

# Alte Technik zu neuem Leben erweckt

**Gartenarbeit | Sensenmähkurs in Simmozheim im Nu ausgebuht / »Eine naturfreundliche und kostengünstige Grünlandpflege«**

Sensenmähen liegt im Trend. Für viele ist die Nutzung der alten Kulturtechnik gelebter Naturschutz, der zudem noch für körperliche Ertüchtigung sorgt.

■ Von Bettina Bausch

**Simmozheim.** »Ich wurde von einer Nachbarin angesprochen, ob wir nicht einmal einen Sensenmähkurs anbieten können, erzählt Vorstandsmitglied Helmut Schneider vom Obst- und Gartenbauvereins (OGV) Simmozheim.

## Große Nachfrage

Der Verein fand dann mit Thomas Mautner-Hipp aus Reutlingen einen exzellenten Fachmann und ausgewiesenen Experten. Naturfreund Schneider stellte für den Kurs spontan seine Streuobstwiese zur Verfügung. Die Nachfrage war so groß, das zunächst mehrere Interessenten auf eine Warteliste gesetzt werden mussten.

»Wertewandel, veränderte Einstellung zu Natur und Ernährung haben der Sense in den vergangenen Jahren zu einer Renaissance verholfen«, meint am Kurstag ein interessierter Teilnehmer, der eigens aus Remmingen angereist ist.

Es ist schon am Morgen gegen acht Uhr recht warm,



Foto: Bausch

Gelebter Natur- und Klimaschutz wurde beim Mähkurs des OGV Simmozheim demonstriert.

als sich die Kursteilnehmer auf der Wiese treffen. Sie lernen, dass feuchtes, taunasses Gras leichter zu mähen ist als trockenes.

Mautner-Hipp gibt den künftigen Sensenmähern einige Tipps und demonstriert die entsprechenden Haltungen und Bewegungen: Lockerheit ist angesagt, der Oberkörper ist aufrecht zu halten, der Mä-

her muss leicht in die Knie gehen, die Beine sind in Schulterbreite gespreizt und die Schneide hat beim Mähen lediglich einen Zentimeter vom Boden.

Dies sind wichtige Voraussetzungen, die die Naturfreunde vom Kursleiter zu sehen bekommen und dann gleich selbst ausprobieren.

Bald rinnt der Schweiß aus allen Poren. Aber die Mäher lassen sich davon nicht abhalten.

**Schon fast vergessen**  
Auch Teilnehmer ohne jegliche Vorkenntnisse merken, dass sie zwar noch viel üben müssen, aber die traditionelle Mähtechnik unserer Vorfahren ohne größere Probleme

gelernt werden kann, wenn sie nur weiter am Ball bleiben.

Das Sensenmähen war wegen des Einsatzes von Mähmaschinen und dem Rückgang der Kleintierhaltung, wie etwa der Kaninchen, heute schon fast vergessen. Aber immer mehr Naturliebhaber wollen die alte Kulturtechnik zu neuem Leben erwecken.

Die fleißigen Mäher erfah-

ren auch, dass ihr »neuer Sport« einen überaus positiven Einfluss auf Herz und Kreislauf haben. Auch die Rückenmuskulatur wird gestärkt und Haltung und Ausdauer werden trainiert.

Darüber hinaus tun Sensenmäher etwas Gutes für die Insekten, wenn sie das Gras in ihren Gärten erst nach der Blüte der Kräuter und Blumen abmähen. »Sensenmähen ist einfach eine naturfreundliche und kostengünstige Grünlandpflege«, resümiert der Kursleiter.

## Umgang mit Wetzstein

Die Teilnehmer am Mähkurs sind fast alles Wiesen- oder Gartenbesitzer. Jetzt können sie auf ihren Streuobstwiesen oder Grundstücken um die Bäume herummähen. Auch Randstreifen und Böschungen, die mit einem herkömmlichen Rasenmäher kaum gemäht werden können, kann die Sense gut erreichen.

Mähen erfordert überaus scharfe Senseblätter. Deshalb zeigt der Kursleiter auch noch das »Dengeln«, die traditionelle Art, wie man durch Klopfen die scharfe Senseblattseite selbst schärfen kann. Auch der Umgang mit einem Wetzstein wird anschaulich demonstriert.

»Es war super, wir haben jede Menge dazu gelernt«, schwärmen gleich mehrere Teilnehmer am Ende des lehrreichen Vormittags unisono.