

6 MÄNNER ALLEIN IM WALD ... ODER: TEAMTRAINING FÜR VÄTER

Väterseminar 2012 in Rotenburg an der Fulda

TEAM – Toll Ein Anderer Macht's – nein, das war nicht der Hintergrund des Teamtrainings. Wir alle haben sehr viel selber gemacht und dabei sogar noch ein tolles und erholsames Wochenende erlebt.



Sechs Intensivkinder-Väter trafen sich vom 08.–10. Juni im Hotel Rodenburg in Rotenburg an der Fulda um ein Teamtraining für Väter zu absolvieren. Natürlich war die Spannung am Anfang groß: Training – reicht da meine Kondition? Väterseminar – muss ich da viel lernen und reden?

Beim ersten Kennenlernen im Seminarraum des Hotels kamen die Gespräche sehr schnell auf die Punkte unserer Väterrolle und wir konnten uns offen über unsere aktuellen Herausforderungen austauschen. Der Hunger trieb uns dann zum reichhaltigen Buffet im Restaurant des Hotels und wir konnten unsere Gespräche recht entspannt fortsetzen. Vorspeise, Hauptgericht, Beilagen, Dessert, Käse ... wir wussten noch nicht, dass uns am nächsten Tag jedes Gramm zu viel das Leben schwerer machen würde.

Nach einer kurzen Pause oder etwas Zeit in der Sauna- und Wellness-Landschaft des Hotels haben wir uns schließlich noch an der Hotelbar getroffen, um unseren Erfahrungsaustausch intensiv fortzusetzen. Bei der Menge Spaß und Albernheiten ist die Zeit im Fluge vergangen ... man muss ja am nächsten Tag nicht unbedingt der Erste beim Frühstück sein.

Am Samstag haben wir den Tag mit einem langen und reichhaltigen Frühstück begonnen – kaum zu glauben, dass Männer so lange beim Frühstück zusammensitzen können und so früh am Morgen schon soviel zu reden haben. Zum Glück funktionierte die Versorgung mit Kaffee sehr gut, auch wenn sich die Bedienung über unsere Ausdauer und Stimmung etwas gewundert hat („... sie sind ja eine lustige Truppe ...“). Aber es half nichts, pünktlich um 10:30 Uhr kam Herr Bretting von German Quest, den wir schon aus den letzten Jahren kannten.

Nach einer kurzen Einweisung in die Benutzung der GPS-Geräte ging es schon zu Fuß in Richtung der Koordinaten los. Zunächst bergab vom Hotel in Richtung Rotenburg und Bahnüberführung, dann an der Fulda entlang zum Kletter-





wald von German Quest, wo uns Herr Bretting auch schon erwartete. Nachdem wir mit dem Klettergeschirr und Helmen ausgerüstet wurden und uns mit der Ausrüstung vertraut gemacht hatten, ging es auch gleich los auf verschiedenen Kletterparcours. Was von unten leicht aussah, entpuppte sich dann aber doch – für den ein oder anderen – als schwierige Übung bei der es darum ging mehr oder weniger geschickt über Seile, Autoreifen oder Stäbe in 3 – 5 Meter Höhe zu balancieren. Da waren sie wieder die Zusatzgewichte, die beim Abendessen oder Frühstück aufgebaut und nun von Baum zu Baum bewegt werden mussten. Nach der Brotzeit ging es dann weiter mit einer richtigen Teamaufgabe: In Zweierteams mussten wir große Balken bis in 9m Höhe erklimmen. Wie soll das gehen? Da hoch? Und in 7m Höhe noch weiter auf den wackeligen Balken? Aber nach einiger Überwindung der Selbstzweifel habe wir es alle geschafft und erkannt: Gemeinsam klappt vieles und ich muss mich auf den anderen verlassen können! Da gibt es unwahrscheinlich viele Parallelen zu unserem Alltag und unserer Partnerschaft! Bei der letzten Aufgabe war dann noch mal Selbstüberwindung und volles Vertrauen auf den „Sicherer“ gefragt. Nachdem eine Plattform in 10 m Höhe bestiegen war, mussten wir von dort – natürlich gesichert – frei herunter springen. Puuh ... vom 10er springen ist kaum nervenaufrei-

bender. Am Ende waren wir alle froh über das gemeinsam Geschaffte – vor allem, nachdem wir auf dem Rückmarsch bei einer Pause in Rotenburgs Altstadt ein süffiges Klosterbier genießen konnten. Abendessen, Schwimmbad, Sauna, Europameisterschaft ... am Abend war für jeden etwas dabei!

Neue Muskelpartien konnten wir am Sonntag mit der obligatorischen Wassergymnastik trainieren. Unter professioneller Anleitung der Trainerin des Hotels wurden sechs Männer durchs Wasser geschleucht. Nur Synchronschwimmen bietet dem Zuschauer mehr Eleganz. Das Klettern und Laufen vom Vortag steckte dem ein oder anderen noch in den Knochen ... aber im Team ist das kaum aufgefallen. Schließlich hieß es dann nach dem gemeinsamen Mittagessen schon wieder Abschied nehmen von Rotenburg und vom Team.

Fazit: Gemeinsam kann man eine Menge schaffen und eine Auszeit vom Alltag in einem tollen Team tut richtig gut. Alle freuen sich auf jeden Fall schon auf das nächste Väterseminar – vielleicht wird das Team dann ja noch größer!!!

*Stephan Ulbrich,
Grossostheim*