

Überwinden von Hindernissen

Wenn ihr auf Erlebnistrip in eurer Gegend seid, ist es bestimmt schon einmal passiert, daß ihr vor einem scheinbar unüberwindlichen Hindernis gestanden habt, wie zum Beispiel einem Fluß oder im Gebirge vielleicht auch mal einem tiefen Tal.

Obwohl es bei uns genügend ausgeschilderte Wege und Brücken gibt, überlegt man doch, wie man direkt rüberkommen könnte. Bei einem Gewässer dürfte es kein Problem sein, vorausgesetzt, ihr könnt schwimmen. Das Problem mit dem Abhang ist schon komplizierter.

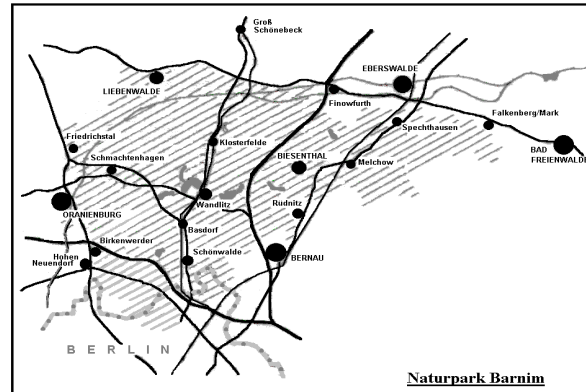
Es gibt aber viele Möglichkeiten, solche Hindernisse zu überwinden.

Aber ihr solltet folgende Grundsätze immer berücksichtigen:

- ⇒ Ein Hindernis zu umgehen ist immer sicherer, als unbedingt den kürzesten Weg zu gehen, besonders in unserer dichtbesiedelten Gegend!
- ⇒ Wenn ihr diese Hilfen ausprobieren wollt, immer zusammen mit Freunden und an bestens bekannten Hindernissen!
- ⇒ Probiert in unbekanntem Gebieten nie diese Hilfen aus, ohne sie vorher geübt zu haben und sicher damit umgehen zu können!
- ⇒ Diese Hilfen sollen euch Möglichkeiten zeigen, auch mit einfachen Mitteln Hindernisse überwinden zu können und vor allen Dingen mit offenen Augen eure Umwelt kennenzulernen.

NATURPARK BARNIM IN ZAHLEN

Gesamtfläche	748 km ²	51 Kommunen in 10 Ämtern
Landkreis Barnim	422 km ²	und 6 amtsfreie Kommunen
Landkreis Oberhavel	268 km ²	
Landkreis Märkisch-Oderland	18 km ²	Flächenutzung:
Berliner Bezirke		55% Forstwirtschaft
Reinickendorf, Pankow		32% Landwirtschaft
und Weißensee	40 km ²	10% Siedlung und Verkehrswege
		3% Gewässer



MIT DEM ÖPNV IN DEN NATURPARK BARNIM

S-Bahn:

S 4 nach Buch bzw. Bärnau
S 1 nach Oranienburg
S 10 nach Birkenwerder

Regionalbahn:

RB 27 Bln. Karow - Wandlitz - Groß Schönebeck
RB 61 Bärnau - Eberswalde
RE 3 Bln. Lichtenberg - Bln. Hohenschönhausen - Bärnau - Eberswalde

NaturSchutzFonds

Brandenburg

Für weitere Informationen und Anregungen stehen Ihnen die Mitarbeiter der Naturwacht Barnim unter folgender Adresse gern zur Verfügung:

Kirchstr. 11
16348 Wandlitz
Tel.: 033397/69712
Fax: 033397/69713



Mit der

Naturwacht Barnim

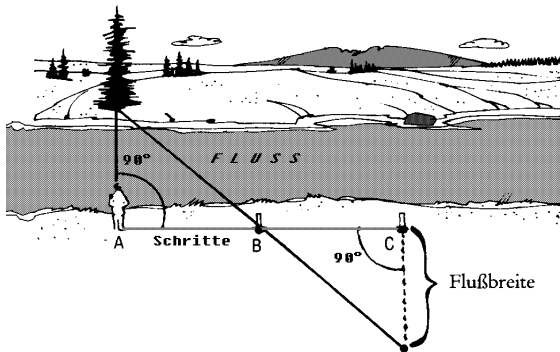
die Natur erleben:

Überwinden von Hindernissen



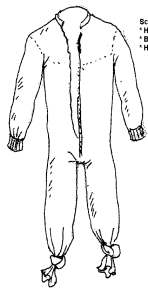
Überqueren von Gewässern

Flüsse oder allgemein Gewässer sind größer, als man abschätzt. Grob kann man schon sagen, daß der eigene Schätzwert mal zwei oder drei genommen werden kann. Für bestimmte Überquerungsmethoden, wie mit einem Seil oder einem Pendelfloß, reicht diese allgemeine Schätzung natürlich nicht aus. Eine einfache Methode, die Breite zu bestimmen, seht ihr unten.



Schwimmhilfen

Die abgebildeten Hilfen, zeigen, wie einfach manche Methode ist. Man muß nur drauf kommen. Wenn die Kleidung vorher naß gemacht wird, hält die Luft noch länger. Ihr solltet euch aber darüber im klaren



Schwimmhilfe aus einer Hose:
• Hose naß machen
• Beine unten zusammenknöpfen
• Hose durch in die Luft schlagen mit Luft füllen

sein, daß diese Hilfsmittel das Schwimmen erleichtern können, aber für Nichtschwimmer unbrauchbar sind. Die am längsten haltende Methode ist natürlich die rechts abgebildete. Die Beutel dienen dabei nur als Schutz, Hosenbeine oder Ärmel sind genauso brauchbar.



Abseilen

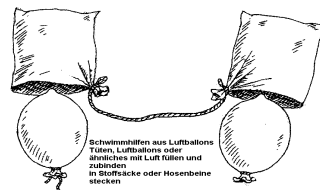
Vor dieser Erklärung sei noch einmal eine extra Warnung vorausgeschickt! Probiert es erst in der waagerechten, und steigert langsam die Neigung. Um zu üben braucht ihr keine Höhen über 3 Meter. Das sollte wirklich die absolute Obergrenze sein und selbst das nie ohne Hilfestellung von Freunden und möglichst Erwachsenen! Der sogenannte Dülfersitz ist eine relativ einfache Methode, vorausgesetzt, man hat ein Seil dabei. Wenn es doppelt reicht, könnt ihr es jederzeit wieder herunterziehen.

Legt ein Seil um einen Baum und setzt euch mit dem Gesicht zum Baum darauf. Dann führt ihr das Seil über die linke Taille zur rechten Brust. Ihr legt es über die rechte Schulter und greift es mit der linken Hand. Der linke Arm wird dabei durchgestreckt. Mit der rechten Hand greift ihr das Seil vor euch. Vorsichtig regelt ihr mit den Händen die Abseilgeschwindigkeit. An senkrechten Wänden stoßt ihr euch dabei mit gegrätschten Beinen von der Wand ab.

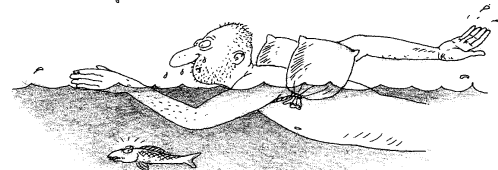
Zieht euch etwas dicker dabei an, klappt den

Für die auf der Vorderseite abgebildete Methode steckt ihr die Jacke am besten in die Hose und schnallt euren Gürtel fest. Besonders müßt ihr darauf achten, daß ihr auch den Kragen eng an den Nacken zieht, so daß die Luft dort nicht entweichen kann.

Probiert es einfach und ihr werdet sehen, ob es funktioniert!



Schwimmhilfen aus Luftballons
Taschen, Luftballons oder ähnliches mit Luft füllen und zueinander in Stoffsäcke oder Hosenbeine stecken



Kragen hoch und zieht euch Handschuhe an, daß ihr euch keine Reibungsverbrennungen zuzieht. Und fangt in der Waagerechten an um Vertrauen und Sicherheit bekommt!



Und was sonst noch nützlich ist...

- ⇒ Schuhe beim Waten anbehalten um sich nicht an Scherben oder spitzen Steinen zu verletzen
- ⇒ Mit einem Wanderstab Gewässer vor sich abtasten, besonders in starker Strömung stromab stellen, um sich notfalls darauf stützen zu können
- ⇒ Wasser beobachten: Kräuselungen weisen auf Unterwasserhindernisse hin
- ⇒ Sucht eine möglichst breite Stelle am Fluß, dort ist er flacher und hat eine geringere Strömung
- ⇒ An hohen Uferböschungen geht es unter der Wasseroberfläche meist genauso steil weiter
- ⇒ Luftballons, leere Dosen, Kanister und Plasteschachteln bieten gute Auftriebskörper
- ⇒ Wenn ihr ein Seil über ein Hindernis bekommen wollt, nehmt am besten einen Wurfanker (Vorsicht: nur starkes Holz dafür verwenden!)
- ⇒ Auf dem Seil liegend läßt sich das Hindernis am leichtesten überwinden (Ausruhmöglichkeit)