



# Panorama

Das Magazin des Deutschen Alpenvereins /// 70. Jahrgang /// 5/2018

## Nach oben!

Klettern in Nordrhein-Westfalen

**THEMA** Bewegung wagen  
**FOREVER ROCK** Die Brüder Remy  
**KNOTENPUNKT** Die Jugend-Bildungs-Stätte  
**KINDER AM BERG** Zweierlei Berg-Urlaube  
**BERGRAD** Durch den Bregenzerwald

**Schöffel**  
Ich bin raus.

# Jacken, die Deine BERGeisterung teilen.

Herren  
**THERMO JACKET VAL D ISERE2 |**



Herren  
**JACKET PADOVA2 |**



Abriebfest und  
atmungsaktiv

Höchster Wetterschutz  
durch GORE-TEX®  
(Wassersäule 28.000 mm)

Winddicht

Abriebfest

Wärmend durch  
Wattierung

Atmungsaktiv



# Bleib im Fluss!

Alles fließt, philosophierte der Grieche Heraklit. Wenn schon die Welt (in) Bewegung ist, dann lasst uns hineinspringen in ihren Fluss, lasst uns Bewegung wagen! Am besten draußen und gemeinsam: Leben, wie die Evolution uns geprägt hat – und wie Malte Roeser es in seinem Beitrag ab Seite 38 feiert.

Bewegung ist ein elementares Lebensbedürfnis, wichtig für die Gesundheit, körperlich wie seelisch; sie ist Bildung im besten Sinne. Das wird auch im Knotenpunkt (S. 59) zur **DAV-Jugendbildungsstätte** in Bad Hindelang deutlich.

Wir Berg-Begeisterten genießen ein besonders üppiges Angebot erfüllender Bewegungs-Erfahrungen, ob wandernd, kletternd (S. 16), am **Klettersteig** (S. 70) oder auf dem Rad (S. 78). Wie schön, wenn wir solche Erlebnisse schon **mit unseren Kindern** teilen können; Ralf Gantzhorn (S. 84) und Philip Krüger (S. 104) berichten von zwei unterschiedlichen Ansätzen dazu.

Foto: Andi Dick



Und genauso schön, wenn uns dieser Glücksstifter bis ins Alter erhalten bleibt. Wie es etwa bei den **Brüdern Remy** (S. 50) der Fall ist, die zwar noch nicht wirklich alt sind (nur Claude ist Rentner), aber zumindest „altgedient“ im für mich schönsten Bergsport von allen: dem Klettern; sogar am scharfen Ende der Bohrmaschine. Traurig dagegen, dass im bevölkerungsreichsten deutschen Bundesland, **Nordrhein-Westfalen**, dieses Klettern von den politischen Entscheidern immer noch wie die Wurzel allen Umwelt-Übels behandelt wird. Als ob es nicht überall Beweise gäbe, dass vernünftige differenzierte Lösungen die Bedürfnisse von (kletternden) Menschen und Natur versöhnen können. Unsere norddeutschen Vereinskollegen geben trotzdem nicht auf, bleiben dran und suchen nach neuen Alternativen. Das wäre übrigens eine gute Grundhaltung fürs „Leben in Bewegung“ allgemein: dranbleiben, positiv denken, auf Lösungen zugehen. Und wenn alles fließt: im Flow bleiben und sich anpassen. Dass man dabei (vor allem am Berg) nicht in gefährliche **Grenzüberschreitungs-Fallen** tappt, dazu mag der Beitrag von Alexis Zajetz (S. 26) hilfreiche Tipps geben.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen ein „bewegtes Leben“ – und viele wunderbare Berg-Momente. Die schönsten davon können Knotenpunkt-Leser übrigens künftig in einer neuen Rubrik teilen (S. 66) – machen Sie doch mit!



Ihr

Andi Dick  
Redaktion DAV Panorama

**MY DEUTER IS MY**

*Protection*

„In den Bergen zu sein bedeutet für mich, besondere Momente zu erleben und sie mit Gleichgesinnten zu teilen. Das ist meine Freiheit.“

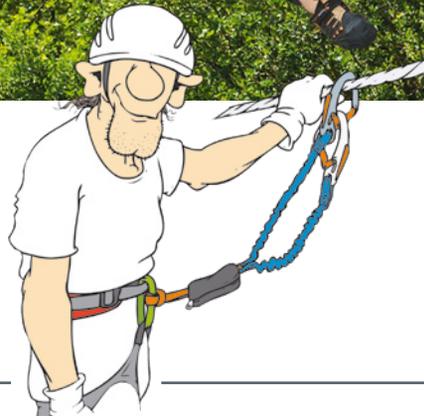
KATHRIN WEBER  
MIT DEM ASTRO PRO 600 SL





# 16

**Titelthema:** Kampf am (und um den) Fels im Westen Deutschlands



# 50

Die Brüder Remy

DAV **Panorama** app

Im App Store und bei Google Play

 [alpenverein.de/panorama-app](http://alpenverein.de/panorama-app)



**Klettern in Nordrhein-Westfalen –**

Nicht auslassen!

**16**

**Kulturwandern in Tirol –**

In den Revieren von Kaiser Max

**24**

**Bewegung wagen –**

Wir müssen hier raus!

**38**

**Menschen – Hard Rock:**

Die Brüder Claude und Yves Remy

**50**

**Fitness & Gesundheit – Erste Hilfe am Berg:**

Fit für den Notfall

**56**

**Knotenpunkt – Die Jubi:**

Unser Haus in den Bergen

**59**

**Wie funktioniert das? –**

Das Klettersteigset

**70**

**So geht das! – Kraftsparendes Steigen am Klettersteig**

**72**

**Sicherheitsforschung – Kletterhallen: Sicherungsfehler ansprechen**

**74**

**Biken im Bregenzerwald –**

Einmal rundum

**78**

**Auf Klettersteigen durch die Brenta –**

Kleiner Mann in großen Bergen

**84**

**Familiengruppe unterwegs –**

Gemeinsam draußen

**104**



Bewegung **38**



Brenta **84**

## Standards

Editorial: Bleib im Fluss!	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	26
Leserpost	67
Promotion: Reisenews	89
Promotion: Produktnews	94
Outdoorworld	97
Alpenverein aktuell	108
Vorschau und Impressum	114



Titelbild: **Mathias Weck**. Kletterregion Sauerland – Steinbruch Oberhagen bei Warstein.



# Lactose-Intoleranz?

## Das Power-Duo aus der Apotheke

- Die stärksten Produkte mit der millionenfach bewährten Sofort-Wirkung
- 18000 Einheiten als Kapsel oder Tablette im Mini-Spender
- **Super Preis-Leistungsverhältnis!**



Seit 17 Jahren  
die Nr.1\*

**Lactrase®**  
Milchprodukte unbeschwert genießen!

www.lactrase.de

# Stille

„Warum fand ich Gefallen an Bildern, die kaum etwas zeigten?“, fragte sich die Schweizer Fotografin Caroline Fink irgendwann – und fand heraus: Es war „ein Gefühl vollkommener Ruhe“. Einer Stille, wie sie sie hoch im Winter am Ufer des Sihlsees bei Zürich wahrnahm: „Die Kälte schien jedes Geräusch zu schlucken.“ Im gerade zufrierenden See bildeten Eis und Wasser wechselnde Flächen; ein offener Wasserkanal durchzog das gleichmäßige Eisblau. Mit Bildern aus Winter und Sommer, Eis und Wüste, Nebel und Geröll spürt die Fotografin in ihrem Buch „Silence“ (AS Verlag) diesem Ungreifbaren nach, das „uns zwingt, hinzuhören und wahrzunehmen“ – oder uns dazu einlädt?





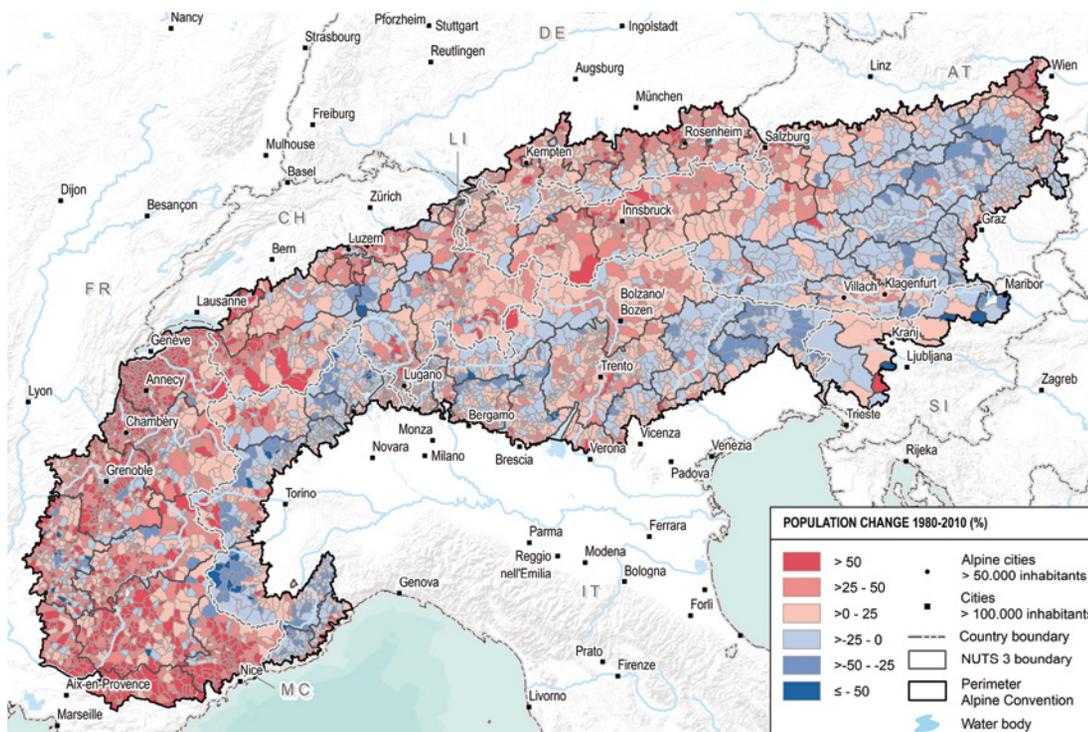
# Gehen oder bleiben?

**Leben zwischen hohen Bergen, alten Traditionen und neuen Ansprüchen: Eindrücke von einer Reise in den Südosten der Alpen schildert Axel Klemmer.**

„Should I stay or should I go?“ – Soll ich bleiben oder gehen? Diese Frage aus dem berühmten Song der Punkband „The Clash“ stellen sich heute viele Menschen in den Alpen. Zum Beispiel im Val Resia, einem abgelegenen Tal im Norden Friauls, im Naturpark Julische Voralpen an der Grenze zum slowenischen Triglav-Nationalpark. Vor 50 Jahren lebten hier rund zweitausend Menschen. Heute sind es nur noch halb so viele.

in aller Welt tanzte. Ihre Musik ist seltsam hypnotisch, eintönig und zugleich fröhlich. Sie erinnert an irischen Folk, aber auch an Cajun-Sounds aus dem Süden der USA: zwei Geigen, ein Cello und die Füße, die beim Spielen rhythmisch auf den Boden gestampft werden. Die Musiker lernen das Spiel ohne Noten, nur durch Zuhören, Hinsehen und Nachmachen – und sie sind zum Teil ausgesprochen jung. Erst vor Kurzem setzte die Naturparkverwaltung einen Jugendbeirat ein: 13 junge Menschen aus dem Tal, zwischen 16 und 30 Jahren, die sich für die Entwicklung ihrer Heimat en-

deren Ständiges Sekretariat jedes Jahr eine Gruppe von Journalisten zu einer Recherche-reise einlädt. „We Are Alps“ heißt das Projekt; das Thema der Reise im Juni 2018 lautete Bevölkerung und Kultur. Die Reise führte von Kärnten über Slowenien bis nach Friaul, und sie vermittelte eine gleichermaßen bekannte wie unbequeme Botschaft: Hyperkonsum und Turbowohlstand in Städten und verkehrsgünstig gelegenen Tälern lassen das Leitbild der gleichwertigen Lebensbedingungen in allen Landesteilen schlicht unrealistisch erscheinen. Wobei die Lage am Weissen-



Quelle: Eurac Research/Ravazzoli E, Laner P.

*Nord-Süd-Konflikt: Rot markiert Regionen mit Bevölkerungszuwachs, Blau steht für Schwund und Abwanderung – betroffen sind vor allem Italiens und Sloweniens Südalpen.*

le. Immer weniger Kinder werden geboren. In der Grundschule lernen sie noch den eigenartigen Dialekt des Tales. Geschrieben sieht er aus wie eine Mischung aus Slowenisch, Türkisch, Ungarisch und Finnisch. Gesprochen klingt er fremd und schön, aber es sind eben nicht mehr viele, die ihn sprechen. Ungefähr fünfzig Mitglieder hat die Folkloregruppe im Val Resia, die schon auf Fes-

gagieren. Gefragt sind Alternativen zum Auspendeln in die Städte Gemona oder Udine – oder Ideen, wie trotz der notwendigen Pendelei die Wurzeln im Tal nicht abreißen.

## Leben am Ende der Welt

Menschen, die in abgelegenen Alpentälern leben, zum Bleiben zu bewegen: Das ist eines der Hauptziele der Alpenkonvention,

see, wo die Reise startete, keineswegs dramatisch ist. Auch hier nimmt die Bevölkerung insgesamt ab, aber die Nähe der großen Gewerbegebiete um Spittal, zwei überregional bekannte Musterbetriebe (Bootsbau und Fischzucht) am See sowie die kleinteilige und „sanfte“ Tourismuswirtschaft geben Hoffnung. Vereinzelt kehren Weissen-seer, die vor Jahren abgewandert sind, wieder zurück, junge Familien

### Alpenkonvention

Die Alpenkonvention ist ein völkerrechtliches Abkommen zwischen den acht Alpenanrainerstaaten und der EU zur nachhaltigen Entwicklung des Alpenraums. Ihre Umsetzung wird in zehn Protokollen festgeschrieben. Alle Infos: [alpconv.org/de/](http://alpconv.org/de/); unter „Aktivitäten und Projekte“ findet man den Menüpunkt „Wir sind Alpen“ mit allen Beiträgen zu den bisherigen „We are Alps“-Reisen und zum Reiseblog 2018.



Foto: Axel Klemmer

Schöne Landschaft am Weissensee – unter anderem die Fischzucht bietet den Anwohnern Chancen für einen Lebensunterhalt.

ziehen zu, und Freiberuflern wird der Ort als Wohn- und Arbeitsplatz schmackhaft gemacht.

Ganz anders sieht es im Dorf Dordolla nahe Moggio in Friaul aus. Die Lage auf einer Wiesenterrasse über dem Tal der Aupa ist idyllisch, die Häuser entlang der steil ansteigenden Gassen sind fotogen, doch sie stehen oft leer. Nur noch vierzig Menschen leben hier, im ganzen Tal sind es rund zweihundert – ein Zehntel der Bevölkerung des Jahres 1900. Dordolla hat keine Website, kein Tourismusbüro, aber immerhin eine Bar. Dass man hier überhaupt noch an so etwas wie Zukunft denkt, liegt vor allem an zwei Zuzüglern. Da ist zuerst der Deutsche Kaspar Nickles, Bio-Bauer, aufgewachsen in Kärnten, Studium der Landwirtschaft in Wien, verheiratet mit Marina aus Dordolla, die er 2004 bei einem EU-Projekt kennenlernte – und mit ihr das Dorf. Die beiden wohnen mit ihren drei Kindern in einem Weiler oberhalb von Dordolla. Viele Freiwillige helfen ihnen bei der Arbeit auf den oft weit auseinanderliegenden Parzellen Land. Weil die Landwirtschaft zum Überleben aber nicht reicht, bieten sie drei Gästezimmer und eine Ferienwohnung an, die dank Mundpropaganda im Sommer gut gebucht sind.

### Warum nicht einfach dableiben?

Zweiter im Bunde ist der Engländer Christopher Thomson, Schriftsteller und Filmkünstler. 2017 stellte er sein in Dordolla gedrehtes Filmpoem „The New Wild – Life in the Abandoned Lands“ vor. Nach den Dreharbeiten, so sagt er, habe er einfach vergessen, wieder zu gehen.

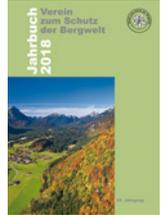


**Axel Klemmer** leuchtet in seinen journalistischen Beiträgen gerne hinter die Oberfläche der schönen Welt der Berge – und sucht nach Licht im Schatten.

Mit seinem Film und einer Reihe von Kulturfestivals hat er den Ort in bestimmten Kreisen richtig hip gemacht. Im Oktober 2015 feierte man erstmals „Harvest“, ein Erntedankfest, zu dem gut zweihundert Besucher kamen. Die „Ernte“ bestand aus Musik, Literatur, Film und anderer Art von Kunst, die das Verwildern der alten Kulturlandschaft allerdings nicht aufhält. Prekäre Landwirtschaft und prekäre Kunst – wirklich nachhaltig ist dieser Weg nicht. Doch Dordolla sei eben kein „Projekt“, sagt Christopher Thomson, es gebe keinen Plan. „Nichts, was wir hier tun, ändert die demografische Situation.“ Doch erst mal kämpft er zusammen mit Kaspar für eine bessere Internetverbindung, die nicht schon bei drei Usern im Netz zusammenbricht.

## + ticker +

**Klassiker zum Alpenschutz** Das Jahrbuch des altehrwürdigen DAV-Verwandten Verein zum Schutz der Bergwelt inspiriert jedes Jahr wieder die Diskussion um alpinen Umweltschutz mit fundierten Expertenbeiträgen und greift auch Konflikte auf; dieses Jahr den zwischen Wald und Wild – oder auch den von der Politik ausgehebelten Alpenplan.



[vzsb.de/publikationen.php](http://vzsb.de/publikationen.php)

**Filme vom Fluss** „Lebensader Fluss“ heißt das Fluss FILM Festival, das ein lokaler Verein mit dem DAV Wolfratshausen veranstaltet. Von 9.-11. November laufen in der Loisachhalle und im Kino Wolfratshausen preisgekrönte und ausgezeichnete Filme, die die Faszination dieser speziellen Lebensräume einfangen.



[flusssfilmfestival.de](http://flusssfilmfestival.de)

**Alpin in Köln** Fast schon Tradition ist der Kölner AlpinTag: Zum elften Mal findet er dieses Jahr statt, am 6. Oktober im Forum Leverkusen. Mit großem Vortragsprogramm, Workshops, Infoständen zu Tourismus und Ausrüstung, Tombola, Secondhand-Markt und Live-Zeichnen mit Erbse. [koelner-alpintag.de](http://koelner-alpintag.de)

**Gesund durch Klettern** Seit zehn Jahren nutzt das „Zentrum für Psychiatrie“ in Zwiefalten eine Kletterwand für Therapeutisches Klettern; aus diesem Anlass bietet es am 26./27. Oktober eine Fortbildung „Therapeutisches Klettern in Psychiatrie, Psychosomatik und Sucht“ an. [anton.schmid@zfp-zentrum.de](mailto:anton.schmid@zfp-zentrum.de)

**Neues bei Vaude** Der DAV-Ausrüstungspartner entwickelt stets neue Ideen zur Nachhaltigkeit. So soll die „Upcycling Community“ Berg-Ausrüstung zur Weiterverwertung nutzen. Mit dem Service „iRentit“ kann man teure Ausrüstung für einen Zeitraum mieten und danach zurückgeben. Die Geschäftsführerin Antje von Dewitz erhielt den Ehrenpreis „Brand Manager of the Year“.

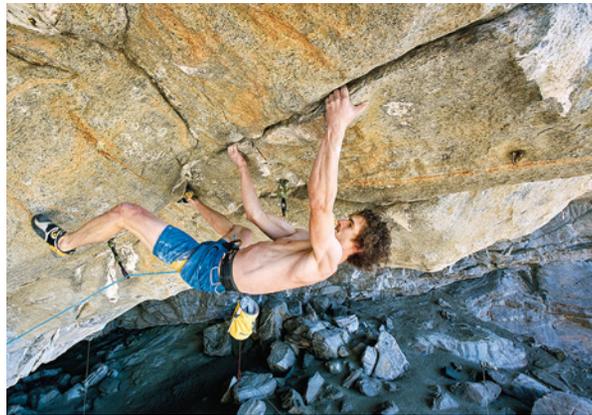
[facebook.com/UPcycling.Community](https://facebook.com/UPcycling.Community),  
[vaude.com/de-DE/Wo-kaufen/Mietprodukte](http://vaude.com/de-DE/Wo-kaufen/Mietprodukte)

# Zwischen Begeisterung und Wahnsinn

## MAMMUT/GORE-TEX EUROPEAN OUTDOOR FILM TOUR 18/19

Oft ist die Grenze schmal im Bergsport zwischen Faszination und einer Art von Motivation, die für Normalbürger kaum noch verständlich ist. Fest steht, dass mit Durchschnittsaufwand nur Durchschnittsergebnisse möglich sind – und dass Menschen, die ihr Leben ihrer Leidenschaft widmen, intensive Erfahrungen machen. Die diesjährige EOFT – schon ein Klassiker unter den Filmtourneen – spürt diesen Grenzbereichen zwischen romantischer Begeisterung und athletischem Spitzentanz mit packenden, spektakulären und auch selbstironischen

Filmen nach. Gezeigt werden sportliche Leistungen in großartigen Landschaften: auf Rollerski durch ganz Nordamerika, mit dem Mountainbike auf einer arktischen Insel, mit dem Gleitschirm auf und über den Achttausendern Pakistans. „The Frenchy“ porträtiert den Franzosen Jacques Houot, der mit 82 Jahren noch kein Ende seiner abenteuerlichen Bergsportleidenschaft akzeptiert. Der Animationsfilm „Viacruxis“ nimmt auf pffiffige Art die großen und kleinen Katastrophen am Berg aufs Korn. Und „The A.O.“ erforscht die Persönlichkeit von Adam Ondra, dem stärksten und faszinierendsten Kletterer unserer Zeit.



Adam Ondra in „Silence“, der ersten Tour im glatten zwölften Grad – er ist das Gesicht der diesjährigen EOFT.

Mehr als 400 Termine in 18 Ländern Europas hat die EOFT – den nächstgelegenen finden Sie unter: [eoft.eu](http://eoft.eu)

red

## Abenteuer Rock

Vor etlichen Jahren machte der Amsterdamer Eric Noorman auf dem Morteratschgletscher einen Bergsteigerkurs, „Startpunkt für mein Leben als Alpinist und Auslöser für meinen Umzug in die Schweiz“. Mittlerweile hat er mit der Gitarristin Julia aus Riga und dem Drummer Zed D. aus Zürich die Abenteuer-Rock-Band „The Bad“ gegründet, die harten Punk in bizarren Videos produziert. Aus seiner Bergleidenschaft heraus entstand die Idee, den Song „Spirals“ auf dem Morteratschgletscher zu inszenieren. Allerdings, weil dieser zu den am schnellsten schmelzenden Gletschern der Schweiz zählt, vorbildlich klimaneutral: Anfahrt mit Tesla und Zug, Aufstieg mit 25-Kilo-Rucksäcken zu Fuß,



ordentlich am Seil gesichert auf den Gletscher, die Verstärker Akku-betrieben – trotz morgendlichem Schneefall klappte die Aktion kurz vor der Hütten-Winterpause.

red

Das Video der speziellen Berg-Tour: [thebad.rock](http://thebad.rock)

geschüttelt & gerührt

MASSKRUGELKRASSMUGEL

### Behindertentaugliche Bergwege

# Dolos im Rolli

Berge sind nicht gerecht: Steiler Fels ist nicht für jeden Menschen begehbar. Aber das UNESCO-Welterbe Dolomiten, diese einzigartige Kombination unnahbarer Felsgipfel über blühenden Almwiesen, hat das Potenzial, dass auch körperbehinderte Bergfreunde diese Welt erleben können. Seilbahnen und Passstraßen führen immer wieder hinauf zu weit ausladenden, sanft geschwungenen Hochebenen und Hochtälern, in denen mit etwas Sorgfalt und Umsicht bestehende Wege rollstuhlfähig umgestaltet werden können. Nach dem Motto: „Die Dolomiten gehören allen Menschen. Also sollen auch alle Menschen freien Zugang haben.“ Die Initiative „Open Dolomites“ der Stiftung „Dolomiti UNESCO“ hat dieses Projekt im vergangenen Sommer angepackt und 23 Wege in den Dolomiten für Rollstuhlfahrer zugänglich gemacht – wie etwa den beliebten, steigungsarmen Spazierweg von der Auronzohütte zur Lavaredoscharte, direkt unter den Drei Zinnen. Auf der Internetseite [visitdolomites.com](http://visitdolomites.com) sind alle Wege zu finden, mit den wichtigsten Informationen, einer Google-Streetview-

Vorschau und GMX- und KMZ-Tracks. Auch über stationäre leihbare geländetaugliche Motorrollis wurde schon nachgedacht. Überhaupt ist man in Italien beim Thema Inklusion auf Zack. Viele Sektionsgruppen des italienischen Alpenvereins CAI haben sich der Idee der „montagnaterapia“ angeschlossen. So haben schon einige Rifugi ein behindertengerechtes Shuttle-Angebot. Die Website [montagnaterapia.it](http://montagnaterapia.it) dokumentiert, wie vielfältig die Möglichkeiten sind, die Berge mit allen Menschen zu teilen. Vielleicht entstehen so ja auch in anderen Regionen ganz neue Bergideen. *jc/red*  
**Mehr Infos:** [visitdolomites.com](http://visitdolomites.com); [montagnaterapia.it](http://montagnaterapia.it)



Fotos: Pavel Blazek, Andi Dick (2), The Bad, Joachim Chwaszcza

*Es geht! Mit dem Rollstuhl unter den Drei Zinnen erlebt man die Dolomiten hautnah.*



#ECOFAIR

#MULTIUSE

#UNIQUE

Für dieses Produkt verwenden wir anteilig TENCEL®, eine Faser, die zu 100 % aus dem nachwachsenden Rohstoff Holz hergestellt wird. Wir haben daraus als erster Outdoor-Ausrüster ein kuschliges Fleece-Material entwickelt.

**Das Besondere daran:** Mikropartikel, die beim Waschen in den globalen Wasserkreislauf gelangen, können sich in Meerwasser vollständig biologisch abbauen. Dadurch können wir Mikroplastik in Ozeanen vermeiden und zum Schutz von Umwelt und Meeresbewohnern beitragen.

### Green Core Fleece Jacket

Hochelastische Wohlfühl-Fleecejacke mit Fasern aus Holz gegen Mikroplastik im Meer.

[greenshape.vaude.com](http://greenshape.vaude.com)



**VAUDE**

*The Spirit of Mountain Sports*

## Wie wär's?

**Die normale Route:** Schon der „Rudolstädter Weg“ (I, KS B, 1180 Hm, 4 Std.) ist eine hochalpine Tour in anspruchsvollem Gelände über den Südostgrat. Die letzten Meter zum Gipfel sind besonders ausgesetzt, bei den „Steinernen Mannln“ droht erhöhte Steinschlaggefahr. Der Zugang vom Gletscher wurde nach Gletscherrückgang verlegt und neu gesichert. – *Die vermeintlichen Erstbesteiger im Jahr 1855 standen nicht auf dem Hauptgipfel, sondern dem Großelendkopf (3317 m), der lange als Vorgipfel der Hochalmspitze galt, heute aber als eigenständiger Dreitausender angesehen wird.* – **Die schöne Route:** Der Südpfeiler (V-, 250 Hm, 5-6 Std.) ist eine selbst abzusichernde Alpinkletterei in kompaktem Gneis, erreichbar über den Rudolstädter Weg und das Trippkees. Schlüsselstelle ist ein Plattenquergang in der vorletzten Seillänge (V-). – *Die Westflanke fällt 1500 Meter steil hinab ins obere Steinbachtal. Die Mallnitzer haben hier vor einigen Jahrzehnten den Bau eines Staudamms verhindert. Das ermöglichte die Vermehrung der Urforelle im Bach.* – **Die berühmte Route:** Der Detmolder Grat (I/II, KS C, 1380 Hm, 4 Std.) ist ein hochalpiner Klettersteig entlang des Südwestgrats, aber er hat auch Kletterpassagen ohne Seilsicherung und im Zustieg eine kurze Gletscherquerung. Die zwei schwierigsten Stellen sind eine kurze Querung in eine Scharte (C) und ein kleiner Überhang (C) kurz vor dem Gipfel. – *Der Nationalpark Hohe Tauern, 1981 als erster in Österreich gegründet, ist der größte Nationalpark Österreichs und der Alpen.*

## Daten und Fakten

**Höhe:** 3360 m  
**Prominenz:** 946 m (-> Mallnitzer Tauern)  
**Dominanz:** 45,6 km (-> Großes Wiesbachhorn)  
**Erstbesteigung:** 15. August 1859 durch Paul Grohmann, Andreas Pucher und Franz Moidele  
**Normalweg:** Rudolstädter Weg  
**Talort:** Malta, Kärnten/Österreich  
**Hütten:** Gießener Hütte (2215 m), Osabrücker Hütte (2026 m)

## Charaktercheck



## Rivalin des Großglockner

Die Hochalmspitze in der Ankogelgruppe ist der höchste Berg Kärntens außerhalb der Glocknergruppe und liegt im östlichen Teil des Nationalparks Hohe Tauern. Die „Tauernkönigin“ galt noch ein halbes Jahrhundert nach der ersten Großglocknerbesteigung als unbezwingbar. Die Hochalmspitze hat zwei Gipfel – einen einst schneebedeckten (bekannt als „Schneeiger“) und den „Aperen“, auf dem das Gipfelkreuz steht. Der Berg ist von vier Gletschern umgeben: Trippkees, Hochalmkees, Winkelkees und Großelendkees. *red*



Foto: privat

## Der Mensch am Berg

*„Ich möchte den Preis begleichen.“*

Mit einer Spende von umgerechnet 80.000 Euro ermöglichte der Stuttgarter Heinz Roth (1916-2007) es 1988 dem ÖAV, die Hochalmspitze zu erwerben und vor einer skitouristischen Erschließung zu bewahren.

„Nur aufi, frisch aufi,  
 dem Hochalmer zua,  
 wer sie aufi net traut, is  
 ka lustiger Bua“,  
 besingen die Kärnter  
 noch heute ihren  
 „Hochalmer“

LOWA  
simply more...

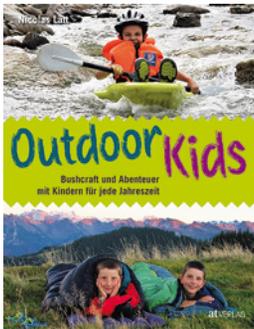


DEINE TOUR, DEIN ERLEBNIS – FEEL THE ADVENTURE.

ARCO GTX® MID | Trekking [www.lowa.com](http://www.lowa.com)   

# Draußen das Leben erleben

Bewegung in der Natur: Sie ist gesund – ja sie ist ein menschliches Urbedürfnis. Sie macht Kinder wie Erwachsene stark und kann dem Leben Sinn geben. Diese fünf Bücher belegen das aus sehr unterschiedlichen Perspektiven. ad



1 Nicolas Lätt: **Outdoor Kids**, AT Verlag 2018, 136 S., € 20,-



2 Petra Thaller/Thorsten Schulz: **Outdoor against Cancer**, Kailash Verlag, 2018, 256 S., € 20,-



3 Achill Moser: **Unterwegs**, dtv premium 2018, 272 S., € 17,90



4 Christine Scheel, Gerhard Engel: **Weit-Blick – Einsichten auf dem Weg über die Alpen**, Claudius Verlag, München 2018, ca. 135 S., € 14,-



5 Ludwig Lau: **Spirituelle Auszeit in den Bergen**, Herder 2017, 128 S., € 9,99

„Kinder lernen am nachhaltigsten, wenn sie etwas selbst entdecken können und ihre Erfahrungen selber machen können – und wenn es ihnen Spaß macht. Beim Spiel in der Natur ist das wie bei keiner anderen Beschäftigung der Fall.“ Dies ist das Credo von Nicolas Lätt, Erlebnispädagoge und Vater von vier „Outdoor Kids“, der unter diesem etwas anglizistischen Titel viele sympathische Ideen vorstellt, wie gemeinsame Outdoor-Erlebnisse Kinder und Familien stark machen können – mit persönlichen Erfahrungen und praktischen Tipps. 1 Bewegung im Freien half Petra Thaller über die Diagnose Brustkrebs hinweg. Zusammen mit dem Sportbiologen Thorsten Schulz beschreibt sie in „Outdoor against Cancer“, wie daraus die gleichnamige Initiative mit Sportangeboten für Krebspatienten entstand – und klärt die wissenschaftlichen Hintergründe, wie wichtig Draußen-Sport in unserer sitzenden Gesellschaft ist. Emotion und Information in harmonischer Mischung. 2 Über die bloße Gesundheit hinaus sieht der Weltenbummler und Reisejournalist Achill Moser seine Natur-Reise-Erfahrungen: „Wäre ich in den vergangenen vier Jahrzehnten nicht immer wieder aufgebrochen, wäre ich nicht der, der ich heute bin.“ Wie eine Art Lebensfazit mutet sein Buch „Unterwegs“ an, in dem er seine Erlebnisse in Wäldern, Wüsten und Bergen, auf Flüssen und Meeren schildert und reflektiert. Romantisch bis pathetisch, aber eindringlich mit Leidenschaft. 3 Eine noch größere Perspektive machen die Grünen-Politikerin Christine Scheel und Gerhard Engel, Ex-Präsident des Bayerischen Jugendrings, auf: In „Weit-Blick“ erzählen sie von einer selbst entworfenen Alpen-Überquerung vom Chiemsee zum Misurinasee – und die Gedanken schweifen von Naturbetrachtung und regionaler Wirtschaft über lokal- und weltpolitische Zusammenhänge bis zur spirituellen Wirkung der Begegnung mit der Natur. Intelligent und anregend, engagiert aus vollem Herzen. 4 Dass Berge uns dem Himmel ein Stück näher bringen, ist Ansatzpunkt und Thema der „Spirituellen Auszeit“ des promovierten Theologen und Bergexerzition-Trainers Ludwig Lau: Poetische Texte und Reflexionen, Gleichnisse und Gebete lenken die Gedanken von der Realität zur übertragenen Bedeutung. Vorschläge zu Übungen, Meditationen und Ritualen bieten direkte Anleitung, wie man am Berg die Seele „nach oben“ bringt. 5

## 450

Liter Müll pro Tag beklagen Matteo Bachmann und Veronika Tikvic, Pächter der Stüdlhütte (2801 m) am Großglockner. 300 Liter kommen in der Hütte zusammen, 150 Liter klaben Bergführer am Gletscher auf. Dabei wäre es doch so einfach: Was man raufgetragen hat, ist leer abwärts noch leichter. „In Zukunft bitte ich diese Schweine, die so einen Saustall hinterlassen, unsere Hütte und unser Gebiet zu meiden“, wünscht sich der Wirt.

Foto: privat



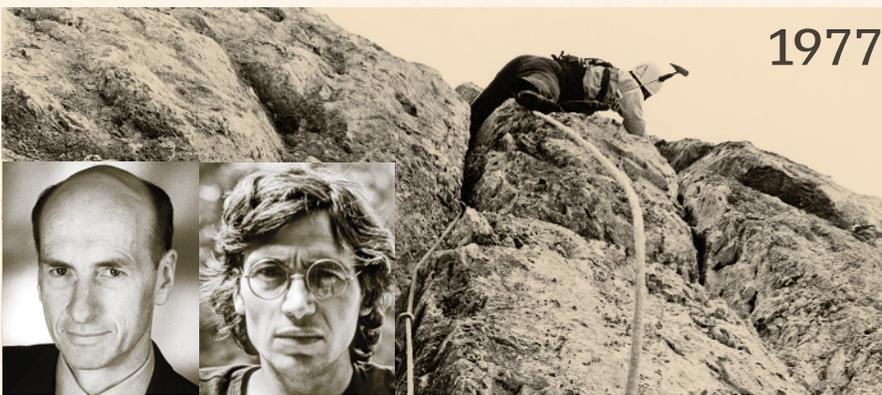
WENDEPUNKTE Helmut Kiene und die „Pumprisse“ (1977)

# Das Ende der Alpenskala

**Gibt es eine absolute „Grenze des Menschenmöglichen“? Die alte Schwierigkeitsskala sah sie beim Grad VI+. Ein Unsinn, den zu beenden es einen intelligenten Aktivisten brauchte.**

Das Jahr 1977 blieb leider vor allem wegen des „Deutschen Herbstes“ in Erinnerung: Blutausch und Größenwahn der RAF. In alpiner Hinsicht war 1977 ganz wunderbar, und das müssen wir immer dagegenhalten, damit das Doofe nicht am Ende doch siegt. Also: In Amerika hatte Ron Kauk mit dem Rissdach „Separate Reality“ und dem Boulder „Midnight Lightning“ die Türen zu neuen Horizonten des Felskletterns aufgestoßen. In Deutschland hatte Kurt Albert 1974 im Frankenjura die Rotpunkt-Definition erdacht: eine Seillänge frei durchsteigen; Haken, Seil und Co. dienen nur der Sicherung, nicht zum Ausruhen oder Fortbewegen. Beim „Sportklettern“ war der achte Grad schon Realität, okay, aber die richtigen Männer gingen immer noch ins Gebirge, und dort ging es nicht um so einen modischen Schnickschnack. Noch nicht. Dort oben im Gebirge schienen die Möglichkeiten auf seltsame Art limitiert. Alpine Faktoren, einerseits. Andererseits wagte niemand, die alte Schwierigkeitsskala anzutasten: In freier Kletterei war VI+ für die Besten der Besten ein Gang an der Sturzgrenze, schwerer konnte der Mensch nicht klettern! Definiert und für alle Ewigkeit festgelegt, was für ein absurder Einfall. Doch es begab sich, dass Helmut Kiene aus Freiburg beschloss, eine alpine Route im quasi verbotenen siebten Grad erstzubegehen – um das entstehende Aufsehen in irgendeiner Form für den Umweltschutz einzusetzen. Was nicht funktionierte, vielleicht

Fotos: DAV-Archiv/Reinhard Karl (2), privat



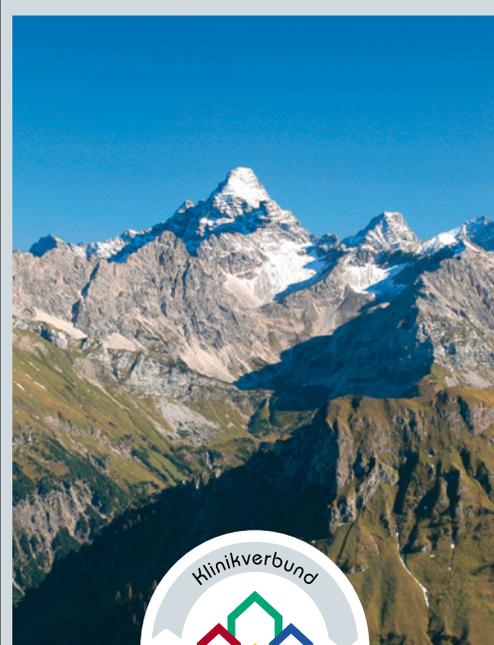
Den Hammer brauchte der Vorsteiger Helmut Kiene (l.) nur für den Quergang zu den Rissen; Reinhard Karl hielt den Markstein fotografisch fest.

brauchte es aber so einen verquerten Ansatz, um überhaupt auf die Idee zu kommen, die Skala zu knacken. Er und sein Seilpartner Reinhard Karl jedenfalls beherrschten den siebten Grad locker, eine Linie wusste Kiene auch: am Fleischbankpfeiler im Wilden Kaiser, rechts der berühmten Rebtschrisse. Sie kamen, kletterten – rotpunkt, natürlich! – und siegten: Es war tatsächlich VII. Dass die Welt auch von ihrer Tat erfuhr, verdanken wir Elmar Landes, Schriftführer der „DAV-Mitteilungen“ (heute DAV Panorama). Seine Oberen hätten so ein revoluzermäßiges Zeug nie zugelassen, so schmuggelte er Kienes Bericht in die bereits abgenommene nächste Ausgabe. Wiederholer bestätigten die Schwierigkeit – und die nach oben begrenzte Skala war Vergangenheit. Es begann der große Goldrausch des Freikletterns in alpinen Wänden. Kiene gab das Klettern kurz danach auf, dem Überleben und der Wissenschaft zuliebe. Reinhard Karl wurde durch seine Texte und Fotos zur wichtigsten Identifikationsfigur, die das deutsche Klettern je hatte. Er starb 1982 am Cho Oyu, Helmut Kiene lebt bis heute in Freiburg.



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

Nächster Wendepunkt: **Ohne Doping geht's auch.**  
Everest ohne Flaschensauerstoff: Gegen alle Zweifel (1978)



**Auf in die Berge!**  
Arbeiten wo andere  
Urlaub machen.

Für unsere Kliniken in Kempten und Immenstadt im Allgäu suchen wir:

- Anästhesist (m/w)
- OP-Pflegekraft / OTA (m/w)
- Anästhesie-Pflegekraft (m/w)
- Intensiv-Pflegekraft (m/w)

### Die Region

Verknüpfen Sie berufliche Chancen bei einem attraktiven Arbeitgeber mit hoher Lebensqualität in der Urlaubs- und Freizeitregion Allgäu!

### Ihre Bewerbung

Für weitere Fragen steht Ihnen Chefarzt Dr. Martin Fiedermutz unter Telefon 08323 910-8808 und Chefarzt Priv. Doz. Dr. med. Florian Wagner unter Telefon 0831 530-3362 gerne zur Verfügung.

Ausführliche Informationen finden Sie unter [www.kv-keoa.de](http://www.kv-keoa.de).



# Nicht auslasse

Klettern in  
Nordrhein-  
Westfalen



**Das bevölkerungsreichste deutsche Bundesland hätte richtig spannende Ziele für Kletterer zu bieten – wenn da nicht eine Unzahl schwer nachvollziehbarer Sperrungen wäre. Doch wer den Sport liebt, gibt ihn nicht auf.**

Text: [Andi Dick](#)  
Fotos: [Mathias Weck](#)

**W**as für eine Wand! Senkrecht und überhängend stapeln sich Dächer, Risse und Verschneidungen aus rotbraunem Porphyr übereinander, ragen aus dem lichten Wald fast hundert Meter in die Höhe. Die Nordwand des Bornsteins über Bruchhausen im Sauerland wäre auch im Süden der Republik ein

n!

Der Blick könnte in Trauer zurückgehen, wenn man die einst beliebten, heute fürs Klettern verbotenen Porphyrwände der Bruchhauser Steine betrachtet. Doch die Kletterer in NRW schauen lieber nach vorne.

Magnet für Kletterbegeisterte, ein hell klingender Lockruf ans Alpinistenherz.

Was für eine Schande! Auf der behördlichen „Info“-Tafel neben dem tausendfach begangenen Wanderweg an den Bruchhauser Steinen steht sinngemäß, dass die Kletterer schuld seien am Rückgang der Wanderfalken in den 1980er Jahren und deshalb der Sport damals verboten werden musste. Zur Erinnerung die Fakten: Das annä-

hernde Aussterben der Wanderfalken lag hauptsächlich daran, dass die Eierschalen durch das Anti-Insekten-Gift DDT zu dünn waren. Heute gilt die Art nicht mehr als gefährdet, häufig brüten Wanderfalken sogar in Städten. Und nicht nur in Francken und der Pfalz bewähren sich befristete Sperrungen während der Brutzeit; an großen Massiven reicht es sogar manche-

mal, nur den Teil mit dem Brutplatz nicht zu beklettern.

Als Schutzzweck steht übrigens auf dem Schild unter anderem der Erhalt kultureller Traditionen. Ist das das Klettern nicht auch? Schließlich ist es schon über hundert Jahre her, dass ausgerechnet die Alpinlegende Hans Dülfer – geboren in Wuppertal-Barmen – mit der Alten Nordwestkante am Bornstein hier zu den Fels-

**Viel Arbeit ist nötig, bis aus einem Steinbruch wie dem Oberhagen bei Warstein ein Klettergarten wird. Die Liebe zum Detail zeigt sich in den Namensschildchen, die die Partnerin unseres Fotografen Mathias Weck gemalt hat – er selbst testet derweil „Da guckst Du durch die Röhre“ (VII) an der Borghauser Wand.**

pionieren gehörte. Und in den 1960er Jahren trainierten hier britische Legenden wie Don Whillans und Chris Bonington für ihre Expeditionen. Heute zählen die DAV-Sektionen in NRW über hunderttausend Mitglieder – ein Beleg für den Wert (berg-)sportlicher Betätigung in der Natur.

Doch für den Duft von Tannen und Moosen, für rauen Sandstein und kernigen Kalk in der Hand, für den Blick vom Gipfel über wellige Hügel gibt es nicht mehr viele Möglichkeiten. Wie das Kuchenbuffet nach einem Kindergeburtstag mutet an, was von den nordrhein-westfälischen Naturfelsen eine beispiellose Sperrungswelle überlebt hat. Es ist zum Weinen, was die damalige rot-grüne Regierung des Ruhrgebiets-Bundeslandes als „Naturschutz“ geleistet hat – einige Geschichten sind geradezu bizarr. Etwa die der „Hofermühle“, die die Kletterer von Müll befreiten und zu einem Naturkleinod herrichteten – weswegen sie dann hinausgeschützt wurden. Oder das Hönnetal, bis fünfzig Meter hohe Kalkwände, „so gut wie Arco, nur nicht so abgespeckt“ (so der Gebietskenner Norbert Wieskotten): direkt über einer viel befahrenen Bundesstraße gelegen, mittlerweile bis zum letzten Quacken fürs Klettern gesperrt, um „die Naturschönheiten (... zu) erhalten“, aber zur Verkehrssicherung mit Abrissbirne, Beton und Felsankern bearbeitet. Oder die Eifel – die größten und besten Massive sind verboten, für die verbleibenden muss man



sich an der Tankstelle eine der limitierten Tageskarten kaufen; Eintritt fünf Euro.

Man könnte weinen. Aber Kletterer heulen nicht, sie bleiben dran. Morgens um neun füllt sich allmählich der Parkplatz unter dem Steinbruch Oberhagen in der

Bierstadt Warstein. Jo Fischer hat zum „Klettertag“ geladen. Rund dreißig Helferinnen und Helfer sind gekommen, um die bisherigen Früchte ihrer dreijährigen Arbeit zu genießen, aus dem stillgelegten



## Klettern in NRW

### KLETTERN IN NORDRHEIN-WESTFALEN

**Tourist-Info:** Tourismus NRW e.V.,  
Völklinger Str. 4, 40219 Düsseldorf,  
Tel.: 0211/91 32 05 00,  
Fax: 0211/91 32 05 55,  
info@nrw-tourismus.de,  
[nrw-tourismus.de](http://nrw-tourismus.de)

**Allgemeines:** Viele Gebiete lassen sich mit Bahn, Bus und Rad erreichen, es braucht aber etwas Findigkeit. Beste Zeit Frühjahr bis Herbst, im Winter wächst teilweise Eis. In den Steinbrüchen ist ein Helm zumindest für den Sicherer sinnig, in manchen reglementierten Gebieten grundsätzlich vorgeschrieben.

#### Führer und Infos:

- ▶ Fritz Blach: Die Besten im Westen, Geoquest Verlag 2016 (Eifel, Bochumer Bruch, Isenberg, weitere Wände und Steinbrüche)
- ▶ Fritz Blach: Land der tausend Berge, Geoquest Verlag, 2014 (Sauerland mit Hönnetal und Steinbrüchen)
- ▶ Thomas Fischer: Klettern Ruhrgebiet 4.0, [klettern-ruhrgebiet.de](http://klettern-ruhrgebiet.de) 2016 (Bochumer Bruch, Isenberg, Avalonia und andere natürliche und künstliche Strukturen)
- ▶ Timo Marschner, Martin Schepers, Thimo Sieger: Klettern im Teutoburger Wald, tmms Verlag 2014 (Dörenther Klippen, Halleluja-steinbruch, Externsteine)
- ▶ [kletterarena.info](http://kletterarena.info)  
Internet-Kooperation von lokalen Kletterern und DAV-Sektionen mit Infos zum Sauerland
- ▶ [felsinfo.alpenverein.de](http://felsinfo.alpenverein.de)  
Generelle Infos, auch über aktuelle Sperrungen

Steinbruch ein künftiges Klettermekka zu machen. Das heißt bis heute, wo etwa die Hälfte getan ist: Über 8000 Stunden Fronddienst mit Hacke, Hammer und Brechstange. Meterhohe Blockhalden zeugen von der Mühe des „Beräumens“ in der Hoffnung,

unter der mürben Deckschicht bekletterbaren Fels zu finden, der auch den Bohrhaken soliden Halt bietet. Und sie sind fündig geworden. Kompakte schwarze Platten mit Leisten und Löchern, in unterschiedlichen Neigungen, versprechen ideales Gelände für künftige Ausbildungskurse. Dazwischen gibt es faszinierende, an Sandstein erinnernde Wände mit Kletterei an Quarzkristallen. Am benachbarten Steinbruch Hillenberg (in dem fünf Jahre Arbeit stecken) offeriert gar ein vierzig Meter hoher Pfeiler kompakten Kalk mit Feinstrukturen, die der Erschließer, unser Fotograf Mathias Weck, mit dem Verdon vergleicht. „Ob wir die Naturfelsen wieder freibekommen, steht in den Sternen. Deshalb brauchen wir wohnortnahe Alternativen“, erklärt Jo Fischer, der als unmittelbarer Oberhagen-Nachbar fast jeden schönen Abend im Steinbruch die Brechstange schwingt und so ehrenamtlich tausend Überstunden pro Jahr leistet.

Fischers hauptberufliche Stelle für Klettern und Naturschutz, die der DAV-Landesverband seit knapp zehn Jahren finanziert, ist eines der Engagements des Vereins für seine Mitglieder. Damit setzt er eine Tradition fort, für die sich Vertreter von Alpenverein und IG Klettern wie Paul Steinacker und Fritz Blach schon seit Jahrzehnten engagieren, mit der Highlight-Veranstaltung „Free NRW“ 2001 und etlichen Stein-



bruch-Erschließungen. „Mit den Steinbrüchen im Sauerland wurden neue Klettermöglichkeiten geschaffen“, erklärt Sebastian Balaresque, der Vorstand des Landesverbands, „sie sind aber nicht vergleichbar mit natürlichen Felsen. Und allein wegen der Anzahl der Kletterer wäre ein größeres Angebot wünschenswert.“ Balaresque weiß die Sektionen hinter sich, die praktisch einstimmig akzeptierten, pro Mitglied jährlich einen Euro für „Klettern und Naturschutz“ abzuführen. Daraus werden dann Aktionen bezahlt wie der Erwerb des bundesweit bekannten Bouldergebiets „Avalonia“ – halbe-halbe mit dem „Boul-

## Differenzierte Regelungen? Eine lange Arbeit

derclub Ruhrta! – oder die FFH-Verträglichkeitsprüfung dazu.

Denn viele der gesperrten Naturfelsen liegen in Naturschutzgebieten. Was nicht automatisch Kletterverbot bedeuten muss, wie positive Erfahrungen mit differenzierten Zonierungs-Lösungen in anderen Bundesländern zeigen. Auf diese verweist sogar die Vereinbarung „Klettern und Naturschutz in Nordrhein-Westfalen“, die DAV und Landesregierung 2007 unterzeichneten, um „unter Abwägung der gegenseitigen Interessen ausgewogene und nachvollziehbare Lösungen anzustreben“. Eines ih-

## Klettern in NRW



Die Hirtzley ist einer der letzten „erlaubten“ Eifel-Felsen; Angela Windisch in „Campari Papa“ (VIII/ VIII+). An den Bruchhäuser Steinen dagegen erinnern Liebeschlösser an der Kette, die den Gipfelsteig markiert, an vergangene Kletterfreuden. Ehrenamtliche Erschließer um Jo Fischer (M.) kümmern sich um neue Kletterziele in Steinbrüchen.



rer Grundprinzipien sieht vor: „Im Zweifelsfalle können wissenschaftliche Studien ermitteln, ob die vorgesehene bergsportliche Nutzung gravierende negative Auswirkungen ... hat.“ Nur sind anscheinend nicht alle Beamten an wissenschaftlicher Genauigkeit interessiert. So verweisen die DAV-Engagierten auf das „Prüfschema“ der Bezirksregierung Arnsberg, das Klettern grundsätzlich als „erheblichen Eingriff“ in Natur und Landschaft wertet – eine Sichtweise, die bundesweite Erfolgsmodelle ignoriert und deshalb das nächste große Bollwerk ist, gegen das die Kletterervertreter angehen möchten.

Freilich sieht Jo Fischer auch die Kehrseite des momentanen Kletter-Booms: „Die schwarzen Schafe wachsen prozentual mit der Kletterer-Menge.“ Aus mehr oder weniger weit entfernten Nachbargebieten wie Ettringen, dem Ith oder Frankenjura, in die die NRW-Kletterer vertrieben werden, hört man zunehmend von Unmut über wildes Campen samt Müll- und Toilettenproblemen. Wenn Kletterer sich nicht benehmen

und nicht die einheimische Gastronomie fördern, schaden sie der gemeinsamen Sache. Ähnlich wie damals, so Fischer, als ganze Busladungen kommerzieller Kletter-Events in der Eifel einfielen. Nun sind in dem Sandstein-Konglomerat-Gebiet, das Wolfgang Güllich einmal als „senkrechten Kartoffelacker“ bezeichnete, gerade noch drei Sektoren offen. Eine „Vertreibung aus dem Paradies“ nennt der Lokalpionier Hans Nathan die Verbote. Immerhin ist die Eifel mit 280 noch erlaubten Routen und bis vierzig Meter Wandhöhe das größte zusammenhängende Klettergebiet in NRW. Und wenn man sich einmal an die verbackenen Kieselknollen gewöhnt hat, mag man das Klettern hier durchaus schätzen. Schließlich wird es schon seit 1908 betrieben.

Etwas später, 1922, ging es in den Dörenther Klippen los, dem anderen halbwegs nennenswerten noch erlaubten Naturfels-

gebiet. Na ja, erlaubt: Von siebzehn Massiven sind sechs bekletterbar, wenn man Kontingentierung, Tageszeit, Helmpflicht und den Vorrang des einheimischen Vereins „Bergfreunde Ibbenbüren“ beachtet. Der umfangreiche Wortlaut der Regelungen ist im Internet nachlesbar. Vielleicht geht es nicht anders in einem Bundesland

mit zehn Millionen Menschen. Steht man dann aber unter dem Königsstein oder seinem Vorgesetzten, dem Dreikaiserstuhl, kann man Lust kriegen

– je nach Mentalität zum Angreifen oder Weglaufen. Wie die versteinerten Trolle aus dem „Kleinen Hobbit“ hocken die Sandsteinbrocken im lichten Wald, die Hakenabstände wirken recht engagiert, doch unser recherchierender Fotograf berichtet von prächtigen Henkelparaden am senkrechten Sandstein. ▶

## Klettern im Millionen-Land? Ohne Anstand geht es nicht



Sandstein gibt es auch am Isenberg, einem der ersten fürs Klettern hergerichteten Steinbrüche – „klein, aber nicht schlecht“, sagt Mathias. Der Fels ist extrem kompakt und glatt, die grobe Struktur ermöglicht aber auch viele leichtere unter den fast 70 Routen. Und obwohl die Locals – unter ihnen der profilierte Alpinist Norbert Wieskotten – den Fels teilweise mit Stahlankern fixieren mussten, gehört der Isenberg zu den besten Kletter-Steinbrüchen neben dem „Oberhammer“ Hillenberg, dem Oberhagen, der noch zwei Jahre Arbeit bis zur Eröffnung brauchen dürfte, und dem Bochumer Bruch, der interessante und anspruchsvolle Kalkklettere bis 60 Meter Höhe bietet – und ein raffiniertes Ticketsystem mit Internetanmeldung und Pincode-Eingabe am Eingangstor.

### Verantwortlich klettern in der Natur? Es muss keine Vision bleiben



Nur: Steinbrüche heißen nicht per Zufall so. „Es wird immer Bereiche geben, die nach dem Einbohren ganz ordentlich aussehen, aber innerlich zerrüttet sind“, merkt Paul Steinacker an, der quasi sein Leben lang für die Felsen kämpfte und mit seiner Sektion Hochsauerland rund 50.000 Euro für die Erschließung solcher „Sekundärbiotop“ im Sauerland lockergemacht hat. Locker ist leider auch der Steinbruch-Fels durch die Sprengungen; da kann sich auch mal eine Schublade lösen, die rissfrei und solide gewirkt hat. Eine ungünstige Voraussetzung in einem Land, in dem viele Kletterhallen auf „Durchreißen“ geschraubt sind, mit weiten Griffabständen und nix zum Treten, so dass man keine felsschonende Bewegungstechnik lernen kann. Bleibt also zum Beispiel dem regionalen Expeditionskader – NRW



ist das einzige Land, das dem Beispiel des DAV-Bundesverbands folgt – nur weites Autofahren, um sich auf alpine oder noch größere Bergziele vorzubereiten? Und müssen sich Breitensportler aus Risikogründen mit Plastikwand und Sockenmief begnügen, statt Natur begreifen zu dürfen? „Naturschutz lernt man am besten in der Natur. Rausschützen aus der Natur ist keine Lösung“, sagt Sebastian Balaesque, der Chefpolitiker im Landesverband. Der DAV in NRW will stark und selbstbewusst auf die Politik zugehen, will Regelungen mit Augenmaß und auf Augenhöhe erarbeiten – und so Vertrauen aufbauen, dass differenzierte Kletterregelungen akzeptiert werden und funktionieren. Vielleicht kann man dann eines Tages auch über die richtig guten Felsen reden: die großen Eifel-Felsen, das Hönnetal, die Bruchhauser Steine.

Dort findet sich ein schönes Beispiel gegen die angebliche Naturgefährdung durch



Vom Königstein in den Dörenter Klippen schaut Peter Lelek über den Teutoburger Wald. Auch hier gelten strenge Regulierungen – wenn auch nicht so heftig wie die Ticketpflicht für die Eifel.

Felsfreunde. Am Fuß der Ravenstein-Westwand hat die Alpen-Gänsekresse ihr einziges Vorkommen in Norddeutschland – obwohl dort früher viel und regelmäßig geklettert wurde, wie Paul Steinacker in seiner lokalen Chronik schreibt. Darin dokumentiert er auch zwei Konzeptions-Entwürfe, die jeweils auf 80-90 Prozent der Felsfläche verzichten, die wertvollen Pflanzen und Tiere also erhalten – und trotzdem attraktive Klettermöglichkeiten offerieren. Musterbeispiele für eine Zukunftsvision, in der persönlichkeitsbildende und gesundheitsfördernde Wirkungen des Kletterns verantwortlich abgewogen sind gegen die Schutzbedürftigkeit der Felsbiotope. Muss das eine Vision bleiben?



Der Hamburger Fotograf **Mathias Weck** hat's weiter zum guten Fels als der Panorama-Redakteur **Andi Dick**. Einige Felsen in NRW fand er aber richtig gut.



Adam Ondra: © Dieter Deventer

DIE BESTEN  
OUTDOOR- UND  
ABENTEUERFILME  
DES JAHRES!

JETZT TICKETS  
SICHERN!





**MAMMUT/GORE-TEX**

**EUROPEAN  
OUTDOOR  
FILM  
TOUR 18/19**





ALLE INFOS, TRAILER, TERMINE  
UND MEHR UNTER [WWW.EOFT.EU](http://WWW.EOFT.EU)



In den Revieren  
von Kaiser Max

# Adliger Alpin- Gourmet

**Schon vor 500 Jahren stieg Kaiser Max in den Tiroler Bergen herum – allerdings nicht aus Lust am Steigen, sondern um Gämsen und Hirschen aufzulauern. Auf den Spuren des bergsteigenden Kaiser-Jägers fand **Christian Rauch** (Text und Foto) allerdings auch Wandergenuss.**

**M**aximilian I. von Habsburg (1459-1519), der „letzte Ritter“, war römisch-deutscher Kaiser, herrschte von Florenz bis zur Ostsee, doch das kleine Tirol gehörte zu seinen liebsten Landen. Dazu trug vor allem seine Jagdleidenschaft bei, insbesondere auf Gämsen. Sie machte Max I. zu einem echten Bergsteiger – Jahrhunderte vor den ersten so genannten Alpinisten. Besonders gern weilte er mit seinem Hofstaat in Innsbruck, und von dort waren die Karwendelberge nahe.

Zum Beispiel der Stock von Lamsen- und Hochnisslspitze über dem Vomper Loch. „Daran ist wol gemb-

sen. Und dasselb wild hetzt man an demselben Hüelachspitz“, so steht es in den Jagdbüchern, in denen die obersten Forst- und Jägermeister für den Kaiser jedes Revier genau beschrieben. An der „Hüelachspitz“ (Hochnisslspitze) konnten Jagdknechte mit ihren Hunden die Gamsrudel am besten aufscheuchen, um sie anschließend Richtung „Lamsenspitze“ zu hetzen. „Daran felld man das wild aus.“ Bei dieser Jagdmethode wurden die Gämsen mit dem Gamsspieß, einer langen zugespitzten Holzstange, aus den Felsen gestoßen. Im nahe gelegenen Schloss Tratzberg kann man diese Stangen noch heute bewundern. Denn Kaiser Max setzte, obwohl es damals schon Büchsen gab, streng auf traditionelle Jagdtechniken.

Zum Revier zwischen Hochnissl- und Lamsenspitze vermerkte der Forstmeister allerdings auch, dass die hohen Fürsten wohl keinen besonderen Spaß in diesem Gebiet haben würden, das

**Baumfreie  
südseitige Hänge:  
verfluchen  
oder lieben**

„rauch (rauh) und sundrig (sonnig) ist“. Bergsteiger, die heute den langen aber großartigen Anstieg vom Vomperberg auf den Hochnissl wählen, werden das baumfreie südseitige Terrain je nach Witterung verfluchen oder lieben. Die Aussicht ist jedenfalls großartig, und

vom Steig aus sind noch weitere einstige Jagdgründe des Kaisers zu überblicken.

Weniger alpin wandert man von Seefeld ins Inntal – eine Route, die man eher als Autofahrer vom „Zirler Berg“ her kennt. Auf diesem ruhigen Weg lassen sich



In den Südhängen der Hochnisslspitze setzten Kaiser Max und seine Jagd- hilfen den Gämsen nach – ein sonniges und mühsames „Vergnügen“.

## INFO

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



einige historische Stationen aus des Kaisers Zeit direkt besuchen. Es beginnt mit dem Wildsee, bei Maximilian I. hieß er Lampretensee, benannt nach der Fischart Lampreten (Neunaugen). Da diese als Delikatesse sehr geschätzt wurden, hatte der Kaiser sie einsetzen lassen. Mit Blick auf die Stubai Kalkkögel geht es weiter über Auland nach Reith und von dort teils richtig steil hinauf zum so genannten Kaiserstand an den Südflanken der Reither Spitze. Dort stehen ruhige Bankerl, von denen man herrlich ins Inntal und auf die Zentralalpen blicken kann. Ob der Kaiser wirklich genau hier auf die Pirsch ging, kann keiner belegen. Doch immerhin lag der Kaiserstand sehr nahe bei Burg Fragenstein, einem der bevorzugten Jagdsitze von Maximilian. Dort waren auch seine Jagdfalken zu Hause, die er häufig von anderen Herrschern in Europa zum Geschenk erhielt. Mit den Falken wurde, auch gemeinsam mit den Damen, Jagd auf Wildenten gemacht. Heute stehen von Fragenstein nur noch zwei Türme und Mauerreste; der senkrechte Tiefblick auf das Inntal ist dennoch beeindruckend.

Letzte Station der langen Tour ist die Martinswand östlich von Zirl. Max I. genoss die Gämsjagd in dieser steilen Wand besonders, konnten ihm doch der Hofstaat samt Damen sowie auf der Landstraße vorbeiziehendes Volk von unten im Inntal ehrfürchtig zusehen. Doch einmal verstieg sich Maximilian in den Felsen so hoffnungslos, dass er trotz seiner Steigeisen kein Vor und kein Zurück mehr wagte. Nach Tagen erst soll ihn ein junger Bursch gerettet haben – der dann im Tal auf einmal verschwunden war; der Volksglaube sah in ihm

einen Engel. Max I. trug persönlich zum Dank für seine Rettung ein Kreuz in eine Höhle in der Wand. Heute führen zur Kaiser-Max-Grotte ein gut gesicherter Weg, der extrem schwere Kaiser-Max-Klettersteig und einige Kletterrouten.

Eine weitere Lieblingsregion des Kaisers war der Achensee. Bei Pertisau am Südufer logierte Maximilian in seinem „Fürstenhaus“, um zu fischen und zu jagen. Im Juni 1501 ließ er im Achenal für spanische und venezianische Gesandte eine Hirsch- und Bärenjagd veranstalten. Besonders Letztere ließ Maximilian sorgfältig und ausgefeilt planen. „Besetze die Höhen und Seiten“, erklärte er selbst einmal, damit der Bär keinen Ausweg mehr sieht und wütend wird. Dann könne man ihn mit der Armbrust verwunden und ihm den Todesstoß durch einen großen langen Speiß verpassen. Heute entspannen Wanderer über dem Nordufer an der „Kaiser-Maximilian-Rast“ – und ziehen dann weiter zur Köglalm und eventuell noch bis auf die Gipfel des Unnütz. Auch dieser Berg führte seinen Namen schon in den 500 Jahre alten Jagdbüchern: als „Unutzinkogel“, an dem es „wol wiltpret“ hat.

### WANDERN WIE KAISER MAX

**Am Achensee:** Achenkirch/Hotel Fischerwirt (916 m) – Kaiser-Maximilian-Rast – Köglalm (1428 m). 550 Hm, 3 ½ Std., T1. Abstecher zum Vorderunnütz (2078 m): plus 3 Std., T3.

**Im Karwendel:** Gasthof Karwendelrast (840 m, Vomperberg) – Hochnisslspitze (2547 m): 1750 Hm, 8-9 Std., T4 und Stellen I.

**Überm Inntal:** Seefeld (Bahnhof, 1180 m) – Bahnhof Hochzirl (920 m): 21 km, > 850 Hm, > 1100 Hm, 7 ½ Std., T2. Rückfahrt mit Zug, diverse Varianten möglich (s. Panorama online).



**Christian Rauch** schreibt als freier Alpinjournalist und Buchautor besonders gerne über die kulturellen Hintergründe der alpinen Tourenziele.

# Vom guten Umgang mit sich selbst

**Bergsport ist großartig! Aber neben den naturgegebenen Gefahren bietet er auch viele Möglichkeiten, durch ungünstige oder Übermotivation in (zu) große Risiken zu schlittern. Alexis Konstantin Zajetz skizziert Zusammenhänge und lädt ein zum Nachspüren und zur Selbstreflexion.**

Das Bergsteigen in seinen verschiedenen Formen ist auch ein Spiel an und mit Grenzen. Und dabei wird es immer wieder Momente geben, wo es uns „zu viel“ wird – oft erst im Rückblick erkennbar. Wo wir uns selbst zum Feind geworden sind oder Anteile in uns die Führung übernommen haben, die nur „ihres“ vertreten, ohne Rücksicht auf Verluste, ohne Respekt vor unserer eigenen Unversehrtheit. Wie kann es zu solchen Momenten kommen? Für diese Frage müssen wir uns bewusst sein, dass der Alpinismus teilweise in einem historischen Kontext der Härte gegen sich selbst steht. Doch unabhängig davon finden wir in der Vielzahl der Motive, die uns im Bergsport antreiben, auch einige, die Gefahren in sich bergen.

Motive zum Bergsport können harmlos, ja wellness-tauglich sein: Genuss, Entspannung, ästhetisches Erlebnis der Bergwelt; Freude an der Gesundheit, an der Bewegung, am Miteinander. Aus diesem Miteinander kann allerdings auch Freude am Wettkampf und an der Anstrengung entspringen, die zum Überschreiten von Grenzen verlocken kann – besonders, wenn das Motiv „Selbstwert“ sich daran knüpft oder ein strenges Über-Ich die Peitsche schwingt. Besonders spannend im Blick auf Grenzüberschreitungen sind außerdem Motive, die an der Angst ansetzen: die Angstlust und das kontraphobische Motiv „ein Indianer kennt keine Angst“. Wenn wir diese „heiklen“ Motive nun genauer durchleuchten, dann weniger unter der Perspektive „gesund/ungesund“, sondern mit Fragen wie: Macht es mich glücklich? Wie fühle ich mich dabei? Wie frei kann ich entscheiden?

Und wenn wir uns die Frage stellen, wie wir den Fettnäpfchen entgehen können, hilft oft das Spiel mit dem „Inneren Team“: Wir stellen uns die vielerlei „Seelen in unserer Brust“, die widersprüchlichen Stimmen im Kopf als Team vor und versuchen wie ein guter Trainer, die Stimmen zu nähren, die uns gut tun, während wir die negativen Emotionen dämpfen, beschwichtigen oder zum Pausieren einladen.

Foto: Andi Dick



## **Angst: Geil oder eklig?**

Die Angstlust entsteht aus einem speziellen Netzwerk unseres Gehirns, dem Furchtsystem. Es funktioniert, wenn wir in Gefahren nicht mit Panik reagieren, sondern hellwach, mit hoch aktivierten Körperfunktionen wie Blutdruck, Herzfrequenz und Stoffwechsel. Falls wir die Situation gut meistern, das Problem befriedigend lösen, steigt der Dopaminspiegel im Belohnungszentrum des Gehirns – ein selbst erzeugter Drogenrausch. Das bestärkt erfolgreiches Verhalten und gute Strategien, kann aber wie jede Droge zur Sucht

führen: Für das gleiche Hochgefühl muss die Dosis gesteigert werden. In einer stabilen Persönlichkeit kann das Meistern solch herausfordernder und angstausslösender Situationen zu intensiven, glückserfüllten Momenten führen. Die „Sucht“ kann mich aber auch am falschen Tag in die falsche Steilrinne treiben, wo der intensivste Rausch und das totale Desaster haarscharf nebeneinander liegen.

Vorsicht, Falle: In der Vorfreude auf Lust wird das bewusste Denken neurobiologisch nach unten reguliert. Wir sollten also üben, auch die leiseren Stimmen in uns zu hören, um so das ganze Innere Team nutzen zu können.

Tief in unserer Psyche versteckt liegt eine andere Strategie zum Umgang mit Angst: die kontraphobische Motivation. Ich suche angstbesetzte Situationen auf und „beweise mir“, dass ich keine Angst habe. „Test-Pieces“ sind die große Attraktion, also besonders berühmte Routen, Klettersteige oder Abfahrten. Durch dieses Verhalten kann der Genuss auf der Strecke bleiben, die ständig ge- oder überforderten Partner können abspringen; vor allem aber kann es zu chronischer Überforderung führen.

Kleine Fingerzeige in Richtung kontraphobisch sind zum Beispiel das Gefühl, keine Angst zu kennen (was von Natur aus sehr selten vorkommt); eine Unternehmung unbedingt machen zu wollen oder Ja sagen zu müssen zu einem schneidigen Tourenvorschlag, dabei aber keine Freude aufkommen zu spüren.

### **Wann bin ich was wert?**

Ein geradezu teuflisches Muster ist ein strenges Über-Ich. Als innerer Antreiber vergleicht diese innere Instanz unser ideales Selbstbild mit der „Realität“ – und wenn Erwartung und Selbstwahrnehmung auseinanderklaffen, machen wir uns selbst klein, schlecht oder beschimpfen uns gar noch. Am besten legt man dafür die Latte der Erwartung unerreichbar hoch oder unterwirft sich überzogenen Ansprüchen anderer. Wer kennt es nicht – zumindest aus Erzählungen oder Beobachtungen –, dass man für ein großes Ziel viel zu viel trainiert; immer denkt, zu wenig zu tun; Regenerationszeiten nicht einhält; daraus folgende Verletzungen ignoriert; sich in die Magersucht herunterhun-

Der Beitrag ist die Kurzfassung eines längeren Artikels im **Alpenvereins-Jahrbuch Berg 2019** (s. S. 112), erhältlich ab Oktober bei Ihrer Sektion und im **DAV-Shop: [dav-shop.de](http://dav-shop.de)**

gert ... oder dann auch beim „Go“ trotz widriger Umstände nicht aufgeben will und sich gnadenlos überfordert.

Will man dieser Falle entgehen, muss man wissen: Es gibt kein objektives Maß; jeder muss für sich selbst entscheiden oder daran arbeiten, welchen Umgang er mit sich pflegen möchte.

Dazu hilft es, die Stimmen im Inneren Team zuordnen zu können. Das Über-Ich hat keine Bremse, zur Regulation brauchen wir das „Ich“, das bewusste Entscheiden. Dieses kennt Ausnahmen („heute darf ich umdrehen, es ist ja viel zu heiß“), es kann relativieren („für zweimal in der Woche klettern ist eine 6c ziemlich gut“) und nachschauen, ob mich etwas glücklich macht („das Training ist ja nur noch Druck“).

Ein weiteres Motiv zum Bergsport ist im Grunde positiv: Erfolge und Erlebnisse können das Selbstwert-Gefühl fördern. Die Schattenseite ist, wenn die Bestätigung von außen kommen muss, wenn das Erreichte nichts wert ist, außer andere liken es. Oder wenn diese extrinsische Bewertung internalisiert und zum besagten „strengen Über-Ich“ wird. Wenn hier im Inneren Team die Stimmen zu schwach sind, die Können und Wollen in die Balance bringen, kann man sich selbst in Touren treiben, die weit über dem eigentlichen Können liegen.

### **Selbst- und Fremdkontrolle**

Psyche und Motivation sind vielschichtig. Schon sich selbst zu verstehen, ist keine leichte Aufgabe – geschweige denn das Innere Team in eine gesunde Richtung zu coachen. Noch komplexer ist der Umgang mit Gruppen, besonders mit jugendlichen und/oder hochmotivierten Menschen. Mit Konzepten wie „*risflecting*“ (ÖAV) oder „*check your risk*“ (DAV) arbeiten die Alpenvereine daran. Auf dass Sport und Bewegung nicht angstvoll oder als Muss empfunden werden, sondern Freude bringen.



**Alexis Konstantin Zajetz**, MMag., Psychologe, Sportwissenschaftler und Psychotherapeut, ist Leiter des Institutes für Therapeutisches Klettern, Mitglied im Bundeslehrteam Sportklettern des ÖAV und externer Lektor an der Uni Salzburg.

*Seine Leistungsfähigkeit ausschöpfen, Grenzen erreichen und erweitern – das gehört zu den intensivsten Erfahrungen in den Bergen und kann die Persönlichkeit reifen lassen. Aber die Dosis muss passen – dazu hilft ein gut eingespieltes „Inneres Team“.*

# #CLIMB TO TOKYO

Deutsche Meisterschaft Olympic Combined

## Gelungene Premiere

Zum ersten Mal wurde im Juli im neu eröffneten Landesleistungszentrum Augsburg eine Deutsche Meisterschaft im Format „Olympic Combined“ ausgetragen. Der Dreikampf aus Speed, Bouldern und Lead wird in Tokyo 2020 erstmals olympisch sein. Da auch die Qualifikationen im Wesentlichen über dieses Format erfolgen dürften, ist es für die Athleten wichtig, Erfahrungen mit Belastung und Taktik zu sammeln. Bei der perfekt organisierten und gelungenen Premiere schafften das Jan Hojer und Frederike Fell am besten und sicherten sich die Kombi-Meistertitel.

„Es hat viel Spaß gemacht“, sagten Hojer und Fell nach dem Wettkampf. Auch wenn die rauen Griffe viel Haut kosteten und kaum ein Starter ohne angeschlagene Knöchel oder Schürfwunden durch den Wettkampf kam, waren die Routen und Boulder anspruchsvoll und kreativ – vor allem die extralange Leadroute zum Schluss des Finales. Davor aber lagen zwei harte Tage mit zweimal dem vollen Programm. In der Qualifikation am Freitag mussten alle 35 Männer und 23 Frauen in Speed, Boulder und Lead antreten. Die Platzierungen der Einzelwettkämpfe wurden multipliziert, die sechs Kletterer mit den niedrigsten Zahlen kamen ins Finale – Jan Hojer zum Beispiel mit  $1 \times 5 \times 1 = 5$  Punkten; er hatte in Speed und Lead gewonnen, im Bouldern den fünften Platz gemacht.

Im Finale zeigte sich dann vor allem bei den Damen, was der DAV-Sportdirektor Martin Veith so ausdrückte: „Nach jedem Wettkampf kann sich alles ändern.“ Das Ranking nach dem Speed wurde in der Boulder-Runde ordentlich durcheinandergewürfelt. Und da jede Teildisziplin eine eindeutige Platzierung braucht, kam beim Lead wieder die Zeit ins

Spiel: Bei den Frauen fielen alle am gleichen Griff ab, so dass die Plätze über die Kletterzeit bestimmt wurden, und auch bei den Männern kam Jan Hojer gleich weit wie Yannick Flohé, war aber ein bisschen schneller und gewann deshalb die Disziplin und den Gesamtwettbewerb. Roxana Wienand und David Firnenburg rutschten jeweils durch eine starke Vorstiegsleistung noch auf Platz drei.

red



Foto: DAV/Marco Kost

Boulderweltcup-Finale in München

## Die Monster-Show

Die Schwerkraft ist für alle gleich – manchmal könnte man daran zweifeln. Für Janja Garnbret (SLO), Miho Nonaka und Akiyo Noguchi (JPN) scheint sie Ausnahmen zu machen. Sie toppten beim Finale des Weltcups jeden Boulder, Garnbret sogar im Flash, während die anderen drei Finalistinnen insgesamt gerade zwei Tops erreichten. Eine harte Aufgabe für die Routenbauer; bei den Männern hatten sie's besser erwischt: Jeder Boulder wurde geklettert, aber teils nur von einem Athleten, und jeder hatte mindestens ein Top. Überraschungssieger wurde Gregor Vezonik (SLO) vor seinem Landsmann Jernej



Gruß ans Münchner Publikum nach dem Gesamtweltcup-sieg: Jernej Kruder



**ALLES GEBEN  
IST UNSER STIL**

Klettern wird in Tokyo 2020 erstmals olympisch sein.  
Das ist eine einmalige Chance. Wir werden sie nutzen.

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

# + ticker +

Erster Leadweltcup-Sieg für Alex Megos

## BACK IN BLACK-RED-GOLD

Der beste deutsche Felskletterer – er hat als dritter Mensch eine 9b+ (XII-) geklettert – hat sich nun auch im Wettkampfbetrieb zurücketabliert. Beim Lead-Weltcup in Briançon marschierte Alex Megos souverän durch Quali und Halbfinale; das Finale an kleinen Leisten traf seine Stärken perfekt, so dass er erst am vorletzten Griff stürzte und sich seinen ersten Leadweltcup-Sieg sicherte – vor

den letztjährigen Gesamtgewinnern Romain Desgranges (FRA) und Domen Skofic (SLO). Damit ist Alex, der sich durch schnelle Begehungen härtester Felsrouten einen internationalen Namen gemacht hat, voll zurück im Plastikgeschäft. Vor seiner Felsphase war er in der Jugendklasse zweimal Europameister und einmal Vizeweltmeister geworden, 2017 Vizeeuropameister Bouldern bei den Senioren. Zu Redaktionsschluss lag er auf Platz drei der Leadweltcup-Gesamtwertung. Damit zählt er zu den ganz heißen Eisen des DAV für Tokyo 2020. *red*

Foto: Eddie Fowke – IFSC



Kruder, der die Gesamtwertung gewann, und Jakob Schubert (AUT). Die Weltcup-Gesamtwertung der Frauen ging an Miho Nonaka. Vier Deutsche erreichten das Halbfinale: Alma Bestvater, Alexander Averdunk, Jan Hojer und Yannick Flohé – eine starke Teamleistung. Perfekte Organisation und Inszenierung und die legendäre Stimmung bei 4000 Zuschauern unter dem Zeltdach des Münchner Olympiastadions ließen das Weltcup-Finale wieder einmal zu einem Saisonhöhepunkt werden. *red*

Foto: DAV/Marco Kost

**Partner des Münchner IFSC Boulder World Cup:**



Landeshauptstadt  
München



Regio Bayern

**Skibergsteigen-Nachwuchscamp** Zum zwölften Mal organisiert der DAV ein Nachwuchscamp für Skibergsteiger von 12-19 Jahren. Vom 13.-16. Dezember treffen sich wettkampf-begeisterte Mädels und Jungs auf der Dortmunder Hütte im Kühtai. [alpenverein.de/wettkampf/skitouren](http://alpenverein.de/wettkampf/skitouren)

**Sichern auf Hochtouren** Hochtouren, die Königsdisziplin des Alpinismus, werden immer komplexer. Gletscher apert aus, brüchiger Fels entsteht. Die Freiburger Bergschule Picos hat zeitgemäße Sicherungstechniken, die kompetente Hochtouristen dem Gelände anpassen können, als Foto-Tutorial aufbereitet – kostenlos als pdf unter: [picos-guides.com/alpintutorial](http://picos-guides.com/alpintutorial)

## termine

### Deutsche Meisterschaft Lead (DML)

10.11. Darmstadt, DAV-Kletterzentrum

### Deutscher Jugendcup (DJC)

insg. 6 Termine mit Gesamtwertung, aus der die Deutschen Jugendmeister Klettern hervorgehen  
29.9. Frankenthal (Lead)

### Klettern international

29.9. Weltcup Lead, Kranj (SLO)  
6.-18.10. Youth Olympic Games, Buenos Aires (ARG)  
20.10. Weltcup Lead & Speed, Wujiang (CHI)  
27.10. Weltcup Lead & Speed, Xiamen (CHI)

## ergebnisse

### Boulder-Weltcup Gesamtwertung

**Frauen:** 1. Miho Nonaka (JPN), 2. Akiyo Noguchi (JPN), 3. Fanny Gibert (FRA), 10. Alma Bestvater (Weimar)  
**Männer:** 1. Jernej Kruder (SLO), 2. Tomoa Narasaki (JPN), 3. Rei Sugimoto (JPN), 13. Jan Hojer (Frankfurt/M.)

### Deutsche Meisterschaft Olympic Combined

**Frauen:** 1. Frederike Fell (Freising), 2. Johanna Holfeld (SBB), 3. Roxana Wienand (Aschaffenburg)

**Männer:** 1. Jan Hojer (Frankfurt/M.), 2. Yannick Flohé (Aachen), 3. David Firnenburg (Rheinland-Köln)

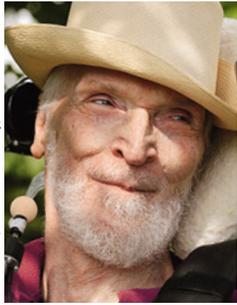
### Deutsche Meisterschaft Speed

**Frauen:** 1. Frederike Fell (Freising), 2. Jilina Grote (Wuppertal), 3. Leonie Lochner (München-Oberland)

**Männer:** 1. Yannick Flohé (Aachen), 2. Jan Hojer (Frankfurt/M.), 3. Alexander Averdunk (München-Oberland)

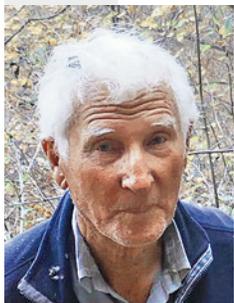
# menschen

Fotos: privat (3), Irmgard Braun, Marko Prezelj, Klaus dell'Orto



Sein Vater hat das Kernmantelseil erfunden. Er selbst erfand die Expressschlinge und das Multisturzseil. Im August feierte **Claus Benk**, 25 Jahre lang treibende Kraft bei Edelrid, seinen 80. Geburtstag mit seiner Frau, den vier Töchtern und sieben Enkeln. Der begeisterte Kletterer und studierte Textilingenieur ließ sich weder vom großen Brand von 1973 stoppen, noch von einem Reitunfall, der ihn mit 54 Jahren zum Rückzug aus der Firma zwang; 2013 eröffnete er mit drei Spitzenkletterern die Climimax Kletterwelt in Stuttgart-Zuffenhausen.

Seine Erstbegehungen füllen einige Führer – im Wortsinn, denn **Michel Piola** hat nicht nur über 1500 Routen vom Montblanc-Massiv bis zu den Bergen der Welt erstbegangen, er hat auch etliche perfekt gemachte Topoführer verfasst. Sein Name steht für Qualität und faire Absicherung. Es sind Genussklassiker darunter, aber auch Extremrouten wie die „Bardill“ am Frêneypfeiler oder die „Ghilini/Piola“ am Eiger. 1993 bekam er den Piolet d'Or für „Dans l'œil du cyclone“ (VII, A4) im patagonischen Paine-Massiv. Auch nach seinem 60. Geburtstag im September wird er noch viel felsiges Neuland angrätschen – wir wünschen alles Gute dafür!



Noch mit über 80 Jahren hatte **Arthur Oswald** – oft ganz alleine – Routen saniert und Wege gebaut. Wenn er in der Kletterhalle einen Sechser nicht gleich hinaufkam, übte er ihn ein und kletterte ihn noch mal. Als der Kampf gegen den Krebs verloren war,

verabschiedete er sich von seinen Freunden und starb am 14. April mit 83 Jahren. So ging eine Donautal-Legende von uns; er hatte Hunderte von Bühlerhaken von Hand gesetzt und im „Däle“ wie auch in den Alpen viele großartige Touren erstbegangen. Als liebenswerter und bescheidener Mensch bleibt er über seine diversen Wege hinaus in Erinnerung. *red*

## 50 Jahre Frauenklettertreffen RHM

### Frauen steigen auf

„Rendez-vous Hautes Montagnes“, ein Treffen in den Bergen – unter diesem Titel brachte Felicitas von Reznicek 1968 eine Elite von Berg-Frauen auf dem Gipfel des Titlis zusammen. Damals alles andere als selbstverständlich, und die meisten hatten ihre Männer dabei. Seither treffen sich jedes Jahr aktive Frauen beim RHM – heute ohne Männer, aber auch ohne Elite-Anspruch. Jede Frau, die den fünften Grad vorsteigt und ihre Touren selbstständig durchführt, ist willkommen, denn es geht darum, gemeinsam beim Bergsport Spaß zu haben. So waren zum Jubiläumstreffen im August rund 60 Frauen aus neun Nationen nach Innertkirchen angereist, unweit vom Titlis, und vergnügten sich bei bestem Sommerwetter an den Felsen und Bergen des Berner Oberlands. Zur öffentlichen Jubiläumsfeier kamen Mitglieder der ersten Stunde; aber auch vier junge Frauen, die begeistert erklärten „RHM will not die!“. Das Treffen wird nicht sterben – auch ohne



Zur Jubiläumsfeier gab's Musik.

Verein, Statuten und Regeln wurde seit 1968 jedes Jahr eine Sommerwoche in Europa organisiert, dazu Treffen zum Eisklettern und für Skitouren. Nächstes Jahr soll's in den Peak District gehen. *ib/red*  
[rhm-climbing.net](http://rhm-climbing.net)



Andrej Stremfelj, eine Ikone des slowenischen Alpinismus.

## Piolet d'Or

### Akzeptanz von Einsamkeit

Diese Tugend erfordert der Alpinist in großer Höhe, so die Jury des „Alpinismus-Oscars“ Piolet d'Or (Goldener Eispickel). In diesem Jahr zeichnete sie drei Teams aus: Zdeněk Hák und Marek Holeček (CZE) für „Satisfaction“ (2600 m, ED+, WI 5+, M7) in der Westwand des Gasherbrum I (8068 m); Kazuya Hiraide und Kenro Nakajima (JPN) für „Shukriya Road“ (2700 m, WI5, M6) in der Nordostwand des Shispare (7611 m); und Benjamin Guigounet, Hélias Millerieux und

Frédéric Degoulet (FRA) für ihre Südwand-Route (2200 m, WI 6, M5+) am Nuptse Nordwest. Spezielle Erwähnungen gingen an das Frauenteam Anne Gilbert Chase und Chantal Astorga (USA), die zusammen mit Jason Thompson in der Südwestwand des Nilkanth (6596 m) die Route „Obscured Perception“ (1400 m, WI 5, M6, A0, 70°) eröffnet hatten, und an Alex Honnold für sein Free Solo im „Free Rider“ (900 m, IX+) und die „Honnold Foundation“. Für sein Lebenswerk ausgezeichnet wurde der Slowene Andrej Stremfelj (61). *red*

**Arco Rock Legends**

# Wettbewerb der Bescheidenheit

„Eigentlich habe ich den Preis nicht verdient“, sagte Adam Ondra (CZE), als er zum fünften Mal den „Wild Country Rock Award“ bei den „Arco Rock Legends“ gewann, sozusagen den Oscars des Kletterns. Denn Angy Eiter (AUT) hätte Vergleichbares geleistet wie einst Lynn Hill mit der ersten freien Begehung der „Nose“. Sie steigerte die Höchstleistung im Frauenklettern auf den Grad 9b (XI+/XII-) – freilich auf Empfehlung Adams, wie sie selbst anmerkte. Ondra seinerseits verschob die Latte für die Männer auf 9c, also glatt XII – und kletterte zudem den Grad 9a+ (XI+) im Flash, eine unvorstellbare Imaginations-Leistung. Den „La Sportiva Competition Award“ gewann der Franzose Romain Desgranges, der mit 35 Jahren erst richtig aufdrehte und im Lead den Weltcup und die EM gewann – und auf der Bühne anmerkte: „Ich bin doch nur ein Kletterer, weiter nichts.“ Dass schweres Klettern die Grundlage auch für extremen Alpinismus ist, betonte Reinhold Messner, der für seine Lebensleistung mit dem „Climbing Ambassador by Dryan“ ausgezeichnet wurde. Vor genau 50 Jahren hatte er am Mittelpfeiler des Heiligkreuzkofel den achten Grad touchiert, danach hob er das Expeditionsbergsteigen auf ein neues Niveau. „Was die jungen Leute heute machen, war damals unvorstellbar“, sagte er – was auch auf die anderen Nominierten zutrifft: Alex Megos, der als dritter Mensch 9b+ (XII-) klettern konnte; Janja Garnbret (SLO), die 2017 den Leadweltcup gewann und im Bouldern Zweite wurde, und den iranischen Speedkletterer und Weltrekordhalter Reza Alipour Shenazandifar.



Reza, Janja, Romain, Adam, Angy und Alex – geballte Kletterkunst

red

[alpenverein.de/buecherberg](http://alpenverein.de/buecherberg) -> Auslese



## Für Entdecker

Portugal bietet zwischen Atlantik und spanischem Inland lohnende Boulder- und Kletterziele, trad- oder bohrhakengesichert, in Kalk und Granit, Basalt und Quarzit. Vielfältig sind auch die Kalkwände der Marken, im Nordosten Italiens. Hundert bis fünfhundert Meter hohe Kalkwände, oft mit Meerblick, teils hoch im Apennin, oft bestens gebohrt, mal eher klassisch. Abenteuer für Neugierige.

Brutti, Mazzolini: **Marche Multi-pitch**, Versante Sud, 2017, 336 S., Euro 32,-

Carlos Simoes: **Portugal**, Versante Sud, 2017, 448 S., € 34,-



## Unterm Halbmond

Auch für Kletterer hat das islamische Märchenland Persien einiges zu bieten, ob Tradklettern, Bohrhakenmoven oder Bouldern – und in den Städten tobt sich die junge Generation in Kletterhallen aus. Das Team von Geoquest hat zusammen mit Einheimischen etliche Gebiete erkundet und präsentiert sie in gewohnt klarer, übersichtlicher Form; mit Fotos, Karten und nützlichen Tipps zu Anfahrt, Verhalten und Kulturzielen – bis hin zur Besteigung des Damavand.

Hupe, Krug, Friederichs, Nighbakhsh: **Face of Iran**, GeoQuest, 2017, 210 S., € 29,90



## Welterbe

Die Dolomiten sind ein großartiges Kletterrevier – von Bohrhakengenuss bis Rostgurkenklassiker. Ivo Rabanser hat große Classics, vergessene Schmankerl und neue Entdeckungen zu einem Komplettmenü zusammengestellt – eine repräsentative Auswahl für Freunde der Grade III bis VII. Schade, dass eine E-Bewertung fehlt, die Beschreibungen lassen aber ahnen, was gespielt wird, Topos und Bewertungen zeugen von profunder Kennerschaft.

Ivo Rabanser: **Dolomiten**, Panico, 2018, 504 S., € 39,80

red

## Neuauflagen

**Franken Süd:** Jetzt noch dicker – und mit App  
Steinhoff, Wundlechner, Zieglmeier: **Südlicher Frankenjura**, Panico, 2017, 584 S., € 44,80

**Kochel:** Endlich wieder verfügbar und upgedatet – für Kenner und Fans ...

Toni Lamprecht: **Kochel**, Panico, 2017, 384 S., € 34,80

**Rhein-Main-Gebiet:** Wie der Autor schreibt: „fast alles neu“ im Westen  
Christoph Deinet: **Rhein-Main-Gebiet**, Panico, 2017, 422 S., € 39,80

**Marmolada:** Die Wand der Wände, so komplett wie nie, mit vielen Geschichten

Maurizio Giordani: **Marmolada Südwand**, Versante Sud, 2017, 320 S., € 32,-

**Arco:** Und schon wieder werden neue Gebiete verraten  
Manica, Antonella Cicogna, Negretti: **Klettern in Arco**, Versante Sud, 2018, 704 S., € 33,-

**Finale:** Jede Menge neue Felsen, realistisch bewertet  
Marco Tomassini: **Finale**, Versante Sud, 2017, 808 S., € 36,-

## Biologische Vielfalt – Almwiesen

# Nicht nur für Kühe gut

**Almwiesen sind keine Naturlandschaft: Sie entstanden durch Rodung und menschliche Bewirtschaftung. Dennoch sind die idyllischen Blumenparadiese wertvolle Standorte für vielerlei, auch seltene Arten.**

Almwiesen sind Sehnsuchtsorte. Im Geist entsteht bei diesem Stichwort eine Idylle aus bunten Blumenhängen, prächtigen Alpenrosen, dem Glockenläuten friedlich grasender Kühe, urigen Almwirtschaften und dem kräftigen Geschmack der regionalen Küche. Natur und Kultur gehen hier Hand in Hand.

Die Almflächen, wie wir sie kennen, haben sich über Jahrhunderte durch mühsame Arbeit der Bergbauern entwickelt. Jahr für Jahr trieben sie zwischen Mai und Juni ihr Vieh in die Berge, wo es über das Sommerhalbjahr auf den Almen blieb. Almen liegen häufig auf Hö-

standorten – etwa baumlosen Felsköpfen – vorkommen. Neben dem vielbesungenen Enzian kann man hier mit etwas Glück Seltenheiten wie die Echte Arnika oder verschiedene prächtige Orchideen entdecken. Aber nicht nur die Blumenvielfalt fasziniert: Auf den Almen tummeln sich auch seltene Tagfalter und Heuschrecken, und an feucht-kalten Tagen huscht vielleicht ein tiefschwarzer Alpensalamander über den Weg. Das Mosaik aus Wald, krumm gewachsenen Latschenkiefern, niedrigen Zwergsträuchern und Almwiesen bietet ideale Lebensbedingungen für das vom Aussterben bedrohte Birkhuhn.

## „Natur“ erhalten oder zerstören?

Am Beispiel der Almwiesen zeigt sich, wie schmal der Grat ist zwischen naturschonender und naturzerstö-

*Die Blumenpracht auf der Alm ist keine Selbstverständlichkeit.*



## Almwiesen: Projekte erhalten die Tradition

### „Buckelwiesen bei Mittenwald“

Im Niederwerdenfelser Land befinden sich die alpenweit größten Restbestände von Buckelwiesen. Diese sind am Ende der letzten Eiszeit entstanden und machen ihrem Namen alle Ehre. Schonend bewirtschaftet, bieten sie Lebensraum für viele verschiedene Arten, weshalb brach gefallene Buckelwiesen bei Mittenwald in einem BayernNetzNatur-Projekt wiederhergestellt und gepflegt werden.

[faltblatt.bayernnetznatur.de/BuckelwiesenNeu.pdf](http://faltblatt.bayernnetznatur.de/BuckelwiesenNeu.pdf)

### „Almen aktivieren. Neue Wege für die Vielfalt“

In der Grenzregion zwischen Salzburg und Bayern werden Methoden zur Erhaltung und nachhaltigen Bewirtschaftung aufgelassener Almflächen durch Beweidung entwickelt. Dabei kommen insbesondere seltene, an den Standort angepasste Nutztierassen wie alpine Steinschafe oder Pinzgauer Rinder zum Einsatz. [almenvielfalt.com](http://almenvielfalt.com)

hen, in denen von Natur aus Wald vorherrscht; die Flächen rundum wurden durch die Bewirtschaftung offen gehalten. Ohne Maschinen war nur eine extensive, naturschonende Nutzung möglich, und so hat die Almwirtschaft eine ganz besondere Artenvielfalt hervorgebracht: Auf den waldfreien Wiesen konnten sich Arten ansiedeln, die sonst in diesen Höhen nur auf Sonder-

render Landwirtschaft. In den vergangenen Jahrzehnten hat sich ein tiefgreifender Strukturwandel vollzogen: Auf produktiven Standorten wird die Bewirtschaftung immer weiter intensiviert – mit all den negativen Begleiterscheinungen für die Natur, die in Zeiten von Monokulturen, Nitratbelastung und Insektensterben auch öffentlich diskutiert werden. Unproduktive und

## Bergsport heute

schlecht erreichbare Standorte werden hingegen häufig aufgegeben. Dies ist auch das Schicksal vieler Almflächen, deren mühsame Bewirtschaftung für die Bergbauern häufig nicht mehr rentabel ist. Ein jahrhundertealtes Kulturgut verschwindet und mit ihm die spezielle Artenvielfalt der offenen Wiesen und Weiden. Ein Dilemma, denn auch bei einer Nutzungsintensivierung durch das Ausbringen von Gülle oder mineralischen Düngern wird die empfindliche Artengemeinschaft zerstört, die so charakteristisch das Landschaftsbild des Alpenraums prägt.

### **Bergbauern fördern – Natur schützen**

Der Fortbestand der Almwirtschaft ist also aus Naturschutzgründen wie auch in kultureller Hinsicht wertvoll. Deshalb wird eine naturschonende Nutzung der Almflächen vielerorts mit öffentlichen Mitteln unterstützt. Ein gelungenes Beispiel ist das „Bergbauernmodell Sachrang“ im Chiemgau: In diesem BayernNetzNatur-Projekt zur Umsetzung der Bayerischen Biodiversitätsstrategie haben sich Bergbauern zusammengeschlossen, um die traditionelle Almbewirtschaftung fortzuführen (sachranger-bergbauern.de; bayernnetznatur.de). Be-

reits aufgegebene Flächen werden in Handarbeit von Büschen und Adlerfarnen befreit und erneut in Nutzung genommen. Neben naturschutzfachlichen Aspekten soll auch die Bergbauernkultur gestärkt werden, zum Beispiel durch Weitergabe praktischer Erfahrungen und bestehenden Wissens an interessierte Almbewirtschaftler. Auch die Vermarktung hier produzierter Lebensmittel soll vorangetrieben werden.

Bei einem Ausflug in die Berge kann jeder selbst dazu beitragen, dass die Idylle der Almwiesen nicht zur Nostalgie wird: Unterstützen Sie die regionale Wirtschaft! Dazu gehört auch der kleine Einzelhandel, der Produkte von Bauernhöfen aus der Region und aus Naturschutzprojekten vertreibt. Durch den Kauf dieser Produkte honorieren Sie den hohen Aufwand, der mit der schonenden Bewirtschaftung der Berge verbunden ist. An eine naturverträgliche Bergsport-Ausübung stellen Almwiesen keine allzu hohen Ansprüche – Sorgfalt und Rücksicht sollten trotzdem selbstverständlich sein. —



**NaturVielfaltBayern**

Die Projektgruppe **NaturVielfaltBayern** unterstützt für das Umweltministerium Akteure wie den DAV bei der Umsetzung der Bayerischen Biodiversitätsstrategie.



*„Seit meinem Unfall weiß ich, dass **Schenke Leben – Spende Blut keine leere Floskel ist. All die schönen Dinge, die mir heute passieren, darf ich erleben, weil es Menschen gibt, die Blut spenden.**“*

**GELA ALLMANN**

BLUTSPENDE-EMPFÄNGERIN UND OFFIZIELLE  
BOTSCHAFTERIN DES BLUTSPENDEDIENSTES BRK

Gelas ganze Geschichte unter:  
**[www.blutspendedienst.com/gela](http://www.blutspendedienst.com/gela)**

# KOMM AUF TOUREN!

 alpenvereinaktiv.com

Bergwandern will gelernt sein. Im Tourenportal der Alpenvereine finden Sie Bergziele von einfach bis schwer – jedes verspricht grandiose Erlebnisse. Die DAV-Wegeketegorien helfen Ihnen bei der Auswahl des passenden Zieles. Und wenn Sie im Lauf der Jahre reflektierte Berg-Erfahrung gesammelt haben, dürfen die Aufgaben mit Ihrem Können mitwachsen.



**TIPPS ZUR CLEVEREN TOURENPLANUNG:**  
[alpenverein.de/bergwandercard](http://alpenverein.de/bergwandercard). Sämtliche „Komm auf Touren“-Tipps finden Sie per QR-Code und auf der Startseite des Tourenportals unter dem Menüpunkt „Listen“ – [alpenvereinaktiv.com/listen](http://alpenvereinaktiv.com/listen)

## BRENNKOPF (1353 m), Chiemgauer Alpen Sonnenhänge im Kaiserwinkel

**Ausgangspunkt:** Walchsee (634 m), Busverbindung Kufstein – Kössen.  
**Einkehrmöglichkeit:** Hitscheralm (1104 m), beim Aufstieg  
**Gehzeit:** 700 Hm, ⤴ 2 ½ Std., ⤵ 2 Std.  
**Charakter:** Gelegentlich steilere, aber harmlose Wald- und Almwege, am Gipfel kurz weglos im Gras (T2).

Die sonnigen Südhänge über dem Kaiserwinkel bieten ideales Wandergelände mit schönen Blicken auf das Kaisergebirge. Weitere leichte Grasgipfel laden ein, die Wanderung zu verlängern – oder man bewundert die Schwemm, das größte Moor Nordtirols, oder geht auf einen Schwimm in den Walchsee.



**EINFACH**

Schlendern mit Blick aufs Kaisergebirge

Fotos: Michael Prötzel

## KOFEL (1342 m), Ammergauer Alpen Tiefblick auf den Passionsspielort

**Ausgangspunkt:** Oberammergau (833 m), Busverbindung vom Bahnhof Oberau.  
**Einkehrmöglichkeit:** Kolbensattelhütte (1276 m), beim Abstieg.  
**Gehzeiten:** Ca. 600 Hm, ⤴ 1 ½ 2 Std., ⤵ 2 Std.  
**Charakter:** Der Gipfelaufbau ist steil und felsig (Achtung auf Steinschlag!), mit einigen Drahtseilsicherungen (T3, KS A), sonst geht's über Waldwege.

Der steile Zahn mit dem witzigen Namen, Flugzeug-Tiefblick über Oberammergau und geschnitztem Jesus am Gipfelkreuz ist ein Klassiker. An den Gipfelfelsen heißt es allerdings zupacken und konzentrieren – vor allem abwärts. Von der Kolbensattelhütte geht das Abwärts besonders flott: mit dem Alpine Coaster.



**MITTELSCHWER**

Ein steiler Zapfen über Oberammergau

## MITTENWALDER HÖHENWEG (2374 m), Karwendel Gratgang überm Isartal

**Ausgangspunkt:** Mittenwald (931 m), 10 Minuten zur Seilbahnstation.  
**Einkehrmöglichkeit:** Brunnsteinhütte (1515 m), beim Abstieg.  
**Gehzeiten:** Ca. 8 Std., davon für den Klettersteig 3-4 Std., ⤴ ca. 600 Hm, ⤵ ca. 1700 Hm.  
**Charakter:** Mittelschwerer Klettersteig (T3-4, KS A-B), anhaltend in ausgesetztem Gelände. Mit Fußaufstieg (+ 4 Std.) ein Konditionstest.

Die Karwendelbahn (Bergstation 2244 m) erleichtert den Zugang zu diesem klassischen und hochalpinen Klettersteig, der wegen der Aussicht hochbeliebt ist. Nach dem latschenheißen Abstieg zur Brunnsteinhütte wartet noch ein gesunder Hatscher zurück nach Mittenwald.



**SCHWER**

Luftig geht's immer am Grat entlang.

**Der EXPERTENTIPP**  
zu [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com)

**MIT BAHN UND BUS ZUM BERG**  
Startseite > Menü Touren > Untermenü  
Alle Touren. Option „Suche verfeinern“  
rechts oberhalb der Karte > mit Bahn  
und Bus erreichbar.

Mit der Bahn  
   
in die Berge

**Expedkader-Trainingscamps**

# Zwischen Dolos und Dauphiné

„Schnelligkeit ist Sicherheit“ – unter diesem Schlagwort standen die Sommer-Trainingscamps der DAV-Expedkader. Im alpinen Gelände gut vorwärtskommen, eigene Sicherungen flott legen und effizientes Seilhandling: Das sind wichtige Zutaten, um knappe Zeitfenster gut zu nutzen oder schlechtem Wetter zu entkommen. Die Jungs durften das in der Dauphiné üben: „Visite Obligatoire“ (VI+) und „Madier“ (VII-) an der Aiguille Dibona berannten sie als Tagestour aus dem Tal und waren rechtzeitig vor dem Nachmittagsgewitter zurück im Café. Nach einem Sportklettertag wegen durchwachsenem Wetter ging es an die Meije – doch in der klassischen Südwandroute „Allain“ und am Normalweg drohte Steinschlag. Also kletterten sie über die vergleichbar schwere „Bastion Central“ mit Dibona-Ausstieg auf den Dritten Zahn und hängten die Überschreitung mit 2400-Höhenmeter-Abstieg nach La Grave an. Anschließend ging's an Packvorbereitungen für die Abschlussexpedition. Im Gegensatz zu den verletzungsgeschwächten Jungs war das Frauenteam in

den Dolomiten endlich mal komplett. Von Fritz Miller gecoacht, gaben auch sie Gas in Klassikern an der Tofana oder am Langkofel; Highlight war das Drei-Zinnen-Enchainement Gelbe Kante – Dibonakante – Demuthkante. Mit der Trainerin Dörte Pietron lag der Schwerpunkt auf der Schwierigkeit, wobei nur in der „Primaballerina“ (VIII+) an der Kleinen Zinne Bohrhaken genutzt wurden. In Extremklassikern wie „Pilastro“ (VII+, Tofana), „Geo“ (VII, Meisules) und „Mayerlverschneidung“ (VII, Heiligkreuzkofel) durften die Kadermädel bejahrte Haken mit mobilen Sicherungsmitteln ergänzen. An einem Ruhetag wurde ein Übungsfels für die aussterbende Kunst des Hakenschlagens genutzt – und gelegentlich gingen die Gedanken schon zur Abschlussexpedition 2020 ... *sm/red*

*Zeit ist mehr wert als Geld – ob an Zinne oder Meije.*



Fotos: Silvan Metz

## TROCKENE FÜßE, DIE NICHT DIE WELT KOSTEN

### NASS?

Schmutz und aufgesaugtes Wasser verhindert das Entweichen von Nässe aus dem Inneren des Stiefels

### TROCKEN!

Saubere, imprägnierte Stiefel lassen Schweiß aus dem Inneren entweichen und halten Deine Füße trocken

### Nikwax Schuhreinigungsmittel

Effektive, sichere Reinigung von Schuhen. Entfernt Schmutz und Dreck

### Nikwax Imprägniermittel für Schuhe

Leistungsstarke Imprägnierung für Schuhe und Stiefel

**NIKWAX**  
WATERPROOFING



**NIKWAX IST WEITAUS MEHR ALS NUR EINE IMPRÄGNIERMITTELMARKE**

### UMWELTFREUNDLICHE ZUSAMMENSETZUNG

Wasserbasierend, nicht-persistent, PFC-, Treibgas- & Lösungsmittel-frei.

### KLIMANEUTRAL

Nikwax hat die gesamten operativen CO<sub>2</sub>-Emissionen seit Firmengründung vor 40+ Jahren ausgeglichen.

### NATURSCHUTZ

Nikwax unterstützt Umweltschutzprojekte auf der ganzen Welt.

### REDUZIERUNG DES EIGENEN KONSUMS

Nikwax-Pflegeprodukte verlängern die Lebensdauer Deiner Ausrüstung.

**NIKWAX**  
EASIER | SAFER | DRIER

Du findest Nikwax in gut sortierten Outdoorfachgeschäften.

Für Pflegetipps und deinen nächstgelegenen Fachhändler besuche [nikwax.com/1809NPDAV](http://nikwax.com/1809NPDAV)



Fotos: Alan Schwer, Caro North

2013 gehörte **CARO NORTH** zum ersten Frauenteam des DAV-Expedkaders. Heute ist die Bergführeranwärterin rund um die Welt auf Berg- und Neulandsuche. So verlängerte sie im Januar ihren Patagonien-Urlaub um einen Monat, um in „Mini-Alaska“, einem praktisch unerschlossenen Tal, mit argentinischen Freunden 55 Kletterrouten bis VIII+/IX- zu erschließen – so weit möglich ohne Bohrhaken. Höhepunkt war eine Vollmondnacht auf der zu diesem Zweck erstbestiegenen Felsnadel „ET“ mit Gitarre und Melone.

## FRAUEN IM NEULAND



Im Mai flog Caro mit **BRETTE HARRINGTON** (USA) aufs Juneau-Eisfeld, nahe den Mendenhall Towers, wo Brettes Freund Marc-André Leclerc und sein Partner im März gestorben waren. Ihnen widmeten sie ihre Erstbegehung der Nordostwand des Duke South (500 m, VII, M5+, 85°). Eine 40-Meilen-Skiwanderung führte sie zum Devils Paw, dessen SO-Couloir (1000 m, 45-50°) sie mit Ski befuhren. Nach drei Tagen Schneesturm gab es zum Abschied noch eine Erstbegehung in der Westwand (5 SL, VII+) des Taku Tower.

**Felsen – klein oder groß** Chaehyeon Seo (KOR, 14) kletterte ihre erste 9a (XI) mit „Bad Girls Club“ in Rifle, später noch eine 8c und zwei 8b+. Adam Ondra machte seine 13. Erstbegehung im Grad 9b (XI+/XII-), mit der extremen Plattenroute „Disbelief“ in Kanada. **///** Die erste Wiederholung von Nico Favresses „Recovery Drink“ in Norwegen gelang Daniel Jung – es dürfte mit 8c oder 8c+ (XI-) einer der schwersten Trad-Risse weltweit sein. In Kanada wie-

derholten Barbara Zangerl und Jacopo Larcher „The Path“ (X+, trad) am Lake Louise. Wieder daheim, fuhren sie erstmals zum Eiger, stiegen „Deep Blue Sea“ (250 m, IX-) onsight und am Tag drauf „Magic Mushroom“ (600 m, IX+) beide rotpunkt. Dann gelang in vier Tagen die erste Wiederholung von „Odyssee“ (1400 Hm, X-), der schwersten Eiger-Route, rotpunkt von unten in einem Zug. **///** Die dritte Begehung von „El Ojo Critico“ (400 m, IX+/X- trad) gelang

# /// AUFGESCHNAPPT

„Wenn ich schneller klettere, kann ich mehr klettern“ Josie McKee gesteht eine ihrer Motivationen zum Speedklettern. „Um das Risiko zu minimieren, sollte man mehr auf Qualität als auf Quantität setzen.“ Hansjörg Auer geht nach seinem 7000er-Solo erst mal wieder mit Partner klettern. „Wenn alles sofort verfügbar ist, verlieren wir die Fähigkeit uns zu langweilen, uns wirklich Fragen zu stellen (statt sie zu googeln) und uns zu verlieren.“ James Pearson (GBR) über die Reize der Anfahrt per Mountainbike

dem Briten James Pearson onsite. Die Anfahrt durch die Pyrenäen machten er und seine Partnerin Caroline Ciavaldini mit der Bahn und dem Mountainbike: aus Umweltgründen und zur Entschleunigung. /// Iker und Eneko Pou, Manu Ponce und Jordi Canyi (ESP) eröffneten auf der afrikanischen Insel São Tomé und Príncipe die Route „Leve Leve“ (450 m, X+) am Pico Cão Grande (Großer Hund), einer schlanken Nadel im Regenwald – an einem der zwei einzigen Tage mit passablem Wetter. /// Mit dem „Roc Adventure Program“ fördert der französische Alpenverein FFME junge Kletterer; geleitet von Arnaud Petit und Jonathan Crison, eröffnete ein sechsköpfiges Team die Route „Soavadia“ („Gute Reise“, 600 m, IX+) am Tsaranoro-Massiv in Madagaskar. /// Denis Urubko (UKR) und Maria „Pipi“ Cardell (ESP) fanden in vier Tagen „Matsoni“ (1600 m, VII, ED, WI3) in der Nordostwand des Uschba (4710 m).

**Berge – wild oder hoch** Es ist vollbracht: Aleš Česen, Luka Stražar (SLO) und Tom Livingstone (GBR) schafften in sieben Tagen die erste Begehung des Nordgrats (2500 m) am Latok I (7145 m); am „Walkerpfeiler des Karakorum“ hatten Jim Donini, Michael Kennedy, Jeff und George Lowe 1978 nur 150 Meter unter dem Gipfel umkehren müssen – seither waren die Versuche der weltbesten Bergsteiger weit unterhalb gescheitert. Kurz vor dem Erfolg hatten die Russen Sergey Glazunov und Alexander Gukov diesen Highpoint übertroffen, doch Glazunov war beim wetterbedingten Rückzug abgestürzt. /// Die erste komplette Skiabfahrt vom K2 (8611 m) gelang dem Polen Andrzej Bargiel. Über 60 Bergsteiger (darunter sechs Frauen) standen in diesem Sommer auf dem zweithöchsten Berg. /// Der Gasherbrum I (8080 m) war der achte Achttausender für Luis Stitzinger. /// Eine besondere Leistung brachte wieder einmal Hansjörg Auer: Allein stieg er durch die unbegangene Westwand (1000 m) des Lupghar Sar West (7157 m) im Karakorum. /// „Light Traveller“ (2550 m, VI, M7, WI 6) in der Südwestwand ist eine der schwersten Routen am Denali (6190 m). Für die erste Wiederholung starteten Michael Gardner und Sam Hennessy (USA) im „Ski Hill“ Camp (3340 m) und waren nach 36 Stunden am Gipfel.

**Storys – schnell und speziell** 2:04 Stunden brauchte der Schweizer Dani Arnold für den legendären Walkerpfeiler (1200 m, ED-, VII-) in der Nordwand der Grandes Jorasses (4208 m). /// Mit 6:10 Std. vom Val Veny (1490 m) zum Montblanc (4810 m) waren Denis Trento und Robert Antonioli (ITA) nicht das schnellste Team aller Zeiten am Innominatagrät (1000 m, D+, V+, 60°). Aber weil sie teilweise sicherten, erreichten die Familienvä-

ter eine „erhöhte Sicherheitsmarge“. /// Ein paar neue Speedrekorde vom El Capitan: David Allfrey brauchte 10:52:50 Std. für Zodiac (15 SL, VI-, A2); Alexa Flower, Jane Jackson und Gena Wood machten die schnellste Frauenbegehung in 16:20 Std.

Und Josie McKee und Diana Wendt setzten den Frauen-Speedrekord für die Salathe (35 SL, VI+, C2) auf 16:24 Std.

/// Drohnen können nicht nur nerven: Als Rick Allen (GBR, 64) am Broad Peak nicht ins Lager 3 zurückkam, ließen Freunde eine Drohne steigen, die ihn für ein Rettungsteam lokalisieren konnte.

/// Dass Klettern kein Alter kennt, bewies Rainer Kauschke: Geführt von Christoph Hainz stieg der 80-Jährige in 17 Stunden durch die Sachsen-Superdirettissima (A2, V) in der Nordwand der Großen Zinne. 45 Jahre zuvor, im Januar 1963, hatten er, Peter Siegert und Gert Uhner 17 Tage für die Erstbegehung gebraucht.

**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!

## Schweizer Anlage-Gold

Kostbares Edelweiß

**Mehrwertsteuerfrei**



Goldbarren Schweiz „Edelweiß“ Stempelglanz  
1 g .9999 Gold 8,9 x 14,7 mm (zertifiziert in der Blisterkarte)

Mit Ihrem

### Aktions-Code

## 18J91-41

für nur € 49,-

**Jetzt bestellen:**

**Telefon: 0800 – 0 388 288**  
kostenlos auch per Handy / täglich 7 - 21 Uhr

**Internet: [www.reppa.de/edelweiss](http://www.reppa.de/edelweiss)**

**Post: Anzeige ausschneiden & einsenden**



Gemeinschaft und  
Bewegung –  
das Leben an sich

# Wir müssen hier raus!

**Bewegung und Draußensein sind nicht die Regeneration fürs echte Leben im Büro. Umgekehrt: Gemeinsam unter freiem Himmel leben wir an unseren menschlichen Wurzeln – findet Malte Roeper in seinem leidenschaftlichen Statement.**

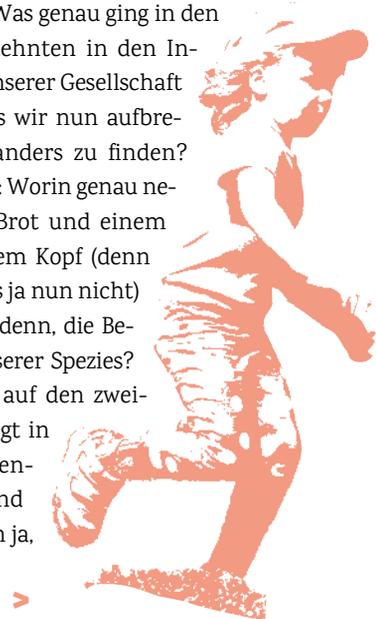
Alles im Fluss? Leben ist Lernen, ist Veränderung, ist Bewegung. In der Natur dürfen wir uns spielerisch auf Neues einlassen – und einfach Mensch sein.



Fotos: Gerd Heidorn, Uli Seifert

irgendwie haben wir uns dran gewöhnt: Immer mehr Menschen gehen klettern, wandern, mountainbiken und auf Skitour, hinaus in die Berge, hinaus in die Natur. Seit Jahrzehnten zeigt diese Kurve nach oben. Den Weg nach draußen suchen dabei nicht einzelne Teile der Bevölkerung, sondern Männer und Frauen, Jung und Alt, Reich und Arm. Soziologen nennen das einen „Megatrend“: einen, der fast alle betrifft.

Es liegt also nahe, dass der Weg nach draußen Antwort gibt auf Bedürfnisse, die grundlegend unser menschliches Wesen ausmachen, denn es sind ja Bedürfnisse, die ganz viele verschiedene Menschen **gemeinsam** antreiben. Zwei Fragen ergeben sich daraus: Was genau ging in den letzten Jahrzehnten in den Innenwelten unserer Gesellschaft verloren, dass wir nun aufbrechen, es woanders zu finden? Und zweitens: Worin genau neben täglich Brot und einem Dach über dem Kopf (denn daran fehlt es ja nun nicht) bestehen sie denn, die Bedürfnisse unserer Spezies? Die Antwort auf den zweiten Punkt liegt in der Vergangenheit: Wer sind wir und wenn ja, seit wann?



## Bewegung ist Leben

Kleinkinder brauchen vielfältige Bewegung in unebenem Gelände, um Hirnstrukturen und Körperkoordination zu entwickeln. Und bis zum Alter wirken sportliche Bewegung und ein aktiver Alltag als Prophylaxe gegen Alzheimer, Herzinfarkt und Osteoporose.

> Wie jede andere Spezies auch hat die Evolution den Homo sapiens in Jahrhunderttausenden auf verschlungenen Pfaden der Selektion für eine ganz bestimmte Lebensweise zurechtgezimmert. Logischerweise für jene, die die größte Spanne unserer Existenz einnahm: die von Jägern und Sammlern. Wie jede andere Spezies auch kommen wir mit genau dem Körperbau, den Fähigkeiten und Sinnesorganen zur Welt, die uns in die Lage versetzen sollen, in exakt jenen Biotopen zu überleben, in denen unsere Vorfahren über-

lebt haben und uns genau diese Eigenschaften vererben konnten: in der Steppe.

### Artgerecht leben?

Für ein Leben zwischen Hochhaus, U-Bahn und Büro sind wir schlicht nicht gebaut. Als unsere Vorfahren in der afrikanischen Steppe beispielsweise von der Jagd aus dem Hinterhalt zur Treibjagd übergangen, bei der sie die Beute über lange Strecken

verfolgten, überhitzten sie schnell, denn anfangs hatten sie noch ein dichtes Fell. Über Hunderte, Tausende von Generationen verloren sie es, denn Schweiß auf glatter Haut kühlte den Körper besser und half, der Beute auf den Fersen zu bleiben. Sonst wären wir wahrscheinlich bis heute

behaart wie die Schimpansen. Und ob Treibjagd oder Beerensammeln, **immer** war der Mensch zwecks Nahrungssuche damals tagelang und sein Leben lang in **Bewegung**. Stundenlang und mit geschärften Sinnen. Darum sind unsere Ohren bis heute imstande, jedem Geräusch sofort Richtung und Entfernung zuzuordnen. Und ganz wichtig: Fast immer geschah all das **gemeinsam**, in kleinen Gruppen war man unterwegs und mit einem gemeinsamen Ziel. >

### Du hast gerade eine Grundausbildung für Familiengruppenleiterinnen und -leiter mit ganz kleinen Kindern geleitet: Was habt ihr da gemacht?

Wir waren mit zehn Erwachsenen und ihren acht Kindern zwischen einem und drei Jahren in Bad Hindelang. Bei kleinen Unternehmungen mit den Eltern sollten die Kinder viele Möglichkeiten bekommen, sich selber zu bewegen und zu spielen. Kraxe oder Kinderwagen waren nur Transportmittel zwischen den Plätzen zum Spielen. Kinder längere Zeit in der Kraxe zu tragen, fördert den ungesunden, sitzenden Lebensstil, unter dem heute viele leiden. Früher wurden Kinder auf den Schultern getragen, da müssen sie aktiv sitzen und sich festhalten – und sie sind auch schneller abgesetzt, um selber zu gehen und was zu unternehmen. Sobald man vom Weg weggeht, wird die Welt interessant: Ein Baumstamm zum Balancieren und Draufklettern, Drübersteigen, Runterspringen, in die Arme der Eltern. Oder ein Wiesenstück, möglichst ohne Kuhfladen, zum Rumrennen und -rollen – das schafft für die Kinder eine Raumerfahrung, die sie in der Stadt nicht haben. Sie lernen mit dem ganzen Körper, spielen an einem Bach oder einer Pfütze, reißen mal ein Blatt ab, greifen auch mal in die Brennnesseln. Wenn Erwachsene ihnen was zutrauen, entwickeln sie Vertrauen in sich selber.

### Seit wann gibt es die Familiengruppenleiter-Ausbildung?

1988 hatte der Ex-Bundesjugendleiter Klaus Umbach die Idee, die Zielgruppe „Familie“ im Verein anzusprechen. Die erste Ausbildung war ohne Kinder, dann mit Kindern und -betreuung. Zuerst galt eine Altersgrenze von fünf Jahren, seit zwei Jahren gibt es auch Kurse mit Kleinkindern unter drei Jahren. Es ist einzig-



Interview mit Uli Seifert

# „Sich auf Neues einlassen“

artig in der deutschen Bildungslandschaft, dass der DAV das selber finanziert, ohne öffentliche Förderung. Viele junge Eltern nutzen dieses Familien-Bildungsangebot – in der Elternzeit oder um nach Umzug in eine andere Stadt Kontakt zu Gleichgesinnten zu finden – und gründen neue Familiengruppen.

### *Was läuft in den DAV-Familiengruppen?*

Ganz unterschiedliche bergbegeisterte Familien – egal ob Kletterer oder Wanderer – machen mit ihren Kindern etwas gemeinsam, mit unterschiedlichen Angeboten je nach Alter und Können. Die Kinderperspektive steht im Vordergrund. Die drei- bis vierjährigen Kinder gehen auch mal kleine Touren, jüngere wollen eher nur Spiel und Spaß. Aber Eltern können durchaus etwas selber machen: eine längere Runde, eine Biketour oder in den Klettergarten.

Für die Eltern ist es wesentlich, Zeit mit dem Kind zu verbringen. Viele Väter in unseren Kursen sind sehr dankbar, dass sie etwas mit ihren Kindern gemeinsam erleben können. Sie nehmen sich diese Zeit und profitieren vom engeren Verhältnis zu ihren Kindern. Dagegen nur auf den Gipfel zu steigen und das Kind als Gepäck in der Kraxe mitzunehmen: Das kann's eigentlich nicht sein.

### *Welche Bedeutung haben Bewegung und Bergsport für Kinder und für Menschen allgemein?*

In der Natur machen Kinder Welt-Erfahrungen, lernen mit allen Sinnen. Das Naturerlebnis fördert ganzheitlich die Wahrnehmung, die Bewegung und die kognitive Entwicklung – es ist Gesundheitsförderung schlechthin. Ohne Bewegung drohen Verhaltensstörungen und Krankheiten.

Bei unseren Kursen merken wir, dass die Kinder nicht mehr gewohnt sind zu

laufen und weniger Ausdauer haben. Spielräume, die ich als Kind hatte, sind heute verschwunden. Der Fluss war unser Spielplatz. Heute ist er gestaut zur Stromerzeugung, Bäume sind nicht mehr bekletterbar, es gibt mehr Ver-



Fotos: Uli Seifert

kehr und keine freien Plätze in der Stadt, die Gärten sind zu klein. Mit der Wohnungsnot wird das noch schlimmer werden. Deswegen wollen wir schon bei Kleinkindern anfangen und ihnen Möglichkeiten schaffen: sich erproben, was ausprobieren, entdecken, erforschen, sich selbst erleben – und gemeinsam mit anderen.

### *Und wie geht es weiter?*

In unserer Familiengruppe sind nach vielen Jahren die Kinder nicht mehr mitgegangen. Wir Erwachsene wollten aber weitermachen. Deshalb haben wir die Gruppe „Natur & Kultur“ gegründet und machen Touren mit Rad oder Schneeschuh, gemächlicher, in der näheren Umgebung. Jeder Teilnehmer bringt sich ein, etwa indem er im Ort die Kirche erklärt.

Für mich ist meine Mutter ein Vorbild: Sie bietet mit fast neunzig Jahren noch einfache Wanderungen für die Sektion an, auch unter dem Motto „Kultur und Natur“. Leute über 75 springen oft aus den AV-Gruppen ab, weil die Ziele zu

anspruchsvoll sind und das Tempo zu schnell. Das ist schade, denn gesund hält mich Bewegung. Mobil bleiben, draußen unterwegs sein, auch mal was Ungewöhnliches machen. Ältere Leute wollen oft nicht weg vom Weg, das wäre aber wertvoll für die Sturzprophylaxe. Eine fitte ältere Generation entlastet auch die jüngere von der Pflege. Du musst eben früh anfangen damit. Es muss ja kein ausgesetztes Gelände sein: einfach mal leichtes wegloses Gelände suchen oder barfuß gehen – sich auf was Neues einlassen. Wer sein Sofa nicht verlässt, wird sein Wohnzimmer nicht erweitern.



In verschiedenen ehrenamtlichen Positionen hat **Ulrike Seifert** über viele Jahre hinweg die Kinder- und Familienarbeit im DAV wesentlich mitgestaltet.

Zurück zur Natur. Bewegung in der Natur hält fit? Klar, denn sie ist unser menschliches Wesen. Und archaische Erfahrungen halten auch die Seele jung.

## Bewegung ist Glück

Vielfältige Körpererfahrungen beim Klettern, Wandern, Ski- oder Radfahren bringen die Endorphine in Wallung und fördern das Selbstwertgefühl. Die Natur ist dafür nicht (nur) der Sportplatz, sie wirkt selbst als Glücks-Katalysator.

>

Vor rund zehntausend Jahren dann gaben wir das Herumstromern als Jäger und Sammler langsam auf, stiegen um auf Ackerbau und Viehzucht. Genetisch haben wir uns seitdem oder dadurch nicht verändert: Überlebenskampf und Selektionsdruck – notwendige Ursache für evolutionäre Veränderung im Genom einer Spezies – fanden kaum noch statt.

Und von Anfang überlebten wir nur im sozialen Verband. Gemeinsam ging man auf die Jagd, sammelte Früchte, Feuerholz, Erfahrung. Rückhalt, Anerkennung, Wertschätzung waren und sind für uns lebenswichtig und wurden und werden in vielen Gesten und Interaktionen serviert. „Seit unsere Vorfahren (hier gemeint: Menschenaffen, d. Red.) sich von Baum zu Baum hangelten, dreht sich bei uns alles um das Leben in kleinen Gruppen. Wir kriegen nicht genug von Politikern, die sich im Fernsehen an die Brust schlagen ... und von Reality-Shows, bei denen es darum geht, wer drin bleibt und wer draußen ist.“ (Frans de Waal, Der Affe in uns)

### Getragen vom sozialen Netz?

Wir sind einfach so gestrickt, dass wir die soziale Interaktion unbedingt benötigen. Nicht umsonst haben wir – abgesehen von der Hinrichtung – für unseresgleichen keine schlimmere Strafe ersinnen können als: Einzelhaft. Wenn wir auf die erste



oben gestellte Frage zurückkommen, was sich denn so grundlegend in den letzten Jahrzehnten geändert hat, klingt „Einzelhaft“ ein bisschen dramatisch, ist aber gar kein so verkehrtes Stichwort. Die Digitalisierung als Motor der wichtigsten Veränderungen der letzten Jahrzehnte hat den Kapitalismus auf Lichtgeschwindigkeit beschleunigt und entfesselt. Gemeinschaften, in denen wir Rückhalt und Gewissheit fanden, sind atomisiert. Familien, die wir gründen, zerbrechen. Lebenslange Zugehörigkeit zu einer Firma, einem Berufsstand, einer Partei, Heimatliebe oder

– ja, auch das gab es einmal – Glaube an Gott, an die Kirche: Schnee von gestern. In über vierzig Prozent der deutschen Haushalte lebt ein Mensch allein (in Großstädten mehr als die Hälfte!). Der durchschnittliche Teenager – also der Singlehaushalt der Zukunft – vergeudet täglich volle drei Stunden in sozialen Netzwerken.

Das Internet verdankt seinen Siegeszug dabei keinesfalls der Tatsache, dass es für vieles unbestritten praktisch ist, sondern einem



Fotos: Gerd Heidorn (2), DAV/Christian Pfanzelt

Punkt, den wir als zentrales Bedürfnis definiert haben: der sozialen Interaktion. Wir surfen auf Facebook, weil wir Angst haben, etwas zu verpassen, und verpassen die richtige Interaktion. Wir verarmen auch sinnlich: Rund sechzig Prozent aller Arbeitsplätze bestehen zum Großteil aus Bildschirmarbeit, das überfordert die Augen und sperrt die anderen Sinne aus. Man kann es auch so ausdrücken: Internet macht einsam, dick, dumm und aggressiv.

Nun gut, das ist ein bisschen überspitzt und verkürzt (es hat sich ja auch vieles

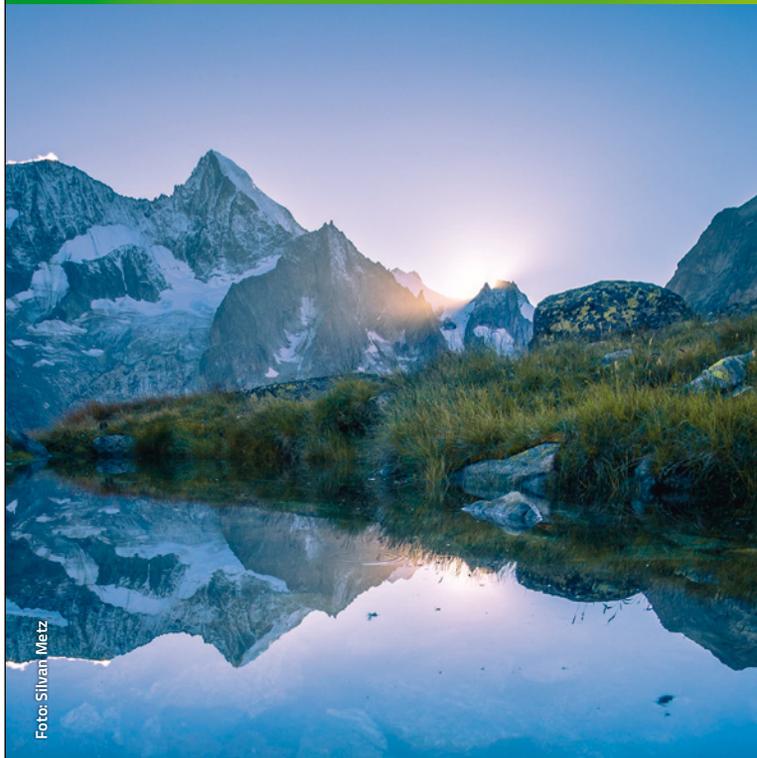


Foto: Silvan Metz

## Beste Aussichten für Klimaschützer

- ▶ 100% Ökostrom aus Deutschland
- ▶ Prämierter Kundenservice
- ▶ Förderung von DAV-Klimaschutzprojekten
- ▶ Finanzielle Unterstützung deiner Sektion
- ▶ Klean Kanteen Flasche als Geschenk



Edelweiß®  
**STROM**  
Energie mit Weitblick

Klimaschützer wechseln jetzt!  
**edelweiss-strom.de**



zum Guten verändert und eine Skitouren-ausrüstung für x-tausend Euro heizt den Kapitalismus ebenfalls an), aber es sind sicher vor allem die emotionalen und sozialen Folgen der Digitalisierung, die die Menschen ins Freie treiben. Freizeit und ein wenig Wohlstand gehören allerdings zum Ticket nach draußen dazu. Wer in drei bis vier Teilzeit- und Schwarzjobs schuftet, um die Wuchermiete seiner Einzimmerwohnung zu zahlen, und/oder alleinerziehend ohne Kitaplatz lebt, der hat für outdoor keine Ressourcen.

Aber zurück nach draußen: Wenn wir dort zu einem Ziel aufbrechen, das kann ein Berg sein oder die Schwammerlsuche, dann leben wir ein paar Stunden so, wie es uns tief drinnen entspricht. Gemeinsam brechen wir auf, sehen, hören, fühlen Sonne, Wind, Steigung, Hunger und Durst. Miteinander bewältigen wir Hindernisse, teilen Essen und Erfolgserlebnisse, gemeinsam kehren wir heim.

## Bewegung ist Wagen

Wer sich bewegt, kann scheitern. Aber ohne Scheitern lernt man nichts. Und selbst im Scheitern wird man gescheiter. Also: Kinder raus aus dem goldenen Laufstall! Und Hintern vom Stuhl!

Auch wenn einer etwa allein auf Skitour geht, bleibt er doch im sozialen System seiner Bergfreunde, mit denen er das Erlebnis im Nachhinein teilen wird, indem er ihnen davon erzählt. All dies ist schlicht die zeitlos artgerechte Haltung für den Homo sapiens.

### Draußensein: ein Menschenrecht?

Auf der Spanne zwischen Spazierengehen und Bungeespringen, zwischen einmal jährlich in die Schwammerl gehen und das ganze Jahr im Baumhaus leben, suchen und finden immer mehr Menschen Ausgleich und Glück. Gerade wenn wir an unsere Kinder denken, dürfen wir niemals den Fehler begehen, Draußensein oder gemeinsame Bewegung als einen Bonus oder gar als **Erziehung** zu betrachten. Es ist ein Grundbedürfnis wie Essen und Trinken. Man hält ja auch keinen Hund in einer Hochhauswohnung.

Ein Kind, das Laufen ausschließlich auf parkettebenen Flächen lernt, wird schwerlich jemals die gleiche Feinmotorik entwickeln wie ein Kind, das von vornherein

lernt, das Gleichgewicht auch auf unebenen Wald- und Wiesenböden zu halten. Zusätzlich nehmen wir dort über **alle Sinne** reicher und differenzierter wahr als in einem rechteckigen Raum: Wind fühlen wir auf der Haut, hören ihn und sehen, wie er die Haare, Zweige und Halme bewegt. Und lernen tief drinnen, ein wie starkes Rauschen zu welcher Intensität von Bewegung im Geäst passt. Das Auge stellt sich ein auf die verschiedensten Entfernungen und nicht nur auf die üblichen sechzig Zentimeter zum Bildschirm auf dem Schreibtisch oder zum Smartphone-Display, auf das heute schon die Kleinsten starren. Waldkindergärten dürfen hier als eine der besten Innovationen seit Langem gelten, es ist – wie gesagt – ja auch nicht alles schlecht.

Gleichzeitig gibt es alarmierende Studien von in der Großstadt aufgewachsenen Kindern, die weder auf einem Bein stehen noch einen Purzelbaum schlagen können. Überraschen kann das nicht. Zahllose wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen die heilende Wirkung von Bewegung im Freien, aber wenn man überlegt, wo wir

## Bewegung wagen

Das Leben ist ein Spiel? Nur wer es recht zu spielen weiß, gelangt ans rechte Ziel. Wie wahr der alte Volkslied-Text doch ist – und welche wunderbaren Spielideen unser Natursport doch bietet!



Fotos: DAV/Christian Pfanzelt (2), Gerd Heidorn, Uli Seifert

eigentlich herkommen, kann das so wenig überraschen, dass man sich die Lektüre beinahe sparen kann. Dazu kommt der unterschätzte Aspekt, dass wir beim Draußensein jederzeit ein Grundrisiko akzeptieren lernen. Sich bewegen, das kann man im etymologischen Wörterbuch nachschlagen, heißt immer auch wagen. Die Berge, die Natur, schlicht der Himmel, unter dem wir uns bewegen, all dies ist größer und stärker als wir und das ist ganz offensichtlich gut so. Mit dem flächendeckend über uns hereingebrochenen Ver-

lust des Glaubens an Gott und jedwede andere höhere Macht als positive Instanz haben wir Verständnis und Akzeptanz von Schicksal und höherer Gewalt verloren: Alles wollen wir selbst kontrollieren. Unter freiem Himmel aber sind wir klein und fühlen uns erleichtert als Teil von etwas Größerem (kleiner Einschub, der ein großes



weitere Thema wäre: Kann der Mensch nicht sowieso nur glücklich sein, wenn er sich als Teil von Größerem fühlt?).

Der Alpenverein nimmt in unserer zersplitterten, digitalisierten und nach draußen strebenden Gesellschaft eine Sonderrolle ein: Als dienstälteste organisierte Zusammenrottung fürs Draußensein ist er nicht nur der traditionsreichste Vermittler all dieser Zusammenhänge, er ist auch der glaubwürdigste. Denn das allermeiste läuft übers Ehrenamt. Damit tritt der Alpenverein – wie viele andere Sportvereine übrigens auch – subtil für Werte ein, die sich dem mörderischen Profitstreben unserer Zeit nicht unterordnen. In den fantastisch vielfältigen Angeboten all seiner Kinder-, Jugend- und Familiengruppen wird er seiner Verantwortung in herausragender Form gerecht.



**Malte Roper** hat das Draußensein als Bergsteiger und Vater intensiv genossen; in seinem Buch „Kinder raus!“ (vergriffen) hat er mehr davon erzählt.



# WINTERANGEBOTE ZUM SONDERPREIS



DAV Summit Club GmbH | [Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins](http://Bergsteigerschule.des.Deutschen.Alpenvereins)  
Am Perlacher Forst 186 | 81545 München | [www.dav-summit-club.de](http://www.dav-summit-club.de)  
Telefon +49 89 6 42 40-194 (Alpenprogramme)  
+49 89 6 42 40-196 (Europa und Fernziele)



## TRAININGS- UND TIEFSCHNEEKURS AM KAUNERTALER GLETSCHER FÜR EINSTEIGER

ÖSTERREICH

Garantiert schneesicher, Wartezeiten Fehlanzeige im Gletscherskigebiet unter der Weißseespitze, 3498 m. Mit der Karlesjochbahn geht es bis auf 3108 Meter Höhe. Neun Liftanlagen und 32 Pistenkilometer warten. Von der Piste ins Gelände ist das Motto dieses Kurses. Als sportlicher Pistenskifahrer gewöhnen Sie sich langsam an den tieferen Schnee und finden sowohl Abfahrten im Variantenbereich wie auch erste Freeride-Erlebnisse. Termine für Fortgeschrittene finden Sie unter: [davsc.de/TKFKAU](http://davsc.de/TKFKAU).

Technik Abfahrt ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 oder 4 × Hotel\*\*\*\* • 3 oder 4 × Halbpension • 3- oder 4-Tage-Skipass • Leihhausrüstung: LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen\*

4\* oder 5 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

ab € 810,-

Termine: 09.12. | 13.12.\* | 25.12.2018 und 06.01. | 17.01.\* | 20.01. | 03.02. | 07.02.\* | 17.02. | 21.02.\* | 24.02. | 03.03. | 17.03. | 21.03.\* | 04.04.\* | 11.04.\* | 14.04. | 18.04.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

[www.davsc.de/TKEKAU](http://www.davsc.de/TKEKAU)



## TIEFSCHNEETRÄUME IN DAVOS: FREERIDE-SPASS IM POWDER-PARADIES

SCHWEIZ

Low Budget und Davos, das widerspricht sich – eigentlich. Das funktionelle St. Joseph's House ist idealer Stützpunkt für Freerider, die das Powder-Paradies Davos erleben wollen, ohne Fünf-Sterne-Tarife zu bezahlen. Vom berühmten Weißfluhjoch, 2843 m, bis zum Rinerhorn, 2528 m, sind gut ein halbes Dutzend völlig eigenständiger Skiregionen mit traumhaften Tiefschneeverhältnissen angesiedelt. Der Berg- und Skiführer kennt die Top-Plätze mit den besten Schneeverhältnissen. Sehr begehrt: Silvester in den Bergen.

Technik Aufstieg ▲▲▲▲▲▲▲▲ Technik Abfahrt ▲▲▲▲▲▲▲▲

Kondition Abfahrt ▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 4 oder 5 × Hotel • 4 oder 5 × Halbpension • 4- oder 5-Tage-Skipass • Leihhausrüstung: ABS-Rucksack, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen\*

5\* oder 6 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

ab € 795,-

Termine: 26.12.2018 und 02.01.\* | 13.01.\* | 27.01.\* | 17.02. | 17.03.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

[www.davsc.de/SPDAV](http://www.davsc.de/SPDAV)



## GRUNDKURS SKITOUREN AUF DER BAMBERGER HÜTTE IN DEN KITZBÜHELER ALPEN

ÖSTERREICH

Ein kompaktes Programm für Skitoureneinsteiger, die schon Tiefschnee-Erfahrung mitbringen. Auf dem Programm stehen LVS-Training, Spuranlage, Spitzkehre, Routenwahl u. v. m. Perfektes Trainingsgelände und schöne Skitouren Gipfel sind Schafsiedel, 2447 m, Tristkopf, 2361 m, und Salzachgeier, 2466 m. Die Bamberger Hütte, 1761 m, ist mit geräumigen Vierbettzimmern ausgestattet und das Essen ist Spitze.

Technik Aufstieg ▲▲▲▲▲▲▲▲ Technik Abfahrt ▲▲▲▲▲▲▲▲

Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 × Hütte • 3 × Halbpension mit Tourentee • Rucksacktransport am An- und Abreisetag • Leihhausrüstung: LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen\*

4 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

ab € 520,-

Termine: 26.12. | 29.12.2018 und 02.01. | 06.01. | 10.01. | 17.01. | 24.01. | 31.01. | 07.02. | 14.02. | 21.02. | 26.02. | 02.03. | 06.03. | 10.03. | 14.03. | 21.03. | 28.03. | 04.04.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

[www.davsc.de/g9GSBAM](http://www.davsc.de/g9GSBAM)



## SCHNEESCHUHWANDERN IM ALLGÄU – ÖSTERREICH EIN WINTERMÄRCHEN IM KLEINWALSERTAL

Die „schönste Sackgasse der Alpen“ ist für Schneeschuhwanderer ein Wintermärchen. Ein mäßig steiler Aufstieg führt ohne Schwierigkeiten zum Top-Stützpunkt Schwarzwasserhütte, 1651 m. Nach einer Einweisung in dem Umgang mit dem LVS-Gerät geht es dann auf Tour. Hehlekopf, 2058 m, Pellingerköpfe, 2010 m, und Steinmann, 1981 m, sind prächtige Ziele mit weiten Ausblicken über die Gipfel der Allgäuer Alpen und mit Gehzeiten zwischen zwei und fünf Stunden erreichbar. Ein Tipp: der Silvester-termin mit mehrgängigem Menü – Hüttenzauber pur!

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 × Hütte • 3 × Halbpension mit Tourentee • teilweise Rucksacktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Schneeschuhe, Ski-  
stöcke, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen\*

4 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

ab € 450,—

**Termine:** 29.12.2018 und 03.01. | 17.01. | 07.02. | 21.02. | 07.03. | 21.03.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

[www.davsc.de/gSWRSCH](http://www.davsc.de/gSWRSCH)



## GRUNDKURS FÜR TOURENEINSTEIGER – ÖSTERREICH MIT SNOWBOARD AUF TOUR

Unser Grundkurs Tourengehen für Snowboarder vermittelt Ihnen die Basics, um leichte Touren im unvergletscherten Gelände sicher durchzuführen. Die Wahl der richtigen Aufstiegsroute unter Berücksichtigung des Geländes, Hangneigungen schätzen und messen, Schneearten und Windverfrachtungen erkennen, Interpretation des Lawinenlageberichts und Tourenplanung sind die vorgesehenen Kursinhalte. Die Ausbildung gibt's natürlich direkt unterwegs auf Tour, bei technisch leichten Gipfelbesteigungen wie z. B. auf die Torspitze, 2663 m. Ihr Bergführer entscheidet vor Ort, je nach Witterungs- und Schneeverhältnissen.

Technik Aufstieg ▲▲▲▲▲ Technik Abfahrt ▲▲▲▲▲

Kondition ▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 × Hütte • 3 × Halbpension mit Tourentee • Taxifahrt und Gepäcktransport am An- und Abreisetag • Leihhausrüstung: ABS-Rucksack, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde, Schneeschuhe • Versicherungen\*

4 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

ab € 545,—

**Termine:** 17.01. | 31.01. | 21.02. | 07.03. | 28.03.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

[www.davsc.de/gSBLIZ](http://www.davsc.de/gSBLIZ)



## SCHNEESCHUHWANDERN FÜR GENIESSER – FINNLAND BLOCKHAUSLEBEN, WINTERTOUREN, NORDLICHTER

Wer die eingezäunte Natur in Mitteleuropa satt hat, ist richtig in Lappland. Die Szenerie: tief verschneite Wälder, Bäume wie „Schneeskulpturen“, gefrorene Wasserfälle, unter dem Eis rauschende Flüsse. Das Flair der gemütlichen Unterkunft, gesundes Essen, der tägliche Saunagang oder Entspannung im Whirlpool sind Balsam für die Seele. Mit den Schneeschuhen begeben wir uns auf Spurensuche. Täglich werden bis zu fünf Stunden durch die winterliche Landschaft im Umgriff der Lodge marschiert. Vielleicht haben wir Glück und treffen auf Elche!

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Englisch sprechender Kultur- und Bergwanderführer • ab/bis Oivangin Lodge • 7 × Lodge im DZ • 7 × Vollpension • Busfahrten • Sauna und Whirlpool • Schneeschuh-Leihhausrüstung • Versicherungen\*

8 Tage | 6 – 15 Teilnehmer

ab € 1195,— Flug und Transfer ab € 600,—

**Termine:** 29.12.2018 und 09.02. | 16.02. | 02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03. | 06.04.2019  
13.04. | 28.12.2019 und 08.02. | 15.02. | 29.02. | 07.03. | 14.03. | 21.03. | 04.04.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

[www.davsc.de/FIWIN](http://www.davsc.de/FIWIN)



## KILIMANDSCHARO: TANSANIA ZELTTREKING AUF DER LEMOSHO-ROUTE

Beste Akklimatisation, den Gipfel fast immer im Blick und absolut abwechslungsreiche Landschaft. Zudem auf den ersten Etappen sehr wenig begangen. Die Lemosho-Route empfiehlt sich allen, die sich vielleicht zum ersten Mal in solchen Höhen bewegen und Wert auf eine sehr gute Höhenanpassung legen. Die lokale, vom DAV Summit Club ausgebildete Begleitmannschaft sorgt sich um Sicherheit, Gepäcktransport und Verpflegung sodass Sie sich vollkommen auf das Wandern konzentrieren können.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Bergführer • ab/bis Hotel Moshi • 2 × Hotel\*\*\* im DZ, 7 × Zweipersonenzelt • Essens- und Toilettenzelt • Vollpension • Busfahrten • Nationalparkgebühren • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen\*

10 Tage | 2 – 12 Teilnehmer

ab € 2395,— Flug und Transfer ab € 1030,—

**Termine:** 30.09. | 28.10. | 27.12.2018 und 24.12.2019  
13.01. | 27.01. | 10.02. | 24.02. | 03.03. | 21.07. | 18.08. | 29.09. | 27.10. | 27.12.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

[www.davsc.de/TANLEB](http://www.davsc.de/TANLEB)



**LYKISCHER WEG KOMPAKT –  
KÜSTENTREKKING AM TÜRKISCHEN MITTELMEER**

**TÜRKEI**

Kein Wunder, dass der Lykische Weg zu den schönsten Weitwanderwegen weltweit zählt. Wir erwandern in einer Woche die Highlights entlang des alten Handelsweges zwischen den „Küsten des Lichts“ und dem Taurus-Gebirge und erleben urige Fischerorte, Felsengräber, die Basilika von Bischof Nikolaus und die versunkene Stadt Kekova. Zwischendrin sorgen herrliche Buchten für Abkühlung und perfektes Urlaubsgefühl. Jeder Tag bietet neue landschaftliche Höhepunkte, sodass man am Ende voller Euphorie bereits seinen nächsten Urlaub in die unbekannteren Ecken der Türkei planen möchte.

**Technik** ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland • 4 × landestypische Hotels, 3 × Pension jeweils im DZ • Halbpension und 1 Mitagessen • Bus- und Bootsfahrten • Besichtigungen lt. Programm • Versicherungen\*

**8 Tage** | 10 – 15 Teilnehmer

**inkl. Flug und Transfer ab € 695,-**

**Termine:** 02.11. | 09.11. | 16.11. | 23.11. | 30.11. | 07.12.2018 und

**EZZ 180,-**

08.02. | 15.02. | 22.02. | 01.03. | 08.03.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

[www.davsc.de/TUTOPLYK](http://www.davsc.de/TUTOPLYK)



**GRAN CANARIA – TAGESWANDERUNGEN  
AUF DER GRÜNEN ATLANTIKINSEL**

**SPANIEN**

Die drittgrößte der kanarischen Inseln wird gerne auch als „Miniaturland“ bezeichnet, so abwechslungsreich und vielfältig ist sie: das Innere der Insel besteht aus sattgrünen, fruchtbaren Tälern und beeindruckendem, karstigem Bergland. Unterwegs mit unserem kanarischen Wanderführer Manuel lernen wir die Insel auf ausgesuchten Wanderungen kennen. Herrlich duftende Kiefernbestände, wir besteigen den „Wolkenfels“ Roque Nublo und blicken in den tiefen Grund der Caldera Bandama. Atemberaubend das Panorama vom Pico de las Nieves und beeindruckend die wasserreiche Schlucht Barranco de la Mina.

**Technik** ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • ab/bis Hotel in Santa Brígida • 7 × Hotel\*\*\*\* im DZ • Halbpension • Busfahrten und Transfers lt. Detailprogramm • Versicherungen\*

**8 Tage** | 7 – 15 Teilnehmer

**ab € 950,- Flug und Transfer ab € 520,-**

**Termine:** 11.11. | 30.12.2018 und

**EZZ 235,-**

17.02. | 17.03. | 21.04. | 13.10. | 17.11. | 29.12.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

[www.davsc.de/ESCAN](http://www.davsc.de/ESCAN)



**RUNDREISE UND TREKKING –  
MARRAKESCH, HOHER ATLAS, SIROUA-GEBIRGE**

**MAROKKO**

Historische Pascha-Paläste, quirlige Souks, karge Berglandschaften und grüne Oasen. Die Eindrücke auf dieser Reise durch Marokko sind vielfältig. Von der Küstenmetropole Casablanca geht es in die Königsstadt Marrakesch mit seiner wunderschönen Altstadt und weiter über den Hohen Atlas. Auf dem Weg nach Ouarzazate an der „Straße der Kasbahs“ erkunden wir das Weltkulturerbe Ait Ben Haddou. Aber auch das Wandern kommt nicht zu kurz bei unserem 2-tägigen Trekking durchs vulkanisch geprägte Siroua-Gebirge.

**Technik** ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt oder München • Busfahrten • 5 × Hotel\*\*\* im DZ • 2 × Hütte im Mehrbettzimmer • 7 × Frühstück, 5 × Mittagessen, 2 × Abendessen • Gepäcktransport • Besichtigungen und Eintritte lt. Programm • Versicherungen\*

**8 Tage** | 10 – 20 Teilnehmer

**inkl. Flug und Transfer ab € 795,-**

**Termine:** 01.11. | 08.11. | 15.11. | 22.11.2018 und 07.03. | 14.03. | 21.03.2019

**EZZ 115,-**

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

[www.davsc.de/MATOP](http://www.davsc.de/MATOP)



**GROSSE INSELDURCHQUERUNG  
MADEIRAS – VON OST NACH WEST**

**MADEIRA**

Eine Insel zum Wandern und das rund 365 Tage im Jahr. Schimmerndes Grün, raue Küsten und faszinierende Levadas. Eine Ost-West-Durchquerung mit Gehzeiten bis zu sieben Stunden über Gipfel, Berge, durch Tunnel und vorbei an tosenden Wasserfällen. Wir starten die Durchquerung an der Ostspitze bei Caniçal und wandern in den „hohen Norden“, Eira do Serrado, Serra de Agua und Porto Moniz im „hohen Norden“, wo Bauern ihre Gärten mit Heidezäunen vor Wind und Salz schützen. Eukalyptus- und Lorbeerwald, das geschichtsträchtige Nonnatal und die Hochfläche von Paul da Serra sind ebenso imposante Landschaftsformen wie die gewaltigen Steilküsten, die die Atlantikinsel umranden.

**Technik** ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Kultur- und Bergwanderführer • ab/bis Caniço • 5 × Hotel\*\*\*\*, 2 × Hotel\*\*\* jeweils.. im DZ • Halbpension • Transfers lt. Programm • Gepäcktransport • Versicherungen\*

**8 Tage** | 8 – 15 Teilnehmer

**ab € 695,- Flug und Transfer ab € 420,-**

**Termine:** 01.11.2018 und 28.03. | 18.04. | 09.05. | 13.06. | 18.07. |

**EZZ 160,-**

08.08. | 03.10. | 17.10. | 24.10.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

[www.davsc.de/POTRE](http://www.davsc.de/POTRE)



**EVEREST SUMMIT LODGES**  
**KOMFORT-TREKKING ZUM KLOSTER TENGPOCHE**

NEPAL

Komfort-Trekking ohne Schlafsack zum Sherpa-Kloster Tengpoche. Eine perfekte Logistik-Kette ermöglicht das Erlebnis Everest-Treck, ohne auf die Annehmlichkeiten von Bett, Dusche und WC verzichten zu müssen. Auf Wanderungen mit Gehzeiten bis sechs Stunden erleben Sie die Sherpa-Hauptstadt Namche Bazar und das berühmte Kloster Tengpoche, staunen über die Ausblicke auf die Achttausender Everest und Lhotse und genießen den zuvorkommenden Service der Komfort-Lodges in Lukla und Monjo (2800 m), in Tashinga (3500 m) und in Mende (3730 m). Rückflug nach Kathmandu, wo Sie die Königsstädte erwarten.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt • Inlandsflüge • Busfahrten • 3 x Hotel\*\*\*\*\* im DZ, 7 x Hotel/Komfort-Lodge\*\*\* im DZ • überwiegend HP • Permit • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen\*

**13 Tage** | 6 – 12 Teilnehmer

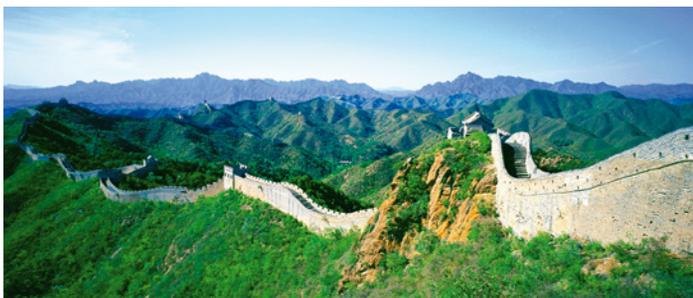
**inkl. Flug und Transfer ab € 2399,-**

**Termine:** 15.11. | 22.11.2018 und 14.02. | 21.02.2019

EZZ 499,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

[www.davsc.de/HITOPKTE](http://www.davsc.de/HITOPKTE)



**VON BEIJING NACH SHANGHAI**  
**RUNDREISE MIT YANGTSE-FLUSSKREUZFAHRT**

CHINA

Wir besuchen die wichtigsten Stationen des Jahrtausende alten Kaiserreiches mit Verbotener Stadt und Großer Mauer, mit Longmen-Grotten und Terrakotta-Armee. Wir treffen auf ein Land zwischen Tradition und Moderne und lernen das bäuerliche Leben ebenso kennen wie die pulsierende Metropole Shanghai. Dazwischen schönste Wanderungen von zwei bis sechs Stunden im Weltgeopark Yuntaishan oder zum berühmten Kloster Shaolin. Höhepunkt ist die mehrtägige Kreuzfahrt auf dem Yangtse. Klar, dass Perlen, Seide, Yade und die berühmte chinesische Küche nicht zu kurz kommen.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechende einheimische Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt • 3 x MS Century Sun\*\*\*\*(\*) in Zweier-Kabine, 2 x Hotel\*\*\*\*(\*) im DZ, 10 x Hotel\*\*\*\* im DZ, 1 x Gästehaus im DZ • überwiegend Halbpension • Bus-, Bahn- und Bootsfahrten sowie Eintritte lt. Programm • Versicherungen\*

**18 Tage** | 5 – 12 Teilnehmer

**inkl. Flug und Transfer ab € 2895,-**

**Termine:** 01.11.2018 und 19.03. | 30.04. | 03.09. | 15.10.2019

EZZ 845,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-125

[www.davsc.de/CHYAN](http://www.davsc.de/CHYAN)



**LODGE-TREKKING IM ANNAPURNAGEBIET**  
**ZUM AUSSICHTSBERG POONHILL**

NEPAL

Duftender Bergurwald, kultiviertes Bauernland, Rhododendren, Bambus, Orchideen. Vom Aussichtsberg Poonhill, 3194 m, genießen wir das Panorama der Achttausender: Es reicht vom Manaslu über die Eisdome der Annapurna bis zum Dhaulagiri. Sechs Tage Lodge-Trekking (Schlafsack erforderlich) mit Gehzeiten bis sechs, einmal bis sieben Stunden. Garniert wird die Reise von den Königsstädten im Kathmandu-Tal und Pokhara am malerischen Phewa-See. Mit Flug ab Frankfurt oder zu ausgesuchten Terminen ab Wien.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einh. Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt oder Wien • Busfahrten • 3 x Hotel\*\*\*\*\* im DZ, 1 x Hotel\*\* im DZ, 5 x einfache Lodge im DZ • überwiegend HP • Permit • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen\*

**12 Tage** | 6 – 12 Teilnehmer

**inkl. Flug und Transfer ab € 1399,-** EZZ 99,-

**Termine ab Frankfurt:** 07.12.2018 und 27.01. | 10.02. | 13.02. | 06.05. | 07.05. | 14.05. | 20.05. | 27.05. | 13.09. | 17.09. | 20.09. | 24.09.2019

[www.davsc.de/HITOPAFR](http://www.davsc.de/HITOPAFR)

**Termine ab Wien:** 01.12.2018 und 02.02. | 04.05. | 11.05. | 14.09. | 21.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

[www.davsc.at/HITOPAWI](http://www.davsc.at/HITOPAWI)

**DAS DAV SUMMIT CLUB VERSICHERUNGSPAKET\***

Bei fast allen Reisen des DAV Summit Club schließen wir ein Versicherungspaket für Sie ab. Dieses besteht u. a. aus Reisekranken-Versicherung inklusive Such-, Rettungs- und Bergungskosten, Assistance-Leistungen und Reisehaftpflicht-Versicherung. Den genauen Umfang entnehmen Sie bitte der Leistungsausschreibung im Internet.

**DAV Summit Club GmbH**

Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins  
Am Perlacher Forst 186 | 81545 München  
Telefon +49 89 6 42 40-194 (Alpenprogramme)  
+49 89 6 42 40-196 (Europa und Fernziele)  
info@dav-summit-club.de  
www.dav-summit-club.de



**Summit Reisebüro**

In der Globetrotter-Filiale München  
Isartorplatz 8 – 10 | 80331 München  
Telefon +49 89 23 23 97 34  
info@summit-reisebuero.de



# Hard Rock

die  
Leidenschaft  
fürs  
Leben

Claude (65)  
und  
Yves Remy





Foto: David Haefeli

Unbändige Begeisterung für Fels und schnelle Musik, Perfektionsdrang beim Einrichten von Neutouren und ein guter Schuss Selbstironie – so haben Claude (l.) und Yves ihren Namen Remy zum Markenzeichen gemacht.

## Die Brüder Remy

**Der Hard-Rocker Claude Remy, der ältere der Remy-Brüder, erreicht das Pensionsalter – aber nur auf dem Papier und zum Glück aller Kletterer nicht am Fels.**

Ein Porträt von **Daniel Anker**

**A**ls Reinhold Messner 1983 als Herausgeber des „Alpin Magazin“ wirkte, fand sich auf dem Titelbild des Oktoberheftes folgende Schlagzeile: „Schweizer erproben neue Form des Alpinismus“. Damit waren eigentlich die vier Schweizer Bergsteiger gemeint, die ihr Land auf dem „Kilometer 160“ durchquert hatten – sozusagen eine Direttissima in der Horizontalen. Autor des Artikels: Daniel Anker. Im gleichen Heft aber waren auch fünf Seiten eines anderen Schweizers abgedruckt, dem an seinem Hausberg, dem Rochers de Naye (2042 m) hoch über dem Genfer See, gleich fünf Premieren in nur zwei Tagen gelangen, und das in den Disziplinen Eis- und Felsklettern, Skifahren, Höhlenforschung und Drachenfliegen. Autor des Artikels: Claude Remy. Die Höhle, in der er mit Bernard Pulfer vom 24. auf den 25. Januar 1983 übernachtete, heißt „Lemmy-Höhle“. Claude taufte sie nach seinem Lieblingsmusiker: Lemmy Kilmister, Sänger und Gitarrist der englischen Hard-Rock-Band Motörhead.

Voilà! Da sind die Bausteine für eine der erfolgreichsten Karrieren der Geschichte – zumindest im Alpinismus. Harter Fels unter Hand und Fuß, Hard Rock im Ohr, beides im Herz. Neue Routen und neue

Namen. Und, ganz wichtig: darüber schreiben. Damit wir mitsingen und mittanzen können. Fehlt nur eine Person: Yves, der Bruder von Claude. Die Brüder Remy. Die schlagkräftigste Seilschaft der letzten fünf Jahrzehnte.

Claude Remy, am 15. September 1953 in Lausanne geboren, und Yves Remy, am 1. März 1956 in derselben Schweizer Stadt auf die Welt gekommen, begannen 1970 mit dem Erschließen von neuen Kletterrouten. Seither haben die beiden Waadtländer mehr als 12.000 neue Seillängen erstbegangen und für andere Kletterer begehbar gemacht. Fast alle Seillängen, muss präzisiert werden. Ihre erste Route, „La centrale“ in der Ostwand der Gais Alpains in enger Nachbarschaft zum Rochers de Naye, ist nicht ausgerüstet. „Non équipé“ heißt es in ihrem Führer „Alpes et Préalpes vaudoises“ – einem Werk, das sie ihrem großen Vorbild Maurice Brandt widmeten; die zentrale Route „monte directement au sommet“. Aber bevor wir direkt zum Gipfel steigen, begeben wir uns zum Einstieg.



Fotos: Daniel Anker, Foto Collection Remy (2)

## Fremde Routen klettern könnt ihr später

Zwei markante Figuren stehen da. Papa Marcel Remy und René Desmaison. Der Vater, Jahrgang 1923, nahm seine Söhne ab 1965 mit in die Berge; allerdings zogen sie schon bald dem klassischen Bergsteigen das reine Felsklettern vor. 1969 konnten sie bei einem Vortrag dem berühmten französischen Alpinisten Desmaison die Hand schütteln; dessen Worte wurden zu ihrem Credo: „Eine Route als Erster zu eröffnen, ist besser. Die Routen anderer kann man später immer noch nachklettern.“ Wobei die Frères Remy das „später“ Jahr um Jahr nach hinten verschieben, auch wenn Claude am 1. Oktober

2018 offiziell in Rente geht. Ans Aufhören denken sie nicht, obwohl das Einrichten von Kletterrouten harte Arbeit darstellt. Als die Bohrlöcher noch von Hand geschlagen werden mussten – 20 Minuten im Kalk und 45 Minuten im Granit – setzten die beiden Routenerschließer noch 600 Bohrhaken pro Jahr. Entsprechend sparsam waren ihre Linien abgesichert. Seit 1986 platzieren die Remys rund 2000 Spits jährlich, der Akkubohrmaschine sei Dank. Und sie werden diese Arbeit hoffentlich noch lange machen – trotz Rentenausweis. „Routenbauen ist unser Leben“, sagt Claude, „unsere Leidenschaft fürs Klettern ist ungebrochen.“ Bei Vater Marcel übrigens auch: Im August 2017 kletterte er durch die berühmte, 450 Meter hohe Nordwestwand des Miroir de l'Argentine in den Waadtländer Alpen, im fünften Schwierigkeitsgrad – und das mit gut 94 Jahren. Der Film darüber, „Marcel – au sommet de son art“, wurde am diesjährigen Festival International du Film Alpin in Les Diablerets gezeigt.

Fürs Klettern leben – fürs Leben klettern. Diesem Leitfaden geht die Seilschaft Claude und Yves Remy Tag für Tag nach. Yves meistens voraus, weil er laut Claude der bessere Kletterer ist. Er selbst sichernd,

## CLAUDE (UND YVES) REMY

### AUSGEWÄHLTE WERKE

#### Über 40 Jahre als Autoren – vom Wandern bis zur Alpingeschichte, in der Schweiz und weltweit:

- › 3 écoles d'escalades vaudoises: St-Loup, Vallorbe, Covatanne, 1975.
- › Climbing in Jordan, Wadi Rum, 1986.
- › 30 randonnées pédestres dans les Préalpes et les Alpes vaudoises, 1992.
- › Aide-mémoire de techniques alpines de base, 2002.
- › Falaises du Jura: histoire de l'escalade, 2006.
- › Dreams of Switzerland. Susten/Grimsel/Furka/Nufenen. Eine Auswahl der schönsten Kletterrouten im Herzen der Alpen, 2016.
- › In Vorbereitung: Escalades: Jura, Vaud, Chablais, Bas-Valais, Sanetsch. Plus de 6000 longueurs pour tous les niveaux, initiation, avancé, extrême.

#### Von den Hunderten Erstbegehungen der Brüder Remy haben es vier in das neue Extremkletter-Kultbuch „Moderne Zeiten“ geschafft.

- › Grimselpass, Eldorado: Motörhead (VII)
- › Miroir de l'Argentine: Mamba (VII+/VIII-)
- › Sanetschpass: Axis (VIII)
- › Groß Bielenhorn: Nolens Volens (VII+/VIII-)



fotografierend, dokumentierend. Die Routen finden, das machen beide. Diese für die Nachsteiger sicher und schön zu gestalten, ebenfalls, möglichst schon bei der Erstbegehung, sonst danach, auch Jahre später, damit ihre Klassiker keinen Rost ansetzen. Und in der kletter(einrichtungs)-freien Zeit haben die Remy-Brüder ebenfalls mit dem Klettern zu tun. Einerseits in der Kletterhalle von Saint-Légier-sur-Vevey am Genfer See, die sie 1994, als der Konkurs drohte, retten halfen und für die sie seither arbeiten. Sowie seit 1981 als Berater des Schweizer Bergsportausrüsters Mammut.

## Die Brüder Remy

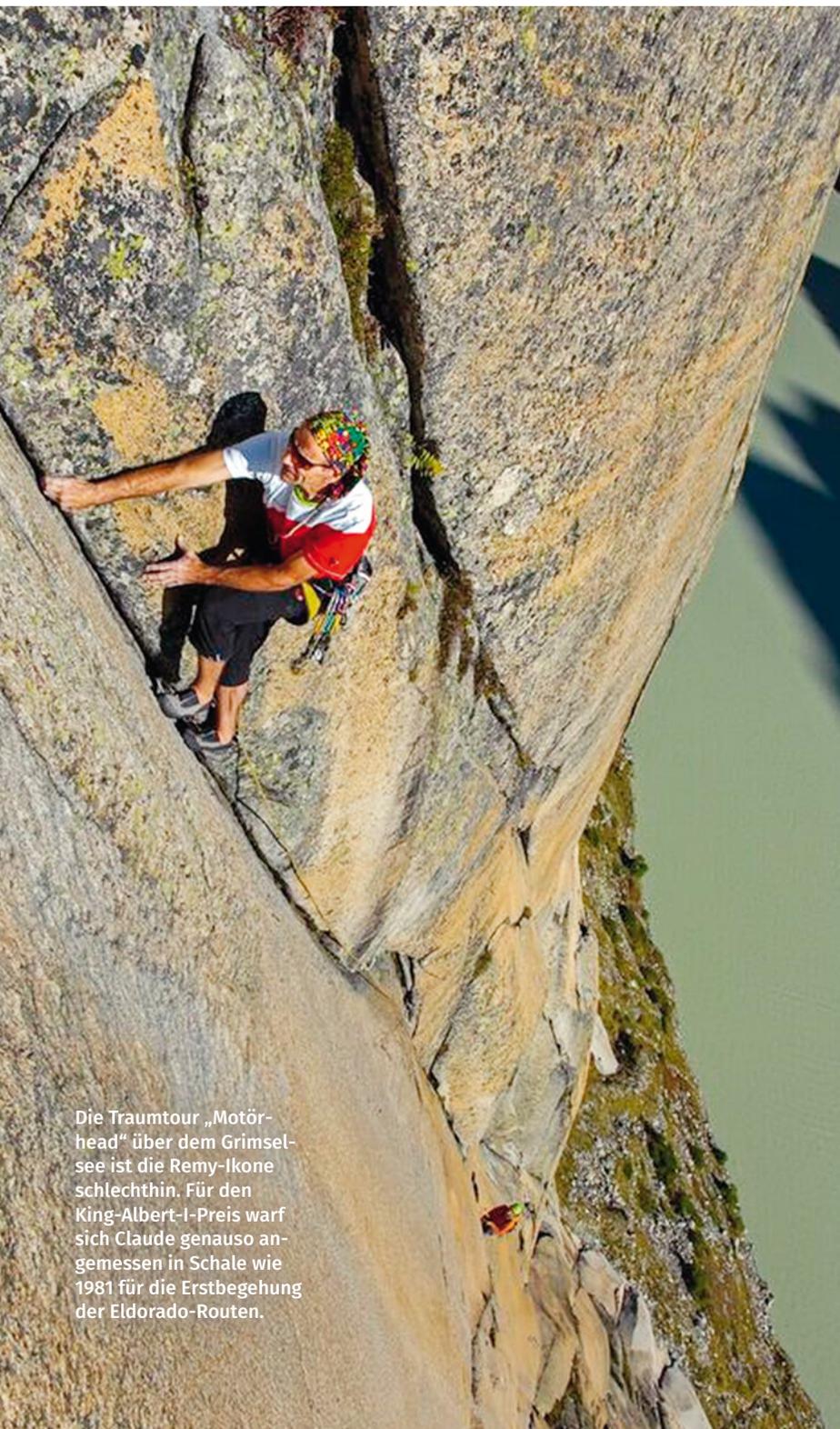
Andererseits als Sportartikelverkäufer (Yves) und als Journalist (Claude). Von Haus aus ist der Ältere gelernter Mechaniker; ein Beruf, den er nie ausübte, der ihm aber durchaus nützlich war. Zum Beispiel beim Einrichten und Sanieren von Seillängen. Oder beim Einrichten und Ausbauen des Chalets „Extasy“ außerhalb des Weilers

Vers-l'Eglise bei Les Diablerets in den Waadtländer Alpen, wo er mit seiner Frau Christine wohnt; sie ging in diesem Jahr auch in Rente. Doch sich zur Ruhe setzen? Um Gottes Willen nicht!

Denn die Arbeit ruft, draußen und drinnen. Im Sommer und Herbst 2018 fast mehr Letzteres, da die vierte Ausgabe von

„Escalades“ geschrieben, gezeichnet und fotografiert werden will. Sie umfasst die Gebiete Jura, Vaud, Chablais, Bas-Valais, Sa-netsch – und 1000 Seillängen mehr als die Edition von 2010, für Einsteiger, Plaisir-Enthusiasten und Cracks. Tausend neue Seillängen, „surtout à cause des hyper actifs Remy Brothers, ah ces jeunes!“, wie mir Claude augenzwinkernd per Mail mitteilte. Es wird der elfte Kletterführer der Remy Brothers sein; der erste war 1975 erschienen und stellte drei Waadtländer Sportklettergebiete vor – eine Pioniertat. Dazu gaben die Remys den Alpinführer für ihre heimatlichen Berge heraus und schufen drei Werke zur Alpinismusgeschichte, in denen sie das Geschehen am sommerlichen und winterlichen Fels der Gebiete Miroir de l'Argentine, Gastlosen und Jura von den Anfängen bis heute umfassend festhielten. Bei insgesamt 17 Büchern war Claude Remy an vorderster Stelle mit dabei. Bei vielen andern half er mit Toposkizzen und Routenfotos. Und dann sind noch all die Artikel „signés Claude Remy“, in Katalogen und Beilagen von Mammut, in zahlreichen Bergzeitschriften. Eine kleine Auswahl nur: „Von zweien, die auszogen, um die Hoffnung zu erobern ...“ (Graue Wand am Furkapass, „Bergsteiger“ 12/1988), „Das ‚new age‘ des Freikletterns“ (Verdon, „Bergsteiger“ 4/1990), „90 neue Remy-Seillängen hinter den Wendenstöcken“, (Engstlenalp, „Klettern“ 2/2004), „Grèce – chaudes longueurs hivernales“ („Vertical“, 11-12/2013). Den vielleicht zukunftsträchtigsten Titel fand der „Bergsteiger“ im November 1991: „Aus dem 90er-Erstbehebungsbuch der Remy-Brüder: Eine unendliche Geschichte ...“ Wie wahr!

Eine Klettergeschichte durch halb Europa und darüber hinaus. Kalk von Leysin, Sanetsch und Argentine in den Waadtländer Alpen; Granit im Urnerland, am Petit Clocher du Portalet und an den Aiguilles du Dru; Wendenstöcke, Verdon und Wadi Rum, Arco und Valle dell'Orco, Engstlenalp und Fieschertal; dazu Kalymnos und Leonidio in Griechenland, heute die Winter-Mekkas der internationalen Kletterge-



Die Traumtour „Motörhead“ über dem Grimselsee ist die Remy-Ikone schlechthin. Für den King-Albert-I-Preis warf sich Claude genauso angemessen in Schale wie 1981 für die Erstbehebung der Eldorado-Routen.

## Die Brüder Remy



Foto: Foto Collection Remy

**Der Vater Marcel (2.v.r.) hat seinen Söhnen ihre Lebens-Leidenschaft Klettern mitgegeben – und teilte sie noch mit 94 Jahren am Miroir de l'Argentine.**

meinschaft. Remy-Routen allenthalben, mit festem Fels, festen Standplätzen, möglichst fest bleibenden Schwierigkeiten in einer Route. Remy-Label halt. Und mittendrin in diesem Remy-Land das Eldorado. Das granitene Goldland der Grimsel, das Claude und Yves ab Juli 1981 zu erschließen begannen, aufgeputscht mit der Musik ihrer Lieblingsband. In jenem Sommer und in den nächsten kreierte sie wie im Fieber Wege, die zu modernen Klassikern geworden sind: „Motörhead“, „Septumania“, „Marche ou crève“, „Métal hurlant“ und „Venon“, um nur fünf ihrer mehr als vierzig Routen zu nennen, die sie entlang des Grimsel-Stausees eröffneten. Mit dabei, wenn auch nicht kletternd, Lemmy und seine Band. Zum 30-jährigen Jubiläum des Live-Albums „No Sleep 'til Hammersmith“ vom Juni 1981 besuchten die Remy Brothers zuerst ein Konzert von Motörhead, worauf sie die gleich-

namige Route sanierten. 43 Routennamen sind von Motörhead-Songs inspiriert, insgesamt rund 200 von Titeln des Hard Rock und Heavy Metal. Passion von Kopf bis Fuß, hautnah und unermüdetlich.

Solches Tun strahlt über die Gipfel hinaus. Am 3. September 2016 übergab die schweizerische King Albert I Memorial

Foundation, die seit 1994 Personen und Institutionen für ihre maßgeblichen Verdienste in der Welt der Berge auszeichnet, an Claude und Yves Remy den Albert Mountain Award. „Mit legendärem Sinn für kletter-

bare Linien und nie erlahmender Leidenschaft“ hätten die Brüder Tausende neuer Kletterrouten eröffnet und eingerichtet, urteilt die Stiftung zu Ehren des belgischen Königs und Kletterers Albert I: „Sie sind so zu eigentlichen Wegbereitern des Felskletterns als Breitensport emporgestiegen.“

Am 10. Juni 2017 doppelte der Schweizer Alpen-Club nach. Die 157. Abgeordnetenversammlung wählte Claude und Yves Remy per Akklamation zu Ehren-

Das Label Remy steht für Qualität

mitgliedern des SAC: Mit ihrem Einsatz unterstützten sie die Ziele, die sich der Club in seinen Statuten von 1866 gegeben habe, nämlich „die Aufgabe, das schweizerische Hochgebirgsland allseitig zu erforschen, näher bekannt zu machen und den Besuch desselben zu erleichtern“.

Claude und Yves Remy: Sie schreiben Geschichte, am Fels und auf Papier. Vor mir liegt ein von Claude mit der Schreibmaschine getippter Brief vom 30. September 1978, adressiert an Walter Anker, Galactina & Biomalz AG in Belp; bei dieser Firma für Kindernahrung und Lebensmittel arbeitete mein Vater als Leiter Dokumentation und klinische Forschung. Im Brief bedanken sich die Frères Remy für das zu Testzwecken erhaltene Sportgetränk Top Ten; es habe ihnen geholfen, die berühmte Südwand der Aiguille du Fou in neuer Rekordzeit zu erklimmen. Im PS nehmen die beiden Schnellkletterer Bezug auf das (bescheidene) Kletterkönnen, das mein Papa im Begleitschreiben erwähnt haben muss: „Nous espérons beaucoup, lorsque nous serons ‚Vétérans‘, gravir encore du grade IV!“ – „Wir hoffen sehr, auch im Veteranenalter noch den vierten Schwierigkeitsgrad zu klettern!“ Mon Dieu, jetzt ist der Claude ein Veteran, und der Yves folgt auch bald. Ihre Routen allerdings, die hören nicht beim vierten Grad auf, sie beginnen da erst. Wie beispielsweise „King Albert“ an der Gerstenegg im Grimsel-Gebiet, im Oktober 2016 erstbegangen von André Henzen, Claude, Marcel und Yves Remy.



**Daniel Anker** lebt und arbeitet als Reisejournalist und Bergbuchautor in Bern. Letzte Publikation: Blüemlisalp – Schneeszauber und die sieben Berge (AS Verlag 2018).

Interview mit Fabian Nendza

## Panorama nachgefragt

# „Eine grünere Wahl“ für die Kunden

**Viele Outdoor-Unternehmen kümmern sich auch um Nachhaltigkeit. Wie sieht das bei Globetrotter aus?**

Fabian Nendza: Das Engagement für Natur und Umwelt ist seit der Firmengründung 1979 Teil unserer DNA, als ein Grundwert unternehmerischer Verantwortung. Wir unterstützen lokale Naturschutzprojekte, arbeiten mit NGOs und Initiativen und sind dabei, nachhaltiges Wirtschaften im gesamten Unternehmen zu verankern. Ein verbindlicher Verhaltenskodex ist die zentrale Leitlinie für den Globetrotter-Weg zur nachhaltigen Ausrichtung. Wir sind davon überzeugt, dass langfristiger Erfolg nur möglich ist, wenn neben der Ökonomie eben auch Soziales und die Ökologie berücksichtigt werden.

**Und an welchen Schwerpunkten arbeitet ihr aktuell?**

Wir setzen beim Kerngeschäft an, wo wir den größten Hebel haben: bei den Marken und Produkten. Unser Sortiment hat schon einen soliden Standard, Hersteller und Produkte müssen Mindestanforderungen erfüllen. Das betrifft z. B. faire Arbeitsbedingungen, Tierwohl und naturschonende Verfahren und Produktion. Jetzt sind wir einen Schritt weitergegangen und heben nachhaltigere Produkte hervor, mit dem Label „Eine grünere Wahl“.

**Wie funktioniert dieses neue Label?**

Auf Basis führender Branchenstandards und Materialbewertungen auf Life-Cycle-Basis haben wir zehn Kriterien entwickelt, die einen systematischen Vergleich von Produkten ermöglichen. Es geht darum, ob ein Produkt langlebig, reparabel, aus recycelten und Materialien in Bioqualität ist, selbst schon recycelbar, energieeffizient oder lokal produziert. Auch Transparenz und Rückverfolgbarkeit, gute Arbeitsbedingungen und Chemikalienmanagement werden bewertet. Ab einer bestimmten Punktezahl erhält ein Produkt das Label. Damit ermöglichen wir dem Kunden, beim Kauf eine nachhaltigere Variante zu wählen und schaffen einen „Extra-Raum“ für Nachhaltigkeit.

Globetrotter ist einer der größten Outdoor-Händler in Europa und auch in Sachen Nachhaltigkeit vielseitig aktiv. Seit diesem Frühjahr zeichnet der offizielle Handelspartner des DAV und der JDAV nachhaltigere Produkte mit einem neuen Label aus.



*Fabian Nendza ist bei Globetrotter für Nachhaltigkeit und unternehmerische Verantwortung zuständig. Bei ihm laufen die grünen Fäden zusammen.*

**„Eine grünere Wahl“ ist gestartet. Wie geht es weiter?**

Im Dialog mit den Marken, die interessiert nachfragen, werden wir den nachhaltigen Weg weitergehen. Feedbacks und Review-Prozesse sollen in die Weiterentwicklung unseres Systems einfließen. Bis 2020 wollen wir 80 Prozent unserer Produkte überprüft haben. Perspektivisch hoffen wir, damit die Standards zu erhöhen und der Branche einen weiteren Impuls zu mehr Nachhaltigkeit zu geben.

**Wie groß ist denn das Kundeninteresse an nachhaltigeren Produkten?**

Untersuchungen zeigen, dass dies ein wichtiges Anliegen ist. Die Kunden können aber nicht bis in die kleinsten Details nachfragen. Sie vertrauen uns, weil wir die Sache ernst nehmen. Es gab großes Interesse an den Aktivitäten in unseren Filialen, als wir „Eine grünere Wahl“ eingeführt haben. Der Kunde honoriert und erwartet das. Alle wollen doch Produkte kaufen, die besser sind als andere, mit einem geringeren Fußabdruck und unter fairen Arbeitsbedingungen gefertigt.

# Fit für den Notfall

Bei der Erstversorgung am Berg denken viele zuerst an die Folgen eines Sturzes, ob beim Wandern, Klettern oder Mountainbiken. Dabei gibt es genügend Situationen, in denen Bergsportler auch ohne Unfall Hilfe benötigen.

Text: Daniela Hornsteiner  
Illustrationen: Georg Sojer



## UNTERZUCKER/DIABETES

### 👁 ERKENNEN

- › Heißhunger
  - › Übelkeit und ggf. Erbrechen
  - › Zittern
  - › Weiche Knie
  - › Starker Leistungsabfall
  - › Unfreundlich, patzig
  - › Diabetiker zusätzlich:  
Unruhe, orientierungslos, ggf. Krampfanfälle, evtl. bewusstlos
- Symptome treten nicht alle und nicht immer gleichzeitig auf.

### 🛠 HELFEN

- › Kennt die betroffene Person die Symptome?
- › Falls bekannt: fragen, was zu tun ist
- › Muss die Person essen und trinken: zuerst Traubenzucker, gezuckerte Getränke wie Cola oder Tee. Als Nächstes Müsliriegel und belegte Brote oder Nudeln
- › Helfen, falls die erkrankte Person Unterstützung bei der Einnahme ihrer Medikamente braucht
- › Beruhigen und gut zureden
- › Warm halten

### 📞 NOTRUF?

- › Verbessert sich die Situation nicht: Notruf 112 absetzen

**P**latzwunden, Verstauchungen, Brüche oder Prellungen sind typische Verletzungsmuster am Berg. Druckverband, Kühlen und Ruhigstellen sind dann die Mittel der Wahl bei der Versorgung von Verunfallten. Aber auch Erschöpfung und Kreislaufprobleme auf Tour sollten rechtzeitig erkannt werden, um weitere, schwerwiegende (Unfall-) Folgen zu vermeiden. Geht es einem Gruppenmitglied unterwegs zunehmend

schlechter, gilt es folgende Fragen zu beantworten, um schnell und vor allem gut zu helfen:

- › Wie erkenne ich als Ersthelfer, welches Problem zugrunde liegt?
- › Was kann ich tun, wie kann ich helfen?
- › Wann brauche ich Hilfe und muss einen Notruf absetzen?
- › Kann die Person die Tour fortsetzen? Kann sie selbstständig absteigen? Braucht sie Begleitung?

## DEHYDRIERUNG/ HITZEERSCHÖPFUNG

### 👁 ERKENNEN

- › Auffallend blass
- › Hochgradig schwach
- › Kalter Schweiß mit Frösteln
- › Normale Körpertemperatur
- › Krampfanfälle
- › Halluzinationen, verwirrter Zustand
- › Bewusstseinsbeeinträchtigung bis Bewusstlosigkeit

Symptome in zeitlicher Abfolge.

### 🛠 HELFEN

- › Anstrengung sofort stoppen
- › Schatten
- › Schocklagerung
- › Flüssigkeitszufuhr, solange Person noch selbst trinken kann
- › Elektrolytzufuhr (Müsliriegel, Nüsse, usw.), solange Person noch selbst essen kann
- › Wärmeerhalt bei Frösteln
- › Beruhigen und gut zureden

### 📞 NOTRUF?

- › Durch Ruhe, Schatten, Schocklagerung, ausreichendes Trinken und Essen verschwinden die Symptome nach einiger Zeit meist von selbst.
- › Notruf 112 bei sehr starken Symptomen wie z. B. Halluzinationen, Bewusstseinsbeeinträchtigung, Bewusstlosigkeit oder wenn sich der Zustand nicht ausreichend verbessert.



## SONNENSTICH

### 👁 ERKENNEN

- › Hochroter, heißer Kopf
- › Normale Körpertemperatur
- › Unruhe
- › Kopfschmerzen
- › Schwindel
- › Evtl. Nackensteifigkeit
- › Übelkeit bis Erbrechen
- › Bewusstseinsbeeinträchtigung bis Bewusstlosigkeit

Symptome treten oft verzögert, ein paar Stunden nach Aufenthalt in der Sonne auf.

### 🛠 HELFEN

- › Schatten
- › Ruhe, unnötige Bewegung vermeiden
- › Oberkörper hoch lagern (keine Schocklage!)
- › Kopf und Nacken kühlen
- › Bewusstsein kontrollieren
- › Trotz lokaler Kühlung verletzte Person warm halten
- › beruhigen und gut zureden

### 📞 NOTRUF?

- › Durch Ruhe, Schatten, Hochlagerung des Oberkörpers und Kühlung vergehen leichte Symptome nach einigen Stunden meist von selbst.
- › Notruf 112 bei sehr starken Symptomen wie z. B. Bewusstseinsbeeinträchtigung oder Bewusstlosigkeit



## Basentabs pH-balance Pascoe®

Basisch im Gleichgewicht

- mit basischen Mineralien
- Zink trägt zu einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt bei
- Calcium ist wichtig für den Energiestoffwechsel
- Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei
- inkl. 21 pH-Teststreifen



\* 592 Personen haben die Basentabs pH-balance Pascoe® im Rahmen der Bild der Frau-Testaktion 2018 getestet und würden diese weiterempfehlen.

## KREISLAUFPROBLEME/ -KOLLAPS

### 👁 ERKENNEN

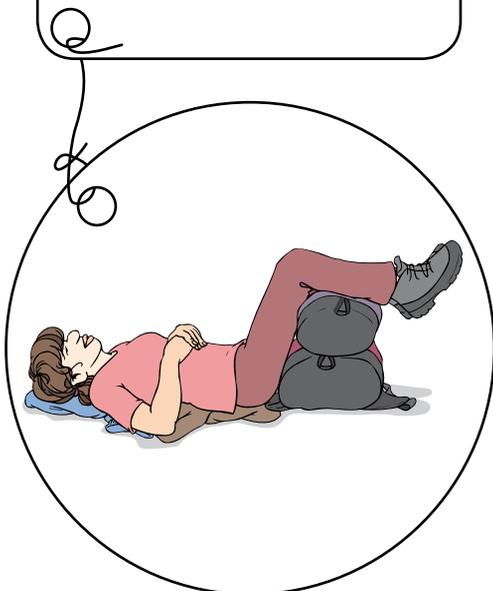
- › Auffallend blass
- › Hochgradig schwach
- › Kalter Schweiß mit Frösteln
- › Übelkeit
- › Schwindel
- › Sterne vor den Augen
- › Plötzliches Wegsacken der Beine
- › Ggf. Herzrasen
- › Ohnmacht

### 🛠 HELFEN

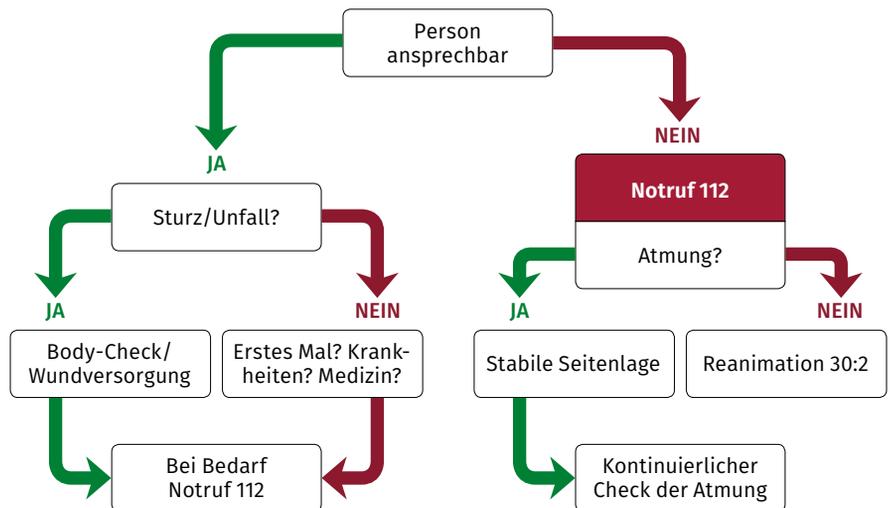
- › Anstrengung sofort stoppen
- › Schatten
- › Schocklagerung
- › Flüssigkeitszufuhr, solange Person noch selbst trinken kann
- › Kühlung der Stirn
- › Beengende Kleidung am Hals öffnen, ggf. Gürtel lockern
- › Beruhigen und gut zureden
- › Warm halten
- › Nach 10 Min. vorsichtig aufsetzen, etwas warten, dann erst aufstehen
- › Bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage oder Reanimation

### ☎ NOTRUF?

- › Durch Ruhe, Schatten, Schocklagerung und ausreichendes Trinken sollten die Symptome nach ca. 10 Minuten verschwinden.
- › Notruf 112, wenn sich Situation nach 10 Min. nicht verbessert oder Person ohnmächtig wird und nicht innerhalb 30 Sekunden wieder zu sich kommt.



## Vorgehen im Notfall



Die genannten Krankheitsbilder lassen sich durch eine gute Tourenplanung, passende Ausrüstung, einen gut gepackten Rucksack und Aufmerksamkeit auf Tour weitestgehend vermeiden.

### Risiko durch Planung verringern:

- › Zum Start der Tour mit mind. Sonnenschutzfaktor 30 eincremen
- › Eine ausreichende Kopfbedeckung tragen, die auch Ohren und Nacken schützt und trotzdem luftig ist, ggf. Tuch oder Hemd mit Kragen für den Nackenschutz
- › Genug zu trinken dabei haben, mindestens einen Liter. Je größer die Tour, desto mehr Wasser braucht der Körper
- › Genug zu essen dabei haben, v.a. auch „nachhaltiges“ Essen, wie Müsliriegel und Brotzeit, und nicht nur schnelle Einfachzucker (Traubenzucker, Powergel, Schokolade)
- › Jeder muss sein/ihr Tempo gehen (man sollte sich noch unterhalten können und nicht laut schnaufen müssen). Nicht von anderen hetzen lassen. Tour muss dem Tempo aller Gruppenmitglieder angepasst sein
- › Regelmäßig, ca. alle 45 Min. bis 1 Stunde Pause machen und essen und trinken. Besser öfters und

kürzere Pausen machen, als nur eine lange Pause

- › Pausen möglichst im Schatten machen
- › Zeitpuffer in die Tourenplanung einbauen
- › Aktuellen Wetterbericht beachten und unterwegs Himmel/Wolken beobachten
- › Rechtzeitig umkehren, wenn ein Gruppenmitglied oder das Wetter ein Weitergehen aus Sicherheitsgründen nicht erlaubt
- › Gegenseitige Beobachtung auf Tour, um rechtzeitig mögliche Veränderungen oder Überforderungen zu erkennen und entsprechend gegenzusteuern
- › Ist die erkrankte Person noch zurechnungsfähig, muss die Gruppe gemeinsam entscheiden, ob die Tour fortgesetzt werden kann, ob ein Abstieg nötig ist oder ein Notruf abgesetzt werden muss. Indikator für den Notruf: Wenn erste Zweifel aufkommen, ob die Situation mit der verletzten Person allein gemeistert werden kann. Das eigene Bauchgefühl ist dabei ein guter Indikator.



**Daniela Hornsteiner** ist Einsatzleiterin bei der Bergwacht Krün und Ausbilderin für Erste Hilfe. Sie bietet regelmäßig Outdoor-Erste-Hilfe-Kurse an.  
[danihornsteiner.de](http://danihornsteiner.de)

**THEMEN DIESER AUSGABE** Editorial; Wortschatz; Off Mountain **S. 60** Wofür steht das „bi“ in Jubi? **S. 61**  
40 Jahre Erfolgsgeschichte **S. 63** Nachschlag oder nachhaltig? **S. 64** Kinderseite, Gämschenklein **S. 65** Unkenrufe  
aus der Gletscherspalte; Gewinnspiel; Vorschau **S. 66**

# **jdav** KNOTENPUNKT.

**MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2018/5**

## **DIE JUBI**

**UNSER HAUS  
IN DEN BERGEN**



# JO, BERG-FREAKS,

Bildung und Berg, das ist bei der Jugend des Deutschen Alpenvereins seit vierzig Jahren ein Match – in der Jugendbildungsstätte. Mit diesem Heft feiern wir dieses Jubiläum und blicken dazu zurück, nach vorn, und natürlich auch nach links und rechts.

Aber von Anfang an: Wer bei „Jubi Bad Hindelang“ nur Bahnhof versteht, den laden wir mit Tinas Text ein, sich das Hintergrundwissen für den Smalltalk auf der Knotenpunkt-Jubi-Geburtstagsfeier anzulesen. Wer statt Smalltalk eine angeregtere Diskussion führen will, der kann ein Zitat als Eisbrecher nutzen: „Was bleiben soll, muss sich wandeln“ – wie sich Jugendbildung im Alpenvereinskonzext im Laufe der Zeit wandelte, hat Pia recherchiert – und wir hoffen doch alle, dass dieser Wandel dafür sorgt, dass die Bildung bleibt!

Falls bei euch solch tiefe Themen von Interesse her eher weniger fly sind, beleuchtet Silvan Architektur und Kulinarik der Bildungsstätte. Foodies und Streetart gehen nämlich auch im Allgäu. Issso.



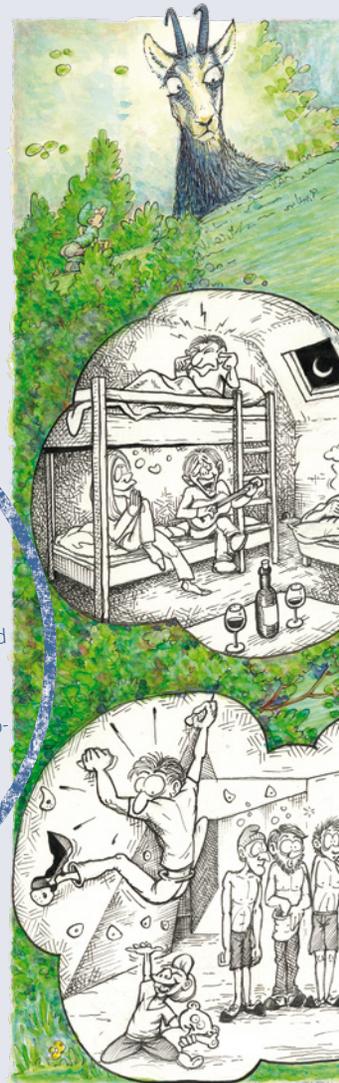
Schlau bleiben!

Stefanus Stahl

## WORTSCHATZ

### Dreckschleuse

Der Trocken- und Schuhabstellraum im zweiten Stockwerk der Jugendbildungsstätte. Dank Aus- und Eintreten durch die Dreckschleuse samt dortigem Wechsel von Straßen- zu Hausschuhen soll den teuflischen, mitgeschleppten Grasnarbenüberbleibseln der vergangenen Bergtour der Garaus gemacht werden. Wehe, das Personal trifft auf ein Individuum, das diesen Brauch ignoriert hat! (jbr)



Ja, im Allgäu steht ein Haus, das muss was ganz was B'sonder's sein ... – wer's nicht glaubt, soll mal hingehen!

☑ Erbse

## OFF MOUNTAIN



Die Jubi – orientierungslos zwischen Bogen und Flügel: Eine Herausforderung selbst für die geübtesten Pfad-Finderinnen und Kartenleser. Anders als andere Häuser betritt man die Jubi knapp unterhalb des Dachbodens und findet sich dann treppabwärts im Foyer wieder. (jbr)

**Mohawk-Walk, Balkentanz, Flying-Fox, Burma-Bridge, Pamper-Pole und Jakobsleiter** – was haben sie gemeinsam? Richtig geraten, sie benennen die Diversität an Hochseilgartenelementen der Jugendbildungsstätte. Orte und Geräte für spannende Gruppenerfahrungen!

**Schilderurwald:** Hier ist die komplette Bandbreite an höflichen Erinnerungen und Unterlassungsbitten geboten – von „Bitte gerade einparken“ über Klassiker wie „Abschneider zerstören die Wege“ bis hin zu „Das Füttern der Alpakas ist zu unterlassen“.

**Mehrzweckraum?!** – Welcher Mehrzweck? Dann hast du noch keine berüchtigte Jubi-Kursabschluss-Party erlebt, an verregneten Tagen auf der Line geslackt, deine Mitspieler\*innen beim Tischtennis an die Wand gespielt oder Lawinenschüttung zwischen Weichbodenmatten simuliert!

**IMPRESSUM** An dieser Ausgabe arbeiteten mit: Johannes Branke (jbr), Daniela Erhard (der), Josef Hell (jhe), Silvan Metz (sme), Tina Sehringer, Stefanus Stahl, Pia Weilbach. Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter\*in: Sunnyl Mews, Richard Kempert. 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\*innen, 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  
Wir verwenden den Genderstern, um alle Menschen anzusprechen. Mit dem \* möchten wir dabei auch Personen gerecht werden, die sich in den Kategorien weiblich oder männlich nicht wiederfinden. Mehr dazu unter [jdav.de/gender](http://jdav.de/gender)

Der Hochseilgarten ist das spektakulärste Element der Jubi – aber sie hat noch viel mehr zu bieten ...

**Titelbild:** Simon Toplak



DIE JUGEND-„BILDUNGS“-STÄTTE

# WOFÜR STEHT DAS „BI“ IN JUBI?

**W**er in der Jubi zu Gast war, kann von einem Haus sprühender Jugendlichkeit erzählen, in dem Junge und Junggebliebene zusammen in die Berge gehen und eine gute Zeit haben. Bisweilen sieht man aber auch konzentrierte Gesichter am Flipchart oder im Stuhlkreis – passiert dort dann diese „Bildung“? Und wie?

**Bildung** ermöglicht uns den reflektierten Umgang mit der Welt, mit anderen Menschen und mit uns selbst. Sie ist zugleich Prozess und Zustand und das Ergebnis aus allem, was wir in unserem Leben erfahren und lernen. Dazu zählen auch durchfeierte Nächte, gebrochene Knochen oder

Bildung – das riecht nach stickigen Klassenzimmern und erinnert an zahllose Stunden des Stillsitzens zwecks Wissenskonsument. In Bad Hindelang ist Bildung das i-Tüpfelchen und Ergebnis vom Erlebnis. Text: PIA WEILBACH

eine lange Abfahrt im Pulverschnee. Wer sich bilden will: Der muss wohl was erleben.

**Aus-Bildung für den Berg** war schon immer eine Aufgabe des Alpenvereins. Anfang des 20. Jahrhunderts waren die Jugendgruppen ihrem „Führer“ zum Gehorsam verpflichtet – leicht zu missbrauchen durch die Nationalsozialisten.



Nach dem Weltkrieg kam der Neuanfang: Die JDAV wollte neben sportlichem Können auch Werte vermitteln. Seit den 1970ern besuchen Jugendleiter\*innen gemeinsam Fortbildungen, treffen sich auf Jugendleitertagen und beschließen Ziele ihres Tuns – frei nach dem Motto: Bergerlebnisse sind wertvoll für die Persönlichkeitsbildung, sie fordern und fördern Umsicht und Selbstvertrauen. Deshalb gehören auch Umweltbewusstsein, soziales Verhalten, Chancen- und Geschlechtergerechtigkeit und Engagement zu den „Grundsätzen, Erziehungs- und Bildungszielen“ der JDAV.

**Das Wort Erziehung** gefällt aber Martin Wittmann weniger, dem Leiter der Jugendbildungsstätte. Darin schwingt Hierarchie mit, aber „Bildung kann nicht von außen kommen“, man müsse Lust auf Neues haben. Die „alpine Erlebnispädagogik“ der JDAV funktioniert so spannend wie simpel: Die Teilnehmenden sollen ein echtes Abenteuer erleben. Das bedeutet, Risiken nicht kategorisch auszuschließen, sondern sie zu erkennen und dann bewusst einzugehen oder zu vermeiden – eine Gegenidee zur gesellschaftlichen Tendenz des Behütet-Seins.

„**Aufbruch ins Ungewisse**“ nennt Martin Wittmann als Kernelement der alpinen Erlebnispädagogik. Kompetenzen

erproben und erweitern könne man am besten in echten Herausforderungen. Eine gute Vorbereitung ist wichtig, aber der Versuch, alles vorherzusehen, schwächt den Wagnis-Charakter einer Unternehmung. Sich mit schlechtem Wetter arrangieren, Risiken einschätzen, frieren, auch mal einen Rückzug machen – genau das macht das Erlebnis des Bergsteigens aus. Mit Schwierigkeiten umgehen lernen, statt sie zu vermeiden versuchen.

**Die Gruppe herausfordern, aber nicht überfordern:** Wer die Verantwortung trägt, muss hier die goldene Mitte finden. Dazu braucht es Mut und Souveränität – vielleicht einer der Gründe, warum auch im Kursangebot der Jubi „echte Abenteuer“ weniger werden. Hier will der Leiter der „Ideenschmiede“ Jubi einen Gegenpol bilden zum gesellschaftlichen Trend – der Bildung zuliebe. Auch für Martin Wittmann ist das ein Abenteuer. Denn die Gefahr, zur Rechenschaft gezogen zu werden, steige für alle Verantwortlichen entsprechend der gesellschaftlichen Risiko-Aversion. Und dagegen helfen nur Mut und gesunder Menschenverstand.

Ob im fest installierten Hochseilgarten der Jubi oder auf mobilen Seilaufbauten im Wald: Intensive Erlebnisse prägen Persönlichkeiten. Die finden Jubi-Gäste aber auch auf Bergtouren – und im Miteinander.  
 © Simon Toplak (2)



DAS JDAV-HAUS IN DEN BERGEN

# 40 JAHRE ERFOLGS- GESCHICHTE

Weil sie so schön renoviert ist, sieht man es der Jugendbildungsstätte nicht wirklich an: Sie feiert am 17. November ihr 40-jähriges Jubiläum. TINA SEHRINGER hat erkundet, was sich in dieser Zeit getan hat und wo die Jubi eigentlich herkommt.

**A**ngefangen hat alles 1975 mit einem Antrag zur Einrichtung einer „Jugend-Ausbildungsstätte“, um Alpinistik und Pädagogik durch die Erziehungs- und Bildungsziele miteinander zu verbinden. Die damalige Bundesjugendleiterin Lotte Pichler konnte die Mehrheit im Alpenverein überzeugen, und im November 1978 feierte die erste Jugendausbildungsstätte in Burgberg ihre Eröffnung. Der erste Zivildienstleistende, Hannes Boneberger, fing 1979 an und wurde später Bundesjugendleiter.

Die heimelige „Sonnenhalde“ war jedoch bald zu eng, und 1990 kaufte der DAV den „Alpenhof“ in Bad Hindelang, die heutige Jubi. Umzug in das größere, komfortablere und professionellere Haus

war 1994, fünfzehn Jahre später wurde es noch einmal generalsaniert, die letzte Umbauphase ging 2015 zu Ende. Seitdem gibt es eine neue Hauskletterwand, ein Tipi und neue Biwakplätze. Außerdem durfte sich eine Jugendgruppe beim Gestalten des Treppenbereichs kreativ austoben. Der Spagat zwischen Hotel, Hütte und Jugendherberge ist gelungen, auch wenn es nicht immer einfach ist, die ideellen Vorstellungen mit der Wirtschaftlichkeit und den behördlichen Vorgaben unter einen Hut zu bringen. Dazu zählt, dass aus Denkmalschutzgründen keine Solarpaneele an den Balkongeländern die Sonnenenergie einfangen können.

**24.000 Übernachtungen pro Jahr** und 60.000 Portionen Essen: Die Jubi ist ein Erfolgsmodell. Und sie ist auch ein Experimentierfeld für die praktische Umsetzung von Bildungs- und Erlebnismodellen. Manches hat sich bis heute gehalten, etwa die beruflichen Weiterbildungen Erlebnispädagogik und Hochseilgartentrainer. Schon seit 1983 gibt es die Schulklassenprogramme, ursprünglich „außerschulische Umwelterziehung“ genannt: Schüler\*innen und ihre Lehrkräfte erleben gemeinsam die Berge, erfahren Bewegung und ernten Bildung. Genauso lange gibt es die Umweltbaustellen für Jugendgruppen – zunächst mit dem Thema Hangschutz, später auch zu Waldverjüngung oder Entbuschungsarbeiten im Hochmoor.

Die neue Jubi in Hindelang ist nicht so urig und einfach wie das in Eigenleistung ausgebaute erste Haus in Burgberg. Aber sie ist ein perfekter Ausgangspunkt für jegliche alpine Aktion – und sie will auch weiterhin menschlich, authentisch, alpin orientiert, regional und nachhaltig sein und Schlüsselkompetenzen durch Outdoor-Erlebnisse vermitteln. Überzeug dich selbst!

## DER ARCHITEKT DER JUBI

**Lois Welzenbacher (1889-1955)** ist ein Vertreter der klassischen Moderne. Sein Stil zeichnet sich durch stark betonte Rundungen und eine Anpassung an die umgebende Landschaft aus. Die Bedeutung seiner Werke zeigt sich darin, dass er 1932 als einziger Österreicher zur Ausstellung „International Style“ am Museum of Modern Art in London eingeladen wurde. Die Jubi, das ehemalige „Terrassenhotel am Oberjoch“, baute er 1932/33 aus einem bestehenden Einfamilienhaus. Das Gebäude steht heute inklusive weiterer Anbauten unter Denkmalschutz. (sme)



BILDUNG GEHT DURCH DEN MAGEN  
**NACHSCHLAG ODER  
 NACHHALTIG?**

**Woher kommt das Essen in der Jubi?**

Wir kaufen Fleisch und Wurst vom örtlichen Metzger, Brot und Backwaren vom örtlichen Bäcker. Käse beziehen wir direkt von einer Alpe aus der Nähe. Milch und Milchprodukte sind aus der Region. Unsere Eier kommen von einem Bio-Hof. Obst und Gemüse liefert ein regionaler Händler. Dabei achten wir besonders auf saisonale Angebote und wenn möglich Bio-Qualität. Den Rest beziehen wir von einem Lebensmittelgroßhandel, wobei wir auf nachhaltige Produkte achten. Unser Kaffee beispielsweise ist immer fair gehandelt. Wo immer möglich, nutzen wir Produkte aus der Region.

**Was sind die größten Schwierigkeiten, wenn man ein großes Haus wie die Jubi nachhaltig versorgen möchte?**

Es wäre organisatorisch aufwendig, wenn jedes Produkt einen eigenen Lieferanten hätte, vor allem bei kleinen Mengen. Denn alles muss termingerecht geliefert werden, da wir unser Essen prinzipiell frisch zubereiten und nichts einfrieren. Weitere Knackpunkte sind Lebensmittelsicherheit und Allergenkennzeichnungen; wir kaufen nur Produkte ohne kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe.

**Wie wichtig ist euren Gästen das Thema?**

Unsere Kurs-Teamer\*innen sind in der Regel sehr interessiert und fragen auch mal nach, woher das Essen kommt. Schulklassen zeigen etwas weniger Interesse, außer das ist speziell ein Thema ihrer Klassenfahrt.

Gesundes Essen – gesunder Körper – gesunder Geist. SILVAN METZ hat in der Hausleitung nachgefragt, wie nachhaltig die Verpflegung in der Jubi ist.

Gründe, da wir ja erst nachfragen müssen, wer vegetarisch essen möchte. Danach ist ein Aufenthalt bei uns etwa zur Hälfte vegetarisch. Vegan kochen wir nur auf Nachfrage.

**Wie viel Essen landet im Müll?**

Wir versuchen grundsätzlich, nur so viel zu kochen, wie auch gegessen werden kann. Dazu müssen wir zum einen die Mengen sehr genau abschätzen, zum anderen immer eine Alternative haben, falls es mal doch nicht reicht. Leider sind manche Vorschriften etwas problematisch. Wir dürfen zum Beispiel kein Essen weiterverwenden, das schon am Buffet war. Deshalb füllen wir das Buffet nur nach und nach auf.

Bei der Anreise versuchen wir Gruppen schon für dieses Thema zu sensibilisieren, etwa zum Packen des Lunchpakets. Wenn wir im Haus Lebensmittel im Müll finden, greifen wir das in der Gruppe auf und reden darüber.

**Wie kann das Essen in der Jubi noch nachhaltiger werden?**

Wir sind dabei, Ernährung als Bildungsthema aufzugreifen. Unsere Hauswirtschaftsmitarbeiter\*innen haben erst kürzlich ein Seminar zur nachhaltigen Ernährung besucht. Wir möchten uns noch weiter in Richtung bio, regional und fair bewegen – und vor allem die fleischfreien Alternativen attraktiver gestalten.

Gesunde Kalorien im Topf – der Hunger kommt beim Rühren.  
 © Lena Behrendes

**Gibt es fleischfreie oder vegane Tage oder Aktionswochen?**

Der Anreisetag ist generell vegetarisch. Das hat auch praktische



# FERIEN MACHEN IN DER JUBI

© Johannes Branke

**Zugegeben**, die Jubi ist der Ort für die Ausbildung von Jugendleiter\*innen. Aber auch wenn du das nicht bist, kannst du dort Urlaub machen – sogar ohne Eltern!

In den Ferien bietet die Jubi nämlich eine Vielzahl von Kursen extra für Kinder und Jugendliche an. Mountainbiken, Abenteuer mit Biwak und Lagerfeuer oder Klettern sind nur einige Aktionen, die bereits für Grundschüler\*innen geeignet sind. Als Alpinkid zwischen acht und zwölf Jahren kannst du so das Gebirge spielerisch entdecken und ins Bergsteigen hineinschnuppern. Und dabei neue Freunde kennenlernen.

Natürlich kannst du auch mit deinen Eltern und ohne Kurs anreisen. Das ist vielleicht eher wie Urlaub in der Jugendherberge – nur, dass du hier viele Kinder triffst, die genauso gern wie du etwas in den Bergen erleben wollen. Und noch etwas: Wieso nicht mal eine Klassenfahrt nach Bad Hindelang machen? Auch für Schulklassen hat die Jubi Passendes im Programm. (deh)

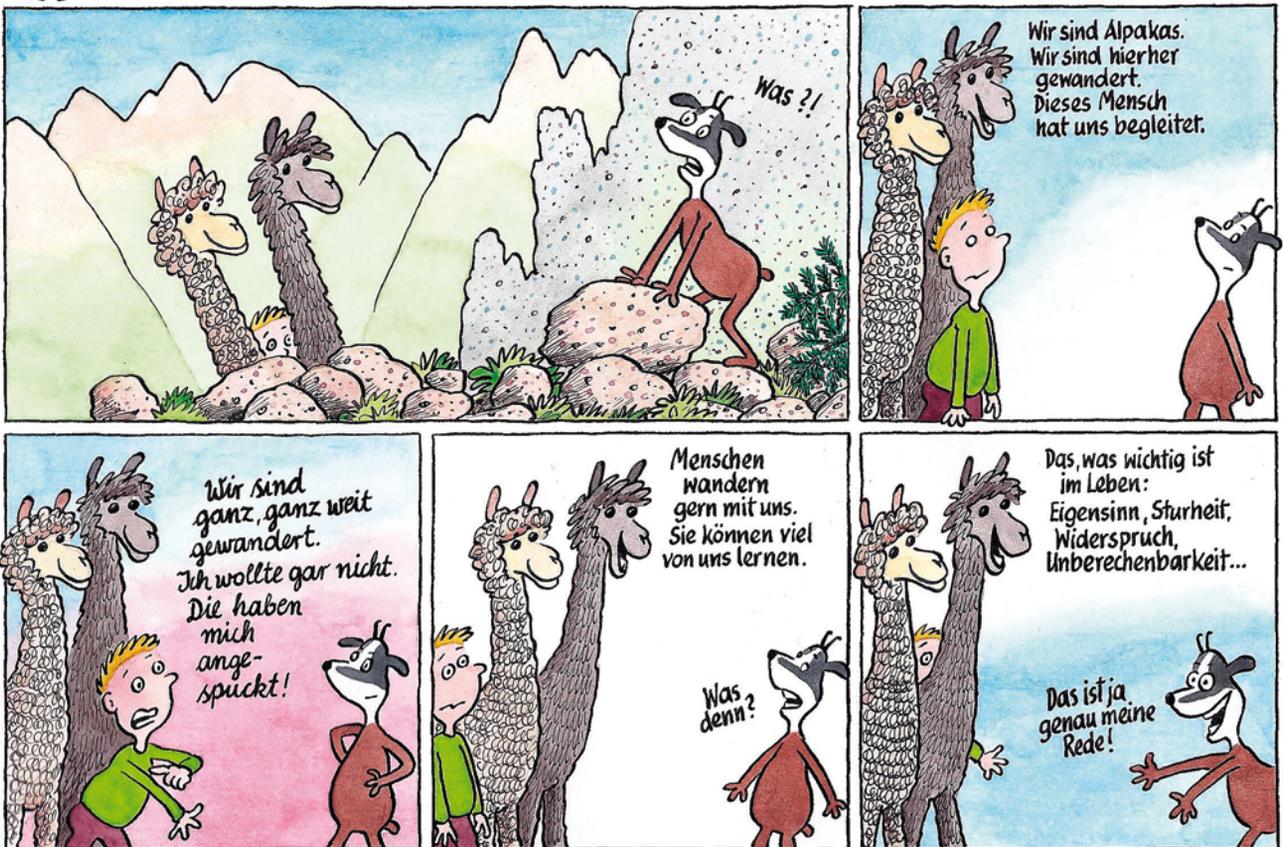
## DEIN BEITRAG!

Hotel, Hütte oder Zelt, Selbstversorger oder all inclusive, allein oder in der Gruppe ... wie machst du am liebsten Urlaub? Wir sind gespannt auf eure Zuschriften an [alpinkids@alpenverein.de](mailto:alpinkids@alpenverein.de)

**DIE BESTEN EINSENDUNGEN STELLEN WIR AUF**  
[jdav.de/knotenpunkt](http://jdav.de/knotenpunkt)

## GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank





UNKENRUF E AUS DER GLETSCHERSPALTE

# JEDEM KOPF EINE SPALTE

Der Fels in der Brandung in der Unkenbildung: Über die Unkenbildungsstätte (UBI) in Spalthindelang hat sogar die Unke nichts (oder: kaum was) zu meckern. (jhe)

**B**ildung – wie die Menschen können auch wir Unken davon nie genug haben. Zum Glück haben wir unsere UBI – die Unkenbildungsstätte in Spalthindelang. Dort werden unseren Kleinsten wichtige Sachen beigebracht, also wie man in der eisigen Gletscherwelt zurechtkommt oder Menschen beobachtet und beschimpft, ohne dabei entdeckt zu werden.

**In puncto „Verstecken“** haben wir hier mittlerweile sogar unseren Nachbarn – den Yetis –

etwas voraus! Sicherlich trägt der Aufbau der UBI seinen Teil dazu bei. Kein noch so zerrissener Gletscherbruch ist besser geeignet als diese riesige, verwinkelte Gletscherhöhle, wenn man lernen will, sich zu orientieren. Dennoch fühlt man sich hier beinahe schon wie in einem Eispalast: Es gibt geräumige Wellness-Duschen im Gletscherbach und gegessen wird von einem exquisiten Buffet mit Großfußgletscherflöhen aus Freilandhaltung und Regenwurmstreifen auf Bio-Flechten-Salat. Nicht zu vergessen ist auch das kunstvolle Ambiente

hier, wozu unsere kleinsten Nachwuchsunken entscheidende, kreative Beiträge geleistet haben.

**Mittlerweile** lässt es sich sogar so gut aushalten, dass gelegentlich die Großbauch- – äh – Großkopf- – nein, ich meine unsere Verbandsratsunken kommen und hier ihre Unkenpolitik diskutieren! Für uns Kleinkopfunken ist dann zwar kein Platz mehr, aber solange das der Bildung zugute kommt, will ich das einmal so akzeptieren ...

GEWINNSPIEL DER JDAV-PARTNER

## ERZÄHL UNS WAS – UND GEWINNE!

Mit Heft 1/19 soll der Knotenpunkt einen „Rebrush“ bekommen: ein neues Layout und ein paar inhaltliche Schmankerl. Dafür hoffen wir auf deine Beteiligung – für eine neue Rubrik namens „Mein Berg-Moment“.

Schick uns eine Momentaufnahme aus deinem Berg-Leben – ein schönes Erlebnis, einen Ärger, eine spannende Begegnung, einen verrückten Zwischenfall ...

Im Format: 280 Zeichen Text  
Oder: Foto + 140 Zeichen Text

Die besten Einsendungen kommen ins Heft und auf [jdav.de/knotenpunkt](http://jdav.de/knotenpunkt). Außerdem gibt es jeweils einen Preis von den Partnern der JDAV – zum Einstieg sogar drei!

Schick deinen „Berg-Moment“ an [bergmoment@alpenverein.de](mailto:bergmoment@alpenverein.de) oder JDAV, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München

**Einsendeschluss ist der 12. Oktober 2018.**

Keine Teilnahme über Gewinnspielorganisationen und für Mitarbeiter der DAV-Bundesgeschäftsstelle. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

### 1. PREIS: MOUNTAIN EQUIPMENT KINESIS JACKET

Eine winddichte, leichte Jacke mit Fleecefutter für jede Aktivität, ob Klettern, Skitour, Wanderung – hält dich in jedem Moment kuschelig warm.

Wert € 199,95



### 2. PREIS: MOUNTAIN EQUIPMENT TERRA GLOVE

Damit hast du jeden Moment im Griff: leichter und winddichter Softshell-Handschuh mit griffiger Leder-Handfläche und flauschigem Hi-Loft-Fleece-Futter.

Wert € 79,95



### 3. PREIS: MOUNTAIN EQUIPMENT GROUNDUP HEADBAND

Damit kommst du auf deinen Insta-Momentaufnahmen noch besser raus. Das dünne, elastische Stirnband trocknet schnell und passt sogar unter den Helm.

Wert € 14,95



Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimmt man zu, dass der DAV die persönlichen Daten im Falle eines Gewinns für die Kontaktaufnahme verwenden und an die Partner weitergeben darf, jedoch ausschließlich zum Zweck der Abwicklung der Preiszustellung.

**Im nächsten Knotenpunkt:** Was tun nach dem Abitur? Eine Bergtour ohne Plastik(müll)? Spiele für dunkle Abende. Und manches mehr.

**Nicht geeignet** – Ich bin begeisterte Leserin von DAV Panorama – wegen der Vielfalt der Themen, der ansprechenden Optik und der Anregungen für eigene Touren. In der aktuellen Ausgabe ist mir allerdings eine Sache aufgefallen: Ich bin schockiert über die zweiseitige Anzeige zur Kreuzfahrt um die Iberische Halbinsel. Nach allem, was mir bekannt ist, stehen Kreuzfahrten den Zielen des DAV diametral entgegen – sowohl ökologisch als auch sozial. Den Anbieter Nicko Cruises kann ich leider nicht fundiert einschätzen. Die katastrophalen Umweltfolgen von Kreuzfahrten sind aber ebenso bekannt wie die Ausbeutung des Personals unter Deck, die leider fast immer an der Tagesordnung ist. Als Journalistin weiß ich, dass es für Redaktionen oft schwierig bis unmöglich ist, Einfluss auf die Auswahl der Anzeigenkunden zu nehmen. Ich weiß auch, wie viel Geld eine so große Anzeige einbringt. Allerdings finde ich, dass DAV Panorama aus genannten Gründen nicht die geeignete Plattform für Kreuzfahrt-Werbung ist. Vielleicht gibt es ja eine Möglichkeit, derartige Anzeigen zusammen mit der Anzeigenabteilung nochmals zu überprüfen oder gegebenenfalls nicht mehr anzunehmen.

*Kerstin Kesselgruber*

### Kriegen wir die Kurve?

DAV Panorama 4/2018, S. 8

**Wende ist nötig** – Ich finde eure Beiträge zum Thema Klimaschutz super und ich hoffe, dass sie etwas bewegen. Denn obwohl man selbst als Laie die CO<sub>2</sub>-Problematik nachprüfen kann und die Natur immer bedrohlichere Fakten schafft, gibt es immer noch viele Menschen (sogar in den eigenen Reihen), die sagen alles Quatsch mit dem CO<sub>2</sub>. Aber darf ich mit dem Finger auf jemanden zeigen? Habe ich nicht selbst jahrelang den Kopf in den Sand gesteckt und gehofft, dass es den Klimawandel gar nicht gibt? Dabei müssen wir unser System doch sowieso umstellen, denn die Ressourcen, die es antreiben, sind endlich, und gerade wenn wir sie weiterhin so verschwenden, wird es früher oder später gewaltig knallen. Die Energiewende ist deshalb kein Quatsch, Greenwashing o. Ä., sondern unsere einzige Option. Und wenn sie auch nur halb so populär wird wie Smartphones, werden wir sie auch schaffen. *Christian Arzt*

**Alles wie gewohnt?** – Das Einzelinteresse Ihrer Leserschaft ist sicherlich einem gewissen gutbürgerlichen Durchschnittsinteresse

eines deutschen Staatsbürgers gleichzusetzen. Sprich, der Mensch liebt es, exotische Länder zu bereisen, und mag es andererseits etwas weniger, wenn allzu viele „entwurzelte“ exotische Vögel – wie z.B. Klimaflüchtlinge – zu uns kommen. Im gleichen Atemzug mögen die Mitarbeiter Ihrer Unternehmung Panorama natürlich die gewohnten Werbeplatzierungen durch den hauseigenen Reiseveranstalter, da diese die Arbeit leicht machen und das Gewohnte pflegen. Und die Mitarbeiter des Reiseveranstalters mögen sicher ihr sicheres eigenes Gehalt am Ende des Monats und bieten daher trotz aller Lippenbekenntnisse wie gewohnt ihre funktionierenden Produkte (z. B. Flugfernenreisen) an – und alles bleibt, wie es ist. Wie wäre es, wenn Sie als Gesamt-DAV-Unternehmung (mit allen Teilbereichen) einmal zusammenkommen und sich die Frage ganz ernsthaft stellen, was Ihr gemeinsamer innerer Anlass ist, in Ihrem Magazin einerseits einen solchen Artikel wie den zitierten zu veröffentlichen, während Sie andererseits selbst zutiefst klimaschädliche Produkte entwickeln und anbieten – und ja, verkaufen!

*Manfred Koch*

### Mountainbiken im DAV

DAV Panorama 4/2018, S. 9

**Mehr davon** – Ich war früher eher ein Wanderer und kam aufgrund gesundheitlicher Probleme zum Mountainbiken. Hier im DAV Ravensburg, wo ich Mitglied bin, läuft sehr viel in Sachen MTB. Ich würde mir wünschen, dass viel mehr Artikel zu diesem Thema erscheinen. Es gibt ja nicht nur Wanderwege, sondern auch Trails, die wir DAVler dann genauso pflegen! Wir würden dadurch auch stärker die jüngere Generation erreichen.

*Ottmar Blansche*

**Endlich motorisiert** – In der aktuellen Ausgabe wird das neue „Bike-Booklet“ vorgestellt und ich konnte es erst nicht glauben: Da ist eine Werbebroschüre für E-MTB entstanden! Nicht nur das Cover zieren E-MTB-Fahrer (das Foto, mit Dank, wird von der Firma Bosch gestellt), nein, auch im gesamten Booklet taucht nicht ein einziges unmotorisiertes MTB auf! Unter der Darstellung eines MTB („Dein Bike“) findet der verblüffte Normalo-Biker tatsächlich ein motorisiertes Bike abgebildet – neben wichtigen Teilen wie Lenker und Sattel gehört zu einem Bike dann folgerichtig natürlich auch der „Motor“. Ich kann es nicht fassen! Bedeutet das nun, dass der Alpen-

verein das bergsportethische wie ökologische (DAV als Naturschutzverein) „Go“ für den motorisierten Bergsport gibt? Auf individueller Ebene kann man darüber ja noch sehr unterschiedlicher Meinung sein, vom Alpenverein erwarte ich aber eine klare Positionierung gegen E-MTBs in den Bergen. Aber klar, in einer Broschüre, die zusammen mit dem „Zweirad-Industrie-Verband“ und dem „Tourismusforum Deutschland“ entstanden ist, wird natürlich gemäß deren Zielgruppen entsprechend dahergeschrieben. Für einen Verein, der sich dem alpinen Sport und Schutz der Natur verschrieben hat, geht mir diese unreflektierte Werbung für das E-MTB ein bisschen zu schnell und zu weit (und widerspricht meiner Meinung nach auch den Ausführungen im Positionspapier MTB).

*Karsten Schaper*

### Gut (ein-)gecheckt

DAV Panorama 4/2018, S. 62f.

**Anstrengend** – Der Hütten-Knigge erleichtert sicherlich die Arbeit der Hüttenwirte und -bedienungen, die jeden Tag sehr viel leisten und ertragen müssen. Aber (!) manche Hütten sollten selbst auch verinnerlichen, dass sie kein

gesucht/gefunden



Ab sofort unter:  
[alpenverein.de/gesucht-gefunden](http://alpenverein.de/gesucht-gefunden)

Berghotel sind. Was mache ich morgens als „Wenigfrühstück“ mit einem riesigen Frühstücksbuffet für 10 Euro? Mittlerweile suchen wir unsere Hütten teilweise nach der Stornofrist aus. Natürlich ist das „Nicht-Absagen“ ein absolutes „No-go“! Zwei Wochen Frist halte ich jedoch für eine maßlose Übertreibung. Verantwortungsbewusstes Berggehen heißt Miteinbezug des Wetters und Verzicht. Eben auch leider manchmal der Verzicht auf eine Hüttenübernachtung. Umso ärgerlicher, falls Reservierungsgebühren anfallen. Wer kann schon das Wetter mehr als drei Tage wirklich voraussagen? Mittlerweile finde ich die Planung von Hüttentouren relativ anstrengend, so dass ich oftmals auf den Sternenhimmel am Berg verzichte und lieber in einer einfachen Pension (ohne WLAN und Frühstücksbuffet) im Tal übernachtete. *Nadine Seyferth*

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

## Leichte Merino-T-Shirts

Für jede Gelegenheit, für draußen und drinnen, aus 100% Merino oder im Mix mit kühlenden Tencel-Fasern.



Merino-T-Shirt  
€ 59,95/35,-

Mitglieder  
€ 49,95/30,-

Merino-Tencel-T-Shirt  
€ 59,95/35,-

Mitglieder  
€ 49,95/30,-

## Cooler Bike-Shirts

Kurzarm-Bike-Jerseys für Männer und Frauen aus Airdry, mit langem Front-RV, praktischer Rückentasche und Silikonabschluss.



Frauen-Bike-Shirt  
€ 60,-/49,-

Mitglieder  
€ 55,-/45,-

Männer-Bike-Shirt  
€ 70,-/55,-

Mitglieder  
€ 65,-/50,-

## Schnäppchen einpacken...



Lampe Astro  
€ 20,-/16,-

Mitglieder  
€ 18,50/14,-

Daypack  
€ 65,95/50,-

Mitglieder  
€ 59,95/45,-



Zum Wandern,  
Biken und Sparen!  
Hochwertige DAV-Shop  
Artikel zum Sonderpreis.

## Muss in den Rucksack

Die extrem leichte Stirnlampe „Astro“ von BLACK DIAMOND sitzt gut und ist gegen Regen und Spritzwasser geschützt. Mit Blinklicht- und Dimmfunktion.



## Besser tragen

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



## Heiß – kalt – bunt – gut

Die DAV Vakuum-Isolierflasche aus doppelwandigem, lackiertem Edelstahl. Hält den Inhalt heiß oder kalt.

Isolierflasche  
0,75l  
€ 19,-/12,-

Mitglieder  
€ 16,-/10,-

Isolierflasche  
0,5l  
€ 17,-/12,-

Mitglieder  
€ 14,-/10,-



## Einlegen und loslegen

Die neuen GARMIN Alpenvereinskarten auf MicroSD Karte ist von Bergsteigern für Bergsteiger überarbeitet worden. Mit jetzt 75 detaillierten Alpenvereins-Kartenblättern auf dem aktuellsten Stand, mit erweiterter Abdeckung durch BEV Rasterkarten (1:50.000), optimiert für den GARMIN GPS-Einsatz und mit vielen neuen Points of Interest. Weitere Infos im [dav-shop.de](http://dav-shop.de).



Garmin-AV-Karte V4  
 € 129,99  
 Mitglieder  
 € 99,99

**NEU!**

## Viel trinken!

Die KLEAN KANTEEN Trinkflaschen sind aus sicheren, gesunden und nachhaltigen Materialien hergestellt. 800 ml Getränk passt in die elegante Edelstahlflasche „Classic“. Die Kinderflasche fasst eine Füllmenge von 355 ml und liegt sehr gut in kleinen Händen.



Classic Trinkflasche	Kinderflasche
€ 29,95	€ 22,95
Mitglieder	Mitglieder
€ 27,95	€ 19,95



## Orientierung üben

Das praxiserprobte Standardwerk zum Thema „Orientierung“ in der 17. komplett überarbeiteten Auflage! Dieses Buch macht das komplexe Thema auch für Laien verständlich und Lust, das Gelernte gleich selbst auszuprobieren.

Buch Orientierung

€ 16,90

## Für Nachtschwärmer

Die Reactik® Stirnlampe von PETZL misst per Sensor die Umgebungshelligkeit und passt automatisch die Leuchtstärke an.



Lampe  
 Reactik  
 € 79,95  
 Mitglieder  
 € 73,95

## ... und los ziehen...

Gut ausgerüstet losziehen – gut ankommen!



Schirm  
 € 49,90  
 Mitglieder  
 € 44,90



## Leichter Schutz

Der 295 g leichte Wander-Taschenschirm DAV light trek automatic mit stabiler Auf-/Zu-Automatik besteht aus extrem robustem Polyester-Gewebe mit Teflon®-Beschichtung und passt in jeden Rucksack.



Decke  
 € 78,95  
 Mitglieder  
 € 68,95

## Flauschig warm

Traumhaft weiche Luxus-Kuscheldecke für Hütte, Bus oder Wohnzimmer. Eine anschmiegsame Druckdecke mit einem sehr guten Wärmerückhaltevermögen.



**NEU!**  
 Socken  
 € 25,95  
 Mitglieder  
 € 23,95

## Trocken-Socken

Die halbohohe Trekkingsocke Modell Escape crew „Edition DAV“ ist die 1. Wahl für die Verwendung in Trekkingschuhen auf Touren bei kaltem Wetter. Die Zwei-Lagen-Konstruktion hält die Füße trocken und verhindert zuverlässig Reibung und Blasenbildung.

# Für den Fall des Falles

Der Alpenforscher Friedrich Simony gab 1843 den Anstoß zum ersten „Klettersteig“ am Dachstein. Heute ist das Klettersteiggehen eine klassische Disziplin, die auch Nicht-Kletterer steiles Felsgelände erleben lässt. Um einen Sturz überleben zu können, ist das Klettersteigset (KSS) der zentrale Teil der Ausrüstung neben Gurt und Helm.

Text: Martin Prechtl

Illustrationen: Georg Sojer

## Wie ist ein KSS aufgebaut?

### 1 Karabiner:

- › Aluminium, selten Stahl
- › Verriegelt automatisch, Entriegelung z. B. durch Handballendruck
- › **Hohe Festigkeit**

### 2 Lastarme:

- › Schlauchband aus Polyamid (außen), elastische Fasern (innen)
- › Trennung von elastischen und starren, tragenden Fasern (kein Verweben)
- › Schlauchband gerafft durch innenliegenden Gummizug
- › **Besseres Handling**

### 3 Drehgelenk:

- › Aluminium, Stahl
- › Verhindert Verdrillen der Lastarme, besonders als Dreifachgelenk
- › **Besseres Handling**

### 4 Bandfalldämpfer:

- › Polyester
- › Anordnung des Bandmaterials in S-Form (vernähtes Schlaufenpaket)
- › Die vernähten Schlaufen reißen bei Sturz auf
- › **Das zentrale Element zum Abbau der Sturzenergie**

### 5 Einbindeschlaufe:

- › Polyamid oder Mischgewebe (Polyamid/Dyneema)
- › **Einfache Befestigung des Klettersteigsets an der Anseilschlaufe des Klettergurts**

### 6 Optionen:

- › Rastschlinge (60-cm-Dyneemaschlinge + Verschlusskarabiner) zum Ausruhen
- › Blockier-Element (o. Abb.): Klemmt bei Sturz am Stahlseil, verhindert Fall in die Verankerung



Auch wenn man nicht stürzen sollte: Ein modernes Set gehört zum Klettersteigvergnügen dazu. Die Rastschlinge **6** ist eine Option für steile Steige.

## Mit Kindern auf Klettersteigen?

- › Die gesamte Ausrüstung muss auf Größe und Gewicht des Kindes abgestimmt werden. KSS für Kinder sind für einen Gewichtsbereich von etwa 30 bis 80 kg ausgelegt.
- › Der Klettersteig muss passen zur Motivation und den athletischen und koordinativen Fähigkeiten des Kindes.
- › Betreuung: Der Erwachsene geht direkt hinter dem Kind und hilft, wenn nötig, beim Umhängen.
- › In steilen Passagen mit großer potenzieller Sturzhöhe sichert man mit Seil und evtl. Expressschlingen. Manche Hersteller bieten dafür spezielles Material an.



### Was müssen Klettersteigsets leisten?

- › Seit Mai 2017 gilt die neue Prüfnorm EN 958:2017. Sets nach dieser Norm reduzieren die Körperbelastung beim Sturz (Fangstoß) deutlich stärker als bisher.
- › Die Sets werden mit Sturzmassen von 40, 80 und 120 kg getestet. Dadurch bieten sie mehr Sicherheit auch für sehr leichte und schwere Personen.
- › Um diese Anforderungen erfüllen zu können, darf der Bandfalldämpfer nun bis 220 cm lang sein. Er darf erst ab einer Belastung von 1,3 kN (ca. 130 kg) aufreißen.
- › Ein neuer Zyklustest der elastischen Lastarme stellt sicher, dass sie auch nach 50.000 Streckungen noch 12 kN (ca. 1200 kg) halten.
- › Der Nassetest stellt sicher, dass der Fangstoß auch bei Nässe nicht zu hoch wird.
- › Mindestanforderung an die Festigkeit (Bruchlast) der Karabiner: längs 26 kN (ca. 2600 kg), quer 7 kN (ca. 700 kg), offen 8 kN (ca. 800 kg)

### Wie wird das KSS angewendet?

- › Befestigung mit Ankerstichknoten im Anseiling des Hüftgurts. Für Personen mit sehr hohem Körperschwerpunkt (Kinder) oder Übergewichtige ist die Kombination mit Brustgurt empfehlenswert.
- › Normalerweise sind beide Lastarme des KSS im Stahlseil eingehängt.
- › Die Sicherungskarabiner werden am Stahlseil mitgeschoben, in steilen Passagen eventuell auch nachgezogen.
- › Wo das Stahlseil an der Wand verankert ist, werden die Karabiner nacheinander umgehängt – so, dass immer einer der beiden Karabiner eingehängt bleibt.
- › Zwischen zwei Verankerungen darf sich nur eine Person befinden – sonst Kollisionsgefahr bei Sturz.
- › Zum Rasten klinkt man die Rastschlinge in eine Verankerung oder eine Sprosse. Beide Lastarme bleiben im Drahtseil.

### WICHTIG:

- › Stürze am Klettersteig erzeugen viel **höhere Belastungen als beim Sportklettern** und sind tabu, auch wegen der Verletzungsgefahr (Eisenstifte, Aufprall). Deshalb ist das KSS nur ein Notfallsystem, wie der Airbag im Auto, und muss ausgetauscht werden, wenn es doch zu einem Sturz gekommen ist.
- › Wer den **zweiten Lastarm** des KSS nicht benutzt (**abweichend vom Standard**), darf ihn keinesfalls in ein tragendes Teil des Gurtes hängen. (Abb. 1) Am besten in den Karabiner des verwendeten Lastarms mit einhängen. (Abb. 2)
- › **Gewissenhaft planen:** Leistungsfähigkeit und Schwierigkeit abwägen, Gewitter meiden!



Abb. 1

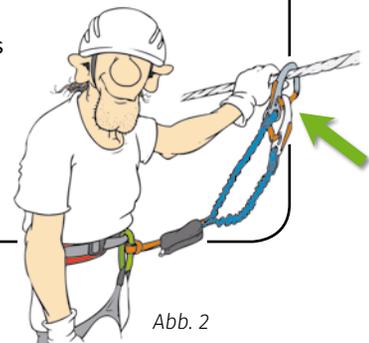


Abb. 2

## Tipps

- › KSS ohne die **neue Norm** EN 958:2017 sind nicht „unsicher“. Aber besonders leichte oder schwere Personen sollten sich ein Set nach neuer Norm leisten.
- › Die **Lebensdauerangaben** des Herstellers müssen beachtet werden. Im Zweifel berät der Sportfachhandel oder der Hersteller.
- › Das KSS an einem trockenen Ort **lagern**, geschützt vor UV-Strahlung.
- › Die **Karabiner** des KSS können bei Bedarf **geölt** werden; die Festigkeit des Bandmaterials wird nicht beeinträchtigt.
- › In **stark überhängenden Sportklettersteigen** empfiehlt sich ein Blockier-Element oder die Seilsicherung. Bei einem Sturz kann man dann unproblematisch zum Stahlseil zurückprusiken.



**Martin Prechtl** ist Gymnasiallehrer und Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer.

# Mit Stil am Steig!

Klettersteige sind weiterhin am Boomen. Sie werden immer steiler und sportlicher, erfordern mehr Geschick und Kraftaufwand. Wer die Ferrata genießen möchte, sollte außer Kraft auch Technik in die Waagschale werfen können, um Blockaden oder gefährliche Stürze ins Klettersteigset zu vermeiden.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer



**A**uf die Füße kommen! – An jedem Klettersteig ist das Stahlseil der dominante Haltepunkt. So dominant, dass sich viele Begeher panisch daran klammern wie der Ertrinkende an den letzten Strohhalm. Das kostet unnötig viel Kraft in den Armen. Ziel muss es sein, Gewicht und Belastung von den Armen weg und auf die Füße zu bringen, denn die Beinmuskulatur ist selbst beim größten Popeye stärker als die der Arme. Häufig hilft es bereits, den Blick weg vom Halteseil und auf die Füße zu richten. Nur so wird man vorhandene Trittmöglichkeiten entdecken und nutzen können.

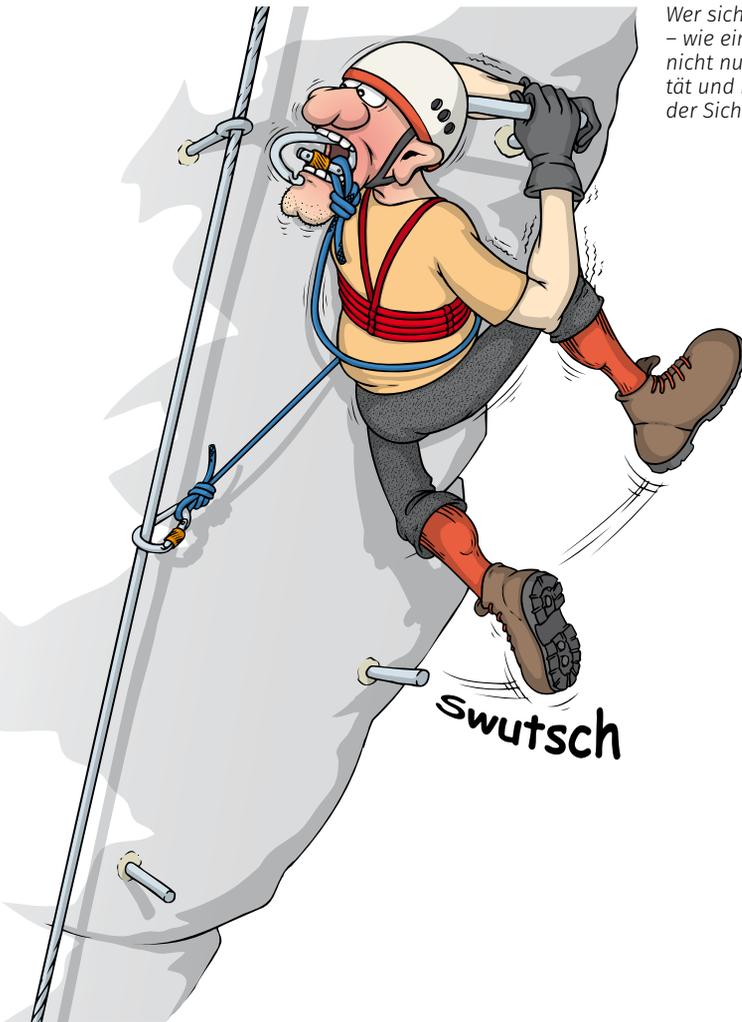
**Was treten?** Eisenbügel und -ösen und die Befestigungsstifte des Seils sind sehr offensichtliche Tritte. Aber auch Felseinkerbungen, kleine Absätze und Leisten bieten Halt. Oft kann man den Fußballen sogar platt auf Reibungstritte, runde Dellen und schräge Felsplatten setzen. Wer die Trittmöglichkeiten im Fels lesen kann, für den tut sich eine ganz neue Welt auf – ein gelegentliches Training im Felsklettergarten hilft.

**Wie steigen?** Tritte finden ist das eine. Aber man muss den Tritt auch richtig belasten, um möglichst viel Gewicht auf die Beine und weg von den Armen zu bekommen. Kleine Tritthöhen und geringer horizontaler Abstand helfen dabei sehr. Die Hüfte lässt sich nun problemlos über den neuen Tritt schieben, dann erfolgt der Hub aus dem Bein, die Arme leisten im Idealfall nur Balancehilfe und kaum oder keine Zugarbeit.

**Spezial-Techniken:** Leitet ein Steig durch einen Winkel in der Wand – eine so genannte Verschneidung – oder einen Kamin, dann ist „Spreizen und Stützen“ eine elegante und ökonomische Fortbewegungsart. Die Beine sind links und rechts ausgespreizt, der Oberkörper Richtung Wand geneigt – in dieser Position müssen die Hände fast gar keine Haltearbeit

## Tipps

- > Viel Belastung auf die **Füße** bringen
- > **Tritte** erkennen, treten und belasten
- > **Spezialtechniken** wie Spreizen & Stützen, Eindrehen ...
- > **Rastpositionen** finden und nützen – Körper & Geist entspannen
- > Felsklettertraining als **Vorbereitung**
- > **Taktik-Tipp:** KS-Set unverdreht einhängen



Wer sich am KLETTERsteig gut bewegt – wie ein Kletterer eben –, macht nicht nur eine gute Figur. Die Stabilität und Kraftersparnis dienen direkt der Sicherheit.

zum Weitergreifen dreht sich der Körper mit der Greifseite zur Wand und „wickelt“ sich regelrecht in den Haltearm ein. Überhängende Leitern und Klammern sind mit dieser Technik gut zu meistern.

**Wer rastet ...**, der wird am Klettersteig sicher nicht festfrieren, sondern vielmehr entspannt und kühlen Kopfes unterwegs sein. Rastpositionen finden sich an Klettersteigen genug: breite Absätze, geneigtes Gelände oder die erwähnten Verschneidungen erlauben kurze Verschnaufpausen. Oft kann man die Hände komplett entlasten – unterstützt durch tiefes regelmäßiges Atmen und „Ausschütteln“ der Arme. So können sich die Arme von der Anstrengung und der Kopf von der Anspannung erholen. Rastpositionen können auch genutzt werden, um den weiteren Steigverlauf und kommende Passagen zu inspizieren und zu planen. Wer es schafft, an Klettersteigen physisch und psychisch immer wieder „runterzukommen“, der hat schon viel gewonnen und wird auch fordernde Steige genießen. Auch im steilen Gelände kann man Ruhepositionen finden: Halten am langen Arm oder Einhängen der Armbeuge hinter einem Befestigungsstift entlasten die Muskulatur zumindest zum Teil. Gibt es keine solchen natürlichen Entlastungsmöglichkeiten, erholt man sich durch Hängen in einer kurzen Rastschlinge. (s. S. 70 f.)

**Training:** Wer ambitioniert auf schweren Klettersteigen unterwegs sein will, kann von regelmäßigem Klettern im Fels profitieren, etwa bei einem Kurs. Die Fels-Klettertechniken sind auch am Klettersteig äußerst nützlich und dienen letztendlich der eigenen Sicherheit. Denn guter Stil sieht nicht nur schöner aus: Er bringt auch Genuss und Souveränität! ■

leisten. Um nun einen Fuß hochzusetzen, stützt die gleichseitige Hand seitlich in Hüfthöhe gegen den Fels. So wird der Fuß entlastet und kann hochgesetzt werden. Also: rechts stützen, rechter Fuß hoch, links stützen, linker Fuß hoch – die jeweils andere Hand hält locker das Stahlseil zur Balance. Zudem ist das Stützen für die Arme eine angenehme Abwechslung in der Belastung.

In steilem oder überhängendem Gelände ist eine gewisse Armkraft unerlässlich. Doch auch hier lässt sich Kraft sparen, indem man möglichst viel am lang ausgestreckten Arm klettert und langes Blockieren in der Armbeuge möglichst vermeidet. Die sogenannte Eindrehtechnik unterstützt das Klettern am langen Arm in steilem Gelände: Die Schulter des Haltearms ist dabei „außen“ (wandabgewandt), die Fußspitzen zeigen beide in Richtung des Haltearms;



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

# Ansprechen oder wegschauen?

Das Klettern in Hallen ist wenig unfallträchtig, das belegt die Statistik. Doch es wird nicht immer sorgfältig genug gesichert, um auch einen unerwarteten Sturz gut halten zu können. Was sollen Kletterer tun, wenn sie bei anderen Fehler beobachten? Wir plädieren für Eigenaktivität, geben Entscheidungshilfen und schlagen ein Vorgehen vor.

Text: Martin Schwiersch, Julia Janotte  
Illustration: Georg Sojer

**F**ehler anzusprechen wird schon lange empfohlen: Walter Britschgi hat sich diesem Thema schon vor zehn Jahren zugewandt. Beobachtungsstudien der DAV-Sicherheitsforschung zeigen, dass in Hallen tendenziell besser gesichert wird, wenn die Nutzer davon ausgehen, dass ihr Sicherungsverhalten von anderen wahrgenommen wird. Deshalb erarbeitete der DAV für Kletterhallenbetreiber und -angestellte eine Handreichung zu Fehlerrückmeldungen und Intervention im Hallenbetrieb. Doch sollen auch „einfache Kletterhallennutzer“ Rückmeldungen geben, wenn sie Sicherungsfehler sehen? Immerhin ist man ja nicht zuständig. Und in die Autonomie anderer einzugreifen, obendrein auch noch kritisierend, ist unangenehm. Schließlich ist mit Verhaltensänderung oder gar Dank nicht unbedingt zu rechnen. Wir wollen trotzdem dafür werben und ein mögliches Vorgehen vorschlagen. Auch der „Vieraugencheck“ (Partnercheck) galt zunächst als Eingriff in die Hoheit des Einzelnen – mittlerweile ist er selbstverständlich. Rückmeldungen an andere Seilschaften sollen keine Überwachungskultur etablieren, sondern die Kultur stärken, dass Kletterer eine „Community“ sind und sich gegenseitig unterstützen.

## Wie schwer ist der Fehler?

Nicht alle Sicherungsfehler wiegen gleich schwer. Als Sicherer zwei Meter von der Wand entfernt zu

stehen ist weniger problematisch als zu viel Schlappseil auf den ersten Metern. Ein routinierter Sicherer kann es sich angewöhnt haben, beim Sichern das Grigri locker mit der linken Hand umschlossen zu halten, kann aber trotzdem unerwartete Stürze halten. Hat sich dagegen ein Kletterer unvollständig eingebunden und ist gerade am Losklettern, sind Wegschauen oder Warten auf die Hallenaufsicht keine Option: Die Seilschaft muss gestoppt werden.

Wir unterscheiden daher zwischen Fehlern, bei denen ein Eingreifen von außen notwendig ist („MUSS“); solchen, wo eine Rückmeldung gegeben werden sollte („SOLL“); und schließlich solchen, wo es sinnvoll ist, eine Rückmeldung zu geben, ohne dass Handlungsdruck besteht („KANN“). In diesem Beitrag konzentrieren wir uns auf die ersten beiden Fälle. Bei den Fehler-Beispielen sind die Übergänge natürlich fließend und unterliegen der Einschätzung des Beobachters.

## Wann MUSS eine Intervention sein?

Entweder besteht durch den Fehler eine unmittelbare Gefahr, oder sie entsteht durch einen weiteren Faktor (meist Sturz).

**Beispiele für Fehler, die unmittelbare Gefahr bedeuten:**



Eigentlich sollten wir Kletterer ja eine „Community“ sein, die sich gegenseitig hilft, um „gutes Sichern“ als Grundlage für Freude am Klettern zu fördern. Doch dem Mitmenschen ein Schutzengel zu sein und Tipps in diesem Sinne anzunehmen – da haben wir noch einen Weg zu gehen.

- › Kletterer ist nicht vollständig eingebunden – spätestens beim Ablassen kommt es zum Unfall.
- › Ein Toprope-Kletterer macht Anstalten, die Umlenkung auszuhängen.
- › Ein Ablassvorgang gerät außer Kontrolle.

Bei solchen Fehlern ist sofortige Intervention notwendig! Beim außer Kontrolle geratenen Ablassvorgang wird man versuchen, das Restseil zu erwischen. Oft kann der Fehler von außen aber nicht abgestellt werden: Man steht zu weit entfernt oder kann nicht schnell genug reagieren. Dann muss die Seilschaft durch Zuruf gestoppt werden. Beim Einbindefehler genügt auf den ersten Klettermetern eine Unterbrechung mit dem Hinweis: „Stopp. Du bist nicht richtig eingebunden.“ Hat der Toprope-Kletterer die Umlenkung noch nicht ausgehängt, genügt ebenfalls ein Stoppruf.

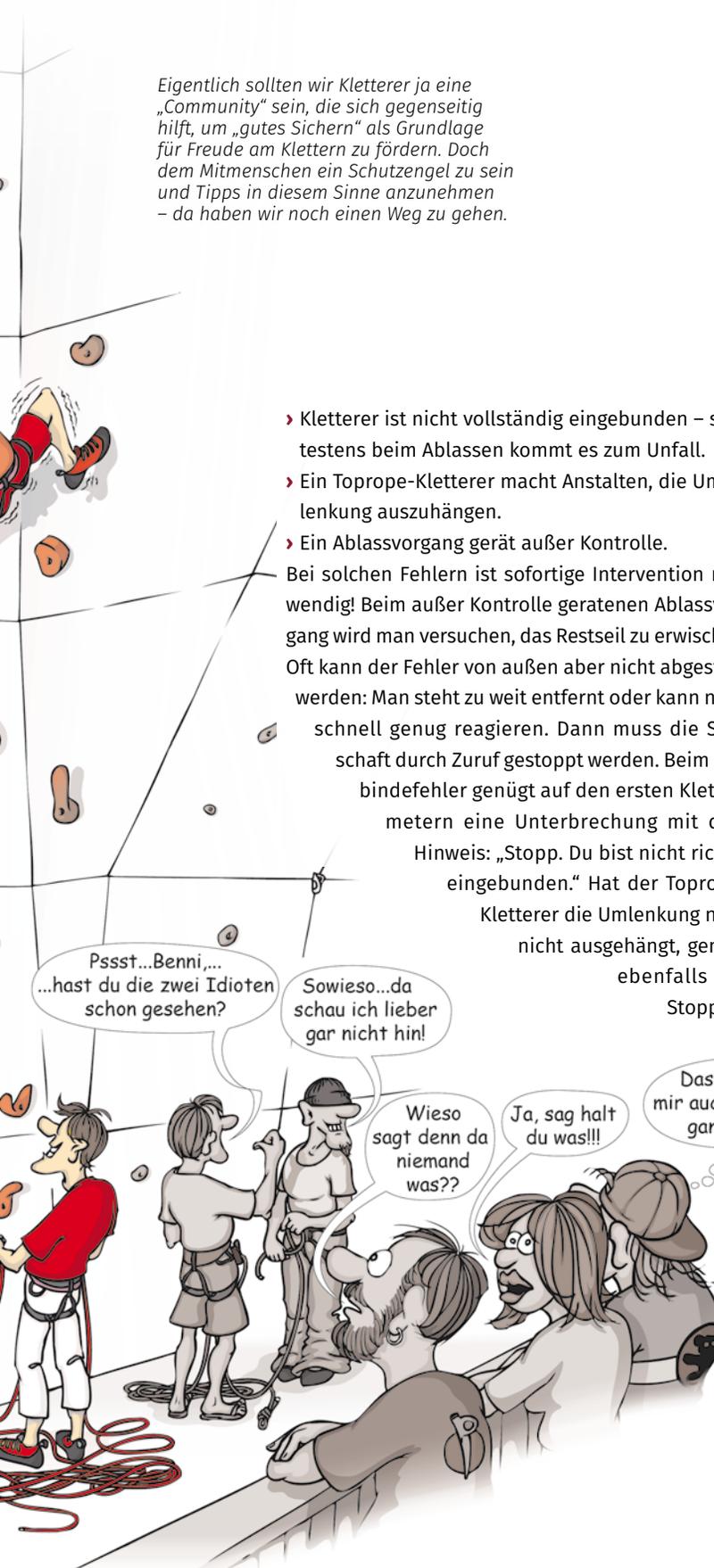
Wenn aber akute Gefahr besteht (die Umlenkung ist bereits ausgehängt, der nicht eingebundene Kletterer in größerer Höhe), sollte die Intervention die Situation nicht weiter verschlimmern. Der nicht eingebundene Kletterer wird zuerst orientierungslos sein: Warum wird hier gerufen? Er wird zu Tode erschrecken: Ich bin ja gar nicht eingebunden! Panik hilft ihm hier nicht. Die Untenstehenden sollten daher „Ruhe bewahren“. Der Kletterer braucht kurze, klare und ruhige Anweisungen, etwa: „Stopp. Du kannst nicht weiterklettern. Klipp die Expressschlinge vor deinem Bauch in deinen Anseilpunkt.“ Es genügt, wenn der Kletterer versteht, was er tun muss und kann.

**Beispiele für Fehler, die bei einem Sturz absehbar zum Unfall führen:**

- › Längeres Loslassen des Bremsseils bei dynamischen Sicherungsgeräten.
- › Eindeutig zu viel Schlappseil beim Sichern in Bodennähe mit Bodensturzgefahr.
- › Kleinkinder in der Sturzbahn von Kletterern.

Die Entscheidung, einzugreifen, steht und fällt damit, ob der Unfall absehbar ist. Ein momentanes Loslassen der Bremshand, die griffbereit und nah am Bremsseil bleibt, oder auch ein gelegentliches oder sogar routinemäßiges Führen der Bremshand nach oben beim Tubo-Sichern fallen nicht in diese Kategorie, denn in beiden Fällen kann der Fehler im Sturzmoment korrigiert werden.

Die innere Erstreaktion gibt eine Hilfe: Erschrecken und Gedanken wie „Auweia; das geht schief!“ machen die Entscheidung klar – am besten direkt ansprechen: „Nimm deine Hand ans Bremsseil. Wenn dein Partner fällt, erwischst du es sonst nicht mehr.“



## Soll ich was sagen?

### MUSS

**Konsequenz:** Fehler bedeutet unmittelbare Gefahr

**Empfindung:** Oh nein, bitte nicht!

**Beispiel:** Einbindeknoten nicht vollständig geknüpft

**Intervention:** Möglichst vor dem Losklettern, Anweisung und/oder Hilfe

**Konsequenz:** Fehler führt bei Sturz zwingend zu Unfall

**Empfindung:** Auweia, das geht schief!

**Beispiel:** Längeres Loslassen des Bremsseils bei dynamischem Sicherungsgerät (höchste Bodensturzgefahr)

**Intervention:** Möglichst schnell, Anweisung und/oder Hilfe

### SOLL

**Konsequenz:** Unfall auf lange Sicht möglich oder bei Sturz im ungünstigen Moment

**Empfindung:** Hm, das läuft irgendwann mal schlecht!

**Beispiel:** Gelegentlich zu viel Schlappseil in Bodennähe (Bodensturz aus relativ niedriger Höhe)

**Intervention:** Aufklärende Ansprache auf Augenhöhe, wenn beide am Boden sind

### KANN

**Konsequenz:** Fehler ist unfallträchtig in ungünstigen Konstellationen

**Empfindung:** Hm, das könnte man besser machen.

**Beispiel:** Sichern und Klettern im Sturzraum anderer Kletterer (Kollisionsgefahr)

**Intervention:** Freundlicher Tipp in entspannter Situation

### Wann SOLL eine Intervention sein?

„Muss“-Interventionen sind in Kletterhallen selten und fallen nicht unbedingt schwer, da die Unfallgefahr drastisch vor Augen steht. Schwieriger handzuhaben sind Fehler, bei denen die innere Erstreaktion des Beobachters heißt: „Das geht irgendwann schief.“

**Beispiele für Fehler, die bei Sturz im ungünstigen Moment wahrscheinlich oder auf lange Sicht zum Unfall führen:**

- › Wiederholtes Führen der Bremshand nach oben beim Tube-Sichern.
- › Wiederholtes übermäßiges Schlappseil mit der Gefahr eines Bodensturzes.
- › Ungünstige Wahl des Sicherungsstandorts.

Werden solche Fehler im ungünstigen Moment gemacht, ist ein Unfall möglich; er ist sogar wahrscheinlich, wenn sie regelmäßig begangen werden. Typischerweise führten diese Fehler bisher auch nicht zu Problemen. Es

### Wer respektvoll handelt, erreicht sein Gegenüber



muss nicht unmittelbar eingegriffen werden, allerdings sollten diese Fehler auf lange Sicht nicht unkommentiert bleiben.

### Wie gebe ich die Rückmeldung?

Entscheidet sich ein Außenstehender für eine Rückmeldung, schlagen wir folgendes Vorgehen vor:

#### Wann?

Eine Rückmeldung wird am besten zügig nach dem Fehler gegeben, aber erst wenn beide Kletterpartner am Boden stehen und der Klettervorgang abgeschlossen ist.

#### Wie vorbereiten?

Hier kommt es auf Fingerspitzengefühl und Courage an, um Gesichtsverlust und Bloßstellung zu vermeiden. Man sollte gezielt auf die Seilschaft zugehen – sie sollte aus den Augenwinkeln erkennen können, dass sie gemeint ist –, in respektvollem Abstand innehalten und einen Moment warten. Hat die Seilschaft bemerkt, dass jemand was von ihr will, wird ein Seilschaftsmitglied Augenkontakt herstellen. Dieser Moment sollte abgewartet werden, da dann die Kontaktaufnahme auch in den Händen der Seilschaft liegt. Nun kann man beginnen, möglichst gelassen, freundlich und ernsthaft:

„Ich möchte euch was sagen ... / Ich möchte euch einen Tipp geben ... / Ich habe dir beim Sichern zugesehen und da ist mir aufgefallen ...“

#### Wie formulieren?

Wie im Kasten „So funktioniert die Rückmeldung“ (S. 77) gezeigt, ist es sinnvoll, mit der eigenen Wahrnehmung/ Beobachtung einzusteigen. Dann beschreibt man das empfohlene, „korrekte“ Verhalten – und gibt die Begründung dazu. Manchmal kann die Situation eine andere Abfolge nahelegen.

Damit ist die Rückmeldung im Kern abgeschlossen. Die Reaktionen der Seilschaft können von: „Danke, das wusste ich gar nicht“ bis zu offener Ablehnung reichen. Gerade bei absehbarer Ablehnung halten wir ein klares Ziel und eine gute innere Haltung für wichtig, um den psychischen Aufwand einer Rückmeldung auf sich zu nehmen.

## Was will ich mit der Rückmeldung?

Hierzu kann es helfen, sich als Ziel zu vergegenwärtigen, dass man überhaupt die Rückmeldung gibt – nicht dass der Adressat sofort sein Verhalten ändert. Schließlich bin ich nicht die Hallenaufsicht, sondern nur ein Mitmensch in der Kletterhalle.

Für eine gute innere Haltung sind uns folgende Aspekte wichtig:

- › **Niemand will schlecht sichern:** Wir müssen davon ausgehen, dass eine Person im Moment des Fehlers nicht davon ausgeht, dass dieser Fehler schwerwiegende Konsequenzen haben könnte. Walter Britschgi hat hierfür den Begriff „Unschuldform“ gewählt. Mutwillige Selbst- oder Fremdgefährdung ist sicher die absolute Ausnahme.
- › **Kletterhallen sind kein Ort der Selbst- und Fremdgefährdung:** Bodenstürze aus größerer Höhe oder Zusammenstöße von Personen durch schlechtes Sichern sind beim Klettern in Hallen nicht hinnehmbar. Verhalten, das hierzu führt, ist kein Kavaliersdelikt und unerwünscht. Eine Rückmeldekultur dokumentiert diesen Anspruch nach außen.
- › **Fehlertoleranz:** Abweichungen von sicherungsbezogenen Verhaltensstandards sind oft nicht klar unfallträchtig. Sie sind also kein zwingender Auslöser für eine Rückmeldung. Rückmeldende dürfen fehlerfreundlich denken. Aber: Sie müssen sich sehr gut auskennen.
- › **Ein Kletterer ist frei, eine Rückmeldung zu geben:** Kletterer in Hallen klettern und sichern eigenverantwortlich, die Halle stellt ihnen dazu einen Raum bereit. Kletterhallenbetreiber sollen ein Auge auf das Kletter- und Sicherungsgeschehen in der Halle haben, aber nicht überwachen; dies würde die Eigenverantwortlichkeit in diesem Raum beenden. Also soll auch ein Hallenbesucher nicht den „Sheriff“ spielen. Er ist frei, eine Rückmeldung zu geben oder sie zu unterlassen. Diese Entscheidungshoheit hat ihre Grenze bei absehbaren Unfallgefährdungen.
- › **Sender und Empfänger einer Rückmeldung begegnen sich auf Augenhöhe** (s. Abb. S. 76): Der Sender unterstellt dem Empfänger Kompetenz oder Lernwillen und die Motivation, seine Sache gut zu machen. Er geht von einem gemeinsamen Interesse aus: gut zu sichern als Basis für gutes Klettern. Der Sender beginnt seine Rückmeldung mit der Bereitschaft zum Dialog auf mitmenschlicher Ebene.

## Die Rückmeldung wird abgelehnt ...

Falls dies passiert, halten wir es für das Beste, wenn der Sender sich zügig aus dem Gespräch zurückzieht. Gerade Kletterer, die sich für erfahren halten, können Rückmeldungen als unnötig oder übertrieben zurückweisen. Ein Sender wird eine Diskussion, bei der es zum Schluss nur um Rechthaben geht, nicht gewinnen, er darf aber bei seiner Einschätzung des Fehlers bleiben. Bei Wiederholungen grober Fehler bleibt ohnehin nur der Weg zur Hallenaufsicht.

Besonders schwierig kann es mit Rückmeldungen im „Nahbereich“ werden, also bei Kletterkumpels. Hier ist man nicht nur auf verbale Rückmeldungen angewiesen, man kann auch indirekte Hinweise geben: So kann es vielleicht helfen, beim Kumpel, der gern zu viel Schlappseil gibt, auf dessen Schlappseil zu blicken und dort einen Moment zu verweilen. Oder auf Dritte hinzuweisen, die gerade mit Schlappseil sichern. Direkt ansprechen kann man das Problem dann immer noch.

## Lasst es uns versuchen!

Natürlich wünscht sich ein Kletterer, der bei anderen eingreift, Einsicht und Verhaltensänderung. Dies jedoch liegt nicht in seiner Hand. Auch wenn der Rückmeldende sich erfolglos aus dem Gespräch zurückziehen muss, eines hat er erreicht: Er hat die Rückmeldung gegeben. Und nur die gegebene Rückmeldung kann sich auswirken, nicht die unterlassene.

## So funktioniert die Rückmeldung

### Ich teile meine Wahrnehmung mit:

- › „Du hältst die Bremshand oft oben, auch wenn nicht eingenommen werden muss.“ (bei Tube).
- › Ich beschreibe den beobachteten Fehler so situations- und verhaltensnah wie möglich, ohne Verallgemeinerungen oder Bewertungen. Der Satz „Na, das Sichern sieht etwas wacklig aus“ dagegen wäre eine allgemeine und rein bewertende Aussage. Die kann zwar stimmen, ist aber bestenfalls ein Gesprächseinstieg, der sofort qualifiziert werden muss: „Zum Beispiel vor dem Clip ...“

### Ich beschreibe, wie es richtig geht:

- › „In Ruheposition muss die Bremshand unterhalb des Geräts sein, ...“

### Ich begründe meine Aussage:

- › „... damit du beim Sturz die Bremswirkung des Tubes sofort ausnutzt.“



**Dr. Martin Schwiersch** ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, niedergelassener Psychotherapeut im Allgäu und langjähriger Experte für die DAV-Sicherheitsforschung. **Julia Janotte** hat für die DAV-Sicherheitsforschung an dem Beitrag mitgewirkt.



# Einmal rundum

Biken im  
Bregenzerwald

Zwischen dem vorderen und dem hinteren Bregenzerwald in Vorarlberg gibt es auch für Mountainbiker einiges zu entdecken. **Traian Grigorian (Text und Fotos)** hat eine lohnende Runde zusammengestellt, die interessante Einblicke erlaubt.

**W**as ein einzelner Buchstabe doch ausmachen kann: „Wir sind hier Hin-ter-wäl-der“, bemerkt Bikeguide Karl Heinz Ulmer, „aber ganz bestimmt keine Hinterwäldler!“ Damit meint er, dass die Bewohner der Ortschaften Au und Schoppernau im hinte-



## Bregenzerwald



**Unterwegs zwischen Kanisfluh, Damülser Mittagsspitze und Hohem Licht. Wo im Winter oberhalb von Mellau der Pistenspaß tobt, herrscht im Sommer absolute Ruhe.**

Gegend organisieren die Guides Touren und Fahrtechnikurse. Heute soll es in Richtung des knapp 1500 Meter hohen Hochälpele gehen. Das liegt im Vorderwald und wir spulen die ersten Kilometer bis Mellau auf dem Talradweg ab. Im vorderen Bregenzerwald, so klärt Karl Heinz auf, ist die Landschaft hügelig und sanft, die Berge sind nicht so schroff wie weiter hinten im Tal. Je weiter man in die verzweigte Talschaft entlang der Bregenzer Ache vordringt, desto bizarrer türmen sich die Felsgrate und -zacken empor. Die Kanisfluh oberhalb von Mellau gilt als sagenumwobenes Wahrzeichen, das seinen Betrachtern von allen Seiten unterschiedliche Gesichter präsentiert. Nur wenige Radelkilometer entfernt ragen die Damülser Mittagsspitze auf oder der Diedamskopf, der mit dem Hohen Ifen im Bergschatten bereits das nahe Kleinwalsertal und Allgäu ankündigt.

Über den Bregenzerwald wussten mein Begleiter Sven und ich vorher nur so viel, dass die Region eher umständlich zu erreichen ist und dass von dort ein vorzüglicher Alpkäse kommt. In der Tat: Hat man oberhalb von Dornbirn und Wolfurt als Radler erst einmal die ersten Höhenmeter vom österreichischen Rheintal herauf überwunden, sieht man sich allerorten von geruhsam grasenden Kühen umringt.

ren Bregenzerwald sich nicht nur geografisch absetzen von jenen im vorderen Teil der Vorarlberger Bergregion um Alberschwende, Andelsbuch oder Hittisau, sondern eben auch namentlich. „Die sind nämlich die Vorderwälder.“ Eines ist nach dieser Feststellung unzweifelhaft klar:

Ob Vorder- oder Hinterwälder – die Bewohner des Bregenzerwaldes sind ein ganz eigener Schlag.

Wir sind unterwegs mit einer Gästegruppe der Bikeschule Bregenzerwald, um diese in Radlerkreisen nicht so bekannte österreichische Gebirgsregion kennenzulernen. Für die wenigen Bikehotels in der

Die Kapelle in Rehenbergvorsäß ist mit den traditionellen Vorarlberger Holzschindeln gedeckt; das weitläufige Alpparadies Schönenbach eignet sich gut fürs Radeln.



Zwar zeugen auch zahlreiche Schreinereibetriebe vom baumreichen Wald, aber der Flickerleppich an Alpweiden ist unübersehbar. So wundern wir uns bald nicht mehr über die Schiefertafeln, die den Verkauf handwerklich hergestellten Alpkäses direkt vom Erzeuger bewerben.

Wir wollen den Bregenzerwald auf dem Mountainbike kennenlernen und das möglichst nicht nur in Tagestouren, sondern am besten bei einer mehrtägigen Durchquerung im Alpengcross-Stil. Marketingchefin Cornelia Kriegner von „Bregenzerwald Tourismus“ ist über die Landkarte gebeugt. Sie verweist auf die 23 eingezeichneten „Top-Touren der Region“. Tagestouren, die sich mit Hilfe des ebenfalls farblich hervorgehobenen MTB-Wegenetzes doch zu einer vielversprechenden Mehrtagestour verbinden lassen soll-

ten. Den ersten Entwurf besprechen wir mit Johannes Larch, dem Leiter der Bikeschule. Der Local kennt die lohnenden Steige seiner Heimat, und so bekommen wir noch ein paar Insider-Tipps mit auf den Weg. Ob diese Perlen denn auch alle zum

Biken freigegeben seien, will Sven wissen. „Offiziell nicht ...“, merkt Johannes vielsagend an, „aber ...“. Wie in allen österreichischen Bundesländern ist Mountainbiken auch in Vorarlberg nur auf speziell zu diesem Zweck ausgewiesenen Strecken erlaubt. Diese sind mit roten MTB-Symbolen und Richtungswegweisern gekennzeichnet. Für diese Wege existiert eine Versicherung, die Wegehalter von der Haftung freistellt. Auf der anderen Seite sind Biker im Bregenzerwald noch rar. Potenzielle Konflikte mit Wanderern dürften deshalb weniger das Thema sein. Eher schon beäugen die Besitzer von Alpweiden

oder die Jagdpächter den aufkeimenden MTB-Tourismus skeptisch.

Wir starten in Bregenz direkt an der Seebühne der Opern-Festspiele inmitten des imposanten „Carmen“-Bühnenbildes. Entlang des Uferadwegs rollt es sich gemütlich ein zur Flussmündung der Bregenzer Ache in den Bodensee. Flussaufwärts geht es entlang der längst aufgelassenen Trasse der ehemaligen Wälderbahn bis Kennelbach. Leider ist die Bahntrasse im weiteren, zunehmend engen Verlauf des Achtals verschüttet. Auf der Umleitung über Wolfurt und auf Nebensträßchen über den Anstieg auf dem Bergrücken nach Buch fließen die ersten Schweißtropfen. Von dort lässt es sich dann in den Talgrund abfahren, und bei Bozenau trifft man wieder die nun gefahrlos befahrbare Trasse der Wälderbahn. In kaum wahrnehmbarer Steigung radelt man nach Egg und Andelsbuch und hat dabei Zeit für architektonische Studien. Der Bregenzerwald gilt als

## Tradition und Moderne gehen Hand in Hand



Der Bregenzerwald ist für seinen Käse berühmt – hier arbeiten die Sennen von der Alpe Ostergunten.

Heimat der Holzbaumeister, was sich in wunderschönen alten, holzverzierten Bauernhäusern ausdrückt. Kaum ein Haus, dessen Fassade nicht mit unzähligen kleinen Holzschindeln geschützt ist. Auffallend aber auch, dass die Moderne mit den alten Traditionen keinesfalls bricht. Viele der neu erbauten Wohn- und Zweckhäuser sind gestalterisch äußerst mutige Entwür-

fe, bei denen alte handwerkliche Traditionen wie selbstverständlich ihre Handschrift hinterlassen.

Kaum verlässt man die alte Bahntrasse, wird es steiler. Die schmale Alpstraße Richtung Schetteregg geizt nicht mit Prozenten. Mühsam schrauben wir uns im Schatten der Winterstaude nach oben. Der Blick schweift auf den Pfänder und über Sibratsgfäll ins angrenzende Allgäu.

**maier**<sup>®</sup>  
sports

PASST MIR  
UND ZU MIR.



Jetzt das neue  
Maier Sports  
Magazin  
kostenlos  
bestellen!

[www.maier-sports.com/  
magazinbestellen](http://www.maier-sports.com/magazinbestellen)



**MOUNTAINBIKEN IM BREGENZERWALD**

Wie in den meisten österreichischen Bundesländern ist Mountainbiken nur auf ausgewiesenen Strecken erlaubt. Das offizielle MTB-Wegenetz lässt sich auf dem Tourenportal der Alpenvereine [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com) studieren. Soweit die dort eingetragenen Touren von Tourismusverbänden stammen, kann man davon ausgehen, dass diese sich ausschließlich auf genehmigten Streckenabschnitten bewegen. Festzuhalten bleibt, dass diese Touren weitestgehend auf Forststraßen verlaufen und schmale Singletrails auf Pfaden und alpinen Wegen eher die Ausnahme sind. [bit.ly/2vdWLEo](http://bit.ly/2vdWLEo)

**Fahrradbus**

Während der Sommersaison verkehrt von Donnerstag bis Sonntag zwischen Schwarzach und Warth in beide Richtungen die Linie R1. [bit.ly/20Bjij3](http://bit.ly/20Bjij3)

**Unterkünfte**

Mountainbiker, die ein festes Standquartier bevorzugen, sind gut aufgehoben in den Bikehotels der Region („Mountain Bike Holidays“, [bike-holidays.com](http://bike-holidays.com)) in Au und Mellau. Täglich geführte Touren werden von der Bikeschule in Au angeboten. Dort gibt es auch sehr gute Leih-MTBs der Marke „Liteville“.

- › Hotel Adler\*\*\*\*, Au, [adler-au.at](http://adler-au.at)
- › Hotel Rössle\*\*\*\*, Au, [roessle-au.at](http://roessle-au.at)
- › Hotel Hubertus\*\*\*\*, Mellau, [hotel-hubertus.at](http://hotel-hubertus.at)

Die fünf Etappen mit Streckenfolge des beschriebenen „Bregenzwald-Cross“ über 188 km und 7000 Höhenmeter mit möglichen Unterkünften gibt es auf [alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama); die Tourdaten mit Karte unter [bit.ly/2LLy10a](http://bit.ly/2LLy10a)

**Weitere Info**

Bregenzwald Tourismus, A-6863 Egg, Tel.: 0043/5512/23 65, [info@bregenzwald.at](mailto:info@bregenzwald.at), [bit.ly/2ACxHmG](http://bit.ly/2ACxHmG)

An der Alpe Hammeratsberg erregt ein im Freien postierter Kühlschrank unter einem Sonnenschirm unsere Aufmerksamkeit. Möglicherweise gibt's da kühle Erfrischungsgetränke? Fehlanzeige: Der Kühlautomat ist randvoll mit vakuumierten Käseportionen für Selbstbediener gefüllt. Nein, zu trinken ist da nichts. Der Käser kommt aus der Sennstube heraus und grinst, er sei gerade mit einer Herstellungsrunde fertig und könne nur heiße, für die Schweine bestimmte Molkenbrühe anbieten. Lieber nicht. Zum Trost lässt er uns den zwölfmonatigen Alpkäse probieren. Ein Gedicht!

Fortan haben uns die Sennalpen fest im Griff. Wie auf einer Perlenschnur sind sie aufgereiht über den Schreiberesattel mit seiner mühsamen Schiebepassage nach Bezau und über die Kletzbodenalp nach Schönenbach. Letztere ist eine „Vorsäss“,

also Zwischenstation im jahreszeitlichen Transhumanzzyklus zwischen Winter- und Sommerquartier. Nur den Mai und September verbringen die Kühe auf dieser Höhenlage. Im Sommer wandern sie auf die

Hochsäss, im Winterhalbjahr stehen sie im Tal im Stall.

Am nächsten Morgen geht es zwischen Hirschberg und Diedamskopf steil bergauf. Als wir an der Osterguntenalpe ankommen und Sven an die Tür klopft, scheint keiner da zu sein. Nach Minuten des Wartens öffnet Senn Martin mit strengem Blick die Tür: Wir stören den fix getimten Ablauf der Käseproduktion, bei der es um jede Sekunde geht und alle Handgriffe sitzen müssen. Mit Melkerstiefeln und Käferschürze bewehrt, lässt uns Sennnerin Daniela trotzdem zuschauen, wie sie den schweren Käsebruch aus der Molke hebt und in die großen Formen presst. Ohne anschließend den über ein Jahr alten, vorzüglich gereiften Käse zu probieren,

**Der Alpkäs' ist die Quintessenz der Region**

## Bregenzerwald



**Blick zurück vom Brüggelekopf auf die Bergkette, die den Bregenzerwald vom Rheintal trennt (l.); beschauliche Pfadauffahrt entlang des Dorfbachs in Bezau (r.).**

kommen wir auch hier nicht weg. Und der hausgemachte Kräuterlikör wird auch kredenz! Dabei ist es noch nicht mal Mittag – und wir haben heute die Königsetappe mit über 2000 Höhenmetern nach Damüls und hinauf zur Kanisfluh vor uns ...

Aus dem Hinterwald führen nur noch steile Paßstraßen aus dem Bregenzerwald hinaus. Hinter Schröcken geht's über den Hochtannbergpass ins Lechtal und an den Arlberg, über Damüls, das Faschinajoch und das Furkajoch ins Große Walsertal und ins Montafon. Um Teerstraßen zu vermeiden, erklimmen wir auf einer äußerst steilen Forststraße entlang des Argenbachs über Schneelochalp, Kriegbodenalp und Böldmenalp Damüls. Bis wir gegen Abend beim Gasthof Edelweiß unter der Kanisfluh-Südwand ankommen, haben wir etwa zwei Dutzend weitere Käseralpen passiert.

An der Kanisfluh sind wir nun auf einem MTB-Klassiker. Im stetigen Auf und Ab geht es über die Roßstelle ins Mellental und von dort in flotter Fahrt hinab nach Mellau, wo wir wieder auf den Talradweg stoßen. Um uns herum schwirren Gelegenheitsradler auf E-Bikes. Das waren wir

gar nicht mehr gewöhnt: Während diese motorisierten Zweiräder für viele steile Alpwege geradezu ideal erscheinen, haben wir auf unserer Runde bislang keinen einzigen gesehen. Ebenso sahen wir auch keine „Normalbiker“. Radfahren im Bregenzerwald scheint sich bislang hauptsächlich auf die Talachse entlang der L200 zu beschränken. Diesem Umstand trägt auch die Einführung eines Radlerbusses Rechnung, der seit diesem Jahr in den Sommermonaten verkehrt und müden Radfahrern zwischen Schwarzenberg und Hochtannbergpass mühsame Höhenmeter abnehmen soll.

Uns zieht es wieder nach oben. Von Reuthe führt eine steile Alpstraße hinauf nach Schnellvorsäß. Die Passage ist wegen eines Erdbebens seit einigen Jahren amtlicherseits gesperrt, aber das scheint hier selbst Autofahrer nicht wesentlich zu stören. Ein Anlieger im Allrad-Porsche schert sich um das Verbot jedenfalls ebenso wenig wie radelnde Kinder, die von der Schule heimkehren, und Bergwanderer. Auf der Alpe angekommen, wechseln Hochmoore sich mit Viehalpen ab. Die Blicke schweifen über den Vorderwald bis zum Bodensee, und die

verdiente Rast auf der Weißenfluhalpe versüßt selbst gemachter Kuchen.

Es geht weiter über die Kammlinie des Hochälpele. Hier verläuft auch der Fernwanderweg E4 von Griechenland bis Portugal. Für Biker ist der Abschnitt nach den steilen Auffahrten eine willkommene, abwechslungsreiche Passage. Schmale und breitere Wege wechseln sich ab, mal muss ein kurzes Steilstück geschoben werden, dafür belohnt eine Pfadabfahrt zum Bödele, und immer gibt es weite Aussichten zu beiden Seiten des Kamms. Auf unseren hochwertigen Carbonbikes steuern wir in Vorfreude auf ein Erfrischungsgetränk Richtung Brüggelekopf, dem letzten hohen Panoramagipfel vor der Bodenseeebene. Neben den obligatorischen Kühen treffen wir auf Kunsthandwerker, die – logisch – Holzstämmen zu überdimensionalen Sitzobjekten verarbeiten. Auch das ist der Bregenzerwald: Tradition und Moderne, Kunst und Handwerk. Hier hat Alt und Neu wie selbstverständlich nebeneinander Platz. Das macht Hoffnung, dass beim nächsten Besuch in dieser schönen Ecke vielleicht ein paar „moderne“ Singletrails mehr neben den traditionellen Forststraßen den Abwechslungsreichtum der Region unterstreichen helfen.



**Traian Grigorian** ist ausgebildeter DAV-MTB-Fachübungsleiter und immer von der Neugier getrieben, weniger bekannte Bikeregionen auszukundschaften.



# Kleiner Mann in großen Bergen

Auf Klettersteigen  
durch die Brenta

Eine Woche mit meinem Jüngsten in den Bergen – was für ein Privileg! Die Wunschvorstellungen sind klar: „Wandern ist langweilig, ich möchte Klettersteige gehen“.

Text und Fotos:  
Ralf Gantzhorn

**M**ein Kleinster heißt Finn. Sieben Jahre alt ist er. Und im Gegensatz zu seinem älteren Bruder Nils geht er mit seinem Vater gern und oft ins Gebirge. Wobei man dazufügen muss, dass Nils gerade 13 Jahre geworden ist und daher Berge und Väter schon altersbedingt doof finden darf. Angesteckt durch eine Begehung des

Paternkofels in den Sextener Dolomiten im Jahr davor – er hatte damals als zweitjüngstes von vier Kindern als Einziger den Gipfel erreicht – möchte Finn in diesem Sommer am liebsten nur noch an Drahtseilen hängen und Leitern hochturnen. Hmhh ... die in Frage kommenden Bergregionen rattern durch meinen Kopf wie eine von einem Croupier gedrehte Rou-

lettescheibe. Wo gibt es schöne Klettersteige? Wo ist der reine Aufstieg durch Seilbahnhilfe entschärft? Wo ist die Hütendichte so groß, dass die Tagesetappen nicht zu lang werden? Wo kann man zwischen einfachen und schwierigen Varianten abhängig vom Wetter und der Motiva-



Über den Wolken auf dem Bocchette Centrale: Klein und Groß im siebten Klettersteighimmel

tion des Kleinen situativ wählen? Die Routettescheibe im Hirn dreht sich weiter und weiter und rastet schließlich bei den Klettersteigen der Brenta in Norditalien ein. Dort sind aus meiner Sicht alle Voraussetzungen gegeben, und es besteht sogar die Möglichkeit, dass uns ein befreudeter Bergführer für einige Tagesetappen begleiten wird.

Eingebucht habe ich uns auf den Hütten Tuckett, Alimonta und Pedrotti, dazwischen die Klettersteige Benini, Bochette Alte oder alternativ der Sentiero SOSAT, Bocchette Centrale oder alternativ der Sentiero Orsi. Jede Menge Wege also, jetzt muss nur noch das Wetter passen. Und das passt erst mal – vorsichtig gesagt – mäßig.

Wobei die Vorhersage eigentlich noch schlimmer ist. Regen soll es geben, der in der Nacht in Schnee übergeht. Aber entgegen allen Prognosen scheint während des Einstiegs in die Gondel der Grotte-Bahn noch die Sonne. Auf genau 2437 Meter bringt sie uns nach oben, ein Großteil des ansonsten mühevollen Aufstiegs. Haben wir wirklich alles? In Gedanken gehe ich



immer wieder den Inhalt der Rucksäcke durch: Regensachen, Helm, Klettersteigset, warme Klamotten, Handschuhe, Erste-Hilfe-Set, Traubenzucker für zwischendurch, Kuschtier? Alles da und alles drin. Theoretisch sollten wir auf alle Eventualitäten eingestellt sein und trotzdem stelle ich mir natürlich die Frage, ob das nicht alles eine viel zu große Nummer für meinen Kleinen ist.

Am Rifugio Grotte angekommen, stellt sich die im Tal so warm scheinende Sonne als Trugbild heraus: Berge sind Wolkenfänger und so sehen wir erst mal ...

nix. Hamburger Fischmarkt im Nebel, alles grau in grau. „Zwei Möglichkeiten“, erkläre ich meinem Sohn, „haben wir von hier: Entweder wir gehen in zwei Stunden direkt zur Hütte oder wir klettern über den ersten Teil des Bocchette-Weges dorthin. Letzteres dauert vier bis fünf Stunden.“ „Klettern“ ist

die genauso kurze wie präzise Antwort. Mit riesigen Zwergenschritten steuert Finn den roten Markierungen folgend hinein in die weiße Watte, ich hinterher. Über eine Stunde geht's meist bergan, Drahtseile und luftige Kletterstellen Fehlanzeige. „Papa, sind wir noch auf dem richtigen Weg?“

## Endlich Drahtseile, Stahlstifte und Leitern

„Sentiero Alfredo Benini“, lese ich auf einem Schild. „Wir sind richtig, der eigentliche Klettersteig kommt noch“, versuche ich ihn zu beruhigen. Und tatsächlich: Kurz nach der Bocca dei Camosci endlich Drahtseile, Stahlstifte, Leitern – alles was zu einem Klettersteig dazugehört. Finn bekommt Helm, Gurt und Klettersteigset angezogen und turnt los, ich hinterher. Und ich staune über meinen Kleinen: Unglaublich, mit welcher Sicherheit und Selbstverständlichkeit er am Drahtseil hängt, stemmt und kraxelt. Zum Abschluss gibt's sogar noch einige weiche Schneefelder, die natürlich

„Sentiero Alfredo Benini“, lese ich auf einem Schild. „Wir sind richtig, der eigentliche Klettersteig kommt noch“, versuche ich ihn zu beruhigen. Und tatsächlich: Kurz nach der Bocca dei Camosci endlich Drahtseile, Stahlstifte, Leitern – alles was zu einem

nicht nur zum Runterrutschen geeignet sind, sondern vor allen Dingen zu einer Schneeballschlacht einladen. Glücklicherweise über das Vollbrachte – und den ausgebliebenen Regen – erreichen wir das Rifugio Tuckett. Cola und Omelett für Finn, Bier und Suppe für Papa sind wohlverdient.

Am Abend gesellt sich Tomas Franchini zu uns, seines Zeichens Bergführer aus Madonna di Campiglio. Er wird uns die nächsten zwei Tage begleiten. Er staunt, dass er tatsächlich einen 7-Jährigen si-



**KLETTERSTEIGE BRENTA**

**Tourencharakter:** Berühmte Klettersteigtour auf schmalen Felsbändern in atemberaubender Landschaft. Es sind oft viele Wanderer unterwegs. Dadurch große Staufahrt an Engpässen, was Zeit kosten kann.

**Anforderungen:** Fast reine Klettersteigtour (bis KS C), die ohne entsprechende Ausrüstung (inklusive Helm!) nicht durchgeführt werden sollte. Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und Armkraft zur Bewältigung der senkrechten Leitern sind daher selbstverständliche Voraussetzung. Zusätzlich gehören zur Querung der zwar kleinen, aber manchmal unangenehmen Minigletscher ein Paar Leichtsteigeisen oder Grödel ins Gepäck.

Kinder müssen bergerfahren sein und am Klettersteig zusätzlich gesichert und unterstützt werden. Weitere Infos: [alpenverein.de/klettersteiggehen-mit-kindern](http://alpenverein.de/klettersteiggehen-mit-kindern)

**Beste Zeit:** Juli bis September.

**Anreise:** Mit der Bahn bis Dimaro im Trentino, von dort weiter mit dem Bus nach Madonna di Campiglio, Seilbahnstation Grostè zum Rifugio Graffer bzw. dem Rifugio Stoppani. Mit dem Auto zum Großraumparkplatz an der Seilbahn-Talstation.

**Hütten:**

- › Rifugio Giorgio Graffer al Grostè, 2261 m, CAI, [graffer.com](http://graffer.com)
- › Rifugio Stoppani, 2438 m, [grostite.it](http://grostite.it)
- › Rifugio Tuckett, 2272 m, CAI, [rifugio-tuckett.it](http://rifugio-tuckett.it)
- › Rifugio Alimonta, 2580 m, [rifugioalimonta.it](http://rifugioalimonta.it)
- › Rifugio Pedrotti, 2491 m, CAI, [rifugiotosapedrotti.it](http://rifugiotosapedrotti.it)

**Literatur:**

- › Gantzhorn/Seeger, Hüttentrekking Ostalpen, Bergverlag Rother 2016, € 24,90
- › Alpenvereinskarte Nr. 51 Brentagruppe, 1:25.000

**Information:**

- › Azienda per il Turismo Madonna di Campiglio Pinzolo Val Rendena
- › Madonna di Campiglio: Tel.: 0039/0465/44 75 01
- › Pinzolo Val Rendena: Tel.: 0039/0465/50 10 07
- › [info@campigliodolomiti.it](mailto:info@campigliodolomiti.it); [campigliodolomiti.it](http://campigliodolomiti.it)
- › Bergführer: Mountain Elements GmbH, Michael Stacheder, Benno Keill, Tel.: 08061/349 80 42 [mountain-elements.com](http://mountain-elements.com)

**Keine Angst vor großen Leitern: am Seil des Bergführers über die „Leiter der Freundschaft“; Blick auf die Brenta Alta und den Campanile Basso; je luftiger, je besser auf dem ausgesetzten Band des Bocchette Centrale**

chern soll, und ist sich nahezu sicher, dass er selbst der Letzte war, der in diesem Alter auf den Steigen der Brenta unterwegs war. Er schlägt zunächst den Sentiero SOSAT vor. Finn guckt ihn an und fragt: „Papa, kommen wir da auf den zweithöchsten Berg der Brenta?“ Tomas schaut mich irritiert an, ich grinse: „Der Bocchette Alte soll's werden ...“

Am nächsten Morgen liegt Schnee. Kristallklar und kalt ist es zudem, Finn bekommt auf der Hütte einen Pfannkuchen extra zum Frühstück. „Immer noch der



Wenn der Nachwuchs  
ordentlich umhängt,  
beruhigt das auch die  
Nerven von Papa.

## DIE KLETTERSTEIGE

- › **Erster Tag:** Sentiero Alfredo Benini; maximal 2905 Meter; ⤴ 470 Hm, ⤵ 650 Hm, 4-5 Std.; klettertechnisch relativ einfacher Hochgebirgssteig (Kategorie B), der aussichtsreich von der Bergstation der Grotte-Bahn zum Rifugio Tuckett führt.
- › **Zweiter Tag:** Sentiero delle Bocchette Alte; maximal 3020 Meter; ⤴ 860 Hm, ⤵ 530 Hm, 6 Std.; die Königs-etappe, spektakulär und teilweise luftig (Kategorie C) vom Rifugio Tuckett über die Bocca di Tuckett bis auf über 3000 Meter. Möglichkeit, den zweithöchsten Gipfel der Brenta zu besteigen, die Cima Brenta. Der Abstieg zieht sich etwas aufgrund kleinerer Gegenanstiege wie der 20 Meter langen „Leiter der Freundschaft“.
- › **Dritter Tag:** Sentiero delle Bocchette Centrale; maximal 2790 Meter; ⤴ 200 Hm, ⤵ 310 Hm, 3-4 Std.; der berühmteste Klettersteig der Brenta. Alpinistisch relativ einfach (Kategorie B), bietet er Ausblicke auf die Türme, Zinnen und Felsbastionen der Brenta wie kein anderer. Landschaftlich ein Traum.
- › **Vierter Tag, 1. Teil:** Sentiero Felice Spellini; maximal 2749 Meter; ⤴ 280 Hm, ⤵ 160 Hm, 2-3 Std.; relativ neuer Klettersteig im zentralen Teil der Brenta, vor allem als Verbindungsweg zwischen den Rifugi Pedrotti-Tosa und Alimonta. Kurzer und knackiger Weg (Kategorie C), auch als „südlicher Zustieg“ zum Bocchette Centrale interessant.
- › **Vierter Tag, 2. Teil:** Sentiero SOSAT; maximal 2621 Meter; ca. 400 Hm Auf- und Abstieg, 3 Std.; schöner Verbindungssteig (Kategorie B) zwischen den Rifugi Alimonta und Tuckett.

Bocchette Alte?“ „Ja, Papa, habe ich doch schon gesagt!“ Der genervte Unterton ist kaum zu überhören. Auf dem kleinen Vedretta di Brenta fliegen wieder einige Schneebälle, dann erreichen wir die erste Leiter. Finn geht am kurzen Seil des Bergführers, ich alleine hinterher oder voraus. Eine Leiter nach der nächsten klettert Finn hinauf, zwingt sich durch enge Felspassagen oder stiefelt über losen Schutt Meter um Meter der Sonne entgegen. Noch ist es kalt, der Anstieg liegt im Schatten.

Doch schneller als gedacht sind wir oben. Pause! Doch dann ist er wieder da, der Nebel. Klar: Wir sind ja in der für ihre graue Suppe berühmten Brenta. Tomas, der eigentlich nur englisch und natürlich italienisch spricht, und Finn, der noch keine Fremdsprachen in der Schule hatte, unterhalten sich bestens, ignorieren den Ne-

bel und haben zusehends Spaß sowohl beim Finden des Weges als auch dem Lesen des Felses zur Bewältigung der Schwierigkeiten. Und auch der Abstieg über scheinbar endlose Leitern – darunter die fast 20 Meter hohe Scala degli Amici – wird lächelnd und für das Kind eines Norddeutschen ungewöhnlich wortreich überwunden.

## Am kurzen Seil des Bergführers

Am Nachmittag kommen wir auf dem Rifugio Alimonta an. Ich schwanke zwischen dem Stolz auf meinen Kleinsten und dem Glück, solche Momente mit meinem Sohn erleben zu dürfen. „Kinder einfach machen lassen“, ist vielleicht der Schlüssel für die Unbekümmertheit, mit der Finn sowohl die über 1000 Höhenmeter als auch die Schwierigkeiten meistern konnte. Ohne Drama im Vorfeld, ohne Drama in der Wand.

Der Höhepunkt unserer Tour wird am nächsten Tag der Bocchette Centrale: Finn und Tomas sind mittlerwei-

le ein so eingespieltes Team, Finns Vertrauen in sich und die Sicherung durch Tomas ist schon fast unheimlich. Auf dem Rifugio Pedrotti verlässt uns Tomas dann, er hat einen richtigen Job und soll einen Kunden über den Bocchette Centrale führen. Finn und ich sind damit wieder auf uns allein gestellt. Ich frage ihn, ob er direkt nach Madonna di Campiglio absteigen möchte. Er fragt: „Papa, gibt's da Klettersteige?“ Zehn Stunden später erreichen wir mit hängender Zunge die letzte Talfahrt von der Grotte-Bahn ins Tal. In den Knochen haben wir die Klettersteige „Felice Spellini“, „SOSAT“ und den 200 Höhenmeter Gegenanstieg enthaltenden Weg vom Rifugio Tuckett zur Bahn. Lange wird's wohl nicht mehr dauern, dann werde ich meinen Sohn fragen müssen, ob er mich mit ins Gebirge nimmt.



**Ralf Gantzhorn** (Jahrgang 64) ist erfahrener Allround-Alpinist und hat drei Kinder. Am Berg gleichermaßen spannend wie entspannt ist es mit seinem Jüngsten Finn.

# Panorama

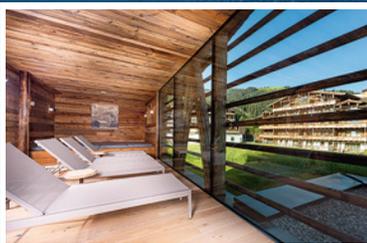
## promotion

## Sommernachtstraum

Mit Hurtigruten auf der klassischen Postschiffroute

**FÜR ALLE  
BERGSPORT-  
BEGEISTERTEN**

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



### Das Puradies für Biker

... liegt direkt am Bikepark  
Leogang und am Wegenetz  
von Rad & Bike Pinzgau



### Nachhaltig innovativ

Wärme und Isolation mit Tirol-  
wool®-Celliant® von Salewa,  
aus Tiroler Wolle hergestellt



### Wellness und Wandern

Das Hotel Tauferberg ist ein  
ideales Basislager in den  
Ötztaler Alpen



# HURTIGRUTEN

Das Original seit 1893

Mit Hurtigruten auf der klassischen Postschiffroute

# Auf Entdeckungstour im Land der Fjorde

**EXKLUSIV  
FÜR SIE  
GRATIS-  
WANDERPASS  
mit 3 Wanderungen  
im Wert von  
ca. € 250**

*Ein Sommermärchen erwartet Sie entlang der norwegischen Fjordküste – an Bord der legendären Postschiffroute. Oberhalb des Polarkreises scheint die Sonne rund um die Uhr, und jede Nacht wird zum unvergesslichen Erlebnis.*

Die Landschaft erstrahlt in lieblichem Rot, Pink und Gelb. Malerische Fjorde ziehen vorbei. Selbst in südlichen Gebieten verlängert die Mitternachtssonne die Dämmerung so sehr, dass es nachts keine vollständige Dunkelheit gibt. Die norwegische Fjordküste verzaubert die Gäste „der schönsten Seereise der Welt“. Seit nunmehr 125 Jahren verlässt täglich ein Hurtigruten-Schiff den südlichen Hafen Bergen und macht sich auf eine 2500 Seemeilen lange Tour in den arktischen Norden bis nach Kirkenes. Dank der kleinen und individuellen Schiffe gelangt man auf der zwölfwägigen Reise an Orte, die nur von Hurtigruten angefahren werden.

### **Oberhalb des Polarkreises das Licht!**

Die Seereise beginnt in der Hansestadt Bergen. Abends legt das Schiff ab, vorbei an der atemberaubenden Natur Norwegens mit Kurs auf den nächsten Hafen in der Jugendstilstadt Ålesund. Je weiter man nach Norden

kommt, umso intensiver wird die Kraft der Sonne, die Tage werden länger. Die vorbeiziehenden Landschaften bilden malerische Postkartenmotive. Am vierten Tag wird der nördliche Polarkreis überquert und anschließend die arktische Inselgruppe der idyllischen Lofoten erreicht, gerade in den Sommermonaten ein Kleinod. Am nächsten Tag steht Tromsø, die Hauptstadt der Arktis, auf dem Fahrplan. Weiter Richtung Norden, rund um das Nordkap, folgt nach sieben erlebnisreichen Tagen der nordöstlichste Punkt der Reise: Kirkenes, das „Tor zum Osten“. Hier wendet das Schiff und fährt südgehend zurück nach Bergen. Alle Häfen, die bei Kurs Nord nachts angefahren wurden, werden nun bei Tag angesteuert.

### **Entspanntes Reisen an Bord von Hurtigruten**

Neun verschiedene Schiffe stehen an insgesamt 16 Terminen von Anfang Mai 2019 bis Ende September 2019 zur Wahl. Für Leserinnen

und Leser von DAV Panorama wurde ein Komplettpaket zum ermäßigten Spezialpreis geschnürt – inklusive ist ein Gratis-Wanderpass im Wert von 250 Euro für drei Wanderungen mit einem fachkundigen Expeditionsteam, das eine Mission hat: Ihre Erlebnisse durch Erläuterungen zu vertiefen und Ihnen sowohl an Bord als auch an Land „Friluftsliv“ zu vermitteln – die Sehnsucht der Norweger, sich in der Natur aufzuhalten. Drei Wanderungen stehen zur Wahl, eine allgemein gute körperliche Verfassung ist Voraussetzung. Denn das Terrain wird variieren und kann mitunter uneben sein. Empfehlenswert für die Reisenden ist eine Ausrüstung passend zur Jahreszeit. Wobei das Sommerwetter sich jederzeit ändern kann. Neben T-Shirts, Shorts und Sandalen ist es daher ratsam, Funktionskleidung (warme Pullover, lange Hosen, Wind- oder Regenjacke, Handschuhe) sowie Wanderschuhe mitzunehmen. Ein Fernglas und eine Kamera mit geringem Gewicht sind zu bevorzugen!

Fotos: Hurtigruten, altafoto.no, Ørjan Bertelsen, Jakob Kasl



## Die klassische Postschiffroute

### 12-Tage-Seereise inkl. Flug und Gratis-Wanderpass

Die Anmeldung läuft unkompliziert über eine ausschließlich für DAV Panorama geschaltete Telefonnummer bzw. Internetseite bei Hurtigruten. Nennen Sie einfach das Stichwort „DAV Panorama“ und Ihre persönlichen Daten. Das Besondere: Reisen Sie im Komplettpaket **inkl. Flug und mit einem Gratis-Wanderpass im Wert von ca. 250 Euro**, gültig für drei Wanderungen.

#### DIE REISEROUTE

1. Tag: Flug nach Bergen, Einschiffung
2. Tag: Ålesund – die Jugendstilstadt (Wanderung mögl.)
3. Tag: Trondheim – Norwegens Krönungsstadt (Wanderung mögl.)
4. Tag: Polarkreisüberquerung, Lofoten und Bodø (Wanderung mögl.)
5. Tag: Tromsø – das Tor zur Arktis
6. Tag: Honningsvåg und das Nordkap (Wanderung mögl.)
7. Tag: Kirkenes – der wilde und schöne Nordosten (Wanderung mögl.)
8. Tag: Hammerfest und das Nordkap
9. Tag: Vesterålen – Trollfjord und Lofoten
10. Tag: Polarkreis, Brønnøysund (Wanderung mögl.)
11. Tag: Trondheim
12. Tag: Bergen, Rückflug

#### Eingeschlossene Leistungen:

- > Flug von Deutschland nach Bergen und zurück
- > Flughafen- und Sicherheitsgebühren sowie Luftverkehrssteuer
- > Hurtigruten Rail & Fly 2. Klasse innerhalb Deutschlands
- > Hurtigruten Seereise Bergen – Kirkenes – Bergen (11 Nächte) in der gebuchten Kabinenkategorie, Vollpension an Bord
- > Tischwasser in Karaffen zu den Mahlzeiten
- > Flughafentransfers in Bergen
- > Deutschsprachige Expeditionsleitung an Bord
- > **Ihr Leserreisen-Extra: Wanderpass im Wert von ca. 250 Euro, Begleitung durch das Hurtigruten Expeditionsteam**

#### Hinweise:

- > Limitiertes Kontingent, Angebot bis zum 18.11.18 buchbar, danach auf Anfrage
- > Diese Reisepakete beinhalten Linienflüge in der Economy Class mit SAS oder KLM
- > Nicht geeignet für Gäste mit eingeschränkter Mobilität



#### JETZT BUCHEN!

Bei Ihrem Experten-Team:  
**040/87 40 96 62**  
 (Stichwort: DAV Panorama)  
 Mo.-Fr.: 8.30-20, Sa.: 9-18.30,  
 So.: 10-18.30 Uhr  
[hurtigruten.de/dav](http://hurtigruten.de/dav)  
 Veranstalter dieser Reise ist die Hurtigruten GmbH, Große Bleichen 23, 20354 Hamburg.

### 12 Tage Bergen – Kirkenes – Bergen inkl. Flug Ab € 2.539 pro Person

Abfahrtstermine/Schiff	Garantie-Innenkabine	Garantie-Außenkabine*	Garantie-Außenkabine Superior
3.5.19 MS, 14.5.19 MS	2.539 €	2.898 €	3.583 €
25.5.19 MS, 29.5.19 PL	2.869 €	3.301 €	4.124 €
6.7.19 KH, 10.7.19 NK, 19.7.19 MS, 27.7.19 TF	3.219 €	3.620 €	4.348 €
1.8.19 NK, 11.8.19 NL,	3.099 €	3.476 €	4.161 €
17.8.19 NN, 24.8.19 FM	3.049 €	3.416 €	4.083 €
1.9.19 MS, 9.9.19 TF	2.849 €	3.183 €	3.790 €
18.9.19 RW, 25.9.19 NK	2.539 €	2.898 €	3.579 €

Alle Preise pro Person bei Doppelbelegung, Einzelkabinen-Preise auf Anfrage. Schiffe: MS = Midnatsol, PL = Polarlys, KH = Kong Harald, NK = Nordkapp, TF = Trollfjord, NL = Nordlys, NN = Nordnorge, FM = Finnmarken, RW = Richard With  
 \* teilweise eingeschränkte Sicht

**Mit Garantiekabinen sparen**  
 Sie überlassen uns die Wahl der Kabinennummer und sparen bares Geld. Die hier aufgeführten Preise sind bereits reduziert. Ihre Kabinennummer erfahren Sie bei der Einschiffung.

Goldener Herbst

## Fernsicht in den Öztaler Alpen

Die Natur zeigt sich im Herbst von ihrer sonnigen und farbenprächtigen Seite. Die ausgezeichnete Fernsicht auf die umliegenden Berggipfel und die frische, klare Luft sind echte Argumente für einen Wanderurlaub



in den Öztaler Bergen, auf dem Sonnenplateau Niederthai. Egal ob kleine Entdeckungstouren rund um den Stuibenfall, den größten Wasserfall Tirols, eine kulinarische Wanderung zu einer der urigen Almen und Hütten oder eine Dreitausender-Besteigung in

den Öztaler und Stubai Alpen – in Niederthai findet jeder sein persönliches Bergerlebnis. Wer noch keine Wander- und Urlaubspläne für den Herbst hat oder sich notorisch „unterwandert“ fühlt, für den ist das Hotel Tauferberg auf 1550 Meter Höhe das ideale Basislager. Das Mitglied der Wanderhotels Tirol setzt ganz bewusst auf die Kombination von Bewegung in der alpinen Natur und aktiver Entspannung. Das heißt: sich rundum wohlfühlen in gemütlichen Zimmern, regionale Köstlichkeiten genießen und sich im Wellnessbereich erholen. Herbstzeit ist auch Thermezeit. Wer mag, kann den Aktivurlaub mit einem entspannenden Tag im Aqua Dome, der Therme in Längenfeld, perfekt verbinden.

Info: [tauferberg.com](http://tauferberg.com)

Das Paradies für Biker

## Hotel und Chalets in exklusiver Alleinlage

Das Paradies liegt auf einem Sonnenplateau in Leogang im Salzburger Land, umgeben von den idyllischen Pinzgauer Bergen, und ist ein Mitgliedsbetrieb von „Mountain Bike Holidays“. Das 500.000 Quadratmeter große Wohlfühlareal befindet sich direkt an den Strecken des Bikeparks Leogang und dem Wegenetz von Rad & Bike Pinzgau. Mountainbiker finden hier neben Ruhe und Entspannung jede Menge sportliche Herausforderungen. Der Bikepark Leogang mit seinen Weltcup- und WM-Strecken ist das Aushängeschild der Region. Abseits der Downhill-Action präsentiert die Region Saalfelden Leogang ausgesprochen reizvolle Touren mit alpinem Charakter. Nach den sportlichen Aktivitäten folgt im Paradies der Genuss: zum Beispiel ein frisch gezapftes Bier in der preisgekrönten Lounge-Bar Freiraum mit ungewohnter österreichischer Gemütlichkeit in stilvollem Ambiente. Für ganzheitliches Wohlbefinden sorgen im Badhaus Innere Mitte Zirben-, Dampf-, Kräuter-, Bio- und finnische Sauna.

Oder man lässt sich im Heaven Spa in fünf stilvollen Behandlungsräumen mit Massage, Wärmetherapie und Beauty-Behandlung verwöhnen. Als erfrischendes Highlight steht außerdem ein Naturteich mit 400 Quadratmetern Wasserfläche und einer Tiefe von bis zu drei Metern zur Verfügung. Abends verwöhnen Küchenchef Stefan Kriegofer und sein Team im Fine-Dining-Restaurant Ess:enz die Gäste mit exquisiten Speisen.



Info: [paradies.com](http://paradies.com), [bike-holidays.com](http://bike-holidays.com)

Ferienhaus-Spezialist INTER CHALET startet in den Winter

## Ski-Opening in Kappl/Ischgl und im Hochzillertal

Jetzt schon an den ersten Schnee denken? Unbedingt, wenn man den Saisonstart auf der Piste nicht verpassen will. Ferienhaus-Spezialist INTER CHALET bietet im Dezember zwei Ski-Openings, jeweils mit herzlichem Empfang, zwei Übernachtungen sowie Skipass und Après-Ski-Party ab 119 Euro pro Person. Seit mehr als zehn Jahren startet das Unternehmen in Kappl/Ischgl in die Wintersportsaison, dieses Jahr vom 14. bis 16. Dezember. Mit dabei am Samstag: ein Skipass für das Skigebiet Kappl sowie die Après-Ski-Party an der Bergstation. Wer will, kann beim Gratis-Skitest die neuesten Ski und Snowboards ausprobieren. Kappl ist mit 42 Pistenkilometern ideal für einen Wochenendurlaub geeignet. Ischgl, der Hot-Spot der Alpen, liegt in direkter Nachbarschaft und kann individuell besucht werden. Das Eröffnungswochenende in Kaltenbach findet schon vom 7. bis 9. Dezember statt. Nach einem gemeinsamen Abendessen und Get-Together am Freitag warten auf die Gäste zwei Skitage in den Skigebieten Hochfügen, Spieljoch und Hochzillertal-Kaltenbach mit über hundert Pistenkilometern – Skipass inklusive. Am Samstagabend wird an der Talstation Kaltenbach gefeiert. Skihütte, Chalet oder Wellness im Schnee? Neben den beiden Ski-Openings sind fast 5000 Urlaubsdomizile in den besten Skigebieten Europas buchbar.



Infos und Buchung: [interchalet.de/ski](http://interchalet.de/ski)



Mit Kindern in den Bergen

## Ein Erlebnisguide für die ganze Familie

Kinder sind Abenteurer. Sie stecken voller Entdeckerfreude. Sie suchen das Unerwartete, die Herausforderung, das Abenteuer. Wo, wenn nicht in den Alpen, finden sie all das? Denn die Berge sind viel mehr als Wanderwege, Gipfelkreuz und Bergpanorama. Kleinen Naturforschern bieten sie Bäche zum Spielen, Felsen zum Klettern, Wurzelwege, Wasserfälle und Tiere auf der Alm genauso wie spannende Klammwege, geheime Pfade, Blumen zum Sammeln, Steine zum Bauen oder Bergseen zum Baden. Vor allem aber finden Kinder in den Bergen die Freiheit, ihrem Bewegungsdrang freien Lauf zu lassen. Respekt vor den Bergen? Mit den hilfreichen Tipps und Empfehlungen aus dem Urlaubsland Österreich erfährt man, wie die Kinder optimal auf den Urlaub in den Bergen eingestimmt werden, und ist bestens vorbereitet. Hier erfährt man auch, worauf man bei der Tourenwahl achten sollte und wie die Kinder unterwegs motiviert werden. Es gibt Ratschläge für die Sicherheit in den Bergen und dazu, was in Notfällen zu tun ist. Die schönsten Familienregionen mit passenden Aktivitäten findet man ebenfalls im E-Book, außerdem nützliche Tipps für eine entspannte Zeit voller Entdeckungen und Abenteuer in Österreichs Bergen.

**Download unter:** [to.austria.info/dav](http://to.austria.info/dav)

JUFA Hotels

## Gipfelsturm ins Urlaubsvergnügen

Die Großen haben Lust auf eine zünftige Wanderung samt Hütteneinkehr, die Kids wollen jede Menge Action am Berg. Wie gut, dass viele der über 50 JUFA Hotels in Österreich, Deutschland, Ungarn und Liechtenstein ihre Gäste mitten in den schönsten Wanderregionen erwarten! Ob Ostschweizer Alpen, Allgäu, Salzburger Land oder Montafon in Vorarlberg – da gehören jede Menge alpine Erkundungstouren zum Programm. Als perfekte Basisstationen für vielfältige Outdoor-Abenteuer warten die JUFA Hotels mit gemütlichen Zimmern und geräumigen Familien-Apartments auf. Singles und Paare fühlen sich hier ebenso wohl wie Familien. Sind die Muskeln nach einem langen Wandertag müde, heißt es in den Saunawelten: „Füße hochlegen und genießen!“ Natürlich kommt auch der kulinarische Genuss nicht zu kurz, an den Frühstücks- und Abendbuffets locken regionale Köstlichkeiten. Ist der Bewegungshunger der Kids abends nicht gestillt, toben und tollen sie durch die hoteleigenen Kinderspielbereiche.

Die Erwachsenen lassen den Tag währenddessen in den gemütlichen Cafés und Aufenthaltsbereichen ausklingen. Worauf also warten? Auf zur „wanderbaren“ Erkundungstour mit den JUFA-Wander-Hits: 3 Tage/2 Nächte inklusive Halbpension gibt es bereits ab € 96,50 p.P.

**Info:** [jufa.eu/wandern](http://jufa.eu/wandern)



Entdeckertour mit Joachim Chwaszcza

## Georgiens weites Herz

Georgien, an der Grenze zwischen Asien und Europa, ist ein faszinierendes Land, das mit Herz und Seele erschlossen wird. So etwa zu Fuß im südlichen Kaukasus in Swanetien: Im Schatten des Schchara, mit 5068 Metern der höchste Berg Georgiens, scheint die Architektur der mittelalterlichen Wehrtürme mit den umgebenden Bergen zu verschmelzen.



Oder am Gergeti Plateau, im Angesicht des 5047 Meter hohen Kasbek, wo der griechischen Mythologie nach Prometheus von den Göttern an den Felsen gekettet wurde: Hier zeigt sich eine üppige, wilde und blühende Naturlandschaft. Das Höhlenkloster Dawid Garedscha, im wüstenhaften Osten, hütet Zeugnisse frühester christlicher Geschichte. Die 8000 Jahre alte Weinbautradition ist ein weiterer Mosaikstein der weiten Seele Georgiens. In Tiflis, der pulsierenden und jungen Hauptstadt, spürt man die

ganze Lebensfreude des Landes. Mit dem bewährt feinen Gespür und viel Achtsamkeit verbindet Autor und Fotograf Joachim Chwaszcza auf dieser intensiven Entdeckertour Natur und Kultur, Geschichte und Traditionen, ganz nach dem Motto des georgischen Sprichworts: „Was du behältst, ist verloren, was du weitergibst, ist gewonnen.“ – Termin der Reise: 8. Juni bis 22. Juni 2019.

**Info:** [entdeckertouren.com/69338](http://entdeckertouren.com/69338)

## Hybrid Skirt Bellingham

### WERTVOLLER BEGLEITER

Der isolierende Rock ist ein wertvoller Begleiter bei sportlichen Aktivitäten. Die Watierung und die Materialkombination aus Melange-Fleece machen ihn elastisch und wärmend. Zwei seitliche Reißverschlüsse am Saum gewährleisten optimale Bewegungsfreiheit. Er kann auch bequem über einer warmen Outdoor-Hose getragen werden. Zudem ist er extrem leicht sowie wind- und wasserabweisend.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 79,95, schoeffel.de



## Hikemaster Powerlock

### DER UNIVERSELLE TREKKINGSTOCK VON KOMPERDELL

Der Hikemaster Powerlock ist ein universell einsetzbarer, robuster Trekkingstock aus hochfestem Aluminium. Der besonders angenehme Griff aus eigens entwickeltem Soft-touch-Material bietet rutschfesten Halt. Der bewährte Powerlock-3.0-Verschlussmechanismus sorgt für eine garantiert rasche und unkomplizierte Längenverstellung. Mit einem Packmaß von nur 65 Zentimetern sind die dreiteiligen Stöcke schnell verstaut. Ausgestattet sind sie mit einem Wechselsteller-System und Vario-Trekking-Tellern mit abriebfester Wolfram/Carbid-Spitze. Die maximale Länge beträgt 140 Zentimeter.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 79,95, komperdell.de



## Mit Tatonka auf der sicheren Seite

### DER WANDERRUCKSACK SKILL 30 RECCO

In den Bergen kann es jeden treffen. Das helikoptergestützte ganzjährige Suchsystem Recco-Helikopter-Detektor hilft dabei, Vermisste schneller zu finden. Tatonkas Wanderrucksack Skill 30 Recco ist mit kompatiblen Recco-Reflektoren ausgestattet. Mit ihm kommt ein leichter und robuster Rucksack, der durch schlichtes, trendiges Design und komfortabel praktischen Aufbau glänzt. Leichtes, abriebfestes Ripstopgewebe mit eingewebtem Diamant-Muster und stärkere Kett- und Schussfäden aus Polyethylen machen diesen Rucksackstoff extrem reiß- und schnittfest. Der ultraleichte Wanderrucksack wiegt gerade mal 850 Gramm.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 130,-, tatonka.com



## Duffel von Osprey

### FÜR ABENTEUER ENTWICKELT

Die neue Duffel-Reisetasche Rolling Transporter ist mit 40, 90 und 120 Litern Volumen erhältlich. Diese extrem strapazierfähige, leistungsstarke Tasche mit geländegängigen Rollen ist perfekt, um Ausrüstung von Abenteuer zu Abenteuer zu transportieren. Mit dem Osprey HighRoad™-Gestell aus ABS-Kunststoffen und extra großen Rollen aus Polyurethan ist sie für unwegsames Gelände geeignet und lässt sich laufruhig ziehen. Sie besteht aus TPU-beschichtetem Nylon, das außergewöhnlich haltbar, gering im Gewicht und weich im Griff ist.

Das Design nutzt den verfügbaren Raum optimal und vereinfacht das Packen.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 220,- (40 l), € 260,- (90 l), € 280,- (120 l), ospreyeurope.de



## Impellor Jacket

### ULTRALEICHTER WETTERSCHUTZ

Die leichteste, wasserdichte und ultraatmungsaktive Hardshell von Mountain Equipment! Dieses neue Modell hat alles, was eine Regenjacke braucht, und vereint dabei ein verschwindend kleines Packmaß und wasserdichten Wetterschutz mit der herausragenden Atmungsaktivität der neuesten Generation von Gore-Tex®-Active-Material. Mit gerade einmal 170 Gramm spürt man sie kaum. Inklusive Mesh-Packsack.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 279,90, mountain-equipment.de



## Natürliche Wärme – neue Technologie aus Südtirol

### NACHHALTIG INNOVATIV

Textiltechniker des Bergsportspezialisten Salewa haben eine Kollektion entwickelt, die mit dem Isolationsmaterial Tirolwool®-Celliant® für natürliche Wärme sorgt. Rohstofflieferant sind Tiroler Bergschafe.

Rund 250 Bergschafe weiden über die Sommermonate im hinteren Ötztal, in einer hochalpinen Landschaft zwischen 1900 Metern und 3000 Metern. Jedes Jahr Ende Mai treibt **MARKUS PIRPAMER** seine Schafe auf diese Hochlandweiden. Für den Schafbauern aus Vent ist es Leidenschaft, denn finanziell lohnt sich die Reise kaum. Seit ein Teil der Wolle der Tiroler Bergschafe in die Isolation der Kleidung von Salewa wandert, wird die Schafhaltung wieder etwas lukrativer.

**Salewa: Markus, würdest du sagen, dass es euren Schafen auf den Wiesen der Ötztaler Berge gut geht?**

Markus Pirpamer: Unbedingt. Und ja, natürlich finden sie auch optimale Bedingungen vor. Es ist angenehm kühl und sie finden eiweißhaltiges, köstliches Gras.

**Liefern denn glückliche Schafe auch bessere Wolle?**

Ja, absolut. Unsere Schafe haben stärkeres Haar als Merino-Schafe und die Wollqualität ist dank des rauen Klimas sehr hoch.

**Euch liegt die artgerechte Haltung sehr am Herzen – aber was versteht ihr darunter?**

Alles, was natürlich ist! Der Alpensommer. Das Weiden auf Koppeln und die gezielte Abweidung von Flächen.

**Euer Gedanke ist sehr ideell – wie sieht es mit der Wirtschaftlichkeit aus?**

Bei der Scherung bringt ein Schaf etwa zwei Kilo-

ogramm Wolle. Der Kilopreis liegt bei 70 Cent. Der Scherer verlangt zwei Euro pro Schaf. Die Wirtschaftlichkeit kann sich da jeder selbst ausrechnen. Erst seit der Tiroler Schafzuchtverband diverse Kooperationen, unter anderem mit Salewa, eingeführt hat, wird es wieder lukrativer. Das ist fantastisch, weil die Wolle einen anderen Stellenwert erlangt und das Bewusstsein für ihre Qualität und die Bedeutung für Landschaft und Kultur wieder in den Vordergrund rücken.

Warum sich die Textiltechniker für den Einsatz des Isolationsmaterials entschieden haben und wie die Wolle verarbeitet wird, erklärt **CHRISTINE LADSTÄTTER**, Innovation und Special Projects Manager bei Salewa.

**Was passiert mit der Schafwolle bei Salewa?**

Christine Ladstätter: Die Wolle wird direkt zu unserem Partner Imbotex geliefert, wo sie gekämmt wird. Imbotex lässt sie mit Oxywash, einer chlorfreien Waschung, ausrüsten und produziert dann nach unseren Konzeptionen die Wattierungen, die wir für unsere Textilien brauchen.



Beispiel für die TWC-Integration: Ortles Hybrid TWC Jacke

**Warum verarbeitet ihr die Tiroler Schafwolle und wie veredelt ihr die Naturfaser?**

Der Grundgedanke ist alt, denn jeder weiß, dass Isolation aus Wolle das körperliche Wohlbefinden unterstützt und Feuchtigkeit reguliert. Wir haben festgestellt, dass wir die Wärmeleistung und den Komfort der Wolle durch die Mischung mit Celliant® potenzieren können.

Die Celliant®-Technologie besteht aus thermoreaktiven Mineralien, die in recyceltem Polyester eingebettet sind. Sie arbeitet mit den Infrarotstrahlen des menschlichen Körpers und unterstützt so das Wohlbefinden und die Regeneration.

**Warum ist euch der Ursprung der Wolle wichtig?**

Wir erarbeiten textile und funktionale Lösungen mit einer Faser, die hier in den Bergen, im Umkreis von 100 Kilometern zum Firmensitz, gewachsen ist. Durch diese Zusammenarbeit ist eine regionale Wertschöpfung möglich. Ein sehr schönes Produktbeispiel für die TWC-Integration in die Salewa-Kollektion ist übrigens die Ortles Hybrid TWC Jacke: Die Schnittführung schenkt Bewegungsfreiheit, verhindert das Hochrutschen des Saumes und sorgt für einen athletischen Look. Im Rucksack verstaut lässt dieses 400-Gramm-Teil viel Platz für essentielle Dinge, die beim Skibergsteigen, auf Gletschertouren oder beim Eisklettern nicht fehlen dürfen.

PREISEMPFEHLUNG: € 230,-, [salewa.de](http://salewa.de)



## Sassa GTX® MID Ws

### VIELSEITIG BEQUEMER TREKKINGSCHUH VON LOWA

Wie vielseitig der neue Sassa GTX® MID Ws wirklich ist, stellt der bequeme Trekkingschuh am liebsten selbst unter Beweis: Abgesehen von der gedämpften Zwischensohle sorgen vor allem der speziell an die Anatomie weiblicher

Füße angepasste Leisten sowie der aus einem Lederstück gefertigte Vor- und Mittelfußbereich

für besten Tragekomfort. Um den Schuh optimal an die eigenen Bedürfnisse anpassen zu können, hat das Modell ein Schnürsystem mit Flexloops und einen Fersenzug mit offenen Zughaken. Das atmungsaktive Gore-Tex®-Futter macht den Schuh wasserdicht. Das Obermaterial ist Veloursleder.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 199,95, lowa.de



## Black Series

### DER MICRO VARIO CARBON

Für Minimalisten: ein starker Auftritt, vollgepackt mit technischen Details. Der faltstock aus 100 Prozent Carbon ist dank der speziellen ELD-Konstruktion noch stabiler und lässt sich per Knopfdruck kinderleicht und in Sekundenschnelle auf- und abbauen. Der Aergon-Griff bietet eine komfortable Stütze. Unterschiedliche Längen- und Höhenanforderungen meistert er dank Speed Lock 2 mit links.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 179,95 (Paar), leki.com



## Evonell Hüttenset

### ULTRALEICHTE HYGIENEARTIKEL

Für Rucksackreisende optimal ist das spezielle Hüttenset von Evonell: Der hautfreundliche Wechselkopfkissenbezug Encasing hält unangenehme Gerüche, Fremdfasertartikel und gesundheitsschädliche Allergene fern, 200 Gramm leicht passt er in jede Tasche. Das ultraleichte, perforierte Outdoorhandtuch ist dank platzsparendem Format, hoher Funktionalität, schneller Wasseraufnahme und schneller Trocknung ideal für unterwegs. Der praktische Wasch- und Peelinghandschuh bietet Reinigen ohne Seife und Peeling ohne Granulat. Einfach mit nassem Handschuh über Gesicht und Körper reiben, die Haut wird verblüffend zart. Zu allen Artikeln gibt es ausführliche Beschreibungen im Shop.

**PREISEMPFEHLUNG:** (Hüttenset Shop-Preis € 76,30): Sonderpreis € 53,40 abzgl. 20% Sonderrabatt für DAV-Mitglieder auf dieses Set sowie alle Produkte aus dem Programm. Beim Kauf bitte Gutscheincode DAV135044 eingeben, evonell.de



## Nikwax

### MEHR ALS NUR IMPRÄGNIERMITTEL

Umweltverantwortung spielt bei Nikwax eine zentrale Rolle. Nur wenn die Umweltauswirkungen auch von Pflegeprodukten minimal sind, kann die Natur für nachfolgende Generationen bewahrt werden. Die umweltfreundliche Imprägnierformel von Nikwax ist wasserbasierend, nicht umweltsensibel, lösungsmittelfrei und nicht entzündlich. Zudem ist Nikwax der einzige etablierte Pflegemittelhersteller, dessen Produkte seit jeher zu 100 Prozent PFC- und treibgasfrei sind. Nikwax unterstützt Umweltschutzorganisationen weltweit, hat sämtliche CO<sub>2</sub>-Emissionen seit Firmengründung vor mehr als 40 Jahren ausgeglichen und arbeitet somit klimaneutral. Nikwax-Produkte verlängern zudem die Lebensdauer jeder Ausrüstung.



**PREISEMPFEHLUNG:** Imprägnierwachs für Glattleder (Tube): ab € 5,- (60 ml) oder € 8,- (100 ml), Reinigungsgel: € 7,- (125 ml), Stoff- und Leder-Imprägnierung: € 9,- (125 ml), € 13,- (300 ml), nikwax.de

## Speed Lite 32

### LEICHTGEWICHT

Die Speed-Lite-Serie zählt zu den leichtesten Wanderrucksäcken im Sortiment von Deuter. So bringt der speziell für Mehrtagestouren entwickelte Speed Lite 32 nur knapp 870 Gramm auf die Waage. Für Stabilität und angenehme Lastverteilung bei minimalem Gewicht sorgt der flexible, gespannte Delrin®-U-Rahmen. Der extrem leichte, minimalistische und kompakte Kontaktrücken sorgt für ein gelungenes Zusammenspiel aus Tragekomfort und Stabilität. Dadurch überzeugt das angenehm belüftete Rückenpaneel selbst in anspruchsvollem Gelände jederzeit durch sicheren Sitz.

Leichte schlanke Hüftflossen fixieren den Rucksack kompakt am Körper.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 129,95, deuter.com



## HÄNDLERVERZEICHNIS

PLZ 00000-09999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Leipzig:**  
Nikolaistraße 47-51  
04109 Leipzig  
Tel.: 0341 - 308 586 50

PLZ 50000-59999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Hamm:**  
Ritterstraße 2  
59065 Hamm  
Tel.: 02381 - 927 259

**Bonn:**  
Wenzelgasse 17  
53111 Bonn  
Tel.: 0228 - 981 467 47

PLZ 90000-99999

Active Peru Travel [www.activeperu.com](http://www.activeperu.com)



TEL. 09 41 - 64 66 36-0  
HAIDPLATZ - KREBSGASSE 2  
93047 REGENSBURG

[WWW.LAUFUNDBERG.DE](http://WWW.LAUFUNDBERG.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

PLZ 60000-69999



**McTREK  
OUTDOOR SPORTS**

**39X IN DEUTSCHLAND**  
und im großen Online-Shop unter  
[www.McTREK.de](http://www.McTREK.de)

Info-Telefon: 0 61 81 - 95 26 30  
(Mo.-Fr. 8:00 - 18:30 Uhr / Sa. 9:00 - 13:00 Uhr)  
McTREK Outdoor Sports ist eine Marke der YEAH! AG, Kellenstraße 20b in D-63486 Bruchköbel.



**Mein  
Ausrüster**  
Der Bergsportexperte

Ausrüster GmbH | Ludwigstraße 7 | 93086 Wörth a. d. Donau  
[www.mein-ausruester.de](http://www.mein-ausruester.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

Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe

**schuh  
keller**  
Perfektion. Tradition. Qualität.

Wredestraße 10  
Ludwigshafen am Rhein  
Tel. 0800 / 5112233  
[bergschuh-keller.de](http://bergschuh-keller.de)



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Erfurt:**  
Schlosserstraße 28  
99084 Erfurt  
Tel.: 0361 - 601 77 80

INTERNET



An der Hansalinie 17  
48163 Münster  
Tel. 71 93 66  
- große Zeltausstellung - Bergsportspezialist -  
[www.terracamp.de](http://www.terracamp.de)

Aegidi Markt 4+7  
48143 Münster  
Tel. 45 777  
- Bergsportspezialist -  
[www.terracamp.de](http://www.terracamp.de)

## HOTELS | UNTERKÜNFTE

**Pension Hahnenkamm**



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

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

**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 € 52,00** (4.8.-1.9. € 57,00). 6.10.-14.10. "Goldener Herbst" **7 Tage HP € 327,00**. Kinder im Elternzim. stark ermäßigt/umsonst. Gemütlicher Familienbetrieb, große Zimmer, jeder Komfort, Sauna, Wellness.

Mehr Info: [www.hotel-latemar.it](http://www.hotel-latemar.it), Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054

**alpenchalets.net**

**Südtirol, Schweiz + F**  
Skihütten und Chalets online buchen beim Spezialisten, für 4-24 Personen.  
Tel. +49 721-4672475  
[alpenchalets.net](http://alpenchalets.net)

**Skiurlaub  
auf der Hütte!**

500 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers. in den besten Skigebieten der Alpen

**Katalog: 02 51/899 05 30**

Online buchen oder Katalog ordern:  
[www.Frosch-Ferienhaus.de](http://www.Frosch-Ferienhaus.de)



Sie möchten in der Outdoorworld inserieren?

Dann sprechen Sie mit Hans-Joachim Weber,  
Telefon +49 (0)40-3703-6445.

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



**GOLDENER BERGHERBST**

ab € 53,00 p.P.  
inkl. HP **HOTEL TAUFERBERG**

A-6441 Niederthal 12a +435255/5509  
[WWW.TAUFRBERG.COM](http://WWW.TAUFRBERG.COM)

## REISEVERANSTALTER

**GEMEINSAM UNTERWEGS ALPIN**  
**AMICAL** TREKKING EXPEDITION  
 KATALOG ANFORDERN:  
 Walsersstr. 5 · 87561 Oberstdorf  
 Tel.: 08322.9874788  
[www.amical-alpin.com](http://www.amical-alpin.com)

**Albanico**  
**Spanien individuell wandern**  
 Pyrenäen – Andalusien – Sierra Nevada  
 Tel.: 0711-833340 · [www.abanico-reisen.de](http://www.abanico-reisen.de)

**annapurna round**  
 02.-20.10.2018  
 gruppentour max. 6 TN  
**nepalwelt-trekking.com**  
 adventure trekking culture

**seabreeze.travel**  
**Azoren Madeira Kanaren Kapverden**  
 Spezialist seit 19 Jahren  
 Unsere individuellen Reisen - Ihr persönliches Erlebnis.  
[www.seabreeze.travel](http://www.seabreeze.travel)

**Wandern mit den Profis!**  
 150 Touren in den Alpen  
[alpenschule-oberstdorf.de](http://alpenschule-oberstdorf.de)

**Reisch Reisen**  
 Geführte Individualreisen mit verlässlichen Partnern vor Ort:  
 Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania, Indien, Armenien, Georgien u. u. m.  
 Tel. 089 8505560, [www.reisch-reisen.com](http://www.reisch-reisen.com)

**Lawinen- und Skitourenkurse**  
**Bergschule Oberallgäu**  
[www.alpenschule.de](http://www.alpenschule.de) ☎ 08321/4953

**Erlebnis Dachzeltbus**  
 außergewöhnliche Aktivreisen  
  
[www.DALTUS.de](http://www.DALTUS.de)  
 Tel: 04123 8543218

**Skilanglaufreisen nach Skandinavien**  
[www.die-vagabunden.de](http://www.die-vagabunden.de)  
 ☎ 0 43 52 - 95 68 695

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

**Einzigartige Bergtouren und Trekkings in Südamerika & den Pyrenäen**  
[www.pyrenaeen-berge.de](http://www.pyrenaeen-berge.de)

**Singles - Paare - Freunde gemeinsam Neues entdecken**  
 Aktiv Urlaub erleben  
[info@Natours.de](mailto:info@Natours.de)

**PATAGONIEN FEUERLAND**  
 Persönliche Reiseplanung vom Spezialisten  
**SANTANA Travel**  
 AUSSERGEWÖHNLICH VIELFALTIG  
 ■ Individuell ■ Selbstfahrer ■ Gruppen  
 Santana Travel GmbH · 82362 Weilheim · [www.santanatravel.de](http://www.santanatravel.de)

**WELTWEIT Erlebnisreisen**  
**HENKALAYA**  
 06466 912970  
[www.henkilaya.de](http://www.henkilaya.de)  
[henkilaya@t-online.de](mailto:henkilaya@t-online.de)

**Wandern ohne Gepäck**  
 INDIVIDUELLE WANDERREISEN IN GANZ EUROPA.  
**EUROHIKE** WANDERREISEN  
[www.eurohike.at](http://www.eurohike.at)

**Vuokatti Winterwunderland**  
  
 nordic holidays  
**VUOKATTI**  
 the EU 2014-2020  
 European Union  
[www.nordic-holidays.de](http://www.nordic-holidays.de)

**Küstenwandern auf Santa Maria**  
  
**Azorentrekking auf eigene Faust in 5 Etappen**  
 Auf weniger als 100 km<sup>2</sup> bietet die Insel eine Vielfalt an Landschaften: Im Norden ragt ein raues Kap auf, im Süden liegen Sandstrände. Der Westen ist von karger Steppe überzogen; dazwischen der grüne Gipfel Pico Alto, Höhlen, Wasserfälle und eine rote Wüste.  
 8 Tage | Flug | Ü/F im DZ | Shuttleservice  
 p.p. ab € 899,- ☎ 0761 - 45 892 890 [www.picotours.de](http://www.picotours.de)  
 picotours  
 ACRES  
 2020  
 AZORES

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

**Einfach und schnell selber buchen unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)**

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen. Registrieren Sie sich jetzt unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de). Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter [kleinanzeigen@guj.de](mailto:kleinanzeigen@guj.de) oder rufen Sie Ihre Kleinanzeigen-Hotline unter der Telefonnummer: (040) 37 03-64 45 an.



VERSCHIEDENES

**Antihydral®**  
Gegen starke  
Schweißabsonderung  
zur Anwendung auf der Haut

Anzeigenschluss für die  
Panorama 06/2018  
ist der 12. Oktober 2018.

**KORODIN**  
Herz-Kreislauf-Tropfen

**BERGSCHULE**  
KLEINWALSERTAL  
ERLEBE DEIN  
ABENTEUER  
MIT UNS!  
www.bergschule.at

**Räer**  
AUSRÜSTUNGEN  
**MOLESKINHOSE**  
BW Zum Top-Preis:  
25,88€ + 4,95 €  
Versand  
www.raer.de

**Venter Tage**  
IM HERZEN  
DER ÖTZTALER ALPEN  
Das Berg-  
und Skidorf Tirols  
**ÖTZ  
TAL** Venter  
www.ventertage.at  
f @ventertage

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama  
Einfach und schnell selber buchen  
unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)

KLEINANZEIGEN

IMMOBILIEN

Allgäu/Schliersee, Paar+ kl. Hund sucht ab  
sodort FeWo für ca. 7 Mon. T.01713014015

**Ferienhaus KÄRNTEN** 1600 m, 200 qm,  
4 DZ, 180 T, +491715281194

**Liebevoll renoviertes Rustiko** 11 km im  
Hinterland von Imperia Italien zu verkaufen  
VB 125.000,- € 60 qm Wohnfläche 30 qm  
Keller. Bietet alles was ein Naturfreund  
braucht 01766662844

VERMIETUNGEN

**Tirol**, uriges Selbstversorgerhaus im  
Kaunertal (max 25 Pers.), ideal zum  
Skifahren, Wandern [www.sunna-huette.de](http://www.sunna-huette.de)

**INSEL ELBA** Ferienwohnung [casalido.de](http://casalido.de)

**TOSKANA-MEER** Naturstein-FeHs, Blick  
aufs Meer und die Inseln Elba+Korsika  
[www.toskana-urlaub.com/](http://www.toskana-urlaub.com/) 08662/9913

**Allgäu**: 2 FeWo's (je 130qm)  
in ehemaliger Berghütte.  
[www.kuckucksnest-allgaeu.de](http://www.kuckucksnest-allgaeu.de)

**Sächs. Schweiz** Klettern & Wandern  
[www.ferienwohnung-scheere.de](http://www.ferienwohnung-scheere.de)

**Südtirol**, Maria-Saal am Ritten. 3-Zi-Wohn.  
zu vermieten. Wohnküche, 2 Schlafzi.,  
Bad, WC, gr. Balkon, Keller, Garage.  
Traumhafter Blick. Tel: 0039 3404154850

**Andalusien**: FeHS mit Komfort, Meer- +  
Bergblick, priv. Pool, ideal zum Wandern,  
Meer, Erholung: [www.villa-andalusien.de](http://www.villa-andalusien.de)

**Schenna/Südtirol**: 5\* App. für 4 Personen  
[www.penthouse-skygarden.com](http://www.penthouse-skygarden.com)

**INSEL ELBA** Ferienwohnung [casalido.de](http://casalido.de)

**Wandern** auf mediterranen  
Küsten- und Bergpfaden. Kleines  
Natursteinhotel am Lykischen Weg.  
[www.wassermuehle-hotel.com](http://www.wassermuehle-hotel.com)

VERSCHIEDENES

Geschenkidee für Bergler... [Gipfelshirts.de](http://Gipfelshirts.de)  
von \*\*\* [bergmaennle.de](http://bergmaennle.de) \*\*\* bio&fair \*\*\*

**Wanderwoche am Lago Maggiore!** Auf  
Sonnenpfaden zwischen Tessin&Piemont.  
6x ÜF/HP im DZ. inkl. Guide 620 €. [www.wandern-am-lago.de](http://www.wandern-am-lago.de)

**Bergbilder.Historisch.Einzigartig!**  
Leinwandbilder für Ihr Zuhause:  
[www.historische-bergbilder.de](http://www.historische-bergbilder.de)

**Weiterbildung** „Tourenleitung und  
Landschaftserleben“ Start: Febr. 2019  
Die Weiterbildung der Naturschule  
Deutschland e.V. qualifiziert an 5  
Wochenenden dazu, Wander-, Rad-  
und Kanutouren zu leiten. Kursorte in  
Mitteldeutschland. [www.liw-ev.de](http://www.liw-ev.de)

**Der Hamoni® Harmonisierer** - Ihr  
Hochwirksamer Schutz vor Elektrosmog  
[www.elektrosmoghilfe.com](http://www.elektrosmoghilfe.com)

BEKANNTSCHAFTEN

**Chiemgau**, Zauberee sucht  
jungebliebenen naturverb. Genusssportler  
bis 65 J. für Freundschaft plus. BmB:  
[magicfairy1@gmx.de](mailto:magicfairy1@gmx.de)

**Rm S:** Sie, 71 (gefühlte 61), 1,72, studiert,  
attraktiv, sucht Ihn in Stuttgart +/- 20  
km als Freizeitbegleiter für Wandern,  
Bergwandern, Tanzen, Radeln (Ped.),  
Reisen. Du solltest naturverbunden,  
lebenslustig und kultiviert sein. BmB:  
[futur10@gmx.de](mailto:futur10@gmx.de)

**Oberschlesier** trifft Oberschlesierin im  
Juli im Kärlinger Haus. Freue mich auf  
Antwort. 04578922294

**Hey Sven** aus N vom anderen Fenster im  
IH: Meld Dich mal! 017655176672

**Sport verbindet – vielleicht fürs Leben!**  
Sie sind neugierig, männlich und  
suchen DIE LIEBE? Bei uns suchen  
attraktive, sportbegeisterte Frauen  
mit Niveau das passende Pendant.  
Ein unverbindliches, kostenloses  
Gespräch mit PV Christine Stegmann  
kann ihr Leben positiv verändern. MUC  
089/32635867 oder 0176/20371708  
[info@cs-partnervermittlung.com](mailto:info@cs-partnervermittlung.com)

REISEPARTNER/IN

**Neuseeland**: Natur-, Kultur-, Erlebnisreise  
durch eines der schönsten Länder auf  
dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harry  
Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch  
faszinierende Landschaften reisen.  
Tel. 07551/301166 [www.harrytours.de](http://www.harrytours.de)

Junge Fam. (33, 29) m. Tochter (9 M) sucht  
Familien zum Kettner+Reisen in Europa  
von Sept 18 bis April 19. 015752577489

**INDONESIEN (Komodo, Flores, Bali,  
Java u.a.m.) individuelle Trekking- und  
Bootstouren** [www.majestickomodo.com/](http://www.majestickomodo.com/)  
Info auch über 0173/6125737

**Raum Ffm.:** Sportlich aktive, schlanke  
Frau (59) sucht männliches Pendant für  
gemeinsame Bike and Hike Touren am  
Wochenende und auf Reisen... vielleicht  
wird die Tour durchs Leben daraus?  
Tel. 0172 6727899

**Kapverden** 06.11.2018, traumhafte Wand-  
erungen auf 4 Vulkaninseln m. Pico Fogo  
16 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

**Äthiopien**, 28.12.2018,  
Trekking Ras Dashen 4550 m u. viel Kultur  
16 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

Traumtour **Kilimanjaro 5895m**, 18.01.19  
4 Tg Akklimatis. am Mt. Meru 4566 m  
6 Tg Kibo auf sehr einsamer Umbwe Route  
3 Tg NP Manyara, Tarangiere, Ngorongoro  
16 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

**Madeira**, die schönste Atlantikinsel  
6 Wanderungen 07.05.2019, 8 Tg  
priv., kl. Grp, ini. Betreu., Tel. 08586-2905

**Kilimanjaro**, Jan. 2019, 16 Tage, privat  
mit Meru u. 3 Safaris, [weltberge@gmx.de](mailto:weltberge@gmx.de)

Muntere Chiemgauerin, 62, liebt ihre  
Heimat, Berge, Seen und  
Städte/Kultur/Wander/Urlaubs/  
Wellnessreisen nah und fern. Ich freue  
mich auf eine(n) Freund(in) mit gleichen  
Interessen.  
Mail: [diechiemgauerin@gmail.com](mailto:diechiemgauerin@gmail.com)

**Bergwanderung:** anspruchsvoll von Hütte zu Hütte / bergfrangge@aol.com (m, 35, unkompliziert, Frühaufsteher, Würzburg)

**Gardasee** Anf. Oktober, M50, sportlich sucht Partnerin sebco2409@yahoo.com

**Reisepartner\*innen** gesucht: April/Mai 2019: 3 Wochen Bergsteigen in Bolivien/Chile. Besteigung des Vulkans Llullaillaco, 6739 m. Selbst organisierte Kleingruppe. klaus.huber57@t-online.de

## SIE SUCHT IHN

Mit Freunden draußen sein ist schön; zu Zweit planen & genießen ist schöner :)

**Rm 0+9+?**: Ich, 51 Jahre, mag Wandern, Klettern und bin... brettifan@gmx.de

**Rm8:** Wandersocke (46/172) sucht passenden Bergschuh zum Wandern und fürs Herz.  
BmB: bergeundmehr72@gmx.de

**zwidler und schiach** - bin i ned. Bergverliebt, sportlich, gern auch gmütlich, unkompliziert, herzlich und hübsch beschreibt mich (38/169/NR) viel besser. Bist Du auch ned zwidler und schiach, 37-47 J, bergbegeistert, sportlich und stehst mit beiden Beinen im Leben, dann schreib mir BmB! Rm 82+XX; nedzwidler@gmail.com

**Rm 83:** Projekt Zukunft  
Ja, ich will...  
Dich!  
Du bist zwischen 45-55 Jahre, NR, körperbewusst, männlich anziehend, ungebunden, ehrlich, bodenständig, partnerschaftlich, ein Mann der selbstständig im Leben steht. Ich bin Anita (49 J., schlank, grüne Augen und lockige, lange braune Haare), naturverbunden, Reiterin und Jägerin, ausgeglichen, echt, wahrhaftig, leidenschaftlich. Lass uns gemeinsam nach unserem Projekt suchen...Projekt.zukunft68@web.de

**Rm 1:** Lieber Sternenhimmel als 5-Sterne-Hotel, Neues und Natur entdecken -- ich, 47/170, unternehmungskundig, humorvoll, suche Dich um schöne Erlebnisse und das Leben gemeinsam zu genießen. teryky@gmx.de

**RM 91**...ich, sportlich, spontane Frohnatur (51,162,55), MTB,W,KS, SSW, sucht den Mann, für den Gipfelglück, Lebenslust, Humor, aber auch Kultur u. Tiefgang keine Fremdwörter sind.Liebe mich u. das Leben, meine Kinder (24,23,17), meinen Optimismus.Hast du Mum u. Power mein Fixstern am Horizont zu werden? BmB: gluexxrausch.2018@gmx.net

**Rm M/Oberbayern:** Junggebliebene Sie, 67/165/55, sucht ruhigen, naturverbundenen Partner zum gemütlichen Wandern, Radfahren, E-Bike, Reisen: kiku@gmx.net

**RM71/82,** hübsche Bergfee 61, sucht sympathischen Berggeist für Wanderungen und Abenteuer über und unter der Baumgrenze, für Hüttentouren, Kultur, Kunst, Musik und Ruhe. BmB Malou.Finder@gmx.de

**RM9** Wo bist du? Attraktive Sie (56, 155, 52), vielseitig interessiert, naturverbunden, sportl. sucht achtsamen, verlässlichen Mann für ein Leben zu zweit mit Genuss + Tiefgang. freude.21@web.de

**Berlinerin** (gebürtige Schwäbin): 36/185, NR, unkonventionell, aktiv, verlässlich sucht <liebe-die-bleibt@gmx.de>

**OA:** Frohnatur mit 2 Lausbuben sucht Dich (< 50!) für Berge (BT/ST), Glaube und Alltag. BmB: bms1977@web.de

**Rm 83:** Suche pfiffige, zuverlässigen Naturburschen mit Geschichte und Niveau um die 60. Ich 60, spontan und unternehmungslustig. Hofalm18@web.de

**91: Der schönste Weg ist der gemeinsame.** Ich (48, 165, NR, mit Herz + Verstand) liebe Ski, Rad, Tiere, Spieleabende und eine Partnerschaft auf Basis von Liebe, Treue und Loyalität. Willst Du mit mir gehen? Via.70@web.de

**Rm8:** Attraktive, sportliche Witwe, 59 sucht niveaувollen Goldschatz/Witwer, +/-60, um gemeinsam die schönen Dinge zu erleben und zu teilen. Vielleicht auch mehr? BmB: tesoro@habmalnefrage.de

Rm6,sportl,natürl.SIE58/168/62 NR,su IHN m.Herz+Humor f. Klettern,Radeln, Reisen, gerne m.WohnMobil - anabel835@web.de

**RM83:** 49-jährige vorzeigbare, sportliche und lustige Sie sucht Gegenstück der sich ebenfalle gerne in den Bergen aufhält egal ob mit MTB od. Skitouren. BmB an bergauf-ab@gmx.de

**Allgäu:** Pfeif auf den Prinzen, ich will ,nen Bergler mit Herz :) Willst du mit mir (35, 1,70, schlank) lachen, lieben, genießen beim Skifahren, Klettern, Wandern, Biken,...? BmB schneeengel300@web.de

**RM76** Sportl., reisebegeisterte, herzliche Sie 34/165/52 mit Abenteuergeist sucht naturverbundenen, ehrlichen & aktiven Counterpart mit Herz, Humor und Verstand für alles, was das (gemeinsame) Leben wunderbar macht. **thealps84@gmail.com**

**Mü.: Sportl. natürl. Sie** 74/162/52 sucht Dich für Berg+Tal, Reisen, Natur, Kultur. BmB Alpenedelweiss43@yahoo.de

**RM1:** Liebster m. Herz+ Verst. ges. d.mit intell. aktiv. hüb. FR IR 58/176/67/ zus.leben, lieben, wand., padd., reis.,Kult. gen. will Mail an maxi20151@freenet.de

**Rm76 Pfälzerin** 59/160/55 (RR,MTB,Klettern,Wandern, Genuß, Kultur)freut sich auf pfiffige, interessante Zuschriftenvon männlichem Pendant 55-62 BmB bergundwandern2018@gmail.com

**Rm S:** 54/164/50 Wenn du mit mir über die Berge gehst, durch Seen schwimmst, am Strand von Sylt spazierst, mich auf dem Rad begleitest, zu Rockkonzerten und ins Ballett mitkommst, mit mir kochst und vielleicht deinen Hund mitbringst, dann könnten wir zusammen durchs Leben gehen. Emmaaufreisen@web.de

**RO/M/N** Sportliche und kulturell interessierte Sie 57J/173, optimistisch und lebensfroh sucht für gemeinsame Hike&Bike Entdeckertouren u.a. in den Alpen reiseleidenden, inspirierenden Partner und Kameraden Tschigat2998@gmail.com

**Rm83:** Frau (60 J. groß schlank) sucht Mann zum Gernhaben - und uns miteinander was zu tun: Wandern über Berg und Tal, Garten, Kultur... jamas2018@gmx.de

**Rm 8.** Sportliche (Laufen, Rennrad, Mountain Bike, Wandern usw.), kunst- u. kulturinteress., herzl. Lebenskünstlerin, 59/162, sucht Ebensohlen, NR bis 65 J. BmB. wascha59@gmx.de

**Rm83 / M:** Lächeln - Zuhören - Lieben 55w / 170 / 77 mit „a bisserl was“ im Hirn, im Herz und auf den Hüften für Berg- und Skitouren, Wasser und Zelt, für Musik und inter. Gespräche Lerche mit Ferien - Nur in gute und erfahr. Hände! - wahrleben@posteo.de

Kreatives Mädel aus HD, 41, mag Berge, Ski, Wandern, (Fern-)Reisen und viel mehr. Und Du? BmB daucali@gmx.de

**Franken/HH** Ich 63, schlank, suche Dich, NR, symp. und humorv. für's Aktive und für's Herz. BmB sunshine\_655@web.de

**Rm 73:** sportliche Sie (52/176) sucht Ihn für gemeinsame Radtouren, intensive Gespräche auf Augenhöhe und mehr. Freue mich auf deine Mail. BmB. lavitaebella2@gmx.de

**Rm 83:** Bodenständige, lebensfrohe Akademikerin (59, 1.78, schlank) sucht einfühlsamen und entscheidungsfreudigen Lebensgefährten für eine zuverlässige und liebevolle Beziehung. singenmachttheiter@gmx.de

**OA:** Teilst Du meine Begeisterung für Rad, Skitour, Powdern, Berge, Schnee? Fühlst Du Dich jünger & siehst auch so aus? Attr. jugendl. Sie (50) sucht im **Allgäu** jugendl. Ihn +/- 50 mit großem Herz, Lachfalten & Tiefgang, offen für inneres Wachstum um gemeinsam Träume zu leben. allgaeu\_67@web.de

**Dresdnerin** 37 J./162/52, abenteuerlustig und viel draußen, freut sich auf einen Mann in ähnl. Alter, NR, für Gemeinsam-sein im Hier & Jetzt und in der Zukunft. diegruenhoehle@gmail.com

**SW oder überall:** Humorvolles und warmherziges Mädel (38, 1,60, schlank, NR) sucht zuverlässigen und liebevollen Burschen. Bergwandern, Radeln, Genießen, Leben, Reisen (z.B. Österreich, Italien, Berge, Meer, Zelt, Hotel,...) ist gemeinsam einfach schöner. Wenn du mit mir zusammen noch mehr von der Welt sehen möchtest, dann freue ich mich auf deine BmB-Antwort: gemeinsam\_wandern\_2018@gmx.de

**RM 7:** Ich, 57 J., attr., lebensfroh, sportl., suche Dich, zum Bergwandern, Wintersport (LL, Alpin), ab und zu dem Alltag zu entfliehen und die Wunder der Natur zu bestaunen, zum lachen, reden, ausgehen und für die Höhen und Tiefen des Lebens. hoehenundtiefen2018@web.de

**Rm82:** (w,35,172,75, NR, mit Hund und Humor) Berg- und Fernwandern, Ski und Schneeschuh - am liebsten zu zweit. BmB stoabock83@gmail.com

MB/TÖL/GAP.Sie.59.schl.su.liebensw.Ber gler.So/Wi.BmB.Paula.1@freenet.de

**Rm82:** Sie(56/166/55/NR) sucht Dich - humorvoll, sportlich - zum zusammen Wandern, Radeln (RR+MTB), Schwimmen, Skifahren (auch Touren) und auch mal Kino, Konzert, Theater, gemeinsam Reisen und einfach das Leben genießen. BmB: berge\_und\_mehr@gmx.de

**RW/VS:** sportlich, spontan, naturver., herzliche Sie (52/176) sucht großen, entspannten, lebenslustigen Ihn mit Herz und Humor. pizpalue13@web.de

**Rm 86:** Glück ist wie ein Vogel, wer es nicht ergreift dem fliegt es davon. Ich 53 sportlich mit beiden Beinen im Leben stehend wünsche mir einen Lebenspartner für Berge, Natur Kultur und mehr. Wenn Du welloffen bist und Vertrauen schenken kannst bist Du bei mir herzlich Willkommen. glueckkoala@gmail.com

**Chiemgauerin** 55/181, wünscht si an unternehmungslustign Chiemgauer dea mit ihra die Natur entdeckn mog! barfuas@freenet.de

KLEINANZEIGEN

Authentisches Mädel, 50/172, Rm 70: Aussehen bestechend, weil charaktermoll, temperamentvoll, nicht ganz deppert, leidenschaftlich gerne im Norden und Gebirge unterwegs, SST, BT oder am leichten Fels. Faible für Konzerte, Theater, HighHeels oder einfach mal zuhause bleiben. Und Du? Bist offen für Neues und möchtest das Leben mit allem was dazugehört gerne zu Zweit genießen! Dann schreib mir, woher Du auch kommst: [BergeUndNorden@gmx.de](mailto:BergeUndNorden@gmx.de)

**Rm5:** Ich, 49/168/53, NR, attraktiv und sportlich, suche einen liebevollen Partner u. a. zum Klettern, Wandern, Radfahren, Kultur und ein gemeinsames erfülltes Leben. BmB an [Berge2018@web.de](mailto:Berge2018@web.de)

**Rm91 Möchte gerne die Momente des Lebens mit Dir teilen.** 45/1,74 hübsche, selbstbew., sinnl. & sportliche momenten-sammlerin@web.de BmB (-)

**RM Franken:** Lockiges, sportliches Naturmadla (34) sucht Ihn zum Gipfel erklimmen, Seen durchschwimmen, Nächte durchtanzen und Alles, was zu zweit mehr Spaß macht. BmB. [bergmadla2018@gmx.de](mailto:bergmadla2018@gmx.de)

Wir, mein VW Bus und ich (52, 167) suchen Gesellschaft. Zuhause im RheinMain, unterwegs mit und ohne Bus. Draußensein, Klettern, Wandern, Skifahren...ein wenig Kultur geht immer, ein guter Wein allemal, meditative Stille genießen. Passt das zu dir? [Outour-66@web.de](mailto:Outour-66@web.de)

**RmRV.** Gemeinsam Berge So/ Wi genießen, sich freuen an Rad, Reisen, Kultur und gutem Leben, genussvoll und mit Lebensfreude, wünscht sich schlk. sportl. attr. Frau 65+ BmB. [Alpenpanorama@gmx.de](mailto:Alpenpanorama@gmx.de)

**Rm82:** Ich (47/1,72/62) springe nach dem Wandern gern in den See. Im Winter auf Schneeschuhen unterwegs fände ich es toll, wenn du mitkommst. [himmelaufderden70@gmx.de](mailto:himmelaufderden70@gmx.de)

**Rm 8 u. 9:** Attraktive, feminine Sie (44/174/schlank/NR), ohne Altlasten, sucht Dich: Du bist 40 bis 55 J., naturverbunden, aber auch kulturell interessiert, ehrlich sowie humorvoll und hast Dein Leben im Griff. Ich freue mich auf eine Nachricht von Dir, BmB: [cdn837@freenet.de](mailto:cdn837@freenet.de)

ER SUCHT SIE

**AÖ/MÜ/TS/PAN** - sportlicher Bengel 41/188 sucht Engel für gemeinsame Touren - BmB, [14m03@gmx.de](mailto:14m03@gmx.de)

Rgb: unser Freund, 50J, Lehrer, 2 kl Mädels, unkompliziert, vielseitig, Zuhörer, sportlich und gemütlich, ist noch zu haben. [rgb7@gmx.de](mailto:rgb7@gmx.de)

**RM88:** Ich 24/175/75/NR sucht sportliche Sie 20-26 für Laufen, Wandern, Radeln etc..Anschriften an: [Cu.rby@web.de](mailto:Cu.rby@web.de)

**RM 6/64/68** Du und ich (54/186/82) basteln aus.. Reisen, MTB, Ski, Berge, Vertrauen, Meer, Lust, Städte, Zeit, Gipfel, Klettersteig ...tolle Zeitfenster ...und heben einfach ab. freue mich so auf Dich .. BmB an [punkt\\_landung@gmx.de](mailto:punkt_landung@gmx.de)

**Rm82:** Gesucht wird eine große, schlanke, humorvolle, sympathische, bodenständige SIE, zwecks gemeinsamer Freizeit und gemeinsamer Zukunft von M/42/75/183/NR. BmB an [snuggledtogether@gmx.de](mailto:snuggledtogether@gmx.de)

**RM 89** Suche Dich zum Klettern,Wandern, Skitour, Zeit zu Zweit uvm. Ich 39/170//70 naturverb.Mail an [loergs888@web.de](mailto:loergs888@web.de)

**Berliner,** 65/178, schlank, attraktiv, NR, mit Herz und Verstand, vielseitig interessiert, mag Natur, Berge, Meer und Italien. Bitte mit Bild an [aquario@gmx.de](mailto:aquario@gmx.de)

**Rm 78:** Sportlicher, junggebliebener Bodensee-Mann (52 J/1,84/95/NR) sucht eine passende, sportliche Frau, junggeblieben mit Herz für gemeinsame Wanderung, MTB, RR, Ski, Langlauf, Wellness und sinnliche Stunden zu zweit. BmB: [Edelweiss1965@email.de](mailto:Edelweiss1965@email.de)

**Raum 87-89:** Er 68 sucht nette Begleitung für Berge/Ski/Rad. [kwh-hdh-@t-online.de](mailto:kwh-hdh-@t-online.de)

**Allgäu:** 34,175. Sportlich,sucht Partnerin zum Wandern,MTB und noch vieles mehr. [berg182@gmx.de](mailto:berg182@gmx.de)

**RM 017** Wo bist Du denn? Wanderstiefel, Fotorucksack und MTB (41/188/83/NR/schlank u.sportlich) suchen sportliche Partnerin (ca 35-41) für gemeinsame Touren u. Lebensplanung. Ich freu mich auf Post. BmB an [naturfan77@gmail.com](mailto:naturfan77@gmail.com)

**Sportlicher,** schlanker Er (36, 188, NR) aus der bayr. Rhön sucht Begleitung fürs Reisen, Sporteln und Leben. Raum Nordbayern, Südtüringen und Südhessen. BmB [unterfranke82@gmx.de](mailto:unterfranke82@gmx.de)

**Rm86,87:** Trail, Loipe, Piste oder Gipfel? Atmest Du auch die Energie der Berge und spürst das Prickeln Deiner Endorphine? Dann melde Dich doch einfach bei mir (50, 192, jung geblieben, attraktiv, anspruchsvoll) Am besten mit einem scharfen (-; Bild an: [s-l@mnet-mail.de](mailto:s-l@mnet-mail.de)

**Suche** engagierte Sportlerin für Unternehmungen zu Fuß, per Rad, Ski und Kanu/Kajak. Geistig lebendig aufgeschlossen und weltoffen, um die 60. Mein Kontakt:[bergundtalaktiv@web.de](mailto:bergundtalaktiv@web.de)

**Rm. 7,6,8.** Unternehmungslustiger Er (41, 175, schlank) sucht nette Gleichgesinnte (40-59) für Freizeit (Wandern, Outdoor, Kultur) und tiefe Gespräche. Schreib mir: [gobluearm@gmx.de](mailto:gobluearm@gmx.de)

**RM 68** ER 56/176/68 sportlich, schlank, sucht Sie, um gemeinsam das Leben in Bergen, Städten u. am Meer zu genießen. BmB [Bergeundmehr2014@gmail.com](mailto:Bergeundmehr2014@gmail.com)

**RM8** Bergwandern, Wellness, kulinarisch sich verwöhnen. Das kann und mach ich auch alleine. Viel schöner ist es doch zu zweit. Pens. Untern. sucht Sie zw. 50 u. 60, fit u. sportl. [ries4840@web.de](mailto:ries4840@web.de)

Wo bist Du (25-45, spontan, aufgeschlossen)? Auf meinen Reisen durch Europa habe ich Dich noch nicht gefunden. Globetrotter, 40+, 180, sucht Dich. Du hast VIEL ZEIT und willst diesen Winter (Okt-...) mit mir in Italien und Griechenland verbringen? Ja? Dann schreib mir. Ich freue mich auf Dich [griechital@gmx.net](mailto:griechital@gmx.net)

**Rm7.** Du, *originell, +/-* in Deinen 30ern, bist auch *schön an Körper, Seele, Geist*, sonnig-warmherzig-öko-spirituell, liebt Natur&Kultur, Besinnung&Abenteuer. BmB an [45J/170/59/Akad.bio-bub@gmx.de](mailto:45J/170/59/Akad.bio-bub@gmx.de)

**RM 78:** Ist Dir der Sternenhimmel lieber als 4-Sterne? Magst Du die kleinen Freuden im Leben? Sportlich? Dann melde Dich bitt bei mir, 50/182/78/NR: [hotel-sternenblick@web.de](mailto:hotel-sternenblick@web.de)

Meine Freunde sagen, ich bin einer von den Guten. Ich (groß,schlank,blond) mag mein Rad, meine Ski, Spaghetti Bolo, mein Patenkind und liebe meinen Sohn (geradeso erwachsen). Ich bin meistens schüchtern - außer heute. Ich freue mich auf Post von dir. Zum Beispiel zu meinem 43. Geburtstag Anfang Oktober? Rm7 [renemittaccentaigu@gmail.com](mailto:renemittaccentaigu@gmail.com)

**Rm9:** Er, 41/175/NR, sportlich, naturverbunden, sucht ebensolche Sie für gemeinsame Unternehmungen und mehr. BmB, [harryhirsch77@gmx.de](mailto:harryhirsch77@gmx.de)

Berlin: Ich (40/180/75) packe meinen Rucksack und nehme mit: Ski, Bergstiefel, Rennrad, ne gute Flasche Wein und vielleicht Dich? Rucksackpacken@web.de

**RM83:**52/186/90/NR/Junggebliebener outdoortyp/Wandern/Radeln/Winter+ Sommer Camper/Heim Handwerker/ Zumba/English/sucht Ehrliche+Anständige Wegbegleiterin/BmB [mcmorrison@gmx.de](mailto:mcmorrison@gmx.de)

Wenn zwei Menschen füreinander bestimmt sind, werden sie sich irgendwann finden. Kann ich (49) dem „irgendwann“ im Raum 82/86 auf die Sprünge helfen? [pano.sept@gmail.com](mailto:pano.sept@gmail.com)

**Rm FFM** ER 43/170 sportl. naturverb. m. Tochter 8J, sucht Sie für gem. Zeit, Berge/ Meer/Camping BmB [al.lieb@web.de](mailto:al.lieb@web.de)

**Südtür.**63/180/75/NR su. Sie aus Region f.Mittel/Hochgeb/Rad/Ski/Wandern u. mehr. [tom1schmidt@web.de](mailto:tom1schmidt@web.de)

**M:** 70+/180/72, gut aussehend, gesund, unkompl., sportl., NR, sucht nette, sportl. Partnerin für Berge, MTB, Ski, Reisen (Reisemobil) und alles was gemeinsam Spaß macht. BmB [montanara007@mail.de](mailto:montanara007@mail.de)

**Rm 4:** Sportlicher Er 62/182/79 sucht gleiche Sie zum Wandern/Bergsteigen. BmB: [bergfreund23@t-online.de](mailto:bergfreund23@t-online.de)

R 70 -76 wandern radeln Ski fahren reisen lachen lieben 55/1,80/75 sucht passende Partnerin BmB bis 54 [rodererer@web.de](mailto:rodererer@web.de)

**RM72:** Ich (35/179/76/NR/sportl.) suche unkompl., Sie für div. Outdooraktivitäten und ggfls. mehr. [sven-g@freenet.de](mailto:sven-g@freenet.de)

**Überall:** Sportlicher und humorvoller Kerl (26,180,NR) sucht naturverbundenes und liebevolles Mädel für Klettern, Wandern, Trekking und ein Leben voll gemeinsamen Abenteuern. [bmow@web.de](mailto:bmow@web.de)

**Ich suche** ein nette Sie mit Spass an Natur, Musik, Theater, Sport und Reisen für viele schöne gemeinsame Stunden. Zu mir: Ruhig und lieb, 39/185/75 NR Akad. Muc [m089t@gmx.de](mailto:m089t@gmx.de)

**Rm 7:** Sportl. Er (41/184) sucht Sie um gemeinsam durchs Leben und die Berge zu gehen. [gesuchtgefunden2018@web.de](mailto:gesuchtgefunden2018@web.de)

Architekt, 180, 70kg, zuverläss., 8sam, spontan, weltoffen, sportl., NR, sucht ähnl.. schlk. Frau. [taunusbua68@gmx.de](mailto:taunusbua68@gmx.de)

**RM:** 88, 37J, liebevoll, freudig, tiefsinnig, sportlich, bergrauf und -runter im Sommer und Winter, Campingbus, echt und beständig sucht Dich mit viel Herz dazu. BmB an [zusammenistschoener@gmail.com](mailto:zusammenistschoener@gmail.com)

**RM 80-83** sportlicher Er 63/185/NR sucht junggebliebene Sie +/-59 für Bergsteigen, Ski, MTB, Kultur, Reisen .. und die Liebe mit Flow. BmB: [smartrailer@online.de](mailto:smartrailer@online.de)

**Rm8** - Auf geht's zu Wandergipfeln, Skitouren, an & in den See, ins Kino, und zu Inseln im Meer. Gemeinsames Erleben, leicht, mit Vertrauen und Geniessen. Bald mit Dir ?? 52/184, schlank, wasserfest & sonnentauglich -> [hinundweg18@web.de](mailto:hinundweg18@web.de)

KLEINANZEIGEN

RM92/95 Attrak.sportl.lieger 51/178 suche Dich für schöne Tage in den Bergen, auf Reisen und daheim. granitling@gmx.de

**Raum Chiemgau/München:** Gefühlvoller Mann, Ende 50, 1.86 sportlich schlank, Akademiker, sucht Partnerin mit Tiefgang und Niveau. Ich bin naturverbunden, sportlich, kulturell interessiert und gespannt darauf gemeinsames Neues zu entdecken. manfredfischer2018@hotmail.com

**RM8:**M.53/181,W<53,trad.tanz,sing,mus ik,wandern,MB,reisen,Tel.0151-25756708

**Rm.: 9 insbes. Franken:** Hüttenwanderungen in den Bergen, leichte Hochtouren, Nah- und Fernziele und den Rest der (Lebens-)Zeit zu zweit in Gemeinschaft verbringen. Dazu su. Er unabhängige Sie ca. 55-59 J./<165 möglichst ohne Anhang. Vielleicht mit Bild. kluane@web.de

Du bist ein sportl. und naturverb. Mädel und hast Lust die verschiedensten Landschaften u. Länder mit dem Rucksack zu erkunden und einfach das Leben in der Natur zu genießen? Dann meld dich bei mir (26/178/sportlich) :- ) 4natur@web.de

**UA:** Teilst du meine Begeisterung für Skitour, Klettern, Berge? Attr. jugendl. Er (50) sucht im Allgäu jugendl. Sie mit großem Herz und Tiefgang, die mit mir die Welt verbessern will und Träume leben. bergfieber2@gmail.com

**Rm HN/STGT:** Er (54, 1.92) attraktiv und humorvoll sucht schlanke, sportliche Partnerin, die Natur und Kultur ebenso liebt wie ich und mir zeigt, wie schön das Leben in einer harmonischen Zweisamkeit sein kann. BmB: mk-64@t-online.de

**Rm AB:** Herz voller Sehnsucht auf dem Weg zur Zufriedenheit sucht Dich; groß, schlank, sportlich, naturverbunden; in den 40ern; neues-beginnt@gmx.de

FLOHMARKT

**Salewa-Bergschuh,** UK 5, gore tex,mayor brown, GayalTrekLGTZ, Vibran-Sohle, 2x getr., NP 180€, - VP 60,-€ Tel. 089/847722

**Verkaufe** meistbietend DAV-JB 1978/79 und 1984-2011 und 6 JB DÖAV. Mobil: 0151/46330668

**Meindl Bergstiefel,** steigeisenfest DII, Gr. 38,5. Nur 6 Mal getragen. Fotos vorh. FP €70+Porto. dovater@t-online.de

Hartmann Im Zauber des Hochgebirges Band 1+2 VB 60 € Salewa Zelt Sierra Leone Nr 1909 VB Tel. 089 7607898

**DEUTER Expeditions-Daunenschlafsack Astro EXPD** -22 Grad – Unbenutzt! € 500,- Mobil: 0170 3105806

**EMTB** Centurion Numinis E2000, Rahmen 48, Bosch Performance CX,250 W-Mittelmotor, Akku 400Wh, Schalt.Shimano XT, Display Bosch Intuvia, Gabel/Dämpfer Suntour,Bremse Shimano, Laufräder 27,5 Zoll Novatec, Reifen Schwalbe Hobby, Gew.21,7KG, Listenpreis 4149.-€, Kaufpreis 3775.-€, nur wenige 100km, wegen Krankheit für 2500,-€ zu verk. Standort Kreuth/Tegernsee,Tel 089/617041

**Vökl Renntiger** 130 cm M. Fritschi Diamir, Blackdiamond-Felle neu 129 € 0171-7740165

**Monatsschrift** Schweizer Alpenclub 1925-1952 VB 200,- Selbstabholung 0731/3805318

**Bergstiefel** La Sportiva Gr. 44/10 neu. NP € 260,- FP € 160,- M.: 0176/957 22 314

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2018: 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"/> Sie sucht Sie	<input type="checkbox"/> Er sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien		
	<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
	15,35	32,13	8,21
	30,70	64,26	16,42
	46,05	96,39	24,63
	61,40	128,52	32,84
	76,76	160,65	41,06

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr GmbH & 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 GmbH & 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:

Anzeigenannahme-  
schluss ist am  
12.10.2018  
PANORAMA 6/18  
erscheint am  
20.11.2018

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 37 03 - 53 26, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de



Alpenvereinshütten

# Deine Tür zur Bergwelt

Genuss pur auf 588 Alpenvereinshütten



Foto: Hotel Edelweiß & Gütl



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

Finde jetzt deine Alpenvereinshütte unter [alpenverein.de/huetten](https://alpenverein.de/huetten)



Bergurlaub  
mit der  
Familiengruppe

# Gemeinsam draußen

**U**rlaub im Allgemeinen und Familienurlaub im Speziellen sind Unternehmungen, die nicht frei von Abstimmungsbedarf sind. Je größer die Gruppe und je kleiner die Kinder, umso schwieriger wird es, sämtliche Erwartungen und Wünsche unter einen Hut zu bringen. Wenn die Aktivitäten gut gewählt sind, die Kinderaugen vor Freude leuchten und Erwachsene das angenehme Gefühl der Erschöpfung nach einer Bergtour spüren, das alles in wundervoller Bergkulisse, dann kann man sich glücklich schätzen, die Aufgabe mit Bravour gemeistert zu haben.

Ebendieser Herausforderung stellen sich Tina und Dirk, beide Trainer C Bergsteigen in der DAV-Sektion Paderborn: Mit der gemeinsamen einjährigen Tochter Mira und Dirks Sohn Noah (14) sowie fünf weiteren Familien – neun Erwachsene und sieben Kinder und Jugendliche – haben sie sich das Wetterstein-Gebirge als Ziel ausgesucht, das Basislager ist in Gar-

**In DAV-Familiengruppen sind Eltern und Kinder gemeinsam bergsportlich unterwegs. So kommen alle auf ihre Kosten, egal wie jung und leistungsfähig sie sind. Philip Krüger berichtet von einem Familiengruppen-Bergurlaub seiner Sektion Paderborn.**

misch-Partenkirchen. Gute Erfahrungen aus dem Vorjahr haben einige Familien motiviert, auch diesmal wieder dabei zu sein. Durch frühzeitige Buchung sind fast alle Familien in einem Haus untergebracht, so können sich die Kinder gut zum Spielen und die Eltern abends zur gemütlichen Runde treffen.

„Die größte Herausforderung für uns bestand darin, die Bedürfnisse der Kinder und den unterschiedlichen Erfahrungsstand der Erwachsenen in der Planung zu berücksichtigen“, resümiert Tina zur gro-





Fotos: Victor Eremin, Rüdiger Gurni, Philip Krüger, Simone Schmidt

ßen Heterogenität der Gruppe. Den sanften Einstieg in gemeinsame Aktionen soll am ersten Tag eine Radtour zum Eibsee erlauben, mit überschaubaren 25 Kilometern Gesamtlänge und 350 Höhenmetern. Am See angekommen, teilt sich die Gruppe auf: Die älteren Kinder und Jugendlichen umrunden den See und heben den einen oder anderen Geocache, während sich die jüngeren Kinder mit ihren Eltern in die Fluten des Sees stürzen, zumindest bis zu den Knien. Nach gemeinsamer Rückkehr zur Unterkunft geht ein erfolgreicher erster Tag seinem Ende entgegen. In geselliger Runde tauscht man sich über die Erlebnisse aus und bespricht das Programm des nächsten Tages, inklusive der wichtigen Frage: „Wer holt morgen früh Brötchen?“

Am zweiten Tag darf es dann schon etwas steiler werden. Die Besteigung der 2628 Meter hohen Alpspitze ist für einige Teilnehmer das erste alpine Erlebnis und zugleich die erste Klettersteigerfahrung. „Der Blick vom Gipfel und das Gefühl, den Aufstieg geschafft zu haben, war echt klasse“, schwärmt der 14-jährige Damian von seinem ersten Gipfelerfolg. Den gab es aber nicht ohne Hindernisse: Gleich am Anfang liefen die Gipfelstürmer auf eine große Gruppe in der Alpspitz-Ferrata auf. „Ich musste spontan umplanen, also sind wir über den Nordwandsteig rauf und über die Alpspitz-Ferrata abgestiegen“, berichtet Tina, die diese Tour geführt hat. Dem Gipfelglück tut dies jedoch keinen Abbruch, und man hat im Abstieg die Ferrata für

**Ausflüge in die Klettergärten freuen vor allem die Jugendlichen, die hier mit ihren Eltern gemeinsam an einem Seil-Strang ziehen.**

sich alleine. „An einigen schwierigen Stellen hat mir Noah sehr geholfen“, erzählt Marianna von der gegenseitigen Unterstützung, die sich die Nachwuchsbergsteiger gaben.

Natürlich sind nicht alle so wild auf Fels: Die kleinkinderfreundliche Alternative an diesem sehr heißen Tag ist eine Wanderung über den Almhüttenweg, den Kramersteig und den Panoramaweg zum Pflgersee. Das dortige Naturschwimmbad lädt zum Verweilen ein, und die Jüngsten kommen ihrem Spiel- und Bewegungsdrang nach. Eltern, die vielleicht etwas enttäuscht sind über die vergleichsweise kurze Tour, werden entschädigt durch besten Sonnenschein und einen tollen Blick auf die gegenüber aufragenden Zug- und Alp- spitze, wo die Kollegen unterwegs sind.

Unterschiedliche Aktivitäten für unterschiedliche Altersstufen anzubieten, das ist das bewährte Grundmuster von Familiengruppen-Ausfahrten. Das bedeutet allerdings einen hohen planerischen Aufwand für die Organisatoren, besonders bei stark unterschiedlichen Erfahrungen und Erwartungen der Familien. Außerdem muss man sich ja noch um die eigene Familie kümmern. „Wir fahren gut damit, uns als nur eine einzige Führungsperson zu betrachten: Einer von uns leitet die Gruppe, der andere kümmert sich um unsere kleine Tochter, immer im Wechsel“, beschreibt Dirk die innerfamiliäre Arbeitsteilung.

Für die jugendlichen Teilnehmer sind besonders die Ausflüge in die Klettergärten in Telfs und Oberammergau mit schönen Erlebnissen verknüpft. „Mein Papa und ich haben im letzten Jahr extra einen Kletterkurs besucht; es ist schön, jetzt auch am Fels und nicht nur in der Halle zu klettern“, berichtet der 14-jährige Lukas. Sein Freund Noah ergänzt: „Für mich war es ein Highlight, am Fels vorzusteigen. Es ist schön, dass mir so viel zugetraut wird.“ Der Klet-

tergarten im österreichischen Telfs erweist sich als sehr familienfreundlich, da direkt am Wandfuß ein Bachlauf die Kleinsten zum Spielen einlädt. Sie bauen Staudämme und Steinmännchen oder plantschen einfach nur im klaren Wasser, mit der Aufsicht wechselt man sich ab, um allen viel Felskontakt zu ermöglichen. Die Routen-

auswahl ist für Anfänger und Fortgeschrittene ausreichend, und jeder findet etwas im persönlichen Leistungsbereich.

Für manche besteht die Tagesleistung jedoch nicht nur im Klettern. „Ich musste mich erst daran gewöhnen, dass unsere Kinder von anderen Eltern beaufsichtigt



**Vielfalt in der Familiengruppe: ein Tag mit den Kindern am Wanderweg oder in der Klamm, tags drauf Vater-Ausflug auf die Zugspitze. Da können alle zufrieden sein.**

### FÜR ALT UND JUNG: FAMILIENGRUPPEN

In den meisten der 356 DAV-Sektionen gibt es Familiengruppen, die rund ums Jahr naturnahe Unternehmungen mit anderen Familien vor Ort und in den Alpen anbieten. Wer selbst eine Familiengruppe in seiner Sektion leiten möchte, kann gemeinsam mit seinen Kindern die einwöchige Ausbildung zur Familiengruppenleitung durchlaufen.

[alpenverein.de/Bergsport/Familie](http://alpenverein.de/Bergsport/Familie)

werden und Ralph und ich entspannt klettern können“, erzählt Annett; trotzdem freut sie sich natürlich, dass die Eltern ihre persönlichen Bedürfnisse nicht stets denen der Kinder unterordnen müssen. Schließlich ist es eine wichtige Lernaufgabe für Kinder, dass sie nicht immer im Vordergrund stehen können und dass auch die Eltern ein Recht auf eigene Interessen haben – ein Gedanke, den sich manche Eltern kaum gestatten.

In der Familiengruppe haben ausgelastete Eltern die Möglichkeit, sich auch einmal für eine ausgedehntere Bergtour von der Gruppe und der Familie abzusetzen. Steffi steigt mit ihrer Schwester Sonja und deren Mann Matthias, die aus dem Allgäu

angereist sind, über die Partnachklamm zur urigen Oberreintalhütte auf. Nach einer Nacht auf der Hütte genießen sie bei bestem Kletterwetter den griffigen Wettersteinkalk der Route „Kalte Nummer“ (VI-) am Oberreintalturm. Am Tag davor hatte Steffi ihren vierjährigen Sohn Max mit seiner ersten Gondelfahrt erfreut. Die nostalgische Graseckbahn, nach eigenen Angaben die älteste Kleinkabinenbahn der Welt, bot dem technikinteressierten Jungen den perfekten Einstieg in die Welt der Seilbahnen.

Ganz ohne Seilbahn steigen die befristet vom Familienurlaub beurlaubten Väter Dirk, Paul und Philip zusammen mit ihren nachgereisten Sektionskollegen Victor, Jürgen und Sven über das Höllental zur Zugspitze auf. Im Morgengrauen verlassen sie die neue und moderne Höllentalangerhütte und erreichen über Höllentalanger, Brett, Höllentalferner und den abschließenden Klettersteig zur Mittagszeit das goldene Gipfelkreuz. Nach einer ausgiebigen Pause und vielen Gipfelfotos machen sich Paul, Victor, Jürgen und Sven mit der Seil- und Zahnradbahn auf den Weg ins Tal, viele schöne Erinnerungen im Gepäck. Dirk und ich bleiben auf der Zugspitze, um nach einer Nacht auf dem Münchner Haus am nächsten Morgen um vier Uhr zum Jubiläumsglat zu starten. Das Wetter spielt uns in die Karten, es ist wolkig, die Temperatur angenehm, so dass wir nicht in der Sonne gebraten werden. Allerdings wirkt sich die Wolkendecke recht negativ auf die Aussicht aus – na ja, man kann nicht alles haben, wenn man schon einmal „kinderfrei“ hat. An der Seilbahnstation Osterfelderkopf sind wir zwar erschöpft und sehr durstig, dafür

angefüllt mit schönen Erinnerungen und dem guten Gefühl, das man nach einer erfolgreichen Bergtour verspürt. Da schmeckt das Weißbier gleich doppelt so gut.

Den Abend und damit auch den ganzen Familienurlaub beendet die gesamte Gruppe mit gemütlichem Grillen und geselligem Beisammensein. Alle sind sich einig: Es war eine gelungene Woche mit vielen Highlights, auch wenn der große Altersunterschied der Kinder und die verschiedenen Voraussetzungen der Teilnehmenden die Planungen nicht gerade leicht gemacht haben. Trotz aller Bemühungen, vieles unter einen Hut zu bringen, muss man bei der komplexen Ausgangslage auch Abstriche machen; Tina erklärt: „Wir haben uns dazu entschieden, die teilnehmenden Familien wenig an den Planungen zu beteiligen, das ist zu aufwendig.“ Neben der Vorerfahrung der Teilnehmenden ist die Auswahl der Aktivitäten und Ziele entscheidend für einen gelungenen Familien-

gruppen-Urlaub. „Vor allem Sportklettern und leichte Klettersteige eignen sich sehr gut, um Familie und Berge in Einklang zu bringen“, wissen Tina und Dirk schon aus vorherigen Angeboten für die Sektion Paderborn. Und sie wissen auch, wie wichtig dafür ein Standort mit einem vielfältigen Spektrum an Möglichkeiten ist. So steht schon der Plan fürs Folgejahr: Zusammen mit der Kletterabteilung der Sektion wollen sie ein Klettercamp für Familien am Gardasee anbieten.

## Wichtig ist ein Standort mit vielen Optionen

gruppen-Urlaub. „Vor allem Sportklettern und leichte Klettersteige eignen sich sehr gut, um Familie und Berge in Einklang zu bringen“, wissen Tina und Dirk schon aus vorherigen Angeboten für die Sektion Paderborn. Und sie wissen auch, wie wichtig dafür ein Standort mit einem vielfältigen Spektrum an Möglichkeiten ist. So steht schon der Plan fürs Folgejahr: Zusammen mit der Kletterabteilung der Sektion wollen sie ein Klettercamp für Familien am Gardasee anbieten.



**Philip Krüger** ist Trainer C Klettersport und Familiengruppenleiter – und gerne mit seinen Töchtern Frieda (5) und Lotta (2) bergsportlich aktiv.



DAV-Digitalisierungsprojekt

## Konzept für die Zukunft

Der digitale Wandel hat enorme Auswirkungen auf die Gesellschaft und verändert unser aller Leben. Als großer Verband ist auch der DAV dabei, den digitalen Wandel zu gestalten, um seine Aufgaben künftig bestmöglich erfüllen und die Anforderungen der Sektionen wie der Mitglieder bedienen zu können. Nach dem Startschuss des Projekts „Digitalisierungs-offensive“ im Herbst 2017 haben verbandsübergreifend besetzte Projektgruppen die fünf relevanten Teilbereiche Mitgliederverwaltung, Kurse/Touren/Veranstaltungen, Ausleihe/Vermietung, Zusammenarbeit/Gremien und Internet/Portale intensiv bearbeitet. Die Resultate flossen in ein umfassendes Konzept, das auch Ihre digitalen Wünsche an den DAV berücksichtigt, um die wir in der Juni/Juli-Ausgabe gebeten haben. Im nächsten Schritt steht das Digitalisierungskonzept auf der Hauptversammlung in Bielefeld im November zur Entscheidung an. DAV Panorama wird über den weiteren Fortgang des Projekts berichten. *red*



DAV-Jubiläums-Filmtour „BERGE<sup>150</sup>“ ab Januar 2019

## GROSSE LEINWAND ZUM RUNDEN GEBURTSTAG



Der Deutsche Alpenverein feiert sein 150-jähriges Jubiläum und geht mit einer Auswahl der besten Bergfilme aus 100 Jahren Filmgeschichte auf Deutschlandtour. Skifahren, Klettern, Bergsteigen und große Expeditionen zu den höchsten Bergen der Welt – heute und damals. Ab 11. Januar 2019 geht es auf eine Zeitreise durch ein turbulentes Jahrhundert. Denn der Bergfilm ist eines der ältesten Filmgenres überhaupt. Zuschauer können sich auf ein zweistündiges Bergfilm-Programm

freuen, ausgewählt und zusammengestellt von den Machern der European Outdoor Film Tour. *red*

**Infos und Tickets:** [alpenverein.de/berge150](http://alpenverein.de/berge150)

### 16. Internationales Bergfilm-Festival Tegernsee 17.-21. Oktober

## Feine Streifen

Wer im Oktober an den Tegernsee kommt, darf sich neben der gewohnt bewährten Mischung schöner Filme auch auf eine Welturaufführung freuen. Im Mittelpunkt steht eine Erstbegehung am Cerro Kishtwar im indischen Himalaya mit Thomas Huber und den beiden Schweizern Stephan Siegrist und Julian Zanker. Für diese außergewöhnliche alpinistische Leistung waren die drei Bergsteiger in diesem Jahr für den begehrten Piolet d'Or nominiert – eine hohe Auszeichnung für jene, die Alpingeschichte schreiben. Ebenfalls dabei: faszinierende Tierfilme und die unvorstellbaren sportlichen Leistungen von Athleten und Athletinnen, die in und über der Bergwelt Kräfte spielen lassen: beim Gleitschirmfliegen, mit

Ski oder Kletterseil. Dass oft die Menschen selbst noch weit spannender sind als ihre sportlichen Leistungen, zeigen einfühlsame Film-Porträts, von den Huber-Buam über den Ausnahmekletterer Hans-Jörg Auer bis zu Tommy Caldwell, dem es mit seinem Seilpartner Kevin Jorgeson als Erstem gelang, die Dawn Wall am El Capitan (Yosemite/USA) frei zu durchklettern. Mögen die Abenteuer noch so groß sein: Die Bergwelt ist dabei nie nur Kulisse – sie spielt die Hauptrolle. Als herausfordernd – und oft auch bedrohler – Lebensraum für Mensch und Tier, als ungezähmte Naturgewalt. *red*



Begegnungen mit der alpinen Tierwelt. „Die Hohe Tatra – Im Reich der Bären“, Arolla Film, Regie: Erik Baláz

Foto: Arolla Film

**Tickets:** [tegernsee@tegernsee.com](mailto:tgernsee@tegernsee.com), [muenchenticket.de](http://muenchenticket.de)  
**Infos und Programm:** [bergfilm-tegernsee.de](http://bergfilm-tegernsee.de)

# REEL ROCK 13

präsentiert von

**Globetrotter** 

**VERGÜNSTIGTE  
TICKETS  
für DAV-Mitglieder!**

DAV und BRK-Blutspendedienst  
arbeiten zusammen

## Sektion Kronach spendet Leben

Der DAV-Bundesverband und der Blutspendedienst des BRK möchten gemeinsam möglichst viele Menschen langfristig als Blutspender gewinnen. Mit bestem Beispiel voran ging die Sektion Kronach/Frankenwald beim Blutspendetermin in Presbig, Oberfrankenweit und wahrscheinlich



Foto: DAV Kronach

weit darüber hinaus ist die DAV-Sektion Kronach/Frankenwald Vorreiter in den gemeinsamen Bemühungen um den Gewinn von Blutspendern. Ihrem Vorsitzenden Robert Wagner – selbst jahrzehntelanger Blutspender – liegt das Thema am Herzen. „Erfreulicherweise haben wir in der Sektion bereits viele Blutspender“, freut sich Robert Wagner, der mittlerweile schon 148 Mal Blut gespendet hat. Für ihn war deshalb die Beteiligung an der bundesweiten Aktion keine Frage.

Ein Drittel der Bundesbürger ist mindestens einmal im Leben selbst auf das Blut anderer angewiesen, täglich sind 15.000 Blutkonserven nötig – zur Versorgung verunfallter Personen, aber auch für Krebspatienten oder Patienten mit Herz- oder Magen- und Darmkrankheiten. *red*

*Erfolg: Mit ihrer Aktion konnte die Sektion einige neue Blutspender gewinnen.*

**Infos zur Blutspende:**  
[blutspendedienst.com](http://blutspendedienst.com)



Foto: © Jimmy Chin

**AB NOVEMBER AUF TOUR!**

**PROGRAMMINFOS, TICKETS & TRAILER  
WWW.REEL-ROCK.EU**

Tickets ab 11 €



PRESENTED BY **moving**  
MEDIA ADVENTURES

# + ticker +

**15.000 Mitglieder im SBB** Im Juli begrüßte der Sächsische Bergsteigerbund (SBB) sein fünfzehntausendstes Mitglied. Der SBB ist damit nicht nur die mitgliederstärkste DAV-Sektion in Sachsen, sondern nach der SG Dynamo Dresden auch der zweitgrößte Sportverein des Freistaats. Die Sektion freut sich über eine kontinuierlich positive Entwicklung der Mitgliederzahlen; Klettern an künstlichen Kletteranlagen, in der Sächsischen Schweiz und in anderen Mittelgebirgen sowie Bergwandern und Alpinsport liegen im Trend. Hauptaufgabe des SBB ist der Erhalt des Klettersports im Elbsandsteingebirge.

**Treffen der hüttenbesitzenden Sektionen im Pitztal** Zu ihrer jährlichen Arbeitstagung trafen sich die Vertreter der hüttenbesitzenden Sektionen dieses Jahr auf der Ludwigsburger Hütte. Eine der Kernfragen: Wie lässt sich das Interesse an Hüttenübernachtungen auf die Hütten lenken, die nicht ausreichend ausgelastet sind? Bei der ebenfalls stattfindenden Mitgliederversammlung der Wegegemeinschaft Pitztal (WEPI) wurden anstehende Projekte beschlossen. Einigkeit herrschte darüber, dass Wegeschäden durch Naturereignisse eine immer größere Rolle spielen. Aus dem Arbeitskreis verabschiedet wurde der bisherige Hüttenwart der Rüsselsheimer Hütte, Dieter Kopp. Er hatte das Sektionentreffen vor 16 Jahren mit ins Leben gerufen.

**Kanal für die Kemptner Hütte** Die Kemptner Hütte im Allgäu hat eine neue Abwasserleitung, die an das Kanalsystem im Tal angeschlossen ist. Bei Planung und Bau der Abwasserleitung spielten ökologische Gesichtspunkte eine besondere Rolle: Im Vorfeld wurden Biotope und Lebensraumtypen detailliert erhoben und wildtierökologische Untersuchungen durchgeführt. Auf Grundlage dieser Untersuchungen erfolgte die Trassenführung der Abwasserleitung unter der Vorgabe, ökologisch besonders empfindliche Flächen möglichst zu umgehen und zu schonen.

**Generalsanierung Falkenhütte** Seit letztem Herbst ist die denkmalgeschützte Falkenhütte im Karwendel geschlossen, die Sanierung wird voraussichtlich bis Ende 2019 dauern. Bautagebuch und 360°-Rundgang unter [alpenverein-muenchen-oberland.de](http://alpenverein-muenchen-oberland.de)

## Alpenvereinsinitiative Bergsteigerdörfer

# Kreuth steigt auf

**Der Himmel weißblau, die Almwiesen quietschgrün, die Kühe proper und bimmelnd, und vor den Bergen tönte die Blasmusik. Die Kulisse zum Dirndl- und Lederhosen-Festakt auf der Königsalm am 13. Juli 2018 erfüllte sämtliche Klischees. Nun ist Kreuth also offiziell das vierte bayerische Bergsteigerdorf – nach Ramsau, Schleching und Sachrang, die ihre Delegationen zum Mitfeiern ins Oberland geschickt hatten.**

Herzogin Helene in Bayern, Hausherrin auf der Alm und in Wildbad Kreuth, war zugegen, und drei Ressorts der Bayerischen Staatsregierung hatten ihre Führungskräfte geschickt. Ilse Aigner (Wohnen, Bau, Verkehr), Marcel Huber (Umwelt) und Franz Josef Pschierer (Wirtschaft, Tourismus) genossen den Termin sichtlich – vor allem Aigner und Huber, die sich in den über hundertköpfigen Wanderwurm einreiheten und auf dem schönen Steig zu Fuß hinaufstiegen. Josef Bierschneider, Bürgermeister von Kreuth, betonte in seiner Rede „die Verpflichtung, den Schatz, den wir hier bei uns

mit unserer herrlichen Landschaft, unserem Ortsbild und unserem gelebten Brauchtum haben, zu bewahren“ – eine Verpflichtung, die das Qualitätssiegel auch zukünftigen Verantwortungsträgern auferlege. Bergsteigerdörfer fügten sich ideal in das Leitbild seiner Tourismusoffensive, erklärte darauf Franz Josef Pschierer: „Wir setzen auf nachhaltigen Tourismus im Einklang mit Mensch und Natur. Eventtourismus lehnen wir ab.“

Fest steht: Der enorme Freizeit-Autoverkehr nach Tegernsee und Kreuth aus Richtung München ist nicht nachhaltig. Mit dem neuen Bergsteigerbus vom Bahnhof Tegernsee zu den verschiedenen Touren-Startpunkten rund um Kreuth wurde darum im Sommer 2018 ein erstes, wichtiges Projekt realisiert. Doch die Schutzgemeinschaft Tegernseer Tal fordert mehr: Tempo 70 von Kreuth bis zum Achenpass und ein rigoroses Parkraum-Management – samt Schließung voller Parkplätze und Parkverbot am Straßenrand. Macht die Gemeinde da mit? Machen die Bergsteiger mit?

Axel Klemmer



Foto: DAV/Hans Herbig

**25 Dörfer, 4 Länder, 1 gemeinsames Ziel:** Das Netzwerk der Bergsteigerdörfer strebt gemeinsam danach, den naturnahen und ressourcenschonenden Tourismus konkurrenzfähig zu machen. Im Schulterschluss mit den Gemeinden setzen sich die alpinen Vereine in den Bergsteigerdörfern für eine nachhaltige und umweltschonende Tourismusentwicklung im Alpenraum ein.

Die Bergsteigerdörfer leben von der Unterstützung durch die Bürgerinnen und Bürger vor Ort. In Kreuth sind bereits 21 Betriebe als Partner registriert und bieten bergsportspezifische Dienstleistungen, spezielle Nachlässe oder nachhaltige und lokale Produkte an.

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

Gemeinsames Projekt von DAV und DAV Summit Club

## Neuer Impuls für den Klimaschutz



Foto: AEPCC/atmosfair

Startschuss für ein langfristig angelegtes Klimaschutzprojekt in Nepal: In Zusammenarbeit mit der gemeinnützigen Klimaschutzorganisation atmosfair werden Spendengelder des Deutschen Alpenvereins und der DAV-Summit-Club-Kunden in ein besonderes Klimaschutzprojekt investiert, das den Aufbau von Kleinbiogasanlagen für Bauernfamilien in Nepal fördert. Das Projekt ist Teil des „Biogas Support Programme“, mit dem atmosfair den Ausbau von Biogasanlagen für einzelne Haushalte im ländlichen Nepal und die umweltschonende Energieversorgung im Land vorantreibt. Das Programm wurde bereits von den Vereinten Nationen geprüft und zertifiziert und ist in einigen Regionen erfolgreich angelaufen. Durch das Engagement von DAV und DAV Summit Club können Biogasanlagen nun in weiteren Regionen errichtet werden. In Nepal wird für das Heizen und Kochen größtenteils Feuerholz verwendet. Die Nutzung von Biogas senkt den Holzbedarf pro Haushalt enorm und verringert so die Abholzung im ländlichen Raum. Dies wirkt zugleich der weit vorherrschenden Bodenerosion sowie dem Biodiversitätsverlust entgegen. Biogas stellt daher eine nachhaltige Alternative gegenüber der Nutzung von Holz dar und trägt zur Vermeidung von CO<sub>2</sub>-Emissionen bei.

In den Regionen Langtang, Annapurna und Khumbu, die auch das Ziel verschiedener Reiseangebote des DAV Summit Clubs sind, sollen mithilfe des Projekts bis 2022 etwa 200 Biogasanlagen aufgebaut und weitere 60 Anlagen repariert werden. Eine Biogasanlage spart jährlich etwa zwei bis drei Tonnen CO<sub>2</sub> ein. Wenn möglich, werden die Anlagen in der Nähe der vom DAV Summit Club angebotenen Reiserouten liegen und somit vor Ort besichtigt werden können.

red

*Kochen mit Biogas statt Feuer spart nicht nur CO<sub>2</sub> ein, es verhindert auch Augen- und Atemwegserkrankungen.*



SEILPARTNER

SALEWA

&



VORSTEIGER



DYNAFIT

**GESUCHT...**

Am Standort Aschheim bei München suchen wir aktuell für unsere Kunden in Deutschland, Österreich und der Schweiz

**MITARBEITER  
(m/w) IM  
CUSTOMER SERVICE**

Französisch-Kenntnisse von Vorteil!!

Hast Du Interesse, dein Hobby zum Beruf zu machen und Stimme und Herz unserer Marken zu sein?

Dann schau vorbei:

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

### VKB-Trainees sanieren Wege

# Engagement hoch 2

Der Einsatz für den DAV und die Sektion Rosenheim stand zunächst unter keinem guten Stern für die Trainees der Versicherungskammer Bayern, seit mehr als 20 Jahren DAV-Partner im Bereich „Hütten, Wege und Naturschutz“. 54 Liter Regen



pro Quadratmeter machten der geplanten Wegesaniierungsaktion um die Hochrieshütte der Sektion Rosenheim im Chiemgau zunächst einen Strich durch die Rechnung. Selbst der größte Ta-tendrang kam gegen den dichten Nebel und starken Dauerregen nicht an. Wie gut, dass der Hüttenwirt das passende Ersatzprogramm hatte: In einer umfangreichen Führung durchs Haus zeigte er, welche Herausforderungen der Betrieb einer

Berghütte mit sich bringt. Und statt wetterbedingten Hüttenkollers stand bei den Trainees schnell der Plan: Wir kommen wieder und holen unseren Einsatz nach! Der dann zwar ebenfalls graue Wolken und Regen mit sich brachte, doch diesmal kam das Werkzeug unter Anleitung der DAV-Wege-warte erfolgreich zum Einsatz. Das Ergebnis: Ein davor sehr ausgetretener Wegabschnitt ist wieder auf eine angemessene Breite zurückge-baut – und hat jetzt Regenabläufe. *red*



Foto: VKB/Matthias Heimgartner

Die Praxis zeigt: Wanderwege pflegen und erhalten ist eine wichtige Aufgabe.

### Alpenvereins-Jahrbuch und -Kalender

# Berge in Wort und Bild

Im Fokus des neuen Alpenvereins-Jahrbuchs steht die Ankogelgruppe in den Hohen Tauern. Hätten Sie gewusst, dass dort die Wiege des Alpinismus steht? Bereits um 1762 soll „der alte Patschg“, ein einfacher Bauer, den 3250 Meter hohen Ankogel bestiegen haben. Der Themenbogen spannt sich weiter zu der Frage, was Menschen antreibt: einen Berg zu besteigen wie der „Patschg“, einen Alpenverein zu gründen oder heutzutage ehrenamtlich aktiv zu sein. Der Blick auf den Alpinismus als Projekt der Moderne fördert erstaunliche gesellschaftliche und kulturelle Zusammenhänge zutage. Sichtbar wird das an Berg-Persönlichkeiten und allerlei Wissenswertem – vom Geschäft mit dem Schnee über die Bergrettung bis zur Rolle von Facebook und Co.

Atmen nicht vergessen heißt es beim DAV-Bergsportkalender **High! 2019**. Er bleibt dem Titel gemäß konsequent in der Höhe: Von Schweizer hochalpinen Klassikern

wie dem Mittelegrat oder dem Piz Badile führt die Bilderreise durch steile Wände und ewiges Eis. Meilensteine des Alpinismus zeigt der traditionelle Kalender **Die Welt der Berge**, in Szene gesetzt von renommierten Fotografen und mit Texten bekannter Bergsteiger und Alpinisten. In der großen Sonderedition zum 150-jährigen DAV-Jubiläum sind zudem Postkarten mit Bergsteigersprüchen zum Heraus-trennen enthalten. *red*



Ab Oktober im DAV-Shop:

**Alpenvereins-Jahrbuch Berg 2019:** 256 S., inkl. AV-Karte 44 Ankogel – Hochalmspitze, € 18,90

**High! 2019:** 57 x 45 cm, € 22,90 (Mitglieder)

**Die Welt der Berge 2019:** 57 x 45 cm, € 27,90 (Mitglieder), [dav-shop.de](http://dav-shop.de)

Ab Dezember 2019 ist die **Lindauer Hütte** (1744 m) im **Rätikon/Vorarlberg** neu zu verpachten. Die Sektion Lindau sucht dazu eine/n engagierte/n



## Hüttenwirt/-in

Die Hütte liegt am Fuß der drei Türme im oberen Gauertal im Montafon in hochalpiner Umgebung. Sie wurde im Jahr 2017 generalsaniert. Die Lindauer Hütte hat Sommer- und Winterbetrieb, bietet Platz für 160 Personen und ist über einen Wirtschaftsweg erreichbar.

Wir suchen eine/n engagierte/n und bergerfahrene/n Hüttenwirt/-in, der/die in Zusammenarbeit mit der Sektion die Hütte betreibt. Erwartet werden Erfahrungen im Hüttenbetrieb, fundierte gastronomische Kenntnisse und technische Kompetenz zur Bedienung der Ver- und Entsorgungsanlagen.

Ihre schriftliche Bewerbung mit aussagefähigen Unterlagen richten Sie bitte online bis 30. Oktober 2018 an:

[vorstand@alpenverein-lindau.de](mailto:vorstand@alpenverein-lindau.de)  
DAV-Sektion Lindau e.V.  
Kemptener Str. 16  
88131 Lindau

# Wir sind DAV!

1 Verband mit 3 Organen: Hauptversammlung /// Präsidium /// Verbandsrat

Viele Menschen treffen sich im Zeichen des Edelweiß, vereint im Motto: „Wir lieben die Berge!“



## Die Positiven

### Angelika u. Walter Bien

#### Sektion Oberland

Seit über 20 Jahren leiten Angelika und Walter Bien für die Münchner Sektion Oberland Veranstaltungen – von der Familienwanderung bis zum Alpinkletterkurs am Gardasee. An Qualifikationen kommt bei der Sprachtherapeutin und dem Familienwissenschaftler einiges zusammen: Wanderleiterin, Familiengruppenleiterin, Wandbetreuerin, Trainer C Sportklettern, Trainer C Bergsteigen, Trainer B Klettersteig und Trainer B Seniorensport. Anderen eine gute Zeit bereiten und die Teilnehmer möglichst individuell fördern können, macht Angelika und Walter Bien besondere Freude. Kleinliche Diskussionen um Nichtigkeiten können sie dagegen unterwegs weniger brauchen. Auch privat sind die beiden viel in den Bergen unterwegs und haben dabei ein einfaches wie bescheidenes Rezept fürs Glücklichein am Berg: Eine schöne Zeit haben, das Erreichte als gewünschtes Ziel akzeptieren und genießen, was einem Gutes widerfährt.

„Nehmt es leicht, habt Spaß und lasst das Hirn eingeschaltet.“



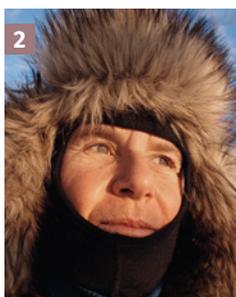
## Die Bodenständigen

### Daniela u. Gerald Zehner

#### DAV-Haus Obertauern

Seit 2004 bewirtschaften Daniela und Gerald Zehner das DAV-Haus in Obertauern. Das Haus ist keine klassische Alpenvereinshütte, ausreichend Hüttenerfahrung haben die beiden trotzdem. Die Zehners haben neben dem DAV-Haus (nur Winterbetrieb) viele Jahre im Sommer eine ÖAV-Hütte bewirtschaftet. Entsprechend wichtig ist es dem gelernten Koch, dass die Gäste auch mitten im bekannten Skiort den Alpenvereinscharakter des Hauses spüren. Für ihre gute Küche sind die Zehners weit über den Ort hinaus bekannt, auf den Tisch kommen vor allem regionale Schmankerl. Wenn es die Zeit zulässt, ist die Familie gern in den Bergen hinterm Haus unterwegs – zu Fuß, auf dem Rad und selbstverständlich auch auf Ski. [dav-haus.de](http://dav-haus.de)

„Unsere Urlauber sollen eine schöne Zeit bei uns haben – und wissen, dass sie in einem Alpenvereinshaus zu Gast sind.“



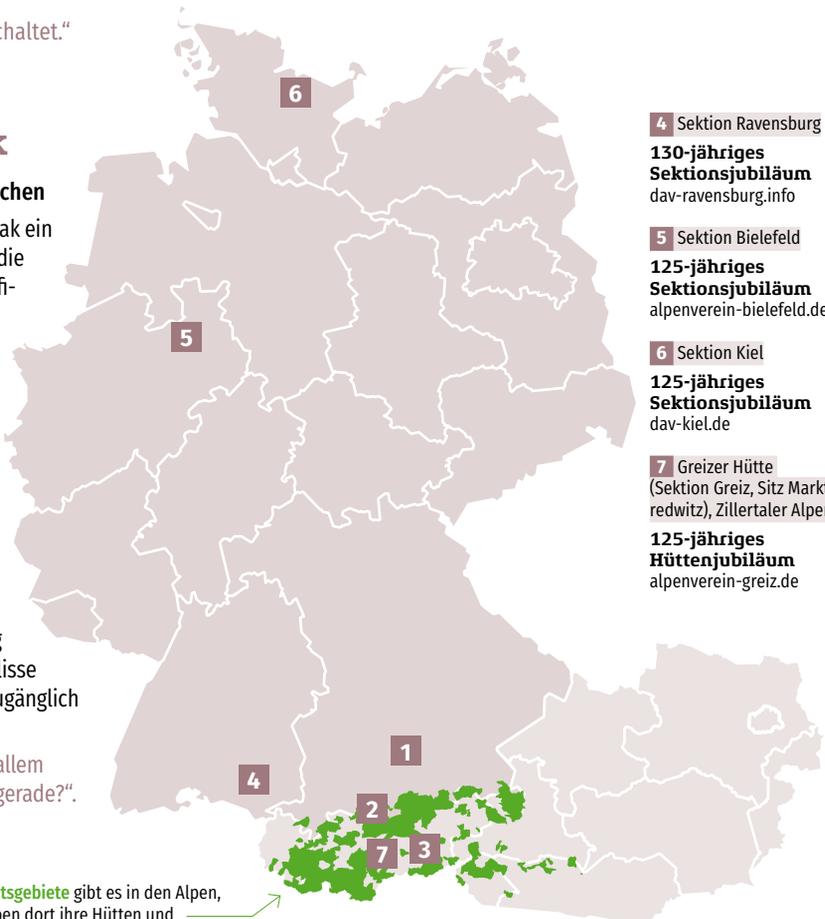
## Die Achtsame

### Antje Bornhak

#### Sektion Garmisch-Partenkirchen

Biketechnisch ist Antje Bornhak ein DAV-Urgestein – seit 2003 ist die Geografin und ehemalige Profisportlerin Trainerin im Lehrteam MTB des DAV, das sie seit 2010 koordiniert. Seit 2018 ist sie Mitglied im Lehrteam Naturschutz. Was sie motiviert? Eigene Ideen umsetzen und den MTB-Sport im DAV in eine Richtung lenken dürfen. Beim Biken, bei ihrer zweiten großen Leidenschaft Skilanglauf und ganz generell am Berg gilt für Antje Bornhak: Mit wenig Aufwand viel draußen sein. Als eines der größten Probleme beim Bergsport empfindet sie die Perspektive, mit der wir Menschen uns in den Bergen bewegen. Egal, ob „höher, schneller, weiter“ oder einfach bloß Erholung und Regeneration: Natur ist ihrer Ansicht nach oft nur Kulisse für die menschliche Dominanz. Und soll immer leichter zugänglich sein, egal ob über Infrastruktur oder Ausrüstung.

Ein Tipp für garantiert mehr „echte“ Lebenszeit: Sich bei allem fragen: „Brauche ich das wirklich?“ oder „Wem nützt das gerade?“.



#### 4 Sektion Ravensburg

**130-jähriges Sektionsjubiläum**  
[dav-ravensburg.info](http://dav-ravensburg.info)

#### 5 Sektion Bielefeld

**125-jähriges Sektionsjubiläum**  
[alpenverein-bielefeld.de](http://alpenverein-bielefeld.de)

#### 6 Sektion Kiel

**125-jähriges Sektionsjubiläum**  
[dav-kiel.de](http://dav-kiel.de)

#### 7 Greizer Hütte

(Sektion Greiz, Sitz Marktredwitz), Zillertaler Alpen

**125-jähriges Hüttenjubiläum**  
[alpenverein-greiz.de](http://alpenverein-greiz.de)

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

# Im nächsten DAV Panorama ab 20. November:



## Unterwegs im Norden

Drei Wochen in Nordnorwegen mit Rad und Zelt, um auf Skitour zu gehen – eine „Expeditation“ der besonderen Art.



## Skidurchquerung Verwall

Bei guten Bedingungen bieten die steilen Verwall-Berge eine anspruchsvolle und einsame Mehrtages-Skitour mit Winterraumbenutzung.

## Weitere Themen:

- Reportage:** Wandern auf der Ruta Vicentina
- Menschen:** Barbara Zangerl und Jacopo Larcher
- Sicherheit:** Lawinen – Entscheidungsstrategien
- Wie funktioniert das?** Steigfelle

Fotos: Wolfgang Ehn / Tim Steffinger/Jonathan Pietsch

# DAV **Panorama**

Magazin des Deutschen Alpenvereins  
70. Jahrgang, Nr. 5, Oktober/November 2018  
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

**Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.**

### Redaktion

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) – gh (Reportage, Knotenpunkt)  
Andi Dick – ad (Berg & Tal, Bergsport heute, Unterwegs, Thema, Reportage, Sicherheitsforschung, Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt)  
Christine Frühholz – cf (Reportage, Fitness & Gesundheit, Leserpost, Alpenverein aktuell)  
Jonas Kassner – jk (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.

### Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe

Daniel Anker, Max Bolland, Irmgard Braun (ib), Joachim Chwaszcza (jc), Ralf Gantzhorn, Traian Grigorian, Daniela Hornsteiner, Julia Janotte, Axel Klemmer, Philip Krüger, Silvan Metz (sm), Martin Prechtel, Christian Rauch, Nadine Regel (nr), Malte Roeper, Martin Schwiersch, Alexis Konstantin Zajetz

### 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:  
Beate Feldmann, Silvia Vieregg, Tel.: 040/37 03-64 48  
Anzeigentarif Nr. 52 (ab 1.1.2018)  
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter  
gujmedia.de

### Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim  
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 2/18: 692.031  
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich  
Innenteil 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.**

# Ein großer Geburtstag. Zwei tolle Geschenke!



Die beiden DAV-Kalender  
als Jubiläumsausgabe...

Mehr Informationen auf Seite 112 in diesem Heft



Kalender  
HIGH!  
€ 27,90  
Mitglieder  
€ 22,90



Kalender  
DIE WELT  
DER BERGE  
€ 32,90  
Mitglieder  
€ 27,90

DIE WELT DER BERGE 2019

BILDER UND TEXTE VON DEN BERGEN – ZUM JUBILÄUM DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS



## Atmen nicht vergessen!

12 großformatige Fotos – nur ein Thema: Hochalpiner Sport, der schon beim Betrachten HIGH macht: Bergsportler in atemberaubender Höhe, mit unglaublichem Mut, in faszinierender Natur. Großartige Perspektiven für ein spannendes neues Bergjahr.

## Ein Bild, ein Text, ein Spruch...

Im Jubiläumskalender DIE WELT DER BERGE zeigen wir „Meilensteine“ des Alpinismus: 12 Charakterberge, an denen Geschichte geschrieben wurde. Texte bekannter Alpinisten auf Transparentseiten laden ein zum Nachdenken, Träumen, Erinnern und Pläneschmieden.

*Wir lieben die Berge. Seit 1869.*



Bestellen Sie online unter [dav-shop.de](http://dav-shop.de) oder per E-Mail an: [dav-shop@alpenverein.de](mailto:dav-shop@alpenverein.de). Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, München. Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.





# Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** und einer einzigartigen Mineralisation. Fein perlend und angenehm im Geschmack wird Staatsl. Fachingen seit jeher von Menschen getrunken, die auf ihre Säure-Basen-Balance achten. Beste Voraussetzungen für unbeschwerter Lebenslust.

[www.fachingen.de/hydrogencarbonat](http://www.fachingen.de/hydrogencarbonat)



Das Wasser. Seit 1742.