

Glorreiche Sieben

Stubai er Gipfel-Höhepunkte

Weitwandern Ligurischer Höhenweg
Sicherheit Richtig spotten **Porträt**
Alessandro Gogna **Voralpen** Der
Allgäuer Wasserläufer **Bouldern**
Spielplatz Fontainebleau



THIS IS YOUR LIFE.

BE A HERO

NANCY GONZALEZ
Foto von: Nancy Gonzalez

GoPro
Be a HERO.



ÜBER **60** HALTERUNGEN
+ ZUBEHÖR



ERSTELLEN + TEILEN
GOPRO APP

#BEAHERO



Foto: Georg Hohenester

'S is' wieder Sommer

Nach dem schneearmen Winter und kapirolenhaften Frühling ist wenigstens auf den Sommer Verlass: Er bringt Sonne und Wärme, blauen Himmel, weiße Wölkchen, buntgetupfte Bergwiesen um die Hütte, markante Felsflanken in hitze-flirrender Luft. Da braucht es nur noch Zeit, um auf einen Berg steigen und vom Gipfel über die herrliche Weite der Alpen schauen zu können. Sich dabei spüren, seinen **Rhythmus finden** und zur Ruhe kommen, Schritt für Schritt „herunterkommen“ ist entscheidender Effekt. Beim Absteigen noch **Kraft schöpfen** für die nächsten Tage und Aufgaben – wer wünscht sich das nicht? Hoffentlich hilft der Sommer, dass diese kleinen Fluchten gelingen.

„Microadventures“ heißen die jetzt und sind ziemlich hip(st)er, wie die Bücher und Magazine, die dafür Rezepte liefern. **Von der Haustüre weg** aufbrechen: zu Fuß, mit dem Rad, mit dem Boot, durch die Stadt, in den Wald, auf den Hügel, über den Fluss – und draußen bleiben für mindestens einen Tag inklusive Übernachtung. Diese „kleinen Abenteuer“ bedienen die menschlichen – analogen – Basics, die im sich unausweichlich digitalisierenden Alltagswahn immer mehr ins Hintertreffen geraten.

Analoges versus digitales Kartenmaterial testet der Knotenpunkt (S. 63). Und unsere „Abenteuer-Rezepte“ animieren vielleicht zur ein oder anderen Tour. Sie können auf einen der **Seven Summits Stubai** (S. 18) steigen, über den **Ligurischen Höhenweg** (S. 88) wandern, durchs **Allgäuer Voralpenland** (S. 48) oder **mit Komfort über die Alpen** (S. 82). Wer lieber an den Fels greift, wird beim **Bouldern in Fontainebleau** (S. 40) fündig, interessiert sich wohl auch für **Sicherheit beim Bouldern** (S. 52) und für die Ergebnisse der letzten **Kletterhallenstudie** (S. 56). Und wenn der Sommer wettermäßig doch nicht mitspielt, gibt es als Alternative den „Sommer in den Alpen“. Das gleichnamige GEO-Special bietet interessante Lektüre, die mieses Wetter erträglicher macht. Oder man tut es den Bergen gleich. Die stehen unerschütterlich da und pfeifen auf das Wetter.

Wie auch immer – genießen Sie den Sommer!



Ihr

Georg Hohenester
Redaktion DAV Panorama

★★★★★ **TOP-TIPP**
PITZTALER BERGSOMMER
Genießen Sie den schönsten Bergsommer und Wanderherbst.
4 geführte Wanderungen mit Hausherrn Sepp!
www.sportalm.net



KINDER
unter 6 Jahren
gratis!



Die Sportalm-Inklusive-Extras

- 4 geführte Wanderungen: Sportalmchef Sepp führt Sie zu den schönsten Almen und die Welt der Eisriesen
- 2 x pro Woche Tour zur Wildspitze dem höchsten Berg Tirols (Unkostenbeitrag € 99,00)
- 3/4 Verwöhnpension mit 4-Gang-Feinschmecker-Wahlmenü
- Begrüßungscocktail am Sonntag
- köstliches Frühstücksbuffet & Nachmittagsjause ab 15 Uhr
- Sportalm-Gala-Diner und Freitags herzhafter Grillabend
- Dienstag herrliches Dessertbuffet
- Freie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft
- Sport- und Vitalpackung small, 1 x Teilmassage
- Mountain-Bike, Walkingstöcke, Klettergurte und Steigeisen werden kostenlos verliehen

Verwöhntage (1 Tag Gratis): 4 Tage ab € 279,--

Bergfestwoche 25.06.-03.09.: 7 Tage ab € 459,--

Vorteilswoche 03.09.-01.10.: 7 Tage ab € 415,--

Zimmertyp DZ Alpenglühn: Preise pro Person

Sportalm
40 JAHRE

Familie Schwarz
A-6481 Plangeroß · Pitztal
Tel.: 0043(0)54 13/86203
info@sportalm.net

FONTAINEBLEAU

Der Fels-Spielplatz im Märchenwald nahe Paris verzaubert Boulderer aller Klassen und jeden Alters, aber auch Läufer kommen auf ihre Kosten.

40



18

Wellness-Wandern | 82



DAV **Panorama** app

Im App Store und bei Google Play



alpenverein.de/
panorama-app

48 | Allgäu



SEVEN SUMMITS STUBAI

Eine ausgewogene Mischung aus ambitionierten Zielen und Genussbergen bieten sieben ausgesuchte Charaktergipfel des Stubai.

63 | Analog oder digital?



94 | Alessandro Gogna



88 | Ligurien



RUBRIKEN

- 3 Editorial: 'S is' wieder Sommer
- 71 Leserpost
- 98 Vorschau und Impressum
- 99 Promotion: Reisenews
- 106 Promotion: Produktnews
- 109 Outdoorworld

6 ALPENVEREIN AKTUELL

Online-Reservierungssystem für Alpenvereins­hütten [6] Podium: Grenzgang am Traumberg [8] Gewinnspiel mit der Deutschen Bahn; Ticker [9] 30 Jahre Gay Outdoor Club München [10] Wendepunkte des Alpinismus: Brenvaflanke [11] DAV-Trainer dürfen Schülergruppen leiten; MTB-Fortbildung mit Praxistext [12] Alpine Jugend hoch 4 [13] Alpenverein und Jugendherbergswerk [14] Höllentalangerhütte: Wiederaufbau im Alpinen Museum [15] Menschen; Eiger-Express [16] Berglauf mit System; Touristenfalle Hoachwool-Klettersteig [17]

18 SEVEN SUMMITS STUBAI

Auf sieben Gipfeln musst du stehen

26 BERGSPORT HEUTE

Bouldern – ein Bergsport im Aufwind [26] Klettern bei Olympia?; Deutsche Meister im Bouldern; DAV-Nachwuchscamp Alpinklettern [28] 25 Jahre Action Directe [29] Interview: Kadertrainer Michi Wärthl [30] Abschlussexpedition Frauenkader; Neuer Boulderraum in Selb; DAV-Kletterzentrum Bremen [31] Württemberger Weinradweg: Mit dem Rädle durchs Ländle [32] Klettern beim Hallerangerhaus: Die Mischung stimmt [34] spitz & breit [36] DAV Summit Club News [38]

40 FONTAINEBLEAU

Spielplatz der Superlative

48 WEITWANDERN IM ALLGÄU

Immer dem Wasser nach

52 TIPPS & TECHNIK

Sicherheit beim Bouldern: Wer den Spotter hat ...

56 SICHERHEITSFORSCHUNG

Kletterhallenstudie 2015: Ich hab dich!?

60 FITNESS & GESUNDHEIT

Höhentrekking: Hoch um jeden Preis?

63 KNOTENPUNKT: DER TOD DER LANDKARTE?

Editorial; Impressum; Off Mountain [64] Karte oder GPS? Die Welt im Griff? [65] Geschlechtergerechtigkeit im Knotenpunkt – Wofür steht der *? [67] Klimawandel und unerwartete Folgen: Warum sind die Gämschen so klein? [68] Alpinkids: Wenn das Klima sich wandelt; Gämschenklein [69] Erbse [70]

72 NATUR & MENSCH

Klimaschutz und Klimawandel: Global denken, lokal handeln [72] Hüttenwirt: Soiernhaus; Mit der Bahn in die Berge [74] DAV-Naturschutztagung; Broschüre Klimawandel und Verkehr; Hüttenmeldungen [75]

76 KULTUR & MEDIEN

Ausstellung im Alpinen Museum: Standpunkt. Jürgen Winkler 1951-2016 [76] Alpines Museum und DAV-Bibliothek [78] Bücher und Medien: Neu erschienen [79] Kultur-News [80]

82 WELLNESS-WANDERN

Komfort statt Askese

88 LIGURISCHER HÖHENWEG

Salve statt Namaste

94 ALESSANDRO GOGNA

Das feine Gleichgewicht



Titelbild: Heinz Zak. Abendstimmung auf dem Zuckerhütli



FLAT IS BORING®
#CHANGEYOURATTITUDE



BEAT THE SUN & INSECT BITES

Das **HIGH UV BUFF®** mit **INSECT SHIELD®** und der **INSECT SHIELD® 2 LAYER HAT BUFF®** beide aus Coolmax® Extreme Gewebe, atmungsaktiv und feuchtigkeitsregulierend mit einem 95%igen UV-Schutz. Dank der Insect Shield® Technologie werden lästige Insekten fern gehalten.

HIGH UV mit INSECT SHIELD® HAT BUFF®
HIGH UV mit INSECT SHIELD® BUFF®



Finde die für dich passende Design-Kombination aus der BUFF® Hat- und Neckwear Kollektion.



www.buff.eu
Buff Germany

Am Berg zu Gast – nach Maß

Alpenvereinshütten sind traditionsreiche Stützpunkte für Bergtouren. Einige von ihnen gehen diesen Sommer einen Schritt weiter ins digitale Zeitalter und ermöglichen eine Echtzeit-Reservierung per Internet.

Nein, es war nur ein Aprilscherz, als der DAV meldete, das neue Online-Reservierungssystem für Alpenvereinshütten diene gleichzeitig einer wirtschaftlichen Optimierung, indem es die Gäste solchen Hütten zuteile, die unter zu wenig Buchungen litten. Wo Hüttengäste ihr Bergerlebnis suchen, bleibt ihnen immer noch selbst überlassen. Doch die Online-Buchung ist nun tatsächlich möglich – und bietet Vorteile für alle Beteiligten.

gibt Gruppen, die separat übernachten möchten. Alles nicht so einfach. Manche Hüttenwirte haben schon eigene Systeme ausgetüfelt. Nun bieten die Alpenvereine von Deutschland, Österreich, Südtirol und der Schweiz ein Online-Reservierungssystem für ihre Hütten an – offen auch für private Hütten.

Der SAC arbeitet seit Ende 2013 mit einem solchen System, dem mehr als 50 Hütten angeschlossen sind. Im ersten Jahr schon wurde fast

das neue weiterentwickelte System allen interessierten Hütten zur Verfügung.

Schlafplatzbuchung in Echtzeit

Bergsteiger sollen in Echtzeit ihren Schlafplatz reservieren können und sofort automatisch eine Reservierungsbestätigung erhalten – jeden Tag, rund um die Uhr. Auf der Website der Hütte oder Sektion gelangt man zur Reservierungsmaske und kann Aufenthaltsdauer, Grup-

Datum	24.06.2016	25.06.2016	26.06.2016	27.06.2016	28.06.2016	29.06.2016	30.06.2016	01.07.2016	02.07.2016	03.07.2016	04.07.2016	05.07.2016	06.07.2016	07.07.2016	
Fr 24 Jun 2016	Massenlager: 13 Plätze Zimmer: 29 Plätze	Sa 25 Jun 2016	Massenlager: 8 Plätze Zimmer: 0 Plätze	So 26 Jun 2016	Massenlager: 27 Plätze Zimmer: 4 Plätze	Mo 27 Jun 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 20 Plätze	Di 28 Jun 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 26 Plätze	Mi 29 Jun 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 33 Plätze	Do 30 Jun 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 33 Plätze	Fr 01 Jul 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 13 Plätze
Sa 02 Jul 2016	Massenlager: 32 Plätze Zimmer: 4 Plätze	So 03 Jul 2016	Massenlager: 34 Plätze Zimmer: 31 Plätze	Mo 04 Jul 2016	Massenlager: 28 Plätze Zimmer: 33 Plätze	Di 05 Jul 2016	Massenlager: 34 Plätze Zimmer: 33 Plätze	Mi 06 Jul 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 33 Plätze	Do 07 Jul 2016	Massenlager: 44 Plätze Zimmer: 27 Plätze				

Schlafplatz nach Wunsch mit unverbaubarer Hochgebirgsaussicht – seit diesem Sommer lassen sich schon etliche Alpenvereinshütten per Smartphone oder Computer buchen. Und es werden noch mehr werden.

Im Zeitalter von Smartphone und Internet-Reiseagenturen erwarten auch viele Bergsteiger, dass sie ihre Übernachtung im Gebirge nicht nur per Telefonanruf machen können, sondern per E-Mail vom Laptop, Smartphone oder Tablet aus. Das Buchungssystem von Berghütten ist aber oft komplexer als bei Hotels im Tal: Es gibt Zweierzimmer, Mehrbettzimmer, Matratzenlager mit 10, 40, 90 oder mehr Plätzen. Und es

ein Fünftel aller Hüttenübernachtungen online getätigt. „Wir wollen dem Gast eine einfache Buchung ermöglichen und dem Hüttenwirt Spielraum für individuelles Hüttenmanagement lassen“, erklärt Bruno Lüthi, Leiter Marketing des SAC. Das gleiche Ziel haben die ostalpinen Alpenvereine für die gemeinsame Digitalisierung ihrer Hüttenwelt. Seit letztem Jahr testen einige Hütten das System, seit Ende Juni steht

pengröße oder gar Essenswünsche online eingeben. Gleichzeitig ist der aktuelle Buchungsstand ersichtlich – wenn nicht genügend Schlafplätze frei sind, kann man sich auf eine Warteliste setzen lassen. „Der Gast muss nicht alle Hütten abtelefonieren“, sagt Robert Kolbitsch, Ressortleiter Hütten, Wege und Kletteranlagen im DAV, „und der Wirt nicht zweihundertmal am Telefon Nein sagen.“ Thomas

Auer, Hüttenwirt der Höllentalangerhütte, im Testbetrieb seit Ostern, kann die administrative Entlastung nur bestätigen: „Bisher läuft es gewaltig! Ich bin froh über die enorme Zeitersparnis. Gäste finden sich zudem sehr schnell zurecht mit dem System.“

Die Alpenvereine erhoffen sich auch eine positive Änderung im Verhalten der Gäste. Hüttenwirte berichten, dass manche Gäste auf mehreren Hütten gleichzeitig reservieren, um sich verschiedene Toureoptionen offenzuhalten; manche sagen dann nicht einmal ab! Damit verärgern solche Zeitgenossen die Wirte, die womöglich auf frischen Essensvorräten sitzen bleiben – und sie schaden anderen Bergfreunden, die keinen Platz mehr bekommen. Das neue System erkennt jetzt solch asoziale Doppelbuchungen für den gleichen Zeitraum. Und es ermöglicht Änderungen oder Stornierung der Reservierung. Dank eines E-Payment-Moduls kann man schon bei der Reservierung die Anzahlung online tätigen und sich so den Übernachtungsplatz sichern; dem Wirt sichert es die Stornogebühren bei späterer Absage.



Fragen an Hüttenwirt Christoph Sager, Konkordiahütte, SAC

Wie lange bist du schon Hüttenwirt?

Seit 16 Jahren. Vor der Konkordiahütte war ich auf der Martinsmad-, Etzli- und Oberaarjochhütte.

Warum machst du beim Online-System mit?

Ich halte Traditionen in Ehren und bin Fan von Innovationen. Dass ich das neue Reservationssystem ausprobieren möchte, stand nie infrage. So waren wir bei den Ersten mit dabei.

Wie hat sich das Reservierungsverhalten der Gäste verändert?

Anfangs meiner Zeit hat sich neben dem Telefon bald schon die E-Mail für Reservationen etabliert. Schon seit Jahren benutze ich eine Excel-Tabelle statt Bleistift und Radiergummi, inzwischen Laptop und Smartphone. Dem modernen Bedürfnis nach Kurzfristigkeit und Unverbindlichkeit wollen wir uns nicht verwehren – wenn auch mit einem weinenden Auge!

Wie nutzt das neue System dir und deinen Gästen?

Wir haben mehr Zeit für die Gäste vor Ort, und ihnen stehen viel mehr Informationen zur Verfügung. Müssten wir alle An-, Abmeldungen und Änderungen telefonisch abwickeln, bräuchten wir eine Vollzeitstelle.

Was könnte noch besser funktionieren?

Einen maßgeblichen Vorteil, für Gäste wie für Hüttenwirte, sehe ich in der hüttenübergreifenden Nutzung. Um auch unbewartete Hütten und Biwaks zu integrieren, gäbe es noch Optimierungsbedarf.

Kann das System helfen, die Anzahl der nichtangekündigten Gäste oder auch der No-Shows zu verringern?

Reservieren ist schon längst Standard. Die leidigen No-Shows sind aus meiner Sicht ein Eigentor der Hüttenwirte; sie sollten die Richtlinien vernünftigt umsetzen.

Gleichzeitig mit dem Reservationssystem wollen die Alpenvereine das E-Payment auch für bargeldloses Zahlen auf den teilnehmenden Hütten anbieten.

Ganze Durchquerungen auf einen Klick organisiert

Das System hat noch mehr Entwicklungspotenzial: So soll künftig ein Mehrtagestouren-Modul erlauben, alle Hütten einer Durchquerung bequem durchzubuchen und den Routenverlauf den verfügbaren Plätzen anzupassen. Auch Schnittstellen zu anderen Buchungssystemen sollen eingerichtet werden. Und die Aufnahme weiterer europäischer Alpenvereine ist erwünscht; die Südtiroler Sektion des CAI und der slowenische PZS haben schon Interesse bekundet.

Trotz allem wird es auch weiterhin möglich bleiben, Hüttenplätze langfristig per Post oder kurzfristig per Telefon zu reservieren. Und es

wird auch noch lange Berghütten ohne Online-Buchungsmöglichkeit geben. Das liegt nicht (immer) an den Internet-Vorbehalten mancher Wirte: Das System braucht schlichtweg eine ausreichende Stromversorgung und eine stabile Internetverbindung – und gerade diese haben viele Hütten nicht immer. Das kann an den technischen Gegebenheiten vor Ort liegen, etwa einer schlechten Satellitenverbindung. Es kann aber auch finanzielle Gründe haben: Etwa wenn eine Hütte nur zwei bis drei Monate pro Jahr geöffnet ist, die Telekommunikationsanbieter aber nur Jahresverträge zu finanziell attraktiven Konditionen anbieten. Die Alpenvereine kennen diese Problematik und versuchen derzeit, mit Telekommunikationsanbietern, Pächtern und Sektionen Lösungen zu finden.

Und auch das analoge Telefon ist nicht völlig „out“: Über die Verhältnisse am Berg geben viele Hüttenpächter gern weiterhin telefonisch Auskunft.

mr



Fotos: DAV/Studer, Thilo Brummer/DAV, privat

Anke Hinrichs

Grenzgang am Traumberg

Anke Hinrichs hat eine Bewegungsstörung, steigt aber trotzdem auf Berge und arbeitet im Jugendkursteam der JDAV mit. Für ihren Kindheitstraum Hochvogel ging sie an ihre Grenzen – oder gar darüber hinaus.

Seit Kindertagen hatte ich ihn im Visier: den Hochvogel, König der Allgäuer Alpen. „Geh einfach hinauf!“, mag ein Fremder sagen. Doch mit einer zerebralen Bewegungsstörung ist das nicht so leicht. Die Behinderung bereitet mir

Dreizehn Jahre später wurde der Traum endlich wahr: Zum 150-jährigen Firmenjubiläum sponserte Mammut weltweit 150 Teams, die 150 Gipfel bestiegen. Die Projektleitung in Zürich hatte von mir Veröffentlichungen gelesen und kam auf mich zu: Mit zwei nichtbehindernden DAV-Jugendleitern, zwei bergbegeisterten Freunden, einer blinden Kollegin mit ihrem Partner und zwei Bergführern sollte es auf den Hochvogel gehen! Doch drei Tage vor dem Start

geblieben – ein gemütlicher Wanderweg war das schon längst nicht mehr. Doch mit letzten Kräften erreichte ich um 10.30 Uhr das Gipfelkreuz meines Traumbergs. Zeit zum Genießen blieb wenig, da auch noch ein langer Abstieg wartete. Erst um 16 Uhr waren wir zurück im Luitpoldhaus.

Es war mein größter Wunsch gewesen, einmal den Hochvogel zu erreichen, doch ich hatte teuer dafür gezahlt. Obwohl mein Team nie

Fotos: Sylvia Rothe, Archiv Hinrichs



Wer will mit?

Anke Hinrichs möchte eine Gruppe gründen, die an verlängerten Wochenenden anspruchsvollere Bergtouren in gemütlichem Tempo unternimmt. Dabei sind Menschen jeden Alters willkommen, auch solche mit gesundheitlichen Einschränkungen. In die Organisation bringt Anke ihre Qualifikation und Erfahrungen als Jugendkursleiterin seit 2000 ein, im Gegenzug braucht sie Unterstützung beim Gehen, zum Beispiel durch eine Hand am Rucksack des Vorgängers. aoraki@online.de

Mit der Hand am Rucksack des Vorgängers kann Anke Hinrichs die Balance halten – so wurde dank Bergführer der Traum vom Hochvogel wahr.

Probleme mit Koordination und Gleichgewicht, ich brauche mindestens eine Hand am Rucksack meines Vorgängers, um Stabilität und Halt zu finden. Meine Mutter, die mir so manchen Gipfel im Allgäu ermöglicht hatte, machte einen Testgang, ihre Botschaft war ebenso ernüchternd wie motivierend: „Anke, vergiss es! Dieser Gipfel ist zu anspruchsvoll für dich!“ 1998 nahm ich an einer Umweltbaustelle der JDAV am Luitpoldhaus teil. Jeden Tag 200 bis 300 Höhenmeter zur Baustelle absteigen, vier bis fünf Stunden hart körperlich arbeiten und danach wieder rauf zur Hütte – ich kam oft an die Grenze meiner körperlichen Möglichkeiten. Aber am schlimmsten war unser freier Tag, denn die Gruppe stieg auf den Hochvogel, und ich musste alleine unten bleiben!

kam ich mit einer fiebrigen Sommergrippe im Allgäu an. Eine Verschiebung der Aktion war nicht möglich, also schluckte ich drei Tage lang alles, was ich in der Apotheke bekommen konnte. Schon beim Hüttenaufstieg merkte ich, wie schlecht ich in Form war.

Ein Tag, der alles fordern wird

Nach einer unruhigen Nacht mit wenig Schlaf saß ich um fünf Uhr früh beim Frühstück, brachte kaum einen Bissen hinunter und ahnte, dass dieser Tag alles von mir fordern würde. Wir wählten die Klettersteig-Route über die Kreuzspitze, weil meine blinde Kollegin und ich dort besser gesichert werden konnten. An der „Schnur“, einem ausgesetzten Felsriegel kurz unter dem Gipfel, wäre ich am liebsten zurück-

ernsthaft in Gefahr war, frage ich mich heute, ob es richtig war, mit einem fiebrigen Infekt in ein solches Vorhaben gestartet zu sein. Aber diese einmalige Chance wollte ich nicht verpassen. Dennoch hat sich mir die Frage nach der individuellen Verantwortung im Gebirge in Gruppensituationen sehr konkret gestellt. Welche Grenzen akzeptiere ich und wo gehe ich darüber?

Eines ist für mich aber klar: Gesund würde ich keine Minute zögern, noch einmal auf den Hochvogel zu gehen. ■

| Ein Film von Sylvia Rothe über diese Tour steht im Internet: vimeo.com/122308192 |



Anke Hinrichs ist Diplompädagogin und Initiatorin des JDAV-Projekts „No Limits“, über das Kurse für Menschen mit und ohne Behinderung angeboten werden.

GEWINNSPIEL MIT DER DEUTSCHEN BAHN



BERGURLAUB VON ANFANG AN

Unter dem Motto „Wir machen Strecke – Sie machen Urlaub“ ermöglicht die Deutsche Bahn Bergfreunden aus ganz Deutschland eine entspannte und umweltschonende Anreise in die Alpen und Mittelgebirge. Mehrmals täglich bietet der DB-Fernverkehr mit EC, IC und ICE Verbindungen in die Bergregionen.

Sparpreise gibt es bereits ab 29 Euro und eigene Kinder bis 15 Jahre reisen kostenlos mit. Täglich 34 Direktverbindungen oder Verbindungen mit nur einmal Umsteigen führen nach Österreich oder in die Schweiz.

Übrigens: Es geht auch im Schlaf mit den Nacht-ICE und -IC aus NRW, Norddeutschland und Hessen zum Hbf München – von dort sind Sie nur noch einen Katzensprung von den Alpen entfernt. Und in Bayern, wo die DB Regio Mobilitätspartner des DAV ist, sind Linienbusse, Nahverkehrszüge und Verkehrsverbünde mit dem besonders preisgünstigen Bayern-Ticket nutzbar. Die Fahrplanauskunft auf bahn.de macht's leicht: Sie nennt die Verbindungen direkt vor die Tür aller Alpenvereinshöfen im bayerischen Alpenraum.

GEWINNEN SIE:

- ▶ Tickets für den Fernverkehr von DB/ÖBB für 2 Erwachsene und 2 Kinder aus Deutschland nach Tirol, inklusive Gutscheine für den DB Gepäckservice.
- ▶ Einen von drei Reisegutscheinen der DB-Regio über je 200 €

* Einlösbar je nach Verfügbarkeit zum Wunschtermin – ausgenommen Hochsaison – innerhalb von 12 Monaten nach Ausstellung

GEWINNFRAGE:

An welcher Südtiroler Bahnstation endet die Alpenüberquerung vom Tegernsee?

Schicken Sie Ihre Antwort per E-Mail oder Postkarte bis 14. August an:
Deutscher Alpenverein
Von-Kahr-Straße 2-4
80997 München
gewinnspiel@alpenverein.de

Der DAV-Partner Vaude zeigt mit seiner neuen Firmenzentrale, wie umweltbewusstes Bauen geht: mit ökologischem Baumaterial und energieeffizienter Gebäudestruktur; mit Bio-Kantine und Kletterwand; zertifiziert von der DGNB – und ausgezeichnet mit dem Green Tec Award.
vaude.com

Das Bergsteigerdorf Ramsau will mehr sein als alpiner Stützpunkt: Zum „Nach-, Vor- und Querdenken“ über die Berge und ihre Bedeutung für die Menschen lädt das „1. Alpine Philosophicum“ vom 22.-26. August.
ramsau.de

Schon zum fünften Mal lädt Garmisch-Partenkirchen vom 5.-7. August zum „AlpenFestival“: buntes Programm am Berg und im Tal.
alpen-testival.de

+++ GEWINNSPIEL +++

Wir lieben die Berge! Postet bis zum 15.8. unter dem Hashtag [#wirliebendieberge](https://www.instagram.com/wirliebendieberge) eure schönste Instagram-Bergaufnahme und markiert uns (@deutscheralpenverein). Unter allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern verlosen wir als Dankeschön für die bildgewaltigen Inspirationen einen Wanderrucksack von Vaude und weitere tolle Preise. Infos zum Gewinnspiel unter alpenverein.de/gewinnspiel

SIND SIE ...

- > umgezogen?
- > Mitglied einer anderen Sektion geworden?

HABEN SIE ...

- > Probleme bei der Zustellung von DAV Panorama?
- > eine neue Kontonummer?

Wenn ja, teilen Sie dies bitte umgehend Ihrer Sektion (siehe Mitgliedsausweis) mit, die sich um alles Weitere kümmert.

BEI ANRUF HILFE

Bei Bergnot erhalten DAV-Mitglieder Hilfe durch die ASS-Notfallzentrale der Würzburger Versicherung unter der Rufnummer

Tel.: 0049/(0)89/30 65 70 91

Die Leistungen des Alpiner Sicherheits-Service (ASS) finden Sie ausführlich unter alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen

Allerbeste Freunde der Berge

Der GOC München, die schwul-lesbische Sektion des Deutschen Alpenvereins, feiert 30. Geburtstag. Herzlichen Glückwunsch!

Schwule Bergsteiger? Wer sich gut in der Alpingeschichte auskennt, dem fallen vielleicht die englischen Kletterhelden Geoffrey Winthrop Young (1876-1958) und George Mallory (1886-1924) ein. Heute ist Schwulsein zwar selbst in politischen Spitzenämtern kein Thema mehr, aber man muss lange überlegen, bis einem am Ende – doch kein prominenter schwuler Spitzenbergsteiger einfällt. Küssende Männer und kuschelnde Frauen in Hütten oder auf Gipfeln sind noch immer nicht selbstverständlich.

Am Deutschen Alpenverein liegt das nicht. Am 21. März 2004 nahm er den Beitrittsantrag des Gay Outdoor Club aus München ohne Gegenstimme an. Der GOC hat seine Wurzeln in England. 1986 gründete der begeisterte Bergsteiger John Heeley in München einen Ableger. Nachdem Heeley 2002 bei einem Bergunfall ums Leben gekommen war, beschloss die bis dahin lose Gruppierung die Umwandlung in einen „richtigen“ Verein und beantragte die Aufnahme beim DAV. „Schon damals beeindruckte uns, dass sich der Alpenverein seiner Geschichte der Intoleranz in den 1920er und 1930er Jahren gestellt hat“, erinnert sich Thomas Michel, einer der fünf Vorstände des GOC München. „Heute sind wir froh, einen starken Verband im Rücken zu haben, der sich so klar gegen Hass und die Ausgrenzung von Minderheiten stellt.“

Offen für alle, ohne Ausgrenzung

Die schwul-lesbische DAV-Sektion zählt knapp 1500 Mitglieder – in München, im übrigen Bayern und in ganz Deutschland. Die Sektionsstatistik verzeichnet rund 450 Frauen und zwei Dutzend Mitglieder im Alter zwischen null und 14 Jahren. Ja, es gibt auch eine Familiengruppe! Und es gibt, statistisch nicht erfasst, eine kleine Anzahl Heteros, die sich im Club gut aufgehoben und keinesfalls ausgegrenzt fühlen.



Foto: Thomas Michel

Bergkameraden im Gipfelglück. Welche Rolle spielt schon die sexuelle Orientierung, wenn es um Verantwortung füreinander und gemeinsames Erleben geht?

Der GOC versteht sich, so Thomas Michel, als eine „Einladung an Schwule und Lesben, die gern gemeinsam in die Berge gehen“. Mehr als 40 aktive Wanderleiter gestalten ein Tourenprogramm, das ebenso bunt ist wie der Verein selbst: Bergtouren, Klettersteige und Mountainbiken im Sommer, Ski-, Langlauf- und Schneeschuhtouren im Winter; man trifft sich zum Klettern in der Halle (der GOC ist Mitglied des Trägervereins Kletterzentrum München-Thalkir-

Wer den GOC persönlich kennenlernen möchte, hat an jedem vierten Donnerstag im Monat die Gelegenheit: im Schwulen Kultur- und Kommunikationszentrum SUB in der Müllerstraße 14, München, ab 19 Uhr – oder natürlich bei einer der vielen Touren. gocmuenchen.de

chen) und zu Rennrad-Runden nach der Arbeit; man wandert auch im Flachen, unternimmt Radtouren und Stadtwanderungen, besichtigt Kunst- und Kulturdenkmäler; man organisiert Wochenendtrips und Tourenwochen in ganz Europa. Ehrgeizige Hochalpinisten müssen noch auf andere Sektionen ausweichen. Fachübungs-

leiter gibt es bisher nur für die Bereiche Skitouren und Mountainbike, dafür pflegt der GOC freundschaftliche Kontakte mit mehreren anderen Gruppen und Vereinen, darunter dem alpinistisch ambitionierteren OSG-Verein (Outdoor Sports for Gays) aus der Schweiz, mit dem in Zukunft auch hochalpine Touren geplant sind. Die große Feier zum GOC-Jubiläum steigt vom 15. bis 17. Juli 2016 in den Zillertaler Alpen: bei der Berliner Hütte. Für diese hat der GOC, da er keine eigene Hütte besitzt, bereits vor zehn Jahren eine Patenschaft übernommen. „Bei den Berlinern fühlen wir uns willkommen“, sagt Michel. An der Hüttenfassade wird zukünftig eine Bronzetafel an John Heeley und den zusammen mit ihm verunglückten Klaus Günther erinnern. Es ist die dritte Gedenktafel; ihre Vorgängerinnen, beide noch beim Seebensee unterhalb der Coburger Hütte angebracht, wurden zerstört. Homophobie lässt Menschen merkwürdige Dinge tun. Nun bekommt die neue Bronzetafel also einen geschützten Platz – so wie der GOC seinen Mitgliedern vor 30 Jahren einen „Schutzraum“ gegeben hat, als das für Schwule noch nötiger war als heute.

ak

Sportsgeist-Urlaub am Mont Blanc (1865)

„Very British“ an der Brenvaflanke

Eleganter, schöner und aufregender als der Normalweg sei die Brenvaflanke am Mont Blanc – eine reichlich freche Motivation trieb den Erstbegeher A. W. Moore.

Jetzt war schon wieder was passiert. Die Briten, die das größte Kolonialreich seit den Mongolen besaßen, hatten einen neuen Zeitvertreib entdeckt und eroberten anderes als immer nur neue Länder: Berggipfel. How amusing! Dem Physiker John Tyndall und dem Kaufmann Charles Barrington waren (mit Führern, of course!) das Weißhorn und der Eiger gelungen. Beide waren auf Urlaub in der Schweiz gewesen, die Idee entstand vermutlich erst vor Ort. Verreisen zum Zweck der Erholung, was für ein radikal neuer Gedanke! Und Bergsteigen war Zerstreuung im modernen Sinne: nutzlos, anstrengend, a bissi gefährlich und damit Erholung im Sinne einer modernen Gesellschaft, in der die zentralen Anstrengungen des Lebens nicht mehr die körperlichen waren. Auch das: neu. Die Naturentfremdung in den wuchernden Städten des britischen Frühkapitalismus, der Eroberungsgedanke, aber auch jener typische Sportsgeist, für den wir sie bis heute kennen, prädestinierte jene Briten, die Alpen als Playground of Europe zu entdecken, auch wenn Leslie Stephen diesen Ausdruck erst 1871 prägen sollte.



Unten links, oben rechts des großen Eisfelds in Gipfelfalllinie zog A. W. Moore seine eigenwillige Spur zum Gipfel Europas.

Und vielleicht weil Tyndall und Barrington Iren waren, fühlte sich nun ein Engländer zuständig, die Dinge im Vereinigten Königreich zurechtzurücken. Der Kolonialbeamte Adolphus Warburton Moore hatte bereits einige Viertausender erstbestiegen, dann kam sein großer Sommer 1865. Innerhalb von nur drei Wochen knipste er Piz Roseg, Obergabelhorn und Mont Blanc ab. Das war damals unerhört schnell. Und: Auf Europas Höchsten stieg Moore nicht einfach über den Normalweg von Norden, sondern über die wild zerklüftete Brenvaflanke auf der Ostseite.

Sich damals hier hineinzuwagen, obwohl er den Gipfel so viel leichter von Norden hätte erreichen können – damit war Moore seiner Zeit Lichtjahre voraus. Der Normalweg, schrieb er, sei natürlich praktischer, die Brenva aber eleganter, schöner und aufregender. Auch das ein verdammt moderner Gedanke. Später bestieg Moore noch den Elbrus und wurde Privatsekretär von Randolph Churchill, dem Vater des späteren Premierministers Sir Winston Churchill. *red*



Malte Roeper (*1962), Bergsteiger, Autor und Filmemacher, skizziert in seiner Kolumne „Wendepunkte“ Besteigungen, die den Alpinismus verändert haben.

Nächster Wendepunkt: **Führerlos auf schwerste Gipfel.**
Die Erstbesteigung der Zsigmondyspitze (1879)

Drei Sektionen an einem Ziel

Zufall mit Gipfelglück

Man muss nicht immer reden. Aber manchmal ergibt sich Gutes daraus. Das stellte der Ingolstädter Tourenleiter Steinfredl an Ostern fest. Für die mit einem Kumpel geplante Skitour hatte ihn ein befreundetes Allgäuer Fachübungsleiterpaar auf das Pflerschtal gebracht, und mit seinem Arbeitskollegen Stefan, Trainer C Skibergsteigen der Sektion Ringsee, hatte er beiläufig darüber geredet. Nach abendlicher Anfahrt und gemütlichem Frühstück liefen Steinfredl und sein Kumpel am Ausgangspunkt für die Maurerspitze (2628 m) ein – als plötzlich der Touren-VW-Bus der



Fotos: DAV-Archiv, Andi Dick, Steinfredl

Getrennt planen, ungeahnt vereint aufsteigen, gemeinsam Gipfelglück genießen.

Sektion Neuburg auf den Parkplatz fuhr. Fröhlich begrüßten sich die Sektionsnachbarn und wunderten sich über das Treffen – da kam auch noch Stefan mit seinen Ringseern daher! Drei Gruppen aus benachbarten Sektionen zufällig am gleichen Berg in Südtirol: Das gibt es nur im wahren Leben. Es wurde eine gelungene Tour.

Steinfredl

DAV-Trainer dürfen Schülergruppen leiten

Das Mountainbike macht Schule

Mountainbiken als Schulfach ist eine spannende Sache, je nach Perspektive allerdings aus unterschiedlichen Gründen. Die Schüler finden es total cool. Manche Schulleiter dagegen stresst das vermeintliche Unfallrisiko und die Verantwortung. Deshalb dürfen im Moment in Bayern und Hessen nur ausgebildete Sportlehrer mit einem speziellen, zusätzlichen Fortbildungs- und Sichtungungslehrgang des Kultusministeriums mit Schülern „offiziell“ biken.

Trotz dieser versicherungsrechtlichen Hürden hält das Mountainbike allmählich Einzug in den Schulsport. Speziell in Bayern wird das Thema engagiert vorangetrieben. Denn im Biken steckt viel pädagogisches Potenzial. Die Schüler lernen frühzeitig, ihr Rad souverän zu beherrschen und spurenfrei durch die Natur zu bewegen, andere Naturnutzer zu respektieren, das Bike auch zu säubern und zu pflegen, und nebenher läuft die Verkehrserziehung wie selbstverständlich mit. In Bayern steigt daher zur Zeit die Zahl der Schulen mit umfangreichem Mountainbike-Angebot deutlich – inklusive schuleigener Räder. Zum „Bikepool Bayern“ gehören schon 120 Schulen, und seit dem Schuljahr 2015/16 zählt Mountainbiken zu den „Top Ten“ der beliebtesten Schulsportarten in Bayern!

Und was hat das alles mit dem DAV zu tun?

Seit 2014 dürfen auch Fachübungsleiter Mountainbike des DAV in Schulen Sportarbeitsgemeinschaften gründen, differenzierten Sportunterricht zum Thema Bike halten oder P-Seminare leiten, etwa einen Alpen-cross. Das Kultusministerium Bayern erkennt Fachübungsleiter MTB offiziell an und lädt sie ausdrücklich ein, sich an Schulen zu engagieren, da die Nachfrage nach MTB-Kursen größer ist als das Lehrangebot. Das gilt zwar im Moment offiziell nur für Bayern, aber auch außerhalb des Freistaats ist an vielen Schulen ein FÜL-Engagement möglich – man



Radfahren, gerne auch mit kleinen Hindernissen, macht Schülern Riesenspaß. Viele Schulen freuen sich über Fachübungsleiter als Hilfslehrer. Der DAV bietet passende Aus- und Fortbildungen.

Fortbildung mit Praxistest

„Drache und Prinzessin“ auf zwei Rädern

An den Anblick strammer, aus knallig bunten Shorts lugender Waden ist man in der Radlgemeinde Rappershausen (Unterfranken) schon lange gewöhnt. Dass aber ebenso bunte Quietschtiere die Radhelme Erwachsener zieren, schreit nach einer Erklärung.

Die zwölf Stofftierträger sind DAV-Fachübungsleiter für den Breiten-sport Mountainbiken. In Rappershausen absolvierten sie eine zweitägige Weiterbildung mit dem Ziel, Fahrtechnik auf zwei Rädern kind- und jugendgerecht zu vermitteln. Schnell war den Organisatoren klar, dass bei diesem Thema zu viel Theorie tatsächlich grau ist: Echte Kinder mussten her! Gemeinsam mit dem Bikepool Bayern, dem Schullandheimwerk Unterfranken und der Gemeinde Hendungen gelang es, 25 Kinder und Jugendliche aus der Region für ein Fahrtechniktraining zu gewinnen.

Die zwischen fünf und 18 Jahre jungen Eleven stellten die frisch geschulten Trainer vor einen anspruchsvollen Praxistest. Fang- und Räuber-spiele mit den ganz Kleinen; Slalomrennen und umweltverträgliches Bremsen mit den Teenagern; Überwinden von gestapelten Paletten und coole Drops von Picknickbänken mit den fast Volljährigen – so flochten die Trainer ein buntes Netz aus spielerischen Übungen. Nach drei Stunden fleißigen und unfallfreien Trainierens konnten die Eltern ihre Kinder wieder wohlbehalten in Empfang nehmen. Nicht selten soll man den Satz gehört haben „Was, DAS hast du geschafft? Toll!“

hm

Fotos: Matthias Laar



muss nur nach etwas individuelleren Lösungen suchen.

*Matthias Laar,
Bundeslehrteam MTB des DAV*

| Weitere Informationen gibt stefan.winter@alpenverein.de, sportnach1.de, bikepoolbayern.de |

Alpine Jugend hoch 4 – Bikecamp in Winterberg

Junge Energie auf Rädern

Unter dem Titel „Alpine Jugend hoch 4“ wollen die Alpenvereinsjugenden von Deutschland, Österreich, Südtirol und der Schweiz den internationalen Jugendaustausch befeuern und nebenher den eigenen Horizont erweitern. Jedes Land organisiert ein Treffen zu einer Bergsport-Disziplin; die teilnehmenden Jugendleiterinnen und Jugendleiter sollen sich dadurch grenzüberschreitend vernetzen.

Die ersten Veranstaltungen hatten das Skibergsteigen (Österreich) und Alpinklettern (Südtirol) zum Thema; vom 5. bis 11. Mai lud nun die JDAV nach Winterberg im Sauerland, zum Mountainbiken im Mittelgebirge. 13 Jugendleiterinnen und Jugendleiter aus Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz kamen in die Elberfelder Sauerlandhütte der DAV-Sektion Wuppertal und erkundeten die vielfältigen Möglichkeiten des Mountainbikens rund um Winterberg, betreut von „Check Your Risk“-MTB-Trainerinnen und einem kleinen Filmteam.

Andi Heckmair, Pionier der Bike-Transalp Oberstdorf-Riva, diskutierte mit „King Uppu“, einem Vertreter der Sauerländer Bike-Szene, über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft des Mountainbikens in den Mittelgebirgen und in den Alpen. Der JDAV-Partner Deuter unterstützte ein Fahrtraining im Bikepark mit Marcus Klausmann, dem 15-fachen Deutschen Meister im Mountainbiken. Auf Facebook und

Instagram dokumentierten die jungen Bikefans, wie viel frische Energie in der Alpenvereinsidee steckt.

Das Finale von „Alpine Jugend hoch 4“ steigt im August: Da lädt der SAC zu einer Hochtourenwoche in die Schweizer Alpen ein. Denn junge Leute wollen nicht nur Biken, sie wollen auch zum Berg. fb

Da ging es hoch her: Die Alpenvereinsjugend von AVS, DAV, ÖAV und SAC lud junge Bergradlerinnen und Bergradler zum Bikecamp ins Sauerland.



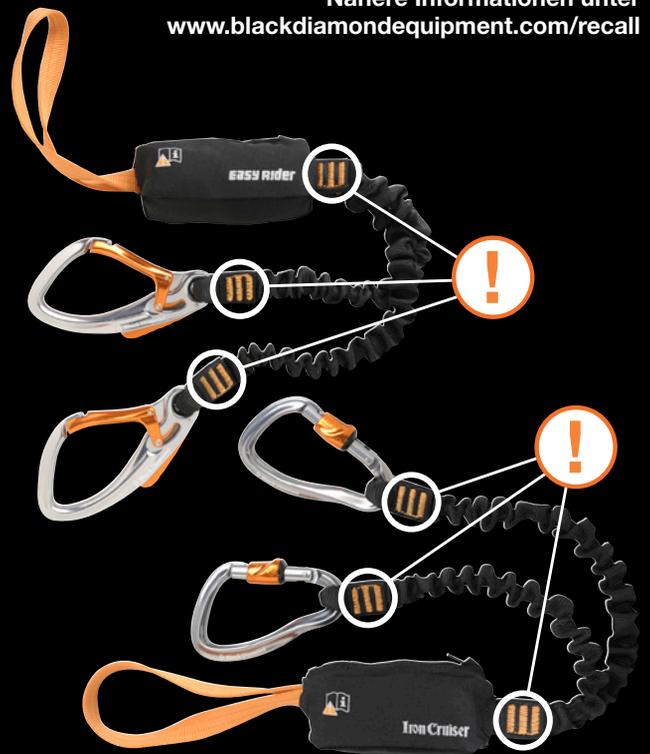
Foto: Mauro Castellani

AUFRUF ZUR SICHERHEITSÜBERPRÜFUNG

Freiwilliger Rückruf für Easy Rider & Iron Cruiser Klettersteigsets

Black Diamond hat sich im Interesse der Kundensicherheit dazu entschlossen, eine freiwillige Rückrufaktion zu starten. Von diesem Rückruf betroffen sind die Klettersteigsets Easy Rider (Modellnummer 620105) und Iron Cruiser (Modellnummer 620110), hergestellt zwischen dem 26. Oktober 2015 und 18. Januar 2016, mit Herstellungscode von 5293 bis 5350.

Nähere Informationen unter www.blackdiamondequipment.com/recall



Black Diamond hat die Hartwarenproduktion 2014 von Zhuhai, China wieder zurück nach Salt Lake City, USA verlegt. Bei der Rückverlegung und dem umfassenden Qualitätsaudit der Herstellungsprozesse sollen weitere Produkte der Sicherheitsüberprüfung unterzogen werden:

- > ausgewählte Karabiner
- > Nylonschlingen
- > Camalot™ und Camalot™ Ultralight
- > Steigklemmen

Wir möchten uns für den Arbeitsaufwand im Zusammenhang mit der Überprüfung der Ausrüstung entschuldigen und wünschen schöne Erlebnisse am Fels.

 **Black Diamond®**

BlackDiamondEquipment.com

Gemeinschaft in den Bergen

2016 feiert der Landesverband Bayern des Deutschen Jugendherbergswerks 90-jähriges Jubiläum. Dass die Bayerischen Jugendherbergen und der Deutsche Alpenverein in Sachen „Jugend am Berg“ an einem Strang ziehen, wurde bei der offiziellen Jubiläumsfeier Mitte Mai auf dem Soiernhaus im Karwendel deutlich.

Auch die Münchner Sektion Hochland, Eigentümerin des Soiernhauses, die zum Festakt geladen hatte, hatte etwas zu feiern. 150 Jahre ist das geschichtsträchtige Schutzhaus alt, dessen Bau König Ludwig II. in Auftrag gegeben hatte. Die Sektion war außerdem die erste, die 1912 eine eigene Jugendabteilung „Jung-Hochland“ im DuOEAV gegründet hatte.

Die Festredner aus den Reihen des Bayerischen DJH-Landesverbands, des DAV-Bundesverbands und der Sektion Hochland beleuchteten weitere Hintergründe und Zusammenhänge der traditionellen Zusammenarbeit zwischen Alpenverein und Jugendherbergen. Der Studienrat und spätere Beauftragte der Jugendherbergen in Bayern, Prof. Ernst Enzensperger, Mitglied der Sektion Hochland, hatte sich den Aufbau und die Förderung des „alpinen Jugendwanderns“ auf die Fahnen geschrieben und mit einigen Münchner Sektionen 1913 einen Ortsausschuss für das Jugendalpenwandern gegründet. 1919 beschloss die Hauptversammlung die Gründung eines eigenen Jugendreferats, ab 1920 war Enzensperger erster Jugendreferent – heute würde man Bundesjugendleiter sagen – des Alpenvereins. Die Sektionen Hochland und Bergland waren wiederum die ersten, die eines der Püschlinghäuser und das untere Soiernhaus 1920 jugendgerecht ausstatteten. Eine Gedenktafel an der Hans-Mertl-Hütte am Soiernsee erinnert an die gemeinsamen Wurzeln des DJH und DAV und an ihr Bemühen, Anfang des 20. Jahrhunderts „den Ansturm der wandernden Jugend in geregelte Bahnen zu lenken“.

Fotos: DAV-Archiv, Christine Frühholz



Prof. Ernst Enzensperger (oben) war nicht nur ein guter Bergsteiger, er war sozusagen der erste Bundesjugendleiter im DAV. Bei der Enthüllung der Gedenktafel am unteren Soiernhaus waren seine Nachfolger Klaus Umbach (M.) und Philipp Sausmikat (r.) unter den Gästen.

1926 wurde der Landesverband Bayern für Jugendwandern und Jugendherbergen gegründet, von Anfang an arbeitete er Hand in Hand mit dem Alpenverein. Daran hat sich bis heute nichts geändert: Das DJH lässt seine Wanderleiterinnen und Wanderleiter beim DAV ausbilden und nutzt die Alpenvereinshöhlen der örtlichen Sektionen als Stützpunkte für seine Bergprogramme.

Zwei große Vereine, in der Jugendarbeit verbunden

Die beiden Vereine verbindet nicht zuletzt der Ernst-Enzensperger-Preis, den das DJH Bayern seit 1976 für Verdienste in der Jugendarbeit verleiht. 2013 erhielt ihn Klaus Umbach für sein herausragendes ehrenamtliches Engagement in der Jugend- und Familienarbeit des DAV. Umbach war von 1984 bis 1988 Bundesjugendleiter der JDAV und nach Lotte Pichler (1994) und Ludwig Bertle (2009) der dritte ehemalige Bundesjugendleiter, der diese Auszeichnung erhielt. An der Jubiläumsfeier auf dem Soiernhaus nahm neben Klaus Umbach auch der amtierende Bundesjugendleiter und DAV-Vizepräsident Philipp Sausmikat teil – und schloss damit den Kreis zu Ernst Enzensperger und dessen Lebensaufgabe.

2016 wird der Ernst-Enzensperger-Preis zum ersten Mal an zwei Persönlichkeiten verliehen: Claus Reiker, der langjährige Leiter der Jugendherberge Mittenwald, und Robert Fankhauser, der Wirt des Solsteinhauses des ÖAV im Karwendel, haben über Jahre hinweg gemeinsam Familienfreizeiten organisiert und damit die Verbindung von Alpenverein und DJH lebendig gehalten. cf

Wiederaufbau der Höllentalangerhütte

Neustart im Museumsgarten

Als vor zwei Jahren die marode Höllentalangerhütte abgebrochen werden musste, kam unter vielen Anbauten der erste Bau hervor. 1893 war er als einfache Blockhütte errichtet worden – hastig, bevor womöglich andere eine Unterkunft am Höllental-Anstieg zur Zugspitze errichten konnten. Die Konstruktion aus rohen Baumstämmen und mit nur einem kleinen Innenraum mit Matratzenlager, Herd und ein paar wenigen Sitzmöglichkeiten lässt erahnen, was es bedeutete, vor 120 Jahren in den Bergen herumzukraxeln. Doch schon wenige Jahre später wurde ein Vorhang im Lager angebracht, um den offensichtlich häufigeren weiblichen Besuchern eine Intimsphäre zu ermöglichen. Andererseits überließ der erste Pächter, der Bergführer Kosersepp, das Kochen und Putzen seiner Schwester. Das alles wird nun wieder lebendig. Denn die „Urhölle“ wird neu aufgebaut: im Garten des Alpinen Museums in München. Bis zur Eröffnung (Frühjahr 2017) lässt sich dort der

Aufbau der Hütte live miterleben. Die Firma um den Zimmerer Vinzenz Bachmann wird den Sockel gießen, Außenwände und Dachstuhl errichten, das Dach decken und den Innenausbau beginnen. Aktuelle Fotos gibt es auf der Alpenvereins-Webseite (alpenverein.de/urhoelle). Möglich wurde die neue Attraktion durch sehr großzügige Förderer. Der Sektion München war der Wiederaufbau eine Herzensangelegenheit. Sie half mit Rat und Tat und auch mit erheblichen Finanzmitteln. Die Versicherungskammer Bayern, seit Jahren Förderer der Wegesanierungen, unterstützte das Projekt in großem Umfang. Und der Freistaat Bayern füllte die letzte finanzielle Lücke und half mit engagierter fachlicher Unterstützung.

Die „Urhölle“ war ausgesprochen schlicht, aber gut besucht. Im Museumsgarten kann man sie bald bewundern.



Foto: DAV-Archiv



Leichter tragen: Die neuen Rucksäcke im DAV-Shop.



DAV Daypack, super Tagesrucksack mit Deuter Airstripes-Rückensystem und anatomisch geformten Schulterträgern, viel Stauraum. Separates Bodenfach mit herausnehmbarem Zwischenboden, Gummizughalterung und Wanderstockhalterung.



 deuter

Maße (BxHxT): 28x50x18 cm | Volumen: 22 Liter | Gewicht: 750 g | Best.-Nr. 430190 | Preis € 69,95 | Mitglieder € 59,95 |



DAV Bergsteiger- und Wanderrucksack, mit Deuter Aircontact Rückensystem aus atmungsaktivem Hohlkammer-Funktionsschaum für gleichmäßige Lastenverteilung und angenehme Rückenbelüftung. Anatomisch geschnittene 3D AirMesh-Schulterträger mit Lageverstellriemen. Viel Stauraum. Frontseitig Netzstaufach bzw. Helmhalterung. Anatomisch geschnittener Hüftgurt für Bewegungsfreiheit, Pickel- und Wanderstockhalterung.



 deuter

Maße (BxHxT): 30x60x20 cm | Volumen: 32 Liter | Gewicht: 1400 g | Best.-Nr. 430191 | Preis € 99,95 | Mitglieder € 89,95 |

Menschen



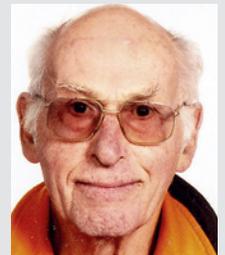
Am 21. Juli vollendet **Patrick Gabarrou**, der vielleicht bedeutendste Alpen-Erstbegeher der letzten Jahrzehnte, sein 65. Lebensjahr. Rund 300 extreme Neu-

routen in Fels und Eis an allen wichtigen Gipfeln der Alpen gehen auf sein Konto, darunter allein sechs an der Nordwand der Grandes Jorasses, drei am Matterhorn, fünf am Mont Blanc – und Extremklassiker wie

die legendäre „Divine Providence“ („Göttliche Vorsehung“, 800 m, VIII-, A3) am Grand Pilier d'Angle. Und noch immer lässt sich der Sorbonne-Philosoph nur ungern eine Gelegenheit zum winterlichen Wandbiwak entgehen – oder zu einer Erstbegehung.

Das seltene Jubiläum „75 Jahre DAV-Mitglied“ kann **Johannes Maier** feiern, der am 3. August 91 Jahre alt wird; 1941 ist er in die Sektion Berlin eingetreten. Zehn Jahre lang leitete er sie als Erster Vorsitzender, saß sogar im DAV-Hauptausschuss, plante als Architekt

viele Baumaßnahmen an den Sektionshütten – und leitete 1970 den Bau des wohl ersten deutschen Betonkletterturms in Berlin-Grünwald. Als Alpinist bestieg er fast alle Viertausender, unter anderem zum 70. Geburtstag die Grandes Jorasses, erkletterte 800 Türme im Elbsandstein und bereiste Gebirge rund um die Welt. Herzlichen Glückwunsch!



Erschließung (1) – Eiger-Express: Experten fordern „Plan B“

Aussichtsbahn als Aussichtskiller?

Eiger, Mönch und Jungfrau im UNESCO-Welterbe Jungfrau-Aletsch sind eines der berühmtesten Bergensembles der Welt, das macht den Talort Grindelwald zu einer internationalen Top-Destination – 2015 fuhr über eine Million Besucher mit der Zahnradbahn aufs Jungfraujoch. Zu wenige, empfindet man anscheinend bei der Jungfraubahn AG. Ihr Rettungskonzept könnte allerdings gegenteilige Wirkung haben. Eine 6483 Meter lange Gondelbahn mit 44 kuppelbaren Kabinen (System 3S) soll Touristen von Grindelwald-Grund zur Station Eigergletscher bringen – 45 Minuten schneller als die Zahnradbahn und mit höherer Kapazität. Problem: Die bis 60 Meter hohen Masten bieten zwar den Gondelfahrern eine super Sicht auf die Eiger-Nordwand – stehen aber ihrerseits genau davor. „Der Eiger-Express zerstört die weltberühmte Aussicht auf die Eiger-Nordwand“, klagt Andreas von Almen, Hotelier auf der Kleinen Scheidegg. Von Almen hat sich an einem offenen Brief beteiligt, den Alpenforscher, Umweltexperten und Bergsteiger mit der Alpenschutzorganisation Mountain Wilderness zum Abschluss der Einspruchsfrist einge-

reicht haben – unter ihnen Dominik Siegrist, Werner Bätzing, Emil Zopfi, Daniel Anker und Kurt Diemberger. Das Projekt könne nicht mehr verhindert werden, sind sie sich im Klaren, aber sie schlagen einen „Plan B“ vor, der mit niedrigeren Masten und anderer Streckenführung die Aussicht nicht verschandelt. Die Seilbahner halten dagegen: „Die Streckenführung der 3S-Bahn wurde gemeinsam mit Fachstellen von Bund und Kanton vor Ort begutachtet und entspricht der ökologisch besten Variante.“ Wie auch immer die Entscheidung fallen wird, ein Problem wird bleiben: Schnellere Fahrzeiten bedeuten vielleicht mehr Gewinn für die Seilbahn – aber nicht unbedingt für den Tourismus. „Europe in a week“-Touristen, die das Jungfraujoch künftig als Halbtagesziel abhaken, sind keine langfris-

tigen Gäste. Der renommierte Alpenforscher Werner Bätzing zieht ein resigniertes Fazit: „Die Jungfraubahn als mit Abstand größter Arbeitgeber hat eine wirtschaftliche Erpressung gestartet: Sie koppelte den Eiger-Express an den notwendigen und sinnvollen Neubau der Gondelbahn auf den nahegelegenen Männlichen. Deren Aktiengesellschaft Gondelbahn Grindelwald Männlichen hat aber nicht genügend Kapital. So bleibt lediglich übrig, die Auswirkungen so klein wie möglich zu halten.“

nt/red

mountainwilderness.ch |

Guter Ausblick, hässlicher Anblick: So könnte sich die geplante Bahn vor die Eiger-Nordwand schieben.



Erschließung (2): Berglauf mit System

Bergwelt als Fitnesscenter

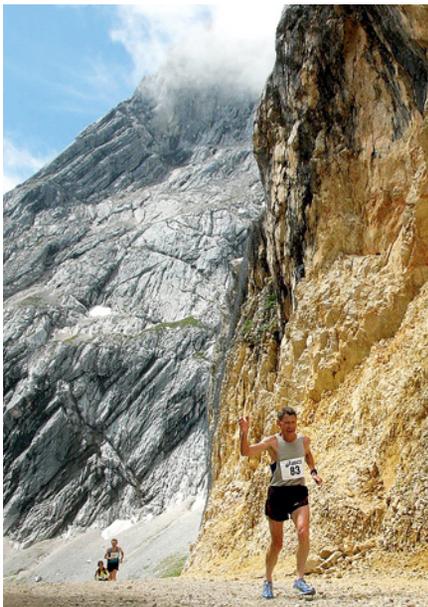
Trailrunning, also der Versuch, so schnell den Berg raufzulaufen, dass diese Anstrengung möglichst bald wieder vorbei ist, liegt im Trend – man muss schließlich bald wieder online sein, um die Leistung zu posten. Wer bei der Rennelei das Smartphone mitnimmt, kann jetzt alles auf einmal erledigen: Zwanzig unter Trailrunnern beliebte Strecken im Wetterstein, Karwendel und den Ammergauer Alpen sollen bis Ende

des Jahres mit automatischen Zeitmessstationen ausgerüstet werden. Wer sich dann die App „meinBerglauf“ (nur für Android, ein Euro pro Tag, zehn fürs Jahr) heruntergeladen hat, kann automatisch die Zeit zwischen Start und Ziel stoppen lassen. Und dann auf der systeminternen Website in die Rangliste einspeisen, um sich auch mit anderen zu vergleichen statt immer nur mit sich selbst.

„Auf einigen Berghütten erhält man beim Vorzeigen der Laufzeit einen Rabatt auf ein Getränk“, verspricht der Erfinder, der Bergführer Dr. Norbert Kutschera. Und bei 16 Laufstrecken kann man preisvergünstigt den Abstieg knieschonend per Seilbahn erledigen. Für 2017 peilt Kutschera den Ausbau seines Systems auf bis zu 100 Strecken alpenweit an. Die Zukunft kommt – im Sauseschritt.

ad

| meinberglauf.de |



Wer den Berg nicht zum Turngerät, sondern zur Rennbahn machen möchte, findet im Werdenfels viel Auswahl – und jetzt auch noch Infrastruktur.

Erschließung (3): Klettersteig Hoachwool bei Meran

Klettersteig als Touristenfalle



Für Eisenrampfer vielleicht interessant, für viele aber eine Nummer zu steil: Der Hoachwool-Klettersteig über dem Schnalstal erzeugt viele Rettungseinsätze.

Der „hohe Waal“ (südtirolerisch: Hoachwool) am Naturner Sonnenberg ist eine historisch eindrucksvolle Anlage: Weit oben über dem Schnalstal haben die Bauern Wasser abgeleitet und in einer Rinnenanlage aus Lärchenholz durch steile Felshänge geleitet, um ihre Felder hoch oben am Hang zu bewässern. Nur noch vereinzelte Relikte und Eisenstifte künden von dieser gefährlichen Arbeit.

Doch die kühne Wegführung inspirierte den Schnalser Bergführer Ludwig Gorfer zu einem Klettersteig, der 2014 realisiert wurde und den ehemaligen Waal kreuzt. Er gehört zu den schwierigsten in Südtirol und verlangt gehörige Armkraft und ausgezeichnete Fußtechnik für exponierte Querungen und überhängende Steilwände. aus dem oberen Teil ist ein Rückzug äußerst schwierig.

Wie so oft scheinen Warnungen ungern gehört zu werden – oder erst recht Leute anzuziehen, die meinen, Klettersteige seien der richtige Ort, um seine Grenzen auszutesten. Obendrein hat der Naturner Sonnenhang seinen Namen nicht von ungefähr: In der steilen Wand gibt es kaum Schatten, die Stahlseile werden teils so aufgeheizt, dass man sie kaum noch angreifen kann. Im Sommer 2015 musste die Bergrettung mehrmals wöchentlich ausrücken, um verspätete, total verausgabte und dehydrierte Bergsteiger aus der Wand zu bergen, und dies einige Male in heftigen Nachmittagsgewittern, die hier recht häufig sein können. Ein kleiner Trost: Metallplaketten mit Nummern von 1 bis 28 helfen überforderten Bergsteigern, der Bergwacht ihren Standort zu beschreiben.

cl/red

| naturns.it |



Seven Summits Stubai

AUF SIEBEN GIPFELN MUSST DU STEHEN

Die Berge rund ums Stubaital gehören zu den „Evergreens“ der Tourenziele in Tirol. Sieben ausgewählte Gipfel bieten eine attraktive Mischung für gestandene und für genussorientierte Bergsteiger.

Text und Fotos von Heinz Zak



Zillertaler Alpen

Habicht

FELN EN

Rund um das Stubaital gibt es eine stattliche Anzahl von bedeutenden Gipfeln. Die Idee, sieben davon zu den „Seven Summits Stubai“ zu erheben, ist eine ausgesprochen gute, und sie nutzt Bergsteigern unter-

schiedlicher Zielrichtung. Stubaier Bergprofis und Gebietskenner haben sich den Kopf darüber zerbrochen, welche Gipfel für die Auswahl in Frage kommen. Sollten es nur die höchsten oder vielmehr die „schönsten“ sein? Letztendlich kam man zu einer befriedigenden Lösung, und der Findungsprozess hat im Stubai auch zu einer neuen Bewusstseinsbildung rund um das Thema Berg geführt. Die Stubaier waren immer schon stark mit ihren Bergen verbunden, und es gibt kaum andere Bergregionen, in denen die Einhei-

mischen selbst so fleißig, begeistert und auf hohem bergsteigerischem Niveau in ihren Heimatbergen unterwegs sind. Die Auswahl der erlesenen Sieben schafft ein wunderbares Gesamtbild, eine gelungene Mischung von herausragenden bergsteigerischen Zielen, Gipfeln mit fantastischer Aussicht und unverwechselbaren Berggestalten, die das Landschaftsbild des Stubaitals prägen. Egal, ob Gelegenheitsbergwanderer oder erfahrener Bergsteiger: Bei den Seven Summits Stubai wird jeder fündig – und alle „sieben auf

Der großartige Panorama-Ausschnitt vom Serles-Gipfel spricht für dessen Qualität als Aussichtsborg.



einen Streich“ muss man ja nicht gleich machen.

Als höchster Berg der Stubaier Alpen ist das **Zuckerhütl (3507 m)** auch das begehrteste bergsteigerische Ziel der Gegend. Die konditionellen wie die klettertechnischen Anforderungen halten sich in Grenzen, auch wenn der letzte Gipfelaufschwung steil und schwierig ist. So wundert es nicht, dass am Zuckerhütl oft mehr als 100 Bergsteiger pro Tag unterwegs sind. Als Berggestalt sticht der kleine, schneeweiße Gipfel nur geringfügig, wie ein kleiner Hut, aus dem großen, flachen Gletscherbecken des Sulzenaufeners heraus. Mittlerweile bewältigen Bergführer mit Gruppen das Zuckerhütl auch als Tagestour. Mit der ers-



Als anspruchsvolles Gipfelziel verlangt das Zuckerhütl konzentriertes Steigen am Grat (r.) und belohnt mit fantastischer Aussicht vom markanten Kreuz (o.); Heinz Zak in Gesellschaft von Anne Reitmeir auf dem Wilden Freiger (r. u.); einsam ragt der wuchtige Koloss des Habicht aus den Wolken (r. Seite), auf seinem Gipfel erleben Heinz Zak und Christian Wild eine lauschige Biwaknacht.



ten Bergfahrt der Schaufeljochbahn (Talstation Stubai Gletscher, Mutterberg) geht es hinauf auf 3158 Meter. Es lohnt sich, den Weiterweg aufgrund der Höhenlage bewusst langsam anzugehen. Nach kurzem Abstieg entlang der geröllbedeckten Südflanke der Schaufelspitze steigt man kurz hinauf zur Seilbahnstation am Fernaujoch. Entlang eines großblockigen und teils ausgesetzten Grates folgt man Trittsuren Richtung Aperer Pfaff. Das Gelände ist leichter, als es aus der Entfernung erscheint, und man kommt besser voran als erwartet. Stellenweise ist ein schmales Steiglein vorhanden, an anderen Stellen muss man sich schon festhalten und vorsichtig sein. Auf einer Höhe von 3240 Me-

tern quert man schließlich mühelos die steile Südflanke nahezu waagrecht hinüber zum Pfaffenjoch (3212 m). Hier lohnt eine gemütliche Rast, um in aller Ruhe den Klettergurt anzulegen. Der Weiterweg

Es lohnt sich, den Weiterweg aufgrund der Höhenlage bewusst langsam anzugehen.

kann von sehr unterschiedlicher Beschaffenheit sein. Im Spätherbst, nach dem ersten Schnee, bin ich hier alleine auch schon umgedreht. Denn es gibt einige Spalten,

die man ernst nehmen muss. Über ein wunderbar weites Gletscherbecken quert man hinüber zum Pfaffensattel (3332 m). Im Sommer führt der Anstieg in die Ostflanke und steigt über griffigen, plattigen Fels entlang von Bändern und kurzen Steilstufen hinauf zum Südgrat. Rote Markierungen und Stahlstifte mit Ösen, die man gut als Sicherungspunkte verwenden kann, weisen den Weg. Die Aussicht vom Gipfel ist großartig und reicht von den nahen Gipfeln der Stubai Alpen bis zu den Dolomiten und weit über die Ötztaler Alpen nach Westen.

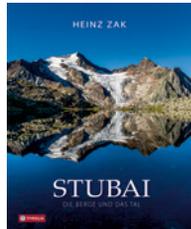
Der **Wilde Freiger (3418 m)** hat alles, was man sich von einem großen Berg wünschen kann: vergletscherte Flanken



und schneidige Grate, die strahlenförmig auf den höchsten Punkt zustreben. Wer von weit draußen ins Stubaital schaut, dem wird die mächtige Ostflanke des Wilden Freiger markanter ins Auge stechen als das vergleichsweise unscheinbare Zuckerhütl. Wenn man von der Sulzenauhütte aufsteigt zum Grünausee und weiter zu den Seen unterhalb der Mairspitze, steht der Wilde Freiger in seiner ganzen Pracht und Größe da. Für die Besteigung dieses mächtigen Berges bieten sich mehrere Möglichkeiten an. Der klassische Anstieg erfolgt über die Nürnberger Hütte. Hier ist in erster Linie eine solide Kondition gefordert, denn der gut markierte Weg ist ohne größere Schwierigkeiten zu bewältigen. Auf blockigem Gelände kommt

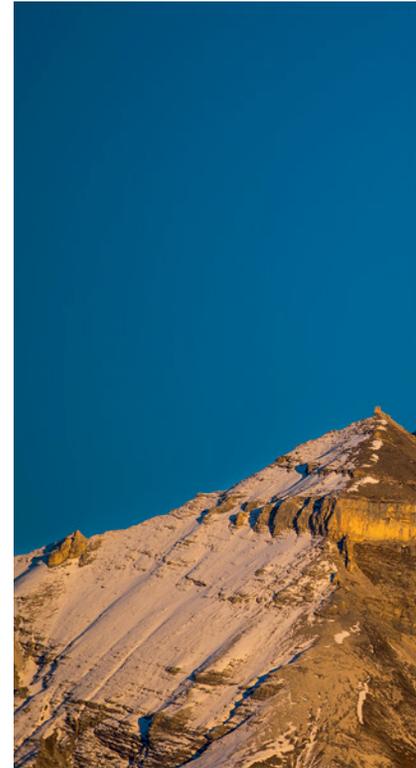
Traumhaftes Stubai-Buch

Die Berge im Stubaital bieten alles, was Bergfreunde lieben: relativ leicht zu besteigende Dreitausender wie Zuckerhütl, Wilder Freiger oder Habicht, gemütliche Hütten als Stützpunkte z. B. für den großartigen Stubai Höhenweg, tosende



Wasserfälle und romantische Bergseen für Genusswanderer, anregende Eisenwege für Klettersteiger. Und im Winter locken Skigebiete und Skitouren mit Abfahrten durch weite Gletscherbecken und über rassige Firnflanken. Im neuen Bildband stellt Heinz Zak die schönsten Bergaktivitäten vor und erzählt von den Besonderheiten des Stubai und seiner Bewohner. Entstanden ist ein Heinz-Zak-typischer opulenter Bildband voller begeisternder Aufnahmen, der viel Lust macht, die Bergwelt im Stubai auf eigene Faust zu entdecken. *red*

Heinz Zak: **Stubai**. Die Berge und das Tal. Tyrolia-Verlag, Innsbruck-Wien 2016, € 34,95; handsignierte Exemplare gibt es beim Autor unter heinzzak@gmail.com





Drei der Seven Summits Stubai, meisterhaft inszeniert: der Hohe Burgstall (l. Seite u.) im Morgenlicht, die Serles in warmem Licht mit Vollmond und der gut besuchte Gipfel der Rinnenspitze, der nur drei Meter über die 3000er-Marke reicht.



man unterhalb des Gamsspitzes weit hinauf, ohne den Gletscher zu berühren. Erst im vergleichsweise flachen und spaltenmäßig unproblematischen Teil quert man den Gletscher und gelangt über den sanft ansteigenden Grat zum Gipfel. Alpinistisch interessant und eindrucksvoll sind die südseitigen Anstiege über die Müllerhütte und das Becherhaus. Spannend und teils ausgesetzt ist auch der Aufstieg über den seilversicherten Lübeckcker Steig von der Sulzenauhütte aus. Die letzten Meter zum Gipfel führen hier entlang einer ausgesetzten Gratschneide. Der Gipfel des Wilden Freiger bietet fantastische Aus- und Tiefblicke in jede Himmelsrichtung.

Aus vielen Perspektiven erinnert die wuchtigste Berggestalt im Stubaital an den Himalaya-Riesen Dhaulagiri. Über 1500 Höhenmeter fällt die steile Nordostflanke des **Habicht (3277 m)** hinab ins Pinnistal. Sein Gipfel überragt die umliegenden Berge weit und sticht nahezu wie ein Vulkan aus der Umgebung. So prägt der Habicht das Landschaftsbild selbst aus weiter Entfernung. Der einfachste und klassische Anstieg geht vom Neustifter Ortsteil Neder entlang eines Fahrwegs durch das Pinnistal zur Karalm und weiter auf breit ausgebautem Wanderweg in sehr flachen Serpentinien hinauf zur Inns-

brucker Hütte. Die meisten planen hier eine Übernachtung ein, um früh genug am nächsten Tag in der felsigen Ostflanke unterwegs zu sein. Die schwierigeren Passagen im plattigen Fels sind mit Drahtseilen versichert. Kurz vor dem Gipfel hat man die Option, entweder das gut gangbare und nicht besonders steile Firnfeld zu queren oder dieses in einer Linksschleife entlang eines felsigen Gratrückens zu umgehen. Die letzten Meter zum spitzen Gipfel führen über steilere Felsen, die mit Drahtseilen versichert sind. Der Rundumblick vom Gipfel ist beeindruckend. Aufgrund der steil nach allen Seiten abbre-

Aus vielen Perspektiven erinnert der Habicht an den Himalaya-Riesen Dhaulagiri.

chenden Wände kommt man sich vor wie im Cockpit eines Flugzeugs.

Die **Rinnenspitze (3003 m)** ist der beliebteste Gipfel in den Alpeiner Bergen, der zentralen Untergruppe der Stubai Alpen. Für viele Einheimische ist sie der „Bergklassiker“, auf den man sich jedes Jahr von Neuem freut und der quasi ein „Muss“ in jedem Bergsommer darstellt. Der Aufstieg

Seven Summits Stubai – die Gipfel

Von der mittelschweren Bergwanderung bis zur anspruchsvollen Gletscherhohtour reicht die Palette bei den Stubai Summits. Will man die „7 Berge mit Charakter“ begehen und womöglich sammeln, sind entsprechende Planung, Kenntnisse und sichere Verhältnisse Voraussetzung. Ausführliche Infos gibt es unter [Stubai.at/aktivitaeten/wandern/seven-summits/](https://www.stubai.at/aktivitaeten/wandern/seven-summits/)

1 | ZUCKERHÜTL (3507 m): 600 Hm ab Bergstation Schaufeljochbahn, 3½-4 Std., Ausgangspunkt Talstation Stubai Gletscher, Mutterberg, Hohtour mit Gletscherbegehung und Kletterstellen bis UIAA II., komplette Gletscherausrüstung notwendig (Seil, Steigeisen usw.), Kenntnisse Spaltenbergung notwendig, bei Nebel schwierige Orientierung; Stützpunkt Dresden Hütte, [dresdenhuette.at](https://www.dresdenhuette.at)

2 | WILDER FREIGER (3418 m): 1250 Hm ab Nürnberger Hütte, 4-5 Std., Ausgangspunkt Wanderparkplatz Nürnberger Hütte, alpine Hohtour, komplette Gletscherausrüstung notwendig, keine Orientierungshilfen im Gipfelbereich, bei Nebel schwierige Orientierung; Stützpunkte Nürnberger Hütte, [nuernbergerhuette.at](https://www.nuernbergerhuette.at), und Sulzenau Hütte, [sulzenauhuette.at](https://www.sulzenauhuette.at)

3 | HABICHT (3277 m): 920 Hm ab Innsbrucker Hütte, 3-4 Std., Ausgangspunkt Neustift/Neder, Hohtour/anspruchsvolle Bergwanderung mit Kletterstellen UIAA I. und seilversicherten Teilstücken, Schwierig-

keit ist stark von den aktuellen Verhältnissen (Schneefelder, Vereisung) abhängig, der Firnfeldgletscher erfordert keine Gletscherausrüstung; Stützpunkt Innsbrucker Hütte, [innsbrucker-huette.at](https://www.innsbrucker-huette.at)

4 | RINNENSPITZE (3003 m): 870 Hm ab Franz-Senn-Hütte, 3-4 Std., Ausgangspunkt Oberbergtal, Bergwanderung (schwarzer Bergweg) mit drahtseilversicherten Passagen (Klettersteig-Schwierigkeit A, eine Stelle B); Stützpunkt Franz-Senn-Hütte, [franzsennhuette.at](https://www.franzsennhuette.at)

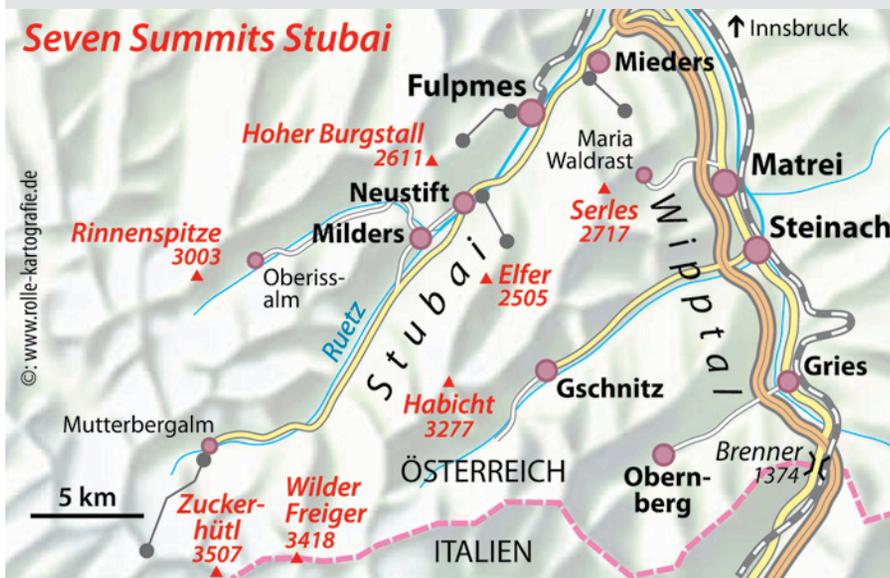
5 | SERLES (2717 m): 1100 Hm ab Maria Waldrast, 3-4 Std., Ausgangspunkt Talstation Serlesbahn, Mieders, Bergwanderung (schwarzer Bergweg) mit kurzer klettersteigähnlicher Passage nach dem Serlesjöchl

6 | HOHER BURGSTALL (2611 m): 520 Hm ab Bergstation Kreuzjoch, 1¼-2½ Std., Ausgangspunkt Talstation Schlick 2000/Fulpmes, Bergwanderung (roter Bergweg) mit kurzer seilversicherter Passage, kurze ausgesetzte Stelle unmittelbar vor dem Gipfel; Stützpunkt Starkenburger Hütte, [starkenburgerhuette.at](https://www.starkenburgerhuette.at)

7 | ELFER (2505 m): 700 Hm ab Bergstation Elferlifte, 2-3 Std., Ausgangspunkt Talstation Elferlifte/Neustift, Bergwanderung (roter Bergweg) mit einfacher Kletterei auf den letzten Metern zum Gipfelkreuz; Stützpunkt Elferhütte, [elferhuette.at](https://www.elferhuette.at)

vom Oberbergtal über die Franz-Senn-Hütte führt in eine der schönsten Gegenden Tirols. Oberhalb der Hütte zieht der angenehm ansteigende Weg entlang einer großen Bergflanke und bietet stets neue Ausblicke auf bekannte Gipfel wie die gut 400 Meter höhere Ruderhofspitze. Ein kurzer Abstecher zum idyllisch gelegenen Rinnensee bietet ein weiteres Highlight. Ab hier führt der Weg steiler an den felsigen Gipfelaufbau heran. Der Weiterweg über den plattigen Fels ist bestens mit Drahtseilen versichert und macht richtig Spaß. Nach etwa 100 Metern steht man überraschend exponiert auf dem Grat und bekommt einen gewaltigen Tiefblick auf den Lüsener Ferner. Jeder weitere Meter über die Felsplatten zum Gipfel bringt sensationelle Ausblicke zum Genießen.

Will man die formschönsten Berge Österreichs benennen, gehört die **Serles (2717 m)** gewiss dazu: eine ebenmäßige, pyramidenförmige Spitze in der Mitte, beiderseits flankiert von spitzen Gipfeln. Schon Goethe war auf seiner Italienreise beeindruckt von der Serles und bezeichnete sie als den „Hochaltar Tirols“. Eine Tiroler Sage erzählt von einem grausamen König, der zur Strafe für seine Freveltaten mitsamt seinen beiden Söhnen versteinert wurde. Vermutlich nutzten bereits die Kelten den Platz am Fuß der Serles als Kultort, um die drei norischen Muttergottheiten, die Erd-, Mond- und Sonnenfrau, zu verehren. Diese göttliche Triade der Kelten – Ambeth, Wilbeth und Borbeth – wurde später als die drei Bethen von der christlichen Kirche übernommen. Im 15. Jahrhundert entstand an diesem uralten Kultplatz das Kloster Maria Waldrast. Bekannt ist seit jeher die besondere Qualität der dort entspringenden Quelle: Ihr Was-





Der Elfer erinnert mit seinem Felsaufbau an die Dolomiten – von seinem Gipfel hat man Neustift gut im Blick.

ser ist fast 100 Jahre durch den Berg unterwegs, bevor es hier an die Oberfläche tritt. Der Aufstieg von Maria Waldrast (hierher mit der Serlesbahn von Mieders möglich) zur Serles führt zunächst langwierig entlang der Ostflanke des Berges. Erst ab der Mulde unterhalb des Serlesjöchl gewinnt man schneller an Höhe. Ab dem Sattel hat

Eine Tiroler Sage erzählt von einem grausamen König, der zur Strafe versteinert wurde.

man dann herrliche Ausblicke auf den nahen Habicht und den ganzen Kranz der Stubaier Berge. Abwechslungsreich, über kurze felsige Stufen und dann wieder in gemütlichen Serpentinaugen, führt der gute

Steig hinauf zum nahezu überdimensional großen Gipfelkreuz. Hier wird man selten alleine sein, denn die Serles zählt zu den beliebtesten Bergen der einheimischen Bergsteiger.

Auf den ersten Blick mag man die Auswahl des **Hohen Burgstall (2611 m)** als einen der „Seven Summits“ nicht verstehen. Der südliche Eckpfeiler der Kalkkögel steht nämlich unscheinbar als Randfigur neben den stolzen Zacken der benachbarten Schlicker Seespitze. Als Gipfelziel verspricht der Hohe Burgstall allerdings eine gemütliche und wunderbare Tages-tour, die fantastische Ausblicke bietet. Das Besondere dabei ist, dass man nur von diesem Gipfel aus alle sechs anderen Gipfel der Stubaier Seven Summits sehen kann. Mit der Gondelbahn von Fulpmes auf das Kreuzjoch kommt man sofort in eine alpine Umgebung. Der bestens ausgebaute Steig führt zunächst flach ansteigend entlang eines Bergkamms – in Tirol gibt es kaum aussichtsreichere Panoramawege. Die Ausblicke wechseln von den Steilwänden der Kalkkögel hinüber zur Serles, weiter zum Habicht und in die gesamte Runde der großen Stubaier Berge. Der steile Gipfelaufbau wird elegant um-

gangen, und in schönen Serpentinaugen gewinnt man schnell an Höhe. Schließlich ermöglicht ein schmales Band leicht den Zutritt zu diesem fantastischen Aus-sichtsberg. Den Abstieg sollte man unbedingt über die Starkenburger Hütte nehmen, die ja beinahe am Weg liegt und die beste Hüttenaussicht in den Stubaier Bergen bietet.

Der Hausberg der Neustifter prägt den Alltag der Einheimischen. Um elf Uhr steht die Sonne, je nach Jahreszeit, direkt über oder hinter dem **Elfer (2505 m)**. Ab der Bergstation der Elferlifte führt der Weg aussichtsreich in eine bizarre Felslandschaft mit senkrechten Zacken und Türmen, die den Dolomiten sehr ähnlich ist. Der Weg windet sich elegant entlang des Bergkamms nach oben und bringt einen schnell auf den kleinen Gipfel des Östlichen Elferturms. Aufgrund seiner zentralen Lage bietet der Elfer besonders gute Ausblicke. ■



Heinz Zak, Bergführer, Extremkletterer, Profifotograf und Autor, lebt in Scharnitz und kennt seine zweite Heimat, das Stubai, aus unzähligen Touren rund ums Jahr. heinzzak.com

Bouldern – ein Bergsport im Aufwind

Aus Freude am Bewegen

Boulderhallen schießen wie Boulderpilze aus dem Boden und sind ruckzuck gefüllt, Spaßwettbewerbe platzen aus allen Nähten ... Christoph Gabrysch skizziert den scheinbar ungebremsten Trendsport.

Bouldern boomt! Schon vor einigen Jahren wurde diese Feststellung gemacht, und noch viele sind seither auf den Zug aufgesprungen. Die ältesten Boulderhallen in Deutschland sind inzwischen über zehn Jahre alt, und immer noch eröffnen in Deutschland jedes Jahr mindestens

In diesen zehn Jahren aber hat sich der Sport und mit ihm die Kundschaft der Boulderhallen extrem gewandelt: Waren es früher nur die hartgesottenen Kletterer, die in staubigen, oft kleinen Boulderräumen die nötige Maximalkraft für ihre Projekte am Fels aufbauten, trifft

wer sich erst vor Kurzem dem Trend angeschlossen hat.

Auch wie die Gesellschaft den Sport wahrnimmt, ist ganz anders als noch vor einigen Jahren. Wer sich damals unter Laien als „Boulderer“ outete, erntete oft nicht viel mehr als ein



Fotos: Vertical-Axis

zwei bis drei große Hallen, die in kürzester Zeit gut gefüllt sind. Ein Abbruch des Trends ist also nicht erkennbar. Dennoch stellt sich die Frage, wie lange das wohl noch so weitergeht – wird die Zahl der Boulderer und Boulderhallen endlos wachsen? Mit Sicherheit nicht, irgendwann muss der „Markt“ gesättigt sein; die Frage ist nur wann.

man nun mehr und mehr Freizeitsportler, die zur Abwechslung neben dem Joggen oder Radfahren auch gelegentlich Bouldern gehen, als hippe, inspirierende Alternative zum Fitnessstudio. Oft sieht man Kunden an der Kasse, die neben dem Eintritt auch für Leihschuhe und -Chalkbag zahlen, und auch aus Gesprächen in den Boulderhallen hört man schnell heraus,

Stirnrunzeln (und Unverständnis). Heute ist der Sport bekannt, zumindest unter jüngeren Leuten; fast jeder zweite Student einer größeren Stadt mit Boulderhalle hat schon vom Bouldern gehört oder es sogar selbst ausprobiert. Und auch die Werbung in Fernsehen und Print setzt zunehmend gerne auf die attraktiven Sportlerinnen und Sportler aus der Senkrechten.



Nicht nur bei (Spaß-)Wettbewerben geht es in Boulderhallen zu wie in einer Legebatte. Entspannte Atmosphäre, kreative Bewegungsaufgaben und sozialer Austausch beim Problemlösen und danach bescheren dem Bouldern Zulauf aus allen Generationen.



Noch Arbeit für den DAV

Leider muss man sagen, dass der Deutsche Alpenverein und seine Sektionen den Boulderboom ziemlich verschlafen haben. Bis heute gibt es noch keine reine Boulderhalle unter dem Dach des DAV. Den größten Boulderbereich der DAV-Kletterzentren hat derzeit die Anlage in Freimann im Münchner Norden. Alleine dort tummeln sich am Tag bis zu 500 Boulderfans – ein Großteil der Gesamtbesucher. Reine Boulderhallen, die dem Sport optimal Raum bieten, sind aber bis dato die Domäne privater Anbieter. Wann die erste DAV-Sektion dieses Bedürfnis ihrer jungen Mitglieder erkennen und befriedigen wird, bleibt abzuwarten.

Immerhin plant der DAV-Bundesverband, 2017 eine Ausbildung zum Trainer C Bouldern anzubieten und damit die Kunst der raffinierten Bewegungen als eigenständige Bergsportart zu würdigen und zu fördern. Das schon seit einigen Jahren angebotene Modul Bouldern der Trainer-B-Ausbildung litt leider unter der zögerlichen Nachfrage von potenziellen B-Trainerinnen.

Derweil nimmt die Anzahl breitensportlicher Spaßwettkämpfe stetig zu. Kaum ein Wochen-

ende im Herbst oder Winter ist noch ohne Boulderfuncup, ob er nun Soulmoves, Hardmoves, Blockbuster oder Block Rodeo heißt. Hundert Teilnehmer sind bei solchen Veranstaltungen quasi der Mindeststandard, oft tummeln sich noch mehr an den Problemen, und so kann es gut sein, dass diese kleinen regionalen Wettkämpfe die Wettkampfstars von Morgen hervorbringen werden.

Alle wollen mitmachen

Auch beim offiziellen nationalen Pendant, den Deutschen Boulder Cups, steigen seit einigen Jahren die Teilnehmerzahlen, und meist sind es fast genauso viele starke Mädels wie Jungs. Die explodierende Nachfrage bringt die Deutschen Jugendcups Bouldern an die Grenze des organisatorisch Durchführbaren. Doch das Gute daran ist: Bei so viel Nachwuchs muss man sich um die Zukunft des nationalen Wettkampfboulderns keine Sorgen machen.

Auf allen Ebenen also geht es aufwärts mit dem Bouldern – wenn man mal großzügig darüber hinwegsieht, dass man sich in mancher überfüllten Boulderhalle fühlen kann wie Hühner in einer Legebatte. Bleibt die Frage: Woher kommt dieser Trend? Erster Grund: Bouldern ist ein sehr befriedigender Sport. Der Besucher einer Boulderhalle kann in kurzer Zeit viele kleine Erfolgserlebnisse sammeln. Das „Ich hab's geschafft!“-Gefühl eines erfolgreichen Durch-

stiegs dürfen Boulderer sehr oft genießen – zwanzig bis dreißig Probleme kann man während einer Bouldersession durchaus knacken. Triumph en gros – etwas anderes als beim Seilklettern, wo durchschnittlich nach nur sechs bis zehn Routen die Arme dick sind. Grund zwei: Boulder sind oft kreativer, inspirierender und lehrreicher als lange Routen, bei denen gelegentlich der Ausdauer-Aspekt die Schönheit der Bewegung übertönt. Und nicht zuletzt ist Bouldern ein sehr sozialer Sport. Die Interaktion der Kletterer untereinander ist durch das gemeinsame Projektieren, Spotten, Warten und Zuschauen viel intensiver als beim Lead-Klettern. Man kommt ins Gespräch, entwickelt gemeinsam Ideen, unterstützt sich – und kann so auch neue Kontakte knüpfen. Zudem ist der Faktor „Sehen und Gesehen werden“ in keiner Boulderhalle zu unterschätzen.

Was auch immer dahintersteckt: Wer es selbst noch nie ausprobiert hat, sollte es tun – Bouldern macht aus dem Klettern einen ungeahnt kreativen, ganz neuen Sport. Die nächste Boulderhalle ist angesichts des rasanten Baubooms sicher nicht weit entfernt. ■



Christoph Gabrysch
bouldert selber auf hohem Niveau und arbeitet im Ressort Leistungssport der DAV-Bundesgeschäftsstelle.

IOC-Empfehlung für Tokyo 2020

Klettern bei Olympia?

Olympia ist der Traum jedes Leistungssportlers. Diesen für Kletterer wahrzumachen, ist von der Hauptversammlung (2010, Osnabrück) beschlossenes Ziel des DAV. Nun ist es näher gerückt: Das Executive Board des Internationalen Olympischen



Wenn Klettern olympische Sportart werden sollte, kommen auch auf den DAV ungeahnte Herausforderungen zu.

Komitees (IOC) hat im Juni das Klettern und vier weitere Sportarten für das Programm der Olympischen Spiele 2020 in Tokyo empfohlen. Die Zustimmung der IOC-Hauptversammlung im August wird von Experten erwartet. Dann gilt es nur noch, einen attraktiven und sportlich fairen Wettbewerbsmodus zu finden – unter Aktiven wird darüber schon heftig diskutiert. *red*

2. DAV-Nachwuchscamp Alpinklettern

AUF IN DIE WÄNDE!

Mit den Nachwuchscamps fördert der DAV motivierte Nachwuchsbergsteiger; die große Nachfrage belegt das Interesse an diesem Lehr- und Trainingsangebot. Im Oktober steht im Sarcatal (Italien) zum zweiten Mal das Thema „Alpinklettern“ auf dem Programm. Spitzenalpinisten und -bergführer wie etwa Fritz Miller werden mit den Teilnehmern alpine Mehrseillängenrouten planen und klettern und Tipps zur Verbesserung von Technik und Taktik geben. *red*

Foto: DAV



DATUM: 10.-16. Oktober 2016, Arco
VORAUSSETZUNGEN: Alter 14-24 Jahre, mindestens VII. Grad rotpunkt im Klettergarten, Erfahrung in Mehrseillängenrouten
PREIS: € 470,- für Unterbringung und Verpflegung. Weitere Kosten und Bergführer trägt der DAV.
Anmeldung mit relevantem Tourenbericht, kurzem Motivationsschreiben, Geburtsdatum, Sektion, Adresse, Telefonnummern und E-Mail an: DAV, Ressort Leistungssport, Philipp Abels, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München oder philipp.abels@alpenverein.de

Foto: Vertical-Axis



Draußen gab es Wolkenbrüche, drinnen trieb ein großes Publikum die Vertikalkünstler zu Höchstleistungen.

gen machte es zum Schluss spannend: Sie verpasste in Zweibrücken den Finaleinzug; doch dank zweier Siege in den ersten Bewerben reichte Platz 9 für ihren zweiten Meistertitel nach 2013.

Auch im Boulder-Weltcup sind Retschy und Hojer gut unterwegs. Hojer wurde Zweiter in Chongqing (CHI), Retschy stand in Navi Mumbai/Indien auch als Zweite erstmals auf dem Podium – ihr bisher größter Erfolg. Beim Saisonfinale des Boulderweltcups im Münchner Olympiastadion darf man also für Moni und Jan hoffen. *cg/red*

| Der Deutsche Boulderocup wird unterstützt von Vaude, Bänfer und T-Wall |



Schon notiert? Der Sommerhit 2016!

Das Boulderweltcup-Finale am 12./13. August im Olympiastadion München. [+ alpenverein.de/boulderworldcup](http://alpenverein.de/boulderworldcup)

Retschy und Hojer sind Deutsche Meister im Bouldern

Routine bringt Erfolg

Beim dritten und letzten Deutschen Boulderocup 2016 im CAMP4 Kletterzentrum in Zweibrücken (Rheinland-Pfalz) konnten Jan Hojer (Frankfurt/Main) und Monika Retschy (München&Oberland) den Sack zuzumachen und sich die Deutschen Meistertitel im Bouldern sichern. Auf den weiteren Plätzen landeten Lilli Kiesgen (Darmstadt-Starkenburg) und Alma Bestvater (Weimar), bei den Jungs Thomas Tauporn (Schwäbisch Gmünd) und Stefan Danker (Landshut), der quasi auf der Zielgerade noch an David Firnenburg (Rheinland-Köln) vorbeizog.

Jan Hojer gewann souverän alle drei Boulder cups dieser Saison, nachdem er 2015 in allen Lead cups dominiert hatte. Monika Retschy dage-

25 Jahre „Action Directe“

Mehr als ein Stück Fels

„Wenn du zu dem Felsen raufkommst, merkst du es gleich: Diese Route hat Charisma.“ – „Über diesen Satz wäre der Wolfgang glücklich gewesen.“ Ein kurzer Dialog zwischen Kilian Fischhuber und Norbert Sandner war Schluss- und emotionaler Höhepunkt einer ungewöhnlichen Veranstaltung. Zum 25. Jubiläum der Erstbegehung von „Action Directe“ im Frankenjura, der weltweit ersten Route im elften Grad, diskutierten zehn Wiederholer mit Weggefährten des Erstbegehers Wolfgang Güllich.

Sandner, langjähriger Kletterpartner und WG-Kollege, erzählte, dass die „Action“ für Güllich nach mehreren Jahren mit Expeditionen wieder die Rückkehr zum ganz schweren Klettern gewesen sei. Der Sportwissenschaftler adaptierte damals ausgefeilte Trainingsmethoden aufs Klettern, baute die Route teilweise am Campusboard nach und trainierte einen ganzen Winter speziell dafür. Ihr Name spielt auf die französische Terrorgruppe Action Directe an, weil die engen Fingerlöcher ein Angriff auf die Fingergelenke waren. Was ihn trieb, erklärte „Rockgod“ Jerry Moffat: „Er wollte nicht den ersten Elfer klettern, er wollte die Route klettern.“

Das Vermächtnis des netten Stars

Am 17.9.1991 gelang es Güllich; im Sommer 1992 starb er bei einem Autounfall: So ist die Route auch eine Art Vermächtnis des bescheidenen Kletterstars – und ein weltweiter Markstein. 18 Wiederholer hat sie bisher, Japaner, Engländer, Tschechen, Spanier. Zehn von ihnen



Fotos: Archiv Wolfgang Güllich, rockstore24.de

Wolfgang Güllichs Meisterstück „Action Directe“ (I.) fasziniert auch die Wiederholer: Usobiaga, Pustelnik, Bindhammer, Neumärker, Megos, Bock, Knaub, Westphal, Adler, Fischhuber.

waren nach Auerbach zum Marmot Kletterfestival gekommen und erzählten Sandner, Mofat und dem Franken-Chronisten Hannes Huch vor gut 300 Zuschauern über ihre Erlebnisse. Vier Jahre dauerte es bis zur ersten Wiederholung durch Alexander Adler; wie alle frühen Wiederholer musste auch er speziell für die Route trainieren, die „eine ganz neue Art kontaktlosen Kletterns“ für ihn war. Er „kletterte als Einziger Wolfgangs Version“, merkte Alex Megos an, die „wohl schwerer als glatt XI“ war – „wir späteren Begeher haben die leichtere Version gemacht, auch mal rechts und links nach Griffen geschaut.“ Megos brauchte 2014 gerade einmal zwei Stunden für den Markstein („Es war kalt“ – Huch: „Und du wolltest schnell wieder heim?“). Heute, wo der glatte zwölfte Grad schon fast erreicht ist, genügt Begehern „das Training in der Route“ (Markus Bock, Felix Knaub) – Megos kann sich sogar vorstellen, dass sie in den nächsten zehn Jahren eine Flash-Begehung erhält: „Du brauchst nur beim

Einstiegssprung etwas Glück und danach die Kraft zum oben raus Klettern.“ Und wie man hört, hat auch schon eine Frau eine sehr gute Figur in der „Action“ gemacht ... Übrigens hat Megos gerade auch die Frage geklärt, ob nicht vielleicht „Hubble“ von Ben Moon am englischen Raven's Tor 1990 die erste 9a gewesen sei: Er empfand sie als „nur“ 8c+.

Ziemliche Einigkeit war allerdings unter den versammelten Spitzenkletterern zu spüren, dass es bei dieser Route nicht nur um Zahlen geht. „Ich habe 1990 angefangen zu klettern und immer von der Route geträumt“, sagte etwa Patxi Usobiaga. Und Adam Pustelnik erklärte: „Ich wollte nicht 9a klettern, ich wollte Action Directe klettern.“ Wolfgang Güllichs Erbe ist etwas Besonderes. Man merkt es, wenn man zum Waldkopf im Krottenseer Forst hinaufpilgert, dass dort oben viele Menschen Energie und Begeisterung freigesetzt haben – und man konnte es an diesem Abend in Auerbach spüren: Klettern ist mehr als die Jagd nach Leistung. *ad*

ACTION DIRECTE (XI / 9A) – DIE BEGEHER

- | | | |
|--|----------------------------------|---|
| 1) Wolfgang Güllich (GER, 1991) | 8) Markus Bock (GER, 2005) | 15) Felix Knaub (GER, 2011) |
| 2) Alexander Adler (GER, 1995) | 9) Kilian Fischhuber (AUT, 2006) | 16) Rustam Gelmanov (RUS, 2012) |
| 3) Iker Pou (ESP, 2000) | 10) Adam Ondra (CZE, 2008) | 17) Alexander Megos (GER, 2014 und dann noch viermal) |
| 4) Dave Graham (USA, 2001) | 11) Patxi Usobiaga (ESP, 2008) | 18) Felix Neumärker (GER, 2015) |
| 5) Christian Bindhammer (GER, 2003) | 12) Gabriele Moroni (ITA, 2010) | 19) Julius Westphal (GER, 2015) |
| 6) Richard Simpson (umstritten, GBR, 2005) | 13) Jan Hojer (GER, 2010) | |
| 7) Dai Koyamada (JAP, 2005) | 14) Adam Pustelnik (POL, 2010) | |

„Steigen ist etwas Archaisches.“

Michi Wärthl ist der Trainer des neuen Expedkader-Männerteams 2018. Dabei möchte er vor allem die Begeisterung fürs Bergsteigen weitergeben – und helfen, dass nichts passiert.

Was bedeutet dir Bergsport/Bergsteigen?

Ganz einfach: mein Leben. Mich faszinieren schöne Berge, tolle Linien und Berggestalten. Ein schöner Berg hat etwas Ästhetisches. Und ich sehe mich mehr als Bergsteiger statt als Bergsportler. Mit „Sport“ assoziiere ich Turngeräte. Das Wort Steigen dagegen beinhaltet für mich eher den nötigen Ernst, und es hat auch etwas Martialisches, geradezu Archaisches: Mühsal, Qual, Gefahr, alle Sinne müssen offen und angespannt sein – erst wenn die Tour vorbei ist, kommt das Glücksgefühl.

Was steckt für dich im Begriff „Expedition“?

Eine Expedition ist im besten Fall eine schöne Reise, gemeinsam mit Freunden und/oder einer guten Truppe. Ich freue mich, bei Expeditionen auch mal rauszukommen aus dem Stress unserer Gesellschaft. Das ist für mich manchmal eher ein anspruchsvoller Wellnessurlaub.



MICHI WÄRTHL

(Sektion Hochland, geboren 25.5.1970)

unterwextrem.de

HIGHLIGHTS

- > Sportklettern bis 8b (X), im Flash bis 8a
- > Schlüsselkarispitze Südwand, „Vogelfrei“ (X/X+), Erstbegehung 1997
- > Viele Eisrouten in den Alpen und Kanada, z.B. „Polar Circus“ (700 m, WI 5, 4 Std.), „Sea of Vapors“ (WI 7 R), „Krönung“ (WI 6)
- > „Flying Circus“ (M 10), Breitwangfluh, onsight
- > K2 (8611 m) ohne Flaschensauerstoff, mit 24 Jahren der jüngste Besteiger
- > Als Bergführer dreimal Eiger Nordwand, Fitz Roy Supercouloir, Cerro Torre Ferrari-Route, drei Achttausender

Seit 2000 Mitglied im Trainerteam des DAV-Expedkaders, seit 2004 im Bergführer-Lehrteam

Mehr Fragen und Antworten unter

alpenverein.de/panorama

Was taugt dir am Expedkader?

Ich find's super, jungen Bergsteigern eine gute Ausbildung mitzugeben. Das sind lauter motivierte Jungs und Mädels. Sie bekommen ein tolles Netzwerk, untereinander und mit den Trainern, aus dem sie sich weiterentwickeln können. Nicht zufällig waren die Länder um uns herum alle neidisch auf das gelungene Konzept, als der DAV damit angefangen hat.

Hättest du dir das als junger Bergsteiger selber gewünscht?

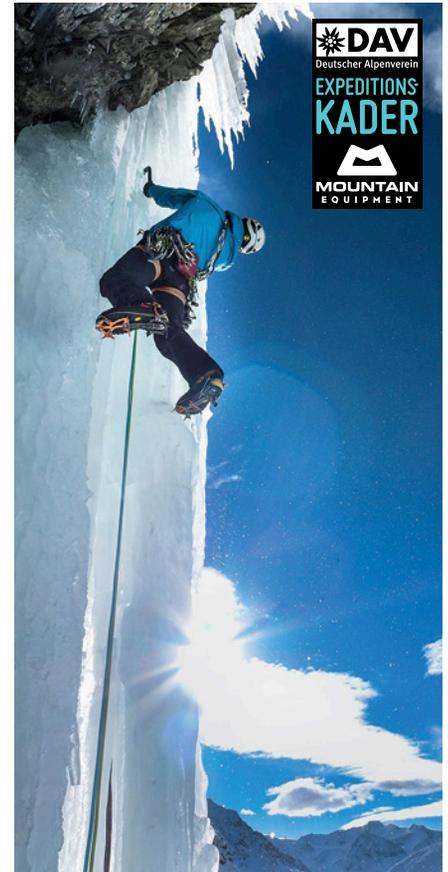
Meine Sektion Hochland hatte uns früh auf Fachübungsleiter-Ausbildungen geschickt, dann habe ich bald mit der Bergführerausbildung angefangen und schnell gute Leute kennengelernt. Auch Auslandsfahrten wurden in der Sektion immer gut gefördert; mit 18 war ich drei Monate in den Anden, mit 20 im Pamir, mit 21 habe ich eine Expedition nach Pakistan geleitet. Wir hätten damals vielleicht etwas mehr Führung und Struktur gebraucht, waren doch ein wild zusammengewürfelter Haufen. Diese bessere Führung und außeralpine Erfahrung möchte ich dem Kader mitgeben.

Was hast du den Kader-Leuten sonst noch zu bieten?

Ich möchte ihnen gerne helfen, das Beste aus sich rauszuholen, ohne dass sich einer weh tut. Denn kein Berg ist es wert, auch nur einen kleinen Finger dortzulassen, aber Bergsteigen ist saugeil. Deshalb will ich ihnen so viel Wissen wie möglich vermitteln, um ganz, ganz lange in den Bergen zu überleben und Spaß zu haben. Und Werte wie Ehrlichkeit oder einen guten Umgang mit anderen Menschen und der Umwelt.

Kannst du denn noch mithalten mit den jungen Wilden?

Was die Jungs aus den letzten Kadern klettern, da komm ich definitiv nicht mehr mit. Der Körper ist einfach geschwächt vom jahrelangen Raubbau, könnte man sagen. Aber ich



„Kein Berg ist einen kleinen Finger wert, aber Bergsteigen ist saugeil“, sagt Michi Wärthl.

kann ihnen anderes mitgeben: Erfahrung, taktische Herangehensweisen, wie man es vermeidet, in offene Messer zu laufen, wie man sich Netzwerke aufbaut. Ich kann sie ermutigen und ihnen das Selbstvertrauen geben, etwas näher an ihre Grenze hinzukitzeln. Ans Limit kann man während der Kaderzeit sicher nicht gehen. Unfälle zu vermeiden ist immer oberste Priorität, aber bei dem gegebenen Niveau auch eine Gratwanderung. Unfälle lassen sich trotz aller Vorsicht nicht hundertprozentig ausschließen. Aber vor allem hoffe ich, dass das eine super Truppe wird und dass wir einen Haufen Spaß haben. ■



Abschlussexpedition

Auf geht's, Mädels!

Ende August starten die sechs Alpinistinnen des DAV-Frauen-Expeditionskaders mit der Trainerin Dörte Pietron und der Expeditionsärztin Dr. Stephanie Graßl zur lang ersehnten Abschluss-Expedition ins Pamir-Gebirge. Fotos zeigen eisige Gletscherberge und unbestiegene Felsnadeln – reizvolle Objekte zur Genüge ... Nebenbei wollen die Mädels mit jungen einheimischen Frauen klettern, und für die Hilfsorganisation „Kenial“ (kenial.de) werden sie einem örtlichen Waisenhaus Funktionsbekleidung übergeben. *pa/red*

| Der Expeditionskader wird unterstützt von Mountain Equipment, Edelrid, Katadyn, DAV Summit Club |



Bergziele zur Genüge für starke Frauen ...

Neuer Boulderraum in Selb

Stark. Steil. Selber Klettern

Unter diesem Motto hatte die DAV-Sektion der Porzellanstadt Selb in Oberfranken neben diversen Outdoor-Klettergebieten schon seit einiger Zeit eine kleine Kletterwand in der örtlichen Turnhalle. Die Möglichkeit, im Untergeschoss einen Boulderraum zu bauen, nutzte sofort eine Arbeitsgruppe, die in 20 Monaten Planungs- und Bauzeit über 1000 ehrenamtliche Stunden investierte. Dass der Einsatz die Mühe wert war, belegt die Würdigung beim RegioSport-Preis 2015 der PSD Bank Nürnberg: Unter 162 Bewerbern wurde der Plan der Selber Kletterer ausgewählt; die 1000 Euro Preisgeld gingen in Klettergriffe. Gäste sind willkommen im kleinen Kletter„zentrum“, Kinder-, Jugend- und Frauengruppen haben eigene Termine; Mitglieder mit Jahresmarken haben jederzeit individuell Zutritt. Wenn die Finanzierung gesichert ist, soll ab 2017 noch eine zweite Kletterwand in der Jahnturnhalle entstehen. *bh/red*

Kletterfläche: 200 m², 50 Routen bis

12,50 m Höhe; Boulderraum mit 100 m²

Öffnungszeiten: Okt.-Apr.: Di., Do. 18-21 Uhr,

So. 16-20 Uhr. Mai-Sep.: Di. 18-21 Uhr

Kontakt: DAV-Sektion Selb, Sven Dreß,

kletterer@dav-selb.de; dav-selb.de

DAV-Kletterzentrum Bremen

Eine Lücke schließt sich ...

... im Indoor-Kletterangebot zwischen Nordsee, Lüneburger Heide und holländischer Grenze. Das „UNTERWEGS – DAV-Kletterzentrum Bremen“ liegt im so genannten „Technologiezentrum“ bei der Universität – per Rad und ÖPNV bestens zu erreichen. Die große Nachfrage bei Kursangeboten und viele neue Mitglieder belegen, dass die Entscheidung richtig war, sich auf diese Mammutaufgabe einzulassen. Gute sechs Jahre dauerte es von der ersten Initiative bis zur Eröffnung, bis die 3-Millionen-Euro-Investition Realität wurde. Im Frühjahr wurden nun auch die Außenwände mit Routen bestückt und das Gelände mit Beachvolleyball-Feld, Slackline und Grillecke „sommerfest“ gestaltet – ein Besuch lohnt sich! *red*

Kletterfläche: 1200 m² innen, 490 m²

außen, 180 Routen bis 14 m Höhe, 150 m²

Boulderbereich

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10-23 Uhr, Sa., So., Feiertage 10-22 Uhr

Kontakt: Unterwegs – DAV Kletterzentrum

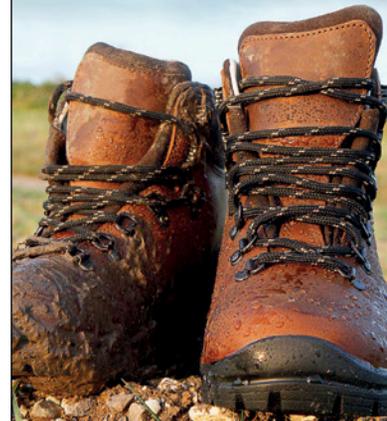
Bremen, Robert-Hooke-Straße 19,

28359 Bremen, Tel.: 0421/51 42 90 53,

hallo@kletterzentrum-bremen.de,

kletterzentrum-bremen.de

Neues Leben für altes Schuhwerk



Nikwax Reinigungsgel für Schuhe

Effektives und sicheres Reinigungsmittel

Nikwax Imprägniermittel für Schuhe

Leistungsstarke Imprägnierung



NIKWAX
EASIER | SAFER | DRIER

NIKWAX GRATISPROBEN!

Spielen Sie mit bei unserem WebQuiz:
nikwax.de/dav

Mit dem Rädle durchs Ländle

Württembergischer trinken ist eine Sache, Rad fahren eine andere, Landschaft und Natur genießen eine dritte. Alles zusammen kann man auf einer über 350 Kilometer langen Radroute durch die schwäbischen Weinberge. Gemütlich, wenn man will – genussvoll auf jeden Fall. Rollo Steffens hat's ausprobiert.



Fotos: Touristikgemeinschaft Heilbronner Land und Partner (2), Archiv Rollo Steffens

Rebzeilen säumen den Weinradweg, der meistens gemütlich den Flusstälern von Neckar, Rems, Kocher und Jagst folgt, manchmal aber auch aussichtsreiche Höhen erklimmt – und immer Möglichkeiten zur erfrischenden Einkehr bietet.



Die Fahrt durch die Weinregion Württemberg beginnt in Rottenburg am Neckar. Das ist nicht weit entfernt von Reutlingen. Die Anreise dorthin mit der Deutschen Bahn AG ist kein wirkliches Problem. Wer als Bergfahrer noch nicht geübt ist und erst ein paar Kilometer zum „Einradeln“ möchte, hat gleich zu Beginn der Route zwei Möglichkeiten, auf Flach-Varianten von der Bahnstation den Fluss Neckar zu erreichen, der zunächst die Richtung weist: Mit einem Abzweig nach etwa vier Kilometern über den Hohenzollern-Radweg oder noch direkter über den Neckartal-Radweg.

Spätestens ab der Universitätsstadt Tübingen ist der Radler dann Wein und Winzern auf der Spur. Es bleibt noch eine Weile flach, bis man zwischen Neuffen und Owen beinahe zwingend eine Höhe von 480 Metern erreicht. Und das ist gut so. Die Aussicht vom Rand der Schwäbischen Alb auf die von dort flach er-

scheinende Württemberger Neckarregion kann an guten Tagen faszinieren.

Lieber Besenwirtschaft als Kehrwoche

Bei Nürtingen erreicht man wieder den Fluss und es geht lange flach dahin. Über Plochingen und Esslingen biegt die Route ab ins Tal der Rems. Es wäre übertrieben zu sagen, dass sich in dieser großen Ost-West-Schleife bei Stuttgart und im Auf und Ab der Weinberge die Besenwirtschaften aneinander reihten – aber: Es sind viele. Besenwirtschaften, oft auch nur „Besen“ genannt, sind nur zur Saison geöffnet. Der Besuch eines dieser urigen Weinlokale – vielleicht mit einem Ruhetag danach – ist auf einer solchen Route eigentlich ein Muss. Auch ein Abstecher zu einer der vielen Weingärtner-Genossenschaften mit Verkostungsangebot ist nicht unbedingt ein Fehler. Wen das Thema besonders interessiert, der findet im

Stuttgarter Stadtteil Uhlbach die Vinothek im Weinbaumuseum Stuttgart. Sie gehört zur Württemberger Weinroute wie der Kartoffelsalat zum schwäbischen Maultäschle.

Ludwigsburg, Besigheim und Heilbronn heißen die Stationen, bevor der Radweg den Neckar verlässt und nach Osten biegt. Der nachfolgende Abschnitt Schwäbische Weinstraße hält, was er verspricht; ab Öhringen folgt man geschichtsträchtig dem Deutschen Limes-Radweg durch die Hügellei, bevor es im Tal des Kocher (Kocher-Jagst-Radweg) wieder flacher

wird. In der letzten Etappe nach Ingelfingen steigt die Route nochmals an, um jenseits einer Hügelkette die Jagst zu erreichen. Das Ausrollen beginnt spätestens bei Bad Mergentheim. Wem kurz vor Ende der Tour die Gelenke krachen, der kann hier noch einen Tag zum Kuren bleiben. Die Pauls-Quelle in der Solymar-Therme wirkt oft wahre Wunder. Der Lahme geht, der Blinde sieht, der Radler radelt wieder. Die Schlussetappe bis zur Bahn ist dann fast Spielerei. ■



Rollo Steffens lebt als freier Autor und Reiseleiter in München. Nach vielen steilen Bergtouren freut er sich heute auch über lange Kultur-Radrouten ohne Gelenkprobleme.

Der Württemberger Weinradweg

Etwas Ausdauer ist erforderlich, aber lassen Sie sich bei der Planung nicht vom Höhenprofil der Route beirren. Die Steigungen verlieren mit fortschreitender Jahreszeit und Trainingsform ganz enorm an Steilheit. Über weite Strecken folgt der Württemberger Weinradweg eher flach dem Lauf von Flüssen – oder es sind flache Varianten möglich.

TOURIST-INFO: Radwege und Radtouren im nördlichen Baden-Württemberg, Projekt-Partner, interaktive Karte und Höhenprofil(e), Zimmer und Einkehrmöglichkeiten: radsueden.de

ANREISE: Umweltfreundlich mit der Deutschen Bahn AG nach Rottenburg am Neckar. Am Ende der Tour: Niederstetten. bahn.de

BESTE JAHRESZEIT: Wenn die Besenwirtschaften offen sind (später Sommer/früher Herbst).

WINZERGENOSSENSCHAFTEN (maximal 200 m Umweg): Weingärtnergenossenschaft Hohenneuffen-Teck, Fellbacher Weingärtner, Collegium Wirtemberg, Felsengartenkellerei Hessigheim, Lauffener Weingärtner, Weingärtner Markelsheim

SEHENSWÜRDIGKEITEN: Tübingen Altstadt; Burgruine Hohenneuffen (743 m), Hundertwasserhaus in Plochingen; Grabkapelle in Rotenberg; Radiomuseum in Remseck; Klettergebiet Hessigheimer Felsengärten; Weinsberg, Burgruine Weibertreu (252 m); Schloss und Schlosspark in Weikersheim

INSIDER-TIPP: Wer ein andermal mehr in Württemberg erfahren möchte, zweigt bei Plochingen ab und folgt dem Fluss Fils komplett ausgeschildert bis zu seinem Ursprung, oder der neuen, oft parallel verlaufenden „Route der Industriekultur“.

industriekultur-filstal.de

Mehr Info: alpenverein.de/panorama

KOMPERDELL

www.komperdell.com

STILETTO

REVOLUTIONÄR. VIELSEITIG. GENIAL.

DIE VERSTELLUNG DIREKT AM GRIFF



WIR HABEN DIE GRENZE DES MACHBAREN NEU DEFINIERT.

Endlich ist die Längenverstellung dort wo sie hingehört: direkt am Griff! Unser STILETTO bringt Sicherheit & Komfort auf ein neues Level.

3-facher
TESTSIEGER



...erfahren Sie mehr unter www.komperdell.com
oder sales@komperdell.com

3
YEAR SERVICE
NO QUESTIONS ASKED!

Klettern beim Hallerangerhaus

Die Mischung stimmt

Gemeinsam mit DAV, ÖAV, lokalen Bergführern und Gebietsexperten hat die Sektion Schwaben Sanierungen und Neuerschließungen von Kletterrouten bei ihrer Hütte organisiert – und damit ein klassisch anspruchsvolles Klettergebiet um eine moderne Facette ergänzt.

Von Klaus Berghold

Als ich Mitte der 1980er Jahre vom Ausstieg der Schmid-Krebs-Führe zur Laliderer-Biwakschachtel stieg, zeigte mein Kletterpartner auf eine riesige Verschneidung südlich von uns: „Schau, die Lafatscher-Verschneidung steht auch in Walter Pauses ‚Extremem Fels‘. Eine ernste Sache“. Damals ahnte ich noch nicht, welche Rolle diese Linie und die Felswände in ihrem Umfeld später in meinem Leben spielen würden. Viele Jahre und viele schöne Kletterrouten später fragten wir uns nämlich bei der Sektion

Schwaben, ob eine unserer Hütten nicht für Kletterer interessanter sein könnte. Vielleicht das Hallerangerhaus? Aber die Wände dort waren vor allem bekannt für klassische Linien und teils sehr kühne oder überalterte Absicherung – eher vereinsamt und nichts für die Klettergemeinschaft des Alpenvereins. Aber es gab den hüttennahen Klettergarten Durchschlag mit einigen Einseillängenrouten und auch mit zwei schönen, ausreichend mit Bohrhaken gesicherten Mehrseillängenrouten. Und von neu-

en Extremrouten an der Speckkarspitze war bekannt, dass die Felsqualität hier karwendeluntypisch großartig war.

Um das Klettergebiet wieder attraktiver zu machen, lud die Sektion Schwaben am 13. Oktober 2009 zur Gründungsversammlung des „Arbeitskreises Klettergebiet Halleranger“ (AKH). Es kamen die Bergsportvertreter von ÖAV und DAV, die Bergrettungen Hall und Scharnitz, die Österreichischen Bundesforste als Grundeigentümer, die DAV-Sektionen Mitlenwald und Schwaben sowie mehrere Bergführer aus der Region. Und man einigte sich, einzelne Klassiker mit soliden Bohrhaken vorsichtig zu sanieren, aber auch modern gesicherte Routen neu zu erschließen. Die Bohrmaschinen bedienten der Tiroler Fotograf und Bergführer Heinz Zak und Bernd Eberle, Führerautor und Mitglied im DAV-Lehrteam; die Kosten trägt die Sektion Schwaben mit Unterstützung des DAV-Bundesverbandes.

Bunt gemischtes Angebot

Seitdem entstanden in nächster Nähe des Hallerangerhauses etliche Mehrseillängenrouten von IV bis VI, die für Ausbildungskurse besonders geeignet sind, inklusive Abseilpisten. Der Klettergarten Durchschlag ist in zehn bis zwanzig Minuten einfach zu erreichen. Bernd Eberle richtete am Sonneneck einen ganz neuen Klettergarten ein, mit Sportklettereien und vier längeren Routen bis acht Seillängen. Alles in gutem Kalk, mit Bohrhaken modern abgesichert, aber nicht so, dass man auf Klemmkeile und Friends völlig verzichten möchte. Vor allem Heinz Zak hat ausgewählte klassische Routen zurückhaltend saniert, das heißt: Standhaken und wichtige, aber verrottete Zwischensicherungen wurden durch solide Bohrhaken ersetzt. Wenn die Erstbegeher noch lebten, wurden sie um Einverständnis gefragt.

Fotos: Heinz Zak, Andi Dick (2), Klaus Berghold



Der Klettergarten Durchschlag (I.) bietet Ein- und Mehrseillängenrouten in festem Fels mit Blick auf die Lafatscherverschneidung. Aber auch sonst finden sich viele schöne Klettermeter in kurzer Entfernung von der Hütte, die zwischen dem grünen Halleranger und der Speckkarspitze (r.o.) liegt.

Klettern am Halleranger

HÜTTE: Halleranghaus, Sektion Schwaben. Zustieg von Scharnitz: 3 Std. zur Kastenalm (½ Std. mit Taxi Mayr), dann noch 1 ½ - 2 Std. Per Rad 1 ½ Std. zur Kastenalm, Weiterweg sehr steil.

alpenverein-schwaben.de/huetten/hallerangerhaus

ZUSTIEGE: 10-20 Minuten zum Klettergarten Durchschlag, 20 Min. zu Schnitlwänden und Speckkarspitze, ca. 30 Min. zum Lafatscher

FÜHRER: Bernd Eberle: Kletterführer Karwendel, Panico Alpinverlag, 2011 (derzeit vergriffen). Neue Routen im Internet: home.arcor.de/berghold/AK_Halleranger



Ein typisches Beispiel für das dabei nötige Augenmaß ist die eingangs erwähnte Lafatscher-Verschneidung, von Matthias Auckenthaler um 1930 erstmals direkt durchstiegen. Im Verschneidungsgrund moderten Holzkeile vor sich hin, dazwischen steckten ein paar verrottete Normalhaken – alles nicht geeignet, einen Sturz zu halten. Jüngere Kletterer stiegen hier schon lange nicht mehr ein, ein „Denkmal“ geriet in Vergessenheit. Nun wurden die Stände mit Bohrhaken ausgestattet, aber die Schlüsselseillänge blieb dank zünftiger Sicherungsabstände anspruchsvoller als in der „Cassin“ am Badile oder in der „Schmid-Krebs“ in der Laliderer. So ist sie trotz Sanierung eine ernst zu nehmende Tour geblieben, die einen im sechsten Grad versierten Vorsteiger erfordert – und sie passt durchaus noch in den mittlerweile neu aufgelegten „Extremen Fels“. Auch zu Klassikern wie Burattipfeiler oder Buhl-Durchschlag ergaben sich oft spannende Diskussionen, besonders mit Heinz Zak. Der mag es gerne etwas wilder, auch in seinen eigenen Touren. Etwa im „Eiertanz“ an der Speck-

karspitze, den er haarsträubend kühn erstbe-gangen hatte und der kaum je wiederholt worden war. Nun hat Heinz die Route mit Bohrhaken ausgerüstet, und begeisterte Wiederholer schwärmen, sie sei einer der schönsten Siebener im Gebiet. Aber Heinz hat auch neue, gut abgesicherte Touren eröffnet.

So bietet das Halleranger-Gebiet heute eine gute Mischung: ernste Trad-Routen, sanierte Klassiker – und eine große Auswahl moderner Bohrhaken-Mehrseillängenrouten auch in moderaten Graden. Der einzige Pferdefuß, der lange Zustieg durchs Isartal, lässt sich per Rad oder Taxi-Shuttle merklich entschärfen. Wer ihn hinter sich hat, kann in großartiger Landschaft erleben, dass mit Köpfchen und gutem Willen alpine Vielfalt auch auf engem Raum funktionieren kann. ■



Klaus Berghold ist Trainer C für Alpinklettern, Hochtouren und Skihochtouren. Als stellvertretender Vorsitzender der Sektion Schwaben fördert er das Klettern über dem Halleranger.

DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.

JETZT
BUCHEN!



Mit dem Bike in die Ferne

DIE SCHÖNSTEN ROUTEN IM SEMIEN-GEBIRGE

ÄTHIOPIEN

18 Tage

ab € 3995,-

(Buchungscode RAMAET)

TRANSATLAS – VOM HOHEN ATLAS IN DIE SAHARA

MAROKKO

15 Tage

ab € 2599,-

(Buchungscode RAMMAR)

 30 € Buchungsrabatt
p. a. für DAV Mitglieder

**Bergreisen weltweit – Erfahrung, Qualität,
Kompetenz am Berg.**

Beratung und Buchung: DAV Summit Club GmbH
Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Am Perlacher Forst 186 – 81545 München – Deutschland
Telefon +49 89 64240-0 | www.dav-summit-club.de

... müssen nicht immer auf den Berg.

– Woran man Bergsteiger erkennt? Dass sie die Eroberung des Unnützen auf die Spitze treiben. Oder manchmal gar unter die Erde. Sechs Stunden lang schleppte eine internationale Freundesgruppe Material zur Höhle Brezno pod Velbom auf 2050 Meter Höhe am Monte Canin (Julische Alpen), dann seilten sie sich 350 Meter in den Schacht hinunter und kletterten auf den vereisten Wänden wieder heraus – acht Seillängen bis WI 6, M5. Ob sie danach wohl in die Sauna gegangen sind?



Fotos: Nicola Dirupo, Klaifs, Luka Lindic

Künstler des Unnützen ...



... müssen überhaupt nicht zum Berg.

– Woran man erfolgreiche Bergsteiger erkennt? Wenn sie als Werbeträger für Dinge taugen, die mit Bergen nicht wirklich viel zu tun haben. Eine Sauna zum Beispiel. Dass der Hersteller Klaifs die Huberbuam als Sympathieträger auswählt, mag an ihrer gestandenen Attraktivität liegen. Oder daran, dass sie, so die Pressemitteilung, dank der Geheimwaffe Sauna „dem Jugendwahn im Profisport trotzen“. Diesen Sommer, am Latok, wird sich Thomas vielleicht etwas Wärme wünschen.

Achttausend Meter – 2009 gehörte Nives Meroi (ITA) zu den Frauen, die kurz davor standen, alle 14 Achttausender zu besteigen. Dann entwickelte ihr Mann Romano Benet am Kangchenjunga (8586 m) Erschöpfungszustände – sie brachen die Expedition ab, und für mehrere Jahre war der Kampf gegen die Krank-

heit Knochenmarkaplasie ihr „15. Gipfel“. 2014 konnten sie den Kantsch besteigen; im Mai 2016 erreichten sie den Makalu (8485 m). Nun fehlt ihnen nur noch die Annapurna (8091 m), um das erste Ehepaar zu sein, das alle Achttausender gemeinsam, ohne Sauerstoff und Hochträger bestiegen hat. 🌱 Die Annapurna erlebte

so viele Besteigungen wie noch nie: 30 an einem Wochenende – darunter Carlos Soria (ESP, 77), der erst mit 51 das Achttausenderspiel angefangen hatte. Ihm fehlen jetzt nur noch Dhaulagiri und Shisha Pangma. 🌱 In der Shisha-Pangma-Südwand scheiterten David Göttler (GER) und Ueli Steck (SUI) bei zwei Versuchen

auf 7600/7800 Metern. Aber sie fanden die Leichen von Alex Lowe und David Bridges (USA), die 1999 in einer Lawine umgekommen waren. ❁ Der Mount Everest (8850 m) wurde (nach Lawine und Erdbeben) erstmals wieder von Nepal aus bestiegen, über 400 Mal insgesamt, an einem Tag fast 200 Mal. Melissa Arnot und Carla Perez erreichten den Gipfel ohne Hilfssauerstoff, Kenton Cool (GBR) zum 12. Mal.

Schwierige Berge – Marc-Andre Leclerc (CAN) und Luka Lindic (SLO) schlossen ihrer Erstbegehung am Mt. Tuzo in den kanadischen Rockies (Panorama 3/16) die Neurouten „Fantastic Mr. Fox“ (500 m, M5, WI 5) am Deltaform Mountain (3424 m) und „Psychological Effect“ (700 m, M7, WI5+) am Mt. Neptuak (3237 m) an. Dann zog Leclerc alleine los, ohne Auto und Uhr: Zum Einklettern stieg er als Vormittagstrip den Klassiker „Andromeda Strain“ (VI+, WI5) am Mt. Andromeda (3450 m). Im berühmten Emperor Face des Mt. Robson (3954) kletterte er in einem langen Tag „Infinite Patience“ (2200 m, VI+, M5, WI 5) – mit einem langen, harten, abenteuerlichen Abstieg. ❁ Graham Zimmermann hat schon mit einigen kreativen Zielen auf sich aufmerksam gemacht, mit Chris Wright war er der Meinung, die Wrangell Mountains in Alaska böten „genau das Potenzial für Abenteuer, das wir suchten“. Am Celeno Peak (4083 m), benannt nach der „dunklen“ Harpye

der griechischen Sagen, fanden sie das in der „Direkten Westwand“ (1800 m, M6, VII X, A2+, 95°) – vier Tage und eine extrabrüchige Schlüsselstelle. ❁ Am Baghirati III (6454 m) wiederholten Fanny Tomasi-Schmutz (FRA) und Elodie Le Comte (SUI) in sieben Tagen den Schototenpfeiler (1300 m, VI, A2).



Leclerc führt souverän und „ohne Anstrengung“ den fieses Offwidth-Riss am Mt. Neptuak.

Spannende Sachen – Mit der Besteigung von acht Sechstausendern will ein gutes Dutzend von Aymara-Frauen (indigene Bolivianerinnen) ein Zeichen für Anerkennung und Gleichberechtigung setzen. In traditioneller Bekleidung bestiegen sie unter anderem schon Huayna Potosi (6088 m) und Illimani (6439 m). ❁ Der niederschlagsreiche Spätwinter ermöglichte einige markante Skibefahrungen, wenn es auch keine Erstlinge waren – unter anderem die Österreicherföhre (800 m, D+) in der

Aufgeschnappt

Ich näherte mich dem Berg mit einer gesunden Portion Respekt, dann würde er auch mich und meine Wünsche respektieren. Marc Leclerc unter dem Mount Robson **Der Krankheit begegnet man wie dem Berg: einen Schritt nach dem anderen, in Demut und ohne je den Mut zu verlieren.**

Romano Benet über seinen „15. Achttausender“, die Gesandung **Ich war extrem fokussiert und fühlte mich nie müde ... (aber) ... als ich den sicheren Forstweg erreichte, ... fühlte ich mich schlagartig ziemlich leer und platt.** Fabian Buhl nach der Winterbegehung des „Wetterbock“

Courtes-Nordwand und die Majorföhre (1300 m, D+) in der Brenvaflanke des Mont Blanc. Vier Frauen – Giulia Monego, Liv Sansoz, Lorraine Huber und Melissa Presslaber – befuhren die Matterhorn-Ostwand (1000 m, AD) von der Schulter aus. ❁ Die Route „Wetterbock“ (10 SL, X+/XI-) von Alex Huber am Hohen Göll wählte Fabian Buhl für eine Solo-Winterbegehung. Er konnte sie zwar nicht durchgehend frei klettern, hatte aber bei seiner ersten alpinen Wintertour drei spannende Tage mit hüfttief verschneitem Steilzustieg, vereisten Rissen und weiten Stürzen. ■

Disclaimer: Die Rubrik „spitz & breit“ richtet einen offenen Blick auf alle Zweige und Blüten, Spitzen und Auswüchse, die der Baum des Bergsports weltweit hervorbringt. Sie will dokumentieren, kommentieren und zum Nachdenken anregen – nicht unbedingt zum Nachmachen. Sondern: Denken Sie nach – klären Sie Ihre Risiken – entscheiden Sie selbst, was Sie tun und lassen!

Filzmoos

www.filzmoos.at
T: 0043 6453 8235

Mein schönster Platz

zum Wandern, Klettern, Wohlfühlen



NEPAL BESONDERS PREISWERT ERLEBEN

Das Land der Sherpa, Götter, Mythen und 8000er

Wenn es ein Land gibt, für das die Bezeichnung „unvergleichlich“ zutrifft, dann ist es Nepal. Die Säulen des Himmels stehen hier, acht von 14 Achttausendern. Großartige Berglandschaften, exotische Vegetation, herzliche Begegnungen mit freundlichen Menschen. Urlaub für Körper, Geist und Seele.



30 € Buchungsrabatt
p. a. für DAV-Mitglieder

NEPAL



Lebe deinen Traum – Everest Basecamp und Kala Pattar

Schneefahren über dem Everest. Und das einmalige Gefühl, dem höchsten Berg der Erde ganz nah zu sein. Von der höchsten Lodge in Gorak Shep (5200 m) besteigen Sie den berühmten Aussichtspunkt Kala Pattar (5545 m) und stehen dem Mount Everest direkt gegenüber. Rundum die Sieben- und Achttausender des Khumbu. Was für eine Szenerie! Beim Abstecher ins Everest Basecamp kommt Expeditions-Feeling auf. Zwei Wochen spannendes Trekking im Everest-Gebiet. Die Königsstädte im Kathmandu-Tal als optionale Zugabe.



Termine (19 Tage)
23. Nov. 2016
15., 22. Feb. 2017
Preis ab € 2299,-
davsc.de/hiviahs

NEPAL



Die Annapurna-Runde – über den himmelhohen Thorong-Pass

Unser DAV-Summit-Club-Klassiker! Die Umrundung des Annapurna-Massivs über den Thorong-Pass (5416 m) führt Sie durch alle Klimazonen: von den Subtropen bis ins vergletscherte Hochgebirge. Sie übernachten in den Lodges der einheimischen Bevölkerung im eigenen Schlafsack und einmal in den Betten einer Komfort-Lodge. Nach erfolgter Passüberschreitung gelangen Sie zum Wallfahrtsort Muktinath über der gewaltigen Kali-Gandaki-Schlucht, wo die Achttausender Annapurna und Dhaulagiri den Horizont begrenzen.



Termine (21 Tage)
20., 27. Nov. 2016
19., 23., 26. Feb. 2017
Preis ab € 2249,-
davsc.de/hiviaha

NEPAL



Everest Summit Lodges – Komfort-Trekking zum Kloster Tengpoche

Unsere perfekte Logistik-Kette ermöglicht Ihr Erlebnis auf dem Everest-Trek. So müssen Sie nicht auf Bett, Dusche und WC verzichten. Gleich zu Beginn zeigt das Kathmandu-Tal seine schönsten Seiten. Beim Besuch des buddhistischen Stupas von Bodnath und des Hinduheiligtums Pashupatinath begegnen Sie den großen Religionen des Himalaya. Sichtflug nach Lukla und Komfort-Trekking auf großer Runde ins Herz des Khumbu. Auf dem Everest-Trek erleben Sie die Sherpa-Hauptstadt Namche Bazar und das berühmte Kloster Tengpoche (3870 m).



Termine (14 Tage)
21. Nov. 2016
13., 20. Feb. 2017
Preis ab € 2499,-
davsc.de/hiviesl

Sonderangebote „Visit Nepal“

Kulturwanderungen, Lodge- oder Komfort-Trekking im Himalaya

Wenn die Hauptsaison zu Ende geht, lockt Nepal mit besonders günstigen Angeboten in bester DAV-Summit-Club-Qualität. Unsere ausgebildeten, deutsch sprechenden Guides zeigen Ihnen die Welt der Achttausender auf ausgesucht schönen Trekkingrouten. Erleben Sie die Heimat von Yak & Yeti auf einem **Komfort-Trekking zum berühmten Sherpa-Kloster Tengpoche**. Die Everest Summit Lodges bieten Zimmer mit Betten und Bad/WC und lassen keine Wünsche offen. Oder Sie entscheiden sich für ein **Lodge-Trekking mit Schlafsack-Unterkunft im Annapurna-Gebiet oder im Khumbu Himal**. Für Einsteiger bestens geeignet ist die Route zum Dreitausender-Aus-sichtsgipfel Poonhill. Aber auch das Everest Basecamp und die große Annapurna-Runde sind erst-klassige Ziele. Kulturwanderer erleben die **Paläste und Pagoden der drei Königsstädte** und genie-ßen von schönsten Aussichtskanzeln den Blick auf die Achttausender. Termine im November/Dezember oder im Februar/März. Die dreiwöchige Annapurna-Runde ist dann inklusive Flug ab Frankfurt schon für € 2249,- zu haben. ■

| Weitere Informationen: dav-summit-club.de/reiseziele/asien/nepal
Persönliche Beratung: 089/642 40-196 |



DAV GEWINN SPIEL

Das Panorama-Gewinnspiel mit dem DAV Summit Club

KENNEN SIE DEN?

Bekannter ist der Blick in die andere Richtung

Erkennen Sie diesen See und gewinnen Sie einen attraktiven Preis vom DAV Summit Club, dem weltweit größten Anbieter von alpinen Reisen und Kursen. Diesmal können Sie eine viertägige Gletschertour zum Zuckerhüt (3505 m) gewinnen mit Stützpunkt Hildesheimer Hütte. Ein weiterer Dreitausender, Gletschertraining und ein Klettersteig ergänzen das Programm. Wert € 530,-, Buchungscode 9HTHIL.



Foto: Andi Dick

Auflösung des Gewinnspiels aus Heft 3/16
Mit 4274 Metern Höhe und 2279 Metern Prominenz ist das Finsteraarhorn der höchste Gipfel der gletscherreichen Berner Alpen; es wurde 1812 erstbestiegen. Der Gewinn, ein Gletschertrekking in den Ötztaler Alpen, ging an Josef Reindl aus Wielenbach.

Senden Sie Ihre Antwort an:
Deutscher Alpenverein
Redaktion Panorama
Postfach 500 280
80972 München oder an
dav-panorama@alpenverein.de

Einsendeschluss ist der 14. August 2016. Keine Teilnahme über Gewinnspielorganisationen und für Mitarbeiter der DAV-Bundesgeschäftsstelle. Rechtsweg ausgeschlossen.

Blogbeiträge, Tourentipps,
Gewinnspiele auf dem
Rother #wanderglück-Blog!
www.wanderglueck.rother.de

ROther TOUREN APP
für iPhone und Android

www.rother.de
Bergverlag Rother

Bouldern und Laufen im Wald von Fontainebleau



Boulder-„Probleme“
für jeden Geschmack:
Mama Schöffl vergnügt
sich an den unglaublich
vielfältigen Felsen.

Gut dreißig Jahre ist es her, da hat uns Fontainebleau die Augen geöffnet. Wenn wir in den 1980er Jahren durch den regnerischen Fränkischen Wald zogen und uns irgendwelche Siebener und Achter „hochrampften“, dachten wir: „Sind wir extrem“. Dann, die erste Reise nach Fontainebleau – und dort war alles anders. Es ging nicht darum, „extrem“ zu sein, am Felsen tummelten sich alle, Alte und Junge, Dicke und Dünne, ja sogar Kinder. Das passte gar nicht in unser Schema vom Extremsport. Aber alle hier betrieben eines gemeinsam: Bouldern. Und alle hatten ihren Spaß dabei.

Hier bei uns zu Hause dagegen hat es lange gedauert, bis aus dem Bouldern – der einsame „Franke“ sitzt allein im Wald und kämpft sich aus einem Erdloch heraus – ein Volkssport geworden ist. Doch nun ist er da. Vor allem durch die vielen neuen Indoor-Boulderanlagen schwappt der Bouldervirus auch in Deutschland auf



SPIELPLATZ DER SUPERLATIVE

Ob Pierre Allain (Dru-Nordwand) oder Lionel Terray (Eiger) – im Wald von Fontainebleau lernten schon viele Alpinisten entscheidende Kniffe. Der Märchenwald für Weltklasseboulderer wie Kraxelfamilien hat aber noch mehr zu bieten – zum Beispiel spannende Laufstrecken.

Von Isabelle und Volker Schöffl

alle über, und da sind sie: Alte und Junge, Dicke und Dünne, ja und sogar Kinder ...

Viele Jahre waren wir nicht mehr in Fontainebleau gewesen, dem Ursprungsland des Boulderns, wollten weltweit möglichst abgeschieden unterwegs sein. Doch mit Kindern ändert sich einiges – so sind wir nun wieder häufig in „Bleau“.

Seit damals hat sich nicht viel geändert, der Reiz des Gebietes ist geblieben.

Dort hat sich seit damals nicht viel geändert, und der Reiz ist geblieben. Einmaliger Sport in einmaliger Landschaft. Ein riesiger Sandplatz und Kinderspielplatz, wo die Kleinsten im Sand buddeln, die Älteren intensiv klettern und die ganz Alten immer noch ihrer Passion nachgehen. Aber Fontainebleau bietet viel mehr:

eine großartige Landschaft zum Wandern und Reiten, unvergleichbar schöne Pfade zum Trailrunning, Kinderaktivitäten und die ganzen Vorteile des französischen „style de vivre“.

Fontainebleau (blaue Quelle), gut 50 Kilometer südlich von Paris gelegen, ist unter anderem bekannt für das Schloss, in dem auch Napoleon Bonaparte residierte – und zweimal abdankte. In drei Himmelsrichtungen um den Ort erstreckt sich der Wald von Fontainebleau, mit ei-

nem Radius von rund 25 Kilometern. Ein Mischwald mit Eichen und Kiefern, eine bizarre Landschaft aus Blöcken, verschlungenen Wegen und Sandwüsten. Er dient vor allem als Naherholungsgebiet von Paris, immer wieder trifft man Busladungen von Kindern auf Schnitzeljagd und Naturerkundung. Und zu erkunden gibt es hier viel. Jede Menge kleine Wege führen in verwunschene Täler, durch Felsentunnel und in kleine Höhlen. Dabei wechselt die Landschaft von feuchtem, ja

Felsen für jedes Alter: Papa und Sohn Schöffl finden auch einen passenden Brocken für ihre Spiele.



fast Regenwald mit großen Farnen bis zu kargen Wüstenlandschaften wie am Cul de Chien.

Das Bouldern in „Bleau“ hat eine lange Tradition. Bereits um 1890 stiegen die ersten „Bleausards“ auf den Sandsteinbrocken herum. Heute bouldert man vor allem auf den so genannten „Parcours“, einer Art felsigem Trimmichpfad, der von Block zu Block führt und dabei von einem Boulderproblem zum nächsten. Kleine Farbmarkierungen kennzeichnen die Einstiege und gleichzeitig die Schwierigkeit,

von gelb (relativ leicht) bis weiß (sehr schwer), so dass man nicht einmal dicke Führer wälzen muss. Vom Anfänger bis zum Spezialisten findet hier jeder eine passende Aufgabe. Gerade für Anfänger gibt es wohl auf der ganzen Welt kein anderes Gebiet, das so viele leichte Boulder bietet; sogar spezielle Kinderparcours wurden ausgewiesen. Andererseits können die schweren Probleme der Parcours durchaus bis zum Schwierigkeitsgrad 7C gehen; das ist schon eine Ansage. „Off Circuit“ gibt es auch noch ganz schwere Pro-

bleme; hier zerrt zum Teil die Weltelite, während am Nachbarblock eine Familie ihr Vergnügen finden kann.

Das Absprunggelände variiert von weichem Sandboden bis zu blockigem und schrägem Boden. Dann sind Spotter und Crashpad gefragt. Was kein Problem ist, denn Sport macht ja gemeinsam deutlich mehr Spaß. Da klettert schon mal einer von hinten auf den Block, um die „besten“ Sloper am Ausstieg anzuzeigen. So werden Begehungen zum Gemeinschaftserfolg. Das mit dem Aussteigen ist aller-



Ein Wald der Möglichkeiten: Boulder jeder Form, Steilheit und Schwierigkeit bilden ein Sport- und Abenteuer- gelände für Jung und Alt, und am Ruhetag kann man die wahrhaft märchenhafte Landschaft laufend genießen – oder auch in gemütlicherem Tempo.



Fotos: Enrico Haase, Kilian Reil

dings schon so eine Sache: Auf die hinterlistig runden Ausstiegsmantle bereiten selbst die neuesten Boulderhallen nur unzureichend vor.

Der Fels ist eine weitere Besonderheit. Fester, rauher Sandstein wird unterbrochen von glatten Quarzstrukturen, die wie Marmor hervorstechen – mit ebensolchen Reibungseigenschaften und Auswirkungen auf die Fingerkuppen, wenn man zum x-ten Male von den Ausstiegsslopern abrutscht. Auf diese Weise kann das Boulder Vergnügen oft schon recht bald vorbei

sein. Auch die Schwierigkeiten sollte man mit Vorsicht genießen. Bleau ist ein altes Gebiet mit einer eher „strengen“ Tradition, deshalb sind die Grade tendenziell undankbar und man sollte auf jeden Fall den einen oder anderen Zahlenverlust mit einrechnen, wenn man nicht frustriert nach Hause fahren will.

Schmerzende Fingerkuppen, rampfige Ausstiege, Schwierigkeits-Frustrationsgefahr – was ist denn dann so toll am Bouldern in Fontainebleau? Eben genau das alles. Vor allem aber eine Menge an Bewe-

gungen, von denen man vorher nicht mal gedacht hätte, dass man sie jemals denken könnte. Auch wenn die Finger heulen, sobald sie den Sandstein berühren, die Schuhsohlen bleiben auf magische Weise irgendwie hängen. Schwierigkeiten werden nebensächlich, weil es einfach unendlich Spaß macht. Und die Felsstrukturen hätte auch Monet nicht schöner zaubern können. Da klettert man schon mal einen gelben Boulder, einfach weil man auf diesen Elefanten aus Fels obendrauf kommen möchte. Es gibt wenige Gebiete, die

Weltelite und Familien
vergnügen sich nebeneinander
an benachbarten Blöcken.

einen so sehr frustrieren, zugleich aber so motivieren können, ein bestimmtes Problem zu knacken.

Das ganze Spiel ist dabei noch abhängig von einem Faktor: dem „Grip“. Viele Hardmover kommen nur im Winter, wenn es

Fontainebleau

ANREISE: TGV nach Paris, Regionalzug nach Fontainebleau. Einige Gebiete sind dann zu Fuß erreichbar, für die meisten braucht es mindestens ein Fahrrad.

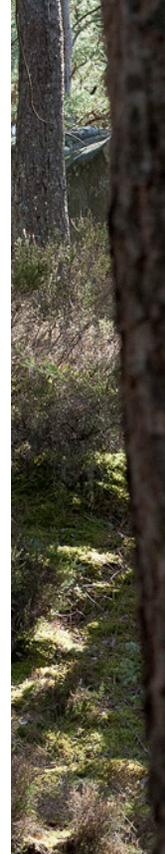
BESTE ZEIT: Für Schwer-Boulderer: Oktober bis April. Familien fühlen sich ab Ostern wohl, auch an windigen Sommertagen geht durchaus etwas.

FÜHRER: Johanna Widmaier: Bleu en Bloc, Panico Verlag.

TOURISMUS-INFO: Fontainebleau Tourisme, 4, rue Royale, F-77300 Fontainebleau, Tel.: 0033/(0)160/74 99 99, info@fontainebleau-tourisme.com

Auswahl von Laufstrecken mit

Beschreibung: alpenverein.de/panorama



am kältesten ist und der Griff „klebt“. Trotzdem können wir uns der Aussage nicht anschließen, Bleu gehe nur, wenn es kalt ist. Auch im August gibt es Tage mit 22 Grad und Wind, und dann geht trotzdem einiges. Spaß kann man hier immer haben.

Der typische „Bleusard“, wie der französische Ausdruck heißt, zeichnet sich klassischerweise aus durch abgeranzte Klamotten, einen kleinen Fußabstreiferteppich und ein Beutelchen mit Baumharz, „Poff“ genannt. Mit diesem wird der Fels abgeklopft, um mehr Grip auf den Griffen und Tritten zu bekommen. Chalk, bunte Klamotten und Crashpads kamen erst viel später dazu. Der Bleusard klettert sein ganzes Leben lang, das heißt: Bleu war schon sein Kinderspielplatz, und im Alter kommt er immer noch hierher. Eine 80-jährige Oma in Tigerleggings, der Busausflug eines Altenheims mit Zivi zum „betreuten Bouldern“, alles haben wir hier schon gesehen. Genau das ist es, was Fontainebleau ausmacht. Weg vom Frankenjura-Autisten und hinein in den Spielplatz aller Altersklassen. Und ehrlich gesagt: Wir können uns nichts Besseres

vorstellen, als mit 80 immer noch hier rumturnen zu dürfen.

Bekommt das engagierte Kletterpaar Kinder, ändert sich so manches. In unserem Falle kamen sie im Doppelpack und änderten mehr als „manches“. Jeder empfiehlt einem dann, „mit Kids musst du nach Bleu“. Stimmt! Bleu ist ein fantastisches Urlaubsziel mit Kindern. Die Zustiege sind oft sogar mit Kinderwagen perfekt (z.B. L'Éléphant, La Canche aux Merciers). Es braucht nur noch Sandschaufel und ein Eimerchen, schon sind die Kleinsten glücklich. Nachdem es davon auch noch

Wir können uns nichts
Besseres vorstellen, als mit 80
noch hier herumzuturnen.

viele andere gibt, ergibt sich schnell eine Interessengemeinschaft. Sind sie dann größer, können sie nirgends besser den Einstieg ins Klettern finden. In vielen Gebieten gibt es eigene Kinderparcours, al-

Klettern ist nicht die einzige Option. Die Wege, die unter Claude-François Denecourt im 19. Jahrhundert angelegt wurden, suchen nicht das leichte Gelände, sondern das interessante – und bieten spannendes, anspruchsvolles Lauf-Erlebnis.



tersabhängig farblich markiert. So etwa in La Canche aux Merciers oder im Mont Ussy. Sind sie noch zu klein für die Probleme der Kinderparcours, finden sich überall schöne Felsbrocken, wo auch Dreijährige bereits „faire du bloc“ spielen können. Und danach schlendern Papa und Mama ein paar Meter weiter zu ihren eigenen Spielobjekten. Das perfekte Familien-Setup.

Aber natürlich gibt's noch viel mehr mit dem Nachwuchs zu erleben. Kurze Wanderungen auf den blau markierten Wegen mit Tunnels, Höhlen und vielem mehr. In einigen Reitställen gibt es Ponys zum Ausreiten, in Buthiers lockt der Freizeit-



Fotos: Enrico Haase (3), privat (2)

park „Bases de Loisirs“ mit Schwimmbad, gigantischen Hüpfburgen und Ähnlichem. Etwas weiter entfernt warten Disneyland Paris und Parc Astérix. Natürlich ist auch Paris selbst keine Stunde Zugfahrt von Fontainebleau entfernt. Dort gibt es in der Cité des Sciences einen Kinderforscherbereich mit altersentsprechenden physikalischen, biologischen und chemischen Experimenten. Außerdem bietet die Metropole einen wunderschönen Zoo und weitere kindgerechte Museen, etwa im Jardins des Plantes. Der Besuch ist die Reise immer wert und das Metro-Netz leicht zu durchschauen. Ein Zugticket in-

klusive Pariser Metro kostet nicht mehr als 15 Euro pro Person.

Der Wald von Fontainebleau ist aber auch ein absolutes Paradies für Trailläufer, mit dem jährlichen Höhepunkt „Fontainebleau Imperial Trail“. In jedem Bouldergebiet wurde seit Mitte des 19. Jahrhunderts ein Weg angelegt, der die Entdeckung der Felsmassive erleichtern sollte. Hauptsächlich dafür verantwortlich war der Franzose Claude-François Denecourt – deshalb werden die mit blauen Strichen gekennzeichneten Wege „Denecourt-Wege“ genannt. Da sie nicht primär zum Wandern angelegt wurden, sondern zum Erleben der Felswildnis, folgen sie oft ganz bewusst dem schwierigsten, weil interessantesten Terrain. Kleine Kletterpassagen, steile Auf- und Abstiege, schmale Wege, Tunnel und andere Überraschungen warten auf den gut markierten Pfaden mit acht bis zehn Kilometern Länge. Zu kurz für euch Ultra-Läufer da draußen? Die meisten Einzel-Trails kann man entweder miteinander verbinden, oder man nutzt einen der vier gut beschilderten GR-Wanderwege, die sich durch den Wald ziehen, um von ei-

nem zum nächsten zu kommen. Höhenmeter wie in den Alpen kann man hier natürlich nicht sammeln, aber das Terrain ist so anspruchsvoll und die Anstiege so zahlreich, dass jeder auf seine Kosten kommt.

Auch wer Trails aus den Alpen kennt, kann in Fontainebleau einen echten Flash erleben. Hoher Anspruch, auf allen Niveaus, dazu absolute Abgeschiedenheit auf beinahe allen Touren. Hinzu kommt, dass man nicht an den Sommer gebunden ist. Trail-Running in Fontainebleau geht mit großer Wahrscheinlichkeit schneefrei das ganze Jahr hindurch – also auch im Winter zum Aufwärmen fürs Bouldern mit dem besten Grip. Und als Belohnung gibt's einen guten Rotwein mit Baguette und leckerem französischem Käse. ■



Volker Schöffl leitet die Sport-Orthopädie, -traumatologie und -medizin am Klinikum Bamberg und betreut die deutsche Kletter-Nationalmannschaft. **Isabelle Schöffl** ist promoviert in Humanbiologie und Medizin und begeisterte Multi-Sportlerin.



Alles bestens im Griff mit dem DAV-Shop



Männer Long Sleeve Henley Sweater, angenehm weich, hält warm, ideal für kühlere Sommertage oder Abende. Aus 100% neuseeländischer Merinowolle.

Farbe Coffee | Best.-Nr. 420926 | Preis € 79,95 | Mitglieder € 69,95 |



Beanie in trendigen Farben für Sport und Freizeit, aus 100% superfeiner Merinowolle, bequem, warm, atmungsaktiv.

One size fits all | Farben | Online Lime: Best.-Nr. 415022 |

Periscope Grey: Best.-Nr. 415021 | Preis € 24,95 | Mitglieder € 19,95 |



Bandana aus 100% superfeiner Merinowolle, als Kopftuch, Halstuch oder Accessoire.

One size fits all | Farben | Online Lime: Best.-Nr. 415228 |

Periscope Grey: Best.-Nr. 415227 | Preis € 29,95 | Mitglieder € 24,95 |

UNSERE WAREN – UNSERE WERTE | NACHHALTIG HANDELN

ZQ – Neuseelands Ökolabel für ethisch nachhaltig erzeugte Wolle. Die ZQ-Farmer verpflichten sich bei der Wollproduktion zu Nachhaltigkeit in den Bereichen Umwelt, Soziales, Wirtschaftlichkeit und Tierhaltung. → zqmerino.com



maloja

Die DAV-Bike-Kollektion von Maloja für Männer und Frauen: Shorts, Multisport Jerseys und Bike-Trikots mit Maloja- und Edelweiß-Logo.

Alle Artikel, Farben, Größen und Bestellnummern im DAV-Shop.de

Jade

Racer Orange

Online Lime



Radiant Orchild

Caviar Stripe



mAPP

Frauen XS-XXL | Männer S-XXL

Merino-Tencel T-Shirts: Ideal für Freizeit und bewegungsintensive Sportarten. Der intelligente Materialmix aus weicher, kratzfreier Merinowolle kombiniert mit der kühlenden Eigenschaft der Tencel-Faser sorgt für stetiges Wohlbefinden auf der Haut. Der Damenschnitt ist etwas länger, leicht figurbetont, mit einem hübschen runden Ausschnitt.

Frauen: Farben | Radiant Orchild: Best.-Nr. 411666 | Jade: Best.-Nr. 411665 |

Racer Orange: Best.-Nr. 411667 | Preis € 59,95 | Mitglieder € 49,95 |

Männer: Farben | Caviar Stripe: Best.-Nr. 411566 | Racer Orange: Best.-Nr. 411567 |

Online Lime: Best.-Nr. 411565 | Preis € 59,95 | Mitglieder 49,95 |



LIZARD
POWER GRIP FOOTWEAR

Unisex Größe 37 - 47

Lizard Roll Up (edition DAV), superleichte, in einem Beutel zusammenrollbare Sandale (Flip-Flop Roll Up). Am Fuß fast unsichtbar bietet sie dennoch genügend Schutz und durch die natürlich flache Fußposition alle Vorteile des Barfuß-Laufens. Rutschfeste Gummisohle (Lizard Grip – von Lizard entwickelte Gummisohle mit hochwertigsten, umweltverträglichen Komponenten).

Obermaterial: Polyester, Polyamid (Riemen) | Gewicht: 200 g (Paar, Gr. 41, inkl. Beutel) | Best.-Nr. 415500 | Preis € 29,95 | Mitglieder € 24,95 |



Größe M: 90 x 45 cm | Größe L: 120 x 60 cm

DAV-Mikrofaserhandtücher Ultralight, superleichte, extrem schnell trocknende Reisehandtücher aus weicher Mikrofaser. Ideal für Berg- und Radtouren. Das besonders kompakte Material nimmt das 4- bis 5-fache seines Eigengewichtes an Wasser auf. Praktisch und platzsparend im Netzbeutel verpackt.

Farbe Grün | Netztasche schwarz |

Größe M: Best.-Nr. 430211 | Gewicht: 95 g | Preis € 12,95 | Mitglieder € 10,95 |

Größe L: Best.-Nr. 430212 | Gewicht: 150 g | Preis € 18,95 | Mitglieder € 16,95 |



CHIBA
GLOVES FOR SPORTS

Unisex | S-XXL

Chiba BioXCell Bike-Handschuhe Edition DAV, mit BioXCell Polsterung: 2-stufiges, anatomisches Gelkissen verhindert das Einschlafen der Hände. Perfekte Passform, Quick-Pull Auszieh-Hilfe, sicherer Griff, extrem robust, mit Silikondruck Edelweiß.

Farbe Schwarz | Best.-Nr. 415450 | Preis € 32,90 | Mitglieder € 28,90 |



Bestellen Sie unter www.dav-shop.de, per Fax an: 089/140 03-911, per E-mail an: dav-shop@alpenverein.de oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München.

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch im City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, am Hauptbahnhof in München und in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, München.

dav-shop.de



Weitwandern im Allgäu

IMMER DEM WASSER N

Die Wandertrilogie Allgäu erschließt mit drei Routen auf drei Höhenstufen Landstriche, Ortschaften, Geschichten und Kultur. Georg Hohenester war auf der „Wasserläufer-Route“ durchs Allgäuer Voralpenland unterwegs.

Tosend rauscht der Rickenbach über die Gesteinsterrasse. Vom vorragenden Eisensteg sieht man die braunen Wassermassen fast hautnah ins erste Becken stürzen. Der Geruch nach feuchter Erde steigt in

die Nase. Die ausgiebigen Regentage haben den Bach stark anschwellen und viel Mutterboden mitreißen lassen. Der aufwändig in den instabilen Hang gebaute Weg, der im Zickzack auch zum zweiten Becken führt, ist nass und rutschig. So

viel Wasser wie heute fließt nicht immer über die zwei großen Wasserfälle bei Scheidegg. Danach verschwindet es in der tief eingeschnittenen Rohrschlucht und mündet weiter unten in die Leiblach und den Bodensee. Bei Schön-



Die Füssener Altstadt mit dem Lech und den Ammergebirge-Gipfeln Tegelberg (l.) und Säuling (r.).



Foto: Friedrich Stettmayer

ACH

wetter ist das Naturschauspiel der Scheidegger Wasserfälle gut besucht, zählt es doch zu den schönsten Geotopen in Bayern. Heute trotz nur ein junges Pärchen dem Nieselregen. Eigentlich keine so schlechten Bedingungen, um im Westallgäu auf der „Wasserläufer-Route“ zu wandern. So heißt die auf mittlerer Höhe führende Runde der Wandertrilogie Allgäu. Zwischen Scheidegg, Lindenberg und Isny haben Flüsse und Bäche wie der Rickenbach die Landschaft seit der letzten

Eiszeit entscheidend mit gestaltet, und die Scheidegger Wasserfälle gehören zu den Hauptattraktionen.

Gemeinsam mit dem Marktflecken ist das wenige Kilometer entfernte Lindenberg einer von neun „Portalorten“ im Allgäuer Weitwandernetz – und hat eine interessante Geschichte. Die drückende Armut ließ findige Bauern im 17. Jahrhundert in Heimarbeit Borten aus Weizen flechten, die ihre Frauen zu Strohhüten vernähten. Bald wurde die Hutproduktion ein wichtiger Wirtschaftsfaktor für Lindenberg, und Anfang des 20. Jahrhunderts produzierten 3000 Menschen im „Klein-Paris“ der Hutmode bis zu acht Millionen Hüte. Der 300-jährigen Hut-Geschichte kann man im Museum nachspüren, das in einer ehemaligen Hutfabrik eingerichtet wurde und 2015 den Bayerischen Museumspreis erhielt.

In jedem „Portalort“ der Wandertrilogie gibt es einen zentralen Start- und Willkommensplatz. In Isny liegt der beim Kurhaus am Park, nahe der mittelalterlichen Stadtmauer. Das Erkennungszeichen mit den drei Würfeln und Übersichts- und Detailplänen vermittelt jede Menge Information: zur Trilogie und zu Themen aus Isny. Das Städtchen war einmal eine Hochburg des Leinenhandwerks und Aushängeschild des „blauen“ Allgäus (blau blühender Flachs war Grundstoff für die Leinenherstellung). Nachvollziehbar wird die bewegte, über tausendjährige Geschichte am besten auf einem geführten Rundgang. Das reizvolle Altstadt-Oval lässt sich aber

ebenso gut auf eigene Faust erkunden. Bei dieser Gelegenheit kann man auch über den speziellen Ansatz der Wandertrilogie Allgäu nachsinnen. Die macht als flexibles, individuell nutzbares Weitwanderwegenetz die Vielfalt der Allgäuer Landschaften mit ihren Naturschätzen erlebbar. Und sie inszeniert Erlebnisräume, indem sie die Region in neun so genannte „Trilogieräume“ einteilt, orientiert an dem, was Natur und Kultur vorgeben. Bei Scheidegg/Lindenberg sind das die „Wasserreiche“, bei Isny die „Heimatstätten“. Diese Räume sind Kulisse, um viele Geschichten zu erzählen, von der Landschaft, der Natur, von den Orten, deren Geschichte und Menschen, Sagen und Mythen. Mit

Im „Klein-Paris“ der Hutmode produzierten 3000 Menschen bis zu acht Millionen Hüte.

diesem recht komplexen Konstrukt gelingt es, eine Fülle an Information mit vielen lokalen Facetten von insgesamt 33 Partnerorten im ganzen Allgäu zu bündeln und zugänglich zu machen.

Einige Kilometer südlich von Isny bietet der Eistobel ein markantes Schauspiel. Die von Oberstaufen kommende Obere Argen fließt über mehrere Geländestufen, bildet Stromschnellen und Strudellöcher, stürzt über einen 18 Meter hohen Wasserfall und zwängt sich durch riesige Felsblö-



Fotos: Georg Hohenester

Wandertrilogie heißt. Wo fast eineinhalb Millionen Besucher jährlich den Stein gewordenen Schlosstraum König Ludwigs bewundern, finden auch „Wasserläufer“ ihr Revier. Die Route verläuft ab Halblech parallel zum „Himmelsstürmer“, macht einen Abstecher ins Ammergebirge und führt über den Tegelberg in Sichtweite von Schloss Neuschwanstein nach Füssen. Die Stadt, ebenfalls Portalort der Trilogie, gewann einst als Zentrum des Geigen- und Lautenbaus Ansehen. Heute lockt das

Der Alatsee ist Schauplatz eines Allgäu-Krimis mit dem schrulligen Kommissar Kluftinger.

attraktive Stadtzentrum mit gotischen Bürgerhäusern, dem ehemaligen Benediktinerkloster Sankt Mang und dem prächtigen Hohen Schloss. Zudem setzt der Lech, letzter Wildfluss der Nördlichen Kalkalpen, ein imposantes Ausrufezeichen: Von der Altstadt ist es nicht weit zum Lechfall und zur engen Schlucht, durch die sich der Fluss zwängt.

Der Schlosspark ist Seenland – Weißensee, Hopfensee, Forggensee und Bannwaldsee reihen sich wie Perlen aneinander. Das sieht man am besten von oben, auf der Wasserläufer-Etappe von Füssen nach Pfronten. Vom Füssener Ortsteil Bad Faulenbach wandert man hinauf zum geheimnisumwitterten kleinen Alatsee, der als Schauplatz im Allgäuer Kultkrimi „Seegrund“ mit dem schrulligen Kommissar Kluftinger bekannt wurde. Der idyllisch von Wald umstandene Bergsee soll mitunter rötlich schimmern. Ursache ist wohl eine Schicht von roten Purpur-Schwefelbakterien in etwa 15 Metern Tiefe. Sie

cke aus widerstandsfähigem Nagelfluhgestein. Bis zu 130 Meter hohe Felswände aus Sandstein rahmen die Schlucht ein, die in der letzten Eiszeit vor etwa 15.000 Jahren entstanden ist. Während sich die Argen unermüdlich immer tiefer in den Untergrund frisst, gewinnen die Besucher Einblicke in die Geologie der von Gletschern geformten Landschaft und wandern auf dem gut gesicherten Weg, über Brücken und Stege, gute drei Kilometer durch das Naturschutzgebiet. Das feucht-

kühle Mikroklima erfrischt und lässt eine vielfältige Fauna mit allerlei Moosen und Farnen gedeihen. Überraschend ist die an einer Felswand angebrachte Metallplatte von 1884, die den wegebaulichen Erschließungseifer der „DuOeAV-Sektion Schwarzer Grat“ in Isny würdigt. Engagierte Alpenvereiner haben damals den Eistobel fürs Publikum zugänglich gemacht.

Ortswechsel ins Ostallgäu, in den „Schlosspark“, wie die Gegend um Füssen und Pfronten in der Terminologie der

Panoramainfo

Wasserläufer-Route

Als mittlere Route der Wandertrilogie Allgäu führt die „Wasserläufer-Route“ in 25 Etappen über 384 Kilometer durch das Allgäuer Voralpenland. Zwischen Eglofs und Marktoberdorf ist die Strecke identisch mit der flachen „Wiesengänger-Route“, zwischen Halblech und Oberstaufen mit der bergigeren „Himmelsstürmer-Route“. Um Lindenberg/Scheidegg und Isny kennzeichnen Flüsse, Bäche und Wasserfälle den Weg, zwischen Immenstadt und Füssen viele kleinere und größere Seen. Der „Wasserläufer“ verbindet Naturerlebnisse mit vielerlei Information zu Geschichte und Kultur der Orte. Die Tagesetappen stellen einen gewissen konditionellen Anspruch, erfahrene Bergwanderer aber bei passenden Verhältnissen kaum vor Probleme.

Informationen zum Wegenetz inklusive der Services und Angebote gibt es auf allgaeu.de/wandern oder unter Tel.: 08323/802 59 31 und info@allgaeu.de. Detaillierte Tourenbeschreibungen bietet alpenvereinaktiv.com und Thorsten Hoyers brandneuer Führer „Wandertrilogie Allgäu – Wasserläufer-Route“ aus dem Conrad Stein Verlag.

trennt das darüber liegende sauerstoff- und artenreiche Wasser von der sauerstoffarmen, fast toten Wassermasse darunter. Im Zweiten Weltkrieg wurden hier Aerodynamik-Versuche mit Flugzeugrümpfen durchgeführt, und gegen Kriegsende sollen Nazis Goldschätze versenkt haben. Taucher fanden zwar verrostete Waffen, aber keinen Schatz. Auch von Fabelwesen und Gespenstern am Alatsee wird erzählt, verwunschenen Frauen etwa, die brave Wanderer in die Tiefe ziehen oder in Erdspalten locken ... Beim Wandern um den See herum bleibt es heute jedoch friedlich. Etwas außer Atem gerät man höchstens auf der steilen Almstraße zur Saloberalm, die kurz hinter der Grenze auf österreichischem Boden steht und zur Brotzeit auf der Terrasse verlockt.

Durch schönen Berg-Mischwald geht es weiter zum „Zirmgrat“, der nach den knorrigem Zirbelkiefern benannt ist, die ent-

lang des Kammes wachsen. Direkt am Gratabbruch lassen einige Sitzbänke bequem die Aussicht nach Süden übers Vilstal auf die Tannheimer Berge genießen. Im Weiterwandern überschreitet man mehrfach die Grenze zwischen Tirol und Bayern – hoffentlich auch künftig problemlos, in einem Europa ohne Grenzkontrollen – und gelangt zur Burgruine auf dem Fal-

kenstein. Die exponiert liegende Anlage aus dem 13. Jahrhundert ist die höchstgelegene in Deutschland (1268 m) und gefiel auch Ludwig II., der hier ein weiteres Märchenschloss bauen wollte. Die Zufahrtsstraße und eine Wasserleitung wurden angelegt, Pläne entworfen, doch dann kam der „Kini“ – entmachtet – 1886 im Starnberger See ums Leben.

Von der 2005 eingebauten Aussichtsplattform öffnet sich heute zumindest ein „königliches“ Panorama: Von der Mauerkrone blickt man nach Osten auf das Wetterstein mit der Zugspitze, den Säuling und die Gipfel des Ammergebirges. Im Süden liegen die Tannheimer und Vilser Berge, und im Südwesten stehen die Allgäuer Alpen Spalier. Es folgt der Abstieg in den Markt Pfronten, der auch eine besondere Geschichte zu erzählen hat: Hier gab es früher nämlich keine regulierenden Zünfte wie in Städten üblich, und Kunst und Handwerk konnten sich frei entfalten. Heute tun das die Wanderer, die nach ihrem Gusto dem Wasserläufer folgen. ■

Mit viel Wasser sind die Scheidegger Wasserfälle wirklich imposant; um den Alatsee zwischen Füssen und Pfronten ranken sich so manche Gerüchte; im Eistobel bei Isny hat die Obere Argen eindruckliche „Wasserspiele“ geschaffen.



Georg Hohenester, Redaktionsleiter von DAV Panorama, gefiel auf dem „Wasserläufer“ die Kombination aus Landschaftserlebnis und kulturgeschichtlichem Hintergrund der Orte auf dem Weg.



Sicherheit beim Bouldern

WER DEN SPOTTER HAT...



Fotos: Heiko Quetsch, Andi Hofmann; Illustration: Erbe

... braucht sich um den Schaden nicht zu sorgen. Bouldern ist ein Bergsport, dessen Gefahren man nicht unterschätzen sollte. Andi Hofmann gibt Tipps rund ums gesunde Absteigen, Fallen und Spotten.

Bouldern ist angesagt. Boulderhallen sprießen reihenweise aus den Resten alter Industrieanlagen und ziehen als Alternative zum Fitnessstudio geradezu magnetartig Tausende Menschen zum seilfreien Klettern, deren primäre vertikale Fortbewegungsweise bis dato im Treppensteigen bestand. Man könnte die Boulderei schon fast als Massenphänomen bezeichnen. Denn das Vertikalturnen in Absprunghöhe verheißt eine praktisch gefahrlose Vergnügung, die man

endlich mal ohne lästige Sicherheitsmaßnahmen betreiben kann ... schön wär's.

Zwar passiert beim Bouldern kaum etwas Ernsthaftes, das in den Medien oder in Statistiken auftaucht, wie Querschnittslähmungen oder Todesfälle. Aber kaum ein Tag vergeht in Deutschlands Boulderhallen, an dem sich nicht jemand beim „Absteigen“ ein Band im Sprunggelenk reißt, ein Kahnbein bricht oder ein Ellbogengelenk auskugelt. Die Anzahl solcher „Bagatelverletzungen“ beim Bouldern – nicht

lebensbedrohlich, aber lästig und langwierig – steigt rapide an. Das lässt sich aus den Aussagen von Hallenbetreibern ebenso schließen wie aus den Berichten von Ärzten und Physiotherapeuten oder aus der DAV-Unfallstatistik.

Wer kommt schon richtig runter? Erste Hypothese zu den Hintergründen von Verletzungen: Weder Neueinsteiger noch alte Kletterhasen legen Wert auf gesundes Abspringen.

Ein gesunder Kletterer nimmt den Aufprall auf die Matten kaum als unangenehm wahr. Doch wenn beim Absprung in den Stand die Energie sozusagen „direkt in die Knochen fährt“, verschleißen Knochen, Sehnen und Bänder durch die wiederholten Belastungen.

Es gibt keine empirischen Untersuchungen, aber schaut man sich in Kletterhallen um, liegt die Vermutung nahe: Das Boulderproblem zu erklimmen, ist das Einzige, was für die Akteure zählt. Was allerdings zu tun ist, wenn ein Versuch scheitert, oder wie man nach gelungenem Durchstieg schonend wieder auf die Matte kommt – das ist vor allem denen ein vertrauter Gedanke, die sich bereits mit einer Verletzung auseinandersetzen müssen. Knie, Sprunggelenk, Kahnbein, Ellbogen, Schulter sind die Regionen des Körpers, die immer mehr Boulderer in die Wartezimmer der Orthopäden und Therapeuten treiben.

Das Abspringen und Herunterfallen ist integraler Bestandteil des Boulderns. Doch Wandhöhen bis zu viereinhalb Meter und eine Mattenfestigkeit, die Abertausenden von Stürzen trotzen soll, bedeuten: Wer



Spotten heißt nicht nur zu schauen, sondern auch mitzudenken – zum Beispiel beim Landeplatz.

das Stürzen nicht beherrscht, wird irgendwann feststellen, dass es zu zwicken beginnt. Die Energie einer kaum abgefederten Landung im Stand wird zu einem Großteil von Gelenken und Knochen aufgenommen. Passiert das über Tausende

von Landungen, steigt die Gefahr von Schädigungen im Bein- und Wirbelsäulenbereich beträchtlich. Zudem sind wir Kletterer in unserer Wahrnehmung eher oberkörperfixiert. „Bist du heute schon in der Beinpresse?“ ist eine Frage, die man im Trainingsbereich einer Kletterhalle kaum hören wird. Wenn aber die Muskulatur der Beine so degeneriert ist, dass eine Sprunghöhe von sechzig Zentimetern die Grenze des Menschenmöglichen bei Weitem übersteigt – das ist kein Witz! – landet die meiste Energie des Absprungs in den knöchernen und bandhaften Strukturen. Ein Muskelkorsett, das die Energie „auffangen“ könnte, ist entweder nicht existent oder nicht einsatzbereit.

Wir brauchen also Verhaltensweisen, die der beim Aufprall auf die Matte entstehenden Energie Raum zum Auslaufen gibt, so dass wir unsere Knochen und Bänder möglichst wenig belasten.

Die Leitlinie 1 dazu heißt: Abklettern. Wann immer möglich, geh einen sanften Weg nach unten. Vor allem in Boulderhallen bietet sich dazu oft die Gelegenheit

Die Rolle deines Lebens

EINE MÖGLICHE ÜBUNGSREIHE ZUM ABROLLEN

- 1) Aus der Hocke Rückkippen in die „Babyboxer“-Stellung (s. Foto rechts); dann aus dem Stand.
- 2) Babyboxer-Partnerübung: Beide greifen sich an den Fingerspitzen und lehnen sich voneinander weg nach hinten. Wer fallen soll, wird vorweg bestimmt; seine Handflächen zeigen nach oben. Wenn der Partner die Hände öffnet, Landung im Babyboxer.
- 3) An leicht überhängender Wand greift man in Bodennähe zwei Griffe. Dann lässt man beide gleichzeitig los und landet im Babyboxer.
- 4) Gleiche Übung wie 3), aber aus Kletterstellung knapp über dem Boden, dann aus dem Ziehen.



- 5) Gleiche Übung wie 4), aber aus größerer Höhe (ca. 1 m) – landen mit leicht versetzter Fußposition, nachgeben im Knie und abrollen zum Babyboxer.
- 6) Gleiche Übung wie 5), aber von weiter oben. Die Höhe, in der man sich bei dieser Übung noch wohlfühlt, ist ein sinnvolles Limit für grenzwertige Züge beim Bouldern.

durch leichtere Nachbarboulder oder Ausstiegsoptionen.

Die Leitlinie 2 heißt: Abrollen. Wenn Abklettern unmöglich ist und du abspringen musst, oder bei einem Sturz: Versuche, durch Abrollen den Schlag auf die Gelenke möglichst weitgehend zu verringern. Unabdingbare Grundvoraussetzung für gesundes Abrollen – wie für gesundes Klettern überhaupt – ist ein stabiler Rumpf! Auch deshalb sollten rumpfkraftigende Übungen (Core-Training, Schlingentrainer oder Ähnliches) integraler Bestandteil jedes auch nur trainingsähnlichen Verhaltens sein.

Das Abrollen selbst erfolgt in zwei Schritten:

1. Am Boden aufkommen sollte man möglichst mit beiden Füßen in leichter Schrittstellung. Zwei Füße stabilisieren besser und verringern das Verletzungsrisiko durch Drehungen im Sprung- oder Kniegelenk. Die leicht versetzte Fußposition erleichtert das Abrollen.
2. Zum Abrollen selbst gibt man im Knie nach und landet auf dem unteren Rücken. Dadurch wird ein Weiterrollen verhindert, der benötigte Raum bleibt begrenzt. Eine Landung auf dem Gesäß mit darauf folgender Rollbewegung rückwärts benötigt dagegen erheblich mehr Raum. Rollt man über den Kopf- und Nackenbereich ab, kann es zudem zu Verletzungen oder Überlastungen in dieser Körperregion kommen.

Unabdingbare Voraussetzung zum Abrollen ist ein freier Sturzraum! Gerade in stark bevölkerten Boulderhallen ist das oft schwierig; Trainer oder Mitboulderer sind dann gefordert, beim Freihalten des Sturzraums zu helfen – und selbst nicht fremden Leuten in die Landezone zu laufen.

Und so einfach das Abrollen erscheinen mag – die flüssige Umsetzung aus unterschiedlichen Abflugpositionen heraus funktioniert nur mit Übung (s. Kasten S. 57).

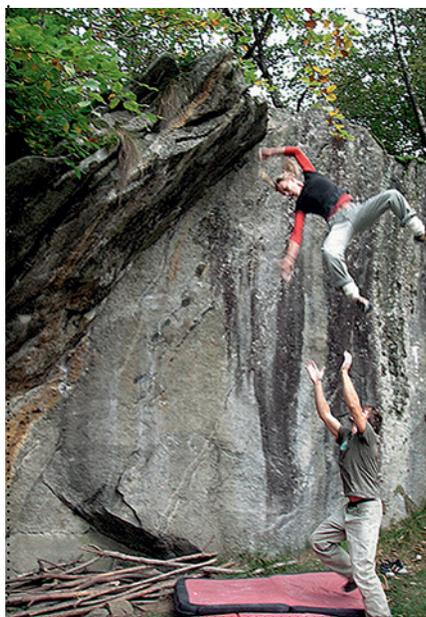
Eine weitere, grundsätzliche Leitlinie heißt: Beine stärken. Kräftige nicht nur dei-

ne Rumpf-, sondern auch die Oberschenkelmuskulatur mit Sprüngen, beinlastigem Sport, Berggehen oder Ähnlichem. Dabei geht es nicht um Muskelzuwachs, sondern zuerst um das Aktivieren der vorhandenen Muskulatur. Wer seinen aktuellen Stand überprüfen möchte: Fünfmal hintereinander auf ein achtzig Zentimeter hohes Hindernis zu springen, sollte für angehen-

Spotter ohne Spott und Tadel?

Kriterien, die die Entscheidung beeinflussen, ob der Spotter seiner Aufgabe gewachsen ist:

- > Gewichtsverhältnisse: schwerer Kletterer = tendenziell erhöhte Gefahr.
- > Höhe des Boulders: „No spot point“ ab einer gewissen Höhe.
- > Art der Kletterei: Steilheit und Geländeform machen unterschiedliche Standorte und Spotpunkte nötig.
- > Landegelände: Ist eine „gute“ Landung überhaupt möglich? Hat der Spotter genug Bewegungsraum?
- > Fähigkeit des Kletterers, zu stürzen und selbst abzurollen – wie viel Spotten ist wirklich nötig?
- > Fähigkeiten („Auffangkönnen“) und Vertrauenswürdigkeit des Spotters.



de Boulderer mit überschaubarer Mühe machbar sein.

Wer kann schon richtig spotten? Zweite Hypothese zu den Hintergründen von Verletzungen: Spotten wird nur selten wirklich ernst genommen, noch seltener gekonnt.

Spotten bezeichnet die Tätigkeit eines Mitboulderers, den Kletternden nach einem Sturz so auf die Matte zu geleiten, dass dieser von ernsteren Schäden verschont bleibt. Wenn ich in den Bouldergebieten dieser Welt herumschaue, sehe ich nur selten wirklich gute Spotter oder Spotterinnen. Dasselbe gilt leider für viele Teilnehmer meiner Gruppen, vom Kadertraining bis zur Trainerausbildung. Nur hin und wieder begegne ich Kletterern, denen ich mich selbst beim Bouldern zu 100 Prozent anvertrauen würde.

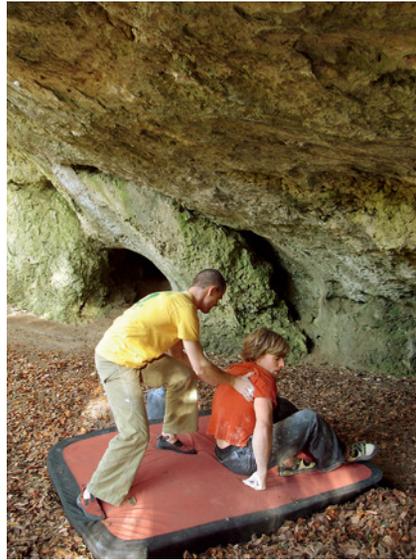
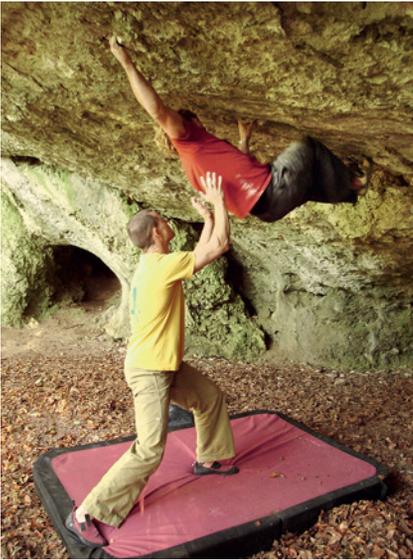
Spotten ist von der Konzentration her anspruchsvoller als das Sichern mit Seil:

- > Es braucht die volle Aufmerksamkeit über die gesamte Zeit der Begehung. Alle den Kletterer schützenden Handgriffe müssen automatisiert ablaufen – schneller als unser Bewusstsein folgen kann!
- > Das Gewicht des Kletterers wirkt unmittelbar auf den Spotter – ungebremst und nicht über ein Seil!
- > Der Spotter braucht unabdingbar die Fähigkeit einzuschätzen, in welche Richtung der Kletterer aus den sich permanent wandelnden Positionen (Seitzug, Piaz, Dynamo ...) abstürzen kann. Diese Fähigkeit ist notwendig, um die richtige Standposition und Lage der Matten einschätzen zu können.

Wie spottet man nun richtig? Vorweg sollte klar sein, ob sich der Spotter die Sache zutraut. Nichts ist schlimmer als ein zitternder Spotter, dem die Denkblasen „Hoffentlich fällt er nicht“ geradezu aus dem Kopf quellen.

Wenn alles eingerichtet ist – die Matten richtig liegen (da wo man landet), der Sturzraum frei gemacht ist – gelten folgende Kriterien:

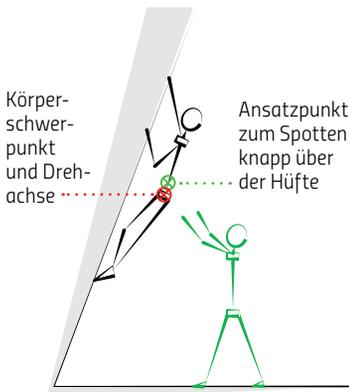
Fotos: Momo Berthold, Archiv Hofmann (2)



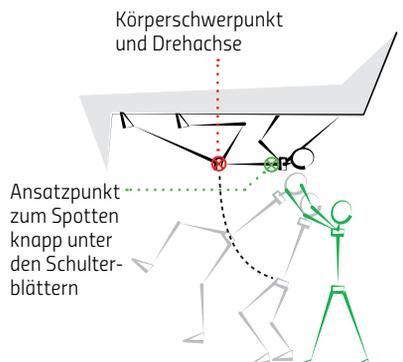
Oben: Mit Spannung im Körper und leicht gebeugten Gelenken der Beine und Arme konzentriert sich der Spotter voll auf den „Spotpunkt“ – im starken Überhang nahe der Schulter. Aufgabe ist, den Kletterer in eine stabile Position am Boden zu führen.

Unten: Der „Spotpunkt“, also wo der Spotter den Kletterer berührt, richtet sich nach der Steilheit des Geländes – je steiler, desto weiter oben Richtung Schulter. So kann er den Kletterer in eine aufrechte Landeposition bringen.

**SPOTTEN IM LEICHT
ÜBERHÄNGENDEN GELÄNDE**



**SPOTTEN IM STARK
ÜBERHÄNGENDEN GELÄNDE**



1. Die Grundhaltung ist gekennzeichnet durch eine leichte Schrittstellung, um Stabilität in die Tiefe des Raumes zu geben, und eine leichte Beugung in Knie- und Ellbogengelenk. Der Spotter bleibt dadurch (re)aktionsfähig!
2. Ziel beim Spotten ist nie das Auffangen, sondern das Aufrichten und Lenken des Kletterers auf die Matte! Der Spotter schützt vor allem Kopf und Rücken des Kletterers, indem er die „Spotpunkte“ (wo er die Hände am Körper des Kletterers ansetzt) abhängig von der Steilheit des Geländes richtig wählt. Wichtig: Landen muss der Kletterer selbst! Er hat

also einen aktiven Anteil an der eigenen Gesundheit!

3. Konzentriere dich zu 100 Prozent (!) auf die korrekten Spotpunkte (siehe Grafik). Grundsätzlich gilt: Bei geneigtem oder senkrechtem Gelände ist Spotten meistens überflüssig. Je überhängender das Gelände, desto weiter oben setzt die Unterstützung an.

Wer aufmerksam spottet, minimiert die Reaktionszeit entscheidend, bekommt aber kaum mehr von einer Begehung mit als die Bewegung des Gesäßes oder des Rückens, weil die Konzentration voll und ausschließlich diesem einen Körperaus-

schnitt gilt. Das ist zwar wenig spannend, aber die Sicherheit des Kletternden muss dieses Opfer wert sein.

4. Bleibe beweglich! Die Abflugrichtung des Kletterers ändert sich mit jeder Bewegung. Eine Veränderung der Standposition und gegebenenfalls auch der Mattenlage kann notwendig werden.
5. Der Spotter sollte sich selbst schützen und die möglichen Verletzungsquellen im Auge haben, beispielsweise Stolperfallen am Boden, schwingend ausschlagende Kletterer oder Körperteile. Außerdem sollten sich alle Beteiligten klar sein über den „No-Spot-Point“, also die Kletterhöhe, in der der Kletterer zu hoch steht, um gespottet zu werden, ohne den Spotter zu erschlagen.

Wer diese Tipps beherrscht und nicht nur flüssig klettert (rauf und möglichst wieder runter), sondern auch „weich“ abspringt und/oder gut gespottet wird – für den kann Bouldern zu einem tatsächlich sehr sicheren Sport werden. Und der wird weitestgehend unbeschadet auch dann noch klettern können, wenn die Rentenversicherung nichts mehr abbucht, sondern etwas überweist. ■



In seinem Buch „Besser Bouldern“ (tmms Verlag) gibt Andi Hofmann, Koordinator im DAV-Lehrteam Sportklettern, noch mehr Tipps zu Sicherheit und Technik.



Obwohl Klettern in der Halle ein relativ risikoarmer Sport ist, schafft es nur ein kleiner Teil der Kletterer, anspruchsvolle Stürze ordentlich zu halten. Julia Janotte, Florian Hellberg, Christoph Hummel und Martin Schwiersch berichten über die Ergebnisse und klären, worauf es beim guten Sichern ankommt.

Sicherungsfehler beim Hallenklettern sind häufig. Die DAV-Kletterhallenstudie 2012 zeigte: Rund die Hälfte der Beobachteten sicherte mit erheblichen Mängeln. Trotzdem sind schwere Unfälle äußerst selten. Unsere Vermutung: Kletterer stürzen meist nicht unerwartet (sondern sagen vorher „Zu“), was die Aufmerksamkeit des Sichernden fokussiert, so dass er das fehlerhafte Sicherungsverhalten vor dem Sturz korrigieren kann. Es könnte aber auch sein, dass unser Fehlermodell nicht stimmt, Sicherungsfehler also weniger schlimm wären als angenommen. Um das zu klären, führten wir im Herbst 2015 eine weitere Kletterhallenstudie durch – die DAV-Kletterhallentour sollte zeigen, wie gut Hallenkletterer überraschende Stürze halten können und ob Sicherer bei einem erwarteten Sturz weniger Fehler machen.

Illustrationen: Georg Sojer

Keine leichte Aufgabe

An zehn Tagen konfrontierten wir in vier verschiedenen Kletterhallen 115 Personen mit je fünf unterschiedlichen Sturzscenarien. Für die anspruchsvolle Sicherungsaufgabe benutzten sie ihre eigenen Sicherungsgeräte (Tube, Smart, Megajul, Clickup und Grigri). Szenario 1-3 war ein überraschender Sturz, erschwert durch Kopfhörer mit Musik und eine Sichtblende. Beim vierten Sturz (Szenario 4) war Hinschauen erlaubt, beim fünften Sturz (Szenario 5) wurde der Sturz

unmittelbar vor der Auslösung angekündigt („Achtung, Sturz!“). Der Kletternde wurde durch einen Reifen simuliert, dessen Gewicht mit Sandsäcken dem des Sichernden angepasst wurde. Die Ausgangsposition war für alle Szenarien gleich: Sturz 1,30 Meter über der fünften Exe, die sieben Meter über dem Boden hing (Abb. 1). Eine anspruchsvolle, aber realistische und lösbare Aufgabe.

Die „Musterlösung“

Primäres Ziel beim Sichern ist, dass der Partner nicht auf den Boden fällt. Das war bei den ersten drei Szenarien – überraschender Sturz ohne Sichtkontakt – besonders schwierig. An der fünften Exe besteht immer noch akute Kollisionsgefahr zwischen Sicherer und Kletterer oder sogar Bodensturzgefahr! Der Sichernde hat deshalb in Bodennähe die Aufgabe, den Sturz möglichst kurz zu gestalten, nicht aber – wie viele denken – möglichst weich. Dazu muss man ohne unnötiges Schlappseil sichern und in bewegungsbereiter Position maximal einen Meter von der Wand entfernt stehen, etwa einen Meter seitlich der Kletter- (und Fall-)linie. Routinierte Sicherer können dann auch bei einem überraschenden Sturz sofort in die Grundposition wechseln (Bremsband zu und runter) und den Sturzzug kontrolliert abfangen (Beine gegen die Wand).

Da bei den letzten beiden Szenarien freie Sicht auf den „Stürzenden“ bestand – beim fünften wurde der Sturz zusätzlich angekündigt – blieb hier etwas Zeit zu reagieren. Perfekte Sicherer können während der Flugphase das Seil sogar verkürzen (durch Seil einziehen oder in die Hocke gehen), bevor sie dann den Sturz aktiv dynamisch abfangen, indem sie mit dem Sturzzug leicht aktiv „mitgehen“. Das Seilverkürzen verringert die Sturzweite und damit die Gesamtenergie

des Sturzes, durch das „dynamische Sichern“ wird der Fangstoß für den Stürzenden verringert. Wäre die letzte Zwischensicherung weiter oben gewesen, hätten die Sichernden den Sturz weicher gestalten können, ohne eine Kollision zu riskieren.

Entscheidend ist die Sturzweite

Das entscheidende Bewertungskriterium für „gutes“ Sichern ist bei diesen bodennahen Stürzen die Sturzweite; wir teilten sie in drei Kategorien ein (s. Abb.1):

- 1. Niedrige Verletzungsgefahr.** Die Sturzweite ist gering, es besteht keine Kollisions- oder Bodensturzgefahr, nur das übliche Risiko von Anprallverletzungen.
- 2. Mittlere Verletzungsgefahr.** Die Sturzweite ist unangemessen weit, Sicherer und Kletterer (Reifen) würden kollidieren.
- 3. Große Verletzungsgefahr.** Der Reifen schlägt auf dem Boden auf oder bleibt nur knapp über dem Boden hängen.

Wer hat's gekonnt?

Das Ergebnis war alarmierend: Nur neun Probanden (8 Prozent) hielten alle fünf Stürze mit niedriger Verletzungsgefahr. Bei 73 Prozent, also 104 Teilnehmern, bestand bei mindestens einem Sturz mittlere Verletzungsgefahr durch Kollision. Und jeder fünfte Proband (19 Prozent) hatte mindestens einen Bodensturz oder Beinahe-Bodensturz (Abb. 2, rechts). Das heißt: Sichernde mit dem GAU Bodensturz gab es mehr als doppelt so viele wie Sichernde, die fünf Stürze gefahrenarm halten konnten.

Mit diesem Ergebnis kann man nicht zufrieden sein. Die meisten gefährlichen Situationen traten bei den ersten vier Sturz-szenarien auf, also beim überraschenden Sturz oder bei bloßem Sichtkontakt. Erst die Ankündigung des Sturzes verbesserte das Ergebnis merklich: Beim letzten Szenario wurden die Stürze am häufigsten mit niedriger Verletzungsgefahr gehalten (Abb. 3). ▶

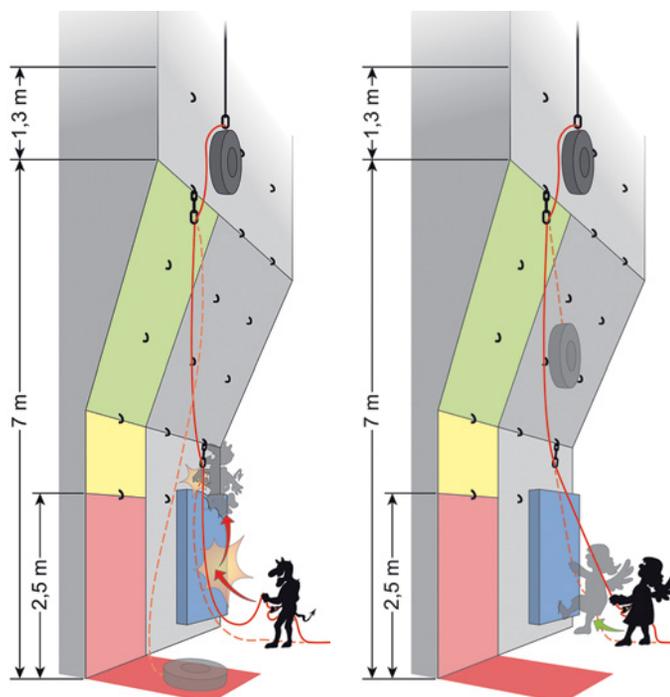
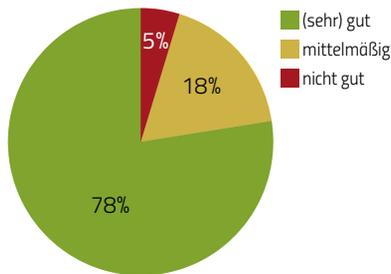


Abbildung 1: Der Sturzstand der Untersuchung. Die Zonen grün (gut gehalten), gelb (Kollisionsgefahr) und rot/rosa (Bodensturzgefahr) kennzeichnen die Kategorien der Sturzweite.

Selbstbild und Realität

Selbsteinschätzung der Probanden



Tatsächliche Verletzungsgefahr

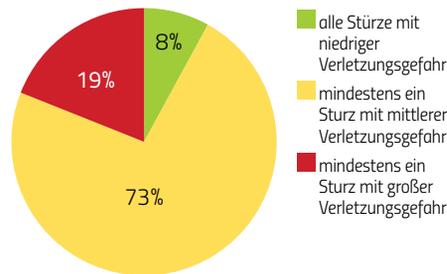


Abbildung 2: So schätzen die Probanden ihr Sicherungsniveau ein (l.) – nicht jeder war so gut, wie gedacht. Dagegen arbeiten zwei von fünf „Bescheidenen“ richtig gut. Das Gesamtergebnis (r.): Nicht einmal jeder Zehnte hielt die fünf Stürze ordentlich. Bei mehr als doppelt so vielen wäre der Partner auf den Boden gefallen, oder zumindest fast.

Schreien kann helfen

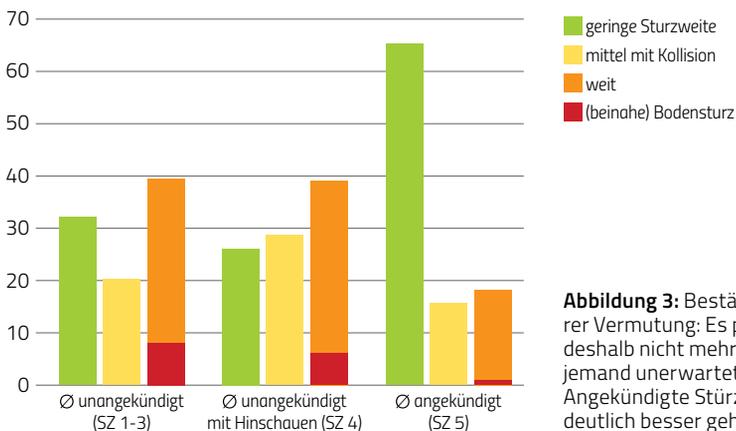


Abbildung 3: Bestätigung unserer Vermutung: Es passiert nur deshalb nicht mehr, weil kaum jemand unerwartet stürzt. Angekündigte Stürze wurden deutlich besser gehalten.

Es liegt nicht nur am Gerät

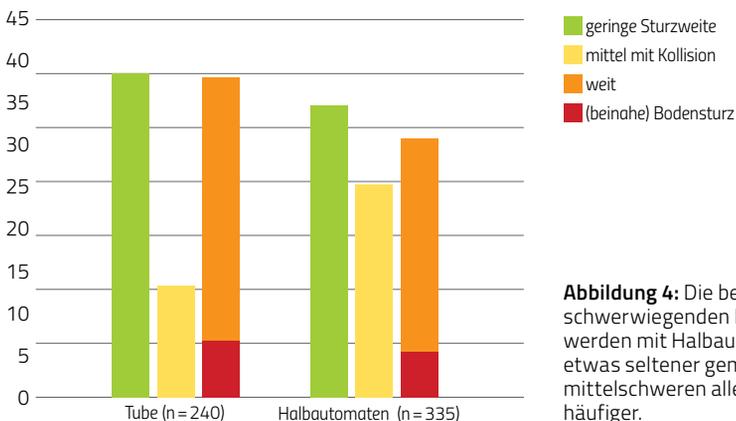


Abbildung 4: Die besonders schwerwiegenden Fehler werden mit Halbautomaten etwas seltener gemacht, die mittelschweren allerdings häufiger.

Dies bekräftigt die bisherige Annahme, dass nur deshalb nicht viel mehr schwere Unfälle passieren, weil Kletterer selten unangekündigt stürzen und anspruchsvolle Sturz-situationen selten sind.

Geräte, Schlappseil & Abstand zur Wand

Sichernde mit Halbautomaten zeigten etwas bessere Leistungen als die mit Tube. Große Verletzungsgefahr gab es bei 47 Prozent aller Stürze, die mit Tube gehalten wurden, aber „nur“ zu 38 Prozent bei Halbautomaten (Abb. 4). Interessant: Bei den Sichernden mit Grigri gab es keinen Bodensturz. Die statistische Prüfung dieser Unterschiede steht noch aus.

Als größtes Problem kristallisierte sich die oft unangemessen große Schlappseilmenge heraus. Bei 83 Prozent der Bodenstürze und Beinahe-Bodenstürze war Schlappseil im Spiel! Dagegen war bei 95 Prozent der gut gehaltenen Stürze kein Schlappseil zu beobachten. Wer mit zu viel Schlappseil sichert, hat also kaum eine Chance, einen bodennahen Sturz dieses Kalibers mit niedriger Verletzungsgefahr für die Seilschaft zu halten!

Der Abstand des Sichernden zur Wand hatte dagegen keine unmittelbare Auswirkung auf die Sturzweite, allerdings besteht bei zu großem Abstand immer die Gefahr einer reflexhaften Schutzreaktion des Sichernden beim Anprall mit Verlust der Bremsseilkontrolle. Zudem sind Geräte, deren Bremswirkung vom Winkel der Bremsband abhängt, bei weitem Abstand zur Wand schwieriger korrekt zu bedienen.

Dynamik ist nicht alles

Bei 16 Prozent aller unangemessen weiten Stürze lag die Hauptursache darin, dass zu dynamisch gesichert wurde. Hier ist Vorsicht geboten! Gut sichern bedeutet nicht immer, weich zu sichern. Vor allem bei bodennahen

Stürzen ist es wesentlich, Bodenkontakt oder Kollision zu vermeiden. Bis etwa zur fünften Exe heißt deshalb die Devise: hart sichern, wenn möglich sogar durch Seileinziehen die Sturzweite verringern. Eine optimale Kombination von geringer Sturzweite und Dynamik schafften gerade mal vier Personen.

Kommt die Bremshand runter?

Wer in der flüssigen Routinebewegung die Bremshand oben hat (beispielsweise wenn beim Seileinnehmen die Bremshand das Seil aus dem Tube zieht), kann trotzdem richtig reagieren, also die Hand rechtzeitig nach unten führen, und damit den Sturz optimal halten. Bei den gut gemeisterten Stürzen führten die Probanden die Bremshand unabhängig von der Ausgangsposition automatisch nach unten. Dagegen war bei einem schlechten Bremshandverhalten meistens massiver Seildurchlauf zu beobachten. Als heikelste Sicherungssituation erwies sich das Seilausgeben; hier passierten die meisten Bodenstürze (53 Prozent beim Seilausgeben, 33 Prozent in der Grundposition, 14 Prozent beim Seileinnehmen).

Stimmt das Selbstbild?

Fast jeder Autofahrer hält sich für überdurchschnittlich gut, trotzdem passieren Unfälle. Ähnlich sieht es beim Sichern aus: Es zeigt sich kein Zusammenhang zwischen der Selbsteinschätzung und der Sicherungsqualität. Sicherungsfehler und gefährliche Situationen traten bei allen Probanden ungefähr gleich verteilt auf, egal ob sie selbst ihr Sicherungsniveau als sehr gut oder gut (78 Prozent), mittelmäßig oder nicht gut eingeschätzt hatten (Abb. 2). Außerdem behauptete die Mehrheit der Befragten, allen Situationen in der Halle gewachsen zu sein – aber nur 29 Prozent gaben an, viel oder sehr viel Erfahrung im Halten von Stürzen zu haben; der Großteil hatte mittelmäßige oder wenig Erfahrung. Ein wirklich „guter“ Sicherer wird

man aber nur durch das Halten vieler unterschiedlicher, auch überraschender Stürze – offensichtlich wissen viele nicht, was „gut sichern“ überhaupt bedeutet.

Wir brauchen Sicherungstraining!

Viele Sicherer sind anspruchsvollen Sicherungssituationen nicht wirklich gewachsen. Die Aufgabe in unserer Studie wurde nur von jedem Zehnten zufriedenstellend gelöst. Dabei wussten die Probanden, dass ein Sturz auf sie zukommt, nur das „wann“ war überraschend! Aufgrund vergangener Studien müssen wir davon ausgehen, dass bei Normalbetrieb in Kletterhallen noch größere Unaufmerksamkeit herrscht und mehr Fehler gemacht werden als bei unserer Studie. Unangekündigte Stürze, vor allem in Bodennähe, bedeuten dann immer Gefahr!

Interessant waren die Hauptprobleme „Schlappseil“ und „unangemessene Dynamik“. Man muss das Sichern eben nicht nur handwerklich beherrschen (Bedienung des Sicherungsgerätes): Man muss auch kognitiv verstanden haben, welches Verhalten in der aktuellen Situation angesagt ist. Und das muss dann automatisiert ablaufen! Denn ein unangekündigter oder unerwarteter Sturz

kann jederzeit passieren, etwa durch Drehen des Tritts oder Griffs oder durch Abrutschen.

Gut sichern ist anspruchsvoll! Wenig Schlappseil, gute Bremshandroutinen und richtige Position nahe der Wand sind Grundlagen dafür. Aber ein stabiler Bewegungsablauf der Gerätebedienung und erste Erfahrungen im Halten von Stürzen reichen nicht aus, um auch anspruchsvollen Sicherungsaufgaben gerecht zu werden. Richtig gutes Sichern bedeutet, das Handling vollkommen verinnerlicht zu haben, körper- und gerätedynamisches Sichern zu beherrschen und situativ sinnvoll einzusetzen – bis hin zum Erkennen und Lösen komplexer Sicherungssituationen, wie etwa hartes Halten bodennaher Stürze oder dynamische Sturzverlängerung über Kanten. Es wäre wünschenswert, dass hierzu intensive Sturztrainings angeboten – und genutzt werden! ■

Gut sichern: Das ist wichtig!

- ▶ Nur wenn ohne Schlappseil gesichert wurde, konnten Stürze mit geringer Verletzungsgefahr gehalten werden. Besonders in Bodennähe gibt es dafür keine Toleranz.
- ▶ Die Situation „Seil ausgeben“ ist besonders heikel. Hier ist große Aufmerksamkeit gefragt!
- ▶ Gut sichern bedeutet: So hart wie nötig, so weich wie möglich!
- ▶ Der Abstand zur Wand hat keine unmittelbare Auswirkung auf die Sturzweite. Trotzdem Vorsicht, da Gefahr durch Anprall und unvorhersehbare Schutzreaktion des Sichernden.
- ▶ Überraschende Stürze sind gefährlicher. Sichtkontakt und Mitdenken helfen; noch besser ist es, wenn der Stürzende den Sicherer durch Zuruf warnt.
- ▶ Zum guten Sichern gehören: eine stabile und korrekte Bewegungsroutine, ständige Aufmerksamkeit, Erfahrung im Halten von Stürzen.
- ▶ Die Selbsteinschätzung deckt sich oft nicht mit der Realität. Vorsicht vor erlernter Sorglosigkeit! Sicherungstraining und -coaching besuchen!



Julia Janotte arbeitet seit 2016 fix in der DAV-Sicherheitsforschung. An der Kletterhallenstudie, der Masterarbeit für ihr Sportstudium, beteiligten sich ihre SiFo-Kollegen und der Psychologe und Bergführer Martin Schwiersch.



SALE



MONT BLANC 4810 m

Höhentrekking

HOCH UM JEDEN PREIS?



KILIMANJARO 5895 m

Ob Seven Summits oder Basislager: Höhentrekking ist beliebt, birgt aber gesundheitliche Risiken. Martin Roos hat aktuelle Hinweise, Eckdaten und Ratschläge aus der bergmedizinischen Forschung zusammengefasst.

Rund 40.000 Menschen versuchen durchschnittlich pro Jahr, den Kilimanjaro (5895 m) in Tansania zu besteigen. Fachleute sind sich einig: Der „Kibo“ ist eine Art Gradmesser dafür, wie es weltweit um das Thema Höhentrekking bestellt ist. Laut einer Datenerhebung australischer Sportärzte von März 2016 war bei Frauen oder Personen ab 40 die Wahrscheinlichkeit, den Gipfel

des Kilimanjaro nicht zu erreichen, etwas höher. James Lawrence und Kollege fanden aber auch heraus, dass ein ganz wesentlicher Faktor ist, wie verantwortungsbewusst die Trekker steigen und die Veranstalter führen: 175 befragte, bestens informierte und auf einem Sechs-Tage-Aufstieg geführte Australier erreichten zu 88 Prozent den Uhuru Peak (5895 m) und zu 94 Prozent den Kratertrand am Gilman's Point (5681 m).

88 Prozent, das ist aber auch die Zahl – wenngleich nicht dieselbe Gruppe – der Gipfel-Finisher, die sich mit Acetazolamid „gedopt“ haben. Ein Medikament, das unter mehreren Handelsnamen, unter anderem Diamox, weltweit vermarktet wird – vor allem bei Indikationen außerhalb der Höhenmedizin wie zum Beispiel bei grünem Star oder als Blutdrucksenker. Pfui, sagen Puristen, wer leistungssteigernde Mittel nehme,



Der Thorong-La-Pass (5416 m) liegt auf dem Annapurna-Trek. 2014 starben in der Region über 40 Menschen nach einem Schneesturm, es gibt aber auch regelmäßig Opfer der Höhenkrankheit.

gehöre nicht auf den Berg. Passt schon, sagen inzwischen viele Höhenmediziner: Acetazolamid verbessere die Höhenanpassung und habe selten schwere Nebenwirkungen. Das bestätigen die australischen Sportmediziner in ihrer aktuellen Untersuchung, dokumentieren aber auch, dass trotz der eher akklimatisierungsfreundlichen sechstägigen Route auf den Kilimanjaro und der Prophylaxe mit Acetazolamid immer noch über die Hälfte der Aspiranten höhenkrank wurde. Aber: Die ermittelten 53 Prozent Höhenkranken erscheinen wenig, angesichts der rund 75-prozentigen Wahrscheinlichkeit einer Höhenkrankheit, die am Kilimanjaro bei den fünftägigen Aufstiegen mehrfach dokumentiert wurde.

Pillen am Kilimanjaro

Höhenkrankheit, das bedeutet Kopfschmerzen, Schlaflosigkeit, womöglich Übelkeit und Erbrechen. Schlimmer und lebensgefährlich ist ein Ödem, eine Flüssigkeitsansammlung in der Lunge oder im Gehirn. Am Kilimanjaro kommen Lungenödeme häufig vor, berichteten Ärzte beim

„European Hypoxia Symposium“ 2014 in Berchtesgaden. Ums Leben kämen am höchsten Berg Afrikas nicht ohne Grund Dutzende pro Jahr, so der bekannte Bergsteiger und Expeditionsarzt Oswald Oelz in einem Interview von 2015, und auch die Internationale Bergsteigervereinigung UIAA warnt, der „Kibo“ gehöre zu den gefährlichsten Bergen der Welt. Und gerade deshalb greifen immer mehr Höhentrekker neben Acetazolamid auf heftigere Medikamente zurück – auch wenn sie damit womöglich den „Teufel“ (Höhenkrankheit, Ödem) mit dem „Beelzebub“ (Nebenwirkungen bis zur Lebensgefahr) austreiben wollen.

Immer beliebter geworden, nicht zuletzt wegen laxerer Empfehlungen aus den USA, ist der Wirkstoff Dexamethason aus der Gruppe der Glukokortikoide, die im Volksmund oft als Kortison bezeichnet werden. Dexamethason ist hochwirksam bei der Therapie von Ödemen, zur Prophylaxe jedoch gefährlich. Und trotzdem: Fast die Hälfte der 45 Trekker, die der unter anderem für die UIAA tätige Reisemediziner Thomas Küpper 2008 auf der fünftägigen Maran-



Alpenvereinshütten

Deine Tür zur Bergwelt

Genuss pur auf
588 Alpenvereinshütten



Foto: Hotel Edelweiß & Gurgl



Finde jetzt deine Alpenvereinshütte unter alpenverein.de/huetten

- *topmoderne Ausbildungsstützpunkte*
- *rustikale Bergsteigerunterkünfte*
- *einsame Selbstversorgerhütten und Biwaks*



5 Grundregeln des Höhenbergsteigens

Aus dem Ratgeber „Höhe x Bergsteigen – die taktischen Grundregeln des Höhenbergsteigens“ des DAV-Summit-Club-Expeditionsleiters Thomas Lämmle. Erhältlich über literatur@dav-summit-club.de

1. **Nicht zu schnell zu hoch!** Aktive Aufstiege zu Fuß statt passiver Aufstiege mit Auto oder Bergbahn bevorzugen. Faustregel: Über 2500 Metern die Schlafhöhe um nicht mehr als 400 bis 600 Höhenmeter pro Tag steigern.
2. **Hoch gehen, tief schlafen!** Die Schlafhöhe soll tiefer als die maximale Tageshöhe liegen. Auf Hochtour bedeutet das: Bei Ankunft in einem Lager nach einer Pause langsam und ohne Gepäck weitere 30 Minuten aufsteigen und wieder absteigen. Beim Aufbau von Hochlagern über 5000 Metern diese erst nach zweimaligem Erreichen – besser Überschreiten – der Lagerhöhe beziehen.
3. **Herzfrequenz prüfen und sich Zeit lassen!** Die Ruheherzfrequenz (im Liegen, nach dem Aufwachen) gibt zuverlässig Auskunft über den Akklimatisationsstand. Liegt sie mehr als 20 Schläge über dem Wert zu Hause, befindet sich der Körper in der kritischen Phase der Akklimatisation. In dieser Phase ist Schonung angesagt, um die Höhenkrankheit zu vermeiden. Grundsätzlich gilt: Langsamer gehen und kein schweres Gepäck tragen.
4. **Auf die Atmung achten!** Aktives Ausatmen erhöht den Sauerstoffdruck in den Lungenbläschen und verbessert die Sauerstoffversorgung im Körper. Geh- und Steigrhythmus dem Atemrhythmus anpassen. Im flacheren Gelände: 1. Schritt einatmen, 2. Schritt ausatmen. Im steileren oder höheren Gelände: Fuß aufsetzen und einatmen, Fuß durchdrücken und ausatmen.
5. **Auf die Tourenpartner achten!** Höhenbedingte Probleme werden oft ignoriert oder verschwiegen. Tourenpartner beobachten und bei Verdacht auf akute Höhenkrankheit ansprechen. Alarmzeichen: plötzlicher Leistungsabfall, starke, lang andauernde Kopfschmerzen, Gang- und Stehunsicherheit.

tinyurl.com/SUMMITtaktik; tinyurl.com/DAVakkli



Fotos: Martin Roos

gu-Route unterhalb des Kilimanjaro-Kraters auf knapp 4600 Metern befragte, nahm prophylaktisch Dexamethason ein.

Situation in Nepal

Mit Studenten unternahm Thomas Küpper 2011 die so genannte ADEMED-Expedition nach Nepal. Eine der Hauptkenntnisse verweist einen typischen höhenmedizinischen Ratschlag ins Reich der Mythen: Schlafen mit erhöhtem Oberkörper beugt, anders als geglaubt, Höhenkrankheit nicht vor. Sich das Schlafen in der Höhe also noch schwerer zu machen, kann man sich sparen. Sparen können sich in der Annapurna-Region viele Höhentrekker mittlerweile dank des Ausbaus des Straßen- und Verkehrsnetzes auch die langen, unbequemen Wege des Anreisens – was der schonenden Höhenanpassung zu schaden scheint. Darauf

macht eine US-amerikanische Höhenmedizinerin aufmerksam, die mit zwei Kolleginnen des „Denver Health Medical Center“ in Nepal forschte. Sie befragten knapp 400 ausländische Trekker am Annapurna-Trek. Der Ort der Befragung, Manang, gilt mit über 3520 Metern als letzter dörflicher Vorposten vor dem absoluten Höhepunkt des „Circuit“, dem 5415 Meter hoch gelegenen Pass Thorong La. 17 Prozent der Trekker schluckten prophylaktisch den Wirkstoff Acetazolamid, im Rucksack hatten ihn 59 Prozent. Dexamethason nahmen zwei Männer zu sich; 8 Prozent, also 32, hatten es dabei. Andere beliebte Mittel waren Coca-Blätter, Ingwer und Knoblauch.

Aus diesen wissenschaftlichen Einblicken in die Trekkingwelt lässt sich ableiten: Doping und (gefährliche) Prophylaxe-Medikation sind stark verbreitet. Gesünder

und weniger riskant bleibt eine vernünftige Akklimatisation – die mehr Zeit kostet. Ob das ein Veranstalter einplant, sollten Reisende vorab klären und sich ausreichend informieren: Die Schlafhöhen nach den Etappen, die Schlafhöhendifferenzen und die täglichen Aufstiegsdifferenzen lassen sich für die Routen von Reiseanbietern relativ einfach überprüfen. Empfehlenswert sind auch die „Official Standards“ der UIAA (tinyurl.com/UIAA misuse) und ihre Empfehlungen für einen Qualitäts-Check des Reiseveranstalters: tinyurl.com/UIAAcheck ■



Der Wissenschaftsjournalist Martin Roos sammelte während einer Recherche zur Höhenmedizin auf der Canna Margherita (4554 m) nicht ganz freiwillig Erfahrungen mit Acetazolamid.

THEMEN DIESER AUSGABE Editorial; Wortschatz; Off Mountain S. 64 Die Welt im Griff? S. 65
Wofür steht der *? S. 67 Warum sind die Gämschen so klein? S. 68 Kinderseite, Gämschenklein S. 69
Erbse; Vorschau S. 70

KNOTENPUNKT.

MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2016/4

DER TOD DER LANDKARTE?



Weitere Themen:
WARUM SIND DIE GÄMSCHEN KLEIN?
WARUM SEHEN WIR STERNCHEN?
WARUM SCHMELZEN DIE GLETSCHER?

HALLO ZUSAMMEN,

die JDAV geht bei der gendergerechten Schreibweise neue Wege. Deshalb dürft ihr, liebe Leser*innen, euch künftig an eine veränderte Anrede gewöhnen, während das Redaktionsteam ein Sonderzeichen neu für sich entdeckt. Richard berichtet aus der Bundesjugendleitung, was hinter dieser Neuerung steckt.

Google Earth, GPS und Smartphones haben in den letzten Jahren ebenfalls einiges an Neuerungen im Tourenalltag gebracht. Bergaktivitäten ohne Zuhilfenahme von digitalen Karten sind heute kaum mehr denkbar. Oder doch? Und wer braucht noch diese unpraktischen Papierlappen namens „Landkarte“? Andererseits geht von „echten“ topografischen Karten immer noch eine Faszination aus, der man sich nur schwer entziehen kann ... Stefanus und Johannes haben den Test gemacht und digital mit analog verglichen. Es mag ungewohnt sein, aber der Knotenpunkt bietet auch Raum für ganz andere, für sehr ernste und nachdenkliche Töne: Erbs hat sich Gedanken gemacht über uns und das, was uns bewegt, aber auch über die durch uns verursachten Probleme. In dieser Ausgabe hat er seine Überlegungen gesammelt zu Papier gebracht, indem er den „unbezwingbaren Berg“ gezeichnet hat. Auch ihr seid eingeladen, euch Gedanken zu machen!



Ulrike Zwick

ULRIKE ZWICK

WORTSCHATZ

Packraft

Kompakte (Schlauch-)Boote im Rucksackformat, die die Kombination aus Wandern (Bergsteigen) mit anschließender Flusspartie ermöglichen. Nicht zu verwechseln mit dem legendären Nürnberger Café Kraft oder „World of Warcraft“. (azi)

OFF MOUNTAIN



Zum Redaktionsschluss im Mai waren die Temperaturen ziemlich kühl und das Wasser kam von oben. Doch wenn ihr diesen Knotenpunkt im Juli lest, ist's garantiert brandheißer Sommer. Dann sind diese Wassersport-Optionen genau richtig, um abzukühlen. (azi)

Isarbretteln Beliebte Wassersportvariante, mit Vorliebe an tiefen und reißenden Abschnitten der Isar praktiziert. Ein etwa türgroßes Holzbrett wird dazu mit einem ausrangierten Kletterseil an einem Baum am Ufer befestigt, eine mit zwei Reepschnüren fixierte Griffstange ermöglicht die Kontrolle über das „oberbayerische Surfbrett“.

Schluchteln Lange bevor das Canyoning aus dem angelsächsischen Raum die kontinental-europäischen Flüsse und Bäche überschwemmte, ging man hierzulande schlicht „Schluchteln“ oder auch „Bachgehen“; für Marketingstrategen jedoch zu trivial klingende Bezeichnungen für eine Trendsportart!

Gumpenspringen Eng verwandt mit dem Schluchteln und speziell in den gumpenreichen Kalkalpen ausgeübte Wassersportvariante, deren primäre Funktionen die Mutprobe, Mädchen beeindrucken und Flucht vor hochsommerlicher Hitze in kühle Bergbäche sind und waren.

Die großformatige Papierkarte und die kleinformatischen digitalen Kartenausschnitte auf GPS und Mobiltelefon: Welche Vor- und Nachteile gibt es?

☑ Stefanus Stahl

Ist der Papierkartenstapel von gestern, werden digitale Karten via Smartphone die analogen Kartenausgaben auf Tour verdrängen?

Titelbild: Stefanus Stahl

IMPRESSUM Mitarbeiter dieser Ausgabe: Johannes Branke, Daniela Erhard (der), Richard Kempert, Stefanus Stahl, Johanna Stuke, Arnold Zimprich (azi), Ulrike Zwick (uzw). Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter: Philipp Sausmikat. Redaktion: Georg Hohenester (verantwortl.), Andi Dick in Zusammenarbeit mit dem KNOTENPUNKT-Redaktionsteam. Beiträge in Wort und Bild an den DAV, Redaktion KNOTENPUNKT, Von-Kahr-Straße 2-4, 80997 München. Die Beiträge geben immer die Meinung der Verfasser, nicht die der Jugend des Deutschen Alpenvereins wieder. Diese Publikation wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes. Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion. Gestaltung und Produktion: Sensit Communication, sensit.de

KARTE ODER GPS?

DIE WELT IM GRIFF?



Smartphone, GPS und Laptop zeigen Karten, Weg und Gelände, drängen in das Reich der Papierkarte. Sie kommen mit OLED-Bildschirm, GPS und Big-Data in ein Duell mit einem Stück Papier. Doch bleibt am Ende wirklich nur noch eine Lösung übrig? JOHANNES BRANKE und STEFANUS STAHL haben sich orientiert.

Kartograf*innen bangen und zittern um ihren Job mit jeder neuen App, jedem neuen Online-Service, jeder neuen Generation GPS. Kein Wunder: Digitale Karten, Luftbilder und Geländemodelle werden immer besser, immer einfacher verfügbar. Wer braucht noch eine Schublade voller Alpenvereinskarten, wenn er die gesamten Alpen auf sein Mobiltelefon laden kann? Und braucht es überhaupt noch topografische Karten, wo es aktuelle und hochauflösende Luft- und Satellitenbilder gibt, die, gepaart mit einem Geländemodell, die Berge dreidimensional vor Augen führen? Je genauer wir uns mit dem Zweikampf Digital gegen

Analog beschäftigt haben, desto klarer wurde: Es ist kein Zweikampf, es ist eine perfekte Ergänzung.

Betrachten wir eine Tour von vorne bis hinten, von der Idee bis zur Erinnerung daran.

Inspiration | Der Impuls zu einer Bergtour – ob zu Fuß oder per Rad – kann in vielen Formen aufkommen: durch ein Foto oder eine Erzählung etwa. Aber auch als Vision, beim Blick in ein Kartenblatt. Karten können, egal ob digital oder analog, weiße Flecken auf der Landkarte im eigenen



Der Test auf einer Biketour zeigt, dass die Kombination aus Papierkarten und digitalen Karten ideal ist und die Tourenplanung und -durchführung ungewohnt erleichtert.

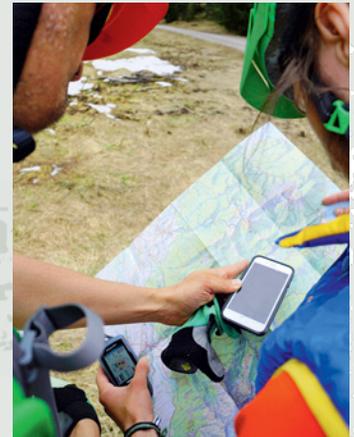
☑️ Stefanus Stahl

☞ Kopf aufdecken oder neugierig auf einen Berg, ein Kar, einen Grat oder einen Weg machen.

Tourenplanung | Jetzt schlägt die Stunde der Karte/n! Die Anfahrt zum Berg lässt sich besser mit digitalen Lösungen wie mit Google Maps und DB-Mobil planen, für die Details der Tour ist aber die gute Alpenvereinskarte überlegen, bequem auf der Couch studiert. Ergänzend geben Satelliten- und Luftbilder aus Google Earth oder Ähnlichem den besten Eindruck von Vegetation und Gelände, womöglich sogar Fotos einzelner Orte. So „fliegen“ wir zu Hause virtuell durch ein Tal, über den Gipfel, sehen, ob die Hüttenterrasse in der Sonne liegt und wie weit der Gletscher ins Tal reicht. Inspiration und Planung verspricht alpenvereinaktiv.com – die Website bietet Tausende Touren mit GPS-Track, Höhenprofil und Fotos. Spezialisierte Karten, etwa Supertrail-Maps für Mountainbike-Touren oder Freeride-Maps für Pulverschnee-Abfahrten liefern Sportler*innen bestimmter Disziplinen wertvolle Zusatzinformationen etwa über die Fahrbarkeit eines Singletrails oder die Lawinengefahr eines Einzelhangs.

Ein klarer Vorteil der analogen Karte ist die Möglichkeit, in einer gleichberechtigten Gruppe anständig zu planen. Die Größe der Karte ermöglicht mehreren Beteiligten den Blick auf den diskutierten Punkt. Es ist der schnelle Überblick, der direkte Eindruck der Umgebung, den die große, sorgfältig schattierte Papierkarte bietet.

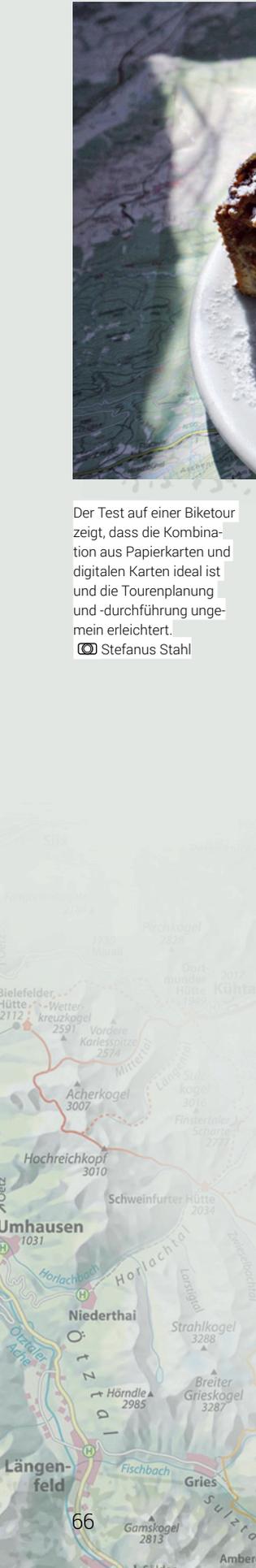
Auf Tour | Ob die Orientierung gelingt, hängt neben dem Menschen natürlich von der Ausrüstung, aber auch vom Gelände ab. So ist es in den Alpen vielerorts recht einfach,



weil – Sicht vorausgesetzt – Gipfel, Hütten und Rücken eindeutig der Repräsentation auf der Karte zugeordnet werden können. In einem eher flachen, bewaldeten Gelände fällt es dagegen selbst Orientierungsprofis nicht leicht, sich mit Karte und Kompass zu lokalisieren; klarer Vorteil GPS. Umgekehrt machen dem GPS und insbesondere dem Smartphone die Stromversorgung und spiegelnde Displays das Leben schwer. Kommt dann auch noch Regen oder Schnee dazu, fühlt sich ein modernes Smartphone am Berg äußerst deplatziert an. Das Format spricht aber klar für den elektronischen Begleiter: Er ist einfach kompakter. Bei Tourenstart nachts in unbekanntem Gelände oder bei sehr nebligen Bedingungen schlägt ebenfalls die Stunde des GPS.

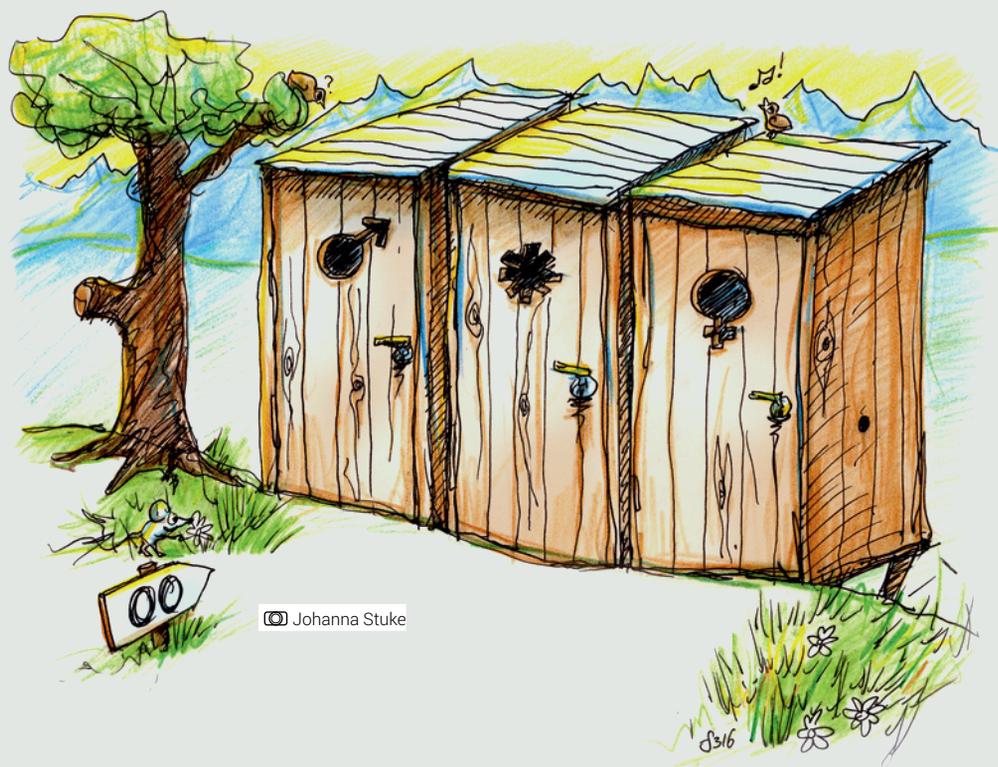
Nach der Tour | Ungeschlagen, um die Tour auf dem Hüttentisch Revue passieren zu lassen: die Papierkarte. Von allen Seiten einsehbar, groß wie ein 42"-Smartphone, robust gegen Kaiserschmarrn und Spezi. Und wenn dann jemand anderes von seinem Smartphone die zurückgelegte Distanz, die erklommenen Höhenmeter und seine Herzfrequenz laut vorliest – da ergibt sich fast eine Multivisions-show.

Heißt für uns: Die Papierkarte geht noch lange nicht in Rente. Doch die Kombination mit ihren digitalen Kompagnons macht uns in fast allen Phasen einer Bergtour das Leben leichter.



GESCHLECHTERGERECHTIGKEIT
IM KNOTENPUNKT

WOFÜR STEHT DER *?



© Johanna Stuke

Der Knotenpunkt hat seit einigen Jahren seine Beiträge gendersensibel verfasst. Jetzt geht die JDAV-Publikation einen Schritt weiter und setzt den Genderstern ein. RICHARD KEMPERT, stellvertretender Bundesjugendleiter, erläutert die Beweggründe.

Ende 2015 hat die Bundesjugendleitung beschlossen, den Genderstern * in allen JDAV-Publikationen der Bundesebene zu verwenden und damit das bisherige Ausschreiben der männlichen und weiblichen Form zu ersetzen. Konkret heißt das: Wir schreiben nicht mehr „die Jugendleiterin“ bzw. „der Jugendleiter“, sondern „der*die Jugendleiter*in“. Der Genderstern bietet eine einfache und praktische Möglichkeit, die männliche und die weibliche Form in einem Wort zu schreiben. Zugleich wird durch den Stern ein Hinweis auf diejenigen Menschen gegeben, die sich weder als Mann noch als Frau identifizieren, wie Intersexuelle, Transgender oder andere. Warum wollen wir das?

Die JDAV ist eine bunte und vielfältige Gruppe junger Menschen. Diese Vielfalt wollen wir auch sprachlich durch den Genderstern sichtbar machen. Wenn wir Texte veröffentlichen, wollen wir damit alle jungen Menschen ansprechen, egal welchem sozialen Geschlecht⁽¹⁾ sie sich zugehörig fühlen. Einerseits ist in der deutschen Sprache das generische Maskulinum üblich. Dies bedeutet: Ist das Geschlecht einer Person unbekannt oder das Geschlecht irrelevant, wird die männliche Schreibweise benutzt. Gleiches gilt für gemischtgeschlechtliche Gruppen: Sobald eine männliche Person in

einer Gruppe von Jugendleiter*innen zu finden ist, wird dann von „Jugendleitern“ und nicht von „Jugendleiterinnen“ oder „Jugendleitern und Jugendleiterinnen“ gesprochen. Andererseits prägt Sprache unser Bewusstsein. Personen fühlen sich am besten von einem Text angesprochen, wenn dieser ihr soziales Geschlecht explizit benennt oder aber geschlechtsneutral formuliert ist.⁽²⁾

Unser Ziel ist es, eine sensible, inklusive und geschlechtergerechte Sprache zu verwenden. Damit wollen wir für mehr Vielfalt und Offenheit in unserem Verband, der JDAV, werben und Diskussionen über Geschlechterrollen und den Umgang mit diesen anstoßen. Uns ist bewusst, dass allein durch Sprache noch keine Geschlechtergerechtigkeit entsprechend unserer Grundsätze, Erziehungs- und Bildungsziele erreicht wird. Jedoch können Denkanstöße entstehen, um die gesellschaftliche Situation zu hinterfragen sowie die eigene Sichtweise und das eigene Handeln zu überdenken.

Möchtet ihr uns eure Gedanken dazu mitteilen, dann schreibt uns an:
richard.kempert@alpenverein.de

Wenn auch ihr gendersensibel schreiben und den Genderstern verwenden wollt, dann gibt euch die Handlungsempfehlung dazu hilfreiche Anregungen.

jdav.de/gender



(1) Im Gegensatz zum biologischen Geschlecht (sex), das definiert, wer sich mit wem fortpflanzen kann, steht das soziale Geschlecht (gender) für alle weiteren geschlechtsspezifisch zugeschriebenen Eigenschaften, z.B. die emotionale Frau, der rationale Mann: Letztere sind soziale Konstrukte und damit veränderbar.

(2) Vergleiche z.B. Gisela Schoental: Personenbezeichnungen im Deutschen als Gegenstand feministischer Sprachkritik. In: Zeitschrift für Germanistische Linguistik 17, oder Gisela Klann-Delius: Sprache und Geschlecht. Stuttgart, Weimar 2005.

KLIMAWANDEL UND UNERWARTETE FOLGEN

WARUM SIND DIE GÄMSCHEN SO KLEIN?



Bei seiner Promotion an der Durham University stieß der britische Biologe Tom Mason auf die überraschende Erkenntnis: Als Konsequenz der Erderwärmung bleiben Gämssen heute kleiner als noch vor einigen Jahren. STEFANUS STAHL hat ihn befragt.

© Tom Mason

Schrumpfen unsere Gämssen wirklich?

Na ja, Schrumpfen klingt etwas übertrieben, beschreibt aber ganz anschaulich das, was wir gefunden haben: In den letzten 30 Jahren hat die durchschnittliche Gams deutlich an Gewicht verloren. Je nach Beobachtungsgebiet lagen die Jungtiere damals bei etwa 20 Kilogramm, am Ende unserer Untersuchung waren es 16 Kilo. Das heißt: Die juvenilen Gämssen hatten bis zu 20 Prozent weniger Körpergewicht, und das ist durchaus unmittelbar sichtbar.

Wie kann man das so genau sagen?

Da müssen wir uns bei den Jägern bedanken, besser gesagt bei ihrer guten Dokumentation. Bei unseren Untersuchungen in drei Gebieten des italienischen Adamello-Brenta-Naturparks konnten wir das Gewicht von über zehntausend geschossenen Gämssen vergleichen. Immer lasen wir denselben Trend ab: Die geschossenen Gämssen sind immer leichter geworden!

Woran liegt's?

Um das herauszufinden, waren wir zwei Mal für mehrere Monate vor Ort und haben mit Jägern gesprochen und die Tiere beobachtet. Wir haben aber auch Satellitenbilder bezüglich der Vegetationsentwicklung ausgewertet und GPS-Bewegungsmuster beobachtet. Allem Anschein nach liegt es an der Erderwärmung, genauer gesagt an den deutlich steigenden Temperaturen im Lebensraum der Gämssen: Zwischen 1980 und 2010 wurde es dort durchschnittlich drei bis fünf Grad wärmer.

Weil es wärmer wird, specken die Bergtiere ab?

Na ja, die Temperatur lässt natürlich nicht direkt die Pfunde purzeln. Vielmehr sieht es so aus, als müssten die Tiere ihre Aktivität reduzieren, weil es ihnen zu heiß ist. Das wiederum führt dazu, dass sie weniger grasen können – und wer weniger frisst, der kann kein Gewicht aufbauen.

Könnte das geringe Gewicht nicht auch evolutionäre Vorteile haben?

Auch dieser Theorie (Bergmannsche Regel) sind wir nachgegangen, sie ist aber äußerst unwahrscheinlich: Für solche eine selektions-basierte Anpassung sind die Veränderungen viel zu gravierend. Innerhalb von nur 30 Jahren ließen sich damit ein oder zwei Prozent Abweichung erklären, aber auf keinen Fall die beobachteten zwanzig Prozent.

Gämssen stehen aber nicht nur durch steigende Temperaturen unter Druck, richtig?

In der Tat. Den steigenden Temperaturen versuchen sie dadurch zu entkommen, dass sie sich in immer höher gelegene Gebiete zurückziehen, wo es aber auch weniger Futter gibt. Zusätzlich rücken wir Menschen mit der Erschließung von Ski- und Freizeitgebieten immer weiter in ihren Lebensraum vor, weshalb die Tiere die viel frequentierten und verbauten Gegenden meiden und sich wiederum in tiefere, dichtere Wälder zurückziehen müssen. Auch das belegen verschiedene Untersuchungen: Der Lebensraum für Gämssen schwindet.

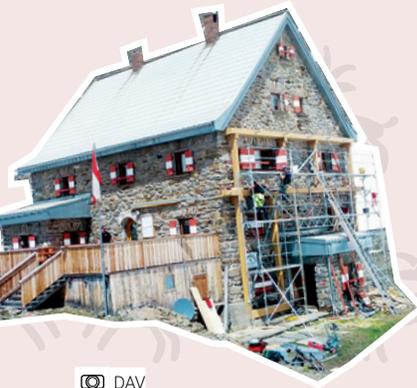
Toms Website: tommason.weebly.com

Der Brite **Tom Mason** (29) hat sich in seiner Doktorarbeit über Jahre hinweg mit dem Verhalten und der Physiologie von Alpengämssen beschäftigt.





WENN DAS KLIMA SICH WANDELT



© DAV

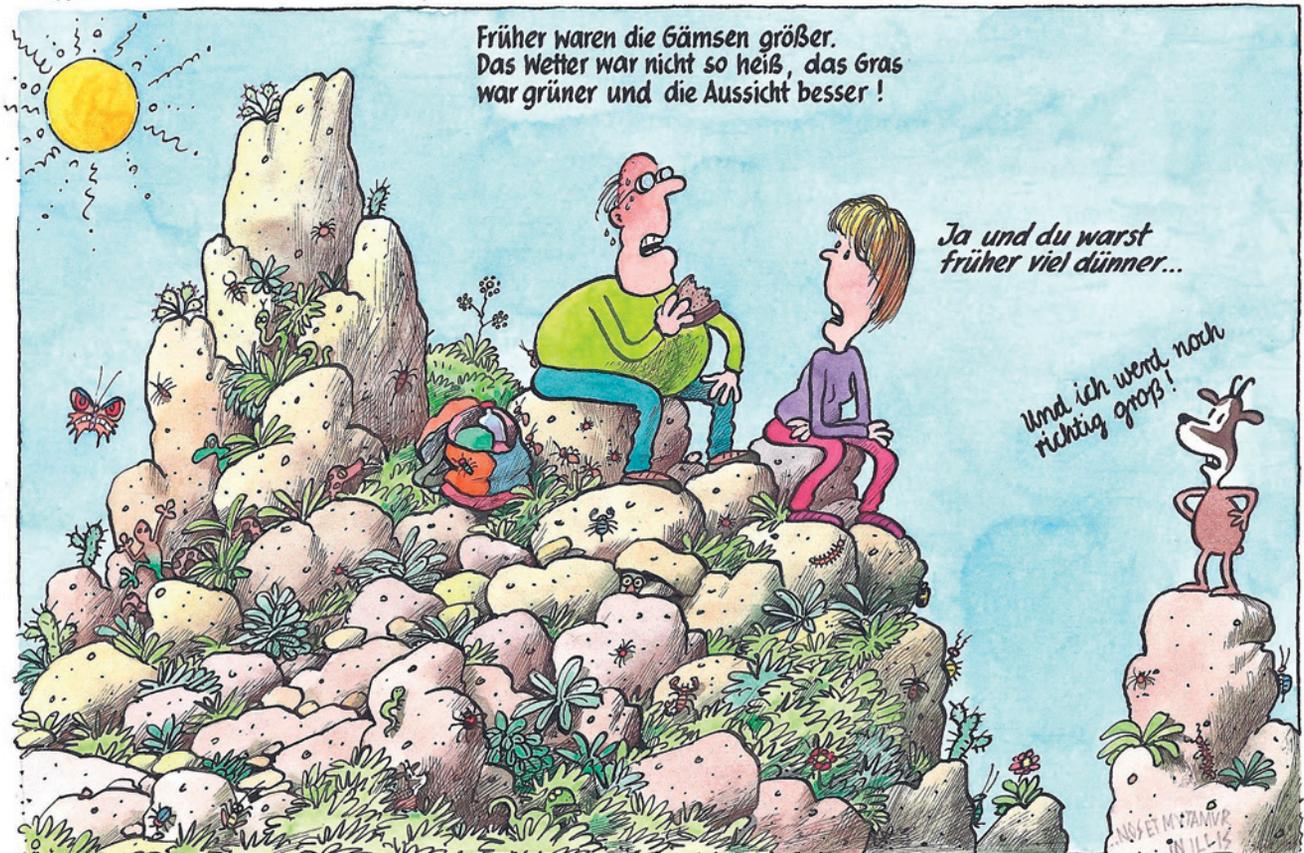
Auf der Erde wird es immer wärmer. Besonders deutlich spürbar ist der Klimawandel in den Bergen. Die Folgen sind vielfältig: vom Abschmelzen der Gletscher bis zur Zunahme von Lawinen – obwohl in vielen Regionen weniger Schnee fällt. Durch die Erderwärmung – zu der wir Menschen stark beitragen – steigt nämlich nicht nur die Temperatur. Auch das Wetter verändert sich: Es gibt trockenere Sommer, regenreiche Winter und mehr Stürme. Keine guten Bedingungen für stabile Schneedecken und die Bergwälder, die Schutz gegen Lawinen bilden. Auch Überschwemmungen durch Hochwasser werden öfter vorkommen. Und in den Skigebieten geht ohne Schneekanonen schon heute häufig nichts mehr. Problematisch ist auch das Auftauen des Permafrosts. Oberhalb von 2400 bis 2900 Metern ist der Boden normalerweise immer gefroren, so dass auch loses Gestein zusammenhält. Erwärmt sich der Boden, können Muren oder ganze Felsen abrutschen, Hütten werden instabil. Das Hochwildehaus (Foto) in den Ötztaler Alpen zum Beispiel musste wegen Einsturzgefahr gesperrt werden. (der)

UND JETZT DU!

Auf der Internetseite 100max.org kannst du lernen und ausprobieren, wie eure Familie das klimaschädliche Kohlendioxid einsparen kann. Schreib uns dazu an alpinkids@alpenverein.de

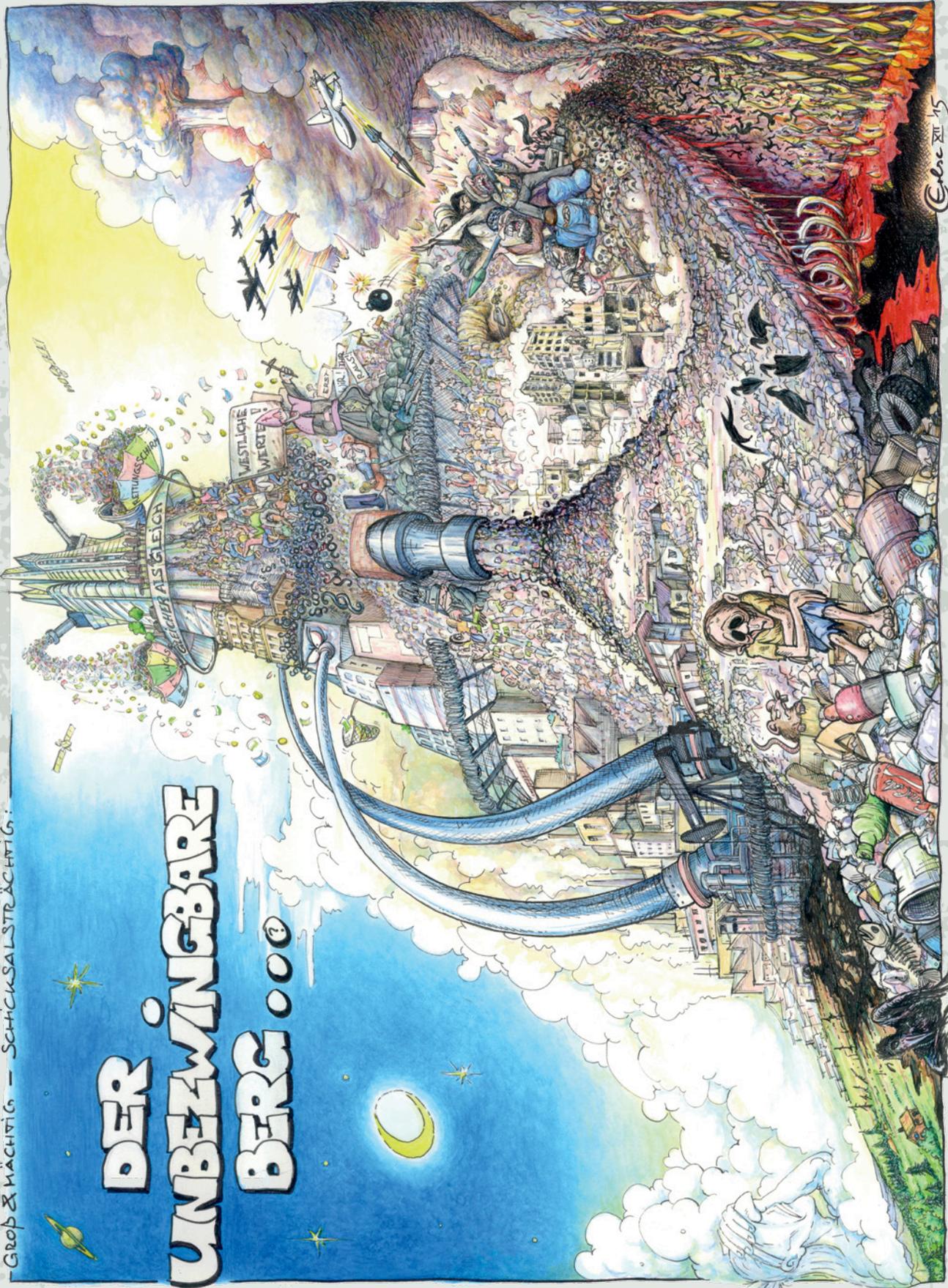
GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank



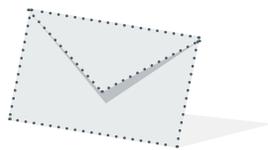
GROß WÄCHTIG – SCHICKSALSTRÄCHTIG:

DER UNBEWINGBARE BERG



Eberhart 15

Im nächsten Knotenpunkt: Mag die Welt noch so schlecht sein, beim nächsten Knotenpunkt sind alle dabei: **Inklusion**



Einseitig mobil – Ich denke, die Kernkompetenzen des DAV liegen im Bergsport in allen Spielarten, und zwar – wie der Vereinsname ausdrückt – vorwiegend in den Alpen. (Einseitige) Mobilitätsberatung gehört nicht zu diesen Kernkompetenzen. Gefühlt besteht Panorama 3/2016 aus einem Drittel direkter und indirekter Bahnreklame (es wird immer „schlimmer“ – auch das Internetportal). Viele Touren sind mir (uns) in der Vergangenheit nur gelungen, weil ich (wir) zur richtigen Zeit am richtigen Ort war(en) – inklusive spontaner Umplanungen. Dies geht am besten mit dem Privat-Pkw. Man kann den Eindruck gewinnen, das gewöhnliche DAV-Mitglied wird aufgefordert, ein wenig CO₂ einzusparen, um den CO₂-Fußabdruck der Geldelite, die mit dem DAV Summit Club durch die Welt jettet, zu kompensieren. Da hilft auch kein atmosphären-Ablasshandel.

Rainer Witting

Vertretbar – Eigentlich wollte ich mich vor einiger Zeit über die zuletzt erschienenen Ausgaben beschweren. Denn: Wie viel Prozent der Alpenvereinsmitglieder sind Sportkletterer? Heute möchte ich mich über die Neugestaltung der Zeitschrift „Panorama“ lobend äußern. Die Artikel über das Klettern am Berg halten sich in einem vertretbaren Rahmen. Die Informationen, die einen Bergfreund interessieren, sind wieder präsent. Die Werbeflächen sind in einem vertretbaren Rahmen. Weiter so!

Hans Peter Scharmann

Es war einmal ein Notweg

DAV Panorama 3/2016, S.13

Erschließungswahnsinn – 2015 der große Zusammenschluss zwischen St. Anton/Rendl und Kappl im Paznauntal, jetzt soll allen Ernstes auch noch der Pitztaler Gletscher mit Sölden verbunden werden?! Mit Entsetzen habe ich diese Neuigkeit zur Kenntnis genommen. Haben wir die Alpen nicht schon genug vereinheitlicht? Geht der Trend nun wirklich dorthin, weitere Gletschergebiete nach und nach zu verbauen? Diese Befürchtung war aufgrund des Klimawandels zu erwarten, aber es sollte doch entschieden dagegen vorgegangen wer-

den! Hier sehe ich die Alpenvereine in der Pflicht, Aufklärungsarbeit zu leisten, Protestaktionen zu mobilisieren und stattdessen sinnvolle, naturverträgliche/-nahe und vor allem nachhaltige Alternativen zu erarbeiten. Die noch unberührten alpinen Gebiete sollten es auch unbedingt bleiben!

A. Weck

Bergwandern ohne Auto in Vorarlberg

DAV Panorama 3/2016, S. 82 ff.

Es geht! – Vielen Dank für den motivierenden Artikel von Steffen Farian. Die guten Erfahrungen mit dem öffentlichen Verkehr für Wanderer und Bergsteiger in Vorarlberg können wir voll bestätigen. Eine wichtige Information fehlt aber: Wer eine Gästekarte zumindest im Brengenzwald hat, fährt mit den Bussen (und mit den meisten Bergbahnen) kostenlos! Wer jetzt noch mit dem Auto fährt, ist selbst schuld!

Beate und Felicia Frank, Michael Schlecht

Bergsport Mountainbiken

DAV Panorama 2/2016, S.16 ff. und DAV Panorama 3/2016, S. 10, 71

Reichlich unausgewogen – Fun und Spaß stehen eindeutig im Vordergrund, wobei Text und Fotos teilweise in eklatantem Widerspruch stehen. Andere Aspekte, wie etwa der juristische Sachverhalt, die negativen Auswirkungen, die Belange der Almwirtschaft und auch der Natur- und Landschaftsschutz bleiben sträflich vernachlässigt. Diese Unausgewogenheit setzt sich in der Leserpost fort. Der Beitrag des Lesers auf Seite 10 (Sabotage gegen Radler) der Ausgabe Panorama 3 verdeutlicht, wie groß der Bedarf ist, sich der Problematik umfassender zu widmen. Der dargestellte Fall ist kriminell und aufs Schärfste abzulehnen. Aber es darf auch hinterfragt werden, warum manche Almbesitzer zu derart fragwürdigen Mitteln greifen. Eine Aufarbeitung ist dringend geboten.

Gerhard Ritthammer, Wegewart

Für blöd verkauft – Ich bin mir vollkommen im Klaren: Wenn man 80 Jahre alt ist und 62 Jahre im Alpenverein, dann sollte man die Gestal-

tung der Zukunft des DAV den jüngeren Mitgliedern überlassen. Aber ich weigere mich, für blöd gehalten zu werden. Vor mir liegt Panorama 2 – vorne drauf mit großen Buchstaben: Mountainbiken. Irgendwann kommt dann wieder ein Bettelbrief für den Erhalt der Wege! Wollt ihr in Zukunft gar keine Wanderer mehr? Man redet ja sowieso schon lange nur noch von Berg-Sport. Radfahren auf Wanderwegen oder Klettern in Hallen? Dann nennt euch doch bitte in Zukunft nicht mehr DAV, sondern ganz einfach Kletter- und Bergsport-Verein. Immer wieder fällt mir das Sudelfeld ein. Ein Naturschutzgebiet? Oder der Anfang vom Ende?

Eberhard Obal

Gesucht/Gefunden

> Set mit Klemmkeilen am 23. Mai auf Mallorca / Cala Magraner verloren. Tel.: 0163/268 30 77

> 28. Mai am Sulzkogel/Kühtai: Handy gefunden. Tel.: 0157/84 86 63 23

Bergausrüstung für Kinder

DAV Panorama 2/2015, S.52 ff.

Glaubwürdigkeit – Bedenklich finde ich die verschwimmende Grenze zwischen Interessenvertretung der Bergbegeisterten und der Kommerzialisierung in Form von Firmenwerbung und eigenen Bezahlangeboten im DAV. Beispielhaft für vieles in dieser Hinsicht nenne ich den Artikel zu Bergausrüstung für Kinder. Darin wird der umfassenden Ausstattung von Kindern mit (teuren) Kleidungs- und Ausrüstungsgegenständen das Wort geredet. Das mag die Meinung des Autors sein und als solche wiedergegeben werden. Wenn jedoch als Fachleute fast nur Hersteller und Händler solcher Produkte genannt werden (an erster Stelle der DAV-Partner Vaude), dann wird der Artikel zur Werbung und sollte als solche gekennzeichnet werden. Dass auch der DAV nur mit Geld funktionieren kann, ist verständlich. Aber bitte macht nicht den ADAC-Fehler. Es wäre schade um die Glaubwürdigkeit des DAV!

Stefan Peters

Klimaschutz und Klimawandel

GLOBAL DENKEN, LOKAL HANDELN

Schmelzende Gletscher, tauender Permafrost, Steinschläge und Bergstürze: Der Klimawandel trifft den Alpenraum besonders stark – genau wie andere Bergregionen. Ein Blick über den Tellerrand der Alpen, ein Rückblick auf das DAV-Klimaschutzsymposium und ein Zwischenfazit der Internationalen Klimaverhandlungen.

YVONNE OLUAOCH, KENIA

2010 waren am Mount-Kenia-Massiv nur noch zehn von ursprünglich 18 Gletschern übrig. Im selben Jahr waren 90 Prozent des Lewis-Gletschers verschwunden, dem größten in Kenia. Der Mount Kenia ist nicht nur Urlaubsziel, sondern auch der Wasserspeicher unseres Landes. Die schmelzenden Gletscher haben starke Auswirkungen auf Luftfeuchtigkeit und den Wasserstand des Tana-Flusses. Die Kaffeebauern hängen vom Mikroklima und der Luftfeuchtigkeit in der Bergregion ab. Der Klimawandel bedroht ihre Tätigkeit bereits heute massiv.



PAVLOS GEORGIADIS, GRIECHENLAND

Fünf Jahre habe ich in Garhwal im Westen des Himalaya gelebt und dort als ethnobotanischer Forscher gearbeitet. Die Region ist ein Mosaik aus Bergketten, Hügeln und Tälern mit vielfältigem Mikroklima und einem großen Artenreichtum. Die Artenvielfalt ist Grundlage der Ernährung und Gesundheit sowie des Einkommens der Menschen in der Region. Diese Kultur und Vielfalt ist nun bedroht von steigenden Temperaturen, die lokale Mikroklimata zerstören.

Die Gletscher – hier die Eispuppe des Alpamayo in der peruanischen Cordillera Blanca – sind das Fieberthermometer des Weltklimas.

VANESSA BOLIVAR, PERU

Die peruanischen Gletscher versorgen 20 Millionen Menschen mit Wasser. Ein Großteil unserer Landwirtschaft funktioniert nur mit Wasserversorgung aus den Gletschern. Über die Hälfte unserer Elektrizität wird mittels Wasserkraftwerken in den Bergen hergestellt. 2016 haben wir bereits 28 Prozent der tropischen Gletscher verloren. Wenn wir den Klimawandel nicht stoppen, werden wir die Grundlagen unserer Landwirtschaft, Wasserversorgung und Ernährung verlieren.



Klimakonferenzen Paris und Bonn

Fossiles Zeitalter: Der Anfang vom Ende?

Das Pariser Klimaabkommen hat das Klima nicht gerettet. Aber es hat der Welt die Chance gegeben, das zu tun. Den Klimawandel bis 2100 auf deutlich unter 2 Grad Celsius zu begrenzen, war das erklärte Ziel in Paris Ende 2015. Im Mai kamen Diplomaten aus aller Welt nach Bonn, um die technischen Details der Umsetzung zu besprechen. Etwa wie Länder künftig über ihre Emissionen und ihre finanziellen Beiträge be-

richten und wie die regelmäßigen Runden zur Erhöhung der Klimaziele aussehen sollen. Konkret geht es um einen Fahrplan für die Abkehr von fossilen Brennstoffen. Die entscheidende Frage ist, ob das schnell genug passiert, um die schlimmsten Folgen des Klimawandels zu verhindern.

Zeitgleich zu den Verhandlungen in Bonn hatten Aktivisten der internationalen Klimaschutz-

organisation 350.org gegen fossile Energieprojekte protestiert und in der Lausitz eines der größten Braunkohlekraftwerke Europas teilweise lahmgelegt. Wenn Deutschland als Klimaschutzvorreiter diese historische Chance ergreifen und glaubwürdig bleiben möchte, muss es also deutlich schneller als bisher geplant seine klimaschädlichen Kohlekraftwerke abschalten.

as

DAV-Klimaschutzsymposium

Gemeinsam, flexibel und kreativ

Wenn Gletscher und Permafrost schwinden, wird das Gelände bröckelig und die Wasserversorgung höher gelegener Hütten kritisch. Was das für den Bergsport bedeutet und wie Klimaschutz in den Alpen aussehen kann, diskutierten Ende April in Garmisch-Partenkirchen rund 150 Fachleute aus Wissenschaft, Wirtschaft, Politik und Verbänden. Konkret ging es darum, wie sich Tourismuskonzepte an aktuelle Gegebenheiten anpassen können und müssen, von Änderungen bei den Saisonzeiten bis zu sanfteren Tourismuskonzepten wie den „Bergsteigerdörfern“. Aber auch, was jeder einzelne tun kann und wie sich Umweltbewusstsein in der Gesellschaft verankern lässt. Innerhalb des DAV

Das DAV-Klimaschutzsymposium hat der DAV im Rahmen des vom Bayerischen Umweltministerium geförderten Projektes „Klimafreundlicher Bergsport“ organisiert. Weitere Infos und Hintergründe: alpenverein.de/Klimaschutz-Symposium

könnte das eine noch konsequentere Ausrichtung des DAV nach den Grundsätzen von Umweltschutz und Nachhaltigkeit sein. Als Beispiele wurden Unterrichtsmaterialien für die Sektionsarbeit, weniger Papierverbrauch bei Veranstaltungen oder die Förderung der öffent-

lichen Anreise zu Touren genannt. Beim großen Thema Mobilität waren sich alle Teilnehmer einig: An- und Abreise in den Urlaub oder zur Tour sind bedeutende Faktoren, wenn es um die CO₂-Reduktion geht, stellen aber auch die größte Hürde dar. Eine Wende in der Verkehrspolitik, eine bessere Vor-Ort-Mobilität und zielgruppengerechte Angebote könnten

mehr Menschen zu einer klimaschonenden Fahrt in die Berge ermuntern. Heruntergebrochen auf die Bergsportlerinnen und Bergsportler bedeutet das: flexibel auf aktuelle Verhältnisse und Bedingungen reagieren und die Planung auch einmal anders angehen – vom Tourenziel über die Aufenthaltsdauer bis zu alternativen Anreisemöglichkeiten.

kr/red



Ob in der Sektionsgruppe oder allein, ob am Berg oder im Büro: Schon kleine Verhaltensänderungen können etwas bewirken.

Foto: Marco Kost/DAV

HÜTTENWIRT

Soiernhaus (1610 m): Königlich einkehren im Karwendel

Auf der Hütte ankommen und sich wohlfühlen – ein warmer Ofen, leckeres Essen, eine freundliche Bewirtung und selbst das schlechteste Wetter ist vergessen. Wohlgeföhlt haben sich auch Susanne und Klaus bei dem Gedanken, das Soiernhaus der Sektion Hochland im Karwendel zu übernehmen. Gut drei Jahre ist das her, Susanne hatte davor schon hier oben gearbeitet, und beide mussten nicht lange überlegen. „Es ist eine bodenständige Arbeit in einer wunderschönen alpinen Landschaft.“ Schon König Ludwig II. hat diese Umgebung beflügelt, vor 150 Jahren ließ er das Soiernhaus als Jagdhütte bauen (s. S. 14). Heute geht es nicht mehr so feudal, dafür umso herzlicher zu. Die Psychologin und der Metallbautechniker ergänzen sich prima, sie haben ein Händchen sowohl für die Gäste als

auch für die ausgefeilte Technik der autarken Energie- und Wasserversorgung. Das mit Pflanzenöl betriebene Blockheizkraftwerk steht im 2014 neu gebauten Nebengebäude, wo auch die modernen Sanitäranlagen und der Trockenraum untergebracht sind; als Nächstes stehen Modernisierungen bei den Lagern an.



Susanne Härtl und Klaus Heufelder bringen Schwung in das geschichtsträchtige Schutzhaus.

Die Gäste der mit dem AV-Siegel „So schmecken die Berge“ für die Verwendung regionaler Produkte ausgezeichneten Hütte lassen sich Rehragout, Kasknödels und die hausgemachten Kuchen schmecken – wenn sie vom Tal nach dreieinhalb Stunden Aufstieg ankommen oder von Schöttelkarspitze (2049 m, ca. 1 Std.), Soiernspitze (2257m, ca. 2 Std.) oder der Soiernrunde mit ein paar Gipfeln mehr zurückkommen. Zu den Wanderern gesellen sich immer mehr Mountainbiker, da die Hütte auf der Forststraße über die Fischbachalm sehr gut erreichbar ist – wer ohne Drahtesel unterwegs ist, wählt ab der Alm den anspruchsvolleren, aber deutlich schöneren Lakaistensteig zur Hütte. *red*

| Die Hütte ist von Ende Mai bis Mitte Oktober geöffnet. soiernhaus.de |

Fotos: Klaus Umbach, Michael Prätzel, Okomodel Achental (2)



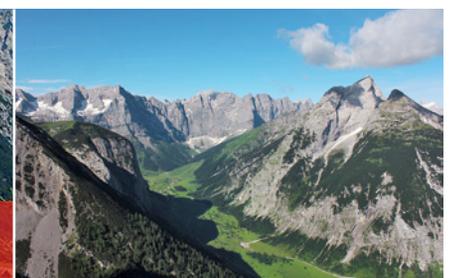
MIT DER BAHN IN DIE BERGE

Ohne Gipfel durchs Karwendel

Auch ohne Gipfelbesteigung ist die Dreitages-tour von Mittenwald zu den Engalmen ein Muss für passionierte Bergwanderer. Nach dem Aufstieg zur herrlich gelegenen Hochlandhütte versprüht der „Gjaidsteig“ am zweiten Tag echtes alpines Flair, Highlight des dritten Tages sind die über der Falkenhütte aufragenden riesigen Laliderer Nordwände. Den landschaftlichen Schlusspunkt setzen am Ziel schließlich die Engalmen und die uralten Bäume des Großen Ahornbodens. Natürlich gibt es auf der Strecke optionale Gipfelbesteigungen wie die Birkkarspitze (2749 m). Für

ihre Besteigung muss man neben Trittsicherheit aber auch eine weitere Hüttenübernachtung auf dem Karwendelhaus einplanen.

Zurück in Richtung München geht es dann mit dem „Bergsteigerbus in die Eng“ (Nr. 9569), den der DAV seinerzeit mit ins Leben gerufen hat. Er fährt von Mitte Juni bis Mitte Oktober von der Eng aus zum Bahnhof Lenggries. Damit diese Busverbindung auch weiterhin Bestand hat, ist es wichtig, dass möglichst viele Wanderer diesen Bergsteigerbus nutzen – wozu dieser Hüttentouren-Tipp einen kleinen Beitrag leisten möchte. *mpr*



Reine Gehzeit:	1. Tag: 3 Std., 2. Tag: 6 Std., 3. Tag: 5 Std.
Höhendifferenz:	1. Tag: 820 Hm ↑, 2. Tag: 1050 Hm ↑, 900 Hm ↓, 3. Tag: 500 Hm ↑, 1100 Hm ↓
Schwierigkeit:	2. Tag: Trittsicherheit erforderlich
Ausgangspunkt:	Bhf. Mittenwald
Endpunkt:	Bushaltestelle Engalmen
Karte:	UK 50-51 Karwendel, LVG
Unterkunft:	sektion-hochland.de karwendelhaus.com



alpenvereinaktiv.com

Detaillierte Tourenbeschreibung:
bit.ly/karwendelrunde

Berge.Umwelt.Zukunft

DAV-Naturschutztagung



Das Achental zwischen Chiemsee und den Chiemgauer Bergen ist Heimat zahlreicher seltener Tier- und Pflanzenarten.

Die Alpenkonferenz, das beschlussfassende Organ der Alpenkonvention, findet 2016 unter deutschem Vorsitz in Grassau im Chiemgau statt, gleichzeitig ist Grassau Schauplatz der diesjährigen AlpenWoche. Anlass für den DAV, seine Standortbestimmung im Bereich Natur- und Umweltschutz in diesen Rahmen einzubetten. Von 14. bis 16. Oktober stehen die Zukunft des Alpentourismus im Mittelpunkt der Tagung und die Frage, was der DAV zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen kann. Ne-

ben vier Arbeitsforen zu Klimaschutz, Lenkungsmaßnahmen, der Tourismusalternative Bergsteigerdörfer und der DAV-Bildungskonzeption können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in Exkursionen zum Bergsteigerdorf Ramsau, in das Naturschutzgebiet am Geigelstein, an den Chiemsee oder in das Hochmoorgebiet Kendlmühlfilzen zu den diskutierten Themen vor Ort ein Bild machen. *red*

| Weitere Informationen und Anmeldung:
alpenverein.de/naturschutztagung |

Klimawandel und Verkehr

Die neue Broschüre gibt Informationen und Empfehlungen, wie jeder einzelne einen Beitrag zur klimafreundlichen Mobilität leisten und damit seinen CO₂-Fußabdruck verringern kann. Kompakt vorangestellt sind Hintergründe zum veränderten Reiseverhalten, zur Zunahme von Personen- und Güterverkehr und zum hohen Verkehrsaufkommen im Alpenraum. Es wird aber auch erklärt, wie Politik, Gesellschaft und Individuum gefragt sind, um globale Klimaziele zu erreichen. Tipps zu Touren, die mit öffentlicher Anreise funktionieren, und der Hinweis auf klimafreundliche Tourismuskonzepte in einzelnen Regionen runden das Thema ab. *red*



| Weitere Informationen rund um das Thema Mobilität:
alpenverein.de/mobilitaet |

ALPENWOCHE IN GRASSAU

Alpen & Menschen: Die vielfältigen Aspekte der Beziehung zwischen den Alpen und den Menschen, die dort leben, arbeiten und sich erholen, stehen im Zentrum der vierten AlpenWoche 2016, die vom 11. bis 15. Oktober in Grassau/Achental stattfindet. Die Menschen in den Alpen stehen heute vor großen Herausforderungen, zugleich sind sie die Schlüsselpersonen, um diese Herausforderungen zu bewältigen. Die



AlpenWoche lädt zu einem breiten und offenen Dialog ein, bei dem Demografie, Kultur und Lebensqualität im Vordergrund stehen. Information und Anmeldung:

alpweek.org

KARWENDELWANDERN MIT DEM „WÖFFI“

Neues Projekt der fünf Tiroler Nationalparks: Von Karwendel, Zillertal, Ötztal, Kaunergrat und Tiroler Lech gibt es jeweils einen Wanderführer für Touren mit öffentlicher Anreise – den WÖFFI. Die Gratis-Broschüre für das Karwendel listet nicht nur 19 Touren auf und gibt Infos zum Gebiet, enthalten sind auch aktuelle Fahrpläne. Damit die Wanderführer länger verwendbar bleiben, sind sie eng mit einer Anreise-Seite des Naturparks mit allen aktuellen Informationen gekoppelt.

karwendel.org/anreise/

HÜTTENMELDUNGEN

KAUFBEURER HAUS (ALLGÄUER ALPEN):

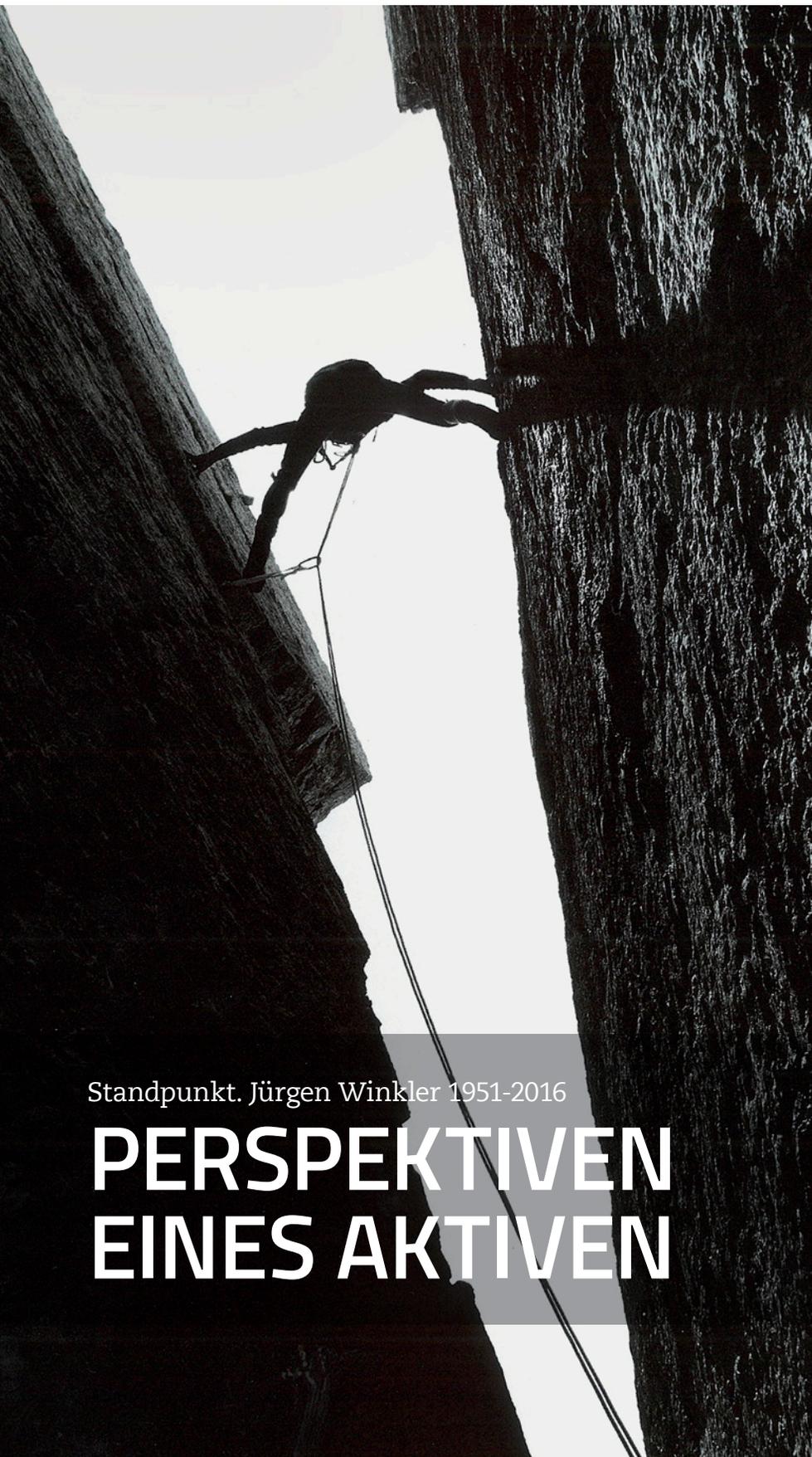
Aus Brandschutzgründen bleibt das Obergeschoss mit 35 Lagern geschlossen, die Hütte hat in dieser Saison nur 14 Schlafplätze.

BIBERACHER HÜTTE (LECH-

QUELLENBERG): Neue Pächter: Raphaela Eberhart und Sandro Schöpf. Tel.: 0043/699/16 07 30 48, anfrage@biberacher-huette.at

MEMMINGER HÜTTE (LECHTALER

ALPEN): Wegen einer Sektionsveranstaltung vom 24. auf 25. September eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten.



Jürgen Winkler, Fotograf und Bergführer, ist der Inbegriff des kletternden und wandernden Bildersammlers. Die Retrospektive seines vielfach ausgezeichneten Werkes im Alpinen Museum München zeigt Arbeiten aus mehr als sechzig Jahren: von frühen Schwarz-Weiß-Motiven bis zu neuesten Aufnahmen mit der Digitalkamera.

Von Axel Klemmer

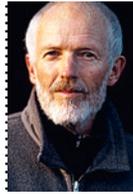
Als er 15 war, wusste er ganz genau, was er später einmal werden wollte. Sechs Wochen lang arbeitete Jürgen Winkler in den Schulferien auf dem Bau, dann hatte er das Geld für die doppeläugige Rolleicord zusammen. Im Jahr darauf, 1956, reiste er mit Fahrrad und Kamera durch die Alpen, und während er in Frankfurt den Beruf des Fotografen erlernte, wurde er Bergsteiger. Zusammen mit Pit Schubert, dem Gründer der heutigen DAV-Sicherheitsforschung, kletterte er 1962 den Walkerpfeiler an den Grandes Jorasses und über den gesamten Peutereygrat am Mont Blanc. Die Fotoausrüstung, die Rolleiflex für Schwarz-Weiß-Aufnahmen und eine Leica für Farbdias, schleppte er auf schwierigsten Touren im Rucksack mit. 1963 verkaufte er der Zeitschrift „Bergkamerad“ sein erstes Titelbild; 15 Mark bekam er dafür.

Was folgte, war Schicksal. Wäre Jürgen Winkler 1964 einem großen Architekten oder Modeschöpfer begegnet, wäre er heute vielleicht ein bekannter Architektur- oder Modefotograf. Aber er begegnete dem Alpin-Publizisten Walter Pause, der auf ihn aufmerksam geworden war. Einer, der gut schrieb, einer der gut fotografierte, beide mit derselben Begeisterung für große Berge – eine Idee war geboren. Jürgen machte den Führerschein,

Standpunkt. Jürgen Winkler 1951-2016

PERSPEKTIVEN EINES AKTIVEN

Standpunkt. Jürgen Winkler 1951-2016



RETRO-SPEKTIVE

21. Juli 2016 -
5. Februar 2017
Alpines Museum,
Praterinsel 5,
80538 München

Dienstag bis Sonntag und
Feiertage 10-18 Uhr

alpines-museum.de



Vom analogen Schwarz-Weiß-Klassiker wie der Rupalwand des Nanga Parbat (1970) zum abstrakten digitalen Experiment: Der Wald steht still, aber der Fotograf wackelt.

Himalaya folgten, dokumentiert im Bild- und Textband „Nepal“ (1976) und in dem Prachtband „Himalaya“, für den er 1989 den Europäischen Bergbuchpreis erhielt. Aus der Ferne brachte der Fotograf nicht nur spektakuläre Bergmotive mit, sondern auch großartige Porträts der Menschen, denen er in den Tälern begegnete. Diese Bilder sind ihm die wichtigsten: Zeugnisse einer offenen Kommunikation mit Blicken, die niemals in Ethno-Kitsch oder Verklärung umschlagen.

Und dann sind da noch Winklers Aufnahmen vom banalen Alltag im zivilisierten Gebirge, im Transit- und Erholungsraum Alpen: Straßen, Parkplätze, Autobahnbrücken und Verkehrsschilder, Seilbahnen, Sendemasten und Dixi-Klos. Was moderne Menschen eben so brauchen, um die Natur, oder was sie dafür halten, zu genießen. Dass die

kaufte einen VW Käfer und baute den Beifahrersitz aus, um im Auto schlafen zu können – ja, in einem VW Käfer. Vier Sommer lang tourte er mit Kameras und Stativ durch die Alpen. 1970 erschien das Gemeinschaftswerk von Pause und Winkler, der Text-Bild-Band „Im extremen Fels“: hundert klassische Kletterrouten – hundert große Wände und Pfeiler in den Alpen. Das Buch, das 2015 im Panico Alpinverlag die lang erwartete Neuauflage erlebte, begründete Jürgen Winklers Prominenz und trug entscheidend dazu bei, dass er das Etikett des „Bergfotografen“ nicht mehr loswurde. Tatsächlich sind die berühmten Aufnahmen der Wände und Pfeiler sorgfältige Architekturfotografien in Schwarz-Weiß mit dramatischen Akzenten von Wolken, aber, wie Winkler selber sagt, „fotografisch nichts Besonderes“.

Offener Blick auf hohe Berge und andere Kulturen

Die Retrospektive im Alpinen Museum in München zeigt nur drei Bilder aus dem „Extremen Fels“ – keines zu wenig. Was man stattdessen sieht: Berglandschaften und Menschen, die sich in ihnen bewegen, mit Seil und Karabiner, mit Steigeisen, Eispickel und Ski. Auch seine „Action“-Fotos hat Winkler sorgfältig komponiert; schon früh spielte er mit der Spannung zwischen extremer Nähe und Ferne, Statik und Dynamik, Schärfe und Unschärfe. Manche Motive, gleich ob in Farbe oder in Schwarz-Weiß, sind zu regelrechten Ikonen des neuzeitlichen Alpinismus geworden.

Viel Platz in der Ausstellung haben die Bilder aus den Bergen der Welt bekommen. 1970 war Jürgen Winkler zum ersten Mal in Asien, als Teilnehmer der Nanga-Parbat-Expedition, bei der Reinhold und Günther Messner über die Rupalwand den Gipfel erreichten und nur Reinhold den Abstieg auf der anderen Seite des Berges überlebte. Schon im Jahr darauf leitete Winkler für den Deutschen Alpenverein die erste Trekkingtour nach Nepal. Viele Reisen in den

Dinge aussehen, wie sie aussehen, ist kein Verschulden des Fotografen, der sie zeigt – nicht als Kläger, sondern eher als Anthropologe mit Humor und einem Auge für menschliche Wunderlichkeiten. Die verbreitete Irritation über Winklers „andere Bilder“ verrät dabei das Ausmaß der Gewöhnung an die zurechtgezoomte, digital gefilterte Ästhetik der Sportartikel- und Tourismuswerbung, die längst zum neo-biedermeierlichen Mainstream geworden ist.

Vor vier Jahren hat Jürgen Winkler sich eine Digitalkamera gekauft, mit einem kleinen 1-Zoll-Sensor, mit ganz vielen Knöpfen und Funktionen, die er nicht benutzt, und einem fest verbauten Objektiv mit 16-fachem Zoombereich. In jedem Foto-Workshop musste er sich damit auf mitleidige Blicke gefasst machen, auch weil er nur im „Amateur“-Format JPEG fotografiert und niemals im „professionellen“ RAW-Format. Motive sucht er nicht, sondern er findet sie – sehr oft in seiner nächsten Umgebung, im Alpenvorland zwischen Isar und Loisach. Die Münchner Retrospektive zeigt die jüngsten Bilder von Jürgen Winkler in der Werkgruppe „Kaleidoskop“: Fotografie im reinen Sinn, Zeichnungen mit Licht, unbelastet von komplizierter Logistik, körperlicher Anstrengung und den Gefahren des Alpinismus, die der Fotograf weit hinter sich gelassen hat. ■



Axel Klemmer ist als Bergsteiger mit den Bildern von Jürgen Winkler groß geworden. Heute staunt er über das „Spätwerk“ des Fotografen: lauter Motive gegen das Altern!

Alpines Museum und Bibliothek des DAV

NEUE SONDERAUSSTELLUNG

> Standpunkt. Jürgen Winkler 1951-2016

Die erste Retrospektive des Gesamtwerks des bekannten Bergfotografen schlägt den Bogen von den Schwarz-Weiß-Aufnahmen der 1960er Jahre bis zu neuesten Arbeiten mit der Digitalkamera. Jürgen Winkler (* 1940) ist Fotograf, Buchautor und Bergführer. Im Verlauf von über sechs Jahrzehnten schuf er ein mehrfach ausgezeichnetes Werk von beispielloser Vielseitigkeit. Siehe auch Beitrag S. 76 f.

Donnerstag, 21. Juli bis 5. Februar 2017

> Führung durch die Ausstellung

Samstag, 30. Juli, 15 Uhr

Kosten: € 4,- und ermäßigter Museumseintritt.

Anmeldung nicht erforderlich

> Kuratorenführung mit Jürgen Winkler

Samstag, 27. August, 15 Uhr

Kosten: € 4,- und ermäßigter Museumseintritt.

Anmeldung nicht erforderlich

VERANSTALTUNGEN

Künstlertgespräch

> Bergfotografie

Die Fotografen Jürgen Winkler und Olaf Unverzart diskutieren in der Ausstellung über Bergfotografie zwischen Kunst und Werbung. Vor der Diskussion besteht die Möglichkeit, die Bilder von Olaf Unverzart in der Ausstellung zu sehen.

Donnerstag, 15. September, 18 Uhr

Kosten: € 8,-/€ 6,-

FÜR KINDER

Ferienworkshop

> Fossilien, Gold und Feuerstein

Woher kam das einstige Isargold? In welchen Kieselsteinen finden wir Fossilien? Welche Steine eignen sich zum Feuermachen? Wie Geologen untersuchst du die Fracht der Isar heute.

Dienstag, 2. August, 9-14 Uhr

Kosten: € 15,-, mit Ferienpass € 12,- (inkl. Material).

Für Kinder von 8 bis 12 Jahren.

Anmeldung erforderlich unter museumspaedagogik@alpenverein.de

INFORMATION UND ANMELDUNG

Alpines Museum und Bibliothek des Deutschen Alpenvereins, Praterinsel 5, 80538 München

Tel.: 089/21 12 24-0

Fax: 089/21 12 24-40

alpines.museum@alpenverein.de

bibliothek@alpenverein.de

alpines-museum.de

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Sonntag 10 - 18 Uhr

Bis einschließlich 20. Juli ist das Museum wegen Ausstellungsumbau geschlossen.

Bibliothek und Café haben wie gewohnt geöffnet.

Online-Ausleihe: opac.alpenverein.de

Buchrückgabe jederzeit über Bücherklappe

Gruppen können alle Veranstaltungen zu gesonderten Terminen buchen. Spezielle Wünsche bezüglich Altersstufe, Kursdauer und Personenzahl berücksichtigen wir gerne.

Vor und nach der Wende: Sachsens lebendige Bergsteigergeschichte

Beide Bände umfassen die Sicht und Lebensgeschichte eines ehemaligen DDR-Bürgers und Bergsteigers in abenteuerlichen, teils absurden und auch in deftigen Geschichten. Zunächst – in den Jahren vor der Mauer (vor dem 13. August 1961) – das Klettern im Elbsandstein und teils in den Alpen. Seit Errichtung der Mauer, dann sozusagen „eingesperrt“, nur noch das Klettern im Elbsandstein und in den damaligen Ostblockstaaten. Und schließlich, ab 9. November 1989, das unerwartete Klettern wieder in der freien Welt. Der Autor geht insbesondere auf die Situation „während der Mauer“ ein, dann auf die dramatischen Ereignisse, als die Mauer fiel und die Zeit der „Wende“ begann. Sehr persönlich schildert Helmut Paul die politischen Zustände, insbesondere jene, die

bei uns im Westen größtenteils gar nicht bekannt wurden. Es waren damals mehr als ereignisreiche Tage. Die „Freie Welt“, die Möglichkeit, auf jeden Berg steigen oder klettern zu können, war für alle ehemaligen DDR-Bürger, die sich nicht mit dem Honecker-System zufriedengeben wollten, ein nahezu nicht zu begreifendes Ereignis. Schließlich hatten viele den Gedanken an diese Möglichkeit längst aufgegeben. Helmut Pauls Bücher sind eine Würdigung der Freiheit.

psch



Helmut Paul: **Berg (I) erleben damals** (325 S., 2014) und **Berg (I) erleben grenzenlos** (296 S., 2015), mit Karikaturen. Notschriften-Verlag, Radebeul, jeder Band € 14,90.

Nordic Climbing

Peter Brunnert gibt wieder einmal alles. Den kryptischen Titel „Fisch sucht Fels“ erschließt alsbald der Untertitel: „Von der Absurdität norddeutschen Bergsteigens“ handeln die neuen Erzählungen des Großmeisters der alpinen Groteske, die ausschließlich norddeutsche Kletterer in Aktion zeigen, so etwa bei der Erstbesteigung der „Langen Anna“ vor Helgoland oder diverser Moos-Türme im Göttinger Wald. Sie beweisen, dass auch die Alpenfernen tatkräftig an der Eroberung des Unnützens zwischen Nordsee und Zinne-Nordwand mitwirken. Ein nur leicht überdrehter Humor, bei dem ein Riss zum Fleischwolf mutiert, und unversehens sind wir mit der bitteren Wahrheit konfrontiert: Klettern ist gefährlich. Brunnert ist indes kein oberlehrerhafter Bedenkenträger, sondern ein hinter sinniger Moralist. Die aktuellen Hallen-Parallelwelten und deren Konsum-Mentalität karikierend, plä-

diert er für das Einlassen auf die Wirkkräfte der Natur und einen abenteueroffenen Alpinismus. Den unermüdlich einen Gipfel berennenden Sisyphos zeichnet der Hildesheimer Autor, wie schon in seinen übrigen Büchern, als glücklichen Menschen. *hho*



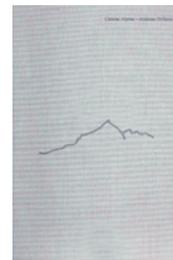
Peter Brunnert: **Fisch sucht Fels**. Von der Absurdität norddeutschen Kletterns. Panico Alpinverlag 2015, 272 S., € 14,80.

Essen aus den Bergen

Wer meint, die Alpen zu kennen, weil er fast alle ihre Winkel zu Fuß erkundet hat, kann sich von Andreas Döllerer auf eine besondere Wanderung durch die Salzburger Alpen mitnehmen lassen: ohne festes Schuhwerk zwar, dafür aber

mit Messern, Töpfen und Pfannen. Das Bekenntnis des Sternekochs zur „Cuisine Alpine“ und allem, was in den Alpen erzeugt wird, kommt nicht von ungefähr. Mit aller Konsequenz hat Döllerer seine Überzeugung zum Konzept seiner Küche gemacht. Seit 2008 verzichtet er komplett auf Meeresfische und -früchte. Ein eindeutiges Bekenntnis zu den Alpen und dem Guten, was aus ihnen kommt. „Cuisine Alpine“ ist ein Lesebuch über besondere Erzeuger und ihre Leidenschaft für hochwertige Produkte und als Kochbuch mit Rezep-

ten aus der Döllerer-Küche ein Leitfaden zu alpinen Schmankerln. *sgr*



Andreas Döllerer: **Cuisine Alpine**, Edition A la Carte 2015, 304 S., € 60,-.

Nachlass einer Legende

Albert Precht war einer der ganz großen Pioniere des Felskletterns und Vertreter einer strengen Kletterethik: Den Einsatz von Bohrhaken bei Erstbegehungen lehnte er ab. Über tausend Erstbegehungen gelangen ihm, viele davon am Hochkönig in den Berchtesgadener Alpen und im Tennengebirge, aber auch in den Granitbergen Nord-Norwegens und Korsikas sowie im Sandstein Jordaniens und Omans. Albert Precht, geboren in Bischofshofen, war in der ganzen Welt unterwegs, den Hochkönig (2941 m) aber hatte er zu seinem Herzensberg erkoren. Kurz vor seinem tragischen Bergunfall auf Kreta im Mai 2015 hatte er beim Anton Pustet Verlag sein Manuskript über den Hochkönig eingereicht. Er erzählt darin die Geschichten seines Hausbergs von dessen Bedeutung für die Menschen einst und jetzt bis hin zu der alpinistischen Erschließung. Vor allem seine eigenen Kletterrouten und Berggeschichten können hier nachgelesen und miterlebt werden. *red*



Albert Precht: **Hochkönig**. Verlag Anton Pustet 2016, 176 S., € 25,-.



metavirulent[®]

Homöopathische Erkältungstropfen



Natürlich starke Abwehr
für Gipfelstürmer



HOMÖOPATHISCH · BEWÄHRT · GUT VERTRÄGLICH

metavirulent[®] Mischung. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Grippale Infekte. Hinweis: Bei Fieber, das länger als 3 Tage anhält oder über 39°C ansteigt, sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Warnhinweis:** Enthält 37 Vol.-% Alkohol. **meta Fackler Arzneimittel GmbH**, D-31832 Springe, Tel.: 05041 9440-10, Fax: 05041 9440-49, Internet: www.metavirulent.de. Stand: 01/15.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

www.metavirulent.de



ALBERTO GIACOMETTI IM BERGELL

Das Bergell und Alberto Giacometti gehören zusammen – der Bildhauer und Maler hat seine Wurzeln nie vergessen. Immer wieder kehrte er in sein Heimattal zurück und hinterließ dabei Spuren, die bis heute deutlich sichtbar sind. Seines 50. Todestags gedenkt das Bergell in diesem Jahr mit einer Veranstaltungsreihe, Highlight ist die Ausstellung „Alberto Giacometti. A casa“, die noch bis Oktober im Museo Ciäsa Granda in Stampa zu sehen ist.

■ bregaglia.ch/ciaesagranda.ch

MUSIK IN DER SILVRETTA

Hüttenabend, Alpenkonzert und Platzkonzert: Auf der Jamtalhütte (2165 m) der Sektion Schwaben in der Silvretta gibt es im Juli drei besondere Musik-Events. Am 22. Juli findet das Fahrtenliedersingen auf der Hütte zum Mitsingen statt, am 23. Juli ein klassisches Konzert mit großer Besetzung. Am 24. Juli laden die Musiker zum Platzkonzert unter dem Motto „Frohsinn auf den Bergen“. Für DAV-Mitglieder gibt es ein Dreitagesangebot mit Anreise, Übernachtung und Verpflegung.

■ saloniker.de/karten



Foto: DAV Schwaben

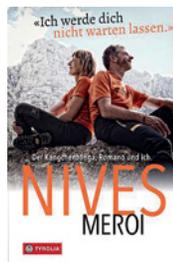
KINO IM FÜNF-SEEN-LAND

Das Fünf Seen Filmfestival (27. Juli bis 7. August) feiert in diesem Jahr sein zehnjähriges Jubiläum und blickt auf eine beeindruckende Erfolgsgeschichte zurück. Was anfangs noch ein kleines Kinofest war, gehört inzwischen zu den wichtigsten und anerkanntesten deutschen Filmfestivals: Rund um Starnberger See und Ammersee läuft ein beeindruckendes Programm mit 150 Spiel-, Dokumentar- und Kurzfilmen, darunter viele Deutschland- und Süddeutschlandpremiere. Darüber hinaus gibt es Werkschauen, Diskussionen und Gespräche mit interessanten Persönlichkeiten aus der Filmszene.

■ fsff.de

Hohe Berge, große Liebe

Die italienische Extrembergsteigerin Nives Meroi ist auf dem besten Weg, als erste Frau überhaupt alle 14 Achttausender zu besteigen, als ihr Mann Romano in 7500 Meter Höhe, eine Etappe vor dem Gipfel, von einer unerklärlichen Schwäche übermannt wird. Mit Mühe und Not bringt sie ihren Mann an den Fuß des Berges. Die Diagnose der Ärzte zu Hause in Italien: schwere Knochenmarkaplasie. Ein langer Kampf gegen eine schwere Krankheit beginnt, den die Bergsteigerin als ihren „15. Achttausender“ beschreibt. Sie erzählt, wie sie und ihr Mann es gemeinsam aus der Tiefe der Krankheit, über bange Wochen und Monate, in denen Romanos Leben auf Messers Schneide steht, gesundheitliche Rückschläge, eine abermalige Knochenmarktransplantation und schließlich noch eine Operation, bei der Romano ein künstliches Hüftgelenk eingesetzt wird, wieder zurückschaffen auf die höchsten Gipfel. Am 17. Mai 2014, auf den Tag genau fünf Jahre, nachdem sie aufgrund von Romanos Gesundheitszustand absteigen mussten, stehen sie gemeinsam auf dem 8586 Meter hohen



hen Gipfel des Kangchen-dzönga. Ein Buch, das Mut macht.

sgr

Nives Meroi: **Ich werde dich nicht warten lassen.** Tyrolia Verlag 2016, € 19,95.

Alpinismus in Etappen

Stefan König weiß genau, dass man die Alpingeschichte nicht in wenige hundert Seiten packen kann. Zu viel ist passiert, seit Ötzi über die Alpen marschierte. Deshalb hat König auch gar nicht erst versucht, die Alpingeschichte als Chronik aufzuschreiben. Vielmehr hat er die für ihn spannendsten Geschichten aus dem reichen Fundus des Bergsteigens zusammengetragen. In allerlei Quellen hat der Autor gestöbert, schon als er 1991 in seinen „Sternstunden des Alpinismus“ kenntnisreich und unaufgeregt

bergsteigerische Begebenheiten literarisch aufbereitete. In seinem jüngsten Werk erinnert König an eher unbekanntere Vorreiter und Wegbereiter wie Conrad Escher von der Linth und Heinrich Noé, bekanntere Persönlichkeiten wie Sven Hedin, die Brüder Schlagintweit oder den Herzog der Abruzzen, und Ereignisse wie die erste Skitour der Alpen auf den Heimgarten bei Ohlstadt. Natürlich kommt der Autor auch um die namhaften und die hohen Berge nicht herum. Auch Königs Alpingeschichte(n) finden ihren Endpunkt auf dem höchsten Punkt der Welt.



rum. Auch Königs Alpingeschichte(n) finden ihren Endpunkt auf dem höchsten Punkt der Welt.

sgr

Stefan König: **Alpingeschichte(n).** Von den Anfängen bis auf den Mount Everest. AS Verlag 2015, € 26,90.

Erfolg und Verzicht

Bücher zum Thema gibt es in großer Zahl, dieses hier ist beachtlich: „Himalaya – Die höchsten Berge der Welt und ihre Eroberung“ überzeugt dank Vielfalt und gut präsentem Wissen. Zwei Autorinnen und sechs Autoren – unter ihnen fast schon historische Männer wie Doug Scott oder Stephen Venables – schildern im Zusammenhang mit der 2400 Kilometer langen und rund 45 Millionen Jahre alten Bergkette alle relevanten Aspekte. Dazu zählen Entstehung und Topografie, politisch-kulturelle Geschichte, Vermessung, das Wirken früher Reisender und Abenteurer sowie nicht zuletzt der Wettbewerb um teils schwierig zu besteigende Gipfel.

Legendäre Namen tauchen auf. Jener von Fanny Bullock Workman zum Beispiel, die 1906 am Pinnacle Peak im Nun-Kun-Massiv mit 6930 Metern einen weiblichen Höhenrekord erzielte (er wurde erst 1934 durch Hettie Dyhrenfurth übertroffen) oder Hermann Buhl, dessen Solo zum Gipfel des Nanga Parbat am 3. Juli 1953 noch heute erstaunt. 17 Stunden empor und 24 Stunden hinab, diese Gewalttour machte ihm damals kein noch so starker Alpinist nach.

Dem leider da und dort etwas schlampig übersetzten Buch ist auch zu entnehmen, dass der Brite Don Whillans vier Jahre später, bei der Erstbesteigung des 7821 Meter hohen Masherbrum im Karakorum, nur 45 Meter vom Gipfel entfernt, auf den „Sieg“ verzichtete und seinen schwer unterkühlten Partner Joe Walmsley



rettete: ein wahrer Held des Verzichts. *nbr*

Philip Parker (Hrsg.): **Himalaya – Die höchsten Berge der Welt und ihre Eroberung.** Konrad Theiss Verlag 2015, 192 S., € 29,95.

Grund genug

Der Titel mag Nicht-Kletterer vielleicht erst einmal abschrecken, dabei öffnet Malte Ropers nach Themen (Motive, Spielarten, Orte, Wände, Idole, Tools, Gesteine, Vereine, Kultur und Philosophisches) gruppiertes Buch gerade ihnen einen fein- wie hintersinnigen Blick in die ganz spezielle Welt der Vertikalgemeinde. Und die – in welcher Form und in welchem Grad auch immer – Zugehörigen lesen vielleicht das eine oder andere Neue in Sachen Geschichte, Gebiete oder Persönlichkeiten, werden sich in vielem wiedererkennen und vor allem eins: sich



voll und ganz bestätigt fühlen in ihrem Tun. *red*

Malte Roper: **111 Gründe, Klettern zu gehen.** Schwarzkopf & Schwarzkopf 2016, 238 S., € 9,99.

Tourenbuch für Radler

Hübsch aufgemacht und gut durchdacht, können Radler in dieses Büchlein ihre Eckdaten und Erinnerungen an ihre Touren eintragen: Distanz und Höhenmeter, Wetter und Wegbeschaffenheit, Zwischenziel und Mitradler – für alle Daten ist Platz, außerdem gibt es ein freies

Feld für Bild oder Skizze, für Kommentare und eine Gesamtbewertungstabelle. Zusätzlich

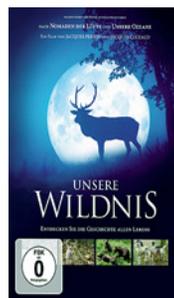


gibt es hilfreiche Tipps zu Planung, Erster Hilfe und Sicherheit. *red*

Meine RadTourenErlebnisse. 164 S., € 9,99, Bestellung unter mehrliebenverlag.com

Wilde Erde

In faszinierenden Bildern zeigt der Filmmacher Jacques Perrin („Nomaden der Lüfte“), wie sich die Natur unaufhörlich unter dem menschlichen Einfluss wandelt. Die Tier- und Pflanzenwelt muss sich den ständig wechselnden Bedingungen anpassen, findet aber immer wieder Wege, sich in dem neuen Lebensraum zu entfalten. *red*



Unsere Wildnis. Universum Spielfilm. Erhältlich als DVD (€ 13,49) oder BLU-RAY (€ 15,99).

Fest im Fels

Der Schweizer Autor Emil Zopfi war schon am Fels unterwegs, als eine Route im Schwierigkeitsgrad IV+ noch „sehr schwierig“ bedeutete, zur Kletterausrüstung Holzkeile gehörten und der Griff an den Haken noch nicht kletterethisch hinterfragt wurde. 50 gleichermaßen nachdenkliche, humorvolle und informative Geschichten hat Zopfi über seine Erlebnisse in den Bergen aufgeschrieben, Geschichten, wie sie das Klettererleben schreibt: Über die Erprobung der Beziehungstauglichkeit der jeweils neuen Freundin am Fels, über die Erfolgsgefühle, wenn eine Route onsight geklettert wurde, über bekanntere und unbekanntere Klettergebiete. Kein Wunder, dass bei so viel Begeisterung für das Klettern ab und zu auch Wehmut darüber durchscheint, dass diese Erlebnisse mit dem Alter



weniger werden. „FelsenFest“ ist deshalb nicht nur ein Lesebuch über das Klettern, es ist auch ein Buch über das Älterwerden. *sgr*

Emil Zopfi: **FelsenFest.** Noch schöner als Fliegen. AS Verlag 2016, 192 S., € 26,90.

Seele einer Region

Im Freizeitmagazin „Griaß di' Allgäu“ verraten mit der Region eng verbundene Autoren die schönsten Plätze der Region. In der Sommerausgabe gibt es Radl- und Mountainbike-Touren, es geht auf geheimnisvolle Schmuggler-



pfade, an den Forggensee, ins Schloss Isny oder an Orte, wo man die Seele baumeln lassen kann. *red*

Griaß di' Allgäu. Allgäuer Zeitung, 148 S., € 4,90, griassdi-allgaeu.de

Über die Alpen mal anders

Sie hat wie die Route München-Venedig 28 Etappen, dürfte aber weit weniger begangen sein. Allein schon deshalb, weil der „Erfinder“ Christof Herrmann seine Route Salzburg-Triest erst 2013 das erste Mal begangen hat. Zwei weitere Sommer war er unterwegs, nun sind alle Fakten im Wanderführer zusammengestellt. Diese schöne Variante der Alpenüberquerung geht durch drei berühmte Nationalparks, vier Länder und sieben Gebirgsgruppen. Rund 500 Kilometer und 26.000 Höhenmeter sind zu bewältigen, die alpine bis hochalpine Unternehmung endet wie der Klassiker mediterran. *red*



Christof Herrmann: **Alpenüberquerung Salzburg-Triest.** 28 Etappen und Varianten, Bergverlag Rother 2016, 184 S., GPS-Daten zum Download € 14,90.



Wellness-Wandern

KOMFORT STATT A

Weitwandern? Aber gern. Sich dabei schinden? Nein, danke. Die Anbieter von alpinen Komforttrekkings setzen auf Gourmetdinner und Daunendecken statt auf Bergsteigeressen und Matratzenlager – mit Erfolg.

Von Franziska Horn

Probier's mal mit Gemütlichkeit ...“ Das Motto des singenden Bären Balu aus dem „Dschungelbuch“ könnte Pate stehen für neue alpenweite Konzepte rund ums Luxuswandern. Einige Tourismusregionen haben diese bereits erfolgreich umgesetzt. Mit überschaubaren Etappen, feiner Küche und der täglichen Dosis Wellness. Das

Ganze mit Gepäcktransport, gern auch mit künstlichen Aufstiegshilfen wie Bahnen und Liften oder dem Schiff. Genächtigt wird in Vier-Sterne-Hotels oder komfortablen Hütten. Relaxen statt Rekordjagd, so das Gebot der Stunde. Statt ums Schinden, Schleppen und schlecht Schlafen geht es jetzt um schlendern, schlemmen, Vino schlürfen ... das Wandern ist

wieder Müllers Lust. Wie sieht sie aber aus, so eine Alpenüberquerung in Light-Version? Ein Selbstversuch im entspannt-kulinarischen Genuss-Modus hat uns über den Alpenhauptkamm, vom Großglockner ans Meer und um die Bergstöcke der Dolomiten geführt.

Vom Bier zum Wein, von der Brezn zum Spinatknödel, von Tegernsee nach Ster-



Wellness von Mutter Natur:
Bergsee auf der Millstätter Alpe
(Etappe 13, Alpe-Adria-Trail).



Foto: Kärnten Werbung/Franz Gerdl

SKESE

zing – das schreibt sich die kulinarisch-geografische Alpenüberquerung der Innsbrucker ARGE Weitwandern aufs Programm. Dahinter steht der Geologe und Bergführer Georg Pawlata. Die zuvor wenig begangene Route verbindet vier Tourismusregionen und drei Länder in machbaren 110 Kilometern, von Nord nach Süd, in sieben Etappen mit maximal 900 Höhenmetern pro Tag und rund 3300 Höhenmetern insgesamt. Dafür hat Pawlata Hunderte von Schildern mit markantem „Ü“ zwischen Tegernsee und Sterzing an Bäume und Zäune getackert. „Mitte Juni

bis Mitte Oktober ist die beste Zeit“, sagt er. Es ist Sommer, als wir uns am Bahnhof Gmund auf den Weg machen. Das schwere Gepäck geben wir in den Transporter, schultern lediglich den Tagesrucksack und los geht es, zuerst über den Tegernseer Höhenweg mit satten Wiesen und lauschigen Waldwegen. Den See zur Rechten, steuern wir zielstrebig den ersten kulinarischen Höhepunkt an: Bei Schweinsbraten und Rindstatar im Bräustüberl Tegernsee lässt sich der Start der großen Alpentour gut feiern, zum Verdauen geht es im hölzernen Kahn über

den idyllischen See von Point nach Rottach – das Überführen ist eine fast 500-jährige Tegernseer Tradition.

Über Wildbad Kreuth und die Blauberge führt der Weg weiter zum Achenpass, dann zum Ufer des Achensees. Wer mag, kann dann am Westufer südwärts wandern oder das Schiff nehmen. Wie ein norwegischer Fjord liegt der spiegelglatte Achensee zwischen steilen Bergflanken,

Das schwere Gepäck geben wir in den Transporter, wir schultern nur den Tagesrucksack.

als wir Pertisau erreichen. Am Ufer steht ein Sprungturm, mutige neun Meter hoch, da nehmen wir doch lieber den Bootssteg. Das Seewasser misst aktuell 14 Grad. Zwei Mal geht es mit Anlauf und Geschrei hinein, schließlich ist Wellness das Motto der Reise. Im Bademantel schlappen wir durchs Dorf zurück zum Vier-Sterne-Hotel „Wagnerhof“, dort wartet ein Gourmetdinner mit Wildschwein auf Pfeffer-Wacholder-Sauce, gekrönt von weißer Schokomousse mit Orangen in Zimt. So sieht es aus, das Wanderleben de luxe. Beim Essen erzählt der Wirt von den Steinadlern des

Karwendel, rund 50 Paare gibt es noch, die man auf einer geführten Tour zu Gesicht bekommen kann – vielleicht.

Von Maurach geht es am Morgen motorisiert hinab ins Inntal und weiter ins Zillertal, Richtung Süden und Alpenhauptkamm. Per Zahnradbahn bis Fügen, per Lift zum Spieljoch, über Almen und Pässe verläuft die Route bis Mayerhofen. Unten im Zillertal grünt und blüht es, während hoch droben noch Schneeflanken glänzen. Wir lehnen uns entspannt im Sessel zurück, während der Bus die Serpentine von Mayerhofen bis zum Schlegeisspeicher hinaufkeucht. Dort beginnt die nächste Aktiv-Etappe: Auf 1800 Metern führt sie gemütlich über Almwiesen, vorbei an Zirben und Wasserfällen, über schimmernden Glimmer und Granit, während Bergführer Georg von der kleinen Eiszeit um 1850 erzählt. Wer keine Höhenmeterkorde brechen will, hat Zeit zum Schauen. Im Schwemmgrund pfeifen die Murmeltiere; eines bekommen wir vor die Foto-Linse: Wie ein Erdmännchen steht es keck auf den Hinterpfoten, fotogen umrauscht von Almrosen.

Bergluft macht hungrig – gut, dass am Weg eine Hütte mit bemerkenswerter Küche steht.

Bergluft macht hungrig. Wie gut, dass am Pfitscherjoch in 2276 Meter Höhe eine Hütte steht, sogar mit bemerkenswerter Küche. Was auf den Tisch kommt, an der Grenze zwischen Österreich und Italien? Ein kulinarisches Joint Venture aus Spaghetti Bolognese, Kaiserschmarrn und duftendem Espresso. Vom Pfitscherjoch-Haus holt uns Josef Turin vom Tourismus-



verband Sterzing ab. Im Gehen zeigt er auf die zackigen Spitzen von Hochferner, Hochfeiler und Grabspitze. „Warum da raufkraxeln, wenn es herunter ebenso schön ist?“, fragt sich mancher im Stillen.

Während der rund 800 Höhenmeter Abstieg ins Pfitscher Tal wird die Luft spürbar dicker, hängt duftschwer über dem Boden, voller Aroma von Kräutern und Blumen wie Enzian, Almrausch und gelben Primeln. Über dem Talboden dräuen tiefe Gewitterwolken, während der Bergwiesenpfad an uralten Bauernhöfen vorbeischlängelt. Kurz vor dem großen Regenguss erwischen wir den Bus Richtung „Hotel Kranebitten“ – das heißt übrigens Wacholder. Dort präsentiert Familie Tötsch stolz das neue, schicke Restaurant von Markus Delago, zeigt Sauna und Pool. Eine Runde Schwimmen lockert die Wadln, danach geht es zum Dösen auf die

Ruheliegen. Runterkommen ist manchmal genauso schön wie raufkommen. Abends erzählt Josef von Schmugglern, von Zirben und Südtiroler Weinen, in der Hand ein Glas Lagrein von Lareith. Dann wird das Essen serviert: Kartoffelteigtaschen, gefüllt mit Fisch, dann Hirschbraten mit Spätzle, Tagliata vom Rind mit Rucola-Salat. Bei Proseccograppa und Haselnusslikör gibt Josef noch ein paar Witze über die Grödener zum Besten. Schon ist Nacht. Vom Balkon gleitet der Blick ins stille Pfitscher Tal, ein wirklich verschwiegenes Hochtal, rund 20 Kilometer lang, nur zwei, drei Hotels gibt es hier. Dann locken dicke Kissen und blütenweiße Daunenduvets. Zeit zum Schlafen!

Das Finale steht an, frühmorgens geht es los. Alles blüht im Pfitscher Tal, Schafgarben, Klee und Butterblumen. Die alten, befestigten Gehöfte heißen hier Ansitze, Do-

Panorama**info**

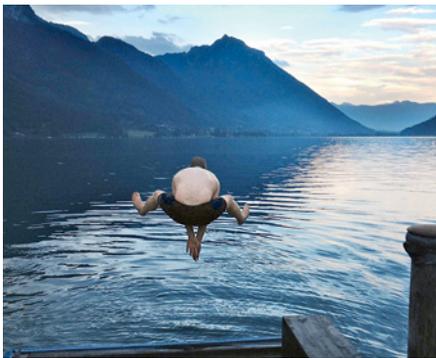
Weitwandern: Wohlfühlpakete

- > **Die Alpenüberquerung.** Vom Tegernsee nach Sterzing, insgesamt 110 Kilometer mit Gepäcktransport und Vier-Sterne-Hotels. Veranstalter: Arge Weitwandern/ Innsbruck. die-alpenueberquerung.com
- > **Curona de Gherdëina/Krone von Gröden.** Dolomiten-Trekking mit De-luxe-Variante, 60 Kilometer: Naturpark Puez-Geisler, Sellastock, Langkofel, Veranstalter: TVB Gröden mit Bergführer, fünf Etappen, mit Sterne-Hotels, Wellness, Gourmet-Küche, vier Übernachtungen mit HP für ca. 620 Euro pro Person, Bahnfahrten extra. valgardena.it; catores.com
- > **Lechweg – von der Quelle bis zum Fall.** 123,7 Kilometer, Aufstieg 4320 Hm, Abstieg 5390 Hm. Schwierigkeit: mittel. Veranstalter: diverse TVBs zwischen Lech/ Arlberg nach Füssen, sieben Etappen, teils mit Fünf-Sterne-Hotels, Gepäcktransport. lechweg.com
- > **Alpe-Adria-Trail.** Vom Großglockner nach Triest. Veranstalter: diverse TVBs, 7 von 21 Etappen sind als De-luxe-Variante buchbar mit Partnerbetrieben wie Vier-Sterne-Hotels mit Wellness-Angeboten und Gepäcktransfers. alpe-adria-trail.com

Malerischer Frühnebel über dem Grödnertal (l.); Spaziergang statt Strapazen – hier der Anstieg zum Pfitscherjoch; Zeit für einen Sprung ins Nass (Achensee) ist beim Genusswandern immer.



Fotos: Franziska Horn (2), Val Gardena Marketing



mizile des Landadels, sie wirken trutzig wie Schloss Moos zum Beispiel. Heckenrosen leuchten am Weg, alle paar Meter weist ein „Ü“-Schild die Route „Die Alpenüberquerung“. Dort, wo eins fehlt, befestigt der Erfinder Georg noch schnell eins am Baum. Als Sterzing, die alte Handelsstadt, erreicht ist, stehen wir wie die „Glorreichen Sieben“ aus dem 1960er-Jahre-Western oberhalb der Stadt, schauen auf Dächer und Türme, farbige Häuser mit Erkern und

Lichthöfen, Gasthäuser mit Geschichte wie das himmelblau gestrichene „Hotel Lamm“ oder den „Gasthof Schwarzer Adler“. Zur Einkehr lockt das spätgotische Vier-Sterne-Haus „Lilie“, bestes Haus am Platz; seit 1450 steht es an der rund 400 Meter langen Sterzinger Knödelmeile, einer charaktervollen Altstadtgasse mit echtem Südtirol-Flair. Das Resümee der Tour? Entspannt wandern und erstklassig essen statt Ehrgeiz und Etagenbetten, das scheint gut anzukommen: „Die erste Ausgabe der eigens aufgelegten Kompass-Karte für unsere Alpenüberquerung war schnell vergriffen“, erzählt Georg Pawlata.

Die Zeichen der Zeit haben auch andere Regionen erkannt. „Bergkrone von Gröden“, auf ladinisch „Curona de Gherdëina“, nennt sich eine Trekkingtour in den Dolomiten, für die es eine Vier-Tages-Basic-Variante für Hüttenfans gibt, daneben eine fünftägige De-luxe-Variante mit – genau – bestem Essen, Wellness und geruh-samen Nächten in Drei- oder Vier-Sterne-Häusern. Auf den etwas kürzeren Etappen logiert man hier in komfortablen Almhotels. Die rund 60 Kilometer lange Strecke führt vom Naturpark Puez-Geisler im Nordosten (Unesco-Welterbe) auf das Sella-Hochplateau im Südosten des Tales und

zur Langkofelgruppe im Süden. Vom Schauwert her sind die Dolomiten der Porsche unter den Bergtrekkings, könnte man sagen. Doch rasen muss man deswegen nicht. Wer langsam geht, kann länger schauen, so die logische Genuss-Bilanz. Erdacht hat das Konzept der TVB Gröden zusammen mit den Grödener Bergführern „Catores“ – die einen auf Wunsch unterwegs begleiten.

Die Tour startet in St. Ulrich beziehungsweise auf den Raschötz-Almen. Wer mag, besucht den Hüttenwirt Simon Holzknacht auf der Raschötz-Hütte. Von seiner Terrasse könnte man 365 Tage im Jahr auf den Langkofel starren, ganz großes Kino, keine Minute langweilig. Beschwingt wandert man dann über den langen Bergrücken auf die Seceda-Spitzen zu; gefächert wie Klingen eines Taschenmessers ragen sie schräg in die Höhe. Wer sich von diesem Anblick losreißen kann, erreicht die Brogles-Hütte, dann die Panascharte und Col Raiser, ein großzügiges Almhotel, wo die Chefin Rita Schenk persönlich in der Küche steht und hervorragende Schlutzer serviert. Noch zu erwähnen? Der gut bestückte Weinkeller, dazu Sauna, Schwimmbad und Whirlpool, Wellness auf 2106 Meter Höhe also. Sogar ein privates Museum



Fotos: Werbegemeinschaft Lechwege (L), Turismo FVG



Entlang der 125 Kilometer des Lechwegs gibt es leckere Einkaufsmöglichkeiten; der Alpen-Adria-Trail durchzieht auch die Weinberge im Collio, Friaul (o.r.).

gibt es, mit Bildern von Bergmalern wie Compton oder Höger. Gut erholt peilt man am zweiten Tag die Puez-Hütte und das Grödner Joch an, am dritten geht es über die Pisciadù-Hütte zum Sellajoch, am vierten zur Toni-Demetz-Hütte und durch die enge Langkofelscharte zur Langkofelhütte. Schließlich über die Plattkofelhütte zu den Wiesen der Seiser Alm, wo man weltabgewandt im „Bio-Hotel Tirlir“ logiert, ein Vier-Sterne-Superior-Hotel, allergiefreundlich, baubiologisch hochwertig und mit Freiluftbecken. Bevor man am fünften und letzten Tag glücklich über die Seiser Alm nach St. Ulrich absteigt.

Vom Wasser haben wir's gelernt: Einer der buchstäblichen Wegbereiter für modernes Komfort-Wandern ist der Lechweg. Seit 2010 verbindet das Konzept sanften Tourismus mit leichtem Weitwandern durch eine der letzten Wildflusslandschaften Europas, über eine Distanz von rund 125 Kilometern, von der Quelle des Lechs nahe des Formarinsees in Vorarlberg bis

hin zum Lechfall in Füssen im Allgäu, dabei stets dem Buchstaben „L“ folgend. Der Start liegt auf 1793 Meter Höhe, die Tour endet auf rund 800 Metern in Füssen im Alpenvorland. Gegen Gebühr organisieren die sterneklassifizierten Partnerhotels Personen- und Gepäcktransfers und Lunch-

Ganz bewusst verläuft die Route nach dem Motto: Die Berge sind auch von unten schön.

pakete. Die Gäste wohnen in wanderfreundlichen, komfortablen Drei- und Vier-Sterne-Hotels oder in Gasthöfen mit guter Küche. Fast alle haben eine Sauna, in Elbigenalp gibt es einen Wellnessbereich mit Pool. Ebenfalls am Lechweg liegen Fünf-Sterne-Häuser wie das Romantik-Hotel „Die Krone vom Lech“ oder der „Gasthof Post“. „Dass ein Erfolgskonzept wie der Lechweg im Tourismus kein Geheimnis bleibt, wissen wir“, sagt Stefan Fredlmeier, Tourismusdirektor von Füs-

sen. Vor real existierenden Nachahmern hat er jedoch keine Angst: „Das Schöne am Lechweg ist ja: Natur ist nicht kopierbar!“

Noch ein Beispiel? Seit 2012 verbindet der Alpe-Adria-Trail auf 21 Etappen die drei Regionen Kärnten, Slowenien und Friaul Julisch Venetien. Ganz bewusst verläuft die Route jenseits von hochalpin, frei nach dem Motto: Berge sind auch von unten schön. Von der Franz-Josef-Höhe am Großglockner schlängelt sich der Weg durch die Kärntner Berg- und Seengebiete bis nach Muggia an der Adria, also vom ewigen Eis ans Meer. Macht summa summarum 700 Kilometer und rund 23.000 Höhenmeter, bei Tagesetappen von rund 20 Kilometern. Hier gibt es einen Basic-Trek, einen Classic-Trek und einen Comfort-Trek, der die Unterbringung im Vier-Sterne-Hotel mit Wellness-Bereich vorsieht. Sieben der 21 Etappen sind als De-luxe-Variante buchbar. Dazu gibt es Transfers im Rahmen des Alpe-Adria-Trail-Mobilitäts-Service mit separatem Shuttle zum Ausgangspunkt. Was wir lernen aus all dem? Wandern ist vielschichtig und heute auch Lifestyle. Und einige lassen es deutlich gemütlicher angehen. ■



Franziska Horn schreibt als freie Journalistin und Autorin für Tageszeitungen, Magazine und Buchverlage zu Berg- und Reisetemen.

Globetrotter



<< NEUE HORIZONTE >>

ERKUNDE NEUES TERRAIN MIT AUSRÜSTUNG VON GLOBETROTTER

JETZT DIE DAV-
GLOBETROTTER-
CARD SICHERN!



Bei jedem Einkauf mit der **DAV-GlobetrotterCard** bis zu 10 % in Form von GlobePoints sparen und das DAV-Klimaschutzprogramm unterstützen. 1,5 % des Einkaufswerts fließen direkt in die energetische Sanierung der DAV-Hütten.

OFFIZIELLER HANDELSPARTNER



<< JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN · ONLINE: WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV
TELEFON: +49 40 679 66 179 ODER IN EINER GLOBETROTTER-FILIALE IN DEINER NÄHE >>

Ligurischer Höhenweg

In der Nähe des einzigen Weinbaugebiets Liguriens bietet sich von diesen Kreideklippen ein schon alpiner Blick auf die französischen Seealpen.



SALVE STATT NAMASTE

Als das Erdbeben in Nepal Ingo Rögers (Text und Fotos) Expeditionspläne ausbremste, fand er einsameren und nicht weniger eindrucksvollen Ersatz in Sichtweite des Mittelmeers: auf den höchsten Gipfeln Liguriens.

Den 25. April 2015 werden wir nicht vergessen: Verheerende Erdbeben in Nepal kosten tausende Menschen das Leben. Und durchkreuzen unsere Pläne, uns dort an einem stillen Sechstausender zu versuchen. Was tun mit diesen drei Wochen Urlaub? Ich erinnere mich an ein Büchlein über den Ligurischen Höhenweg. In Kombination mit einigen Klettertagen in Finale Ligure eine gute Alternative. Zügig wird umgepackt – am nächsten Morgen geht es gen Süden.

Ligurien ist jene italienische Provinz, die sich wie eine schmale Sichel an den Golf von Genua schmiegt. Die Grenze zu Frankreich und den Nachbarprovinzen bilden Gebirgszüge, die im alpinen Westteil über 2000 Meter hoch sind, in den Apenninen noch einmal über 1500 Meter. Dieser Bergkette folgt in ganzer Länge (440 km) die Alta Via dei Monti Liguri (AVML). Auf der Anreise reift der Plan, von Ventimiglia auf den alpinen Etappen über die höchsten Gipfel Liguriens nach Finale Ligure zu wandern.

Gleich der erste Trekkingtag wirft uns per Motorschaden und Zugverspätung auf dem Weg nach Ventimiglia zeitlich zurück. So ist es schon 16:30 Uhr, als wir zur ersten Etappe – mit 14 Kilometern Länge und fast 1000 Höhenmetern mehr als ein Spätnachmittagsprogramm – aufbrechen. Schnell haben wir Verkehr und Hektik hinter uns gelassen und steigen steil bergan. Unter uns liegt die Stadt und im Dunst ist neben Frankreich auch das Fürstentum Monaco auf einer Landzunge zu sehen. Von oben ist gut zu erkennen, wie sich die dichte Besiedlung auf die Küste beschränkt und enge Täler im Hinterland fast menschenleer sind.

Zum Schauen bleibt heute nur wenig Zeit; an einer Formation pittoresker Kreidelfen rasten wir dennoch kurz und lassen den Blick über die abendlichen Bergkämme schweifen. Im Dämmerlicht erreichen wir am Monte Erisetta (630 m) einen erhabenen Aussichtspunkt. Eine halbe Stunde danach stehen wir im Dunkeln vor dem verriegelten Rifugio Alta Via (500 m)

– es ist längst pleite: Unser Führer ist leider nicht mehr ganz aktuell. Zum Glück lässt uns der Besitzer nebenan zelten.

Auf alten Militärstraßen geht es tiefer in die Berge hinein. Der Grenzkamm zu Frankreich ist perforiert mit düsteren Bunkeranlagen. Am zweiten Tag durchqueren wir urige Nadelwälder, aber frisches Wasser ist Mangelware: Die meisten Bachbetten sind ausgetrocknet. Bevor die Landschaft alpin wird, nächtigen

Die Berghütte ist pleite und geschlossen. Zum Glück können wir nebenan zelten.

wir in der urigen Hütte Gola di Gouta (1221 m), wo wir, wie meist auf dieser Tour, fast die einzigen Gäste sind.

Beim teils luftigen Aufstieg zum Torraggio (1973 m) überwältigt die Pracht der Orchideen und Frühlingsblumen.

Weit reicht der Blick vom Gipfel, der vom Passo di Fonte Dragurina (1810 m) mit etwas Kraxelei schnell erreicht ist, über die Grenze hinweg zu den verschneiten Seealpen. Auf französischer Seite führt der Steig kühn um den Monte Pietravecchia (2038 m) herum. Eben schien noch die Sonne, schon ziehen am Passo della Valletta (1909 m) gespenstische Nebelschwaden durch den Lärchenwald. Zwischen Schneeresten recken Krokusse zart ihre Blüten in die Frühlingsluft. 350 Meter tiefer liegt das gemütliche Rifugio Allavena (1541 m), wo wir bestens beköstigt werden und uns zügig regenerieren.

Am vierten Tag steht mit dem Saccarello-Massiv (2201 m) das Dach Liguriens auf dem Plan. Schon von Ferne ist die riesige Christusstatue zu sehen, die über der breiten Südflanke thront. 600 Meter geht es am Nachmittag vom Passo Collardente (1615 m) einen steilen Pfad geradewegs hinauf. Am höchsten Punkt grüßt ein weißer Obelisk. Hier oben treffen Frankreich, Ligurien und Piemont zusammen. Derweil ziehen dichte Quellwolken heran. Am

Steilabbruch entlang gehen wir weiter, bis gespenstisch die Erlöserstatue aus dem Nebel auftaucht. 20 Minuten tiefer unten steht das unbewirtschaftete Rifugio San Remo (2052 m), die höchstgelegene Hütte

Draußen ist es neblig und kühl,
drinnen gibt's Wildschwein
und gedünstetes Gemüse.

Liguriens. Ein letztes Schneefeld vor der farbenfrohen Hütte liefert das Trinkwasser: In riesigen Kochtöpfen schmelzen große Mengen Schnee auf dem Küchenherd dahin. Später verziehen sich letzte Nebelbänke und geben in der Dämmerung den Blick frei auf den Piemonter Teil der Seealpen. Im Vergleich zu dieser alpinen Gipfelparade wirkt das kompakte Saccarello-Massiv eher unscheinbar, ist aber dennoch Liguriens ganzer Stolz.

Ein wolkenloses Panorama entschädigt am Morgen für den viertägigen Aufstieg.

Nirgends sind wir weiter entfernt vom Meer: kaum, dass man es zwischen fernen Kämmen im Süden erahnen kann. Im Norden lockt hinter letzten Felsbergen das Piemont mit lieblich-grünem Hügel-land. Gut gelaunt brechen wir auf und erreichen bald den Monte Fronté (2153 m). Noch lange wird uns dieser Berg aus der Ferne grüßen. Der Weiterweg folgt sanften Graskuppen und führt später durch einen märchenhaften Ebereschenwald steil hinunter zum Colle San Bernardo (1263 m). Die Luft riecht inzwischen nach Gewitter und alle sind für einen halben Ruhetag dankbar. Im einzigen Hotel am Pass verleben wir einen ruhigen Nachmittag, während es draußen neblig und empfindlich kühl wird. Die Hotelküche ist großartig! Mit einer ligurischen Spezialität – Wildschwein und gedünstetes Gemüse – lassen wir uns verwöhnen.

Drei Tage später – derweil haben wir die von mehreren Festungen bewachte Passhöhe Colle di Nava (933 m) und den Monte Armetta (1739 m) passiert – verdient die Überschreitung des Monte Ga-

Dass das Meer nur einen Tagesmarsch entfernt ist, ahnt man kaum, wenn man von den ausgesetzten Pfaden unter dem Monte Pietravecchia (l.) oder bei der Etappe nach dem Rifugio San Remo (r.) die Alpenkette sieht. Die Trekkingdimension der Rucksäcke legt unkonventionelle Entlastungshaltungen beim Rasten nahe.





lero (1709 m) besondere Erwähnung: Die Nacht zuvor haben wir auf den frischgrünen Almwiesen des Piano de Colle (1478 m) gezeltet, wo eine eingefasste Viehtränke frisches Wasser bot. Am Morgen sind wir beim Passieren des Colle San Bartolomeo (1448 m) einmal mehr überwältigt von einer Bergwiese voller gelb blühender Primeln.

Am Colle del Prione (1309 m) startet der Aufstieg zum Monte Galero (1704 m). Serpentina scheint man hier nicht zu kennen: Schnurgerade zieht der Pfad eine abartig steile Wiese hinauf. Ein flacher

Kamm lässt uns kurz verschmaufen, bevor wir den schrofigen Gipfelhang unter die Sohlen nehmen – der steilste Anstieg des ganzen Höhenwegs. Am Gipfelkreuz packe ich den Kocher aus und erfreue die Freunde mit frischem Kaffee; sie steuern Wurst und Brot bei. Während der Rast gleitet plötzlich ein riesiger Greifvogel durch die Aufwinde vor der Südflanke des Berges. Die Kopfhaltung und die gefingerten Flügelenden lassen nur einen Schluss zu: ein ausgewachsener Gänsegeier! Stauend beobachten wir, wie sich immer mehr Artgenossen dazugesellen. Mit acht

Ligurischer Höhenweg

Der gesamte Ligurische Höhenweg verläuft in 43 Etappen über gut 400 Kilometer von Ventimiglia nach La Spezia. Die hier beschriebene Route endet nach den ersten, alpinen Etappen in Finale Ligure (172 km, ca. 8000 Hm). Die Wege sind meist ordentlicher Standard und durchgehend rot-weiß-rot und mit dem Symbol AV markiert. Hütten sind gelegentlich nur für Selbstversorger, die vorher den Schlüssel abholen.

ANREISE: Bahnverbindungen von z. B. Stuttgart/München nach Ventimiglia ab 12/13 Stunden Dauer. Verbindungen zwischen Ventimiglia und Finale Ligure ungefähr stündlich.

FÜHRER: Sebastian Thomas: Italien: Ligurischer Höhenweg, Alta Via dei Monti Liguri, Conrad Stein Verlag, 2011.

KARTEN: igc 1:50.000, Blatt 14 (San Remo, Imperia, Monte Carlo) und 15 (Albenga, Savona, Alassio).

BESTE JAHRESZEIT: Frühjahr (April-Juni) und Herbst (September-Oktober)

INFOS: zu Unterkünften (italienisch):
 ■ ospitalitaaltavia.it; ■ altaviainfoh24.com;
 die Seite ■ altaviadeimontiliguri.it wurde leider abgeschaltet.

WEITERE INFORMATIONEN UND BILDER:
 ■ alpenverein.de/panorama



Exemplaren sind sie uns bald zahlenmäßig überlegen. Wir packen zusammen und gehen weiter.

Beim Abstieg bieten sich Tiefblicke aufs Meer. Auch unser anvisiertes Ziel, den Colle San Bernardo di Garessio (967 m) mit seinen riesigen Windrädern, sehen wir bereits. An der kleinen Karstquelle Fontana delle Meraviglie (1192 m) machen wir einen Fehler und fassen kein Wasser nach. Der trostlose Pass eine Stunde später ist leider ein Schuss in den Ofen: kein Bus, kein Wasser, kein Quartier. Nur

triste Investitionsruinen. Lars' Wander-App empfiehlt ein Bed&Breakfast in Garessio, fünf Kilometer nördlich von hier. Die Aussicht auf den zusätzlichen Abstieg weckt nicht gerade Begeisterung, doch der Weg durch ein idyllisches Tal ist gar nicht so anstrengend. Vorbei an auffälligen Kirchen und durch verwinkelte Gassen erreichen wir den Stadtkern und ein ehrwürdiges Eckhaus mit Treppenturm. Das Renaissancegebäude wird von einer Künstlerfamilie bewohnt. Sprachlos folgen wir dem Hausherrn einen freskenge-





Der Gipfelsteinmann am Monte Armetta kann noch ein paar Brocken vertragen. Im verwinkelten Örtchen Garessio lässt sich komfortabel nächtigen, schöner ist aber die abendliche Aussicht von der Hütte am Monte Carmo. In der bei Kletterern berühmten Region von Finale Ligure bildet der Kalk eindrucksvolle Höhlenformationen.

schmückten Treppenaufgang hinauf zu den Gästezimmern unterm Dach, halb darauf gefasst, dass gleich Romeo und Julia um die Ecke kommen. Die Mühen des Umweges sind im Nu vergessen. Das Frühstück wird in einem fürstlichen Kaminzimmer mit Holzdecke und historischen Bleiglasfenstern serviert: Konfitüren und Backwaren, die die Hausherrin selbst zubereitet hat. Schließlich fährt man uns noch gratis hinauf zum Pass, damit wir die lange Etappe zum Monte Carmo (1387 m) mit frischen Kräften angehen können.

Diese stellt unsere Geduld zunächst mit längeren Fahrwegen auf die Probe. Typisch für die AVML sind hölzerne Kilometersäulen mit rot-weiß-rottem Logo; mittags passieren wir die magische Grenze bei Kilometer 100. Am Ziel sind wir aber längst

noch nicht: Drei Pässe weiter startet am späten Nachmittag der finale 500-Meter-Anstieg zum Monte Carmo. An einem Rinnsal füllen wir alle Gefäße mit Bachwasser, was den Aufstieg nicht leichter macht. Unser Ziel, das Rifugio „Amici di Monte Carmo“ (1290 m), erreichen wir im warmen Licht der Abendsonne. Neben der Hütte weiden Pferde und wir haben die Qual der Wahl: Einige schlafen im Zelt, einige im unverschlossenen Neubau mit seiner breiten Glasfront, Jörg hat seine Isomatte auf der Hüttenterrasse ausgerollt. In wenigen Minuten steigen wir hinauf zum Gipfel. Die Sonne verabschiedet sich gerade hinter fernen Alpengipfeln, und wie eine flache Parabel breitet sich der Golf von Genua zu unseren Füßen aus. Bleiern ruht das Meer, während der schmale Streifen der Riviera glitzernd hell erstrahlt.

Zu Tagesbeginn wird die Hütte von den ersten Sonnenstrahlen mächtig aufgeheizt – alles sieht nach einem heißen Tag aus, nur Küste und Meer verstecken sich unter einem dünnen Schleier. Doch schon beim Abstieg vom Monte Carmo kommen Wolken heraufgekrochen. Auf einer Lichtung sehen wir ein letztes Mal den Monte Gaiero als ferne Kuppe aus dem Wolkenmeer

ragen. Bald stecken wir im Nebel und es wird rasch kälter. Auffrischender Wind treibt Wolkenfetzen über den Kamm. Ein Wetter wie im Herbst im heimischen Erzgebirge, aber doch nicht im Frühsommer am Mittelmeer? Umso mehr schätzen wir nun die zurückliegenden sonnig-heiteren Wandertage.

Über die Festung am Colle di Melogno (1028 m) pfeift kalter Wind, im Burggraben liegen Schneereste. Hier verlassen wir den Ligurischen Höhenweg. Wenige Augenblicke später erreichen wir eine andere Welt. In der Trattoria „Din“ drängeln sich die Mountainbiker – vorbei ist es mit der Bergeinsamkeit der vergangenen Tage. Quer durch das Kletter- und Bikeparadies

Hinter fernen Alpengipfeln
versinkt die Sonne, unter uns
glitzert die Riviera.

im Hinterland von Finale Ligure wandern wir tags darauf in stetem Auf und Ab zum Zeltplatz auf dem Hochplateau von Lo Manie. Frisch geduscht sitzen wir bald in der Pizzeria. Selten haben uns Pizza und Wein so gemundet wie nach dieser elftägigen Durchquerung der Ligurischen Alpen. Vom gesamten Ligurischen Höhenweg haben wir freilich kaum die Hälfte begangen; es liegt in unserer Hand, wann wir diese Geschichte weiterschreiben. ■



Ingo Röger aus Chemnitz erkundet gerne Gebirge und Regionen, die nicht allgemein überlaufen sind – oft auch zusammen mit seinen Alpenvereinskollegen.



Alessandro Gogna wird 70

DAS FEINE GLEICH- GEWICHT

Legendäre alpine Erstbegehungen, Mitgründer von Mountain Wilderness, Fotograf, Buchautor und Blogger – Alessandro Gogna ist ein Multitalent. Zu seinem 70. Geburtstag hat ihn Christine Kopp besucht – und war sehr inspiriert.

Juli 2015, Abruzzan. Vor wenigen Stunden sind wir vor einem Gewitter am Gran Sasso nach Pietracamela geflüchtet, das zu den schönsten Dörfern Italiens gehören soll. Plötzlich erblicke ich einen wuscheligen weißen Haarschopf:

Alessandro Gogna! Wir wechseln ein paar Worte und verabreden uns zum Abendessen in einem der kleinen Restaurants.

Der Abend wird unvergesslich. Alessandro, den ich bei diversen Berganlässen immer als derart ernsthaften Gesprächs-

partner erlebt hatte, dass ich eine gewisse Scheu nie loswurde, entpuppt sich als begnadeter Geschichtenerzähler, ergänzt von seiner vor Humor sprudelnden Frau Guya. Das Essen ist gut, der Wein fließt und wir kringeln uns vor Lachen: unver-

Das Gleichgewicht zwischen „Innen“ und „Außen“ hält Alessandro Gogna mit 70 sehr entspannt – es bedeutet mehr als das Festhalten in der Senkrechten, wie an der Zmuttnase des Matterhorns, seiner bedeutendsten Neutour.

hoffte Sternstunden in unverkrampft-entspannter Runde!

Mein Interesse ist geweckt: Alessandro und Guya wohnen in einem Loft in Mailand, in einem lebendigen Quartier, wo sich Models und Kreative die Klinke reichen. Hier treffe ich Alessandro zu einem Gespräch, das zwischen Tiefgang und Heiterkeit schwingt. Dabei bleibt so viel offen, dass ich ihn eine Woche später ein zweites Mal besuche. Auch wenn nur ein Bruchteil des Interviews in diesen Text eingeht: Der Austausch mit diesem ungewöhnlichen Denker war und ist bereichernd.

500 Erstbegehungen: Das ist die beeindruckende Zahl der Neutouren von Alessandro Gogna, zählt man auch kürzere dazu wie die vielen Klettereien in Südtalien, das er alpinistisch als einer der Ersten entdeckte und in Büchern beschrieb. Dabei deutete nichts auf eine Bergsteigerlaufbahn hin: Alessandro wurde in Genua geboren, der mächtigen ligurischen Hafenstadt. In seiner Familie gab es keine alpinistische Vorbelastung – „mein Vater ging Pilze sammeln!“. Dann, als Alessandro acht war, die ersten Ferien am Fuß der Dolomiten: „Alles war fantastisch, schon die Anreise, ich war ebenso fasziniert von den Pappeln in der Ebene wie vom Bahnhof Mailand ...“ Im Val Sugana entdeckte er eine Tafel, das Wegenetz von Hand eingetragen. Alessandro holte Farbstifte, zeichnete die Karte ab und begann allein, Wanderungen zu unternehmen und Ansichtskarten zu sammeln. Von

dem Moment an wusste er, dass er in die Berge gehen und klettern wollte.

Der Anfang war – gefährlich! Alessandro eignete sich sein Können autodidaktisch an. Und im Geheimen: Der Vater zwang ihn, die ersten gekauften Haken und Karabiner ins Geschäft zurückzubringen. Das Seil musste er verstecken oder beim nahen

Das Seil musste er verstecken,
weil er nur heimlich
klettern gehen konnte.

Zeitungsverkäufer deponieren, da er offiziell zur Leichtathletik und nicht zum Klettern gegangen war ... Seilkameraden hatte er kaum, aber Begeisterung ohne Ende. 1964 konnte Alessandro endlich einen Kletterkurs besuchen, der seine Leidenschaft legitimierte. Und bereits 1962 hatte er mit einem detaillierten Tourenbuch begonnen, Ausdruck seiner anderen Passion: für das Schreiben und die Fotografie.

Nach dem Abitur begann Alessandro widerwillig mit einem Ingenieurstudium. Seine ganze Energie floss in das Bergsteigen. Zwei Jahre später wechselte er, ebenso unmotiviert, an die juristische Fakultät. Er war in der Krise, suchte seinen Weg. Ende 1968 dann – längst hatte er einige seiner Großtaten unternommen wie die kühne Neutour im brüchigen Fels des Scarason oder die Wintererstbegehung

der Cassin am Badile – der große Schritt: Er brach die Studien ab, zog nach Mailand und publizierte nach dem gelungenen ersten Alleingang am Walkerpfeiler, seiner neben der Erstbegehung der Zmuttnase am Matterhorn bedeutendsten Tour, das erste Buch. Bis heute sind über 50 dazugekommen, introspektive Werke wie „Un alpinismo di ricerca“ oder „La parete“ von 1975 und 1981, aber auch Führer, Monografien und Bildbände.

„Un alpinismo di ricerca“ – in etwa „Alpinismus auf der Suche“ – deutete bereits Alessandros intellektuelle Suche nach einer tieferen Dimension an, sei es beim Bergsteigen selbst, sei es in der Reflexion darüber und zur eigenen Person. Sein Erscheinen stimmt mit der Zeit überein, in der sich Gogna vermehrt nach innen



wendete: Nach einer langen Asienreise mit seiner ersten Frau Ornella und dem daraus entstehenden Interesse für östliche Religionen und Kulturen entdeckte er die Psychoanalyse. Auch hier eignete er sich das Wissen autodidaktisch an: Er las sich durch die Werke von Freud – „tödlich langweilig!“ – und stieß dann auf C. G. Jung. Ein Schlüsselerlebnis: dessen analytische Psychologie fesselte ihn. Er machte eine Psychoanalyse, „nicht weil ich behandelt werden musste, sondern aus purer Freude“ und widmete sich der Traum-

Nicht nur die Berge, auch die Begegnung mit dem eigenen Unbewussten birgt Gefahren.

deutung; er habe, erzählt er, rund 2000 Träume aufgeschrieben.

Seine größte Zeit als Bergsteiger war damit vorbei, „auch wenn ich danach noch schwierige Touren machte“. Zu groß war seine Leidenschaft für den neuen Weg und zu bohrend die Zweifel, die ihm 1973 an der Annapurna gekommen waren, wo seine Herzensfreunde Leo Cerrutti – der auch sein Schwager war – und Miller Rava ums Leben kamen. Seine Beziehung zum Bergsteigen hatte sich verändert: „Zuvor wollte ich die Nummer 1 der Welt werden. Das war mein Ziel. Das ich nicht erreichte. Nun galt mein Interesse der hartnäckigen Suche nach dem Schicksal.“

Über die „hartnäckige Suche nach dem Schicksal“ unterhalten wir uns lange, beginnend beim Wort „Schicksal“, das er nicht als das versteht, was von außen auf uns zukommt – der Rahmen, in den wir

Neben der Mutter Fiametta (M.) und den Töchtern Elena und Petra (u.r.) beeinflussten vor allem drei Ehefrauen den Lebensweg von Alessandro Gogna. Mit Guya Spaziani (o.) fühlt er sich angekommen.



geboren werden –, sondern als Selbstbestimmung. Fasziniert widmet er sich seit Jahrzehnten dem Individuationsprozess: dem Weg zu einem eigenen Ganzen, zu dem nach Jung die intensive Beschäftigung mit dem individuellen und kollektiven Unbewussten gehört. In diesem Zusammenhang sprechen wir über Bergsteiger wie Casarotto oder Kukuczka und ihren Tod in den Bergen, den Alessandro auf seine Weise deutet. Wir sprechen über das aufgeblasene Ich, das, wird es nicht in Schach gehalten, dem Alpinisten gefährlich wird und uns am Eindringen in tiefere Schichten hindert. Und wir sprechen auch über die Gefahren, die diese nach innen gerichtete Suche in sich birgt. So hält Alessandro an einem gewissen Punkt inne – er will kein Guru sein, und irgendwo ist auch seine Furcht vor der unkontrollierbaren Energie des Unbewussten spürbar.

These, Antithese, Synthese: Nach diesem philosophischen Dreischritt blickt Alessandro zurück. Auch auf seine drei Ehen. Mit 25 heiratete er Ornella Antonioli, mit der er die großen geografischen und kulturellen Entdeckungen machte, die ihn dann 1975 vom extremen Bergsteigen zur inneren Suche brachten. Auf sie folgte Bibi Ferrari. „Da war alles anders. Nun kamen die zwei Töchter, 1991 Petra, 1993 Elena. Bibi war nach außen gerichtet, gab dem Materiellen Wichtigkeit.“ Er widmete sich intensiv der Arbeit, suchte den Erfolg mit seinem Verlag – und entfernte sich von der Familie. Schließlich Guya Spaziani: „Mit ihr ging es zurück zum Einfachen. Nach der über-

ALESSANDRO GOGNA

geboren am 29. Juli 1946 in Genua, wohnt in Mailand.

- 500 Erstbegehungen, u.a. Matterhorn-Nordwand Zmuttnase, Marmolada-Südwand, Grandes-Jorasses-Südwand oder die Guglia di Goloritzé
- Erste Alleinbegehungen u.a. von Walkerpfeiler und Monte-Rosa-Ostwand Franzosenroute
- Erste Winterbegehungen u.a. von Badile Cassin, Grand Capucin Ragni, gesamter Peutereygrat
- Erste italienische Begehung der Salathe am El Capitan, Bergführer
- Mitgründer und Garant von Mountain Wilderness
- Fotoagentur K3 Photo Agencia, Verlag K3 Libri in Cordata
- Alpinhistoriker, Vortragsredner, Meinungsmacher für Umwelt und Freiheit
- 53 Bücher, viele Artikel, Blog: banff.it/category/gogna-blog

triebenen inneren Suche mit Ornella und der ausgeprägten Äußerlichkeit mit Bibi brauchte es einen anderen Weg.“ Wenig später fegt Guya wie ein frischer Wirbelwind herein – sie nennt Alessandro „den

kleinen Jung“, entweicht lachend auch das ernsteste Gespräch und bringt vermutlich jene Leichtigkeit des Seins in den Alltag, die Alessandro auf der Suche nach dem feinen Gleichgewicht zwischen innen und außen trägt.

1987 wurde Alessandro Gogna zur Gründungsversammlung von Mountain Wilderness im Piemont eingeladen; der italienischen Sektion stand er dann mehrere Jahre als Sekretär vor. Bis heute sind ihm Umweltthemen ein großes Anliegen, was sich auch in mehreren von ihm initiierten Kampagnen äußert.

und lassen zu können, was man wolle; Freiheit gebe es nur innerhalb klar gesteckter Grenzen. Dazu gesellt sich das Steckenpferd Alpingeschichte, wo Alessandro immer wieder Kurioses ausgräbt.

Dabei sprechen wir auch über seine Beziehung – „eine Hassliebe!“ – zu den Bergführern; er selbst ist Bergführer und heute im Vorstand des nationalen Verbands engagiert. Als Kommunikator möchte er den Führern helfen. Einerseits um mehr Achtung und Ansehen zu erreichen, „um das es in Italien schlecht bestellt ist“, andererseits um zu klaren Positionen zu finden. So

würde ich die Seite wechseln; etwas über ein Verbot und nicht durch Überzeugungsarbeit zu erreichen, ist äußerst negativ!“

All diese Themen gehen Tag für Tag in den „Gogna Blog“ ein: Alessandro schreibt nach wie vor ausgesprochen viel. Er habe zwar immer das Buch bevorzugt; aber das Bergbuch sei in Italien genauso tot wie die Alpinzeitschriften. Deshalb sei er zwangsläufig auf den Blog gekommen. Dabei widersetzt er sich konsequent dem Kurzfutter und stellt lange, kluge und anspruchsvolle Posts ins Internet. Diese brotlose Arbeit macht ihm Freude. Sie ist Ausdruck seines ungebrochenen Interesses am modernen Alpinismus. Und seiner Liebe zum Schreiben, obwohl er auch als



„Mein Hauptinteresse gilt nach wie vor der inneren Suche. Aber darüber kann ich nicht oft sprechen. Die anderen zwei Themen sind Umwelt und Freiheit.“ Freiheit sei weder Anarchie noch die Freiheit, tun

wünscht er sich, dass das Kollegium Stellung gegen das Heliskiing bezieht. Aber das müsse von innen kommen und nicht über ein Verbot: „Würde das Parlament oder eine Region das Heliskiing verbieten,

„Beim Klettern verstehe ich, ob ich bei meiner Suche auf dem richtigen Weg bin.“

Fotograf bekannt ist: „Das Wort ist wichtiger als das Bild, da es die Fantasie viel stärker anregt.“

Jeden Samstag und Sonntag geht Alessandro an den Fels. „Klettern ist meine Neunerprobe“, sagt er, „beim Klettern verstehe ich, ob ich bei meiner Suche nach dem Schicksal auf dem richtigen Weg bin.“ Außen rührig, innen suchend: Alessandro Gogna, unbeirrbar und eigenwillig, bleibt auch mit 70 nicht stehen. ■



Christine Kopp lebt als freie Autorin mit Schwerpunkt Berg in der Schweiz und Italien. Als „Berggeist des Jahres“ 2013 schaut sie auch gerne etwas unter die Oberfläche.

Im nächsten DAV Panorama ab 13. September 2016:

Sicherheitsforschung: Seilrisse

Reportage: Wandern im slowenischen Karst

Porträt: Drei Aktive im Ehrenamt

AUF DEM GR 20 DURCH KORSIKA

Der Klassiker gilt als schwerster Fernwanderweg Europas – gute Hütteninfrastruktur und Gepäcktransport steigern den Genussfaktor.



Fotos: Christian Pränzell, Monika Nelheisser, Thorsten Brömmel



Auf Radfernwegen unterwegs an der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze, im Bayerischen und im Schwarzwald.



KLETTERN IN DEN TANNHEIMERN

Riesenauswahl, freundliche Klettereien, guter Fels, ordentliche Absicherung; Nicht ohne Grund ist das bayrisch-tiroler Grenzgebiet bei Alpinkletterern so beliebt.

DAV Panorama

Magazin des Deutschen Alpenvereins
68. Jahrgang, Nr. 4, August/September 2016
ISSN 1437-5923

Inhaber und Verleger

Deutscher Alpenverein e.V.
Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 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 (Unterwegs, Reportage, Knotenpunkt)
Andi Dick – ad (Alpenverein aktuell, Bergsport heute, Unterwegs, Porträt, Reportage, Sicherheitsforschung, Tipps & Technik, Knotenpunkt)
Christine Frühholz – cf (Reportage, Natur & Mensch, Fitness & Gesundheit, Kultur & Medien, Leserpost)
Jonas Kassner (Panorama online 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, 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 Leserbriefen 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.

Autoren dieser Ausgabe

Philipp Abels (pa), Klaus Berghold, Florian Bischof (fb), Christoph Gabrysch (cg), Stephanie Geiger (sgr), Florian Hellberg, Anke Hinrichs, Andi Hofmann, Bernd Hofmann (bh), Christoph Hummel, Franziska Horn, Heribert Hoven (hho), Julia Janotte, Friederike Kaiser (fk), Axel Klemmer (ak), Christine Kopp, Matthias Laar, Christian Ladurner (cl), Heike Matzkuhn (hm), Eberhard Neubronner (nbr), Michael Pröttel (mpr), Katherine Roddy (kr), Malte Roeper, Ingo Röger, Martin Roos, Miriam Roth (mr), Volker und Isabelle Schöffl, Pit Schubert (psch), Martin Schwiersch, Andreas Sieber (as), Steinfred, Rollo Steffens, Nils Theurer (nt), Heinz Zak

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

Daniela Krebs
Director Brand Solutions
G+J e|MS, Direct Sales
Brieffach 11, 20444 Hamburg
Tel.: 040/37 03-55 17
Executive Director Brand Solutions und
Direct Sales: Heiko Hager
Key Account Manager:
Max Schulz, Silvia Viereg, Tel.: 040/37 03-64 48
Anzeigentarif Nr. 50 (ab 1.1.2016)

Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 1/16: 659.387
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich

Innteil 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.

Panorama

promotion

**FÜR ALLE
BERGSPORT-
BEGEISTERTEN**

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



WANDERGLÜCK IN SÖLL

Das Tiroler Dorf Söll am Wilden Kaiser erfrischt mit intensiven Naturerlebnissen



WEITHIN SICHTBAR

Mehr Sicherheit beim Wandern mit reflektierenden Trekking-schirmen von Euroschirm



GRENZENLOS WANDERN

Einzigartige Ausblicke: Hochgebirge, Seen und jede Menge Kultur in Kärnten



Wanderglück in Söll

Hinauf – um runterzukommen

Wandern ist in und macht dort am meisten Spaß, wo intensive Naturerlebnisse und feines Essen locken. Das Tiroler Dorf Söll in der Ferienregion Wilder Kaiser bietet seinen Gästen beides, für jedes Alter und jedes Können.

Rund um das Dorf die Anhöhen hinauf sind die Wiesen und Wälder von vielen Wanderwegen durchzogen. Da gibt es den „Sunnseitweg“, die „Söller Sinnesrunde“, den „Schattseitweg“, den „Energieweg“, den Bergpfad, den forstlichen Bringungsweg, den Almweg. Viele davon gespickt mit Erlebnisstationen zu Themen wie Heimatkunde oder auch Sonnenenergie. Die Touren sind damit gleichermaßen attraktiv für Groß und Klein.

Auch Söll ist äußerst abwechslungsreich. Der Tiroler Bilderbuchort liegt auf 703 Meter Meereshöhe, eingebettet in den sonnigen, windgeschützten Talkessel zwischen Wildem Kaiser und Hoher Salve. Vom Dorf aus betört der Ausblick auf den eiszeitlich geformten

Wilden Kaiser, eine wahre Alpenmajestät. Die andere Talseite öffnet sich weit zu den Grasbergen der Kitzbüheler Alpen.

Malerischer Kontrast von Kalk- und Schieferalpen

Seine Schönheit und die mannigfaltigen Wanderrouten verdankt das Dorf Söll einer geologischen Besonderheit: Quer durch den sanft ansteigenden Talboden verläuft die Trennungslinie zwischen den Gesteinszonen der Kalk- und Schieferalpen. Das sorgt für den Kontrast zwischen schroffen Felswänden im Norden und lieblichen Almböden im Süden. Im Dorfkern von Söll zeigt sich seine geradezu malerische Pracht: Verkehrsberuhigte Wege,

Straßen und Plätze bieten die Gelegenheit, das zu erleben, und sind ideal für Fußgänger und Fahrradfahrer. Dass Söll ein Herz für unmotorisierte Besucher hat, wurde bereits mit landesweiten Auszeichnungen belohnt.

Weil Wanderer an einem langen Wandertag nicht nur Appetit auf den Rucksackproviant haben, sondern einen veritablen Bärenhunger, treibt es sie in die Almhütten. Diese lie-



Die Hohe Salve (1829 m), der Aussichtsberg Tirols mit Blick auf über 70 Dreitausender (l).
Gesund und unterhaltsam: Söll erfrischt (r.)

gen nicht nur geografisch, sondern auch kulinarisch auf einem hohen Niveau.

In der Silleralp empfangen die „doppelten Lottchen“ ihre Gäste. Mama Lieselotte und Tochter Charlotte kredenzen vorzüglichen hausgemachten Kuchen zum Kaffee. Wer es pikanter mag, bekommt Speck und Käse vom eigenen Hof. Meistens bestehen die beiden Lottchen zwinkernd auf einen Abschiedsschnaps. Denn das sei hier Tradition. Die beiden sprechen gar von den Schätzen von Söll. Da sind die uralten Erbhöfe, die aus ihrem eigenen Obst Schnaps brennen dürfen. Sechzig solcher bäuerlichen Schnapsbrennereien gebe es in Söll, munkelt man.

Auch bei Christin Koller auf der Gründlalm vorbeizuschauen, lohnt sich. Die Familie besitzt eines dieser alten Brennrechte. Die Schlutzkrappen, die die Hausherrin aufischt, schmecken der hungrigen Wanderergruppe besser als jedes Menü in einem Sternelokal. Die Sirupe aus Rotklee, Schafgarbe, Goldmelisse stellt die kräuterkundige Wirtin aus dem her, was die umliegenden Bergwiesen jedes Jahr hervorbringen.

Diese Bergwiesen schmiegen sich in eine grandiose Landschaft. Söll hat diesen Segen der Natur mit genug Aufstiegshilfen zugänglich gemacht, ohne dass der Ausblick leidet. Mit dem Projekt Sommerliftln bieten die Bergbahnen Söll den Komfort, per überdachtem Sessellift schwebend auf 1500 Meter Seehöhe zu gelangen. Von dort aus erstreckt sich ein familienfreundliches, weitreichendes Almwandergelände.

Der Kalorienverbrauch ist so hoch wie beim Joggen

Wandern in Söll ist vielerlei: Freizeitspaß, sanfter Tourismus und nachhaltiges Workout für



die ganze Familie. Denn das stramme Gehen in der Natur senkt das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, es stärkt Stoffwechsel und Immunsystem. Kräftigt zudem Muskulatur, Knochen, Gelenke, Sehnen, Bänder und Bindegewebe. Eine Untersuchung des Bundeswirtschaftsministeriums und des Deutschen Wanderverbandes bestätigt, dass es kaum eine gesündere Sportart gibt. Nicht nur der Kalorienverbrauch ist ähnlich hoch wie der beim Joggen. Wandern mit entsprechenden Steigungen eignet sich hervorragend als Ausdauer- und Fitnessstraining – selbst bei kurzen Einheiten von lediglich einer Stunde. Söll punktet zudem mit pittoresken Aussichten. Das tut nicht nur dem Körper gut, auch die Seele genießt einen Kurzurlaub beim Wandern. Stresshormone werden abgebaut, Glückshormone ausgeschüttet, wenn man das Panorama von all den unterschiedlichen Standpunkten aus immer wieder neu entdeckt.

Um sich auf die Tour de Tirol vorzubereiten, treibt es manch ambitionierten Sportler im Galopp hinauf auf die Gipfel. Denn entlang einer atemberaubenden Panoramastrecke findet einmal jährlich in Söll ein Highlight für Läufer aus der ganzen Welt statt. Drei Tage lang dauert das Spektakel. Jeder Tag fordert

eine andere Bewegungsqualität. Die Zehn-Kilometer-Strecke entspricht dem Sunnseitweg. Der Kaisermarathon, die volle Marathonstrecke, hinauf auf den Gipfel der Hohen Salve ringt jedoch auch den Fittesten Respekt ab. Ebenso der Pölven Trail, am dritten Tag, eine schlammintensive Herausforderung, wo sich die Teilnehmer meist querfeldein durchs Gelände schlagen. „Optisch wie athletisch herausfordernd“, freuen sich die zahlreichen begeisterten Zuschauer, die traditionell anfeuern.

Die meisten Gäste, die nach Söll kommen, sind Genusswanderer

Das lässt sich bereits zur Morgenstunde in die Tat umsetzen. Ein halbes Dutzend Almen lockt mit Frühstück. Feines aus eigenem Anbau gibt es auf der 400 Jahre alten Aualm. Wirtin Johanna Horngacher begrüßt ihre Gäste in Dirndl und geländegängigen Bergstiefeln. Sie habe ihre Hobbys Kochen, Backen und Dekorieren zum Beruf gemacht, verkündet sie mit einem Lächeln. Die Gastgeberin serviert Leckereien wie ihren Hefezopf mit fruchtigen Marmeladen. Wurst und Speck kommen vom eigenen Vieh, genauso wie Bergkäse, Mozzarella, Butter und Joghurt. Die Frühstückseier dürfen sich die kleinen Gäste manchmal selbst aus dem Hühnerstall holen. So schaut Glück aus.

Kontakt: TVB Wilder Kaiser, Infobüro Söll, Tel.: +43/50 50 92 10, wilderkaiser.info/soell

Almen und Edelbrände sind in Söll Wegbegleiter (l).
Frühstück am Berg (r.)



Grenzenlos Wandern an der Südseite der Alpen

Kärnten – Heimat für Genießer



Österreichs südlichstes Bundesland, auf 280 Kilometern verbunden mit Slowenien und Italien, bietet alles, was das Herz des Wanderers höher schlagen lässt: alpine Traumpfade ebenso wie grünes Hügelland. Und überall spürbar sind südländische Lebensfreude und Lust auf Genuss.

Steil erhebt sich der majestätische Gipfel im Nordwesten Kärntens. Der König der Ostalpen, der höchste Berg Österreichs. Der Großglockner. Mit seinen 3798 Metern blickt er seit vielen Millionen Jahren auf sein Gefolge herab, auf eine Parade von immerhin mehr als 120 imposanten Dreitausendern, die aus Granatspitz-, Goldberg- oder Ankogelgruppe auffragen. Atemraubender als hier präsentieren sich die Alpen kaum irgendwo anders, der Nationalpark Hohe Tauern, dessen Zentrum die Glocknergruppe bildet, birgt eine der eindrucksvollsten Hochgebirgslandschaften der Erde. Kein Wunder also, dass die Nationalpark-Region, seit Jahrhunderten durchweht von Mythen

und Sagen, unter Wander- und Naturfreunden seit jeher zu den Traumzielen zählt. Wer will, kann sich auf großartigen Wanderwegen diese einzigartige Welt entspannt erwandern – und dabei in vollen Zügen genießen. Die reine Gebirgsluft. Die überwältigende Natur. Und die ungewohnte Stille. Denn tatsächlich kann man hier noch tagelang unterwegs sein, auf abgelegenen Pfaden, abgesehen von Hütten und Hotels, von denen viele mit Köstlichkeiten aus der Region aufwarten. Auch die sind ein Genuss, diesmal ein kulinarischer, der sich genauso mit den Jahreszeiten wandelt wie die Landschaft. Denn die Null-Kilometer-Menüs präsentieren einzig die Schätze aus

der Nationalpark-Region, auf den Tisch kommt nur, was auch hier gedeiht. Am besten erschließt sich die ganze Schönheit dieser Gebirgslandschaft auf dem „Alpe-Adria-Trail“, jenem 690 Kilometer langen Wanderweg, der in 43 Tagesetappen vom Großglockner durch die Hohen Tauern, entlang der Kärntner Seen, bis nach Muggia südlich von Triest führt – eine Reise durch drei Länder und drei Kulturen, vom Hochgebirge durch weite Täler, über den Karst bis an die geschichtsträchtigen Ufer der blauen Adria. Selbstverständlich lassen sich die einzelnen Etappen des „Alpe-Adria-Trails“ ganz individuell kombinieren, je nach Zeit, die zur Verfügung steht; selbst das Gepäck können die Wanderer den Organisatoren überlassen, die im Übrigen auch einen Shuttle-Dienst bereithalten, der die Reisenden wieder zum Ausgangspunkt der Tour zurückbringt.

Hier erfahren Sie Näheres:

Nationalpark Hohe Tauern: nationalpark-hohetauern.at

Alpe-Adria-Trail: alpe-adria-trail.com. Das Buchungszentrum Kärnten mit individueller Beratung zum Reisen ohne Gepäck und Mobilitätsservice, für Guided Tours und Etappenplanung ist erreichbar unter Tel.: +43/48 24 27 00 30 oder per E-Mail unter info@alpe-adria-trail.com

Karnischer Höhenweg: Infos und Routenplanung unter nassfeld.at/karnischer-hoehenweg

Informationen zur Urlaubsdestination Nassfeld-Pressegger See | Lesachtal | Weissensee:

Nassfeld-Pressegger See: nassfeld.at/wandern

Lesachtal: lesachtal.com/wandern

Weissensee: weissensee.com

Exkursionsprogramm Magische Momente: naturlust.at

Weitere Informationen gibt es bei berglust.at oder telefonisch unter +43/463 30 00. Eine gute Adresse für den Wanderurlaub am Südrand der Alpen sind auch die Natur-Aktiv Partnerbetriebe, zertifizierte Spezialisten für Alpin- und Wanderurlaube, die in ihren Häusern maßgeschneiderte Service-Angebote für jeden Wanderwunsch bereithalten. Eine Liste aller Natur-Aktiv Partnerbetriebe finden Sie bei natureerleben.karnten.at

So kann man sich ganz den Genüssen hingeben, den tosenden Wasserfällen und murmelnden Bächen, der stillen Beobachtung von Flora und Fauna, dem sonnig milden Klima, der besonderen Küche. Man kann entlang des Weges die Weinberge des italienischen Collio erkunden oder die des slowenischen Goriška Brda. Oder durch das legendäre Goldgräberdorf Heiligenblut streifen, durch das langobardische Cividale del Friuli, durch die Vielvölkerstadt Triest.

Magische Momente auf dem Spielplatz der Natur

Aber natürlich bietet das Wanderparadies Kärnten noch viel mehr, immerhin sorgen mehr als 1000 Kilometer markierte Wander-

wege von bis zu 2700 Metern, lieferten sich im Ersten Weltkrieg drei Jahre lang österreichische und italienische Soldaten einen erbitterten Stellungskrieg. Stumme Zeugen dieser Schreckenszeit – Stacheldrähte, Schützengräben, Soldatenfriedhöfe – sind noch immer Mahnmale für ein friedliches, völkerverbindendes Europa.

Heute zählt der „Karnische Höhenweg“ zu den Traumrouten für Alpenwanderer, elf Hütten bieten Kost und Logis. Entlang des Karnischen Alpenkamms finden sich weitere herrliche Urlaubsziele. Der Erlebnisraum Nassfeld-Pressegger See zum Beispiel, im Herzen des GeoParks Karnische Alpen, das den Wanderern spannende Einblicke in 500 Millionen Jahre Erdgeschichte ermöglicht. Auf dem Geotrail am Nassfeld etwa, der von der Watschiger Alm aus das Gebiet des mächtigen Gartnerkofels erschließt, sind in den Gesteinsschichten versteinerte Armfüßler zu sehen, die fossilen Reste von Farnen und andere Zeugnisse aus längst vergangener Zeit.

Das Lesachtal an der Grenze zu Italien wiederum wurde vielfach ausgezeichnet als „schönstes Hochtal der Alpen“, als das „um-

weltfreundlichste Tal Europas“ und als „Landschaft des Jahres“. Abseits des Massentourismus gelegen, gilt es als Traumziel für die Freunde des Bergsports. Geprüfte Berg- und Wanderführer laden zu geführten Touren ein, in ausgewählten Unterkünften liegt für spontan Entschlossene die passende Ausrüstung bereit. Und wer möchte, kann sich vom Wandertaxi am Ziel wieder abholen lassen.

Als „Spielplatz der Natur“ präsentiert sich der Naturpark rund um den Weissensee. Hier kommen Sports- und Fitnessfreunde voll auf ihre Kosten: Zwölf Laufparcours, neun ausgesuchte Wanderrouten, Trails für Nordic-Walking und Bike-Strecken mit atemberaubenden Seeblickchen laden zum Aktivsein ein. Und danach ist Entspannung angesagt: auf duftenden Liegen aus Lärchenholz, an ausgesuchten Plätzen rund um den Weissensee. Ausgestreckt auf den Holzliegen schweift der Blick dann über das beruhigende Grün der Tannen und Fichten, über den im Sonnenlicht glitzernden See mit seinen türkisblauen Buchten und zu den umliegenden Bergen.

Ein besonderes Highlight für Wanderfreunde sind Kärntens Magische Momente. Dabei lässt sich auf geführten Touren die Magie der Welt buchstäblich mit allen Sinnen begreifen. Ob bei Wildtierbeobachtungen mit Nationalpark-Rangern, ob bei nächtlichen Sternentouren, ob bei der Sonnenaufgangswanderung am Gipfel des Falkert oder bei einer Gletscherwanderung – überall begegnen die Wanderer hier derselben Hauptdarstellerin: einer überwältigend schönen Natur. ■



„Endstation Sehnsucht“ für Freunde des Bergsports und der unverfälschten Natur: Das Lesachtal an der Grenze zu Italien auf mehr als 1000 Meter Höhe gilt als schönstes Hochtal der Alpen.

wege dafür, dass wirklich jeder Urlaubswunsch in Erfüllung geht – ob Kurz- oder Weitwanderung, ob allein, romantisch zu zweit oder mit der ganzen Familie.

Zum Beispiel in Kärntens Südwesten. Der wohl bekannteste Bergwanderweg dort ist der „Karnische Höhenweg“, 155 Kilometer, verteilt auf acht bis elf Etappen. „Via della pace“, Friedensweg, heißt er heute auch offiziell. Denn hier, entlang des Karnischen Kamms in Höhen

Ich bin dann mal e-biken Unterwegs mit ASI Reisen

Das E-Bike schafft sowohl für Genussradler als auch sportlich ambitionierte Fahrer attraktive Möglichkeiten. Ganz aktuell bietet das Unternehmen zwölf E-Bike- und Radreisen an. Das Spektrum reicht von individuellen Touren zum Wunschtermin mit Gepäcktransport bis hin zu geführten Reisen in Kleingruppen mit geprüftem Radguide. Eine abwechslungsreiche Genussreise ist zum Beispiel die 550 Kilometer lange Radtour über die Alpen ans Meer. Beginnend in München, führt die Tour entlang der Isar vorbei an Tegernsee und Achensee über den Brenner zu den historischen Orten Südtirols, vorbei an den Drei Zinnen und bergab dem Meer



sowie der Lagunenstadt Venedig entgegen. Eine andere Tour ist die geführte E-Bike-Reise durch die schönsten Landschaften Südafrikas. Die Tour führt zum Kap der Guten Hoffnung, mit Halt bei historischen Weingütern, in die steppenartige Landschaft der Karoo und an die malerischen Küstenregionen der Garden Route. Am Ende lockt eine Wildtierbeobachtung im Addo Elephant National Park. Ob Mallorca, mit schroffen Felsformationen und rauschenden Küsten, oder Apulien, mit geheimnisvollen Höhlen und wunderschönen Hafenstädten – für jeden Geschmack und jede Konstitution ist hier etwas dabei.

Info: asi.at/rad

So nah und doch eine andere Welt Kapverdische Inseln aktiv erleben



Ein Wanderparadies im Atlantischen Ozean? Eine Reise zu den Kapverdischen Inseln kombiniert Berglandschaften mit wunderschönen Stränden und malerischen Dörfern: mal tropisch grün, mal wüstenhaft, mal zerklüftete Bergwelt, mal frucht-

bare Plantagenlandschaften! Für Trekking-Freunde ist die dreitägige Tour durch die Bergwelt Santo Antãos ein Highlight. Auf alten Steinpfaden wandert man entlang grandioser Steilküsten nach Chã de Igreja und erlebt kleine Dörfer mit beeindruckenden Klippen- und Küstenabschnitten. Der Aufstieg auf den Vulkan Pico do Fogo gibt eine atemberaubende Aussicht auf grüne Tropentäler und den tiefblauen Atlantik frei. Hier übernachtet man bei einer einheimischen Familie – da kann die kapverdische Lebensfreude überspringen! Die Tanz- und Musikkultur des Landes lebt in der quirligen Hafenstadt Mindelo: Bei einem Workshop gibt es Einblick in die Kunst des Gitarrenbaus, und die Gäste können sich mit den Künstlern austauschen. Zeit zum Relaxen bleibt am schönen Strand des Örtchens Tarrafal. Die grandiose Natur der vier Inseln Fogo, Santo Antão, São Vicente und Santiago entdeckt man bei World Insight Erlebnisreisen in 15 Tagen ab € 2.399,-. Im Preis enthalten sind Flug, Rundreise, deutschsprachige Reiseleitung, Eintrittsgelder und Rail & Fly-Fahrkarte.

Info: world-insight.de

Biken und Baden in Leukerbad

Könnner oder Ungeübte – für jeden ist etwas dabei

In Leukerbad im Wallis sind Mountainbiker herzlich willkommen. Über 20 Bike-Touren mit insgesamt 10.000 Höhenmetern und 300 Kilometern Länge gibt es hier. Alle Routen sind E-Mountainbike-tauglich. Passende Strecken gibt es für Einsteiger und Profis. Neu ist der „Torrent-Trail“: Wellig und sandig passt sich dieser der natürlichen Topografie des Berges an. Für Könnner bietet er ausreichend Gelegenheiten zu Sprüngen und rasanten Kurvenfahrten. Ungeübte und Kinder können ihn aber genauso gut fahren. Leukerbad mit seiner langen Tourismus-Tradition ist der größte natürliche Thermalbadeort der Alpen. Das Thermalwasser sprudelt mit 51 Grad Celsius aus den Quellen in die Becken der Thermen. Einen besseren Ort



für die Entspannung nach einer langen Mountainbike-Tour kann man sich nicht wünschen. Ein willkommenes Zuhause für Biker ist das Parkhotel Quellenhof gegenüber der Alpentherme. Gäste des Hauses haben freien Zutritt zur Therme. Die Torrent- und die Gemmi-Bergbahnen nutzen sie ebenso kostenfrei wie die Sportarena mit Kletterwand, Squash-, Tennis- und Badminton-Plätzen, Minigolf und mehr.

Info: bike-holidays.com; leukerbad.ch



Panoramaapp



DAV Panorama als App

NEU



- DAV Panorama jetzt immer dabei
- im Archiv stöbern
- bequem online/offline blättern



Zwei Stars in einem Beutel

DER NEUE CASHEW-CRANBERRY-MIX VON SEEBERGER

Manchmal kommt es erfreulicherweise zu besonders harmonischen Verbindungen: So sind Cashewkerne und Cranberrys von Seeberger zweifellos ein wahres Dreamteam unter den Snacks. Die naturbelassenen Cashewkerne sind knackig geröstet und beeindrucken mit ihrem mild-süßlichen Geschmack. Die ganzen Cranberrys sind besonders fruchtig mit einer feinen süß-sauren Note. Die wertvolle Mischung ist ab sofort im neuen Zipper-Standbeutel erhältlich. Durch den Wiederverschluss bleibt der Mix länger frisch und lässt sich ganz einfach portionieren. Ideal für zu Hause oder unterwegs als Wegzehrung beim Wandern.

Preisempfehlung: € 2,99 (150 g), seeberger.de



Die Flasche zum Anziehen

EIN HERZ AUS GLAS IST IHRE STÄRKE

Bei Getränkeflaschen gibt es eine einfache Regel: „Du bist, woraus du trinkst.“ Viele Getränkeverpackungen verfälschen den Geschmack, sind nicht hygienisch oder enthalten sogar gesundheitsschädigende Stoffe. Nur Glasflaschen erhalten die Energie, den Geschmack und die Reinheit eines Getränks in vollem Umfang. Und genau deswegen ist das Herz von Emil eine immer wieder befüllbare Glasflasche, sicher „verpackt“ in einem schützenden und zierenden BottleSuit®. Die Glasflasche von Emil ist absolut geschmacksneutral, hygienisch, auch für Tee, Saft oder Milch geeignet, frei von gesundheitsgefährdenden Stoffen, bis 60 Grad Celsius befüllbar, spülmaschinentauglich, recycelbar und umweltfreundlich.

Preisempfehlung ab € 16,50, emil-die-flasche.de



Leicht und doch voller Genuss

DER FEDER 6.0 FÜR UNTERWEGS ODER ZUM AUSKLANG DER TOUR

Für bewusste Genießer charaktvoller Weine gibt es jetzt den Feder 6.0 Rosé mit moderatem Alkoholgehalt. Der Feder 6.0 Rosé präsentiert sich mit spielendem Körper, ist dabei wunderbar fruchtbetont, mit einer fein balancierten Süße und einem dezenten Duft nach Himbeeren und Litschi. Ein Hauch von Stachelbeere erweitert das Aromenspektrum. Ein leichter Sommerwein mit nur 6,0 Prozent Alkoholgehalt von den Weingärtnern Cleebrohn-Güglingen. Ideal für Wanderer, die mittags auf einer Tour nicht auf ihren Wein verzichten und anschließend noch weitere Kilometer zurücklegen wollen, oder aber für den stilvollen Abend am Ende der Tour.

Preisempfehlung: € 5,20, cleebrohn-winzer.de

Funktionsjacke Thordis

PRAKTISCHE PACKAWAY-JACKE FÜR ALLE FÄLLE

Auch bei strahlendem Sonnenschein sollte man nicht vergessen, eine Jacke mitzunehmen, die warm hält und vor Wind und Regen schützt. Denn das Wetter ändert sich in den Bergen schnell. Solch eine Jacke ist die klein verpackbare, wasser- und winddichte Funktionsjacke Thordis von Maier Sports mit der leistungsfähigen mTEX-10.000-Membran. Die umweltfreundliche PFC-freie Imprägnierung ist biologisch abbaubar und waschbeständig. Das elastische Material sorgt für viel Bewegungsfreiheit. Eine abtrennbare Kapuze, die sich im Kragen verstauen lässt, gehört ebenso zur Ausstattung wie ein wirkungsvolles Ventilationssystem, das ein gutes Körperklima gewährleistet. Agion Active™ eliminiert unangenehme Gerüche.

Preisempfehlung: ab € 189,95, maier-sports.com



C3 CARBON POWER LOCK

GO CARBON, EXTREM LEICHT, STABIL UND SICHER

Ob beim Genusswandern oder auf Expedition im Himalaya, weniger Gewicht bedeutet mehr Ausdauer und Sicherheit. Carbonstöcke sind verglichen mit Aluminiumstöcken deutlich leichter, steifer und können nicht korrodieren. Der Komperdell C3 Power Lock ist die perfekte Mischung aus leichtem Carbon und hochfestem Titanal. Trotz robuster, langlebiger Konstruktion bringt er nur unglaubliche 214 Gramm auf die Waage. Der bewährte Powerlock-3.0-Verschlussmechanismus sorgt für sicheren Halt und rasche, unkomplizierte Längenverstellung. Mit einem Packmaß von nur 68 Zentimetern sind die Stöcke schnell am oder im Rucksack verstaut. Der Foamgriff und die gepolsterte Trekkingschlaufe bieten ein angenehmes Griffgefühl. Erhältlich auch in Compact-Version mit 120 Zentimeter Länge, 57 Zentimeter Packmaß und 190 Gramm pro Stock.

Preisempfehlung: € 109,95, komperdell.com



MOUNTAIN EQUIPMENT drirelease® Kollektion

**GROUNDUP, EQUINOX,
RELDINE LS & STRIPE TEE**

Wer glaubt, Funktionshirts müffeln, der irrt gewaltig! Das seit Jahren bewährte Groundup Shirt wird nun ergänzt durch eine bunte Kollektion aus Shirts und Longsleeves – allesamt geruchsneutral und mit der Haptik von Baumwolle. Möglich wird dies mit drirelease® Tencel, einer elastischen Faser-mischung, die Feuchtigkeit gut aufnimmt und schnell trocknet. Das „Geheimnis“ liegt in der Polygiene®-Aus-rüstung: Diese unter-bindet die Geruchs-bildung. Damen- und Herrenkollektion erhältlich.

Preisempfehlung: ab € 39,90,
mountain-equipment.de



NEU! Hochreflektierende Trekkingsschirme

**MEHR SICHERHEIT BEIM WANDERN
UND AUF TOUREN**

Wie oft passiert es, dass man bei Wandertouren schließlich doch noch in die Dunkelheit kommt und auch von Regen nicht verschont wird! Da ist es gut, wenn man beim Überqueren oder Wandern an einer Landstraße schon von Weitem von Fahrzeugen ge-sehen wird. Der führende Hersteller von Trekkingsschirmen – Eberhard Göbel, bekannt unter der Marke Euroschirm – hat nun bei nahezu allen Modellen sein Sortiment mit der Option zusätzlicher Sicherheitsre- flektoren auf schwarzem Bezug erweitert. Alle Trekkingsschirme sind erhältlich bei führenden Sportfachgeschäften oder auch online.

Mehr unter: euroschirm.com

Lowa Lavaredo GTX

SO KOMFORTABEL KANN TREKKING SEIN

Dieser Schuh ist die beste Wahl für alle anspruchsvollen Touren in Mittelgebirgen und Alpen. Denn mit diesem Schuh wird Trekking angenehmer und komfortabler. Dafür steht schon das Innenleben. Passform und Komfort sind aufgrund der bewährten Lowa-Leisten und des weichen Kragenabschlusses perfekt. Vor- und Mittelfußteil sind aus einem durchgängigen Stück Nubukleder gearbeitet, was Druckstellen vermeidet. Ein Schuh mit höchstem Komfort, höchstem Halt und höchster Sicherheit. Mit flexibler Schnürung für perfekte, Lowa-typische Passform. Und wenn der Weg anspruchsvoller wird als gedacht, können Wanderer trotzdem ganz ent-spannt sein. Denn die von Lowa speziell für Trekking konzipierte Trac-Lite-II-Sohle bietet mit ihrer Bi-Density-Konstruktion eine her-vorragende Führung und Unterstützung des Fußes und somit einen hervorragenden Gehkomfort.

Preisempfehlung € 199,95, lowa.com



Nikwax Tent & Gear SolarProof

IMPRÄGNIERT UND SCHÜTZT

Nikwax Tent & Gear SolarProof® verlängert die Lebensdauer von Zelten und Outdoor-Ausrüstung aus Kunstfasertextilien, indem es sie nicht nur imprägniert, sondern auch vor schädlicher UV-Strahlung schützt. Er-hältlich als Pumpspray oder Konzentrat. Die Menge im praktischen Beutel – ausreichend für die Imprägnierung eines ganzen Zelttes – passt fast schon in die Ho-sentasche. Umwelt (92 Prozent we-niger Verpackung) sowie Geldbeu-tel (günstiger Preis) werden dabei geschont! Wie sämtliche Nikwax®-Produkte wird Tent & Gear SolarProof® auf Wasserbasis hergestellt, ist zu 100 Prozent PFC-frei und kommt ohne schädliche Lösungsmittel oder Treib-gase aus.

Preisempfehlung: ab € 12,- (150 ml, Konzentrat), nikwaxwebshop.de



Leki Chiller oder Breeze

FINDE DEINEN PLATZ!

Effect chairs – kompakte, leichte und komfortable faltstühle. Für Campingplätze, Festivals, Strände und mehr – einfach für jeden. Passt bequem in Tasche oder Rucksack, ist im Handumdrehen auf-oder abgebaut. Man sitzt so bequem, dass sich jeder das Aufstehen zweimal überlegt. Die jahrzehntelan-ge Erfahrung von Leki im Bereich der Aluminium- veredelung sorgt für höchste Qualität. Mit dabei ein Getränkehalter sowie eine prak-tische Transporttasche, die als zusätzli-cher Stauraum per Klettband an den Stuhl angebracht werden kann. Ver-fügbare in den Farben Anthrazit, Sand, Olive und Rot.

Preisempfehlung: ab € 99,95, leki.com



Salewa Pedroc Bermuda DST Shorts

OPTIMALER SITZ UND BEWEGUNGSFREIHEIT

Leichtigkeit lautet das Stichwort beim Mountain Training – eine Grundvoraussetzung, die die knielange Pedroc Bermuda DST Shorts mühelos erfüllt. Die Hose aus voll flexiblen Durastretch-Material ist abriebfest, wasserabweisend, schnell trocknend und atmungsaktiv. Hinzu kommt ein UV-Schutz von 50+ – ideal für das Training an heißen Sommertagen. Für optimalen Sitz und Bewegungsfreiheit versieht Salewa die Pedroc-Bermuda mit einem elastischen Bund mit Silikonaufruck und setzt einen Zwickel ein. Alle Nähte sind flach gefertigt, um ein eventuelles Scheuern auf der Haut zu verhindern. Erhältlich für Damen und Herren.



Preisempfehlung: € 80,-, salewa.com

Wunderbare Welt zum Greifen nah

DAS EL 32 VON SWAROVSKI OPTIK

Das Kompaktfernglas ist überall dabei und ermöglicht unvergessliche Erlebnisse in ungeahnter Sehschärfe. Die speziellen Field-Flattener-Linsen, fluoridhaltige HD-Linsen für ein Maximum an Farbtreue mit bewährter Swarovision-Technologie erzeugen ein nahezu ebenes Bild, das bis in den Randbereich gestochen scharf ist – so lassen sich Tiere in freier Wildbahn beobachten oder die Pflanzenwelt bis ins kleinste Detail entdecken. Die neue drehbare Riemenanbindung passt sich jeder Bewegung an. Das Fokussierrad ist leicht bedienbar – dank weicher und griffiger Gestaltung. Der Dioptrieausgleich besitzt eine Sperrfunktion.



Preisempfehlung: ab € 1.970,-, swarovskioptik.com

Vaude Alpin-Rucksack Scopi 22 LW

LEICHTER ZUM GIPFEL

Auf dem Weg zum Gipfel zählt jedes Gramm. Vaude verzichtet beim Scopi-Rucksack auf unnötige Technik-Features zugunsten eines geringen Gewichts und einer minimalistischen Optik. Der ultraleichte Tourenrucksack mit praktischem Wickelverschluss wiegt unter 600 Gramm. Mit wahlweise 22 oder 32 Liter Packvolumen bietet er genug Platz für schnelle Gipfelerlebnisse. Der Scopi LW besteht aus leichtem, silikonisiertem und wasserresistentem 40-D-Rip-Stop und robustem 200-D-Polyamid. Mit bewusst schmal gehaltener Form, um Kletter-Bewegungen nicht einzuschränken, ist die Ausstattung ganz auf alpine Fast-and-Light-Touren abgestimmt. Erhältlich in edlem Felsgrau oder leuchtendem Lava-Rot.



Preisempfehlung: € 100,- (22 l) und € 120,- (32 l), vaude.com



Soventol® Protect

ZUVERLÄSSIGER SCHUTZ GEGEN MÜCKEN UND ZECKEN

Stechende oder blutsaugende Insekten können uns leicht einen schönen Sommertag vermiesen. Vorbeugung spielt deshalb eine wichtige Rolle. Auch, um uns vor schwerwiegenden Erkrankungen wie etwa Borreliose oder vor dem Zika-Virus zu schützen. Das Intensiv-Schutzspray gibt es in zwei Varianten: zur Mücken- und zur Zeckenabwehr. Soventol® Protect schützt bis zu sieben Stunden, ist wasserbeständig und schwitzfest. Darüber hinaus punktet das Spray mit angenehmem Geruch und guter Verträglichkeit, die die Anwendung schon bei Kindern ab einem Jahr möglich macht. Ein weiteres Plus ist das praktische 360-Grad-Sprühsystem, mit dem sich auch Waden, Füße und Rücken bequem einsprühen lassen. Soventol® Protect ist in Apotheken erhältlich.

Preisempfehlung: € 9,95, soventol.de

Exolight Texapore XT Jkt

WASSERDICHTER SOFTSHELL-JACKE FÜR MÄNNER

Hochtechnologische Spitzen-Performance und umfassenden Watterschutz garantiert die Exolight Texapore XT Jacke. Die 3-Lagen-Jacke überzeugt durch einzigartige Materialien, Haptik und Tragegefühl. Das atmungsaktive, elastische und luftdurchlässige Texapore Softshell Air+ hat eine weiche, hautfreundliche Innenseite. An den besonders strapazierten Bereichen zeigt sich das hohe Leistungsniveau der Texapore-Materialien: die außerordentlich hohe Atmungsaktivität der Infinity-Technologie und die besonders hohe Hyproof-Wasserdichtigkeit zusammen mit Softshell-typischem Stretch-Komfort. Die Jacke ist leicht und klein, die Kapuze rundum ergonomisch einstellbar und helmkompatibel.



Preisempfehlung: € 399,95, jack-wolfskin.de

PLZ 20000-29999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Oldenburg:
Gaststraße 6
26122 Oldenburg
Tel.: 0441 - 99 87 666

Wilhelmshaven:
Parkstraße 2
26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 - 99 42 87

Bremen:
Domshof 14-15
28195 Bremen
Tel.: 0421 - 33 65 523

www.unterwegs.biz

PLZ 60000-69999



**McTREK
OUTDOOR SPORTS**

**JETZT 37X
IN DEUTSCHLAND**

+ Online-Shop unter:
www.McTREK.de

Info-Telefon: 0 61 81 - 95 26 30
(Mo. - Fr. 08.00-18.30 Uhr / Sa. 09.00-13.00 Uhr)

PLZ 90000-99999



**LAUF BERG
KÖNIG**

... direkt am Arnulfplatz

Neuhausstrasse 4 | 93047 Regensburg | 0941 - 646636 - 0

... unser Onlineshop für hochwertige Lauf- und Bergsportartikel! ...
WWW.LAUF BERG.DE

PLZ 40000-49999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Münster
Rosenstraße 10-13
48143 Münster
Tel.: 0251 - 48 82 08 34

Duisburg
Kasinostraße 13-15
47051 Duisburg
Tel.: 0203 - 28 52 80

www.unterwegs.biz

48143 Münster: terracamp Reiseausrüstungen
Aegidiimarkt 7, Tel. 02 51/4 57 77, 800qm Zeltausstellung.
An der Hansalinie 17. www.terraccamp.de

PLZ 60000-69999



Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe

**schuh
keller**
Perfektion. Tradition. Qualität.

Wredestraße 10
Ludwigshafen am Rhein
Tel. 0800 / 5112233
bergschuh-keller.de



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Erfurt:
Schlösserstraße 28
99084 Erfurt
Tel.: 0361 - 601 77 80

93086 Würth/Do.: Der Ausrüster, Ludwigstr. 7,
Tel.: 09482-3738; www.der-ausruester.de

PLZ 80000-89999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Hamm:
Ritterstraße 2
59065 Hamm
Tel.: 02381 - 927 259

www.unterwegs.biz

80337 München: OUTDOOR-SCHUHE - Fachgeschäft für
Tropen-, Berg- und Trekkingschuhe, Kapuzinerplatz 1,
Tel. 089/74 66 57 55

85049 Ingolstadt: SPORT IN Spezialgeschäft für Bergsport,
Trekking, Skitouren, Klettern. Friedrichshofenerstr. 1d.
Tel. 0841/9936720, www-sport-in.net

INTERNET

Active Peru Travel www.activeperu.com

Zillertal-Vermietung ganzjährig-FEWO,direkt
an der Skiroute Aschau, Familie bis zu 6
Personen,Kontakt:info@apart-tiefenbach.at

PLZ 50000-59999



give your
dreams a chance

nepalwelt-trekking.com

adventure trekking culture



alpenchalets.com

Schweiz + franz. Alpen
Skihütten und Chalets online buchen
beim Spezialisten, für 4-24 Personen.
Tel. +49 7214672475
info@alpenchalets.com - www.alpenchalets.com



INDIVIDUELLE BHUTAN-REISEN
vom Experten

Info: +49. 8362. 9308672 | www.berghorizonte.com



KORODIN
Herz-Kreislauf-Tropfen



Wandern mit den Profis!
150 Touren in den Alpen

alpinschule-oberstdorf.de



Skurlaub auf der Hütte!
500 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers.
in den besten Skigebieten der Alpen
Katalog: 02 51/ 899 05 30
Online buchen/Katalog ordern:
www.Frosch-Ferienhaus.de



GEMEINSAM UNTERWEGS ALPIN
AMICAL TREKKING
EXPEDITION

KATALOG ANFORDERN:
Walsenstr. 5 - 87561 Oberstdorf
Tel.: 08322.9874788
www.amical.de - info@amical.de



Berglust im Tiroler Ötztal

Wandererlebnis ab
€ 53,- p.P. inkl. Halbpension

A-6441 Niederthal 12a 0043/5255/5509
WWW.TAUFERBERG.COM



Bergwandern
im Rofan am Achensee
„Das Kletter- und Wandergebiet in Tirol“

Der Klassiker: **5-Gipfel Klettersteig**

Doppel FR: ab € 30,-
Mehrbett FR: ab € 23,-
„Die schönste Zeit zum Wandern“

Berggasthof Rofan
Telefon 0043-524-35058
E-Mail: rofan@achensee.com
www.berggasthof-rofan.com



**Wanderurlaub im
Land- und Appartementhaus Empl**
7 UN im Panorama-DZ inkl. Verwöhn-HP
und gef. Wanderungen ab € 399,-/P.

Appartements für 2 Pers. ab € 54,- p.T.
Appartements für 4 Pers. ab € 75,- p.T.
Buchacker 4; 5621 St. Veit im Pongau
Salzburger Land; Tel.: 0043 / 64 15 61 24
www.landhaus-empl.at



ALPENGASTHOF - PENSION
PRAXMAR
Wirtshaus SCHWARZERHORN

Alpengasthof Praxmar
www.praxmar.at

Auf 1.700 m, im Sellraintal in Tirol,
macht auch Ihr Auto Urlaub!
Zimmer ab € 36,- / App. ab € 50,-
ÜN p. P. inkl. Frühstück

INDIVIDUELLE TIBET-REISEN

vom Experten

Info: +49. 8362. 9308672 | www.berghorizonte.com



PIEMONT PUR

Wandern & Antipasti

+49 (0)8192 933 73 24
www.piemont-pur.com

Wanderparadies für jung und alt mitten in den Dolomiten

Familiär geführtes Berghotel am Rande des Naturparks Puez-Geisler. Kulinarische Überraschungen. Gratis- und Inklusiveleistungen. **NEU: Freiluft Panorama Whirlpool!** Fragen Sie nach unserem Hausprospekt! **Sie kommen als Gast und gehen als Freund!**

HP ab € 49,- p.P. inkl. **BRIXEN CARD**

BERGHOTEL SCHLEMMER *** I-39042 PLOSE/BRIXEN - Palmschoß 294/5 - SÜDTIROL
Tel. 0039 0472 521 306 • www.berghotel-schlemmer.com • info@berghotel-schlemmer.com

Spanien  **Abanico**
Wandern und Trekking
Sierra Nevada – Pyrenäen – Küstenwandern
Tel. 0711-833340 • www.abanico-reisen.de

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona
ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN
Bergschule Oberallgäu
www.alpenschule.de ☎ 08321/4953

Wo es am schönsten ist: Dolomiten - Südtirol,

I-39050 Eggen/Deutschnofen, **Hotel Latemar** ★★★ Pichler Arnold & Co.KG, Dorf 39

HP mit Frühst.-buffet, 4-Gänge-Abendessen, DZ, **pro Pers. u. Tag € 49,00** (6.8.-3.9. € 54,00). **7-Tage-Paket** mit gef. Wanderungen, Sauna, 1 x Whirlpool, Grillabend, **HP ab € 309,00** bis max € **366,00**, Kinder im Elternzim. stark ermäßigt/umsonst. Gemütlicher Familienbetrieb, neu, große Zimmer, jeder Komf., Sauna, Wellness. Mehr Info: www.hotel-latemar.it, Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054

Reisch Reisen
Geführte Individualreisen mit verlässlichen Partnern vor Ort:
Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania, Indien, Armenien, Georgien u. v.m.
Tel. 089 8505560, www.reisch-reisen.com

[Räer]
AUSRÜSTUNGEN
MOLESKINHOSE BW
Zum Top-Preis:
24,66 € + 4,95 €
Versand
www.raer.de

www.berghuetten.com

Schmalfilm und Video auf DVD
www.filme-sichern.de
Tel.: 08458/381473

Antihydral®
Gegen starke Schweißabsonderung zur Anwendung auf der Haut

Chile – auf den Spuren von Bruce Chatwin

Unsere individuellen Wanderstudien- und Naturerlebnis-Reisen bieten Ihnen erprobte Routen, kleine Gruppen und gemütliche Abende in uns bekannten, inhabergeführten Pensionen. Unsere Erfahrung, Landes- und Artenkenntnisse ermöglichen Ihnen tiefe Einblicke in dieses faszinierende Land.

Chile-Reisen | Dr. Renate Hirschfelder | Tel. +49 (0) 5405 - 2470
www.andes-australes.com | info@andes-australes.com

Outdoorworld-Anzeigen einfach selber buchen!
Mehr Infos unter www.kleinanzeigen.guj.de

mit profis  **am berg**
ES, Alpenüberquerungen, Trekkingtouren, Hochtouren, Kletter- und Klettersteigtouren für jede Leistungsklasse.
BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL www.bergschule.at

Aktivurlaub in den Dolomiten!
Herbstwanderwochen v. 27.08. - 09.10.16
Übernachtungen inkl. Frühstück, 4-Gang-Abendmenü, tgl. Marschverpflegung, geführte Wanderungen mit hauseigenem Wanderführer, Willkommensumtrunk, Galadinner, Benutzung der Wellness-Alm.
P. Pers. ab € 406,- Kinder bis 6 Jahre gratis
Almhotel Lenz****
Hinterbergstr. 3 • I-39030 Olang
Tel. +39-0474-592053
info@almhotel-lenz.com • www.almhotel-lenz.com

madeira islands
Wandern auf Madeira
Zu Fuß lässt sich die Blumeninsel im Atlantik am besten entdecken. 8 Tage – 5 geführte Wanderungen mit qualifizierter, dt. Reiseleitung - Flüge – Ü/HP im DZ ab €1.390,- p.P.
© 0761 - 45 892 890
www.picotours.de
Madeira intensiv
picotours
Termine:
07.07.-14.07.2016 | 01.09.-18.09.2016
13.10.-20.10.2016 | 29.10.-05.11.2016

KLEINANZEIGEN

VERMIETUNGEN

TOSKANA www.toscana-mare.de
Tel. 08662/9913

Ankommen/Wohlfühlen
www.felswelten.de

Finca-Ferienhaus auf Teneriffa
www.finca-vista-del-teide.com

Tirol, uriges Selbstversorgerhaus
im Kaunertal (max. 25 P.), ideal zum
Skifahren, Wandern www.sunna-huette.de

Kleinwalsertal: Herrlich gelegenes
Berghaus wochenweise zu vermieten.
16 Schlafplätze. Anfragen an DAV
Memmingen, Tel. 08331/5258
Di + Do, 17-19 Uhr

2 1/2 Zi. Loft im Waliser Stil bei Zermatt
im Wanderparadies, ruhig, bis 6 Personen,
90 Fr./Tag. Infos unter: +41 79 624 03 21

ALLGÄU ? URLAUB ? www.fewoalp.in.de

Serfaus: 2x3ZiFewo,70qm,Balkon,
langfristig zu vermieten.info@adlerhorst.at

3 Zi. FeWo bei St Moritz, gr. Terrasse, bis
5 Pers., ab 80,- CHF. Tel.: 0821 602173

Altes Bauernhaus hinteres Zillertal
schön gelegen, ganzjährig zu verpachten.
Telefon: 0043 6649/177865

Andalusien: FeHs mit Komfort, Meer +
Bergblick, priv. Pool, ideal zum Wandern,
Meer, Erholung: www.villa-andalusien.de

Caldonazosee direkt am See FH für max.
9 Pers. zu vermieten 0171/5237805

Herrliche, ruhige Fewo: Super Panorama
auf Zugspitze, Top Lage nahe GAP, Sauna
Hallenbad. www.fewo-edelweiss.com

Wallis: Chalet auf 2.000m 0163 7433554

Allgäu-Oberstdorf-Region, bis 14 Pers.
FeWo/Zi www.alte-sennerei.jimdo.com

IMMOBILIEN

Kärnten/Gerlitz im Ski+Wander-
Paradies, Holzhaus (ca. 85qm) + 5.700
Grund, Traumblick aus 1500m,
187.500 € T. 0171-2766929

Wörthersee: Ferienhaus 267.500€
Sauna, Dampfbad, Weinkeller,
Kachelofen T. 0171-2766929
harald_recher@hotmail.com

Fe.App. Garmisch Bergbl. 0173-2809359

Kl. **DHH im OA** bei Buchenberg Bj.1995
bisher nur als priv. FeWo genutzt.
145.000€ v. priv. => dhh.oa@gmx.de

FeWo. bzw Wohnung im Schwarzwald
5 Zimmer, Maisonette, 2 Bäder, Balkon,
114qm, Garage+Stellplatz in ruhiger Lage
von privat zu verkaufen Tel. 01715802553

FeWo Südtirol nahe Brixen, 80qm,
3Zimmer, Bad, Küche, vollmöbliert, Blk,
Kachelofen, Preis VB. Tel.: 089 575542

VERSCHIEDENES

Dei' Berg - Dei' G'wand
www.bergmaennle.de

VATER & SOHN Seminare
www.skanskan.jimdo.com

Schmuck aus Kletterseilen und
Reepschnüren unter www.patikreli.de

REISEPARTNER/IN

Neuseeland: Natur-, Kultur-, Erlebnisreise
durch eines der schönsten Länder auf
dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harald
Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch
faszinierende Landschaften reisen.
Tel. 07551/301166 www.harrytours.de

Polarlichterreise www.thewhiteblue.de

„Kemm' ma zam - find ma zam“
gemeinsame Gipfelfreuden für
Solo-Wanderer auf der Pfeishütte im
Karwendel.

Termin: 23.-25. September 2016
Nähere Infos unter www.pfeishuette.at
oder info@pfeishuette.at

Suche entspannte Mitstreiter/in
für selbstorganisierte
Tegernsee-3Zinnen-Biketour im
September 2016. formelino@web.de

BEKANNTSCHAFTEN

Rm8, 38 J, m. Suche Begleiter für alpine
Projekte (T3/T4). PenCatchUp@gmail.com

W 60 + / - 5 Jahre für Wandern / Radeln
Raum Sachs Thür von ihr/akad. gesucht
Dr.Eisenreich@web.de

M: Gründung Allgäuer Stammtisch
Bisch d'rbei? naturfreuden@web.de

Wünsche mir (w, 75) reiseerfahrenen,
netten Begleiter für Piemont, Pyrenäen, oa
für Wandern/Kultur. bergherbst@web.de

Allgäu/Bodensee: W. sucht Tanzpartner
versch. Stile > 50/175 ahhd@web.de

Rm 79: Suche Wanderfreunde in FR und
Umgebung für Schwarzwaldtouren am
Wochenende (w/45). 20walk16@gmx.de

Rm7: Suche sportliche, nette Leute 50+
fürs Klettern, Rennradeln, Bergsteigen
und Campen. Gerne auch in südlichen
Gefilden. luna999@gmx.de

SIE SUCHT IHN

S-TÜ: GEMEINSAM die Alb erradeln, im
See baden, Berge erwandern, im Regen
spazieren, Zweisamkeit & Geselligkeit
leben...mit DIR?! Ich (50; 1,60; aktiv,
natürl., viels. interessiert) freue mich auf
DICH! (mB= :-)) zuhause3@gmx.net

Raum88 Hallo ihr Männer, ich bin 55,
habe 4 Erwachsene Kinder, viele Freunde,
meine Arbeit füllt mich aus und eine
jungen Hund der mich auf Trab hält. Jetzt
brauche ich noch einen Mann, gerne auch
jünger, der ab und zu mit mir aufs Bike
oder Rennerle steigt, mit mir läuft oder mit
mir um die Wette schwimmt, auf Berge
steigt und Skitouren führen kann. Na,
passt du zu mir? Dann schreibe, BmB
gisehe@web.de

München, 66J., 165cm: Schlanke Dame
sucht zuverlässigen, gebildeten Partner
fürs Radln, Wandern, Reisen, Kultur etc.
alpenveichen0602@gmail.com

Nicht ohne meinen Rucksack für nah
u. fern, Fels u. Eis, Tropen u. Himalaya,
Abenteurer u. Auszeit. Ich (43, BY, attr.,
sportl., humorv.) freu mich auf dich,
wenn es dir genauso geht! BmB an
backpacker4life@gmx.de

PLZ 70 (47/170/62) aktive,
selbsterfahrene Outdoor-/Bergziege
(KT/ST/SHT/HT/Trek) sucht Böckchen für
Alltag, Kommunikation und gebirgiges
Weltenbummeln. Selbstverständlichkeiten:
Respekt, Vertrauen, Ehrlichkeit, Treue ...
bergaufundab@schreib-doch-mal-wieder.de

Rm DD+ Su. gleichgesinnt Weltentdeck.
Verlieben im Rom, Kunst in Paris,
Klett. in Thail., Samba auf Kuba. Bin
Anf. 50, 159, schlk. u. gespannt a. dich
pass. Alters. reich-der-mitte@web.de

Rm6.akad.Weltenbummlerin (1,70/40),
sucht sportl., naturbegeisterten,
reiselustigen und offenen Partner
für gemeinsame Erlebnisse.BmB an:
bergereisenleben@gmx.de

Das Leben ist schön!Mit leichtem
Gepäck reisen,dem Herzen
folgen,Sonne,Berge,Schnee,Wurzeln und
Flügel,küssen im Regen,Träume leben.
Machst Du mit?(w,40,164,RmKA/FR)
zusammenvogelfrei@web.de

Rm8: Architektin, mit 66 Jahren bin ich
immer noch erlebnis-neugierig. Suche
Gefährten zum Wandern, Radeln, Reisen
und mehr. lilo5050@web.de

Rm Lpz Ich (58/1.68/NR/schlank)
suche Naturburschen mit Herz für die
Abenteuer des Lebens. Ich möchte mit
dir durch die Natur radeln, wandern,
Kultur & Zweisamkeit genießen. Ich
freue mich auf deine Antwort bmb an
schoenerzu2@web.de

Traunstein: sportliches, naturverbundenes
Mädl (36/160/NR) sucht Gleichgesinnten f.
gem. Untern. u. mehr. bergfex36@web.de

Rm76: endlich Sommer: Sie 46/174+
sportlich und naturverbunden, sucht
aktiven und attraktiven Mann zum
Radeln, Wandern, Campen und was
uns sonst noch so einfällt. BmB:
sommerzauber2016@yahoo.com

Rm45: Lebensfrohe, bewegungsfreudige
Akad. (50+/167/60/NR) möchte mein
Leben mit Dir (52-62/NR/Akad.)
bereichern: Du bist aufgeschlossen,
warmherzig, zuverlässig und genießt
das Leben. Wertschätzung und Respekt
sind für Dich die Basis einer glücklichen
Beziehung, dann freue ich mich über
Deine Post! blue.eyes2016@web.de

Rm4/5 suche sportl.Lebensgefährten
zw.60 u.68 zum Wandern,Reisen,fuer
Kultur u.kulinarische Genuesse. Bin 67/
173.BmB an ter_bar.S-49@gmx.de

Rm Süd-D: Sympathische Akad.,36,
wünscht sich herzlichen, humorvollen
Partner auf Augenhöhe, der auch
die Initiative übernehmen kann, voll
im Leben steht und Familienwunsch
hat. Bist Du begeisterungsfähig und
unternehmungslustig? Dann freue ich
mich auf Deine Nachricht! Bmb an
bergkristall2016@gmx.de

Rm.83Fröhl.schl.sportl.Sie,57,1,65,schl.NR,
sucht flotten „Ihn“NR m.Freude an
Schi,BergNatur,bayr.Lebenskultur
f.v.Glücksmomente
BmB.hochglueck@freenet.de

Nordlicht (60) sucht netten Gefährten m.
Herz, Verstand u. Humor für Berg bis
Meer, der mit mir „einmal um die Ecke“
schaut. der_taubenhaucher@yahoo.de

Natur-, Kultur- und Wanderfreundin, 67
Jahre jung, 164 cm, schlank mit positivem
Geist und warmem Herzen sucht welt-
offenen, humorvollen Begleiter auf vielen
Wegen (60-70 +/-). lissyfer@web.de

Rm 82, Lebenszeitentdeckerin, sportl.,
temperamentvoll (51,168, 60, NR,
Akad.), liebt Natur, Berge, Mee(h)r,
entschleunigt Stille genießen, staunen,
SEIN - mit aufmerksamen, vielseitigem,
kraftvollem und sanftem, ungebundenem
Frühaufsteher. bergundmeer16@gmx.de

Rm8: meinen „Lebensmittelpunkt“ suche
ich, w61/1,67, Akad., Fiona-H@gmx.de

KLEINANZEIGEN

Allgäu: 53, 170m aktive Berggense sucht Gamsbock für gemeinsame Touren und genußvolle Zeiten christine.m63@gmx.de

M: 45/178 mit Kind, lebendig, natürlich, reflektiert, fröhlich, liebt Natur, Berge, gutes Essen und bald dich? BmB an: Sternrausch@icloud.com

Attraktive Münchnerin (48J/170/58kg) humorvoll, warmherzig, liebe Bewegung & Natur, gute Gespräche&Kultur gerne mit Dir gemeinsam. BmB m_femia@gmx.de

Chiengau: Bin 50, nicht dumm, träge oder abhängig. Suche unkompliziertes, sportliches, intell. Unikat für fast alles in Berg und Tal. BmB. gamsbleame@gmx.de

Rm7: Ich, 25/164/57, naturverbunden, humorvoll, suche bodenständigen und fröhlichen Partner 25-32/NR mit Spaß am Wandern, Kultur uvm für gemeinsame Zukunft. BmB: kornblume58@online.de

M/OBB: Müncherin (56/1,60/60/schlank) sucht etwas sportlichen Ihn mit Humor und Bildung zum Wandern und Radeln... berggaemse59@web.de

Rm S: attr. sportliche Bergfee (49), NR, liebe Berge, Reisen und die Lust am Leben. Stehe mit beiden Beinen fest im Leben und suche passendes Gegenstück. BmB an bergzwick@gmx.de

Allgäu: attr., autarke Akad.(60), schlank, blond, NR, sportl.(Berge,Ski,Radl) sucht intell.Mann m. Niveau,Esprit, Herz u.Verstand(+/-60)>1,75m zum lieben,lachen u. Leben zu zweit genießen. BmB. polarlicht13@gmx.de

Berlinerin, 60,176 verw. ,optimistisch, unkompliziert und wanderlustig zu Fuß und mit dem Fahrrad, sucht unternehmungslustigen Freizeitpartner mit Interesse an Kultur und guten Gesprächen. tina0955@gmx.de

Norddeutschland: lebendige und unkomplizierte Hamburgerin, (56/1,63/NR), sucht Dich für Rad-, Kajak-, Klettersteig-, Bergtouren, Lachen und alles, was zu zweit mehr Spaß macht. BmB: trekking-hh@gmx.de

Rm8: Alles, nur keine Langeweile. Quirlige attraktive Naturfreundin (62/164/54) würde gerne mit ebenso flexiblen und unabhängigen Mann mit Herz, Humor und Verstand gemeinsam neue Wege erkunden (Rad, Berg, Meer, Ski, Tennis). BmB: 2016neuewege@gmail.com

Rm 54: Herzblatt von w/48 gesucht. Aktiv, lebenswert, naturlieb. happy.68@gmx.de

Rm8: Wandern, Reisen, Kultur, Tanz, Momente. Heitere Sie 62J/158 sucht Freund. aresane@yahoo.de

R83: Suche Löwe BJ 69-77. Ich (47) bin lebenslustig, sportlich und naturverbunden. Gutes Essen, Tanzen, Kino, Berge und Yoga sind mir wichtig. Willst du Teil meines Lebens sein? Loewemann_77@web.de

Klettern, leben, lieben, lachen, Natur, Kultur...Wer erkundet mit mir 49/169/NR **Nordhessen** und mehr? pe.ra@web.de

Rm Ammersee, Obb., Allg:Lust auf Berge, Lust auf radeln, tanzen, See...findest du das alles auch so schee?Ich (36, lebenslustig, kreativ, naturverbunden)liebe gärtnern, Lagerfeuer, draußen sein und suche einen netten, lustigen Naturburschen in meinem Alter, der Lust auf Abenteuer Leben und auch auf Familie hat. Gemeinsam ists nämlich doppelt so schön! BmB an: zumseeradeln@gmx.de

Rm 5: Gemeinsam durchs Leben wandern: Naturv., aktive u. lebensfrohe Wandersfrau (46,1;63,akad.) freut sich auf warmherz., reflekt., ökolog. inter., sportl. Gleichgesinnten (40-50 J., gerne mit Kindern), um gemeinsam auf neuen Wegen durch die Höhen und Tiefen des Lebens zu wandern. Sonnenstrahlen16@gmx.de

Ortsunabhängig, wohnhaft in 79211. Im letzten Lebensabschnitt noch mal etwas Besonderes zu Zweit starten! Mit dem Rad von Alaska bis Punta Arenas? Was schlägst Du vor? Planen wir doch gemeinsam. Attraktive, liebevolle, nicht nur Sportliche, 70 J. liebt außerdem Ski alpin, LL, Kultur, Reisen,...Ich freu mich auf den passenden Partner! issiblumereich@web.de

RM82: W 45/176 m.HHH sucht Dich für ein harmonisches u. liebevolles WIR, gern m. Anhang. BmB an mycc7@web.de

RM 74 Sie, 56, sucht Ihn für Natur und Kultur, für Berge und Meer, für Höhen und Tiefen, für Sommer und Winter, für immer? Hortense-16@web.de

Nördl.Obb: Bayrisches Madl (30) suacht di, unternehmungslustig, naturverbunden und sportlich. I gfrei mi! sww3@gmx.de

Südschwarzwald/Bodensee/Zürich: attraktive, lebensfrohe Akad., 44/172/63, sucht unkomplizierten, liebevollen Partner bis 50 J. für ruhige und aktive Momente. Hobbies: Natur, Reisen, Lesen, Kultur, moderater Sport, Freunde. aletheia72@web.de

B.TÖLZ/WOR/82:SU.NATÜRLICHEN MANN FÜRS LEBEN50+BERGEUNDDU@AOL.COM

Sachsen/Thüringen: Welcher wetterfeste, unkomplizierte Partner, der ausgeglichen im Leben steht, hat Lust auf genussvoll-aktive Entdeckungen mit natürlicher, reiselustiger Frau 46/1,64/60, die es liebt, sich in der Natur zu bewegen - per pedes oder mit Rad/Kanu/Ski - und die Kultur mag? BmB: plaetlin@gmx.de

RM 01: Musikpoet (188/62/57J.) sucht sportliche Elfe für Nähe im 2. Anlauf - Ski LL, Berge, Rad, Gartensonne - hand.fest.2@gmx.de

RM 7–Remstälerner 53/173/NR, jung, aufgew. u. warmherzig sucht echten Kerl zum Welt erkunden/nah u. fern gerne m. Bus. lecapricorne@web.de

7/8 MTB, Wildnis, Skitour, Kids, (Rad)reisen, raus aus der Stadt. vielseitige, neigschmeckte Schwarzw.-Power-Frau (29) freut sich auf gr. Naturburschen, der das mitmacht und kontern kann ;-) BmB zweipaarschuhe@yahoo.com

S/WN Lust zum gem. Gipfeler klimmen (BT, ST,MTB,RR.),reisen,lachen,Kultur,Nähe spüren,Träume leben... Zu zweit ist vieles einf.schöner. 53/166/58 lively62@gmx.de

Nordlicht (A60, sportl. bis eleg, räuml. flexibel, welttoffen) **sucht Pendant,** >1,70, mit HHH+Niveau, **für Zukunft m Leichtigk.+Tiefgang,** m Interesse an Berg/Wasser/Reisen/Archit./Kunst/Kultur. binnicht0815@gmx.de

Rm8: natürl., sinnl., Akad., 57J, wünscht unabhängigen, starken Mann für Naturerlebnisse nahe und fern. BmB an: Alpwind@t-online.de

ER SUCHT SIE

M, Gefährtin gesucht fürs gemeinsame Alt-werden - Alltag, Berge, Kultur, Reisen, Reflexionen - von Akad./Rente, 64, 186 wallberg@gmx.net

Rm S: Wenn Du (30+) und Ich (Mitte 40, schlk., musikal.,philos.) zu einer Bergtour starten geht's mit uns gleich doppelt bergauf. Freue mich über BmB an bergaufgehen@web.de

Rm 94 Pa/Po/Pan: (48/185/sportlich/NR) suche Dich für KL/KLST/Rad u.v.m. Liebst Du Sternenhimmel, Lagerfeuer und ein Glas Wein mit gutem Essen? Dann melde Dich BmB: bergesonneundmeer@t-online.de

Raum S: Welche sportl. Sie hat Lust auf wandern, klettern, radeln und Spaß mit mir (35/175/70)? BmB m.80@gmx.net

Rm 89: (50/181/athletisch) suche Sie für Klettern/Ski & mi. climbefx@outlook.de

Rm 83, Sportlicher Naturbursch (39,185,68) und mein Seilende suchen Dich! Schlank, flott und abenteuerlustig zum (Aus)Schwärmen und Genießen in Berg und Tal, am Fels und auf Ski, am anderen Ende der Welt oder vor der Haustür und einfach nur fürs Leben BmB: mountainandmore@gmx.de

Rm 90+• Triathlet+Bergfreund,+MTB, LL+Autodachzelt, 49/1.80/Akad. m Werten sucht Yin. BmB. lebenslust11@web.de

Chiengau: blonder Lockenkopf, 54, jugendliche Frohnatur, NR, romantisch und sensibel, trotzdem sportlich und erfolgreich, möchte mit Dir, 40 – 50, durch den Sommer tanzen und das Leben genießen, wandern, reisen, kreativ sein, biken und klettern und was dir noch so einfällt: lebenliebenlachen_1@web.de

Ro/TS, gemeinsam den Sommer genießen? Er, 52, schlank, sportlich, (Berggehen, MTB, Tanzen) humorvoll, mag ausgehen, Kino und ruhige Abende daheim, Grillen mit Freunden, das Meer, Natur und die Stille. Du bist sportlich, spontan, selbstbewusst, 44+-, lachst gerne, magst Nähe und Freiheit, Harmonie, gute Gespräche und verrückte Dinge? BmB an vollmondbaden@web.de

Rm A/LL/M bist Du, NR, humorvoll, natürlich, reflektiert, erwachsen und lebst trotzdem das Kind in Dir? M,52,187,80,Akad.,NR freut sich auf Deine Nachricht mit Bild an: Lutzbg@gmx.de

Obb/Allg Sportbegeisterter, 33 sucht Begleiterin für Wanderungen, gemeinsame Erlebnisse. BmB bergbazi@web.de

München Für Kletteraktivitäten, Bergtouren uvm. suche ich (35J/1,73m/71kg) eine nette, aufgeschlossene Partnerin, die die Natur genauso liebt wie ich:) Gerne mit Bild an IsarTown@gmx.de

Rm 8-9: Naturverb. Bergfreund (27, 1,81) sucht geselliges + kulturint. Madl für dauerhafte Beziehung berge-aoe@web.de

Allgäu, Rm 7, 8, Vorarlberg, Tirol: Attraktives, männliches Wesen (43, prom. Akad., finanz. abgesichert), viel umhergereist, dkl.-haarig, naturgeockt und blauäugig (nur die Augenfarbe!) schätzt Esprit und Natürlichkeit, Spontanität und Sinnlichkeit, Humor und Ehrlichkeit ... (P.S. gibt es von mir auch!). Vielleicht findest Du (zw. 30-40, gerne mit Kinderwunsch) heraus, dass genießen zu können und durchtrainiert zu sein, kulturell ambitioniert und sozial engagiert, berg- und parkettfest zu sein, für mich keinen Widerspruch darstellt. Freue mich! resonanzen@gmx.net

KLEINANZEIGEN

Rm88 M/44/190 Vielseitiger, sportl. & attraktiver Er, vorbelastet und mit HHH, liebt Natur, Berge, Tanzen, Wassersport u. alles was das Leben interessant macht. Suche aktive, spannende Lebenspartnerin (bis 40 J.) für gemeinsame Zukunft. BmB Sky_of_Stars@web.de

Bodensee: Er, 36J. sucht Dich mit Sinn für Familie. zuzweit2016@web.de

Rm8: Sportlich, lebenslustiger, humorv. Akademiker (33/1,80) freut sich auf DICH. Suche passendes Gegenstück für Wandern, Reisen, Klettern, Tanzen, Kultur und was das Leben alles zu bieten hat. Bist du bodenständig und gerne in der Natur unterwegs? Dann traue Dich. tom-007@gmx.de

Geburtstagsgeschenk im Allgäu gesucht: für unseren guten Freund (33 J. / liebt Natur, Garten, Fotografie uvm.) suchen wir ein liebes Bergmädchen! Melde Dich unter allgaeuer.bergliebe2016@gmail.com

Rm 89: Ulmer Bio-Mann (NR, 52/175, gutaussehend) will mit Dir (W, ohne Kids, ohne Tiere, NR) Wandern, Radeln, Tanzen, Theater/Kino, Therme, Biokost u.v.m. erleben! Interesse? Tel.: 0731 3600418

Rm73, Bist Du auch nicht gerne allein unterwegs oder immer nur das 5.Rad am Wagen? Genießt Du auch gern. gemüt. Wandern, Kino, Garten, spont. Ausflüge, faulenzeln... Dann melde Dich doch einfach bei mir, 46/177/75/NR, BmB, bergfreund@onlinehome.de

Raum 8xxxx & Süddeutschland: 39 J. Papa eines Erstklässlers, der sich privat wie beruflich nicht verstecken muss, sucht DICH und damit die Liebe des Lebens. Trau Dich einfach, ich beiße nicht. Bitte mit Bild und eine Rückantwort ist selbstverständlich :-)) Viele Grüße, Florian (info@skyandscale.de)

Rm 9/7: Sportlicher & lebensfroher Er sucht lustiges Mädch zum Radeln, Bergsport und Lachen zu zweit. berge.geniessen@gmx.de

Rm 76-79: Weltoffener und natürlicher Er (48/172/70) sucht nette Sie zum Wandern und Radeln, die Nähe und Ferne erkunden, die Natur gemeinsam geniessen. blackforest1967@yahoo.de

Rm S :Wo ist die sportliche, humorvolle, lebenslustige und bodenständige Frau für Berg, Kunst und Reise bitte mit Bild ich 53/180/72 NR bergundtal1963@web.de

Rm 70 Sportliche, große Männer im Dreierpack 57/14/12 suchen Pendant zum durchstarten. wn@bmt.uni-stuttgart.de

Ich (39/1.75), liebe Berge, Natur, das draußen sein, Gespräche, Literatur..., und suche dich (Mitte 30-Anfang 40), mit oder ohne Kind/Familienwunsch, mit offenem Herzen und ähnlichen Interessen für gemeinsames Basislager im 3-Ländereck um den Bodensee. bergtalmehr2@gmx.de

Oberpfalz/Ndb.Er(58J/180cm/75kg/NR) sucht Lebensgefährtin für MTB/RR/Ski. Mailm.B.: vielleichtbald58@web.de

Rm 60: wanderst Du mit? Im Tal und am Berg. Tanzst Du mit? sportl. und auf einem Ball. Gehst Du mit ins Theater? Schauspiel und Oper. Netter, sportl. -kräftiger Er, 52/176/95, nicht zwingend ortsgeb., freut sich auf Dich :-)) wandern_u_kultur@gmx.de

RM 73/89/Allg: Er, 63/180/73, NR, sucht Dich (50+), humorvoll, sportlich, für Wandern, Radfahren (MTB, Rennrad), Ski, Reisen, etc.etc. Zuschriften mit Bild an gfmanager@yahoo.de

Sommer am Bodensee! Ich (40/190/75) ehrlich, lustig, sportl. suche Dich (35-38J.) um Reisen, Sport u.v.a gemeinsam mit Dir zu erleben. Ich freue mich auf Deine Nachricht! BmB: mail76517@gmail.com

RM: Allgäu: Er (32/176/67) sucht Dich für Berg, Tal, See und alles was dazugehört. BmB. allgaeuer32@gmail.com

Rm 01: m, 59/169, sucht Partnerin, die mit mir wandern will und ebenso Theater liebt. BmB: Elbhang@gmx.de

Steinbock verwitwet (79 und topfit, 1.60, NR) möchte bei getrenntem Wohnen im **Umkreis Böblingen** wieder die Freizeitaktivitäten (Alpinski, Mountainbiken, Langlaufen, Tanzen, Kultur) und die familiären Bindungen mit einer zierlichen Powerfrau mit warmerherziger Ausstrahlung (65+, NR) teilen. hansdasglueck@web.de

Eidler Berater sucht glänzendes Juwel Verlieben nicht ausgeschlossen... Bin 52, groß, schlank, charmant und ein fröhlicher Mensch mit Herzenswärme. Kannst du mir ein Lächeln in die Augen zaubern? koeniglicher.rausch@me.com

Rm 72 Bist du 40+/natürlich/nett, hast Spaß an MTB, Wandern... dann melde dich bei mir (45/180) **dersell1971@web.de**

Reisender (noch) ohne Kinder (-Arzt), 49, sucht sie mit Familienwunsch um gemeinsam anzukommen. Mag ST, MTB, Klettern, pain au chocolat, Haus am See, u.v.m. Taranaki66@hotmail.com

Sommer, Sonne, Berge, Seen, Meer BGL/TS Bergfex 51, mit VW Bus, MTB u Bergschuhen sucht aktive Genießerin. bergseen@outlook.de

Ulm: Er, 69/170, schlank, sucht Gleichgesinnte für gemeinsame Unternehmungen: Berge, Rad, Reisen, Paddeln, Kultur usw. pl-alkbraxler@web.de

BGL: Welche fröhliche, hübsche und sportliche Berggams (Mitte 20 bis Mitte 30) hat Lust auf gemeinsame Touren mit mir (37/172/NR). Am liebsten Bergsteigen und Weitwandern, auch Klettersteig, Skitour, MTB... Kino, Theater, Reisen & was noch zu zweit mehr Spaß macht. BmB: BGL1978@gmx.de

Rm79: Ich, topfklapperner Pong, warte mit brennender Geduld. Ich suche nicht mehr, denn ich habe Dich gefunden. Eisschmelzende Wish bitte melde Dich.

Rm 01: Ich will weder Marathon laufen, noch Tango tanzen oder gar an den Nordpol, denn ich liebe die Sächsische Schweiz, durch die ich gern und oft wandere. Willst Du mit auf meinen Wegen begleiten? M-1974-178-NR@mailueberfall.de

Rm88: 64/171 sucht für wandern/radeln und vieles mehr eine Partnerin. BmB lebensfreudex@web.de

Akad. (38 J.; 1,85m; schlank) wohnend und berufst. in **München** mit Sinn für Kultur und Natur (Wo-Ende meist in den Bergen) würde gerne eine nette Sie mit Humor und Begeisterungsfähigkeit für eine gemeinsame Zukunft kennenlernen. Blauberggrat@email.de

DD: Letztens war ich (41) auf der Teufelskanzel. Keiner da - zum Glück auch nicht der Hausherr :-). Suche Dich zum Lachen, Quatschen, Wandern und Wein trinken. Welche Teufelin wagt sich mit mir nochmal auf die Kanzel? Teufelskanzel@abwesend.de

Rm 80-84: Brotzeit am Gipfel, MTB am Gardasee, Carven im Neuschnee, Popcorn im Kino, Rotwein am See, Reisen nah und fern. Möchtest du (sportlich charmante sie) mich (56, 178, NR) begleiten? BmB an: spidermann987h@gmail.com

ERL/NÜ: 54/174 Hüttentouren, KS, Alpin-Ski, MTB, Reisen. Das und viel mehr ist zu zweit viel schöner! gi123@t-online.de

Rm6/7: zusammen Berge und Täler erkunden, die Ruhe genießen, vorm Zelt die Sterne bewundern. 45/1,68 jung aussehend, humorvoll, spontan, vielseitig, sucht Dich für Berge u. Kultur, Kino u. Biergarten, kochen, scherzen, u. alles was gemeinsam mehr Spaß macht. Klingt gut? Dann traue Dich! 1001sterne@arcor.de

Franken: Landverwurzelter Berggeher su. feste Beziehung mit ca. 54 - 58 jähriger bergbegeisterter Frau bis ca. 160 cm, möglichst ohne Anhang, zwecks gemeinsamer Bergerlebnisse und gemeinsamer Lebensjahrzehnte. Interesse an Nah- / Fernreisen und Kultur. Kontaktaufnahme nur über Postadresse und Fn-Nummer. Andere Kontaktangaben zwecklos! kananaski@yahoo.com .

FLOHMARKT

Hochoalpine Herren Wanderschuhe, steigeisenfest, Firma Meindl, Gr. 10, für 100,00 € VB zu verkaufen. Telef. 05202/2076

Scarpa Rebel Lite GTX Gr 42, zu klein, 2x getragen, Neupreis 280,-, VK 150,- 0175-1828839

Da-Schuh La Sportiva, Leder, Steigeisenfest, Gr 38,5, 1 Woche getragen. VB €100,- a.koch@uhv-ww.de

Panorama: 2001-14, Gratis 089/342184

Frauen: 2 Trecking Hosen Gr. 21, Maier + Moorhead Softshell, Kühl Alpacafleece grau M, Icebreaker 260 Longsleeve L. Rucksack Deuter ACT Trail 32. Therma-a-Rest ProLite reg. guter Zustand, 1-2 x getragen. wgnk@popsteo.de

Scarpa Triplet GTX Women-Bergstiefel, eine Woche getragen, Gr.41, 150€ (NP 319€); 07021/51726

Alpinstiefel Lowa Cevedale Pro Gtx Gr.9 (Damen), 2x getragen, 150€ VB. Tel.: 0151 11757059

Suche Alu Firngleiter (Figl) mit Schnürbindung, ca. 55cm Tel: 0731-3799725 (m. AB), ich rufe zurück.

Zwei Paar Expeditionsschuhe zu verkaufen. La Sportiva Olympus Evo, Gr. 40 und 44.5. Ein mal benutzt, je VB €350,-. Zustand: sehr gut. Fotos vorhanden. Tel.: 0173 5155345

Lowe Expeditions- Fotorucksack, ungebraucht, €250,-. Tel.: 09721 88432

Deuter Rucksack Aircorfort 381, ein mal benutzt. €60,-. Tel.: 089 2003 1105

Verkaufe Rucksack Deuter 35+10 und Vaude Profile 65l je €30,- 089 7001383

Meindl Expeditionsschuhe (1x getragen Elbrus) Größe 10 1/2, Kat. C, kälte- und steigeisenfest gegen Gebot abzugeben. Te.: 0170 3801934



Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de

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

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer: **(040) 37 03-53 26**

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2016: bitte ankreuzen

Rubrik A	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
Rubrik B	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<input type="checkbox"/> Flohmarkt			

Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 35 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar. **Keine Rechnungsstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt.** Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.

	Rubrik A	Rubrik B	Rubrik C
	12,70	26,39	6,20
	25,39	52,79	12,40
	38,09	79,18	18,60
	50,79	105,58	24,80
	63,49	131,97	31,00

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr AG & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE31SAP00000031421, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr AG & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

HINWEIS: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname: _____	IBAN: _____
Straße: _____	BIC: _____
PLZ/Ort: _____	Kreditinstitut: _____
Tel.: _____	Ort, Datum: _____
E-Mail: _____	Unterschrift: _____

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 37 03 - 5326, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de

Anzeigenannahme-
schluss ist am
5.8.2016
PANORAMA 5/16
erscheint am
13.9.2016

Wegweisend: Die neuen Garmin GPS-Geräte

Alle Garmin-Geräte erhalten Sie im DAV-SHOP einzeln oder im günstigen Bundle mit passenden microSD-/SD-Karten wie den Alpenvereinskarten, Garmin TOPO Deutschland V7 Pro oder Garmin Transalpin V4 Pro.

GARMIN

beat
yesterday.
outdoor



Garmin eTrex Touch 25, kompaktes und robustes GPS-Gerät mit hellem, kontrastreichen Farb-Touchscreen für einfache Handhabung und schnelle Orientierung.

- Integrierter elektronischer Kompass
- Interner 8 GByte Speicher, mit microSD-Karten erweiterbar
- Die Garmin TopoActive Karte Europa mit 46 Ländern und kostenloser Aktualisierung ist vorinstalliert
- Ideal zum Wandern, Geocachen und Radeln
- 4.000 Wegpunkte, 200 Routen, Trackaufzeichnung bis 10.000 Punkte und 200 speicherbare Tracks, papierloses Geocaching mit 250.000 vorinstallierten Caches
- Fahrradhalterung inklusive

Anzeigeauflösung: 160 x 240 Pixel | Gewicht: 159 g (mit Batterien) | Batterielaufzeit bis zu 16 Stunden | Best.-Nr. 490408 | Preis € 249,00 | Mitglieder € 219,00 |

Garmin Fenix 3 HR Saphir, hochfunktionelle, vielseitig einsetzbare GPS-Multisport Uhr. Mit Multisportfunktion, geeignet zum Wandern, Radfahren, Bergsteigen und Laufen sowie zum Triathlon-Training.

- Mit besonders robustem, gewölbtem Saphirglas, auch bei Sonneneinstrahlung gut ablesbares Chroma™-Farbdisplay
- Herzfrequenzmessung direkt am Handgelenk
- EXO™-Edelstahlantenne mit GPS und GLONASS für schnelle Satellitenerfassung und hohe Genauigkeit
- 3-Achsen-Kompass mit Auto-Kalibrierung
- Umfassende Konnektivität für Sensoren, Live-Tracking, Smart Notifications und direkten Datentransfer
- Navigationsfunktionen mit Wegpunkt- und Tracknavigation

Anzeigeauflösung: 218 x 218 Pixel | Gewicht: 85 g | Maße: 51 x 51 x 15 mm | Best.-Nr. 490416 | Preis € 599,00 | Mitglieder € 549,00 |



Weitere microSD-/SD-Karten von Garmin neu im DAV-Shop

Bereiten Sie sich mit diesen topografischen Karten auf Ihr nächstes Abenteuer in Italien oder Spanien vor – mit besonders detaillierten, vollständig routingfähigen Karten und Garmin ActiveRouting ermöglicht es eine vielfältige Routenplanung zum Wandern, Bergsteigen und Radeln. Durchsuchbare Points of Interest (POIs) für Freizeitaktivitäten und Reisen.

Mehr Informationen zu allen Garmin Produkten gibt's im DAV-Shop.

Garmin TrekMap Italien v4 Pro | Best.-Nr. 490488 | Preis € 149,00 | Mitglieder € 139,00
Garmin TrekMap Spanien v5 Pro | Best.-Nr. 490489 | Preis € 129,00 | Mitglieder € 119,00



Bestellen Sie unter www.dav-shop.de, per Fax an: 089/140 03-911, per E-mail an: dav-shop@alpenverein.de oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München.

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch im City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, am Hauptbahnhof in München und in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, München.



LOWA
simply more...



EIN LEICHTGEWICHT IN PERFEKTION.
MIT PERFEKTEN DETAILS.

LADY LIGHT GTX® | Trekking www.lowa.de

