Was heißt eigentlich Wandern ?

Geht man die Frage sprachgeschichtlich an, so hat Wandern eher etwas mit Wandeln, also einem lockeren Umherstreifen im Sinne von Hin-und-Her-Gehen zu tun. In dieser Bedeutung wird der Begriff "to wander" noch heute in der englischen Sprache gebraucht. Erst die marschierfreudigen Deutschen des letzten Jahrhunderts haben sich auf jenes Kilometerfressen verlegt, welches dem Ruf des Wanderns bis heute nachhängt. Seit einigen Jahren bewegt sich das Selbstverständnis der modernen Wanderbewegung indes wieder auf ein bewusstes Genießen schöner Natur und neugieriges Erkunden erlebnisreicher Landschaften zu.

Quantität und Qualität

Wenn in zeitgenössischen Äußerungen überhaupt etwas Definitives zum Begriff gesagt wird, geht es meist um den Unterschied zum Spazieren, der an einer gewissen Zeitdauer oder Streckenlänge festgemacht wird. Am präzisesten äußern sich Sportmediziner, die mit Wandern bezeichnender Weise eine Mindestgeschwindigkeit, also eine sportliche Leistung verbinden. Nicht selten wird ein rasanter Schritt von 6 km/h als untere Norm angesetzt, was vielleicht etwas mit Sportlichkeit, aber wenig mit der Wirklichkeit zu tun hat. Da nämlich spielt Leistung beim Wandern bewusst keine Rolle, man will dem damit verbundenen Stress ja gerade entfliehen. Freizeitforscher denken beim Wandern daher eher an Fußtouren von längerer Dauer oder Strecke.

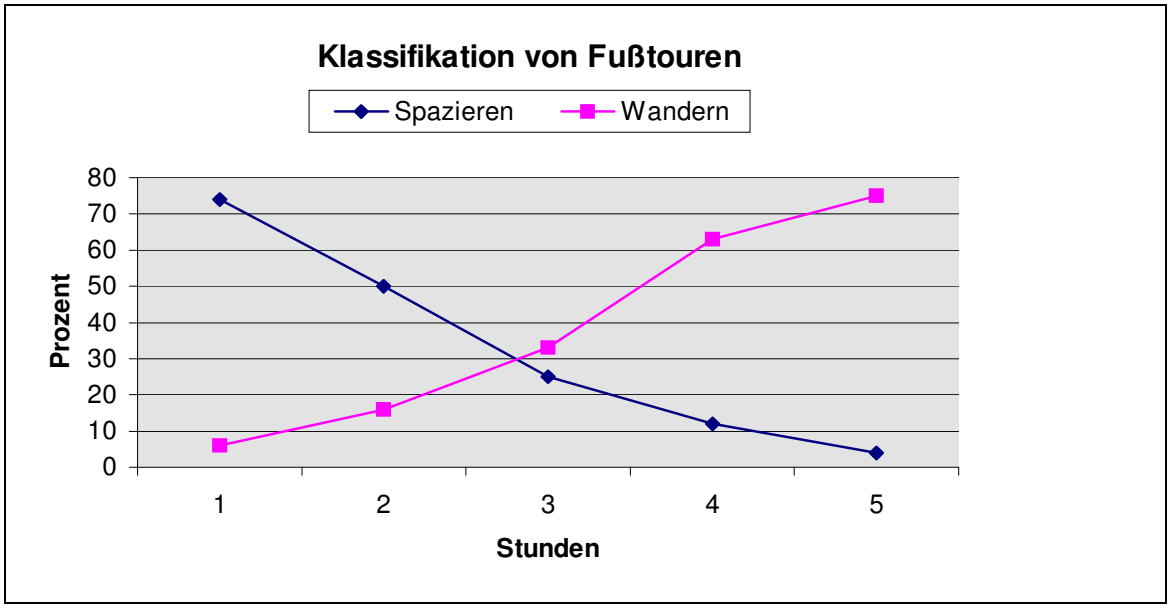

Abb.1 Tourenbewertung als Spaziergang oder Wanderung in Abhängigkeit von der Gehzeit (nach Profilstudien Wandern 2000, Differenz zu 100% "Zwischending")

Fragt man Wanderer selber, wie sie ihre gerade in Angriff genommene Strecke klassifizieren, lässt sich keine klare Grenze ausmachen. Auf die in der "Profilstudie Wandern '00"

gestellte Doppelfrage "Wie lange werden Sie heute zu Fuß unterwegs sein? ... Würden Sie Ihre heutige Tour eher als Spaziergang oder als Wanderung bezeichnen?" erwies sich der Übergang zwischen beiden Begriffen als fließend. Es gibt durchaus Minderheiten, die eine Stunde Weges schon für Wandern, und andere, die vier Stunden noch für Spazieren halten. Nur der Trend blieb eindeutig: Je länger desto wanderträchtiger.

Genusswandern

Die Vorstellung einer anderen Gehqualität trägt dem Umstand Rechnung, dass Wandern in den letzten Jahren einen außerordentlich positiven Imagewandel erfahren hat. Statt Marschieren ist heutzutage vor allem Landschaftsgenuss, statt Kilometermachen Erlebniswandern angesagt. Das dominierende Motiv heißt "Natur genießen", die bestimmende Norm heißt Wohlfühlen. Wandern ist zu einer ausgesprochenen Wellness-Aktivität geworden. In dieser Mainstream-Variante stellt sich der sanfte Natursport heute als eine der meistausgeübten Freizeitaktivitäten dar, der die Entlastungsbedürfnissen zivilisationsgestresster Hightechbürger offensichtlich optimal entgegenkommt.

Das ist um so bemerkenswerter, als uns der Freizeitmarkt mit immer neuen Sport- und Spielarten, immer aufwendigeren Events und Thrills überflutet. Hinzu kommt, dass es zum Durchstreifen der Natur keiner technisch aufwendigen Ausrüstung bedarf, dem Wandern also ein sportliches Statussymbol fehlt - selbst über den Sinn der in Mode gekommen Stützstöcke lässt sich streiten. Zwar wünscht man sich erlebnisreiche Wege, aber die sollen nur gut ausgesucht und nicht künstlich bereichert werden. Es reicht vollkommen, ja macht den eigentlichen Genuss des Wanderns aus, wenn wir uns - selten genug - mit unserer Umwelt in vollem Einklang fühlen.

Man begibt sich also in einer relativ ursprünglichen Form in eine relativ ursprüngliche Umwelt, bewegt sich weitgehend als Naturwesen in seinem arteigenen Biotop. Dadurch werden alle unsere Fähigkeiten und Sinne in ihrem evolutionär erworbenem Optimum angesprochen, was in einer Hochzivilisation wie der unsrigen einen besonderen Reiz darzustellen scheint vor allem aber Grundlage für eine Fülle von (zumeist wohltuenden) Wirkungen auf Körper, Geist und Psyche bildet.

Insofern ließe sich Wandern heute vielleicht am ehesten als "Naturgenuss zu Fuß" oder allgemeiner als "Fuß-Erlebnisreise" mit fließenden Grenzen zum Spazieren einerseits und Trekking andererseits begreifen.