Vor prächtiger Kulisse: Auf der Zugspitze gibt es breite und gespurte Abfahrten – und tolle Tiefschneehänge ...

Ein Tänzchen im Schnee

ABS – drei Buchstaben, eine Philosophie: zwei Tage im Tiefschneecamp / Von Stefan Zahler (Text und Fotos)

Am Ende ist dann doch alles gut. Praxis besiegt Vorbehalt, Erfolg Vorstellungsvermögen, Tiefschneegefühl Niedergeschlagenheit. Zwei nachdenkliche Tage liegen zwischen Frust und Spaß, ausgelöst durch einen Mann, der berufen scheint, den Menschen den Spaß am Skifahren zu vermitteln. Protokoll eines schwierigen Umerziehungsversuchs.

ABS: ANDREHEN, BEUGEN, STRECKEN

Samstag, 8.30 Uhr. Ein Traumtag kündigt sich auf Deutschlands höchstem Berg an. Die Sonne strahlt die Zugspitze an, die Pistenbullys räumen frischen Schnee aus der Piste, Mitarbeiter des Restaurants befreien die Terrasse vom weißen Gold und stellen Tische und Bänke auf. 70 Leute haben sich hier oben versammelt, um ihrem Hobby Skifahren neue Impulse zu geben. „Tiefschneekurs“ mit Ernst Garhammer und seinem Team steht auf der zwei- beziehungsweise viertägigen Agenda der Frühaufsteher. Der Chef persönlich erklärt, was in den nächsten Stunden passieren wird: Einfahren, Gruppeneinteilung, Kursbeginn, Videoaufzeichnung, Videobesprechung.

„Dem Ski Zeit lassen.“ Skilehrer Reimund Fischer erklärt die richtige Technik.

„Skifahren ist wie Tanzen“, sagt Reimund Fischer, „eins, zwei, drei – eins, zwei, drei.“ Der Coach, so nennen sie bei Garhammer die Skilehrer, hat in den nächsten zwei Tagen das (zweifelhafte) Vergnügen, über viele Jahre etablierte Vorstellungen von technisch gutem Skifahren von der Festplatte seiner Schüler zu löschen und neue zu installieren. Es gibt leichtere Aufgaben. Deshalb funktioniert wohl nur eins: zurück zu den Wurzeln, zum Pflugbogenfahren ohne Stöcke. „Die brauchen wir nicht.“ Und wenn, dann müssen wir sie ab jetzt benutzen wie ein Seiltänzer seine Stange – zur Balance.

ABS – drei Buchstaben, eine Philosophie. Andrehen, Beugen, Strecken ist für Garhammer eine Formel, keine Technik. Es ist die Erkenntnis des ehemaligen Weltklassetrickskifahrers, wie man am besten und sichersten auf Skiern um eine Kurve kommt. Bei Garhammer wird der Schwung mit einer starken Oberkörperrotation ausgelöst, der Ski kommt in einem zweiten Schritt automatisch nach. Die nationalen und internationalen Verbände predigen anders: ruhiger Oberkörper in Falllinie, Schwungauslösung mit Knien und Füßen. „Ein phänomenaler Blödsinn“, fällt Garhammer, selbst staatlich geprüfter Skilehrer, dazu ein. Zwei unvereinbare Techniken treffen aufeinander.

Umdenken fällt schwer, die Ausführung noch schwerer. „Linker Arm vor, rechter Arm vor“, ruft Reimund immer wieder. „Nicht überdrehen, die Hand nicht fallenlassen, dem Ski Zeit lassen.“ Es sind immer wieder die gleichen Kommandos, an der Ausführung ändert sich wenig. Das Gefühl, besser auf dem Ski zu stehen, fehlt, ob auf der Piste oder in ungespurtem Schnee. Den ganzen Tag ...

ANGST ABBAUEN, DARUM GEHT ES

Frustbewältigung am Abend. Wer sich mit Ernst Garhammer übers Skifahren unterhält, muss Zeit mitbringen. Garhammer lebt und liebt seinen Sport. Und kämpft für ihn – mit seiner ABS-Technik und gegen die verkrusteten Ansichten der Skioberen dieses Landes, aber auch gegen die aus Österreich und der Schweiz. Garhammer ist ein Überzeugungstäter. Er mag es, Antworten mit Fragen einzuleiten: „Was ist eigentlich Tiefschnee? Wenn der Schnee zehn Zentimeter tief ist, 20 Zentimeter? Wenn er von Pistenraupen gepresst wurde? Was sind eigentlich Carvingski? Wie breit sind die?“ Die Augen blitzen kurz auf, fragend, dann gibt er die Antwort selbst: „Siehst es? Spürst es?“, sagt er in feinstem Bayerisch, „wir sprechen von Dingen, die nicht einmal genau definiert sind.“ Nur wenn man die Dinge verstehe – Garhammer wird philosophisch – , wenn man genau herausfiltere, was beim Skifahren eigentlich passiere, wie man also um die Kurve komme, könne man weiterkommen. Und Angst abbauen. Denn das sei das Hauptproblem vieler Skifahrer.

Und? Was passiert nun genau? Geduld, erst mal Grundsätzliches: „Die Physik ändert sich nicht. Richtig?“ Richtig. Zum Beweis holt er ein Foto hervor, es ist ein Skifahrer aus einem Lehrbuch von 1925. „Das zeigt genau das, was wir lehren. Körperrotation, kein Hüftknick, keine Belastung im Knie und im Rücken.“ Ein Foto als Beweis dafür, dass er eben kein Revoluzzer ist, als der er gerne hingestellt wird.

Skifahren ist für den 57-jährigen Garhammer Gesundheitssport, „es geht darum, von A nach B um zwei Kurven zu kommen“. Und das möglichst schonend. „Skifahren muss wie eine sanfte Massage sein, und das für jeden.“ Aha.

SCHNEEWALZER IM TIEFSCHNEE IST ANGESAGT

Sonntag, 8.30 Uhr, Zugspitze. Es hat die ganze Nacht geschneit, es rieselt immer noch aus tiefhängenden Wolken, der Neuschnee türmt sich auf fast einen Meter. Kurze Aufwärmrunde, dann zieht es Reimund in den Tiefschnee. Gemächlich zunächst, es geht darum, das Risiko so gering wie möglich zu halten. Reinfühlen, rantasten an und in den Hang. Wie ist der Schnee? Wie das Gelände? Droht Gefahr von Steinen? Das geht am besten mit einer tiefen Pflugbewegung. „Schaut euch an, wie Kinder fahren. Tiefe Position, ausgestellte Ski, Körperrotation. Das ist genau das, was wir machen“, erklärt Reimund. Zwei, drei Bögen macht der gebürtige Blumberger vor, dann schließt er die Beine und zieht seine Kurven in dem hüfthohen Neuschnee. Spielerisch leicht. Mit dem Oberkörper leitet er die Kurve ein, lässt den Ski tief unten gewähren. Der zieht nach, Schwung für Schwung.

Schneewalzer, Nachmachen erlaubt! Und, Überraschung: es funktioniert. Zumindest hier im Tiefschnee ist der Rhythmus da. Ist eigentlich auch logisch: In so tiefem Schnee kann der Impuls für eine Kurve nicht aus den Beinen kommen.

Garhammer schaut vorbei. „Tak, tak, tak“, gibt er sich und seiner Gruppe den Rhythmus vor. Viele seiner Schüler sind Wiederholungstäter, sie fühlen sich sicher im Tiefschnee, seit sie die neue Technik verinnerlicht haben. „Wir sind die Nummer 1 in Sachen Tiefschneekurse, vier von fünf kommen früher oder später wieder“, sagt Garhammer. Und warum, fragt er süffisant nach? „Weil sie mit ihrer alten Technik irgendwann nicht mehr weitergekommen sind.“

Rund 1800 Skiverrückte jeden Fahrkönnens suchen jährlich Rat und Hilfe bei Garhammer Ski Tours und buchen einen Kurs, ob Anfänger-, Tiefschnee-, Buckelpistekurs oder Helitrip nach Kanada, in den Kaukasus oder Kamtschatka. 35 bis 40 Skilehrer beschäftigt Garhammer während der Saison, sie gehören alle zum Freundeskreis – „das ist mir wichtig“.

Wichtig ist ihm auch der Dialog. Mit dem deutschen Skiverband. Er ärgert sich mächtig darüber, dass in all den Jahren niemand von den hohen Herren mal bei ihm vorbeigeschaut hat, um über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Techniken zu diskutieren. Immerhin stellt er eine gewisse Bewegung fest. „Der Skiverband hat viele Jahre eine Technik gelehrt, die nichts anderes war als Korrekturbewegungen.“ Und jetzt? „Die derzeitige Lehrmeinung ist: Alles ist erlaubt.“

Und dann sagt der Überzeugungstäter noch einen Satz, der keinen Widerspruch zulässt: „In 20 Jahren wird in den Lehrbüchern nichts anderes drinstehen als das, was ich sag.“ Zeit also zum Umdenken – zumindest im Tiefschnee ...

INFOBOX

GARHAMMER SKI TOURS

„Tiefschneelust statt Pistenfrust“ lautet das Motto bei Ernst Garhammer. Der ehemalige Weltklassetrickskifahrer bietet in seiner Skischule die unterschiedlichsten Kurse an: Anfängerkurse, Freeridekurse, Kindertiefschneekurse, Ladies-Tiefschnee-Specials, Buckelpistenkurse, Skitouren, Heliskiing. Reimund Fischer bietet mehrmals im Winter im Kleinwalsertal Lawinencamps an.

Kontakt: Ernst Garhammer, Forellenweg 1, 82272 Moorenweis, ☎ 08146/1556, Fax 08146/7393, E-Mail: Garhammer@aol.com,
Internet: www.garhammer-ski-tours.de, www.lawinencamp.de

Da geht das Herz jeden Tiefschneefreunds auf: Reimund in Aktion