



Electronic Press Kit

[Bandbio](#)

[Audio und Videolinks](#)

[Reviews](#)

[Interview Metal Hammer 09/25](#)

[Tech Rider](#)





Bandbio

Minus Mountain ist eine fünfköpfige Doom/Sludge/Progressive Metal Band aus Lübeck.

Die Band wurde 2016 gegründet und besteht aus Frontmann Robert Heiduk, den Gitarristen Felix Buck und Max Bierbaß, Bassist Gerrit Böttcher und Drummer Ingo Festag.

Das Rock Hard Magazin beschreibt die Musik als „erdrückend-psychedelische Sludge-Aufbauten mit Berge erschütternder Riff-Gewalt...eine Portion rotziges Hardrock-Garagenflair und feine Prog-Melodien ... (und) solide(n) Reibeisen-Vocals.“

Minus Mountain haben im Juli 2025 ihr selbst-betiteltes Debüt-Album auf Vinyl, CD und auf allen gängigen Streaming-Plattformen veröffentlicht.

Das Album hat in den Fachmagazinen Metal Hammer und Rock Hard hervorragende Kritiken erhalten, ebenso wurde die Band als „Helden von Morgen“ mit einem halbseitigen Interview im Metal Hammer geehrt (s.a. Linkliste Reviews).

Die Texte schwanken zwischen Dystopie und lebensbejahender Selbstermächtigung. Eingängiger, melodischer Gesang prallt auf martialische Gang Shouts. Minus Mountain geht es um die Ambivalenz und Zerrissenheit allen menschlichen Daseins, um Schaffenskraft, Verrat, Exzess.

Seit ihrer Gründung spielen Minus Mountain regelmäßig auf Clubkonzerten und Festivals in Lübeck, Hamburg, Berlin, Kiel, etc.

Für 2026 sind die ersten Festivals gebucht, weitere Auftritte folgen.



Audio und Video



Streaming

<https://share.amuse.io/album/minus-mountain-minus-mountain>

Album auf YouTube

<https://youtu.be/VjJqn3Pycm4>

Bandcamp

<https://minusmountain.bandcamp.com/album/minus-mountain>

Digitaler Download Code per Email an minus.mountain@web.de

YouTube Kanal

<https://www.youtube.com/@Minus.Mountain>

Live Studiosession „Flesh“

<https://www.youtube.com/watch?v=FacAScIM4Sc>



<https://www.instagram.com/minus.mountain/>



<https://www.facebook.com/Minus.Mountain/>

MINUS MOUNTAIN

Reviews zum Album



[Rock Hard](#)

<https://www.rockhard.de/reviews/minus-mountain-minus-mountain>

[Progrock Journal](#)

<https://progrockjournal.com/review-minus-mountain-minus-mountain-1/>

[Outlaws of the sun](#)

<https://outlawsofthesun.blogspot.com/2025/07/minus-mountain-minus-mountain-album.html>

[Metal Archives](#)

https://www.metal-archives.com/reviews/Minus_Mountain/Minus_Mountain/1351277/

MINUS MOUNTAIN

Review und Interview Metal Hammer 09/25

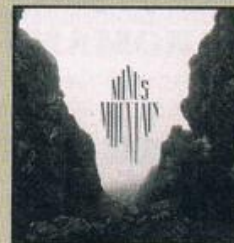
HELDEN VON MORGEN MINUS MOUNTAIN



MINUS MOUNTAIN

Minus Mountain

Sludge Metal



Minus Mountain aus Lübeck veröffentlichen mit dieser Band-betitelten Platte ein starkes und gelungenes Debüt. Das Album umfasst acht Lieder, die unter anderem an Sludge-Werke von Crowbar, Acid Bath oder Melvins erinnern. Aber auch oldschoolige Bands wie Black Sabbath oder grungige Gruppen wie Alice In Chains kommen hier nicht zu kurz. Minus Mountain äußern in ihren Lyrics Frust und Wut über menschliche Zerstörung und verarbeiten sie zu poetischen Song-Texten, die großartig zu der teils schleppend-grummeligen Musik passen (so geschehen beim Titel-Track). Immer wieder zieht das Tempo ein bisschen an, und die Riffs grollen intensiv und treibend vor sich hin ('Grim' oder 'Gigantic Alien Mega Structures'). Sänger Robert Heiduk verleiht der Musik mit seiner Stimme, die meistens kräftig und hell erklingt, aber auch dunklere, bedrohlichere Seiten annimmt, eine weitere dynamische Ebene. MINUS MOUNTAIN ist eine moderne und vielversprechende Perspektive auf klassischen Sludge und Heavy Metal. Reinhören empfohlen!

minusmountain.bandcamp.com

HELEN LINDENMANN

Bitte stellt euch kurz vor: Wer spielt was, und welchen Hobbys und Berufen geht ihr nach?

Robert Heiduk ist bei uns am Gesang. Er ist Heilerzieher von Beruf, liebt das Radfahren und die Natur. Man findet ihn nicht nur bei Konzerten, sondern generell bei kulturellen Veranstaltungen. Der wichtigste Mensch in seinem Leben ist seine Tochter. Felix, unser Gitarrist, ist der Typ von der Tanke nebenan. Seine Lieblingsbeschäftigung ist es, auf lokale Shows aller Art zu gehen, und findet gerade nichts statt, zockt er diverse Videospiele und ist auch gerne mal in der Natur unterwegs. Max Bierbaß ist unser zweiter Gitarrist. Er sammelt gerne Vinyl, hebt schwere Sachen hoch und liest. Beruflich ist er Software Product-Manager. Unser Bassist ist Gerrit Böttcher. Er spielt in mehreren Coverbands, liest gerne, schaut gerne Filme und fährt Fahrrad. Beruflich arbeitet er als Lehrer. Ingo Festag spielt Schlagzeug. Das ist nicht nur seine Rolle in der Band, sondern auch sein Hobby Nr. 1. Danach kommen Musik hören, auf Konzerte gehen, lesen und wandern. Er arbeitet auch als Vertriebsingenieur für Medizintechnik.

Welche waren die bisher wichtigsten Stationen eurer Band-Geschichte?

Max und Ingo kamen 2015 per Kontaktanzeige zusammen: „Gitarrist sucht Schlagzeuger zur Gründung einer Doom/Sludge/Progressive Metal-Band“. Da Lübeck voll mit fantastischen Musikern ist (wir haben hier eine Musikhochschule), konnten wir schnell zum Quintett anwachsen. 2017 hatten wir unser Live-Debüt und sind auf einem Sampler erschienen. Es folgten diverse Konzerte in Lübeck, Hamburg, Kiel und Berlin. An dieser Stelle möchten wir das Treibsand erwähnen, das ist DER Club in Lübeck, hier wird der Underground von ehrenamtlichen Maniacs unterstützt, und immer wieder treten auch echte Szenegrößen auf. Dass wir dort schon mehrfach spielen durften, erfüllt uns mit großer Dankbarkeit. Der Release unseres Debütalbums am 5. Juli ist der bisher größte Meilenstein, den wir erreicht haben. Wir hoffen, dass uns die Platte viele weitere Gigs ermöglicht.

Was war das bisher jeweils beste und schlimmste Erlebnis mit der Band?

Beste Erlebnisse gab es schon einige:

das erste Live-Konzert, Leute, die auf die Bühne klettern, um mitzuheadbängen, der Gig in Berlin, die erste Show im bereits erwähnten Treibsand, und Fans, die Riffs mitsingen. Auf jeden Fall auch der Moment, in dem wir die Nadel auf dem Plattenspieler abgesenkt haben und aus den Boxen unsere eigene Musik kam. Das hat uns allen schon einen gewaltigen Schauer über den Rücken gejagt. Und natürlich: die Erwähnung hier im METAL HAMMER. Unfassbar. Ein schlimmes Erlebnis war der Abend, an dem wir einen wichtigen Gig als Support im März 2020 absagen mussten und die anderen aus der Band nur per Videokonferenz treffen konnten – um dann erst zwei Jahre später wieder auftreten zu können. Aber damit wären wir ja nicht allein.

Welche Bands haben euch am meisten beeinflusst?

Jeder von uns hat unterschiedliche Einflüsse und Lieblings-Bands, von Classic Rock und Crossover bis Thrash- und Death Metal. Aber auch abseits des Metal hören wir eine Menge Musik. Wenn wir ein paar Bands nennen sollen, dann sind das sicher Black Sabbath, Crowbar, Paradise Lost, Grand Magus, Kyuss, Metallica, System Of A Down und Mastodon.

Was war für euch der Auslöser, Musik zu machen?

Wahrscheinlich hat jeder, der Musik und insbesondere Metal liebt, das Bedürfnis, irgendwann selbst ein Instrument auf der Bühne zu spielen. Wer hat bitte nicht als Jugendlicher Slayer-Riffs auf dem Tennisschläger gespielt? Das muss irgendwann raus.

Welcher Musiker dürfte sofort bei euch einsteigen?

Keiner, denn dann müsste ja einer von uns gehen. Aber wenn die Frage darauf abzielt, welchen Musiker wir vergöttern, dann ist das Tony Iommi.

Beschreibt euren Sound einer Person, die euch noch nie gehört hat.

Unsere Musik vereint progressive Elemente, Doom-Riffs und Thrash zu einer eigenen Mischung. Die Texte schwanken zwischen Dystopie und Hoffnung. Eingängiger, melodischer Gesang prallt auf martialische Gangshouts.

Was wollt ihr mit der Band erreichen, bevor ihr euch zur Ruhe setzt?

Vor allem wollen wir live auftreten. Es gibt viele Träume, eine richtige Tournee zum Beispiel, oder auf einem renommierten Festival zu spielen. Und es sollen natürlich weitere Alben folgen. 

Minus Mountain Tech Rider

Channel	Instrument	Abgenommen durch	Musiker	Gestellt von
1	Kick	Mic	Ingo	Veranstalter
2	Snare	Mic	Ingo	Veranstalter
3	Tom 1	Mic	Ingo	Veranstalter
4	Tom 2	Mic	Ingo	Veranstalter
5	Tom 3	Mic	Ingo	Veranstalter
6	Overhead L	Mic	Ingo	Veranstalter
7	Overhead R	Mic	Ingo	Veranstalter
8	Bass	DI	Gerrit	
9	Guitar 1	Mic	Max	Veranstalter
10	Guitar 2	Mic	Felix	Veranstalter
11	Voc Main	Mic	Robert	Band
12	Voc Guitar 1	Mic	Max	Veranstalter
13	Voc Bass	Mic	Gerrit	Veranstalter

Insgesamt werden 11 Mikrofone und 8 Stromquellen benötigt

