

Die Stube in der Natur:  
Lagerfeuer im «Reflektor».

# Survival am Bodensee

Als urbaner Mensch plötzlich draussen überleben, geht das? Der Autor hat unter kundiger Leitung probiert, die wichtigsten Grundkenntnisse zu erlangen. Dazu gehören das Sammeln von Laub und das Feuerbohren ebenso wie das Imitieren eines Bären.

**A**m Hauptbahnhof Zürich kaufe ich einen letzten Kaffee im Pappbecher und steige in den Zug nach Mammern am Bodensee. Fertig Zivilisation für fünf Tage! Ich bin für einen Survivalkurs im Wald angemeldet. Statt einem Zelt bringt der Fotograf eine grosse Plane aus leichtem Nylon mit, die wir an Bäumchen und zwei Stecken aufspannen. «Tarp» nennt sich so ein Zeltdach.

Auch Survival-Instruktor Christof Hagen schläft unter einem Tarp. «So ist man nicht wie in einem Zelt ein Fremdkörper im Wald. Die Tiere kommen vorbei und schauen, wer da ist.» Hagen beschäftigt sich seit 35 Jahren

mit dem Überleben draussen in der Natur und hat vor über 25 Jahren die Survival Outdoor Schule (SOS) gegründet.

An diesem Grundkurs nehmen neben Hagen und zwei weiteren Instruktoressen zwölf Personen teil. Die Motivationen der Teilnehmenden sind vielseitig. «Ich will einen tieferen Zugang zur Natur», erklärt eine Kindergärtnerin und Yogalehrerin. «Ausgleich zum Büro», meint ein IT-Lehrling. Zwei Steiner-Schüler planen ein Überlebensprojekt als Maturarbeit, ein Jungwacht-Leiter will eine Velotour nach Schweden machen. Vorwissen braucht es für diesen Kurs keines: «Was

die Leute brauchen, ist eine positive Einstellung zum Leben in der Natur», sagt Hagen.

Am ersten Tag lernen wir, Sammler zu sein: Aus dem Buchenwald schleppen wir Stöcke, Äste und riesige Mengen von Laub an. Die Stöcke treiben wir mit Steinen in einem Kreis in den Boden und stopfen die trockenen Blätter als Isolationsmaterial dazwischen. In der Mitte dieses sogenannten Reflektors gibt es eine Feuerstelle. «Die Stube in der Natur», nennt Hagen diesen gebauten Platz. In dieser Stube werden wir gemeinsam essen und während der Theorielektionen sitzen und eifrig mitschreiben.



Wo Rauch ist, ist – mit etwas Glück – auch Feuer.

Survival ist Know-how, Praxis und Philosophie. Hagen will möglichst viel von allem in die fünf Kurstage packen. Wir treffen uns jeweils um sieben Uhr morgens zum Morgenessen im Reflektor und erst nach zehn Uhr abends gehen wir schlafen.

Jeweils eine Dreiergruppe kocht das Morgen- und Abendessen: Risotto, Griessbrei, Linsen oder Polenta. Einmal sammeln wir Wildpflanzen und machen Tee, Pesto für Spaghetti und Salat. Das meiste Essen bringen die Teilnehmenden mit. «Wenn wir alles sammeln müssten, verlören wir zuviel Ausbildungszeit», erklärt Hagen. Zudem müsse sich der Zivilisationsmensch an Naturnahrung anpassen. «Wir haben auch Hunger im Kopf.»

Am zweiten Tag zeigt uns Hagen, wie wir ohne Zündhölzer oder Feuerzeug ein Feuer anzünden: Aus einem trockenen Ast eines mittelharten Holzes schnitzen wir eine Grundplatte und einen Bohrer. Dazu ein Druckstück aus hartem Holz und ein Bogen

und wir lassen unsern Feuerbohrer rotieren. Was uns wie ein Zaubertrick erscheint funktioniert: Es raucht und stinkt und winzige Stückchen Glut fallen in den Holzstaub und das trockene Gras unter dem Brettchen. Jetzt sanft rein pusten und es brennt!

#### Astwerkhütte statt Schlafsack

Das zweite Highlight der Woche ist eine Unterkunft aus Naturmaterialien. Wieder werden wir für einen Nachmittag zu Sammlerinnen und Sammlern, schleppen Stöcke, Gras und Laub an für eine sogenannte Astwerkhütte: Wir zeichnen zuerst die Silhouette von zwei Personen auf den Boden, bauen ein Gerüst darüber und stopfen dann Unmengen von Blättern darauf. Es ist schon finster, als wir endlich unsere Hütte fertig haben. Sie erinnert an einen mannshohen, ovalen Laubhaufen.

Zwei Teilnehmende quetschen sich durch den winzigen Eingang, um die Nacht darin zu verbringen. «Es war viel zu warm», meint eine



Mepha – Medikamente zu gesunden Preisen, z. B. bei

**Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen**

## Olfen Patch®

Mit lang anhaltender Wirkung

- ▶ schmerzlindernd und abschwellend
- ▶ entzündungshemmend
- ▶ wirkt bis zu 12 Stunden



Dies ist ein Arzneimittel. Bitte lesen Sie die Packungsbeilage. Erhältlich in Apotheken und Drogerien.

Die mit dem Regenbogen



Selber machen

## Fünf Tage überleben

Der Survival-Grundkurs dauert fünf Tage und findet drei Mal pro Jahr statt. Das Mindestalter der Teilnehmenden liegt bei 17 Jahren. Alle Kursorte sind mit dem öffentlichen Verkehr zu erreichen. Der Kurs kostet 690.– Franken.

| [www.goSOS.com](http://www.goSOS.com)



Feuerzeug selbstgemacht.

Selber entdecken

## Bodensee

Entdecken Sie die Region Bodensee auf und neben dem Wasser.

### Wandern

Einer der längsten Fusswege der Schweiz, die historische Via Rhena, folgt dem Hochrhein von Kreuzlingen über Augusta Raurica bis nach Basel. Die Etappe von Steckborn bis Stein am Rhein beispielsweise ist 13 km lang und führt über die Ruine Neuburg, die Hochwacht bei Mammern und die Wallfahrtskirche Klingenzell.

| [www.kulturwege-schweiz.ch](http://www.kulturwege-schweiz.ch)

### Paddeln

Mit dem Kanu oder Seekajak kann man den Untersee erkunden, beispielsweise auf einer geführten Tour von Kreuzlingen nach Berlingen. Diese Strecke führt am Wollmattinger Ried vorbei, einem der bedeutendsten Naturschutzgebiete des Sees.

| [www.kanuland.ch](http://www.kanuland.ch)  
| [www.lacanoa.com](http://www.lacanoa.com)

### Reiten

Aus dem Sattel hoch zu Ross auf den See schauen und die frische Luft geniessen kann man bei verschiedenen Anbietern von Reittouren und Tagesausflügen. Das gilt natürlich auch fürs deutsche Ufer des Bodensees.

| [www.ferienhaus-schweiz.org](http://www.ferienhaus-schweiz.org)



Astwerkhütte: 0-Sterne-Komfort, aber viel Naturerlebnis.

der Schläferinnen am nächsten Morgen. Die Astwerkhütte ersetzt nicht nur das Zelt, sondern auch den Schlafsack.

### Bär sein

Überleben hat auch mit der Wahrnehmung zu tun. Die Fähigkeiten und Sinne der meisten Stadtmenschen sind aber verkümmert. Darum trainiert der Leiter mit uns das Sehen aus den Augenwinkeln oder im Dunkeln und die Sinne Riechen, Hören sowie Schmecken. An einem Abend im Reflektor spielt uns Hagen weiter eine ganze Reihe von Tierstimmen aus dem Schweizer Wald vor, die er auf sein Handy aufgenommen hat. Wir erkennen nur einen Teil davon.

Jedes der Tiere hat eine eigene Wahrnehmung, die wir kennen müssen. So spielt beispielsweise einer der Instrukturen ein Reh, das keine Farbsicht hat und nur Bewegungen sieht. Wir versuchen uns anzupassen und ganz, ganz langsam anzuschleichen. Umge-

kehrt lernen wir bei einer Einführung zum Spurenlesen, wie sich Tiere bewegen und wie ihr Gang sich anfühlt: Wir tappen wie der Braunbär um unseren Reflektor oder schleichen auf den sanften Pfoten einer Katze über den Laubteppich.

### Survival-Philosophie

«Mit diesem Kurs legen wir die Wurzeln fürs Überleben draussen», fasst Hagen zusammen. Wichtig ist ihm auch zu zeigen, dass der Respekt vor der Natur ein zentrales Element jeder Survival-Philosophie sein muss. Darum führt er seine Kurse immer an Orten durch, die mit Bahn und Bus erreichbar sind. Auch er selber reist mit dem öffentlichen Verkehr an, selbst wenn sein Rucksack fast 40 Kilo wiegt. «Ich will zeigen, dass es auch ohne Auto geht.» Stattdessen nimmt er ein Klappvelo mit in den Zug.

Text: Philippe Kropf  
Fotos: Bruno Augsburg