



# Panorama

Das Magazin des Deutschen Alpenvereins /// 75. Jahrgang /// 1/2023

## Bühne frei

Skitourenrunde in der Bernina



**BÖHMERWALD** Friluftsliv  
im Šumava-Nationalpark

**ENGLAND** Per Bahn zum  
Wandern nach Cornwall

**KRETA** Insel-Skitouren  
mit Blick auf die Ägäis

**SO GEHT DAS!** Mit der  
App auf Tour orientieren



# WEISSE WEGE



**GIPFELSOCKERL**  
Skifell Transportüberzug  
„DAV-Edition“  
Mitglieder  
**36,99 €**



**DAV**  
**Tourenrucksack alpin**  
„Made by DEUTER“  
Mitglieder  
**159,95 €**



PRODUKT DES  
**MONATS**  
reduziert für  
Mitglieder

**DAV**  
**„Raus & Rauf“**  
Taschenflasche  
Mitglieder  
**17,95 €**



**CAMP**  
**Ice Master Evo**  
Grödel  
„DAV-Edition“  
Mitglieder  
**38,00 €**



**FERRINO**  
**Trient**  
Schneeschuhe  
„DAV-Edition“  
Mitglieder  
**107,00 €**

**DAV Winter-Set**  
Lawinenausrüstung  
Mitglieder  
**99,95 €**



**DAV**  
**„Bergmomente“**  
Multifunktionsstuch  
Merino/Tencel  
Mitglieder  
**24,95 €**



**CAMP**  
**Backcountry 3.0**  
Tourenstöcke  
„DAV-Edition“  
Mitglieder  
**45,00 €**

# Was gibt's Neues?

Ein noch ziemlich neues Jahr jedenfalls und einiges mehr, über das sich zu berichten lohnt und das Sie, liebe Leser\*innen, hoffentlich interessieren wird.

Mit **Roland Stierle** hat der DAV einen neuen Präsidenten. Der gebürtige Böblingen, leidenschaftlicher Alpinist und ehrenamtlich seit vielen Jahren im Alpenverein aktiv, erhielt von der Hauptversammlung (S. 86) einen überzeugenden Vertrauensbeweis und skizziert auf Seite 20 die **wesentlichen Aufgabenfelder im DAV** in nächster Zeit.

Dazu gehört der Umgang mit dem und die Anpassung an den Klimawandel. Hierzu passt die auf die Wintersaison ausgerichtete „**Öffi-Karte**“ (S. 18/19), die einen guten Überblick gibt über die Möglichkeiten, zur nächsten Alpentour mit Bahn und Bus anzureisen.

Dass die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln für Mehrtagestouren funktioniert, zeigen die **Friluftsliv-Tour mit Ski und Pulka** durch den tschechischen Na-

Foto: Stefan Herbk



tionalpark Šumava (S. 30) wie die **Bahnwanderreise nach Cornwall** (S. 80). Neu und ebenfalls gut mit der Bahn anzufahren ist auch die exklusiv für Panorama konzipierte **Skirunde um den Piz Bernina** (S. 10), die erst nach dem dritten Recherche-Anlauf publiziert werden konnte. Etwas aus dem Rahmen fällt **Kreta als Skitourenziel** (S. 64), doch die kleine Szene auf der Mittelmeerinsel brennt derart für ihren Sport, dass wir diese Passion teilen wollten.

Immer wieder Neues lässt sich auf [alpenverein.de](http://alpenverein.de) entdecken. Im Magazinbereich – **magazin.alpenverein.de** – etwa finden Sie neben den Heftbeiträgen auch exklusiv online ausgespielte Touren- und Reisegeschichten. Die beste „**Geschichte von draußen**“ 2022 etwa oder **Wandern durch die Hardangervidda** in Norwegen oder ab Mitte Februar **Skitouren um Zuort** im Unterengadin. Wer selbst raus will, aber nicht recht weiß, wohin und wie, der kann sich mit dem neuen **Tour-O-Mat** online Orientierungshilfe holen – mit etwas Augenzwinkern und ernsthaften Tipps.

Das neue Jahr wird noch viel Neues bringen. Was genau, werden wir erleben und versuchen, das Beste daraus zu machen.



Georg Hohenester  
Redaktion DAV Panorama



**bionicedry**<sup>®</sup>

High-Tech-Imprägnierer  
Erhält Atmungsaktivität



[bionicedry.com](http://bionicedry.com)  
get your sportswear ready



shop now

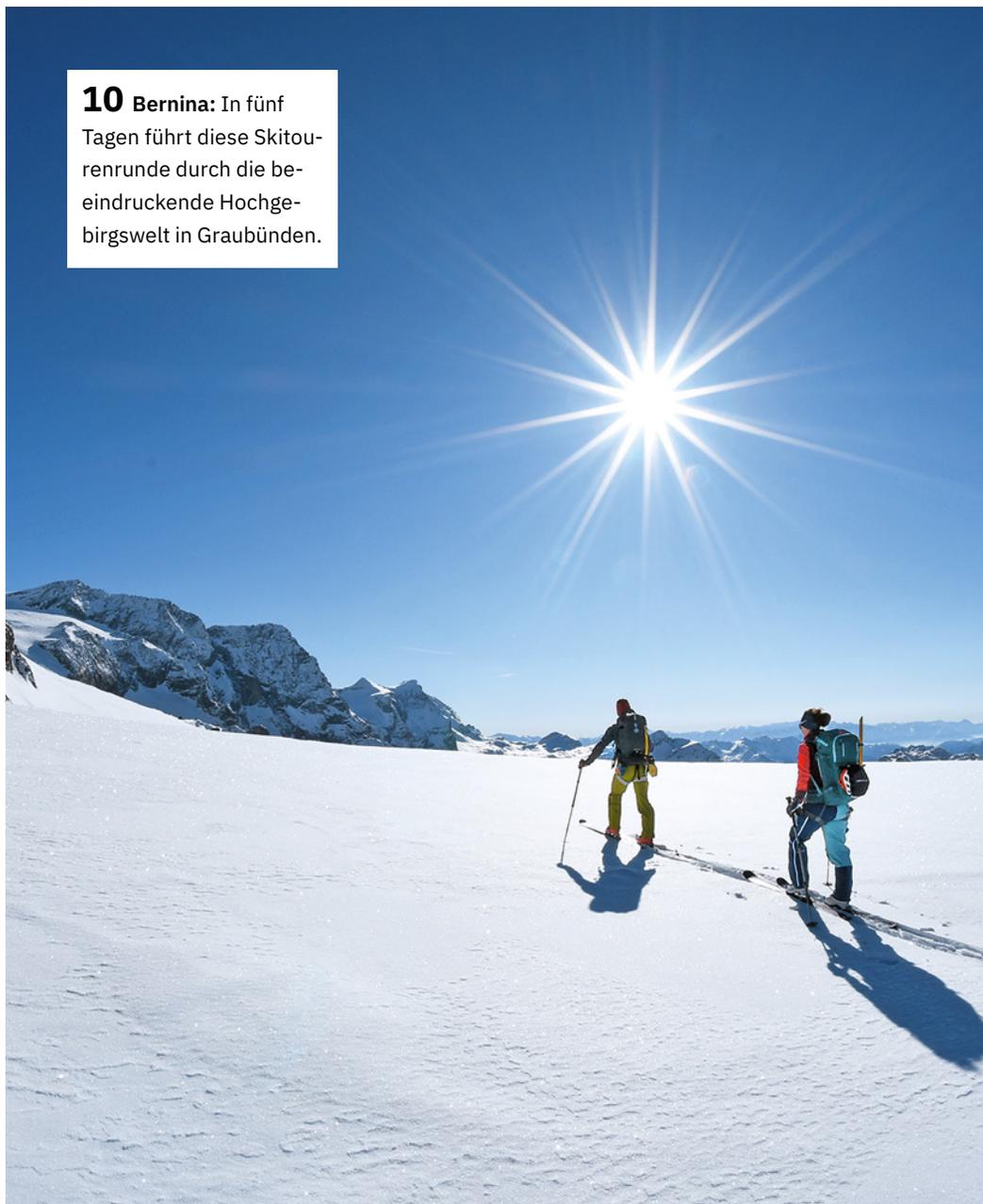
# Inhalt

<b>Editorial</b>	<b>3</b>
<b>Augenblicke</b>	<b>6</b>
<b>Klassiker</b> Monte Pelmo	<b>8</b>
<b>Berg &amp; Tal</b>	<b>18</b>
<b>Mach's einfach</b> Fake oder Fakten zum Klimawandel?	<b>36</b>
<b>Sicherheitsforschung</b> Skitourenstudie Teil 2	<b>38</b>
<b>Auf einen Blick</b> Wie funktioniert eine Winterhütte?	<b>43</b>
<b>Fitness &amp; Gesundheit</b> Faszientraining	<b>44</b>
<b>Knotenpunkt</b> Servus Winter	<b>47</b>
<b>Posteingang</b>	<b>55</b>
<b>Wie funktioniert das?</b> Orientierungs-Apps	<b>56</b>
<b>So geht das!</b> Orientierung mit der App	<b>58</b>
<b>Promotion</b> Reisenews	<b>69</b>
Produktnews	<b>72</b>
Outdoorworld	<b>74</b>
<b>Cornwall</b> Wandern wildromantisch	<b>80</b>
<b>Alpenverein aktuell</b>	<b>84</b>
<b>Vorschau und Impressum</b>	<b>90</b>

Titelbild: **Stefan Herbke**. Unterwegs im wild vergletscherten Skitourenengelände rund um die Coazhütte.



**10 Bernina:** In fünf Tagen führt diese Skitourenrunde durch die beeindruckende Hochgebirgswelt in Graubünden.



**30 Böhmerwald –** Skitrekking mit Zelt und Pulka durch den tschechischen Nationalpark Šumava.



**60 Michaela Egarter –** Südtirols erste Berg- und Skiführerin über ihren Beruf, die Natur und Zwischenmenschliches.





**Naturpark Zillertaler Alpen –**  
Zwischen archaischem Naturraum,  
Massentourismus und Energiewende.  
[alpenverein.de/231-12](http://alpenverein.de/231-12)



**Berge im Kopf –** Seide, Baum-  
wolle, Fleece, Daune: Welcher  
Schlafsack passt zu mir? Youtube-  
Video unter [alpenverein.de/231-13](http://alpenverein.de/231-13)



Fotos: DAV, Andi Neuraüter, Stephan Siegrist

**Maltes Gespräche –** Der  
Schweizer Allround- und Extrem-  
bergsteiger Stephan Siegrist über  
sein zweites Wohnzimmer: den Eiger.  
[alpenverein.de/231-11](http://alpenverein.de/231-11)

**64 Kreta –** Mit Touren-  
ski durch die winterlichen  
Hänge der griechischen  
Sonneninsel.



TRUE  
**SKIING**  
since  
**1897**

EUROPAS SKI  
ONLINESHOP  
[SPORT-CONRAD.COM](http://SPORT-CONRAD.COM)

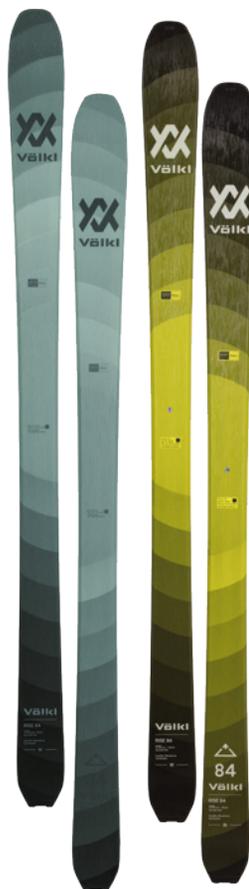


**VÖLKL RISE 84** 22/23  
*Komplett-Set*

INKL. ATK V-CREST TOURENBINDUNG  
& VÖLKL SMART GLUE FELL

SET \*UVP  
€ 1159,95

**CONRAD SETPREIS**  
**€ 599,00**



SPORT  
**conrad**

# Abgefahren

Im Kosovo, in den Bergen rund um Prizren, bekommt Jochen Mesle, was er gesucht hat: Balkan-Schnee. Per Zug ist er zusammen mit Max Kroneck nach Thessaloniki gereist und mit dem Rad samt Skitouren-equipment 2500 Kilometer zurück nach München gefahren. Unterwegs ging es auf Skitouren. Zur Belohnung für zähe Radetappen standen Pulverschneetage und einsame Bergerlebnisse auf dem Programm. Zu der Tour ist ein Buch und ein Film erschienen. [balkanexpress-film.com](http://balkanexpress-film.com)



Balkanexpress, Kroneck/Mesle,  
Knesebeck Verlag, € 40,-



## Zentrale Infos

Monte Pelmo (3168 m) –  
Normalweg über Ball-Band  
(bis II UIAA)

Ab Hütte 1250 Hm, 4 ½ Std.

Zustieg zur Hütte 480 Hm,  
2 Std.

## Monte Pelmo über das Ball-Band

# Auf den Spuren von John Ball

### Datencheck

**Talort:** Forno di Zoldo (840 m)

**Start- und Endpunkt:** Zoppe di Cadore (1460 m)

**Hütten:** Rifugio Venezia (CAI, 1946 m) geöffnet von Mitte Juni bis Ende September; Tel.: +39/0436/96 84, [rifugiovenezia.it](http://rifugiovenezia.it)

**Führer:** Franz Hauleitner „Dolomiten 6 – Rund um Cortina d’Ampezzo“, Bergverlag Rother, 2020

**Karte:** Tabacco-Karte 025 „Dolomiti di Zoldo“ 1:25.000

**Beste Zeit:** Mitte Juni bis Ende September

**Charakter:** Landschaftlich wie bergsteigerisch beeindruckende Dolomitentour mit großartigen Ausblicken. Für das ausgesetzte, schmale Ball-Band sind absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Keine durchgehenden Drahtseile, an den schwierigsten Stellen gibt es Fixseile.

**Ausrüstung:** Im Frühsommer Pickel und Steigeisen für die steilen Firnfelder am oberen Karkessel.

**Erstbegehung:** John Ball, 19.9.1857

**Was für ein Anblick! Der Monte Pelmo ist zum einen wegen seiner Alleinlage, zum anderen aufgrund seiner Form einer der markantesten Dolomitengipfel. Egal von welcher Seite aus man den Berg betrachtet, der stolze Dreitausender präsentiert sich als riesiger, geschlossener Kalkblock. Kein Wunder, dass er von den Einheimischen „Thron der Götter“ genannt wurde.**

Wer den Monte Pelmo besteigen will, gerät gleich am Ausgangspunkt Zoppe di Cadore ins Staunen.

ist der Monte Pelmo ein wirklich lohnendes Ziel für alpine Allrounder. Absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind aber auf jeden Fall erforderlich.

Stützpunkt für die Gipfelbesteigung ist das sehr schön gelegene Rifugio Venezia. Der beschriebene Hüttenzustieg empfiehlt sich für alle, die von Cortina d’Ampezzo kommend vielleicht noch den Nachbarn Monte Antelao besteigen möchten. Wer direkt zum Monte Pelmo möchte, ist mit der An-

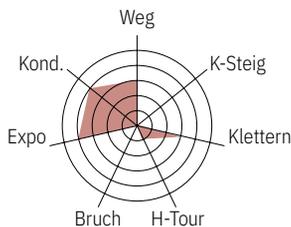


Fotos: Jörg Bodenbender, Archiv DAV

Die steile Ostflanke des Pelmo wirkt wie eine unüberwindbare Felsbastion. Kaum zu glauben, dass durch dieses senkrechte Meer aus Fels der Aufstieg verlaufen soll. Doch seit der Erstbesteigung durch den wagemutigen Iren John Ball

reise über das Grödnertal mit Ausgangspunkt Forcella Staulanza etwas schneller (siehe Variante). Besonders Konditionsstarke können den Monte Pelmo übrigens sogar als Tagestour angehen.

Michael Pröttel



[alpenverein.de/231-8](http://alpenverein.de/231-8)



## Monte Pelmo – Stück für Stück

### 1 Zoppe di Cadore (1460 m) – Rifugio Venezia (1946 m), T2, 2 Std., 480 Hm ↗

In Zoppe di Cadore folgt man der „Via Sagui“. Bald weist ein Schild „Rifugio Venezia“ nach rechts. Auf einem Pfad steigt man bergan und stößt bald auf einen Fahrweg. Nach einem kurzen Stück zweigt man nach links ab (beschildert), überquert einen Bach und hält sich rechts in den Wald (Wegweiser). Zunächst steiler, dann in angenehmer Steigung folgt der Weg Nr. 741 einem Waldrücken, bis er nach einiger Zeit auf eine breite Fahrstraße trifft, von wo aus man bereits eine großartige Aussicht auf den Monte Pelmo hat. An einer Gabelung geht man halb rechts und folgt weiter dem Fahrweg, bis dieser auf den weiten Wiesensattel Passo di Rutorto (1931 m) führt. Jetzt flach hinüber zum aus-sichtsreich gelegenen Rifugio Venezia (1946 m).

### 2 Rifugio Venezia – Ball-Band – Beginn Valon (2170 m), T5, bis II UIAA, 2 Std., 220 Hm ↗

Hinter der Hütte folgt man dem Wegweiser „Rifugio Fiume“. Wenig später, noch in der Latschenzone, muss man aufpassen und dem auf einen Stein gemalten Wegweiser „Monte Pelmo“ nach links folgen. Bald quert diese Wegspur leicht ansteigend am Fuß der Felsabbrüche nach Norden. Ein kleiner, roter Pfeil und die Aufschrift „Attacc“ machen auf den Beginn des Anstiegs zum Ball-Band aufmerksam. Dieses erreicht man über eine erste Felsstufe. In leichter Kletterei geht es nach links steil bergan und dann nach Süden weiter zum Beginn des Ball-Bandes. Dieses ist sogleich sehr schmal und ausgesetzt. Und das wird sich in den folgenden 45 Minuten auch nicht großartig ändern. Fortwährend auf dem schmalen Band steigend, muss man immer wieder die Hände zu Hilfe nehmen. Am „Passo del Gatto“ muss man sogar kriechen, an zwei weiteren Stellen ein wenig klettern (II UIAA). Hier helfen bisweilen fixe Kletterseile, aber nicht wie oft beschrieben klettersteig-ähnliche Drahtseile.

### 3 Beginn Valon – Monte Pelmo (3168 m), T4, bis II UIAA, 2 ½ Std, 1000 Hm ↗

Nachdem man das Ball-Band gemeistert hat, erreicht man den Beginn des „Valon“ genannten riesigen Geröllkars. Hier wendet man sich nach rechts und folgt den Steinmännchen, die auf der östlichen Seite des Kares bergan weisen. In dem Gehgelände geht es steiler und somit zügig bergan. Im oberen Teil zieht die Wegspur in Richtung der Karmitte. Man erreicht den Beginn gebänderter Felsstufen.

Steinmänner geben in einer Art Zickzackkurs den weiteren Weg an. Schließlich wird das Gelände weniger steil und man hat den oberen flacheren Karboden mit Namen „Vant“ erreicht. Hier folgt man den Steinmännchen nach Westen. Zunächst flach, dann steiler geht es durchs Karstgelände meistens weglos zu dem Kamm, der vom Hauptgipfel nach Süden in Richtung des Südwestgipfels Pelmetto führt und steil nach Westen hin abbricht. Hier sollte man wegen der großartigen Aussicht unter anderem auf Civetta und Marmolada vor dem abschließenden Gipfelanstieg unbedingt eine Pause einlegen.

Man wendet sich nun nach Osten und steigt über die Südflanke des Gipfelaufbaus ohne größere Schwierigkeiten aufwärts. Auch hier gilt es, gut auf Wegspur und Steinmännchen zu achten. Zuletzt erreicht man den Gipfelgrat, meistert noch einmal eine ausgesetzte Stelle und gleich darauf eine kurze Kletterei (II UIAA), bevor man nahezu eben zum höchsten Punkt hinüberquert. Oben angekommen, hat man bei guter Fernsicht das Gefühl, als lägen einem die gesamten Dolomiten zu Füßen. Besonders die Aussichten auf Civetta und Marmolada im Westen und den Monte Antelao im Osten sind überwältigend.

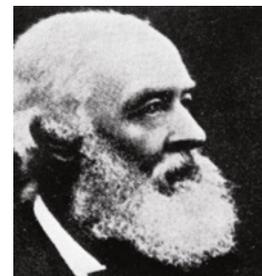
### 4 Monte Pelmo – Zoppe di Cadore (1460 m), T5, bis II UIAA, 4 Std, 1700 Hm ↘

Der Abstieg vom Gipfel zurück zum Ausgangspunkt erfolgt auf dem gleichen Weg.

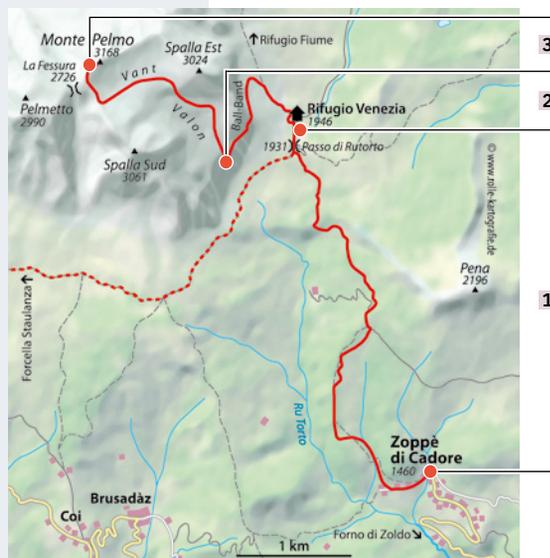
**Variante:** Hüttenzustieg von der Forcella Staulanza: Auf einem gut markierten Pfad läuft man vom Parkplatz an der Forcella Staulanza im leichten Auf und Ab um die gesamte Südflanke des Monte Pelmo herum. Zuerst im Wald, dann im Latschenbereich und zum Schluss über freies Wiesengelände, erreicht man das Rifugio Venezia in gut zwei Stunden.

## Der Mensch zum Berg

„Monte Pelmo, eine gigantische Festung von massivster Architektur“



Am 19.9.1857 brach der Ire John Ball mit einem einheimischen Jäger auf und entdeckte an der ersten Wandstelle ein schmales, ausgesetztes Band. Dem Jäger war dieses zu heikel, Ball aber meisterte teilweise kriechend die 800 Meter lange Querung und gelangte in den Karkessel Valon. So gilt der Monte Pelmo als erster Dolomitengipfel, der von einem auswärtigen Alleingänger ohne Hilfe eines Einheimischen erstbestiegen wurde.





## Einmal um den Piz Bernina

# Bühne frei

Text und Fotos: Stefan Herbke

Die Gipfel um die Coazhütte sowie der Piz Palü zählen zu den ganz großen Skitourenklassikern. Die Krönung ist eine mehrtägige Skitour durch die Berninagruppe, bei der man den Viertausender einmal umrundet und den Piz Palü überschreitet.

**W**ie bestellt beginnen sich die Wolken bei der Bergstation am Piz Corvatsch langsam aufzulösen, in der Luft flimmern Eiskristalle und erste Sonnenstrahlen bringen den Neuschnee zum Glitzern. Nach einigen Schwüngen auf der frisch präparierten Piste biegen wir ab und queren zwischen letzten Nebelfetzen zu einer Markierungsstange und zur ersten Felsstufe. Ein schmales, exponiertes Schneeband ermöglicht die Traverse und den Wechsel in ein Kar – hinter dem der

nächste Abbruch wartet. Ein Fixseil hilft beim Abstieg über die teils senkrechte Felsstufe. Und dann ist es so weit: Der Wolkenvorhang lichtet sich endgültig und gibt den Blick frei auf den Festsaal der Alpen.

Direkt vis-à-vis erhebt sich der frisch verschneite Piz Bernina mit dem Biancograt, daneben ragt der Piz Roseg in den Himmel – ein Klassiker unter den Kalendermotiven. Und im Talschluss des Val Roseg ziehen die gewaltigen Gletscher der Sellagruppe die Blicke auf sich.



Diese Gletscherkulisse ist einfach atemberaubend: Nach der Überschreitung des Piz Palü zur Bellavista startet die Abfahrt durch das Loch.

Am Ende des Tales, am Fuß der Gletscher, sieht man bereits die Chamanna Coaz, eine Oase inmitten der Schneewüste. „Mir kommt die vor wie ein Raumschiff“, meint Timea Marekova, „da sieht man dieses riesige, tief verschneite Kar und die Gletscher. Und dann steht da am Fuß einer kleinen Moräne über einem gewaltigen Abbruch die Hütte – mitten im Nichts.“ Im Winter 2012 arbeitete die 36-Jährige, die seit diesem Winter beim Tourenportal alpenvereinaktiv beschäftigt ist, das erste Mal auf der Hütte

– und verliebte sich auf Anhieb in diesen Ort. Genauso wie Ursula Schranz, die seit dem Jahr 2017 zusammen mit ihrem Mann Ruedi die Hütte bewirtschaftet. „Im Sommer 2002 war ich hier erstmals als Helferin“, erzählt sie, „und später haben wir immer wieder davon geträumt, vielleicht irgendwann selbst eine Hütte zu übernehmen.“ Eine Aussage, die Ruedi mit seinem trockenen Humor kontert: „Ich musste mitziehen, entweder machst du das zusammen und beide sind einverstanden oder es geht

nicht – wenn einer nicht will, dann funktioniert das nicht.“

Längst sind die beiden ein eingespieltes Team, unterstützt durch Menschen wie Timea, die in den letzten Jahren insgesamt fünf Monate während der Skitourensaison auf der Coazhütte arbeitete, zuletzt im Frühjahr 2021. „Eine anstrengende Zeit, auch weil der Raum recht knapp bemessen ist und alle hier oben mit ihren Wünschen und Sorgen gehört werden wollen“, erinnert sie sich, „und die Arbeit hört ja nicht auf, wenn alle auf Tour gehen.“ Hin und wieder geht es sich zwar aus für eine kurze Spritztour, doch für längere Touren reicht die Zeit nicht: „Natürlich war ich immer neugierig, was hinter den Gipfeln und der Sellagruppe

---

## Tiefe Spalten flankieren die Aufstiegsspur zu beiden Seiten.

---

kommt.“ Und so ist sie mit Begeisterung dabei, um auf einer Runde über das Rifugio Marinelli, Alp Grüm, Diavolezza, Piz Palü und Piz Chalgagn und damit einmal um den Piz Bernina endlich einmal die Rückseite der Hüttengipfel der Coazhütte zu entdecken – und dabei natürlich auch Ursula und Ruedi zu besuchen.

„Die Saison ist schwierig“, lautet bei unserem Besuch ein erstes Fazit der Hüttenwirtin, „wir hatten zwar über Wochen schönes Wetter und eine günstige Lawinensituation, aber nur wenig Gäste.“ Ein Grund dafür ist sicher die schlechte Schneelage. Teilweise gibt es auf den Gletschern meterhohe Absätze, die einige Routen unmöglich machen. Fast immer machbar ist allerdings die Tour auf La Muongia, eine ideale



Abrundung des ersten Tourentages und landschaftlich ein Traum. Zum Greifen nah sind die Eisabbrüche und Hängegletscher unter La Sella und Piz Glüschaint, beeindruckend die Spalten links und rechts der Spur, faszinierend der Ausblick von der flachen Gletscherkuppe, den die meisten als Gipfel wählen, da der Anstieg zum höchsten Punkt leichte Kletterei erfordert. Eine atemberaubende Tour inmitten einer Gletscherarena der Superlative.

Zum Krafttanken geht es zurück zur Hütte, auf der alle bestens versorgt werden. Viele wissen gar nicht, wie groß der Aufwand dafür ist. „Wir haben keine Dusche und kein fließendes Wasser, sondern müssen das von der Quelle mühsam hertragen, wir spülen alles von Hand



Mit Blick auf den Piz Bernina geht es zur versicherten Schlüsselstelle des Anstiegs vom Piz Corvatsch zur Chamanna Coaz (l.). Die Eisabbrüche unter La Sella und Piz Glüschaint beeindruckend beim Anstieg über die Gletscher der Sellagruppe, ehe man mit Blick auf den Piz Roseg auf der Coazhütte zum Après-Ski übergeht.





---

## Die zwei Seiten der Bernina: riesige Gletscher auf der Nordseite, steile Felswände in Richtung Süden

---

ab, du musst immer Feuer machen und es ist überall kalt“, erzählt Ursula, „im Vergleich zum Winter ist der Sommer Luxus.“ Eisig kalt sind auch die Toiletten. „Wenn man da mit Wasser den Boden putzen will, dann gibt das einen Gletscher“, erzählt Ruedi von seinen Versuchen. Doch im Sommer 2023 starten die schon länger geplanten Renovierungsarbeiten. „Ich bin kein Nostalgiker oder Romantiker bei alten Hütten“, freut sich Ursula schon jetzt, „ich habe es gerne ein bisschen moderner und angenehm zum Arbeiten.“

Die Coazhütte ist ein beliebter Skitourenstützpunkt, der vom Piz Corvatsch gut zu erreichen ist und bereits im März in die Saison startet, mit einer Gipfelwahl für mehrere Tage. Doch für die Runde um den Piz Bernina muss man bis Anfang April warten, denn das Rifugio Marinelli auf der italienischen Seite der Berninagruppe öffnet keinen Tag früher. Aufgrund von schlechten Sichtverhältnissen und stürmischem Wind müssen wir zwar den Piz Sella rechts liegen las-

sen, doch gleich hinter der Fuorcla da la Sella bessert sich das Wetter schlagartig. „Es ist immer wieder schön, von der Nord- auf die Südseite zu wechseln“, freut sich unser Bergführer Simone Porta, „gefühl ist da einfach mehr Sonne.“

Wie das Wetter hat auch die Berninagruppe zwei Seiten. Riesige Gletscher etwa auf der Nordseite, während die Gipfel nach Süden mit steilen Felswänden abbrechen. Wir queren südseitig unter den imposanten Felsabbrüchen von Piz Roseg, Piz Scerscen und Piz Bernina – die von hier zwar gewaltig ausschauen, aber bei Weitem kein Postkartenpotenzial besitzen – und steigen schließlich zum Passo Marinelli Occidentale auf. „Noch vor etwa 20 Jahren konnte man flach vom Gletscher zum Pass laufen“, erinnert sich der 36-jährige Bergführer, „mittlerweile wird der Gegenanstieg jedes Jahr länger.“

Die Marinelli-Bombardieri-Hütte ist ein stattlicher Steinbau, der über die Jahre immer weiter ausgebaut wurde. „In den 70ern des letzten Jahrhunderts gab es ungefähr 200 Plätze“, er-

**INFO** online: [alpenverein.de/231-2](http://alpenverein.de/231-2)



**RUNDE DURCH DIE BERNINA**

Auch aufgrund der Höhenlage konditionell recht anspruchsvolle Mehrtagestour über ausgedehnte Gletscher (Spalten!), nur bei sicheren Verhältnissen und bei guter Sicht. Bei schlechter Schneelage keinesfalls zur Alp Grüm abfahren, sondern über Piz Palü oder Fortezza auf die Schweizer Seite wechseln.

**Anreise:** Mit der Bahn nach St. Moritz, mit dem Bus zur Talstation der Corvatschbahn, [corvatsch-diavolezza.ch](http://corvatsch-diavolezza.ch)

**Beste Zeit:** April

**Tourist-Info:** Engadin St. Moritz Tourismus, Tel.: 0041/81/830 00 01, [engadin.ch](http://engadin.ch)

**Die Etappen:**

1. Bergstation Corvatsch (3303 m) – Chamanna Coaz (2611 m, [coaz.ch](http://coaz.ch)) – La Muongia (3414 m) – Chamanna Coaz  
810 Hm ↗, 1500 Hm ↘, 5½-6 Std.
2. Chamanna Coaz – Piz Sella (3506 m) – Fuorcla da la Sella (3252 m) – Passo Marinelli Occidentale (3014 m) – Rif. Marinelli Bombardieri (2813 m, [rifugiomarinellibombardieri.it](http://rifugiomarinellibombardieri.it))  
1025 Hm ↗, 825 Hm ↘, 6-7 Std.
3. Rif. Marinelli – Passo Marinelli Orientale (3079 m) – Passo di Sasso Rosso (3504 m) – Altipiano di Fellaria – Vadret da Palü – Lagh da Caralin (2322 m) – Alp Grüm (2091 m) – mit dem Zug zur Haltestelle Diavolezza ([rhb.ch](http://rhb.ch)) – Diavolezza (2972 m, [corvatsch-diavolezza.ch](http://corvatsch-diavolezza.ch))  
965 Hm ↗, 1690 Hm ↘, 7-8 Std.
4. Diavolezza – Vadret Pers – Piz Palü (3899 m) – Abfahrt entweder über Anstiegsroute oder über Fuorcla Bellavista und Foura (Loch) – Vadret da Morteratsch – Chamanna da Boval (2494 m, [boval.ch](http://boval.ch))  
1275 Hm ↗, 1755 Hm ↘, 7 Std.
5. Chamanna da Boval – Piz Chalchagn (3153 m) – Abfahrt entweder Richtung Pontresina (Haltestelle Surovas) oder ins Val Morteratsch (Haltestelle Morteratsch) – mit dem Zug nach St. Moritz  
715 Hm ↗, 1390 Hm ↘, 5 Std.

**Karten, Führer:**

- ▶ Schweizer Landeskarte, Blatt 1277/Piz Bernina und Blatt 1278/La Rösä, Maßstab 1:25.000.
- ▶ Vital Eggenberger: Skitouren Graubünden Süd, SAC, 4. Aufl. 2020.

**Bergführer:**

Bergsteigerschule Pontresina, Tel.: 0041/81/842 82 82, [bergsteiger-pontresina.ch](http://bergsteiger-pontresina.ch)



Unter den felsigen Südabbrüchen des Piz Roseg quert man den flachen Vedretta di Scerscen Superiore (L.) und erreicht schließlich das Rifugio Marinelli mit Traumblick auf den Monte Disgrazia (u.) und guter italienischer Küche (M.). Ausgedehnte Gletscherflächen und traumhafte Ausblicke begeistern am dritten Tag beim Übergang zur Alp Grüm (o.).





zählt Giuseppe Della Rodolfa, „und selbst die reichten im Sommer manchmal nicht aus.“ Seit dem Jahr 2009 bewirtschaftet der Bergführer die Hütte, die für die Wintersaison natürlich völlig überdimensioniert ist. „Normalerweise zähle ich im April rund 600 Übernachtungen“, lautet seine Erfahrung, „diesmal wäre ich schon mit 300 zufrieden.“ Die meisten kommen von der Nordseite, also von der Coazhütte oder der Diavolezza und bleiben für maximal zwei Nächte. „Die Locals vom Tal nutzen die Touren dagegen nur zum Trainieren“, bedauert Giuseppe, „von denen übernachtet keiner bei mir.“

Wir sind zu dritt und gleichzeitig die ersten Gäste auf der soeben aufgesperrten Hütte. Auf der Terrasse stapeln sich Getränkeflaschen, die

der Hubschrauber erst vor wenigen Minuten abgesetzt hat – und die jetzt verstaubt werden wollen. Ein kleiner Holzofen in der Stube versucht vergebens, die Temperatur über dem Gefrierpunkt zu halten – die einzige Wärmequelle in einem über Monate ausgekühlten Haus. Gemütlich schaut anders aus, aber es gibt was zum Essen und Trinken – und in den Zimmern mehr als genug Decken. Und die Hütte hat zumindest überhaupt offen: „Es gab schon schlechtere Winter mit noch weniger Schnee“, erinnert sich Giuseppe, „da haben wir gar nicht erst aufgesperrt.“

Der nächste Tag startet grandios. Vis-à-vis leuchtet verführerisch der Monte Disgrazia im ersten Morgenlicht. Nach einem kurzen Gegen-

**Teilweise recht exponiert ist der Anstieg auf den Piz Palü (o. l.). Bei der Abfahrt über den Vadret da Morteratsch begeistert der Blick auf den Piz Bernina mit dem Biancograt (o.), ehe ein kurzer Gegenanstieg zur Chamanna da Boval führt (u. l.).**



anstieg wechseln wir vom Schatten in die Sonne und auf die weiten, unberührten Schneeflächen des Vedretta di Fellaria. Die Kulisse bilden die steilen Abbrüche von Piz Argient und Piz Zupò, in die sich Reste eines Hängegletschers klammern. Vor einem begeistert ein imposanter Gletscherbruch, neben dem wir hinaufspuren auf die nächste Terrasse, das Altipiano di Fellaria. Wir steuern den Gipfelkamm des Piz Palü an und stoppen auf einer Höhe von gut 3550 Meter. Ein beliebiger Punkt in der Schneewüste bildet den Start für die Abfahrt zur Alp Grüm. Für Simone Porta eine der Schlüsselstellen der Runde. „Bei der Querung des Vadret da Palü hältst du dich am besten an die in der Schweizer Landeskarte eingezeichnete Route“,

lautet seine Empfehlung. In normalen Wintern ein skifahrerischer Höhepunkt, doch im April 2022 keine gute Idee. Bei so einer schlechten Schneelage empfiehlt Simone, unbedingt über den Piz Palü oder Fortezzagrät zur Diavolezza zu wechseln. Denn nach den ersten, wirklich schönen Hängen erreicht man auf der Abfahrt zur Alp Grüm einen steilen Moränenhang über dem Lagh da Caralin. Der ist normalerweise gut eingeschnitten, doch bei wenig Schnee aper und absolut steinschlaggefährdet.

Auf der Diavolezza erwartet einen eine komfortable Unterkunft mit Dusche, Heizung und Traumblick auf den Piz Palü. An perfekten Frühlingstagen zieht dieser Skitourenklassiker mehrere hundert Tourenger\*innen an. Die meisten geben sich mit dem Ostgipfel zufrieden, doch bei guten Verhältnissen sollte man die Überschreitung angehen – und zum krönenden Abschluss vom Eisbalkon der Bellavista die selten gemachte Abfahrtsvariante durch das Loch (Foura) wählen. So nennt sich das westlich der Fortezza eingeschnittene Kanonenrohr. Ein skifahrerisches Aushängeschild der Berninagruppe, das nur in schneereichen Jahren fahrbar ist. Ansonsten versperren meterhohe Eisabsätze oder breite Spalten das Durchkommen.

So wie im letzten Winter, in dem bereits der Normalweg auf den Piz Palü aufgrund der offenen Spalten ein Abenteuer ist. Selbst die Bovalhütte hat aufgrund der schlechten Schneelage noch geschlossen, so dass wir abkürzen und uns gleich Richtung Piz Chalchagn orientieren. Landschaftlich ein Traum – und wie die letzten Tage sind wir wieder komplett allein unterwegs. Ein steiler Südhang führt zum Finale hinauf auf den Gipfelkamm und auf einen im Vergleich zu seinen Nachbarn unscheinbaren, wenngleich unglaublich aussichtsreichen Eckpunkt der Berninagruppe. Auch hier ist der Schnee mehr als knapp, statt der geplanten Nordabfahrt Richtung Pontresina geht es daher zurück ins Val Morteratsch. Mit dem Flachstück hinaus zum Bahnhof endet die spannende Runde um den östlichsten Viertausender der Alpen. Während wir im Zug zurück nach St. Moritz fahren und dabei in Erinnerungen schwelgen, senkt sich der Vorhang – der Festsaal der Alpen verschwindet in den Wolken.

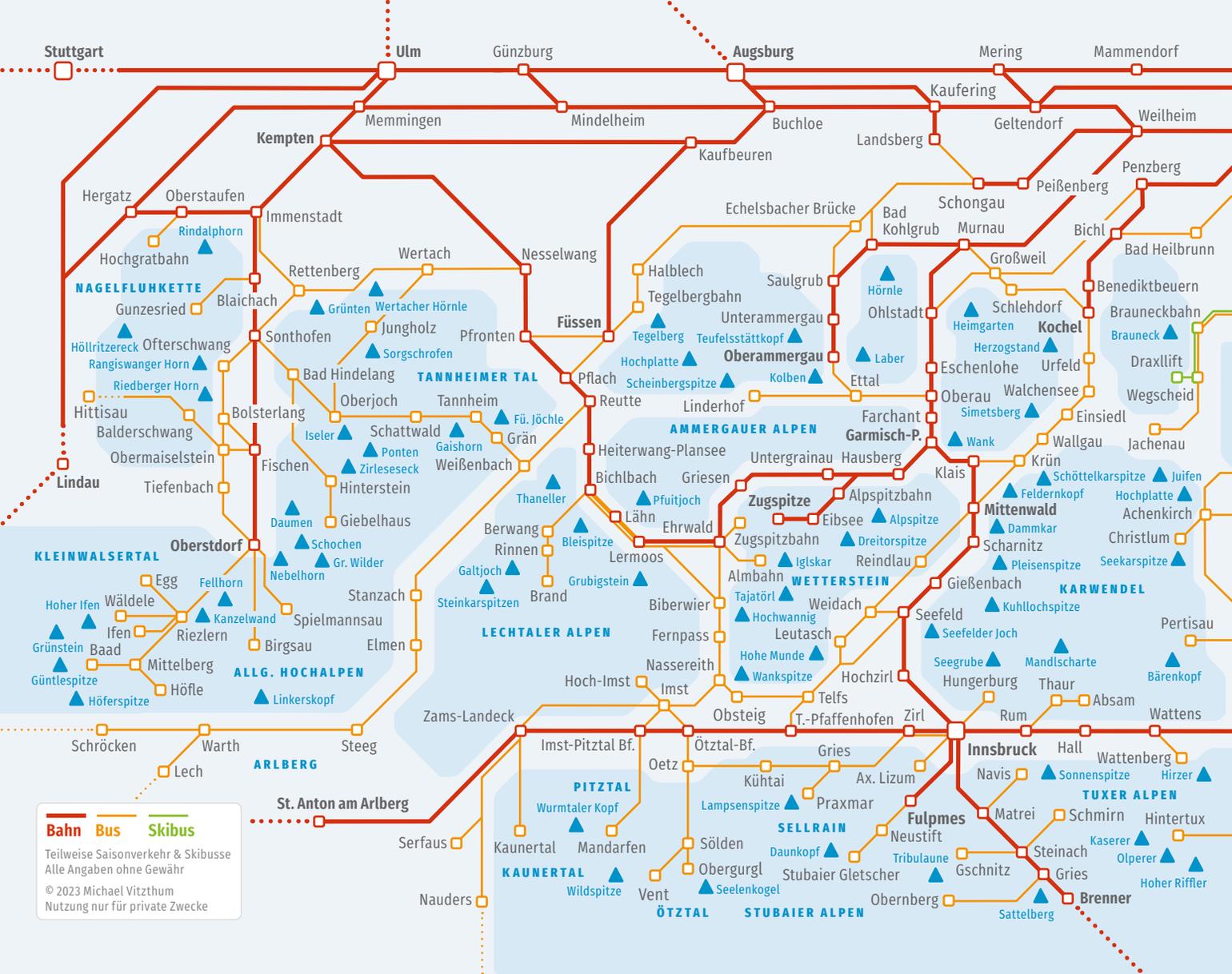
---

Die Abfahrt durch das Loch (Foura) ist ein skifahrerisches Aushängeschild der Berninagruppe, das nur in schneereichen Jahren fahrbar ist.

---



Die Überschreitung des Piz Palü mit Abfahrt durchs Loch zählt für **Stefan Herbke** zu den Höhepunkten dieser Runde, die auf Schritt und Tritt zeigt, wie gewaltig die Dimensionen der Bernina sind.



# Wintersport ohne Auto

Mit den Öffis bergwärts

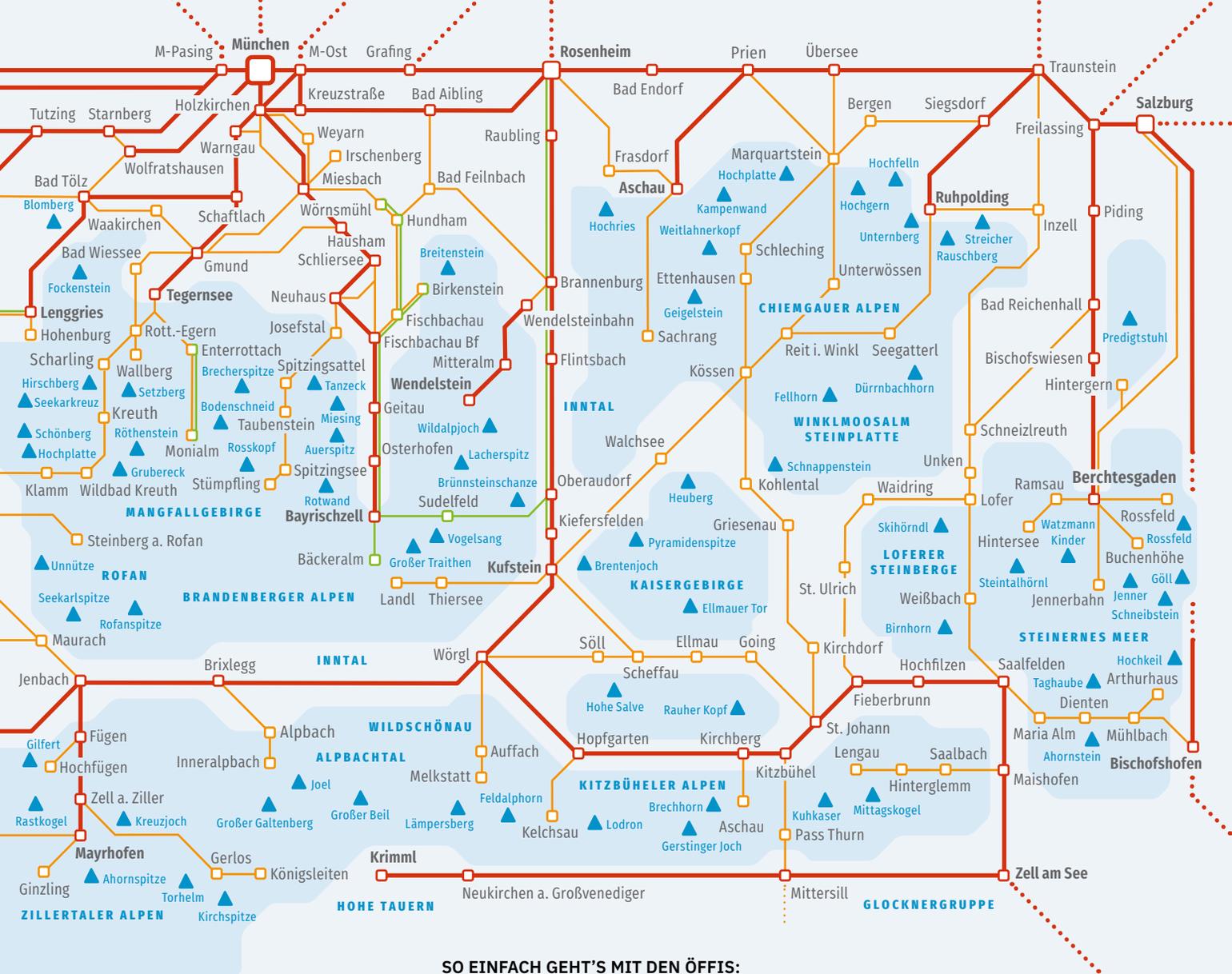
Das öffentliche Verkehrsnetz bietet großartige Möglichkeiten, wie wir unseren Lieblingssport im Winter sanft und klimaschonend ausüben können. Und das auch noch auf eine Weise, die uns keinen Verzicht abringt, sondern uns sogar neue Toureoptionen erschließt und damit zur Bereicherung wird. Denn die besten Skitouren sind nicht trotz, sondern gerade mit Bus und Bahn möglich – bei Touren quer durchs Gebirge.

Immer dringender wird das Engagement von uns allen, was Klima- und Umweltschutz angeht. Jedes Jahr wünschen wir uns eine schneereiche Saison in einer unberührten Bergwelt, aber gleichzeitig tragen wir mit Ressourcenverbrauch und unserer Bequemlichkeit dazu bei, dass es immer weniger Winterzauber geben wird. Dieses Dilemma mit allen seinen krassen Auswirkungen auf Natur und Mensch

können wir in Zukunft nur durch mutiges, entschlossenes Handeln überwinden. Jede Skitour mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist ein aktiver Beitrag zum Klimaschutz, dem wir uns als Bergsteiger\*innen eigentlich selbstverständlich verpflichtet fühlen sollten. Wir durchbrechen endlich den Teufelskreis aus immer noch mehr Infrastruktur mit Straßen, Tunnels und Parkplätzen, die immer noch mehr Verkehr anzieht. Es ist ein Zeichen von Respekt gegenüber den



**NATÜRLICH MIT ÖFFIS!** Die besten Skitouren, Reibn und Skisafaris ab München von Michael Vitzthum et al., Rother Bergverlag, € 24,90. 35 Skitouren, vom gemütlichen Klassiker bis zu rasigen Touren, sind in diesem Führer beschrieben. Viele von ihnen sind erst durch die Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel sinnvoll durchzuführen. Ausgezeichnet mit dem DAV-Gütesiegel „Natürlich auf Tour“.



### SO EINFACH GEHT'S MIT DEN ÖFFIS:

Die Netzkarte, viele Tipps & Tricks von Michael Vitzthum und die besten Apps für die Tourenplanung mit Bus & Bahn gibt es unter [alpenverein.de/231-14](http://alpenverein.de/231-14)

Menschen, die in den sensiblen Alpenregionen leben, wenn der Verkehrsdruck sinkt. Gleichzeitig bleiben lokale Bahn- und Buslinien für uns alle erhalten und werden nach Jahrzehnten des Niedergangs endlich wieder ausgebaut. Die Optionen von Bus und Bahn sind eine Einladung zu mehr Erlebnis und Abenteuerlust im Gebirge. Viele neue Routen abseits der immer gleichen Wege werden möglich, weil wir nicht mehr zum Parkplatz zurückmüssen. In dieser Freiheit liegt einer der unschlagbaren Vorteile der öffentlichen Anreise: Wir können die Berge viel bewusster und intensiver entdecken. Jede Tour ist eine Reise, die schon an der Haustür beginnt: Wir treffen uns unkompliziert am Bahnhof und starten zusammen ins Gebirge. Die An- und Abreise ist nicht nur eine lästige Pflichtübung, sondern wird zum Gemeinschaftserlebnis mit Raum für Gespräche, Brotzeit, Detailplanung und Reflexion. Niemand muss übermü-

det und gestresst die Gruppe am Ende der Tour wieder auf vollen Straßen nach Hause chauffieren. Der Tag wird mit den Öffis vielleicht etwas länger, aber die gemeinsame Zeit unterwegs ist geschenkt.

Wir werden in Zukunft viel Dreck, Gestank, Stress, Konflikte, Staus und letztlich auch Geld sparen. Wo wir nicht sparen werden, ist beim Spaß: Denn die großartigen Rundtouren, Überschreitungen und Durchquerungen werden erst mit den Öffis möglich.

Wir Bergsportler\*innen werden so Teil der Lösung und nicht des Problems. Probieren wir es doch einfach mal aus!



**Michael Vitzthum** ist leidenschaftlicher Skitourengeher. In den sozialen Medien berichtet er regelmäßig unter dem Hashtag #bergsportisnomotorsport über seine Bergtouren ohne Auto.



# Bergsport mit Verantwortung

DAV-Präsident Roland Stierle nimmt Stellung

**Seit November 2022 ist Roland Stierle Präsident des DAV. Hier skizziert der erfahrene Alpenvereinsmann seine Vorstellungen für die kommenden Jahre.**

Meine Antwort auf die Frage, wofür der DAV stehen soll, lautet: Für Bergsport mit Verantwortung – Verantwortung für Natur und Umwelt, für das eigene Tun und gegenüber anderen. Und für Bergsport, der Freude macht.

Die meisten Mitglieder kommen zu uns, um Bergsport zu betreiben. Künftig wird unsere Ausbildung zu eigenverantwortlichen und umweltbewussten Bergsportler\*innen auch dazu anleiten, dabei den kleinstmöglichen CO<sub>2</sub>-Fußabdruck zu hinterlassen. Denn um das ehrgeizige Ziel „Klimaneutralität bis 2030“ zu erreichen, braucht es Überzeugung und Kraft für den Transfer vieler Maßnahmen, gerade bei der Mobilität, die den größten Teil unserer Emissionen verursacht.

Die Veränderungen in den Bergen sind dramatisch: Der Gletscherrückgang beschleunigt sich, der Permafrost taut und die Wasserreserven werden immer knapper. Hochgebirgswege müssen verlegt, ganze Berggebiete gesperrt, Hütten wegen Wassermangel frühzeitig geschlossen werden. Das führt zu neuen Aufgaben in den für uns eminent wichtigen alpinen Arbeitsgebieten und beim Bergsport selbst. Für mich heißt das auch, Debatten zu führen

zum Beispiel darüber, mit wie viel Aufwand Wege begehbar gehalten werden. Gerade im Hochtourenbereich müssen wir das Risikomanagement stärken und unsere Ansprüche neu denken.

Die Hütten mit einer einfachen, umwelt- und klimagerechten Betriebsführung bleiben ein wichtiges Markenzeichen des DAV. Dabei sind wir dem Gemeinwohl verpflichtet – und unsere Schutzhütten idealerweise mit einem Selbstversorgerraum ausgestattet, um für Jugendgruppen und Familien bezahlbar zu bleiben.

## Ein großer Rucksack voller Aufgaben

Auch wenn wir uns noch bewusster und verantwortungsvoller im alpinen Raum bewegen, will der Tourismus immer weiter vorrücken. Er folgt dem Schnee mit weiterer Erschließung nach oben und kommt mit Funparks für den Sommer von unten nach. Für mich sind die Alpen genug erschlossen! Wir müssen die Faszination der Berge verteidigen! Als Anwalt der Berge!

Mit dem geplanten Ausbau technischer Anlagen wie aktuell in den Öztaler Alpen wird auch die Energiewende weitere alpine Räume

beanspruchen. Hier mischen wir uns ein und sind hellwach, dass wir nicht mit Klimapolitik in die Industriepolitik getrieben werden. Ungeachtet des Klimawandels bleiben der Besucherdruck hoch und einige Hütten Hotspots, was eine enorme Belastung für Natur, Umwelt, Hütten und Wege ist. Auch wenn wir wegen der steigenden Mitgliederzahlen dafür mitverantwortlich gemacht werden, bin ich überzeugt, dass es ein Vorteil ist, wenn diejenigen zu uns kommen, die unsere Leidenschaft teilen und unsere Infrastruktur

nutzen. Wir können sie direkt informieren und ihnen Ausbildung bieten. Dabei ist mir wichtig, die Zugänge zu den Bergen nicht noch weiter zu vereinfachen, sei es durch technische Unterstützung oder durch Tourismusprojekte, die die Berge lediglich als Kulisse nutzen.

Unsere wohnortnahen Kletteranlagen sind eine weitere Säule, auch aus ökologischer Sicht. Sie ermöglichen Bergsport, Training und sie sind die Keimzelle für den Leistungs- und Wettkampfsport. Unsere ambitionierten Athlet\*innen müssen wir nach Möglichkeit so fördern, dass sie in der internationalen Spitze mithalten können und es ihren weiteren Lebensweg positiv beeinflusst – Talentförderung und Persönlichkeitsbildung sind gefragt. Einen hohen Stellenwert haben auch die Mittelgebirge. Je nach Region kommt es dort zu oft unverhältnismäßigen Einschränkungen beim

Klettern oder Mountainbiken. Aktuell gibt es am Battert neue Kletterverbote. Hier müssen wir unsere ganze Erfahrung aus Bergsport und Naturschutz einbringen, um vor Ort ausbalancierte Lösungen zu finden.

Respekt, Toleranz, Solidarität und Menschlichkeit sind die Grundpfeiler unseres Tuns. Katastrophen und Kriege, wie der Angriffskrieg gegen die Ukraine, verlangen dies geradezu. Noch dazu führen dessen Auswirkungen zu instabilen Rahmenbedingungen, die uns persönlich und im Verein hart treffen.

Die gelebte Solidarität im DAV ist gerade in schwierigen Zeiten ein hohes Gut. Ob kleine oder große Sektionen, wir respektieren uns, über alle Generationen und Regionen hinweg. Das Ehrenamt bleibt dabei die Basis für unseren erfolgreichen Weg. Die Aufgaben werden weiter wachsen. Mit moderner Vereinsführung und einem behutsamen Einsatz unserer Ressourcen wappnen wir uns für die Zukunft.

Gehen wir den Weg gemeinsam! Für Bergsport mit Verantwortung. Für Bergsport, der Freude macht.



Foto: DAV/Tobias Hase

**Roland Stierle** (\* 1953), passionierter Alpinist und langjährig im DAV engagiert, wurde mit überzeugender Mehrheit zum Präsidenten gewählt.

## Familie am Berg

**BERGURLAUB AUF DEM BAUERNHOF IN SÜDTIROL** – Urlaub auf dem Bauernhof? Klingt ein wenig altbacken, aber für Familien sind beispielsweise die Ferienhöfe in Südtirol wirklich gute Basislager für Bergurlaube, bei denen Jung und Alt auf ihre Kosten kommen.



Foto: Philipp Radtke

*Direkt vom Bauernhof auf familientaugliche Wanderungen wie an der Plose.*

Bergsport und Familie im Urlaub, das ist immer eine Frage der Kompromissbereitschaft aller Beteiligten und der wohlüberlegten Planung, wohin es gehen soll. Urlaubsbauernhöfe in Südtirol bieten diesbezüglich gleich eine ganze Palette von Vorteilen. Inmitten der fantastischen Berglandschaft Südtirols werden wirklich alle einen Hof in Bestlage für die jeweilige Lieblingsdisziplin finden: Im Winter für Ski-/Schneeschuhtouren, Rodeln, Winterwandern oder Langlaufen, später im Jahr zum Mountainbiken, Bergsteigen, Wandern, Klettern oder Klettersteiggehen.

Eine unmittelbare Nähe zu den Ausgangspunkten der Touren hat für Eltern einen großen Vorteil: Wer direkt von der Haustür startet, spart sich viele Wege, die gerade mit Kindern immer eine gute Planung erfordern. Kürzere, familientaugliche Touren sind möglich und außerdem können Mama oder Papa vielleicht auch mal eine schnelle Tour ohne Kids machen.

Die „Attraktionen“ im Umfeld des Hofes sind für Kinder vielfältig: Ob beispielsweise ein riesiger Spielplatz, der Kuhstall und die Hühner des Frötscherhofs, der Weinberg mit Trauben zum Naschen der historischen Hofstelle Gschnofer im Etschtal oder der Hütter-Hof mit Rindern, Pferden und Schweinen im Vinschgau, der zur Begeisterung der Kinder gratis mit der dorfeigenen Seilbahn erreicht wird – an Tagen ohne Bergtour ist der Nachwuchs auch auf dem Bauernhof mit den meist überaus kinderlieben Wirtsfamilien glücklich. Oftmals dürfen sie bei der Arbeit auf dem Hof mithelfen und lernen so beim Pferdestriegeln, Melken oder Eiersammeln hautnah etwas über Natur, Tiere und Landwirtschaft.

*red*

Infos unter [roterhahn.it](http://roterhahn.it)

## FACHMESSE HALLS & WALLS

**FOKUS AUF NACHHALTIGKEIT BEIM KLETTERHALLENTREFFEN** – Am 25. und 26. November

2022 fand in der Messe Friedrichshafen wieder die vom Alpenverein organisierte „Halls & Walls“ zum Austausch der Kletterhallenszene statt. Hersteller aus dem Kletterwandbau, von Bouldermaten, Griff-Shapes, Wandausstattung, Kletterausrüstung, Betriebssoftware und weiterem Zubehör waren vertreten.

Integriert ist „Halls & Walls“ in die „Vertical Pro“, eine Fachmesse für alle, die sich beruflich in der Höhe aufhalten, wie zum Beispiel in der Höhlenrettung, beim Industrielklettern oder in der Entwicklung von Hochseilgärten. Insgesamt waren 139 Aussteller aus 36 Ländern in den zwei Messehallen dabei. Auch dieses Jahr hat sich das bekannte Format von Fachvorträgen und Messe bewährt und hat 2100 Menschen aus 38 Ländern angelockt. Die vom DAV organisierten Vorträge fanden wieder großen Zulauf. Das diesjährige Schwerpunktthema

lautete Nachhaltigkeit: Gründe und Wege für Nachhaltigkeit, wie Nachhaltigkeit in Kletterhallen bereits umgesetzt wird, Ökologie im Gebäudebereich und Vielfalt im Routenbau. Eröffnet wurde das Vortragsprogramm von DAV-Vizepräsident Manfred Sailer von der Sektion Freiburg-Breisgau. Für Sektionen mit eigenen Kletteranlagen gab es darüber hinaus die Möglichkeit zum Informationsaustausch in einer DAV-internen Info-Veranstaltung.

*red*

**Die nächste „Halls & Walls“ findet am 24./25. November 2023 wieder in Friedrichshafen statt.**

*Der Stand des DAV war gut frequentierter Treffpunkt der Kletterhallenszene.*

Foto: DAV





**DOKU-TIPP: BERGMENSCHEN**

[ardmediathek.de](https://ardmediathek.de)

Der Bayerische Rundfunk begleitet in seiner neuen Staffel „Bergmenschen“ die DAV-Jugendleiterin Anna und den Münchner Alpinisten Julian bei ihren Vorbereitungen auf die Bergführer-Eignungsprüfungen. Die sechs Folgen sind zwischen sieben und 26 Minuten lang und auf Youtube sowie in der ARD-Mediathek verfügbar.



**FILM-EMPFEHLUNG: BREAKING THE CYCLE**

[win.gs/3AE0Uzh](https://win.gs/3AE0Uzh)

Im Frühjahr 2021 beendete Anton „Toni“ Palzer seine Karriere beim SkimoTeamGermany und tauschte seine Ski gegen ein Rennrad – mit dem großen Ziel, an der Tour de France teilzunehmen. Der Doku-Film „Breaking the Cycle“ erzählt, wie es dem Berchtesgadener bisher erging, und blickt auch auf seine beispiellose Karriere als Skimo-Athlet zurück.



**FÜR EINSTEIGER\*INNEN: (GRAVEL-)BIKE-TUTORIALS**

[youtube.com/@AnkeisAwesome](https://youtube.com/@AnkeisAwesome)

Mit dem Wortspiel „How To fahrRad“ eröffnete die Journalistin Anke Eberhardt vor gut einem Jahr ihren Youtube-Kanal. Mittlerweile gibt es rund 20 Tutorials, die sich um Ausrüstung, Bike-Pflege und Reparatur drehen – mit viel Liebe zum Detail (die Videos dauern oft bis zu einer halben Stunde) und einer guten Portion Selbstironie. Das erkennt man auch an Eberhardts Alter Ego: Im Netz nennt sie sich scherzhaft „Anke is Awesome“.

# Überall die Berge

**PODCAST UPHILL ATHLETE**

„Uphill Athlete“ ist eine Trainingsplattform, die vom Spitzenalpinisten Steve House und seinem langjährigen Trainer Scott Johnston gegründet wurde und fundierte Trainingspläne zu vielen alpinistischen Spielarten bietet. Dazu gibt es auch einen englischsprachigen Podcast, in dem Athlet\*innen aus aller Welt von ihrer Art zu trainieren berichten.  
[uphillathlete.com/podcast/](https://uphillathlete.com/podcast/)

**360°-KAMERA FÜR DRAUSSEN**

Die klassische Actioncam war gestern, heute gibt es wasserdichte und stoßfeste Kameras, die 360° filmen können – wie zum Beispiel die Insta360 X3. Für besonders faszinierende Aufnahmen kann die X3 an einem bis zu drei Meter langen Selfie-Stick befestigt und in der Hand gehalten werden. Der Clou: Der Stab wird von der Kamera künstlich wegretuschiert und verschwindet damit aus dem Bild. UVP ca. 540 Euro.  
[insta360.com](https://insta360.com)

**VIDEO: STEEP-SKIING IN NORWEGEN**

Sollte man sein Leben für eine Skiabfahrt riskieren? Dieser Frage geht ein Team um den Freerider Nikolai Schirmer in den norwegischen Lyngen-Alpen nach. Sympathisch und bildgewaltig erzählt der 22-minütige Youtube-Film über Motivation und Freundschaften.  
[youtu.be/wR8dCiDtrjk](https://youtu.be/wR8dCiDtrjk)  
Tipp: Auch die anderen Videos im Kanal sind sehenswert!

**KLIMA-PODCAST VON LUISA NEUBAUER: „1,5 GRAD“**



Luisa Neubauer ist Aktivistin, Buchautorin und Mitorganisatorin der „Fridays for Future“-Bewegung. Seit fast zwei Jahren hat sie auch einen

eigenen Podcast, den es exklusiv auf Spotify gibt. Dort spricht sie mit Expert\*innen und Promis wie Sebastian Vettel, Bela B oder Bully Herbig über die Klimakrise und wie wir sie lösen können.  
[spotify.com](https://spotify.com)



**Im Netz gefunden**

Fotografieren am Berg  
[alpenverein.de/34874](https://alpenverein.de/34874)

# Leistungssport

Der neue Bundestrainer Skimo im Interview

Das SkimoTeamGermany hat einen neuen Bundestrainer. Florian Steirer übernimmt die Geschicke des Teams. Der Österreicher war die letzten vier Jahre Trainer der deutschen Biathlon-Damen-Nationalmannschaft und konnte mit dieser einige Erfolge feiern. Was ihn mit dem wettkampfmäßigen Skibergsteigen verbindet und welche Ziele er hat, erzählt er im Interview.



Foto: Nils Lang

*Herzlich willkommen beim SkimoTeamGermany! Stell dich doch kurz einmal vor und erzähl uns, was du bis jetzt so gemacht hast.*

Ich heiße Florian Steirer, bin 40 Jahre alt und komme aus Neustift im Stubaital. Ich war früher selbst aktiver Athlet – zuerst als Langläufer und später dann im Biathlon. Nach einer sportlichen Pause habe ich mit dem Kinder- und Schülertraining angefangen und kurz drauf die Trainerausbildung absolviert. Bald darauf habe ich neben meiner Tätigkeit an der Schule zusammen mit dem ÖSV das Stützpunktraining in Seefeld im Biathlon übernommen. 2018 bekam ich dann das Angebot aus Deutschland, Trainer der deutschen Biathlon-Damen-Nationalmannschaft zu werden, was ich dann auch bis Mitte dieses Jahres war.

*Jetzt wagst du den Quereinstieg ins Skimo – was verbindet dich mit dem Sport?*

Ich selbst liebe das Skitourengehen. Das habe ich eigentlich immer schon gemacht. Ich würde mich als einen weltoffenen und über den Tellerrand blickenden Menschen bezeichnen und das gilt auch für den Sport. Ich tausche mich gerne mit Leuten aus anderen Disziplinen und Sportarten aus und interessiere mich für sie. Daher ist der Sprung zu Skimo für mich eigentlich nicht wirklich groß.

*Ihr hattet mittlerweile auch schon erste Trainingslager und Wettkämpfe. Wie hast du das Team wahrgenommen?*

Das sind alles sehr liebe, umgängliche und bodenständige Leute. Aber auch mit ganz unterschiedlichen Charakteren, Voraussetzungen und Herangehensweisen an den Sport. Das ist wahnsinnig spannend zu sehen und dann auch unter einen Hut zu bringen. Natürlich wird es eine große, aber auch tolle Herausforderung, so eine junge und heterogene Mannschaft zu übernehmen und kontinuierlich weiterzuentwickeln.

*Du sprachst es gerade an – das Team ist sehr heterogen in allen Belangen. Was sind deine Ziele für das Team?*

Erst mal ist es wichtig, jeden und jede genau kennenzulernen, zu schauen, wie das jeweilige metabolische Profil ist und wie man darauf aufbauen kann. Des Weiteren werden wir versuchen, für alle ein passendes Aufwärmprogramm für die Wettkämpfe zu erarbeiten und jeweils den passenden Wettkampfkalendarer zusammenzustellen. Insgesamt hoffe ich, dass wir langfristig gesehen unsere leistungsdiagnostischen Untersuchungen auf breite Füße stellen können, um so noch mehr davon profitieren zu können. Ein weiterer Punkt wird die Höhenanpassung sein – viele Starts und Strecken im Weltcup liegen bei und über 2000 Meter. Da braucht es eine gute Adaptierung, um dort schlagkräftig zu sein. Langfristig ist natürlich Olympia ganz klar ein Ziel – dort eine Medaille zu holen wäre absolut phänomenal.

## TERMINE 2023

### Der Nationale Wettkampfkalendarer 2023

- 6. - 7.1. DM Sprint Viehofen
- 5.2. DM Vertical Immenstadt Mittag Race
- 11. & 12.2. DM Mixed Relay & DM Individual – Berchtesgarden Jennerstier

### Der ISMF Weltcupkalendarer für die Saison 2023

- 11.-14.1. 3. WC Morgins (SUI) (Vertical, Sprint, Individual)
- 21.-22.1. 4. WC Arinsal-La Massana (AND) (Individual, Vertical)
- 16.-19.2. 5. WC Val Martello (ITA) (Individual, Mixed Relay, Sprint)
- 27.2.-5.3. WM Boi Taüll (SPA) (Sprint, Vertical, Individual, Mixed Relay)
- 17.-19.3. 6. WC Schladming (AUT) (Sprint, Vertical)
- 25.3. LDTWM Adamello Ski Raid (ITA)
- 31.3.-2.4. Masters WM Baská Bystrica (SVK) (Vertical, Individual)
- 11.-15.4. 7. WC (Weltcupfinale) Tromsø (NOR) (Mixed Relay, Vertical, Individual, Sprint)

### Der ISMF Youth World Cup 22/23

- 11.-12.2. Crévacol – Saint-Rhémy-en-Bosses (ITA) (Individual, Sprint)
- 17.-19.3. Villars-sur-Ollon (SUI) (Vertical, Individual, Sprint)
- 23.-26.3. Val Lauron (FRA) (Vertical, Individual, Sprint)



Foto: ISMF

**Zu Gast im Bergsteigerdorf**  
 Als „Bergsteigerdörfer“ zeichnen die Alpenvereine Orte aus, die ihre alpinistische Seele pflegen und neben Erlebnis- und Bergsportmöglichkeiten auch authentischen Charme bieten, naturorientiert und ohne intensive Erschließung. Klein, fein, einfach gut.  
[bergsteigerdoerfer.org](http://bergsteigerdoerfer.org)



## Ginzling / Zillertaler Alpen

# Das ursprüngliche Bergsteigerdorf

### Tipps

**Wohin?** Ginzling (999 m) gehört zu den Gemeinden Mayrhofen und Finkenberg.

**Wie hin?** Mit dem Zug bis Innsbruck, dann mit der Zillertalbahn bis Mayrhofen. Von dort mit dem Bus 4102 nach Ginzling.

**Erkundigen:** Tourismusverband Mayrhofen-Hippach, [ginzling.at](http://ginzling.at)

### Unterkommen:

- ▶ Gamshütte
- ▶ Friesenbergshaus
- ▶ Olpererhaus
- ▶ Furtschaglhaus
- ▶ Berliner Hütte
- ▶ Greizer Hütte
- ▶ Kasseler Hütte
- ▶ Edelhütte

### Vorbereiten:

- ▶ Alpenvereinskarte Zillertaler Alpen-West, Nr. 35/1
- ▶ Alpenvereinskarte Zillertaler Alpen-Mitte, Nr. 35/2
- ▶ Alpenvereinskarte Zillertaler Alpen-Ost, Nr. 35/3
- ▶ Wanderkarte Nr. 152, Maßstab 1:50.000, Freytag & Berndt

**Aufsteigen:** z.B. Hochfeiler (3509 m), Gr. Möseler (3480 m), Olperer (3476 m), Schwarzenstein (3369 m), Zsigmondy-spitze (3089 m), Gr. Löffler (3379 m)

### Anschauen:

- ▶ Denkmalgeschützte Berliner Hütte
- ▶ Naturparkausstellung Ginzling

[alpenverein.de/bergsteigerdoerfer](http://alpenverein.de/bergsteigerdoerfer)

**Ginzling liegt mitten im Hochgebirgs-Naturpark Zillertaler Alpen. 72 Dreitausender und sieben Alpenvereinshöhlen prägen die Region. Das kleine Dorf mit seinen 360 Einheimischen ist ein historischer Ausgangspunkt für Berg- und Hochtouren.**

Ginzling war schon vor mehr als hundert Jahren als „Bergsteigerdorf“ bekannt. Die Zillertaler Alpen hatten einige um 1870 für sich entdeckt, 1867 wurde bereits der Olperer erstbestiegen. Noch vor dem Ersten Weltkrieg kamen zahlreiche Menschen zum Wandern und Bergsteigen nach Ginzling. Der Ansturm spiegelte sich in der Dimension der Berliner Hütte wider, die damals nach mehrmaligem Umbau die Größe eines Hotels erlangte. Viele Pioniere eröffneten an den umliegenden Felswänden Sportkletter- und Boulderouten. Heute zieren die alten Höfe und Tiroler Häuser den winzigen Ortskern des engen Tals, durch das der Zembach fließt.

### BERGE

Wer erfahren im Bergsteigen ist, kann auf dem Berliner Höhenweg durch die Zillertaler Alpen wandern. Über 70 Kilometer Weg und rund 6700 Höhenmeter müssen dabei überwunden werden. Viele der Dreitausender eignen sich für Hochtouren. Die Berliner und Greizer Hütten haben Winterräume, in denen man für ausgiebige Skihochtouren übernachten kann. Kletterrouten ab Schwierigkeitsgrad VI gibt es einige.

### KULTUR

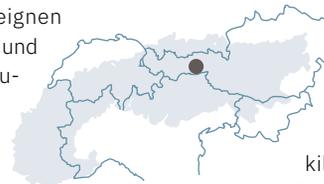
Die bereits 1879 erbaute Berliner Hütte gilt als erste Schutzhütte in den Zillertaler Alpen. Seit 1997 steht sie als erste Hütte des DAV unter Denkmalschutz. Der mit Zirbenholz vertäfelte Speisesaal und dessen fünf Meter hohe Holzwände zeichnen diese besondere Hütte aus. Der „Gletscherweg Berliner Hütte“ erläutert über zehn Stationen historische Details und die Besonderheiten und Merkmale der Gletscher.

### NATUR

Der Hochgebirgs-Naturpark Zillertaler Alpen besteht seit 1991 und schützt 422 Quadratkilometer Fläche des Zillertaler Hauptkamms. Mit dem angrenzenden Naturpark Rieserferner-Ahrn, dem Nationalpark Hohe Tauern, dem Naturschutzgebiet Valsertal und dem Landschaftsschutzgebiet Innerpfitzsch werden zusammen 2730 Quadratkilometer an Natur geschützt – die größte Fläche in Mitteleuropa.

### GENUSS

Typisch für die Region sind Zillertaler Krapfen, Schliachtanudeln oder das Melchermuas. Die Krapfen sind kleine Teigtaschen, die mit Kartoffeln, Quark und Graukäse gefüllt werden. Schliachtanudeln bestehen aus Bandnudeln und darüber geriebenem Zillertaler Graukäse, Ziegerkäse und Sahne. Melchermuas, eine Speise aus Mehl, Milch und Butter, wird traditionell in einer Eisenpfanne und über dem offenen Feuer gekocht. *red*



Der Klettersteig Nasenwand (C-E) führt über 500 m Länge vom Ortskern bis zum Floitenschlag (1450 m).



Ginzling trägt jährlich den Zillertaler Steinbocklauf und -marsch aus. Auf 30 km müssen 1900 Hm  $\nearrow$  überwunden werden.



Der Klettergarten „Ewige Jagdgründe“ bietet über 100 Routen in den Schwierigkeitsstufen IV+ bis X.



Kärntner Brillenschaf

## Hüter alpiner Kulturlandschaft

Fotos: Genussland Kärnten/Gerhard Kampitsch, brillenschafe.at

Das Brillenschaf mit seinen charakteristischen schwarzen Flecken um die Augen war früher in Kärnten weit verbreitet, ebenso in den Bergregionen Italiens und Sloweniens. In vielen Gebieten der Ostalpen geht die Schafhaltung zurück bis ins Mittelalter, Schafe waren damals das wichtigste Nutztier. Der Grund: Die robusten Tiere kommen seit jeher besser mit karger Vegetation und steilen Berghängen zurecht als etwa Rinder. Kleine land-



Dunkle „Augenringe“ – Kärntner Brillenschafe, hier im Nationalpark Hohe Tauern.

wirtschaftliche Betriebe deckten mit wenigen Tieren ihren Bedarf an Fleisch und Wolle. Eine tragische Zäsur erlebte das Brillenschaf im Dritten Reich: Im Rassenwahn sollte nur noch ein Deutsches Bergschaf gezüchtet werden, andere Rassen wurden verboten. In kleinen Beständen konnte sich das Kärntner Brillenschaf jedoch einzeln halten und mittlerweile gibt es wieder an die fünftausend Tiere in Österreich – akut sind sie damit nicht mehr vom Aussterben bedroht. In der üblichen traditionellen, extensiven Schafhaltung tragen sie zur Aufrechterhaltung der Kulturlandschaft bei. Ökologisch wertvolle und ästhetisch attraktive Landschaftsteile können so erhalten werden.

Außerhalb von Österreich sind Kärntner Brillenschafe in Südostbayern, Norddeutschland, in Slowenien und in Südtirol verbreitet. red

### Geschmorte Lammstelzen mit Hadnreis und Wurzelgemüse

**Zubereitung:** Bräter mit 1 EL Öl ausstreichen, Lammstelzen rundum mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Knochen nach oben in den Bräter setzen.

Im heißen Ofen bei 220 °C auf dem Rost im unteren Ofendrittel 30 Minuten braten.

150 g Karotten und 150 g Knollensellerie schälen und 1 cm groß würfeln. 100 g Zwiebeln würfeln, 2 Knoblauchzehen hacken.

Ofenhitze auf 180 °C reduzieren. Das Gemüse im Bräter mit dem Bratfett mischen und weitere 15 Minuten braten.



300 ml Rotwein, 300 ml heißes Wasser und die Kräuter in den Bräter geben und die Lammstelzen ca. 30-45 Minuten schmoren. Aus dem Schmorfond nehmen und warm stellen.

Den Buchweizen in reichlich Wasser mit Salz weichkochen. Abseihen und mit brauner Butter, Salz und frischer Petersilie abschmecken.

Das Wurzelgemüse in gleichmäßige Würfel schneiden und im Ofen bei 180 °C mit 2 EL Olivenöl und dem Knoblauch in einer Bratpfanne ca. 10 Minuten bissfest schmoren. Mit Salz abschmecken.

Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, aufkochen, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. 3 TL Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren. Unter Rühren in die Sauce geben, aufkochen und bei milder Hitze kurz kochen lassen.

Die Lammstelzen mit der Sauce, dem Hadnreis und dem Wurzelgemüse anrichten.

#### Zutaten für 4 Portionen

- 1 EL Öl
- 4 Bio-Lammstelzen (à 400 g)
- Salz, Pfeffer
- 150 g Karotten
- 150 g Knollensellerie
- 100 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 300 ml Rotwein
- getrockneter Thymian und Rosmarin
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Prise Zucker
- 3 TL Speisestärke
- 100 g Hadnreis (geschälter Buchweizen)
- 1 EL Butter
- Petersilie
- 400 g Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Gelbe Rüben)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl

Rezept nach Küchenchef Martin Hudelist, [derhambusch.at](http://derhambusch.at)

Quelle: [genusslandkaernten.at](http://genusslandkaernten.at)

Mehr Rezepte: [alpenverein.de/](http://alpenverein.de/) [soszmeckendieberge](http://soszmeckendieberge)

# Neues vom Lawinenlagebericht

Unterteilung der Gefahrenstufen im Schweizer Lawinenbulletin

**1 bis 5 und alles dazwischen. Der Schweizer Lawinenlagebericht unterteilt seit diesem Winter in Gefahrenstufen wie 3- oder 3+. Was steckt hinter dieser Neuerung? Wir haben bei Lawinenwarner Kurt Winkler nachgefragt.**

**Welche Neuerung gibt es im Schweizer Lawinenbulletin seit diesem Winter und was waren die Gründe für diese Neuerung?**

Wir unterteilen die Gefahrenstufen und erfüllen damit den größten Wunsch, den Tourenfahrer\*innen seit Jahrzehnten an uns herantragen. Um mit den anderen europäischen Lawinenlageberichten kompatibel zu bleiben, verwenden wir weiterhin die fünfstufige europäische Lawinengefahrenskala. Neu unterteilen wir diese Gefahrenstufen aber noch in Zwischenstufen und geben mit -/=/+ an, ob die Gefahr eher im unteren Bereich, etwa in der Mitte oder im oberen Bereich der Gefahrenstufe liegt.

**Welchen Mehrwert hat das neue System in der Anwendung?**

Die Lawinenprognose wird genauer und zugleich leichter verständlich. Vorbei die Zeiten, als man versuchen musste, aus der Gefahrenbeschreibung herauszulesen, wo innerhalb der Gefahrenstufe die Situation eingeschätzt wird. Das wird jetzt klar und deutlich angegeben. Wer zum Beispiel an den paar gefährlichsten Tagen des

Winters keine Skitouren machen will (das ist übrigens eine sehr wirkungsvolle Risikoreduktion), kann künftig Gebiete ab Gefahrenstufe 3+ meiden und sich stattdessen eine sicherere Region oder ein sichereres Datum suchen. Man kann die Zwischenstufen aber auch quantitativ nutzen, indem man zum Beispiel in der „SnowCard“ je nach Zwischenstufe auf der linken bzw. rechten Seite der jeweiligen Gefahrenstufe ins Diagramm einsteigt. In der Schweizer Lawinenwarnung schätzen wir intern seit nunmehr sechs Wintern systematisch eine Zwischenstufe ein, und zwar für alle Gebiete mit trockenen Lawinen ab Stufe 2. Diesen riesigen Datensatz haben wir inzwischen statistisch ausgewertet und wissenschaftlichen publiziert.

**Ihr habt den Tourengänger\*innen einen Wunsch erfüllt – habt ihr auch einen Wunsch an sie?**

Ja, auch eine 3- ernst nehmen und nicht zu einem 2er schönreden. Bei „Erheblich“ (Stufe 3) passieren am meisten Lawinenunfälle, daran ändern auch die Zwischenstufen nichts.



Foto: Archiv Kurt Winkler

**Kurt Winkler** (56) arbeitet als Lawinenwarner und in der Produktentwicklung am SLF in Davos. Er ist promovierter Bauingenieur, Bergführer und Autor der Schweizer Lehrbücher „Bergsport Winter“ und „Bergsport Sommer“.

Prognose der Lawinengefahr  
**Erheblich, Stufe 3+**

**Neuschnee, Altschnee**

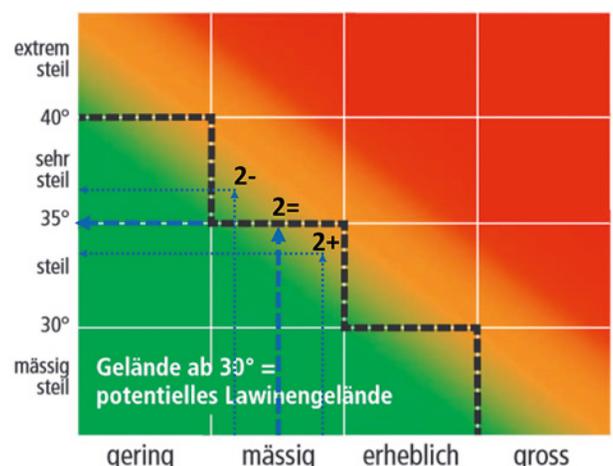
Gefahrenstellen

Gefahrenstufe "erheblich" (3+) an West- über Nord- bis Südosthängen über 1600 m. Andere Hänge etwa eine Stufe weniger.

Gefahrenbeschreibung

Der Neuschnee der letzten Tage sowie die teils grossen Triebsschneeanisammlungen überlagern vor allem an Schattenhängen eine schwache Altschneedecke. Lawinen können teilweise leicht ausgelöst werden oder spontan abgehen. Sie können vereinzelt in tiefe Schichten durchreissen und gross werden. Touren und Variantenabfahrten erfordern viel Erfahrung in der Beurteilung der Lawinengefahr und Zurückhaltung.

*Kleines Zeichen, große Neuerung. Im Schweizer Lawinenbulletin wird zusammen mit der Gefahrenstufe angegeben, ob die Gefahr eher im unteren Bereich (-), etwa in der Mitte (=) oder im oberen Bereich (+) der Gefahrenstufe eingeschätzt wird.*



*Die neuen Zwischenstufen sind auch für die Verwendung in der Reduktionsmethode und auf der SnowCard geeignet. Man rückt dazu in der Matrix nach rechts (+) oder links (-).*

## DAV-Kampagne für Familien

### STELLUNGNAHME DES DAV UND DES BAYERISCHEN LAWINENWARNDIENSTES

**Die neue Unterteilung findet nicht überall uneingeschränkte Zustimmung:** „Ob die neue Einteilung wirklich zu einem besseren Verständnis des Lawinenbulletins bei den Anwender\*innen in und außerhalb der Schweiz führen wird oder eher verwirrend wirkt – Stichwort: unterschiedliche Schulnotensysteme –, muss sich nun in der Praxis zeigen“, meint **Markus Fleischmann**, Bildungsreferent beim DAV.

**Christoph Hummel** vom Bayerischen Lawinenwarndienst führt dazu aus: „Die fünfstufige Lawinengefahrenskala hat sich bewährt und ist weltweit etabliert. In der Vereinigung der europäischen Lawinenwarndienste EAWS ist ihre einheitliche Verwendung vereinbart. Momentan wird die Gefahrenstufenskala von einer Arbeitsgruppe der EAWS unter die Lupe genommen und hinsichtlich möglicher Verbesserungen überprüft. Als aktive Mitglieder der EAWS werden wir künftige Änderungen mittragen, wenn dies länderübergreifend und in Abstimmung passiert.“ Für eine Änderung, wie sie in der Schweiz nun vorgenommen wurde, sieht er keine Veranlassung: „Wir in Bayern haben nicht vor, dieses System zu übernehmen. Auch die Nachbarwarndienste in Österreich halten unseres Wissens an der gewohnten Lawinengefahrenstufenskala fest. Die Gefahrenstufe ist die größte Verallgemeinerung im Lawinenlagebericht. Sie ist das Produkt dreier Komponenten: der Schneedeckenstabilität (vier Stabilitätsklassen), der Häufigkeit von Gefahrenstellen im Gelände (vier Häufigkeitsklassen) und der Größe potenzieller Lawinen (fünf Lawinengrößenklassen). Aus den Kombinationsmöglichkeiten ergeben sich zum Beispiel neun unterschiedliche „Dreier“. Welcher dieser „Dreier“ ausgegeben wird, beschreiben wir als Lawinenwarner im Detail im Text des Lawinenlageberichts. Wir sind davon überzeugt, dass es für die User von großer Bedeutung ist, diesen Text zu lesen und zu verstehen. Mithilfe des Konzepts der „Lawinenprobleme“ können sie die zugrundeliegenden Prozesse im Gelände dann nachvollziehen und Gefahrenstellen bestmöglich erkennen.“ *red*

Mehr Informationen und das komplette Interview unter [alpenverein.de/231-15](https://alpenverein.de/231-15)

**RAUS INS ECHTE LEBEN** – Es ist kein Geheimnis: Die Jahre der Pandemie waren für niemanden leicht, doch für die Kinder war es oftmals besonders hart. Freundschaften, Schule, Draußensein – alles hat gelitten. Mit dieser Kampagne richtet sich der DAV speziell an Kinder und Familien, vielleicht lässt sich das Leben wieder ein gutes Stück in Richtung „normal“ bringen.

Um am Leben zu wachsen, müssen Kinder die Welt begreifen. Sie müssen sich in der Natur frei bewegen können, sich auspowern dürfen, mutig und selbstwirksam sein. Wir finden, es ist Zeit, gemeinsam wieder echte Erfahrungen und unvergessliche Erinnerungen in der realen Welt zu sammeln.

Warum in der Natur? Weil sie ein wichtiger Erfahrungsraum für die kindliche Entwicklung ist. An keinem anderen Ort lernen Kinder besser für ihr Leben. In der Natur schulen sie nicht nur die Motorik und Sensorik, sie entwickeln auch soziale, kognitive und emotionale Fähigkeiten.

Aber jetzt im Winter nach draußen mit dem Nachwuchs? „Gerade jetzt“, sagt Catherine Wirth, beim Deutschen Alpenverein zuständig für das Thema Familienbergsteigen. „Kälte und Schnee sind kein Hindernis für einen Aufenthalt in der Natur. Denn: Die frische Luft stärkt das Immunsystem und weckt die Lebensgeister.“ Es gibt natürlich ein paar Sachen zu beachten, was Tourenausswahl, Ausrüstung, Verpflegung oder den ersten Hüttenaufenthalt mit den Kids angeht. Zu diesen Themen haben wir unter [alpenverein.de/raus-ins-echte-leben](https://alpenverein.de/raus-ins-echte-leben) jede Menge Tipps zusammengestellt.

Außerdem gibt es auch was zum Anfassen: 14 verschiedene Motive als Postkarten, ein Minibuch mit tollen Vorschlägen für die großen und kleinen Familienabenteuer in der Natur. Einfach mal in der Sektion nachfragen und dort kostenlos abholen! *red*

Für Familien, die zukünftig wieder mehr rauswollen, lohnen sich die Familienmitgliedschaften im Alpenverein, um am umfangreichen Kursangebot, den Veranstaltungen und Jugendgruppen der Sektionen teilnehmen zu können. Dazu übernachten Mitglieder günstiger auf Hütten und nutzen Kletterhallen zum Mitgliederpreis.

[alpenverein.de/10427](https://alpenverein.de/10427)



# HighLife

Highlights des modernen Bergsports präsentiert von **Andi Dick**

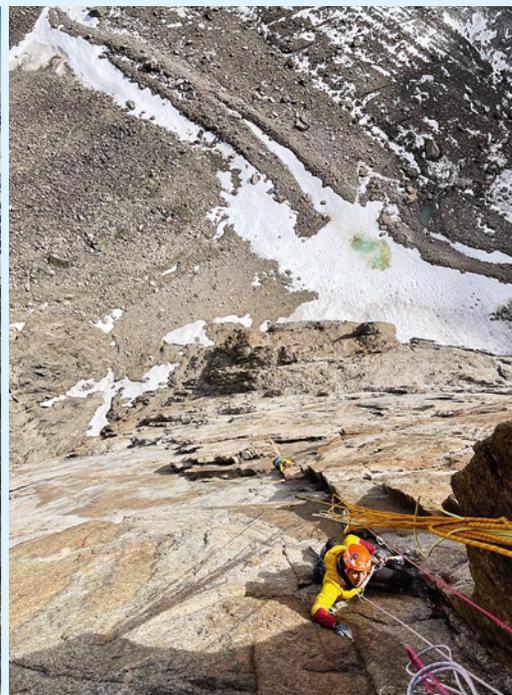
**Neues vom Fels:** Die koreanische Wettkampfkletterin **Chaehyun Seo** kletterte als zweite Frau „La Rambla“ (XI+) in Siurana, dann gelang ihr der zweite weibliche On-sight einer 8c (X+/XI-) mit „L'Antagonista“ in Montsant. Schon ihre fünfte 9a+ (XI+) stieg Anak Verhoeven (BEL) mit „No pain no gain“ in Rodellar, für **Martina Demmel** war „Heim nach

Afrika“ (XI) in Kochel die zweite 9a. Der Franzose **Seb Bouin** verpasste Chris Sharmas „Jumbo Love“ (9b) bei Las Vegas einen Direkteinstieg: „Suprême Jumbo Love“ ist nun eine von wenigen 9b+(XII-)-Routen der Welt. Auch **Adam Ondra** (CZE) eröffnete eine neue 9b+: „Zvěřinec“ in Holstein nannte er die zweitschwerste Route seines Lebens und „hart für den Grad“. Außerdem gelang ihm „Water World“ (9a, XI) onsight – „eine meiner besten Leistungen“ – und die Boulder-Erstbegehung „Cup of Immortality extension“ im Grad 8C/+. Die höchste Boulderschwierigkeit ist 9A; Shawn Routous „Alphane“ in Fontainebleau wurde von **Aidan Roberts** (GBR) und **Will Bosi** (SCO) schnell wiederholt und als eher soft bezeichnet; **Rabotou** legte mit „Megatron“ in Colorado nach. Länger, aber schneller war **Filip Babicz** am Capo Noli bei Finale Ligure unterwegs: Für die Kombination dreier Quergangsrouten mit 29 Seillängen und 830 Meter Kletterstrecke bis zum sechsten Grad brauchte er 22:56 Minuten. Die „Honold Ultra Red Rock Traverse“, kurz HURT, tut schon beim Lesen weh: 23 Gipfel, 14 klassische Routen bis VII mit 7300 Höhenmetern und 50 Kilometern – **Alex Honold** (USA) brauchte 32 Stunden dafür.

## Stimmen aus der Wand

„Ich hab den Berg entdeckt, als ich während der Corona-Lockdowns zu viel Zeit auf Google Earth verbracht habe.“ **Paul Ramsden über den Jugal Spire.** „Unglaublich! Nach sechs Wochen Segeln bei dauerndem Schlechtwetter schafften wir die Neutour in einem Drei-Tages-Push.“

**Caro North zum Northern Sun Spire**



Fotos: Viacheslav Polezhaiko, Caro North

## NACHHALTIGKEITS-GIPFEL

Wie gut man mit der Umwelt und den Ressourcen der Erde umgeht, spielt für viele Menschen, die ambitionierten Alpinismus betreiben, eine zunehmende Rolle – auch bei den „piolets d'or“ 2022.

Der SO-Grat (2950 m, VII-, A3, M6, 80-90°) der Annapurna III (7555 m, Foto links) war 2021 „eine der bedeutendsten Besteigungen der letzten Jahre“, darin war sich die Jury einig. Doch die drei Ukrainer, denen die Erstbegehung gelang, überflogen den gefährlichen Anmarsch ins Basislager – und ließen sich nach dem Abstieg auf einer anderen Seite des Berges auch per Heli ausfliegen. Dies widerspreche der Charta des piolets d'or, alpinistische Ziele „by fair means“ anzugehen und die Belastung der Natur zu begrenzen, urteilte die Jury; besonders kritisierte sie auch den Trend bei geführten Expeditionen, das Basislager oder gar Hochlager per Heli zu erreichen. Die Leistung an der Anna-

purna ehrte sie dennoch, mit einem „Spezialpreis der Jury“. Die Hauptpreise gingen an **Sean Villanueva O'Driscoll** für seine „Moonwalk Traverse“ und an drei Georgier für die Nordwestwand des Saraghrar (7300 m) in Pakistan. **Mikhail Fomin**, einer aus dem Annapurna-Team, hatte im September den „Paul Preuss

Solidaritätspreis“ bekommen; seit Kriegsausbruch in der Ukraine nutzt er seine internationalen Beziehungen, um Material- und Geldspenden für Bergsteiger zu sammeln, die als Soldaten ihr Leben riskieren müssen.

Ebenfalls sozial engagiert sich die Extrem-Alpinistin **Barbara Hirschbichler** mit ihrem Verein „Himalaya-Karakorum-Hilfe“; sie wurde von der DAV-Sektion Berggeist als „Berggeist des Jahres“ geehrt. Und den Nachhaltigkeitspreis Premio Marcello Meroni einer Mailänder Alpenvereinssektion erhielt **Matteo della Bordella**, der seine Expeditionen besonders umwelt- und klimabewusst realisiert, etwa durch Anreise im Segelboot nach Grönland. Genau dies taten auch Caro North und sieben weitere Frauen mit dem 15-Meter-Segelboot Northabout. **Caro North, Nadia Royo** und **Capucine Cotteaux** eröffneten im Scoresby Sund am Northern Sun Spire die Route „Via Sedna“ (780 m, IX-, Foto rechts) in vier Tagen. Caro war im ersten Frauenteam des DAV-Expedkaders; das aktuelle Team hofft ebenfalls, für seine Abschlussexpedition nach Grönland segeln zu können. Aspiranten für den nächsten piolet d'or könnten **Paul Ramsden** und **Tim Miller** mit „Phantom Line“ (1200 m, ED+) auf den unbestiegenen Jugal Spire (6563 m, Nepal) sein – oder das Team um **Zdenek Hak** (CZE), mit der Erstbesteigung des Chumbu (6859 m) in Nepal.

## Neues Alpinzentrum

**DAV-SEKTION ALPENKRANZL ERDING** – Seit 2018 wurde geplant, letztes Jahr konnte die Sektion nördlich von München dann endlich ihr neues Alpinzentrum einweihen.

Auf dem Grundstück einer ehemaligen Holzhandlung, wunderschön am Kronthaler Weiher gelegen, hat die Sektion Alpenkranzl Erding nun ein neues Zuhause, das sich sehen lassen kann: Geschäftsstelle, Boulderanlage und Kletterturm bilden das Alpinzentrum, das im Sommer 2022 feierlich eingeweiht wurde.

Das Projekt war ein Kraftakt der Sektion mit ihren 3400 Mitgliedern. Rund eine Million Euro Baukosten sind angefallen. Gefördert wurde das Projekt vom Bayerischen Landes-Sportverband (BLSV), vom Deutschen Alpenverein und vom Landkreis. Die Stadt Erding hat das Grundstück und auch das darauf befindliche Gebäude zur Verfügung gestellt und somit „den größten Batzen spendiert“, wie es Hermann Schießl, Erster Vorsitzender vom Alpenkranzl, formuliert. Außerdem engagierten sich zahlreiche Sektionsmitglieder mit großer Begeisterung und so konnte vieles in Eigenleistung erbracht werden. Die Boulderanlage mit ihren zu öffnenden Außenwänden und der 17 Me-

## AUS ALT WIRD NEU

**SCHWALBE RECYCELT FAHRRADREIFEN** – Die Firma Schwalbe recycelt alte Fahrradreifen. Wenn die Mäntel nach vielen Radkilometern ihre Schuldigkeit getan haben, mussten sie bisher in den Restmüll. Damit ist jetzt Schluss: Die Reifen werden zerkleinert und aus dem so gewonnenen Gummigranulat, Stahl und Gewebe produziert Schwalbe dann neue Fahrradreifen. Das Unternehmen aus Nordrhein-Westfalen hat das Verfahren mit der Technischen Hochschule Köln entwickelt und ist der erste Hersteller, der Fahrradreifen zurücknimmt und recycelt. Die Reifen können in über 1300 Läden deutschlandweit zurückgegeben werden. Die Fahrradschläuche des Unternehmens sind bereits seit 2015 zu 100 Prozent wiederverwertbar und werden ebenfalls vom Fachhandel angenommen.



Foto: Schwalbe

Aus alten Fahrradreifen werden Rohstoffe für neue Produkte gewonnen.

Infos unter [schwalbe.com](https://www.schwalbe.com)

red

Foto: DAV-Sektion Alpenkranzl Erding



Die Boulder-Anlage des neuen Alpinzentrums in Erding.

ter hohe Kletterturm mit seinen rund 30 Touren sind natürlich bergsportlich gesehen der Renner und sorgen jetzt schon für einen ordentlichen Mitgliederzuwachs. Ein schöneres Geschenk hätte sich die Sektion nicht machen können, 2023 feiert sie ihr 100-jähriges Bestehen.

red

Alle Infos: [aktiv.alpenverein-erding.de](https://aktiv.alpenverein-erding.de)

## Lawinenairbag Ortovox Litric

**FREIWILLIGER RÜCKRUF DER RUCKSÄCKE MIT ELEKTRONISCHEM AIRBAG-SYSTEM** – Ortovox ruft freiwillig alle Avabag-Litric-Modelle (Avabag Litric Tour, Avabag Litric Freeride, Avabag Litric Zero) einschließlich der Zip-Ons zurück und erstattet vollumfänglich die Kosten.

Ortovox ist auf ein technisches Problem aufmerksam geworden. In seltenen Fällen könnte sich dies auf die Gebläseeinheit des Airbags auswirken und würde damit die Schutzwirkung verringern. Vom Litric™-System selbst geht keine Gefahr aus. Aus Sicherheitsgründen: Avabag Litric nicht weiter in lawinengefährdetem Gelände benutzen und an Ortovox zurückschicken.

Es handelt sich um alle elektronischen Ortovox-Avabag-Litric-Modelle einschließlich der Zip-Ons der Saison Winter 22/23:

- ▶ Avabag Litric Tour
- ▶ Avabag Litric Freeride
- ▶ Avabag Litric Zero

Nicht betroffen sind die mechanischen Avabag-Airbag-Rucksäcke mit Kartuschensystem. Rucksäcke mit Litric-System können beim Händler zurückgegeben werden, bei dem der Rucksack erworben wurde.

red



Mehr Infos unter [ortovox.com](https://www.ortovox.com)

Das Schneegestöber nimmt immer weiter zu, bis ringsum nur noch Umrisse zu erkennen sind und sich Stille über die Landschaft legt.





Skitrekking durch die Šumava

# Friluftsliv im Böhmerwald

Um für eine Wintertour mit Zelt und Pulka nicht bis nach Skandinavien fliegen zu müssen, hielt unser Autor Ausschau nach Alternativen. Im tschechischen Böhmerwald wurde er fündig. Dort gibt es nicht nur viel unberührte Natur und eine Menge Schnee, sondern vor allem kleine Zeltplätze, die man im Winter ganz für sich allein hat.

---

Text und Fotos: Hauke Bendt

---

**H**alt, still! Ich bleibe wie angewurzelt stehen und deute nach vorn. Hast du das gesehen? Ich traue mich kaum zu atmen. Was war das? Auch Andi ist abrupt stehen geblieben und späht in dieselbe Richtung. Ich glaube, das war ein Luchs!

Dass es hier im Böhmerwald Luchse gibt, das wussten wir. Wir hatten aber nicht damit gerechnet, dass uns einer buchstäblich über den Weg laufen würde. Aber was da plötzlich von rechts aus dem Gebüsch springt, ein Stück auf dem Weg vor uns herläuft, um dann mit einem Satz nach links in den mit Schnee bedeckten Sträuchern zu verschwinden, ist ein Luchs.

Es ist früher Morgen, und es ist neblig. Ruhig gleiten wir mit den Ski einen schmalen Pfad hinab durch den verschneiten Wald. Das einzige Geräusch erzeugen unsere Pulkas, auf denen wir das Gepäck hinter uns herziehen. Wir reden nicht, sondern genießen die morgendliche Ruhe. So konnten wir das Tier wohl überraschen.

Am Vortag waren wir in München in die Bahn nach Bayerisch Eisenstein gestiegen. Eine Skidurchquerung des Šumava-Nationalparks auf skandinavische Art stand auf dem Plan. Wir verwenden dabei Fjellski, breite Langlaufski mit Stahlkanten, und ziehen unser Gepäck auf Pulkas hinter uns her. Auf den Schlitten haben Ausrüstung und Verpflegung für mehrere Tage Platz. Da es dabei auf ein, zwei Kilo nicht ankommt, stapeln sich Haferflocken, Milchpulver, Couscous, Suppen, selbst gedörrtes Fleisch und Gemüse, außerdem Kekse und Schokolade für die vielen Kaffeepausen. Es geht uns auf dieser Tour nicht um sportliche Höchstleistungen, nicht um Distanz, Höhenmeter oder Gipfel. Es geht nur darum, ein paar Tage draußen in der Natur zu verbringen. Wir werden im Zelt schlafen und mit geschmolzenem Schnee Kaffee und Porridge kochen. In Norwegen gibt es für diese einfache Art des „Draußenseins“ ein eigenes Wort: Friluftsliv. ▶



Als wir in Bayerisch Eisenstein aus dem Zug steigen, ist es düster und diesig. Die Wolken hängen tief zwischen den schneebedeckten Bäumen. Ein Wetter, bei dem es einem klamm und kalt wird, ohne dass es regnet. Aber das ist heute egal, wir freuen uns auf die nächsten Tage. Ich atme tief ein. Es riecht feucht, nach Wald und Schnee.

Der Bahnsteig liegt direkt an der Grenze. Wir brauchen die schweren Schlitten nur quer über die Schienen nach Tschechien zu tragen, die Ski anzuschlappen und loszulaufen. Nach etwa eineinhalb Kilometern führt der Weg an einem hölzernen Schild vorbei. „Národní Park Šumava“ und „Vítejte! Willkommen! Welcome!“. Darunter fallen mir kleine Piktogramme für Wandern, Kanufahren und Zelten auf. Kein einziges zeigt ein Verbot. Es geht vielversprechend los!

Mit jedem Meter wird der Wald winterlicher. Erst wachsen noch viele Laubbäume am Wegesrand, später sind es hauptsächlich Fichten, die im Nebel ihre Äste unter der Last des Schnees hängen lassen. Weil die Schlitten unentwegt an unseren Hüften hangabwärts ziehen, geht es nur langsam voran. Wir müssen uns erst daran gewöhnen und einen gemeinsamen Rhythmus finden. Da wir abends keine Möglichkeit haben werden, etwas zum Trocknen aufzuhängen, und die feuchte Wäsche am Körper trocknen lassen müssen, versuchen wir nicht zu stark ins Schwitzen zu kommen. Aber es ist zu warm, die Temperaturen liegen nur knapp am Gefrierpunkt und es ist neblig. Kleine Eiskristalle setzen sich auf der Kleidung ab und schmelzen sofort.

**Sternenklarer Himmel über dem Zelt, hin und wieder ruft ein Käuzchen, ansonsten ist es still im Wald (r.). Von hohen Birken gesäumt fühlt man sich wie in einem Tunnel (u. r.). Freundlich wird man empfangen: „Vítejte!“ (r. S.).**



Als es langsam zu dämmern anfängt, erreichen wir eine große Lichtung. Ein paar knorrige, alte Bäume stehen im Schnee. An ihren Stämmen wächst Moos empor. Etwas abseits des Weges ragt ein Zaun nur knapp aus der Schneedecke heraus. Ein Schild markiert den ersten Zeltplatz „Hůrka u Prášíl“.

Hier im Nationalpark gibt es sieben Zeltplätze. Alle liegen, in einem Abstand von etwa 15 Kilometern, direkt an der im Winter präparierten „Šumava-Magistrale“. Man kann also jeden Abend bequem einen dieser Plätze erreichen und ganz legal zelten. Außer einem hölzernen Tisch mit zwei Bänken und einem etwas entfernten Toilettenhäuschen gibt es keinerlei Komfort.





### Fjellski

Fjellski sind klassischen Langlaufski recht ähnlich. Sie sind aber breiter und haben Stahlkanten. Auch die Bindung unterscheidet sich kaum, sie ist einfach nur etwas robuster und steifer, um im Gelände bessere Kontrolle zu bieten.

### Pulka

Eine Pulka ist ein Transportschlitten, in dem – mit einem Gestänge oder einfach an einem Seil – Gepäck gezogen werden kann. Vorteil gegenüber einem Rucksack: Man kann deutlich mehr mitnehmen. Winterausrüstung, Treibstoff für den Kocher und Lebensmittel können schnell die Grenze von dreißig Kilo überschreiten.

### Arctic Bedding

Ein Arctic Bedding ist eine Tasche, in der eine aufgeblasene Isomatte und darauf ein ausgebreiteter Schlafsack Platz finden. Der Schlafsack verliert so nicht seine Bauschkraft und abends geht alles viel schneller. Tagsüber wird das Arctic Bedding oben auf der Pulka transportiert.

### Friluftsliv

Frei übersetzt heißt Friluftsliv so etwas wie „Leben in der freien Natur“ und ist eine Tradition, fast eine Philosophie, bei der es um das bewusste Erleben und die Freude in der Natur geht. Die beliebteste Freizeitbeschäftigung in Skandinavien, egal zu welcher Jahreszeit oder bei welchem Wetter.

Das Übernachten ist kostenlos und es bedarf auch keiner Anmeldung. Man hinterlässt den Platz so, wie er vorgefunden wurde.

Weil es schnell dunkel wird, fangen wir sofort an, das Zelt aufzubauen. Im Schnee funktioniert das anders als auf der Wiese. Erst treten wir den Schnee mit den Ski zu einer kompakten Ebene herunter, dann verwenden wir sie zum Abspannen des Zelts. Große Schneeheringe geben zusätzlichen Halt. Tunnelzelte mit verlängerter Apsis haben sich im Winter bewährt. Sie bieten viel Platz und man kann im Eingangsbereich einen schmalen, knietiefen Graben schaufeln. So lässt sich bequem ein- und aussteigen. Man braucht auch nicht im Schneidersitz auf dem Boden zu hocken, sondern kann auf der Isomatte wie auf einer Bank sitzen, wenn man die Füße in den Graben stellt. Weil es im Winter kalt und früh dunkel ist, verbringt man viel Zeit im Zelt. Also machen wir es uns drinnen möglichst gemütlich.

Wenn abends der Benzinkocher unter dem Topf faucht, wird es schnell warm im Zelt. Die Daunenjacke braucht man nicht mehr. Es gibt Couscous mit Makrelen in Tomatensauce, dazu Tee, später noch einen Kaffee. Während wir essen, schmelzen wir unentwegt weiter Schnee, um sämtliche Flaschen mit Wasser zu füllen. Direkt nach dem Aufwachen soll es schließlich

Wer es nicht selbst probiert hat, kann es vermutlich nicht so recht nachvollziehen.

schnell gehen: Zum Frühstück gibt es Kaffee und Porridge, was im Zelt mit kalten, klammen Fingern und in eine dicke Daunenjacke gehüllt besonders gut schmeckt. Ich genieße es, wenn langsam die Wärme in Füße und Hände zurückgelangt. Es sind diese kleinen Mo-

mente, die eine Wintertour so besonders machen. Wer es nicht selbst erlebt hat, kann es vermutlich nicht so recht nachvollziehen. Als die Sonne es wenig später über die Baumkronen schafft, melden sich endgültig alle Lebensgeister zurück und wir brechen auf. Ganz ruhig, Schritt für Schritt immer tiefer hinein in den verschneiten Wald.

Immer wieder verlassen wir bewusst die präparierten Strecken und spüren uns selbst einen Weg. Doch der Schnee ist nass und tief und selbst wenn es leicht bergab geht, ist das Vorankommen mit der Pulka zäh. Einmal stehen wir während einer dieser Eskapaden plötzlich vor einem Bach. Er ist nicht sehr tief, dennoch müssen wir unsere Pulkas die Böschung in das Flussbett hinablassen, sie durchs Wasser und auf der gegenüberliegenden Seite wieder hinaufziehen. Danach geht es weiter durch den tiefen Schnee. Wir sind nicht traurig, als wir nach etwa zwei Kilometern wieder auf die präparierte Šumava-Magistrale treffen. Sie verläuft nun entlang des Rachelbaches (Roklanský potok),



Wir sitzen auf den Schlitten, trinken Kaffee aus der Thermoskanne und essen Schokolade.

der durch die verschneiten Maderer Filze fließt, dem größten Hochmoorkomplex im tschechischen Nationalpark. Irgendwie erinnert es mich hier ein wenig an Skandinavien. Große weiße Flächen, vereinzelt ein paar Birken. Ein Elch, der Blätter von einem der niedrigen Sträucher frisst, würde gut in die Szene passen. Und tatsächlich wäre das sogar möglich, in der Nähe des Moldaustausees lebt tatsächlich eine kleine Population dieser vierbeinigen Riesen.

Während der gesamten Tour kommen wir nur selten in die Nähe von Straßen und Ortschaften. Über weite Strecken sehen wir nur wenige Menschen. Am Morgen des dritten Tages kommen wir durch Modrava, einen beliebten Ausgangspunkt für Langlauftouren und Wanderungen. Es ist Wochenende und auf dem großen Parkplatz laufen Menschen mit Ski und Rucksäcken hin und her. Von einem Moment auf den anderen haben wir die Ruhe des Waldes verlassen und sind in ein geschäftiges Treiben gestolpert.

Als wir unsere Schlitten quer durch den Ort ziehen, werden wir kaum beachtet. Am Einstieg der Loipe stehen zwei Nonnen auf alten Holzski. Sie tragen einen typischen schwarzen Ha-

bit, dreieckige Rucksäcke aus Segeltuch und lederne Stiefel, die in herkömmlichen Drahtbindungen stecken. Die beiden kümmern sich um eine Gruppe Kinder, sie schließen hier eine der kleinen Jacken, rücken dort eine Mütze zu recht und stellen ihre Schützlinge schließlich hintereinander in die Loipe. Zwanzig kleine Augenpaare schauen uns neugierig an. Wir lächeln ihnen zu und überholen langsam.

Will man eine gute Zeit in der Natur verbringen, schadet es nicht, sich Zeit für Pausen zu nehmen. Vor allem im Winter ist es wichtig, dem Körper regelmäßig Energie zuzuführen. Denn ist man erst mal erschöpft und muss an die körperlichen Reserven, beginnt man zu frieren und der Spaß ist schnell vorbei. Darum planen wir regelmäßige Pausen ein und verhandeln sie nicht ständig neu. Sie folgen einer festen Choreografie: Alle 60 Minuten werden die Pulkas am Wegesrand abgestellt und die Ski in den Schnee gesteckt. Wir ziehen uns dicke Daunenjacken über und setzen uns auf die Schlitten, es gibt Kaffee aus der Thermoskanne, Schokolade und Kekse. In der Mittagspause nehmen wir uns Zeit, eine Suppe zu kochen. Diese kurzen Unterbrechungen geben dem Tag



## ÖFFENTLICHE ANREISE

### Anreise:

München Hbf (RE 3) – Plattling (RB 35) – Bayerisch Eisenstein

### Abreise:

Haidmühle (Rufbus 501) – Waldkirchen (Regionalbus 100) – Passau (RE3) – München Hbf

### Rufbus:

Anmeldung mindestens eine Stunde vor Abfahrt unter Tel. 08551/573 20 oder per E-Mail unter [Rufbus@lra.landkreis-frg.de](mailto:Rufbus@lra.landkreis-frg.de)

Anmeldezeiten: werktags Mo. bis Fr. von 8.00 bis 17.00 Uhr

### Weiterführende Infos:

- ▶ [npsumava.cz/de/besuchen-sie-sumava/notuebernachtungsplatze/](http://npsumava.cz/de/besuchen-sie-sumava/notuebernachtungsplatze/)
- ▶ [winterfjell.de/](http://winterfjell.de/)



Auf den hölzernen Tischen richten wir eine Küche ein und schmelzen unentwegt Schnee (o.). Wer sich lieber selbst einen Weg sucht, muss mit Unwegsamkeiten rechnen (r.).



einen Rhythmus. Besonders wenn die Motivation mal nachlässt, hilft es ungemein, auf die Uhr gucken zu können und zu wissen: Nur noch zehn Minuten, dann gibt es Kaffee.

Dass es nicht immer eine gute Idee ist, die ausgewiesenen Skirouten zu ignorieren, erfahren wir am Morgen des vierten Tages. Wir verlassen den Zeltplatz Strážný auf einer alternativen Route und stehen wenig später in tiefen Spurrillen, die schwere Forstmaschinen hinterlassen haben. Hinter einer Kurve liegen zahlreiche gefällte Bäume. Weil für uns umkehren aber nicht in Frage kommt, klettern wir über die Stämme hinweg und zerren das Gepäck zwischen den dichten Zweigen hindurch. Immer wieder, bis wir einen alten Bauwagen passieren. Er steht etwas abseits, ein Schornstein ragt vom moosigen Dach empor. Im Inneren stehen Konserven und Flaschen auf einem Tisch, unter dem Wagen liegen Müll und Kanister. Holzfällerromantik sieht anders aus!

Erst eine halbe Stunde später erreichen wir eine große freie Fläche und wir können die Ski wieder anlegen. Auf den Feldern sind wir nun beißendem Wind ausgesetzt, der uns schräg von vorne entgegenbläst. Es wird sofort kalt

und wir verstecken uns unter unseren Kapuzen, während wir dem schnurgeraden Weg folgen. Er ist von Birken gesäumt und ein kleiner Bach gurgelt an ihm entlang. Ein Biber hat hier vor Kurzem die weißen Stämme bearbeitet, die Späne sind noch frisch und liegen ringsum im Schnee.

Je später es wird, desto bleierner hängen die Wolken am Himmel. Und noch bevor wir die Grenze nach Deutschland erreichen, beginnt es zu schneien. Dicke, schwere Flocken behindern die Sicht, man kann kaum mehr hundert Meter weit schauen. Hier in Nové Údolí endet das tschechische Bahnnetz an einem kleinen Kopfbahnhof. Auf einem Abstellgleis steht ein alter Wagon, in dem sich ein Kiosk befindet. Heute ist er geschlossen. Weit und breit ist niemand zu sehen, es ist wie ausgestorben. Wir überqueren die Grenze nach Deutschland und laufen weiter in Richtung Haidmühle. Weil wir den vorhandenen Rufbus nicht reserviert haben, nehmen wir ein Taxi nach Freyung und warten dort eine halbe Stunde auf den Bus, der uns nach Passau bringt. Eine gute Gelegenheit, ein letztes Mal Thermoskanne und Kekse herauszuholen und die Beine auszustrecken.



Egal zu welcher Jahreszeit, **Hauke Bendt** sucht ständig nach Möglichkeiten, ein paar Tage mit dem Zelt in seiner Komfortzone zu verbringen, ohne gleich nach Norwegen reisen zu müssen.

# Alles Lüge?



## Fake oder Fakten zum Klimawandel?

Filterblasen, Lobbyismus, Querdenken stellen den Klimawandel und die notwendigen Gegenmaßnahmen nach wie vor infrage. Folgende Antworten auf gelegentlich gehörte Einwürfe können in Diskussionen helfen.

### *Ich glaube an Gott, nicht an die Wissenschaft.*

Gott ist ein Konzept jenseits der Wissenschaft, nicht ihre Widerlegung. Die christliche Lehre betrachtet den Schöpfungsmythos nicht als historische „Geschichte“, sondern als „Hymnus“, der Gottes Macht symbolisiert. Und sieht die Naturgesetze als Teil dieser Schöpfung. Wissenschaft versucht, diese Naturgesetze zu verstehen und damit das Leben zu gestalten. Religionen inspirieren zu ethischem Verhalten, zum Beispiel bei der Interpretation und Nutzung wissenschaftlicher Erkenntnisse.

### *Auf so genannte wissenschaftliche Erkenntnisse kann man sich doch nicht verlassen, da heißt es mal so und mal so.*

Wissenschaft hat zwei Prämissen: 1) Es gibt keine absolute „Wahrheit“. 2) Solange eine

Theorie die Phänomene gut erklärt und nicht widerlegt (falsifiziert) ist, betrachten wir sie als gültig. Die kritische Begutachtung durch die Fachwelt ist Fundament wissenschaftlicher Arbeit. Falls ei-

ne These widerlegt wird, lernt man dazu. Das geschieht recht selten in „elementaren“ Fächern wie Mathematik oder Physik, häufiger in komplexen wie Soziologie.

### *Es gibt keinen wissenschaftlich belegbaren Klimawandel.*

Im Weltklimarat IPCC arbeiten seit Jahrzehnten Tausende international führende Fachleute aller relevanten Disziplinen zusammen, um Forschungsergebnisse zu sammeln und auszuwerten. Ihre Aussagen sind konstant und ein-

deutig: Die Erde erwärmt sich in einem Maß, welches das gute Überleben der Menschheit gefährdet.

### *Auf der Erde war es immer mal heißer, mal kälter, siehe Ötzi.*

Viele Einflüsse bestimmen das Erdklima, etwa Fluktuationen der Sonnenaktivität oder Wirkungskreisläufe zwischen Eiszeiten und CO<sub>2</sub>-Konzentration. Diese beobachteten natürlichen Schwankungen überlagert seit Beginn des Industriezeitalters eine zusätzliche Erwärmungskurve, die mit der Emission von CO<sub>2</sub> aus der Verbrennung von Öl, Gas und Kohle zu erklären ist.

### *Ein bisschen wärmer ist doch schön, dann wächst alles besser.*

Derzeit ist es so warm wie zu Höchstphasen zwischen den Eiszeiten. Aber die Tendenz geht weiter steil nach oben. Und es leben hundertmal mehr Menschen als damals auf der Erde, nahe an Küsten und unter grenzwertiger Ausnutzung von Ressourcen. Meeresspiegelanstieg und Dürren bedeuten Bedrohungen ungeahnten Ausmaßes – abgesehen von anderen Naturkatastrophen, die häufiger werden, vor allem wenn irreversible „Kippunkte“ überschritten werden.

### *Klimawandel ist nur eine Erfindung der Konzerne, die mit Windkraft und Ökostrom verdienen wollen.*

Geld zu verdienen ist die Basis unseres Gesellschafts- und Wirtschaftssystems. Sollen dann nicht wenigstens die verdienen, die an Lösungen arbeiten, statt dass diejenigen profitieren, die das Problem verschärfen?

Ökofirmen haben den Klimawandel nicht erfunden, sie versuchen, dagegen anzugehen. Und dezentrale regenerative Energiegewinnung verteilt die Profite besser in der gesellschaftlichen Breite als Aktienkonzerne.

## Grundkurs Desinformation

Im gesellschaftlichen Disput werden grundlegende wissenschaftliche Fakten oft falsch dargestellt, auf Social Media, im persönlichen Gespräch oder in der Politik. Die dabei verwendeten Manipulationsmethoden sind nicht leicht zu erkennen. Das **PLURV-Modell** erklärt die häufigsten Strategien hinter den Desinformations-Kampagnen. Weitere Infos auf [klimafakten.de/plurv\\_scepticalscience.com](http://klimafakten.de/plurv_scepticalscience.com)

## L

### Logik-Fehler

Argumentationen, die sich bei genauer Betrachtung als unlogisch erweisen – z. B. aus korrekten Informationen falsche Schlüsse ziehen

## P

### Pseudo-Expertentum

Unqualifizierte Personen oder Institutionen als Quelle relevanter Einwände präsentieren

**Ökostrom rechnet sich nicht.**

Auch wenn die öffentliche Förderung von Ökostrom und die Netzeinspeisevergütung zurückgefahren wurden: Wer sich eine richtig dimensionierte PV-Anlage aufs Dach stellt (erst recht eine Solarwärme-Anlage), kann die Investition in überschaubarer Zeit amortisieren. Und auch angesichts staatlicher Subventionen für Kern- und Kohlekraft ist Ökostrom eine echte Alternative.

**Windräder stören und machen krank.**

Krankheitswirkungen lassen sich nicht wissenschaftlich belegen; der oft zitierte „Infraschall“ war durch nachlässigen Umgang mit Daten tausendfach übertrieben und liegt in Wirklichkeit weit unter relevanten Grenzen. Für die Nutzung der Landschaft gilt: „There is no free lunch“. Wer energiehungrig ist, muss Energie-Erzeugung ermöglichen. Windräder sind eine Zukunftstechnologie, die eine im Übermaß vorhandene Energie nutzt. Wie wäre es, sie als Symbol einer erwachsenen Gesellschaft zu sehen, die ihre Verantwortung annimmt?

**In unserer Gemeinde wollen wir kein Windrad und keine Stromleitung!**

Gesellschaften müssen immer Kompromisse zum gemeinsamen Nutzen eingehen. Ein Egoismus des „not in my backyard“ gefährdet die notwendige Transformation zu regenerativer Energiegewinnung. Deren dezentrales Wesen bietet aber auch die Chance, durch Bürger-Unternehmen daran zu verdienen.

**Kernkraft ist die Lösung für klimafreundliche Energiegewinnung.**

Nach dem Bau (die Betonherstellung ist weltweit eine der Hauptquellen für CO<sub>2</sub>-Emissionen) arbeitet ein KKW weitgehend emissionsfrei. Dafür erzeugt es radioaktiven Giftmüll, für den noch kein Endlager gesellschaftlich akzeptiert, geschweige denn Aufarbeitungstechnologien entwickelt wären. Und die Risikostatistik sagt: Ein Supergau findet innerhalb von 100.000 Jahren statt – also womöglich auch schon nächstes Jahr.

**U**  
**Unerfüllbare Erwartungen**  
Von der Wissenschaft Dinge verlangen, die sie gar nicht erfüllen kann – zum Beispiel durch das Fordern eines Grades von Gewissheit, der unerreichbar ist

**Mit technischer Innovation kriegen wir den Klimawandel in den Griff.**

Eine technologische Transformation unserer Gesellschaft zu regenerativer Energieversorgung, Effizienz und Kreislaufwirtschaft ist dringend notwendig. Aber sie allein genügt nicht für die „außerordentlichen Anstrengungen“, die der IPCC für das 1,5-Grad-Ziel einfordert. Dieses ist nur zu

erreichen, wenn wir unseren Energiehunger durch Sparen reduzieren und CO<sub>2</sub> aus der Atmosphäre dauerhaft binden – ohne auf technologische Zauberei zu hoffen.

**Die Freiheit der Einzelnen darf nicht beschnitten werden.**

Eine Gesellschaft kann nur funktionieren, wenn die absolute persönliche Freiheit sich dem Gemeinwohl unterordnet; dazu dienen unter anderem Gesetze. Diese haben im Idealfall das Wohlergehen der jetzigen, aber auch gleichberechtigt das der künftigen Generationen als Ziel, wie das Bundesverfassungsgericht 2021 bestätigt hat. Zur Prognose hilft die Wissenschaft, zur Abwägung die Ethik – Hedonismus und kurzfristiges Streben nach Gewinn und Bequemlichkeit sind schlechte Ratgeber.

**Einzelne können ohnehin nichts Wirksames tun.**

Ja und Nein. Das Verhalten einer Einzelperson kann keinen Fluss zum Umkehren bringen. Aber ohne uns Einzelne ändert sich auch nichts. Zudem kann Pionierverhalten als Vorbild wirken. Natürlich muss die große Transformation auch in Gesellschaft, Unternehmen, Staat und weltweit stattfinden; auch darauf können und sollten Einzelne in demokratischer Mitbestimmung Einfluss nehmen. Irgendwo muss man anfangen – vielleicht da, wo der Blick in den Spiegel mehr Freude macht?

**R**  
**Rosinenpickerei**  
Informationen bewusst lückenhaft auswählen, so dass sie bei isolierter Betrachtung die eigene Position zu stützen scheinen

**Deutschland allein kann nichts Wirksames tun.**

Deutschland ist zwar nur ein Rädchen in der globalen Wirtschaft, aber ein relativ großes. Einseitige ambitionierte Klimagesetze können den Konkurrenzdruck für die nationale Wirtschaft erhöhen, aber auch eine Chance sein, international Veränderung anzustoßen – womöglich sogar als Technologieführer. Und: Betrachtet man eine insgesamt „akzeptable“ Menge von Treibhausgas-Emissionen, so hat die reiche Industrienation Deutschland ihren Anteil davon längst mehr als ausgenutzt.

**V**  
**Verschwörungstheorien**  
Üble Machenschaften und geheime Bünde unterstellen, zum Beispiel dass Einzelpersonen oder Gruppen absichtsvoll Beweise zum Klimawandel fälschen usw.

**Es ist zu spät, um Wirksames zu unternehmen.**

Ja, wir sind faul, fehlbar, feige. Die Dimension des Problems könnte uns in die Knie gehen lassen wie eine riesige Felswand. Aber: Der erste Schritt zählt und triggert die nächsten. Verzweifeln ist keine Option. *ad*

Weitere Einwürfe und Repliken unter [alpenverein.de/231-5](http://alpenverein.de/231-5)

# Denn sie wissen im Wesentlichen, was sie tun

## Skitourengruppen und ihre lawinenbezogenen Tourenentscheidungen

Die DAV-Sicherheitsforschung hat in den Wintern 2020 und 2022 an zwei klassischen Skitourenstandorten (Kelchsau in den Kitzbüheler Alpen und Namlos in den Lechtaler Alpen) 112 Skitourengruppen befragt und die von ihnen begangenen Touren erfasst (siehe auch Panorama 1/2022 und 6/2022). Die Gruppen unterschieden sich zum Teil deutlich bezüglich Erfahrung, Gebietskenntnis und Tourenvorbereitung.

Text: **Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung**  
Illustrationen: **Georg Sojer**

**D**ie lawinenkundliche Risikokompetenz wird im Deutschen Alpenverein durch Ausbildungen in den Sektionen und durch das zentrale Ausbildungsprogramm für Trainer\*innen vermittelt. Es wird davon ausgegangen, dass wenig fachkundige Skitourengeher\*innen sich bei ihren Entscheidungen auf wenige Faktoren stützen, die einfach zu ermitteln und zu beurteilen sind (Lawinengefahrenstufe, Hangsteilheit). Je größer aber das Lawinenwissen einer Person ist, desto genauer sollte diese Person auch

die Gesamtsituation analysieren können und ein entsprechend präzises Bild entwickeln können. Sowohl Unerfahrene als auch Erfahrene sollten zu guten Einschätzungen kommen können, wobei Unerfahrene lawinenbezogen einfachere Touren wählen und öfter verzichten werden. Fachkundlich Erfahrenere dagegen können aufgrund ihrer präziseren Kenntnis komplexere Touren bei komplizierteren Verhältnissen wählen.

*Skitourengruppen sind divers, wählen machbare, eingespurte Standardtours, planen diese aber teilweise unzureichend und wenden an Gefahrenstellen kein systematisches Entscheidungsverfahren an.*





So weit die weit verbreitete Annahme über den Zusammenhang zwischen Erfahrung, Entscheidungsprozess und Verhalten im Gelände. Aber wie gehen Gruppen tatsächlich vor, um zu ihren Entscheidungen zu gelangen? Gehen sie strukturiert und systematisch vor? Nutzen sie den Lawinenlagebericht, probabilistische (wahrscheinlichkeitsbasierte) Methoden oder Informationen aus der Schneedecke? Und kommen bestimmte Gruppen zu lawinenbezogenen besseren Entscheidungen?

Anhand der Ergebnisse aus der Befragung und der Begehungsdaten zeichnen wir das Vorgehen der Interviewten von der Planung über die Ankunft am Tourenort bis hin zum Einzelhangentscheid (3x3 nach Werner Munter) nach.

## Planung

*Großteils werden machbare, bereits eingespurte Standardtouren gewählt.*

Alle befragten Skitourengruppen benannten am Parkplatz eine konkrete Tour, die sie unternehmen wollten, hauptsächlich Standard- und Modetouren. An den Standorten wären durchaus auch ausgefallenerer/anspruchsvollere Touren zur Auswahl gestanden. Damit bewegten sich die Gruppen in einem Gelände, das üblicherweise häufig begangen oder befahren wird. Wenige Gruppen hatten eine Tour gewählt, die sie insgesamt für nicht machbar ansahen (aus Zeit-, Wetter- oder lawinenbezogenen Gründen), hatten dann aber bereits einen Umkehrpunkt festgelegt.

64 % der Gruppen gaben an, die Tour mindestens schon einmal gegangen zu sein. Die Erheber\*innen baten die Befragten der Gruppe u.a., die geplante Tour auf einer Karte einzuzeichnen, und schätzten die Qualität ihrer mentalen Geländevorstellung der Tour ein. Hier lagen die Gruppen im Mittel bei „weitgehend vollständiger“ Geländevorstellung.

*Die Lawinensituation spielt eine zentrale Rolle bei der Tourenauswahl.*

Auch wenn vereinzelt andere Aspekte bei der Tourenwahl dominierten

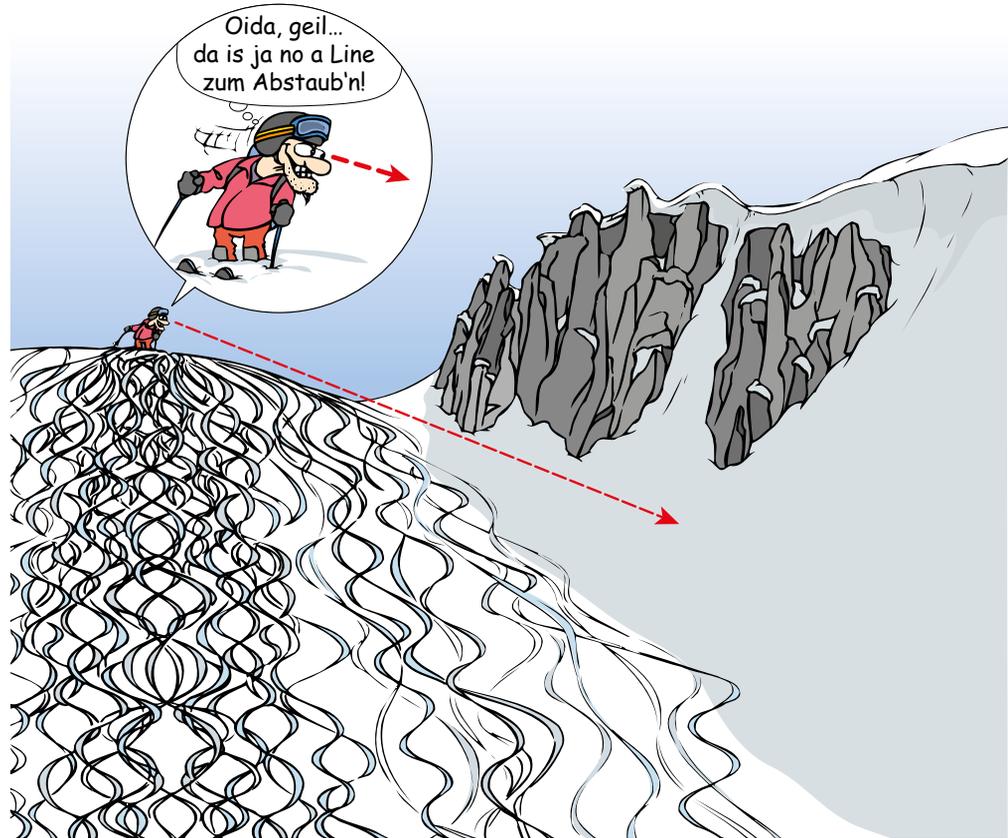
(das gute Wetter auszunützen oder guten Schnee zu finden), fanden die meisten Tourentscheidungen unter Berücksichtigung der Lawinensituation statt: 85 % der Gruppen erwähnten spontan die Lawinensituation als Beweggrund für die Wahl ihrer Tour oder als Argument für deren heutige Machbarkeit. Die zentrale Rolle der Lawinensituation bei der Tourenausswahl zeigt sich auch darin, dass von den 65 % der Gruppen, die spontan auch die Lawinengefahrenstufe erwähnten, 93 % diese korrekt angaben, bei geteilter Stufe wurde von 86 % der Gruppen, die sie erwähnten, auch die zweite Stufe korrekt angegeben.

Wir befragten die Gruppen zusätzlich nach der Bedeutsamkeit verschiedener Aspekte für ihre Tourenwahl (z.B. Wetter, Schneequalität, Länge der Tour). Von allen Aspekten wurde die Lawinensituation am relevantesten eingeschätzt. Dagegen waren die Suche nach unverspurtem Gelände/die Festlegung auf bestimmte Hänge für die Mehrheit der Gruppen/die meisten Gruppen wenig bedeutsam.

**Lawinenrelevante Informationen sind meist bekannt, werden aber nicht detailliert genug aufs Gelände übertragen.**

Bei der offenen Frage, welche lawinentechnischen Überlegungen für die Tourenwahl relevant waren, nannten die Interviewpartner bei Touren mit relevanten Gefahrenstellen neben der Lawinenwarnstufe spontan zu 56 % das oder die für die Tour vorliegende(n) Lawinenproblem(e) und die Hangsteilheit. Die Angaben waren zu 90 % mehrheitlich oder vollständig korrekt. Nicht bloß die Nennung, sondern auch die mehrheitlich vollständig korrekte Wiedergabe dieser Aspekte hinsichtlich des Inhalts und der Schlussfolgerungen stachen positiv hervor – weniger prägnante (aber nicht zu vernachlässigende) Aspekte wie Exposition (42 %) oder Geländeform (44 %) fielen demgegenüber jedoch deutlich ab. Überlegungen zu den konkreten Konsequenzen einer Lawinenauslösung an einer Gefahrenstelle der gewählten Tour hatten die Gruppen hingegen gar nicht auf dem Radar (nur 2 % Spontannennungen).

Um sich über die Lawinensituation zu informieren, war für 99 % der Gruppen der Lawinenlagebericht das Standardtool; 49 % ergänzten, standardmäßig analytisch auf der Basis der Lawinenprobleme vorzugehen. 51 % gaben an, gezielt vorhandenen Spuren zu folgen, für weitere 10 %



*Ständig verspurtes Gelände und frische Spuren an der Oberfläche sind voneinander zu unterscheiden. Grundsätzlich günstige Zeichen mit einigen Einschränkungen und Ausnahmen.*

war dies die Standardmethode. 43 % befragten Freund\*innen über machbare Touren, 24 % der Gruppen gaben dies als ihre Standardmethode an.

Skitourengruppen sind also nicht im „Blindflug“ unterwegs, aber sie nehmen das Gelände in Bezug auf Lawinengefahr nicht so detailliert in den Blick, wie es möglich wäre. Wiederholt stellten wir z.B. fest, dass die Interviewpartner\*innen ganze Hangbereiche grob als Gefahrenstelle einstufen, die gemäß der von der Forschungsgruppe durchgeführten Risikoanalyse mehrere Gefahrenstellen (und auch ungefährliche Passagen) beinhaltet.

### Beurteilung vor Ort

**Die Lawinengefahr wird bei Ausrüstung und Tourenwahl berücksichtigt.**

Skitourengruppen nehmen die Lawinengefahr ernst. Dies sehen wir dadurch belegt, dass 98 % aller Befragten die notwendige Standard-Notfallausrüstung (Lawinenverschüttetensuchgerät/LVS, Schaufel und Sonde) mitführten; bei 92 % der Gruppen hatten alle Teilnehmer\*innen die Standard-Notfallausrüstung vollständig dabei und bei 23 % der Gruppen alle Personen einen Lawinenairbag – auf Personenebene sind das 36 % aller Befragten.

87,5 % der Gruppen gingen bei der Befragung am Ausgangspunkt davon aus, dass ihre Tour entweder sicher machbar ist oder wahrscheinlich machbar ist unter dem Vorbehalt, dass man Checks durchführt. Die Grundhaltung

zu Beginn der Touren könnte als ein Sicherheitsgefühl bezeichnet werden, nach dem Motto: „Unsere Vorstellung von der Tour (Gefahrenstellen) stimmt. Die Entscheidung, heute diese Tour zu wählen, ist richtig. Und andere sehen das auch so.“

### Am Einzelhang

*Die Skitourengruppen passten ihre lawinenbezogenen Einschätzungen aus ihrer eigenen Sicht an die Situation an.*

Jede Skitourengruppe wurde befragt, welche Gefahrenstellen sie bei ihrer Tour vorher identifiziert hatte bzw. während der Tour sah (= „vermutete Gefahrenstellen“). Ein Viertel dieser vermuteten Gefahrenstellen (33 von 132) wurde erst auf Tour als solche gesehen. 48 % der vor der Tour vermuteten Gefahrenstellen wurden auf der Tour als gefährlicher eingestuft als vor der Tour (47 von 99). Skitourengruppen sind also grundsätzlich bereit, ihre Annahmen über die Lawinensituation zu revidieren. Dies zeigte sich auch in ihrer Haltung: Wenn eine Gruppe mehr Gefahrenstellen sah, dann hatte sie auch angegeben, dass bei der Tour „Checks gemacht werden müssen“. Und schließlich

Nur sieben Gruppen berichteten, Schneedeckenuntersuchungen durchgeführt zu haben.

An von ihnen vermuteten Gefahrenstellen setzten 63 % der Gruppen risikomindernde Verhaltensmaßnahmen (Entlastungsabstände, einzeln gehen, Umgehung, Verzicht) um (138 Maßnahmen an 218 Gefahrenstellen), waren also bereit und „wach“, um mithilfe von Vorsichtsmaßnahmen das Lawinenrisiko zu senken.

Das erhobene Vorgehen von Skitourengruppen deckt sich in den Grundzügen mit dem Vorgehen, wie es in der Ausbildung vermittelt wird. Es gibt aber auch deutliche Abweichungen von einem erstrebenswerten Vorgehen/von der Lehrmeinung (s. Tabelle).

### Bei der Qualität der Tourenplanung gibt es Luft nach oben!

Beinahe neun von zehn Gruppen gingen davon aus, dass ihre Tour machbar ist – allerdings wurden nur 55 % der Gefahrenstellen auf den durchgeführten Touren von den Gruppen auch als solche erkannt (siehe Panorama 4/2022); das Detailwissen über die erkannten Gefahrenstellen ist also unvollständig.

### Lehrmeinung – was wurde beachtet, was nicht

	Übereinstimmung	Abweichung
<b>Planung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Konkretes Tourenvorhaben</li> <li>▶ Geländevorstellung vorhanden</li> <li>▶ Lawinenlageberichts-inhalte abrufbar</li> </ul>	Verbesserungswürdige Qualität der Tourenplanung
<b>Vor Ort</b>	Vollständige Lawinen-Notfallausrüstung	Spuren folgen
<b>Einzelhang</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Anpassung der Einschätzungen an die Lawinensituation</li> <li>▶ Beachten von aktuellem/en Lawinenproblem/en bei Einzelhangbeurteilung</li> </ul>	Fehlende Systematik bei Einzelhangentscheidungen und Verhaltensmaßnahmen

**Tabelle 1:** Übereinstimmung und Abweichung des geschilderten Vorgehens der befragten Skitourengruppen im Vergleich mit der in der Ausbildung vermittelten Lehrmeinung.

änderten 15 % der Gruppen (13 von 86) ihre Tour aus lawinenbezogenen Gründen ab.

*Weder analytische noch probabilistische Methoden werden standardmäßig angewandt.*

Wir befragten die Gruppen, welche Entscheidungshilfen zur Risikobestimmung bei einer Gefahrenstelle im Gelände verwendet wurden. 29 % der Gruppen führten keine konkreten Maßnahmen durch, lediglich zwei Gruppen (2,3 %) gaben die DAV-SnowCard an. Am häufigsten wurden mit 30 % das Gruppengespräch, gefolgt von einer analytischen Betrachtung der Situation mit 17 % angegeben.

Mangelndes Interesse an oder Wissen über die Lawinenproblematik wären naheliegende Gründe, die aber nicht gefunden werden konnten. Die Ergebnisse weisen vielmehr darauf hin, dass Skitourengruppen vor der Tour kein eingeübtes Schema zur systematischen Bestimmung von Gefahrenstellen anwenden. Mangels systematischer Herangehensweise Stelle für Stelle bleibt die vor der Tour in den Grundzügen vorhandene Geländevorstellung ebenfalls zu wenig detailliert und kann dadurch auch im Gelände nicht zur Aufdeckung von Gefahrenstellen beitragen. Da die Tourenplanung die Weichen für gute Entscheidungs-

gen auf Tour stellt, ist sie so wichtig. Es geht darum, zu prüfen, ob die ausgewählte Tour zu den Verhältnissen und zur Gruppe passt. Dazu gibt es eine Reihe von einfachen und pragmatischen Planungshilfen (u.a. alpenvereinaktiv.com, whiterisk.ch, skitouren guru.ch). Hier ist der Weg im Vergleich zu einer Analyse mit Neigungsmesser und Papierkarte in den letzten Jahren deutlich einfacher geworden. Für eine umfassende Tourenplanung und erste Risikoabschätzung der Tour ist die SnowCard-Analyse jedoch unerlässlich.

### Die Methode, vorhandenen Spuren zu folgen, hat Grenzen!

Die Mehrheit der befragten Gruppen wählte schon in der Planung häufig begangene Modetouren aus, um das Risiko zu minimieren, in eine Lawine zu geraten. 51 % gaben an, vorhandenen Spuren zu folgen, für weitere 10 % war dies die Standardmethode. Wie ist diese „Methode“ zu bewerten und wo liegen ihre Grenzen?

Bei Gelände, das ständig verspurt wird, ist der Schneedeckenaufbau aufgrund der dadurch stark strukturierten Altschneeoberfläche günstiger als in wenig befahrenem Gelände – die Bildung flächiger Schwachschichten wird erschwert. Allerdings hat dieses Sicherheitsmerkmal auch Tücken: Schwachschichten können auch innerhalb der Neuschneesicht eingelagert oder vom Frühwinter konserviert sein – manchmal ist es gerade für mit dem Gebiet wenig Vertraute nicht ganz eindeutig, ob das Gelände vor Neuschnee immer flächig verspurt wurde.

Frische Spuren an der Oberfläche hingegen belegen, dass mehrere Personen den Hang bereits getestet haben. Bei den Lawinenproblemen Neu- und Triebsschnee hat dieser Punkt eine relativ starke Aussagekraft. Die Wahrscheinlichkeit, direkt im verspurten Gelände eine Lawine im Neu- oder Triebsschnee auszulösen, ist deutlich reduziert. Bei einem Altschneeproblem ist die Schwachschicht manchmal nur an Stellen mit geringerer Schneeeauflage zu stören. Trifft man zufällig den Punkt, an dem eine Bruchinitiierung möglich ist, haben Spuren rundherum keinerlei positiven Einfluss auf die Auslösebereitschaft im Altschnee.

Spuren können natürlich auch den Effekt haben, dass Tourengänger\*innen, um frischen Schnee abzufahren, ihre Spur neben vorhandene anschließen und immer weiter in Randbereiche aus-

weichen. Dann werden oft Bereiche befahren, die entweder steiler sind, weniger konstant befahren werden, nur eine dünnere Schneeüberdeckung haben oder in einer ungünstigeren Exposition liegen. In Auslaufgebieten von spontanen Lawinen ist der Punkt Spuren komplett ohne Aussagekraft. Denn für den spontanen Auslösemechanismus von Nassschnee- oder Gleitschneelawinen sind Spuren im Auslaufbereich ohne Einfluss.

Zusammengefasst sind ständig befahrenes Gelände oder frische Spuren allgemein ein positives Zeichen, dem aber nicht unreflektiert vertraut werden darf.

### Entscheidungspunkte nutzen und sich taktisch klug verhalten

An Gefahrenstellen führten 29 % der Gruppen keine konkreten Maßnahmen zur Entscheidungsfindung durch. Lawinenentscheidungen am Einzelhang sind natürlich die Königsdisziplin, deren Kriterien jedoch oft nicht eindeutig. Ein Rückblick auf die Planung mit der Bewertung von probabilistischen Hilfsmitteln wie der DAV-SnowCard oder dem Skitouren guru ist hier ein guter Ausgangspunkt für eine Beurteilung. Für Schneedeckenuntersuchungen braucht es ein wenig Know-how und es ist nur teilweise möglich, aus ihnen konkrete Entscheidungen abzuleiten, aber sie erweitern generell das Wissen über die ablaufenden Prozesse innerhalb der Schneedecke.

Zu einer vollständigen Risikoabschätzung gehört es, zusätzlich die Konsequenzen eines Lawinenabgangs zu betrachten (z.B. Anzahl Betroffener, Länge und Größe der Lawinen, Geländefallen, Auslaufbereich, mögliche Verschüttungstiefe).

Die von uns befragten Gruppen begingen Gefahrenstellen zu häufig im Gruppenverband und vergaben so die Möglichkeit, das Auslöserisiko einer Lawine durch Entlastungsabstände und/oder die Konsequenzen einer Auslösung durch einzelnes Begehen zu senken (Panorama 6/2022). Mit einfachen Verhaltens- und Vorsichtsmaßnahmen und der Wahl sicherer Sammelpunkte kann in den meisten Fällen mit vergleichsweise geringen „Komforteinbußen“ zumindest der schlimmste Fall einer komplett verschütteten Gruppe vermieden werden. Denn auch bei den klarsten Lawinenentscheidungen bleibt letztlich immer etwas Unsicherheit. Ein gutes taktisches Verhalten ist daher ein wesentlicher Baustein eines klugen Risikomanagements. ■

**Zum Nachlesen:**  
*Lawinen-Mantra*  
[alpenverein.de/34410](http://alpenverein.de/34410)

An dieser **Publikation der Forschungsgruppe Winter der DAV-Sicherheitsforschung** wirkten neben Lukas Fritz vom DAV folgende Personen mit: Michaela Brugger, Florian Hellberg, Christoph Hummel, Dr. Martin Schwiensch, Dr. habil. Bernhard Streicher. An den Erhebungen haben zusätzlich mitgewirkt: Philipp Berg, Max Bolland, Steffi Bolland, Anna Gomerlinger, Stefan Hinterseer, Alexandra und Georg Hochkofler, Johanna Kozikowski, Johanna Mengin, Jessica Ploner, Paul Schmid, Martin Prechtel, Bernhard Schindele, Laura Schwiensch.

# Wie funktioniert eine Winterhütte?

Von den 323 DAV-Hütten haben 74 auch im Winter geöffnet. Die vierte Jahreszeit mit ihren kalten Temperaturen und Schneemengen stellt besondere Herausforderungen an die alpinen Unterkünfte: Architektur, Ausstattung und Betrieb müssen auf den Winter abgestimmt sein. Alles Wichtige haben wir hier zusammengefasst.

Noch mehr Hüttentechnik:

[alpenverein.de/231-7](http://alpenverein.de/231-7)

## Winterraum

Viele Hütten haben einen Winterraum, selbst wenn sie nur im Sommer geöffnet haben. Er ist immer dann zugänglich, wenn die Hütte geschlossen hat. So finden Bergsteiger\*innen auch außerhalb der Saison Unterschlupf. Häufig steht der Winterraum auch als Haus neben der Hütte, zum Schutz vor Bränden: Brennt er ab, greift das Feuer nicht auf die Hütte über – umgekehrt dient der Winterraum im Falle eines Hüttenbrands als Schutz vor den Elementen.

## Ver- und Entsorgung

Die Wasserversorgung im Winter ist schwierig: Ohne fließende Quelle ist der Betrieb kaum möglich. Auch die Entsorgung ist ein Problem, da naturnahe Kläranlagen bei niedrigen Temperaturen nicht funktionieren – es braucht spezielle Klärverfahren. Außerdem muss die Versorgung mit Lebensmitteln anders ablaufen als im Sommer, da zum Beispiel Materialseilbahntrassen eingeschnitten sein können.

## Spezielle Ausstattung

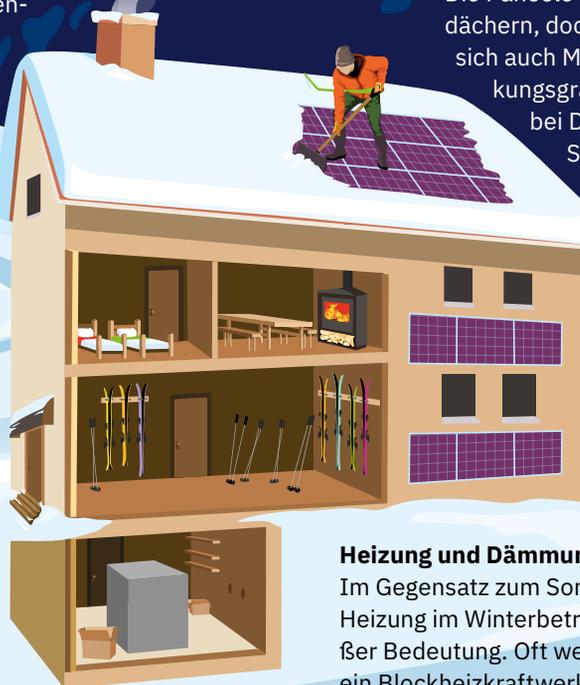
Die Ski- und Trockenräume sind besonders wichtig für die Gäste. Hier werden Klamotten und Schuhe getrocknet und die Ski wettergeschützt untergebracht. Die zusätzliche Heizung kostet natürlich Energie. Warme Duschen gibt es übrigens auf Winterhütten nicht immer, da sowohl Wasser als auch Energie häufig knapp sind.

## Photovoltaik-Anlagen

Die Paneele sieht man auf vielen Hütten-dächern, doch bei Winterhütten rentieren sich auch Module an der Fassade. Ihr Wirkungsgrad ist teilweise sogar höher als bei Dachanlagen: Neben der direkten Strahlung durch die tief stehende Sonne reflektiert der Schnee die Wellen – und wirkt in etwa so wie ein Parabolspiegel.

## Heizung und Dämmung

Im Gegensatz zum Sommer ist die Heizung im Winterbetrieb von großer Bedeutung. Oft werden über ein Blockheizkraftwerk (BHKW) Wärme und Strom erzeugt, ein Holzofen im Gastraum sorgt zusätzlich für Wärme. Bei der Dämmung kommen umweltverträgliche Materialien wie Holzfasern zum Einsatz, die Hütte ist aber grundsätzlich nicht stärker gedämmt als ein modernes Haus im Tal.



# Fit und geschmeidig

## Faszientraining

---

Faszien sind mittlerweile den meisten sportlich Aktiven ein Begriff. Das Gewebe, das unseren ganzen Körper durchzieht, ist wichtig für Gesundheit und Wohlbefinden. Wer es regelmäßig trainiert, bleibt beweglich und beugt Schmerzen vor.

Text: **Stefan Schneider**  
Fotos und Illustrationen: **BLACKROLL®**

---



Faszientraining funktioniert mit einer Hartschaumrolle ebenso wie mit einem speziellen Ball oder gezielten Dehnübungen.

**F**aszie ist abgeleitet von dem lateinischen Wort „fascia“, was übersetzt Band, Bündel, Binde oder Bandage bedeutet. Faszien verbinden alle Strukturen miteinander und bilden ein riesiges, feinmaschiges Geflecht, das sich von der Oberfläche bis in die Tiefe durch den gesamten Körper zieht. Vereinfacht gesagt: Sie halten den Körper zusammen und alle Organe an ihrem Platz. Auf 18 bis 23 Kilo Faszien bringt es ein Körper, das hat der bekannte Faszienforscher Robert Schleip herausgefunden. Lange Zeit wurde den Faszien seitens der Wissenschaft und Medizin keine große Bedeutung beigemessen. Sie wurden als nicht relevantes körpermüllendes Gewebe angesehen, in den meisten anatomischen Untersuchungen wurden die Faszien einfach entfernt, um an die zu der Zeit interessanteren, weiter in der Tiefe liegenden Organe, Knochen, Nerven und Gefäße zu gelangen.

Erst vor wenigen Jahren änderte sich das und 2007 fand dann der erste „Fascia Research Congress“ in Boston statt. Auch wenn die Faszien bis heute noch nicht in aller Tiefe erforscht sind, werden sie als sehr wichtige Struktur des Körpers betrachtet. Sie haben vielerlei Funktionen und können für Schmerzen sowie Funktionsstörungen ursächlich sein. Der Aufbau der Faszien wird oft mit der Struktur einer aufgeschnittenen Grapefruit erklärt: Faszien sind die weißen Häute, die das Fruchtfleisch umgeben und formen. Sie stabilisieren den Körper bei statischen Haltepositionen und dynamischen Bewegungen gegen die Schwerkraft – egal ob im Stehen, beim Sitzen oder Liegen. Faszien sind vergleichbar mit anderem Bindegewebe, sie bestehen hauptsächlich aus zwei Arten von Proteinen: Kollagene Fasern sind 2-20 µm dick und verleihen dem Gewebe eine hohe Zugfestigkeit. Sie lassen sich so gut wie nicht dehnen. Elastische Fasern sind dagegen nur etwa 2 µm dick und können das Doppelte ihrer

**Typisch für Faszien Schmerzen:**

- ▶ Schmerzen und Empfindungsstörungen entlang der fasziellen Zugbahnen (z.B. Rücken, Körperseiten vom Becken bis zur Fußsohle, Armbeuger-Brust-Bauch, Schulter-Ellenbogen)
- ▶ u.U. brennende Schmerzen mit großflächiger Ausbreitung
- ▶ Schmerzen reduzieren sich durch lockere Bewegung
- ▶ Bewegungen fühlen sich steif an und schmerzen besonders am Ende des Bewegungsausmaßes

**Warum kommt es zu Faszien Schmerzen?**

- ▶ Überbeanspruchung: Der Körper ist durch Anstrengung ständig übersäuert
- ▶ Fehlhaltungen durch einseitige und monotone Bewegungen oder Bewegungsmangel
- ▶ Durchblutungs- und Lymphabflussstörungen
- ▶ Ernährung & Flüssigkeit: Neben ausreichender Flüssigkeitszufuhr (Faszien bestehen zu ca. 75 % aus Wasser) ist auch der Säure-Basen-Haushalt entscheidend
- ▶ Stress: Wird er chronisch, bilden sich Verspannungen im Körper
- ▶ Erkrankungen des Bewegungsapparates, Organstörungen oder psychische Erkrankungen



Auch bei einer Grapefruit formen und trennen Häute das Fruchtfleisch. Die tiefe Faszien-schicht umschließt und durchdringt Muskeln, Sehnen, und Knochen.

# RUNTER KOMMEN



**DAV „Berge, Gams & Edelweiß“**  
Fashionsocken Set  
Bio-Baumwolle

Mitglieder  
**29,95 €**



**KLEAN KANTEEN**  
TKPro  
Isolierflasche  
„DAV-Edition“

Mitglieder  
~~59,95 €~~  
**49,95 €** %

**ROTHER**  
Yoga für  
Bergsportler  
Lehrbuch  
Mitglieder  
**22,90 €**



**V.FRAAS**  
„Wir lieben die Berge“  
Merino Decke  
„DAV-Edition“  
Mitglieder  
**139,00 €**

... mehr unter [dav-shop.de](http://dav-shop.de)

## Faszientraining – so funktioniert's

Faszien lassen sich auf mehrere Arten pflegen und geschmeidig halten: durch Selbstmassage, durch Dehnen, durch Federn, Hüpfen, Springen oder durch Übungen zur Körperwahrnehmung.

Am besten erforscht ist die Selbstmassage mit der Faszienrolle. Studien zeigen, dass Übungen mit einer Hartschaumrolle die Durchblutung und Wasseraufnahme der Faszien verbessern. Dies verändert die Steifigkeit und Gleitfähigkeit von Faszien. Zudem lassen sich durch das Training mit der Faszienrolle Schmerzen reduzieren und die Beweglichkeit verbessern.

Auch wenn die Gründe hierfür noch nicht vollständig aufgeklärt sind: Wahrscheinlich ist, dass es durch das Rollen zur Aktivierung von Rezeptoren in der Haut und in den Faszien kommt, die wiederum die Schmerzhemmung aktivieren, das vegetative Nervensystem regulieren und die Spannung des Muskels und der Faszien beeinflussen.

Dass das Rollen hauptsächlich „verklebte“ Faszien löst, konnte dagegen bislang nicht bewiesen werden.



Länge erreichen. Je nach Mischung verleiht dies dem Fasziengewebe höhere Stabilität oder größere Flexibilität.

## Die Faszien des Körpers lassen sich in drei Schichten einteilen:

- ▶ **Oberflächliche Schicht** – Die oberflächliche Faszien-schicht befindet sich unmittelbar unter der Haut und besteht aus einem dichten Netzwerk elastischer Fasern. Dadurch ist sie sehr dehnbar, wie es zum Beispiel bei einer Gewichtszunahme oder in der Schwangerschaft erforderlich ist. Die oberflächliche Schicht umgibt den gesamten Körper und dient dadurch als eine Art „Kommunikationssystem“. Sie wird durchzogen von Lymph- und Blutgefäßen, Nervenbahnen und Drüsen. Zudem hat sie eine gewissen Puffer- und Dämpfungsfunktion.
- ▶ **Tiefe Schicht** – Die tiefe Faszien-schicht umschließt und durchdringt Muskeln, Sehnen, Bänder, Knochen, Gelenke, Nervenbahnen und Blutgefäße. Sie hat einen hohen Gehalt an kollagenen Fasern. Die tiefe Schicht besitzt viele Rezeptoren, die auf bestimmte Reize spezialisiert sind. Und zwar deutlich mehr als beispielsweise die Muskulatur. Das macht das Faszien-netz zum größten Sinnesorgan des Menschen.
- ▶ **Viszerale Schicht** – Die viszerale Faszien-schicht dient der Aufhängung und Einbettung innerer Organe. Wie die tiefe Schicht ist sie ebenso weniger dehnbar als die oberflächliche Schicht, denn um die Organe zu stabilisie-

## Faszientraining mit der Rolle:

Übungen mit der Faszienrolle sind prinzipiell für alle geeignet, es gibt verschiedene Härtegrade – je nach individueller Empfindung. Ein „Wohlweh“ beim Rollen ist erwünscht, zunächst kann es hilfreich sein, mit einer weicheren Rolle zu beginnen.

### Außerdem zu beachten:

- ▶ Übungen zur Regeneration sehr langsam und konzentriert durchführen
- ▶ Eine Muskelpartie ungefähr 1 bis 3 Minuten bearbeiten
- ▶ Den Druck individuell so dosieren, dass der Schmerz noch gut auszuhalten ist
- ▶ Die zu bearbeitenden Muskeln so locker wie möglich lassen
- ▶ Gleichmäßig und tief atmen
- ▶ Auf Signale des Körpers achten und im Zweifel ärztlichen Rat einholen

### Bei folgenden Symptomen/Krankheitsbildern sollte die Selbstmassage nicht angewendet werden:

- ▶ Akute Traumata nach Verletzungen, Entzündungen, Thrombosen
- ▶ Osteoporose – der Druck kann einen Bruch begünstigen
- ▶ Akuter Bandscheibenvorfall
- ▶ Bei rheumatischen Erkrankungen, Fibromyalgie, Tumorerkrankungen, künstlichen Gelenken oder auch einer Schwangerschaft sollten Chancen und Risiken der Selbstmassage medizinisch abgeklärt werden

Mehr zum Faszientraining mit vielen Übungen für Bergaktive: [alpenverein.de/231-3](http://alpenverein.de/231-3)

ren muss ihre Spannung nahezu gleich bleiben. Die viszerale Schicht umschließt beispielsweise das Gehirn und Rückenmark mit den Hirnhäuten, das Herz mit dem Herzbeutel und die Lunge mit dem Lungenfell.

## Wenn Faszien Schmerzen machen

Der normale Alterungsprozess, Fehlhaltungen, eine ungesunde Ernährung, Entzündungen, Verletzungen und degenerative Krankheiten setzen auch den Faszien zu. Sie verfilzen und es bilden sich Verhärtungen. Da sich Spannungen im Körper gegenseitig beeinflussen, kann es passieren, dass an der Stelle, die wehtut, nicht unbedingt die Schmerzursache lauert. Eine Verhärtung im Bereich der Fußsohle kann etwa über den Rücken bis hoch in den Kopf ziehen: Die Folgen sind Kopfschmerzen.

Verhärtete Punkte oder verdickte Stellen, so genannte myofasziale Triggerpunkte, lassen sich häufig mit den Händen ertasten. Die gute Nachricht: Faszien sind keine starr vorgegebene Masse, sie lassen sich drücken, ziehen, kneten und dehnen. Das brauchen sie auch, um gesund zu bleiben. Auch für die Faszien heißt das Motto: „Use it or lose it“. Bewegung ist notwendig, um die Funktion der Faszien aufrechtzuerhalten. Mit spezifischen Bewegungen lässt sich verhärtetes Gewebe lösen und damit Schmerzen entgegenwirken.



**Stefan Schneider** ist Fitness- und Präventionsmanager und konzipiert Workshops und Ausbildungen zum Faszientraining für BLACKROLL®.

# SERVUS WINTER



KWOTEMPRUKT!

## WORTSCHATZ



### Trittsiegel

„Nimm nichts mit außer Erinnerungen, lass nichts zurück außer Fußabdrücken“ – eine gute Devise für alle, die sich in der Natur aufhalten. Wie es Tiere mit der Erinnerung halten, wissen wir nicht. Ihre Fußabdrücke können wir jedoch im Schnee oder Schlamm sehen. Die Expert\*innen unter uns erkennen nicht nur die unterschiedlichen Abdrücke, sie wissen auch, dass sie in der Jägersprache Trittsiegel heißen und dass viele Trittsiegel eine Fährte ergeben. J/N

## PSST ...

... wer nicht nur die Spuren vieler Berg- und Waldtiere sehen will, sollte sich leise verhalten. Die meisten Tiere sind sehr scheu und wissen sich gut zu verstecken. Das gilt im Winter noch mehr als im Sommer. Wie einige Tiere den Winter verbringen, lest ihr in der Geschichte von Franzi. Dort lernt ihr auch, welches Trittsiegel, also Fußabdruck, zu welchem Tier gehört. Auf eurer nächsten Tour könnt ihr dann mit diesem Wissen glänzen.

Es muss nicht immer Mau-Mau sein. In dieser Ausgabe findet ihr eine Anleitung für Spiele für gemütliche Abende auf einer Hütte (oder irgendwo). Was ihr braucht: herkömmliche Spielkarten und – beim ersten Mal – Sepps Anleitung.

Risiko und Bergsport gehören zusammen. Das eine gibt es nicht ohne das andere. Umso wichtiger ist es, dass man sich mit dem Thema auseinandersetzt. Niko hat sich Gedanken dazu gemacht. Wie Sicherheit und Risiko zusammenhängen und wie sich beides im Laufe der Zeit verändert hat, könnt ihr dort lesen.

Viel Spaß beim Lesen (der Spuren im Wald und dieser Ausgabe)

Jakob Neumann



Jakob

#### EICHHÖRNCHEN:

Eichhörnchen halten keinen Winterschlaf, sie legen im Sommer und Herbst ihre Vorräte an – bis zu 10.000 Nüsse verstecken sie übers Jahr! Im Winter kommen sie dann zurück und versorgen sich so – das ist praktisch so wie Vorkochen. Die wiedergefundene Nahrung bringen sie dann in ihr Nest, den Kobel.

#### SCHNEEHASE:

Lange und vor allem weit auseinander liegende Fußabdrücke mit zwei Teilstücken – einem kleineren runden und einem längeren geraden – kann man sowohl am Berg als auch im Tal sehen. Besonders häufig auf Feldern oder Lichtungen. Sie gehören zum Schnee- beziehungsweise Feldhasen (der Feldhase ist aber größer als der Schneehase, darum sind auch seine Abdrücke größer). Schneehasen sind vor allem in der Dämmerung unterwegs, tagsüber verstecken sie sich in Erdmulden oder bauen sich Schneehöhlen zum Ausruhen.

**Titelbild:** Der Schneehase genießt gut getarnt die Wintersonne.

© Stefan Neuhauser

# ALPENTIERE IM WINTER

Von FRANZISKA SIMON

Im Winter wird es ruhig in den Bergen – zumindest abseits von Ski- und Schneeschuhtouren. Eine mal mehr, mal weniger dicke Schneedecke legt sich über Bäume und Sträucher und sorgt für eine spürbare Ruhe. Genau diese Ruhe ist vor allem für die tierischen Bewohner der Alpen wichtig: Für sie beginnt mit dem Winter eine harte Zeit mit wenig Nahrung und Kälte. Einige von ihnen nutzen die Zeit für ihren Winterschlaf und ziehen sich in Höhlen oder Erdlöcher zurück und kommen erst wieder raus, wenn es draußen wieder wärmer wird. So zum Beispiel die Murmeltiere. Von Ende September bis ungefähr Mitte Mai murmeln sie sich gemeinsam ein und verschlafen den ganzen Winter. Doch so genügsam sind nicht alle Alpenbewohner. Ab Dezember halten sich die Gämsen nämlich an keine Winterruhe, dann beginnt ihre Brunft- und Paarungszeit. Wieder andere Tiere versuchen die kalte Jahreszeit so gut es geht zu überstehen. So etwa die Raufußhühner. Sie hocken tagsüber in Mulden oder Schneehöhlen und fahren ihre Stoffwechsel auf ein Minimum herunter und bewegen sich nur, wenn es absolut notwendig ist, also um Futter zu suchen oder zu flüchten. Gerade eine Flucht ist unglaublich anstrengend für die geschwächten Tiere, und daher sollten sie auf keinen Fall aufgescheucht werden.

## FUCHS:

Der Gang der Füchse nennt sich „schnüren“. Das liegt daran, dass ihre Spur aussieht wie eine lange Schnur, da die Pfotenabdrücke fast genau auf einer Linie liegen. Auch Füchse sind im Winter aktiver, denn für sie beginnt im Januar/Februar die Paarungszeit.

## STEINBOCK:

Auch die Steinböcke bleiben im Winter wach. Sie fressen sich über den Sommer eine dicke Fettschicht an, von der sie im Winter dann zehren können. Mit dem dicken Winterfell frieren sie erst ab rund minus 35 Grad ein bisschen. Sie sind so gut isoliert, sogar der Schnee bleibt auf ihnen liegen, ohne zu schmelzen. Das Winterfell ist zudem noch schön dunkel, somit können sie mehr Sonnenstrahlen und damit Wärme aufnehmen.

## RAUFUSSHUHN:

Warme Füße im Winter, wir ziehen uns dafür zum Beispiel Wollsocken an, doch Schneehühner haben keine. Dennoch haben sie eine ganz ähnliche Taktik, um sich warm zu halten. Ihre Beine und die Zwischenräume ihrer Zehen sind nämlich mit Federn besetzt. Das sieht man auch an ihren Spuren im Schnee. Bei genauem Hinsehen sind die zarten „Schneehuhnschuhe“ zwischen den drei Zehen zu erkennen.

# ZWISCHEN SICHERHEIT UND FREIHEIT

Yin und Yang, diese Begriffe und das zugehörige Zeichen aus der altchinesischen Philosophie des Daoismus sind auch im Westen sehr bekannt. Symbolisiert wird das Zusammenspiel von zwei sich kontrastierenden Werten oder Prinzipien, die sich aber nicht nur gegenüberstehen, sondern sich auch gegenseitig bedingen und somit untrennbar zusammengehören: Dort wo der eine Teil größer wird, wird der andere kleiner.

NIKO LINDLAR

Denkmal für die Freiheit  
tungsverbot bei hoher Lawinengefahrenstufe oder Gewittergefahr, obwohl ein solches Verbot vermutlich Unglücke/Todesfälle vermeiden würde.

**Eine endgültige „Lösung“** für solche Fragen kann es nie geben, da die Antworten aus der gesellschaftlichen Stimmung kommen und diese sich ständig ändert. In diesem Prozess des Aushandelns werden alte Regeln hinterfragt, abgeschafft oder neue Regeln geschaffen, wo es bisher keine gab.

**Viele stimmen sicher** der Aussage zu, dass es in den letzten Jahren eine Zunahme an sicherheitsbedachtem Denken gab – ein Beispiel wäre die Airbag-Regelung der Sektion Oberland oder die Einführung von Normen für Kletterausrüstung in den vergangenen Jahrzehnten. Diese gesamtgesellschaftliche Entwicklung hat unbestreitbare Vorteile, so sinkt beispielsweise die Zahl der Verkehrstoten seit Jahrzehnten. Gleichzeitig geht mit jeder Schaffung von neuen Regeln nicht nur ein Verlust an Freiheit, sondern auch ein Verlust der individuellen Verantwortung einher – halte ich mich an die Regeln, brauche ich mir ja keine (oder zumindest weniger) eigene Gedanken über meine Sicherheit zu machen.

**Nun kann es sicher nicht** für jedes Detail und für jede Frage eine Regel, Vorschrift oder Norm geben. Dies tritt zum Beispiel beim Bergsteigen schnell zutage bei der Frage, wie ein leichter Klettergrat abzusichern ist: Gehe ich frei, am gleitenden Seil, am kurzen Seil oder klettere ich von Stand zu Stand?

Für jedes Szenario vorstellbar, die unterschiedliche Verhältnisse von Freiheit und Sicherheit zulassen.

**So bleibt es immer eine Gratwanderung** – oder vielleicht Gratkletterei? – zwischen Sicherheit und Freiheit, und es ist an uns allen, eine für alle gangbare Lösung im Dialog auszuhandeln. 

**E**in solches Wertepaar könnte beispielsweise Freiheit und Sicherheit sein. Nach dem Historiker und Autor Noah Yuval Harari befinden sich moderne Gesellschaften stets im Prozess des Aushandelns zwischen „mehr Freiheit auf Kosten der Sicherheit“ und „mehr Sicherheit auf Kosten der Freiheit“. Ein sehr plakatives und aktuelles Beispiel wäre die Einführung strengerer Waffengesetze in den Vereinigten Staaten von Amerika: Dies würde vermutlich zu deutlich mehr Sicherheit führen – auf Kosten der Freiheit, offen Waffen tragen zu dürfen.

**Doch auch im Bergsport** ist dieses Aushandeln zwischen Sicherheit und Freiheit stets vertreten. Die Sektionen München & Oberland des DAV schreiben beispielsweise die Verwendung von Helmen und Airbag-Rucksäcken bei Tiefschneekursen vor und nehmen damit den Teilnehmenden die Freiheit, einen Sicherheitsabstrich zu machen. Gleichzeitig gibt es in den Alpen kein Betretungsverbot bei hoher Lawinengefahrenstufe oder Gewittergefahr, obwohl ein solches Verbot vermutlich Unglücke/Todesfälle vermeiden würde.



1



2



3

## FOTOAKTION

### SO SIEHT NACHHALTIGKEIT UND KLIMASCHUTZ AUS

Wir haben euch im Frühjahr aufgerufen, Fotos von Aktionen eurer Jugendgruppen zum Thema Nachhaltigkeit und Klimaschutz einzusenden. Wir sagen Danke für all die tollen Bilder, eine Auswahl zeigen wir euch hier. Alle, die gewonnen haben, wurden von uns benachrichtigt. Wir wünschen weiterhin viel Spaß bei euren Aktivitäten. **RED**

**1 + 2** Von Regensburg fuhr diese Jugendgruppe mit den Rädern by fair means zum Klettern. Klettergeräffel und alle Lebensmittel waren mit an Bord.

📷 Bernhard Maier

**3** Leih dich glücklich – nicht alles muss man kaufen.

📷 Michelle Won

**4** Duschen statt baden. Am Wasserfall eine echte Alternative.

📷 Tim Hüttinger

**5** Für Hartgesottene warten aber auch Badewannen am Wegesrand.

📷 Solveig Michelsen

**6** Unsere Umwelt ist sensibel, drum trag ich Zwiebel – auch drinnen?

📷 Solveig Michelsen



4



5



6

Du schreibst gerne, du interessierst dich für vielfältige Themen rund um Berge und die JDAV? Du hast Zeit und Lust, an einem Abend pro Monat an der Redaktionssitzung des Knotenpunkt-Teams teilzunehmen (vor Ort in München oder per Videokonferenz von irgendwo)? Sehr gut, dann werde Teil des Redaktionsteams.

**DIE KNOTENPUNKT-REDAKTION SUCHT VERSTÄRKUNG!**

Dich erwarten Einblicke in die Arbeit einer Redaktion, du erfährst, wie ein Magazin produziert wird, und du wirst es mit einem lustigen und motivierten Team zu tun haben. Interesse? Dann stell dich doch kurz vor und schreib uns eine E-Mail an [knotenpunkt@alpenverein.de](mailto:knotenpunkt@alpenverein.de)!

WITZIGE UND KURZWEILIGE SPIELE AUF DER HÜTTE

# OBACHT, GÄMSCHEN KLEIN

Spiele auf der Hütte garantieren einen kurzweiligen Abend, aber sie müssen erst einmal hochgetragen werden. Sepp hat sich ein paar Spiele überlegt, für die es nur 2-3 Sets gewöhnlicher Spielkarten braucht, die auf den meisten Hütten zum Inventar gehören. **SEPP HELL**

Alter	Personen	Minuten
5+	2-10	15

Je nach Kartenfarbe müssen wir hier eins von fünf Bergtieren benennen. Aber Vorsicht: Beim zweiten Herz in Folge ist der Adler nicht mehr korrekt und ein anderes Tier ist zu rufen. Wird ein Gäm-schen Klein aufgedeckt, ist eine Tierart generell verboten und allerhöchste Konzentration ist angesagt! Das Spiel geht fix und ist einfach zu lernen, fordert unsere grauen Zellen aber auf jeden Fall mehr als UNO.



### Regeln:

Es wird reihum im Uhrzeigersinn eine Karte vom eigenen Stapel aufgedeckt und in die Mitte gelegt. Innerhalb von 3 Sekunden muss der\*die Spieler\*in je nach Symbol das richtige Tier rufen (s. Tabelle). Die nächste Karte wird auf die vorherige gelegt. Wird dabei dasselbe Symbol noch einmal aufgedeckt, muss gelogen und ein anderes Tier genannt werden. Bei der nächsten Karte gibt es nun 2 Verbote: Das letzte aufgedeckte Tier darf nicht genannt werden und zusätzlich ist auch das zuletzt genannte Tier verboten. Wird ein „erlaubtes Tier“ aufgedeckt, muss dieses auch wahrheitsgemäß benannt werden. Braucht man zu lange oder sagt etwas Falsches, erhält man alle aufgedeckten Karten in der Mitte und beginnt von Neuem. Über das „Gäm-schen Klein“, also ein Ass beliebiger Farbe, kommt ein drittes Verbot ins Spiel: Beim Aufdecken muss „Gäm-schen Klein“ gerufen werden. Die nächste Karte wird danebengelegt und eröffnet einen neuen Stapel. Die Farbe des offenliegenden Ass ist nun generell verboten. Sollte wieder ein Ass aufgedeckt werden, sind die folgenden Karten wieder auf den ersten Stapel zu legen. Dabei sind dann einmalig beide Ass-Farben verboten. Gewonnen hat, wer als Erste\*r keine Karten mehr hat (2).

### Spielmaterial:

- Je nach Anzahl der Personen
- > 2-3 Kartendecks Pokerkarten (2, 3 bis Ass = 52 Karten) oder
- > 3-5 Kartendecks Skat-/bayerische Spielkarten (7, 8 bis Ass = 32 Karten)

### Vorbereitung:

Alle Karten gleichmäßig an alle verteilen

### Spielziel:

Als Erste\*r alle Karten loswerden

Symbol	Farbe/Zahl	Ausruf
	Herz	Adler
	Karo	Steinbock
	Kreuz	Salamander
	Pik	Murmeli/ Murmeltier
	Ass	Gäm-schen Klein

### Verbote zusammengefasst:

- > Die vorherige Karte hat die gleiche Farbe.
- > Die letztgenannte Farbe ist die gleiche.
- > Ein Gäm-schen Klein (Ass) der gleichen Farbe liegt aus.

### Beispiel:

Tom deckt eine Herz 7 auf und sagt „Adler“, Anna legt eine Kreuz 9 auf die letzte Karte und sagt „Salamander“, Jojo legt eine Kreuz 8 auf die letzte Karte und sagt „Adler“, weil Salamander (Kreuz) verboten ist. Tom deckt eine Karo Ass auf und sagt „Gäm-schen Klein“, Anna legt eine Karo 9 neben den anderen Stapel und sagt „Salamander“, weil Steinbock (Karo) nun generell verboten ist. Jojo legt eine Kreuz 10 auf den neuen Stapel und sagt „Murmeli“, weil „Salamander“ (Kreuz) vorher von Anna gesagt wurde und damit verboten ist. Tom deckt nun eine

Pik 10 auf und sagt „Salamander“. Das ist falsch und er muss die beiden Stapel mit insgesamt 7 aufgedeckten Karten umdrehen und unter seinen Nachziehstapel legen. Richtig wäre nur „Adler“ (Herz) gewesen, weil „Steinbock“ (Karo) durch das „Gäm-schen Klein“ generell verboten ist, „Salamander“ (Kreuz) durch die letzte aufgedeckte Karte nicht zählt und „Murmeli“ (Pik) durch das zuletzt von Jojo genannte Tier verboten ist. Tom beginnt nun von Neuem.

Lust auf noch mehr  
Kartenspiele?  
Hier gibt's noch weitere  
JDAV.de/38928

# MEIN BERG MOMENT



Letitia Adam war im tiefsten Winter im Thüringer Wald unterwegs: „Zelten im Schnee ist, wenn du beim Schlafen mit jedem Mal Umdrehen tiefer in deiner Schneemulde versinkst und du nachts den Schneeflocken beim Fallen zuhören kannst.“ Damit sie auch zukünftig für ihre Abenteuer bestens gewappnet ist, stiftet der JDAV-Partner Globetrotter für dieses tolle Bild einen Ausrüstungsgutschein im Wert von 100 Euro.



Und dein Bergmoment? Schicke deinen Beitrag – Erlebnis, Ärger, Zwischenfall, was auch immer – an [bergmoment@alpenverein.de](mailto:bergmoment@alpenverein.de); als Text (280 Zeichen lang) oder als Foto mit Text (140 Zeichen lang). In jedem Knotenpunkt prämiieren wir eine Einsendung.

## MEIN PLAN FÜR DEN WINTER '23 ...



## SCHNEE ALS KÄLTESCHUTZ



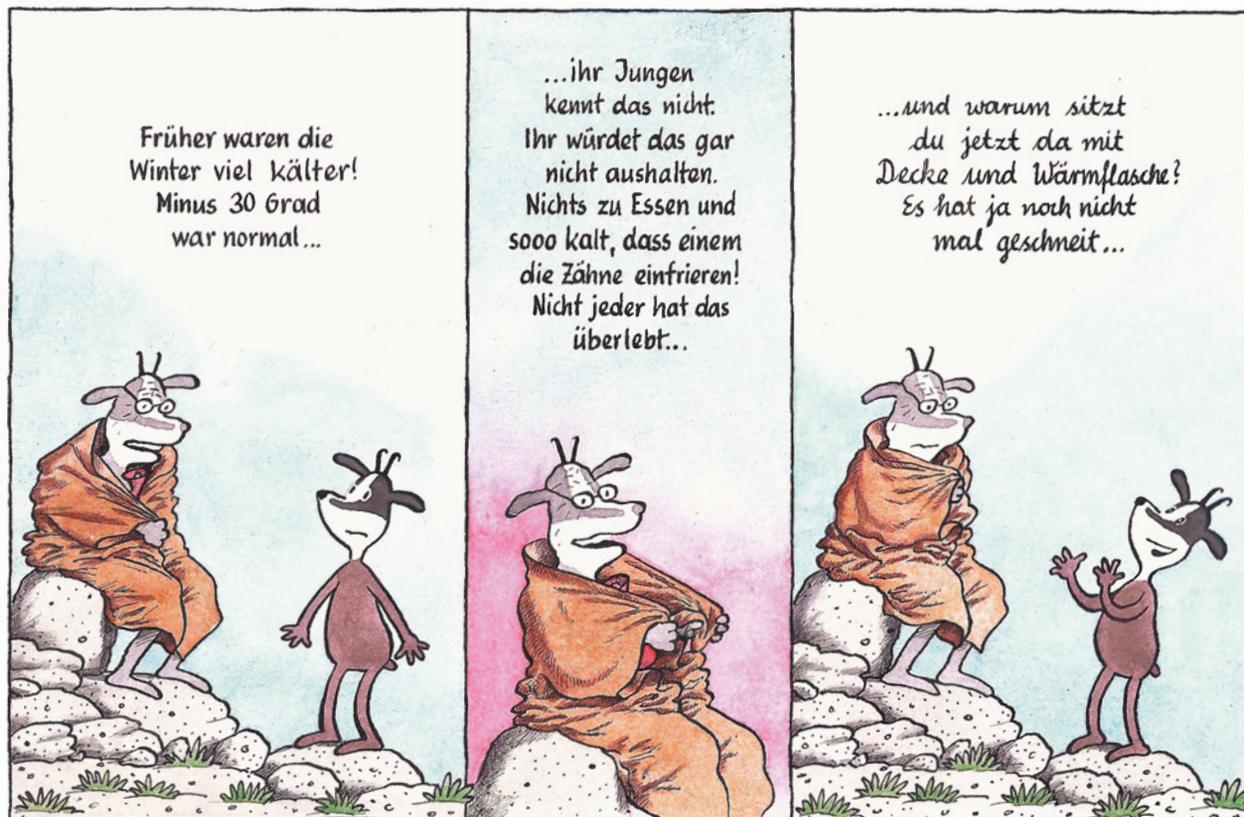
Im Spätwinter durchbrechen die Schneeglöckchen die Schneedecke, die sie die letzten Monate vor allzu grimmiger Kälte geschützt hat.  
© Pixabay/Sunflair

Ein Winter mit Schnee ist eine tolle Sache. Man kann Ski fahren, rodeln, Schneemänner bauen, Schneeballschlachten machen oder sich einfach nur über die weiße Pracht freuen. Aber wusstest du, dass für die meisten Pflanzen der Schnee ein wichtiger Schutz gegen Kälte und Frost ist? Klingt verrückt, ist aber tatsächlich so.

Denn eine geschlossene Schneedecke isoliert und schirmt die Blätter von Blumen und immergrünen Sträuchern gegen die eisige Luft ab. Gleichzeitig verhindert sie, dass die Wärme, die noch im Boden steckt, einfach über dessen Oberfläche abstrahlt und verloren geht. Diese Wärme sorgt vielmehr dafür, dass die unterste Schneesicht leicht schmilzt und die Wurzeln auch bei klirrender Kälte mit Wasser versorgt werden. So halten die Pflanzen durch, bis die Sonne wieder kräftiger scheint und Blätter und Knospen langsam wachkitzelt. Ziemlich praktisch, oder? **DER**

## GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank



## Ausbau der Wasserkraft

DAV Panorama 6/2022, S. 26

**Enttäuschung** – Das Thema Energiewende wird in Ihrem Artikel darauf reduziert, genügend Strom ökologisch und nachhaltig zu produzieren. Was in diesem Artikel jedoch völlig außer Acht gelassen wird, ist die Tatsache, dass in unser Stromnetz zu jeder Zeit genau so viel Energie eingespeist werden muss, wie entnommen wird. Um das sicherzustellen, benötigt es Speicherkapazitäten, da beispielsweise die Sonne eben nicht immer genau dann scheint, wenn die Energie benötigt wird. Pumpspeicherkraftwerke gehören zu den effizientesten Speichern mit der größten Kapazität. Leider sind auch alle Autoren und Mitunterzeichner der Petition auf den häufigen Fehler hereingefallen, dass Pumpspeicherkraftwerke eben keine klassischen Kraftwerke, sondern dringendst benötigte Speicher sind.

Alle elf genannten Wissenschaftler, die das komplexe Thema der Energiewirtschaft bewerten sollen, stammen aus dem Bereich der Ökologie oder Biologie. Warum wurde kein Experte hinzugezogen, der sich mit dem Thema Energiewirtschaft auskennt? Es geht nicht um die Erzeugung, es geht um die Speicherung. Ich unterstütze die Arbeit des DAV sehr und bin froh, dass es mit dem Verein eine starke Lobby gibt, die sich für den Naturschutz einsetzt. Dieser Artikel lässt mich jedoch an Ihren Motiven zweifeln.

*J. Lintzmeyer*

## Land unter ...

DAV Panorama 6/2022, S. 6 f.

**Makro-Sicht** – Zu sehen ist ein unglaublich schönes Bild des Platzertals. Die Bildunterschrift aber macht mich sehr nachdenklich. Es würde mich in der Tat schmerzen, wenn diese wunderbare Landschaft durch ein Staubecken geflutet würde. Jedem Bergfreund würde das sicher wehtun. Andererseits – wenn man das Thema aus einer

Makro-Sicht betrachtet – stellt sich mir die Frage, wo wir denn als Industrienationen Energie hernehmen sollen? Verständlich, dass sich Anwohner gegen Windparks sträuben. Oder dass Kraftwerke, welcher Art auch immer, in der eigenen Nachbarschaft nicht gern gesehen werden. Solarparks in der Landschaft sind auch keine Augenweide, zumal sie landwirtschaftlich benötigte Flächen blockieren. Kurzum: Jede Energieform hat Gegner und Skeptiker. Der Alpenraum hat die Umstände, dass es Gefälle und Wasser gibt. Dies zu nutzen, muss man genau so unbefangenen prüfen wie Windparks, wo es halt Wind gibt. Nach dem St.-Florians-Prinzip immer die anderen ein Problem lösen zu lassen, wird dem ganzheitlichen Anspruch nicht gerecht. *H. Kolb*

**Sinnlose Zerstörung** – Ich bin als junger Mann vor 50 Jahren aus dem DAV ausgetreten, weil er (bzw. die Vereinshonoratioren) damals den Bau einer Skischaukel im Oberstdorfer Tal unterstützt hat. Bei der heutigen Schneesituation eine völlig sinnlose Naturzerstörung. Nun hat sich der Wind im DAV doch deutlich gedreht und ich möchte meine Wertschätzung zum Ausdruck bringen für das klare Nein zu den Plänen, das Platzertal in einen Stausee zu verwandeln.

*Dr. K. Hoffmann-Reh*

## Posteingang

DAV Panorama 6/2022, S. 55

**Weiter so!** – Da es einige sehr kritische Briefe zu eurem Magazin gab, will ich euch mal bestärken in einigen Dingen: Zum einen kann ich nicht finden, dass es „gefühlte 80 %“ der Artikel über Klettern sind, zum anderen ist das nun mal ein groß im Wachsen begriffener Lieblingssport der Jugend. Wegen dieser Berichte nimmt z.B. unser 15-jähriger Sohn auch mal das Heft gern in die Hand. Auch dass eine „Klima/Umweltpanik“ vorherrschen würde und nicht mehrheitsfähig sei, kann ich so nicht nachvollziehen. Ein Bericht

wie der über das geplante Kraftwerk im Platzertal mit Verweis auf die zugehörige Petition ist informativ und wichtig, ebenso die Lenkung der Skitourengeher um sensible Gebiete herum – diese Themen bewegen meiner Erfahrung nach durchaus eine Mehrheit der Alpenbegeisterten. Der DAV ist keine politische Partei; wenn er jedoch einer seiner genuinen Aufgaben, dem Schutz der Alpen, gerecht werden will, geht das nicht ohne politische Arbeit. Das DAV-Heft ist kein politisches Magazin; es kann jedoch sinnvollerweise auch nicht eine Art Bildband oder Alpenreiseführer sein, der lediglich eine scheinbar heile Bergwelt zum Genuss oder auch Konsum anbietet. Die Mi-

gewundert und noch mehr geärgert. Übers Klettern will die Person nichts lesen und Klima und Umwelt interessieren sie überhaupt nicht. Solche Personen behindern die Arbeit und schädigen das Ansehen des DAV und gehören eigentlich aufgefordert, den Alpenverein freiwillig zu verlassen. Ich persönlich finde Panorama ganz toll und vor allem ausgewogen. Alle Spielarten des Alpinismus werden gebührend behandelt. Ich lese Panorama und seine Vorgänger seit ca. 65 Jahren und freue mich auf jede neue Ausgabe. *A. Kehrle*

## Verantwortung gehört dazu! –

Auf der Leserbriefseite macht sich Unmut breit. Die ständigen Hinweise auf den Klimawandel „nerven“. Manch einer fragt sich schon, ob er sich in eine politische Partei verirrt hat, oder noch zur Zielgruppe gehört, wenn er sich Tipps zur Anreise mit dem Auto wünscht, ohne durch „Klimapanik“ behelligt zu werden. Das wirft die Frage nach dem Selbstverständnis des DAV auf. Ein Blick ins Leitbild hilft: Unsere zentralen Werte sind Freiheit, Respekt und Verantwortung gegenüber Mensch und Natur.

Der DAV ist kein Serviceclub für rücksichtslosen Berghedonismus und will das auch nicht sein. Dafür bin ich dankbar – als Mitglied in vierter Generation und Vater von Kindern, die die Folgen unseres Verhaltens tragen müssen. Ich bin außerdem froh, dass Panorama sich bei der Einschätzung des Problems am Konsens der Wissenschaft orientiert. Die führt die Drastik der erwartbaren Folgen vor Augen – solange man sie nicht verschließt. Bitte weiter so!

PS: Der Hinweis, dass einige Reiseangebote nicht zu diesen Werten passen, ist berechtigt – und wird hoffentlich gehört. *B. de Haas*

## gesucht/gefunden



Fundstücke & Suchanzeigen online:  
[alpenverein.de/gesucht-gefunden](http://alpenverein.de/gesucht-gefunden)

schung macht's – und ein weiterer konstruktiver Beitrag zum Naturschutz wäre wirklich die Reduzierung der angebotenen Flugreisen, zumal es offenbar so tolle, unbekannte Gebiete z.B. in Polen oder Slowenien gibt. Es stellt sich die Frage, ob man mit massiven Emissionen die Naturschönheiten, zu denen man fliegt, durch seine Reise schädigen darf oder will. Hier ist wieder der Einzelne überfordert oder fühlt sich macht- und wirkungslos gegenüber „der Politik“ – also MUSS eine so traditionsreiche, in der Gesellschaft verankerte und in allen Gesellschaftsschichten angesehene große Institution wie der DAV im Zusammenschluss mit dem ÖAV sich politisch einbringen!

*L. Mittermaier*

**Verärgerung** – Über den „Themen in Panorama“ betitelten Leserbrief habe ich mich sehr

**Hinweis:** Die Zuschriften geben die Meinung der Einsendenden wieder. Die Redaktion behält sich die Auswahl und das Recht der sinnwahren Kürzung vor.

# Mit Ziel und Plan

## Orientierungs-Apps

Ist es leichtsinnig, den Umgang mit Karte, Planzeiger und Kompass zu vernachlässigen? Mag sein. Sich gegenüber technischen Entwicklungen wie Orientierungs-Apps völlig zu verschließen, ist jedoch ebenso unsinnig.

Text: **Martin Prechtl**  
Illustration: **Georg Sojer**

### Welche Apps zur Orientierung gibt es?

Orientierungs-Apps gibt es als Stand-Alone-Produkte oder in Kombination mit einem Webportal. Dabei unterscheiden sich die Apps v.a. hinsichtlich Funktionsumfang und Preis:

Kategorie	Art der App	Beispielprodukte
A	App mit reiner Kartenansicht	Twonav, Locus Map, Austrian Map Mobil, Swiss Map Mobile
B	App mit Karten und Tourenbeschreibungen	Ape@Map, Kompass, Strava, Phone Maps
C	App mit guten Karten, Tourenbeschreibungen und Webportal – je nach Version auch Zusatzinfos wie Lawinenlage oder Wetterprognosen	Komoot, Alpenvereinaktiv (Basic/Pro/Pro+), Outdooractive, FatMap, White Risk

Apps mit kostenlosen Karten auf Basis von Open Street Map eignen sich, solange man auf markierten Wanderwegen und Mountainbiketrails unterwegs ist.

Apps für den alpinen Bereich haben einen erweiterten Funktionsumfang und sind in der Regel kostenpflichtig. Sie erleichtern die Tourenplanung und das Navigieren im weglosen Gelände. Vor einer Anschaffung lohnt es sich in jedem Fall, diese Apps auf die eigenen Bedürfnisse hin zu überprüfen: Testversionen ausprobieren!

### Welche Erleichterungen bieten Orientierungs-Apps für alpines Gelände (Kategorie C)?

- ▶ Anzeige des aktuellen Standorts.
- ▶ Hochwertige digitale Karten oder Swisstopo-, IGN- und AV-Karten als Grundlage.
- ▶ Verlässliche Zusatzlayer, wie Hangneigung und Skirouten.
- ▶ Zugriff auf veröffentlichte Tourenbeschreibungen inkl. Tracks.
- ▶ Möglichkeit der Planung und Dokumentation des Routenverlaufs auf der Karte am PC/Laptop und der Übertragung auf die App bzw. das Smartphone.
- ▶ Automatische Berechnung von Wegzeit, Distanz, Höhenmeter und Hangsteilheit.
- ▶ Verknüpfung von Informationen: Tour, Hüttenöffnungszeiten, Wetter, evtl. auch aktuelle Bedingungen (z.B. Lawinenlage).
- ▶ Unkomplizierte Navigation: Routenverlauf mit Richtungspfeilen, akustische Unterstützung.

Mach nur schnell ein Update, dann schau'n wir, wo's hier weiter geht!



### Wo liegen die Probleme?

- ▶ Man wird evtl. zu flüchtiger Planung und unzureichendem Kartenstudium verleitet.
- ▶ Ohne Strom nix los!
- ▶ Anfälligkeit der Endgeräte: Beschädigung durch Nässe, Felsen, Kälte + kontrastarme Displays.
- ▶ Schwierige Interaktion mit Tourenpartner\*in oder Gruppe (kleiner Bildschirm).
- ▶ Mangelnde Austauschbarkeit: Alle können mit AV-Karten aus Papier umgehen, aber mit dem Smartphone der Tourenpartner\*innen?
- ▶ Digitale Kette: Mit Auto-Navi zum Ausgangspunkt – mit App oder GPS auf den Berg – Grundorientierung?
- ▶ Software aktualisiert? Endgerät veraltet?

## Smartphones und Verwendung von Orientierungs-Apps: Worauf achten?

- ▶ Smartphones zeichnen sich durch eine hohe Rechenleistung aus. Im Nu sind Karten klein oder groß gezoomt. Ein echter Zeitgewinn beim Orientieren im Gelände!
- ▶ Die meisten Exemplare sind allerdings für die Anwendung im urbanen Raum konstruiert. Bei widrigen Verhältnissen kommen sie an ihre Grenzen. Schutz bieten robuste Hüllen von Herstellern wie Otterbox oder Lifeproof, Halterungen (für MTB) gibt es z.B. von Peak Design.
- ▶ Outdoor-Smartphones sind dagegen von Haus aus widerstandsfähiger. Sie trotzen Staub, Stößen und Wasser. Die Schutzklasse IP68 gilt bei den Outdoorhandys derzeit als Standard, besser ist IP69. (Die erste Ziffer hinter IP steht für den Schutz gegen Fremdkörper, 6 ist sehr gut. Die zweite Ziffer steht für den Wasserschutz, 9 ist optimal. Findet sich hinter der zweiten Ziffer ein K, also z.B. IP69K, so weist das Gerät auch eine Resistenz gegen Wasserdampf auf.)
- ▶ **Achtung:** Große Displays verbrauchen mehr Strom und sind schwieriger mit einer Hand zu bedienen als kleine Displays!
- ▶ Manche Outdoorhandys wie z.B. das Samsung Galaxy Xcover 6 Pro bieten ein Wechselakku-System.

## Wie lässt sich die Akkulaufzeit von Smartphones für das Navigieren erhöhen?

Die meiste Energie beim Smartphone verbraucht das Display (ca. 80 %). Deshalb:

- ▶ Einstellungen bearbeiten, so dass der Bildschirm bei Inaktivität rasch verdunkelt.
- ▶ Displaysperre aktivieren.
- ▶ Displayhelligkeit anpassen: Nur so hell wie nötig.
- ▶ Display so wenig wie möglich verwenden.

Um bei schwacher Netzabdeckung eine Verbindung zum Netz herzustellen, benötigen Smartphones ebenfalls viel Strom. Deshalb:

- ▶ Offline-Karten und -Inhalte verwenden (Reduzierung des Datenverkehrs).
- ▶ Mobile Daten deaktivieren (Über Telefon + SMS ist man weiterhin erreichbar).
- ▶ Flugmodus aktivieren. Wer jedoch allein unterwegs ist, sollte wissen, dass dann die Handy-Ortung bei einer Suchaktion nicht funktioniert.

Die Akkus von Handys sind je nach Hersteller mehr oder weniger kälteempfindlich. Deshalb:

- ▶ Gerät vor einer Tour komplett laden und für mehr Wärme am Körper tragen.
- ▶ Bei längeren bzw. kälteren Touren ist eine Powerbank zum Wiederaufladen des Smartphones sehr hilfreich.
- ▶ **Achtung:** Auch Powerbanks müssen voll geladen sein und warm gehalten werden.
- ▶ Besonders praktisch: Powerbanks, die in die Handyhülle integriert sind (Batteriehüllen).



Batteriehüllen verlängern die Akkulaufzeit, doch auch sie müssen warm gehalten werden.

Bei älteren GPS-Geräten, die kein Bluetooth haben, kann der Routenverlauf aus der App mittels Kabel übertragen werden.



## Welche Sicherheitsvorkehrungen sollte man treffen?

- ▶ Wer eine Orientierungs-App nutzen will, muss sich mit ihr vertraut machen. Hilfe: Tutorials z.B. auf Youtube.
- ▶ Steigt der Anspruch der Unternehmung, genügt es nicht, den ungefähren Routenverlauf zu kennen und die benötigte Zeit abzuschätzen. Gerade wer aus Mangel an Vorbereitungszeit veröffentlichte Tracks übernimmt, läuft Gefahr, entscheidende Informationen zu vernachlässigen. Eine seriöse Tourenplanung hat nicht nur den Berg, sondern auch den Menschen im Blick. Außerdem wichtig: Ausrüstung und Tourenalternative.
- ▶ Schlechte Sicht ist ein veritabler Grund umzukehren oder gar nicht erst aufzubrechen.
- ▶ Kälteschutz nicht nur für Smartphones, sondern auch für die Finger: Handschuhe verwenden, mit denen der Touch-Screen bedient werden kann.

## Technische Redundanzen:

- ▶ Papierkarte und Tourenbeschreibung, Kompass, Höhenmesser, evtl. Marschzahlen.
- ▶ GPS-Handgerät oder GPS-Uhr als Backup. Die Daten der Orientierungs-App zum Routenverlauf lassen sich im Vorfeld z.B. problemlos auf GPS-Geräte von Garmin via Bluetooth oder Kabel übertragen.
- ▶ Track-Aufzeichnung inkl. Track-Back-Funktion – am besten auf dem Gerät der Tourenpartner\*innen.
- ▶ **Achtung:** Lithium-Batterien und Akkus der Ersatzgeräte müssen ebenfalls warm gehalten werden!
- ▶ Notruf über Notruf-App, z.B. SOS-EU-ALP (Bayern, Tirol, Südtirol) oder Echo SOS.

## Soziale Redundanzen:

- ▶ Familie, Freund\*innen, Bekannte oder die Wirtsleute über die geplante Unternehmung informieren!
- ▶ Tourenpartner\*innen miteinbeziehen: Wegverlauf anhand der Papierkarte besprechen!
- ▶ Tourenplanung digital teilen: Entweder von App zu App oder von App zu GPS-Gerät (vgl. oben)!



**Martin Prechtl** ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Mitglied des DAV-Lehrteams Bergsteigen.

Fotos: Martin Prechtl

# Auf geradem Weg zur digitalen Abhängigkeit?

Noch 3° nach rechts, dann sind wir perfekt on Track!



## Orientierung mit App

Tourenforen & Smartphone-Apps – die Digitalisierung hat den Alpinismus längst erreicht – mit allen Vor- und Nachteilen. Orientierungs-Apps können gerade in nebulösen Situationen eine fantastische Hilfe bieten, aber auch dazu führen, dass man im blinden Vertrauen auf die Technik gehörig in die Bredouille gerät.

Text: **Max Bolland**  
Illustration: **Georg Sojer**

**W**er mit Orientierungs-Apps arbeiten möchte, sollte sich vorher mit der Funktionsweise vertraut machen, Tracks und Karten runterladen und diese im Offline-Modus speichern. So ist Navigieren auch ohne Netzabdeckung im energiesparsamen Flugmodus möglich (siehe Seite 57). Ein Backup zur Smartphone-App in der Hinterhand zu haben ist wichtig: analoge Karten, „klassisches“ GPS oder Abspeichern der Tour auf mehreren Endgeräten (Tourenpartner\*innen).

### Tourenplanung per App

Bei der Tourenplanung per App werden Tourdaten wie Länge, Höhenmeter, Höhenprofil, Zeitdauer gleich mitgeliefert, andere wichtige Aspekte hingegen werden nicht abgedeckt: Anspruch und Schwierigkeit, aktuelle Verhältnisse (z.B. Lawinlage, Wetter, Wegverhältnisse), Faktor Mensch (Wer kommt mit? Wie ist Motivation und Können der Gruppe? Ausrüstung?). Für die Tourenplanung können entweder Vorschläge aus dem Tourenportal der App genutzt oder eigene Routen erstellt werden. Für „Standard-Touren“ wird man

#### Tipps:

- ▶ Nachteile und Grenzen der Apps kennen und beachten.
- ▶ Klassische Tourenplanung und Fähigkeiten auf keinen Fall vernachlässigen.
- ▶ Auch die Orientierung per App will gelernt sein.

meist in den Portalen fündig. Die Qualität der angebotenen Info kann bei Tourenvorschlägen aus der Community stark variieren und subjektiv beeinflusst sein: Der Abgleich mit Karten und Führerliteratur oder weiteren Forenbeiträgen ist wichtig. Alpenvereinaktiv vergibt das Alpenvereinaktiv-Siegel für Touren, die von speziell geschulten Nutzer\*innen mit Bergsportqualifikation (z.B. Bergführer\*innen, Trainer\*innen etc.) erstellt wurden und gewisse Standards an Informationsgehalt und -qualität erfüllen. Für Wintersportarten bieten manche Apps die aktuelle, regionale Gefahrenstufe nach Lawinlagebericht, die Einschätzung der Lawinengefahr muss jedoch selbstverantwortlich vorgenommen werden. Einzig Spezial-Apps wie Skitouren guru oder White Risk bieten für die Winterplanung so genannte Gefahrenkarten auf Grundlage des LLB. Wer eine eigene Route erstellt, kann dies in der App oder besser in der Desktop-Version tun. Viele Apps (z.B. Alpenvereinaktiv) erleichtern die Planung, indem Wegpunkte automatisch entlang des bestehenden Wegenetzes zu einer Route verbunden werden. Diese Funktion lässt sich deaktivieren, um etwa bei der Skitourenplanung abseits der Wege eine Route zu kreieren. Je mehr Wegpunkte man in der Planung setzt, umso präziser kann man anschließend navigieren. Für akkurate Tourenplanung im weglosen Gelände auf Hochtour oder zur Pla-

*Trotz oder manchmal gerade wegen der Nutzung digitaler Helferlein heißt es: Verstand an und den Blick auf den Berg richten, nicht nur aufs Display.*

nung einer Skitour ist die Verwendung von hochwertigen Kartenblättern und Hangneigungskarten uneingeschränkt zu empfehlen – auch wenn diese kostenpflichtig sind. Grundlegende Kenntnisse im Kartenlesen sind aber auch hier unerlässlich: Keine App warnt, wenn die geplante Skiabfahrt über eine 50 Meter hohe Felswand führt.

Wer am Desktop plant, muss die Tourenplanung auf das Smartphone bringen. In der Regel läuft das über Abspeichern im eigenen Account und anschließender Synchronisation.

### Mit App on Tour

Beim Bergsteigen sollten Blick und Aufmerksamkeit nicht auf den Bildschirm eines Smartphones, sondern auf Umgebung, Weg und etwaige Gefahren gerichtet sein. Daher gilt: Nur an neuralgischen Punkten per App navigieren. Dem eigenen Orientierungssinn folgen und die digitale Unterstützung nur zur Bestätigung oder Korrektur der eigenen Entscheidung nutzen. So kann moderne Technik helfen, persönliche Fähigkeiten zu verbessern, anstatt sie zu ersetzen. Auch klassisches Kartenlesen (analog) nicht vernachlässigen: Standort mit Karte-Gelände-Abgleich bestimmen und per App kontrollieren. Auch die App-Verwendung lässt sich unterschiedlich gestalten: Wird die gespeicherte Route zur Navigation gestartet, erfolgt eine komplette Führung durch das Gerät inkl. Sprachanweisungen. Das kann beim Biken und Wandern sinnvoll sein und funktionieren (oder auch ner-

ven), im weglosen Gelände gerät man damit schnell an die Grenzen. Hier ist es einfacher, anhand der eingezeichneten Route und angezeigtem Standort zu navigieren. Ist die Karte eingenordet, ist das Ganze deutlich leichter. In der Regel kann diese Funktion aktiviert oder deaktiviert werden. Bei App-Nutzung im weglosen Gelände gilt: Im Mikrokosmos der Route hat die eigene Einschätzung von Gelände und sinnvoller Route die deutlich höhere Qualität als ein am Schreibtisch geplanter Track – insbesondere bei der Spuranlage durch lawinengefährdetes Gelände. Wer sich vorwiegend mit analoger Karte orientiert und Touren plant, kann Orientierungs-Apps oder GPS als reines Back-up für schwierige Situationen verwenden. Mit einem Blick auf den Bildschirm den exakten Standort auf der Karte zu sehen, kann ausreichen, um sich über den weiteren Wegverlauf zu vergewissern. Die Track-Aufzeichnung ist sinnvoll als Absicherung für den Rückweg bei schlechter Sicht oder zum Abspeichern und Teilen eigener Touren. Diese muss aber zu Beginn der Tour aktiv gestartet werden. So oder so: Wer im Blindflug im Nebel mit App navigiert, darf nicht vergessen: Sicht ist zur Gefahrenbeurteilung entscheidend. Nicht alles, was möglich ist, ist sinnvoll – und die Bereitschaft zum Verzicht ist immer noch eine der wichtigsten Fähigkeiten beim Bergsteigen. ■



**Max Bolland** ist Dipl.-Sportwissenschaftler, Staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Mitglied der DAV-Lehrteams Bergsteigen und Sportklettern und leitet die Bergschule [erlebnis-berg.com](http://erlebnis-berg.com).

Bergführerin Michaela Egarter

# „Der Berg hat mich immer geerdet!“

Unterwegs mit Michaela Egarter, die 2015 Südtirols erste Berg- und Skiführerin wurde. Ansichten und Einsichten in ein noch immer männlich geprägtes Metier.

---

Text: **Franziska Horn**

---

**W**ie das ist, erste Bergführerin von Südtirol zu sein? Vor allem teuer“, lacht Michaela Egarter. „Als ich die Prüfung bestanden hatte, musste ich zahllose Schnapsel-Runden ausgeben.“ Wir dagegen belassen es heute bei einem Cappuccino, den wir im „Gasthof Jägerrast“ auf die Schnelle trinken. Schließlich wollen wir noch ein ganzes Stück ins Pfossental hineinlaufen, ein bilderbuchartiges Seitental des Schnalstals, durch das sich der Meraner Höhenweg zieht.

Seit Michaela im Oktober 2013 erstmals als Aspirantin ins Berufsverzeichnis eingetragen wurde, bereichert sie das alpine Spitzenpersonal ihrer Provinz. Aktuell gibt es in Südtirol 195 internationale Bergführer\*innen, darunter vier Frauen. Michi weiß: „Der Prozentsatz von Bergführerinnen ähnelt sich innerhalb der Alpen-

länder stark und liegt ungefähr zwischen zwei und drei Prozent.“ Doch warum hat Südtirol erst so spät eine „prima donna“ bekommen?

Michaela sagt: „Die Ausbildung galt früher als frauenfeindlich, aber ich denke, im Grunde ist es wohl eher so wie in der ‚Fisherman’s Friend‘-Werbung – wenn sie zu stark sind, bist du zu schwach. Meiner Erfahrung nach wird in der Ausbildung das Gleiche von Männern und Frauen verlangt. Ja, es wurde schon genau hingeschaut, aber nicht mehr als üblich gefordert.“ Zur intensiven Ausbildung gehören in Südtirol 105 Kurstage, berichtet sie, und: „In Sachen Ausbildung hängt die Latte hier bei uns sogar noch etwas höher als in den unmittelbaren Nachbarländern. Wer hier nicht besteht, geht nach Österreich oder ins Trentino. Dort soll es angeblich leichter sein.“



Foto: IDM Südtirol, Finn Beales

**Hat gut lachen: Am Berg ist Michaela in ihrem Element. Für ihre Gäste heißt das: prima Gaudi mit der „prima donna“ Südtirols – hier oberhalb der Tierser Alpe.**

„Ich bin ein Naturmensch, die Stadt wäre der Horror für mich“, erzählt sie im Weitergehen. Michaela, Jahrgang 1974, stammt aus dem Pustertal, die Eltern waren einfache Bauernkinder. Zum nächsten Dorf sind es zwei Kilometer von Michis Elternhaus. „Ich bin quasi in Lederhosen aufgewachsen. Mit 19 Jahren ging ich mit meinem Freund auf die erste Skitour. Das Runterkommen im tiefen Pulverschnee war dabei schwerer für mich als das Rauf“, erinnert sie sich. Doch das ist längst Vergangenheit: „Heute gehört das Skifahren im Gelände zu meinen ganz großen Stärken. Neben meiner Kondition, Tagestouren von über 2000 Höhenmetern sind kein Problem für mich.“

Ursprünglich arbeitete die diplomierte Krankenpflegerin in einem kleinen Krankenhaus in Innichen, beinahe 20 Jahre lang. Davon profi-

tiert sie heute am Berg auf ganzer Linie: Im Umgang mit Kranken lernte sie, Menschen zu beobachten und einzuschätzen, ihnen mit Empathie zu begegnen, überhaupt ein gutes Gespür für Zwischenmenschliches zu entwickeln. Ein gediegenes psychologisches Fundament also für vielfältigste Situationen am Berg. Dabei fing Michi erst mit 29 Jahren mit dem Klettern an: „Zuvor dachte ich, das ist kein Sport für mich, ich bin ja nicht schwindelfrei. Ich habe Blut geschwitzt, das Klettern hat mir alles abverlangt. Ich hatte Höhenangst, aber ich habe sie wirklich überwunden. Man kann das schrittweise angehen. Und gerade weil ich diese Angst kenne, kann ich heute gute Tipps geben. Und wennst an Schädel hast, also mental stark bist, dann bist du schnell gut im Klettern und im Eis“, sagt sie. Den weißen Kittel hat sie längst an



den Nagel gehängt, denn sie möchte nur noch eine Sache machen – und die dafür richtig.

Mit 21 sahen Michaelas Pläne noch ganz anders aus: heiraten, zwei Kinder. Geheiratet hat sie zwar, doch es ging ihr in dieser Ehe nicht gut. „Irgendwann dachte ich, wennst jetzt nicht gehst, stirbst du. Und ich wäre wohl tatsächlich zugrunde gegangen, habe drei Wochen nichts mehr gegessen, ohne dass es meinem Ehemann aufgefallen wäre“, sagt sie. Sie ging. Doch ein Gutes hatte die Ehe: Durch den Ex-Mann, einen Bergführer und Skilehrer, kam sie auf ihren neuen Beruf. In ihrer Freizeit half sie viel im Bergführerbüro mit und merkte bald: „Ich will lieber selbst mit dem Gast auf den Berg, nicht nur im Tal sitzen und Buchungen und Mails bearbeiten.“ Also sagte sie sich, halb im Spaß: „In ein Bergführerbüro hock ich mich erst wieder, wenn ich selbst mal Bergführerin bin!“

Wirklich daran geglaubt hat sie damals nicht. 39 Jahre war sie alt, als sie sich zusammen mit einem Kumpel der Aufnahmeprüfung stellte. Sie bestand, der Bergfreund schaffte es nicht. Danach begann eine anstrengende Zeit. „Ich war viel unterwegs für die Kurse und Prüfungen. Für die Hochtourenprüfung ging es zur Vorbereitung beispielsweise in die Schweiz aufs Matterhorn, über den Liongrat rauf, den Hörnligrat herunter. Ich hatte damals einen Beruf, der mir gefiel. Wäre ich an der Ausbildung gescheitert, wäre ich Krankenpflegerin geblieben. Die Freude am Bergsteigen hätte darunter nicht gelitten.“

Wir passieren jetzt uralte Höfe aus schwarz gebranntem Lärchenholz, die im Kontrast zu den weiß gezuckerten Gipfeln der Texelgruppe

stehen. Zehn Jahre lang war Michi zudem aktive Bergretterin – wo einmal mehr ihre Erfahrungswerte aus dem Pflegeberuf zählten – und arbeitete als Flugretterin bei Aiut Alpin, einer Vereinigung von 17 Bergrettungsgebieten in den Dolomiten. Bis vor einem Jahr gehörte sie noch zum Team der Alpenschule Pustertal, inzwischen ist sie selbstständig, bietet Skihochtouren, Klettern und Eisklettern an und hat ein eigenes Programm für Frauen und Familien. „Ich hatte einen guten Übergang hin zur Selbstständigkeit, es läuft.“

Wer mit ihr unterwegs ist, merkt schnell: Michi lacht gern, redet gern. Hier am Berg ist sie in ihrem Element. Genügsam ist sie obendrein, denn wer den Nachtdienst gewohnt ist, kommt auch mit wenig Schlaf gut klar. „Wenn’s sein muss, reichen mir auch zwei Stunden pro Nacht auf Touren. Und frühstücken kann ich zu jeder Tageszeit, das liebe ich!“

Doch noch mal nachgehakt: Warum gab’s „Südtirols Erste“ denn erst im Jahr 2015, während die Nachbarländer schon ab Mitte der 1980er Jahre mit Profi-Bergfrauen punkteten? Ist das nur der schwierigeren Ausbildung geschuldet oder stecken starre Rollenbilder dahinter? „Vor mir waren bereits zwei Frauen in Ausbildung hier in Südtirol, haben es aber nicht geschafft. Und ja, dazu kommt schon auch: Hier geht es einfach noch etwas konservativ zu. Die Leute sind einfach gestrickt. Es gibt noch viele Bauern und Handwerker in den Tälern. Man(n) sieht die Frau am liebsten noch hinter dem Herd. Je enger das Tal, desto querschädlicher die Leute, könnte man sagen“, zwinkert sie.

**Auf dem Weg ins hintere Pffossental erzählt Michaela aus ihrem Leben (o.l.). Bei einer Winterbegehung des Großglockners sichert Michi ihre Gäste am Kleinglockner (o.r.). Unterwegs in den heimischen Bergen, hier am Falzaregopass (u.r.).**

## CHRONOLOGIE:

**STAATLICH GEPRÜFTE BERGFÜHRERINNEN  
– IM VERGLEICH DER ALPENLÄNDER**

Noch 1984 meldete sich die Schweizerin Nicole Niquille als Mann für die Bergführerausbildung an, da Frauen die Teilnahme bis dato verwehrt wurde. Als 1988 die erste Frau in Österreich den Kurs erfolgreich absolviert hatte, wurde sie vom internationalen Bergführerverband – den Vorsitz hatte damals die Schweiz – nicht akzeptiert. Was hat sich seitdem getan?

**FRANKREICH**

**Erste Bergführerin:** Martine Rolland, seit 1983  
**Verband:** Le Syndicat national des guides de montagne (SNGM)  
**Stand Ende 2020:** Insgesamt ca. 1650 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 2,0 Prozent

**ITALIEN (ohne Südtirol)**

**Erste Bergführerin:** Renata Rossi, seit 1984  
**Verband:** Collegio Nazionale Guide Alpine Italiane (CONAGAI)  
**Stand Sept. 2022:** Insgesamt 1165 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 1,72 Prozent

**SCHWEIZ**

**Erste Bergführerin:** Nicole Niquille, seit 1986  
**Verband:** Schweizer Bergführerverband (SBV)  
Seit 2020 an der Spitze des Verbands: Rita Christen  
**Stand Ende 2022:** Insgesamt 1553 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 2,83 Prozent

**DEUTSCHLAND**

**Erste Bergführerin:** Gudrun Weikert, seit 1988  
**Verband:** Verband Deutscher Berg- u. Skiführer e.V. (VDDBS)  
**Stand Ende 2022:** Insgesamt 576 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 2,95 Prozent

**ÖSTERREICH**

**Erste Bergführerin:** Christine Eiter (verh. Welzl), Helene Aberger (verh. Steiner), seit 1988  
**Verband:** Verband der Österreichischen Berg- und Skiführer (VÖBS)  
**Stand Ende 2022:** Insgesamt 1305 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 2,29 Prozent

**SÜDTIROL**

**Erste Bergführerin:** Michaela Egarter, seit 2015  
**Verband:** Verband der Südtiroler Ski- und Bergführer  
**Stand Ende 2022:** Insgesamt 195 Mitglieder  
**Frauenanteil:** 2,05 Prozent

Fotos: Michaela Egarter (2), Franziska Horn (2)

„Wenn ‚Frau‘ aus der Reihe tanzt, sollte sie also gewappnet sein. Unsicherheit, Zweifel oder mangelndes Selbstbewusstsein haben da keinen Platz. Da wirst du schnell überrollt! Sicheres und kompetentes Auftreten ist für Frauen in einem von Männern dominierten Beruf extrem wichtig. Das steht für mich in keinem Widerspruch zu einem transparenten Führungsstil. Es ist wichtig, die Gäste einzubeziehen, sie sollen Entscheidungen nachvollziehen können. Kommunikation hat einen großen Stellenwert. Man muss die Signale des Gastes auffangen, um ihn nicht zu überfordern. Es darf nicht passieren, dass einer Panik kriegt am Berg, das kann man verhindern.“

Dass mal der eine oder andere Macho-Spruch von einem Klienten daherkommt, kennt Michaela auch. Sie registriert es, mehr nicht. Macht sich nicht zur Zielscheibe, lässt es an sich vorbeilaufen. Denn sie weiß: Die Bergwelt regelt solche Fälle oft wie von Zauberhand – von ganz allein und nonverbal. So landet manch dampfplaudernder Sprücheklopfer dann bei der Abfahrt beinahe verlässlich im erstbesten Schneeloch. Beispielsweise. Wer ihm da wieder raushilft? Eh klar!

All das ist Geplänkel. „Gemobbt wurde ich nie!“, sagt Michaela. „Und wenn es drauf ankommt, sind Dinge wie Technik gefragt oder Reaktionsgeschwindigkeit. Zum Beispiel beim Gehen am kurzen Seil. Beim Klettern machen Frauen die geringere Armmkraft mit einer sauberen Fußtechnik wett. Bei der Spaltenbergung spielt das Körpergewicht eine größere Rolle. Doch mit Reibung kann man Stürze halten, das ist eine Technikfrage. Vor allem aber geht es darum, Fehler zu vermeiden, zum Beispiel ist ein Schlappseil auf einem spaltenreichen Gletscher aufgrund des Schleudereffekts hochgefährlich.“

Ihre persönliche Mission, sofern sie eine hat? „Mich hat der Berg immer geerdet und mir über viele Krisen hinweggeholfen. Und ich habe einen starken Bezug zur Natur und großen Respekt vor ihr. All das möchte ich weitergeben.“ Letzterem folgen auf dem Rückweg die Taten: Mehrmals hebt sie winzige Vogelnester vom Weg auf, die wohl ein Sturm verweht hat. Vorsichtig platziert sie die zarten Gebilde ins Gebüsch. Vielleicht kommt ja der Hausbesitzer wieder zurück? Manchmal sind es die kleinen Dinge, die den Unterschied machen. Auch – oder gerade – beim alpinen Spitzenpersonal.

Manch dampfplaudernder Sprücheklopfer landet bei der Abfahrt verlässlich im erstbesten Schneeloch. Wer ihm da wieder raushilft? Eh klar!



**Franziska Horn** schreibt als Alpinjournalistin seit 2005 über Berge und Bergmensen. Besonders gern über manch seltene Spezies: Bergführerinnen, zum Beispiel.





## Skitouren auf Kreta

# Firn-Fun über der Ägäis

---

Text und Fotos: Folkert Lenz

---

**Dass Kreta eine ordentliche Zahl von Gipfeln hat, ist gemeinhin noch bekannt. Dass drei Massive monatelang unter einer ansehnlichen Schneedecke liegen, schon weniger. Grund genug, die Tourenski mit auf die Sonneninsel zu bringen.**

**G**ipfel oder Meer? Schnee oder Salzwasser? „Wir Kreter sind ein Bergvolk und keine Insulaner“, sagt Simula Paraschaki mit Überzeugung. 75 Prozent der Insel bestehen tatsächlich aus Bergen. „Die Menschen wohnen dort mit ihren Olivenbäumen, ihren Trauben, mit ihren Schafen und Ziegen. Droben haben sie ihr Leben. Viele haben gar keinen Bezug zum Meer“, erzählt die gebürtige Dänin, die vor mehr als einem Vierteljahrhundert nach Kreta kam. So viel zu den Vorurteilen. Dass man Kreta eher mit Sandstränden, Oliven-

hainen und Sonnenbaden in Verbindung bringt, kommt ja nicht von ungefähr. Aber Powder, Harscheisen und Firn-Abfahrten? Die griechische Ägäisinsel ist in der Skitouren-Szene wahrlich nicht als Hotspot bekannt. Kein Wunder, denn zur dortigen Brettl-Community gehören halt nur ein paar Dutzend, na ja, Freaks. Vielleicht sind es auch hundert, so genau weiß das selbst Simula Paraschaki nicht, obwohl sie auf Kreta zur Spitze des winterlichen Tourensports zählt. Früher war sie im Nationalteam für Skibergsteigen aktiv.



**Schneereicher Aufstieg zum Mygero im Psiloritis-Massiv mit Tiefblicken hinab auf das Meer.**

Ein Vorurteil über den „typisch griechischen“ Lebensstil jedenfalls bewahrheitet sich, als es so gegen zwölf Uhr zur Skitour am Psiloritis losgeht. Mittags! Warum der für das nord-europäische Gemüt eher späte Aufbruch kein Ausdruck von südländischer Lässigkeit ist, wird sich noch zeigen. Erst mal muss eine wirklich rumpelige Piste von Vistagi in das höchste kretische Massiv bewältigt werden. So weit, bis die Schneegrenze erreicht ist. 900 Höhenmeter stehen trotzdem noch bis zum Gipfel an, erklärt Nikiforos Steiakakis am Ausgangspunkt. Denn

mit 2325 Meter Höhe ist der knapp unterhalb des Psiloritis gelegene Stolistra gar nicht so niedrig. Trotzdem: Beim Start muss man die Skispur von Schneefeld zu Schneefeld legen. Diese schmiegen sich in die Mulden und Rinnen, die sich anfangs noch zwischen Kermeseichen und Sträuchern sowie Kalkplatten und Schuttrücken verstecken. Doch dann folgen gigantische weiße, gleichförmige Hänge, die sich ohne Hindernis über die Westflanke bis zum Gipfelgrat hinaufziehen. „Es sieht alles so nah aus, weil wir keine Referenzpunkte im Gelände ha-



ben“, warnt Steiakakis, der unzweifelhaft zu den Ski-Protagonist\*innen der Insel gehört: Erst Stunden später werden die Höhen des Massivs erreicht sein.

Bald zeigen sich die Vorteile des späten Aufbruchs: Weiter oben am Berg wird die Schneefläche so eisig, dass es gar nicht abwegig erscheint, von Tourenski auf Steigeisen zu wechseln. Bei einer Skitour auf Kreta begegnen einem meist drei Schneearten im Laufe des Tages: Morgens findet sich häufig eine eisige Kruste. Mittags firnt der weiße Stoff auf. Und nachmittags verwandelt sich die Masse dann gerne in einen Nassschneesumpf. „Es hat also seinen Grund, warum wir Kreter immer erst so spät starten“, kommentiert Paraschaki verschmitzt. Es ist nämlich sicherer und angenehmer, sich erst am frühen Nachmittag an die Abfahrt zu machen.

Dass das Tourenggehen auf Kreta seinen eigenen Stil entwickeln konnte, hat sicher auch damit zu tun, dass es wenig Vorbilder gab. Eigentlich mussten die Menschen hier sich das Know-how dafür selbst aneignen. Der 45-jährige Steiakakis ist ein gutes Beispiel dafür, denn er war wintersportmäßig ein Spätzünder. „Erst mit 32 Jahren habe ich Skifahren gelernt: auf dem griechischen Festland und in den Alpen“, erzählt der Mann aus Heraklion, der zuvor anspruchsvolle Bergtouren in Himalaya und Hindukusch gemacht hatte. In den vergangenen Jahren hat sich eine kleine Ski-Community auf der Insel

etabliert. So gibt es jetzt sogar einen Outdoor-Laden in dem Bergdorf Livadia am Psiloritis. Den betreibt der örtliche Klempner.

Überhaupt ist die überschaubare Szene geprägt von Persönlichkeiten. So auch von „Papa Andreas“, wie der Pfarrer Andreas Kokkinos aus Livadia von allen genannt wird. Er soll den Weg für den Skitourismus geebnet haben. Als „die jungen Leute mit den bunten Klamotten und den merkwürdigen Brettern“ nämlich erstmals in den Bergdörfern auftauchten, waren sie nicht wirklich willkommen. Im Laufe der Zeit aber begannen die Tourenger\*innen damit, die Kinder in den Dörfern im Skifahren zu unterrichten. Besagter Klempner und der Bürgermeister halfen dabei. Mangels Lifte mussten die Kinder die geliehenen und uralten Abfahrtsski in der Hand den Berg hinauftragen.

Auch Papa Andreas kam immer wieder zum Training nach der Sonntagsmesse. Jetzt kann er zumindest flachere Hänge hinunterrutschen, sagt er. Der größte Traum des Pfarrers ist, es einmal mit Ski hinauf bis zur Kapelle am Psiloritis-Gipfel Timios Stavros (2456 m) zu schaffen – und heil wieder runterzukommen.

Den kleinen Steinbau samt dem benachbarten Glockengerüst dort oben kann man schon mal übersehen, wenn er sich im Frühjahr unter Schneeverwehungen versteckt. Im Sommer ist eine Besteigung des Hauptgipfels vom Psiloritis ein Muss unter Wanderfans, weil er den höchsten Punkt auf der Insel darstellt. Im Winter lässt sich

---

Rechts glitzert das Lybische Meer, links blinkt die Kretische See – neben den verschneiten Höckern der Psiloritis-Berge.

---



Während man vom Tal aus die Kontraste zwischen grüner Flora und weißen Gipfeln bewundern kann, begeistern oben die Sicht aufs Meer und die Wolkendecke. Zu Beginn der Tour auf den Kourouna (o.r.) wechseln sich Schnee und Büsche ab.



die auffällige Pyramide leicht im Rahmen einer Stippvisite mitnehmen, wenn man ohnehin auf dem benachbarten Stolistra steht. Denn viele Skitouren im Ida-Gebirge, wie das Massiv auch genannt wird, können einfach kombiniert werden. Bei der Aussicht von den Bergspitzen bietet sich ein faszinierender Kontrast von mediterranem und alpinem Ambiente. So auch am Stolistra: Rechts glitzert das Lybische Meer, links blinkt die Kretische See – neben den verschneiten Höckern der Psiloritis-Berge. In dunstiger Ferne ist ein weiteres Skitouren-Areal erkennbar: die Gipfel von Lefka Ori.

Die Bergnamen auf Kreta könnte man boshafterweise als einfallslos bezeichnen. Psiloritis bedeutet nämlich schlicht und einfach „hoher Berg“. Ähnlich ist es mit Lefka Ori, den „weißen Bergen“. Bei Letzteren streiten sich allerdings die Einheimischen darüber, ob der Name nun von der sommerlichen Farbe der blendend hellen Kalkfelsen herrührt. Oder doch eher daher, dass die verschneiten Spitzen im Frühjahr so wuchtig die Hafenstadt Chania überragen.

Apropos Lefka Ori: Das Areal in Westkreta ist das größte Gebirge der Insel und ein Labyrinth mit immerhin 50 Gipfeln von über 2000 Meter Höhe, viele sind fast so hoch wie am Psiloritis. „Bei schlechtem Wetter sind die Touren dort alpin und anspruchsvoll“, warnt die Expertin Paraschaki. Als Paradetour gilt die Durchquerung, die sich am besten in zwei oder drei Ta-

gen absolvieren lässt. Von der Kallergi-Hütte aus mit einem Zwischenstopp in der unbewirtschafteten Katsiveli-Hütte, die der Alpin Club Chania managt, ist der Abenteuerfaktor dann ziemlich hoch. Zumal man sich zwischen den Höhen von Psari (1817 m), Melindaou (2133 m) und Trocharis (2401 m) in einem fast unbesiedelten Landstrich bewegt, bevor man die Schlussabfahrt zum kleinen Weiler Agios Ioannis oder nach Anapoli in Angriff nehmen kann.

Auch wenn Kreta eher einen Ruf als Sonneninsel und Sommer-Destination hat: Schnee gibt es auf den höheren Bergen im Inneren häufig schon im November, spätestens aber ab Weihnachten. Bis Ende März ist es im Gebirge überraschend schneesicher. Selbst, wenn neben den Abfahrtsspuren manchmal schon die Felsen heraus schauen. „Nordseitig gehen viele Abfahrten sogar bis in den Mai“, erzählt Steiakakis. Lawinengefahr dagegen herrsche nur selten: Meist schmilzt der Schnee nach dem Fallen schnell zu einer einzigen soliden Schicht zusammen. Dem mediterranen Klima sei Dank.

Menschen, die auf Skitour gehen und zumeist aus den kretischen Städten kommen, hatten zu Beginn einen schweren Stand in den Bergdörfern, wo das Leben – gelinde gesagt – noch stark von Traditionen geprägt ist. Skisport? Bis vor Kurzem war das für die, die in den Bergen Landwirtschaft betreiben, ein rotes Tuch. „Vor ein paar Jahren haben die Locals mit dem Finger auf uns gezeigt und uns für verrückt erklärt“, erinnert sich Simula Paraschaki an die Anfänge. Außerdem fürchteten vor allem die Menschen in den hochgelegenen Dörfern offenbar noch etwas anderes: Dass sie nicht mehr ungestört Cannabis produzieren können. Die berauschende Pflanze scheint prächtig zwischen Orangen- und Olivenbäumen zu gedeihen. Für den heimlichen Anbau von „Gras“ ist die Region am Psiloritis bis heute bekannt. Verkehrte Welt:

**INFO** online: [alpenverein.de/231-4](http://alpenverein.de/231-4)

### SKITOUREN AUF KRETA

**Anreise:** Mit der Fähre vom griechischen Festland ab Piräus nach Heraklion oder Chania (ca. 9-10 Std.).

**Beste Zeit:** Januar bis Ende März/Anfang April.

**Infos:** Griechische Zentrale für Fremdenverkehr, Direktion für Deutschland in Frankfurt a. M., [info@visitgreece.com.de](mailto:info@visitgreece.com.de), [visitgreece.gr](http://visitgreece.gr) oder [incrediblecrete.gr/de](http://incrediblecrete.gr/de)

**Touren:** Es gibt drei Gebirgsregionen auf Kreta, die sich zum Skitourengehen anbieten: Psiloritis-/Ida-Gebirge, Lefka Ori sowie die Region am Dikti. Führermaterial und Tourenbeschreibungen findet man nur spärlich. Genauso wenig wie einen Lawinenlagebericht. Deshalb ist viel Erfahrung und Selbsteinschätzung bei der Planung notwendig. Wer das nötige Know-how nicht hat, sollte sich einer geführten Skitourreise anschließen. Mehrere Bergschulen im Alpenraum bieten diese an.

#### Unterkünfte:

- ▶ Axos bei Anogia (östlich vom Psiloritis): „Enagron Ecotourism Village“, [enagron.gr](http://enagron.gr)
- ▶ Agios Ioannis (südlich von Lefka Ori): „Alonia Guest House“, [alonia.gr](http://alonia.gr)

**Literatur:** Christian Mayer, „Skitouren mit Meerblick – Griechenland“, Anavasi Editions, 2016 (darin: zwei Touren auf Kreta)

Selbst die Polizei filzte die Skitourist\*innen immer wieder, wenn sie aus den Bergen zurückkamen. „Die Beamten haben gedacht, dass wir Drogen schmuggeln. Warum sonst sollten wir mitten im Winter durch den Schnee ziehen?“ Nikiforos Steiakakis muss immer wieder lachen, wenn er die Geschichte erzählt.

Heute ist das Skitourengehen auf Kreta zumindest so populär, dass es einmal im Jahr ein Rennen gibt, für das sogar die Menschen vom griechischen Festland eigens herüberkommen. Pierra Creta nennt sich das Event im März, das



Die Pierra Creta ist inzwischen so bekannt, dass sogar die Menschen vom Festland anreisen (o.). Sich nach Abfahrt von den weißen Hängen am Psiloritis eine Orange frisch vom Baum zu pflücken, macht wohl den Reiz von Kreta im Winter aus (u.).

eine Mischung aus Volkslauf und Schnee-Party darstellt.

Auch die Männer aus Anogia wissen die Präsenz des Skitourismus inzwischen zu schätzen. Am Ende der Winterstraße ins Psiloritis-Gebirge ist nämlich ein Foodtruck geparkt. Der rollende Kiosk bewirbt nicht nur die Wintersport-Fans, wenn sie nach der Abfahrt noch einen Souvlaki-Fleischspieß vom Grill oder eine Cola wollen. Die Herrenwelt aus den nahen Dörfern gibt sich hier am Wochenende nun allzu gern ein Stelldichein im Schnee – wohl, um ihren sonntäglichen, familiären Verpflichtungen zu entgehen: Frühschoppen mit Raki und Dosenbier.

Angesichts der Speisen, welche man in den Tavernen auf Kreta bekommt, stellt sich auch die Kultur-Frage so schnell nicht mehr. „Wir machen hier Milchprodukte: jede Art von Käse. Wir essen viel Fleisch.“ Das will Paraschaki noch mal klarstellen, als sie sich bei einem kreatischen Büfett den Teller garniert: Schaf, Ziege, Lamm oder Hammel gibt es en masse. Fisch, Oktopus oder Meeresfrüchte eher in den Strandrestaurants der Badeorte. Logisch also, dass laut Paraschaki die Einheimischen für eine Bergkultur stehen: „Wenn du auf einer Insel bist, so sagen wir, dann kannst du von überall das Meer sehen. Das ist auf Kreta ja nun wirklich nicht der Fall.“ Klare Sache!

Im Lefka-Ori-Gebirge ist der Abenteuerfaktor mit immerhin 50 Gipfeln von über 2000 Meter Höhe recht groß.



**Folkert Lenz**, altdienter Alpin- und Outdoor-Journalist und -Fotograf mit Basislager im Norden, lässt sich gern auch von ausgefalleneren Skitourenzielen begeistern.

# Panorama

## promotion

## Gipfel der Gefühle

Nordische Sportwelt der Superlative

**FÜR ALLE  
BERGSPORT-  
BEGEISTERTEN**

Auf den folgenden Seiten  
finden Sie attraktive  
Produkte, Reiseangebote  
und Kleinanzeigen  
unserer Kunden



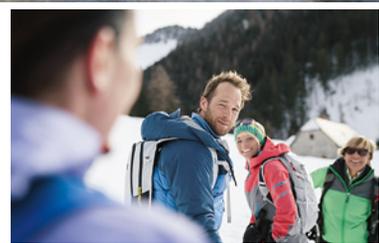
### FÜR BERG- UND SKITOUREN

Diese Jacke punktet mit Nachhaltigkeit und einem fairen Preis.



### HOHE SICHERHEIT

Der Lawinenrucksack Alproof 32 ist vollelektronisch und leicht zu handhaben.



### BOOK A RANGER

Auf Schneeschuhen geht es in den Kalkalpen ins unvergessliche Wintererlebnis.



Fotos: Salzburger Sportwelt/Lorenz Masser, Wagrain-Kleinarl Tourismus/Christian Schartner

**Nordische Sportwelt der Superlative**

# Hier läuft man auf den Gipfel der Gefühle

*Sieben Ferienorte in einer Region, 260 top präparierte Loipenkilometer, drei Höhenloipen auf bis zu 1700 Meter, 60 Kilometer ultimative Herausforderung auf der Tauernloipe, eine beleuchtete Loipe für Abendrunden und obendrein ein Top-Angebot mit Flying Coaches und Tourencoaching. Und dann wären da auch noch die unzähligen Skitouren und einsamen Tiefschneeabfahrten. In der Salzburger Bergwelt läuft man mit Sicherheit auf den Gipfel der Gefühle und skatet entlang von Superlativen.*

Flachau, Wagrain-Kleinarl, St. Johann, Radstadt, Altenmarkt-Zauchensee, Eben, Filzmoos, das sind die sieben Ortschaften, die sich in der Salzburger Bergwelt zu einer Erlebniswelt zusammengeschlossen haben – und damit ein riesiges Revier zum Langlaufen bieten. Hier geht es vom kleinen Städtchen Radstadt bis hinauf nach Filzmoos, das auf 1075 Meter am Fuße des Dachsteins thront. Und die Tauernloipe – eines der absoluten Langlauf-Highlights der Region – ermöglicht (fast) alle sieben auf einen Streich. Immerhin verbindet sie über eine beachtliche Strecke von 60 Kilometern die Ortschaften miteinander. Dabei finden sich sowohl sanfte Abschnitte für den Einstieg und herausfordernde für Profis sowie zahlreiche Hütten zum Einkehren und gemütlichen Pausieren. Wer sich seine Ziele noch

höher steckt, kommt auf einer der drei Höhenloipen der Region voll auf seine Kosten. Und den eigenen Trainingszielen garantiert näher.

## Wie Musik in den Ohren: Papageno-Höhenloipe

Ein weiteres nordisches Highlight in Radstadt ist die Papageno-Höhenloipe – nicht nur wegen ihres musikalischen Namens, sondern auch wegen der traumhaften Rundumsicht. Sie befindet sich auf 1600 Meter Seehöhe am Rossbrand, dem herrlichen Hausberg der Radstädter. Der Ort an sich wirkt wie ein kleines Wintermärchen: wattierte,

weiße Hausdächer, angezuckerte Baumwipfel und hier und da eine Pferdekutsche, die verliebte Pärchen durch die idyllische Natur chauffiert. Langlaufende starten direkt an der Bergstation in die 16 Kilometer lange Loipe. Was diese Tour so besonders macht, ist der atemberaubende Ausblick auf die umliegenden Gipfel der Niederen und Hohen Tauern, auf Großglockner, Großvenediger, Dachsteinmassiv und die vielen anderen Gipfel. Der Rossbrand wird deswegen auch gern als schönster Aussichtsberg Österreichs bezeichnet – ein weiterer Superlativ!

## With A Little Help From My Coach

Altenmarkt-Zauchensee bietet Langlaufenden ein im Alpenraum einzigartiges Angebot, das es so kein weiteres Mal gibt: die Flying Coaches. Sie können nicht wirklich fliegen, aber dennoch tauchen sie immer genau da in Radstadt und Altenmarkt-

## WEITERE INFOS

Salzburger Sportwelt: [salzburgersportwelt.com](http://salzburgersportwelt.com)  
 Altenmarkt-Zauchensee Tourismus: [altenmarkt-zauchensee.at](http://altenmarkt-zauchensee.at)  
 Radstadt Tourismus: [radstadt.com](http://radstadt.com)  
 Filzmoos Tourismus: [filzmoos.at](http://filzmoos.at)  
 Hotel Das Urbisgut: [urbisgut.com](http://urbisgut.com)  
 Hotel Zum Jungen Römer: [roemer.at](http://roemer.at)  
 Essl in Filzmoos: [essl.world](http://essl.world)

## Eurohike Wanderreisen

### Stressfrei in den Wanderurlaub

Entspannt wandern in traumhafter Natur, vom ersten Augenblick an. Genau das garantieren die Reiseprofis von Eurohike: Wunschreise auswählen, bequem buchen und keine weiteren Gedanken an stressige Themen wie Routenplanung, Hotelreservierungen oder Gepäcktransport verschwenden. So unkompliziert kann der Wanderurlaub sein! Charmante Hotels und die schönsten Routen jeder Region werden vorab mit Sorgfalt und Liebe ausgewählt, umfassende Reiseunterlagen und Karten erleichtern die Orientierung. Mit dem zuverlässigen Gepäcktransport warten die Koffer bereits bei der Ankunft in der Unterkunft. Die neuesten Reisen findet man online und im Wanderkatalog 2023.



Die Spezialisten für individuelle Wanderreisen präsentieren den neuen Katalog 2023, mit Touren für alle Ansprüche. Neben vielen Klassikern in ganz Europa finden sich auch spannende neue Reisen: etwa eine Charme-Sternwandertour im Salzkammergut, eine Küstentour in der

Toskana von Pisa bis zur Insel Elba, die Alpenüberquerung auf dem E5 oder die Route am berühmten Fernwanderweg GR221 auf Mallorca. Einfach im Katalog oder online inspirieren lassen. Es warten unvergessliche Wandererlebnisse in der Natur. Jetzt Katalog bestellen!

**Info:** eurohike.at



Foto: Oberösterreich Tourismus GmbH/Robert Maybach

### Nationalpark Kalkalpen Book a Ranger

Wild und artenreich präsentiert sich der Nationalpark Kalkalpen in Oberösterreich. Im größten zusammenhängenden Waldgebiet des Landes darf die Natur ihren freien Lauf nehmen. Hier, in den ursprünglichen Berg- und Buchenwäldern fühlen sich auch ganz besondere tierische Bewohner wohl – Luchse und Hirsche zum Beispiel. Wer behutsam und aufmerksam unterwegs ist, wird im Nationalpark Kalkalpen mit unvergesslichen Natur-Erlebnissen belohnt. Auch im Winter. Unter der kundigen Führung von Nationalpark-Ranger\*innen geht es mit Schneeschuhen über schneebedeckte Almen oder zur Gamsbrunn hinauf ins Gamsgebirge. Entweder in der Gruppe wie zum Beispiel beim Naturerlebnis „Mit Schneeschuhen durch den Winterwald“ oder individuell bei „Book a Ranger“.

**Info:** kalkalpen.at



Sieben Ortschaften haben sich in der Salzburger Bergwelt zu einer Erlebniswelt zusammengeschlossen – und bieten ein riesiges Revier zum Langlaufen und Skitourengehen.

### Anspruchsvolles, abwechslungsreiches Backcountry

Radstadt, Altenmarkt-Zauchensee und Filzmoos sind hervorragende Ausgangspunkte zum Skitourengehen. Die Salzburger Sportwelt lässt sich kaum schöner erkunden. Wer auf der Suche nach unberührter Natur ist, wird hier fündig. Und auch für diese Spielart bietet die Region seit Kurzem ein Skitouren-Coaching – für den perfekten und sicheren Einstieg ins Outback. 17 offizielle Skitouren im freien Gelände warten darauf, mit eigener Muskelkraft erkundet zu werden. Für alle Schwierigkeitsstufen ist hier die passende Tour dabei: von leichten Pistenabfahrten bis zum anspruchsvollen Gelände im Backcountry. Als Belohnung für die anstrengenden Aufstiege warten imposante Panoramablicke – der absolute Gipfel der Gefühle – und danach die traumhaften Abfahrten durch den Pulverschnee, die einfach unbezahlbar sind!

**Infos:** langlauf-urlaub.com  
skitouren-urlaub.com

Zauchensee auf, wo sie gebraucht werden. Wirklich ein grandioses Angebot für alle, die den nordischen Sport schon immer kennenlernen oder einfach an ihrer Technik feilen wollten. Niederschwellig, charmant und einfach unkompliziert stehen sie allen Interessierten zur Seite. Für Routiniers hat Filzmoos wiederum ein interessantes Angebot. Dort hat man die Mög-

lichkeit, seinen Langlaufurlaub etwas abwechslungsreicher zu gestalten, indem man sich im Biathlon versucht. Wer also schon immer einmal wissen wollte, wie es ist, unter rasendem Puls all seine Konzentration zu sammeln und zu versuchen, die kleinen schwarzen Scheiben zu treffen, ist hier an der richtigen Stelle.

**Bergwandern und Meditation**

**Eintauchen in die Stille**

Etwas tun, was Spaß macht, sich lebendig und frei fühlen und gleichzeitig die körperliche Fitness steigern. Auf eine einfache Art und Weise ermöglichen dies die Bergwandertouren des Freiburger Spezialveranstalters „Roman Mueller Treks & Meditation“ seit über 30 Jahren. Schritt für Schritt lässt man den wachsenden Alltagsstress hinter sich, taucht ein in die landschaftliche Schönheit der Gebirgswelt und lauscht der großen Stille. 2023 werden drei Alpenkurse angeboten: Der erste bietet „Traumwandertouren im Engadin + Bergell“ mit leichtem Tagesgepäck (27.8.-5.9.). Sportlicher sind die Zwei-Hütten-Wanderkurse: „Alpenüberquerung Teil 2 – durch das Reich der Dolomiten“ (30.7.-11.8.) und „Seealpen/Ligurische Alpen – faszinierendes Südende der Alpen“ (9.7.-21.7.). Die Reisekosten betragen hier jeweils etwa € 1300 inklusive Halbpension. Nach Nepal/Tibet geht es auf der Pilgerreise zum Mt. Kailash, ein Lebenstraum für viele Menschen, gehört sie doch zu den beeindruckendsten Reisen der Welt (17.9.-17.10.). In eine grandiose vergletscherte Landschaft des Himalaya führt die Reise „Faszinierender Rolwaling Himal/Nepal“ (19.10.-6.11.). Detail-Informationen und Preise auf Anfrage (Flüge mit CO<sub>2</sub>-Kompensation).

**Info:** bergwandern-meditation.de



**Zulu 30 / Jade 28**

**KOMFORTABLE TREKKINGRUCKSÄCKE VON GREGORY**

Die vollständig überarbeiteten Gregory-Liebliche Zulu 30 für Männer und Jade 28 für Frauen sind voll ausgestattete Tourenrucksäcke für anspruchsvolle Wanderungen. Das komplett belüftete, bewegliche Tragesystem passt sich den natürlichen Bewegungen des Körpers an und kombiniert erstklassige Belüftung mit einem erstaunlich guten Tragegefühl für lange, unbeschwerte Tage auf dem Trail.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 180,-, eu.gregorypacks.com



**Umweltbewusst und voll im Trend**

**SCHWEDISCHE STRICKMUSTER UND MODERNE CITYSTYLES**

Mit seiner Herbst-Winter-Kollektion erweitert der schwedische Mützenhersteller Sätla sein Angebot mit Beanies in klassischen Scandi-Styles und angesagten Trendfarben. Die Mützen werden in Schweden produziert, und der Rohstoff wird aus Europa bezogen. Nachhaltige Materialien wie recycelte oder upgecycelte Wolle, die aus den Resten der eigenen Produktion gewonnen wird, erweitern Sätilas Kollektion mit vielen neuen Designs wie „Strand“. Die Organic-Cotton-Linie, die aus Biobaumwolle gefertigt wird, ist dieses Jahr ebenfalls mit neuen Styles wie „Lygnevi“ und „Hultet“ vertreten.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 39,90 (Hultet), € 46,90 (Sarek), scandic.de



**Mountain Equipment**

**MAKALU JACKET**

Drei-Lagen Gore-Tex® Jacke für alle Berg- und Skitouren, die vor allem mit Nachhaltigkeit zu einem fairen Preis punktet. Das robuste Außenmaterial besteht aus recycelten Komponenten, die wasserabweisende Ausrüstung ist PFC-frei. In zwei Seitentaschen und einer Brusttasche wird alles verstaut, was auf Tour griffbereit sein soll, in der Innentasche ist das Telefon bestens geschützt. Die Kapuze passt mit und ohne Helm und lässt garantiert immer freie Sicht. Auch ein vollgepackter Rucksack und längere Tragepassagen auf Skitour können dem verstärkten Material an Armen und Schultern nichts anhaben! Als Damen- und Herrenmodell in mehreren Farben erhältlich.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 349,90, mountain-equipment.de





## Alpspitze 3L Jkt für Männer und Frauen

### SCHÜTZENDES LEICHTGEWICHT

Bei der leichten, wasser- und winddichten Shell kommt Pertex® Shield Air zum Einsatz: ein weiches, geschmeidiges Drei-Lagen-Material mit außergewöhnlich hoher Atmungsaktivität. Die vielen Poren sorgen für aktive Belüftung. Die Unterarmreißverschlüsse bieten eine weitere Ventilationsoption. Der Schnitt bringt viel Flexibilität – selbst bei ausladenden Bewegungen. Ausgestattet ist die Jacke mit wasserdichten Reißverschlüssen und reflektierenden Details. Die Kapuze schließt akkurat ab und ist im Volumen sowie im Gesichtsfeld verstellbar.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 429,95,  
jack-wolfskin.de



## Echt sehenswert

### DAS IST DOCH DER GIPFEL

Bei „Ein Schöner Fleck Erde“ gibt es die schönsten Gipfel auf anschmiegsamer Unterwäsche, deren Anblick einem Bergschuhe und Hose auszieht. Bestimmt ist auch ein Gipfel dabei, den man selbst schon erklommen hat – oder noch erklimmen möchte. Sportliche Schnitte sorgen für Bewegungsfreiheit in allen Höhenlagen. In den Alpen erdacht, in der EU gemacht. Bio und fair ... genau wie wir.

**PREISEMPFEHLUNG:** ab € 27,90, esfe.at

## Hundert Prozent Carbon

### SCHNEESCHUHE AUS EINEM GUSS

Diese ultraleichten Schneeschuhe sind der ideale Wegbegleiter für die nächste Tour. Der Carbon Air Frame 25 von Komperdell wiegt aufgrund des Hollow Core Carbon-Rahmens nur 691 Gramm. Das fühlt man bei jedem Schritt. Und dank der neuen Quick Lock-Bindung sind die Schneeschuhe auch unkompliziert in der Handhabung. Das neue Quick Lock-Bindungssystem mit Drehverschluss ist optimal für einfaches Ein- und Aussteigen sowie passend für jede Schuhgröße bei normalem Outdoor-Schuhwerk. Das zusätzliche Toe Cover aus Neopren schützt vor Kälte und Nässe. Drei Jahre Gratis-Reparaturservice ist inklusive.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 499,95,  
komperdell.com



## Umweltfreundlich

### REINIGUNGS- UND IMPRÄGNIERSET

Mit dem Hey Sport® Tex & Imprä FF Wash-in Set können atmungsaktive Funktionstextilien in einem Schritt gewaschen und gleichzeitig umweltfreundlich imprägniert werden. Beide Produkte sind in einem Waschgang anwendbar. Das Reinigungs- und Imprägnierset ist fluorfrei, die Imprägnierung wasserbasiert.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 25,45,  
hey-sport.de



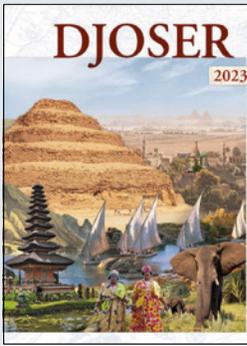
## ISPO Award 2022 und Plus X Award

### LAWINENRUCKSACK ALPROOF 32

Der Alproof (mit 32 Litern bzw. 30 Litern als SL-Version erhältlich) ist speziell für die Bedürfnisse ambitionierter Skitourengänger\*innen ausgelegt, die höchste Ansprüche an ihre Sicherheitsausrüstung stellen. Der voll-elektronische Alpride E2 Lawinen-Airbag mit neuester Superkondensator-Technologie ist eines der leichtesten elektronischen Systeme auf dem Markt, dem auch niedrige Temperaturen nichts anhaben können. Der Alproof ist leicht und einfach zu handhaben. Der Airbag wird in weniger als drei Sekunden aufgeblasen. Das Tragesystem und die Anbauteile sind super praktisch und intuitiv, so das Statement der ISPO Award-Jury.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 1300,-  
deuter.com

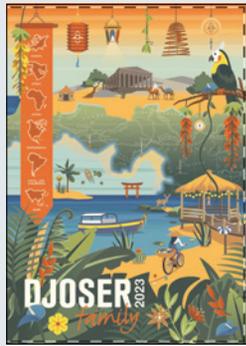




www.djoserfamily.de

**Djoser Reisen | Weltweite Erlebnisreisen mit viel individueller Freiheit.** Authentisch, komfortabel & nachhaltig in kleinen Gruppen seit 1985. Gratis Katalog mit 200 Seiten Reiseinspirationen: 0221-9201580 oder djoser.de

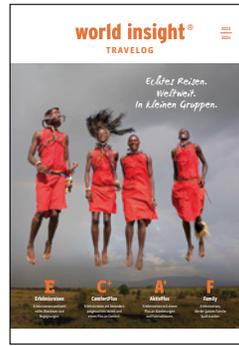
083-01



www.djoserfamily.de

**Djoser Family | Entdeckt mit eurer Familie die Welt.** Besondere Urlaubserlebnisse in kleinen Reisegruppen mit viel individueller Freiheit und Zeit für die Familie. Gratis Familienkatalog: 0221-9201580 oder djoserfamily.de

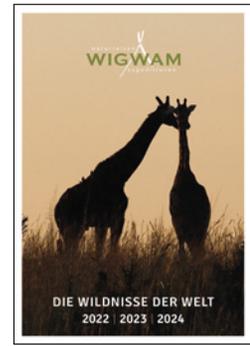
083-02



www.world-insight.de

**Echtes Reisen. Weltweit. In kleiner Gruppe.** Begegne Menschen auf Augenhöhe, erlebe fantastische Natur, erkunde alle Highlights und entdecke viele Geheimtipps. Ob Paare, Freunde, Singles oder Familien – bei uns findet jeder die richtige Erlebnisreise! Katalog 02203-9255700

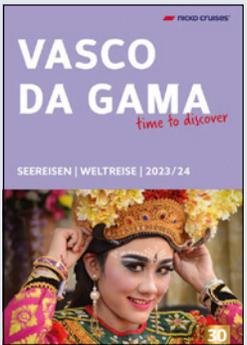
083-03



www.wigwam-tours.de

**NATURREISEN & PRIVATE SAFARIS.** Mit WIGWAM zu den Tier- & Landschaftsparadiesen der Erde z.B.: Uganda - Zambia - Alaska - Baja California - Kolumbien - Patagonien; Kleingruppen oder Privat-Reise mit deutschspr. Reiseleitung. Telefon +49 (0) 8379 / 920 60 .

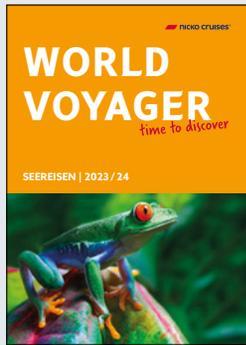
083-04



www.nicko-cruises.de

**Ein Schiff für Entdecker.** Auf den Spurengroßer Seefahrer – mit einer Kreuzfahrt auf der VASCO DA GAMA – mit besonders attraktiven Preisvorteilen für Familien und Alleinreisende. Bestellen Sie jetzt den VASCO DA GAMA Katalog ganz bequem nach Hause.

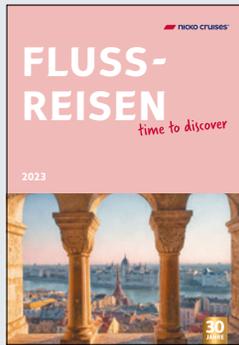
083-05



www.nicko-cruises.de

**time to discover.** Entdecken Sie Hochseekreuzfahrten mit nicko cruises. Genießen Sie die bezaubernden Naturschauspiele und Landschaftserlebnisse unserer Reisen. Bestellen Sie jetzt den WORLD VOYAGER Katalog 2023/24 ganz bequem nach Hause. www.nicko-cruises.de

083-06



www.nicko-cruises.de

**Kleine Schiffe. Große Erlebnisse.** tauchen Sie ein in die faszinierenden Flussreisen von nicko cruises. Die schönsten Flüsse Deutschlands, Europas und der Welt. Bestellen Sie jetzt unseren Flusskatalog 2023 ganz bequem nach Hause. www.nicko-cruises.de

083-07



www.ikarus.com

**Deutschsprachig geführte Kleingruppen- & Individualreisen** zu den schönsten Reisezielen – EUROPA, ARABIEN, AFRIKA, ASIEN, AMERIKA, OZEANIEN, POLAR. Im Katalog FERNE WELTEN 2022-23. Tel. 06174-29020, info@ikarus.com/Katalog

083-08



www.geoplan-reisen.de

**Seit über 30 Jahren sind wir Ihr Spezialist für Reisen in ferne Länder.** In unserem Asien-Katalog finden Sie exklusive, maßgeschneiderte und privat geführte Reisevorschläge. Lassen Sie sich inspirieren und kontaktieren Sie uns unter Tel.: 030 34649810.

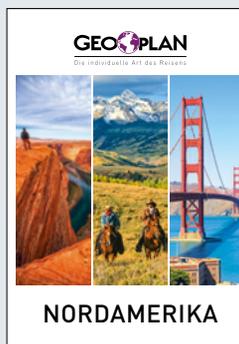
083-09



www.geoplan-reisen.de

**In unserem Afrika/Arabien-Katalog finden Sie exklusive, privat geführte und individuelle Reisevorschläge** in das südliche, westliche und östliche Afrika sowie nach Arabien. Geoplan Privatreisen, team@geoplan.net, Tel.: 030 34649810

083-10



www.geoplan-reisen.de

**Erleben Sie die Vielfalt Nordamerikas!** In unserem Katalog haben wir für Sie Reisevorschläge nach Kanada, in die USA und auf die Bahamas zusammengestellt, die wir auch ganz individuell Ihren Wünschen anpassen. Tel.: 030 34649810.

083-11



www.geoplan-reisen.de

**In unserem Lateinamerika-Katalog finden Sie exklusive, privat geführte Reisevorschläge** nach Mittel- und Südamerika sowie in die Karibik. Kontaktieren Sie uns für Ihr ganz persönliches Angebot! Tel.: 030 34649810 oder team@geoplan.net.

083-12



www.berge-meer.de/katalog-bestellen

**Unsere Lieblingsreisen – für Sie in unserem Bestseller-Katalog** zusammengestellt! Freuen Sie sich auf unsere vielfältigen Rund-, Bade- und Aktivreisen nah und fern sowie auf Reisen mit dem eigenen PKW. Kostenfreier Katalog: [www.berge-meer.de/katalog-bestellen](http://www.berge-meer.de/katalog-bestellen)

083-13



www.berge-meer.de/katalog-bestellen

**Exklusive Erlebnis-, Kleingruppen-, Mietwagen- und Privatreisen.** Egal, ob in kleiner Gruppe oder ganz privat – besondere Entdeckungen und intensive sind Momente garantiert! Kostenfreier Katalog: [www.berge-meer.de/katalog-bestellen](http://www.berge-meer.de/katalog-bestellen)

083-14



de.ponant.com

**Ob Antarktis, Südsee oder Lateinamerika: Nehmen Sie mit PONANT** Kurs auf die entlegensten Regionen dieser Welt. Kleine, feine Kreuzfahrtyachten und höchster Komfort kombiniert mit französischer Lebensart. Informationen unter 040/808039-60 oder [de.ponant.com](http://de.ponant.com).

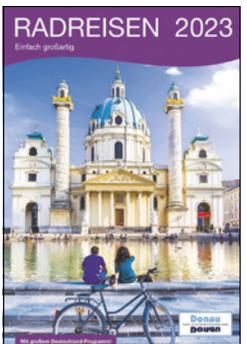
083-15



www.bayerischer-wald.org

**Wanderparadies Naturpark Oberer Bayerischer Wald.** Grenzenlose Freiheit, reine Waldluft in einer imposanten Bergwelt, die von Flusstälern geprägt wird lässt die Wandernden nicht mehr los! Wandermöglichkeiten gibt es auf dem „Grünen Dach Europas“ soweit die Füße tragen.

083-16



www.donau-reisen.info

**Organisierte Radreisen in Deutschland, Österreich & Italien.** Radkreuzfahrten auf der Donau, Touren mit Gepäckservice oder Sternfahrten ab Top-Hotels zB. Südtirol 6x ÜN/HP, Leirhad uvm. ab € 498,- pP. Donau Touristik GMBH, Lederergasse 4-12, 4010 Linz/D., Tel. 0800 100 11 47.

083-17



www.lauda-koenigshofen.de

**Die Weinstadt Lauda-Königshofen im Lieblichen Taubertal** an der Romantischen Straße bietet mit ihren zwölf Stadtteilen für jeden Urlauber genau das Richtige: Herrliche Wanderwege, Radwege, Weinerlebnisse und viel Natur für eine erholsame Auszeit.

083-18

# Kataloge bestellen und gewinnen!



## Mit WORLD INSIGHT die Welt entdecken!

Gewinnen Sie einen Reisegutschein im Wert von 500 € pro Person für eine WORLD INSIGHT-Erlebnisreise! Gehen Sie auf Abenteuer tour und entdecken Sie faszinierende Länder und einzigartige Kulturen. Begegnungen auf Augenhöhe, alle Höhepunkte, viele Geheimtipps und ausreichend Zeit, um wirklich anzukommen – das macht das Reisen mit WORLD INSIGHT aus. Alle Erlebnisreisen weltweit in kleiner Gruppe finden Sie auf [www.world-insight.de](http://www.world-insight.de)

Nennen Sie uns Ihre gewünschten Kataloge und vielleicht sind Sie der glückliche Gewinner eines Reisegutscheins.

Teilnahmeschluss ist der 21.02.2023. Die Gewinner werden per Losverfahren ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Teilnahmeberechtigt sind alle Personen ab 18 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland. Pro Teilnehmer ist nur eine Einsetzung gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Mitarbeiter des Verlages Gruner + Jahr Deutschland GmbH und ihre Angehörigen. Eine Barauszahlung des Gewinns oder eine Übertragung des Gewinns auf einen Dritten ist ausgeschlossen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es gilt deutsches Recht. Veranstalter ist die Gruner + Jahr Deutschland GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg. Die Teilnahme ist abhängig von einer Katalogbestellung.

### Kostenlos Kataloge bestellen\*:

Hier bitte die Kennziffern der gewünschten Kataloge ankreuzen:

<input type="checkbox"/> 083-01	<input type="checkbox"/> 083-02	<input type="checkbox"/> 083-03	<input type="checkbox"/> 083-04	<input type="checkbox"/> 083-05	<input type="checkbox"/> 083-06
<input type="checkbox"/> 083-07	<input type="checkbox"/> 083-08	<input type="checkbox"/> 083-09	<input type="checkbox"/> 083-10	<input type="checkbox"/> 083-11	<input type="checkbox"/> 083-12
<input type="checkbox"/> 083-13	<input type="checkbox"/> 083-14	<input type="checkbox"/> 083-15	<input type="checkbox"/> 083-16	<input type="checkbox"/> 083-17	<input type="checkbox"/> 083-18

Name/Vorname

Straße/Nr

PLZ/Wohnort

E-Mail



ausgefüllter Coupon per Post  
Katalog-Service, Am Heideberg 15, 56333 Winnigen



Email  
[bestellung@katalog-collection.de](mailto:bestellung@katalog-collection.de)



Internet  
[www.Alpenverein.de/Reisekataloge](http://www.Alpenverein.de/Reisekataloge)



QR-Code  
per Smartphone einscannen



\*Wichtig: Zum Katalogversand benötigen wir bitte Ihre Postanschrift! Bitte beachten Sie im Einzelfall, ob eine Schutzgebühr verlangt wird. Verantwortlicher für den Datenschutz ist Mahlow Media e.K., Inhaber: Stephan Mahlow, Am Heideberg 15, 56333 Winnigen, Deutschland. Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter [www.katalog-collection.de/datenschutz](http://www.katalog-collection.de/datenschutz)

**interchalet**  
Urlaub im Ferienhaus

Dein Ferienhaus in den Bergen  
findest Du auf [www.interchalet.de](http://www.interchalet.de)

**AMICAL ALPIN**  
DIE BERGSCHULE  
[amical-alpin.com](http://amical-alpin.com)

**ALPINSCHULE**  
OBERSTDORF

KATALOG ANFORDERN!

**150 Touren**  
in Deutschland  
und den Alpen

Tel: 08322-940750  
[www.alpinschule-oberstdorf.de](http://www.alpinschule-oberstdorf.de)

Wandern  
ohne Gepäck  
INDIVIDUELLE WANDERREISEN  
IN GANZ EUROPA.

Jetzt Katalog  
bestellen!

**EUROHIKE**  
WANDERREISEN

Gratis-Infoline:  
0800 0706333  
[www.eurohike.at](http://www.eurohike.at)

**Azoren**  
**Madeira**  
**Kapverden**  
**Kanaren**  
**Irland**

Atlantische Inselwelten - individuell - massgeschneidert

Seit über 20 Jahren!  
[www.seabreeze.travel](http://www.seabreeze.travel)

**seabreeze.travel**

**BERGSCHULE**  
KLEINWALSERTAL

ERLEBE DEIN  
ABENTEUER  
MIT UNS!

[WWW.BERGSCHULE.AT](http://WWW.BERGSCHULE.AT)

**klein | familiär | herzlich**  
NaturGenuss im Passeiertal, Südtirol

**Berglerlebnis** auf 1300 m, prämierte Naturküche,  
19 Naturholzzimmer & Studios, Wellnessoase mit  
Panorama-Bergblick und Outdoor-Whirlpool.  
**Genießer- und Wanderhotel Jägerhof,**  
Tel. +39 0473 656250, [www.jagerhof.net](http://www.jagerhof.net)

**alpenchalets.net**

Österreich, Frankreich, CH, I  
Skihütten und Chalets online buchen  
beim Spezialisten, für 4-24 Personen.  
Tel. +49 721-4672475  
[alpenchalets.net](http://alpenchalets.net)

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona  
**ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN**  
**Bergschule**  
**Ober**  
**algäu**

[www.alpinschule.de](http://www.alpinschule.de) ☎ 08321/4953

**WILDNISWANDERN**

Touren, Seminare &  
Ausbildungen in freier Natur

Deutschland, Europa  
& weltweit

[wildniswandern.de](http://wildniswandern.de) • 07071/256730

**Roman Mueller Treks**

- ▶ NEPAL: ROLWALING-TREK
- ▶ KAILASH PILGERREISE
- ▶ FASZINATION SEEALPEN
- ▶ ZU FUß ÜBER DIE ALPEN

[www.bergwandern-meditation.de](http://www.bergwandern-meditation.de)

**TAUFERSBERG**

DER GANZE WINTER INKLUSIVE

ab € 83,00 pro Person  
inkl. HP & NiederthaiCard

**NIEDERTHAI**  
CARD

A - 6441 Niederthai 12a | +43 5255/5509  
[WWW.TAUFRBERG.COM](http://WWW.TAUFRBERG.COM)

**Pension Hahnenkamm**

**Urlaub in Schenna** im Herzen von Südtirol.  
Der perfekte Ausgangspunkt für unzählige  
Wanderungen. **Halbpension**, Hallenbad  
und Sauna. Direkt neben der Taser Talstation.

Pichlerstraße 33 · I-39017 Schenna  
Telefon & Fax +39 0473 94 58 72  
[www.pension-hahnenkamm.com](http://www.pension-hahnenkamm.com)

**Schweden**  
Schneeschuh  
Langlauf  
Tourenski  
Abfahrtski  
Ferienhäuser  
Huskytouren

**RÜCKSACK REISEN**

[www.rucksack-reisen.de](http://www.rucksack-reisen.de)

**Bitte vormerken:**

Anzeigenschluss für die  
am 21.3.2023 erscheinende  
Panorama 2/2023 ist der  
**10. Februar 2023.**

REISE

**Familienreisen**  
Schweden | Frankreich | Deutschland ...  
Kanutouren | Familiencamps | Ferienhäuser

aktiv. abenteuerlich.  
außergewöhnlich.

**RUCKSACK REISEN**  
www.rucksack-reisen.de | Tel. +49 (0)251 87188-0

**interchalet**  
Urlaub im Ferienhaus

Dein Ferienhaus für den Skiurlaub  
findest Du auf [www.interchalet.de](http://www.interchalet.de)

**FAMILIENURLAUB**  
Sommer wie Winter  
[elan-sportreisen.de](http://elan-sportreisen.de) **elvi** sportreisen

**SKITOUR & SEGELN** Lofoten (Norwegen)  
[www.heading-north.de](http://www.heading-north.de)

VERSCHIEDENES

*Winterliche Vorfreude & Genuss inmitten der Dolomiten*  
Die Südtiroler Bergwelt, unsere Liebe zur Natur prägt unsere Arbeit und unser Haus. Großzügige Räumlichkeiten, alle Zimmer mit Balkon, Schwimmbad/Sauna, Garage. Ab 1. Dez. Tagespreis mit **Verwöhnprogramm** & HP ab 88 €/p.P im DZ. **CHALET FILAZI** ab 270 € für 2 P./p.T. **Spezielle Winterangebote** unter [www.hotel-latemar.it](http://www.hotel-latemar.it) / Südtirol

**DOORHOTEL \*\*\*\* EGEREGGA**  
**Moar am Latemar**  
Willkommen zu Hause  
Fragen Sie nach und überzeugen Sie sich  
Pichler Arnold & Co. KG  
[info@hotel-latemar.it](mailto:info@hotel-latemar.it)  
+39 0471 615740

**Schmelzfeuer®**  
Mit Wärmehaube für  
Kachelofen-Feeling

**DENK** +49 (0)9563 513320  
[www.denk-keramik.de](http://www.denk-keramik.de)

**Pension Maria\*\*\*\*** Antermoia in den Dolomiten; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter:** Skifahren & Schneeschuhwandern. **Sommer:** Wandern, MTB. HP ab € 60,- Fam. Erlacher.  
**Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: [info@pension-maria.it](mailto:info@pension-maria.it)**

**PENSION MARIA**  
[www.pension-maria.it](http://www.pension-maria.it)

[nepalwelt-trekking.com](http://nepalwelt-trekking.com)  
unsere Touren -  
dein Erlebnis

**CHAMONIX-ZERMAT**  
Walkers's Haute Route  
Jetzt buchen | [www.sami-alpin.ch](http://www.sami-alpin.ch)

[www.berghuetten.com](http://www.berghuetten.com)

**NEUSEELAND**  
0351 42 450 892 | [www.rawakas.de](http://www.rawakas.de)

**VERSCHIEDENES**

**Jubin Zuckerlösung**  
Die schnelle Energie  
aus der Tube

**Jubin**  
Zuckerlösung für schnelle Energie  
40g

Jubin Pharma Vertrieb  
Rombacher Hütte 10 - 44795 Bochum  
[www.jubin-pharma.de](http://www.jubin-pharma.de)

## IMMOBILIEN

**Kleinwalsertal:** Herrlich gelegenes Berghaus, ideal für Ski- und Wanderurlaub, wochenweise zu vermieten. 16 Schlafplätze, voll ausgestattet. Info: [www.dav-memmingen.de](http://www.dav-memmingen.de)

## VERMIETUNGEN

**Französische Alpen: La Maurienne**  
Zwei wunderschöne Chalets ganzjährig. <https://ledesertdenhaut.fr>

**Tirol,** uriges Selbstversorgerhaus im Kaunertal (max. 23 P.), ideal zum Skifahren, Wandern [www.sunna-huette.de](http://www.sunna-huette.de)

**Bestlage von Riezern:** Neu renovierte 4 Zi-Whg. (120 qm) mit Süd-West-Terrasse und Panoramablick in Gästehaus mit 9 Ferienwohnungen ab 03/23 an freundliche und engagierte Hausmeisterfamilie zu vermieten. Nettomiete 1.000 € zzgl. NK 500 € (großteils Verrechnung mit HM-Tätigkeit ca. 12 Wochenstd.) Tel.: +49 176 70120088.“

**Privat-“Hütte“ mit 1a Alpen-Panorama** in Mittenwald/ Oberbayern, zentral aber völlig separat im DG eines ortstypischen Landhauses, 3 Zi, 5 Betten, Vollaussattung von Dampfbad über Video bis Waschmaschine und Stellplatz, monatsweise, auch im mehrjährigen Abo, an echte Berg- und Natur-Freunde zu vermieten! Info unter [www.tbuss-world.com/1a-places-to-stay/](http://www.tbuss-world.com/1a-places-to-stay/) oder WhatsApp +49 160 843 5298

## VERSCHIEDENES

**TOSKANA-MEER** Naturstein-Ferienhaus mit privatem Pool (beheizt + Gegenstromanlage) mit Blick aufs Meer und die Inseln Elba/Korsika, Olivenbäume, Zypressen. [www.toskana-urlaub.com](http://www.toskana-urlaub.com) 08662/9913

**Tierarzt (w/m/d) in Garmisch-Partenkirchen gesucht.**  
Dich erwartet: moderne, inhabergeführte Kleintierpraxis; gute Work-Life-Balance ohne Nachtdienste, junges Team, in dem sich alle auf Augenhöhe begegnen. Verschiedene Arbeitszeitmodelle ab sofort möglich.  
**[bewerbung@tierarztpraxis-werdenfels.de](mailto:bewerbung@tierarztpraxis-werdenfels.de)**

## BEKANNTSCHAFTEN

Schwäb.Alb, Alpen, überall: langlaufen, radeln, wandern. Wer (42-55J.) kommt mit? [bergfee19@yahoo.de](mailto:bergfee19@yahoo.de)

## REISEPARTNER/IN

**GTA,** 1 Woche Aug./Sept.Wer kommt mit? [w60\\_fit@sabine.loriot@outlook.de](mailto:w60_fit@sabine.loriot@outlook.de)

**RM 74** Deutschland der Länge nach - vom Haldenwanger Eck nach Sylt.( in Wochenetappen / laut Absprache)  
**ER 60,** schlank, sucht Mitwanderin.  
Geplanter Termin: 07/23 Bitte mit Bild an: [draussen-zuhause@t-online.de](mailto:draussen-zuhause@t-online.de)

**Rm 7:** Suche gute Gesellschaft am Berg mit leichten bis mittelschweren Schitouren. 0157 52147630 [um.kieser@aol.de](mailto:um.kieser@aol.de)

Je ungewöhnlicher, je lieber! Ich habe ca 5 Wochen Zeit im April 23. Du hast Idee, ich Budget. M, Optimist, 54J, sportlich, PLZ 65, offen f. Beziehung: [my2023@web.de](mailto:my2023@web.de)

**Reise- und Kletterpartnerin für Reisen im Camper in D und EU gesucht. Bin m/54j/173/75kg/NR. Du solltest NR, sportlich, naturnah und unkompliziert sein. Klettern (IV-VI). An Reise-Berg-Meer-23@web.de**

**Reise- und Kletterpartnerin für D und EU im Camper gesucht. Ich m/54j/173/75kg/NR. Du solltest NR, sportlich, naturnah und unkompl. sein. Klettern gemütlich (IV-VI) an: Reise-Berg-Meer-23@web.de**

## SIE SUCHT IHN

**Allgäu/87:** Ich (59J/166/blond) suche sportlichen, attraktiven, schlanken Mann für Bergtouren, Radeln, Motorrad, Tanzen etc. BmB [mountain4ever@outlook.de](mailto:mountain4ever@outlook.de)

**Rm87/54** humorvoll, ausdauernd & tritt - sicher. Genießt du auch die Berge & Kultur, hast Lust auf Neues? [swipe-right@gmx.de](mailto:swipe-right@gmx.de)

**79... Mehr als Berge im Kopf?** sportl., attraktives Mädels (40/174) sucht empathischen Deckel :) BmB [lela23@gmx.net](mailto:lela23@gmx.net)

**RM OA, südl. OAL: attraktives Allgäuer Mädels (50J/177/58/NR)** selbständig, schlank, sportlich, blond, 2 gr. Kinder, liebt ski- und tourenskifahren, bergsteigen, Natur und Tiere genau so wie Urlaub und Wellness. Wenn Du zw. 45-53J. jung, Akad./ Untern., min. 183m groß, schlank, sportlich, der nordische Typ (blond), NR bist, gut skifahren kannst, die Berge, Tiere und Natur liebst und auch auf der Suche nach einer festen und liebevollen Partnerschaft bist, freue ich mich auf eine Nachricht MIT Foto von Dir an: [allgaeuer.maedel@gmx.de](mailto:allgaeuer.maedel@gmx.de)

**Rm73** viels. interessierte Sie (51J/170/65/NR) sucht einen Mann mit dem Herz am rechten Fleck. Ich liebe Berge im Sommer/Winter (Wandern, Klettersteig, Klettern, Ski alles ohne Höchstleistungen) aber auch Kultur und gute Gespräche. Freue mich auf aussagekräftige Bild-Antworten [Bergfieber4711@web.de](mailto:Bergfieber4711@web.de)

**RM71:** junggebl., hübsche, sportl. sehr aktive, viels. interessierte Sie (49/175/63/NR) sucht Mann ab 1,80m mit Humor, Herz & Verstand zur aktiven Gestaltung der gemeinsamen Zukunft. BmB: [september12373@web.de](mailto:september12373@web.de)

**Mein perfekter Tag:** Sport in der Natur, gut essen, Kunst und Kultur. Alles mit Leichtigkeit, aber auch Tiefgang. Hast du Lust, mich, 58j. junggebl. stud. Allgäuerin dabei zu begleiten? [allgsport@yahoo.com](mailto:allgsport@yahoo.com)

**RM67/7: Aufgeschlossen, unabhängig, ungebunden, zuverlässig.** Ende 50, fit, schlank, studiert, kulturinteressiert, gerne in der Natur unterwegs, lieber Wandern als Klettern, lieber Langlauf als Alpin, suche Mann, mit dem ich wandern, reisen und mich austauschen kann – zumindest im Fettgedruckten sollten wir übereinstimmen! [Augenhoehe23@gmx.de](mailto:Augenhoehe23@gmx.de)

**Allgäuerin (59/168/54),** adrett, outdoortauglich (Berg, Ski, MTB, joggen) sucht humorvollen Mann mit Niveau um das Leben gemeinsam zu genießen. Bitte mit Bild an [kugi1604@freenet.de](mailto:kugi1604@freenet.de)

**Allgäu:** Schlanke, bewegungsfreudige Akad. 60+ sucht Mann für Skifahren, LL, Biken, Wandern und evtl. auch für mehr. Zu zweit macht alles mehr Spaß. BmB: [polarlicht13@gmx.de](mailto:polarlicht13@gmx.de)

**RM 86:** w/160/schlank Wandersocke Angang 50 sucht den Bergstiefel für gemeinsame Wandertouren (SSch, MTB, RR) BmB! [bergstiefel23@protonmail.com](mailto:bergstiefel23@protonmail.com)

Raum 7+ Etwas von **Hannelore Elsner**, jedoch lebendig. 58 J, 1.70 schlank. Berg- Skistiefel oder High heels. Gefühl u. Verstand sucht liebevollen Partner BmB [rosegarden11@vodafone.de](mailto:rosegarden11@vodafone.de)

**Rm Bodensee:** Suche grossen, stabilen Kerl 60+, gelassen, couragiert und spontan für Drin und Draussen. Bin gern in den Bergen (auch wg. den Knödeln.)), aber nur mässig ambitioniert. Du darfst es aber gerne sein und mich womöglich anstecken. Mails an: [schoener\\_bodensee@gmx.info](mailto:schoener_bodensee@gmx.info)

**Rm 2:** Da die Liebe nicht immer vom Himmel fällt, suche ich ( 57,171 , schlank, NR) auf diesem Wege den Komplizen für die großen und kleinen Abenteuer im Leben, in den Bergen und bei Kunst und Kultur. [neuewegeimnorden@gmail.com](mailto:neuewegeimnorden@gmail.com)

**Rm 24 und Umgebung:** Lebensbejahende, naturverbundene Sie (59, 1,68) schulterlange braune Haare, Grübchen sucht junggebliebenen Partner zum gemeinsamen wandern, radeln, tanzen, lachen und geniessen. [Neustart1221@web.de](mailto:Neustart1221@web.de)

**Rm67-69,** wanderbegeisterte Sie, 52, 170cm, 74kg, NR, sucht naturlieben, kommunikativen Burschen zum Unterwegssein, bei Symp. mehr. BmB: [Rheinpfalzwanderer@gmx.de](mailto:Rheinpfalzwanderer@gmx.de)

**OAL87,** feine u herzliche 54J/160/62; Bergsteigen o Klettern, Skitour o HT, Zelt o Vano Hütte o Hotel, MTB Pedale o Paddeln, Natur+Kultur, Daheim im Garten, Reisen, Lachen, Zweisamkeit, Freunde, u.a. gemeinsam Erleben u genießen! Ich suche DICH als fröhliches u. empathisches Pendant!! BmB [alpenbande@gmail.com](mailto:alpenbande@gmail.com)

**Rm8/9** Miteinander erleben-Füreinander da sein, Ärztin (59/167/58kg) sucht sportl., sensiblen, bodenst., warmherzigen Partner (<65J) [plz85suchtdich@web.de](mailto:plz85suchtdich@web.de)

## SIE SUCHT SIE

**Neues Jahr, neues Glück!** Sie (46/168) aus dem Raum 7/8/9, empathisch, reiselustig und bergbegeistert, freut sich auf dich, um gemeinsam die Welt zu entdecken und anzukommen. BmB an [berge.sonne.meer@gmx.de](mailto:berge.sonne.meer@gmx.de)

## KLEINANZEIGEN

## ER SUCHT SIE

**Gutaussehender, empathischer, belastbarer und cooler Typ** (54 / 1,80 / 88) sucht lebendige, intelligente, liebevolle Frau mit schöner Ausstrahlung bis Mitte 40. Mail an coolertyp2022@gmx.de

Rm 66, Er, Pfälzer, 61/178, sucht liebevolle, sportliche Sie zum Wandern, Radfahren uvm, BmB, berg\_aktiv@web.de

**Berliner Bergsteiger**, 45, groß und schlank, in offener Beziehung, sucht ähnlich gestrickte Berliner Bergsteigerin (gerne 50+) für gemeinsame intensive Kraxeleien in Berlin und in den Alpen. [alpenueberquerung@gmx.de](mailto:alpenueberquerung@gmx.de)

**Berliner Luchs** (37/192/NR) - sportl., intell. & lebensfroh - sucht bergsüchtige Gams für gem. Abenteuer & Zweisamkeit! [Luchsundgams@gmx.de](mailto:Luchsundgams@gmx.de)

Rm.01/DD Für die KÜR des Lebens, von Biwak bis Ballsaal, für Berge und Me(e)hr sucht Er/Jg.64/170/75 naturverbundene schlanke Sie. richardw64 ät gmx.de

**Raum 86:** Humorvolles Allround-Talent (m,51,177) sucht Gefährtin (40-50) fürs Leben: Von Bergsteigen bis Schwimmen, Tanzen bis Kuscheln, Familienleben und Abenteuer, Ausgehen und Romantik. Passen wir zusammen? Bitte melde dich mit Bild ;-) [bergburschi@web.de](mailto:bergburschi@web.de)

**Allgäu**, Bergbegeisterter, humorvoller, dunkelh., sportlicher, romantischer Er (40, NR, eher ortsgebunden), freut sich auf liebevolle, natürliche Sie (gerne mit Familiensinn), für gemeinsames Gipfelglück, sowie f. sportliche u. gemütliche Aktivitäten. BmB an [gipfelglueck\\_mit\\_herz@gmx.de](mailto:gipfelglueck_mit_herz@gmx.de)

**BERLIN:** Er, 51, 184, sucht sportliche Sie für kleine Fluchten und gemeinsame Erlebnisse auf dem Fahrrad, beim Wandern oder Skifahren. [Berge-Natur-Freund@web.de](mailto:Berge-Natur-Freund@web.de)

RM 92/93 Suche sportliche, fernwehige, lustige, lachende, neugierige sie zw. ca. 39 und 47 einhalb zum Pferdestehlen zw. Stadt/Land/Fluß :-)) Vielleicht mB? [freemichl@gmx.net](mailto:freemichl@gmx.net)

**Rm86:** Du bist NR, einfühlsam, humorv., natürl., sportl.? - Ich auch! Suche liebev. Partnerin +/- 50 für BT, SS-T, KS, Radf., Faulenzen, gem. Zukunft. Nur lesen bringt nichts, melden! BmB. [Alpinfreund69@gmx.de](mailto:Alpinfreund69@gmx.de)

**Rm MB/RO/TS** naturverbundener ER 44/179/77 sucht „für die Tour durchs Leben“ eine bayrische, natürliche, fröhliche und ländliche Sie mit viel Herz und Kinderwunsch. [wanderer\\_78@freenet.de](mailto:wanderer_78@freenet.de)

Rm73, mit Vorliebe zur Alpennähe. Welche lebenslustige, romantische, sportliche und neugierige Frau möchte mit mir (59J, 1,82m; NR, finanziell und zeitlich unabhängig) das Leben gemeinsam spüren? Ob bei Skitour, Skialpin, LL; beim Bergwandern, MTB, RR; beim Golfen oder Schwimmen; beim Reisen mit dem Wohnmobil oder im Wellnesshotel? Und im ganz normalen Alltag. Ich freue mich auf Dich. [LebenJetztBergfreund@gmx.de](mailto:LebenJetztBergfreund@gmx.de)

**Ich möchte mit Dir** Ski(T), LL, Bergtour, Rad, Segeln, Reisen, Kultur, Kuscheln,... **erleben und genießen.** Ich bin 52, 178, quirlig, naturverb., optimist. **RM89/88.** Bist Du ähnlich gestrickt? u1m@gmx.de

38/Raum Nbg - Ich bin ein liebevoller, gebildeter, attraktiver, humorvoller Mann mit Liebe zur Natur, dem Sport und der Musik. Auf dich einzugehen ist für mich ebenso selbstverständlich, wie Treue, Empathie und Zuverlässigkeit. Wenn auch du (ca. 30-38, NR) liebevoll, tiefgründig, gebildet, attraktiv und sportlich bist, freue ich mich sehr auf deine Nachricht. [du-und-ich-gemeinsam@gmx.net](mailto:du-und-ich-gemeinsam@gmx.net)

## FLOHMARKT

Bergstiefel Alpin Meindl, Gr 44, fast neu: 190,- Euro; Schlafsack mit Kapuze, groß, bis -40Grad, 150- Euro, neuwertig; Eispickel neu 80,-Euro, Länge 70cm; Hela 46-57, Blackdiamond neu 58,-; Expeditionsjacke Gr 52 neuwertig, 500,- [weltenreisender.jochen@gmail.com](mailto:weltenreisender.jochen@gmail.com)

Verkaufe **Garmin Oregon 700.** Navigationsgerät. Neu, ungebraucht €350,- Tel.: 0171 214195

Jetzt noch einfacher und schneller buchen:

## Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama!

Sie wollen Kleinanzeigen in einem geeigneten Umfeld schalten oder Ihren Katalog bewerben? Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen.

**Registrieren Sie sich jetzt unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de).**

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter [meine.kleinanzeige@ad-alliance.de](mailto:meine.kleinanzeige@ad-alliance.de) oder rufen Sie an.

Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer: (040) 286686-4222

**Buchen Sie Ihre Anzeige jetzt online unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)**



Cornwall Rail & Hike

# Wildromantisch

„My god, what a land!“, schwärmte schon die Schriftstellerin Virginia Woolf von Cornwall. „Indeed!“ wird bekräftigen, wer dort war. Und einen ganz besonderen Dreh bekommt die Reise nach England mit der Bahn.

---

Text: Christine Frühholz

---

**C**ornwall, wie schön! Rosamunde Pilcher!“ Eine häufige Reaktion derer, die noch mit klassischem Fernsehen sozialisiert sind. Und gleich im zweiten Satz versichern, dass sie Pilcher-Verfilmungen natürlich nicht der schmonzettigen Liebesgeschichten wegen sehen, sondern einfach nicht genug bekommen können von den schönen Bildern. Da ist was dran, Cornwall geizt nicht mit seinen landschaftlichen, häufig gegensätzlichen Reizen: steile Klippen und liebliche Weidelandschaft, weiße Sandstrände und geheimnisvolle Moore. Obendrauf gibt es herzliche Menschen, rustikale Pubs und allerhand florale Designs auf den Zimmertapeten. Rund 200.000 Deutsche zieht es Jahr für Jahr in den Südwesten Englands, schätzt der regionale Tourismusverband.

Ganz klar: Pilcher-Filme werden nur im Sommer und bei strahlendem Sonnenschein gedreht, der Realitäts-Check für britisches Wetter Mitte September kommt heute Abend. Jetzt ist es Mittag in Köln und es regnet. Mit einem Interrail-Ticket in der Hand – das war seit dem Abi nicht mehr der Fall –, geht es nach Brüssel und weiter mit dem Eurostar unter dem Ärmelkanal hindurch in die britische Hauptstadt. Auf die Insel mit dem Zug statt im Flieger? Das funktioniert bestens, sofern man sich ganz bewusst auf eine längere Anreise einlässt und diese mit interessanten Zwischentappen garniert, die für sich genommen schon die Reise wert sind.

Etappe eins: London. Mit sommerhaften Temperaturen und strahlendem Sonnenschein zeigt sich die Weltmetropole am nächsten Morgen. Ideale Bedingungen für Sightseeing – in einer ausgedehnten Tageswanderung streift man an fast allen bekannten Sehenswürdigkeiten vorbei. Und doch ist alles anders dieser Tage. Die Queen ist gestorben, nicht nur am Buckingham Palace strömen die Menschen zusammen und legen Blumen nieder. Und das Polizeiboot, das mit Blaulicht und einer irren Geschwindigkeit unter der Tower-Bridge hindurchrast, ist kein James-Bond-Dreh.

Etappe zwei: die Hügel des Dartmoor. Tags darauf geht es raus aufs Land. Vom Bahnhof Paddington bringt uns ein fast menschenleerer Regionalzug in drei Stunden in die Hafenstadt Plymouth, den Ausgangspunkt einer Tour ins Dartmoor. Schon kurz nach London zeigt, sich, welche Vorzüge Bahnreisen haben kann. Wir rollen gemütlich nach Südwesten, draußen ziehen unendliche, von Hecken, Büschen oder Steinmauern umgebene Weiden vorbei, auf denen sichtlich zufriedene Wiederkäuer bedächtig vor sich hin grasen. Typischer kann sich englische Landschaft nicht darbieten. Im Innern nähert sich eine überaus freundliche Zugbegleiterin mit Snacks und Getränken und ihr „Anything to drink, my dear?“ heißt einen endgültig herzlich willkommen in Good Old England.





Foto: Christine Frühholz

Doch warum eigentlich ein zweiter Zwischenstopp, wenn es doch nach Cornwall gehen soll? Weil die Fahrt direkt von London einen weiteren Reisetag ohne Wandern in der Natur bedeuten würde. Und auf dem Weg von der Hauptstadt an die Küste bietet das Dartmoor in der Grafschaft Devon genau das; zeitlich geht sich die Halbtageswanderung mit Hilfe eines Taxitransfers aus. Wenig bekannt ist der rund 10.000 Quadratkilometer große Nationalpark, am ehesten vielleicht noch in Zusammenhang mit Arthur Conan Doyles „Hund von Baskerville“, der hier sein Unwesen getrieben hat. Sanfte

Hügel, dazwischen immer wieder Schafe, Rinder und die berühmten Dartmoor-Ponys. Außer dem leichten Nieselgeräusch ist es still, eine Auszeit für Ohren und Augen, hin und wieder richtet sich die Aufmerksamkeit auf Ruinen aus der Bronzezeit. Klick, klick – ein eigentümliches Geräusch bringt uns zurück in die Gegenwart. Neben dem Weg ein Zaun, dahinter eine Gruppe Soldaten. Sie hocken auf dem Boden und stecken Patronen in die Magazine ihrer Sturmgewehre. Neben ihnen riesige Marschrucksäcke. Die Jungs werden wohl gleich deutlich weniger entspannt wandern. ▶

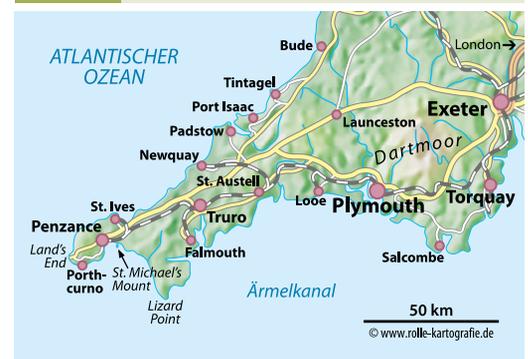
**Klippe runter, Klippe rauf – damit lassen sich an Cornwalls Küste ganze Tage verbringen. Öde wird es trotzdem nie, dafür ist die Szenerie einfach zu schön.**



**Entspannte Schafe im Dartmoor, sonst rührt sich hier nicht viel; etwas mehr los ist in Boscastle an der Nordküste, das eines der schönsten Hafentätchen Cornwalls sein soll; fast schon mondän, auf jeden Fall mediterran wird es in St. Ives.**

Dann doch lieber Fish & Chips und ein Pint in einem gemütlichen Pub, von denen es in Plymouth einige gibt. Die größte Stadt an der englischen Südküste war lange Zeit der wichtigste Hafen des British Empire, heute lässt sich nicht nur hier erkennen, dass Großbritannien neben Corona und Russlands Krieg in der Ukraine auch unter dem Brexit zu leiden hat. Plymouth liegt direkt an der Grenze zu Cornwall. Mit der Bahn rollen wir am nächsten Morgen noch einmal gute zwei Stunden westwärts in die charmante Kleinstadt Penzance, die Basisstation für die kommenden Tage. Der Hafen ist klein, umso länger dafür die Strandpromenade mit dem größten Meerwasserpool Großbritanniens. Von hier aus geht es mit einem kurzen Taxi-Shuttle oder dem Land's End Coaster das erste Mal auf den berühmten South West Coast Path, den mit über tausend Kilometer längsten durchgängig markierten Wanderweg Englands. Startpunkt ist Land's End, Englands westlichster Zipfel, doch was nach A... der Welt klingt, entpuppt sich als Disney-Park: Imbissbuden, Selfie-Spots, 4-D-Kino. Und doch ist es wie fast überall: Ein paar hundert Meter weiter lichtet sich der Andrang und gen Süden ist der Weg frei für ein mehrstündiges Auf und Ab entlang der spektakulären Steilküste. Es ist stürmisch, am Himmel gibt es ein dramatisches Wolkenspiel und das Meer peitscht gegen die Klippen. Dazwischen immer wieder unglaublich schöne Buchten mit feinem Sand. Wer Strände liebt und im Sommer ein bisschen Glück mit dem Wetter hat, bekommt hier Karibikfeeling ganz ohne Flugreise-Dilemma.

**INFO** online: [alpenverein.de/231-10](http://alpenverein.de/231-10)



Fotos: Christine Frühholz (2), Karen Grüneberg

### CORNWALL TRAIN & HIKE

**Anreise:** Cornwall ohne Flugzeug und damit mit deutlich geringerem ökologischem Fußabdruck funktioniert sehr gut, sofern man zwei Tage für An- und Abreise und ein bis zwei Zwischentappen einplant.

Mit dem ICE nach Brüssel, von dort mit dem Eurostar nach London, vom Bahnhof Paddington weiter mit Regionalzügen nach z.B.: Penzance. Vor Ort gibt es diverse Bahn- und Busverbindungen.

**Beste Jahreszeit:** Frühsommer bis Frühherbst.

**Wanderführer:** Cornwall-Devon. Die schönsten Küsten- und Moorwanderungen. Bergverlag Roher 2019, € 14,90.

### BAHNWANDERN CORNWALL MIT DEM DAV SUMMIT CLUB



- ▶ 9 Tage, technisch leichte, aber fordernde Tageswanderungen, Trittsicherheit und Kondition für Gehzeiten bis 5 Std.
- ▶ Bahnreise mit dem ICE über Köln nach Brüssel und mit dem Eurostar nach London
- ▶ Unterkunft in komfortablen \*\*\*\*- und \*\*\*-Hotels und Bed & Breakfast
- ▶ Ein Tag Sightseeing in der Weltmetropole London
- ▶ Einsame Hochmoorlandschaft im Dartmoor
- ▶ Spektakuläre Küstenwanderungen in Cornwall

**Preis:** Ab € 1.995 pro Person inkl. Bahnfahrt ab/bis Deutschland

**Reisecode:** UKRAIL, [dav-summit-club.de](http://dav-summit-club.de)

**Termine:** 2.6.-10.6.2023, 7.7.-15.7.2023, 8.9.-16.9.2023



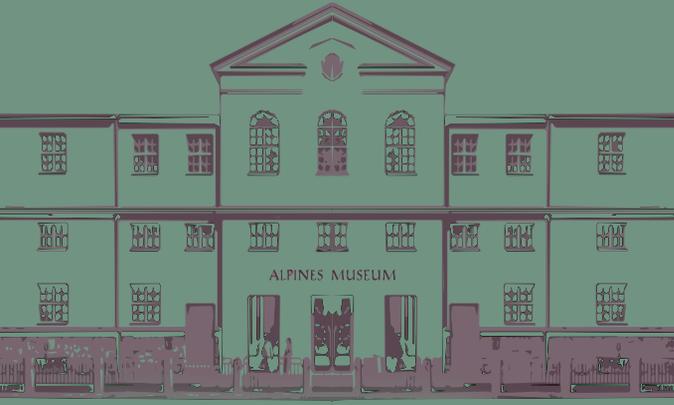
Dass es sich in Cornwall auch jenseits der Küste ganz wunderbar wandern lässt, beweist tags darauf der St. Michael's Way, Teil der alten Pilgeroute von Irland nach Santiago de Compostela in Galicien. St. Ives, der Ausgangspunkt der Tagestour, ist gut mit Bahn oder Bus erreichbar, in der hübschen Kleinstadt mit ihren weißen Sandstränden und den palmenbewachsenen Promenaden lohnt sich ein zweites Frühstück mit Scones oder den typischen, herzhaften Cornish Pasties, gefüllten Teigtaschen. Zunächst durch schicke Wohngebiete geht es immer mehr mitten hinein in die englische Kulturlandschaft. Schmale Pfade durch dichtes Gebüsch, vorbei an romantischen Cottages – Pilcher eben! – und immer wieder über sattgrüne Viehweiden. „Bull in Field“: Schilder geben hier freundlicherweise Auskunft, wenn statt ein paar trägen Schafen Stiere am Start sind. Einige Stunden später öffnet sich der Blick Richtung Meer, schon von Weitem ist das Tagesziel zu sehen: St. Michael's Mount, das Wahrzeichen von Cornwall. Pittoresk ragt die kleine Gezeiteninsel aus dem Wasser – genau wie das berühmtere Pendant in der Normandie. Bei Ebbe ist sie über einen Damm zu Fuß erreichbar.

### Mit etwas Wetterglück gibt es im Sommer Karibikfeeling – und das ganz ohne Flugreise-Dilemma.



**Christine Frühholz** ist in Schottland und Wales schon einige Küsten der britischen Inseln abgewandert, Cornwall war ein Highlight.

Szenenwechsel an die Nordwestküste Cornwalls, wo eine der spektakulärsten, aber auch anstrengendsten Etappen des South West Coast Paths von Port Isaac nach Tintagel wartet. Ein Auf-und-Ab-Marathon über schmale Steige, teils mit Stufen angelegt. Fünf bis sechs Stunden sind für die rund 15 Kilometer veranschlagt, bei Nässe ist Vorsicht angesagt. Viele Flüsse münden hier ins Meer, die einige tiefe Einschnitte in die Klippen gegraben haben. Von dort unten geht es immer wieder ordentlich steil hinauf, wo als Belohnung Aussichten warten, an denen man sich einfach nicht sattsehen kann: raues Meer in Tiefblau bis Helltürkis, schroffe Felsen, wilder Farn, das typische Heidekraut und verträumte Fischerdörfer mit den weiß getünchten Häusern. „Kronender“ Abschluss ist Tintagel Castle oder besser das, was von ihm übrig geblieben ist. Spektakulär genug, schließlich soll hier der legendäre König Artus geboren sein. Eine andere Legende besagt, dass Merlin bis heute in einer Höhle unter der Ruine lebt. Historie oder Mythos – sei's drum: Wer in Cornwall unterwegs ist, taucht ein in eine Landschaft, die verzaubert. Ganz ohne Tafelrunde, Druiden oder Herzkino? Indeed!



## EIN NEUES ZUHAUSE FÜR DIE BERGE

Das Alpine Museum des DAV auf der Münchner Praterinsel wird bis Herbst 2023 umgebaut zu einem modernen, offenen, barrierefreien Haus mit Ausstellungen, Bibliothek, Archiv, Gastronomie und Veranstaltungsräumen. Aktuelle Infos gibt's im Bautagebuch auf [alpenverein.de/36098](https://alpenverein.de/36098).

Zur Wiedereröffnung startet auch die neu konzipierte Dauerausstellung, die inklusiv und mit vielen multimedialen sowie Erlebnis- und Mitmachstationen zeigen will, aus welchen unterschiedlichen Gründen Menschen in die Berge gehen. Damit will sie gleichzeitig für einen respektvollen Umgang untereinander und mit der Natur werben.

Die **SCHWERPUNKTE DER AUSSTELLUNG** stellen wir in dieser und den nächsten Panorama-Ausgaben vor:

### TEIL 1: ABENTEUER

TEIL 2: KÖRPEREMPFINDEN

TEIL 3: LEISTUNG

TEIL 4: NATUR ERLEBEN

TEIL 5: GEMEINSCHAFT

## Abenteuer gestern und heute

Wir gehen in die Berge – und wie!?

**Abenteuer beginnen jenseits der Komfortzone. Viele von uns zieht es gerade deshalb raus aus dem Alltag in die Natur und hinein ins Gebirge. Zum Bergsteigen, Klettern oder sogar auf Expedition. Zu großen oder auch kleinen Abenteuern.** Text: Frank Martin Siefarth & Franziska Kučera

„Oh ja, das Steinerne Meer ... Mein Gott, das Steinerne Meer! ... Das war ein steinernes Meer!“ (Gelächter) „Ja, der Abstieg war ganz schön gefährlich.“ „Und wie wir die Dolomitentour gemacht haben: Das war teilweise schon auch nicht ungefährlich. Also ich könnte wirklich nicht sagen, dass ich nie Angst gehabt hätte.“ „Aber wir waren halt so begeistert. Und Schwierigkeiten ..., die haben wir einfach schnell vergessen. Weil es ist ja gutgegangen – und es war scheel!“ („Mädlgruppe“, DAV Gruppe Grafing)

„Was Abenteuer ausmacht für uns, ist ein bisschen diese Ungemütlichkeit, das Unerwartete. Man weiß nicht, was kommt: Wo übernachtet man heute? Wird es heute Nacht kalt? Regnet es, und man hat keine Hütte, wo man sich unterstellen kann? Das Unbequemere, dafür aber Echtere!“ („Jugend Ä“, DAV München)

Zwischen den Erlebnissen und Erfahrungen der beiden Gruppen liegen mehr als 60 Jahre: In der künftigen Dauerausstellung des Alpines Museums erzählen die noch sehr rüstigen Frauen der in den 1950er Jahren gegründeten Mädlgruppe und eine 2014 gegründete Jugendgruppe in Videos von ihren Bergabenteuern.

### Was macht ein Abenteuer aus und begründet seine Faszination?

Abenteuer sind ja immer ein Wagnis, und so ist auch ein umfangreiches Kapitel dieses Ausstellungsbereichs (siehe Kasten) mit „Unbekanntes entdecken“ betitelt. Ein besonders wildes Beispiel sind die „Bergvagabunden“: Eine ganze Generation arbeitsloser junger Bergsteiger machte sich in den 1920er- und 30er-Jahren auf, bisher noch nicht durchstiegene Routen in den Alpen zu klettern. Sie fuhren mit Fahrrad und Zelt in die Berge und hatten Freude am Abenteuer und am Ausprobieren des eigenen Mutes.

Ein anderes großes Abenteuer, von dem in der Ausstellung mit originalen Fotos und aufgezeichneten Erinnerungen erzählt wird, war eine illegale DDR-Expedition ins Pamir-Gebirge in Tadschikistan. Die Dresdener Bergsteiger schlugen



Die Dresdener Erstbesteiger des „Pik Empor“ (o.); darunter: die Grafinger Mädglgruppe auf dem Kesselkogel im Rosengarten.

## NOCH MEHR ABENTEUER ...

Neben den hier beschriebenen Kapiteln hat der Ausstellungsbereich „Abenteuer“ noch einiges mehr zum Schauen, Erfahren, Erleben und Ertasten zu bieten:

Unter dem Titel **„Raus aus dem Alltag“** wird ein „Berg an Ausrüstung“ aus allen Epochen des Bergsteigens präsentiert.

(Nicht nur) für Kinder gibt's ein **Hütten-Matratzenlager**.

Ausführlich dargestellt wird die **Himalaya-Forschungsexpedition** der Brüder Schlagintweit Mitte des 19. Jahrhunderts.

Original erhalten ist die Ausrüstung eines **„Bergvagabunden“** der 1930er Jahre – Zelt und Schlafsack waren selbst genäht.

**Weitere Themen:** „Die Erforschung der Zugspitze“, „Gefahr und Scheitern“ und „Heldenerzählungen“.

Mit dem Fahrrad zum Matterhorn – so unfreiwillig umweltfreundlich fahren die „Bergvagabunden“ zu ihren Abenteuern.



Fotos: Klaus Petzold, privat, Archiv des DAV

sich 1975 geheim, teilweise verkleidet, mit Tricks und der Hilfe Einheimischer bis an die Grenze zu Afghanistan durch, wo ihnen schließlich zwei Erstbesteigungen gelangen. Klaus Petzold, damals jüngster Teilnehmer, resümiert heute: „Andere Bergfahrten in den Kaukasus und nach 1990 in die Alpen waren teilweise schwieriger, aber die Erlebnisse in einem damals kaum erschlossenen und bekannten Gebirgsteil des Pamir mit seiner asiatischen Kultur waren sehr eindrucksvoll.“

Unbekanntes kann man freilich auch an und für sich ganz persönlich bei einem kleinen, einem „Mikroabenteuer“ entdecken: Eine bunt gemischte Gruppe von 6 bis 60 hat ein Video von einem Klettertag im Mittelgebirge gedreht, das in der Ausstellung zu sehen sein wird. In kurzen Audio-Schnipseln schildern die Frauen, Männer, Jugendlichen und Kinder, worin für sie Abenteuer beim Klettern speziell an Mittelgebirgsfelsen bestehen. Anka (43): „Eine Herausforderung ist für mich auch immer, meine Höhenangst zu überwinden.“ Angst als Teil des Abenteuers war und ist auch bei der Grafinger Mädglgruppe und der Münchner Jugendgruppe immer wieder Thema:

„Natürlich gibt es Situationen, wo man Angst hat oder wo ein höheres Risiko ist“, berichtet eine der Jugendlichen. „Da lernt man einzuschätzen, wann Situationen noch akzeptabel sind und wann nicht.“ Und eine Gruppenfreundin bemerkt philosophisch: „Also ich würde schon sagen, dass eigentlich jede Tour eine persönliche Grenzerfahrung sein kann.“

Die Grafinger Bergsteigerinnen betrachten das im Nachhinein als robuste Berg- und Lebenserfahrungen: „Da war mal Gewitter, mal Schnee. Oder dann hat's uns wieder hingehauen beim Hochgehen mit den Fellen ... Und am Schluss hat's immer geheißen: ‚Es war eine super Tour!‘“

Die Mädglgruppe war, wie es scheint, eh eine ganz schön harte Truppe: „Das hat's ja nicht gegeben, mit diesen Trinkflaschen. Zu trinken hat's unten und dann erst wieder auf der Hütte gegeben. Und zwischendrin hat man einen Kieselstein gehabt, der ist unter die Zunge gekommen – und das war's.“



**Frank Martin Siefarth & Franziska Kučera** erleben nicht nur in den Bergen Abenteuer, auch in ihrem Medienbüro DiE WORTSTATT wagen sie immer mal wieder Neues. [diewortstatt.de](http://diewortstatt.de)

# DAV-Hauptversammlung 2023

Mit neuer Spitze nachhaltig voran

Mitte November fand die DAV-Hauptversammlung statt, seit 2019 das erste Mal wieder unter „Normalbedingungen“. Entsprechend viele Delegierte kamen nach Koblenz, wo es neben lebhaften Diskussionen auch große Emotionen gab.

Mehr als 600 Ehrenamtliche und Hauptberufliche aus 240 Sektionen konnten endlich wieder auf einer Hauptversammlung ohne Einschränkungen zusammenkommen, was gerade in diesem Jahr eine besondere Bedeutung hatte. Denn Josef Klenner, der den DAV als Präsident insgesamt 25 Jahre lang entscheidend geprägt hatte, nahm an diesem Wochenende Abschied von seinem Amt. Tränen in den Augen und Standing Ovations: Der erste Tag der Hauptversammlung endete mit einer bewegenden Würdigung des Engagements von Josef Klenner, der zum ersten Ehrenpräsidenten in der DAV-Geschichte gewählt wurde.

Corona-Pandemie und die Folgen des Ukraine-Krieges: Der Umgang mit Krisenzeiten prägte auch dieses Jahr den Bericht des Präsidiums und der Geschäftsleitung. Dass der DAV im Vergleich zu anderen Sportverbänden sehr gut aufgestellt ist, zeigt ein Wachstum in 2021 von immerhin noch 1,2 Prozent, in 2022 werden rund drei Prozent erwartet. Zu Buche schlagen werden allerdings die gestiegenen Betriebskosten für die Hütten und Kletteranlagen und deutlich höhere Aufwände im Bereich der Ausbildung.

## Konsequenter Klimaschutz

Durchaus emotional startete Tag zwei der Tagung – auf der Agenda stand die große Vereinsaufgabe Klimaschutz. Ein Mammutprojekt, das in der deutschen Verbändelandschaft bislang sicherlich einmalig ist. Hatten die Delegierten ein Jahr zuvor noch mit dem Ziel der Klimaneutralität bis 2030 ein klares Zeichen für konsequenten Klimaschutz gesetzt, gilt es nun ins konkrete Handeln zu kommen. Rund die Hälfte der 355 DAV-Sektionen hat bereits eine\*n Klimaschutzkoordinator\*in ernannt und ein Team zusammengestellt, etwa ein Drittel hat mit der Bilanzierung der CO<sub>2</sub>-Emissionen begonnen. Alles in allem kein Selbstläufer und ein ordentlicher Mehraufwand, den die überwiegend rein ehrenamtlich organisierten Sektionen wuppen müssen. Zentraler Punkt der Diskussionen war die Frage, welche Sektionsprojekte über den DAV-Klimafonds gefördert werden sollen. Mit fast 90 Prozent stimmten die Delegierten den Richtlinien zu, die ab einer Größenordnung von 2000 Euro „vorrangig neue, ideenreiche oder innovative Maßnahmen“ vorsehen, „die im Einklang mit der Nachhaltigkeits- und Klima-

Foto: DAV/Christine Frühholz



Auf der DAV-Hauptversammlung 2022 in der Koblenzer Rhein-Mosel-Halle setzten über 600 Delegierte ein klares Zeichen in Richtung Klimaschutz und Nachhaltigkeit.

## PREISE UND AUSZEICHNUNGEN

**Josef Klenner** wurde zum ersten DAV-Ehrenpräsidenten gewählt.

Der **Ehrenamtspreis** ging an das Kraxlkollektiv, eine Münchner Initiative für kostenfrei zugängliche Boulderwände im urbanen Raum. [kraxlkollektiv.de](https://kraxlkollektiv.de)

Mit dem **Sportpreis** zeichnete der DAV das Deutsche Paraclimbing Team für seine beachtliche Leistung aus: 2022 erreichten sieben Athletinnen und Athleten zwölf Podiumsplätze im Weltcup. [alpenverein.de/wettkampf/paraclimbing](https://alpenverein.de/wettkampf/paraclimbing)

Mit dem **Grünen Kreuz** für besondere Verdienste in der Bergrettung wurde Tobias Wechs von der Bergwacht Hinterstein im Allgäu geehrt, der seit 1992 als Bergretter, Einsatzleiter, Luftretter und Schriffführer aktiv ist und an mehr als 1600 Einsätzen beteiligt war. [bergwacht-bayern.de/hinterstein](https://bergwacht-bayern.de/hinterstein)

Zwei Hütten des Deutschen Alpenvereins erhalten in diesem Jahr das **Umweltgütesiegel** – das **Hochjoch Hospiz** und die **Martin Busch Hütte**. Beide liegen in den Ötztaler Alpen und gehören der Sektion Berlin. Insgesamt 135 von 570 Hütten der Alpenvereine in Südtirol, Österreich und Deutschland erfüllen die strengen Kriterien für einen umweltgerechten und energieeffizienten Hüttenbetrieb. [dav-berlin.de](https://dav-berlin.de)

## WAHLEN – PRÄSIDIUM:

- ▶ Roland Stierle (DAV Stuttgart): Wahl zum Präsidenten
- ▶ Melanie Grimm (DAV Osnabrück): Wiederwahl zur Vize-Präsidentin
- ▶ Ernst Schick (DAV Straubing): Wahl zum Vize-Präsidenten

## WAHLEN – VERBANDSRAT:

- ▶ Arnold Kaltwasser (DAV Reutlingen)
- ▶ Daniel Sterner (DAV Frankfurt a. M.)
- ▶ Norbert Grotz (DAV Allgäu-Kempton)
- ▶ Dr. Harald Fuchs (DAV Berlin)

## WICHTIGE BESCHLÜSSE:

- ▶ Neues DAV-Leitbild: [alpenverein.de/leitbild](https://alpenverein.de/leitbild)
- ▶ Förderrichtlinien DAV-Klimafonds für Sektionen, Zusammenschlüsse von Sektionen und regionale Untergliederungen (Landes-/Bergsportfachverbände)
- ▶ Anpassung der „Förderrichtlinien Hütten“: verstärkter Fokus auf Kriterien des Klimaschutzes und der Nachhaltigkeit

schutzstrategie des DAV stehen und die die Erreichung des übergeordneten Ziels der Klimaneutralität unterstützen“ (siehe dazu S. 88).

Ein umfangreiches Klimaschutzkonzept hat auch der DAV Summit Club, 100-prozentige Tochter des DAV, erarbeitet, dessen Eckpunkte der Geschäftsführer Manfred Lorenz auf der Hauptversammlung erläuterte. Im Wesentlichen entspricht es dem DAV-Konzept, Ziel ist die Klimaneutralität bis 2025, konkrete Vermeidungs- und Reduktionsmaßnahmen sind der Ausbau der Sparte Bahnwandern, Kostenvorteile für Kund\*innen bei klimaneutraler Anreise und eine eigene Mobilitätsplattform zur Verringerung des Pkw-Verkehrs in den Alpen, die mit der Wintersaison gestartet ist. Flüge werden seit 2020 zu 100 Prozent kompensiert.

### Nachhaltiger Bergsportverband

Das Selbstverständnis und die Grundprinzipien einer Organisation werden in einem Leitbild formuliert und auch der DAV hat seine Werte, seine Mission und seine Vision festgeschrieben. Seit Juli 2021 war eine Projektgruppe mit der Überarbeitung des mittlerweile zehn Jahre alten Leitbild-Textes und der Rückkopplung mit den Sektionen beauftragt, auf der Hauptversammlung wurde über die finalen Formulierungen abgestimmt. Nicht ohne lebendige Diskussion, doch in den Grundaussagen waren sich alle einig: gelebte Vielfalt und die Förderung eines verantwortungsvollen und naturverträglichen Bergsports unter Berücksichtigung von ökologischen, ökonomischen und sozialen Aspekten.

### Neuer DAV-Präsident

Neben inhaltlichen Weichenstellungen stand mit der Wahl für das Präsidenschaftsamt eine große Personalentscheidung auf dem Programm: Angetreten war der bisherige Vizepräsident Roland Stierle (DAV Stuttgart). Gegenkandidat\*innen hatte er keine und überzeugen konnte er eine überwältigende Mehrheit von 99,62 Prozent der Delegierten. Der begeisterte Kletterer und Bergsteiger, seit über 50 Jahren im DAV engagiert, stellte klar: „Klimaschutz muss und wird uns auf Griff und Tritt begleiten, unser Mobilitätsverhalten ist dabei der Schlüssel auf dem Weg zur Klimaneutralität.“ Bergsport mit Verantwortung bedeute aber auch, darüber zu sprechen, wie der „Bergsport 2050“ aussehen wird. Und dazu gehöre auch, dass „die Zugänge zu den Bergen nicht noch weiter vereinfacht werden, sei es durch technische Unterstützung oder durch aufreizende Tourismusprojekte, in denen die Berge lediglich als Kulisse dienen“ (siehe dazu auch S. 20). *cf*

## DER AUSWEIS FÜR DIE BERGE

In Kürze erhalten alle Mitglieder ihren DAV-Ausweis für das Jahr 2023. Neben dem Bezug von DAV Panorama, Ermäßigungen beim Eintritt in DAV-Kletterhallen, vergünstigten Übernachtungen auf fast 2500 Hütten oder dem Zugang zu Selbstversorgerhütten in den Alpen und Mittelgebirgen ist in der Mitgliedschaft ein umfassender Versicherungsschutz enthalten. Der so genannte Alpine Sicherheits-Service (ASS) umfasst bei Bergunfällen unter anderem Such-, Bergungs- und Rettungskosten bis 25.000 Euro je Person und Ereignis, die unfallbedingten Heilkosten im Ausland, einen Unfallversicherungsschutz mit Leistungen bis zu 25.000 Euro und eine Sporthaftpflicht-Versicherung. *red*



Ab Dezember 2023 ist die **Lindauer Hütte** (1744 m) im **Rätikon/Vorarlberg** neu zu verpachten. Die Sektion Lindau sucht dazu einen engagierten



## Hüttenwirt (m/w/d)

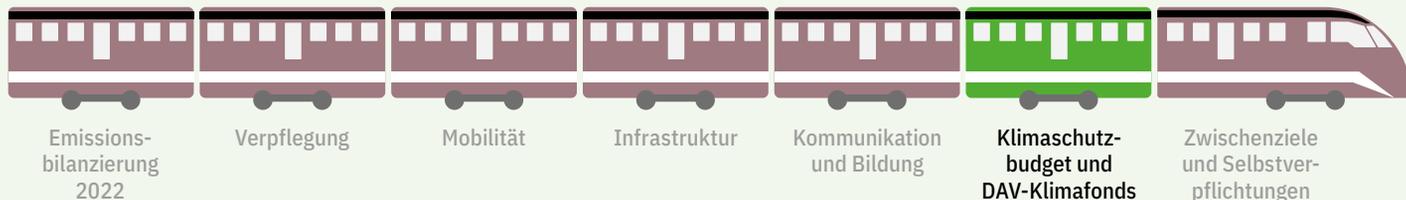
Die Hütte liegt am Fuß der drei Türme im oberen Gauertal im Montafon in hochalpiner Umgebung. Sie wurde im Jahr 2017 generalsaniert.

Die Lindauer Hütte hat Sommer- und Winterbetrieb, bietet Platz für 160 Personen und ist über einen Wirtschaftsweg erreichbar.

Wir suchen einen engagierten und bergerfahrenen Hüttenwirt (m/w/d), der in Zusammenarbeit mit der Sektion die Hütte betreibt. Erwartet werden Erfahrungen im Hüttenbetrieb, fundierte gastronomische Kenntnisse und technische Kompetenz zur Bedienung der Ver- und Entsorgungsanlagen.

Ihre schriftliche Bewerbung mit aussagefähigen Unterlagen richten Sie bitte online bis 1. März 2023 an:

vorstand@alpenverein-lindau.de  
DAV-Sektion Lindau e.V.  
Kemptener Str. 16  
88131 Lindau



## Klimaschutzbudget & DAV-Klimafonds

So will der DAV den Klimaschutz finanzieren

**Klimaschutz kostet. Zwar kann Verzicht auch finanzielle Ersparnis bedeuten, aber der vom Alpenverein eingeschlagene Dreischritt „Vermeiden vor Reduzieren vor Kompensieren“ verlangt auch hohe Investitionen. Zu deren Finanzierung hat der DAV das Klimaschutzbudget und den Klimafonds eingeführt.**

### Das Klimaschutzbudget

Das Klimaschutzbudget errechnet sich aus den CO<sub>2</sub>-Emissionen, die von der jeweiligen „DAV-Gliederung“ (Sektion, Landesverband, Bundesverband) verursacht werden. Dafür wurde im Klimaschutzkonzept ein DAV-interner CO<sub>2</sub>-Preis festgelegt. Aktuell liegt der bei 90 Euro, 2025 steigt er auf 140 Euro pro Tonne CO<sub>2</sub>. Wer viele Emissionen verursacht, muss also viel zahlen. Das Wichtige an diesem Prinzip: Das Geld fließt nicht an eine zentrale Stelle, sondern in das Klimaschutzbudget etwa der Sektion. Hohe CO<sub>2</sub>-Emissionen führen somit über diesen Topf zu mehr Geld für Klimaschutzmaßnahmen. So sollen Emissionen schnell reduziert werden können.

2023 ist das erste Jahr, in dem Klimaschutzmaßnahmen im DAV aus dem Klimaschutzbudget finanziert werden. Wo das Budget wegen noch fehlender Bilanzierungsdaten nicht errechnet werden kann, sollen fünf Prozent des Haushaltsplans in die Finanzierung von Klimaschutzmaßnahmen fließen. Woher das Geld kommt, entscheidet die jeweilige Gliederung selbst – möglich sind beispielsweise Einsparungen, Beitragserhöhungen, Crowdfunding oder sektionsinterne CO<sub>2</sub>-Abgaben.

### Der DAV-Klimafonds

Die DAV-Hauptversammlung 2019 beschloss die Einrichtung eines Klimafonds, in den die Sektionen seit 2021 jährlich einen Euro pro Vollmitglied einzahlen. Mit Mitteln aus dem Klimafonds wurden bisher verschiedene Klimaschutzmaßnahmen gefördert, unter anderem Bergbusse in den Sektionen, Photovoltaik-Anlagen oder die Umstellung auf LED-Beleuchtung. Solche Maßnahmen sollen künftig vorrangig aus den Klimaschutzbudgets finanziert werden. Geld aus dem Klimafonds soll nach dem Beschluss der Hauptversammlung 2022 künftig vor allem Pilotprojekte und Maßnahmen mit Modellcharakter fördern. Auch

die Entwicklung von übergeordneten Konzepten (z.B. Betriebskonzepte für Hütten und Kletterhallen oder Umweltbildungskonzepte), Machbarkeitsstudien oder Forschungsprojekte sollen durch Förderungen aus dem Klimafonds ermöglicht werden. Voraussetzung für die Förderung ist eine Emissionsbilanzierung nach den Standards des Greenhouse Gas Protocol, oder – solange keine abgeschlossene Bilanzierung vorliegt – die Bildung eines Klimaschutzbudgets mit fünf Prozent des Haushaltsplans. Bis zu 50 Prozent der Kosten einer Maßnahme (maximale Fördersumme 50.000 Euro) können vom Klimafonds getragen werden.

### Wie viel Geld fließt?

Die Mittel aus dem Klimafonds ergeben sich aus der Mitgliederzahl des DAV. Ende 2021 waren rund 1,4 Millionen Menschen Mitglied. Nicht alle zahlen den vollen Beitrag und damit auch nicht den vollen „Klima-Euro“ – dennoch können jährlich rund eine Million Euro über den Klimafonds in innovative Klimaschutzmaßnahmen fließen. Beim Klimaschutzbudget ist es schwieriger, genaue Zahlen zu benennen, da die Höhe von den verursachten CO<sub>2</sub>-Emissionen bzw. vom jeweiligen Haushaltsplan abhängt. Die ersten vollständigen Bilanzierungen werden für das Jahr 2022 erstellt, so dass es noch einige Zeit dauern wird, bis verlässliche Zahlen vorliegen. Der Bundesverband rechnet für 2023 mit einem eigenen Klimaschutzbudget in Höhe von rund 435.000 Euro. Gemäß der DAV-Klimaschutzstrategie „Vermeiden vor Reduzieren vor Kompensieren“ fließen die Mittel bis 2030 in Einspar- und Reduktionsmaßnahmen. Erst ab 2030 werden die nicht-vermeidbaren Emissionen kompensiert.

ck/gh

### Bereits geförderte Projekte:

- Bergbusse in verschiedenen Sektionen
- Aktion „Freie Nacht fürs Klima“
- (Aus-)Bau von Photovoltaikanlagen
- Umrüstungen auf LED-Beleuchtung
- Energetische Sanierungen
- Energie-Audits
- Bio-Zertifizierung für das Prinz-Luitpold-Haus

**Weitere Infos zum Klimaschutz unter:**  
[alpenverein.de/wirfuersklima](http://alpenverein.de/wirfuersklima)



# WIR SIND DAV!

1 Verein /// über 1,4 Millionen Mitglieder /// über 30.000 aktive Ehrenamtliche

Fotos: privat, Mauricio Torri



Die Kraxlerin

## Ronja Anders

**DAV TURNER-ALPEN-KRÄNZCHEN MÜNCHEN** – Ronja ist oft in den Bergen, zum Wandern, Klettern oder Mountainbiken. Seit 2020 ist die Maschinenbau-Ingenieurin und Singer-Songwriterin auch im urbanen Raum in Sachen Bergsport aktiv: im Münchner Kraxlkollektiv, einer Initiative der DAV-Sektion Universitäts-Sportclub und weiteren Gruppen der Sektionen München & Oberland. Ziel des 2022 mit dem DAV-Ehrenamtspreis ausgezeichneten Kollektivs ist es, kostenlose und öffentlich zugängliche Boulderwände in München zu errichten. Ronjas Aufgaben im Team reichen dabei von Genehmigungen einholen, Finanzierungen auf die Beine stellen bis zum Bau der Wände oder Routenschrauben. Was sie daran besonders begeistert? Dazu beizutragen, dass auch Menschen mit weniger Geld bouldern können oder die Möglichkeit haben, es auszuprobieren. Und dass sie am Ende des Tages sieht, was sie gemeinsam mit den anderen geschaffen hat, auch wenn die nötigen Verwaltung formalien manchmal recht langwierig sind.

„Der Gedanke, dass Bergsport für alle da ist, wird durch das Kraxlkollektiv gelebt. Und wer mitmacht, bekommt eine coole Gruppe zum Bouldern obendrauf.“



Die Sprinterin

## Tatjana Paller

**DAV TÖLZ** – In der Nationalmannschaft Skibergsteigen gibt Tatjana richtig Gas. Der Sprint ist eindeutig ihre Lieblingsdisziplin, Deutsche Meisterin ist sie allerdings in allen drei Disziplinen – also auch im Vertical und Individual. Und das, obwohl sie 2020 erst ihr Debüt im Skibergsteigen gegeben hat! Eigentlich kommt Tatjana aus dem Straßen- und Bohnradspott. Sieben Jahre war sie Mitglied in der Nationalmannschaft, trainierte regelmäßig mit dem Rennrad auf Mallorca und nahm sehr erfolgreich an internationalen Wettkämpfen teil. Doch die Sehnsucht nach Bergen und Winter war auf Dauer stärker. In den Alpen, also auf Ski aufgewachsen und eine Vorliebe für Ausdauer-sport – da lag der Umstieg aufs Skibergsteigen mehr als nah. Im Sommer trainiert Tatjana viel mit dem MTB oder beim Berglaufen, auf Klettersteigen oder mit Seil in der Wand ist sie ebenfalls gern unterwegs. Und wenn es – sehr selten – einmal weniger sportlich bei ihr zugeht, verbringt sie Zeit mit lieben Menschen, Urlaub oder Musik hören.

„The best view comes after the hardest climb!“



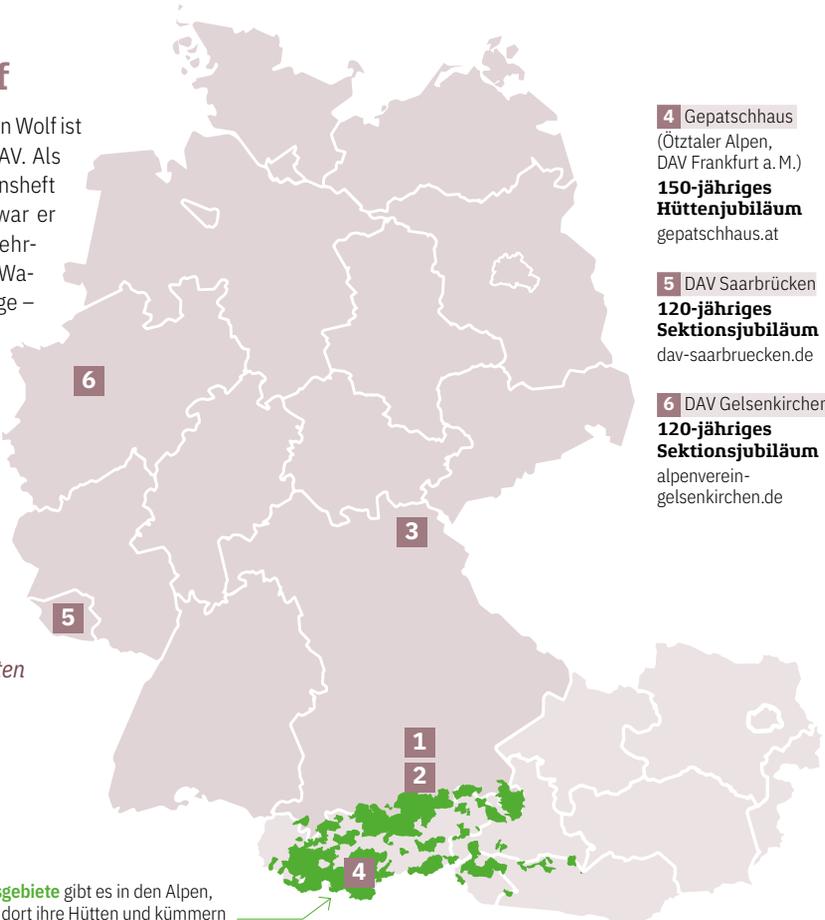
Die Alpinlegende

## Hermann Wolf

**DAV BAYREUTH** – Hermann Wolf ist seit 70 Jahren Mitglied im DAV. Als Lehrling ist er 1953 im Sektionsheft erwähnt worden, ab 1957 war er Inventarverwalter und Skilehrwart, später Hüttenwart der Wagenthalhütte im Fichtelgebirge –

25 Jahre lang! Hermann Wolf ist eine alpinistische Legende: 1965 hat er zusammen mit seinem Partner die Klettertour „Halbmondweg“ im technischen Kletterstil erstbegangen, damals die schwerste Route im Frankenjura und bis heute ein Klassiker. Er war der erste ausgebildete Berg- und Skiführer aus Oberfranken, leitete Expeditionen nach Südamerika, bestieg mehr als 180 Fünftausender und drehte Filme für die Bergsteigersendung „Bergauf-Bergab“. Vor 26 Jahren zog Hermann Wolf nach Österreich – seiner Sektion hält er ungebrochen die Treue. red

„Die Freunde werden älter, aber die Freundschaften bleiben jung.“ (Zitat nach Hermann Magerer)



**4** Gepatschhaus (Öztalener Alpen, DAV Frankfurt a. M.) **150-jähriges Hüttenjubiläum** gepatschhaus.at

**5** DAV Saarbrücken **120-jähriges Sektionsjubiläum** dav-saarbruecken.de

**6** DAV Gelsenkirchen **120-jähriges Sektionsjubiläum** alpenverein-gelsenkirchen.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

**Im nächsten  
DAV Panorama  
ab 21. März:**



**Schweiz**

Hände aus den Hosentaschen heißt es bei einer Variante der Tour des Muverans.



Fotos: Stefan Neuhauser, Bernd Jung

**Weitere Themen:**

**Peaks of the Balkans:** Inklusive DAV-Tour  
**Montafon:** Auf Themenwegen durchs Alpenmosaik  
**Knotenpunkt:** Mountainbiken

**Frankreich**

Bikebergsteigen: Die Dreitausender in den Alpes de Haute Provence bieten dafür bestes Terrain.



**Skitouren:** Winterfreuden im Engadin  
Ab 15. Februar online – [alpenverein.de/232-1](http://alpenverein.de/232-1)

**DAV Panorama**

Magazin des Deutschen Alpenvereins  
75. Jahrgang, Nr. 1, Februar/März 2023  
ISSN 1437-5923

**Inhaber und Verleger**

Deutscher Alpenverein e.V.  
Anni-Albers-Str. 7, 80807 München  
Tel.: 089/140 03-0  
Fax: 089/140 03-98  
dav-panorama@alpenverein.de  
alpenverein.de/panorama

**Redaktion**

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) – gh (Knotenpunkt, Mach's einfach)  
Christine Frühholz – cf (Menschen, Reportage, Alpenverein aktuell, Fitness & Gesundheit, Posteingang)  
Philipp Radtke – pr (Reportage, Berg & Tal, Klassiker, Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt, Sicherheitsforschung)  
Franz Güntner – fg (Berg & Tal, Auf einen Blick)  
Janina Stilper – js (Reportage, Berg & Tal, Panorama-Magazin auf alpenverein.de)  
Julia Behl – jb (Reportage, Panorama-Magazin auf alpenverein.de)  
Hauke Bendt – hb (Reportage, Panorama-Magazin auf alpenverein.de)  
Jonas Kassner – jk (Panorama-Magazin auf alpenverein.de)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von „Knotenpunkt.“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV (s. Impressum „Knotenpunkt.“). Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser\*innen, nicht des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt. Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen und Zuschriften vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts. Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte, Führer und aktuellen Informationsquellen.

**An dieser Ausgabe wirkten mit:**

Max Bolland, Michaela Brugger, Andi Dick (ad), Lukas Fritz, Florian Hellberg, Stefan Herbke, Franziska Horn, Christoph Hummel, Cornelia Kress (ck), Franziska Kučera, Folkert Lenz, Martin Prechtel, Michael Prötzel, Stefan Schneider, Dr. Martin Schwiersch, Frank Martin Siefarth, Roland Stierle, Dr. Bernhard Streicher

**Gestaltung und Produktion von DAV Panorama**

Sensit Communication GmbH, 81543 München, sensit.de  
Gestaltung und Layout des JDAV-Magazins „Knotenpunkt.“ sind eine Eigenentwicklung der JDAV; es wird getrennt von DAV Panorama produziert (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

**Verantwortlich für Anzeigen**

Ad Alliance GmbH  
Am Baumwall 11  
20459 Hamburg  
Verantwortlich für Anzeigen (v.i.S.d.P.):  
Petra Küsel, Head of Brand Print + Direct Sales  
Deputy Head of Brand Print + Direct Sales:  
Daniela Pormann,  
Tel.: 040/28 66 86 40 59  
Anzeigentarif Nr. 57 (ab 1.1.2023)  
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter ad-alliance.de

**Gesamtherstellung**

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim  
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 3/22: 856.834,  
davon ePapers 3/22: 177.707  
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich  
Gedruckt auf 100-Prozent-Recycling-Papier  
Steinbeis Charisma Silk

Der Bezugspreis ist für A-Mitglieder, Kinder/Jugendliche mit Einzelmitgliedschaft, Junioren und bestimmte B-Mitglieder durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel zertifiziert.



# Möchten Sie Panorama digital lesen und damit Papier einsparen?

Das geht über „Mein Alpenverein“ auf der Webseite Ihrer Sektion oder über [mein.alpenverein.de](http://mein.alpenverein.de)



Foto: Heinz Zak

## VORTEILE DER PANORAMA APP



- + DAV Panorama immer dabei
- + im Archiv stöbern
- + bequem offline lesen



Erhältlich im App Store



JETZT BEI Google play





# HAWESKO

Hanseatisches Wein und Sekt Kontor

# Südtaliens feine Vielfalt

SIE SPAREN ÜBER **50%**



10 Flaschen + 2 Weingläser statt € ~~103,72~~ nur € **49<sup>90</sup>**

**JETZT VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN: [hawesko.de/dav](https://www.hawesko.de/dav)**



**JAHREZEHNTENLANGE ERFAHRUNG** Über 55 Jahre Erfahrung im Versand und Leidenschaft für Wein bündeln sich zu einzigartiger Kompetenz.



**GARANTIERTE QUALITÄT** Wir stellen hohe Qualitätsanforderungen an unsere Weine - von der Entscheidung beim Winzer bis zur fachgerechten Lagerung.



**BESTER ONLINE WEINFACHHÄNDLER 2021** Ausgezeichnet von der Frankfurt International Trophy, Wine, Beer & Spirits Competition.

Hier zum Angebot:



Vorteilsnummer 1103122

Zusammen mit 10 Fl. im Vorteilspaket erhalten Sie 2 Gläser der Serie PURE von Zwiesel Glas, gefertigt aus TRITAN® Kristallglas, im Wert von € 19,90. Telefonische Bestellung unter 04122 50 44 55 mit Angabe der Vorteilsnummer (wie rechts angegeben). Versandkostenfrei innerhalb Deutschlands. Max. 3 Pakete pro Kunde und nur solange der Vorrat reicht. Es handelt sich um Flaschen von 0,75 Liter Inhalt. Alkoholische Getränke werden nur an Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr geliefert. Informationen zu Lieferbedingungen und Datenschutz finden Sie unter [www.hawesko.de/service/lieferkonditionen](https://www.hawesko.de/service/lieferkonditionen) und [www.hawesko.de/datenschutz](https://www.hawesko.de/datenschutz). Ihr Hanseatisches Wein- und Sekt-Kontor Hawesko GmbH, Geschäftsführer: Gerd Stemmann, Alex Kim, Anschrift: Friesenweg 24, 22763 Hamburg, Handelsregistereintrag: HRB 99024 Amtsgericht Hamburg, UST-Identifikationsnr.: DE 25 00 25 694.