gibt es mit *Kale Borroka* (8b+) diese Kingline. Bis dahin hatte ich noch nichts in dem Grad geklettert und hatte es auch gar nicht vor, aber dann hat mich diese Linie so fasziniert. Ich bin da tagelang eingeschüchtert drum herum geschlichen. Irgendwann war nicht mehr so viel los und ich bin eingestiegen. Das war schon schwer, aber die Züge gingen. Es war erste Mal, dass ich projiziert habe. Ich war eher ineffizient und bin immer wieder von unten eingestiegen, ohne die Schlüsselstelle mal in Ruhe auszubouldern (lacht). Ich habe neun Tage gebraucht um die Route zu klettern. Damals war 8b+ für mich mega groß. Da habe ich überhaupt gemerkt, dass ich sowas kann und mir auch mehr zutrauen kann. Das habe ich auch getan und noch mehr Routen in dem Grad geklet-



**ICH BIN DA TAGELANG
EINGESCHÜCHTERT DRUM
HERUM GESCHLICHEN,
IRGENDWANN BIN ICH
EINGESTIEGEN**

tert, und das hat erneut mein Selbstvertrauen gestärkt. Die nächsten Zehner gingen dann viel schneller. Da habe ich gemerkt, dass mir das Projektieren eigentlich taugt (lacht). Das hatte ich bis dahin nicht gemacht. Vom Wettkampf kommend, war ich voll aufs Onsightklettern ausgerichtet. 2019 konnte ich dann überraschend schnell, binnen drei Tagen, die *Nobody's perfect* (8c) in Bürs klettern. Inspiriert von Lena Herrmann habe ich im Frankenjura noch *Battle Cat* (8c) probiert und konnte sie in vier Versuchen durchsteigen.

Und dann hast du ja in der Red River Gorge noch einen draufgesetzt?

Schon 2018 hatte ich mich in der Red River Gorge am Ende des Trips mal zum Schnuppern in die *Southern Smoke* (8c+) reingehängt und die Züge ausgecheckt. Sie zu klettern, erschien immerhin vorstellbar. Zurück daheim hat mich das beim Trainieren voll gepusht, alles zu geben. Beim nächsten Mal in der Red River Gorge, Ende 2019, habe ich gemerkt, dass ich viel stärker geworden bin. Dann ging es megaschnell: In vier Versuchen konnte ich *Southern Smoke* rot-punkt klettern. Da hat geholfen, dass ich keine zu hohen Erwartungen hatte und mir keinen Druck gemacht habe. Auch die nächste 8c+, *Lucifer*, ging dann

megaschnell, das lief richtig gut. Leisten liegen mir halt echt. Danach wollte ich dann erstmal wieder leichter klettern, da habe ich gemerkt, dass die Luft raus ist. Sowohl mental als auch physisch habe ich abgebaut, die Fingerkraft hat nachgelassen. Deshalb ist der Rhythmus mit den zwei, drei Monaten Reisen und dann wieder was anderes machen und trainieren gut für mich. Ich brauche Abwechslung. Wenn man nur noch am Fels ist, ist das irgendwann nichts Besonderes mehr. Dann bin ich wieder motiviert, in der Halle zu trainieren.

Wie trainierst du?

Da ich nah an der Grenze wohne, habe ich früher im Wettkampfkader des Regionalzentrums Nordost-Schweiz mittrainiert. Von meinem Trainer Thomas Achermann habe ich gelernt, wie man Trainingspläne erstellt, Phasen strukturiert – aber eben alles aufs Wettkampfklettern abgezielt. Mittlerweile schreibe ich mir meine Trainingspläne selbst und habe sie aufs Felsklettern ausgerichtet. Also weniger Onsightklettern – mein Vater hat mich dafür früher sehr viel rumgefahren in die verschiedenen Hallen. Auch von meiner Zeit im deutschen Kader habe ich natürlich viel mitgenommen, was das angeht. Tatsächlich besteht mein Training



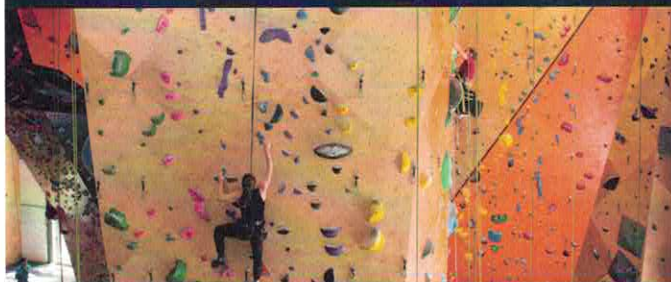
Hart trainieren Beim Felsklettern ohne Druck einsteigen, sich beim Training dafür um so mehr pushen – Solveig im Aranea+ in Schaffhausen

Foto: Patrick Stoll

CLIMB ON! RENTAL PROGRAM

THE EASIEST WAY TO BELAY

- ✓ No device downtime
- ✓ No service fees
- ✓ No shipping fees
- ✓ The easiest way to own a TRUBLUE



TRUBLUE CLIMB ON! RENTAL PROGRAM

WHY JOIN THE CLIMB ON! RENTAL PROGRAM?

NO DEVICE DOWNTIME: When your TRUBLUE recertification is due, a replacement device will arrive in the mail with a brand new webbing and fresh servicing. Simply replace your device currently in use with the new one and send the old one back with the prepaid shipping label.

HASSLE FREE SERVICE: No service dates to remember, no paperwork, no boxes to store, no shipping fees, no hassle.

NO HIDDEN FEES: Never pay for annual service, repair parts, shipping, or anything else.

LOWEST UPFRONT COST: The easiest way to equip your gym with auto belays at only \$99 each per device per month.

LIFETIME WARRANTY: As long as you stay in the program, your TRUBLUE will be covered by our hassle-free warranty.

READY TO BRING TRUBLUE TO YOUR GYM?
CONTACT info@ziplineeurope.com TO GET STARTED



SERVICE MY DEVICE

WE MAKE IT EASY FOR YOU TO SERVICE YOUR DEVICE IN THREE EASY STEPS

1

Contact us to get your free shipping labels. (Germany ONLY)

2

Print the labels and put on the original HRT box.

3

Wait for shipping company to pick up your devices.

Contact us for more information or to order your next service.

+46 70 551 5925

info@ziplineeurope.com

www.ziplineeurope.com

SCANDINAVIA
head rush
SERVICE CENTER
BY ZIPLINE EUROPE



Bouldern macht stark

Auf den Lofoten verließ Solveig öfter die Komfortzone. Die Seilspezialistin klettert King Fisher (Fb 7A+).

mittlerweile fast nur noch aus Bouldern und Fingerboard, um Kraft für die schweren Züge am Fels aufzubauen. Das hat mir als Ausdauerkletterin sehr geholfen, weil mich harte Einzelstellen jetzt nicht mehr ausbremsen. Auch das viele Training am Fingerboard während der Corona-Zeit hat mir viel gebracht, meine Finger sind noch einmal stärker geworden. Das Training am Campusboard hat auch meine Dynamik verbessert. Die Ausdauer kommt am Fels dann eh. Seit zwei Jahren trainiere ich auch regelmäßig am Moonboard, das schlägt bei mir gut an. Am Anfang war ich vor allem im einarmigen Hängen am Fingerboard recht schlecht, da musste ich erstmal mit Unterstützung anfangen (grinst). Das hat sich jetzt deutlich verbessert, und für den Fels hat mir das viel gebracht.

Was hat sonst noch deine Entwicklung ausgemacht?

Insgesamt bin ich ein ehrgeiziger und ungeduldiger Mensch und hatte immer ambitionierte Ziele. Ich habe neben den Kletterwett-

ICH HOFFE, DASS ICH MITTLERWEILE ETWAS LOCKERER GEWORDEN BIN UND WENIGER VERBISSEN

kämpfen auch viele Jahre wett-kampfmäßig geturnt und dadurch zwangsläufig Disziplin entwickelt, um Turnen und Klettern neben der Schule überhaupt unter einen Hut zu bringen. Beim Reisen, in Skandinavien beim Tradklettern zum Beispiel, habe ich dann gelernt, den Fokus von den Graden wegzunehmen und mich auf etwas komplett Neues einzulassen. In Flatanger im Granit hatte ich erstmal Schwierigkeiten und war anfangs etwas gefrustet. Dort sind die Züge sehr boulderlastig, man muss viel mit Knieklemmern agieren, was

mir schwergefallen ist anfangs. Klettern ist so komplex, man kann so viel lernen und muss dazu aber geduldig sein. Als ich das gecheckt hatte, konnte ich es auch viel mehr genießen. Ich hoffe, dass ich mittlerweile etwas lockerer geworden bin und weniger verbissen. Und das Reisen hat mir geholfen, offener zu werden – früher war ich sehr schüchtern. Ich fand es schwierig, auf fremde Menschen zuzugehen und dann noch englisch zu sprechen (lacht)! Das Reisen hat mich auch selbstständiger gemacht.

Hast du ein Lieblingsessen? Wie ernährst du dich?

Derzeit ist Spinatlasagne mein Favorit! Seit kurzem esse ich auch vegetarisch, wie viele Kletterer. Außerdem esse ich etwas weniger Brot als früher und fühle mich seitdem besser, irgendwie gesünder. Als ich 16 war, hatte ich für eine Weile eine Schilddrüsenüberfunktion, da musste ich bei den Wettkämpfen aussetzen, Medikamente nehmen und hatte krasse Gewichtsschwankungen. Glücklicher-

weise geht es mir jetzt seit drei, vier Jahren deutlich besser, und heute fühle ich mich gesünder und deutlich wohler in meinem Körper. Man merkt ja auch am Klettern, ob es einem gut geht.

Was ist deine Lieblingsmusik?

Elektro mag ich ganz gern, aber nicht so hardcore Techno (grinst).

Dein Tipp für Kletteranfänger?

Oh, da kann ich natürlich nur das sagen, was jeder sagt (lacht). Am Anfang muss man einfach viel, sehr viel klettern. Manche Anfänger haben auch schon viel Kraft und vernachlässigen darüber ihre Fußtechnik. Dabei ist da sehr viel rauszuholen, damit könnten sie noch viel stärker klettern! Und ich habe beobachtet, dass manche große Menschen, die relativ weite Züge machen können, Gefahr laufen, dass sie die Fußtechnik vernachlässigen – weil sie es können.

Das heißt, kleine Menschen klettern besser?

Naja, sie müssen es oft eher lernen als die Großen (grinst).