

## Mountainbiken

Von der Stadt bis in die Berge

**Hohe Tauern** Wandern ums Kapruner  
Tal **Tirol** Per pedes von Innsbruck ins  
Stubai **Sicherheit** Lawinen im Frühjahr  
**Reschenpass** Skitouren für Kenner  
**Ausrüstung** Was brauchen Kinder?



Jack  
Wolfskin

DRAUSSEN ZU HAUSE

JETZT  
BESTELLEN  

---

SOMMERKATALOG  
&  

---

NEWSLETTER

SPÜRST  
DU ES AUCH

ENTDECKEN IST  
AUCH EINE FRAGE  
DER **PERSPEKTIVE**

[www.jack-wolfskin.com](http://www.jack-wolfskin.com)

# PITZTALER BERGSOMMER

Genießen Sie den schönsten 4\*\*\*\*-Bergsommer.  
4 geführte Wanderungen mit Hausherrn Sepp!

[www.sportalm.net](http://www.sportalm.net)



KINDER  
unter 6 Jahren  
gratis!



## Die Sportalm-Inklusive-Extras

- 4 geführte Wanderungen: Sportalmchef Sepp führt Sie zu den schönsten Almen und die Welt der Eisriesen
- 3/4 Verwöhnspension mit 4-Gang-Feinschmecker-Wahlmenü
- Begrüßungscocktail am Sonntag
- köstliches Frühstücksbuffet & Nachmittagsjause ab 15 Uhr
- Sportalm-Gala-Diner und Freitags herzhafter Grillabend
- Dienstag herrliches Dessertbuffet
- Freie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft
- Sport- und Vitalpackung small, 1 x Teilmassage
- Mountain-Bike, Walkingstöcke, Klettergurte und Steigeisen werden kostenlos verliehen

## FRÜHBUCHER-BONUS! 1 TAG GRATIS

für 1 Person bei Buchung vor dem 1.4.2016 im (DZ)  
7 Tage Mindest-Aufenthalt

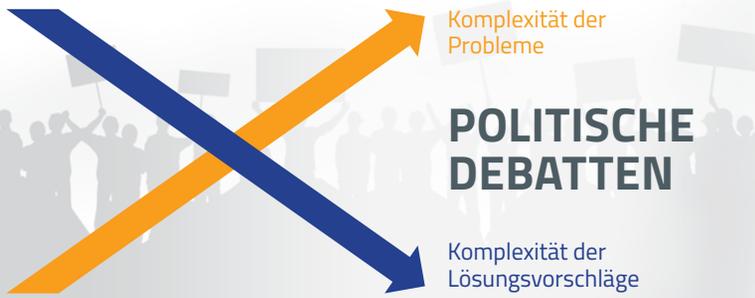
Almrosenblüte 25.06.-09.07.: 7 Tage ab € 525,--

Bergfestwoche 09.07.-03.09.: 7 Tage ab € 547,--

Zimmertyp DZ Bergliebe: Preise pro Person

*Sportalm*  
40 JAHRE

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



Quelle: Katja Berlin, Illustration: marmaro/123rf

## Was gehört zum Alpenverein?

Viele Beiträge in diesem Heft haben ein gemeinsames Thema: **(Mit-)Menschlichkeit**. Die im Ideal zum Helfen führt, immer aber Toleranz fordert.

Mit Toleranz gelingt das Miteinander von Wanderern und **Mountainbikern** („Thema“, S. 18-25), ohne dass TAGIDO, „Traditionelle Alpenvereiner gegen die Industrialisierung des Outdoorsports“, eine Obergrenze fordern (zum Beispiel bei 2500 Metern?). Dann gelingt auch das Miteinander mit verfolgten Menschen, die bei uns Schutz suchen (S. 6, 67). Und das hat nichts mit Politisierung zu tun. Der DAV betreibt **keine Parteipolitik**, wenn er seine gesellschaftliche Verantwortung annimmt.

Menschliches Leben kann nicht unpolitisch sein. Auch Nichtstun ist ein Statement. Ein „zoon politicon“ ist der Mensch, lateinisch „animal sociale“: auf Gemeinschaft ausgerichtet. Damit die gelingt, hilft Verstand – aber auch (Mit-)Gefühl. Eine **Ethik für den Alltag** braucht nicht viele Leitgedanken:

- > Verbrauche nicht mehr als nötig: Parkplatz, Ressourcen, Raum in der Kletterhalle, Kohlenstoff ...
- > Höre zu und akzeptiere Anderssein, in- und outdoor; natürlich solange dieses Anderssein auch unseren Gesellschaftsvertrag akzeptiert.
- > Folge der „Mission“, dass es durch dein Tun allen ein bisschen besser gehen möge – am Berg wie sonst im Leben.

Klingt einfach, ist im Detail nicht immer leicht. Am Berg, wo die Probleme meist überschaubarer sind (von Lawinen mal abgesehen, S. 56), kann man gutes menschliches Verhalten üben – statt nur den Problemen davonzulaufen. Wieder zurück in den Niederungen der Realität, kann man es dann weiter leben. Ermutigt durch die Lehre der Berge: Auch auf einen hohen Gipfel kommt man durch viele kleine Schritte – oder Schwerpunktverlagerungen.

Und auch dafür finden Sie reichhaltige Anregungen in diesem Heft, egal ob Sie lieber **zu Fuß** unterwegs sind (S. 38, 46, 96), **mit Ski** (S. 90) oder **per Rad** (S. 30, 32). Denn natürlich ist der Hauptzweck des Alpenvereins doch immer die Begegnung mit dem Berg. Der seinerseits mit seinen Wandfüßen in der Mitte der Gesellschaft steht.



Ihr

Andi Dick  
Redaktion DAV Panorama

## THEMA: MOUNTAINBIKEN

Zum Trendsport gehören nicht nur Fahrtechnik, passende Ausrüstung und Rücksicht auf die Natur, auch auf das Miteinander mit anderen Bergsportlern kommt es an.

16



DAV **Panorama**app

Im App Store und bei Google Play



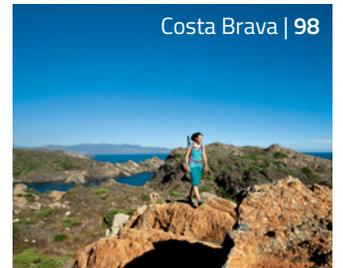
alpenverein.de/  
panorama-app



Bergsteigerkinder | 104



Kinderausrüstung | 52



Costa Brava | 98



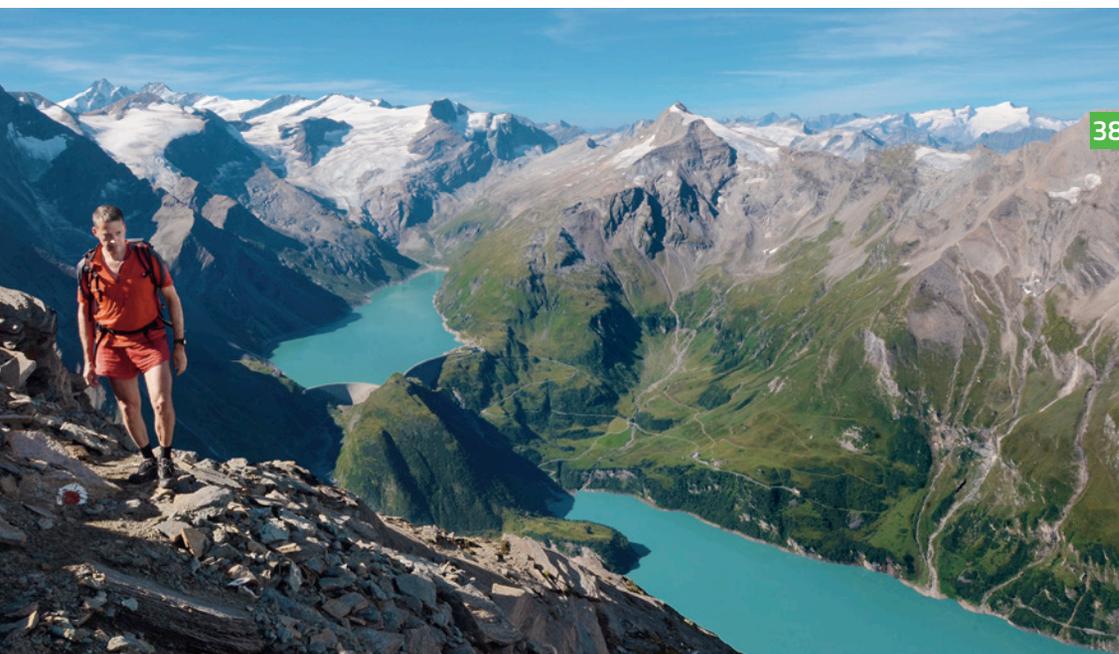
Obervinschgau | 92



Knotenpunkt | 63



Stubai | 46



38

## TAUERNRUNDE

Anspruchsvolle und abwechslungsreiche Tour um das Kapruner Tal mit vier ganz unterschiedlichen Hütten und zwei ordentlichen Dreitausendern.

## RUBRIKEN

- 3 Editorial: Was gehört zum Alpenverein?
- 71 Leserpost
- 110 Vorschau und Impressum
- 111 Promotion: Reisenews
- 114 Promotion: Produktnews
- 116 Outdoorworld



FINDEN SIE UNSERE PRODUKTE  
IM EXKLUSIVEN FACHHANDEL  
UND ONLINE AUF  
[WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM](http://WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM)

## DIE CL FAMILIE DABEI SEIN IST ALLES

Reisen in ferne Länder, der Ausflug ins Grüne oder die herausfordernde Wanderung in den Bergen eröffnen Ihnen eine Welt jenseits des Alltäglichen, die Sie immer wieder in Erstaunen versetzt. Gut, wenn Sie in solchen Momenten von einem kompakten und leichten Fernglas der CL Familie begleitet werden, das sich nicht nur ganz einfach in jeder Tasche verstauen lässt, sondern auch durch kompromisslosen Sehkomfort überzeugt. Erleben Sie große wie kleine Entdeckungen noch intensiver und Ihre Begegnungen mit der Natur noch packender. Denn die Welt gehört dem, der das Schöne sieht – mit SWAROVSKI OPTIK.



SWAROVSKI  
OPTIK

SEE THE UNSEEN  
[WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM](http://WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM)

### 6 ALPENVEREIN AKTUELL

Der Alpenverein als soziale Kraft: Gemeinschaft kennt viele Wege [6] Podium: Balsam für die Seele [8] DAV-Mitgliederstatistik 2015; DAV-Spendenaktion 2015; Ticker [10] Der Klimavertrag von Paris: Gute Nachricht für die Alpen? [11] Kletter-Trainingsgruppe in Berlin; Schüler reparieren Räder für Flüchtlinge [12] ÖPNV-freundliche Touren auf alpenvereinaktiv.com [13] Menschen; Hilfsaktion in Kenia [14] Nepal, ein Jahr nach dem Erdbeben [15]

### 16 THEMA: MOUNTAINBIKEN

Der DAV bezieht Position

### 24 BERGSPORT HEUTE

Ladies Camps: „For Women only“ [24] EM Skibergsteigen: Zweimal U23-Gold für Toni Palzer [26] Kreative Hermann-Buhl-Epigonen gesucht [27] DAV-Expedkader 2018 Sichtungscamp; Deutscher Boulder Cup [28] DAV-Kletterschmiede Schwäbisch Gmünd [29] „Bergwärts“: Von der Nordsee auf den Montblanc [30] Transalp München-Venedig – auf die bequeme Tour [32] spitz & breit [34] DAV Summit Club News [36]

### 38 HOHE TAUERN

So soll es sein!

### 46 FUSSREISE ZUM ALPENHAUPTKAMM

Stubai von unten

### 52 TIPPS & TECHNIK

Bergausrüstung für Kinder: Zwei Paar Socken mehr?

### 56 SICHERHEITSFORSCHUNG

Nass- und Gletschneelawinen:  
Manche Lawinen mögen's warm

### 60 FITNESS & GESUNDHEIT

Fußgesundheit: Den richtigen Gang einlegen

### 63 KNOTENPUNKT: DROGE BERG

Editorial; Impressum; Wortschatz; Off Mountain [64] Klettern für Flüchtlingskinder: Halt finden [65] Check Your Risk MTB: Risiko auf Rädern [67] Tiroliner – ein Verein zum Slacklining [68] Alpinkids: Krieg und Frieden; Gämschenklein [69] Unkenrufe aus der Gletscherspalte; Erbse [70]

### 80 NATUR & MENSCH

Gebietsbetreuung in Bayern: Nah am Menschen – nah an der Natur [80] Hüttenwirt: Hohenzollernhaus; Mit der Bahn in die Berge [82] Dein Freiraum. Mein Lebensraum.; Aktion Schutzwald; CO<sub>2</sub>-Bilanz des Bundesverbands [83]

### 84 KULTUR & MEDIEN

Alpines Museum und Bibliothek: Berge und Begegnung(en) [84] Alpines Museum und DAV-Bibliothek: Veranstaltungen; Ausstellung Hütten und Wege: Objekte gesucht [86] Neue Bücher [87] Brett- und Kartenspiele [90]

### 92 SKITOUREN IM OBERVINSCHGAU

Steile Gipfel überm See

### 98 COSTA BRAVA

Die wilde Küste Kataloniens

### 104 BERGSTEIGERKINDER

Berge im Blut?



Titelbild: Stefan Neuhauser.  
MTB: nicht nur in den Bergen ein Trend

# Gemeinschaft kennt viele Wege

Vom Klettern mit Behinderung oder für Flüchtlinge bis zur Gemeinschaftsbergtour zweier Sektionen – die Menschen verbindende Kraft des Bergsports beweisen viele DAV-Sektionen mit ihren Angeboten.

„Gerade die Wanderer sollten ein Zeichen setzen und zeigen, dass Wandern nicht trennt, sondern verbindet“, erklärte Dr. Hans-Ulrich Rauchfuß, Präsident des Deutschen Wanderverbands (DWW), zu dem rund 600.000 Mitglieder gehören. Angesichts über 900 Straftaten gegen Flüchtlingsheime 2015 rief der DWW zu mehr Toleranz auf und dazu, geflüchtete Menschen zu integrieren – bei Veranstaltungen oder gar mit Patenschaften. Im DAV sind solche Angebote, für verschiedenste Zielgruppen, schon lange Realität; die Kletterhallen in den Städten bieten dafür eine besonders günstige Infrastruktur.

## FRANKFURT: Vom Willkommensangebot zur Dauergruppe

In besuchtsärmeren Zeiten der sektionseigenen Halle bietet der DAV Frankfurt seit letztem Herbst Klettern für Flüchtlinge an; mit kompletter Leihausrüstung und Versicherung über den Landessportbund. Zur ersten Kooperation mit einem Flüchtlingsheim kamen viele ehren-

amtliche Helfer; die Teilnahme dagegen war unbefriedigend, so dass ein anderer Ansatz gesucht wurde.

Seit Dezember funktioniert die Zusammenarbeit mit einer Erstaufnahmeeinrichtung für unbegleitete geflüchtete Minderjährige; einmal pro Woche kommen regelmäßig 10-20 Jungs zum Klettern (die Einrichtung betreut nur Jungs). Die Verständigung ist schwierig, läuft vor allem über Vormachen und die deutschen Seilkommandos „Zu“ und „Ab“, aber alle kommen gut zurecht. Die jungen Syrer, Pakistanis, Äthiopier ... sind begeistert und fröhlich, klettern sportlich und ehrgeizig. Leider werden sie nach spätestens vier Wochen in Hessen weiterverteilt, so dass das Kletterangebot eher „Teil der Willkommenskultur“ ist und dem „sinnvollen Auspowern“ dient, so Karlheinz Berner, der Verantwortliche für das Programm.

Ziel der Sektion ist, Flüchtlinge in längerfristigen Gruppen zu integrieren. Dazu hat sie Kletterplätze in einem „Internetportal für Flüchtlinge“ des Sportkreises Frankfurt angeboten. Die ersten Teilnehmer haben sich schon eingebucht

und auch am Klettern teilgenommen – „ein sehr vielversprechendes Konzept“, schätzt Berner.

| [berner.karlheinz@gmail.com](mailto:berner.karlheinz@gmail.com) |

## LÜBECK: Dauerklettern bringt Spenden

500 Euro für die Willkommenskultur in Lübeck erkletterten über 50 Schülerinnen und Schüler aus unterschiedlichen Schulen Schleswig-Holsteins im Kletterzentrum „urban apes“ in Lübeck. Die DAV-Sektion Lübeck, das Carl-Jacob-Burckhard-Gymnasium und die Volksbank Lübeck hatten die Kooperation organisiert; innerhalb von zwei Stunden kletterten die Kinder und Jugendlichen über 4000 Meter.

Die Volksbank honorierte die Klettermeter mit 500 Euro, und der Betrag ging an das „Haus der Kulturen“ in Lübeck, eine Organisation, die sich für die Integration von Flüchtlingen einsetzt. Alle Beteiligten hatten viel Spaß beim Klettern und lernten: Wenn jeder einen Teil beiträgt zur Unterstützung hilfsbedürftiger Menschen, lässt sich viel bewegen.

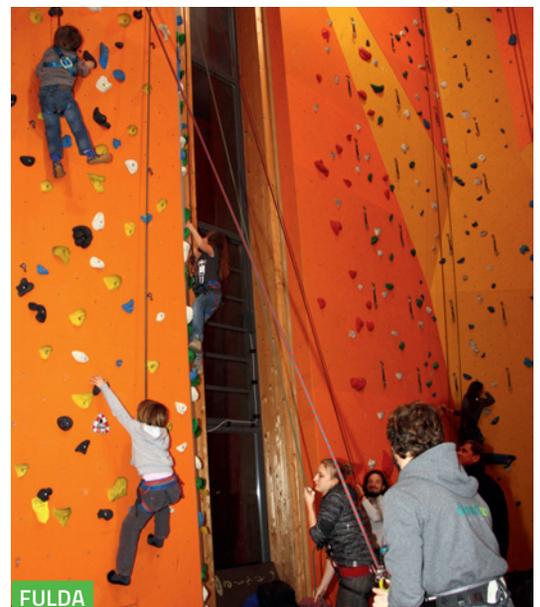
*Axel Wernicke*



LÜBECK



FRANKFURT



FULDA

Fotos: Axel Wernicke, DAV Frankfurt, DAV Fulda, Gabi Moderegger, „Steinfredl“

## BERCHTESGADEN: Inklusion nach Maß

Schon seit fünf Jahren lebt die Sektion Berchtesgaden den Inklusionsgedanken. Knapp 300 Kinder und Jugendliche zwischen drei und 18 Jahren betreuen die Klettertrainer, und in fast jeder Gruppe ist mindestens ein Kind mit Behinderungen. Die Jugendreferentin Gabi Schieder-Moderegger, die auch Lehrerin und Sonderpädagogin ist, hat ein Konzept dafür erstellt, das bestens funktioniert – jüngst erhielt die Sektion dafür aus einem öffentlichen Spenden-Voting

der Sparkasse 1000 Euro, mit denen neue Ausrüstung gekauft wurde.

Ein Jahr lang öffnete sich eine Inklusionsgruppe auch für unbegleitete geflüchtete Minderjährige, ein Experiment, das „eine große Bereicherung für alle“ war, „uns aber auch an unsere Grenzen brachte“, so Moderegger. Denn die Jugendlichen wurden meist schon nach zwei Wochen weitervermittelt, so dass „kein richtiges Gruppengefühl entstehen“ konnte. Sprachbarrieren und mangelndes Gefahrenbewusstsein machten die Sache schwieriger



INGOLSTADT/RINGSEE

*Die meisten Inklusions- und Integrationsangebote der DAV-Sektionen stützen sich auf das wohnortnahe Angebot von Kletterhallen. Aber auch Wegebauaktionen oder Bergtouren bieten noch erschließbares Potenzial. Und Integration kann auch Zusammenarbeit zweier Sektionen bedeuten, wie Ingolstadt und Ringsee zeigen.*

Eindrücke vom zweiten „Klettern mit Handicap“ der hessischen Sektion. Mit seinem Sektionskollegen Stefan Hartung hat Schwob dieses Sportangebot für Menschen mit Behinderung ins Leben gerufen – unterstützt werden sie von ehrenamtlichen Kletterbetreuern. Nach durchweg positiver Resonanz der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen wurde aus den beiden Schnupperterminen nun ein regelmäßiges Angebot: Einmal monatlich sollen die Jugendlichen und Erwachsenen mit ihren unterschiedlichen Handicaps im Toprope das Gipfelglück der Kletterhalle erleben können.

| [dav-fulda.de](http://dav-fulda.de) |

## INGOLSTADT/RINGSEE: Zusammenwachsen

Seit 1949 gingen die beiden Sektionen Ingolstadt und Ringsee auf gleichem Stadtgebiet getrennte Wege. Durch sektionsübergreifende, gemeinsame Touren wächst nun allmählich wieder zusammen, was doch eigentlich zusammengehört. So hatte der Skihochtourenführer Michl Rohrhirsch von der Sektion Ringsee im Januar eine Skihochtour zur Amberger Hütte unter dem Schrankogel in den Stubai Alpen geplant. Zu seinen Teilnehmern gesellten sich befreundete Mitglieder aus der Sektion Ingolstadt um den Skihochtourenführer „Steinfredl“.

Wegen der knappen Schneelage wurde die Skihochtour zu einer Schneeschuhhochtour – und wegen des doch anstrengenden Spurens zu einer vergnüglichen Gemeinschaftsaktion nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“. So zusammengeschweißt gab's am Abend auf der Amberger Hütte auf 2100 Metern noch ein zünftiges Hüttenkartenspiel. Und als Höhepunkt zum krönenden Abschluss eine rauschende Schlittenfahrt von der Hütte ins Tal – fast besser als auf Tourenski. So kann es mit dem Miteinander der beiden Sektionen weitergehen!

„Steinfredl“



BERCHTESGADEN

und zeigten den Verantwortlichen, „dass man sich die Zielgruppe für inklusive Angebote genau anschauen sollte“. Künftig will sie junge Flüchtlinge aus einer festen Wohngruppe dauerhaft in ihre Gruppen integrieren.

| [j2.dav-berchtesgaden.de](http://j2.dav-berchtesgaden.de) |

## FULDA: Behinderungen am Boden lassen

„Es ist toll zu sehen, mit welchem Elan alle ans Klettern gehen. Man hat das Gefühl, da werden völlig neue Energien freigesetzt“, beschreibt Matthias Schwob, Jugendleiter des DAV Fulda, seine

Podium: Christine Laux

## Balsam für die Seele

„Ich schaue auf das, was geht, und nur ein klein wenig wehmütig auf das, was nicht mehr geht oder vielleicht nicht mehr gehen wird“ – Klettern hilft nicht gegen Krebs, aber es tut gut.

Ich bin einfach geklettert, als ob nichts gewesen wäre. Ran ans Seil und in den Riss. Ich

Alle waren erstaunt, wie ich da so jede Tour nachgestiegen bin. Ich auch. Dabei hatte ich in den vergangenen zwei Jahren genau drei Routen in der Pfalz geklettert. Habe kaum die Füße hochgekriegt, ungelenk, der Gleichgewichtssinn hat gelitten. Die Operationen und die Chemotherapien haben unendlich Kraft gekostet.

nommen, da durchzugehen, haben mich viele gefragt. Nicht zu verzweifeln. Immer einen flotten Spruch auf den Lippen. Keine Ahnung.

### Ein anstrengender Weg

Der Weg war lang, er war anstrengend. Wie eine Bergtour. Das Ziel ist klar, der Weg vielfach auch, aber es gibt Unwägbarkeiten, auf die man unterwegs reagieren muss. Auch muss man sich seinen Ängsten stellen und seine eigenen Grenzen immer wieder neu ausloten und verschieben. So habe ich auch die Bewältigung der Erkrankung versucht anzugehen. Geholfen haben mir die vielen schönen Erlebnisse und Erinnerungen an Klettertage und Bergtouren, besonders in den Tagen, wenn bei mir gar nichts mehr ging, die Couch mein Begleiter war. Und in den Zeiten zwischen den Behandlungen war ich so aktiv, wie es eben möglich war.

Ebenso wichtig waren und sind die Unterstützung, die Freundschaften und die vielen Aktivitäten mit der Hochtouren- und Klettergruppe, die rege Anteil an meinem Schicksal nahm und mich sehr unterstützt hat. Auch für meinen Mann Stefan war die Zeit schwer. Das Klettern, die Berge und die Freundschaften haben auch ihm geholfen, das alles zu verarbeiten. Dafür möchte ich einmal Danke sagen!

Doch nicht nur Klettern und Bergsteigen, sondern einfach auch das Draußensein in der unfassbar schönen Natur ist wichtig. Ich sehe sie noch bewusster. Das Glück und die Freude in den Bergen und in der Natur empfinde ich oft sehr intensiv. Balsam für die Seele. So wie die Kletterwoche in Adrspach.

Und jetzt will ich schauen, ob es auch in der Pfalz funktioniert. Da habe ich fast noch mehr Schiss als im Elbsandstein. ■



Fotos: Archiv Laux

*Mit dem Freundeskreis geht vieles leichter: rauf auf den Fels und stark bleiben in der Krankheit.*

komm da schon hoch – irgendwie. Kamin? Geht immer! Sonst habe ich mir immer in die Hosen gemacht vor Schiss, vor allem im Elbsandstein; und jetzt die Krönung: Adrspach in Tschechien. Sandsteintürme, wie mit dem Messer geschnitten. Wahnsinn.

Seit fast fünf Jahren kämpfe ich gegen den Krebs. Es sah nicht gut aus zwischendurch. Niederschmetternde Diagnosen. Worte, die sich ins Gedächtnis einbrannten. Fortgeschritten, Metastasen, inoperabel ... Ärzte, die ernst dreinschauten. Woher habe ich bloß die Kraft ge-



**Christine Laux (47)** liebt das Sandsteinklettern – auch noch, oder erst recht, nachdem bei ihr vor fünf Jahren Dickdarmkrebs diagnostiziert wurde.

**Schöffel**  
Ich bin raus.

## Die Wettervorhersage: Unbeständig und egal. Schöffel Everywear.

Anrollbare,  
verstellbare Kapuze

Wind- und wasserdicht

Saum verstellbar

Damen Allwetterjacke  
**EASY L II** |

**UVP 179.95 €**



Integrierte  
Pack-Away-Tasche

Armabschluss verstellbar



Auch als Herrenmodell EASY M erhältlich.

**FELSEN-FEST**

**FRÄNKISCH:** Das „2. Marmot Frankenjura Kletterfestival“ steigt am langen Wochenende 26.-29. Mai in Königstein, mit Ständen, Workshops, Vorträgen, Rahmenprogramm – und einem der besten Klettergebiete der Welt. [kletterfestival.org](http://kletterfestival.org)



**ALLE WETTER IM GRIFF:** Die beliebte Wetter-Website meteoblue gibt es nun auch als App fürs iPhone (Android-Version ist in Entwicklung). Wettervorhersage, Ortsuche, Speicherfunktion, Wind-Animation und mehr. Die Wetter-App ist verfügbar im App Store. [meteoblue.com](http://meteoblue.com)



**CLEVER IN DIE BERGE:** Planung und Umsetzung einer Bergtour; Sicherheit und Risiko beim Wandern, Klettern, Schneeschuhwandern; Checklisten für Ausrüstung – pfiffige Tipps für

Bergtouren gibt ein von Experten erstellter kostenloser PDF-Ratgeber.

[tourist-online.de/bergsicherheits-guide](http://tourist-online.de/bergsicherheits-guide)

**SIND SIE ...**

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

**HABEN SIE ...**

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

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

**BEI ANRUF HILFE**

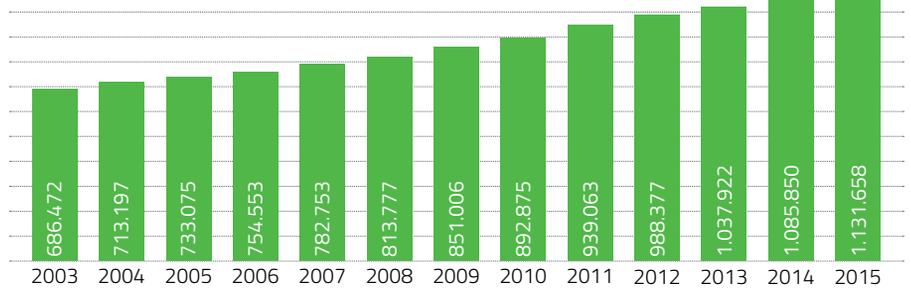
Bei Bergnot erhalten DAV-Mitglieder Hilfe durch die ASS-Notfallzentrale der Würzburger Versicherung unter der Rufnummer

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

Die Leistungen des Alpinen Sicherheits-Service (ASS) finden Sie ausführlich unter [alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen](http://alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen)

**DAV-Mitgliederstatistik 2015**

**Aufwärtstrend ungebrochen**



Nach wie vor faszinieren Berge und Bergsport zunehmend die Menschen in Deutschland – und nach wie vor fühlen sich viele von ihnen im Deutschen Alpenverein gut vertreten und aufgehoben. Das belegt die Statistik: 2015 wuchs der DAV um weitere 45.808 Mitglieder, ein Wachstum von 4,22 Prozent. Zunehmend wird der Verein weiblicher und jünger: Von 2005 bis 2015 stieg der Anteil der Frauen von 38,3 auf 41,4 Prozent, und die größten Zuwächse brachten die Altersgruppen von 19 bis 40 Jahren. Wie im vorletzten Jahr war der Zuwachs in der Ostdeutschen Sektionengemeinschaft am größten: 8,32 Prozent mehr Mitglieder verzeichnete sie, gefolgt von den Landesverbänden Nordrhein-Westfalen und Hessen-Pfalz-Saar. Für den Alpenverein bedeutet dieser Vertrauensbeweis die Verpflichtung, die neuen Zugehörigen der Vereinsgemeinschaft zu einem kompetenten Umgang mit den Risiken des Bergsports anzuleiten, ihnen aber auch die traditionellen Werte des größten Bergsteigerverbands der Welt nahezubringen. red

**DAV-Spendenaktion 2015**

**Ihre Hilfe für gute Berg-Herbergen**



Alpenvereinshöhlen sind unentbehrliche Stützpunkte für gute Erlebnisse in den Bergen; für die Sektionen bedeuten umweltgerechte Sanierung und Betrieb eine enorme finanzielle Belastung: rund 13 Millionen Euro

jährlich für Hütten, eine weitere Million für Wege. Seit einigen Jahren bittet der DAV seine Mitglieder darum, diese Aufgabe durch Spenden zu unterstützen – so auch 2015. Über 14.000 Mitglieder aus 161 Sektionen folgten diesem Aufruf und spendeten über 500.000 Euro für Hüttenbaumaßnahmen. Damit werden unter anderem unterstützt:

- > die Niederelbehütte (S. Hamburg) erhält ein bepflanztes Filterbeet als zusätzliche biologische Stufe für ihre Abwasserreinigung,
- > an der Richterhütte (S. Bergfreunde Reith) wird das Wasserkraftwerk generalsaniert,
- > die Rüsselsheimer Hütte (S. Rüsselsheim) wird generalsaniert und erhält einen Anbau für Küche und Personal.

*Dank Mitglieder-Spenden bald frisch saniert: die Rüsselsheimer Hütte im Pitztal*

red

[alpenverein.de/spendenaktion](http://alpenverein.de/spendenaktion) |

## Der Klimavertrag von Paris

# Gute Nachricht für die Alpen?

**Ehrgeizige Klimaschutzziele setzten sich die Staaten der Welt letzten Dezember in Paris. Nun kommt die Gretchenfrage: Werden sie sich daran halten? Auch für die Alpen wäre es zu wünschen.**

„Kommende Generationen, da bin ich mir sicher, werden sich an den 12. Dezember 2015 als einen Tag erinnern, an dem Zusammenarbeit, Weitblick, Verantwortung und Sorge um unsere Welt im Mittelpunkt standen“, sagte die sichtlich gerührte Christiane Figueres, Chefin des Klima-Sekretariats der Vereinten Nationen.

Zum ersten Mal in der Geschichte haben sich alle Staaten der Welt zum Klimaschutz verpflichtet; sogar Saudi-Arabien, China und die USA sind an Bord. Falls sie Ernst machen mit der Umsetzung ihrer Zusagen, kann das Pariser Abkommen endgültig das Ende der fossilen Energieträger einläuten.

Das vertraglich festgeschriebene Ziel heißt, die Erderwärmung langfristig auf zwei Grad, w-möglich sogar nur 1,5 Grad zu begrenzen. Dazu wurden zusätzlich konkrete Klimaschutzziele für die einzelnen Länder formuliert. Diese reichen aber, selbst wenn sie eingehalten werden sollten, noch lange nicht aus, um die Erderwärmung unter zwei Grad zu halten. Deshalb müssen die Staaten schon ab 2018 alle fünf Jahre neue Klimaschutzziele einreichen, die ehrgeiziger sind als die bisherigen.

## Zeitbombe US-Wahlen

Ab 2020 tritt der Vertrag offiziell in Kraft. Davor müssen die Länder ihn aber noch ratifizieren. Nur wenn auch China und die USA offiziell zustimmen, macht das Abkommen wirklich Sinn. Die beiden Staaten sind zusammen für etwa 40 Prozent der weltweiten Emissionen verantwortlich. Obama kann zustimmen – auch ohne Unterstützung des von den Republikanern kontrollierten US-Senats. Aber ein 2016 neu gewählter US-Präsident könnte wieder den Austritt aus dem Klimaabkommen beschließen.

Dass Deutschland den Vertrag ratifiziert, darf als sicher gelten. Der neue Klimavertrag schreibt den Industrieländern eine Führungsrolle zu. Spannend wird daher sein, ob Deutschland tatsächlich mit gutem Beispiel vorangeht. Um die international gemachten Zusagen zu erfüllen, muss die Bundesregierung schnell aus der besonders klimaschädlichen Kohle aussteigen.

die biologische Vielfalt haben“. Starkregen und Überschwemmungen sind für erosionsempfindliche Hänge besonders gefährlich. Die Alpengemeinden werden sich daher besonders an den Klimawandel anpassen müssen: Schmelzende Gletscher und Schneemangel im Winter sind nur wenige Beispiele für die kommenden Probleme.



*Abdeckplanen können das Abschmelzen von Sommerski-Gletschern verlangsamen, aber nicht verhindern, und nicht das Sterben von Eisflanken, wie an der Weißseespitze.*

In vielen Ländern verursacht der Klimawandel heute schon Dürren oder Überschwemmungen und zerstört die Lebensgrundlagen von Millionen Menschen. Insofern ist der Klimavertrag auch ein Solidaritätspaket. Auch in Deutschland wird es neuartige Probleme durch Intensivierung von Hitze, Trockenheit, Starkregen und Sturmfluten geben; das prognostiziert eine „Vulnerabilitätsstudie“ der Bundesregierung. Besonders stark leiden die Alpen unter dem Klimawandel, selbst bei konsequenter Einhaltung des Klimavertrags. Denn die Er-wärmung wird dort noch stärker ausfallen als im Flachland und „negative Auswirkungen auf

Im Mai soll die nächste Runde der internationalen Klimaverhandlungen die abstrakten Formulierungen aus dem Klimavertrag in praktische Arbeitsaufträge übersetzen; 2018 steht dann die erste Überprüfung der Klimaschuttpläne der einzelnen Länder an. Entscheidend ist aber, dass die einzelnen Länder die Beschlüsse von Paris jetzt konsequent umsetzen. Nur dann werden sich kommende Generationen tatsächlich an den 12. Dezember 2015 positiv erinnern.

*as/red*

| PS: Klimaschutz ist auch Privatsache:  
 ■ 100max.cipra.org  
 ■ alpenverein.de/klimaschutz |

## Kletter-Trainingsgruppe in Berlin

# Gemeinsam besser trainieren

Mit besserer Technik und mehr Kraft steigen die Chancen auf mehr Spaß am Klettern durch interessantere Bewegungsaufgaben. Aber sinnvoll und abwechslungsreich trainieren braucht Kreativität – und Durchhalten. Zu diesem Zweck haben sich in Berlin rund 15 Kletterinnen und Kletterer zusammengefunden und treffen sich wöchentlich zum gemeinsamen Trainieren.

Einige sind ausgebildete Trainer oder Übungsleiter, das Können variiert zwischen VII und X-, was aber durch Variation der Übungen (Zusatzgewicht, Entlastung, kleinere/größere Griffe ...) ausgeglichen werden kann. Die planmäßige Periodisierung und die generellen Inhalte jeder Trainingseinheit (Aufwärmen, Techniktraining, Zirkel mit Schwerpunkt IK oder Maximalkraft,

Ausdauer, Ausgleichsübungen) wurden vereinbart; dadurch, dass bei jedem Termin jemand anders das Training anleitet, kommen immer wieder neue Ideen. Lukas Kriegler, einer der Initiatoren, findet es toll, dass in der Gruppe ein gewisser Druck besteht, auch mal ungeliebte Übungen zu machen; außerdem habe man immer

jemanden zum Sichern oder Unterstützen. Dennoch sei das Ganze „nicht überinstitutionalisiert“: Die Abstimmung läuft ganz unkompliziert per E-Mail und GoogleDoc. Eigentlich eine clevere Idee – bleibt die Frage, warum das nicht mehr Leute machen. *red*

*Ausgleichsübungen gehören zu gutem Klettertraining – und die Gruppe hilft beim Durchhalten.*



Fotos: Anita Waibl, Kenneth Stypka, Lukas Kriegler (2), Josef Mauerer



## LAWINENHUND RETTET MÄDCHEN

Ein sechzehnjähriges Mädchen budelte der Lawinhund Santo aus dem weißen Grab: Beim Freeriden ohne LVS-Gerät mit der Familie war sie von einer Lawine verschüttet worden. Zwanzig Minuten später war die Bergrettung mit Santos Herrchen Christian Waibl, Wirt der Riffelseehütte, vor Ort. Santo begann zu wühlen und fand das Mädchen in 70 Zentimeter Tiefe – Rettung in letzter Sekunde.

## Schüler reparieren Räder für Flüchtlinge

# Helfen ist auch eine Leistung

24 Schülerinnen und Schüler aus Leutkirch haben sich etwas vorgenommen: eine Mountainbikefahrt von Leutkirch zum Gardasee, begleitet von zwei Lehrern und zwei Betreuern. So weit, so normal – solche Ideen setzen heute viele Schulklassen um. Auch die Aufarbeitung und Vorbereitung wissenschaftlich fundierter Lernprojekte ist verbreitet. Alle müssen regelmäßig an ihrer Fitness arbeiten. Eine Arbeits-

gruppe kümmert sich um die Öffentlichkeitsarbeit mit Website, Facebook, Instagram und auf externen Medien. Ein Team gestaltet die Tour, wozu auch das Konzept gehört, im Zelt zu übernachten, um einen möglichst kleinen ökologischen Fußabdruck zu hinterlassen. Mit einem Erste-Hilfe-Kurs und einem Fahrrad-Reparaturkurs machten sich die Jugendlichen fit für Unvorhergesehenes. Und entwickelten dabei eine weitere Idee: ein Hilfsprojekt. Denn die neu geschulten Fähigkeiten im Reparieren wandten sie gleich an, um gespendete Alträder wieder fahrfähig zu machen und damit 35 Asylanten, die in der örtlichen Turnhalle untergebracht sind, zu mehr Mobilität zu verhelfen. Im Dezember fand die Übergabe statt, danach wollten die Schüler ihre neuen Mitbürger in Fahrtechnik und Verkehrsregeln schulen. Schließlich gibt nicht nur eine Alpenüberquerung Grund, stolz auf sich zu sein. *red*



Fahrradübergabe an Flüchtlinge in Leutkirch

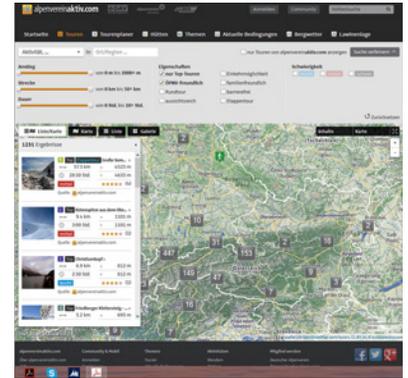
ÖPNV-freundliche Touren auf [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com)

## Klimafreundlich in die Berge

Nachhaltigkeit und Klimaschutz beginnen nicht erst am Berg, sondern schon bei der Anreise. Laut DAV-Mobilitätsumfrage ist nach wie vor das Auto: Über 70 Prozent der Mitglieder benutzen es. Doch die Nachfrage nach Touren, die gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar sind, steigt. Und das betrifft nicht nur die dafür prädestinierten Touren mit unterschiedlichen, gut öffentlich erreichbaren Start- und Endpunkten.

Im Rahmen des Projektes „Klimafreundlicher Bergsport“ – gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz – hat der DAV darauf reagiert. Im Tourenportal [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com) gibt es seit Neuestem eine Sammlung ÖPNV-freundlicher Touren. Die Experten vom DAV-Ressort Natur- und Umweltschutz haben dafür Qualitätskriterien definiert, wobei etwas längere Reisezeiten bei Mehrtagestouren akzeptabel sind.

➤ Regelmäßige ÖPNV-Anbindung: muss bis zur Endhaltestelle gegeben sein, vor allem an Wochenenden (von morgens bis abends, mindestens alle zwei Stunden).



*Ohne Stau und Raser zum Bergvergnügen: Auf dem Tourenportal des DAV kann man jetzt explizit ÖV-taugliche Ziele finden.*

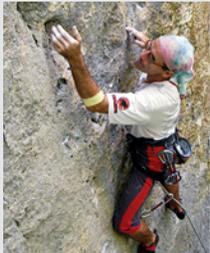
- Anbindung für Fernreisende: nicht mehr als zwei weitere Verbindungen mit Bus oder Bahn ab dem nächstgelegenen Fernbahnhof; kurze Umsteigezeiten.
- Entfernung zum Tourenstartpunkt: höchstens 15 Minuten von der Endhaltestelle.
- Die Anreise mit „Öffentlichen“ ist gut beschrieben; Endhaltestelle, Busnummer und Richtung; zusätzliche Informationen über Regelmäßigkeit und Fahrplan.
- Für ÖPNV-freundliche Radtouren: Fahrradmitnahme für die gesamte ÖPNV-Verbindung muss möglich sein.

Aktuell erfüllen bereits über 650 Touren diese Kriterien und sind mit der neuen Eigenschaft „ÖPNV-freundlich“ ausgezeichnet; weitere werden derzeit geprüft. Die umfassende Sammlung soll stetig erweitert werden. Damit erleichtert der DAV die Suche nach solchen Touren und leistet gleichzeitig einen Beitrag zum Klimaschutz. Testen Sie selbst und suchen Sie Ihre nächste ÖPNV-freundliche Tour! mw

## NATÜRLICHER GENUSS FÜR JEDE TOUR.



# Menschen



Am 1. März wird **Yves Rémy** 60 Jahre alt. Zusammen mit seinem Bruder Claude bereichert der Westschweizer seit 1970 die Kletterwelt um Erstbe-

gehungen, die sich oft durch Linie, Klettergenuss und (nicht immer) gute Absicherung auszeichnen. Erschließungen berühmter Sportklettergebiete wie Eldorado (Grimsel)

oder am Sanetschpass gehen auf das Konto der Rémy-Brüder; allein in Kalymnos haben sie 500 Seillängen hinterlassen, insgesamt über 10.000. Sie sind unterwegs mit Humor, Enthusiasmus und Hardrock-Beschallung – und oft mit ihrem Vater, der mit über 90 Jahren noch im sechsten Grad vorsteigt. Weiter so!

Zum „People’s Choice Adventurer 2016“ wählten Leser von „National Geographic“ die Nepalesin **Pasang Sherpa Lhamu Akita**. Die



31-Jährige stand auf den Gipfeln von Everest und K2, als erste Frau auf dem Nangpai Gosum (7321 m) und mit einer reinen Frauen-

expedition auf der Ama Dablam. Nach dem schweren Erdbeben im April 2015 engagierte sich die erste Bergführerin Nepals im Organisieren und Verteilen von Spenden und Hilfsgütern.



Am 21. Dezember stürzte **Kei Taniguchi** (43) beim Abstieg vom Mount Kurodake (Japan) tödlich ab. Die Japanerin war eine der stärksten Vertreterinnen des anspruchsvollen Alpinismus an hohen Gipfeln und hatte als erste Frau den Piolet d’or, den „Oscar des Alpinismus“, erhalten für die Erstbegehung von „Samurai Direct“ (1800 m, WI 5+, M5+) am Kamet (7756 m). „Unbekannte Berge erforschen ähnelt für mich dem Leben selbst“, schrieb sie, „wenn ich das Land sehe und spüre, entdecke ich, was ich tun kann, wie ich über das Vorstellbare hinaussteigen kann.“

Am 27. Dezember erlag der Gründer von „Climbers against Cancer“ (CAC) mit 52 Jahren seiner Krankheit. „Die Diagnose ist endgültig, keine Heilung in Sicht ... Positiv denken hat meinen Umgang mit der Situation geprägt, Glückseligkeit ist der Schlüssel.“ Mit dieser Einstellung sammelte Ellison mit seiner Initiative fast eine halbe Million Euro zugunsten der Krebsforschung – die CAC-T-Shirts waren auf internationalen Wettkämpfen so allgegenwärtig wie ihr umtriebiger Erfinder, der als internationaler Schiedsrichter dem Klettern tief verbunden war.

**John Ellison** ist tot. Am 27. Dezember erlag der Gründer von „Climbers against Cancer“ (CAC) mit 52 Jahren seiner Krankheit. „Die Diagnose ist endgültig, keine Heilung in Sicht ... Positiv denken hat meinen Umgang mit der Situation geprägt, Glückseligkeit ist der Schlüssel.“ Mit dieser Einstellung sammelte Ellison mit seiner Initiative fast eine halbe Million Euro zugunsten der Krebsforschung – die CAC-T-Shirts waren auf internationalen Wettkämpfen so allgegenwärtig wie ihr umtriebiger Erfinder, der als internationaler Schiedsrichter dem Klettern tief verbunden war.



Einige der beliebtesten Kletterfelsen der Fränkischen Schweiz – etwa Soranger Wand, Amerikanische Botschaft, Grüne Höhle oder die Marientaler Wände – haben Kletterer zum großen Teil der kreativen Schaffenskraft von **Karsten Oelze** zu verdanken, der am 15. Januar gestorben ist. Er erschloss aber nicht nur in Franken schöne Linien mit guter Absicherung, auch auf Sizilien und Kalymnos hinterließ er Spuren. Seinen Freunden bleibt er vor allem als Mensch in Erinnerung, der sie durch Unbeschwertheit, Humor und große Lebensfreude bereicherte.



red

## Hilfsaktion in Kenia

### Rundum gelungen

In DAV Panorama 4/2015 berichteten wir über das Hilfsprojekt „Kenial“ von Anke Johanssen und Jürgen Reinmüller: Sie wollten den Mount Kenia besteigen, den Anlass aber dazu nutzen, Waisenkindern vor Ort mit Regenjacken, Schuhen und Schulrucksäcken das Leben besser zu machen. „Yiha! Alles hat geklappt. Über 100

Kinder haben einen trockenen Schulweg“, jubelt Johanssen nach der Rückkehr voll Freude über die gelungene Hilfsaktion. Die nächsten Projekte sind schon in Planung. Und wer sie unterstützen will, etwa durch den Kauf eines Schmutsekissens in Bergform, findet Information unter kenial.de



Gute Regenjacken senken das Risiko für Erkältungen und Lungenentzündung.

red

## Nepal, ein Jahr nach dem Erdbeben

## Hilfe in Mutters Land

Sechs Monate lang reiste Milan Fröhner (29) aus Nürnberg durch Nepal, das Heimatland seiner Mutter. Zusammen mit seiner Freundin Lena Freisleben (27) machte er Trekkings – vor allem aber half das Paar Menschen, die ein Jahr nach den verheerenden Erdbeben noch immer mit der Not kämpfen. Über 9000 Euro sammelten die beiden bei ihren DJ-Jobs in Nürnberg; damit brachten sie Decken und warme Kleidung in einige Dörfer im Erdbebengebiet. Einem Kinderheim in Kathmandu konnten sie eine neue Küche und eine solar versorgte Lichtanlage besorgen. „Es ist in Nepal nicht immer einfach“, berichtet Fröhner, „aber wir haben es getan.“

Einfach etwas getan hat auch der Nepali Narayan Adhikari mit dem [ewk-wolbeck.de](http://ewk-wolbeck.de): Aus 166.000 Euro Spenden wurde durch Mitfinanzierung des Bundes-Entwicklungsministeriums fast eine halbe Million, die den Bau von elf Schulen ermöglicht. In der Vorbereitungsphase steht noch das Hilfsprojekt des DAV-Bundesverbands: Zur Zeit wird geklärt, wie die Spendengelder der Mitglieder sinnvoll und verlustfrei in ein Wegebauprojekt für das Langtang-Gebiet investiert werden. Wegeexperten des Alpenvereins hatten die Region besucht und Pläne entwickelt.

Die Erdbeben im April und Mai 2015 versetzten Kathmandu um 1,5 Meter nach Süden. Rund 9000 Menschen kamen ums Leben. Hilfsaktionen wurden erschwert durch die Zerstörungen selber, durch Korruption und im Winter durch eine religiös-politisch begründete Blockade der Grenze zu Indien, die den Bezug von

Benzin, Baumaterial, Lebensmitteln und Medikamenten schwierig machte. Auch Veranstalter mussten ihr Material am Schwarzmarkt einkaufen. Im Februar wurde die Blockade für beendet erklärt – nun werden Hilfsaktionen logistisch wieder einfacher, aber auch die Besucherzahlen sollten weiter nach oben gehen. Denn Nepal freut sich über Hilfe; Einnahmen durch Tourismus aber sind eine wirtschaftliche Basis des Bergsteiger-Traumlands. *red*



**DAV-SPENDENKONTO**  
Kontoinhaber: Deutscher Alpenverein e.V.  
IBAN: DE17 7002 0270 0667 9074 97  
BIC: HYVEDEMMXXX  
Verwendungszweck: Nepalhilfe

*Auch Eigeninitiative kann helfen: Milan und Lena in einem Kinderheim in Kathmandu*

10 YEARS LIGHTWEIGHT E-BIKE EXPERIENCE

**vivax**  
assist

## vivax TESTTAGE

Testen Sie jetzt das weltweit leichteste E-MTB – nur 12,9 kg inkl. Akku



**JETZT ANMELDEN & BEI DER KOSTENLOSEN TESTFAHRT TEILNEHMEN – INKL. TOURGUIDE VON vivax**

INFOS ZU DEN vivax TESTTAGEN: [www.vivax-assist.com/testtage](http://www.vivax-assist.com/testtage)

## vivax TESTTAGE BEIM PREMIUMHÄNDLER

26.03.16	SAMSTAG	BIKE TEAM RAUNHEIM D-65479 RAUNHEIM · +49 6142 83386-91
02.04.16	SAMSTAG	SCHULZ GMBH D-77955 ETTENHEIM · +49 7822 1493
07.-09.04.16	DO. - SA.	vivax DRIVE A-6300 WÖRGL · +43 5332 70317
14.-15.04.16	DO. - FR.	BAYBOX e. K. D-87459 PFRONTEN · +49 8363 92194
16.04.16	SAMSTAG	EZEE ELEKTRODAD GMBH D-71034 BÖBLINGEN · +49 7031 7100500
16.-17.04.16	SA. - SO.	ZÜGEL ZWEIRADFahrzeuge · D-74523 SCHWÄBISCH HALL · +49 791 971400
22.04.16	FREITAG	SPORTRADL A-4722 PEUERBACH · +43 676 9715020
23.-24.04.16	SA. - SO.	ESCOOTER.DE D-81373 MÜNCHEN · +49 89 57951905
24.04.16	SONNTAG	RADL-SPASS D-85250 ALTOMÜNSTER · +49 8254 2660
06.05.16	FREITAG	FLYING WHEELS A-6811 GÖFIS · +43 664 5139614
07.05.16	SAMSTAG	2RAD ZIRKNITZER A-6632 EHRWALD · +43 5673 3219
13.-14.05.16	FR. - SA.	RADCENTER HEISS · D-87700 MEMMINGEN · +49 8331 925500-0
14.05.16	SAMSTAG	BICI SPORT TRANTURA KG A-8933 ST. GALLEN · +43 664 3113235
20.05.16	FREITAG	RADSPORT ALTIG D-68167 MANNHEIM · +49 621 3361386
21.05.16	SAMSTAG	ENPED / KARL PFEIFFER D-75328 SCHÖMBERG · +49 172 9554173
28.05.16	SAMSTAG	GNEWIKOW & FÜLBERT RADSPORT GMBH D-60433 FRANKFURT A. M. · +49 69 534100
03.-04.06.16	FR. - SA.	MALIS BIKE+COFFEE D-83334 INZELL · +49 8665 927198
11.06.16	SAMSTAG	BEINL - IHR ZWEIRADFACHMANN A-9020 KLAGENFURT A. W. · +43 463 21722
18.06.16	SAMSTAG	RENN UND BIKESPORT D-72805 LICHTENSTEIN · +49 7129 60430

Weitere Testmöglichkeiten in Ihrer Nähe: [www.vivax-assist.com/haendler](http://www.vivax-assist.com/haendler)

Der DAV bezieht Position

# BERGSPORT MOUNTAINBIKEN



**BERGSPORTLERINNEN UND BERGSPORTLER** nutzten das Fahrrad schon lange als praktisches und günstiges Verkehrsmittel auf dem Weg in die Berge und auf Wegen in den Bergen. Aber erst mit der Entwicklung des Mountainbikes in den späten 1970er Jahren wurde das Rad neu erfunden und das Fahrradfahren abseits der Straßen im Gebirge vom Mittel zum Selbstzweck. Mit den fahrtechnischen Fertigkeiten der Aktiven und besser werdendem Material hat sich die Grenze des Fahrbaren immer weiter verschoben. Und auch im DAV gewinnt das Mountainbiken seit Jahren an Profil. Die Mischung aus Naturerlebnis, Flow-Genuss, körperlicher Herausforde-

rung und Geschwindigkeit begeistert eine stetig wachsende Anzahl von Aktiven aller Altersgruppen. Doch der faszinierende Sport Mountainbiken ist nicht nur von Harmonie geprägt. Durch unterschiedliche Nutzungsinteressen, Naturschutzaspekte und rechtliche Vorgaben entstehen Spannungen, die den DAV unmittelbar betreffen. Das 2015 erarbeitete Positionspapier „Mountainbiken“ des DAV gibt in den relevanten Handlungsfeldern, vom alpinen Wegenetz bis zur MTB-Ausbildung, eine klare Linie vor. Es unterstreicht, dass das Mountainbiken einen festen Platz in der Palette der bergsportlichen Aktivitäten des DAV hat. Es

macht aber auch deutlich, dass überall dort, wo verschiedene Interessen aufeinandertreffen, Rücksicht und Dialog nötig sind – und bei Bedarf intelligente Konzepte zur Steuerung der Nutzung. Die Erfahrungen des DAV im Thema „Bergsport und Umwelt“ zeigen, dass dieses Miteinander mit Offenheit und gegenseitigem Respekt sehr gut funktionieren kann. ○



**Burgi Beste**  
DAV Vizepräsidentin

Interview: Matthias Laar, DAV-Bundeslehrteam Mountainbike

# „BIKER FAHREN NUN MAL IN DIE BERGE.“

Jeder Sport kann durch eine Eigendynamik Probleme hervorrufen. Um das fürs Bergradeln zu vermeiden, gibt es im DAV fast 400 Fachübungsleiter Mountainbike. Ihre Ausbildung basiert auf den Werten des Alpenvereins.



## Seit wann existiert das DAV-Lehrteam MTB?

1997 starteten Hermann Böhler, Christoph Ebert und Axel Head ein Pilotprojekt. Nach begeisterten Reaktionen wurde 1998 eine Fortbildung MTB im Ausbildungsprogramm angeboten; die ersten offiziellen Fachübungsleiter Mountainbike gab es 2000. Heute besteht das Lehrteam aus elf Personen, 394 ausgebildete Übungsleiter sind aktiv.

## Was lernt man dabei?

Unser Ziel heißt: Ausbildung von Multiplikatoren, die für ein sicheres, ökologisch und sozial verträgliches Mountainbiken eintreten. Dazu umfasst ein „Ausbildungsstrang“ 19 Tage und vier Lehrgänge mit jeweils eigenem Motto: „Technik verstehen“, also Lehren und Lernen guter Fahrtechnik, außerdem Werkstatt und Physiologie. Teil 2, „Natur erfahren“, mit den Schwerpunkten Natur und Umwelt, rechtliche Aspekte der Raumordnung, Tourenplanung, Orientierung und Führen und Leiten von Gruppen. Drittens „Mensch sein“ mit psychologischen Themen wie Kommunikation, Umgang mit Emotionen oder Motivation, und zum alpinen Risiko-, Notfall- und Krisenmanagement. Zur Lernzielkontrolle dient ein vier tägiger Prüfungslehrgang.



**Matthias Laar** arbeitet als Diplom-Sportwissenschaftler mit Schwerpunkt Radsport und ist seit knapp 15 Jahren mit großer Freude im Bundeslehrteam MTB im DAV tätig.

## Was hat sich seit Beginn verändert?

Zentral ist sicher das heiß ersehnte Positionspapier zum Thema MTB im DAV. Es ist ein klares, differenziertes Bekenntnis: „Bike-Sport ist Bergsport“. Und es gibt uns einen recht klaren Rahmen für Ausbildung und „Außenpolitik“. Die angehenden Fachübungs-

leiter kamen am Anfang aus dem DAV, waren teils sogar Wanderleiter oder FÜL Skibergsteigen. Heute stammen sie eher aus der MTB-Szene und haben deshalb eine andere Perspektive auf den Sport – der seinerseits komplexere Anforderungen an die Kompetenz der Ausbilder stellt.

Neben vier kompletten Ausbildungssträngen und zehn Fortbildungen haben wir auch Ausbildungskooperationen: für Erlebnispädagogen auf Mountainbikes und mit Landessportverbänden in Bayern und Hessen; in Bayern dürfen DAV-Fachübungsleiter sogar in Schulen differenzierten Sportunter-

richt, Radfreizeiten oder Projekt-Seminare leiten.

## Gibt es vergleichbare Trainerausbildungen in Deutschland? Und eine staatliche Lizenz wie für Bergführer?

Zunächst muss man zwischen Radsporttrainer, Bike-Guide und Fahrtechnik-Lehrer

differenzieren. Der DOSB-Radsportfachverband BDR (Bund Deutscher Radfahrer) bietet eine Radsporttrainerausbildung mit klar leistungssportlicher Ausrichtung an und einen C-Trainer Breitensport. Deutlich stärker breitensportlich-touristisch orientiert sind die unterschiedlichen Guide-Ausbildungen der Deutschen Initiative Mountainbike (DIMB), des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs (ADFC) und der Naturfreunde – oder auch einiger kommerzieller Radtouristikanbieter.

Eine staatliche Lizenz gibt es nicht, aber ein Projekt zur Europäisierung der MTB-Guide/Lehrer-Ausbildung. Im DAV bilden wir vorrangig ehrenamtliche FÜL für die Sektionen aus.

## Deine Botschaft zum Thema Mountainbike?

Dass sich der DAV so offen zum Mountainbike bekennt, speziell die Forderung nach gegenseitigem Respekt zwischen Mountainbikern und Wanderern, weckt nicht nur Begeisterung. Der DAV unterstützt allerdings nicht undifferenziert sämtliche Entwicklungen im MTB-Sport. Aber Fakt ist nun einmal, dass Biker in die Berge fahren, ob mit oder ohne DAV! Dann nutzen wir doch lieber unseren Millionen-Verband, um möglichst viele Biker und andere Bergbesucher zu erreichen, um ihnen die Kompetenzen für einen sensiblen Umgang miteinander und mit der Natur zu vermitteln. Eine wirklich gute Chance für alle! ○

| [alpenverein.de/mtb-positionspapier](http://alpenverein.de/mtb-positionspapier) |

Fotos: Stefan Neuhauser, DAV, privat

**ALLE NATURNUTZER HINTERLASSEN**

**SPUREN.** Der Weg an sich ist schon eine Störung. Sein positiver Nebeneffekt ist aber, dass er Verkehr kanalisiert und somit größere Schäden durch Querfeldeingehen oder -fahren verhindert. Solange man ihn einhält ... Schon seit den 1970er Jahren untersuchen empirische Studien die Auswirkungen verschiedener Nutzer auf Wanderwege. Sie

Rad und Weg: Wie passt das zusammen?

## SCHLECHT GEFAHREN – DUMM GELAUFEN!

„Radler machen die Wege kaputt!“ Der Vorwurf ist bekannt, aber er stimmt nicht absolut. Es kommt auf den Weg an – und auf die Fahrweise.

Von Gabriela Scheierl

zeigen, dass Wandern und Radeln unterschiedliche Wirkungen auf Untergrund und Vegetation haben, aber dass Radeln nicht zwangsläufig schädlicher ist.

Freilich sind die Kräfte, die beim Mountainbiken auf den Boden wirken, ungefähr dreis- bis fünfzehnmal so hoch wie beim Wandern. Vor allem Scher-, Beschleunigungs- und Bremskräfte sind schädlich, etwa durch kraftintensives Bergauffahren oder starke Bremsmanöver. Blockierendes Bremsen kann Furchen vor allem in plastische (z.B. feuchte) Böden graben; „Driften“ in Kurven kann kleine Pflanzen abmähen; bei durchdrehenden Rädern wirken die groben Reifprofile wie Schaufelräder. Aber natürlich

kann man auch mit Wanderschuhen Steine lostreten, durch Ausrutschen Furchen erzeugen, und die Löcher von Wanderstöcken perforieren die Oberfläche.

Die größte Gefahr für Wanderwege, mal abgesehen von Naturkatastrophen, ist die Erosion. Ihre Hauptauslöser sind in den Alpen Niederschlag und Oberflächenwasser, besonders auf kahlen Flächen – und umso stärker, je steiler der Hang. Wichtige Faktoren für die Widerstandsfähigkeit der Wege sind Geologie und Klima – aber auch die Bauweise.

Gut verdichtete, relativ trockene Oberflächen sind an sich sehr strapazierfähig. Loses Material dagegen kann sehr leicht verfrachtet werden und Wasserrinnen zusetzen. Auch durchnässte plastische Untergründe (sumpfiges Gelände, nach Regen) sind sehr anfällig für Beschädigungen: Schnell entstehen tiefe Erosionsrinnen mit beschleunigtem Abfluss. Und wenn gefrorene Deckschichten auftauen, sind sie wassergesättigt und dadurch besonders empfindlich. Daraus ergeben sich schon Anhaltspunkte für verantwortliches Begehen und Befahren.

Besonders schädlich sind parallele Fahrspuren und Abschneider, die die Vegetationsschicht verletzen. Wenn sie steiler als die Wege verlaufen, verstärken sie den Wasser- und Materialabfluss markant. Vor allem in Hochlagen verbietet sich das Fahren oder Gehen abseits der Wege, denn die Vegetation regeneriert sich dort extrem langsam. Das Problem an der Erosion: Wenn sie einmal in Gang ist, kann sie sich selbst beschleunigen. Um den Teufelskreis zu durchbrechen und Totalschaden zu vermeiden, sind regelmäßige Wartungs- und Sanierungsarbeiten an den Wegen nötig. Sektionen bei dieser Aufgabe zu unterstützen, wäre doch auch mal ein spannender Bergsport, oder? Neben dem rücksichtsvollen Umgang mit dieser Infrastruktur in der Natur. ○



Nicht alle Bergwege sind so solide gebaut wie diese Militärstraße in den italienischen Alpen; deshalb heißt es Rücksicht nehmen!



**WIR LEBEN IM „ANTHROPOZÄN“:** Der Mensch formt die Erde. Allein in diesem Sinn ist es unmöglich, keine Spuren zu hinterlassen. Aber es könnte doch ein Ziel sein, mit unseren Spuren geringstmöglichen Schaden zu verursachen – und gleichzeitig Vorurteile zu entkräften. Wie das für uns Mountainbiker geht? Mit bewusster Fahrweise und angepasster Fahrtechnik.

Problem Nummer eins: blockierende Reifen beim Bergabfahren. Meistens der hintere, oder?! Das abzustellen, braucht eine Systemänderung, die nicht nur den Umgang mit der Bremse betrifft. Zwecks Feingefühl für den Druckpunkt am Bremshebel verwendet man nur einen Finger – meist den sensibelsten, den Zeigefinger. Dank der Hydraulik moderner Bremsen reicht er auch zum Bremsen. Der zweite Ansatz bei der Systemänderung: Durch raffiniertes Beugen und Strecken der Gelenke in verschiedene Richtungen kann man den Körperschwerpunkt absenken oder verschieben – nach hinten, vorne oder seitwärts. So erzeugt man genügend Belastung auf beide Reifen, damit Vorder- und Hinterradbremse optimal wirken. Außerdem gehört zum Bremsystem eine Portion Sensibilität für Untergrund, Gefälle und Geschwindigkeit – und viel Übung!

Abschneider in Kurven oder steinespritzen-des Driften sind Gift für Wege. Soll nicht sein, muss nicht sein! Bei engen Kurven versetzen wir – gelernt ist gelernt – elegant das Hinterrad. Mit dem Vorderrad auf feiner Linie um die Kurve rum, dann Bremsen, dynamische Vor-Hoch-Bewegung der Hüfte bringt das Hinterrad nach oben und die Seitwärtsbewegung in die neue Richtung; dann wird durch Beugen der Gelenke das Hinterrad sanft abgesetzt. Damit kann es a) nicht blockieren und b) auch keinen Abschneider fahren.

Und dann haben wir noch das Offroad-Fahren. Aber das machen wir ja eh nicht! Denn wie für Wanderer gilt auch für Biker: Wir bleiben auf dem Weg! Egal, ob er mit Wurzeln, Pfützen oder Schlammlöchern ge-

spickt ist. Wurzeln bewältigt man am besten mit rechtwinkliger Anfahrt. Anvisieren, dann Blick nach vorn. Ist das Vorderrad am Hindernis, geht der Körper etwas nach hinten. Kommt das Hinterrad an der Wurzel an, geht es wieder nach vorn. Bei Wurzelteppichen gelingt das meist nicht mehr so explizit. Hier hilft es, das Rad locker unter sich

Fahrspaß ohne Reue

## RICHTIG FAHREN, WEGE SCHONEN

**Wer sein Mountainbike beherrscht, verdoppelt den Spaß: Mehr Wege werden sicher fahrbar. Und mit guter Technik sinkt auch die Gefahr, sie zu beschädigen.** Von Antje Bornhak

laufen zu lassen und mit nicht zu leichtem Gang möglichst gefühlvoll zu pedalieren. Muss man nicht treten, ist die Pedalstellung immer eher waagrecht. Pfützen und Schlammlöcher gibt's meistens, wenn der Weg feucht, also ohnehin empfindlich ist. Drumherum ist nur bei ausreichender Wegbreite erlaubt. Ist er schmaler, fahren wir durch! Und zwar bitte etwas langsam. Denn mit jedem Schlammspritzer geht auch wertvoller Untergrund verloren und das Loch wird tiefer und tiefer ...

Noch ein Wort zur Geschwindigkeit: Klar, schnell fahren macht Spaß – ist aber mit einer gewissen Geräuschkulisse verbunden, die nicht jeder mag! Doch schnelles Fahren bedeutet auch mehr Materialversatz am Weg und eine erhöhte Gefahr, beim Bremsen erosionsfördernde Bremsrippen zu erzeugen – egal ob man sonst eine „umweltfreundliche“ Fahrtechnik hat. ○

In nassen und feuchten Boden dringen Räder besonders gut ein. Erosionsempfindliche Wege und Oberflächen sind dann tabu.



Tourismus auf neuen (Rad-)Wegen

# MOUNTAINBIKER ZU SEILBAHNKUNDEN

Touristiker haben es längst erkannt: Mit schönen Landschaften allein sind im Sommer die Hotels am Ort nicht mehr zu füllen: Jede Zielgruppe verlangt spezifische Angebote. Traian Grigorian stellt unterschiedlich erfolgreiche und gelungene Konzepte für Radler vor.

Die Bergbahnbetreiber in **Leogang** gehörten 2001 zu den ersten, die ihr Liftgebiet am Asitz mit einem Bikepark sommerfit machten. Dabei war klar, dass die Auslastung der Gondel nur durch attraktive Abfahrtsstrecken gelingen würde. Und obwohl Downhiller bis heute einen geringeren Anteil der Bikerfamilie ausmachen, füllen sie seitdem zuverlässig die Kasse. Mit über 170.000 Fahrten pro Saison herrscht in den Hauptmonaten von Juni bis September Hochkonjunktur. Das geht nur dank intakter und gut gepflegter Strecken.

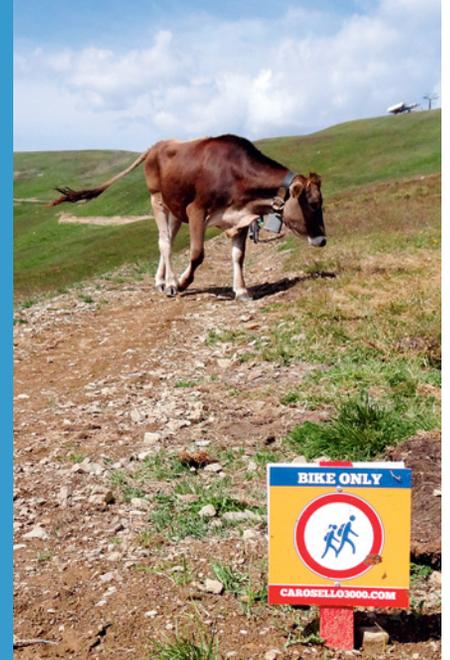
Der Erfolg motivierte auch die Nachbarn jenseits des Asitz: **Saalbach und Hintertlemm** schufen die „Big 5“-Mehrbahntour. Mit einem Beförderungsticket können fünf unterschiedliche Seilbahnen genutzt werden, die interessante Verbindungs- und Abfahrtsstrecken erschließen. Zielgruppe sind an fahrtechnisch anspruchsvollen Singletrails interessierte Biker, die auch mal bergauf fahren.

Dass nicht alle Mountainbiker gleich sind, beobachtete man schon früh auch im Zollfreigebiet **Livigno**. War seit 2006 der Motto-lino-Bikepark mit unterschiedlich schweren Downhillstrecken die einzige MTB-Offerte vor Ort, verlagert sich das Angebot zunehmend zu spielerischen „Flowtrails“. „Das sind fahrtechnisch eher einfache Strecken, speziell entwickelt für die sehr viel größere Gruppe der Freizeitbiker“, erklärt Hans Rey, Bike-Ikone und Testimonial der Region und einer der Protagonisten dieses Trends.

Flowtrails sind, analog zu blauen Skipisten, einfache Abwärtsstrecken, die kein elaborsiertes Können voraussetzen. Im Skigebiet Carosello 3000, dem Bikepark Motto-lino gegenüber, wurde 2015 ein fast zehn Kilometer langer Flowtrail oberhalb der Baumgrenze in den Berg trassiert, der sich nur sanft abfallend zu Tal schlängelt.

In dieselbe Kerbe wie Rey schlägt auch Diddie Schneider, Bikepark-Pionier aus dem **Baye-rischen Wald**: „Die meisten Biker wollen einfach zu fahrende Singletrails, die sie nicht überfordern.“ Konflikte mit anderen Nutzergruppen werden durch eindeutige Signalisation vermieden. Entweder wird ein Trail ausschließlich für Biker beschildert oder Tafeln mahnen alle Nutzer zu gegenseitigem Respekt. Dem neuen Trend schließen sich immer mehr Tourismusregionen an.

Im **Ötztal** war den Verantwortlichen der Bau einer solchen Abfahrtsstrecke in der Liftmastentrasse der Gaislachkogelbahn allein 300.000 Euro wert. Ab der Mittelstation schlängelt sich die „Teäre-Line“ über 800 Höhenmeter ins Dorfzentrum hinab. Doch auch 130 Kurven können das Gefälle nicht gänzlich überlisten und anfängerfreundlich eibebnen: Sicheres Lenken und Bremsen sind unverzichtbar für diesen Parcours. Das ficht Söldens Ortsstellenleiter Dominik Linsler nicht an, der auch sonst im Ötztal Großes vorhat: In den nächsten drei bis fünf Jahren sollen weitere Strecken entstehen, mit einem Investitionsvolumen „bis zu fünf Millionen Euro“.



In **Nauders** am Reschenpass ist die Kasse knapper gefüllt; das Team um den Tourismusverbands-Geschäftsführer Manuel Baldauf kam auf die Idee, Investitionen für ein MTB-Enduro-Rennen nun touristisch zweitzuverwerten. Die Rundtour „3-Länder-Enduro-Trail“ verknüpft länderübergreifend vier Seilbahnen am Reschenpass zu einer aussichtsreichen MTB-Tagestour, verbunden durch die fahrtechnisch meist schwierigen Singletrails der Rennveranstaltung. Im ersten Sommer brachten die Lifttickets für Biker 124.000 Euro – plus den Mehrwert durch zusätzliche Übernachtungen. Doch auch Baldauf weiß,

Fotos: Traian Grigorian





dass man weiter investieren muss, denn viele der Rennstrecken sind für Durchschnittsbiker zu schwer.

Mehr die Publicity im Sinn hatte der Erfinder der „Bahntour **Davos**“:

Der MTB-Journalist Thomas Giger kombinierte die Seilbahnen des Luftkurorts zu einer rekordverdächtigen 10.000-Höhenmeter-Runde. Und schlug gleich zwei Fliegen mit einer Klappe: Den medienverdächtigen Superlativ schaffen ohne Übernachtung die wenigsten Biker. Hotels und Seilbahnbetreiber freuen sich.

Dass man den Mountainbiker als Kunden ernst nehmen muss, hat man in der Nobeldestination **St. Moritz** gut verstanden. Hier sind die Offerten für Biker und Wanderer räumlich getrennt. An den Aufstiegsanlagen des Hausbergs Corviglia soll ein vielfältiges Netz von Flowtrails entstehen, während die anderen Berge der Region

von solchen Angeboten frei gehalten werden. Festgeschrieben ist dies in einem Marketing-Masterplan für die nächsten Jahre, den man sich samt nötigen Investitionen einiges kosten lässt.

Recht einfach – zu einfach? – wollten es sich dagegen die Tiroler Landeswerber mit ihrer „Bikeschaukel **Tirol**“ machen, die nach ähnlichem Muster 22 Seilbahnen auf eine sich über 16 Etappen erstreckende, 780 Kilometer lange Bikestrecken-Perlenschnur fädelt. Attraktivität und Sinnhaftigkeit der Streckenführung sind weniger gelungen: Die Seilbahnen führen fast ausnahmslos zu langweiligen Forststraßen, die dann auch noch meist in der Nähe der zuvor betretenen Talstationen enden. Als Biker fühlt man sich leicht veräppelt, denn es erschließt sich überhaupt nicht, warum man nach Benutzung der Gondel und Abfahrt auf Schotterwegen wieder am Ausgangspunkt landet,

anstatt Tirol auf interessanten Bikewegen zu erfahren.

Es gibt noch mehr Beispiele für weniger gelungene MTB-Offerten im Alpenraum; meistens von den Gastgebern zwecks Umsatzsteigerung geschneidert, statt von den Bedürfnissen der Zielgruppe auszugehen. Wünsche wie „Betten füllen“ und „Auslastung erhöhen“ allein erzeugen aber noch keine interessanten Bergrad-Angebote. Diese Verständnislücke in den Köpfen der Touristiker füllen mittlerweile Workshops auf einschlägigen Messen und Berater mit ihren Diensten. **Wegebauprofis** wie die Firma „Trail Solutions“ aus Igls bei Innsbruck, „Trailworks“ aus dem Glarus (CH) oder das Consultingbüro „Allegra Tourismus“ aus Graubünden stoßen in diese Lücke, weil sie die Sprache der Biker sprechen und deren Wünsche in einem sich dynamisch verändernden Umfeld ernst nehmen. Letzteres müssen viele Tourismusregionen erst noch lernen. Je früher dies gelingt, desto eher werden sie mit Erfolg belohnt. ○

Trennung der Nutzergruppen (o.) ist sinnvoll, wenn mit Angeboten wie Flowtrails die Seilbahnen auch im Sommer besser ausgelastet werden sollen – wichtig sind aber auch Schutz vor Erosion und für sanft genutzte Räume.



„Alpine Raumordnung“ für Radler?

# PLATZ (SCHAFFEN) FÜR ALLE

Die Berge sind groß genug für alle Erholungsuchenden – auch für Radfahrer. Aber um Konflikte zu entschärfen, braucht es neben Rücksicht und Toleranz auch neue Ideen. Von Michael Baumgartner



**WEM GEHÖRT DIE WELT?** Die Frage ist so alt wie die Menschheit. Bei über sieben Milliarden Menschen sind ordnende Maßnahmen heute notwendig geworden. Das gilt auch für die Alpen, das am dichtesten besiedelte, erschlossenste Hochgebirge der Welt mitten im industrialisierten und wohlstandsgeprägten Europa. Ursprünglich landwirtschaftlich genutzte Kultur- oder schützenswerte Naturlandschaften bilden heute ein Mosaik aus Hotspot-artiger Übernutzung, wirtschaftlicher Einöde und Naturschutzzonen.

Gerade neuere alpine Sportarten werden also mit der Frage konfrontiert: Gehören die Berge den traditionellen Alpinisten oder den jungen Wilden? Derzeit

im Fokus: die Mountainbiker. Wenn sie die vorhandene Wege-Infrastruktur nutzen wollen, liegen Interessenkonflikte auf der Hand. In weniger frequentierten Regionen der Alpen ist ein respektvolles Miteinander inzwischen selbstverständlich. Schwieriger wird es, wenn die Biker „Action“ suchen, vor allem in der Nähe von trendgesteuerten Ballungszentren. Auch für diese Bedürfnisse braucht es Angebote und „Raum“; alternative Konzepte sind gefragt. Denn allein mit Wegesanierung und Neuordnung des bestehenden Netzes gelingt das nicht, trotz der mühsamen Arbeit „Runder Tische“ in konfliktgeprägten Regionen.

Ein Lösungsansatz heißt Lenkung: Zum Beispiel kann man ökologisch und touristisch sen-

sible Regionen entlasten, indem man in ohnehin schon stark erschlossenen Pistenkilometern breitentaugliche Bikeparks anlegt. Bei umweltverträglicher Planung und sinnvoller Investition durch die Bergbahnbetreiber können derartige Konzepte funktionieren, das zeigen beispielsweise Saalbach, Livigno, Davos oder Portes du Soleil. Sie bieten Mountainbikern angelegte Trails und die Nutzung der vorhandenen Bahnen – und sichern sich Kunden für den Sommer. Als Alternativen zum alpinen Wanderweg gewinnen auch Anlagen im alpenfernen Flachland oder den Mittelgebirgen an Bedeutung. Bisher haben sich meist kleine lokale Vereine für Pumptracks, Dirtparks oder stadtnahe, öffentliche Trails eingesetzt. In Zukunft könnte der DAV sich für derartige Projekte starkmachen, helfend und durchführend; das neue MTB-Positionspapier



Fotos: Stefan Neuhauser, privat



**Traian Grigorian** kennt als freiberuflicher Outdoor-Journalist, Bikeguide und Mountainbike-Spezialist viele Ecken der Alpen und ihre Angebote für Berggradfahrer.



**Michael Baumgartner** ist Mitglied des DAV-Bundeslehrteams Mountainbike und jede freie Minute in den Alpen unterwegs – ob auf dem Fahrrad, auf Ski oder zu Fuß.



**Gabriela Scheierl** ist in der DAV-Bundesgeschäftsstelle zuständig für das Thema „Alpenvereinswege“.

Der Bikepark „Sputnik“ der DAV-Sektion Lindau. Hier kann man die Fahrtechnik vervollkommen, Flow erleben, Freunde treffen und DAV-Werte erfahren.



liefert die politische Argumentation. Wie Kletterhallen – die Berghütten der Städte – bieten solche Angebote einen Treffpunkt, um beim gemeinsamen Sport eine Jugendkultur aufzubauen und das Vereinsleben zu fördern. Ein erfolgreiches Beispiel von vielen ist der DAV-Bikepark „Sputnik“ der Sektion Lindau ([sputnikpark.de](http://sputnikpark.de)). An schönen Wochenenden erfreuen sich hier über 40 Biker am Streckenangebot. Und vor allem kann die Sektion Jugendliche „abholen“: ihnen in Kursen oder wöchentlichen Gruppen neben Spaß und Technik auch Werte vermitteln und sie für Probleme des Sports sensibilisieren.

So lässt sich Konflikten präventiv entgegenwirken: für ein „gemeinsam“ am Berg statt „gegeneinander“. Denn die Welt gehört niemandem; doch wollen wir nicht alle ein Teil davon sein? ○

## KOMMENTAR

Vom bockigen 19-Kilo-Urtyp 1984 bis zum Leichtrahmen-Fully haben mir Mountainbikes, das Aktions-Spektrum am Berg toll erweiternd, als Kombi-Zweck-Schinder-und-Spaß-Mobil viel geholfen. Nun ist das „teufliche“ E-Bike da. Nicht schlecht, ganz besonders in späten Bergsteigerjahren. Gewiss besser, damit noch ein schönes Stück Richtung Bergluft zu bekommen, als nur im Tal gehabten

E-freien Tagen nachzuträumen.



**Hermann Huber (85)**, Bergsteigerlegende

Wie mach ich's richtig?

## FAIR FAHREN = WIN-WIN

Rücksicht hat zwei Seiten. Wer als Bergradler Akzeptanz verlangt, sollte sich auch entsprechend verhalten. Ist ja auch ein besseres Gefühl, niemandem wehzutun. Die Deutsche Initiative Mountainbike (DIMB) hat dazu gute Vorschläge – wir haben sie hier etwas umformuliert.

### DER WEG IST DAS ZIEL

Querfeldein schadet der sauberen Hose und der Natur. Aber auch Wege können mal gesperrt sein. Ärger mit Förstern, Bauern oder der Natur ist nicht schön – und kann zur nächsten Sperrung führen. Sei Gast!

### STREIFENFREI IST SCHÖNER

Müll kann jeder wegwerfen – sollte es aber natürlich nicht. Bremsstreifen hinterlassen nur blockierte Räder. Und die tun einem Weg nicht gut, vor allem bei Starkregen. Fahr mit Köpfchen, brems mit Gefühl!

### KONTROLLE IST BESSER

Wer weiß, was hinter der nächsten Ecke kommt? Wanderer? Ein Steinbock? Der Abgrund? Wer rechtzeitig anhalten kann, lebt länger.

### RÜCKSICHT MACHT GLÜCKLICH

Auf radtauglichen Wegen kommt man aneinander vorbei – sofern niemand nebeneinander geht oder radelt. Klingeln informiert, wenn man von hinten kommt, kann aber auch schrecken. Vorbei geht's dann in Schrittgeschwindigkeit.

### TIERE RADELN NICHT

Deshalb erschrecken sie noch leichter als Menschen. Abends möchten sie zuerst essen, dann schlafen; da steht auch der Drahtesel im Stall. Und Weidezäune schließt man wieder.

### PLANEN HEISST MITDENKEN

Katastrophen werden zu Hause programmiert – oder verhindert: durch angepasste Tourenwahl mit Reserven für schlechtes Wetter. Für alle Fälle helfen Werkzeug und Erste-Hilfe-Set. Und ein Helm schützt den Kopf – aber nicht vor Fehlern.

| Die offiziellen „Trailrules“ der DIMB: [dimb.de/aktivitaeten/open-trails/trail-rules](http://dimb.de/aktivitaeten/open-trails/trail-rules) |



**Antje Bornhak** ist Langlauflehrerin und Koordinatorin des DAV-Bundeslehrteams Mountainbike; in beiden Sportarten war sie auch bei internationalen Wettkämpfen erfolgreich.

Ladies Camps – Ghetto oder Schutzzone?

## „For Women only“

Frauen ticken anders – auch am Berg? Immer mehr Outdoor-Veranstalter entdecken die Zielgruppe „Frau“ und organisieren so genannte Ladies Camps. Was steckt dahinter: ein Marketing-Trend oder echter Bedarf?

Von Franziska Horn

Sechs Frauen stapfen im Januar 2014 auf Schneeschuhen in Richtung Rosengarten. Vorneweg spurt der Bergführer Bernhard Stücklschweiger, er leitet diese Pioniertour des DAV Summit Club für Frauen – unter den Stichworten „GenussPlus“ und „sanfte Mobilität“. Bedeutet: Per Bahn sind wir von Berlin oder München nach Südtirol gefahren, dann per Shuttle nach Tiers. „Frauentermine“ nennt der Veranstalter diese Angebote auf seiner Website.

dels leben mehr im Moment, schätzen den Genuss, ohne hastigen Blick auf die Uhr.“ Und sind weniger status-orientiert: „Einem Mann würde es nicht so schnell einfallen, mit dem Zug anzureisen, wenn er ebensogut mit dem Auto kommen kann.“

### Kein Stress in der Gruppe

Mit seiner Aktion liegt der Summit Club im Trend. Aber machen Frauen tatsächlich anders

nik. Lehmann berichtet: „Die Anfrage kam von den Trainern und Teilnehmerinnen. Aktuell sind 25 von circa 3000 Veranstaltungen der Sektoren München und Oberland auf Frauen zugeschnitten, was die Nachfrage deckt.“ Lehmann gibt selbst seit 2007 Kurse als Fachübungsleiter (FÜL) in den Disziplinen Alpin- und Eisklettern, beides eher männlich besetzte Sportarten. „Unter sich trauen die Frauen sich mehr zu. Während junge Männer eher heißspornig



Fotos: Klaus Kranebitter (2), Norbert Wilhelm, Verena Stitzinger, Franziska Horn

*Nachfragen dürfen ohne Bevaterung; gerade Kurse mit technischen Inhalten bieten in reinen Frauengruppen oft die Chance auf ein stressfreies Lernen.*

Mit auf Tour ist die Outdoor-Journalistin und Berg-Aficionada Johanna Stöckl. Ihr Resümee? „Mit Kerlen unterwegs am Berg, da gibt es oft mehr Gepose und mitunter eine Materialschlacht. Es geht um Höhenmeter und Action, je höher und weiter, desto besser. Wir Frauen nehmen uns in gemischten Gruppen eher zurück, reagieren verhaltener. Die Mä-

Sport? Wie sind Gruppendynamik, Lernverhalten, Stimmung in einer Frauengruppe, verglichen mit Männer- oder gemischten Gruppen? Martin Lehmann, 35, ist stellvertretender Leiter des Veranstaltungsprogramms bei der Sektion München. Seit 2010 bietet die Sektion Grund- und Schnupperkurse für Frauen an, vor allem im Sportklettern und in MTB-Fahrtech-

agieren, halten sich Frauen eher zurück“, beobachtet er. „Die Gruppenkonstellation ist klar ein Thema. Jungs testen eher ihre Grenzen aus, überschätzen sich auch mal. Frauen neigen eher dazu, sich zu unterschätzen, agieren defensiver, auch in der Routenwahl.“ Auch bei Fahrtechnik-Kursen mache die Trennung Sinn: Von 35 Kursen stehen sechs für



Frauen zur Wahl – ein gut nachgefragtes Angebot. Sabine Transehe-Roseneck, seit 2013 FÜL MTB, leitet seit 2014 Kurse für Frauen. Sie sagt: „In reinen Frauen-Kursen trauen sich die Mädels, auch mal heikle Fragen (etwa nach Sitzproblemen mit dem Sattel) anzusprechen. Sie sind deutlich offener und lockerer, zeigen ihre Freude, wenn sie mit kleinen Tricks einen großen Schritt weiterkommen.“ Gilt das alte Vorurteil also immer noch: Männer sind „Gipfelstecher“, Frauen sitzen bei Kaffee und Kuchen auf der Hütte? „Ich denke, Frauen sind häufig genauso leistungs- und konkurrenzorientiert und finden zudem Zeit zum Genießen. Was natürlich auch für manche Jungs gilt!“, sagt Sabine.

### Der Vergleichsdruck entfällt

Sind Ladies Camps also echter Bedarf oder findige Marktnische? Monika Fiedler von der Münchner Event-Agentur Fiedler Concepts hat sich beruflich auf Sport-Events für Frauen spezialisiert und organisiert jährliche Women's-Bike- oder -Wintercamps, jeweils für bis zu 50 Frauen. Dazu Events wie die „Challenge Women“, einen 5-km-Lauf mit 2000 Teilnehmerinnen. Sie sagt: „Beim Joggen habe ich gemerkt: Es macht Spaß, aber mein Partner ist einfach einen Tick besser. Frauen sind in der Regel weniger kompetitiv als Männer und wollen nicht, dass ‚mann‘ auf sie warten muss. Man hört dann Argumente wie ‚Wir trauen uns nicht‘ oder ‚Wir sind nicht gut genug‘. In homogenen Frauengruppen fällt diese gedankliche Barriere weg, egal, ob der Guide nun Frau oder Mann ist, egal ob Einsteiger oder Fortgeschrittene. Vor allem 30- bis 60-Jährige machen mit, meist beruflich erfolgreiche Frauen, die sich

*Gemeinsam posen statt einsam imponieren? Der Erfolg von Veranstaltungen und Kursen „nur für Frauen“ belegt, dass das Bedürfnis danach existiert.*



nicht eingeschränkt fühlen wollen.“ Wer oder was sie einschränkt? „Sie sich selbst! Frauen haben Selbstvertrauen, aber eben auch die Angst, mit Männern nicht mithalten zu können.“

### Ehrgeiz ist nicht nur männlich

Alix von Melle ist FÜL Skihochtouren und mit sechs Achttausendern die erfolgreichste deutsche Höhenbergsteigerin. Was sagt sie zur These, dass Frauen den Genuss der Leistung vorziehen? „Ja, aber nur im Hobbybereich auf niedrigerem Level. In höheren Könnern-Stufen sind Frauen oft genauso leistungsorientiert und ehrgeizig wie die Männer.“ Sind Frauen weniger draufgängerisch – wofür die Tatsache spräche, dass der typische Lawinentote männlich ist, rund 45 Jahre alt? „Wiederum Ja im Einsteiger- und Genussbereich. Ab bestimmten Könnern-Stufen heben sich die Unterschiede zu den Männern auf. Ich glaube aber, dass Frauen insgesamt weniger Risiko und Gefahren suchen, die Sicherheitsreserven bei ihnen weiter ge-

steckt sind als bei Männern. Frauen lassen sich bei manchen Sportarten zu Dingen überreden, die sie nicht von sich aus machen würden.“ Weil dem so ist, und weil weibliche Gäste darum gebeten hatten, veranstaltet Alix' Schwägerin Verena Stitzinger seit fünf Jahren eigene Ladies-Winter- und -Bikecamps für Alpin deluxe, frei nach dem Motto „Damenwahl“. Verena arbeitet selbst als Guide für Alpin deluxe – sie ist staatlich geprüfte Skilehrerin, Skiführerin und Mitglied im Bundeslehrteam MTB des DAV. Ihr ist wichtig: „Natürlich ist es immer schwierig, Menschen in Schubladen zu stecken. Genauso wenig wie alle Männer gleich sind, sind ja alle Frauen gleich! Aber unsere Erfahrungen mit Ladies Camps sind zu 100 Prozent positiv!“ ■



Franziska Horn schreibt als freie Journalistin und Autorin für Tageszeitungen, Magazine und Buchverlage über Alpin- und Outdoorsport, Reise, Kunst und Kultur.

Europameisterschaften Skibergsteigen vom 4.-7. Februar

## Zweimal U23-Gold für Toni Palzer

**Der zur Zeit stärkste deutsche Skibergsteiger ist in seiner Altersklasse fast nicht zu schlagen – und mischt auch bei den Senioren beachtlich mit.**

Kuhglockenläuten, laute Anfeuerungsrufe – die Stimmung im idyllisch gelegenen Les Marécottes im Wallis hätte nicht besser sein können.

„In der letzten Abfahrt habe ich extrem viel riskiert“, sagte Palzer nach dem Individualrennen über 1620 Höhenmeter – auf den letzten Metern schob er sich auf den dritten Platz der Gesamtwertung hinter Michele Boscacci (ITA, 1:24:31 Std.) und Kilian Jornet (ESP); „für mich ist heute ein großes Saisonziel in Erfüllung ge-

starken Tag erwischten auch Philipp Schädler (Neu-Ulm, 19.) und Cornelius Unger (BGD, 17.); sein bestes internationales Ergebnis bedeutete in der Juniorenwertung den vierten Platz. Stefan Knopf wurde 19. bei den Junioren.

Ein neues Startprozedere gab es beim Weltcup-Verticalrennen, das nicht zur EM zählte: Die Athleten gingen mit zeitlichen Abständen auf die 585 Höhenmeter und drei Kilometer lange Strecke – ein harter Kampf gegen die Uhr. Der spanische Ausnahme-Athlet Kilian Jornet brauchte dafür genau 22:39 Minuten; Palzer wurde mit nur einer Sekunde Rückstand auf den Schweizer Remi Bonnet in 23:09 Minuten Dritter. Zur Freude der gesamten deutschen Mannschaft meldete sich Toni Lautenbacher (Bad Tölz) nach langer Verletzungspause mit einem 22. Platz zurück im Weltcup. Mit regelmäßigen weiteren guten

Fotos: Willi Seebacher



„Berg Eil“ heißt die neue Skitourenromantik. Und Toni Palzer lässt's rauf wie runter krachen.

### EM SKIBERGSTEIGEN – DIE ERGEBNISSE

**INDIVIDUAL DAMEN:** Laetitia Roux (FRA), Jennifer Fiechter (SUI), Claudia Galicia Cotrina (ESP)

**INDIVIDUAL HERREN:** Michele Boscacci (ITA), Kilian Jornet Burgada (ESP), Toni Palzer (GER), 37. Philipp Schädler

**SPRINT DAMEN:** Laetitia Roux (FRA), Marta Garcia Farres (ESP), Nahia Quincoces Altuna (ESP)

**SPRINT HERREN:** Robert Antonioli (ITA), Iwan Arnold (SUI), Martin Anthamatten (SUI), 6. Toni Palzer (GER), 17. Cornelius Unger, 19. Philipp Schädler, 29. Toni Lautenbacher



Und frische Schneefälle garantierten perfekte äußere Bedingungen für die Europameisterschaften der Skibergsteiger. Toni Palzer (Berchtesgaden) zeigte in allen drei Disziplinen, dass er in dieser Saison zu den weltbesten Allroundern gehört. Im Individual und Sprint holte er sich die Goldmedaillen der U23-Klasse, beim Weltcup-Verticalrennen wurde er Zweiter seiner Altersklasse.

gangen“. Der 18-jährige Stefan Knopf (BGD) wurde bei seiner ersten Europameisterschaft Neunter bei den Junioren. Bei der Sprint-Europameisterschaft erreichte Toni Palzer als einziger Deutscher das Finale und überholte mit einer halsbrecherischen Abfahrt den Schweizer Iwan Arnold auf der Ziellinie. Aus der Silbermedaille wurde aber durch eine Zeitstrafe wegen eines Startfehlers der sechste Platz. Einen

Ergebnissen lag Toni Palzer zu Redaktionsschluss Mitte Februar top im Rennen für die Weltcup-Gesamtwertung. *Johannes Schmid/red*

| Info zur DAV Nationalmannschaft Skibergsteigen: [alpenverein.de](http://alpenverein.de) oder bei Facebook unter German Skimountaineering Team. Alle Ergebnisse: [ismf-ski.org](http://ismf-ski.org)

Partner der Nationalmannschaft Skibergsteigen: Riap Sport, Maloja, Alpina, Atomic, Dynafit, Fischer, Kohla, La Sportiva, Leki, Pieps, Roedel, Scarpa, Ski Trab |

## Kreative Hermann-Buhl-Epigonen gesucht

### Zum Berg radeln lohnt sich

Wer kennt sie nicht? Geschichten von Bergsteigern wie Hermann Buhl, der 1952 mit dem Fahrrad von Landeck ins Bergell fuhr, um dort als Erster solo durch die Nordostwand des Piz Badile zu klettern, und nach getaner Arbeit nonstop wieder retour nach Landeck radelte.

Oder als Beispiel aus der etwas jüngeren Vergangenheit Walter Hölzlers und Toni Steurers Enchainement aller drei Nordwandpfeiler des Piz Palü, durchstiegen innerhalb von 24 Stunden, mit dem Fahrrad ab Bahnhof St. Moritz und retour ...

Anachronistisch, in Zeiten von Seilbahnen und Aussichtsplattformen? Wir glauben: gerade nicht! Trotz Online-Tourenberichten

und Facebook-Gruppen mit „Fast-live-Berichterstattung“ von bekannten Paradetouren. Der DAV möchte junge Alpinisten dazu motivieren, kreativ zu werden, statt prestigeträchtige Touren und Gipfel zu sammeln. Mit Öffis, Rad, zu Fuß, Pferd, Kanu ... zu einsamen, ausgefallenen, pfiffig ausgewählten Zielen der Alpen ... Die zwei spannendsten Projekte, die vom kreativen wie vom ökologischen Aspekt her am meisten überzeugen, belohnt der DAV in diesem Jahr mit einem Zuschuss von je 1200 Euro aus den Mitteln der klassischen Expeditionsförderung.

pa/red

| Bewerbungen mit einer detaillierten Vorstellung des Projektes und der Teilnehmer bitte senden an: Deutscher Alpenverein, Ressort Leistungssport, Philipp Abels, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München |



Foto: DAV-Archiv

*Was den Altvorderen notgedrungen recht sein musste, kann heutigen Fußabdruck-Trendsettern billig sein – und förderungswürdig.*

DAV **Panorama** app

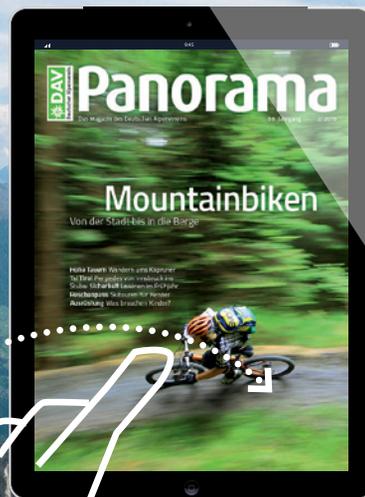


Foto: Heinz Zak

**DAV Panorama als App**

NEU

- DAV Panorama jetzt immer dabei
- im Archiv stöbern
- bequem online/offline blättern



Erhältlich im App Store

JETZT BEI Google play

## DAV-Expedkader 2018 Sichtungscamp

# Steile Männer braucht das Land!

**2016 geht der DAV-Expeditionskader in die neunte Runde – und dafür brauchen wir euch! Wir suchen starke und motivierte Alpinisten, die Lust haben, sich als Team zu finden und gemeinsam an ihren bergsteigerischen Fähigkeiten zu arbeiten.**

Das Sichtungscamp für den neuen Männer-Expedkader findet vom 18. bis 26. Juni in Chamonix statt. Bewerben können sich gute Kletterer und Bergsteiger mit gehobenem Allround-Niveau, begleitet werden sie von Top-Bergführern mit Expeditionserfahrung. Je nach Verhältnissen werden anspruchsvolle Routen im Kombigelände (Droites Nordwand)

oder Fels (Grand Capucin) eigenständig geplant und durchgeführt, ergänzend dazu werden spezielle Technik- und Taktikhalte vermittelt.

Die geeignetsten Teilnehmer für den neuen DAV-Expeditionskader – wozu neben der rein sportlichen Leistung auch Teamfähigkeit, Motivation und eine passende Lebensplanung zählen – werden nach dem Camp nominiert; 2018 steht dann die Abschlussexpedition auf dem Plan. Übrigens: Der nächste Frauen-Expedkader startet 2017.

*pa/red*

[Partner des DAV-Expeditionskaders: Mountain Equipment, Edelrid, Katadyn, DAV Summit Club]

Fotos: Dörte Pietron, Vertical Axis



*Kader-Aspiranten müssen in jedem Gelände fit sein – und bei allen Wettern.*

**VORAUSSETZUNGEN:** DAV-Mitglieder von 15–21 Jahren. Kletterkönnen im alpinen Fels mindestens im oberen VI., im Klettergarten mindestens im VIII. Grad; Erfahrung in Eiswänden, Wasserfalleis und kombiniertem Gelände.

**BEWERBUNGEN** mit Tourenbericht, kurzem Motivationsschreiben, Geburtsdatum, Sektionszugehörigkeit, Adresse, Telefon und E-Mail bis Freitag, 13. Mai, an:

DAV, Ressort Leistungsbergsport, Philipp Abels, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München, philipp.abels@alpenverein.de

Bekanntgabe über Teilnahme erfolgt bis 23. Mai.

Preis: € 600,- (deckt einen Teil der Kosten für Unterbringung und Vollverpflegung; weitere Kosten und Führerhonorare trägt der DAV).

## Deutscher Bouldercup

# Alle wollen bouldern

106 Starter im Erwachsenenfeld und sage und schreibe 158 jugendliche Athletinnen und Athleten zwischen 13 und 17 Jahren zeigten beim ersten Deutschen Bouldercup 2016 auf dem weltgrößten Messegelände in Hannover, dass Bouldern im Trend liegt.

In der Damenwertung ging es quasi um die Nachfolge von Juliane Wurm. Das Rennen machte die Routinierin Monika Retschy mit drei gekletterten Finalbouldern vor Bettina Aschauer und Johanna Holfeld.

Bei den Herren setzte Jan Hojer seine beeindruckende Siegesserie fort: Sechs der letzten sieben Deutschlandcups Bouldern und Lead gingen an ihn; die Mission Titelverteidigung ist für Hojer perfekt gestartet. Hinter Thomas „Shorty“ Tauporn bewies der junge Alexander Averdunk als Dritter sein großes Talent.

Beim anschließenden Deutschen Jugendcup Bouldern überzeugten besonders die Bayern: Drei der Tagessieger kamen aus dem Freistaat. Der vierte im Bunde hatte die kürzeste Anreise: Max Prinz landete einen Heimsieg.

*cg*

[Der Deutsche Bouldercup wird unterstützt von Vaude, Bänfer und T-Wall]

### DEUTSCHER BOULDERCUP HANNOVER – ERGEBNISSE

**DAMEN:** Monika Retschy (München&Oberland), Bettina Aschauer (Rosenheim), Johanna Holfeld (Sächsischer Bergsteigerbund)

**HERREN:** Jan Hojer (Frankfurt/Main), Thomas Tauporn (Schwäbisch Gmünd), Alexander Averdunk (München&Oberland)

**WEIBLICHE JUGEND A:** Romy Fuchs (München&Oberland)

**MÄNNLICHE JUGEND A:** Max Prinz (AlpinClub Hannover)

**WEIBLICHE JUGEND B:** Frederike Fell (Freising)

**MÄNNLICHE JUGEND B:** Jonas Fertig (Rosenheim)

Alle Ergebnisse: [alpenverein.de](http://alpenverein.de) -> Wettkampf -> Klettern



*Dreidimensionale Bewegungsmotivierung gefragt: Bouldern macht an.*

## DAV-Kletterschmiede Schwäbisch Gmünd

## Stufe auf dem Weg nach oben

Die Landesgartenschau 2014 brachte der Stadt Schwäbisch Gmünd einen Attraktivitätsschub: Ein 2,2 Kilometer langer Umgehungstunnel entlastet die Innenstadt; am ehemaligen Güterbahnhof gibt es eine Jugendmeile; könnte die DAV-Sektion diese mit einer Kletteranlage bereichern? Die Anfrage der Stadt löst heiße Diskussionen im Verein aus: sollen wir, wollen wir? Am 15. Mai 2013 stimmt die Mitgliederversammlung zu. Ein Bauträger mit eingespielten Handwerkerteams, viele Sponsoren, Spenden und ehrenamtliches Engagement der Mitglieder lassen die Pläne Wirklichkeit werden: Kein Jahr später öffnet die „Kletterschmiede“ ihre Pforten. Endlich hat eine der erfolgreichsten DAV-Sektionen im Wettkampfklettern ihre eigene Kletterhalle, in verkehrsgünstiger Lage, mit 1200 m<sup>2</sup> Kletterfläche, 250 m<sup>2</sup> Boulderflä-

che, Schulungswand und gemütlichem Bistro mit Biergarten. Anderthalb Jahre nach der Eröffnung ist die „Schmiede“ nicht mehr wegzudenken aus dem Sektionsleben. Neben dem normalen Kletterbetrieb und vielerlei Kursen und Trainings ziehen Veranstaltungen wie die Beats & Holds, die Süddeutschen Masters, Klettercamps für Kinder oder Sicherheits-Workshops die Besucher an. Nicht zuletzt hat die Kletterschmiede auch einen unbezahlbaren Mehrwert als Treffpunkt aller Vereinsmitglieder. *ae/red*



Foto: Sektion Schwäbisch Gmünd

*Kletterer oder nicht, alte Hasen oder Neueinsteiger – alle fühlen sich wohl im Kletter- und Vereinszentrum von Schwäbisch Gmünd.*

---

<b>Kletterfläche:</b>	1200 m <sup>2</sup> , 150 Routen bis 16 m Höhe, 250 m <sup>2</sup> Boulderfläche
<b>Öffnungszeiten:</b>	Mo-Mi 14-23 Uhr, Do+Fr 10-23 Uhr. Sa+So 10-22 Uhr (Gruppen/Schulen nach Absprache auch abweichend)
<b>Kontakt:</b>	Kletterschmiede des DAV Schwäbisch Gmünd, Nepperbergstraße 21, 73525 Schwäbisch Gmünd, Tel.: 07171/998 53 33, info@kletterschmiede.com,  kletterschmiede.com

---

## VON HIER. VON UNS.

Schwäbisches Erfolgsprodukt.



Der auch.

In Württemberg daheim.

Von hier kommen die weltberühmten Maultaschen, die Mönche erfanden, um auch in der Fastenzeit Fleisch zu essen. Und von uns kommen Weine, die immer dazu passen. Entdecken Sie das Beste aus Württemberg: Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger.

Württembergischer Weingärtnergenossenschaften  
wein-heimat-württemberg.de



„Bergwärts“: Von der Nordsee auf den Mont Blanc

## Von -6 auf 4810

**Vom tiefsten zum höchsten Punkt Europas, per Rad, zu Fuß und auf Ski.** Tim Fritz (Text und Fotos) berichtet, wie die einstigen Bergvagabunden heute noch die Fantasie anregen können.

Inspiziert durch ein altes Bergsteigerbuch, entstand die Idee, wie die Alpinisten früherer Zeiten

chen Holland muss man selbst mit 50 Kilo Gepäck kaum treten – dachte ich! Doch kräftiger Gegenwind zeigt, dass die Windmühlen nicht der Dekoration dienen. Dafür genießt man einen weiten Blick, den man aus den Bergen nicht gewohnt ist. Die Niederlande sind das Fahrradland Europas: perfekt angelegte Rad-

nach Deutschland und an der Saar entlang, bis ich abends im französischen Saverne meine Beine in der Jugendherberge hochlegen kann. Kurz entschlossen baue ich einen Abstecher über den Schwarzwald in die Tour ein; 189 Kilometer mit dem Schauinsland am Tagesende. Nachmittags um fünf Uhr trudle ich in Freiburg



mit dem Rad in die Berge zu fahren. Zu Beginn der Unternehmung „Bergwärts“ stand aber nur ihr Ziel fest: der Mont Blanc, mit 4810 Metern höchster Berg der Alpen. Doch wo starten? Am Feldberg, meinem Heimatberg? Innerhalb von drei Jahren kamen neue Ideen dazu. Warum nicht gleich am tiefsten Punkt Europas? Im Frühjahr 2015 sollte die Idee wahr werden.

### Weiter Blick im flachen Land

In Nieuwerkerk aan den IJssel (-6,74 m) rolle ich los, Ski, Gleitschirm und alles Material in einem Hänger und drei Taschen dabei. Im fla-

wege, morgens Hunderte andere Radler im Berufsverkehr. Die Grenze zu Belgien markiert kein Schild, kein Zöllner – eine sehr schöne Entwicklung. Die belgischen Radwege stehen den niederländischen in nichts nach. Aber Eddie Merckx hat die Tour de France nicht zufällig gewonnen: Die Ardennen, mit Steigungen von über 13 Prozent über mehr als 10 Kilometer, fordern die Oberschenkel und auch die Kette, so dass bald die erste Reparatur fällig wird. Luxemburg bleibt durch die Bundesstraße/Autobahn N7 im Sinn und durch zwei Stunden Irrfahrt in der Hauptstadt. Über Schengen geht es

*Der Wille macht vieles möglich, was ein kreativer Kopf sich ausdenkt – und wenn's der Weg von ganz unten nach ganz oben in Mitteleuropa ist.*

ein – und es schüttet aus Eimern. Motivationsloch – aber um neun Uhr abends beginne ich völlig durchnässt am Fuß des Schauinslands im ersten Gang zu treten, zweieinhalb Stunden später liegen die letzten 35 Kilo- und 800 Höhenmeter hinter mir. Nebel, Regen, Dunkelheit. Ein emotionaler Tiefpunkt!



Noch ein Regentag; nach 855 Kilometern in sechs Tagen ist ein Tag Pause gerechtfertigt. Dann geht es in die Schweiz! Mit dem Fahrrad über den Rhein rollen, sofort stellt sich Wohlgefühl ein. Die Etappe durch den Jura bis kurz vor Solothurn ist die landschaftlich schönste der bisherigen Reise. Wunderschöne Örtchen, tolle Seen; kurz vor dem nächsten Tagesziel schimmern plötzlich weiß am Horizont die Alpen! Jetzt gibt es kein Halten mehr. Durch Weinberge flitze ich hinunter in das mediterrane Klima des Genfer Sees und bewundere dabei die Dents du Midi. Zum Schlafplatz unter den Kletterfelsen von

Martigny bringt ein Freund mir Kirschen und Rinderfilet, eine kulinarische Explosion nach Tagen mit Bananen, Riegeln, Ravioli und täglich einem Glas Nutella. Gut gestärkt geht es Richtung Forclaz-Pass, 16 Kilometer, 1051 Höhenmeter. Schon auf den ersten Metern muss ich in den kleinsten Gang schalten, ein leicht mulmiges Gefühl – aber es rollt! Viele Kehren später stehe ich auf 1527 Metern, jetzt geht's nur noch runter! Doch das Autofahrgedächtnis hat den Col des Montets vergessen. Also noch mal runterschalten und treten, treten, treten. Drei nette Französinnen schenken mir 500 Gramm weißen Nou-

gat, das entscheidende Doping für den letzten Pass. Ein Steinbock empfängt mich oben; innehmen, genießen und einfach nur freuen. Nach elf Tagen und 1620 Kilometern im Sattel bin ich tatsächlich angekommen. Jipieeee! Nur interessiert das in der Bergsport-Welthauptstadt niemanden. Fast komme ich mir albern vor mit meinen Ski auf dem Hänger.

### Genau zum richtigen Zeitpunkt

„Ihr habt noch die nächsten beiden Tage, dann wird's schlecht!“, heißt es im Bergführerbüro. Eigentlich wollte ich zwei Tage regenerieren und akklimatisieren. Das fällt nun aus. Punkt neun am nächsten Morgen steht mein Kumpel Beni auf dem Parkplatz. Das Wetter sieht gut aus. Durch eine atemberaubende Gletscherlandschaft erreichen wir bei strahlendem Sonnenschein die Grands-Mulets-Hütte (3051 m). Um 18 Uhr gibt es Abendessen, um sieben liegen wir im Bett. Ich kriege kein Auge zu, unglaublich aufgeregt, ob mein Traum wirklich morgen in Erfüllung geht. Um halb zwei in der Nacht anziehen, Frühstück, der Blick aus dem Fenster. Sternklar! So ein Glück, nach zwei Wochen im Sattel genau zum richtigen Zeitpunkt hier zu sein. Zu Beginn mit Stirnlampe und Fellen, dann mit Steigeisen im ersten Morgenlicht erkämpfen wir uns Meter für Meter. Auf den letzten 500 Höhenmetern zum Gipfel peitscht uns der Wind ins Gesicht, wir bemerken die Höhe, ich auch die Müdigkeit. Bei jedem dritten Schritt fallen mir die Augen zu, jetzt heißt es auf die Zähne beißen. Dann ist es geschafft. Ich bin einfach nur glücklich, so glücklich wie schon lange nicht mehr. ■

| Die ungekürzte Geschichte lesen Sie auf [alpenverein.de/panorama](https://alpenverein.de/panorama) |



**Tim Fritz** ([bergwaerts.com](https://bergwaerts.com)) lernte im Schwarzwald mit zwei Jahren Ski fahren, ist Ski-lehrer, Bergretter und Mountainbikeguide. Er hat sich fest „vorgemommen, eine solche Reise wieder zu machen“.

München-Venedig – auf die bequeme Tour

## Von Maria zu Markus mit Genuss

**Einmal mit dem Rad über die Alpen: Das wünschen sich viele. Dass eine komfortable Strecke vom Marienplatz in München zum Markusplatz in Venedig seit dem Sommer 2015 existiert und ganz einfach funktioniert, liegt an der Idee einiger weniger Macher.**

Text und Fotos von Rollo Steffens

Eine durchgehend beschilderte und gut strukturierte Radstrecke von München nach Venedig ist seit dem Sommer 2015 unter Dach und Fach. Sie ist das Werk einer trinationalen Initiative mehrerer Tourismusverbände und italienischer Provinzen. Die etwa 570 Kilometer lange Strecke zwischen den beiden berühmten M-Plätzen diesseits und jenseits der Alpen ist

Kunststädte. Wer möchte, kann mit allen Varianten sogar 900 Kilometer fahren – wohlgemerkt in eine Richtung!

### Wenig Verkehr, tolle Landschaft

Zu Beginn gibt es ab München gleich zwei Alternativen: die seit dem Jahr 2004 bestehende Via Bavarica Tyrolensis oder den klassischen

stehenden Wegen, radelt etwa ab Jenbach entlang des Inn, über die alte Römerstraße durch das Untere (Tiroler) Wipptal und erreicht schließlich acht Kilometer vor der Passhöhe die Brenner-Staatsstraße. Diese letzten Kilometer vor der italienischen Grenze sind die einzig verkehrsreichen auf der gesamten Strecke. Wer sie meiden möchte, nimmt die Bahn, spä-



*Mehr spitz als breit sind die Türme von München (r. o.) und Venedig (r. u.). Mehr für genussfähige Breitensportler als für Spitzenathleten ist der Zuschnitt dieser Radtour, die auch mitten durch die Dolomiten (l., bei Cortina) führt.*

etwas für Genuss-Radfahrer, Radwanderer, Biker aller Leistungsklassen und auch für Reisende mit Rad, Zelt und Zeit. Sie lässt sich in fünf verschiedene Kultur-Abschnitte aufdröseln: den Wassererlebnispfad; Tirols Schätze; alpin-mediterraner Lebensstil; Unesco-Naturerbe Dolomiten; Venedigs Gärten und die

Weg entlang der Isar. Die beiden Radrouten vereinen sich wieder am Sylvensteinspeicher. Von dort folgen Radler der Strecke in Richtung Tirol und rollen nach ein paar wenigen Steigungen entlang des fjordartig in die Bergwelt eingebetteten Achensees hinunter ins Inntal. Auch danach bleibt man auf bereits lange be-

testens ab Mühlbachl oder ab Matrei. Sonst ist man überwiegend geteert, oft aber auch geschottert auf Radwegen und weit abseits viel befahrener Autostraßen unterwegs. Dabei orientieren sich Bike und Biker fast ausnahmslos an der blau-weißen Beschilderung München – Venezia.



## MÜNCHEN – VENEDIG IN 7 TAGEN:

### So haben wir's gemacht

1. **MÜNCHEN – LENGGRIES:** Vom Englischen Garten über den Isar-Radweg nach Lenggries. Wer in München wohnt und den Isar-Radweg zur Genüge kennt, kann mit der Bayerischen Oberlandbahn (BOB) nach Lenggries fahren. [bayerischeoberlandbahn.de](http://bayerischeoberlandbahn.de)
2. **LENGGRIES – HALL:** Zum Sylvensteinspeicher und über den Radweg Via Bavarica Tyrolensis entlang dem Achensee zum Inntal-Radweg.
3. **HALL – STERZING:** Durch das Untere Wipptal zum Brennerpass, durch das Obere Wipptal nach Sterzing. Anstrengendste Tagesetappe, lang, dafür mit grandioser Abfahrt nach Südtirol. Alternativ nach Innsbruck und mit dem Zug hinauf zum Brenner.
4. **STERZING – TOBLACH:** Über Franzensfeste in das Pustertal.
5. **TOBLACH – CORTINA D'AMPEZZO:** Relativ kurze Etappe mit spannender Abfahrt auf der Lunga via delle Dolomiti.
6. **CORTINA – LAGO SANTA CROCE:** Lange abwärts und durch das Valle di Cadore ins Tal des Flusses Piave.
7. **LAGO SANTA CROCE – VENEDIG:** Lang, aber überwiegend flach über Treviso nach Venezia Mestre.
8. **VENEDIG – MÜNCHEN:** Durchgehende Rückreise ohne Umsteigen mit dem Zug ab Venezia-Mestre über Verona – Innsbruck – Kufstein – München (Euro-City). Räder reservierungspflichtig, im Euro-City maximal 4 Bikes pro Waggon. Ein Bus-Shuttle Venedig-München existiert, war aber für Anfragen des Autors nicht zu erreichen.

**ÜBERNACHTUNG:** Relativ unabhängig ist man mit Rad und Zelt; es gibt natürlich jede Menge Möglichkeiten vom Privatzimmer bis zum 5-Sterne-Hotel. Gute Campingplätze am Achensee, in Hall, am Toblacher See, bei Sterzing, bei Cortina (2), am Lago Santa Croce und in Mestre.

**FALTKARTE:** München – Venezia, Fahrradgenuss; © 2015 Provincia di Belluno. Mit Streckenübersicht und 47 Kurzbeschreibungen von Sehenswürdigkeiten entlang der Route. Bestellbar unter [info@muenchen-venezia.info](mailto:info@muenchen-venezia.info). Alle Informationen, alle am Projekt beteiligten Partner und Höhenprofile: [muenchen-venezia.info](http://muenchen-venezia.info)

**ZENTRALER ANSPRECHPARTNER:** Routenmanagement Radweg München-Venezia, c/o EURAC research, Hr. Dr. Manuel Demetz, Drususalle 1, I-39100 Bozen, Tel.: 0039/0471/05 54 31, [manuel.demetz@eurac.edu](mailto:manuel.demetz@eurac.edu)

**INSIDER-TIPP:** Bald nach der Grenze zu Italien bereits Räderplätze für die Rückreise reservieren und Rückfahrkarte kaufen, am besten in Bruneck. Dieser Bahnhof hat einen Schalter mit freundlichem Personal. Sonst oft nur Automaten an den Bahnhöfen.

| Weitere Fotos: [alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama) |



## Rollen lassen, fast bis ans Meer

Ein echter Hit ist die Abfahrt jenseits des Brenners auf einer asphaltierten, alten Bahntrasse. Dieses Stück Raderlebnis wurde erst im Sommer 2015 fertiggestellt. Es führt aussichtsreich beinahe bis nach Sterzing. Bei Brixen zweigt die Route in das breite Pustertal ab, dann führt jenseits von Toblach der Passo Cimabanche in die felsige Wunderwelt der Dolomiten. So wie die Abfahrt nach Sterzing begeistert auch die

Schotterstraße unter der Punta Fiammes (2297 m) und dem Pomagagnonkamm nach Cortina, die ein Teil der Lunga via delle Dolomiti ist. Einer langen Abfahrt nach der Olympiastadt, vorbei an Monte Antelao (3264 m) und Monte Pelmo (3168 m), schließt sich das südliche Ambiente der Hügellandschaft bei Vittorio Veneto an, bevor es nach Treviso geht. Im Stadtkern schiebt man über Stege und Kanäle, vorbei an einem Schiffsfriedhof, der gespen-

stisch scheint. Wer jetzt noch einen Schlenker will, fährt zur Punta Sabbioni. Wer's eilig hat, radelt direkt nach Mestre und Venedig, zum Cappuccino im Caffè Florian. ■



**Rollo Steffens** lebt als freier Journalist und Reiseleiter in München und hält auch Vorträge – unter anderem über Radtouren, die auch mit morschen Knien noch machbar sind.

**Colin Haley** (I.) läuft Patagonien-Legenden wie Ermanno Salvierra und Rolando Garibotti den Rang ab. Achtmal stand er auf dem Cerro Torre, elfmal auf dem Fitz Roy. Diesen bestieg er Ende 2015 solo über die California-Route, später mit Andy Wyatt über die Supercanaleta in 21:08 Stunden vom Straßenende und zurück. 16:30 Stunden brauchte er für die erste Solobesteigung von Punta Herron und Torre Egger. Dazu noch ein paar Trainingsrouten und eine Solo-Erstbegehung – eine Bilanz für ein erfülltes Alpinistenleben ...



Fotos: Colin Haley (2), Tobias Sinn, Luka Fonda, Tom Ballard

## Geht's noch? (schneller?)



**Alex Honnold** hatte schon in seiner ersten Patagoniensaison 2014 mit der Fitz-Roy- Traverse (mit Tommy Caldwell) Maßstäbe verschoben. Jetzt gelang ihm, gemeinsam mit Haley, die erste Wiederholung der Cerro-Torre-Traverse, die jener 2008 in vier Tagen erstmals geschafft hatte; das neue Dream-Team brauchte 20:40 Stunden. Und hängte ein paar Tage danach eine Speedbegehung des „Wave Effect“ (1900 m, VIII+) über Desmochada und Silla zum Fitz Roy an – mit acht Simultan-Seillängen in 17:07 Stunden.

**Noch mehr Patagonien** – Zwei Legendenrouten wurden erstmals wiederholt: „Psycho Vertical“ (900 m, VI+, M8, A3, 90°) am Torre Egger durch Korra Pesce (ITA), Roli Striemitzer (AUT), Tomy Aguilo, Inaki Coussirat und Carlitos Molina (ARG); die „Via dei Ragni“ (1200 m, 65°, VII-, A3) am Fitz-Roy-Ostpfiler durch

David Bacci und Matteo della Bordella (ITA). Della Bordella gelang dann mit Silvan Schüpbach (SUI) die dritte Begehung der nun bohrhakenfreien Kompressorroute (VIII+, A1, WI 5) am Cerro Torre. 🌿 Eine Risslinie mit Zeug zum Klassiker fanden Quinn Brett, Max Barlerin und Mike Lukens in der Südwand des Fitz Roy: „Co-

lorado Route“ (500m, VIII-). 🌿 Der Italiener Francesco Salvierra machte mit diversen Landsleuten zwei Erstbegehungen an Colmillo Central und Sur, dann die erste Begehung von „Motivaciones Mixtas“ (900 m, M6+, VII, C1, WI 5+) bis zum Gipfel der Aguja Standhardt. 🌿 Zwei außergewöhnlich schwierige Klettereien eröff-

neten die zwei „Giri-Giri-Boys“ Jumbo Yokoyama und Takaaki Nagato (JAP) mit „Knobmania“ (300 m, IX, Aguja del Tridente) und „Pilar canino“ (500 m, VIII+/IX-, Cerro Piergiorgio).

**Noch mehr wilde Berge** – Die Erstbesteigung des San Lian Southeast (6250 m) in China machten die Polen Marcin Rutkowski, Wojciech Ryczer und Rafal Zajac in fünf Tagen durch die Südwand (1450 m, ED2, M7, WI 5R).

✿ „Der Zustieg ist eine Strafe“ bedeutet der Name „A la verticale de la peine“



Nur teilweise schneefrei: „Magic Line“ in der Laliderer Wand

(WI 5) der Route der Franzosen Mathieu Detrie, Julien Dusserre, Pierre Labbre und Mathieu Maynadier (FRA) am Dzasampa Tse (6295 m) in Nepal. ✿ Die erste Wiederholung und gleichzeitig erste Winterbe-

gehung der kühn gesicherten „La storia infinita“ (1400 m, VIII-) am Monte Agner gelang Martin Dejori und Titus Prinoth (ITA) am 29./30. Dezember. ✿ Flott unterwegs waren David Bruder und Tobias Sinn (GER) am 27. Dezember bei der ersten Winterbegehung der „Magic Line“ (800 m, VIII+, 12 Std.) in der Laliderer-Nordwand. ✿ Vom warmen Winter profitierten auch Fabio Salini und Davide Codega (ITA) bei der 18-stündigen Überschreitung der Scioragruppe im Bergell. Eine Woche drauf doppelten die Schweizer David Hefti und Marcel Schenk auf und überschritten in zwei Tagen die Bergellkette vom Pizzo Trubinasca bis zum Torre Innominata erstmals im Winter. ✿

## Aufgeschnappt

**„Der Unterschied zwischen 9a+ und 9b ist gar nicht so groß, wenn du mal raus hast, wie es geht. Trotzdem brauchst du noch fünf Tage dafür.“** Alex

Megos nach seiner ersten 9b (XI+/XII-), **„Die Torres-Traverse war eine Symbiose unserer jeweiligen Stärken ... (beim „Wave Effect“) ... habe ich nur mein Bestes versucht, ihn nicht zu bremsen.“** Colin Haley über Alex Honnold nach der

Fitz-Roy-Speedbegehung, **„Ständige Überstimulation stumpft mich ab, und ich würde es nicht anders wollen. Es reicht nicht. Ich brauche mehr. Nichts scheint mich zu befriedigen. Ich will es nicht, ich brauche es einfach. Fühlen, atmen, wissen, dass ich lebe.“** Alex

Honnold schwärmt von der Intensität des Alpinismus, die er in Patagonien lebte.

Tom Ballard (s. S. 104f.) stieg am warmen Vormittag des 30.12. free solo den „Spigolo Vinci“ (400 m, TD, VI) am Piz Cengalo und die „Via Molteni“ (400 m, D+, V+) am Piz Badile.

**Klettern groß bis klein** – Für „A line above the sky“ in den Dolomiten bringt Tom Ballard erstmals den Grad D15 ins Gespräch – im „Dry Tooling Style“, also ohne Figure4 oder Figure9. Marianne van der Steen flasht mit „Kamasutra“ in Italien als erster Mensch überhaupt D13+. Ein ähnliches Niveau wie Ballard wirft Will Gadd in den Ring: Mit M15 bewertet er „Instagrade“ in Kanada, die nach 50 Metern durch ein Höhlendach mit weiten Bohrhakenabständen noch einen Ausstieg in zentimeterdünnem Eis bietet. Und „ein neues Schwierig-



9a (XI) ist heute nur noch optisch ein Thema: Sachi Amma in „Water World“; Osp

keitsniveau für diese Art Kletterei“ proklamierten Tim Emmett (GBR) und Klemen Premrl (SLO) für „Interstellar Spice“ an den Helmcken Falls. ✿ „The Gift“ (7 SL, 8c) von Alex Luger (AUT) an der Drusenfluh (Rätikon) dürfte eine der schwersten Mehrseillängenrouten der Alpen sein. ✿ Dem Club der 9b-(XI+/XII-)-Männer gehört nun auch Alex Megos an, mit „First Round, First Minute“ in Margalef; Jakob Schubert (AUT) macht mit „Planta de Shiva“ seine zweite 9b. ✿ Mina Markovic (SLO) kletterte in zwei Wochen in Santa Linya eine 9a (XI), zwei 8c+ und zwei 8c (X+/XI-). Ihre 16-jährige Landsfrau Janja Garnbret flashte zwei 8c-Routen. ✿ 60 Routen zwischen 8a und 8b (X) hat Cathy Wagner (50, USA)



Wer braucht denn noch Eis zum Mixedklettern? Tom Ballard in seiner D15-Kreation

2015 geklettert; in ihrem Leben 527. Steve McClure (GBR) stieg mit 45 Jahren 8b+ (X+) on-sight. Der gleichaltrige Tim Fairfield (USA) eröffnete einen 8C-Boulder. ✿ Erstmals munkelte man in Fontainebleau vom Grad 8C+ für „Le pied à coulisse“ von Guillaume Glairon-Mondet. Sofortige Wiederholer relativierten das dann gleich wieder: doch nicht so schwer ... ■

**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!



AN JEDEM ORT

# Die Berge sind unser Zuhause

Ob auf mehrwöchiger Alpenüberquerung zu Fuß oder mit dem Bike. Ob auf Gletschertour oder beim Genuss-Wandern. Bergsport ist kein Trendsport, es ist ein Lebensgefühl. In die Bergwelt eintauchen, die Natur genießen, abschalten und die Seele baumeln lassen. Bergsport macht uns glücklich.



30 € Buchungsrabatt  
p. a. für DAV-Mitglieder

## BOLIVIEN



### Zu den Feuerbergen in der Cordillera Occidental

Bergsteiger und Naturfreunde kommen bei dieser abwechslungsreichen Reise zu den schönsten Vulkanen Boliviens voll auf ihre Kosten. Erst ein Ausflug zum 3800 Meter hoch gelegenen Titicacasee. Entspannte Tage mit Traumblicken in die Cordillera Real mit ihren verschneiten Sechstausendern. Weiter übers Altiplano nach Uyuni an die Ufer des Salar de Uyuni. Die Höhenakklimatisierung erfolgt ganz nebenbei, und bestens vorbereitet geht es ans Bergprogramm: Tunupa, 5432 m, Coipasa, 4900 m, und Acotango, 6056 m, drei der mächtigen Feuerberge in der Cordillera Occidental.



Termine (16 Tage)  
10. Sep. / 24. Sep.  
Preis ab € 4.090,-  
Buchungscode: davsc.de/BOFEU

## ALPEN



### Alpenüberquerung von Oberstdorf nach Meran

Einmal zu Fuß über die Alpen ist für viele Bergwanderer ein Traum. Das Zauberwort heißt „E 5“. Der Europäische Fernwanderweg ist in seinem alpinsten Teil von Oberstdorf nach Meran zu einem Synonym für die Überquerung der Alpen geworden. Vom Weißbier zum Wein sind es 5400 Höhenmeter im Aufstieg und 7300 im Abstieg. Die ersten Etappen verlaufen durch die Allgäuer, Lechtaler und Öztaler Alpen. Wenn das Wetter mitspielt, wird auch der formschöne, vergletscherte Similaun (3606 m) bestiegen. Die Rückfahrt von Meran und teilweise sogar Rucksacktransport sind inbegriffen.



Termine (7 Tage)  
16., 23., 30. Juli, 13., 20. Aug.,  
3., 10., 17. Sep.  
Preis ab € 785,-  
Buchungscode: davsc.de/AQOBE

## SPANIEN



### Transpirenaica MTB – vom Mittelmeer zum Atlantik

Mitten durch die Pyrenäen führt diese Mountainbike-Durchquerung in zehn Etappen von der Costa Brava bis ins Baskenland – von Barcelona bis nach Bilbao. Täglicher Gepäcktransport verspricht ungetrübten Fahrspaß auf über 650 Kilometern und 20.000 Höhenmetern. Die Vielseitigkeit der Landschaftsbilder beeindruckt: Die Garrotxa zu Anfang der Tour wird zu Recht die Toskana Spaniens genannt. Später wechseln sich Felsschluchten mit Hochwüsten, Tafelbergen und Almwiesen ab. Abends genießen Sie in landestypischen Unterkünften beste regionale Küche.



Termin (12 Tage)  
28. September  
Preis ab € 1.849,-  
Buchungscode: davsc.de/RAMPYR



Zusatztermine und Sonderangebote

## Nepal-Trekking wieder heiß begehrt

Ob Annapurna- oder Everest-Gebiet: Die Trekkingreisen des DAV Summit Club in Nepal liegen im Trend. Besonders begehrt ist das Komfort-Trekking zum Sherpa-Kloster Tengpoche, bei dem der Schlafsack zu Hause bleibt. Aber auch die einfacheren Lodge-Trekking-Reisen mit Unterkunft in einheimischen Gasthäusern erfreuen sich großer Beliebtheit. Die Leitung übernimmt immer ein vom DAV Summit Club ausgebildeter Kultur- und Bergwanderführer. Modernstes Sicherheitsequipment ist garantiert. Der steigenden Nachfrage begegnet der DAV Summit Club jetzt mit zusätzlichen Terminen im Oktober. Hierzu gehören die Annapurna- und Manaslu-Runde ebenso wie ein Lodge-Trekking ins Everest-Basislager oder mit Bergführer zum Sechstausender Island Peak. Unter dem Motto „Visit Nepal“ werden in den



Foto: Johannes Obermaier

Wintermonaten mehrere Trekkingreisen zu Vorzugspreisen angeboten – traumhaft wandern unter den höchsten Bergen der Welt. ■

| Weitere Informationen:  
 ☑ [dav-summit-club.de/reiseziele/asien/nepal](http://dav-summit-club.de/reiseziele/asien/nepal)  
 Persönliche Beratung: 089/64 24 01 96 |

## DAV GEWINN SPIEL

Das Panorama-Gewinnspiel mit dem DAV Summit Club

# KENNEN SIE DIE?

### Sie bietet Aussicht über ein bekanntes Tal

Erkennen Sie diese Hütte und gewinnen Sie einen attraktiven Preis vom DAV Summit Club, dem weltweit größten Anbieter von alpinen Reisen und Kursen. Diesmal können Sie einen „Grundkurs Klettersteig kompakt“ im Ötztal gewinnen. Ein gemütliches Gasthaus als Stützpunkt, Top-Leihrüstung gratis: beste Voraussetzungen für Ihren Weg nach oben. Wert 480 Euro, Buchungscode 9KGOETZ.

**Auflösung des Gewinnspiels aus Heft 1/16**  
 Der 133 Meter tiefe Achensee, das Tiroler Meer, hat 6,8 km² Fläche. Im Winter kann man Schlittschuhlaufen – oder beim „Silvesterschwimmen“ mitmachen. Der Gewinn, sechs Tage Erlebniswandern in der Silvretta, ging an Dr. Peter Graner aus Überlingen-Nußdorf.



Foto: Andi/Dick

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

Einsendeschluss ist der 8. April. Keine Teilnahme über Gewinnspielorganisationen und für Mitarbeiter der DAV-Bundesgeschäftsstelle. Rechtsweg ausgeschlossen.

## Frischen Sie die Funktion Ihrer Skijacke auf!



**Nikwax Tech Wash**  
 Effektives Reinigungsmittel für die Waschmaschine, das die Wasser abweisenden Eigenschaften intakt hält

**Nikwax TX. Direct**  
 Sichere, hochwirksame Imprägnierung zum Einwaschen, unter Beibehalt der Atmungsaktivität



**NIKWAX GRATISPROBEN**  
 Spielen Sie bei unserem WebQuiz mit!  
[nikwax.de/dav](http://nikwax.de/dav)



Rund ums Kapruner Tal

# SO SOLL ES SEIN!

Große Berge und grüne Wiesen; gemütliches Schlendern, mühsames Steigen, anregendes Klettern; zwei kernige Dreitausender und vier sehr unterschiedliche Hütten – diese Rundtour in den Hohen Tauern hat viel zu bieten.

Text und Fotos von Andi Dick

**S**o muss Sommer sein! In kurzer Hose und T-Shirt sitze ich in 3368 Meter Höhe auf den warmen Gipfelfelsen des Hohen Tenn und denke noch nicht an den kniemordenden Abstieg über mehr als zweitausend Hö-

henmeter. In diesem Moment zählt nur die Zufriedenheit auf dem zweiten hohen Gipfel einer großzügigen Runde. Und die gewaltige Schau: nach Süden zu Großglockner, Hochalmspitze und bis in die Julischen Alpen; nach Norden auf den

Kamm der Nördlichen Kalkalpen vom Dachstein bis zum Wilden Kaiser; und in die Nähe, zu den Wegstrecken und Stationen meiner Tour. Dort drüben, auf jenen mickrigen grünen Kämmen direkt über Kaprun, ist alles losgegangen ...



Höhepunkt mit Tiefblick: Vom Anstieg zum Kempfenkopf zeigen sich Großglockner, Kapruner Törl und Großvenediger über den Kapruner Stauseen.

Ein vollgeladener „Wanderbus“ rumpelt die Schotterstraße hinauf zu der kleinen Holzhütte, wo der Alexander-Enzinger-Höhenweg startet. Durch offene Wald- und Wiesenhänge geht es gemütlich dahin, wegelernde Kühe umgehend, weg vom Pinzgauer Nebelmeer, auf dunstblaue Dreitausender zu. Der nördlichste Ausläufer des Kitzsteinhorn-Kamms schwingt in scharf geschnittenen grünen Wellenkämmen mit mehreren Gipfeln aus – mit jedem Schritt dringt man vor in die Welt des Urgesteins. Wie ein Laufsteg im Himmel spannt sich der letzte grasige Grat zur Stangenhöhe, mit Drahtseil als Geländer;

der Rest ist Schlendern, durch eine sanft gewellte Bach- und Wiesenlandschaft hinüber zur Krefelder Hütte unter dem Skigebiet des Kitzsteinhorns. Wo im Winter der Pistenbär tobt, teilt man sommers die Gaststube nur mit wenigen Wandergästen und wird bestens bewirtet. Ein Auftakt nach Maß.

Die zweite Etappe ist mit die anstrengendste, mag sie im Kartenbild noch so harmlos aussehen. Ernüchternd beginnt die Reise, das winterliche Brettvergnügen prägt die sommerliche Landschaft. Faser-netze schützen die Pistenstreifen, Schneekanonen und Liftmasten ragen in den

Himmel, Lärm und Abgase von Lastern und Baggern erfüllen die Luft; 25 Millionen Euro werden verbaut für zwei neue Super-gondelbahnen. Doch hinter der Schmiedingerscharte ändert sich das Szenario schlagartig. Über einem Wolkenband schwebt die Eiskuppe des Großvenediger, eine Bratschenflanke stürzt haltlos in ein sattgrünes Kar. Bratschen? Dieses spezielle Gestein der Tauern wird die nächsten Tage prägen: rotbrauner Quarz-glimmerschiefer, zerkrümelnd wie Spekulator. Zum Glück lassen sich darin gut Wege anlegen; eindrucklich steil führt der „Krefelder Weg“ hinunter ins „Winterethaus“. Es folgt ein kaum enden wollendes Auf und Ab durch Landschaften, die mit jedem Seitenkamm wechseln und immer wieder neue Aufgaben stellen: das steile Kleetörl; die weiten Wiesen des Reichensbergkars; der reißende Wurfbach, der mit wildem

---

Adieu Pistenbaustelle – hinter der Schmiedingerscharte geht es in die Wildnis!

---

Sprung überwunden wird; die Sumpfwiesen des Kühtauern, wo auch Pferde weiden; der stille Tauernmoos-Stausee – und zuletzt noch einmal steinige vierhundert Höhenmeter hinauf zum Schafbichl, bevor

die müden Füße im Tunnel-Labyrinth der Rudolfshütte einlaufen.

Sorry: des Berghotels Rudolfshütte. Der frühere ÖAV-Ausbildungsstützpunkt, schon immer mondän mit Schwimmbad, Kletterwand und Sauna, firmiert mittlerweile ehrlicher als Höhenhotel mit Fun-Klettersteigen und täglich wechselnden Bespaßungsangeboten. Die massive Erschließung dieser Bergtäler mit Stauseen und Seilbahnen macht möglich, was dem Traditions-Bergöhi als wahr gewordene Zukunfts-Wahnvorstellung erscheinen mag – aber gar nicht unwillkommen ist nach acht Wanderstunden: 37 Euro kostet die Halbpension (üppiges Buffet morgens und abends) im „Hütten-Schlafräum“, der sich als Viererzimmer mit Fernseher, Dusche und Toilette entpuppt.

Auch die dritte Etappe hat ein paar Meter zu gehen. Über die „Steinerne Stiege“, in eine Felsrampe geschlagene Stufen, hinunter zum gottverlassenen Eisboden und zur Sumpflandschaft des „Gaulmösl“ vor dem

## WASSERKRAFT IN DEN TAUERN

Einst wurde in den Hohen Tauern nach Gold geschürft; nach dem Zweiten Weltkrieg begann man, das „Weiße Gold“ zu fördern, die Wasserkraft. Schon 1926 hatte die AEG geplant, die Tauernbäche in zwei Speichern über Kaprun zu sammeln. Die Nazis begannen mit dem Projekt, wobei über 50 Zwangsarbeiter ums Leben kamen. 1955 wurde das Kraftwerk Kaprun eröffnet, mit Pumpspeicher-Optionen zwischen den Stauseen Margaritze, Mooserboden, Wasserfallboden und im Kapruner Tal, betrieben von der Verbund AG. Die Kraftwerke im Stubachtal (mit Weißsee, Tauernmoossee, Grünsee und am Enzinger Boden) erzeugen Strom für die Österreichische Bundesbahn.

leuchtenden Tauernmoossee. Hinauf in die blumenprotzenden Sanderböden unter dem Torkees. Der untere Gletscherteil ist eine trostlose Steinöde, die einst beliebte Nordwand der Hohen Riffel ein mickriges Firnfeld zwischen zerfallenden Gneisbändern. Raffiniert schlängelt sich der Weg durch eine steile Felsenflanke.

Im Kapruner Törl kommt man zurück ins Kapruner Tal, über dem Wiesbachhorn und Klockerin mit grausamen Bratschenflanken posieren. Die ersten Abstiegsmeter sind ruppig, durch eine schottrige Steilrinne und ein Feld wackliger Blöcke, dann wird der Weg auf dem Kamm der alten Ufermoräne gemütlicher. Der Rekordsummer brennt auf den Gletschern, durch alle Hänge ziehen Wildbäche ihre weißen Linien – und enden im Stausee Mooserboden. Eine Stunde schlendert man neben der stillen Fläche dahin durch blumenbetupfte Hänge.

An der Staumauer angekommen, wäre eine Jausenstation recht. Doch zu der sind es noch zwei Stunden Gehzeit. Ein Stapel Brennholz neben dem Wegweiser zum Heinrich-Schwaiger-Haus bittet um eine gute Tat – und lädt ein zum Konditionstest. Wenigstens kein Gehatsche: Konsequenterweise ziehen die Serpentin, der Blick weitete sich. Die Felspyramide des Kitzsteinhorns über den Stau-





seen von Mooserboden und Wasserfallboden; der Hocheiser mit seinem Firnsaum am Gipfelgrat; das spaltenzerfurchte Kärlingerkees vor der Hohen Riffel. Nach einigen drahtseilgeländerten Serpentin und kurzen Felsstufen bietet eine Hangterrasse Platz für das Heinrich-Schwaiger-Haus.

Was für ein Gegensatz der Hüttenkonzepte! Wo die Rudolfshütte mit ihrer Stahl- und Glas-Front das Schlagwort „Berghotel“ auch äußerlich verkörperte, steht das

---

Wirtschaftlich grenzwertig  
– auf dem Schwaigerhaus  
fühlen sich Bergsteiger wohl.

---

Schwaigerhaus mit Blech- und Schindelhaute unter grünem Giebeldach für das klassische Modell Schutzhütte. Eine Dusche (gegen Gebühr) entstinkt hier trotzdem die verschwitzten Glieder, und zum viergängigen Abendessen gibt es frischen Salat. Es braucht viel Motivation, zu solch einem wirtschaftlichen Grenzertragsstandort zu stehen – als Sektion wie als Wirt. In einem verregneten Sommer sitzt man tagelang alleine rum, an einem Traumwochenende wird die Bude überannt. Doch Stefan Borger und seine Leute lassen sich die Laune nicht verderben, und die Gäste hängen keine Luxus-Ansprüche heraus. Es ist leicht, gut drauf zu sein, wenn das Große Wiesbachhorn wartet.

Obwohl: Unruhig könnte man auch sein. Einen gewissen Nimbus hat der 3564 Meter hohe Gipfel ja doch. Da mag man gerne schon um sechs Uhr aufstehen und sicherheitshalber Pickel, Steigeisen und Helm mitnehmen; Ausnahmeverhältnisse wie im Spätsommer 2015, wo die Bergläufer



Natur und ihre Nutzung: Vom Enzingerweg (o, M.I.) sieht die Kitzsteinhorn-Region noch nach Berg aus, aus der Nähe (u.) eher nach Baugrube. Dafür ist auf dem Heinrich-Schwaiger-Haus die Bergsteigerwelt noch in Ordnung. Und die Sumpflandschaft Gaumösl am Tauernmoossee lässt kaum an die Elektrizitätswirtschaft denken.



Für die Ewigkeit? Hütten wie die Gleiwitzer müssen regelmäßig saniert werden, um nicht zu verfallen. Der Kaindlgrat am Wiesbachhorn dagegen war vor dem Klimawandel nicht zu retten. Dafür bleiben Erlebnisse wie der Ausblick auf den Pinzgau beim Abstieg lange im Gedächtnis.



scharenweise in Trailrunning-Schuhen nach oben stürmen, sind eben die Ausnahme. In den Bratschenhängen zum Gipfel findet man bei Ausaperung zwar gut Halt, aber neben dem Pfad droht gleich haltlos-abschüssiges Gekrümel; eine tragende Firndecke wäre hier fast angenehmer. Besonders traurig stimmt der Anblick der Schuttflanke, die einst als Nordwand eine legendäre Eisroute war; abgewirtschaftet ist auch der Kaindlgrat, eine Firnschneide, die man heute nebensächlich auf griffigem Felsrücken umgeht. Großartig geblieben ist die Gipfelschau: ein Gefühl, als ob man von Wien bis Sankt Moritz, von München bis Venedig schauen könnte.

Die nächste Etappe ist technisch die schwierigste. Zuerst 750 Höhenmeter

zum Mooserboden hinunter herschenken – und schon sehen die Gipfel wieder höher aus. Unter den dunklen Flanken von Wiesbachhorn und Hohem Tenn dahin, immer steiler durch Gras, dann Bratschen nach oben, zuletzt führt der Weg als schmale Spur durch die atemraubend abschüssige Flanke, ganz am Schluss mit

ein paar Drahtseilen, in die Scharte beim Kempfenkopf.

Hier hat man die Wahl: noch auf den Hohen Tenn hinauf oder gleich weiter zur Gleiwitzer Hütte? Der direkte Abstieg ist lang und spannend genug: Auf teils meterbreiter sandiger Schneide tänzelt man hoch überm Tal dahin; ein paar Hundert

# Panoramainfo

## Rundtour ums Kapruner Tal

Anspruchsvolle Hochgebirgs-Wanderung auf häufig schwarzen Bergwegen, teils lange, mühsame Etappen, Stellen bis Klettersteig B. Absolute Schwindelfreiheit und ausgezeichnete Kondition nötig. Wiesbachhorn und Tenn sind mittelschwere Hochtouren (WS); Steigeisen sind zumindest am Wiesbachhorn normalerweise notwendig.

**ANFAHRT:** Bahnverbindungen über Salzburg oder Wörgl nach Zell am See, dann nach Fürth-Kaprun. Mit Pkw am besten über Lofer – Zell am See.

**BESTE ZEIT:** Mitte Juli bis Anfang September.

**HÜTTEN:** dav-huettensuche.de; Berghotel Rudolfshütte Tel.: 0043/(0)6563/822 10, info@rudolfshuette.at

**KARTE:** AV-Karte 1:25.000, Nr. 40, Glocknergruppe; AV-Karte 1:50.000, Nr. 34/2, Kitzbüheler Alpen Ost

**FÜHRER:** End/Peterka: Alpenvereinsführer Glockner- und Granatspitzgruppe, Bergverlag Rother, München

**TOURIST-INFO:** Touristeninformation Kaprun, Salzburgerplatz 6, A-5710 Kaprun, Tel.: 0043/(0)6547/80 80, zellamsee-kaprun.com; kaprun.at

### ETAPPEN

**1)** Kaprun (800 m) – Wanderbus zum Maiskogel (1540 m, Tel.: 0043/(0)664/266 81 93) – Alexander-Enzinger-Höhenweg – Krefelder Hütte (2293 m), 3 - 3 ½ Std., 860 Hm↑, 110 Hm↓

**2)** Schmiedingerscharte (2728 m) – Krefelder Weg – Tauernmoossee (2023 m) – Rudolfshütte (2251 m), 6 - 8 Std., 1320 Hm↑, 1260 Hm↓

**3)** Tauernmoossee (2023 m) – Kapruner Törl (2639 m) – Stausee Mooserboden (2108 m) – Heinrich-Schwaiger-Haus (2802 m), 6 - 8 Std., 1440 Hm↑, 890 Hm↓

**4)** Gr. Wiesbachhorn (3564 m) – Heinrich-Schwaiger-Haus (2802 m), 4 - 5 Std., 770 Hm

**5)** Stausee Mooserboden (2080 m) – Gleiwitzer Höhenweg – Kempfenkopf (3080 m) – Gleiwitzer Hütte (2176 m), 7 - 9 Std., 1000 Hm↑, 1630 Hm↓

Gipfeloption: Hoher Tenn (3368 m, 2 ½ - 3 Std., 510 Hm ab Kempfenkopf)

**6)** Brandlscharte (2371 m) – Talstation Gletscherbahn Kaprun (928 m), 4 - 5 Std., 230 Hm↑, 1470 Hm↓  
Gipfeloption: Imbachhorn (2470 m, 1 Std., 100 Hm ab Brandlscharte)

Mehr Infos, Bilder und Video: alpenverein.de/panorama



Diese und weitere Hüttentouren finden Sie unter „Themen“ auf



alpenvereinaktiv.com



Klettersteigmeter auf glatten Platten überlisten die Jägerscharte, dann geht es durch ein Auenland sattgrüner Wiesen, in denen Enzian, Silberdistel, Glockenblumen, Eisenhut und Goldpippau um die Wette wuchern.

An einen Tapir erinnert die gedrungene Gleiwitzer Hütte mit ihrem hölzernen Anbau am alten Steinhaus, aber die Erholungsqualität stimmt genauso wie der kräftige Handschlag der Wirtin und das Kulinarische. Die Wirtsleute marschieren immer wieder die 1400 Höhenmeter nach Kaprun, um dreißig Kilo Frischwaren hinaufzubuckeln. Eine Leistung, die man am letzten Tag erst richtig schätzen lernt, wenn man selber diese Etappe unter die Füße nimmt: Aus der Gipfelregion durch

Wiesen, Krummholz und Nadelwald bis ins Tal, vorbei an Bergseen und Wasserfällen, Serpentine um Serpentine.

Eine Mühsal, wie sie manche Bergtour mit sich bringt, und die uns trotzdem

---

Mühseliges Steigen – doch hoch überm Tal ist jede Anstrengung ihr eigener Lohn.

---

nicht abhalten kann, immer wieder loszugehen. Vielleicht, weil man sich an der Verzweigung am Kempfenkopf anders entschieden hat, für die Zugabe Hoher Tenn. In anregender Kraxelei dem langen

Kamm gefolgt ist. Über silberglitzernden Sand auf einen massiven Gratturm auf. Ihn mit herzhaftem Zug am Drahtseil und schlangenhaftem Winden durch einen Engschlitz erklommen hat. Und auch an den letzten ungesicherten Kraxelstellen des Gipfelgrats ausreichend Sicherheit für den Abstieg empfand. Dann mag man oben sitzen auf 3368 Metern, vielleicht in kurzer Hose und T-Shirt, vielleicht in Überhose und Anorak, und sich sagen: So soll Bergsteigen sein! ■



Im Hitzesommer 2015 genoss der DAV-Panorama-Redakteur **Andi Dick** diese Dienstreise ganz besonders: in kurzen Hosen auf dem Großen Wiesbachhorn.

BIKE

dav-shop.de

# Die DAV-Edition für **Bike** und **Berg**



**Merino-Stretch-Fleece-Jacke.** Innenschicht aus Merino-Wolle, atmungsaktives Obermaterial aus abriebfestem Nylon, 2 Seitentaschen, Daumenschlaufen an der Ärmelinnenseite, Edelweißstick. Material: 60% Merinowolle, 40% Nylon.

**Männer:** English Blue mit schwarzen RVs. Best.-Nr. 420616, Preis: 89,95 €; Mitglieder: 79,95 €.

**Frauen:** Forever Blue mit malvefarbenen RVs. Best.-Nr. 420636, Preis: 79,95 €; Mitglieder: 69,95 €.

**Größen: Männer S – XXL, Frauen: XS – XL**



**maloja**

**Werfener Herren Short Sleeve Bike Jersey** aus Airdry, körperbetonter Schnitt mit 3/4 Front-RV, 1 Rückentasche, Silikonabschluss. Farbe: Avocado. Best.-Nr. 411771, Preis: 85,00 €; Mitglieder 76,00 €.



**Lomasti Frauen Short Sleeve Bike Jersey** aus Airdry, mit 3/4 Front-RV, 1 Rückentasche, Silikonabschluss. Farbe: Nightfall. Best.-Nr. 411871, Preis: 75,00 €; Mitglieder 67,00 €.



**maloja**

**Guffert Männer Short Sleeve Multisport Jersey** aus Naturalon mit RV-Brusttasche. Permanent geruchsfrei, hygienisch, hautverträglich und umweltfreundlich. Farbe: Smoke. Best.-Nr. 411772, Preis: 60,00 €; Mitglieder: 54,00 €.



**Sillianert Frauen Short Sleeve Multisport Jersey** aus Naturalon mit RV-Brusttasche. Permanent geruchsfrei, hygienisch, sehr gut hautverträglich und umweltfreundlich. Farbe: Charcoal. Best.-Nr. 411872, Preis: 60,00 €; Mitglieder 54,00 €.



**maloja**

**Matras Männer Multisport Shorts** aus Polystretch. Zwei RV-Fronttaschen, zwei Gesäßtaschen, Verstellsystem in der Taille, Stretcheinsatz am Bund hinten. Farbe: Nightfall. Best.-Nr. 414007, Preis: 90,00 €; Mitglieder: 80,00 €.



**Feistritzer Frauen Multisport Shorts** aus Polystretch, einem leichten Allround Material. Zwei RV-Fronttaschen, zwei Gesäßtaschen, in der Taille verstellbar, Stretcheinsatz am Bund hinten. Farbe: Nightfall. Best.-Nr. 414008, Preis: 85,00 €; Mitglieder 76,00 €.

**WILLKOMMEN AUF WWW.DAV-SHOP.DE**

Bestellen Sie auch per Fax an: 089/140 03-911, per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München. Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch im City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, Hauptbahnhof, 80335 München und in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, 80331 München.



**MEHR DETAILS  
UND VIELE  
INFOS IM WEB**



## Fußreise zum Alpenhauptkamm

Schritt für Schritt von Innsbruck  
zur Nürnberger Scharte über  
dem Aperer-Feuerstein-Ferner.



# STUBAI VON UNTEN

Schritt für Schritt gegen den Mainstream: Was man so alles sieht und erfährt, wenn man die Bergtour in den Stubaier Alpen nicht am letzten Parkplatz im Tal beginnt, sondern schon am Innsbrucker Hauptbahnhof.

Text und Fotos von Axel Klemmer

**Z**u Fuß aus der Stadt hinaus, das dauert nur 20 Minuten: wenn man vom Innsbrucker Hauptbahnhof nach Süden geht, an lauten Straßen entlang, vorbei an grauen Häusern, vorbei auch an der schönen Rokoko-Basilika des Stiftes Wilten – bis zum Fuß des Bergisel. Seit dem Volksaufstand gegen Bayern und Franzosen im Jahr 1809 ist er sozusagen heiliger Tiroler Boden. Heute steht der Hügel im Zwickel von Inntal- und Brennerautobahn und ist immer noch von Lärm umtost. Und ich habe ein erstes Problem: Wegen Bauarbeiten an der Autobahnbrücke ist der Fußweg in die Sillschlucht gesperrt. Also zurück zum bekannten Kulturgasthaus Bierstindl und in einer weiten Schleife zum historischen Kaiserjägermuseum neben dem kantigen Neubau des „Tirol Panorama“ hinauf. Hier

beginnt die Panoramarunde auf dem Bergisel. Von der Spitze des luftigen, keilförmigen Aussichtsstegs beim Drachenfelsen blicke ich tiefhinab in die Schlucht; drehe ich mich um, sehe ich den futuristischen Anlaufurm der Sprungschanze über die Bäume ragen.

---

Wegen Bauarbeiten an der Autobahnbrücke ist der Fußweg in die Sillschlucht gesperrt.

---

Nun geht es steil hinab in die Schlucht, wo man sich der nahen Stadt und dem Transitverkehr sehr fern fühlt. Der Pfad neben der Sill ist schmal. Ich fotografiere Paddler auf einer milchigen, weiß-grün-

braunen Substanz, bei der es sich, man glaubt es kaum, um Wasser handelt. Die Vegetation ist dicht und grün, der Weg passiert kleine Idyllen mit Hütten und Gärten – und führt unter der gewaltigen Autobahnbrücke hindurch. Dass Verkehrsinfrastrukturen nicht nur nützlich, sondern auch mal schön gewesen sind, untermauert kurz dahinter die alte Eisenbahnbrücke. Sie wirkt heute besonders museal: In etwa zehn Jahren soll der Schienentransitverkehr unter dem Berg verlaufen, durch den 55 Kilometer langen Brenner-Basistunnel.

Ich wandere hinauf zum Fahrtechnik-Zentrum des ÖAMTC unmittelbar neben der Autobahn, wo ein großer Container-Riegel für die Arbeiter der Tunnelbaustelle aufgestellt wurde. Am Ende des Parkplatzes leitet eine Forststraße in den Wald –

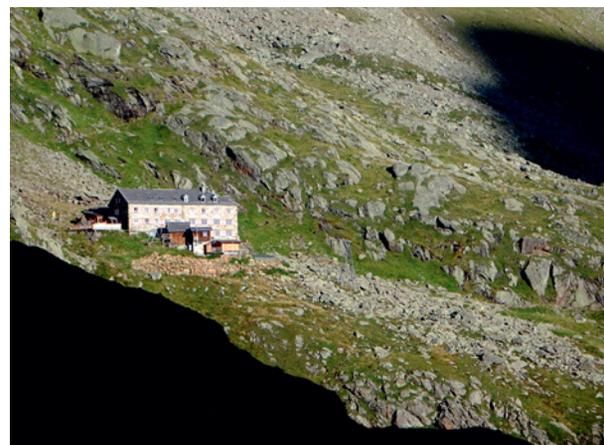
und wieder steil hinab, zum Bahnhof Unterberg. Ein Fußgängersteg auf der dicken Kraftwerksleitung der Innsbrucker Kommunalbetriebe bringt mich über die Sill. Kurz darauf ist die Brenner-Bundesstraße und die Stefansbrücke erreicht, hinter der ich einer kleinen Straße in den schönen Talboden von Unterberg folge. Dann beginnt, nun wieder auf einem Wanderweg, der Aufstieg zu den viel gerühmten Telfer

Wiesen. Hohe Lärchen, ein grüner Rasenteppich und darauf das schmale Gleis der Stubaitalbahn, die seit 1904 die gut 18 Kilometer lange Strecke vom Innsbrucker Hauptbahnhof bis nach Fulpmes zurücklegt: eine Idylle? Bedingt. Das Rauschen um meine Ohren kommt nicht mehr von der Sill und auch nur zum kleineren Teil von den Bäumen, sondern vor allem von Autobahn und Landesstraße.

Ich bin im Stubaital angekommen. Der Tourismus sei der wichtigste Wirtschaftszweig im Tal, heißt es. In Telfes ist davon nichts zu erkennen. Stattdessen sehe ich den typischen Stadtrand-Mix aus Nutz- und Wohngebäuden und vielen Garagen. Warum ist neuzeitlicher Wohlstand so ungestalt? Und warum braucht er immer so viel Platz? „In den letzten zehn Jahren hat sich sehr viel verändert“, sagt meine Wirtin in Fulpmes. Sie überlegt sich, den Pensionsbetrieb aufzugeben. Im ganzen Tal wurden schon viele Hotels an Investoren verkauft. Den urbanen Lebensstandard im Gebirge, den der Alpentourismus mit befördert hat, muss man sich erst mal verdienen. Dafür gibt es heute weitaus attraktivere Branchen als das Gastgewerbe. Zu den Industriegebieten des Inntals ist es nicht weit, außerdem bietet das vordere



Mehr Steine am Gipfelaufbau des Zuckerhütl, mehr Häuser im vorderen Stubaital um Fulpmes, mehr Komfort in der äußerlich unveränderten Nürnberger Hütte, weniger Eis auf dem Aperer-Feuerstein-Ferner: Früher war nicht alles besser, aber vieles anders.



Stubaital sowieso Alternativen, seit Jahrhunderten: Der Amboss im Gemeindegewappen symbolisiert die Tradition der Eisenverarbeitung in Fulpmes. Und auch das zeigt, wie gut es den Menschen heute geht: dass sie „Freizeit“ lieber konsumie-

---

Den urbanen Lebensstandard im Gebirge muss man sich erst einmal verdienen.

---

ren als produzieren. Im Spaßbad und Saunazentrum „Stubay“, das 2014 in Tulfes eröffnet wurde, vergnügen sich mindestens so viele Einheimische wie Touristen.

Am nächsten Morgen spannt sich ein wolkenloser Himmel über den Bergen. Ir-

gendetwas ist anders als bei meinem letzten Besuch im Stubaital (lang her, zugegeben ...). Ich schaue genauer hin, und tatsächlich: Der damals noch leuchtend weiße Schneezipfel des Zuckerhütl, Blickfang über dem Talschluss, ist verschwunden. Ein anthrazitfarbener Steinhauften ist an seine Stelle getreten.

Mein Weg führt vorbei an Medraz mit seinem Industriegelände und dem großen Wohngebiet in der Medrazer Stille – sie heißt wirklich so –, dann entlang der Ruetz auf dem Uferweg nach Neustift. Franz Senn (1831–1884) liegt hier auf dem Dorffriedhof begraben, der „Gletscherpfarrer“ aus dem Ötztal. Weil er „die Existenz der einheimischen Bevölkerung in den Alpentälern sichern und deren Kultur wahren“ wollte, wie im Katalog des Alpinen Museums in München zu lesen

ist, wurde er 1869 zum Mitbegründer des Deutschen Alpenvereins. Wäre er heute glücklich? Die einheimische Bevölkerung existiert tatsächlich noch. 1881, als Senn nach Neustift kam, hatte der Ort etwa 1250 Einwohner. Heute, nach zwei Weltkriegen und dem anschließenden Tourismusboom samt Bau der Stubai Gletscherbahn (1973), sind es rund 4700. Die frühere Armut hat etwas Platz gemacht, das wie teurer Besitz und hohe Hypotheken aussieht. Und die „gewahrte Kultur“? Findet man sicher in der Ortschronik. Oder bei den Abschreibungen.

Hinter Milders nimmt die Bebauung ab, das Tal wird enger. Bei Gasteig graben sich Bagger durch die riesigen Steinhauften, die der Mischbach nach Unwettern am 7. August 2015 bis zu sieben Meter hoch über die Straße gespült hat. Von Volderau führt ein Waldweg neben der Straße entlang zum Freizeitgelände „Klaus Äuele“, einer inszenierten Idylle mit Hochseilgarten und angelegtem See, mit grünen Wiesen und hübschen Uferbereichen. Dann leitet hinter den Häusern von Ranalt ein Pfad durch den Bergwald auf die Fahrstraße zur Bsuchalm. Endlich begegne ich anderen Wanderern auf dem Weg.

700 Höhenmeter überwindet der schöne Steig zur Nürnberger Hütte, die seit 130 Jahren auf 2280 Meter Höhe über dem Langental steht. 2013/14 wurde sie energie- und abwassertechnisch auf den neuesten Stand gebracht, ihren gründerzeitlichen Charme aus der Frühphase des Bergtourismus hat sie behalten. Hüttenwirt Leonhard Siller verpflegt seine Gäste mit Produkten aus der eigenen Landwirtschaft, seine Küche schmückt sich mit dem AV-Label „So schmecken die Berge“. Die rund 130 Plätze in der Gaststube sind, wie so oft, auch heute gut besucht. „Die meis-





ten Gäste gehen den Stubaier Höhenweg“, sagt Siller, „aber wir haben jetzt auch viele Transalp-Wanderer auf der Route von der Zugspitze zum Gardasee.“ Der Klimawandel macht's möglich: Heute erschließt die Rotgratscharte (3012 m) einen eisfreien Übergang über den Alpenhauptkamm nach Südtirol, zum Weg zwischen der

---

### Heute erschließt die Rotgratscharte einen eisfreien Übergang nach Südtirol.

---

Teplitzer Hütte und dem Becherhaus. 2014 wurde der Abschnitt durchgehend markiert. Auch der Zugang zur etwas westlich gelegenen Freigerscharte soll bald bezeichnet sein; dort beginnt der spaltenfreie Gipfelaufstieg zum Wilden Freiger (3418 m).

Noch liegt die Hütte im Schatten, als ich am nächsten Tag auf dem Stubaier

Höhenweg aufbreche: hinab in die Tal- senke unter dem Gröblferner, dann über felsige Stufen hinauf zu einer Hangterrasse mit Bachschlingen und Wiesen, Tümpeln und Gletscherschliffen – „Paradies“ heißt dieser Ort. Darüber stehen Steinböcke, und ganz oben auf dem Kamm, vor der kleinen Zollhütte am Simmingjöchl, sitzen Hüttenwanderer neben ihren riesigen Rucksäcken.

Mein Gepäck ist kleiner und sichtlich leichter und so gehe ich gleich weiter. Markierungen leiten direkt nach Süden in eine eindrucksvolle Senke. Zwischen Schmelzwassertümpeln und über seltsame rote Felsinseln hinweg gelange ich rasch in die Bergsteigerzone. Auf hartem Eis über den Aperen-Feuerstein-Ferner, über groben Schutt zur Nürnberger Scharte – niemand sonst ist hier unterwegs. Ich folge dem Felsrücken, er ist mal breit und mal schmal, über einen Signalgipfel mit zwei Holzpfählen bis kurz vor das Pflerscher Hochjoch. Wo sich der

Wie schön wäre es, den Nachmittag vor der Bremer Hütte zu verbummeln. Stattdessen stehen noch 1200 Meter Abstieg und der Marsch durch das Gschnitztal bis nach Trins (ganz hinten) an. Wer dann am nächsten Tag auf dem Bahnhof von Fulpmes nicht nur rot sieht, sondern auch einsteigt, muss wirklich kein schlechtes Gewissen haben.

Kamm plötzlich zu einer ebenso steilen wie brüchigen Schneide aufschwingt. Darüber hinweg? Wäre möglich, machte aber sicher keinen Spaß. Rechts käme ich, ebenfalls heikel, auf den Gletscher hinab, wo eine einsame Spur zum morschen Gipfelgrat des Östlichen Feuersteins hinüberzieht. Der Gletscher ist hier überfrnt, etwas tiefer war er aper und voller Spalten. Der Schnee ist weich. Kein Gelände für Alleingänger. Plötzlich ziehen von Südtirol her Wolken über den Haupt-

## Panoramainfo

### Mehrtagestour im Stubai

In acht Tagen kann man auf dem Stubaier Höhenweg acht Hütten mit mehr als 8000 Höhenmetern erwandern. Die klassische Rundtour gehört zu den beliebtesten Unternehmungen ihrer Art in den zentralen Ostalpen. Der Routenverlauf im Überblick: Aufstieg von der Bergstation Schlick 2000 (Seilbahn ab Fulpmes) gut 1½ Std.; Starkenburger Hütte (2237 m) – Franz-Senn-Hütte (2147 m; 7 Std.) – Neue Regensburger Hütte (2286 m; 4 Std.) – Dresdner Hütte (2308 m; 7 Std.) – Sulzenauhütte (2191 m; 3 Std.) – Nürnberger Hütte (2280 m; 4 Std.) – Bremer Hütte (2413 m; 4 Std.) – Innsbrucker Hütte (2369 m; 7 Std.); Abstieg nach Nader im Stubaital 2 ½ Std. (Taxi ab Karalm). Auch dieser Tourenklassiker ist gut mit Bahn-/Trambahn- und -rückreise machbar.

Informationen: [stubaier-hoehenweg.at](http://stubaier-hoehenweg.at) und [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com)



kamm und hüllen den Gipfel ein. Bergsteiger sollten erkennen, wenn die Natur es gut mit ihnen meint.

Einige Zeit später bin ich zurück am Simmingjöchl. Drahtseile helfen über die Steilstufe hinab, dann leitet der Höhenweg hinüber zur schön gelegenen Bremer Hütte (2413 m). Blicke ich über Nacht, könnte ich nachmittags noch auf die Innere Wetterspitze (3050 m) steigen und am nächsten Tag dem Stubaier Höhenweg weiter Richtung Innsbrucker Hütte

folgen. Doch ich habe heute noch einen weiten Weg vor mir. Hinter der fantastischen grünen Ebene beim Simmingsee führt der steile und teilweise sehr nasse Steig durch Latschen und Bergwald hinab in den Talboden bei der Laponessalm.

Die nun folgenden 13 Kilometer durch das Gschnitztal begeistern, überraschen, irritieren. Im Gschnitztal leben knapp 1700 Einwohner, im benachbarten Stubaital sind es 13.200. Viele Menschen arbeiten noch in der Landwirtschaft, weit mehr allerdings pendeln aus. So oder so ist der Tourismus Nebensache. Es gibt nur wenige Hotels, „Betrieb geschlossen“ steht am Eingang des großen Gasthofs Tiroler Berghof in Gschnitz. Eine eigentümliche, wie aus der Zeit gefallene Atmosphäre erfüllt den weiten, grünen Talboden, über dem im Norden wilde Kalkgebilde aufragen: Kalkwand, Torsäule, Ilmspitzen und Kirhdach – Berge wie in den Dolomiten.

Erst in Trins wird die Bebauung dichter. In einer der wenigen Pensionen nehme ich mir ein Zimmer, und am nächsten Morgen blicke ich vom oberen Ortsrand noch mal zurück auf die Bilderbuchlandschaft, die der Tourismus links bzw. rechts (je nach Fahrtrichtung auf der Brenner-Autobahn) liegen lässt. Auch die Lärchenwiesen des Pflutschbodens, gleich hinter dem Talausgang, sind die pure Idylle – für Schwerhörige: Unten dröhnt der Transitverkehr. Der schöne Trinser Steig, die alte Route zur Wallfahrtsstätte Maria Waldrast, durchquert den Bergwald oberhalb der Autobahn. Die Beschilderung ist gut, der Steig ist es oft nicht. Vielfach versperren umgestürzte Bäume den Weiterweg; sie wegzuräumen lohnt sich offenbar nicht mehr. Später trifft der Steig auf die asphaltierte Mautstraße von Matri. Wer geht schon zu Fuß, wo er auch mit dem

Auto wallfahren kann? Außerdem beginnt am Parkplatz des Servitenklosters Maria Waldrast die höchst beliebte Tour auf die Serles (2717 m).

Vorbei am Marienbrunnen, gelobt sein kühles Wasser, wandere ich über den Sattel hinab ins Stubaital. Die letzte Schlüsselstelle der Tour ist entschärft: Ein Fußgänger-Tunnel bringt mich unter der Landesstraße sicher auf die andere Seite nach Fulpmes und zum Bahnhof. Die Tram zum Innsbrucker Hauptbahnhof steht schon da und korrumpiert meinen Plan. Statt weitere vier bis fünf Stunden auf glühenden Sohlen zurückzulegen, verbringe ich die letzte Stunde sitzend im klimatisierten Wagen. Manche Pläne passt man besser an. ■



Wer zu Fuß kommt, staunt am längsten. **Axel Klemmer** (52) begegnete auf den allermeisten Wegen zwischen Innsbruck, Stubai und Gschnitz keinen anderen Menschen.



Bergausrüstung für Kinder

# ZWEI PAAR SOCKEN MEHR?

Manche Eltern schauen seltsam drein, wenn ein Kind in Jeans wandert. Denn nur Rabeneltern sparen das Geld für eine Funktionshose, die sogar himalayatauglich ist ... Unbestritten: Kinder brauchen zum Bergsteigen gute Ausrüstung. Die Frage ist nur, wo die Grenzen sind und wann es sinnvoll ist, Geld zu investieren.

Text und Fotos von Uli Wittmann

**E**in Bergschuh muss nicht gut aussehen, sondern passen!“, sagt der Verkäufer abschließend. Lange hat er mit einem Mädchen im Grundschulalter über die Farbe eines Bergschuhs diskutiert. Mit Straßenschuhen oder Outdoor-Sandalen in den Bergen zu wandern, das geht gar nicht – diese Tatsache haben mittlerweile die meisten Eltern kapiert und verinnerlicht. Doch wenn es um die Ausrüstung für den Nachwuchs geht, dann gibt es zwei Extreme: Die einen Eltern statten ihre Kinder mit den neuesten Dreilageng-Jacken aus, um dann im Chiemgau auf eine Alm zu wandern oder mit der Seilbahn zu einem Panoramaweg hochzugondeln. Für diese Investitionen haben sie ein gutes Argument: Das Kind hat nur mit hochwertiger Ausrüstung in den Bergen Spaß. Ganz anders verhalten sich die Wiederverwerter: Sie ziehen den Kindern Bergschuhe von den älteren Geschwistern an, Regenjacken oder Rucksäcke für den Nachwuchs kaufen sie auf dem Flohmarkt oder in Internet-Auktionsplattformen.

Benedikt Tröster, beim DAV-Partner Vaude für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zuständig, versucht die Motivation dieser sparenden Eltern nachzuvollziehen: „Manche Eltern scheuen sich vielleicht vor extra Bergausrüstung für Kinder, denn man kann sie wegen des schnellen Größenwachstums nur begrenzte Zeit nutzen. Gerade beim Bergsteigen kann aber die Verletzungsfahrer steigen, wenn Kinder nicht optimal passende Ausrüstung benutzen. Und die Gefahr ist groß, dass die Kinder den Spaß am Bergsteigen verlieren. Die Anschaf-

Nicht für jede Tour brauchen Kinder die teuerste Hightech-Ausrüstung. Aber sie kann beitragen, die Freude an der Familientour zu erhalten.



fungskosten relativieren sich, wenn man die Ausrüstung an Geschwister oder Bekannte ‚vererben‘ kann. Bei Bekleidung (nicht bei PSA, also Sicherheitsausrüstung) auch am Secondhand-Markt. Es lohnt sich in jedem Fall, auf Qualität zu achten.“

### Wofür wird das Zeug gebraucht?

Wie so oft ist der Mittelweg sinnvoll. Eltern, die vor der Frage stehen: „Wanderkleidung wiederverwenden oder neue kaufen?“ sollten überlegen: Was unternehmen die Kinder in den Bergen? Wandern wir gemütlich zu einer urigen Alm oder kraxelt die Familie einen Klettersteig hoch? Dass selbst Jeans in den Bergen funktionieren können, bewies 1978 Bernd Kullmann, der spätere Geschäftsführer von Deuter, als er mit 24 Jahren und einer Levi’s auf den Mount Everest stieg. 100 Prozent Baum-

kann das Kind auch in einer Jeans wandern, in der es sich wohlfühlt.

### Damit der Schuh nicht drückt

Ganz anders ist es bei Bergschuhen: Was der großen Schwester oder dem älteren Bruder gepasst hat, muss für die jüngeren Geschwister noch lange nicht richtig sein. Schließlich hat jeder Mensch individuell geformte Füße. Außerdem sind die „vererbten“ Bergschuhe abgenutzt. „Bergschuhe, Schlafsack und Rucksack müssen passen. In einem der drei Dinge steckst du immer!“, sagte einst ein Ausbilder der Gebirgsjäger. Welcher Erwachsene ginge freiwillig mit Bergschuhen auf Tour, die zwei Nummern zu groß sind? Von den Kindern erwarten es aber manche Eltern. Geschätzt ist mindestens ein Drittel Kinder mit zu großen Schuhen unterwegs. „Dann ziehst du eben zwei

nächsten Jahre. Kinderfüße wachsen durchschnittlich um zwei Größen pro Jahr. Da muss man den Kompromiss zwischen Passform und Zuwachsmöglichkeit finden“, erklärt Alix von Melle, Achttausendererfahrene Pressefrau beim DAV-Partner Globetrotter Ausrüstung. „Wanderschuhe sollte man sowieso immer etwas größer kaufen, auch als Erwachsener: Der Fuß rutscht beim Bergabgehen minimal nach vorne – bei zu kleinen Schuhen können schmerzhaft Prellungen an den Zehen auftreten.“ Ein Problem ist, dass bei manchen Herstellern die Größenangaben vom tatsächlichen Maß abweichen. Auch verändert sich ein Kinderfuß mit den Jahren. Ein schmaler Fuß kann plötzlich breiter werden und das Kind benötigt einen Bergschuh von einem anderen Hersteller, dessen Leisten besser passt. Deshalb ist es wichtig, die Bergschuhe für die kleinen Alpinisten in einem Fachgeschäft zu kaufen; am besten mit Zeit und Ruhe.

### Tipps für die richtige Ausrüstung

- Gute Ausrüstung ist ein **Sicherheitsfaktor** und kann den Spaß erhalten.
- Auch Kinderausrüstung muss zum **Anspruch der Tour** passen.
- Bekleidung darf durchaus **Secondhand** oder „vererbt“ sein.
- **Schuhe** müssen passen; hier ist Sparen gesundheitsgefährdend.
- **Regenjacke?** Nass und kalt tötet die Lust auf Berge.
- **Sicherheitsausrüstung** muss passen und für Kinder ausgelegt sein.

wolle auf 8848 Meter Höhe. Seitdem hat sich bei der Outdoorbekleidung einiges getan. Heute bestehen Trekkinghosen für Kinder aus Mischgeweben: Das Material trocknet schneller, der Schweiß gelangt nach außen und die Hosen sind flexibler. Doch wenn die geplante Bergtour weniger anstrengend ist,

Paar Socken zusätzlich an!“ – der einstige Rat mancher Eltern bei zu großen Schuhen kann ein Leben lang nachwirken. Denn unpassende Schuhe können Füße schädigen und zu Gelenkproblemen führen.

„Eltern wollen Ausrüstung gerne auf Zuwachs kaufen, am besten gleich für die

### Sicher ins Steile

Kein Luxus, sondern Pflicht sind für Kinder spezielle Klettergurte. Alte Klettergurte ans Kind weiterzugeben statt zu entsorgen ist gefährlich: Zum einen, weil das Material altert – zehn Jahre gelten als Maximum,



wenn nicht Abrieb oder große Stürze ein noch früheres Aussondern nötig machen. Zum anderen, weil Kinder aus dem viel zu großen Erwachsenengurt herausrutschen können. Mittlerweile gibt es ausgereifte Klettergurte für Kinder, die auf deren besondere Anatomie zugeschnitten sind. Sie haben beispielsweise schmalere Gurtbänder oder speziell gepolsterte Beinschlaufen; der Anseilpunkt ist verstellbar und lässt sich perfekt zentrieren; Schnallen sind so konstruiert, dass sie sich selbst blockieren und ein Ausfädeln verhindern.

Alix von Melle von Globetrotter rät: „Ein Klettergurt muss nicht nur in der Länge passen, sondern auch in der Weite – da kann man nicht nur von Alter und Gewicht des Kindes ausgehen. Am besten probiert man Klettergurte in einer Hängevorrichtung aus, um den exakten Sitz und den Trage- und Hängekomfort zu prüfen.“ Auch Kletterhelme leben nicht ewig. Vor allem durch Umwelteinflüsse wie UV-Strahlung verliert das Material an Festigkeit. Wichtig ist eine gute Einstellbarkeit, damit der Helm dem Kind nicht dauernd ins Gesicht oder Genick rutscht. Ein weiteres Problem sind Klettersteigsets. Die ursprünglich für Erwachsene konzipierten Falldämpfer lösen beim leichteren Gewicht eines Kindes nicht aus, der Sturz wird knallhart abgebremst. Gute Fachhändler wissen, welche Bandfalldämpfer für Kinder geeignet sind. ([alpenverein.de](http://alpenverein.de) -> Bergsport -> Aktiv sein -> Klettersteiggehen)



Foto: Karli Schrag



Pfiffige Ausrüstung, zum Beispiel Skistöcke „wie die Großen“, macht stolz. Gute Regenkleidung hält trocken und lustig. Und ein spezifischer Kindergurt schützt das Leben.

### Was Papa recht ist ...

Während manche Erwachsene jeden Tag mit der Mount-Everest-tauglichen Dreilagenjacke in der Innenstadt oder vom Auto zum Büro unterwegs sind, müssen manche Kinder mit abgetragenen und undichten Regenjacken auskommen. „Viele Leute sagen, Kinder brauchen keine atmungsaktiven Materialien in ihrer Outdoor-Ausrüstung. Ich denke, das ist eine sehr seltsame und zynische Betrachtungsweise zur aktivsten Bevölkerungsschicht auf diesem

Planeten. Unsere Kinder verbringen den größten Teil ihrer täglichen Zeit nach dem Kindergarten oder der Vorschule im Freien. Jeder Erwachsene, der versucht, draußen körperlich aktiv zu sein, weiß, dass das ohne atmungsaktive Kleidung ungemütlich ist“, sagt Maria Frykman Forsberg, Gründerin der Kinder-Outdoormarke Isbjörn of Sweden. „Das Problem ist, dass Kinder sehr schnell aus Bekleidung hinauswachsen. In der Zwischenzeit müssen sie irgendwelchen Plunder anziehen. Diese kurzfristige Argumentation schadet der Entwicklung der Kinder: Viele hassen es, im Freien zu sein, und ich bin überzeugt, es kommt daher, weil sie in ihrer nicht so guten Kleidung frieren und schwitzen. Nass und kalt ist für niemanden inspirierend.“

Auch ein zu großer Rucksack kann Grund für nervende Quengelattacken am Berg sein – wieder am falschen Platz gespart. Hochwertige Kinderrucksäcke oder Outdoorbekleidung lassen sich problemlos weitergeben, denn sie sind auch langlebig, also auch eine gute Investition im Sinn der Nachhaltigkeit. Wer sein Kind vernünftig ausrüstet, macht ihm Freude und erspart sich selbst Ärger am Berg. Durch gute Pflege, wie regelmäßiges Imprägnieren von Regenjacken, verlängert sich die Nutzungsdauer der Outdoorbekleidung, und einer Kindheit voller guter Berg-Erlebnisse steht nichts mehr entgegen. Selbst Skitouren mit Kindern sind möglich, weil es von Contour den speziellen „StartUp Adapter“ gibt. So passen auch Kinderschuhe in die Bindung. Und ist die Familie erst am Berg gemeinsam unterwegs, dann gilt für Kinder und Erwachsene die alte Weisheit: „Ein Bergschuh muss nicht gut aussehen, sondern passen!“



Uli Wittmann ist mit seinen drei Töchtern das ganze Jahr in den Bergen unterwegs, schreibt Wanderbücher für Familien und hält auf seiner Website [kinderoutdoor.de](http://kinderoutdoor.de) noch viele Tipps bereit.

**LOWA**  
simply more...



FÜR KLEINE ABENTURER MIT GROSSEN ANSPRÜCHEN.  
KINDGERECHT BIS INS DETAIL.

INNOX GTX® MID JUNIOR | Kids [www.lowa.de](http://www.lowa.de)



Nass- und Gleitschneelawinen

# MANCHE LAWINEN MÖGEN'S WARM

Nassschneelawinen gehören zu den typischen Bildern auf Frühjahrsskitouren. Aber auch im Hochwinter gibt es Lawinen, die durch Schmelzprozesse ausgelöst werden. Christoph Mitterer (Text und Fotos) informiert über zwei Lawinenarten, die erst seit jüngerer Zeit differenziert betrachtet werden.

**D**ie Lawinensituation und -taktik im Frühjahr scheinen eigentlich ganz einfach: früh rauf und früh wieder zurück. Trägt die Schneedecke, ist alles gut. Bricht man aber ein, leidet das Skivergnügen, und es kann auch ganz schnell ganz gefährlich werden. Und obendrein kommen dann noch die alles fressenden Gleitschneemäuler und unberechenbaren Gleitschneelawinen dazu. Also doch nicht ganz so einfach? Kein Grund zur Panik: Auch gegen die weniger bekannten Nass- und Gleitschneelawinen sind taktische Kräuter gewachsen.

„Im Frühjahr müssen Osthänge zwingend vor zehn Uhr befahren werden, um den besten Firn zu erleben und wieder sicher ins Tal zu kommen!“, sagt eine alte Skitourenweisheit. Wie so viele der erfahrungsbasierten Erkenntnisse der alten Skihasen und -fuchsinnen ist auch diese nicht ganz daneben und tendenziell hilfreich. Über andere Sprüche kann man schmunzeln, und ein paar wenige sind schlicht und ergreifend falsch. Der Klassiker unter den falschen Hunden: „Der Hang unter einem offenen Gleitschneemaule ist entspannt und somit sicher“.

## Gleitschneelawinen

Kommt Schnee ins Gleiten, bilden sich so genannte Gleitschneemäuler. Das sind meist gut sichtbare, teilweise sehr mächtige Risse in der Schneedecke. Entgegen der oben zitierten „Weisheit“ sind solche Risse aber kein Zeichen für Sicherheit, sondern ein eindeutiges Alarmsignal. Denn diese offenen stehenden Risse zeigen, dass die Schneedecke in Bewegung ist: Sie kann jederzeit spontan (das ist das Fachwort für „ganz von selbst“) als Gleitschneelawine in die Tiefe rauschen. Wer da gerade seine Umkleipause unterm Gleitschneemaule veranstaltet

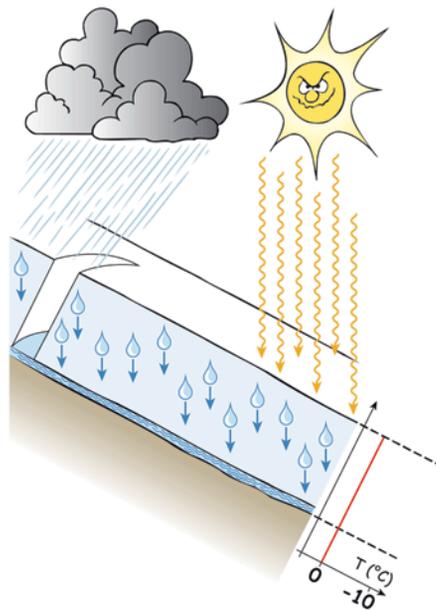
„Unter Schneemäulern ist der Hang entspannt“? Von wegen! Er kann jederzeit als Gleitschneelawine abgehen, wie neuere Untersuchungen gezeigt haben.

tet, wird womöglich mit ins Tal gerissen, ohne dass er was dazu getan hat. Einfach zur falschen Zeit am falschen Ort, denn der Abgangzeitpunkt einer Gleitschneelawine ist nicht vorhersehbar. Diese Lawinen entstehen auch bei allgemein stabilen Verhältnissen, am wärmsten und am kältesten Tag einer Saison, am Tag oder in der Nacht, genauso unberechenbar, wie ein Serac abbricht. Im Gegensatz zu trockenen Schneebrettlawinen, die fast immer von den Skifahrerinnen oder Snowboardern selbst ausgelöst werden, spielt die „Zusatzlast“ für die Auslösung von Gleitschneelawinen keine Rolle.

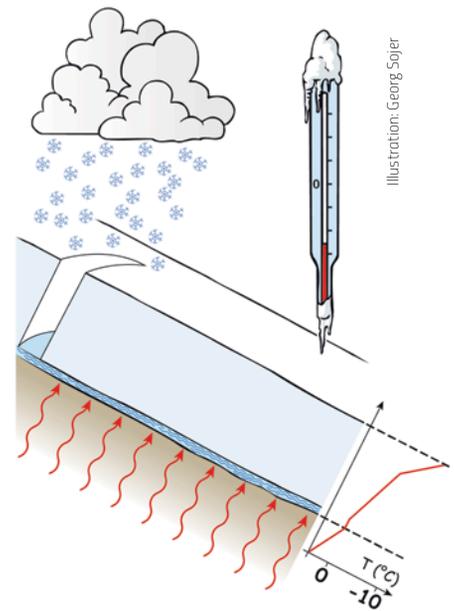
Die idealen Voraussetzungen für das Schneegleiten sind schon lange bekannt:

- > ein glatter Untergrund, meist niedergedrücktes Gras oder Felsplatten;
- > zumindest die unterste Schicht der Schneedecke muss nass sein;
- > viel Schnee ohne markante Schwachschicht.

Die erste Zutat bleibt jeden Winter mehr oder weniger gleich und wird vom Gelände vorgegeben. Die beiden anderen sind von Saison zu Saison unterschiedlich, was dazu führt, dass nicht immer Gleitschneelawinen auftreten. Entscheidend ist, was an der Grenzfläche zwischen Schneedecke und Boden passiert. Denn dort wirkt Was-



**Abb. 1: Warme Gleitschneelawinen:** Die gesamte Schneedecke ist isotherm. An der Schneeoberfläche entstandenes Schmelzwasser oder Regen sickert durch die komplette Schneedecke. Dieses Wasser staut sich am Übergang zum Boden und verringert die Reibung, die gesamte Schneedecke gleitet als Lawine ab. Diese Situation ist typisch im Frühling, bei Warmwettereinbrüchen oder nach Regen.



**Abb 2: Kalte Gleitschneelawinen,** typisch für Früh- und Hochwinter: Die ersten markanten Schneefälle der Saison decken den noch warmen Boden zu mit kalten Schneeschichten (markant unter 0°C). Nun schmilzt die Wärme des Bodens den bodennahen Schnee. Oder Wasser steigt kapillar aus dem Boden auf und durchfeuchtet ihn. In beiden Fällen bildet sich so die Gleit-Schmierschicht für die Lawine.

ser wie ein Schmiermittel und setzt die Reibung zwischen Boden und Schneedecke herab. Der viele Schnee darüber drückt auf das Schmiermittel aus Schneematsch, und die ganze Schneetafel setzt sich langsam in Bewegung – ein Gleitschneemaule geht auf. Wird die Schneetafel nicht von unten gestützt oder steilt das Gelände noch mehr auf, gibt es irgendwann kein

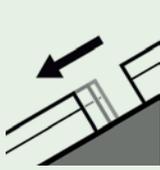
Halten mehr: Eine Gleitschneelawine geht ab. Die Wahrscheinlichkeit des Lawinenabgangs steigt mit fortschreitender Gleitbewegung, also je schneller das Maul aufgeht. Bleibt die Frage, woher das Wasser an der Grenzschicht kommt. Da gibt es zwei Möglichkeiten: entweder von oben oder von unten.

Von oben kann Schmelzwasser oder Regen durch die Schneedecke fließen und wird am weniger durchlässigen Boden aufgestaut, wo es die beschriebene Gleit-Schmierschicht bildet. Gleitschneelawinen,



**Gleitschneelawinen** können sich unberechenbar jederzeit lösen. Die gesamte Schneedecke gleitet auf dem Boden ab und nimmt alles unterhalb Liegende mit.

## Ähnlich und doch unterschiedlich

	 <b>Gleitschneelawinen</b>	 <b>Nassschneelawinen</b>
<b>Merkmale</b>	Die gesamte Schneedecke gleitet auf glattem Untergrund ab. Mächtige Schneedecken und starke Durchfeuchtung fördern Gleitschneezyklen.	Das Problem entsteht durch eine zunehmende Schwächung der Schneedecke durch Wassereintrag.
<b>Räumliche Verteilung</b>	Vorwiegend auf glattem Untergrund; häufig an ähnlichen Stellen	Meist abhängig von der Höhe und Hangausrichtung (Ausnahme: Regen)
<b>Auslösemechanismen</b>	Gleitschneelawinen werden aufgrund des Reibungsverlusts auf einer wassergesättigten Schicht zwischen Schneedecke und Boden ausgelöst.	Nasse Lockerschneelawinen entstehen, wenn jegliche Bindung in der Schneedecke verloren geht. Nasse Schneebrettlawinen entstehen durch Schwächung und einen Bruch in ehemaligen Schwachschichten. Am kritischsten ist die erste massive Durchfeuchtung.
<b>Verhalten</b>	Gleitschneerisse sind zwar einfach zu erkennen, ihr Abgangsverhalten ist aber nicht vorhersehbar. Nicht in der Nähe von Gleitschneerissen aufhalten. Lawinenauslaufbereiche beachten.	Nach einer kalten, klaren Nacht sind die Bedingungen am Morgen meist günstig. Nach warmen, bedeckten Nächten treten Nassschneelawinen bereits in der Frühe auf, bei Regen meist unmittelbar. Gutes Timing und eine gute Tourenplanung sind entscheidend. Lawinenauslaufbereiche beachten.

*Nach Mair und Nairz, 2015 bzw. EAWS*

die kurz nach einer warmen Wetterperiode oder Regen abgehen, kann man deshalb als warme Gleitschneelawinen bezeichnen (Abb. 1). Bei ihnen besteht ein klarer Zusammenhang zwischen hohen Lufttemperaturen und der Lawinenaktivität; sie sind deshalb im Frühjahr besonders häufig.

Aber auch im Winter, wenn es kalt ist, können Gleitschneelawinen entstehen. Die Feuchtigkeit, die die Gleitschicht am Boden bildet, kommt dann nicht von oben, sondern sie entsteht aus dem relativ wärmeren Boden (Abb. 2). Entweder wird im Boden gespeicherte Wärme an die Schneedecke abgegeben, die dann schmilzt. Oder Wasser aus dem noch feuchten Boden steigt kapil-

lar auf und wird in die untersten Zentimeter der Schneedecke gesogen. Beides passiert meist nach dem ersten heftigen Schneefall im Frühwinter (wie man es im Januar 2016 wieder erlebt hat): Alle Schichten bis auf die untersten, feuchten Zentimeter der Schneedecke sind trocken und weisen Minusgrade auf. Deshalb spricht man dann von einer kalten Gleitschneelawine.

Egal, ob kalte oder warme Gleitschneelawine: Bei der Routenplanung und während der Skitour sollte man Bereiche um offene

Gleitschneemäuler meiden und großen Abstand zu möglichen Auslaufbereichen dieser Lawinenart einhalten. Eine Brotzeit unter einem offenen Gleitschneemaule ist nie ratsam, wenn man nicht selber gefressen werden will.

### Nassschneelawinen

Es ist nicht gerade eine bahnbrechend neue Erkenntnis, dass nasse Lawinen häufig mit der Erwärmung im Frühling oder während Regenfällen auftreten. Versierte

**Nassschneelawinen** entstehen vor allem bei warmem Wetter. Sie erfassen die gesamte Schneedecke oder Teile und verbreitern sich manchmal auf dem Weg nach unten.



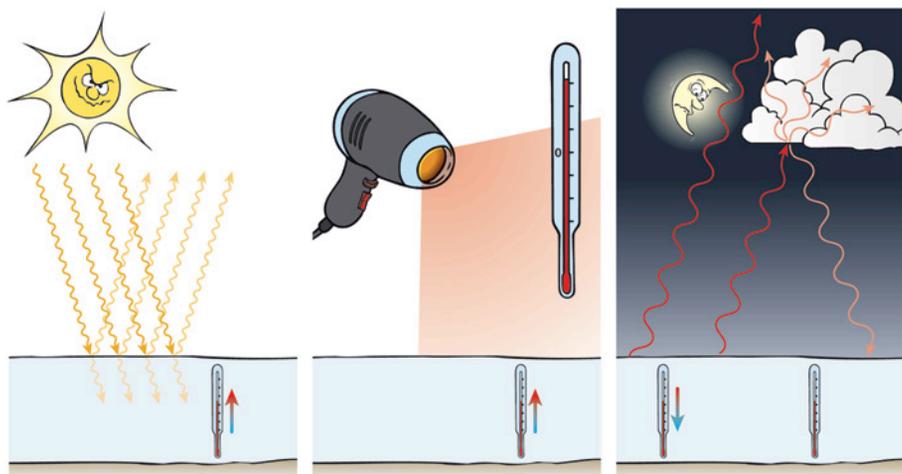
Skitourengänger haben sicher schon beobachtet, dass häufig viele nasse Lawinen in einem begrenzten Zeitraum abgehen. Fällt Regen auf die Schneedecke, so lassen die ersten Nassschneelawinen nicht lange auf sich warten. Auch warme, föhnige und sonnige Frühlingstage sind typische Termine für spontane Nassschneelawinen.

Dabei entscheiden kleine aber feine Unterschiede, ob der nasse Schnee stabil ist oder nicht. Wirklich kritisch sind die Verhältnisse oft nur kurz, doch zu diesen Zeiten ist die Lawinengefahr akut. Wieder spielt das Wasser die Hauptrolle. Wann und wie viel Wasser produziert wird, hängt ab von der Energiebilanz (Abb. 3) an der Schneeoberfläche, also dem Unterschied zwischen Energieeintrag und -abgabe.

Für den Energieeintrag (Erwärmung) ist die Sonnenstrahlung der wichtigste Faktor, auch wenn ein Teil davon reflektiert wird, vor allem auf sauber weißem Neuschnee. Der zweite bedeutende Energielieferant ist die (warme) Luft, vor allem wenn, zum Beispiel durch Föhnwind, immer neue warme Luft nachgeliefert wird. Auf der Verlustseite der Energiegleichung (Abkühlung) steht vor allem die langwellige Wärmeabstrahlung. Sie ist besonders stark in klaren Nächten, findet aber auch bei Tag statt. Wolken vermindern die Abstrahlung, egal ob tags oder nachts – eine Art Treibhauseffekt.

Überwiegt in dieser Energiebilanz der Verlust, sinkt die Temperatur der Schneeoberfläche und dann auch der Schneedecke. Überwiegt der Energieeintrag, wird der Schnee zuerst wärmer – wenn er 0°C erreicht, setzen Schmelzprozesse ein.

Das geschmolzene Wasser sickert nun von der Oberfläche in die Schneedecke ein und löst deren Zusammenhalt auf. Aus La-



**Abb. 3:** Die Energiebilanz an der Schneeoberfläche entscheidet über Nassschneelawinen. Der wesentliche Erwärmungsfaktor ist die Sonneneinstrahlung, auch wenn ein Teil davon reflektiert wird. Auch warme Luft, vor allem Föhn, trägt zur Erwärmung bei. Entscheidend für die Abkühlung ist die Abstrahlung, die bei klarem Nachthimmel maximal ist; Wolken mindern den Effekt.

winensicht gesehen: Das Wasser reduziert die Festigkeit. Ist die Durchfeuchtung so weit nach unten durchgedrungen, dass sie eine eingelagerte Schwachschicht erreicht – etwa „kantige Kristalle“ aus aufbauender Umwandlung –, so kann die durchfeuchtete Schneedecke bereits auf dieser Schwachschicht als „nasses Schneebrett“ abgleiten. Diese Gefahr ist am größten bei der ersten Durchfeuchtung.

Mit fortschreitendem Einsickern des Wassers wird ein immer größerer Teil der Schneedecke geschwächt. Damit können abgehende Lawinen immer mehr Schnee mitreißen und werden damit größer. Die kritische Phase hält an, bis das Wasser den Boden erreicht und die basalen Schichten der Schneedecke anfeuchtet. Befindet sich dort eine Schwachschicht, etwa ein Schwimmschneefundament, kann die gesamte Schneedecke auch auf dem Boden als „nasses Schneebrett“ abgehen. Wird keine Schwachschicht ausgelöst, kann eine völlig durchfeuchtete Schneedecke aber auch als „nasse Lockerschneelawine“ abgehen.

Das Ende einer Periode mit Nassschneelawinen wird eingeläutet, wenn kein zusätzliches Wasser mehr in die Schneedecke fließt, was meistens nach einer starken Ab-

kühlung der Fall ist. Die Gefahr geht dann langsam zurück und ist normalerweise nach etwa zwei bis drei Tagen ausgestanden. Eine Schneedecke, die einmal komplett durchfeuchtet war, aus der das freie Wasser abgelaufen ist (ein Zeichen dafür sind die wellenförmigen Abflussrinnen) und die nun durchgehend aus Schmelzformen besteht, ist dann relativ stabil.

Nassschneelawinen sind für Tourengänger nicht leicht vorherzusehen: Wann ist die Energiebilanz positiv? Wie viel Schmelzwasser dringt in die Schneedecke ein? Wo sind womöglich Schwachschichten verborgen, die bei Durchfeuchtung ausgelöst werden können? Wetterstationsgrafiken, vor allem der Parameter Oberflächentemperatur, liefern dazu gute Hinweise. Und wie so oft ist man gut beraten, die Empfehlungen des Lawinenlageberichts zu beachten! Oft werden sie auf die alte Weisheit hinauslaufen: bei Frühjahrs-Skitouren früh rauf und vor zehn wieder zurück. ■



**Christoph Mitterer** hat Geografie und Bodenphysik studiert und hat seit seiner Dissertation über Nassschneelawinen eine innige Beziehung zu den Feuchtgebieten der Schneedecke.

Fußgesundheit

# DEN RICHTIGEN GANG EINLEGEN

Falsche Bewegungsmuster beim Gehen tun nicht nur den Füßen weh, sie können auch Knie- und Rückenschmerzen verursachen. Wer seinen Füßen Achtsamkeit schenkt, schont Gelenke, Muskeln und Sehnen.

Text und Fotos von Thomas Rogall

**D**er Fuß ist ein empfindliches Wahrnehmungsorgan. Beim Gehen hinterlassen wir nicht nur einen – auf weichem Boden – sichtbaren Fußabdruck, auch im Fuß selbst entsteht ein Abdruck der Bewegung des Körpers, der dem Nervensystem genaue Auskunft über Balance und Stabilität gibt. Der Fuß ist deshalb mit etwa 75.000 Nervenenden besetzt, die für die Steuerung der Fußbewe-

gungen, vor allem aber für die Wahrnehmung von Kälte, Wärme, Schmerz und Druck zuständig sind.

## Flexibel und stabil

Unsere Füße sind anpassungsfähig und elastisch. Sie besitzen eine dicke Fettschicht zur Dämpfung auf der Unterseite und bestehen aus je 28 Knochen, die durch 33 Gelenke verbunden sind. Um bei Belas-

tung Stabilität zu geben, hat der Fuß ein Gewölbe, das wie eine Art Stoßdämpfer wirkt. Muskeln mit starken Sehnen, vielen Bändern und Bindegewebsfasern (Faszien) geben den Knochen des Gewölbes elastischen Halt, bei typischen Fußfehlstellungen wie Senk- und Plattfuß ist das Gewölbe stark abgesenkt.

Durch das Abbremsen bei der Landung des Fußes – besonders beim Bergabgehen

## Auf geht's zur Radrunde Allgäu.

Die Runde in die schönsten Ecken.

Flexible und selbsttragende Stütze: Das Fußgewölbe entsteht durch die spiralförmige Drehung der Fußwurzelknochen zu den Zehenknochen.



– und das Beschleunigen beim Abdrücken wirken extrem hohe Kräfte: bis zu einer Tonne bei schnellem Bergabgehen. Bei der stoßartigen Gewichtsaufnahme durch die Landung auf dem Boden gibt der Fuß ein wenig nach, wird größer und breiter. Der Druck wird durch das Bindegewebe (Sehnen, Bänder und Faszien) und Muskeln in Zug umgewandelt, die Füße müssen dadurch trotz der großen Kräfte nur sehr wenig Muskelkraft aufwenden.

Die Konstruktion des Fußgewölbes ist selbsttragend, allerdings sollte es während aller Schrittphasen gleichmäßig belastet werden, da es sonst seine Wirkung verliert und der Fuß sich mit den Jahren verformt. Stehen die kleinen Knochen der Füße ungünstig zueinander, können sich die kleinen Fußmuskeln und das dazugehörige Bindegewebe dauerhaft dehnen oder verkürzen und ihre Funktion nur schlecht erfüllen. Die Ferse dient dem Fuß als „Steuerruder“ für die gleichmäßige Belastung auf alle fünf Mittel- und Vorfußknochen mit den Zehen. Die Belastung des Fußes sollte bei der Bewegung des Körpers über dem Fuß immer zentriert auf alle Punkte der Fußsohle einwirken. Die Ferse darf nicht nach innen oder außen drehen und kippen, wie es etwa beim Knick-Senk-Spreizfuß oder Hohlfuß der Fall ist. Der Grund für eine Instabilität, kleine kurze „Wackler“ oder Kippbewegungen des Fußes, liegt an der Art und Weise, wie das Körpergewicht über den Füßen bewegt

wird. Häufig kippt und dreht der Rückfuß mit der Ferse zu stark nach innen und der Außenrand des Fußes mit der kleinen Zehe am Ende wird zu wenig belastet. Die Folge: Die kleine Zehe ist nach Jahren oft unter die vierte Zehe geraten oder nach oben gehalten und an der großen Zehe kann sich ein Hallux valgus (Abweichung der großen Zehe zur zweiten Zehe) bilden. Die Ferse dient aber auch als Ansatz der Achillessehne mit ihrer Verbindung zur starken Wadenmuskulatur. Kippt und wackelt die Ferse, können auch in den Sehnen und Muskeln des Unterschenkels Schmerzen auftreten, die entweder direkt zu einer Reizung der Sehnen führen oder in den Muskeln eine starke Verkrampfung auslösen.

### Richtig bergauf und bergab

Um eine möglichst ausgeglichene Belastung des gesamten Fußes zu erreichen, muss sich das Becken mit dem Fuß mitbewegen. Es dient als Schwungpendel zwischen beiden Beinen und sollte sich auf der sich nach vorne bewegenden Seite mit nach vorne drehen und auf der belasteten Seite nach hinten. Das fällt beim Bergaufgehen leichter, auf flachen Wegen ist die Mitbewegung des Beckens für viele Menschen oft schwieriger. Fuß und Knie zeigen geradeaus, da der Fuß als Hebel dient. Nach außen gedrehte Füße werden während der Abdruckphase sehr stark innen belastet, das Knie erfährt auf der Innenseite eine Dehnung und die Kniescheibe



Entdecken Sie Deutschlands außergewöhnlichsten Radfernweg: die Radrunde Allgäu. Gestalten Sie auf der über 450 km langen Runde, mit einzigartigen Querverbindungen, Ihre ganz persönliche Etappe. Jede auf ihre Weise landschaftlich und thematisch atemberaubend, von leicht bis anspruchsvoll. Weitere Infos: [www.radrunde-allgaeu.de](http://www.radrunde-allgaeu.de)



Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und den Europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums (ELER)

rutscht nach außen. Das führt längerfristig zur Schädigung der Knie, außerdem wird ein größerer muskulärer Kraftaufwand durch die Verkürzung des Hebels nötig.

Beim Bergaufgehen ist eine gute Streckung des hinteren Beines wichtig. Dazu sollte sich die Rückseite des Beines mit Achillessehne, Wade und Kniekehle in einem gut gedehnten Zustand befinden, und auch die Streckfähigkeit des Hüftgelenks ausreichend sein (siehe Bild). Das nach hinten unten gestreckte Bein wird vor dem Abdrücken in den elastischen Bindegewebsanteilen (Faszien und Sehnen) gedehnt. Es soll bei der Lösung des Fußes wie ein vorgespannter Bogen nach vorne und oben schwingen. Sie können Ihr Bein und Ihren Körper dann mit viel weniger Muskelkraft und weniger Energieverbrauch der Muskeln aufwärts bewegen.

Beim Bergabgehen sind die einwirkenden Kräfte auf den Fuß enorm hoch. Der Widerstand des Bodens, die Schwerkraft und die Abbremskräfte verlangen den Füßen alles ab. Achten Sie darauf, dass Füße und Knie am vorderen Bein und auch am hinteren



Gut bergab (l.): kleine Schritte, Füße zeigen nach vorn, Landung auf dem Vorfuß.  
Gut bergauf (r.): hinteres Bein gestreckt, Dehnung vor dem Abdrücken.

Bein möglichst geradeaus nach vorne zeigen. Der vordere Fuß sollte nicht auf der Ferse, sondern auf dem Vorfußballen landen, da Sie dann besser abfedern können und der Stoß auf das Knie geringer ausfällt. Sollten Ihre Kondition und Ihre Fähigkeit zur Balance gut sein, versuchen Sie bei jedem Schritt so wenig wie möglich abzubremesen. Dafür sind viele kleine Schritte günstig.

### Berg- und Barfußschuhe

Bergschuhe müssen an der Ferse gut sitzen, damit keine Blasen entstehen und der Fuß guten Halt hat, vorne sollte genügend Platz für die Zehen sein. Durch den guten

Komfort eines Bergschuhs mit passenden Socken erhöht sich allerdings die Gefahr, zu lange Schritte zu machen und den Stoß durch die Landung der Ferse auf dem Boden zu erhöhen. Achten Sie deshalb auf eine flächige weiche Landung von Ferse und Mittelfuß und hacken Sie die Ferse nicht in den Boden. So genannte „Barfußschuhe“ können zwischendurch eine gute Alternative sein, da der Fuß durch die dünne Sohle dem Boden näher und damit stabiler ist. Da die Fußsohlen sehr empfindlich sind, wird der Gang auch wesentlich vorsichtiger, schonender und weicher. Je nach Untergrund kommt es zum Wechsel zwischen einer Fersen- oder Vorfußlandung, da jeder kleine Stein sich unangenehm anfühlt. Mit diesem Schuh trainieren Sie Ihre Fußmuskulatur.

Bergschuhe und Barfußschuhe können auch abwechselnd getragen werden. Nach zwei Stunden im Bergschuh kann der Barfußschuh eine Wohltat sein, nach weiteren zwei Stunden kann wieder gewechselt werden, da der Fußmuskulatur viel abverlangt wird und die Gehgeschwindigkeit abnimmt. Beide Schuharten bieten Vor- und Nachteile, die Verwendung ist natürlich auch geländeabhängig. Und auch Barfußschuhe können bei zu langem Gebrauch und untrainierter Muskulatur zu Problemen an den Füßen führen. ■

### Erste Hilfe für die Füße



#### KÜHLUNG

Wenn die Füße durch langes Gehen warm werden und brennen, hilft eine kurze Kühlung im Bach oder im Schnee. Längere Kühlung ist nur bei einer akuten Verletzung hilfreich, bei länger andauernden Schwellungen hilft eine Quarkauflage (30 Minuten).

#### MASSAGE

Massagen mit einem Igel- oder Noppenball entspannen die Füße nach langen Touren oder Routen in engen Kletterschuhen. Mit dem Fuß auf den Ball stellen, Fuß und Knie zeigen geradeaus. Körpergewicht deutlich auf den Ball verlagern, die Ferse steht zu Beginn auf dem Boden (siehe Bild). Den Fuß durch die Aktivität der Zehen- und Quergewölbemuskulatur sehr langsam über den Ball nach vorn ziehen, die Ferse wird durch die Bewegung je nach Größe von Fuß und Ball langsam den Boden verlassen. Das Körpergewicht soll gleichmäßig auf den Ball einwirken. Zum Schluss die Ferse massieren. Bei einem schmerzhaften Fersensporn oder anderen schmerzhaften Druckstellen unterhalb des Vorfußballens den Druck verringern oder Bereiche aussparen.



Thomas Rogall ist Physiotherapeut, Fachbuchautor (u.a. „Die Kunst des Gehens“) und Leiter der Fuß-Schule München. [fussschule.com](http://fussschule.com)

**THEMEN DIESER AUSGABE** Editorial; Wortschatz; Off Mountain S. 64 Halt finden S. 65 Check  
Your Risk: Risiko auf Rädern S. 67 Ein Verein zum Slacklining S. 68 Kinderseite, Gämschenklein S. 69  
Unkenrufe aus der Gletscherspalte; Erbse; Vorschau S. 70

# **jdav** KNOTENPUNKT.

MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2016/2

Weitere Themen:

CHECK YOUR RISK  
AUF DEM RAD

SLACKLINER IM VEREIN

UNKE AUF UND DAVON

GEMEINSAM  
NACH OBEN



# WELCOME!

Der Knotenpunkt steht dieses Mal unter dem Motto „Offenes Heft“ – offen für alle Themengebiete. Offenheit ist ein brandaktuelles Wort, wenn man an die Herausforderungen denkt, denen auch wir Bergsportler und Bergsportlerinnen angesichts so vieler Menschen auf der Flucht gegenüberstehen. Daher haben wir auch gleich ein passendes Thema zur Top Story gemacht. Vroni ist mit geflohenen Jugendlichen in Augsburg geklettert und erzählt, wie groß die integrative Wirkung des Klettersports sein kann. Offenheit beweist der Knotenpunkt auch gegenüber florierenden bergsportlichen Strömungen wie dem Slacklining. Johannes hat sich in seiner Wahlheimat Innsbruck auf die Spur der Tiroliner gemacht, eines Vereins von Tiroler Slacklinern. Stefanus hingegen beschäftigt sich mit seinem Lieblingsbergsportgerät und stellt die JDAV-Sommerinitiative „Check Your Risk Mountainbike“ vor. Fehlt nur noch, allen Lesern ein gerüttelt Maß an Offenheit mit auf den Weg zu wünschen – bei ihren bergsportlichen Ambitionen, aber auch für neue, bereichernde menschliche Begegnungen.



*Arnold Zimprich*  
ARNOLD ZIMPRICH

## WORTSCHATZ

### Deepline

Alle Rekorde aufgestellt, alle Ziele erreicht, alle Sportarten miteinander kombiniert – als Extremsportler hat man es heutzutage nicht leicht, sich noch etwas Neues einfallen zu lassen. Einige Slackliner haben es trotzdem geschafft. Sie begehen neuerdings so genannte Deeplines. Dazu steigen sie wie Speläologen in tiefe Höhlen und balancieren dort über hohe Highlines. Fertig ist die Deepline. (nbe)

## OFF MOUNTAIN



Für alle, die nicht nur beim Putzen gerne wischen und das Smartphone einem Stapel Papier vorziehen, geht der Knotenpunkt mit der Zeit. Treue Leser und solche, die's noch werden wollen, finden den Knotenpunkt auch ... (uzw)

... **im Internet:** Auf [alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama) gibt es das E-Paper der aktuellen Panorama-Ausgabe. Wie vom Papier gewohnt, hat der Knotenpunkt darin seinen festen Platz. Schaut doch auch mal auf [jdav.de](http://jdav.de) vorbei. In der Infothek könnt ihr dort die Rubrik Knotenpunkt mit ergänzenden Infos und den alten Ausgaben entdecken.

... **auf dem Smartphone/Tablet:** Mit der Panorama-App (erhältlich für iOS und Android im App-Store und bei Google Play) habt ihr Panorama – und damit auch den Knotenpunkt – unterwegs überall dabei, selbst wenn ihr das Papierheft mal zu Hause vergessen habt. Außerdem könnt ihr in der App im Archiv stöbern.

... **real statt digital:** Und wenn du im wahren Leben Lust hast, den Knotenpunkt mit Bild, Schrift und Tat mitzugestalten, dann melde dich bei [knotenpunkt@alpenverein.de](mailto:knotenpunkt@alpenverein.de) zur Verstärkung unseres Teams. Ein Wohnort in München-Nähe wäre zwar von Vorteil, wir freuen uns aber über jedes neue Gesicht!

Bouldern, der pure Spaß an der Bewegung. Beim gegenseitigen Spotten erfahren die Flüchtlingskinder auch Fürsorge und Vertrauen.

**Titelbild:** Felicitas Joos

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

KLETTERN FÜR FLÜCHTLINGSKINDER

# HALT FINDEN

Im Boulderraum sind alle Hände weiß – und egal woher ein Kind kommt, es ist Teil einer Gruppe, wo sich jeder um den anderen kümmert.

© Felicitas Joos

Wie kann der DAV Flüchtlingen helfen? Diese Frage stellte sich nicht nur die Knotenpunkt-Redaktion. Acht sehr engagierte Mitglieder der Sektion Augsburg haben sich des Themas angenommen und die Initiative Inklusion Asyl ins Leben gerufen. Von VERONIKA TAFERTSHOFER.

**A**cht Kinder zwischen 8 und 12 Jahren aus dem Flüchtlingswohnheim in der Augsburger Schülestraße sitzen im Kreis und hören gespannt zu, was ihre Kletterbetreuer Klaus und Hubertus zu sagen haben. Kaum fällt das Wort „Bouldern“, bricht Jubel aus: „Jaaa!!!“; sie klatschen in die Hände und rennen los. Nur einer freut sich nicht so, er würde lieber mit Seil klettern, weil das doch beim letzten Treffen versprochen wurde. Leider sind heute zwei der Betreuer, die

die Kletternachmittage für Flüchtlingskinder organisieren, krank. So kommen auf einen Erwachsenen mehr als drei Kinder und das Programm muss kurzfristig geändert werden.

**Im Boulderraum** erklären Klaus und der Sozialarbeiter Tobi anschaulich, worauf beim Klettern geachtet werden muss, um Verletzungen zu vermeiden. Immer wieder müssen sie zu Ruhe und Aufmerksamkeit mahnen; es dauert einige ▶

➤ Zeit, bis die Kinder sich zu Teams zusammengefunden haben, die sich gegenseitig spotten.

**Ein Junge erzählt**, dass er seit zehn Monaten in Deutschland ist. Die Familie stammt aus Syrien. Seine Schwester und zwei Brüder sind auch beim Klettern dabei. „Die Geschwister pushen sich gegenseitig beim Klettern“, erzählt Klaus, „nach dreimal klettern haben sie sich schon den Vorstieg zugetraut.“ Nächsten Samstag dürfen ein paar der Kinder sogar bei der LEW Challenge teilnehmen, einem lokalen Kletterwettbewerb. Eine Chance für die Flüchtlingskinder, Kontakt zu Kindern aus den festen DAV-Jugendgruppen aufzunehmen. Die Betreuer hoffen, dass auch die Eltern zu dieser Veranstaltung mitkommen und so den Verein und seine Aktivitäten kennenlernen. Denn nicht nur die Kinder und Jugendlichen sollten möglichst dauerhaft dabei bleiben und sich in die bestehenden Gruppen der Sektion eingliedern. Inklusion betrifft die ganze Familie.

den. Die Initiative nimmt sich auch für den kommenden Sommer einiges vor, etwa ein einwöchiges Sommercamp für die Kinder und Jugendlichen. Die genauen Angebote und Inhalte stehen allerdings noch in den Sternen.

**„Jetzt gibt es erst mal ein Bier“**, sagt Klaus mit einem Lächeln, als die Kinder wieder in ihr fremdes Zuhause im Wohnheim gegangen sind. Die Gruppenarbeit mit den Flüchtlingskindern macht Klaus und Hubertus viel Freude – auch wenn die Aufsicht manchmal schwierig ist, wegen der unterschiedlichen Mentalitäten und kulturellen Hintergründe, und weil die meisten Familien in sehr beengten Wohnsituationen leben müssen. Verständigungsprobleme gibt es dagegen nicht. Die meisten Kinder sprechen schon nach kürzester Zeit fließend Deutsch.

**Den Organisatoren der Initiative Inklusion Asyl** ist es wichtig, dass die Kinder einen schönen Nachmittag verbringen.



Das gemeinsame Bouldern ist für viele der Kinder eine seltene Möglichkeit, sich mit Freude zu bewegen. Aber zuerst heißt es: Sicherheitsregeln anhören und beachten.  
© Felicitas Joos

**Raimund Mittler** ist Referent für Inklusion und Ehrenamt der Sektion Augsburg. Er sieht es als ihre gesellschaftliche Aufgabe, über die Kernkompetenz Bergsport hinaus in die Gesellschaft zu wirken. Der DAV ist schließlich neben dem Bundesliga-Fußballclub der größte Verein der Stadt und hat durchaus Einfluss. „Ich bin diesen Engagierten sehr dankbar. Auch der Vorstand unterstützt die Initiative, ideell und durch einen kleinen Etat.“

**Parallel zur Kinderklettergruppe** gibt es auch eine Gruppe für geflüchtete Jugendliche. Ende Januar ist für diese Gruppe ein Wintersportwochenende auf einer Hütte geplant: mit Schlitten und Schneeschuhen die Berge erkun-

den. „Wenn wir merken, dass eines der Kinder sich zurückzieht oder anders verhält, wegen negativer Erlebnisse in der Vergangenheit, würden wir psychologische Hilfe hinzuholen“, erzählt Klaus. Zwei Ehrenamtliche haben zur Weiterbildung schon ein Trauma-Seminar besucht.

**Der DAV Augsburg** organisiert nicht nur Freizeittreffs und Ausflüge. Über ihre Facebookseite rief die Sektion die Vereinsmitglieder auf, gebrauchte Fahrräder zu spenden. Damit konnte sie eine Radwerkstatt und anschließend einen Radfahrkurs für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge anbieten. Nun haben die Jugendlichen eine Möglichkeit, zu ihren Ausbildungsstellen zu gelangen.

CHECK YOUR RISK MTB

# RISIKO AUF RÄDERN



Was geht auf dem Bike, was geht nicht? Und wie gefährlich ist das Manöver? Die JDAV-Initiative Check Your Risk will Jugendlichen nun auch ein besseres Risikobewusstsein fürs Mountainbike vermitteln. Von STEFANUS STAHL

**CHECK  
YOUR  
RISK**

Stoppies (abruptes Bremsmanöver, bei dem das Hinterrad vom Boden abhebt), sondern soll das Risiko und Eventualitäten beim Scheitern durchdenken – und sich fragen: Was könnte im schlimmsten Fall passieren? Welche Hilfestellung könnte das Risiko verringern? Nik-

**D**ie Bremse quietscht, ein dumpfer Schlag, dann verdächtige Stille. „Verdammt, immer noch zu schnell“, schimpft Niklas, der sich gerade zum sechsten Mal über den Lenker seines Mountainbikes katapultiert hat. Nicht absichtlich, aber auch nicht ganz aus Versehen. Denn heute nehmen er und seine Mitschülerinnen teil an „Check Your Risk MTB“.

**Check Your Risk**, die Initiative der JDAV zur Lawinen-Prävention, ist seit Jahren erfolgreich an Schulen unterwegs und schafft den Spagat vom Klassenzimmer ins Gelände. Jetzt startet Check Your Risk auch im Sommer durch – aber in der warmen Jahreszeit sind nicht Skifahrer und Snowboarderinnen die Zielgruppe, sondern Mountainbiker!

**Um 8.15 Uhr** stehen die Trainer Toni und Michel auf dem Parkplatz der Montessori-Schule im oberbayerischen Biberker. Für die Schülerinnen und Schüler der achten und neunten Klasse ein guter Tag: Heute brauchen sie Fahrrad und Helm statt Schulbuch und Federmäppchen. Im Mittelpunkt steht dabei, anders als etwa bei einem Fahrtechnikkurs, die Frage nach dem eigenen Empfinden. So bekommt Niklas zunächst auch keine Tipps von Toni und Michel zum besseren Meistern des

Stoppies mit seinen sechs Abwürfen der Sturzfreudigste, und genau darum geht es: Bewusst provoziert und auf einer weichen Wiese ist das Risiko ein anderes als in einer exponierten Spitzkehre am Berg.

**Das gilt auch für die nächste Aufgabe im Wald:** blind fahren, geleitet nur von den Hinweisen eines Partners. Vorher sollen aber alle das Risiko dieser Aktion einschätzen: Mit geschlossenen Augen im Kreis stehend bewerten die Jugendlichen das Risiko durch ausgestreckte Finger. Ihre Einschätzung: drei bis fünf Finger, ziemlich riskant. Aber auch ziemlich interessant.

Während der Diskussion darüber greift die Gruppendynamik voll durch. Wer traut sich und wer nicht? Genau solche Prozesse stacheln häufig zu höherem Wagnis an – deshalb werden sie hier diskutiert.



## UND JETZT IHR!

Schulen, die Check Your Risk MTB für ihre Klassen durchführen wollen, können sich um einen Termin bewerben. [check-your-risk.de](http://check-your-risk.de)

**Gefährlicher als blind Fahrrad zu fahren** sind die Mitschüler, die nicht mitmachen: In der großen Pause beäugen sie die Bike-Gruppe teils neidisch, teils spöttisch: „Ich film euch jetzt, wie ihr hinfallt!“ Einen größeren Druck, jetzt bloß nicht zu kneifen, gibt es nicht – und auch keinen größeren Ansporn, die Übung souverän zu meistern. Stürze hin oder her: Erfolgserlebnis und Risiko in Einklang zu bringen, dafür steht Check Your Risk. Im Sommer wie im Winter.

Nur wer sich in Gefahrensituationen begibt, kann lernen, damit umzugehen. Aber am besten in kontrollierter Umgebung – wie bei den Check-Your-Risk-Kursen.

© Stefanus Stahl

TIROLINERS – EIN VEREIN ZUM SLACKLINEN

# „ALS VEREIN WERDEN WIR ZUM ANSPRECHPARTNER.“

## SLACKLINEN ORGANISIERT

Ursprünglich begann das Slacklining als Ausgleich zum Klettern im legendären Camp 4 im Yosemite-Nationalpark. Heute ist es eine erfolgreiche Trendsportart, die die fähigsten Körperakrobaten zu abenteuerlustigen Unternehmungen verführt. Die Tiroliners entstanden 2014 aus einer Gruppe, die sich vorher ohne offiziellen Rahmen zu unterschiedlichen Slackline-Aktionen getroffen hatte. Die Tiroliners sind einer von sechs Mitgliedsverbänden des Österreichischen Slackline Verbandes. Dieser und nationale Slacklineverbände aus Deutschland, der Schweiz und den USA gründeten im August 2015 die International Slackline Association. Ihr „Mission Statement“ ist, „die Slackline-Community zu unterstützen und entwickeln, Zugang zu schützen, Kommunikation und Informationsressourcen zu verbessern und die Sicherheit für alle Formen des Slacklinings weltweit zu steigern“.

[tiroliners.at](http://tiroliners.at), [slacklineinternational.org](http://slacklineinternational.org)



Die Tiroliners gehen gern in der Luft – aber ihr Obmann Wolfgang Reidlinger präsentiert den Verein auch auf Events wie der Innsbrucker Alpinmesse (l.).  
 © Johannes Branke, Tessi Weber

Slackliner – sind das nicht Freaks, die überall ihre Tanzseile spannen? Nicht nur! Mittlerweile gründen sogar auch sie Vereine. JOHANNES BRANKE unterhielt sich auf der Alpinmesse Innsbruck mit Wolfgang Reidlinger, dem Obmann der Tiroliners.

### Weshalb habt ihr, als freiheitsliebende Individualisten, ausgerechnet einen Verein gegründet?

Wir waren einige motivierte Slacker und wollten uns organisieren. Nicht um etwas einzuschränken oder zu limitieren! Die Vereinsstruktur bietet uns eine bessere Ausgangslage für Verhandlungen – zum Beispiel wenn es um Genehmigungen geht. Als Verein werden wir als Ansprechpartner wahrgenommen. So ergab sich auch die Möglichkeit, auf der Alpinmesse Innsbruck auftreten zu dürfen. Aktionen wie diese sind für uns auch ein neuer Weg, Nachwuchslinern Wissen zu vermitteln.

### Welche Vorteile bringt ein Verein sonst noch?

Es geht natürlich auch um Vernetzung mit Gleichgesinnten und Interessierten, um die Verbreitung von Slackline-Know-how und um eine Plattform für den Informationsaustausch über coole Spots und Erfahrungen. Auch die Nachfrage nach Slackline-Shows und Workshops können wir in der Vereinsstruktur besser befriedigen. Und wir können dank Mitglieds- und Sponsoring-Beiträgen das zum Teil teure Slackline-Material einkaufen, gemeinsam nutzen und auch verleihen.

### Ihr habt auch ein Statement zum Einbohren von Slackline-Spots abgegeben.

Wenn es um das Neuerschließen und Einbohren von Highline-Spots geht, ist es uns besonders wichtig, einen Konsens mit den beteiligten Parteien herzustellen. Grundsätzlich gehört dazu Respekt vor Natur, Landbesitzern und bestehenden Kletterrouten, und dass Bestimmungen, etwa zum Naturschutz, eingehalten werden.

### Gibt es etwas, auf das ihr besonders Rücksicht nehmen müsst?

Ja, durchaus. Es ist uns wichtig, mit den Rettungsleitstellen zu kommunizieren, da wir unsere Lines, die formal als „temporäre Flughindernisse“ gelten, ankündigen müssen, um Gefahren gering zu halten. ▲





# KRIEG UND FRIEDEN



© Georg Hohenester

Zur Zeit kommen viele Menschen aus Ländern zu uns, in denen Bürgerkrieg herrscht. Dass bei uns geschossen wird und Bomben fallen, können wir uns kaum vorstellen. Dabei sind auch in Europa noch Relikte aus vergangenen Kriegen zu sehen. In Deutschland stehen noch viele Bunker aus dem Zweiten Weltkrieg. Manche von ihnen wurden umfunktioniert – und dienen heute zum Beispiel als Kletterturm. In den Alpen wird sogar heutzutage noch scharf geschossen: Das Schweizer Militär zum Beispiel übt regelmäßig in den Bergen. Hinterher säumen Reste von Granaten oder Einschusslöcher im Altschnee die Wege. Der letzte Krieg in Europa fand Ende des 20. Jahrhunderts auf dem Balkan statt. Betroffen war auch Sarajevo, wo wenige Jahre zuvor Olympische Winterspiele stattgefunden hatten – eigentlich ein Symbol der Völkerverständigung. Noch heute warnen Reiseführer vor Minen im Gebiet rund um die ehemalige Skisprungschanze. So schränkt der Krieg auch zwanzig Jahre nach seinem Ende noch die Freiheit der Menschen ein. (der)

## UND JETZT DU!

Welche Spuren vergangener Zeiten haben dich schon mal nachdenklich gemacht? Schick uns dein Erlebnis in Bild oder Text an [alpinkids@alpenverein.de](mailto:alpinkids@alpenverein.de)



## GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank





UNKENRUF AUS DER GLETSCHERSPALTE

# FLUCHT IN DIE BERGE

„Des einen Freud, des anderen Leid“, sagt ein deutsches Sprichwort. Wie unangenehm wahr es sein kann. (teb)

**N**eulich brach ich zu einer Bergtour auf. Das Leben im Tal war aussichtslos und nicht mehr zu ertragen. Ein lang ersehnter Gipfel war mein Ziel. Auf Bildern sah er abschreckend aus und so unnahbar, dass es hirnrissig schien, von ihm zu träumen. Trotzdem: Dort oben zu stehen, musste einmalig sein. Menschen, die es geschafft hatten, sagten, dort wohne die Freiheit. Mein Entschluss stand fest. Du hast keine Chance; nutze sie!

**Meiner Familie sagte ich**, ich würde wiederkommen, nachdem ich den Gipfel erreicht hät-

te. Insgeheim hoffte ich, eines Tages gemeinsam mit ihnen oben zu stehen. Zuerst aber wollte ich es allein versuchen. Der Weg, das hatte ich gehört, war sehr gefährlich. Ein Führer versprach mir Hilfe. Er nahm meine Ersparnisse und sagte: „Das ist aber keine Garantie, dass du es schaffst.“ Was blieb mir anderes übrig? Wir machten uns auf den Weg.

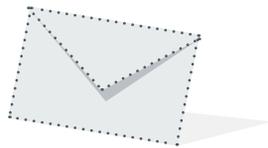
**In einer Hütte wollten wir schlafen.** Das ging nicht. „Es gibt eine Obergrenze“, sagte der Führer, „gerade sind alle Lager voll.“ Wie viele andere schliefen wir draußen, ich fro, war glück-

lich. Anderntags betraten wir einen Gletscher. „Die Spalten sind gefährlich“, sagte der Führer, „hier sind schon viele umgekommen.“

**Mit letzter Kraft** erreichte ich den Gipfel. Die Aussicht war großartig und die Freiheit auch. Viele Menschen waren da. Manche kamen auf uns zu und gratulierten uns, boten uns Tee an. Die meisten waren mit sich selbst beschäftigt, schauten höchstens verstohlen herüber. Andere blickten mürrisch drein. „Langsam echt zu viele“, murmelte einer. Vermutlich hätte er die ganze Freiheit lieber für sich allein gehabt. ▲



**Im nächsten Knotenpunkt:** Müll-Berge – wir nehmen nicht nur von den Bergen (Unberührtheit, Stille), wir geben auch einiges. Blicke auf ein vielseitiges Thema.



## DAV und Klimaschutz

**Geht's noch?** Mit Interesse habe ich die Broschüre „Klimawandel im Alpenraum“ und die letzten Beiträge in Panorama zum Klimawandel gelesen. Da ist von erhöhter Steinschlaggefahr die Rede, vom Verlust traditionsreicher Hoch- und Eistouren, von einer Verkürzung der Skitourensaison usw. Geht's noch? Während anderen Völkern demnächst die Lebensgrundlage abhandenkommt, machen wir uns Sorgen um unsere Freizeitbeschäftigung. Auch wundert mich, dass der DAV und hier v.a. der Summit Club nicht seine Fernflüge nach Chile, Nepal oder sonst wohin in Frage stellt oder wenigstens eine Kompensationsabgabe durch die Teilnehmer verlangt. Ich möchte hier nicht die Bemühungen der Naturschutzreferenten in Abrede stellen, die sich für umweltfreundliche Mobilität und umweltfreundlichen Alpensport starkmachen. Aber der Mensch wird immer den für sich bequemsten Weg gehen und den, den ihm der gesetzliche Spielraum lässt. Deshalb sollten unsere Aktivitäten eher dort ansetzen, wo die Politik Rahmenbedingungen schaffen kann, und das wäre u.a. bei der Einführung einer Kerosinsteuer, dem Ausstieg aus der Braunkohle, der Reduzierung der Abgaswerte bei Pkw und Lkw. Hier könnte der DAV als großer Verein in Deutschland seinen Einfluss geltend machen, und das bringt mehr, als sich im Klein-Klein zu verlieren. *Susanne Kückler*

## Neues Jahr, gutes Leben

DAV Panorama 1/2016, S. 3

**Vademecum** – Wenn die Zustände in Bolivien auch nicht als paradiesisch bezeichnet werden können, so spricht aus dem freundlichen Lächeln des abgebildeten Bolivianers unbeschreibliches Glück und Zufriedenheit. Buen vivir heißt auch, bescheiden sein und mit wenig auskommen können. Das haben die meisten in Europa seit dem Ende des Zweiten Weltkriegs verlernt. Überall jagt hier ein jeder nach mehr Reichtum, jeder hetzt allein hinter dem vermeintlichen Glück hinterher, anstatt, wie Sie schreiben, „in Vielfalt und Harmonie mit der Natur zusammenzuleben“. Möge dieser Artikel

als Vademecum jede neue Ausgabe von Panorama begleiten!  
*Manfred Virgils*

## Sexismus am Berg

DAV Panorama 1/2016, S. 79

**Frage der Wahrnehmung** – Endlich ein wunderbarer Artikel zum Thema und dann so ein Leserbrief. Er ist ein weiteres Zeugnis davon, wie Frauen am Berg wahrgenommen werden: Sie sollen sich wehren („auf die Finger hauen“), sich dankbar beschützen lassen („Warum ist der Autor nicht eingeschritten?“) und der Verschönerung der Berge dienen („Ich sehe gern junge Frauen am Gipfel!“). *Meike Jacobsen*

## Cooler Ernte im steilen Eis

DAV Panorama 1/2016, S. 48ff.

**Wer war Erster?** Wir waren 1994, 1999 und 2001 in Begleitung kasachischer Bergsteiger unterwegs im Zentralen Tianschan. Auch wenn wir andere Berge als den erwähnten Otkrytyi („Der Offene“) und den Trechglavyi („Dreikopf“) bestiegen haben, so sind sie (wie alle Gipfel in diesem relativ leicht zugänglichen Gebirgsteil) bereits in den sechziger und siebziger Jahren durch russische und kasachische Bergsteiger erstbestiegen worden. *Dr. Thomas Voigt*

*Anmerkung der Redaktion: Der Kader hatte vorab im Internet recherchiert und nur die Besteigung der Österreicher/Deutschen über eine andere Route gefunden. Grundsätzlich wurden im Artikel die möglichen Erstbegehungen des Expedkaders mit einem „wahrscheinlich“ versehen.*

## Hunde auf Pisten

DAV Panorama 1/2016, S. 43

**Gefahr** – Ihr habt natürlich vollkommen recht: Hunde gehören nicht auf Skipisten. Ich als rücksichtsvolle Hundebesitzerin denke darüber wahrscheinlich nicht anders als Nicht-Hundebesitzer. Der Hund stellt nicht nur ein Risiko für andere Skifahrer dar, sondern man setzt den Hund auch einer unkalkulierbaren Gefahr aus, der einen Zusammenstoß mit einem Skifahrer wohl nicht überleben würde. Allerdings schreibt ihr, dass Hundekot ein Risiko für Wei-

devieh darstellt. Da ich mich selbst mit dem Thema auseinandergesetzt habe, kann ich sagen: Die Infektion eines Hundes mit Neospora caninum kann nur wie folgt passieren: Ein Hund frisst die Nachgeburt einer bereits infizierten Kuh oder ein Jagdhund frisst Innereien von infiziertem Wild. *Andrea Hertl*

## Ein Verband voller Ideen

DAV Panorama 1/2016, S. 9

**Nicht willkommen** – Werte Damen und Herren vom DAV-Präsidium: Wieso glauben Sie, es für notwendig zu halten, die Mitglieder des Alpenvereins zu „Flüchtlingsunterhaltungs- und Bespaßungs-Aktionen“ zu motivieren? Ist es den Oberen des DAV entgangen, dass bei dieser Masseneinwanderung nicht mehr Willkommenskultur, sondern eine „Kultur der Vernunft“ angesagt ist? Oder wollen Sie mit dieser „Gutmensch“-Aufforderung vielleicht eine politische Richtung propagieren? Mit Sicherheit gibt es für einen Alpenverein Aufgaben, die prädestinierter sind, als sich auch noch beim Thema Flüchtlinge hervortun zu müssen. *Rudolf Helf jun.*

## Berichtigungen aus DAV Panorama 1/2016

- > Beim Hüttenwirtinnen-Porträt auf S. 94ff. hat ein aufmerksamer Leser hingewiesen, dass die Rüsselsheimer Hütte bis 2001 Neue Chemnitzer Hütte und die Ludwigsburger Hütte früher Lehnerjochhütte geheißen hat – wer noch mit alten Karten unterwegs ist. Außerdem heißt der Hüttenwirt der Rüsselsheimer Hütte Florian, nicht Daniel Kirschner.
- > Bei den Buchvorstellungen auf S. 80 waren die Angaben zum Bildband „Atem der Berge“ aus dem Bruckmann Verlag falsch. Er kostet € 49,99 (statt € 98,-) und hat 288 Seiten (statt 320).

## Gesucht/Gefunden

- > Kamera in einer schwarzen Fototasche der Marke Cullmann im Herbst 2015 auf dem Weg zur Ehrwalder Sonnenspitze verloren. [norbert.barf@gmx.de](mailto:norbert.barf@gmx.de)
- > LVS-Gerät am 30. Januar im Kleinwalsertal gefunden. [reinholdsteck@gmx.de](mailto:reinholdsteck@gmx.de)



# DAV SUMMIT CLUB

## UNSERE SCHÖNSTEN REISEN WELTWEIT

30 € Buchungsrabatt p. a. für DAV Mitglieder

**JETZT BUCHEN!**



## WANDERN IM BERCHTESGADENER LAND: DEUTSCHLAND ZWISCHEN UNTERSBERG UND WATZMANN

Es gehört zur bekanntesten und attraktivsten Alpenregion Deutschlands, das Berchtesgadener Land. Namen wie Königssee, St. Bartholomä, Watzmann und Kehlstein sind klingende Namen, sowohl für den geschichtlich Interessierten wie auch für den Bergwanderer. Zwei Wanderangebote stehen täglich zur Wahl und zwei Bergführer betreuen Sie auf den Touren zur Schellenberger Eishöhle, zum Salzburger Hochthron, zum Schneibstein, 2275 m, u.v.m. Natürlich dürfen eine Schifffahrt über den Königssee und der Watzmann, 2651 m, nicht fehlen. Im familiengeführten Drei-Sterne-Hotel Vier Jahreszeiten werden Sie sehr gut betreut. Es liegt im Ortszentrum und bietet Wellness und viele Einzelzimmer.

**Kurze Wanderung:** Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 x Hotel\*\*\* • 6 x Halbpension mit Tourentee • Transfers lt. Detailprogramm • Eintritte, Seilbahnen • Versicherungspaket\*

7 Tage

Termine: 24.07. | 14.08. | 04.09.2016

[www.dav-summit-club.de/TWBGD](http://www.dav-summit-club.de/TWBGD)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 840,-



## ROSENGARTEN, SCHLERN, LANGKOFEL: ITALIEN WANDERN IM ZENTRUM DER DOLOMITEN

Die Dolomiten werden aufgrund der weißen Farbe ihres Gesteins auch die „Bleichen Berge“ genannt. Bei dieser Wanderwoche werden einige Plätze der schönsten Dolomitenansagen erwandert, wie den Schlern, 2563 m, und die große Rosengarten-Durchquerung. Aber auch der Plattkofel, 2964 m, und die große Antermoja-Runde sind fantastische Ziele. Oberhalb der Seiser Alm, der größten Hochalm Europas, thront zwischen Schlern und Rosengarten die Tierser Alphütte, 2440 m. Die gastliche Hütte ist mit Zwei- und Vierbettzimmern ausgestattet und verfügt auch über einige Zweibettzimmer mit Dusche. Sie werden sich wie König Laurin fühlen!

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

DAV Summit Club Bergwanderführer • 6 x Hütte • 6 x Halbpension mit Tourentee • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Transfer am 5. Tag • Versicherungspaket\*

7 Tage

Termine: 19.06. | 26.06. | 10.07. | 17.07. | 31.07. | 07.08. | 14.08. | 28.08. | 04.09. | 11.09.2016

[www.dav-summit-club.de/HRTIE](http://www.dav-summit-club.de/HRTIE)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 670,-



## BERGWANDERUNGEN FÜR ITALIEN DREITAUSENDER-SAMMLER IM ORTLER-GEBIET

Die Zufallhütte ist nicht per Zufall, sondern durch langjährige vertrauensvolle Zusammenarbeit einer der bewährten Partner des DAV Summit Club: einfach eine komfortable Hütte mit gutem Essen. Außerdem stehen Wander-Dreitausender Spalier, wie die Vordere Rothspitze, die Hintere Schöntaufspitze und die Madritschspitze. Für Gletscherneulinge ist die Besteigung von Eisseespitze, 3230 m, und Cima Marmotta, 3330 m, eine neue Herausforderung. Dass das Gehen mit Steigeisen keine Hexerei ist, zeigt Ihnen Ihr Bergführer. Die Gletscherausrüstung liegt auf der Hütte bereit.

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

DAV Summit Club Bergführer • 6 x Hütte • 6 x Halbpension mit Tourentee/Tourenbrot • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungspaket\*

7 Tage

Termine: 26.06. | 10.07. | 24.07. | 07.08. | 21.08. | 04.09. | 11.09.2016

[www.dav-summit-club.de/HRZUF](http://www.dav-summit-club.de/HRZUF)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 550,-



## ALPENÜBERQUERUNG VOM KÖNIGSSEE BIS ZU DEN DREI ZINNEN

ALPEN

Sie wird immer beliebter und macht dem viel besuchten E5 richtig Konkurrenz. Kein Wunder, denn diese Alpenüberquerung beginnt in Berchtesgaden, dem berühmtesten Bergort Deutschlands. Die Schifffahrt über den Königssee mit der legendären Watzmann-Ostwand und der weithin sichtbaren Wallfahrtskapelle St. Bartholomä ist alleine schon eine Reise wert. Hier geht es aber erst richtig los: durch das Steinerner Meer, vorbei am Großglockner und über den Wiener Höhenweg hinüber nach Osttirol. Weitere Stationen sind das Deferegental mit dem Großen Degenhorn, 2946 m, und dann natürlich die Drei Zinnen – visueller Höhepunkt einer fantastischen Wanderreise! Einige Termine (\*) sogar mit Gepäcktransport.

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

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hotel, 4 × Hütte • 6 × Halbpension • Seilbahnen und Transfers • Busrückfahrt am 7. Tag • Gepäcktransport (\*) • Versicherungspaket\*

7 Tage

ab € 820,-

**Termine:** 02.07. | 09.07.\* | 16.07. | 30.07. | 06.08.\* | 13.08. | 28.08. | 03.09. | 10.09.2016\*

[www.dav-summit-club.de/AQBGD](http://www.dav-summit-club.de/AQBGD)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194



## GRANDE TRAVERSATA DELLE ALPI – ZU FUSS DURCH DEN WILDEN WESTEN DER ALPEN

ALPEN

Vom Schweizer Nufenen-Pass durch den italienischen Westalpenbogen bis ans Mittelmeer: die Route ist legendär, eine der abenteuerlichsten Alpendurchquerungen überhaupt. Aufgeteilt ist diese 60tägige Tour in 5 Teiletappen von 10 bis 16 Tagen Dauer. Unterwegs erleben Sie wilde Hochgebirgslandschaften mit Viertausender-Schau, archaische Walserdörfer und bizarre Felsformationen. Sie besteigen den Rocciamelone, 3538 m, höchsten Wallfahrtsberg Europas, besichtigen Sant'Anna di Vinadio, Europas höchstgelegenes Kloster und passieren die Fenestrelle im Val Chisone, die größte Gebirgsfestung Europas.

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

DAV Summit Club Kultur- und Bergwanderführer • Übernachtung in Hotels, Gasthöfen und Hütten • Halbpension • Gepäcktransport • Seilbahnen, Transfers und Eintritte lt. Detailprogramm • Versicherungspaket\*

10 – 16 Tage in 5 Etappen

ab € 1150,-

**Termine:** 03.07. | 11.07. | 22.07. | 04.08. | 16.08.2016

[bit.ly/DAVSCGTA](http://bit.ly/DAVSCGTA)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194



## GRUNDKURS KLETTERSTEIG AM HOHEN DACHSTEIN MIT TRAININGSKLETTERSTEIGEN

ÖSTERREICH

Man muss kein asketisches Kletter-Ass sein, um auf kühne Zacken zu steigen: Tausende von Klettersteigen führen heute durch die Wände der Alpen und ermöglichen es dem „Normal-Bergsteiger“ die Senkrechte zu erobern. Eine Freifahrkarte ins Abenteuer sind die Eisenwege jedoch nicht, denn die Klettersteig-Technik muss beherrscht werden. Schon der Aufstieg zur Hütte ist ein beeindruckendes Erlebnis. Ganz „by fair means“ wird der Rucksack getragen. Das Gelände um die Simonyhütte bietet nicht nur zahlreiche Klettersteige, sondern auch Klettergärten und Gletscher. Über allem thront der Hohe Dachstein, erklärtes Gipfelziel dieser Ausbildungswoche. Sicher einzigartig: eine überdachte Kletterhalle!

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

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension • Leihhausrüstung: Klettersteigausrüstung, Steigeisen • Versicherungspaket\*

7 Tage

ab € 730,-

**Termine:** 12.06. | 19.06. | 03.07. | 17.07. | 31.07. | 07.08. | 21.08. | 28.08. | 04.09.2016

[www.dav-summit-club.de/KGSIM](http://www.dav-summit-club.de/KGSIM)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194



## AUF KLASSISCHEN KLETTERSTEIGEN DURCH DIE BRENTA

ITALIEN

Die Brenta ist bekannt für ihre Klettersteige durch eine atemberaubende Landschaft. Luftige Felsbänder entlang senkrechter Wände ist das typische Markenzeichen. Herzstück ist die Begehung des Sentiero delle Bocchette, über das Rifugio Alimonta, 2580 m, zum Rifugio Agostini, 2410 m. Der Klettersteig der Superlative bietet alles, was das Herz eines Klettersteiggehers höher schlagen lässt: gesicherte Bänder, Klammern, kurze Gletscherpassagen und Leiterserien. Am Spallone dei Massodi, 3004 m, wird der höchste Punkt erreicht, hinauf führt die mit 20 Metern längste Leiter des Bocchette-Weges. Nach der gemütlichen Brente-Hütte wartet der Sentiero SOSAT, sicher der bekannteste der Brenta-Klettersteige.

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

DAV Summit Club Bergführer • 5 × Hütte • 5 × Halbpension • Leihhausrüstung: Klettersteigausrüstung • Versicherungspaket\*

6 Tage

ab € 720,-

**Termine:** 03.07. | 10.07. | 17.07. | 31.07. | 07.08. | 14.08. | 04.09.2016

[www.dav-summit-club.de/KSBRE](http://www.dav-summit-club.de/KSBRE)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194



## ALPNER BASISKURS – MIT SPASS UND FREUDE IN FELS UND EIS

ÖSTERREICH

Der Alpine Basiskurs ist für alle gedacht, die noch keine Hochgebirgs-erfahrung haben, oder die bisher nur auf leichten Wanderwegen unterwegs waren. In der Silvretta lernen Sie das Gehen im alpinen Gelände, am Gletscher und am Klettersteig. Ein Klettergarten in Hüttennähe ist ideal für die ersten Erfahrungen in der Senkrechten. Mit der richtigen Anseil- und Sicherungstechnik ist die Gletschertour zur Gemsspitze, 3114 m, ein Erlebnis. Auch die Besteigung des Pfannknecht, 2822 m, über einen Klettersteig ist Adrenalin pur. Ihr Bergführer ist immer dabei – mit Rat und Tat. Die Jamtalhütte ist eine der modernsten Hütten der Alpen mit komfortabler Ausstattung. Auf ins Hochgebirge – es macht richtig Spaß!

**Kondition** ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension • Rucksacktransport am An- und Abreisetag • Leih-ausrüstung: Alpinausrüstung • Versicherungspaket\*

7 Tage

**Termine:** 19.06. | 26.06. | 10.07. | 17.07. | 24.07. | 07.08. | 14.08. | 28.08. | 04.09. | 11.09.2016

[www.dav-summit-club.de/ABJAM](http://www.dav-summit-club.de/ABJAM)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 650,-



## GRUNDKURS FELS ALPIN MIT OPTION WATZMANN-OSTWAND

DEUTSCHLAND

Die gut geführte Blau-eishütte mit mehreren Klettergärten im Umfeld ist das perfekte Basislager für eine Alpin-Kletterausbildung. Von der Trittschulung, Knotenkunde, Anseilen, Seilkommandos bis zu Standplatzbau und Sicherungstechnik wird Ihnen das notwendige Wissen vermittelt, um erste leichte Klettertouren anschließend selbstständig durchführen zu können. Vorkenntnisse müssen Sie nicht mitbringen. Im Klettergarten üben Sie im Toprope verschiedene Klettertechniken und wenn alles passt, geht es in die ersten Meter im Vorstieg. Dazu lernen Sie noch das Abseilen und was es dabei zu beachten gilt.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Leih-ausrüstung: Kletterausrüstung inkl. Kletterschuhe • Versicherungspaket\*

7 Tage

**Termine:** 29.05. | 05.06. | 12.06. | 19.06. | 26.06. | 03.07. | 10.07. | 17.07. | 24.07. |

31.07. | 07.08. | 14.08. | 21.08. | 28.08. | 04.09. | 11.09. | 18.09.2016

[www.dav-summit-club.de/GFBLA](http://www.dav-summit-club.de/GFBLA)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 650,-



## GRUNDKURS EIS MIT BESTEIGUNG WILDSPITZE, 3772 m

ÖSTERREICH

Sie haben Bergwanderer-erfahrung und möchten nicht mehr am Gletscherrand umkehren? Sie reizt die Besteigung eines Drei- oder gar Viertausenders der Alpen? Unsere Grundkurse Eis vermitteln das grundlegende Know-how für Eis- und Gletschertouren: Trittschulung im wegs- losen Gelände, Bewegen auf Schneefeldern und auf dem Gletscher, Gehen in Seilschaften, das Abbremsen von Stürzen. Dazu trainieren Sie intensiv das Steigeisengehen und üben die Spaltenbergung, bevor das Erlern-te auf einer Hochtour umgesetzt wird. Das Taschachhaus ist alpenweit einer der Top-Stützpunkte für die Eisausbildung und modern ausgestattet.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leih-ausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungspaket\*

7 Tage

**Termine:** 12.06. | 19.06. | 26.06. | 03.07. | 10.07. | 17.07. | 24.07. | 31.07. |

07.08. | 14.08. | 21.08. | 28.08. | 04.09. | 11.09. | 18.09.2016

[www.dav-summit-club.de/GETAS](http://www.dav-summit-club.de/GETAS)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 750,-



## HOCHTOUREN-TRAINING IM WALLIS AN VIERTAUSENDER-GIPFELN

SCHWEIZ

Eine Hochtouren-Trainingswoche, die die Möglichkeit bietet, bereits vorhandene alpine Grundkenntnisse aufzufrischen und erste Hochtouren-erfahrung zu intensivieren. Technisch leichte Viertausender, rund um die bekannten Bergsteigerdörfer Zermatt und Saas Fee, wie Allalinhorn, 4027 m, Breithorn, 4164 m, und Strahlhorn, 4190 m, sind dafür hervorragende Ziele. Zuvor trainieren Sie auf dem Theodulgletscher u. a. sicheres Gehen auf Schnee und Eis, Anseilen, Steigeisengehen in der Vertikalzacken-Technik. Übernachtungen im Hotel und auf Hütten wechseln sich ab.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • Leih-ausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungspaket\*

7 Tage

**Termine:** 26.06. | 03.07. | 10.07. | 17.07. | 24.07. | 31.07. |

07.08. | 14.08. | 21.08. | 28.08. | 04.09.2016

[www.dav-summit-club.de/HOTWAL](http://www.dav-summit-club.de/HOTWAL)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194

ab € 590,-



Das „Original“ der Peaks of the Balkans-Touren!



## PEAKS OF THE BALKANS TRAIL – BERGTOUREN IM DREILÄNDERECK: ALBANIEN, KOSOVO UND MONTENEGRO

BALKAN

Ein langer, aussichtsreicher Wandertag durch die grandiose Bergwelt auf dem Peaks of the Balkans Trail nähert sich dem Ende. Müde, aber glücklich erreichen wir unsere Unterkunft. In einer einfachen Schäferhütte inmitten einer malerischen Hochalm gelegen, nehmen wir Quartier. Manol, der Schäfer, begrüßt uns herzlich. Die von der GIZ finanzierte Hüttenunterkunft mit Matratzenlager ist einfach, zählt aber auch zu den Highlights der Reise. Der neue Fernwanderweg führt durch das Grenzgebiet von Kosovo, Montenegro und Albanien. In nur zwölf Tagen wandern wir auf seinen schönsten Etappen. Dabei übernachten wir in landestypischen Hotels und freundlichen Familienpensionen und verbringen eine Nacht auf der Schäferhütte. Gastfreundschaft in den ursprünglichen Bergdörfern wird hier groß geschrieben. Zwei vom DAV Summit Club ausgebildete Kultur- und Bergwanderführer begleiten uns. Ein Kulturtag in Prizren und der Besuch des orthodoxen Klosters Visiko Decani runden das Programm ab. Erleben Sie mit uns eine der wohl letzten Wildnisse Europas und tauchen Sie in die faszinierende Bergwelt des Balkans ein!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

### LEISTUNGEN

DAV Summit Club Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland nach Pristina • 4 × Hotel im DZ, 6 × Gästehaus und 1 × Hütte im MBZ • Vollpension • Transfers, Bus- und Jeepfahrten, Eintrittsgebühren für Besichtigungen lt. Detailprogramm • Gepäcktransport • Versicherungspaket\*

12 Tage

ab € 1360,— ✈ ab € 1860,—

Termine: 09.07. | 23.07. | 06.08. | 20.08. | 03.09.2016

[www.dav-summit-club.de/BAPBT](http://www.dav-summit-club.de/BAPBT)

Buchungshotline: +49 89 642 40-116

## GEHEIMTIPP KORFU TRAIL: DURCH GRIECHENLANDS GRÜNSTE INSEL

GRIECHENLAND

Korfu gilt zu Recht als die grünste Insel Griechenlands: rosa blühende Judasbäume leuchten aus dem dunklen Grün der Wälder, ganze Berghänge werden vom Ginster gelb und von den Bodendeckern rosarot gefärbt. Der ungefähr 150 Kilometer lange Corfu-Trail gilt – noch! – als Geheimtipp. Er startet an den Weißen Klippen im äußersten Süden, durchquert das pittoreske Eiland und endet an der Steilküste beim Kap Agia Ekaterini im Norden in Sichtweite Albanien. Wir wandern durch wechselnde Landschaften mit tollen Ausblicken, streifen malerische Dörfer, byzantinische und venezianische Monumente und passieren wunderschöne, schier endlose Strände. Steige leiten über alte Maultierpfade, Feldwege und Pisten von Dorf zu Dorf. Wir kommen an abgelegenen Klöstern vorbei und genießen immer wieder einen fantastischen Blick auf das weite Ionische Meer. Der Korfu Trail meidet weitgehend Touristen-Hochburgen. Die Unterbringung erfolgt in kleinen, landestypischen Hotels und Apartments. Abends sitzen wir gemütlich in einer Taverne und genießen die leichte Brise vom Meer – eine Reise für Wanderfreunde, Naturliebhaber und Genießer!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

### LEISTUNGEN

DAV Summit Club Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland nach Korfu • 3 × Hotel/Pension im DZ und 4 × Hotel/Pension im MBZ • Halbpension • Transfers und Busfahrten lt. Detailprogramm • Gepäcktransport • Versicherungspaket\*

8 Tage

ab € 790,— ✈ ab € 1150,—

Termine: 24.05. | 20.09.2016

[www.dav-summit-club.de/GIKOR](http://www.dav-summit-club.de/GIKOR)

Buchungshotline: +49 89 642 40-116



Weitwanderung – Sie tragen nur Ihren Tagesrucksack!



Kilimandscharo und  
berühmte Nationalparks



## KIBO – DER KLASSIKER KOMBINATION FÜR FEINSCHMECKER MIT MOUNT MERU UND SAFARI

TANSANIA

Grandiose Tierwelt. Die Weite der Savanne. Sie haben die Feuchte des Regenwaldes gespürt und den Duft der Lobelien eingeatmet. Und unvergessliche Abende unter dem Sternenhimmel Ostafrikas verbracht. Dann die Mondlandschaft des Kilimandscharo – dass muss man erlebt haben! Vier Tage spannendes Hüttentrekking am Mount Meru; dann, bestens akklimatisiert – in fünf Tagen auf das „Dach Afrikas“. Mit Trägern, Küche, Zelt. Höchste Nacht auf 4703 Metern. Ihr tansanischer Bergwanderführer spricht Deutsch und kümmert sich um Permits und Sicherheitsausrüstung. Es erwarten Sie Gezeiten bis acht, am Kibo-Gipfel bis zwölf Stunden. Als Zugabe Löwe, Elefant, Nashorn & Co. in den schönsten Nationalparks. Drei Tage lang erstklassige Fotomotive im Tarangire-, Lake Manyara- und Ngorongoro-Schutzgebiet. Gipfelmöglichkeiten: Mount Meru, 4568 m, und der „Seven Summit“ Kilimandscharo, 5895 m.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

### LEISTUNGEN

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • Ethiopian Airlines Flug ab/bis Deutschland • 6 × Hotel/Lodge\*\*\* im DZ, 3 × Hütte im Lager, 4 × Zweipersonenzelt • Vollpension • Bus-, Jeep- und Safari-Fahrten • Nationalparkgebühren • Träger • Sicherheitsausrüstung wie INSP02 Oxygen System • Versicherungspaket\*

16 Tage

ab € 4495,-

Termine: 23.07. | 27.08. | 24.09. | 08.10. | 29.10. | 26.12.2016 und 18.02.2017

[www.dav-summit-club.de/TANAT](http://www.dav-summit-club.de/TANAT)

Buchungshotline: +49 89 642 40-132

## LODGE-TREKKING LADAKH ERLEBNISREICHE TAGE FÜR EINSTEIGER IM INDISCHEN HIMALAYA

INDIEN

Ladakh: Heimat der Einsiedler, der Mönche und Pilger, Refugium der vorbuddhistischen Bön-Religion und Rückzugsort tibetischer Kultur im Herzen des Himalaya. Auf dieser großartigen Kulturreise werden Sie Land und Leute intensiv kennen lernen. Sie wohnen bei Familien in landesüblichen Lodges und gewinnen tiefe Einblicke in eine faszinierende, fremde Welt. Von der Ruine des alten Königspalastes in Shey hoch über dem Indus-Tal hinein in archaische Landschaften, wo die Urkraft der Region zu spüren ist. Wie auf einer Zeitreise treten Sie ein in ein lebendiges Museum. Das Trekking ist technisch leicht und Sie überschreiten nur einmal die 4000-Meter-Marke. So entdecken Sie ohne Höhenprobleme die Heimat der Yaks, Schneeleoparden und Blauschafe. Zeitlose Welten hinter imposanten Schluchten und beeindruckenden Gebirgsbarrieren. Mit dem Weltkulturerbe der Klosterburg von Basgo und Indiens Metropole Delhi als Kontrapunkt.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

### LEISTUNGEN

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • Etihad Flug ab/bis Deutschland, Inlandsflüge • 1 × Hotel\*\*\*\* im DZ, 4 × Hotel\*\* im DZ, 6 × einfache Lodge/Homestay/Gästehaus im DZ • überwiegend Vollpension • Busfahrten • Besichtigungen • Rafting • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung wie Certec bag • Versicherungspaket\*

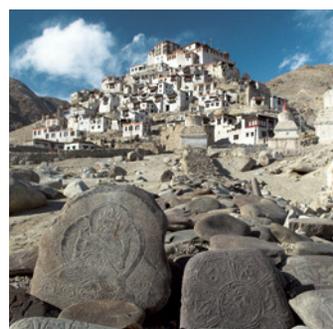
14 Tage

ab € 2245,-

Termine: 26.06. | 10.07. | 24.07. | 07.08. | 21.08. | 04.09. | 18.09.2016

[www.dav-summit-club.de/INL0D](http://www.dav-summit-club.de/INL0D)

Buchungshotline: +49 89 642 40-117





Auf den Spuren der großen Expeditionen

## LODGE-TREKKING: EVEREST BASECAMP UND KALA PATTAR DER KLASSIKER IM EVEREST-GEBIET

NEPAL

Aussichtskanzel Kala Pattar, 5545 m. Schneefahren über dem Everest. Und das einmalige Gefühl, dem höchsten Berg der Erde ganz nah zu sein. „Luftsprung“ nach Lukla, 2800 m, wo das Trekking startet. Entlang dem „Milchfluss“ Dudh Kosi wandern wir in den Everest-Nationalpark hinein. Rhododendren stehen im Frühjahr in Blüte. Gästehäuser bieten einfache Schlafsack-Unterkunft. Über die Hillary-Brücke erreichen wir die berühmten Sherpa-Klöster. Unser einheimischer Führer achtet darauf, dass wichtige Akklimatisationsstage eingehalten werden. Von der höchsten Lodge in Gorak Shep, 5200 m, besteigen Sie den Aussichtsberg Kala Pattar, 5545 m, und stehen dem Mount Everest direkt gegenüber. Rundum die Sieben- und Achtausender des Khumbu – was für eine Szenerie! Beim Abstecher ins Everest Basecamp kommt Expeditions-Feeling auf. Zwei Wochen spannendes Trekking mit Gehzeiten bis acht, ins Everest Basecamp bis neun Stunden.

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

### LEISTUNGEN

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • Etihad Flug ab/bis Deutschland, Inlandsflüge • 4 × Hotel\*\*\*\*\* im DZ, 11 × einfache Lodge im DZ, 2 × Lodge im Lager • überwiegend Halbpension • Busfahrten • Nationalparkgebühren, Trekking-Permit • Träger • Sicherheitsausrüstung wie Certec bag • Versicherungspaket\*

20 Tage

✈ ab € 2795,-

**Termine:** 12.04. | 05.10. | 12.10. | 20.10. | 26.10.2016 und 22.03. | 05.04.2017

[www.dav-summit-club.de/HIAHS](http://www.dav-summit-club.de/HIAHS)

Buchungshotline: +49 89 642 40-117

## KOMFORT-TREKKING: EVEREST SUMMIT LODGES TREKKING ZUM KLOSTER TENGPOCHE

NEPAL

„Pistare, pistare ...“ – langsam gewinnen wir an Höhe. Und genießen das Glücksgefühl, wenn die Eisriesen immer eindrucksvoller ins Bild treten. Der Klang von Trommeln und Muschelhörnern zerreißt die Stille. Bald ist das Sherpa-Kloster Tengpoche erreicht, 3870 Meter hoch gelegenes Naturmandala zu Füßen des markanten Sechstausenders Ama Dablam: Sehnsuchtsziel und Höhepunkt unseres Komfort-Trekkings durch das Everest-Gebiet. Neun Tage von Komfort-Lodge zu Komfort-Lodge mit höchster Nacht auf 3730 Metern. Zimmer mit Betten, Dusche, Warmwasser und WC. Mit Gehzeiten bis sechs Stunden und wichtigen Tagen zur Akklimatisierung. „Pistare, pistare ...“ – langsam gehen“, empfiehlt unser Guide. Schließlich betreten Sie den Gebetsraum mit Räucherstäbchen und Butterlampen und können vielleicht an einer Mönchs-Puja teilnehmen. Spektakulär ist die Sicht auf die Sieben- und Achtausender – mit dem Mount Everest an der Spitze.

**Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

### LEISTUNGEN

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • Etihad Flug ab/bis Deutschland, Inlandsflüge • 2 × Hotel\*\*\*\*\* im DZ, 11 × Hotel/Komfort-Lodge im DZ • überwiegend Halbpension • Busfahrten • Nationalparkgebühren, Trekking-Permit • Gepäcktransport mit Yaks • Sicherheitsausrüstung wie Certec bag • Versicherungspaket\*

16 Tage

✈ ab € 3375,-

**Termine:** 01.10. | 15.10. | 22.10. | 23.12.2016 und 11.3. | 25.3. | 08.04.2017

[www.dav-summit-club.de/HIESL](http://www.dav-summit-club.de/HIESL)

Buchungshotline: +49 89 642 40-117



Komfort-Trekking ohne Zelt und Schlafsack





Mit Bergführer auf Europas höchsten Gipfel

## BERGABENTEUER KAVKASUS MIT BESTEIGUNG ELBRUS, 5642 m EINER DER SEVEN SUMMITS

RUSSLAND

Wild und schroff schlängelt sich der Hochgebirgszug des Kaukasus vom Schwarzen zum Kaspischen Meer und bildet die Grenze zwischen Europa und Asien. Mittendrin thront der Elbrus, 5642 m, einer der Seven Summits. Über seine Flanken fließen mehr als siebenzig Gletscher zu Tal. Ein anspruchsvolles Hochtouren-Programm für erfahrene und konditionsstarke Bergsteiger, das mit der Besteigung des höchsten Berges Europas grandios abschließt. Auf abwechslungsreichen Wanderungen erklimmen Sie namhafte Dreitausender wie Pik Terskol und Pik Felsentiger. Die Touren zur Dieselhütte, 4060 m, und zum Pastuchov-Felsen, 4700 m, dienen der Akklimatisation. Geleitet werden die Kaukasus-Tage von einem Staatlich geprüften Berg- und Skiführer, der von einem einheimischen Bergführer unterstützt wird. Es erwarten Sie Gehzeiten zwischen vier und acht, am Gipfeltag bis zwölf Stunden. Ein rundes Programm, nicht nur für „Gipfelsammler“.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲



### LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer des DAV Summit Club • Aeroflot Flug ab/bis Frankfurt • 8 x Hotel im DZ, 3 x einfache Hütte im Lager/MBZ • überwiegend Vollpension, Halbpension in Nalchik • Bus- und Seilbahnfahrten laut Detailprogramm • Permit für die Elbrus-Besteigung • örtlicher Bergführer zur Unterstützung • Versicherungspaket\*

13 Tage

Termine: 16.07. | 06.08. | 20.08.2016

[www.dav-summit-club.de/RUKAU](http://www.dav-summit-club.de/RUKAU)

Buchungshotline: +49 89 642 40-132

ab € 2149,-

## CHIMBORAZO-BESTEIGUNG ALS TRAUMZIEL DER HÖCHSTE GIPFEL ECUADORS MIT AKKLIMATISATION AM CARIHUAYRAZO

ECUADOR

Der höchste Berg der Erde? Bereits vor Mitternacht sind wir in der Nacht im Schein der Stirnlampen aufgebrochen. Hartes Blankeis und Büßerschnee hatten den Aufstieg stellenweise erschwert. Jetzt sind es nur noch wenige Schritte, dann stehen wir auf dem höchsten Gipfel Ecuadors. Und blicken glücklich in die Runde der Vulkane. Für viele ist es der erste Erfolg an einem Sechstausender! Die hohen Fünftausender der Ostkordillere mit Sangay, Altar und Tungurahua grüßen im schönsten Fotolicht. Weiter im Norden präsentiert sich der dominante Cotopaxi. Am Abend sind Sie zurück im „Basislager“. Dort waren die komfortablen Hütten, idyllisch und einsam auf 4000 m gelegen, eine Woche lang „Drehscheibe“ für Akklimatisationstouren und spannende Ausflüge in die Umgebung. Es erwarten Sie Gehzeiten bis acht, am Chimborazo bis 14 Stunden. Gipfelmöglichkeiten: Carihuayrazo, 5020 m, und Chimborazo, 6310 m – vom Erdmittelpunkt aus gemessen der höchste Berge der Erde.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲



Hütten im Basislager mit Top-Komfort

### LEISTUNGEN

Englisch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • KLM Flug ab/bis Deutschland • 2 x Hotel\*\*\*\* im DZ, 1 x Hotel\*\*\*im DZ, 9 x Komfort-Hütte im DZ • überwiegend Vollpension • Sicherheitsausrüstung wie Certec bag • Versicherungspaket\*

14 Tage

Termine: 29.04. | 10.07. | 31.07. | 11.09. | 30.10. | 04.12. | 25.12.2016 und 29.01. | 23.04.2017

[www.dav-summit-club.de/ECGIP](http://www.dav-summit-club.de/ECGIP)

Buchungshotline: +49 89 642 40-132

ab € 3295,-





In einer Woche  
über die Alpen

## SUMMIT MOUNTAINBIKE TRANSALP-TOUREN: MIT LEICHEM GEPÄCK ÜBER DIE SCHÖNSTEN ALPENWEGE VON NORD NACH SÜD

Schotter knirscht unter den Rädern, der Atem wird schneller und wir spüren unseren Herzschlag. Nur noch zwei Kehren und der letzte Anstieg der Tagesetappe ist geschafft. Schnell die Windjacke aus dem Tagesrucksack, den Sattel tief und eine rauschende Abfahrt bringt uns bis zum Eingang der heutigen Unterkunft. Das Hauptgepäck ist schon da und es bleibt genügend Zeit, um vor dem Abendessen bei einer warmen Dusche oder einem kühlen Getränk auf der Sonnenterrasse zu entspannen. Der Tourenverlauf des Folgetages wird mit Ihrem Bike Guide besprochen und Sie starten bestens vorbereitet und ausgeruht in die nächste Etappe. Ohne Stress und mit viel Komfort schaffen Sie es so spielend über die Alpen. Ob von Garmisch über die Via Claudia Augusta an den Gardasee (RAMGAR), über die Julischen Alpen an die Adria (RAMSLO) oder auf technisch anspruchsvolleren Wegen durch die Dolomiten (RAMKAL), für jedes Können haben wir die passende Transalp-Strecke im Angebot.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

## UNSERE BELIEBTESTEN TRANSALP-TOUREN

**Garmisch – Gardasee** [www.dav-summit-club.de/RAMGAR](http://www.dav-summit-club.de/RAMGAR)

31.07. | 28.08.2016

7 Tage ab € 999,—

**Faaker See – Triest** [www.dav-summit-club.de/RAMSLO](http://www.dav-summit-club.de/RAMSLO)

11.06. | 20.08. | 03.09.2016

8 Tage ab € 1049,—

**St. Vigil – Gardasee** [www.dav-summit-club.de/RAMKAL](http://www.dav-summit-club.de/RAMKAL)

16.07. | 30.07. | 27.08.2016

8 Tage ab € 1129,—

### LEISTUNGEN:

DAV Summit Club Bike Guide • 6/7 × Hotel • 6/7 × Halbpension • täglicher Gepäcktransport • Bustransfer inklusive Radtransport zurück zum Ausgangsort • Reiserücktritt-/Abbruch-/Auslandsranken-/Haftpflcht-/Such-, Rettungs- und Bergungskostenversicherung

### 7/8 Tage

**Termine:** Juni bis September

[bit.ly/DAVSCTransalp](http://bit.ly/DAVSCTransalp)

Buchungshotline: +49 89 642 40-194



## DAV SUMMIT CLUB EXPEDITIONEN GUT VORBEREITET AUF DIE HOHEN BERGE DIESER WELT

WELTWEIT

Der Schnee knirscht unter den Sohlen, der Atem geht schwer, sonst Stille über dem schier unbegrenzten Horizont. Es sind nur noch ein paar Schritte bis zum nächsten Lager. Das Zelt steht bereits, der weitere Ablauf ist Routine. Schnell brummt der Kocher um die notwendige Flüssigkeit zu bereiten. Die Spannung steigt, morgen ist der große Tag, der Gipfel ist zum Greifen nah. Egal ob Vorbereitungstraining, Alpenexpedition, Trainingsexpedition oder doch gleich eine richtige Expedition. Mit dem DAV Summit Club gelingt der Einstieg auf dem für Sie richtigen Level, mit der notwendigen Unterstützung durch perfekte Organisation und unseren expeditionserfahrenen Staatlich geprüften Berg- und Skiführer.

Alle Infos und Details zu unseren Expeditionen finden Sie unter

[www.dav-summit-club.de/reisarten/expeditionen](http://www.dav-summit-club.de/reisarten/expeditionen)

Buchungshotline: +49 89 642 40-196

## DAS DAV SUMMIT CLUB VERSICHERUNGSPAKET\*

Bei fast allen Reisen des DAV Summit Club schließen wir automatisch ein komplettes Versicherungspaket bestehend aus Reiserücktritt-/Abbruch-/Auslandsranken-/Haftpflcht-/Such-, Rettungs- und Bergungskostenversicherung für Sie ab.

### DAV Summit Club GmbH

Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins

Am Perlacher Forst 186 | 81545 München

Telefon +49 89 6 42 40-0

[info@dav-summit-club.de](mailto:info@dav-summit-club.de)

[www.dav-summit-club.de](http://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](mailto:info@summit-reisebuero.de)





Fotos: Franziska Jaeger, Hannes Kraus, Henning Werth, Anette Lajane

Gebietsbetreuung in Bayern

# NAH AM MENSCHEN – NAH AN DER NATUR

Die hauptamtlichen Gebietsbetreuerinnen und Gebietsbetreuer sind „Mittler zwischen Mensch und Natur“. Als Ansprechpartner und Multiplikatoren sind sie vor Ort aktiv, forschen und informieren und schaffen damit ein besseres Verständnis für ökologisch sensible Regionen.

**D**ie Gebietsbetreuung in Bayern ist eine Besonderheit – und eine Erfolgsgeschichte: 37 engagierte Frauen und Männer kümmern sich auf rund zehn Prozent der Landesfläche um deren wertvollste Naturbereiche. In den Alpen und den Mittelgebirgen sind sie wichtige Partner des DAV, etwa bei der Umsetzung von Konzepten zur Besucherlenkung in sensiblen Gebieten (z.B.

„Klettern und Naturschutz“, „Natürlich auf Tour“).

Alles begann Ende 1997 mit der ersten „Gebietsbetreuung für das Ramsargebiet Ammersee“, ein artenreiches Schutzgebiet im oberbayerischen Voralpenland. Das Prinzip: eine fundierte fachliche Beratung und Information unter nicht staatlicher Trägerschaft. Dieses Modell überzeugte schnell auch politische Entscheider, wei-

tere hauptamtliche Gebietsbetreuungsstellen folgten. Als Träger fungieren heute Vereine, Verbände, Stiftungen, Naturparke und Landkreise. Das Aufgabenprofil von Gebietsbetreuern ist vielfältig: Sie machen Öffentlichkeitsarbeit und Umweltbildung. Denn wenn Besucher für die Natur sensibilisiert werden und dadurch Zusammenhänge und die Notwendigkeit von Schutz- und Pflegemaßnahmen verstehen,

Die 37 Gebietsbetreuerinnen und Gebietsbetreuer kümmern sich um die wertvollsten Naturräume Bayerns und sind wichtige Partner des DAV.



steigt auch die Akzeptanz für Einschränkungen. Die Betreuer beobachten und dokumentieren naturschutzfachliche Besonderheiten, erheben Daten zu geschützten Tier- und Pflanzenarten und beraten bei der Pflege von Schutzgebieten. Da sie keine hoheitlichen Befugnisse haben, sind sie meist als Vermittler zwischen Behörden, Eigentümern und Besuchern tätig und können durch fachliche Beratung zu Lösungen beitragen.

### Die Natur verstehen

Was zunächst sehr trocken und theoretisch klingt, wird praxisnah, sobald die Betreuer in die Natur ihrer Gebiete eintauchen: Wer Moorlandschaften gut kennt, weiß, dass die Entwässerung ihr Tod ist.

Wer die Vogelwelt am Ammersee beobachtet hat, kann sich den Vogelzug vorstellen, und wer den Adler über den Allgäuer Hochalpen kreisen sieht, weiß, dass dieser majestätische Vogel unseren Schutz benötigt. Nicht nur die Natur, auch die Besucher profitieren davon: Auf zahlreichen Exkursionen der BayernTourNatur ([tournatur.bayern.de](http://tournatur.bayern.de)) nehmen Gebietsbetreuer Interessierte mit nach draußen, zeigen ihnen die heimische Tier- und Pflanzenwelt und wecken Ver-

ständnis für die Belange der Natur. Die Finanzierung ist meist zweigeteilt: Rund 80 Prozent der Mittel zur Finanzierung der Gebietsbetreuung kommen derzeit aus dem Bayerischen Naturschutzfonds, den Rest übernehmen die Trägerorganisationen. Bis März 2018 sind die finanziellen Mittel gesichert – der DAV setzt sich dafür ein, auch danach die Finanzierung zu gewährleisten und die Erfolgsgeschichte dauerhaft fortzuschreiben. (ala/sr)

## Gebietsbetreuer im Interview



**HENNING WERTH,**  
Gebietsbetreuer Allgäuer Hochalpen

### Was ist Ihre Hauptaufgabe?

Oft entstehen Konflikte durch fehlendes Wissen über Vorkommen oder Gefährdung von Tieren und Pflanzen. Öffentlichkeitsarbeit und Beratung stehen daher im Vordergrund. Ich biete Führungen – auch für DAV-Sektionen – zu unterschiedlichsten Themen. Steinbock,

Steinadler oder andere Alpengvögel „live“ zu erleben, das wird gut angenommen von Gästen und überraschend vielen Einheimischen.

### Was war die schwierigste Aufgabe?

Die Erfassung des Birkhuhnbestands auf über 200 km<sup>2</sup> bei schwieriger Witterung und Lawinengefahr, das war eine große Herausforderung. Aber auch ein großer Erfolg: Wir konnten den größten zusammenhängenden Bestand in Bayern nachweisen und versuchen aktuell, mit den Behörden und anderen Beteiligten vor Ort, diese Art zu sichern. Eine Skigebietsverbindung am Riedberger Horn wäre deswegen fatal und würde unser Engagement konterkarieren.



**ANETTE LAFAIRE,**  
Gebietsbetreuerin Naturpark Oberer Bayerischer Wald Arrach-Lam-Lohberg

### Wie sieht Ihr typischer Arbeitstag aus?

Den gibt es kaum. Ab dem Frühjahr mache ich viele Führungen, aber auch regelmäßige Begehungen der Gebiete. Dabei erhebe ich Daten und erinnere Besucher schon auch mal an das Wegegebot im Naturpark. In der

etwas ruhigeren Zeit erstelle ich Informationsmaterialien wie Tafeln oder Flyer, halte Vorträge und erarbeite weitere Besucherlenkkonzepte.

### Was wünschen Sie sich von den Besuchern?

Dass meine Begeisterung für die Natur die Besucher ansteckt. Dass bei ihnen der Blick für die Natur geschärft wird und sie dadurch das Schützenswerte besser verstehen und im besten Fall dieses Verständnis auch an andere weitergeben. Schön ist es, wenn Touristen im nächsten Jahr wieder an einer Führung teilnehmen, weil es ihnen so gut gefallen hat und sie noch mehr erfahren wollen.

| Vom 28. Mai bis 5. Juni findet die „Woche der Gebietsbetreuer“ statt. Programm unter [naturschutzfonds.bayern.de](http://naturschutzfonds.bayern.de) -> Projekte -> Gebietsbetreuer |

# HÜTTENWIRT

## Hohenzollernhaus (2123 m): Wohlfühlhütte für die ganze Familie

Christine und Joe Waldner haben im Mai 2015 das Hohenzollernhaus der Sektion Starnberg im Radurschtal in den westlichen Ötztaler Alpen übernommen und starten dieses Jahr in ihre zweite Saison. In den Bergen haben sie aber schon davor gearbeitet, Christine hat im Sommer die Jausenstation einer Alm betreut, Joe war der Senner – ein guter Vorgeschmack auf das Leben als Hüttenwirte. Beide sind in und mit den Bergen aufgewachsen, Christines Vater hat auf verschiedenen Hütten in der Region gearbeitet und Joes Eltern haben einen landwirtschaftlichen Betrieb im Tal. Gäste finden mit leichten bis schwierigen Gipfelzielen auch einige Dreitausender in der direkten Umgebung (Nauderer Hennesiglspitze, 3045 m, 3 ½ Std., leicht; Wildnörderer, 3015 m, 3 ½ Std., Gipfelanstieg anspruchsvoll;

Glockturm, 3355 m, 4 Std. über Hüttekarferner, anspruchsvoll), schöne Rundwanderwege und Übergänge zu anderen Hütten wie dem Gepatschhaus (7 Std., anspruchsvoll). Für Familien ist ein Hüttenaufenthalt besonders empfehlenswert, schließlich ist das zu Fuß in eineinhalb Stunden erreichbare Hohenzollern-



Freuen sich auf ihre zweite Saison auf dem Hohenzollernhaus: Christine und Joe Waldner

haus eine ausgewiesene „familienfreundliche“ Hütte. Es gibt einen Kinderspielplatz, einen Übungsklettersteig und einen Skulpturenpark in der Nähe.

Aber auch viele Tagesgäste aus der Umgebung kehren bei Joe und Christine ein – mit gutem Grund. Die beiden machen bei der Alpenvereinskampagne „So schmecken die Berge“ mit und sind stolz, regionale Produkte unter anderem aus dem Betrieb der Eltern anzubieten. Die Bilanz der beiden jungen Wirtsleute nach der ersten Saison: Der Abstand zum Alltag im Tal und immer wieder neue Menschen kennenzulernen, das macht für sie das Arbeiten und Leben auf ihrer Hütte aus. red

| Die Hütte ist von Anfang Juni bis Anfang Oktober geöffnet. [hohenzollernhaus.at](http://hohenzollernhaus.at); [alpenverein-starnberg.de](http://alpenverein-starnberg.de) |

Fotos: Archiv Waldner, Michael Prötzel, Wolfgang Ehn, Marco Kost, Manfred Scheuermann



## MIT DER BAHN IN DIE BERGE

### Nagelfluhkette und Hörnergruppe – dem Himmel so nah!

Bei vielen mehrtägigen Gebirgsdurchquerungen mit unterschiedlichem Ausgangs- und Endpunkt sind öffentliche Verkehrsmittel die beste Art, an- und abzureisen.

Südlich des Bahnhofs Oberstaufen ragt mit der Nagelfluhkette ein echtes Prachtexemplar in Sachen „Bergtouren mit Bahn & Bus“ in den Himmel: Wer nur zwei Tage Zeit hat, kann zum Staufner Haus aufsteigen, die vielleicht schönste Kammwanderung des deutschen Alpenrands machen und danach direkt den Bahnhof von Immenstadt ansteuern. Bei guter Fernsicht bieten die Gipfel Hochgrat,

Rindalphorn und Co. ein unschlagbares Panorama vom Bodensee bis zur Zugspitze.

Hat man noch einen weiteren Tag Zeit, folgt man der Nagelfluhkette bis hinter den Stuiben und steigt dann nach rechts ins Gunzesrieder Tal ab, wo man entweder in der DAV-Selbstversorgerhütte „Altes Höfle“ oder in einem urigen Gasthaus übernachtet.

Auf der letzten Etappe wird schließlich die Hörnergruppe von Nord nach Süd über drei Gipfel durchquert – mit toller Aussicht auf das Illertal und die gegenüberliegende Nebelhorngruppe.



Reine Gehzeit:	1. Tag: 2 Std., 2. Tag: 5 ½ Std., 3. Tag: 4 ½ Std.
Höhendifferenz:	1. Tag: 800 Hm ↑ 2. Tag: 600 Hm ↑, 1300 Hm ↓ 3. Tag: 750 Hm ↑, 800 Hm ↓
Schwierigkeit:	mittel
Ausgangspunkt:	Hochgratbahn-Talstation
Endpunkt:	Bahnhof Immenstadt
Karte:	AV-Karte BY 1, Allgäuer Voralpen West



[alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com)

Detaillierte Tourenbeschreibung, mit Anreise, Fotos und Karten auf [bit.ly/1RWG9Hl](http://bit.ly/1RWG9Hl)

mpr

## Aktion Schutzwald

# 6100 Bäume, 12.000 Meter Weg

Umweltverschmutzung, Wildverbiss, Borkenkäferbefall und heftige Stürme setzen Wäldern stark zu. Hier setzt die Aktion Schutzwald an, die der Alpenverein zusammen mit den Bayerischen Staatsforsten und der Bayerischen Forstverwaltung seit mehr als 30 Jahren organisiert. 124 freiwillige Helferinnen und Helfer haben 2015 in fast 3900 Arbeitsstunden zwischen Sonthofen und Bad Reichenhall ihren Beitrag geleistet, um Siedlungsgebiete vor Gefahren wie Steinschlag, Muren, Felsstürzen, Lawinen oder Hochwasser zu schützen. Ohne Schutzwälder wären weite Teile der Bayerischen Alpen nicht bewohnbar. Letzten Sommer lag der Schwerpunkt der Arbeiten auf Steigbau und Steigsanierung, die Länge der angelegten und sanierten Steige war mit 12.000



Metern fast dreimal so hoch wie 2014. 2016 wird die Aktion fortgesetzt, Freiwillige ab 18 Jahren sollten trittsicher sein und feste Bergschuhe haben, da zum Teil in steilem Gelände und abseits der Wege gearbeitet wird. *red*

| Weitere Informationen und Anmeldung unter:  
[alpenverein.de/aktion-schutzwald](http://alpenverein.de/aktion-schutzwald) |

*Wer mehr weiß, nimmt mehr Rücksicht: Die Kampagne kommt gut an.*



## „Dein Freiraum. Mein Lebensraum.“

# Erste Erfolge

Verantwortungsvoll in der Natur unterwegs sein: Der Naturpark Nagelfluhkette in den Allgäuer Alpen setzt seit Herbst 2014 im Rahmen der Informations- und Sensibilisierungskampagne „Dein Freiraum. Mein Lebensraum.“ auf sanfte Besucherlenkung. Integriert ist die DAV-Kampagne

„Natürlich auf Tour“, die die Ergebnisse des Projektes „Skibergsteigen umweltfreundlich“ vermittelt.

Die Umsetzung in den Pilotgebieten des Naturparks ist nun abgeschlossen: 20 Übersichtstafeln und 75 Stopp-Tafeln, Flyer und Broschüren oder auch die Webseite [freiraum-lebensraum.info](http://freiraum-lebensraum.info) informieren Wintersportler und Wanderer;

für Schneeschuhgeher wurde ein Netz naturverträglicher Routen bestimmt. Erfreulich ist das erste Resümee der Gebietsbetreuer: Die Akzeptanz der empfohlenen Routen ist dank guter Information und Lenkung erkennbar gewachsen. Daher werden jetzt auch die restlichen Gebiete des Naturparks und voraussichtlich weitere Touren- und Wandergebiete des Oberallgäus in die Kampagne einbezogen. *ms*

## Klimaschutz

# CO<sub>2</sub>-Bilanz des Bundesverbands

Wie viel CO<sub>2</sub> verursachen eigentlich die DAV-Bundesgeschäftsstelle, das Alpine Museum und die Jugendbildungsstätte Bad Hindelang? Der DAV unterstützt nicht nur Sektionen beim Klimaschutz, sondern nimmt jetzt auch die eigenen Prozesse und Aktivitäten genauer unter die Lupe. Ein Ergebnis: Drucksachen wie Broschüren, Flyer, Plakate und auch Panorama wiegen mit 2800 Tonnen und damit 45 Prozent der CO<sub>2</sub>-Gesamtmenge pro Jahr besonders schwer. Eine Maßnahme halten Sie bereits in der Hand: Panorama ist seit 2016 einen Zentimeter weniger hoch und einen halben weniger breit, was in etwa 35 Tonnen Papier pro Jahr spart. *red*

| Weitere Ergebnisse unter [alpenverein.de/klimaschutz](http://alpenverein.de/klimaschutz) |



Fotos: Sabine Wimmer/DAV, privat

Alpines Museum und Bibliothek

# BERGE UND BEGEGNUNG(EN)

Alpines Museum und DAV-Bibliothek auf der Münchner Praterinsel werden besucherfreundlicher: Mit längeren Öffnungszeiten und mehr Service will das Haus stärker in der Stadt ankommen.

Von Christine Frühholz

**W**er in der weltweit größten Spezialbibliothek und Sammlung zur alpinen Kulturgeschichte stöbern und schmökern möchte, hat seit Anfang März einen neuen Zugang. Im wahrsten Sinne des Wortes: Nicht mehr über den Seiteneingang, sondern über den Museumseingang im Garten und den Lift im Foyer gelangen Bibliophile in den ersten Stock. Dort ist ebenfalls alles etwas anders: Der Leseraum ist wärmer, gemütlicher geworden, die bequemen Sessel laden zum Lesen und zum Verweilen ein. Auch deshalb, weil man jetzt sei-

ne Tasse Kaffee oder Tee aus dem Café Isarlust im Eingangsbereich mit nach oben nehmen kann. Und neben den zahlreichen Buchtiteln und Bergmagazinen auch die „Süddeutsche Zeitung“ bereitliegt.

## Lesen, leihen, erleben

„Café-Lounge“ statt Anlaufstelle für das alpinistisch ambitionierte Publikum? „Wir gehen mit unserem neuen Konzept weg von der reinen Mediennutzung und Recherche“, erklärt Andreas Kaiser, der Ressortleiter Bibliothek/Archiv der DAV-Bundesgeschäftsstelle. „Innerhalb der Stadt sind die Biblio-

thek und das Archiv des Deutschen Alpenvereins als feste Größen vor allem im Bereich der wissenschaftlichen Nutzung gesetzt. Die Bibliothek rückt aber immer mehr als Aufenthalts-, Erlebnis- und Kommunikationsort in das Interesse der Menschen.“ Um dieser gesellschaftlichen Entwicklung Rechnung zu tragen, hat sich schon einiges getan. „Es geht nicht darum, nur Informationen abzuholen, sondern auch um einen Austausch. Wie bei einer Bergtour, da gehört es ja auch dazu, sich danach auf der Hütte zusammzusetzen. Mit unserem neuen Gestaltungskonzept



Das Alpine Museum auf der Münchner Praterinsel; Friederike Kaiser, Geschäftsbereichsleiterin Kultur, und Andreas Kaiser, Ressortleiter Bibliothek/Archiv, erklären das neue Gestaltungskonzept.

## Geschichte des Alpen Museums

- > 1908 beschloss die DuOeAV-Generalversammlung die Gründung eines Alpen Museums am von der Stadt München zur unentgeltlichen Nutzung angebotenen Standort Praterinsel.
- > Die Bibliothek des DAV war bereits von 1909 bis 1913 Untermieter des Alpen Museums, dann ab 1950 ständig auf der Praterinsel.
- > Im Zweiten Weltkrieg wurde das Gebäude zerstört, nach dem Krieg als zentrales DAV-Verwaltungsgebäude genutzt.
- > In den 1990er Jahren wurden Rückforderungen der Stadt laut, weil sie die kulturelle Zweckbindung durch die Nutzung als Verwaltungsgebäude als nicht erfüllt sah. 1993 beschloss der DAV die Neuerrichtung des Museums, das 1996 zusammen mit der neu gestalteten DAV-Bibliothek eröffnet wurde.

wollen wir uns daran orientieren“, ergänzt Friederike Kaiser, die Geschäftsbereichsleiterin Kultur des DAV. Oder wie es Andreas Kaiser formuliert: „Es geht um ein schönes, aber auch inhaltsgetragenes Erlebnis alpiner Atmosphäre.“

Reinkommen und ankommen: Das gilt lange nicht nur für die Besucher von Museum und Bibliothek. Wegen des schönen Gartens direkt an der Isar und den bunten Liegestühlen gönnen sich hier im Sommer viele eine kleine Auszeit in der grünen Oase mitten in der Stadt. Sie kommen aber auch wegen der leckeren Kuchen. Und können sich künftig über einen kleinen, aber feinen Mittagsimbiss freuen; passend zum DAV werden hüttentypische Brotzeiten serviert. Warum sich auf der Praterinsel einiges geändert hat? „Konkreter Anlass für das neue Hauskonzept war die Überarbeitung der Dauerausstellung. Am Anfang stand die Überlegung, ob es überhaupt eine Dauerausstellung braucht oder ob es Alternativen gibt und man das Haus anders bespielen will“, so Friederike Kaiser. Dazu befragt wurden Sektionsvorstände, Mitglieder über das Internet und Besucher vor Ort.

### DAV-Kultur Hand in Hand

Heraus kamen drei prägnante Ergebnisse: Eine Dauerausstellung mit entsprechenden Objekten ist wichtig, ein größeres Café wünschenswert. Museum und Bibliothek sollten darüber hinaus enger verbun-

den werden, da Letztere in den Augen der Befragten zu wenig wahrgenommen würde. Es sei schade, dass man mit so einem Schmuckstück nicht mehr wuchere, laute der Tenor. Ein begründeter Einwand, schließlich befinden sich im Bestand der Bibliothek über 70.000 Medien – von der Geschichte des Alpinismus über das Hüttenkochbuch bis zu den aktuellsten Tourenführern. Alle Interessierten können Bücher vor Ort einsehen, DAV-Mitglieder können auch ausleihen; wer nicht aus München kommt, über eine Fernleihe per Post. Dass das Alpine Museum und die Bibliothek nach außen als stärkere Einheit auftreten, zeigt sich neben dem nun gemeinsamen Eingang auch in den Öffnungszeiten. Beide haben Dienstag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr geöffnet, in der Bibliothek gibt es wochentags den vollen Service, am Wochenende ist der Lesesaal geöffnet, wo inzwischen deutlich mehr Bücher im Präsenzbestand ausliegen. Neu ist auch ein abgetrennter Lesesaal für wissenschaftliche Recherchen und die Archivnutzung,

„Alpines Museum, Bibliothek und Archiv sind das kulturelle Zentrum des DAV, die Hüter des alpinen Vermächtnisses der letzten 250 Jahre. Durch das erweiterte Angebot wird das Haus des Alpinismus innerhalb der Stadt München erwachsener und vergleichbarer mit anderen Museen. Auch nach innen ist es eine Institution. Die hauptberuflichen Expertinnen und Experten sind Service-Stelle für Sektionen und wichtige Impulsgeber – von der Konzeption einer Ausstellung bis zum wichtigen Thema Archivierung und Digitalisierung. Das Haus ist ein gemeinsamer Ort für gemeinsames Gestalten, das wird die für 2017 geplante Ausstellung zu Hütten und Wegen zeigen, für die Sektionen und Bundesverband Hand in Hand arbeiten.“

**Melanie Grimm, DAV-Vizepräsidentin**



Zurück zum Gestaltungskonzept: Dem ersten Schritt mit einem zentralen Eingang, gemeinsamen Öffnungszeiten, der Umgestaltung des Lesesaals und dem erweiterten gastronomischen Angebot sollen weitere folgen. Diese gilt es im Rahmen einer Machbarkeitsstudie unter dem Kosten-Nutzen-Gesichtspunkt zu bewerten, denkbar sind ein weitaus größerer Leseraum, eine Dauerausstellung im ersten Stock, wodurch sich die Präsentationsfläche für Sonderausstellungen und der Servicebereich im Erdgeschoss vergrößern, und eine strengere räumliche Trennung von Verwaltungsräumen und Besucherbereichen. „Natürlich geht es auch um Konkurrenz. München hat so viele kulturelle Highlights, wir müssen schauen, mit vergleichsweise geringen Mitteln einen Teil des Publikums abzubekommen“, sagt Friederike Kaiser mit Blick auf die Zukunft. „Aber natürlich haben wir als Teil des Bundesverbands auch dort bestimmte Aufgaben – vor allem gegenüber den Sektionen. Denn Alpenvereinskultur passiert nicht nur zentral.“ ■

# Alpines Museum und Bibliothek des DAV

## SONDERAUSSTELLUNG

### > Über den Himalaya. Die Expedition der Brüder Schlagintweit nach Indien und Zentralasien 1854 bis 1858

Verlängert bis 26. Juni

Führung durch die Sonderausstellung

### > Über den Himalaya im Überblick

Samstag, 30. April, 15 Uhr

Kosten: € 4,- und ermäßigter Museumseintritt.  
Anmeldung nicht erforderlich

## VERANSTALTUNGEN

Kosten: € 8,-/€ 6,-. Anmeldung empfohlen

### > Krimifestival München im Alpinen Museum

Marc Ritter und CUS. Transalp  
Die Suche nach der aus der Münchner Staatsbibliothek gestohlenen Handschrift des Nibelungenlieds wird zu einer Jagd über den Alpenhauptkamm, von Hütte zu Hütte, über Gipfel und Steige. Das Besondere an diesem Buch: Die einzelnen Kapitel werden verbunden durch Rätsel, die sich im Roman

der geagte Kunsträuber, im wahren Leben der Rätselautor CUS hat einfallen lassen. Zum Krimifestival liest Marc Ritter, CUS wird – inkognito – anwesend sein.  
Freitag, 15. April, 19.30 Uhr

### > Buchpräsentation und Stadtwanderung

Gerhard Ongyerth. Münchner Bergführer  
Der erste Bergführer Münchens kennt sie alle: Stadtberge, Bergl und Berganstiege. Vor der Lesung nimmt der Autor Interessierte mit auf einen Stadtspaziergang zum Kobell-Denkmal. Siehe auch Buchvorstellung S. 87.

Donnerstag, 28. April 2016, 19.30 Uhr –  
Treffpunkt Spaziergang: 18.00 Uhr im Garten des Alpinen Museums

### Neue Öffnungszeiten und mehr Angebote im Alpinen Museum

Das Alpine Museum und die Bibliothek des Deutschen Alpenvereins auf der Münchner Praterinsel sind Dienstag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr geöffnet.

### > Stefan Hunstein. Entdeckerliteratur von Humboldt bis zur Gegenwart

Der Schauspieler und Künstler Stefan Hunstein liest aus den Werken klassischer und moderner Schriftsteller und Naturforscher.  
Donnerstag, 12. Mai, 19.30 Uhr

## INFORMATION UND ANMELDUNG

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

Tel.: 089/21 12 24-0

Fax: 089/21 12 24-40

alpines.museum@alpenverein.de

bibliothek@alpenverein.de

alpinen-museum.de

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Sonntag 10 - 18 Uhr

Online-Ausleihe: [opac.alpenverein.de](http://opac.alpenverein.de)

Buchrückgabe jederzeit über Bücherklappe

Gruppen können Führungen zu gesonderten Terminen buchen.

## Ausstellung Hütten und Wege: Objekte gesucht

Schon mit der Gründung von OeAV und DAV ist in den Statuten der Alpenvereine das Ziel fest verankert worden, die Kenntnisse über die Alpen zu erweitern, zu verbreiten und ihre Besteigung zu erleichtern. Damit wurden der Bau, der Erhalt und die Pflege von Hütten und Wegen eine zentrale Aufgabe des Alpenvereins und seiner Sektionen. Die Schutzhütten sind sein Markenzeichen, sie sind historische Zeugnisse, an denen sich Kulturgeschichte ablesen lässt. So gibt zum Beispiel keine Hütte ein besseres Zeugnis vom Selbstverständnis der Hauptstadtsektion Berlin als die aufwändig ausgestattete Berliner Hütte in den Zillertaler Alpen, die seit 1997 unter Denkmalschutz steht.

Passt gut in die Ausstellung: Hütteninventar wie das Modell vom Kreuzeckhaus (1906) oder der Waschtisch aus dem Gepsatschhaus.

Eine umfassende Darstellung oder Dokumentation, die sozial-, kultur- und baugeschichtliche Aspekte zu diesem Thema behandelt, existiert bislang allerdings nicht. Diese Lücke wird nun geschlossen: Ab Herbst 2016 gibt es zum Thema Hütten und Wege eine große Ausstellung, die zunächst in Innsbruck, dann ab 2017 im Alpinen Museum in München zu sehen sein wird. Die Ausstellung soll zusammen mit den Sektionen entstehen, am 24. und 25. Juni findet dazu

im Alpinen Museum in München ein Workshop statt. Bereits jetzt möchten wir Sie bitten, sich im Alpinen Museum zu melden, wenn Sie historische oder auch modernere Objekte von den Hütten aufbewahrt haben, zum Beispiel Hüttenmodelle, historische Fotografien, alte Gebrauchsgegenstände wie Kochgeschirr und Porzellan oder Dekorationen der Gaststuben. *red*

| Bitte wenden Sie sich an  
sabine.wimmer@alpenverein.de |



## Lockende Felsen: Nord und Süd

Das vermeintlich brettflache Niedersachsen kann eine erstaunlich große Zahl an Kletterfelsen vorweisen. Neben den Kalkfelsen des Weserberglands beschreibt nun der „Göttinger Wald“-Führer, mit dem der Panico Verlag konsequent seine Mittelgebirgsreihe fortsetzt, alle kletterbaren Sandsteinformationen rund um Göttingen und die Kalkfelsen der südlich davon gelegenen Hessischen Schweiz, insgesamt rund 700 Routen. Beibehalten ist die bei Panico übliche Gestaltung des Führers, der allerdings, anders als die beliebten Websites, nicht nur Tipps von Gelegenheitsbesuchern, sondern von Gebietskennern und Erschließern enthält, dazu Hinweise zu Konfliktsituationen mit den Waldbesitzern und natürlich schöne Kletterfotos mit flotten Sprüchen und heißen

Informationen zu den Besonderheiten der Region, wie dem so genannten „Türmeln“. Komplettiert hat der rührige Verlag mit Band 3 nun auch die Trilogie „Bayerische Alpen“. Damit ersetzt Markus Stadler seinen richtungsweisenden Sportkletterführer „Out of Rosenheim“ und erweitert schließlich den Westen um die Gebiete Bad Heilbrunn, Glaswand, Benediktenwand, Brauneck, Jachenau, Roß- und Buchstein, Leonhardstein, Schreistein und Krettenburg. Die angebotene Vielfalt an voralpinen Kalkfelsen, die sorgfältigen Hinweise auf Anfahrts- und Zustiegsmöglichkeiten und das breite Schwierigkeitsspektrum sollten eigentlich einen Massenansturm verhindern; garantiert doch bereits das Durchblättern der Führer ein anregendes (Berg-)Erlebnis. *hho*

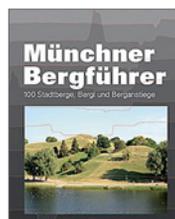


Peter Brunnert, Arne und Stephen Grage: **Göttinger Wald & Hessische Schweiz**. 2015, 224 S., € 24,80.

Markus Stadler: **Bayerische Alpen Band 3**. Von Bayrischzell bis Benediktbeuern. 2015, 328 S., € 29,80.

## Stadtberge

Der Geograf und Denkmalpfleger Gerhard Ongyerth hat das ultimative Nachschlagewerk zu allen Bergen, Hügeln, Hangkanten und Anstiegen auf Münchner Stadtgebiet verfasst. Ein inhaltlich und optisch ansprechendes Buch und wie ein „richtiger“ Bergführer mit Höhenprofilen und Tourenbeschreibungen ausgestattet. Die 100 Wanderungen sind nach den Höhenzügen der Stadt gegliedert, dazu gibt es stadtgeschichtliche Hintergründe und Zusammenhänge. *ak*



Gerhard Ongyerth: **Münchner Bergführer**. Franz Schiermeier Verlag 2015, 216 S., € 16,90. Buchpräsentation, s. Kasten links.

Life in the Woods“ von 1854 entlehnt, und der Name deutet es an: Es geht nicht um den schnellen Kick und Action, das Gesamterlebnis Natur steht im Vordergrund. In jeder Ausgabe gibt es leicht nachzumachende wie ungewöhnliche Inspirationen, zum Beispiel die Anleitung zum Kanubauen in nur elf Stunden. Auch die Aufmachung kann sich sehen lassen: Das Heft wurde mit dem German Design Award ausgezeichnet. *red*



Ausgabe 3 ab 29. April für € 7,50 im Zeitschriftenhandel erhältlich, Vorbestellung unter [walden-magazin.de](http://walden-magazin.de)

## Schutz vor der Natur

Schweiz, Prättigau, 20. Januar 1951, ein Samstag, halb zehn Uhr am Abend. Eine Lawine fegt über das Dorf St. Antönien, zerstört mehrere Wohnhäuser und kostet ein Menschenleben. Schnell werden Forderungen laut, der Wiederaufbau der zerstörten Häuser dürfe keinesfalls an derselben Stelle erfolgen. Die Umsiedelung hängt drohend über dem Dorf. Wer verlässt

schon einfach so seine Heimat – selbst wenn die Natur immer wieder ihre unberechenbare Seite zeigt? In der Walsersiedlung St. Antönien haben sie in den Wochen und Monaten nach dem Lawinenglück alles dafür getan, um dort bleiben zu können, wo ihre Vorfahren seit dem 14. Jahrhundert gelebt haben. Rückendeckung gab es von der großen Politik, die darin ein Stück „Landesverteidigung“ sah.

Im ganzen Alpenraum sind Lawinenschutzbauten Alpenwirklichkeit wie Straßen oder Skipisten. St. Antönien sticht aber heraus: Bis 2008 haben sie am Chüenihorn und am Tschatschuggen auf einer Länge von mehr als 16 Kilometern Stahl- und Betonelemente verbaut, um den Dorfteil nördlich der Kirche vor den Lawinen zu schützen. Beeindruckende Schutzbauten, deren bizarre Formen und Strukturen in den Fotografien von Kaspar Thalman in ihrer vollen Dramatik zugänglich werden. *sgf*



Kaspar Thalman: **Oder das Tal aufgeben**. Die Lawinenschutzbauten von St. Antönien. Scheidegger & Spiess 2015, € 48,-.

## Walden: Raus geht's!

Kanufahren und Angeln am Eibsee, Stand-up-Paddling an der Mosel und vier Tage Wandern auf dem Rothaarsteig. Das sind nur einige Themen der dritten Ausgabe des Outdoor-Magazins „Walden“, das zweimal jährlich erscheint. Der Titel ist dem amerikanischen Kultbuch „Walden; or,

## Sportklettern: Führer meets App

Der Alpenverein Südtirol (AVS) hat zusammen mit Vertical-Life zwei neue Führer zum Sportklettern und Bouldern in Südtirol herausgebracht. Vorgestellt werden 91 Sportklettergärten und 22 Bouldergebiete mit altbekannten Gebieten wie der Steinernen Stadt oder dem Boulderspot Algund und neuen, bisher unveröffentlichten Gebieten wie Spiluck bei Vahrn, Hauenstein bei Seis oder Stube im Höhlensteintal. Mit großen Farbfoto-Topos und genauen Übersichten überzeugen die Führer vom Handling wie der Optik. Ganz neu: Erstmals gibt es die Führer auch als App – ein Code im Buch schaltet die entsprechenden digitalen Guides frei.

Die Vertical-Life-Climbing-App kann aber noch viel mehr als Südtirol: Sie liefert Informationen und Topos zu Hunderten Sportkletter- und

Bouldergebieten, die in Zusammenarbeit mit lokalen Erschließern und Kletterführerautoren zusammengestellt wurden. Auch vollständige Kletterführer werden in eine digitale Bibliothek übernommen, Führer mit dem „app guide inside“-Zeichen enthalten ebenfalls einen Code, der den entsprechenden App Guide kostenlos freischaltet. Prominente Gebiete wie Kalymnos, Finale Ligure, Arco und Magic Wood in der Ostschweiz gehören bereits dazu.

Vor Kurzem wurde die App vollständig überarbeitet, neben neuem Design und besserer Handhabung gibt es jetzt verschiedene Social Features, wie die Möglichkeit, Freunden zu folgen, die erweiterte „Zlag-Funktion“, um gekletterte Routen zu markieren, und den „Zlagfeed“, um die Zlags anderer Kletterer zu verfolgen.

red



Thomas Hofer: **Sportklettern in Südtirol**. Vertical-Life 2015, 608 S., € 38,90.

Thomas Hofer: **Bouldern in Südtirol**. Vertical-Life 2015, 384 S., € 34,90.

App: **Android**: [bit.ly/vl-android](https://bit.ly/vl-android), **iOS**: [bit.ly/vl-iphone](https://bit.ly/vl-iphone)



Evamaria Wecker: **Schneeschuhführer Chiemgauer Alpen** mit Berchtesgadener Alpen und Kaisergebirge. Bergverlag Rother 2016, 144 S., € 14,90.

Herbert Mayr: **Winterwandern Allgäuer Alpen**. Bergverlag Rother 2016, 176 S., € 16,90.

Michael Reimer und Klaus Stierhof: **Pistengehen und leichte Skitouren**. frischluft-edition 2015, 160 S., € 19,90.

## Bayern und Tirol: Ausgezeichnete Skitouren- und Winterführer

Die neu aufgelegten Skitouren- und Winterwanderführer „Berchtesgadener und Chiemgauer Alpen“, „Winterwandern Allgäuer Alpen“, und „Pistengehen und leichte Skitouren“ haben das DAV-Gütesiegel erhalten. Folgende, für die Auszeichnung erforderliche Kriterien sind erfüllt: Die Ski- und Schneeschuhtouren sind so

ausgewählt und beschrieben, dass sie den Routenempfehlungen der DAV-Kampagne „Natürlich auf Tour“ entsprechen. Damit leistet der Alpenverein einen Beitrag zur naturverträglichen Ausübung und zur nachhaltigen Sicherung des Skitouren- und Schneeschuhgehens in den Alpen. Das Projekt

führen der DAV und das Bayerische Umweltministerium im Gesamtgebiet der Bayerischen Alpen durch. Österreich betreffende Touren sind mit der Fachabteilung Raumplanung & Naturschutz des Österreichischen Alpenvereins abgestimmt.

Zu sämtlichen Touren gibt es nützliche Hinweise zu den örtlichen Besonderheiten (Ausweisung von Schon- und Schutzgebieten, gekennzeichnete Routenabschnitte etc.) und zu Anreisemöglichkeiten mit öffentlichen Verkehrsmitteln – sofern sie vorhanden sind. Die Einführungskapitel der Führer enthalten außerdem wertvolle allgemeine Informationen und Tipps für naturverträgliches Skitouren- und Schneeschuhgehen.

red



## Facetten vom Gebirge

Fast hat es den Anschein, dass ein Bergsteiger, der heute etwas auf sich hält, zu Fuß oder mit dem Rad einmal die Alpen überquert haben muss. Obwohl sie sowohl Tourismuswirtschaft als auch Breitensport verändern, sind Phänome wie Alpencross und Transalp aber keine gänzlich neuen Erfindungen. Der Steinzeitmensch Ötzi und der karthagische Heerführer Hannibal querten die Alpen, Xenophon das anatolische Hochland, Alexander den Hindususch. Hirten, Händler, Bergleute hielten sich dort auf, lange bevor das Gebirge im aufgeklärten Zeitalter entdämonisiert wurde. Kriege wurden dort geführt (Alpenfront) und Berge zur Machtdemonstration benutzt (Elbusbesteigung durch Wehrmachtsoldaten). Den reichen Schatz an Kulturgeschichte im Gebirge beleuchtete facettenreich das erste Montafoner Gipfeltreffen. Die Beiträge von Historikern, Archäologen, Religionswissenschaftlern und Philologen zum weiten Thema „Gebirgsüberschreitung und Gipfelsturm“ liegen nun in gedruckter Form vor. Berge sind – in Anlehnung an eine Aussage des britischen Himalaya-Pioniers George Leigh Mallory – eben nicht nur da, um bestiegen zu werden. Dahinter steckt viel mehr, wie dieses Buch zeigt. *sgf*



Michael Kasper, Martin Korenjak u.a. (Hrsg.): **Alltag – Alptraum – Abenteuer.** Gebirgsüberschreitung und Gipfelsturm in der Geschichte. Böhlau Verlag 2015, 373 S., € 44,90.

## Genuss alpin

Ob „Preuß-Riss“ an der Kleinen Zinne oder „Schmid/Krebs“ in der Laliderer Wand, ob „Cassin“ am Piz Badile, „Fahrradkant'n“ im Oberreintal oder „Dülfer“ in der Fleischbank – die klassischen Kletterrouten in den Ostalpen haben es in sich. Keine ist leichter als mit dem Schwierigkeitsgrad V bewertet. Doch wohin gehen, wenn man seine Leistungsfähigkeit richtig einzuschätzen weiß und einem ein

Vierer fordernd genug ist oder wenn man als ambitionierter Hallenkletterer mit alpiner Felssehnsucht den ersten Schritt hinaus ins Gebirge wagen will? Eine Antwort auf diese Frage geben Axel Jentsch-Rabl und Andreas Jentsch, die ihren Kletterführer nicht klassisch an einer Gebirgsgruppe oder Region ausgerichtet haben, sondern deren Kriterium der Schwierigkeitsgrad ist. Zwischen Bodensee und Rax, zwischen Ammergauer Alpen und Dolomiten haben sie 91 Klettertouren im zweiten bis vierten Schwierigkeitsgrad zusammengetragen. Neben einem Topo der Route finden sich in der Tourenbeschreibung auch ein Foto, auf dem Zustieg und Abstieg eingezeichnet sind, ausführliche Informationen zu notwendiger Ausrüstung, Hinweise zu Steinschlaggefahr oder heiklen Stellen, zu Zustieg, Route und Abstieg. Vorangestellt haben die Autoren ein Kapitel mit wichtigen Hinweisen zum Alpinklettern (Tourenplanung, Kriterien der Routenwahl, Absicherung, Tourenlänge, Zeitplanung, Selbsteinschätzung). Ein insgesamt gelungener Führer für den Einstieg in den Fels. *sgf*



Axel Jentsch-Rabl/ Andreas Jentsch: **Klettern im leichten Fels.** Alpinverlag Jentsch-Rabl 2014, 384 S., € 34,95.

## Wanderlesebuch

Wer tagelang über Berg und Tal wandern und zuletzt am Meer ankommen will, kann den neuen Alpen-Adria-Trail unter die Füße nehmen. Er kann sein Abenteuer aber auch noch ein Stück nach Osten verlagern – auf eine knapp 300 Kilometer lange Tour von Ljubljana an die Adria. Eine Tour, die mit einem der letzten weißen Flecken auf der Landkarte des deutschen Bergwanderers bekannt macht, dem Karst. Mit einer Landschaft, die sich entgegen landläufiger Vorurteile als außerordentlich abwechslungs- und aussichtsreich erweist. Dabei wurden nicht einfach bestehende Routen mit-

einander verbunden, sondern in zahllosen Einzelrecherchen die attraktivsten Wege gesucht und diese so exakt beschrieben, dass man auch ohne Markierungen (und ohne GPS!) ans Ziel findet. Was die Publikation einzigartig macht, ist die literarische Qualität der Texte. Statt den handelsüblichen Animationston anzuschlagen und reisejournalistische Klischees zu bedienen, konfrontieren die Autoren den Leser mit unkonventionellen Blickwinkeln und scharfsinnigen Kommentaren. Es werden weder zivilisationsbedingte Widersprüche übertüncht noch heile Welten versprochen. Vorbildlich auch die eingestreuten Essays, die einen Einblick in Geschichte und Gegenwart der sich entvölkernden



Region gestatten, der weit über den wandertouristischen Tellerrand hinausreicht. *gfi*

G. Pilgram, W. Berger, W. Koroschitz: **Zu Rande kommen.** Eine Fuß- und Bahnreise von Ljubljana zum Meer. Drava Verlag 2015, 520 S., € 29,80.

## Wanderverband: Wanderbares Deutschland 2016

Das neue Jahresmagazin hat den Schwerpunkt „Das wunderbare Wir-Gefühl des Wanderns“. Woher kommt die Begeisterung fürs gemeinsame Unterwegssein, für Marathons, Festivals, 24-Stunden-Wanderungen? Wo entstehen neue Qualitätswege in Deutschland? Bringt das Pilotprojekt „Draußenschule“ eine Revolution für die Grundschulen? Und wie echt ist der Outdoor-Gedanke bei den großen Ausrüstern wirklich? Außerdem gibt es ein exklusives Gewinnspiel zum „Tag des Wanderns“ am 14. Mai und eine zusätzliche 32-seitige Broschüre über die „Leading Quality Trails“, das Prädikat der Europäischen Wandervereinigung. *red*



164 S., € 5,90. Im Kiosk, im Buchhandel oder unter [mykiosk.com](http://mykiosk.com)

## Zwischen Zauber und Illusion

Es sind einfühlsame, eindrückliche und detailreiche Geschichten und Bilder: zwölf Porträts von Frauen, die allesamt das Bergfieber gepackt hat. Ob alpines Urgewächs oder Quereinsteigerin: Als Hüttenwartinnen entlang des gesamten Schweizer Alpenbogens umsorgen sie ihre Gäste, improvisieren über manche Herausforderung hinweg und erfahren zwischendurch die Magie des Berglebens. Dafür haben sie ihr bisheriges Leben im Tal teils oder komplett an den Nagel gehängt – zum Beispiel als Architektin, Kindergärtnerin oder Grafikerin. Und gehen seither jede Saison erneut auf den Berg, mitunter seit Jahrzehnten. Dort erzählen sie nun von dem Zauber wie auch von der Illusion ihres etwas anderen Arbeitsalltags als Hüttenwartin. Die charaktervollen Porträts der Frauen werden gleichzeitig zu charmanten Porträts der Berghütten, auf denen sie wirken.

Im Buch liest man sich fest und hat ganz nebenbei ruckzuck einige neue Bergziele im Kopf. Ein Buch für alle, die selbst die eine oder andere Art von Bergfieber kennen. Für Augenmenschen. Und für Haptiker. *noa*



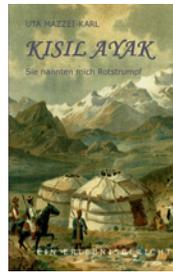
Daniela Schwegler: **Bergfieber**. Hüttenwartinnen im Porträt. Rotpunktverlag 2015, 256 S., € 32,90.

## Rote Socken auf dem Dach der Welt

Mit einem Filmemacher bereiste Uta Mazzei-Karl, von kirgisischen Kindern wegen ihrer roten Socken „Rotstrumpf“ genannt, als erste Europäerin schon in den 1960er Jahren die entlegensten Winkel Zentralasiens. Auf Pferden und Yaks ging es durch das Wakhan-Hochgebirge nördlich von Karakorum und Hindukusch auf die Hochebenen des Kleinen Pamir. Hier lebten die einzigen Kirgisen, denen es gelungen war, sich mit ihren Herden von der Sowjetunion abzusetzen. Drei Jahre später wird die Reise

wiederholt, um im Großen Pamir die nach Marco Polo benannten Wildschafe mit den schneckenförmigen Hörnern zu filmen, und der Kreis schließt sich ein halbes Jahrhundert später, als die Autorin in Istanbul den Sohn des inzwischen verstorbenen Kirgisenfürsten wiedertrifft.

Ein persönlicher, spannender, auch ethnologisch interessanter Reisebericht über ein kaum bekanntes Gebiet Afghanistans, das einen detailreichen Einblick in das damals noch friedliche, nicht von den Kriegswirren erschütterte Land gibt. *red*



Uta Mazzei-Karl: **Kisil Ayak**. Sie nannten mich Rotstrumpf. Tredition Verlag 2015, 276 S., € 12,50, e-Book € 4,50.

## Erlebnispädagogik: Aufschauen für die Berge

Das DAV-Lehrteam Alpin der Zusatzqualifikation Erlebnispädagogik hat sein Wissen und seine Erfahrung in diesem Buch verdichtet. Neben aktuellen Forschungsergebnissen zur Wirksamkeit erlebnispädagogischer Maßnahmen stellt das Buch wertvolle Informationen zu fachsportlichen Grundlagen, zur zielorientierten und risikobewussten Planung und zum rechtlichen Rahmen bereit. Zum Bergwandern, Klettern, zu Seilaufbauten und zu verschiedenen Winteraktionen werden wertvolles Praxiswissen und pädagogisches Potenzial beschrieben, anschauliche Beispiele machen die Darstellung lebendig und verständlich.

Das Buch schafft dabei Erstaunliches: Es konzentriert sich auf die für die Praxis wichtigsten Themen, schafft es aber dennoch, an den richtigen Stellen vertieftes Wissen zu präsentieren. Der Bezug zu aktueller Forschung und weiterführender Fachliteratur gibt den Lesern die Möglichkeit, bestimmte Themen interessenbezogen zu vertiefen.

Fazit: Ein Praxisbuch, das für alpine Erlebnispädagoginnen und -pädagogen ein Standardwerk werden dürfte. „Neulinge“ erhalten, er-

gänzend zu einer fundierten Ausbildung, wichtige Tipps, aber auch „alte Hasen“ dürften



wertvolle Anregungen finden. *mwi*

B. Streicher, H. Harder, H. Netzer (Hrsg.): **Erlebnispädagogik in den Bergen**. Grundlagen, Aktivitäten, Ausrüstung und Sicherheit. Ernst Reinhardt Verlag 2015, 172 S., € 24,90.

## Bedrohte Hangkultur

Das Oberallgäu ist ein idealer Raum für Bergsteiger und Wanderer, doch es bietet außer Gipfeln und hübschen Tälern auch andere Attraktionen. Leider nehmen viele Menschen sie kaum wahr. Der ambitionierte BergWegVerlag aus Bad Hindelang widmet sich nun nach „Hondweark“ (Handwerk) und „Hoibat“ (Heuarbeit) dem Thema „Stadel und Schinde“. Was steckt dahinter? Während man beim hölzernen Stadel in Ständerbauweise nicht fragt, steht man möglicherweise wegen des seltsamen Namens verwirrt vor der Schinde am Hang. Dieses Konstrukt – massiver Blockbau mit unbehauenen Stämmen – gehört einer schon fernen Vergangenheit an wie alle 112 Fluren rund um Hindelang. Fast jede wird erklärt, ein Gang zwischen Mundart und heimischer Historie führt spannend von Ort zu Ort. Christian Heumaders exzellente Schwarz-Weiß-Bilder lassen das alpine Milieu buchstäblich sprechen, Alfred Wittwer kennt seine durch die Sonne gegebten Objekte samt Äckern und Wiesen bis ins kleinste Detail.

Beiden Autoren gelang ein Buch, das den Blick schärft und jenseits lokaler Nabelschau zeigt, dass letzte Reste bäuerlicher Kultur trotz ihres Verfalls da oder dort noch zu finden sind: ohne Disneyland-Attitüde, mitten unter uns. Wir



müssen sie nur sehen und schützen. *nbr*

Christian Heumader, Alfred Wittwer: **Stadel und Schinde**. BergWegVerlag 2013, 167 S., € 29,-.

## Brett- und Kartenspiele: Glück und Taktik

Die Berge mit ihrer Flora und Fauna liefern schöne Szenarien für Spieleverlage. Ob beim geselligen Hüttenabend oder als Trost der Daheimgebliebenen, für jeden ist etwas dabei.

> **Yak:** Wer sich bei einer Bergtour vorsichtig bewegt und ruhig verhält, kann zahlreiche Tiere beobachten: Yak, Steinbock, Geier, Murmeltier oder gar einen Yeti? Die Spieler des Kartenspiels versuchen, sich an Zahl und Größe der Tiere gegenseitig zu übertrumpfen. Dazu legen sie verdeckt Karten auf einen Stapel in der Mitte und machen eine Ansage, wie viele Tiere einer Art sich darin befinden. Dabei wird geblufft, was das Zeug hält; es bleibt einem auch kaum etwas anderes übrig, wenn der Gegner von fünf Geiern redet und man selbst nur Murmeltiere auf der Hand hält. Zweifelt ein Spieler die Ansage an, deckt er den Stapel auf und zählt. Enthält der weniger Tiere der vom Gegner genannten Art, muss dieser den Stapel verdeckt vor sich ablegen. Andernfalls erhält der Zweifler die Karten. Einige Spezialkarten bringen zusätzliche Ungewissheiten in jede Partie. Wer am Ende die wenigsten Karten hat, hat gewonnen. Yak ist ein traditionelles Bluff-Spiel für Spieler ab acht Jahren.

> **Gipfelkraxler:** Bis zu vier Steinbockherden wollen den Gipfel erstürmen. Gelingt es einer Herde, zwei Mal ein Mitglied nach oben zu bringen, hat sie gewonnen. Je höher ein Steinbock steht, desto schwieriger ist es, die für den nächsten Schritt erforderliche Würfelkombination zu erhalten. Aber die Herde hält zusammen. Von unten nachrückende Mitglieder schubsen ihre Verwandten hoch. Ohne die sich daraus ergebenden Kettenreaktionen kommt fast niemand ans Ziel. Aber Vorsicht: Rückt von unten ein gegnerischer Steinbock nach, schubst er seinen Konkurrenten den Bergbach hinab Richtung Tal. Gipfelstürmer ist ein Brettspiel für zwei bis vier Spieler ab acht Jahren, das kleinere taktische Überlegungen erfordert. Durch das Würfelsystem überwiegt aber der Glücksfaktor, der häufige Anpassungen der eigenen Pläne erfordert.

> **Miss Swiss:** Beim Almbetrieb ist das Gedränge groß. Jeder Spieler will seine Herde als Erster im Tal haben, doch leider geht jede Kuh nur hinter bestimmten anderen Kühen her. Nur den Stieren ist das egal. Sie stürmen jeder Kuh hinterher und jede Kuh ihnen. Ein lustiges Kartenspiel für zwei bis fünf Spieler ab sieben Jahren, das auch nach einer anstrengenden Bergtour niemanden überfordert. Die Regeln sind so leicht zu verstehen, dass neue Mitspieler schnell einsteigen können. So könnte man rasch neue Kontakte knüpfen, würde man nicht gnadenlos gegeneinander spielen ... Der besondere Reiz liegt daran, dass alle Spieler gleichzeitig versuchen, ihre Karten loszuwerden. Das sorgt für Tempo am Tisch, jede Partie dauert nur wenige Minuten. Aber bei einer Runde bleibt es nie. Achtung: Dieses Spiel gefährdet die Hüttenruhe. j/b



Gipfelkraxler, Amigo Verlag 2015, € 19,99.

Yak, Zoch Verlag 2015, € 12,-.

Miss Swiss, carta.media Verlag 2015, € 13,90, bislang nur im Onlinehandel erhältlich.



# metavirulent<sup>®</sup>

## Homöopathische Erkältungstropfen



Natürlich starke Abwehr  
für Gipfelstürmer



HOMÖOPATHISCH · BEWÄHRT · GUT VERTRÄGLICH

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

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

www.metavirulent.de





Skitouren im Obervinschgau

# STILLE GIPFEL ÜBERM

Zwischen Sesvennagruppe und Ötztaler Alpen haben Skitouristen die Qual der Wahl: Genuss-Skigipfel westlich des Reschenpasses – oder die Weißkugel und ihre Trabanten als Sahnehäubchen für gut Trainierte.

Text und Fotos von Iris Kürschner

**B**litzblau strahlt der Himmel, die Schneegipfel glitzern, klargewaschen vom Unwetter der letzten Tage. Dank der Haider-Almlifte stehen wir schon früh fast ganz oben, nur eine halbe Stunde unter der Seebo-

denspitze. Ein Wochentag außerhalb der Saison verschafft uns das Glück, ganz alleine das Panorama vom Gipfel zu genießen. Direkt im Süden der Ortler; im Westen das Bündner Gipfelmeer, ganz rechts die Silvretta mit Piz Buin und Piz Linard,

im Nordosten blenden die Ötztaler Alpen, überragt vom mächtigen Gletscherberg der Weißkugel. Steil fallen die Hänge ab zum zugefrorenen Reschensee, unserem Ausgangspunkt. Dahinter, aus der breiten Furche der Etsch im Obervinschgau, zie-



# SEE

Genussrouten wollen wir uns erst in der Sesvennagruppe einstimmen, um dann für die anspruchsvolleren Ötztaler im Osten konditionell gewappnet zu sein.

Die Seebodenspitze ist der leichteste Einstieg in die Sesvennagruppe. Bei der Abfahrt gen Rojental kratzen die Ski nur

---

Fast wie von selbst zeichnen  
die Ski ein Zöpfchenmuster  
in weiße Pulverhänge.

---

einen kurzen Moment lang über harte Schichten, dann fluff, sinken sie ein wie in Watte, zeichnen fast von allein ein Zöpfchenmuster in weiße Pulverhänge. Erst bei einer kleinen Terrasse treffen wir auf menschliche Zeichen, die Aufstiegsspur aus dem Rojental zur Rasassspitze. Wir könnten auch weiter abfahren, zurück nach Reschen. Doch die zünftige Sesvennahütte lockt unwiderstehlich. Das heißt, anfallen und auf den zweiten Gipfel. Bei der Brotzeit auf der Rasassspitze kriecht der Uhrzeiger schon auf die Zwei. „Kein Problem“, sagt Andreas Pobitzer, gemeinsam mit seinem Bruder Harald Hüttenwirt der Sesvennahütte, der mal eben heraufgespartet ist, um sich etwas Ausgleich zu verschaffen. In seiner Begleitung genießen wir eine Traumabfahrt.

Diverse Zertifikate prangen an der Eingangspforte. „Mit Kindern auf Hütten“ steht für familienfreundlich, im Sommer gibt's hier gar einen Streichelzoo. „Vinsch-

ger Sennalmen“ bedeutet, dass die Pobitzers zwei Kühe auf der unterhalb liegenden Schliniger Alm halten und damit ihren Gästen frische Butter, Milch und Käse bieten können. Hirschfleisch beziehen sie von den örtlichen Jägern, der Speck wird selbst geselcht, der Kuchen täglich gebacken – was das Zertifikat „So schmecken die Berge“ einbrachte. Den Geist des Hauses verkünden auch die selbst kreierten T-Shirts mit der Aufschrift „zfridn“ oder „gmiatlich“ und die von der Schwiegermutter gestrickten Mützen in schreienden Farben.

Von der Terrasse der Sesvennahütte, 1981 vom Südtiroler Alpenverein erbaut, zeigen sich die Gipfel des Vinschgau: Hasenöhr, Jennwand, die Vertainspitze mit ihrem Hängegletscher, Tschenglscher Hochwand, Zufallspitze ... Nur für den Ortler und die Königspitze muss man ein paar Meter zur Pforzheimer Hütte stapfen.

Einstieg nach Maß: Aufstieg von der Haideralm zur Seebodenspitze (u.) mit Blick zur Weißkugel und rauschende Abfahrt zur Sesvennahütte.

hen sich schmale, stille Täler wie Haarris- se ins Gebirge. Täler, wo sich Fuchs und Hase gute Nacht sagen und die unzähligen Skigipfel keine berühmten Namen tragen. Ein Tourendorado nach unserem Sinn, etwas abseits des Mainstreams. Mit



## Skitouren am Reschenpass

**TOURIST-INFO:** Tourismusverein Reschenpass, gegenüber Seehotel in Reschen, Tel.: 0039/0473/63 31 01, [reschenpass.it](http://reschenpass.it)

### UNTERKUNFTSTIPPS:

- Seehotel in Reschen, mit Schwimmbad und Sauna, Fam. Folie, Tel.: 0039/0473/63 31 18, [seehotel.it](http://seehotel.it)
- Gasthaus Rojen (oft ausgebucht), Hans Maas, Tel.: 0039/340/585 76 12
- Sesvennahütte (2256 m), A. u. H. Pobitzer, Tel.: 0039/0473/83 02 34, mobil: 0039/347/211 54 76, [sesvenna.it](http://sesvenna.it)
- Im Langtauferstal: Langtauferer Hof, mit Sauna, Fam. Thöni, Tel.: 0039/0473/63 35 51, [langtaufererhof.it](http://langtaufererhof.it)

**KARTE:** Tabacco 1:25.000, Blatt 043 „Vinschgauer Oberland, Alta Val Venosta“.

**FÜHRER:** Ulrich Kössler: Skitouren im Dreiländereck, Tappeiner Verlag, 2012.  
Rudolf und Siegrun Weiss: Skitourenführer Vinschgau, Rother Bergverlag, 2006.

**BERGFÜHRER:** Josef Plangger, Tel.: 0039/349/007 57 21, [j.plangger@rolmail.net](mailto:j.plangger@rolmail.net) oder [alpinschule-ortler.com](http://alpinschule-ortler.com)

### TOURENMÖGLICHKEITEN

- Seebodenspitze, 2859 m, Rasassspitze, 2941 m: leicht. Gratis Skibus von Reschen nach St. Valentin. Skilifte zur Haideralm (2680 m), Seebodenspitze, 180 Hm, ½ Std. Abfahrt in die Seeböden (ca. 2500 m) und über den Ostkamm auf die Rasassspitze, 240 Hm, 1 ½ Std., Abfahrt zur Sesvennahütte (2256 m).
- Grionkopf, 2896 m: leicht, 640 Hm, 3 Std. von der Sesvennahütte. Abfahrt ins Rojental, Sessellift ins Skigebiet Schöneben, Abfahrt zum Reschensee, Skibus nach Reschen.
- Äußerer Nockenkopf, 2769 m: leicht. Von Rojen (1973 m) 800 Hm, 2 ½ Std.
- Elferspitze, 2926 m: leicht. Von der Bergstation des Sesselliftes im Skigebiet Schöneben (2390 m) 540 Hm, 2 Std.; von der Talstation Rojen (1935 m) 990 Hm, 3 Std.
- Äußerer Bärenbartkogel, 3471 m: schwierige Skihochtour. Ab Melager Alm (1970 m) 1500 Hm, 5-6 Std.
- Weißkugel, 3738 m: schwierige Skihochtour. Ab Melager Alm (1970 m) über Weißkugel- und evtl. Hintereisjoch, 1770 Hm, 6-7 Std.



Das Vorgängermodell aus dem Jahr 1901, nach dem Ersten Weltkrieg lange Zeit von der italienischen Finanzwache besetzt und dann verfallen, ging 1999 in den Besitz von Südtirol. Im Herbst 2015 haben Andi und Harald dort eine Schmugglerausstellung installiert. Bis in die 1970er Jahre verschaffte der Schmuggel den Bauern der Umgebung einträgliches Geschäft; die Grenze zur Schweiz liegt einen Katzensprung entfernt.

Anderntags steigen wir ganz gemütlich zum Grionkopf und schwingen ins Rojental hinab. Wolken drapieren sich um die Berge und kleiden den Talschluss mystisch ein, Schneehauben hocken auf wettergegerbten Holzhütten. Im Bilderbuchnest Rojen beginnt es zu schneien. Hans





Genuss nach Wahl: Für den Blick zur Ortlergruppe muss man die Terrasse des Seehotels nicht verlassen; der Käse vom Gamseggghof lockt zur Einkehr. Oder zur Brotzeit; denn er gibt Kraft für den Aufstieg zum Bärenbartkogel – und am Gipfel ist es doch am schönsten, oder?



Bevölkerung. Im April 1940 wurde der Energiekonzern Montecatini (heute Edison) zum Bau des Wasserkraftwerks ermächtigt. Doch der Krieg führte zu Finanzierungsschwierigkeiten. Ein Schweizer Kraftwerkskonsortium sprang ein und zahlte ein Viertel der Baukosten, gegen billigen Winterstrom für zehn Jahre, pünktlich zu liefern ab November 1949. Zu spät fand man heraus, warum die Bewohner quasi von einem Tag auf den anderen vertrieben wurden. Der historische Kirchturm von Graun reckt sich einsam als erhobener Zeigefinger aus dem zugefrorenen See.

Bei Graun zweigt das Langtauferstal ab in die Ötztaler. Weit oben, vom Langtaufere Hof, kann man den vergletscherten Talschluss und auch talauswärts die Sesven-

nagruppe überblicken. Die Glocke der charmanten Dorfkirche von Hinterkirch „schlägt um 12 Uhr mittags, das reicht“, schmunzelt Sepp Thöni, der Wirt. Ein Tal fernab von Zeit und Hektik. Dabei türmt sich hier einer der spektakulärsten Gebirgskessel des Vinschgaus, findet der Bergführer Josef Plangger. Gleißende Gletscher stürzen von der Langtauferer Spitze, der Weißkugel, dem Bärenbartkogel jäh in den flachen Talgrund. Ein Schauspiel besonders zur Abenddämmerung, wenn die Eiswände in den dunklen Himmel leuchten, als würden sie von innen glühen. Im ersten Sonnenlicht brechen wir mit Josef auf, hinauf zum Bärenbartkogel. Die Aufstiege sind allesamt streng: große Höhendifferenzen, keine Hütten unterwegs. Eine steile

Moräne muss geknackt werden, bevor wir den weitläufigen Bärenbartferner erreichen. Kraft tanken mit Vinschgerl, Speck und Käse, den wir im Gamseggghof, der Käseerei von Melag am Talschluss, gekauft hatten. Die Käsesorten tragen Gipfelnamen. Wir wählten natürlich den Bärenbart, einen würzigen Ziegenrohmlchkäse.

Östlich lappen die Eisbrüche des Gepatschferners von der Ötztaler Seite über eine Kante. Mit jedem Höhenmeter kommt das ungeheure Ausmaß der hier zusammenfließenden Gletscherströme besser zum Vorschein. Das größte Gletschergebiet der Ostalpen, sagt Josef. Und der Bärenbartkogel rückt einfach nicht näher. Endlich am Grat, geht die Puste langsam aus und der vermeintliche Gipfel, der sich

---

Ein Tal fernab von Zeit  
und Hektik, mit einem  
spektakulären Gebirgskessel

---

als Vorgipfel entpuppt, reicht uns. Die Weißkugel steht direkt gegenüber, die Diva der Ötztaler. Für Vinschger Einheimische führt ihre schönste Route über das Bärenbartjoch, mit zunehmend heiklem Übergang auf den Matscherferner (Klimawandel, Gletscherschwund ...) und grandioser Abfahrt über den Langtauferer Ferner – eine gewaltige Runde. Doch noch während wir darüber plaudern, juckt es schon in den Füßen: zurück jetzt zu den Ski und ab in den Pulverrausch! ■



Die große Gastfreundschaft, die gute Küche und die unendlichen Tourenmöglichkeiten werden die Autorin **Iris Kürschner** ([powerpress.ch](http://powerpress.ch)) sicher noch oft an den Reschenpass locken.

EINE  
PARTNERSCHAFT,  
DIE SICH  
AUSZAHLT.



BIS ZU  
**10%**  
IN FORM VON  
GLOBEPOINTS

Offizieller Handelspartner von



Bei jedem Einkauf sparen und das DAV-Klimaschutzprogramm unterstützen.

1,5% Ihres Einkaufswerts fließen direkt in die energetische Sanierung der DAV-Hütten.

Jetzt informieren und kostenfrei  
anmelden unter:

Online: [www.globetrotter.de/dav](http://www.globetrotter.de/dav)

Telefon: +49 40 679 66 179

In Ihrer Globetrotter-Filiale

**Globetrotter**

Träume leben.

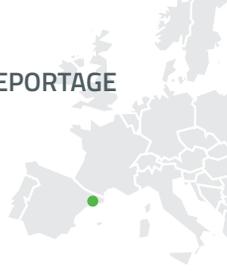


Wandern an der Costa Brava

# DIE WILDE KÜSTE KATALONIENS

Felsige Steilküsten mit versteckten Buchten, vogelreiche Sumpfbereiche mit kleinen Fischerdörfern und ein mildes Mittelmeerklima: Die nordspanische Costa Brava ist das ideale Ziel für Frühjahrsreisen – besonders schön ist die Halbinsel Cap de Creus.

Text und Fotos: Annika Müller



Am Cap de Creus versinken die Pyrenäen im Mittelmeer – nicht ohne bis zuletzt daran zu erinnern, dass es sich um ein besonders wildes Gebirge handelt.



Vor dem rötlichen Himmel heben sich ihre Silhouetten wie Gespenster oder Fabelwesen ab. Dann steigt der riesengroße Feuerball aus dem Meer empor und taucht das abweisende Felslabyrinth in ein freundliches Goldgelb.

Hier am Cap de Creus, wo die Pyrenäenausläufer im Meer versinken, erlebt man einzigartige Lichtstimmungen, wie sie auch der surrealistische Maler Salvador Dalí immer wieder in seinen Bildern eingefangen hat. Der 1904 in Figueres geborene Künstler war in seiner Kindheit und Jugend häufig im ehemaligen Fischer- und heutigen Künstlerdorf Cadaqués und hat sich später in einer kleinen einsamen Bucht nahe des Far de Cap de Creus ein extravagantes Haus mit steinernen Eiern auf dem Dach gebaut. Bis zum Tod seiner Frau Gala lebte Dalí in der Bucht Port Lligat in dem Haus, das heute ein Museum ist. Wandert man über die Halbinsel, stellt man erstaunt fest: Die morphologischen Formen seiner zerfließenden Gestalten sind nicht nur seiner Fantasie entsprungen. Hier, in den bizarren Steinformationen und der zerklüfteten Landschaft des Kaps, die Dalí als „grandioses geologisches Delirium“ bezeichnete, finden sich die natürlichen Vorbilder.

Wandert man in Richtung Cadaqués entlang der zerklüfteten Küste, laden kleine, von steilen Felswänden umfasste Buchten ein, hinunterzusteigen und sich ins mal türkisgrüne, mal azurblaue Wasser zu stürzen. Viele der „Calá“ genannten Buchten kann man jedoch nur mit dem

Kajak erreichen. An Land, wo direkt an der Küstenlinie kaum Bäume wachsen, dominiert das Schwarzgrau des Vulkansteins, unterbrochen wird es von hellerem Granit, Sandstein und Kalk, die dem kar-

---

### Dalís natürliche Vorbilder: bizarre Steinformationen und zerklüftete Landschaft

---

gen Boden interessante Musterungen verleihen. Im Frühling sorgen die Blüten kleiner Kakteen, Ginster und anderer genügsamer Pflanzen, die sich zwischen und auf den Steinen festkrallen, für Farbtupfer.

Die komplette Halbinsel, aber auch die Küste vor dem Kap stehen unter besonderem Naturschutz. Seit 1998 sind 13.900 Hektar dieses schroffsten und naturbelassensten Abschnittes der Costa Brava als Naturpark ausgewiesen. Einst war das Cap de Creus stark bewaldet, was sich in Ortsnamen wie Port de la Selva oder Selva de Mar widerspiegelt; Selva ist sowohl das katalanische als auch das spanische Wort für Wald. Vor allem für den Schiffsbau wurde hier jedoch über Jahrhunderte stark gerodet, und zuletzt hat ein Brand im Jahr 2000 die Waldfläche um ein Weiteres dezimiert.

Nur im Inneren der Halbinsel finden sich noch üppige Kiefern-, Stein- und Korkeichenwälder sowie Macchia-Matten, „Matorral“ genannt, mit wilden Pistazien, Wacholder und Baumheide. Immer

**D**ie Einheimischen in dem kleinen Gemüseladen im Dorf Cadaqués sind sich einig: Der schönste Ort Spaniens, um einen Sonnenaufgang zu betrachten, ist der Far de Cap de Creus. Der Leuchtturm liegt am östlichsten Punkt der Iberischen Halbinsel, wo man der aufgehenden Sonne am nächsten ist. Und sie haben recht: Das hier immer raue Meer färbt sich rosafarben, von Wind und Erosion bizarr geformte Vulkansteinbrocken und verwitterter Granit und Schiefer beginnen in zarten, warmen Farbtönen zu schillern.



den berühmten Tramontana-Wind in den Haaren, wandert man über die kargen Klippen bis nach Cadaqués, dem vielleicht romantischsten Ort Nordspaniens. Die freundlich weißgetünchten Häuser

---

Galerien internationaler  
Künstler und gemütliche  
Cafés statt Massentourismus

---

mit den bunten Türen und Fenstern haben sich perfekt zwischen die Bucht mit dem seichten, stillen Wasser und den sich direkt dahinter erhebenden Bergen eingepasst. Es war nicht zuletzt Dalís guten Be-

ziehungen zum Generalissimus Franco zu verdanken, dass das Cap de Creus in den 1960er und 1970er Jahren nicht mit Hotelkomplexen und Feriensiedlungen zugebaut wurde. Auch der Aufstieg von Cadaqués – dem Geburtstort von Dalís Vater – vom armen Fischerdorf zur Künstlerhochburg wäre ohne den Künstler und seinen illustren Freundeskreis undenkbar gewesen. Die großen Zeiten, als hier Man Ray, Pablo Picasso, René Magritte, Federico García Lorca oder Luis Buñuel logierten, sind zwar vorbei, aber noch immer findet man statt großer Hotels und Massentourismus viele Galerien internationaler Künstler, gemütliche Cafés und Restaurants neben wenigen Fischerspelunken und kleinen Kramerläden.



Das Cap de Creus mit seinen schroffen Felsformationen ist der östlichste Punkt der Iberischen Halbinsel – Sonnenaufgänge sind daher hier besonders schön; die Kirche Santa Helena (r.) nahe dem berühmten Kloster Sant Pere de Rodes



Besonders eindrucksvoll ist die Wanderung hinauf zum romanischen Kloster Sant Pere de Rodes. Der steile Pfad ist sowohl Teil des Fernwanderwegs GR 11, der vom Cap de Creus über die kompletten Pyrenäen bis zum Atlantik führt, als auch erstes Pilgerziel des katalanischen Jakobswegs. Mächtig ragen die Mauern des Benediktinerklosters, dessen ältester Teil ins 6. Jahrhundert zurückdatiert, aus leuchtend grünen Pinienwäldern hervor. Weit oberhalb des Meeres liegt es, und von seinen Türmen aus kann man die zerfranste Küste mit ihren zerrissenen Klippen überblicken und bis nach Frankreich sehen.

Doch die Costa Brava, deren Nord- und Süd-Begrenzungen identisch mit den

Grenzen der katalanischen Provinz Girona sind, wartet auch außerhalb des Naturparks Cap de Creus mit spannenden Wanderzielen auf – etwa dem Mittelmeerweg GR92. Die Wanderung beginnt in der Gemeinde Portbou, direkt an der Grenze zu Frankreich. Der Küstenort mit dem riesigen Grenzbahnhof ist eng mit dem Schicksal deutscher und französischer Emigranten verbunden, die in den Jahren 1934 bis 1944 von Fluchthelfern aus Frankreich herübergebracht wurden. Um Portbou, das am westlichen Ende des Golfe du Lion liegt, gibt es heute mehrere Wanderwege, die in Bezug zu den Flüchtlingsschicksalen stehen. Hier überqueren nicht nur Verfolgte der Nazis die Gebirge, seit 1936 flüchteten auch Spanier



Canons bis zum mehrere hundert Meter langen Kieselstrand der Platja de Garbet. In Llançà, dem nächsten Ort mit schöner Altstadt, Hafensiedlung, aber auch dezentere touristischer Infrastruktur, liegt der letzte Sandstrand vor den felsigen Buchten des Cap de Creus. Außerhalb der spanischen Sommerferienzeit menschenleer, lädt er ein zu einer Siesta, die in Katalonien zwar ebenso gehalten wird wie im Rest Spaniens, hier aber „migdiada“ heißt.

Der kleine Unterschied ist wichtig: Die Katalanen, die seit Jahrzehnten erbittert für den Erhalt ihrer Sprache als Amts- und

---

An der Costa Brava ist die Abneigung gegen den Zentralstaat besonders groß.

---

Schulsprache kämpfen, mögen es gar nicht, als Spanier bezeichnet zu werden. In der Provinz Girona und an der Costa Brava ist die Abneigung gegen den Zentralstaat in Madrid seit jeher besonders groß. Man hält also eine „migdiada“, um noch einmal Kräfte zu sammeln, denn ab jetzt geht es über die steilen Felshänge der Pyrenäenausläufer stetig bergauf und bergab. Von Llançà aus startet auch ein Wanderweg zum Kloster Sant Pere de Rodes und zur Burgruine Castell de Quermançó, das seit



vor dem Bürgerkrieg und später vor dem Franco-Regime über die Pyrenäen.

Von Portbou folgt der GR92, der nach seinem Entstehungsjahr 1992 benannt wurde, den schroffen Klippen durch das freundliche Fischerdorf Sant Miguel de Colera über die Hügel der Muntanyes dels

# Panoramainfo

## Costa Brava

Jahrzehnten nach Plänen Dalís zu einer Windorgel ausgebaut werden soll.

Aber auch südlich des Cap de Creus geht es spannend weiter. Direkt an den Naturpark schließt sich der Ort Roses an, der als das griechische Rhodes schon vor dem 5. Jahrhundert vor Christus existierte und später eine wichtige Römerstadt wurde. Um die Ursprünge der Stadt in der Ciutadella genannten Altstadttrüme zu besichtigen, bedarf es nur eines winzigen Abstechers vom GR92. Ornithologisch interessierte Wanderer kommen im Sumpfland der „Aiguamolls de l'Empordà“, ei-

### ANREISE

Von Barcelona über Girona Zugverbindungen nach Portbou (☒ renfe.es; ☒ mou-te.gencat.cat), von Cadaqués Busverbindungen nach Barcelona, Girona, Figueres und nach Roses (☒ alsa.es). Von Port Lligat nach Cadaqués fahren in der Hochsaison ebenfalls Busse. Zum Cap de Creus kommt man nur zu Fuß oder mit dem Taxi (Tel.: 0034/(0)972/38 73 92).

**BESTE ZEIT:** ganzjährig, in den Sommermonaten kann es sehr heiß werden.

**KARTEN:** Mapa comarcal de Catalunya des Institut Cartogràfic de Catalunya: Blätter: Alt Empordà (1:50.000), Baix Empordà (1:50.000), La Selva (1:50.000).

**GPS:** Garmin Topo Spanien.

### LITERATUR

- > Roger Büdeler: Costa Brava. Vom Cap de Creus bis Montserrat, Bergverlag Rother.
- > Thomas Schröder: Costa Brava. Michael Müller Verlag.
- > Sergi Lara und Jordi Puig: Wanderweg Costa Brava, Verlag Triangle Postales. In örtlichen Buchhandlungen und Touristenbüros erhältlich.
- > Lisa Fittko: Mein Weg über die Pyrenäen. Erinnerungen 1940, dtv Verlag.

### UNTERKÜNFTE

- > Suchmaschine für Campingplätze, Hütten, und Hotels: ☒ de.costabrava.org
- > Jugendherbergen gibt es in L'Escala, Llança (☒ albergcostabrava.com) und Empuries (☒ xanascat.cat).

Wildcampen ist im Naturschutzgebiet verboten.

### MITTELMEERWEG GR92

Insgesamt ca. 583 Kilometer in 31 Tagesetappen. Der GR92 lässt sich mit dem GR11 und mit dem GR1 verbinden.

- > Ausgangspunkt: Portbou
- > Mögliche Endpunkte: Lloret de Mar (204 km), Montcada (Vorort von Barcelona, 300 km), Tarragona (451 km), durchgehend weiß-rot markiert.

Alles Tagesetappen auf der Seite des katalanischen Bergsteigerverbands:

☒ senders.feec.cat/gr-92

Mehr Infos:

☒ de.costabrava.org; ☒ catalunya.com



Im Frühling, wenn überall zarte Blüten zwischen dem grauen Fels erscheinen, ist die Costa Brava besonders schön.

nem gigantischen Vogelschutzgebiet, auf ihre Kosten. Von Weitem sehen die Tämpel, auf denen sich häufig ganze Flamingo-Schwärme niedergelassen haben, wie rosafarbene Flecken in der grau-braunen Landschaft aus. Kommt man näher, erkennt man dazwischen zahlreiche ande-

re Wat- und Stelzvögel, Enten und mit Glück sogar Sumpfschildkröten.

Am Golf von Roses wird die Costa Brava plötzlich ganz zahm. Ewig geht es feinen Sandstränden entlang, an die ein seichtes, braves Meer plätschert. Immer wieder führt der GR92 aber auch ins hügelige, fruchtbare Hinterland, wo mittelalterliche Ortschaften mit Wehrtürmen und Mauern warten. Im Touristenort Lloret de Mar endet schockartig die Ursprünglichkeit der Landschaft, aber auch

dieses Bild gehört zur rund 220 Kilometer langen Costa Brava. Schließlich zieht dieser Abschnitt die meisten Besucher an. Zum Glück, denn so kann man den schönsten Teil der Küste in Einsamkeit genießen. ■



Annika Müller lebt als freie Autorin in der katalanischen Provinz Lleida. 2016 erscheinen ihre Wanderführer zu Katalonien (Conrad Stein) und dem GR11 (Rother).

# LESS IS BEST

WENIGER GEWICHT. MEHR KOMFORT.



Minimalistischer Alpinrucksack - Scopi 22 LW

Fair und ökologisch produziert:



**VAUDE**

*The Spirit of Mountain Sports*



Joshua Dujmovits Díaz



Magdalena Messner

Kinder von Extrembergsteigern

# BERGE IM BLUT?

Prominente Bergsteiger zum Vater oder zur Mutter zu haben: Ist das Segen oder Fluch? Vererbt sich die alpine Begeisterung? Oder treibt die elterliche Leidenschaft den Nachwuchs auf ganz andere Wege? Stephanie Geiger hat drei Bergsteigerkinder nach ihren persönlichen Antworten gefragt.

**B**ei Handwerkern mit eigenem Betrieb ist es oft so: Der Großvater ist Schreiner, der Sohn auch und der Enkel wird gar nicht mehr gefragt. Auch Schauspieler geben ihre Passion oft an die Kinder weiter: Götz George stand wie sein Vater Heinrich auf der Bühne, Moritz Bleibtreu hat den gleichen Beruf wie seine Mutter und Großmutter. Golo, Erika und Klaus, drei der sechs Kinder von Thomas Mann, wurden ebenfalls Schriftsteller. Besonders schwer hatte es

Klaus: Der Vater nahm ihn nicht wirklich ernst. Ein „problematisches Glück“ sei das gewesen, Thomas Mann zum Vater zu haben, sagte auch Golo einst. Auch am Berg gibt es Dynastien: Großvater, Vater, Enkel, vorher und nachher alle Bergführer. Und auf Berghütten wird oft die Hüttenwirts-Aufgabe von Generation zu Generation vererbt.

„Bei dem Vater!“ Wie oft haben wir uns selbst schon ertappt, die Erfolge eines jungen Bergsteigers mit elterlichen Talen-

ten zu begründen? Kann die Faszination am Berg vererbt werden, liegen die Berge vielleicht sogar in den Genen? Wie stark prägen große Bergsteiger ihre Kinder? Andererseits: Wenn es sogar schon Wochenend-Wanderern gelingt, durch gesteigerte Ambitionen ihren Kindern die Freude am Bergsteigen zu nehmen, dürfen dann Profis automatisch damit rechnen, dass ihre Kinder die Leidenschaft für den Berg teilen? Wollen sie das weiterführen, was ihre Eltern aufgebaut haben?

Tom Ballard



Fotos: Ralf Dujmovits, Udo Bernhart, Tom Ballard

Alle sind Mitte zwanzig, jeder hat ein eigenes Lebenskonzept: Für Joshua ist es die Politik, für Magdalena die Berg-Kulturarbeit des Vaters, für Tom Bergsteigen, wie es die Mutter betrieb.

## Joshua Dujmovits Díaz | 25, Sohn von Ralf Dujmovits

Joshua Dujmovits Díaz musste genau diese Frage für sich beantworten. Sein Vater Ralf Dujmovits stand nicht nur 18 Mal auf dem Gipfel eines Achttausenders und ist damit der erfolgreichste deutsche Höhenbergsteiger, er war auch ein erfolgreicher Unternehmer, hat mit seinen kommerziell angebotenen Expeditionen dem Bergsteigen an Achttausendern neue Impulse gegeben. Joshua entschied sich aber gegen die Unternehmensnachfolge. „Der Kommerzialisierung des Höhenbergsteigens stehe ich kritisch gegenüber. Hinzu kommt, dass ich nicht die Leidenschaft für Berge habe, wie Ralf sie hat. Und außerdem wollte ich mich nicht in ein ge-

machtes Nest setzen“, begründet Joshua sein Nein. Zwar ist auch er von Zeit zu Zeit in den Bergen unterwegs. Er geht gerne wandern und ab und zu auch zum Klettern. Auf den 5897 Meter hohen Cotopaxi in Ecuador ist der 25-Jährige schon gestiegen und in den Alpen auf das Breithorn (4164 Meter) und den Mont Blanc du Tacul (4248 Meter). „Die Zeit zu mehr habe ich aber nicht“, sagt er.

Joshua ist ähnlich umtriebig wie sein Vater Ralf, nur auf einem ganz anderen Feld: Früh schon hat er die Politik für sich entdeckt. Als er noch am Fuß des Schwarzwalds lebte, war er im Jugendgemeinderat von Bühl und hat dort mit einer Gruppe

Gleichgesinnter ein linkes Zentrum gegründet, das von den jungen Leuten selbst verwaltet wird. Caracol, Schneckenhaus, haben sie das Zentrum genannt, ange-

---

„Ich habe nicht die Leidenschaft wie Ralf. Und wollte mich nicht ins gemachte Nest setzen.“

---

lehnt an die revolutionäre zapatistische Bewegung, die sich in Mexiko für die Rechte der indigenen Bevölkerung einsetzt und sich gegen neoliberale Politik und für auto-

„Stolz bin ich nur auf das, was mir gelingt.  
Ich mache meine eigenen Sachen.“

Joshua Dujmovits Díaz macht schon auch mal eine Bergtour mit seinem Vater Ralf oder selbstständig. Seine Leidenschaft aber gilt der Politik für eine gerechte Weltordnung.



Kaiser aus einer antifaschistischen Widerstandsgruppe, organisiert er mit Gleichgesinnten zum Beispiel Lesungen, Vorträge oder Konzerte.

„Ich wurde oft mit meinem Vater und dem Bergsteigen in Verbindung gebracht. Aber das hat mich extrem genervt.“ Deshalb wollte Joshua zunächst auch nicht über seinen Vater und alles, was daraus auch für sein Leben erwächst, sprechen. Es hat einiges an Überredungskunst gebraucht, bis er zu diesem Gespräch bereit war. „Ich freue mich über das, was Ralf erreicht hat und immer noch erreicht, auch wenn die Gefühle sehr gemischt sind, wenn er unterwegs ist, weil ich weiß, was passieren kann. Aber stolz bin ich nicht auf die Leistungen meines Vaters. Stolz bin ich nur auf das, was mir gelingt. Ich mache meine eigenen Sachen und freue mich, wenn davon etwas im Gedächtnis bleibt“, sagt Joshua.

nome Selbstverwaltung starkmacht. Sein Engagement setzt Joshua heute in Heilbronn fort. Für das Studium der Sozialen

Arbeit, das er in Ludwigsburg absolviert, ist er dorthin gezogen. Im Sozialen Zentrum Käthe, benannt nach Sophie „Käthe“

## Magdalena Messner | 28, Tochter von Reinhold Messner

Eine junge Frau in Südtirol hat zunächst auch nicht gedacht, in irgendeiner Weise ihrem Vater zu folgen. Zumal der stets ein Stück voraus war. „Bei Wanderungen mit der Familie hat der Papa die Geschwindigkeit immer ans schwächste Glied angepasst. Er ging konstant, aber immer in Rufweite vor uns. Wir haben ihn daher nie erreicht“, erzählt die 28-Jährige. Der Vater, von dem die Rede ist, ist das Idol mehrerer Bergsteigergenerationen, der Über-Bergsteiger Reinhold Messner, und die junge Frau ist seine Tochter Magdalena, ausgebildete Werbegrafikerin mit Studienabschlüssen in Wirtschaft und Kunstgeschichte. Sie wird einen Teil des umfassenden Wer-

kes von Reinhold Messner weitertragen und irgendwann das Gesamtkunstwerk Messner Mountain Museum (MMM) als Direktorin übernehmen.

---

„Erst nach dem Studium habe ich gemerkt, dass es ideal für die Museen war.“

---

Mit ihrem Studium hat sie dafür gute Grundlagen gelegt. Angestrebt hat sie die Nachfolge bei der Studienwahl aber noch nicht. „Erst nachher habe ich gemerkt,

dass meine Studienfächer eine perfekte Kombination für die Museen sind. Ich habe auch nie gehört, dass meine Eltern das gerne hätten“, sagt Magdalena Messner. Sie erzählt sehr offen. Ihre Gedanken packt sie in abgewogene Worte und komplexe aber druckreife Sätze. Da redet eine Frau, die mit ihren 28 Jahren weiß, was sie kann und will. Und was sie zum Leben braucht. „Berge sind wichtig. Den Überblick über alles zu haben, diese stille Erhabenheit, das habe ich schon als Kind stark empfunden.“

Man ertappt sich bei dem Gedanken, dass das bei diesem Vater auch nicht anders zu erwarten gewesen wäre. Doch das

Wie seine Mutter Alison Hargreaves spielt Tom Ballard in der ersten Alpinistenliga. Schwierigste Mixedrouten (bis D15) geben die nötige Maximalkraft für große alpine Wände.

stimmt so nicht. Wie wichtig Berge für ihr Leben sind, sei ihr erst bewusst geworden, als sie Südtirol für das Studium verlassen und in Wien und Rom gelebt habe. „Erst dort habe ich gemerkt, dass mir die Berge wirklich fehlen, was ich vorher nie

---

„Als ich in Wien und Rom gelebt habe, habe ich erst bemerkt, dass mir die Berge, das Wandern wirklich fehlen.“

---

hinterfragt habe. Und ich habe auch festgestellt, dass mir das Wandern fehlt.“ Sie brauche die Berge, die der Vater ihr literarisch, philosophisch und kulturell nahegebracht habe, sagt Magdalena Messner. Auf die höchsten rauf will sie aber nicht. Da hebt sie sich von der Familie ab. Nicht einmal auf den 3905 Meter hohen Ortler, den höchsten Berg Südtirols. Dort mit ihr hinaufsteigen will seit vielen Jahren ihr Bruder Simon, ein erstklassiger Kletterer, der weitgehend unbeobachtet von der Öffentlichkeit am Fels unterwegs ist, um Vergleichen mit dem Vater aus dem Weg zu gehen. „Es wäre sicher schön, auf dem Gipfel des Ortler zu stehen, aber es ist zu anstrengend, wieder runterzugehen“, er-

klärt Magdalena Messner ihr Nein und schiebt ein unbeschwertes, sympathisches Lachen hinterher, das deutlich macht,

dass es das Normalste der Welt sein sollte, wenn Kinder die Leidenschaften der Eltern nicht teilen.

„Papa ging immer in Rufweite vor uns.  
Wir haben ihn daher nie erreicht.“

**Magdalena Messner** hat schon angefangen, das Werk ihres Vaters weiterzuführen: aber nicht aktiv in den Bergen, sondern literarisch, philosophisch, kulturell durch die Leitung seiner Museen.



Foto: Archiv Messner

Statt selbst bergzusteigen, kümmert sie sich lieber um das Bergsteigen und die Berge aus der kulturhistorischen Warte. „Man kann mir ankreiden, dass mir die praktische Einsicht fehlt“, gibt sie ganz offen zu. Und sie weiß, dass an die Tochter von Reinhold Messner besondere Maßstäbe angelegt werden. Einschüchtern lässt sie sich davon aber nicht. Sie hat das Selbstbewusstsein, dass sie diese Aufgabe schaffen kann. Auch wenn der Vater das Ruder bei dem Familienunternehmen MMM noch nicht ganz aus der Hand gegeben hat, die Handschrift der Tochter ist zwei Jahre, nachdem sie eingestiegen ist, schon deutlich zu erkennen: Sie macht die Grafik. Sie überlegt sich neue Veranstaltungsformate wie die Gespräche am Feuer, für die seit vergangenem Sommer das Museum in Firmian am Abend geöffnet wird. Und sie hat das jüngste MMM, das Corones auf dem Gipfelplateau des 2275 Meter hohen Kronplatz, gemeinsam mit ihrem Vater gestaltet. „Das war eine gute Gelegenheit, vom Papa ganz viel zu lernen“, sagt sie. Und man spürt daraus viel Dankbarkeit.

## Tom Ballard | 27, Sohn von Alison Hargreaves

Um von seiner Mutter zu lernen, hatte Tom Ballard nur wenig Zeit. Dennoch kann er Sätze sagen wie: „Klettern und die Berge sind tief in mir verwurzelt, sie liegen mir im Blut.“ Der heute 27-Jährige war noch gar nicht geboren, da hatte er schon das Erlebnis Eiger-Nordwand – im Bauch seiner Mutter Alison Hargreaves. Die stieg solo durch die berühmte Wand, da war sie mit Tom im sechsten Monat schwanger. Als Tom vier Jahre alt war, gelang es ihr als erstem Menschen, in einer

Saison die sechs „Großen Nordwände“ der Alpen (Eiger, Grandes Jorasses, Matterhorn, Petit Dru, Piz Badile, Große Zinne) zu durchsteigen. Und als Tom sechs und seine Schwester Kate vier Jahre alt waren, stieg Alison Hargreaves als erste Frau allein und ohne Flaschensauerstoff auf den Mount Everest; wenige Wochen später starb sie am K2 bei dem Versuch, die drei höchsten Berge der Welt in einer Saison zu besteigen. Die britische Bergsteigerin erreichte zwar den Gipfel des

zweithöchsten Berges, beim Abstieg aber kam es zu der Tragödie.

„Als ich noch in der Schule war, gab es mal eine Zeit, da meinte ich, Berge für meine Mutter besteigen zu müssen. Irgendwann stellte ich dann fest, dass sie all diese Berge ja schon bestiegen hatte. Dann entschied ich, es einfach nur für mich zu tun,“ erzählt Tom Ballard. Aufgewachsen am Fuß des Ben Nevis, des höchsten Berges von Großbritannien, ist er heute in Südtirol zu Hause. In den Do-

„Irgendwann entschied ich mich, Berge einfach nur für mich zu besteigen.“

Tom Ballard brennt für die Berge wie seine Mutter Alison Hargreaves. Seine Wintersolos der großen Nordwände waren eine Hommage an sie und gleichzeitig Ausdruck seiner individuellen Leidenschaft.



Foto: privat

lomitent hat er sein Basislager aufgeschlagen. Er lebt gemeinsam mit seinem Vater spartanisch in einem Campingbus und einigen maroden Zelten. „Es ist ein einfaches Leben, ich bin jeden Tag frei, das zu

„Es ist ein einfaches Leben; ich bin frei, jeden Tag das zu tun, was ich will.“

tun, was ich tun will: klettern, trainieren, Ski fahren“, erklärt er. Seit Kurzem unterstützt ihn ein britischer Sponsor.

Tom Ballard hat beachtliche Erfolge vorzuweisen und große Ziele. Wie seine Mutter durchstieg er solo die sechs großen Nordwände. Und auch er leistete damit Neues: Er war der Erste, dem das in einem einzigen Winter gelang. In dieser Saison startet er zum ersten Mal beim Eiskletter-Weltcup. Und dann ist da noch das

Projekt K2: Tom Ballard will den Berg besteigen, an dem seine Mutter ums Leben kam. Und er will das als Erster im Winter tun. Das hat er schon vor Jahren verkündet. Warum er es bisher nicht versucht hat? „Es läuft mir ja nichts davon“, sagt er.

Bei all dem, was Tom Ballard tut, hat er einen großen Vorteil: „Ich bin natürlich Teil eines einzigartigen Bergsteigerlebens und darauf bin ich stolz“, sagt er. „Weil ich aber den Namen meines Vaters habe, stellen viele Leute den Zusammenhang zu Alison Hargreaves nicht her. Das ist wahrscheinlich auch besser, weil ich dann einzig an meinen eigenen Leistungen gemessen werde.“

Wie hoch wohl die Berge waren, auf die die Kinder von Edmund Hillary steigen mussten? Das hat sich



Dr. Stephanie Geiger (38) bei schier nicht enden wollenden Wanderungen mit der Familie oft mitleidvoll gefragt. Heute weiß sie: Gerade die erfolgreichen Bergsteiger gehen ganz entspannt mit ihrer Leidenschaft um.

DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.

JETZT BUCHEN!



## Transalp mit dem MTB

IM TWIN-KONZEPT VON GARMISCH AN DEN GARDASEE

7 Tage  
ab € 1049,-  
(Buchungscode RAMTWIN)

SÜDLICHE MILITÄRWEGE I VOM FAAKER SEE NACH TRIEST

8 Tage  
ab € 1049,-  
(Buchungscode RAMSLO)

30 € Buchungsrabatt p. a. für DAV Mitglieder

Bergreisen weltweit – Erfahrung, Qualität, Kompetenz am Berg.

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

## Im nächsten DAV Panorama ab 17. Mai 2016:

**Sicherheitsforschung:** Lernen aus Unfällen?  
**Reportage:** Vorarlberg – Bergtouren mit „Öffentlichen“  
**Porträt:** Mani Sturm – Antrieb ohne Ende



### MONTAFONER HÜTTENTOUR

Durch Wiesen schlendern, unter Kalkwänden queren, zwischen Granitbergen und Schneefeldern marschieren – sechs Tagesetappen durch ein abwechslungsreiches Bergland.



Viele Vorarl-Berge lassen sich per Bahn und Bus erreichen.



Fotos: Ralf Gantzhorn, Stefan Herbbe, Steffen Farian

### KLETTERN IM BERGELL

Badile, Cengalo, Sciora – Namen wie Musik für Kletterer. Ralf Gantzhorn hat die schönsten Klassiker im raukömigen Bergellgranit erkundet – und spektakuläre Fotos mitgebracht.

# DAV Panorama

Magazin des Deutschen Alpenvereins  
 68. Jahrgang, Nr. 2, April/Mai 2016  
 ISSN 1437-5923

#### Inhaber und Verleger

Deutscher Alpenverein e.V.  
 Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München  
 Tel.: 089/140 03-0  
 Fax: 089/140 03-98  
 dav-panorama@alpenverein.de  
 alpenverein.de/panorama

#### Redaktion

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) – gh (Thema, Reportage, Knotenpunkt.)  
 Andi Dick – ad (Alpenverein aktuell, Bergsport heute, Unterwegs, Thema, Porträt, Reportage, Sicherheitsforschung, Tipps & Technik, Knotenpunkt)  
 Christine Frühholz – cf (Reportage, Natur & Mensch, Fitness & Gesundheit, Kultur & Medien, Leserpost)  
 Jonas Kassner (Panorama online auf alpenverein.de)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von „Knotenpunkt“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV (s. Impressum „Knotenpunkt“).

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt. Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von

Beiträgen und Leserbriefen vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts.

Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte, Führer und aktuellen Informationsquellen.

#### Autoren dieser Ausgabe

Philipp Abels (pa), Michael Baumgartner, Karl-Heinz Berner, Burgi Beste, Jochen Bettzieche (jb), Antje Bornhak, Armin Elser (ae), Gerhard Fitzthum (gfi), Tim Fritz, Christoph Gabrysich (cg), Dr. Stephanie Geiger (sgr), Traian Grigorian, Franziska Horn, Heribert Hoven (hho), Carmen Huder, Andreas Kaiser (ak), Axel Klemmer, Iris Kürschner, Matthias Laar, Anette Lafaire (ala), Christine Laux, Christoph Mitterer, Annika Müller, Eberhard Neubronner (nbr), Nadine Ormo (noa), Michael Prötzel (mpr), Steffen Reich (sr), Thomas Rogall, Gabriela Scheierl, Manfred Scheuermann (ms), Johannes Schmid, Andreas Sieber (as), Rollo Steffens, „Steinfredl“, Axel Wernicke, Maximilian Witting (mw), Martin Wittmann (mwi), Uli Wittmann



Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.

#### 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

G+J e|MS, Direct Sales  
 Brieffach 11, 20444 Hamburg

Executive Director Brand Solutions und Direct Sales: Heiko Hager  
 Director Brand Solutions: Daniela Krebs  
 Tel.: 040/37 03-55 17  
 Key Account Manager: Sabine Plath, Max Schulz, Silvia Vieregk  
 Anzeigentarif Nr. 50 (ab 1.1.2016)

#### Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim  
 Verbreitete Auflage, IVW Quartal 4/15: 675.697  
 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.

# Panorama promotion

**FÜR ALLE  
BERGSPORT-  
BEGEISTERTEN**

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



**TRAUMHAFTES WANDERN**

Steige und Wegschleifen  
genießen in der Premium-  
Wanderregion Saar-Hunsrück



**LEICHTFÜSSIG IM GELÄNDE**

Der steigeisenfeste, komfor-  
table Allrounder von Lowa ist  
jedem Terrain gewachsen



**ZILLERTAL ARENA FÜR BIKER**

Immer abwechslungsreich:  
spektakuläre Trails und  
Panoramafahrten

Zum Schwärmen schön

# Die Zillertaler Bike-Arena



*Von der genussreichen Panoramatour bis zum sportlichen Trail: Radliebhaber kommen in der Zillertal Arena voll auf ihre Kosten, wie Lisa Riedlsperger bestätigen kann.*

Völlig vertieft sitzt mein Mann über Bikekarten, Regionsbroschüren und Katalogen, umgeben von einem Meer an gelben und pinken Post-its mit Notizen, Hinweisen und Tipps, als ich nach Hause komme. Stirnrunzelnd betrachte ich ihn, und mit einem Schmunzeln im Gesicht meine ich: „Da ist wohl ein wenig deine Mountainbiker-Fantasie mit dir durchgegangen? Du weißt schon, dass wir nur drei Tage zum Mountainbiken in die Zillertal Arena fahren und dass das weit mehr Touren-Vorschläge sind, als unsere Zeit und Kraft erlauben?“ Drei Tage später ... Schön langsam kommt mir der Gedanke, dass mein Mann wirklich vorhat, alle Tourenvorschläge der Region an unseren paar wenigen Urlaubstagen abzufahren. Nachdem wir gestern bereits vor dem Früh-

stück zu einer ersten Kennenlernrunde um den Speichersee Durlaßboden und ins Wildgerlostal aufbrachen und dabei einen wunderschönen Sonnenaufgang in herrlicher Ruhe erleben durften und später, nach einem reichhaltigen Frühstück, den Tag auf den neuen Trails am Isskogel verbracht haben, sitzen wir

heute schon wieder im Sattel. Und ich muss ganz ehrlich zugeben, es gefällt mir. Die Zillertal Arena hat mich wohl infiziert, mit dem Biker-Virus, und ich hoffe, mein Mann hat auch diesen Tag genauso toll verplant wie den zuvor. Zunächst steuern wir ein schon bekanntes Ziel an, die Talstation der Isskogelbahn, die uns ganz gemütlich auf 1900 Meter bringt, bevor wir zum ersten Mal in die Pedale treten. Hier starten wir die Panoramatour bis nach Zell im Zillertal. Eine Tour durch wunderbares



*Panoramawege in den Zillertaler Alpen – neben spektakulären Ausblicken gibt es auch im Kleinen viel zu entdecken.*

Infos zur Region:  
 Tourismusverband Zell-Gerlos  
[zillertalarena.com](http://zillertalarena.com)

Auf Biker spezialisiertes Hotel  
 in der Region:  
 Kinderhotel Almhof Family Resort  
[kinderhotel-almhof.at](http://kinderhotel-almhof.at)

Event: Zillertal Bike Challenge:  
 1.-3. Juli 2016  
[zillertal-bikechallenge.com](http://zillertal-bikechallenge.com)

Almgelände, oberhalb der Baumgrenze mit spektakulärer Sicht auf die Zillertaler Alpen und ihre Gletscher. Über zehn Kilometer folgen wir dem Panoramaweg und genießen Naturerlebnis und Ausblick hinein ins Zillertal, bis schließlich die Kreuzwiesenalm zur Einkerkehr einlädt. Wir lassen uns auf der Sonnen-

terrasse nieder, die ich zugleich zu einem der schönsten Plätze, an denen ich je gewesen bin, erkläre. Begleitet vom Glockenläuten der Kühe lassen wir uns mit Zillertaler Kasspatzln, Melchermuas – das übrigens eine Rarität und einmalig auf dieser Hütte ist – Tiroler Gröstl und frischer Almmilch verwöhnen. Wir genießen das leckere Essen und die tolle Aussicht, während wir die möglichen Touren für den morgigen, letzten Urlaubstag durchgehen. Mein Mann gerät dabei gleich ins Schwärmen: „Rauf zur Hirschbichlalm, ein einmaliger Aus-

sichtspunkt, oder ins schöne Krummbachtal oder doch lieber über den bei Alpencrossern so beliebten Pass, den Krimmler Tauern?“ Jetzt liegt es an mir, ihn zu stoppen. Das wäre dann doch ein wenig zu viel des Guten, aber eindeutig Grund genug, um wiederzukommen und mehr zu erleben, in der Zillertaler Bike-Arena. Jetzt ist es vorerst an der Zeit, das Dessert zu genießen, dann den Highlight-Trail mit 1400 Höhenmetern und wenig Unterbrechungen hinunter nach Zell am Ziller.

**Info zu Mountainbike-Regionen und -Hotels:**  
[bike-holidays.com](http://bike-holidays.com)

## Entdeckertour im Himalaya Von Ladakh nach Kashmir

Ladakh, Nubra, Kashmir – drei Juwelen und einzigartige Schätze im indischen Himalaya: Jeder Tag dieser Tour ist ein wirkliches Kleinod und bringt Kultur, Natur, Tradition und atemberaubende Bergwelten des buddhistischen Himalaya in harmonischen Einklang. Achtsam und



mit viel Zeit können sich die Teilnehmer akklimatisieren so wie die frühen Reisenden und Entdecker Sven Hedin oder die Münchner Brüder Schlagintweit. Die Höhe bedingt Langsamkeit und diese Langsamkeit kommt den Reisenden zugute. Es sind Bilder, kleine Kunstwerke und Aquarelle, die in unserem Kopf entstehen. Jedes Kloster und jedes Mandala öffnet eine Tür für Einblicke in die komplexe Welt der tibetisch-buddhistischen Philosophie. Klöster und Wege abseits der üblichen Touristenpfade zeigen die Vielfalt dieser Region. Der Weg führt von den Hochgebirgswüsten Ladakhs zum lotusbedeckten Dal-See in Kashmir. Das ist die große Kunst des Reisens: Ruhe, intensive Eindrücke und unvergessliche Blicke. Die von Joachim Chwaszcza ausgearbeitete und geführte Tour ist bei Entdecker-Touren als Studienreise zu finden (Zeitraum: 27. August bis 9. September 2016).

**Info:** [entdecker-touren.com/64223](http://entdecker-touren.com/64223)

## Saar-Hunsrück Wanderregion zum Träumen

Den Blick schweifen lassen, die Ruhe in der Weite der Hunsrückhöhen spüren und die Stille der Natur erfahren – das erleben Wanderer in der Premium-Wanderregion Saar-Hunsrück. Die im September 2015 ausgezeichnete Premium-Wanderregion bietet alles, was das Wanderherz höherschlagen lässt: eine Vielzahl prämiierter Wanderwege im Mittelgebirge, ausgezeichnete Tourist-Informationen und Qualitätsgastgeber, die regionale Gerichte zubereiten und speziellen Wanderservice bieten. Hier steht einem rundum gelungenen Wander-Wohlfühl-Urlaub nichts im Wege! Die 410 Kilometer des Saar-Hunsrück-Steigs von Perl bis Boppard sind Teil des Fernwanderwegs E3. Auf ihnen und den insgesamt 111 Rundwegen, den Traumschleifen Saar-Hunsrück, erlebt der Wanderfreund im Saarland und in Rheinland-Pfalz Natur pur. Die Region liegt im grenzüberschreitenden Naturpark Saar-Hunsrück mit unzähligen Naturschätzen und dem



Herzstück – dem 2015 neu eröffneten Nationalpark Hunsrück-Hochwald. Veranstaltungstipp: der jährliche Saar-Hunsrück-Steig-Wandermarathon mit echter 42-km-Marathon-Distanz und zwei weiteren Strecken. Termin: Sonntag, 26. Juni 2016.

**Infos:** [saar-hunsrueck-steig.de](http://saar-hunsrueck-steig.de)

## Das Pflegeset für Ihre Schuhe

**STOFF & LEDER-IMPRÄGNIERUNG UND REINIGUNGSGEL VON NIKWAX**



Wanderstiefel wollen regelmäßig gepflegt werden. Das lohnt sich, denn mit regelmäßiger Pflege lässt sich die Lebensdauer der Lieblingsschuhe verdoppeln: Schmutz entfernen mit dem besonders sanften aber effektiven Nikwax Reinigungsgel mit Bürste und lauwarmem Wasser. Schuhe aus Stoff und Leder werden anschließend mit der speziell entwickelten Nikwax Stoff & Leder-Imprägnierung behandelt, einfach mit Schwamm auftragen oder mittels Pumpspray aufsprühen. Die wasserabweisende Wirkung tritt sofort ein, auch wenn die Schuhe noch nass sind. Sämtliche Nikwax-Produkte sind zu hundert Prozent PFC-frei, nicht entzündlich und frei von Treibgasen.

**Preisempfehlung** (125 ml): € 7,- (Gel) / € 9,- (Imprägnierung) / € 10,- (Pumpspray), nikwax.com



## Leki Micro Vario Carbon Antishock

**DIE KLEINE, FALTBARE TREKKINGSTOCKVARIANTE MIT DÄMPFUNGSSYSTEM**

Überzeugend konstruiert ist der voll ausgestattete faltstock, der zwanzig Zentimeter höhenverstellbar ist, mit seinem Dämpfungssystem. Der Einsatz ist vielfältig, ob für den Zustieg zum Klettersteig, zum Trailrunning, als Trekking- oder Reigestock. Durch die ausgetüftelte Elastomerfunktion werden über vierzig Prozent der Impulskraft direkt absorbiert. Der kantenfreie Aergongriff liegt perfekt in der Hand. Atmungsaktiv und leicht ist das Skin Strap. Schnell und einfach aufgebaut wird das Modell durch den Push-Button-Release-Mechanismus.

**Preisempfehlung:** € 169,95 (Lady u. Unisex), leki.com

## Hochvariable Doppelzipp-Wanderhose

**DIE HOSE, DIE JEDE BEWEGUNG MITMACHT**

Eine super Wahl u.a. für Fernwanderungen und Mehrtagestouren ist die Funktionshose Marinus (Herren) und Rovina (Damen) von Maier Sports mit wasserabweisendem, bi-elastischem Polyamid-Stretchgewebe und erhöhtem UV-Schutz 50+. Dank dryprotec schnell trocknend, lässt sie sich auf Bermuda- und  $\frac{3}{4}$ -Länge abzippen. Besonders praxisorientiert ist die T-Zipp-Konstruktion am unteren Bein-Reißverschluss, so dass man die Schuhe beim An- und Abzippen nicht ausziehen muss. Weitere Details sind der elastische Bund mit Gürtel, Sicherheits-, Bein- und Gesäßtasche sowie Reflektorstreifen, um die Sichtbarkeit in der Dämmerung und bei Dunkelheit zu erhöhen (lieferbar in Normal-, Kurz- und Übergrößen).

**Preisempfehlung:** € 129,95, maier-sports.de



## Trad 25

**REDUZIERT AUF SICHERHEIT**



Wenig Gewicht und ein Rettungssystem zeichnen den Kletterrucksack Trad 25 aus. Ein integrierter Recco-Reflektor in Kombination mit dem neuen Hubschrauber-Rettungssystem SAR 1 ermöglicht eine schnelle Auffindbarkeit. Ausgestattet mit einem leichten, flexiblen und herausnehmbaren Aluminiumrahmen und einem Vollkontakt-Tragesystem, sitzt der 750 Gramm leichte Rucksack perfekt am Rücken. Das Hauptfach erreicht man über einen umlaufenden Reißverschluss in der Front oder über eine innovative Deckelöffnung. Zusätzlich ist der Trad 25 mit einer einfach zu bedienenden Seil- und Pickelhalterung ausgestattet.

**Preisempfehlung:** € 124,95, ortovox.com

## Mountain Equipment Odyssey Jacket

**LEICHTE UND ROBUSTE HARDSHELL FÜR DEN ALLROUNDEINSATZ**

Drillite® – so heißt das hauseigene 3-Lagen-Laminat von Mountain Equipment, das auf einer PU-Membran basiert. Mit einer Wassersäule von 20.000 Millimetern und hoher Atmungsaktivität überzeugt das neue Odyssey Jacket auf jeder Tour. Gewohnt strapazierfähig, leicht und hochfunktional. Schmäler Alpine Fit mit vorgeformten Ärmeln, wasserdichte Zipper von YKK®, verstellbare Kapuze und Unterarmbelüftung machen diese Jacke zum perfekten Begleiter am Berg. Erhältlich als Damen- und Herrenversion. Gewicht: 385 Gramm.

**Preisempfehlung:** € 299,90, mountain-equipment.de





## efasit® Outdoor Powercreme

### SCHÜTZT VOR BLASEN UND WUNDEN STELLEN

Die Produkte des efasit®-Pflege-Systems kümmern sich um überlastete Füße und sorgen dafür, dass Sie immer gut zu Fuß sind, egal wie weit es bis zum Gipfel ist. Die efasit® Sport Outdoor Powercreme mit dem Wirkstoffkomplex aus natürlichem Hirschtalg, Bienenwachs und Zink bildet eine widerstandsfähige, rückfettende und feuchtigkeitsabsorbierende Schutzschicht und schützt so vor Wundreiben und Blasen an den Füßen, Oberschenkeln und Gesäß. Vielseitig einsetzbar bei verschiedenen Aktivitäten und extremen Belastungen.

Preisempfehlung: € 9,99, efasit.de

## PREDAZZO GTX® Ws

### ALLEN HERAUSFORDERUNGEN GEWACHSEN

Dieser steigeisenfeste, vielseitige und komfortable Allrounder mit wasserdichtem GORE-TEX®-Futter ist auf allen Untergründen ein perfekter Begleiter. Die innovative Zwischensohle aus EVA und PU dämpft den Fuß. Die hocheffektive Vibram®-Mulaz-Approach-Pro-Außensohle gibt sicheren Halt auch bei schwierigen Untergründen. Ein Backpacking-Schuh, der dank hochwertigem Schaft aus Spaltleder und den aus einem nahtlosen Stück gefertigten Vor- und Mittel- fußteilen gut sitzt. Die innovative flexible Schnürung passt sich optimal an den Fuß an. Qualität und geringes Gewicht – der Predazzo GTX® Ws ist jedem Terrain gewachsen.

Preisempfehlung: € 219,95, lowa.de



## fēnix® 3 HR Saphir

### PERFORMANCE TRIFFT DESIGN

Eine für alle(s) – die fēnix® 3 HR Saphir vereint Multisport-Uhr mit edler Smartwatch und ist der optimale Begleiter für drinnen wie draußen. Die integrierte Antenne sorgt auch unter schwierigen Bedingungen für eine schnelle und stabile Erfassung der GPS/GLONASS-Satelliten sowie eine höhere Genauigkeit im Gelände. Beim Trailrunning, Bergsteigen und Skifahren dokumentiert sie dank des barometrischen Höhenmessers jeden Auf- und Abstiegsmeter. Ein weiteres Highlight der fēnix® 3 HR Saphir stellt die Wegpunktnavigation am Handgelenk mit grafischer Trackanzeige dar. Ein optischer Sensor misst die Herzfrequenz direkt am Handgelenk inklusive 24-Stunden-Messung und Schlafanalyse.

Preisempfehlung: € 599,99, garmin.de



## Lodenrucksack Tannhorn

### BEIM STEINKAUZ IST ALLES ECHT ECHT



Die kleine Firma Waldkauz ist bekannt für hochwertige Jagdausrüstung und Bekleidung aus Loden und Leder. Steinkauz ist die Serie für Wandern, Freizeit, Berge und Naturerlebnis. Der Wanderrucksack Tannhorn wird aus reinem Schurwoll-Loden, echtem Leder und natürlichem

Wollfilz gefertigt. Erhältlich in verschiedenen Farben, ist er mit seinen vielen Außentaschen, den mit Filz gepolsterten Trageriemen und einem Volumen von etwa 26 Litern für den Wandertag ebenso gut geeignet wie für den alltäglichen Gebrauch. Steinkauz-Produkte werden mit Sorgfalt und Liebe zum Detail gefertigt und aus Loden, Leder und Filz in Deutschland hergestellt.

Preisempfehlung: € 219,-, steinkauz.com

## Haglöfs Herakles Jacket

### MAL EBEN SCHNELL DEN GIPFEL STÜRMEN

Speed-Begehungen erfreuen sich zunehmender Beliebtheit. Da müssen Vorbereitung, Training und Ausrüstung einfach stimmen. Das Herakles Jacket, das Topmodell der Mountain-Ultimate-Kollektion, ist eine Hardshell-Jacke aus dreilagigem Gore-Tex-Material mit der C-Knit Backer Technology. Im Rucksack verstaut, ist sie als zusätzlicher Schutz bei Bedarf schnell zur Hand und leistet wie ihr sagenhafter Namensvetter aus der Antike stets gute Dienste. Die Passform der Kapuze wurde mit integriertem Stretch-Einsatz für optimale Bewegungsfreiheit beim Klettern gestaltet.

Preisempfehlung: € 550,-, haglofs.com





**PATAGONIEN**  
 Individuelle  
 Reiseplanung vom  
 Spezialisten

**SANTANA  
 Travel**  
 AUSSEERGEWÖHNLICH  
 VIELFÄLTIG

- Individuell
- Selbstfahrer
- Gruppen

82362 Weilheim · Tel. 0881-41452 · www.SantanaTravel.de

**Pension Maria\*\*\*\*** Anterموia im **Gadertal**; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter**: Skifahren & Schneeschuhwandern. **Sommer**: Wandern, MTB & Motorrad. HP ab € 49,- Fam. Erlacher. **www.pension-maria.it**  
 Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: info@pension-maria.it




**Azoren intensiv**

**Gartenkultur, gelebte Tradition & unverfälschte Küche**  
 Genießen Sie eines der letzten Naturparadiese Europas. Die Azoren-Insel Sao Miguel bietet Kraterseen, subtropische Naturparks und Teeplantagen. 8 Tage - Direktflug - Ü/HP im DZ - 5 gef. Touren - ab € 1.290,- p.P.  
 ☎ 0761 - 45 892 890  
 Blumenstr. 10a, FR-St. Georgen  
 www.picotours.de

Termine: 14.04.16 · 30.06.16 · 14.07.16  
 28.07.16 · 11.08.16 · 08.09.16  
 20.10.16



**TREKKING & EXPEDITIONEN  
 IN NEPAL, DOLPO & MUSTANG**

**JETZT NEU:**  
 z.B. Saribung Peak, persönlich mit Alexandra Rother (15 Jahre Nepal-Erfahrung).  
 ODER: Trekking mit der ganzen Familie!

**7 GUTE GRÜNDE:**

- ★ zeitlich flexibel
- ★ authentisch & echt
- ★ persönlich & individuell
- ★ einfach bis anspruchsvoll
- ★ Einzel- und Gruppenreisen
- ★ preiswert, weil lokale Partner
- ★ Kontakt zur lokalen Bevölkerung

Jetzt unverbindlich anfragen:  
 Alexandra Rother  
 Handy: 0174 456 46 96  
 info@reiseziel-nepal.de

**NEPAL TREKKING**

www.reiseziel-nepal.de

**Azoren  
 Madeira  
 Kanaren  
 Kapverden**

Neuen Katalog anfordern!

Seit 17 Jahren individuelle Rund- u. Wanderreisen vom Experten

www.seabreeze.travel

**TRAILS**  
 Natur- und Erlebnisreisen

www.trails-reisen.de  
 Tel. 0831-15359

Jetzt Katalog anfordern 2016/17

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona  
**ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN**  
**Bergschule Oberallgäu**  
 www.alpinschule.de ☎ 08321/4953

**Reisch Reisen**  
 Geführte Individualreisen mit verlässlichen Partnern vor Ort:  
 Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania, Indien, Armenien, Georgien u. v. m.  
 Tel. 089 8505560, www.reisch-reisen.com

Sie möchten im Bereich Outdoorworld inserieren?  
 Mehr Infos unter www.kleinanzeigen.guj.de

**Räer**  
 AUSRÜSTUNGEN

**MOLESKINHOSE BW**  
 Zum Top-Preis:  
 23,80€ + 4,95€ Versand  
 www.raer.de

**Alpinschule OBERSTDORF**

Katalog anfordern!

**Zu Fuß über die Alpen!**

Tel: 08322-940750  
 www.alpinschule-oberstdorf.de

**Aktivurlaub**  
 Sommer: Kanu, Rad, Wandern  
 Familien: Reisen, Unterkünfte  
 Winter: Langlauf, Ski, Husky

**RUCKSACK REISEN**

Tel. 0251-871880  
 www.rucksack-reisen.de

Ihr Partner für individuelle Reisen nach Nepal  
**nepalwelt-trekking.com**  
 Adventure • Trekking • Culture  
 Eigenes Büro in Kathmandu

**Spanien**  
**Wandern und Trekking**  
 Sierra Nevada - Pyrenäen - Küstenwandern  
 Tel. 0711-833340 · www.abanico-reisen.de

**RIESENGBIRGE - DURCHQUERUNG**  
 www.wandern-im-riesengebirge.de

Schmalfilm und Video auf DVD  
 www.filme-sichern.de  
 Tel.: 08458/381473

mit profis am berg

Alpenüberquerungen, Bergwanderungen, Hochtouren, Ski- und Schneeschuhtouren für jede „Leistungsklasse“.

**BERGSCHULE**  
 KLEINWALSERTAL www.bergschule.at

**Aktivurlaub in den Dolomiten!**

Wanderwochen v. 04.06. - 06.08.16

Übernachtungen inkl. Frühstück, 4-Gang-Abendmenü, tgl. Marschverpflegung, geführte Wanderungen mit hauseigenem Wanderführer, Willkommensumtrunk, Galadinner, Benutzung der Wellness-Alm.

P. Pers. ab € 371,- Kinder bis 6 Jahre gratis  
**Almhotel Lenz\*\*\*\*s**  
 Hinterbergstr. 3 · I-39030 Olang  
 Tel. +39-0474-592053  
 info@almhotel-lenz.com · www.almhotel-lenz.com

**Tauferberg**  
Berglust im Tiroler Ötztal  
am Hochplateau von Niederthai,  
mit Wellness, schönen  
Zimmern & Suiten

Wandererlebnis ab € 53,- p.P. inkl. Halbpension  
3 Nächte Schnupperwandern € 209,- p.P.

A-6441 Niederthai 12a - Tirol 0043/5255/5509  
**WWW.TAUFERBERG.COM**

**Wanderurlaub im  
Land- und Appartementshaus Empl**  
7 ÜN im Panorama-DZ inkl. Verwöhn-HP  
und gef. Wanderungen ab € 399,-/P.  
Appartements für 2 Pers. ab € 54,- p.T.  
Appartements für 4 Pers. ab € 75,- p.T.  
Buchacker 4; 5621 St. Veit im Pongau  
Salzburger Land; Tel.: 0043 / 64 15 61 24  
**www.landhaus-empl.at**

**INDIVIDUELLE BHUTAN-REISEN**  
vom Experten

Info: +49.8362.9308672 | [www.berghorizonte.com](http://www.berghorizonte.com)

**berg  
horizonte**

**www.  
berghuetten.com**

Faszination  
**Comer See**  
Idyllische Landhs. & Ferienwohnungen  
[www.labreva.com](http://www.labreva.com) Tel. 08178 997 87 87

**Chalets zum Abfahren!**  
500 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers.  
in den besten Skigebieten der Alpen  
Katalog: 02 51/899 05 30  
Online buchen/Katalog ordern:  
**www.Frosch-Ferienhaus.de**

Möchten Sie in der  
Outdoorworld inserieren?  
Rufen Sie Hajo Weber unter 040-3703 6445 an.

**Bergfrühling**  
am Achensee im Rofan  
„Das Kletter- und Wandergebiet in Tirol“  
Der Klassiker: **5-Gipfel Klettersteig**  
Doppel FR: ab € 30,-  
Mehrbett FR: ab € 23,-  
Juni: „Almrosen- und Enzian-Zeit“  
**Berggasthof Rofan**  
Telefon 0043-524-35058  
E-Mail: [rofan@achensee.com](mailto:rofan@achensee.com)  
**www.berggasthof-rofan.com**

+39 0473 923602  
Fe/Wo bei Meran - Naturpark Texelgruppe  
Panoramaaussicht & Schwimmbad  
**www.innerfarmerhof.com**

MacGillivray Freeman's  
**WILD AMERICA**  
Die schönsten Nationalparks  
3D

Neu ab  
4. März

IMAX® 3D LASER 4k Kino Museum Sinsheim  
**www.imax-laser-sinsheim.de**

## PLZ 20000-29999

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

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**

**JETZT 36x  
IN DEUTSCHLAND**

+ Online-Shop unter:  
**www.MCTREK.de**

Info-Telefon: 0 61 81 - 95 26 30  
(Mo. - Fr. 08.00-18.30 Uhr / Sa. 09.00-13.00 Uhr)

## PLZ 90000-99999

**LAUF & BERG  
KÖNIG**

... direkt am Arnulfplatz

Neuhausstrasse 4 | 93047 Regensburg | 0941 - 646636 - 0

... unser Onlineshop für hochwertige Lauf- und Bergsportartikel! ...  
**WWW.LAUF & BERG.DE**

## PLZ 40000-49999

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

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

## PLZ 60000-69999

Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe

**schuh  
keller**  
Perfektion. Tradition. Qualität.

Wredestraße 10  
Ludwigshafen am Rhein  
Tel. 0800 / 5112233  
**bergschuh-keller.de**

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit

**Erfurt:**  
Schlösserstraße 28  
99084 Erfurt  
Tel.: 0361 - 601 77 80

**48143 Münster: terracamp Reiseausrüstungen**  
Aegidiemarkt 7, Tel. 02 51/4 57 77, 800qm Zeitausstellung.  
An der Hansalinie 17. [www.terracamp.de](http://www.terracamp.de)

93086 Wörth/Do.: Der Ausrüster, Ludwigstr. 7, Tel.:  
09482-3738; [www.der-ausruester.de](http://www.der-ausruester.de)

## INTERNET

## PLZ 50000-59999

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit

**Hamm:**  
Ritterstraße 2  
59065 Hamm  
Tel.: 02381 - 927 259

## PLZ 80000-89999

**80337 München: OUTDOOR-SCHUHE** - Fachgeschäft für  
Tropen-, Berg- und Trekkingschuhe, Kapuzinerplatz 1,  
Tel. 089/74 66 57 55

**85049 Ingolstadt: SPORT IN** Spezialgeschäft für Bergsport,  
Trekking, Skitouren, Klettern. Friedrichshofenerstr. 1d.  
Tel. 0841/9936720, [www-sport-in.net](http://www-sport-in.net)

**Active Peru Travel** [www.activeperu.com](http://www.activeperu.com)

**Wortanzeigen einfach selber buchen!** Klicken Sie auf den  
Link [www.kleinanzeigen.guj.de](http://www.kleinanzeigen.guj.de) und schon sind Sie auf dem  
Kleinanzeigen-Portal.  
Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig  
erfassen und buchen. Ihr Inserat kann dann bereits in der  
nächst erreichbaren Ausgabe veröffentlicht werden.

## VERMIETUNGEN

**TOSKANA** www.toscana-mare.de  
Tel. 08662/9913

**Berghütte** im Kleinwalsertal ganzjährig zu vermieten ideal für Verein 22+4 Betten  
www.heuberghuette.de

Ihre Ferienwohnung in der Theaterstadt Meiningen, zwischen Thüringer Wald und der Rhön: www.ferienwohnung-kirbis.com

**Provence - Südluberon:** FeWo in Dorfhaus für 2-4 Pers. Perfekte Erholung durch Ruhe, Sport, Kultur und Seele baumeln lassen. margret@nischak.de

**Allgäu / Oy-Mittelberg.de:** Komfortables **Ferienhaus** 85 qm, 3 Zimmer, 2 Bäder, Kontakt: ferienhaus-oy@flottbee.de

**Cilento/Italien,** FeWo direkt am Meer in schöner und ruhiger Lage, Baden vor dem Haus, Bootsausflüge, Wandern im Naturpark, Tel +498962835928, www.lapunta.de

**Korsika,** Fewo (2-3 Pers.) in hist. Haus in einem typisch korsischen Dorf bei Calvi, GR 20, Wander- und Klettergebiet, Tel. 089-931554 od. 0172/8424011

MTB, Klettern & Wandern in EHRWALD - Zugspitze, ideale Lage, neue FeWo, 2DZ & Bäder, Wohnküche, 4Pers; HP: beimlaisi.at

2x FeWo Süd-Vogesen, 6/4 Pers., Wandern, Biken, villa-marguerite.de

**Ankommen/Wohlfühlen**  
www.felswelten.de

Dolomiten: Große FeWo bis 9P. privat, App: www.apmato.com/cfg T. 0173 6148155

**Andalusien:** FeHs mit Komfort, Meer- + Bergblick, priv. Pool, ideal zum Wandern, Meer, Erholung: www.villa-andalusien.de

**Weisshorn Mischabel Lagginhorn** im Herzen der Walliser 4000er. Ferienstadel 1.200 müM, bis 5 Pers. auf Biobergbauernhof. Tel. +41 27 952 2958 · www.walkerstein.ch

## IMMOBILIEN

**Gohrisch Elbsandsteingeb.** FWO  
70qm 3ZKB Balkon Keller PKW  
Stellplatz VB 98000€ Tel. 08105/22218  
andrea.horwath@web.de

**Rentnerpaar, Mitte 60 sucht**  
Alm-Berghütte (Wohnküche - Schlafen - WC/Dusche?) in ruhiger Lage (Bay, Allg, Voralberg) zu Kaufen/Mieten Juni-September. Tel.: 07382 1428

**Kärnten/Gerlitz** im Ski+Wander-Paradies, Holzhaus (ca. 85qm) + 5.700 Grund, Traumblick aus 1500m, VB 195.000€. T. 0171-2766929

**Erfolgreiche** seit 2007 auf dem Markt gut etablierte **Pension** an der Ostküste **Sardiniens** zu übernehmen. In idealer Lage, Bergsport- mit Badeurlaub zu verbinden. Geeignet für sportbegeistertes Paar, das ihrem Leben eine neue Richtung geben will. www.peteranne.it/de/

## VERSCHIEDENES

**Hoehenangstkurse** unter professioneller psychologischer & alpiner Leitung: www.keine-hoehenangst.de

**Alpiner Orientierungskurs für Frauen!**  
Infos unter www.wege-ins-freie.de

**Achtung Hüttenwirt:** Ich bin Koch und Allrounder für die Saisonspitzen. Tel. 0176 51387221

## REISEPARTNER/IN

**Nepal, Annapurna-Umrandung** vom 01.10.16 - 24.10.16, mit Guide und Trägern, Gruppe bis 10 Personen, meine 11. Nepal-Reise privat als DAV-Mitglied, Info bei helmut.henschen@gmx.de, Tel. 0162-4093041

R8 Trekkingpartner/in Alaska ges., w53 naturundkultur62@web.de

**Neuseeland:** Natur-, Kultur-, Erlebnisreise durch eines der schönsten Länder auf dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harald Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch faszinierende Landschaften reisen. Tel. 07551/301166 www.harrytours.de

Wildniswandern **Kreta**, 12 Tage-Trekking, herausfordernde Landschaften zwischen Berggipfeln und Meer. priv. org. Kl. Grp. 017696821109 Wildnis-Leo.jimdo.com

Ich (w, 44) suche Begleitung für Bergwandern zu Zweit, im September. alexandra111@web.de

**Erfahrener Wohnmobilst, 87,** sucht Reisepartnerin für Europareisen mit VW-California. Tel. 08092/31545

**Dolomiten-Wanderung** von Hütte zu Hütte, Bergtour in wilder Felslandschaft, 24.-30.Juli, kleine nette Gruppe (40-59 J.) Alles Weitere: dolomitenwandern@web.de

Einsames Trekking in **Nepal** m. **Mera Peak 6476 m** Kl.Grp., indi Betreuung, priv. organ. 07.05.2016, 22 Tg. Tel. 08586-2905

**La Palma**, 25.06.2016, 8 Tage 6 schönsten Wanderungen priv. organ. Kl. Grp. Tel. 08586-2905

**Madeira** Wanderreise, 29.10.2016, 8 Tg priv.,kl.Grp., indi. Betreu., Tel. 08586-2905

**Äthiopien** 28.12.16, 16 Tg, priv. organ. Trekking Ras Dashen 4550 m u. Kultur kl. Grp., ind. Betr., Tel. 08586-2905

Traumtour **Kilimanjaro**, 19.01.2017, 17 Tg mit Meru u. 3 Safaris, priv. organ., Tel. 08586-2905

**Kapverden** Wander u. Kulturreise 09.04.2017 14 Tg., kl. Grp., indi. Betreu., Tel. 08586-2905

## BEKANNTSCHAFTEN

**Rm 9:** Bergbegeisterte junge Eltern (7 Mon.) sucht Gleichgesinnte für gemeins. Touren (W/S) mit geteilter Ki-Betreuung. gunther.klos@freenet.de

**Du magst** lieber Kaspressknedl statt Powerbar? Dann bist Du bei mir richtig: Humorvolle, MTB-begeisterte SIE (40+) sucht sportliche SIE für Berge, Natur, gute Gespräche und wenn es passt auch für eine Partnerschaft. Sommergemse@freenet.de

RM18, lebensfrohes, humorvolles, bayr. Energiebündel im Norden (Akad, 32, 173, 55, NR) sucht bergbegeistertes Pendant f. gemeinsame Bergtouren (mit/ohne KS!) BmB bergsehnsucht@web.de

**Frühling!** Ich (m, 45/181) suche symp. Wanderfreundin für gemeins. Touren, gerne auch mit Wellness. R 60/63/97; bergtour2016@gmx.de

Hey **Tim**, Notkarspitze-Biwakierer v. 24.10.15. Würde gern über w. Bergtouren mit dir plaudern. karottencaro@gmx.de

**Trekking Nepal Westl.** Dolpo privat organ. 09.2016, 35 T. Tel. 0351-8490513

**Rm M:** Wir (W. 47 u. Tochter 8 Jahre) suchen neue Freunde für gemeinsame Unternehmungen. lsm07@web.de

**25.12. Säulinghaus.** Seit ich mit meiner erw. Tochter lieber dort, als unterm Christbaum war, möchte ich dich gern: wiedersehngmx.de

Frau aus dem Allgäu (59) wünscht sich einen erfahrenen Begleiter (56 - 65) für genussvolle Skitouren. Und wenn uns der Schnee ausgeht? Berg-, Radtouren. Oder mal was ganz anderes. lossitlugg@gmx.de

**„Liebe Rennradbegeisterte**, ich fahre sehr gerne Rennrad und nehme auch an Rennen teil. Nun suche ich nach Trainingspartnerinnen im Raum Augsburg. Ich freue mich über Antworten. LG Steffi" mairosersteffi@web.de

**Rm 97** Wir (m 31 w 29) suchen gleichgesinntes Paar für Wanderungen u andere Outdooraktivitäten. chritayl@gmx.de

**Rm83**, lustiger BGLer 45/178/70 sportlich, gepflegt. Suche ebensolche Frau, für gemeinsame Touren auf Berg und im Tal, Terme und Wärme, tanzen, lachen und Zusammenhalt im Leben. bg1.echtgut@web.de

Liebev. Abenteurer mit viel Zeit, Kletterbegeisterung, Reiselust und offenem Herz u. Geist gesucht. Rm 9,w.49,wuestenblume9@gmx.net

## SIE SUCHT IHN

**Aktives und attraktives Mädli (63 J, 1,64 m, 62 kg) sucht Partner für Urlaub und evtl. mehr. Zuschriften mit Bild bitte gerne an: hilde.drexler@web.de**

RM Stuttgart: Sie 59J. 160 hat Lust auf Ihn für erfüllte Partnerschaft! Jetzt nach dem die Kinder groß sind-keine Familienplanung. Jeder beruflich auf festen Füßen steht. Die Lust des Lebens angehen zu zweit auf Bergen und in Tälern Neues beginnen.

Er, wandert gerne, Hochgebirgstouren, Vergnügen beim Skifahren-Langlauf-Touren, Joggen, reiselustig, Kultur interessiert, Lust auf Städtereisen und immer wieder Natur, Natur! Gerne auch einen Teil davon und ich lerne neue Themen kennen. Freue mich auf Rückmeldungen und Bild Marie\_Anne@live.de

**R8/überall:** Leben, Lieben, Lachen, Reisen, Wandern, Genießen - lebenslustige, vielseitige, jünger aussehende u. lebende Sie (45) sucht humorvolles, weltoffenes Pendant. (BmB) sonneundluft@web.de

**Rm Leipzig/ Halle:** Bewegungsfreudige Sie (62/ 170/ 65) sucht ebensolchen sportlichen, geselligen Begleiter für Berg und Tal, Winter, Sommer und Wasser. neuewege15@gmx.net

**Suedl. Obb:** Suche einen ganz normalen, Mann, Typ liebenswerter Naturbursche, für d. Kl. u. gr. Abenteuer im Leben. Bin 51 J., gehe gerne zum (Fern-)wandern, mag Tiere u. Pflanzen u. liebe d. einfache Leben auf d. Land. Wenn Du das auch magst, freue ich mich auf Deine Mail, BmB, E-Mail: b95950@web.de

**So schön im Pfaffenwinkel**, zu zweit noch schöner! Welcher kluge freundlicher er mag mit w, 62, 158, 50 kg, durch die schöne Gegend wandern, radeln, gut essen, ein wenig Kultur genießen ... wenn's passt auch mehr. Raum aus und rund um Pfaffenwinkel. Bildzuschriften an: mail-an-pfaffenwinklerin@gmx.de

## KLEINANZEIGEN

**R 7/8 Allgäu** Vielseitige, sportliche & attraktive Frau (33, 1,70) mit HHH, liebt Natur, Bergtouren, Biken, Skifahren uvm sucht männliches Pendant (bis 40J.) BmB saved69@web.de

**FR/Schwarzwald:** 45,170,attr. suchelhn bmb (Ski, Wandern) Natura7@web.de

Rm9: suche lebensfrohen, sportl. Lebenspartner für Berg u Tal, LL, Ski u vieles mehr was zu 2t Spaß macht - bin 63/165 schl., sehr sportl u reiselustig. BmB an ju\_la-ba.52@gmx.de

**Berlin/Umgebung** Ich (43/175/60/Akad) möchte Dich finden: Einen humorvollen, naturverbundenen u ehrlichen Partner mit Vergangeneheit (auch Kinder u Tiere), um das Glück zu verdoppeln, das Leben zu genießen u an Herausforderungen gemeinsam zu wachsen. Schreibst Du mb an lchseemeerberge@gmx.de ?!

Fröhliche Sie (43) mit Kind (3) sucht einen weitoffenen, naturbewussten und kreativen Partner. Camping, Fernreisen, Wandern, Sauna, Gelassenheit bringe ich in meinem Rucksack mit. bmb irisblumen@web.de

**Allg.:** (Berg)sportl. sie (40/NR), die für Kino, Tollwood Festival + (Kunst-)Museum zu haben ist; Bücher, die asiatische Küche sowie Schweizer Wurstsalat liebt, aber keine reinen Badeurlaube mag, sucht ehrliches Pendant mit Bodenhaftung, das Glück u. a. mit gem. Familie verbindet. BmB: gluecksgriff@gmx.de

**K/AC** Sportl., attr., naturverb. Mann bis 50 wird gesucht von Frau 43/1,68 cm, schlank, humorvoll, mit Gefühl, für Sport/Genuss/Kultur. Wenn nicht jetzt.... 1Lilith@web.de

**Rm 1:** Nach vielen langen Reisen ist mir Berlin zur lieb gewonnenen Heimat geworden. Hier arbeite ich als Hebamme und genieße den Trubel, das Tempo und die Vielfalt. Energie tanke ich an den Seen, beim Klettern und Yoga - und so oft wie möglich in den Alpen. Das möchte ich teilen. beritberlin2016@gmail.com

**Fränk.Schweiz,** die ich lieben gelernt habe! Bin mit 61/164/50NR noch fit und gerne beim Klettern, MTB-Trek. Rad- und Skifahren, möchte nicht mehr alleine das Leben genießen! Wo bist du? BmB lebenusport@gmail.com

**RM 67:** Sportlich attraktive Berg&Talfrau (57/173) wünscht achtsamen Mann (52-60, NR) mit Humor, Stil und Abenteuergeist. bergundtalfrau2016@gmx.de

Rm 54: Tiefgang und höhentauglich? Seil- u. Lebenspartner? Akad., 46, 175, NR sucht Dich. BmB, 216berge@gmail.com

RM93: w/49/178/Akad., sucht vielseitig interess. Partner mit Sinn für Bewegung in der Natur, für Berghütten, aber auch Wellnesshotels, denn die müden Knochen sollen sich erholen können (gutes Essen, Sauna und Massage helfen bekanntlich). BmB monteviso@web.de

**Rm7** Lebendige Sie (57, AKAD) sucht gebildeten, frohgemuten Wanderfreund mit Freude an Natur + Kultur + Gespräch. BmB gemeinsamunterwegs@gmx-topmail.de

**RM 8** Bin 70/1, 68/57/NR lebendig+attraktiv. Möchte zu zweit reisen, tanzen, bergsteigen zu Fuß+mit Ski, suche ihn für Rhythmus, Kunst+Natur. Es ist nie zu spät! Bitte schreibe mir BmB: schneeflimmern@gmail.com

OBb: Sportl u. natürl. Sie (57/178) sucht Dich für Berge, Kultur u. ? Bergglueck@web.de

**Rm 3** Attraktive, schlanke, sportliche Sie, Akad., NR 57/165/58 sucht Weggefährten für gemeinsame Bergtouren, Reisen, Wellness, Kultur und alles, was das Leben zu zweit schöner macht. BmB an d.carpe@gmx.de

**RM 7/8, 54 J,** sportlich, schlank, einfühlsam, die Haare grau, im Herzen jung. Bin gesch., die Kinder groß, mein Beruf (Akad.) gefällt mir. Ich möchte wieder eine Beziehung wagen, mich verlieben, gem. lachen und wachsen. Deshalb suche ich Dich: den Mann mit Lebensfreude und Tiefgang! zukunfft@email.de

**Rm8- Bergbegeisterte, humorv. Sie** (63/166/65), NR m. Interesse f. MTB, Wandern, Reisen, Kultur, Lachen u. genießen sucht sportl. intell. Partner (<70) für gemeins. Touren mit Wertschätzung u. Achtung. BmB: berghex131@yahoo.com

**R16 junggebl.** 54-j. Frau sucht schlanken Mann, NR, der, wie ich, die Alpen gern wandernd erlebt. sonnenaufgang62@gmx.de

OAL/OA: Lustige, energiegelotte Wahlallgäuerin sucht Tourenpartner (oder vll auch mehr...) Ski, Berg, Klettern, Segeln, MTB. Bist Du Mitte 40 mit den gleichen Interessen, dann bitte melde Dich BmB: oal2013@gmx.de

**Rm35.. und überall.** W. 47 J., südl. Typ, mit Bergschuh u. Pumps, humorv., sportl., attr., sucht männl. Gegenstück m. Armen zum Festhalten, für feste Beziehung, Zeit in der Natur, viele Aktivitäten u. Zeit zu Zweit, BergeundMehr17@web.de

**AÖ/TS:** Sie 59, 168, schl. sucht Ihn - 64, zum Wandern, Reisen u.v.m. f. e. harm. Beziehung. 59tour2016@gmail.com

**Partner gesucht.** Aktive 51jähr.(1,73m, sportl., schlank), sucht starken Mann für gemeinsames/bestehendes Projekt (Pension, Hütte, etc.) in den Bergen. flaschenpost64@yahoo.de

M/Allgäu: Symp., natürl. Sie (52/168/65) NR, sucht zufriedenen Ihn, mit Freude an Natur+Bergen, BmB **NaturundStille@gmx.de**

**Rm 8:** Lust auf Südf Frankreich? Sportl., attr. Sie (63,174,61) sucht begeistert. Partner für Rad-Wander- Bergtouren, Reisen, Kultur, Tanzen und mehr. Wer radelt mit de Lyon a la Mer? alpenketteindersonne@gmail.com

Wo laufe ich Dir über den Weg? Ich (41 J,160,54) bin sportlich mit MTB, RR, zu Fuß und auch auf ST in den Bergen und im **Raum IN/R** unterwegs. Kochen, Kino und Kultur uvm gehören auch zum Lachen und Leben mit dazu. Vielleicht treffen sich ja unsere Lebenslinien !? BmB **deslebn@gmx.de**

**Bergbegeisterte BerlinerIn,** Mitte 50, 1.72, schlank, intellektuell u. freiberuflich, stets offen für Kunst, Kultur, Natur, die ganze Palette u. gelegentlich vom Fernweh gepackt, sucht für ein langfristiges Miteinander Freund, Gefährten und Geliebten mit Geist, Witz und Figur. Fanny.Vielseitig@web.de

**BY:** „Glück muss man können“, im Alltag, in den Bergen, zu zweit. Ich (44, 169, 60) freu mich darauf - mit dir? Gedanken dazu bmb an: bergerleben1@web.de

Welcher Sport-/ Outdoorbegeisterter M 49+ /- lockt mich W 49 1,74, schlank in seine süddt. Berge? BmB an annapurna66@gmx.de

**Naturverbundene** unternehmungslustige Bergfex (32 J./Raum 83/1,68 m/NR) sucht Gleichgesinnten zum Mountabiken, Wandern und alles was zu zweit mehr Spaß macht. Trau dich, ich freue mich! dorroeschchen1984@gmx.de

**Rm KA** Wir- beide +- 46J.jung, aktiv und spontan- sollten uns unbedingt kennenlernen! **sybmadisch@web.de**

Naturbegeisterte, fröhliche Eva (35) sucht charmanten, sportl. Adam (bis 42) für Outdoor-See-Berg-Paradiese und Stadtwelten. eva10117@gmx.de

**RM80-82:** bist Du (39-45/ab 180/NR) der Richtige zum lachen, reden, teilen, Pläne schmieden, trösten, lieben? Vermisst Du auch Vertrautheit und tiefe Freundschaft?Suchst Du eine Frau(42/175) für gemeinsame Erlebnisse in den Bergen und im Leben? Dann melde Dich! baldzuzweit@outlook.de

Ich (48/170) – eine aufgeschlossene, warmherzige Frau mit direkter Art, sportlich und fast schlank, die gerne die Berge rauf und runter rennt und Familie mag, sucht den Einen. Bist du ein ebenso offener, sportlicher wie kulturell interessierter Mann, liebst die Berge und den Norden? Dann schreib aus Rm 7/überall, ich freu mich drauf: huridu1@web.de

Rm96 CO/BA (47J.) fröhl., unkompl.,sportl.,naturverb.u.Wegbegleiter f. Berg+Tal.Natur+Kultur und viell.für's Leben bmb rr.01@t-online.de

**O-Schwab/Bodens.** wir sind beide um die 65, junggeblieben, bergbegeistert, unternehmungslustig, attraktiv, haben Niveau und Humor und wollen das Leben gemeinsam genießen, BmB Alpenpanorama@gmx.de

Welcher zwischen Lindau und München vorbereitende Königssohn (max. 44, NR) läßt sich von **Schneewittchen** (35, 168, 60, NR) **aus dem Allgäu** verzaubern? Und verzaubert auch sie?! Mit Charme, Kultur, Beziehungsfähigkeit... ?berge@outlook.de

Rm5! attr.sportl,naturverb.Sie (53/165/NR) sucht Partner f.gemeins. GIPFELSTÜRME ;) wandern,MTB,skaten inEifel,Alpen,überall! bmb **Magische\_Momente15@web.de**

UL+?:**Eierlegende Wollmilcheber** sind wohl sehr scheu;-)Find ich(38)Dich hier?schneehuhn77@gmx.de

Rm78: Herzliche Unternehmungs- und Reiselustige (28/1,55/51) sucht sympathischen, smarten, sportlichen Kerl zum lachenundleben@gmx.net (BmB)

**Harz bis Nordsee:** liebenswerte ChaotIn (39,1,70)sucht Dich für Aktivitäten in Berg und Tal (Bergsteigen, Wattwandern, Brotzeit am Gipfelkreuz oder am Deich und gem. Tator- und Kochabende,..) harz-bis-nordsee@web.de

**Rm70** (Herzens-)gebildete, humorvolle Sie - 44, 173, Akad., NR - sucht ebensohlenen Ihn für achtsames + natürliches, musisch- und sportlich-bewegtes Miteinander zu Lande und zu Wasser. BmB. jojuma1971@gmx.de

Lebens-lustige, natürliche, charmante Sie (45/163/Akad.) freut sich auf warmherzigen Mann aus dem Alpenraum (mit Sachla?) email: an-mut@outlook.de

**Rm Nürnberg,** sportliche Sie (57, 1.53), attraktiv, schlank sucht Ihn mit Humor für gemeinsame Unternehmungen und gute Gespräche. Wandern, Radeln, Skifahren, Tennis, Kultur und Reisen. Bist du dabei? Bitte mit Bild an: tewara@gmx.de

## KLEINANZEIGEN

**Sachsen**, 60/ 174, liebe die Natur, Kultur, Reisen, Lachen, suche Dich, zuverlässig und humorvoll, Wander- und Lebensp. lindenreich@gmx.de

**Rm 91** (36/1,72) weltoffen, reiselustig, herzlich sucht Dich für gemeinsame Outdooraktivitäten und mehr... BmB: bergmeer@web.de

**Rm 7:** Sportliche, natürliche, freche Sie (32/165/63) sucht netten Kerl...für alles, was zu zweit mehr Spaß macht. BmB an bergundtal82@gmx.de

**Rm 78/Bodensee:** lebenslustige, humorvolle Sie (43/1,75/schlk) sucht kernigen Kerl mit HHH, der gerne BodenseeBergeMeer u. Zeit/Muse für KunstKulturMusikFilmTanz u. nixtun hat:-) BmB edelweisuchtramax@gmx.de

Privater Bergführer gesucht. Träumst du auch vom Familienglück in den Bergen, am Meer und liebst Lagerfeuer, die Natur, Sonnenuntergänge, Sternenhimmel. Dann bist Du bei uns richtig. Eine hübsche Mama (Mitte 30/1,75/63) mit Kind (3) sucht Ihren Bergführer fürs Leben. familyforyou@web.de

**Obb. Ich:** erfreulich sportlich lebendig suche meinen \*Edelweisskönig\* +60 Klug souverän unabhängig lebenslustig und fit für gemeinsame genussvolle Erlebnisse Gipfel See Ski Radel Wandern Reisen! Verlieben? BmB Bergedelweiss@email.de

**M-ost/RO** (55/178/NR/schlank) suche wander- und reisebegeisterten Ihn bis 65, ab 180, gern am Berg lebend, aus dem Raum RO - KU (A), für gemeinsame Berg-Erlebnisse und gemeinsamer Zukunft. Schreibe mir bitte mit Bild an berge24@gmx.de

### ER SUCHT SIE

**Rm 90-95:** Landverwurzelter Hobbybergler möchte die anpassungsfähige, auf feste Beziehung bedachte Mitfünfzigerin (ca. bis 160 cm) kennenlernen für gemeinsame Erlebnisse in den Alpen und sonstigen Gebirgszügen der Welt, z.B Pyrenäen, Karpaten, nordamerik. Rockies, südamerik. Anden und v.a. für den weiteren Lebensalltag. Beantwortet werden seriöse, nicht oberflächliche, kurze Antworten mit Angabe der Festnetznummer und Adresse. Reine e-mail-Adressen und Handynummern sind hier zwecklos. kluane@web.de

**Rm 7/8:** Wenn Du (30+) und Ich (Mitte 40, schlk., musikal., philos.) zu einer Bergtour starten gehts mit uns gleich doppelt bergauf. Freue mich über BmB an bergaufgehen@web.de

**Rm 31** Bergbegeisterter Niedersachse (50/169/73) sucht Partnerin für Bergtour, Wandern, MTB, Kultur und evtl auch mehr Bergfreund@freenet.de

Ich 48 jung, sportl., schlank, 193/93, R7/8, Akad. NR, gesch., suche aufgeschlossene, warmherzige Weggefährtin zum gemeinsamen Gipfel stürmen und Täler queren, im Herzen wie auch im Leben. alpengluhen167@gmail.com

**Bodensee:** Er, 35, viels. interessiert sucht Dich für eine gemeinsame Zukunft. wandernklettern@web.de

**Rm91:** (53/174)Wir zusammen! Berge, Ski, MTB, Reisen, Kultur, wsmrk@t-online.de

**Rm 8**, Junggebl., sportl., sympath., Er NR/70/185/81, top fit u. ges., vielseitig, interess., sucht niveauvolle, sportl. u. fesche Sie für ein gemeins. WIR, nicht nur in den Bergen! BmB, peterallgaeu@t-online.de

Rm 70 Sportliche, große Männer im Dreierpack 56/13/11 suchen Pendant zum durchstarten. wn@bmt.uni-stuttgart.de

**Sportbeg.** Naturbursche (32/MTB/Skitour/ Klettern/Wandern) sucht unternehmungsl., humorvolles, familiäres Bergmädle für gemeinsame Touren am Berg, aufm Bike und im Leben. flosup83@web.de

**Er, N, Fü:** Radfahrender, segelnder Akad. (53 J. 1,80 m, schl.) gerne in Haus und Garten unterwegs, sucht sportliche Sie für alles was sich im Leben zu zweit besser angeht. windundsterne@hotmail.com

**Bodensee:** 35J. viels. interessiert, sucht Dich für eine gemeinsame Zeit mit Familienwunsch. zuzweit2016@web.de

**Rm S** + 200km: Ich (45, 188, NR, Akad.) naturverbunden, vielseitig interessiert (Bergwandern, Reisen, Kultur, ...) sucht natürliche, fröhliche Bergfee, um die Höhen und Tiefen des Lebens gemeinsam zu meistern. Freue mich auf Nachrichten. BmB an grizzly\_18@web.de

**Allgäu:** Naturbeg. Mann mit Herz (46/180) sportlich schlank, Christ (ST, K, MTB) will dich kennenlernen. Frau mit Herz und Liebe zu den Bergen. bergblick@fn.de

**Obb:** 66 J./ 1,76m / 84 kg/ NR, bewegungsfreudig, sucht liebevolle, friedl. Sie für Bergwandern, Radf. + vielseit. Lebensabend. BmB: weidmanneh@kabelmail.de

Raum 54/ Magst du mit mir klettern, kochen, feiern, wandern? Bj. 71, mehr gibt es per mail;-) anpmaus@gmail.com

R8/Obb Er (47/175) sportl./attr., sucht Dich f. Berge u. mehr! monte\_70@gmx

HD/MA, **schrullig** bin ich selber schon;-) Ingenieur 43/192 m. Freude an Bewegung u. Natur sucht unkomplizierte, natürliche Partnerin, gerne auch m. Familienwunsch, vielleicht sogar m. ähnl. Interessen (MTB/Wandern/Reisen/Paddeln/Salsa). pekutat@gmx.de

**Bodensee:** Netter Kerl sucht Dich mit Sinn für Familie und Sport. 0152/31972172

**Rm8**, netter Tänzer/Bergler, 46, 178, 85, sucht nette Tänzerin/Berglerin bis 50. BmB: c\_mueller\_6996@yahoo.de

Gib't in **Franken oder anderswo** eine natubegeisterte & vielseitige Frau ab 37 ? Ein Mann (49) der nicht klettert sucht eine solche...bmb an ohnehaken@t-online.de

**OA 7/8:** Outdoor & sportbeg. Er(30) sucht smarte & humorvolle Sie für ein Leben voll Abenteuer, BmB, **321tour@gmx.de**

**BGL/TS: Bergfex 51/190 mit VW Bus u. MTB sucht sportl., naturbegeisterte SIE für Wochenendtouren. BGL\_TS@gmx.de**

RM76-79 weltoffener, naturverbundener und bodenständiger Er (48/173/72) sucht nette Sie mit Familienwunsch um gemeinsam anzukommen. Ich mag Garten, Wandern, Raddtouren, Kultur und mehr. BmB blackforest2016@yahoo.de

Rm 7 sportlicher 52/179/72 sucht dich für gemeinsame Reisen, Ski oder Bergtouren bitte mit Bild gmeier368@web.de

**Allgäu**, 62-jähriger Neuallgäuer 184 NR sucht Partnerin für Skitouren, LL und Mountainbike, die auch mal die Bergsonne genießt. BmB: neu-allgaeuer@web.de

**RM87+?** (57/181/schlank, sportlich) möchte mit Dir unterwegs sein in den Bergen (BT,ST,MTB), in der Welt (alles geht), im Leben und ankommen in einer ausgew. Partnersch. BmB an: BuT-ueberall@t-online.de

Raum 8 und überall: Partnerin gesucht für GS und Berge. derwegunddasziel@web.de

**S/RT/TÜ 25J/1,86/75kg sucht Dich für Wandern, MB, Kochen, Kino, Reisen, Ausgehen. hiker90@gmx.de**

**RM 8** unternehmungsl., sportl. (Berg, Rad, Ski - gemütlich -) ER 69/175/90 -breit-schultrig-Facharzt s. sportl. SIE f.gemeins. fröhliche Unternehmungen. Wenns passt, gerne mehr. drakon46@t-online.de

**RM91u.Obb** Wenn du wie ich (57/170/NR) auf der Suche nach einem besten Freund bist und du dich für Berge, Natur und Wandern begeistern kannst und schlank bist, dann melde dich doch BmB: bergpanorama58@web.de

**RM 6 Humorvoll, etwas sportlich**, offen für das Leben...das wünsche ich mir von dir. Und ich? Gern unterwegs in der Natur und auf Reisen, fit und mit 64 noch neugierig auf...alles! 01755625083

**Su/Bn:** sportl., akad. NR 52/190/80 sucht sportl., gebildete NRin für Konzert, Ski, Berge und Leben. BmB an fr4@arcor.de

**Rosenheim** Zu zweit ist alles schöner. Ich, warmherzig, humorvoll und naturverbunden (29/1.96/97/NR), s. unkomplizierte, sportl. und unternehmungslustige Partnerin f. a. Lebenslagen. matthi1086@gmx.de

**R88** Berge&Gipfel&Trekking: Wer begleitet mich? (w/38/180) widderstein7@gmx.de

**RM SÜW** sportl. Ü50, 176 NR sucht Sie zum Klettern, Wandern, MTB uvm. BmB an: bergsommer60@gmx.de

**Rm 44, 58, 59:** symp. Er, 51J. 1,78/68, NR sucht schlanke, liebe- u. humorvolle Sie für neue Partnerschaft, Hobbys: Wandern, Ski, Natur, Reisen, Sauna, Sonne, Meer BmB an freibergsee1964@gmail.com

**Allgäu:** vielseitig interessierter Bergretter (30J.; 1,75; Akad.; sportl.) sucht bergbegeisterte und harmonische bessere Hälfte! BmB berg147@web.de

**M/Obb.: Ich, 50/193 mit VW-Bus sucht** sportl., natur- u. kulturinteressierte SIE für Toskanareise. reiselust@outlook.com

**Bewegungsfreudiger 67 (183 82)** wünscht ein glückliches Miteinander mit passender natürlicher Frau zum Anlehnen, trösten, lachen, reden, schweigen, reisen, Berge besteigen, Steine gucken, Blumen pflanzen .... BmB: weneu78@t-online.de

Unabhängiger **53jähriger Münchner**, leidenschaftlicher Bergsteiger, sucht gleichaltrige Partnerin für anspruchsvolle Bergtouren zwischen 2000-4000 m und für alles andere Schöne im Leben. berge.leben@gmx.de

**Bodensee:** Sportlicher Typ sucht hübsche Frau für heiße Nächte und Tage. Bei Gefallen auch mehr möglich. Lust auf ein gemeinsames Wochenende? Bin ein Mittvierziger, Akad., 1,84. Mikelovesyou@gmx.de.

RM UL-MM-KE Er 51/180/NR sucht eine Wanderpartnerin für gem. Touren. Vlt. klapp't s. ja und...? wanderfreak@web.de

**Rm4:** Sportl., attr., naturverb. Frau bis 45 J. wird gesucht von humorv. und unkompl. Ingenieur, 45/176 cm, für Lieben und Lachen, Sport, Kultur und vieles mehr. BmB an: sfelix44@web.de

**Reiselustiger Bergfreund** (1.73/25) sucht liebevolles u. geselliges Madl für ganzjähr. Spaß in Mü./Obb. mucobb@gmx.de

## KLEINANZEIGEN

**OBBY:** 51/185 sucht nettes oberbayer. Madel, ungefähr +- 35 für Bergtouren und alles was das Leben in den Bergen sonst so mit sich bringt: Kraxitour@aol.com

**UL:** Liebst Du die Berge (Bergsteigen, Skitouren)? Hast Du Lust auf MTB, Reisen, Partnerschaft? Ich (49/176/77) sportlich, vorzeigbar und beruflich engagiert) suche eine unkomplizierte und sportliche Partnerin für alle Dinge des Lebens. Schreibe mir BmB: an.on@outlook.com

**Rm8:** 49(42)/183, Akad., NR, bewegungssüchtig und musikbegeistert, su. gleichgesinnte sportl. intelligente Sie für dauerhafte Beziehung, Rad-, Berg- und Skitour, Reisen, draußen, Kunst, Kultur und me(e/h)r. UAWgbmB m42@contbay.com

**OBG/Allgäu: Selbstversorger** mit Garten sucht intelligente und zärtliche Freundin im Alter zwischen 25 und 35 Jahren. Lass uns rausgehen und das Leben mit allen Sinnen genießen! berg-retter@gmx.de

**BGL/Chiemgau:** Er (57/178/64) sucht Sie f. MTB, Berggehen, Skitouren, Reisen u. mehr, BmB an bgloell@gmail.com

**Allgäu:** Naturbegeisterter Löwe (37/180/72) sucht natürliche, lustige und unkomplizierte Partnerin für gemeinsame Unternehmungen und mehr...! HochHinaus@gmx.de

**Architekt,** selbst. in Stuttgart, 69 Jahre, Witwer, 180/78, NR, sozial-liberal, sucht: Lebenskameradin mit wachen Augen und frohem Herz, 50-65 Jahre. sekretariat-2frey-architektur.de

**R8 Sportl. Akad.** 57/183/85 sucht aktive Sie (NR) für Sport (Ski, ST,LL,RR, MTB), Kultur, Genuss, offene Gespräche, Nähe,.... BmB aktiv1910@t-online.de

**Fahndung Bayern/Tirol!** Wer kennt diese Frau? Sie hat Stil, Anspruch und steht aktiv im Leben. Sie ist vielseitig, interessiert, warmherzig, liebt Kultur, die Berge und die Neugier. Sie genießt Übernachtungen auf einfachen Almhütten ebenso wie in sehr guten Hotels. Sie ist ca. 40/45 Jahre alt, recht hübsch, auch alleine glücklich, spürt jedoch den Wunsch nach ehrlicher, ergänzender und wohltuender Partnernähe. Selbstanzeigen oder sachdienliche Hinweise an den Ermittler 1.88 NR, erfolgreicher Akademiker, schlank, sportlich, unternehmungsfreudig, familientauglich, humorvoll, ungebunden und bestens vorzeigbar unter: by21@arcor.de

**Rm82:** Liebst Du MTB, Rennrad, Klettersteige, Wandern, Natur, Berge? 45/181/73 sportlich, suche Partnerin. sunpetr@web.de

**Rm5:** 61/184, NR, sportlich, humorvoll, suche Sie für gemeinsame Touren (Wandern, Rad, Ski, Reisen, Kunst, und Kultur uvm) BmB bergzauber2015@yahoo.de

**BaWü(33/170):** Du bist witzig und intelligent! Mit dir kann man bei Schnaps und guter Musik über die Welt reden? Du magst die Natur, gehst gern kletter, wandern und Campen!? Du fühlst dich angesprochen? bmb an 83sucht@web.de

Welche MTBlerin (-52) ist blauäugig :-;) mit mir 53 (auch Ski/Foto/Moto/Design) durch Rm79 zuziehen. fr-am1962@web.de

Sitzt Du mit mir vorm Zelt, wenn ich Dir die Sterne vom Himmel hole? Jung gebliebener (44/1,68) humorvoll, vielseitig, sucht natürliches Mädels für Klettern, Wandern, Kultur und alles was gemeinsam Spaß macht. 1001sterne@arcor.de

**RM 7/8** Charmanter Mittsechziger sucht Dich, die vitale, unternehmungsl., naturverb. Sie bis ca 62, um die Zukunft gemeinsam in Liebe und Harmonie zu gestalten. Mit Rucksack oder Rad, Reisen, Kultur uvm. Bist du dabei? Freu mich auf deine Antwort. BmB fortuna-16@gmx.de

Welches abenteuerlustige Mädels (+-40) möchte mit mir nicht nur die Gipfelschokolade sondern auch das Leben teilen? Du bist sportlich, lebenslustig, gerne in der Natur? Du magst Reisen, Skilaufen, Trekking, Radfahren, Klettern...., aber lieber gemeinsam? Dann melde dich! Ich freu mich! BmB. Globi67@gm.de

**Rm FR+?:** Outdoor-Mensch (42/189/72/NR/Veg), lebenslustig, facettenreich, natürlich, naturliebend, sportlich (RR/ MTB/ Swim/ LL/ (Berg)Wandern), von Action pur bis Sofa sucht Dich. 7gewitter@wolke7.net

**Rm91:** Sportlicher, attraktiver Er, 38/187/NR, Wandern/ Klettern/ Skating/ MTB uvm. Suche Dich für gemeinsamen Lebensweg. BmB usommer45@gmail.com

**Athletisch,** sportlicher, naturverbundener, romantischer Endfünfziger sucht die Frau bei der das Feuer noch brennt BmB. topofthemountain56@gmail.com

**Rm M:** verrückter vielseitiger erfolgreicher Physiker (33 168 60 NR) sucht passende Sie für alles was man in den Bergen so machen kann (insb. Skitouren, Trekking in tiefer Wildnis, intensive Gespräche, ruhe Genießen). sterner25649@hotmail.com

**Allgäu:** Lieber verliebt statt alleine in die Berge? Ich, 28/186/83, suche Berggams für gemeinsame Abenteuer am Berg und im Tal, BmB, alpengluhen88@gmx.de

**RM S:** welches sportliche Mädels möchte mit mir Bergerlebnisse (Klettern, Hochtour, Skitour) und den ganz alltäglichen Wahnsinn teilen? Bin 29, sportlich, NR, biete Bergerfahrung, Gitarre & Flugschein. silvermountain86@yahoo.de

**Rm Nbg** m/176/72/Jg53, Akad., Kultur- & Naturverbunden sucht sportl natürl Sie für Rad/Wandern/Berge&gemeinsam Lachen BmB: clangseb@t-online.de

**PLZ 83,** Wo ist diese Frau? Du bist gerne in der Natur und übermachtetest im 1.000 Sterne Hotel? Du magst Abenteuer und Zuverlässigkeit? Du stehst mit beiden Beinen im Leben und lässt dich trotzdem gerne führen, beim Tango und in der Welt des BDSM? Du bist 40+ und neugierig? Dann schreib mit Bild an: ausser-gewoehnlicher@web.de

**Rm 8:** Sportlicher attraktiver Akad. (55) sucht natur- und bergbegeisterte Sie zum Leben und Geniessen. Lass uns die Welt und Berge erobern! gipfellust@web.de

**RM8/Allgäu:** Sportlicher 37 Jahre junger Techniker sucht Frau mit gleichen Interessen. Skitouren, Schwimmen, Radfahren, Familie :-;) Mail an TT\_driver@web.de

## FLOHMARKT

**Summit Club-Gutschein** im Wert von 1.000 Euro für 950 Euro abzugeben, gilt bis 31.12.2021. Mail an: majopa@gmx.de

**La Sportiva Spantik Gr 42** Expeditionsschuh für 300 € zu verkaufen, wenig getragen. Tel 0174-1930139

**Daunenausrüstung** Jacke Salewa M; Hose Exner S; Schlafsack Exner, 180cm, 1600g; Schlafsack Valandre, 200cm, 1800g; Expeditionshandschuhe. 08381-9286033

**Expeditionsschuh,** Gr. 7 1/2, Fa. ASOLO mit Innenschuh, 2x getr., 120 Euro. Telefon: 09134/1582

**Daunenschlafsack** HAPPY PACK RADIAL 170E, Daunenschlafsack MOUNTAIN EQUIPMENT fast neu Länge 2,10m Tel.089-185103

**LA SPORTIVA SPANTIK** (Gr44, passt gut für Gr42), neuwertig (1xChimbo) VB 225€. gerhardschneider57@gmail.com

**Scarpa Phantom Guide,** Gr. 44, 1x getragen, 300€ , 0176-25319765

Expeditions-Daunen-Schlafsack 1800 Gr. Füllung: 345,- € VB. Tel. 08151-281 23

**Mendl Damen-Wanderschuhe** Burma L PRO MFS, Kat 3, azurblau, 1x getragen, Gr. 41, v. 07-2015, € 89,-. Tel. 0170-2311388, Neupreis € 145,-.

**Skitouren-Ausrüstung** kpl., neuwertig. peterluz.stgt@gmx.de

**Lowa Expedition 6000 RD** Gr 37 od. 37,5 NEU, VB je 229€, **Lowa Expedition 8000 RD** 39,5 Neu VB 279€ 0831-9604255

Suche (sehr) gut erhaltenes, leichtes 4-season-3-Personen-Zelt. Antw:joe.alle@gmbx.de

**Hanweg Yukon Lady** Gr. 6,5 neu/nicht getragen 115 € brigitte\_adler@t-online.de

Alpin Ski Atomic SL II M, 165 cm lang mit Bindung, nur 1x benutzt, mit weißen oder schwarzen Schuhen Gr. 42, NP über 1000€ für 450€ ZVK, Brille und Stöcke dabei - Tel. 06391/924878

**Daunenschlafsack,** Big Pack, Polar 195, Temperaturbereich -19 Grad bis Risikozone -40Grad, einmal gebraucht, gereinigt. VB €190, -- Tel.: 0781/96669051

Patagonia Herren Winter Softshelljacke Gr. M Farbe Rot. Einstellbare Kapuze, Innentasche mit RV, Brusttasche mit RV, 2 Einschubtaschen, Kordelzug im Saum, klettverschluss an den Bündchen. Top Zustand, 75€

Directalpine Denali, Herren Primaloft Unterziehhacke Farbe Schwarz, Gr. S Nagelneu, ungetragen!!!! Innentasche und 2 Einschubtaschen. 80€, NP130€ Scarpa Herren R-Evolution Pro GTX, Gr. 41,5 Wanderstiefel, Farbe Schwarz/Grau 1x getragen auf Ettaler Mandl, NP 269€, 190€. Scarpa Herren Triolet Pro GTX Gr. 42 Wanderstiefel, Neu ungetragen!!!! Farbe Schwarz/Orange 190€ Tel: 0177931522 r.solist@gmail.com

Bergwelt 1983-1987, Alpin 1988-1992, Bergsteiger 1986-1992, Berge 18 Heft, Bildbände, Alpenvereinsf. uvm. 250€ Tel. **099233527** ab 17 Uhr, Raum Bav. Wald

LOWA Bergst. Expedition 8000 RD Gr. US 12 / EU 47 - 400€; Schneeschuhe MSR - 120€; Outdoor-Hose mammut Gr. 52 - 60€. Tel. 02405 4262616

**ExpRucksack** Arcteryx Bora 80 Ltr neuw. wasserdicht € 290,- Fon 08031-66848

**Alpin/Ski:** Alte Graphik, Ansichten/ Führer/ AK/ Büchher/ Karten. Tel/Fax: 069/453674

**Carpa Piolet GTX,** Steigeisenfest, Gr.39,5. NEU VB €190,-,- (NP €319,95) Tel.: 0781 96669051



# Naturpur!

Feinste  
Merinowolle  
aus Neuseeland



**Männer Long Sleeve Henley Sweater**, angenehm weich, hält warm, ideal für kühlere Tage oder Abende. 100% Merinowolle. Farbe: Coffee. Best.-Nr. 420926, Preis 79,95 €; Mitglieder 69,95 €.

Größen: Männer S – XXL, Frauen: XS – XL



Neuseelands Ökolabel für ethisch nachhaltig erzeugte Wolle: Die Farmer verpflichten sich zu Nachhaltigkeit in den Bereichen Umwelt, Soziales, Wirtschaftlichkeit und Tierhaltung.



**Beanie** In trendigen Farben für Sport und Freizeit, aus 100% superfeiner Merinowolle, bequem, warm, atmungsaktiv. Farben: Online Lime: Best.-Nr. 415022; Periscope Grey: Best.-Nr. 415021; Preis 24,95 €; Mitglieder 19,95 €.



**Bandana** aus 100% superfeiner Merinowolle, als Kopftuch, Halstuch oder Accessoire. Farben: Online Lime: Best.-Nr. 415228; Periscope Grey: Best.-Nr. 415227; Preis 29,95 €; Mitglieder 24,95 €.



**Merino-Tencel T-Shirts:** Ideal für bewegungsintensive Sportarten. Der intelligente Materialmix aus weicher, kratzfreier Merinowolle kombiniert mit der kühlenden Eigenschaft der Tencel-Faser sorgt für stetiges Wohlbefinden auf der Haut.

**Frauen:** Der Damenschnitt ist etwas länger, leicht figurbetont, mit einem hübschen runden Ausschnitt. Farben: Radiant Orchild: Best.-Nr. 411666; Jade: Best.-Nr. 411665; Racer Orange: Best.-Nr. 411667; Preis 59,95 €; Mitglieder 49,95 €.

**Männer:** Farben: Caviar Stripe: Best.-Nr. 411566; Racer Orange: Best.-Nr. 411567; Online Lime: Best.-Nr. 411565; Preis 59,95 €; Mitglieder 49,95 €.

WILLKOMMEN AUF UNSERER WEBSITE: [DAV-SHOP.DE](http://DAV-SHOP.DE)

Bestellen Sie auch per Fax an: 089/140 03-911, per E-Mail an: [dav-shop@alpenverein.de](mailto:dav-shop@alpenverein.de) oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München. Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch im City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, Hauptbahnhof, 80335 München und in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, 80331 München.



MEHR DETAILS  
UND PFLEGE-  
TIPPS IM WEB

**AB APRIL IM DAV-SHOP.**





Haben Sie Fragen  
zu Staatl. Fachingen?  
0800 - 100 81 56  
(gebührenfrei)

# Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** neutralisiert Staatl. Fachingen STILL überschüssige Säure im Magen und unterstützt so die Säure-Basen-Balance. Angenehm im Geschmack leistet es damit einen wertvollen Beitrag zu einem gesunden, unbeschwerten Leben.

**STAATL.  
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.

Anwendungsgebiete: Staatl. Fachingen STILL regt die Funktion von Magen und Darm an, fördert die Verdauung und hilft bei Sodbrennen. Es fördert die Harnausscheidung bei Harnwegserkrankungen, beugt Harnsäure- und Calciumoxalatsteinen vor und unterstützt die Behandlung chronischer Harnwegsinfektionen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: 01/2013.  
Fachingen Heil- und Mineralbrunnen GmbH · Brunnenstraße 11 · 65626 Fachingen · [www.fachingen.de](http://www.fachingen.de)