



Panorama

Das Magazin des Deutschen Alpenvereins /// 71. Jahrgang /// 5/2019

Deutschlandtour

Von den Alpen bis nach Sylt



150 JAHRE DAV Natur- und Umweltschutz
SPANIEN Entlang der galicischen Küste
KNOTENPUNKT Alplehrer auf Zeit
MONTENEGRO Zwischen Bergen und Meer
SIMON GIETL Alpinist und Bergführer

LOWA

simply more...

Der Moment,
wenn einfach
alles stimmt ...



Foto: © Benjamin Pfilschler



BADIA GTX® Ws | Trekking www.lowa.com    

Nach uns die Zukunft?

Neulich war ich mal wieder in der Bernina – und erschüttert, wie im „Festsaal der Alpen“ der Stuck abblättert. Am Biancograt ist eine felsige „Haifischflosse“ herausgeapert, die Roseg-Nordwand ein Schutthaufen, zwischen Pers- und Morteratschgletscher klaffen hundert Höhenmeter Fels (Foto). Schweizer Wissenschaftler werben schon für Pläne, den Morteratschgletscher mit Schmelzwasser zu beschneien, um seinen Rückgang zu bremsen und so die Wasserversorgung der Region zu puffern. Die Klimaüberhitzung beschert den Bergsteigerinnen Bergruinen, wird Tiere und Pflanzen zum Abwandern oder Aussterben bringen und manches Pistenski-gebiet in die Insolvenz. Und sie stellt uns vor Fragen, die keine einfache Lösung kennen: Wie können wir die Trinkwasserreserven der geschmolzenen Gletscher ersetzen? Braucht es große Staubecken, die auch die zu erwartenden Starkniederschläge abfangen können? Wie viele der hochalpinen Hütten und Wege verkraften Wolkenbruch und Permafrostschmelze, wie viele werden wir aufgeben müssen? Müssen die Alpen mit ihrer „Reliefenergie“ eine Schlüsselrolle für die Energiewende spielen, mit Wasser- und Windkraftanlagen? Oder sollen wir ihre großartigen, noch „unverfügbaren“ Landschaften schützen?

Foto: Andi Dick



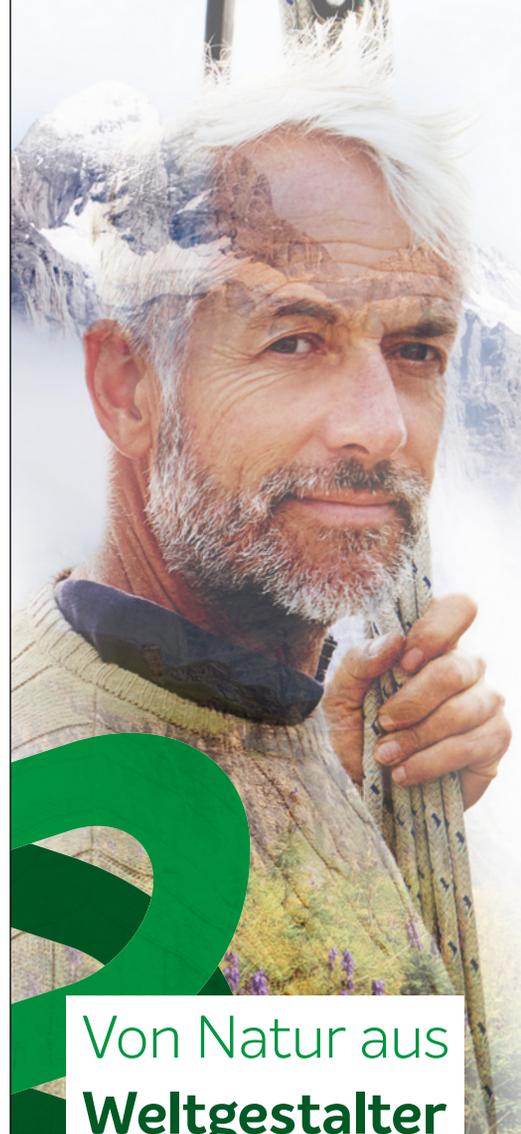
In diesem Heft bündeln sich ungewöhnlich viele Beiträge zum Thema **Natur-, Umwelt- und Klimaschutz**. Zur Hauptversammlung im Oktober stehen im DAV neue Ansätze für Klimaschutz zur Diskussion. Der Verein hat viele große Aufgaben vor sich: Als Naturschutzverband wäre sein politisches Gewicht wichtig für ernsthaftere Klimaschutzanstrengungen Deutschlands. Ihre alpine Infrastruktur müssen die Sektionen als Solidargemeinschaft resilient gegen Wetterextreme machen. Und gleichzeitig wird die Zahl von Bergbesuchern weiter zunehmen. Sie wollen Natur erleben, nicht schädigen, sind aber nicht unbedingt gut ausgebildet und naturverträglich sozialisiert. Wie kann man sie ansprechen, sensibilisieren und zu (um-)weltschonendem Verhalten anleiten?

In diesem Heft stellen wir Ihnen keine alpinen Ziele vor – stattdessen Alternativen in **Irland** (S. 86), **Montenegro** (S. 110) und **Nordspanien** (S. 90), die für einen längeren Urlaub durchaus per Bahn erreichbar sind. Und eine Fußwanderung durch **Deutschland** (S. 22). Gute Ideen liegen oft gar nicht so weit weg.



Ihr

Andi Dick
Redaktion DAV Panorama



Von Natur aus
Weltgestalter

Wenn ich mich für eine Bank entscheide,
dann mit gutem Gewissen.

Wenn mit gutem Gewissen,
dann für die UmweltBank.

Der Fondssparplan:
Sparen **ab 25 Euro** monatlich
für eine **langfristige**
Vermögensplanung.

Jetzt Banking grün denken:
www.umweltbank.de
0911 5308-123

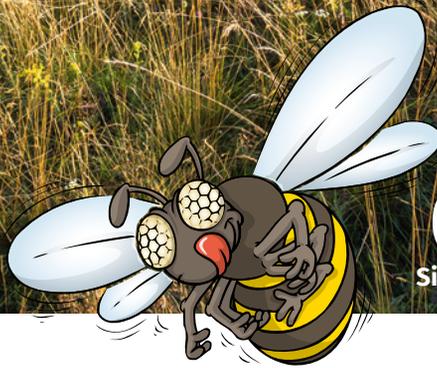


UmweltBank
Mein Geld macht grün.



DAV Panoramaapp
 Im App Store und bei Google Play
 alpenverein.de/panorama-app

22



62
Simon Gietl



Titelthema: Deutschland der Länge nach – Weitwandern von den Bergen ans Meer



Deutschlandtour – Zu Fuß von den Alpen bis nach Sylt

Bayerischer Wald – Radfernwege: Trans Bayerwald und Varianten

150 Jahre DAV – Natur- und Umweltschutz: Zweck oder Mittel?

Menschen – Simon Gietl: Alpinist und Bergführer

Wie funktioniert das? – Kameras für die Berge: Von Knipsen bis Kunst

So geht das! – Sicher absteigen: Runter kommen sie alle – aber wie?

22

30

48

62

66

68

Sicherheitsforschung –

Ausrüstungsalterung (2): Metall

Fitness & Gesundheit – Wandern ohne Schmerzen: Das Kreuz mit der Last

Knotenpunkt – Themen: „Als Lehrer auf der Alp“, „Das stinkt zum Gipfel“ und mehr

Irland – Wandern auf der Grünen Insel: Burren Way und Halbinsel Howth

Galicien – An der Costa da Morte zum Kap Finisterre

Montenegro – Wilde Schönheit zwischen Bergen und Meer

70

74

77

86

90

110



Natur- und Umweltschutz **48**



Galicien **90**

Standards

Editorial: Nach uns die Zukunft?	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	32
Leserpost	85
Promotion: Reisenews	95
Promotion: Produktnews	100
Outdoorworld	104
Alpenverein aktuell	116
Vorschau und Impressum	122



Titelbild: **Christof Herrmann.**
Blick auf Lengenfeld/Stein in
Thüringen.



Lactose-Intoleranz?

Das Power-Duo aus der Apotheke

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



Seit 18 Jahren
die Nr.1*

Lactrase®

Milchprodukte unbeschwert genießen!



Gemeinsam

Mit der Kampagne #unserealpen setzen sich DAV, ÖAV und AVS für den Erhalt und den Schutz der Alpen ein. Sie wollen der breiten Öffentlichkeit zeigen, wie wertvoll, aber auch bedroht dieser Natur- und Kulturräum ist. Dabei sind alle gefragt. In den Sozialen Medien hat der DAV alle Bergfreunde dazu aufgerufen, ihr schönstes Bergfoto unter dem Hashtag #unserealpen zu posten, um gemeinsam ein Zeichen zu setzen. Die Bilanz: Über 5000 Bilder sind eingegangen, ein Großteil davon ist in dieses Mosaik eingeflossen. Die großartige Beteiligung zeigt, wie brisant dieses politische Thema ist.

Unsere Botschaft lautet: Die Alpen sind schön. Noch. Denn sie sind bedroht. Es lohnt sich, dafür zu kämpfen!

unsere-alpen.org
[#unserealpen](https://twitter.com/unserealpen)

Foto: Jan Kusstatscher



Schritte zum Fossil-Ausstieg

Um sich vor der Klimakatastrophe zu retten, muss die Menschheit aufhören, Kohle, Öl und Gas zu verbrennen. Noch wirksamer und wichtiger als die Umstellung auf Strom aus regenerativen Energien ist aber: Energiesparen! Das ist gar nicht so schwer.

Überlegungen zur Nachhaltigkeit brauchen eine Faktenbasis, denn die Wirklichkeit ist nicht politisch verhandelbar. Unser Erkenntniswerkzeug, die Wissenschaft, basiert auf nachvollziehbaren Experimenten und Modellierungen und auf gegenseitiger kritischer Prüfung. Nach diesen Grundsätzen arbeiten im Weltklimarat IPCC (Friedensnobelpreis 2007) Tausende Expertinnen und Experten verschiedenster Disziplinen an der Erforschung des Weltklimas.

Das Null-Emissions-Ziel ist nur zu erreichen, wenn die Verbrennung fossiler Kohlenwasserstoffe (Öl, Gas, Kohle) baldmöglichst komplett aufhört – in Verkehr, Industrieprozessen, zur Heizung und Stromerzeugung. Es braucht also einen vollständigen Fossil-Ausstieg. Der Sektor Strom ist dafür besonders wichtig: Die Stromerzeugung macht vierzig Prozent der deutschen Treibhausgasemissionen aus, und sie spielt auch eine Schlüsselrolle für die anderen Sektoren, wie das Freiburger Öko-Institut klarstellt.

Sparen hilft immer

Diese europaweit anerkannte, unabhängige Forschungseinrichtung hat in vielerlei Publikationen erörtert, wie eine Energiewende hin zu fossilfreiem Strom (und ohne radioaktiven Abfall) funktionieren kann. 2018 stammte schon fast ein Drittel des deutschen Strommix aus „Erneuerbaren Energien“ (EE: Wind 17,3 %, Biomasse 7,1 %, Solarstrom 7,1 %, Wasser 2,6 %); Wind und Sonne werden als Hauptträger der Energiewende gesehen. Für eine komplette Stromversorgung müssten die Anlagen allerdings 2-2,5 % der Landesfläche nutzen, und je nachdem, ob man mehr auf Wind (an der Küste) oder Sonne (im Süden) setzt, müssten die Stromnetze anders ausgebaut werden. „Alle Alternativen sind mit gesellschaftlichen Kosten verbunden; Flächennutzungskonflikte werden zunehmen“, resümiert Franziska Flachsbarth vom Öko-Institut – aber auch: „Was immer hilft, ist Suffizienz“, also Sparen.

Energieautarkie mit regenerativen Quellen, damit haben die Alpenvereinshöhlen Erfahrung. Diesel-Stromaggregate sind heute die Ausnahme, höchstens noch grundwasser-ungefährliche Rapsölgeneratoren ergänzen die 85 Photovoltaik-(PV-)Anlagen und 63 Laufwasserkraftwerke, die auf den 162 Kategorie-1-Hütten ungefähr 85 % des Stroms liefern. Selber zum Umbau der Stromversorgung beitragen und dabei noch Geld sparen kann auch jeder Hausbesitzer, der sich eine PV-Anlage aufs Dach stellt. Die Module sind seit 2010 um 76% billiger geworden, schreibt Öko-Test im „Spezial Umwelt und Energie“ 2018. Wer die Anlage so auslegt, dass er praktisch allen selbst erzeugten Strom selbst verbraucht, trägt seinen Teil zur Entlastung des Gesamtbedarfs bei.

Für alle, die keine eigene PV-Anlage aufstellen können oder wollen, ist ein grundlegender Schritt hin zu Klimaschutz der Bezug von Ökostrom. Nur von wem? Mehr als 8000 Tarife von rund 1000 Anbietern hat Öko-Test gezählt; in der genannten Ausgabe empfiehlt ein Test 19 davon mit „sehr gut“ – darunter die „Pioniere am Markt wie Lichtblick, Naturstrom, EWS oder Greenpeace Energy“. Mit Lichtblick hat



Foto: Fritz Stettmayer

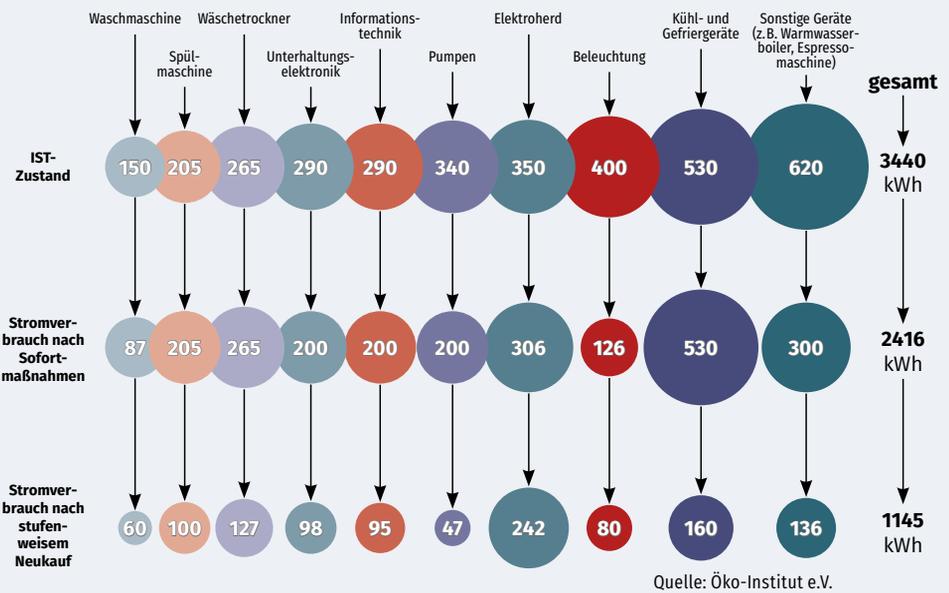
„Mach's einfach!“ ist eine Kampagne des Projekts „Bergsport mit Zukunft“, das vom Bayerischen Umweltministerium (StMUV) gefördert und von Vaude unterstützt wird.
alpenverein.de/Haltung-zeigen
[#machseinfach](https://twitter.com/machseinfach)

2018 machten erneuerbare Energien fast ein Drittel des deutschen Strommix aus: Windräder – hier im Alpenvorland – trugen 17,3 Prozent dazu bei.

Ihr Fazit: Die messbare Erwärmung wird durch den menschlichen Ausstoß an Treibhausgasen (vor allem CO₂) angetrieben. Um der Menschheit halbwegs erträgliche Überlebensbedingungen zu erhalten, sollte diese Erwärmung nicht über 2°C ansteigen, verglichen mit der vorindustriellen Zeit; noch besser wären maximal 1,5°C. Derzeit liegt sie schon bei 1°C, es bleibt also nicht mehr viel „Luft“. Im Klimagipfel von Paris 2015 haben sich 175 Staaten auf das 1,5-Grad-Ziel verpflichtet; das ist nach allen wissenschaftlichen Modellrechnungen nur zu schaffen, wenn bis spätestens 2050 kein CO₂ mehr in die Atmosphäre emittiert wird – je nach Modell muss sogar CO₂ gebunden werden („Negativemissionen“).

Der Energiewende-Haushalt

Stromeinsparungen im Zwei-Personen-Haushalt: Sofortmaßnahmen und langfristige Einsparstrategie



Der jährliche Stromverbrauch lässt sich über Sofortmaßnahmen (cleverer Betrieb) um fast ein Drittel reduzieren; der stufenweise Ersatz von Großverbrauchern durch „energieeffiziente Best-Produkte“ kann langfristig ein weiteres Drittel einsparen. Weitere Infos unter ecotopten.de

der DAV das Kooperations-Angebot „Edelweiß-Strom“ aufgelegt; für jeden Neukunden gehen 25 Euro in den DAV-Klimafonds und 15 Euro an Sektionsprojekte. Wer Wert auf regionale Stromversorgung legt, sollte sich an den Labeln „Ok Power“ oder „Grüner Strom“ orientieren: Sie fordern, dass die Anbieter regelmäßig neue Anlagen errichten, so dass der Ökostromanteil am Gesamtstrom kontinuierlich wächst.

„Nur“ mit der Umstellung auf Ökostrom alleine ist es freilich nicht getan. Im Gegenteil: Ein gutes Gewissen könnte womöglich zu „Rebound“-Effekten führen, dass man also verschwenderischer mit der Energie umgeht. Ohnehin wäre die Energiewende hin zu 100 % Strom aus erneuerbaren Quellen nicht richtig sinnvoll, wenn sie auf ein „weiter so, nur mit grünem Strom“ hinausläufe. Wie bei allen Nachhaltigkeits-Überlegungen hat das „Ersetzen“, also die Umstellung auf klimaverträglichen Strom, nur die zweite Priorität. Die primäre Aufgabe heißt „Vermeiden“, also Sparen – wobei man die Umwelt und gleichzeitig den Geldbeutel schont.

Informieren hilft beim Sparen

In Zahlen: Bis zu 974 kg Treibhausgas und 474 Euro Energiekosten jährlich könne ein Zwei-Personen-Haushalt durch „energieeffiziente Best-Produkte“ sparen – jeweils etwa 50 % Reduktion, so steht es im Resümee des Projekts „TOP 100 – Umweltzeichen für klimarelevante Produkte“. Gefördert vom Umweltministerium, hat das Öko-Institut 77 Produktgruppen untersucht und Vergabekriterien für das fundamentale Umweltsiegel „Blauer Engel“ formuliert. Auf der Website ecotopten.de sind empfehlenswerte Produkte aufgeführt, außerdem Tipps zur Kaufentscheidung und zum umweltfreundlichen Betrieb. Hätten Sie gedacht, dass der Ersatz von fünf 60-Watt-Glühlampen durch gleich helle LED-Lampen pro Jahr rund hundert Euro spart?

Sinnvoll sparen setzt entweder da an, wo am meisten Potenzial besteht, oder da, wo ohnehin ein Neukauf ansteht. Das größte Energiesparpotenzial ortet die TOP-100-Untersuchung bei Heizungspumpen, Beleuchtung, Kühlen+Gefrieren und bei Elektro-Kleingeräten. Für Heizungspumpen (86 % Sparpotenzial) braucht es Experten-Beratung, für alle anderen haushaltsüblichen Stromverbraucher helfen der

besagte Blaue Engel und das EU-Energielabel: A+ bis A+++ sollte Ehrensache sein.

Rund die Hälfte des Stromverbrauchs deutscher Haushalte machen Großgeräte wie Kühlschrank, Herd, Wasch- und Spülmaschine aus, die man nicht einfach aus Energiespargründen austauschen mag – schließlich kostet auch die Herstellung Energie. Durch clevere Bedienung lässt sich aber der Verbrauch begrenzen: vollladen, kurze Programme mit niedriger Temperatur wählen, beim Kochen passende Töpfe auf die Platte und Deckel drauf ... Einen zunehmenden Anteil des Stromverbrauchs verursachen Computer und Unterhaltungselektronik – auch hier helfen Label beim Neukauf, und zum Sparen: Ausschalten! Gegen unnötige Standby-Verluste helfen abschaltbare Steckdosenleisten, gerne auch in Automatikfunktion. Und bei den Kleingeräten? Da wird man auf Mikrowelle, Staubsauger oder Wasserkocher nicht verzichten wollen – oft aber (etwa für Waffeleisen, Racletteofen, Bohrmaschine ...) gilt: Teilen ist das neue Haben! Jedes neu gekaufte Produkt kommt mit einem mehr oder weniger großen Ökobilanz-Rucksack auf den Markt. Jeder Kaufverzicht hilft, langfristig aus der Zwangswachstums-Spirale herauszukommen. Wachstum ist der logische Gegensatz zu Nachhaltigkeit – unser Wirtschaftssystem zu mehr Sparsamkeit hin zu bewegen und vom Wachstumsfluch zu befreien, wäre ein übergeordnetes Klimaziel, zu dem jeder Mensch beitragen kann.

ad

Rudi Erlacher zum Kern der Klimakrise

Die existenziellen Fragen

Die Klimakrise erfordert die Wende von fossilen Energien hin zu Sonnen-, Wind- und Wasserkraft, auch in den Alpen. Kann das gelingen?

Die Alpenkonferenz der Alpenkonvention hat im April 2019 in einer „Innsbrucker Erklärung“ das „Alpine Klimazielsystem 2050“ mit dem Programm „Klimaneutrale und klimaresiliente Alpen“ angenommen. Darin heißt es zum Ausbau der erneuerbaren Energien bis 2050: „Das Potenzial erneuerbarer Energien zur Deckung des Bedarfs an Strom, Heizung und Mobilität wird im Alpenraum voll ausgeschöpft.“

Vor dieser Aussage müssen die Pläne der Tiroler Landesregierung gelesen werden, Tirol bis 2050 energieautonom zu machen. Da heißt es zum Potenzial bis 2050: „Tirol verfügt noch über ein nutzbares Potenzial aus Wasserkraft von etwa 7 TWh/a ... In den kommenden zwei bis drei Jahrzehnten soll ein Ausbaupotenzial von 2,8 TWh/a nachhaltig genutzt werden.“ Das sind nochmals rund 42 % zum derzeit Vorhandenen (6,7 TWh/a, Stand 2017) hinzu.

Das jetzige Projekt „Sellrain-Silz“ in den Stubai Alpen muss in diesem Zusammenhang gesehen werden. Dort soll zum Speichersee „Finstertal“ ein ähnlicher, etwa 180 Meter tiefer gelegener Speichersee „Kühtai“ im hinteren Längental entstehen. In den neuen Speicher würden aus den südlichen Stubai Alpen sechs Bäche abgeleitet werden. Die Folge wäre, da jetzt schon einige Bäche in den Speicher Finstertal abfließen, dass in den Stubai Alpen nur noch wenige Geländekammern unter rund 2000 Metern mit einem „Wildbach“ entwässern – ein eminenter Verlust für das Ökosystem und die alpine Landschaft. Angesichts dieser Entwicklung bereitet die Absicht, das „Potenzial erneuerbarer Energien“ für das Ziel der „Erneuerbaren dekar-

bonisierten Alpen“ „voll auszuschöpfen“, große Sorgen. Damit soll die Notwendigkeit, in der Klimakrise die industrielle Gesellschaft bis 2050 klimaneutral zu gestalten, nicht in Frage gestellt werden. Aber dass nun von der Alpenkonvention, dem „völkerrechtlichen Vertrag über den umfassenden Schutz und die nachhaltige Entwicklung der Alpen“, einer weiteren Industrialisierung der alpinen Räume das Wort geredet wird,



Foto: Andi Dick

„Wie halten wir es mit dem Naturschutz in der Energiewende? Und was passiert mit den Landschaften?“

das stellt uns vor existenzielle Fragen: Wird uns der Umbau der fossil wirtschaftenden Gesellschaften zu Erneuerbaren Energien notwendig in eine weitere Ausbeutung ökologischer und landschaftlicher Ressourcen treiben? Sind Konzepte wie „Renewable Alps“ und „klimaneutrale Alpen“ überhaupt realisierbar?

Diese Fragen sind im Alpenraum nur sichtbarer. Sie gelten für alle dicht besiedelten und hoch industrialisierten Länder: Ist bei äußersten Anstrengungen der Energieeffizienz und des Energiesparens der „Rest“ überhaupt auf die nationalen Ressourcen an Windkraft, Foto-

voltaik, Biomasse und Wasserkraft abbildbar? Geht das ohne eine zweite Eroberung nach der ersten „Eroberung der Natur“, wie sie der Historiker David Blackbourn für die bereits vollzogene Industrialisierung der Landschaftsräume und Wasserläufe beschrieben hat? Sie hat den dramatischen Verlust an Biodiversität verursacht. Was passiert mit den Landschaften?

Mit der Fridays-for-Future-Bewegung ist die Klimakrise wieder ins Bewusstsein der Öffentlichkeit gerückt worden. Nun wird die Energiewende selber, die nicht nur eine technische Frage ist, sondern eine Frage nach dem „Wie wollen wir leben?“, zum zentralen Problem. Der Alpenverein spürt diese Frage jetzt schon, wenn ihm nicht nur die Fundamente der Hütten im tauenden Permafrost wegbrechen, sondern wenn er im Kampf gegen den Klimawandel jene fundamentalen Landschaften verliert, die seit nun 150 Jahren zu seinen höchsten Gütern zählen.

Diese existenziellen Fragen werden den Alpenverein in den kommenden Jahren herausfordern: Wie hältst du es mit dem Naturschutz in der Energiewende? Für die Hauptversammlung hat der Alpenverein in seinem Jubiläumswort eine Resolution formuliert, die an den Kern der Klimakrise geht: Er fordert eine konsequente Klimapolitik, unter anderem in der Erkenntnis, dass das Deponieren von CO₂ in der Atmosphäre einen Preis bekommen muss, national, europäisch und perspektivisch global. Denn, wie es Felix Matthes vom Öko-Institut Freiburg formuliert hat: „Ein CO₂-Preis ist nicht alles. Aber ohne ihn ist alles nichts.“



Der Physiker **Rudi Erlacher** ist seit 2015 als DAV-Vizepräsident zuständig für Natur- und Umweltschutz. Bei der diesjährigen Hauptversammlung stellt er sich nicht mehr zur Wiederwahl.



GLOBETROTTER

SEIT 40 JAHREN UM DIE WELT



Wir feiern Jubiläum, indem wir in die Zukunft blicken!

Als im September 1979 das erste „Spezialgeschäft“ für Globetrotter eröffnete, waren wir noch ein kleiner Kreis von Abenteurern und Weltenbummlern. Heute ist aus unserem bunten Haufen ein professionelles Team von Ausrüstungsexperten geworden. Aber unsere Leidenschaft und unser Pioniergeist sind noch so frisch wie am ersten Tag. Wie könnten wir unser Jubiläum also besser feiern als mit einer echten Weltneuheit: einem hyperrealistischen Virtual-Reality-Abenteuer in unseren Erlebnisfilialen!



Offizieller Handelspartner

**DU HAST NOCH KEINE DAV-GLOBETROTTERCARD?
JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN UNTER:
WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV**



Wie soll das weitergehen?

In der Moderne hat sich der Mensch die Erde erst so richtig untertan gemacht. Der Alpinismus ist ihr Kind – aber gleichzeitig eine Art Gegenwelt. Was das für seine Identität und Zukunft bedeutet, erörterten brillante Fachleute in einer Veranstaltungsreihe zum 150. DAV-Jubiläum.

In der Zeit um 1869 wurde nicht nur der DAV gegründet: Die so genannte „Moderne“ veränderte damals die Beziehung der Menschen zur Welt. Technische Entwicklungen wie die Elektrizität eröffneten eine neue Verfügungsmacht über die Natur, die „rationalisiert und entzaubert“ wurde (Max Weber). Dass viele Menschen nun die Berge aufsuchten, die sie vorher als wild und gefährlich gemieden hatten, wurde durch die Technik erleichtert. Gleichzeitig bildete die „Natur“ eine Gegenwelt, in der Menschen Harmonie mit der Umwelt und ihre Animalität erleben konnten. So war der Alpinismus – die Gesamtheit der Begegnung von Berg und Mensch – zwar ein Kind der Moderne, aber auch ein Gegengewicht dazu. Diese Doppelrolle, die der DAV bis heute moderiert, und welche Fragen sich daraus für die Zukunft ergeben, sollten sechs Veranstaltungen durchleuchten, die von Mai bis Juli im „Haus des Alpinismus“ auf der Münchner Praterinsel und in der Bayerischen Akademie der Wissenschaften stattfanden.

In Resonanz kommen

Den Auftakt machte der Soziologe Hartmut Rosa (s. Kasten S. 14). Sein Konzept der „Resonanz“ ist eine wertvolle Erklärung für Empfindungen wie Harmonie und Einheit, Flow und Entgrenzung, die viele Menschen in den Bergen suchen. Resonanz kann man laut Rosa mit Menschen erleben, aber auch mit Landschaften; er definiert dafür vier Voraussetzungen: Affizierung – man wird im Innersten berührt; Selbstwirksamkeit – man gibt eine Antwort, emotional oder als körperliche Reaktion; Transformation – man fühlt sich dadurch als „anderer Mensch“; und Unverfügbarkeit – Resonanz lässt sich nicht erzwingen, sondern kommt über uns. Dieses letzte Element sei besonders wichtig, „Lebendigkeit entsteht aus der Akzeptanz des Unverfügbaren“. Und die Berge, in denen nichts wirklich garantiert ist, böten deshalb ein ideales Potenzial für verschiedenste Resonanzverfahren. Schon die Betrachtung aus der Ferne könne Saiten in uns zum Schwingen bringen, aber auch in der direkten Begegnung und Aktion kann man „eins werden“ mit Natur oder Fels.

Eine Gefahr für dieses sinnstiftende Erlebnis Resonanz bestehe jedoch, wenn man sie erzwingen, „verfügbar“ machen wolle. Mit jedem technischen Hilfsmittel geht Resonanzpo-

tenzial verloren. Wer mit der Seilbahn auf den Gipfel fährt, kann dort in großartige Landschaft schauen, aber hat nicht die Freude, sich das Panorama aus eigener Kraft verdient zu haben. Wer einen Klettersteig erklimmt, mag seinen Körper als selbstwirksam erleben, spürt aber nicht die Struktur des Felsens. Je „einfacher“, sozusagen „nackter“ man sich den Bergen nähert, desto eher können sie Ausgleich bieten zum „Alltagsbewältigungsverzweifelungsmodus“ (Rosa) in der Zivilisation. Eine besondere Form von entgrenzter Resonanz hatte der Akademiepräsident Thomas Höllmann in seiner Eröffnungsrede geschildert: In chinesischen Texten aus dem achten Jahrhundert gehört zu Bergtouren gemeinsamer abendlicher Alkoholkonsum, der Gefühle des Einsseins mit der Gruppe wie mit der Natur stimuliert. Eine Frühform von Hüttenzauber, im Gegensatz zu den „edlen Räuschen“, wie der ehemalige Innsbrucker Bischof Reinhold Stecher Resonanz erleben in den Bergen genannt hatte.

Leistung oder lässig

Mit Alkohol führte auch der DAV-Vizepräsident Rudi Erlacher, Mitinitiator und -entwickler der Veranstaltungsreihe, in den zweiten Abend ein. Ein Alpin-Lehrbuch von 1882 differenzierte

verschiedene Arten von Wein und Sekt als angemessene Getränke für die unterschiedlichen körperlichen und seelischen Belastungen im Verlauf einer Bergtour. Und „wo die Ernährung bewusst und gezielt unter die methodische Fuchtel der Leistungsoptimierung kommt“, vermutete er „den Übergang vom Bergsteiger zum Bergsportler“.

Ob das „Bergsteigen“, wenn es als „Bergsport“ betrieben werde, seine Unschuld und vielleicht auch sein Resonanzpotenzial verliere, das war die prägende Frage dieses Abends, die vor allem am Ende aus dem Publikum mit Blick auf Olympia gestellt wurde. Dass etliche Disziplinen des Bergsports den Kriterien von „Sport“ entsprechen, zeigte





So kann es nicht weitergehen: Installationen jedweder Art als „Geschmacksverstärker“ für massentaugliche Erlebnisse in der Bergwelt. Sie machen die Alpen verfügbar, auf Kosten der Möglichkeit des Einzelnen, in Resonanz zu treten. Dabei steht das System in seiner Gesamtheit infrage.

zunächst Robert Gugutzer auf. Dann überraschte Helga Peskoller mit ihrem Verweis auf die Rittertugenden, die Chrétien de Troyes im 13. Jahrhundert definiert hatte: Zur Konfrontation mit dem „Abenteurer“ gehört Meisterschaft und genaueste Vorbereitung (-> Sportlichkeit) – dann aber auch das „Umar-men des Unerwarteten“ (-> Resonanz). Ein Konzept, das auch im Alpinismus notwendig für langfristiges Überleben ist, wie Alexander Huber bestätigte. Der Bergprofi betonte, dass er auf vielerlei Art unterwegs sein könne: gemütlich und genießerisch – aber auch mit vollem sportlichem Einsatz. Resonanz findet er in beidem: Beim Extremsport muss er „voll bei sich“ sein, um den Gefahren verantwortlich zu begegnen – beim Genuss-Erleben kann er voll bei sich sein, wenn er sich dem Augenblick hingibt.

Mit Gewalt jedenfalls geht im Spitzensport nichts, und der von Topbergsteigern geschätzte Begriff „Serendipity“ (die Chancen des Ungeplanten zu nutzen) erinnert stark an Hartmut Rosas „Unverfügbarkeit“. So drängte sich der Eindruck auf: Der Wert oder Unwert des bergsportlichen Tuns liegt hauptsächlich in der Einstellung der Aktiven: Wer „um jeden Preis“ ein Ziel „bezwün-

gen“ will, tappt leicht in die Falle der Verfügbarmachung, auch beim Wandern. Wer aber Wettkampf nicht gegen andere/s betreibt, sondern mit sich selbst, auf dem spielerischen Pfad der Exzellenz, der kann dabei als Mensch reifen.

Die Macht der Medien

Zur Reifung als Mensch gehört Unabhängigkeit und Eigenverantwortung. Wie steht es um diese, wenn Medialisierung und Marketing heute die Deutungshoheit des Bergerlebens an sich reißen, Ziele, Wege und Stil am Berg bestimmen? Darum ging es beim dritten Abend. Im Einführungsvortrag präsentierte Jens Badura den Begriff des „Schlagbilds“ – analog zu „Schlagworten“ lassen bestimmte Motive die Betrachter quasi einrasten in eine klischeehafte Gefühlswelt: die Milkakuh-Almidylle, die Brotzeitszene vor der Hütte, die zur Gipfel-Siegerpose hochgereckten Arme. Solche Bilder steuern Wünsche und können Lenkungs- und Konzentrationseffekte haben. Dieser „Instagram-Effekt“ hat schon manchen schönen Fleck fast unbesuchbar gemacht, etwa den Pragser Wildsee in den Dolomiten oder die ausgesetzten Fjordkanten Norwegens.

Am Königsbach in Berchtesgaden führte ein Foto-Hype um aussichtsreiche Gumpen dazu, dass zwei Menschen darin ertranken; am Schrecksee im Allgäu grenzt wildes Zelten an Vandalismus – und die Befürchtung liegt nahe, dass die Macht der Bilder viele Follower zu gefährlichem oder schädlichem Verhalten verführt. Zumal da Hintergründe über Gefahren, nötige Kompetenzen oder richtige Ausrüstung oft nicht mit kommuniziert werden. Mesi Tötschinger hielt dem entgegen, dass gerade die Sozialen Medien gelegentlich auch eine kontrollierende Selbstreinigungskraft hätten. Eine negative Vorbildwirkung wird manchmal auch Extrembergsportlern vorgeworfen, dass etwa Berichte über Free Solos unreife Nachahmungstäter triggern könnten. Noch weiter gehend: Dass die Extremisten selbst oft die dafür wesentliche Eigenverantwortung nicht ausreichend hätten, weil sie von der Vermarktbarkeit ihrer Aktion gegenüber ihren Sponsoren getrieben würden. Dies wies Ines Papert zurück: Ihre Sponsoren würden auch ein Scheitern akzeptieren – zumal sich auch daran Geschichten erzählen ließen von Risikoabwägung und Frustrationsverarbeitung.

Klar wurde an dem Abend, dass neben Alpinkompetenz und Eigenverantwortung auch Medienkompetenz zu den Bergtugenden der Moderne gehört. Um sich nicht gedankenlos verführen zu lassen. Und auch, um Lügen oder Schönfärbungen in Medien zu erkennen – etwa wenn Zeitschriften die Wan-

derungen zu Kunstschnee-Speichersseen in Liftgebieten als Naturerlebnis anpreisen.

Die Pflege der Allmende

Seilbahngesellschaften sind auf Gewinn ausgerichtet, also automatisch gefährdet, durch wachstumsbedingte Nicht-Nachhaltigkeit ihr Landschaftskapital zu verbrennen. Ob die Alpenvereinskultur da „eine andere Ökonomie“ sei, fragte der vierte Abend. Ein „Ja“ dazu begründete im Einführungsvortrag Monika Schnitzer: In einer Welt, die auf Maximierung der „privaten Güter“ ausgerichtet ist, pflege der Alpenverein mit seinen Hütten und Wegen „Gemeingüter“. Diese allen zugängliche Infrastruktur sei eine wertvolle „Allmende“. Roland Stierle ergänzte, dass die DAV-Hütten nie auf Gewinn ausgerichtet waren; so sind die Übernachtungs„gebühren“ begrenzt und es gibt ein billiges Bergsteigeressen und Teewasser zum Festpreis.

Die Allmende hat aber ein Problem: Suchen zu viele Nutzer ihren eigenen Vorteil, wird sie überlastet – wie eine gemeinsam genutzte Viehweide, auf die ein Bauer nach dem anderen ein paar Tiere mehr treibt. Die Gier nach persönlichem Gewinn in einem begrenzten Gemeinschaftsraum ist dessen Untergang; siehe „earth overshoot day“...

Zum Wachstum verdammt scheint auch der DAV – und wie Bernd Siebenhüner erklärte, kann das bedeuten, dass irgendwann seine Organisationsstrukturen sich ändern müssen. Einen Aufnahmestopp hielten Stierle und der Geschäftsführer der Sektion München (im Publikum) dennoch nicht für angebracht: Nicht der DAV locke die Menschen in die Alpen, sondern Tourismusverbände, Seilbahnen und Ausrüstungshersteller, die Triebkräfte des „Overtourism“. Früher seien geschätzt achtzig Prozent der Alpenbesucher DAV-Mitglieder gewesen, jetzt vielleicht noch zwanzig. Der DAV müsse versuchen, sie zu erreichen und in seiner Kultur des pfleglichen Umgangs miteinander und mit der Natur zu sozialisieren.

Denn man könne die Alpen nicht versperrern oder nur einer Elite der Gutgewillten vorbehalten. Schließlich ist jedem Menschen die Chance auf Resonanz-erlebnisse in der Bergwelt zu gönnen. Stierle betonte aber auch, dass die Berge steil seien, nicht für jeden zugänglich – und das sei gut so. „Die Alpen müssen für alle Menschen erlebbar sein. Aber nicht jeder Winkel dort. Wir müssen die Alpen nicht nur erschließen, sondern vielleicht sogar teilweise verschließen.“ Die Ströme des Massentourismus in resiliente Reviere lenken

Themen und Diskutanten

- › **Der Ruf der Berge – eine resonanz-theoretische Deutung**
Prof. Dr. Hartmut Rosa (Uni Jena)
- › **Versportlichung des Bergsteigens**
Prof. Dr. Robert Gugutzer (Uni Frankfurt a. M.)
Alexander Huber (Profibergsteiger, Diplomphysiker)
Prof. Dr. Helga Peskoller (Uni Innsbruck)
- › **Medialität und Vermarktung des Bergsports**
Dr. habil Jens Badura (Kulturphilosoph)
Ines Papert (Profibergsteigerin)
Mesi Tötschinger (Chefredakteurin Bergwelten online)
- › **Alpenvereinskultur – eine andere Ökonomie?**
Prof. Dr. Monika Schnitzer (LMU München)
Prof. Dr. Bernd Siebenhüner (Uni Oldenburg)
Roland Stierle (DAV-Vizepräsident)
- › **Raumordnungskonzepte und Naturschutz im Alpenraum**
Dr. Raimund Rodewald (Stiftung für Landschaftsschutz Schweiz)
Dr. Roland Kals (Bergsteigerdörfer, ÖAV)
Prof. Dr. Gerlind Weber (Uni Wien)
- › **Herausforderung Klimawandel**
Dr. Christoph Mayer (Bayerische Akademie der Wissenschaften)
Rudi Erlacher (DAV-Vizepräsident, Diplomphysiker)
Thorsten Glauber (Bayerischer Staatsminister für Umwelt und Verbraucherschutz)
Dr. Michael Staudinger (ZAMG Wien)

Einige Mitschnitte der Diskussionen:
alpenverein.de/vortragsreihe2019



einerseits, andererseits unverfügbare Räume erhalten – das ist die große Aufgabe der Stunde, die Alpine Raumordnung.

Wer darf was wo?

Unter diesem Stichwort – Raumordnungskonzepte und Naturschutz – stand der fünfte Abend. Mit inspirierenden Diskutanten wurde bald klar, dass es dabei nicht um eine banale Differenzierung „hier ein Naturschutzgebiet, dort der Skizirkus“ geht. Es habe keinen Sinn, die letzten „Wildnisperlen“ zu pflegen wie einen Komapatienten auf der Intensivstation, überspitzte Gerlind Weber, man brauche integrativen Naturschutz, der die gesamten Alpen als lebenswerten Raum erhält.

Schon im Einführungsvortrag hatte Raimund Rodewald die politische Perspektive eröffnet und die mehrfachen Bedrohungen der Alpen skizziert: Die Klimaerhitzung wirkt dort doppelt so stark. Dennoch sind Berge relativ kühl und ziehen viele Urlauber von den sonnenglühenden Stränden ab, zumal da Aktivurlaub und Wellbeing im Trend liegen. Große freie Geldmengen bringen finanzstarke Investoren in die Alpen, die dort Land kaufen und große Resorts bauen. Liftbetreiber suchen ihr Heil in immer größeren Zusammenschlüssen. Diese rechtfertigen sie mit dem Schlagwort „Landflucht“, das aber ein Mythos sei; attraktive Lebenswelten hätten ihre Bewohner. Der Moderator Georg Bayerle zitierte dazu eine Studie des Österreichischen Lebensministeriums, wonach zu den zehn Orten mit der größten Abwanderungsrate gerade die Skimetropolen Ischgl, Sölden und Lech gehören. Offensichtlich hat die Kindergeneration keine Lust, sich für die Gäste im Skizirkus aufzuarbeiten.

Will man die Alpen als lebenswerten Raum erhalten, braucht es überstaatliche Lösungen. Die dazu eingerichtete Alpenkonvention bezeichneten alle Diskutanten als gescheitert. Kein Wunder, wandelte sich ihre Zieldefinition doch von „Schutz der Alpen und nachhaltige Entwicklung“ hin zu „Nachhaltige Entwicklung im Alpenraum und Schutz der Interessen der ansässigen Bevölkerung“. Wer diese Interessen bestimmt? Die Tourismus-Industrie? Um politische Raum-Entwicklungs-Arbeit kompetent und energisch leisten zu können, vermissten die Diskutanten in den Alpenvereinen wissenschaftliches Grundlagenverständnis. Die derzeitigen ehrenamtlichen und hauptberuflichen Strukturen im DAV seien dafür nicht ausreichend.

Doch es gab auch Hoffnungsblitze. So wurde der Bayerische Alpenplan als Erfolgsmodell gelobt. Roland Kals, Initiator der Bergsteigerdörfer, bezeichnete sie als nachhaltige Inseln im Wachstums-Tourismus. Und er regte an, die Mitfahr-Kultur des Trampens zu revitalisieren – schließlich ist jede gesparte Autofahrt ein Gewinn fürs Klima.

In die Heizeit

Die Klimakatastrophe, deren erste schwache Vorboten wir als Hitzesommer, Waldbrände und Überschwemmungen entsetzt wahrnehmen, war Thema des letzten Abends – ihr zu

begegnen ist das „sine qua non“ der alpinen Zukunft. Die Experten Mayer und Staudinger stellten klar, dass ohne massive Emissions-Einschränkungen eine Temperaturzunahme von 2,5 bis 8,5 Grad möglich ist: Dann wird Trinkwasser knapp, Schädlinge werden zunehmen, Regen- wie Trockenphasen intensiver werden, Muren und schmelzende Gletscher die Alpen unwegsamer machen.

Ob von den Bergen auch die Hoffnung kommt, dazu äußerte sich Rudi Erlacher kritisch: Will man die Alpen durch Ausbau von Wind- und Wasserkraft als Leistungsträger der Energiewende nutzen, zerstört man ihr ästhetisches Resonanzpotenzial – und beispielsweise durch die Ableitung von Bächen auch wichtige Ökosysteme (s.S. 10). In erster Linie müsse man anfangen zu sparen. Der Bayerische Umweltminister Thorsten Glauber wies darauf hin, dass erneuerbare Energien immer als „Landmarken“ auffielen, man müsse dazu einen Konsens in der Gesellschaft finden. Allerdings brauche es auch das Ordnungsrecht – so habe das verschärfte Baurecht den Energieverbrauch deutlich reduziert. Noch klarer formulierte Michael Staudinger: Auch die Alpinisten müssten Kompromisse eingehen. Denn es brauche Radikalität, weil es weit nach zwölf Uhr sei – „in Nachbarschaft der Alpen liegen sechs der reichsten Länder der Welt – wenn wir es nicht schaffen, Zeichen zu setzen und etwas zu tun, wer dann?“ *ad*

Foto: Jürgen Winter

#adventurelife

MAMMUT

GORE-TEX

MAMMUT/GORE-TEX

EUROPEAN
OUTDOOR
FILM
TOUR 19/20

JETZT TICKETS
SICHERN!

www.eoft.eu

+ ticker +

Schweizer Klima

Der Verein „Klimaschutz Schweiz“ fordert mit der „Gletscher-Initiative“ null Emissionen bis 2050 – unterstützt vom Schweizer Alpenclub SAC. „Das Thema Klimawandel ist enorm wichtig“, begründet die SAC-Präsidentin Françoise Jaquet die Entscheidung der Abgeordnetenversammlung.

gletscher-initiative.ch

Sehnsuchtsort Berge

26. Oktober: 12. „Alpintag“ der DAV-Sektion Köln zur Vorbereitung auf die kommende Saison. Neben vielfältigen Vorträgen, Praxis-Seminaren und Ausstellungsständen ist diesmal neu das „Kompetenzcenter“ mit Expertenberatung zu Ausrüstung, Trekking und Tourenplanung.

koelner-alpintag.de



Für den Betrieb des DAV Kletterzentrums Stuttgart, der größten Kletteranlage Baden-Württembergs mit rund 4000 m² Kletterfläche (2900 m² indoor, 1100 m² outdoor) und 800 m² Boulderfläche, suchen wir zum 1. Januar 2020 einen auf erfolgsbeteiligter, selbstständiger Basis tätigen

Betriebsführer/ Betriebsleiter (m/w/d)

Aufgabengebiete:

- > Leitung des Kletterzentrums
- > Organisation und Abwicklung mit eigenem Personal
- > Gewährleistung des klettersportlichen Betriebs
- > Unterhaltung der Kletter- und Boulderwände, inkl. Routenbau unter Einhaltung der Sicherheitsstandards
- > Betrieb des Bistros auf Pachtbasis

Erwartete Qualifikationen:

- > Hochschulausbildung (Studium) im sportl./kfm./techn. Bereich oder vergleichbare Kenntnisse und Erfahrungen
 - > IT/technisches Verständnis und handwerkliche Fähigkeiten
 - > Gute Kenntnisse im Klettersport
 - > Idealerweise gastronomische Erfahrungen
 - > Identifikation mit den Zielen des DAV
- Aussagefähige Bewerbungen richten Sie bitte per E-Mail bis 14. Oktober 2019 an die

DAV Kletteranlagen GmbH Stuttgart
der Sektionen Schwaben und Stuttgart,
Geschäftsführer Roland Frey: rolandfrey1@gmx.de

WENDEPUNKTE „Eternal Flame“ am Nameless Tower of Trango (1989)

Das Freiklettern erreicht die Berge der Welt

Die prallen Wände des Karakorum frei klettern – Messner hatte es prophezeit, niemand glaubte es so recht. Bis ein deutsches Dreamteam kam.

Wolfgang Güllich, einer der ersten Weltstars des Freikletterns, und Kurt Albert, Erfinder der Rotpunkt-Regel, sie waren ein Dreamteam der Alpingeschichte, wohnten zusammen, träumten zusammen und natürlich kletterten sie auch zusammen. 1987 gelang Güllich im Frankenjura mit „Wallstreet“ die erste XI- der Welt, der sechs Jahre ältere Kurt Albert konnte da nicht mithalten, hatte dafür in den großen Wänden erheblich mehr Kilometer auf dem Tacho: Walkerpfeiler mit siebzehn, Eigernordwand mit achtzehn Jahren. 1981 führte er Güllich mit „Locker vom Hocker“ im Wetterstein ins Alpinklettern ein, erreichte mit den ersten freien Begehungen der „Hasse-Brandler“ und der „Schweizer Führe“ an den Zinnen den oberen achten und unteren neunten Grad unter sehr, sehr alpinen Bedingungen.

Überall in den Alpen hatte das Freiklettern Einzug gehalten, für einen wie Güllich jedoch stellten nur wenige dieser Routen eine Herausforderung dar. 1988 finanzierte der DAV experimentierfreudig eine „Leistungsexpedition“ an die Trango-Türme, Güllich und Albert waren dabei und kletterten die Jugoslawenroute frei im oberen achten Grad. Sie entdeckten eine fantastische neue Linie am selben Berg und kehrten im nächsten Jahr zurück.

Fotos: DAV-Archiv, Wikimedia



Wolfgang Güllich (u., 1960-1992) und Kurt Albert (1954-2010) trugen das Rotpunkt-Klettern ins Karakorum – Kurt vollendete die letzten Längen von „Eternal Flame“.

Wie Che Guevara gut zwanzig Jahre zuvor aufbrach, die Revolution in die Welt hinauszutragen, traten diese beiden jetzt an, die Idee des Freikletterns in die wildesten Berge der Erde zu bringen: rotpunkt im Karakorum! Ursprünglich zu viert, mussten ihre zwei Mitstreiter heim, bevor die Route vollendet war. Güllich verletzte sich am Fuß, tauschte die Kletterschuhe mit dicken Stiefeln und sicherte – unter starken Schmerzmitteln – Kurt Albert, der die Führung übernahm. Kurt legte die wohl größte Performance seines ungeheuren, seines so großen Kletterlebens hin. Eine ganz kurze Passage ging nur technisch, den Rest kletterte er frei: bis zum unteren neunten Grad. Die erste Freikletter-Neutour im Karakorum – rotpunkt an den Bergen der Welt! „Eternal Flame“ ist heute ein Klassiker und wird – so hoch ist das Niveau gestiegen! – regelmäßig wiederholt; 2009 gelang Alexander und Thomas Huber auch die kurze technische Passage frei. Die „Ewige Flamme“ des Freikletterns, sie brennt seit damals auch in den Bergen der Welt.



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

Nächster Wendepunkt: **It goes, boys!**
Lynn Hill an der „Nose“ des El Capitan (1993)

EOFT, Reel Rock, Tegernsee

Der Filmherbst kann kommen!

Drei bekannte und fast schon traditionelle Filmveranstaltungen versprechen Unterhaltung, Spannung und Horizont-erweiterung für die dunklen Abende – für alle, die Berge und Draußensein lieben.



Outdoor: Die European Outdoor Film Tour startet im Oktober in ihre 19. Saison. Sieben bis zehn Filme, darunter mehrere Weltpremierer, mit zwei Stunden Gesamtlauzeit bilden ein breites Spektrum des Outdoorsports ab: auf dem Pferd durch den Himalaya; Rollerskaten in Ruanda; Golfen in der Mongolei; Freeriden vom Zeppelin aus; und die Urform jeder sportlichen Bewegung: Laufen.

eoft.eu

Klettern: Felsfans sind davon überzeugt, dass es keine weiteren Sportarten braucht – rund um Bouldern, Sport- und Alpinklettern ist eh schon genug Diversität geboten. Diese Vielfalt feiert schon zum 14. Mal die Reel Rock Tour, die im November anläuft. Speedklettern an der Nase des El Capitan, Highballbouldern mit Nina Williams, Sportklettern in Utah, Trad-Neurouten in der Mongolei.

reel-rock.eu



Bergfilm: Die besten Bergfilme der Welt treten beim einzigen deutschen Bergfilm-Wettbewerb gegeneinander an – zum 17. Mal wird die Wanderregion Tegernsee zum Kulturzentrum. In sechs Sälen darf man vom 16.-20. Oktober



mitfiebern, mitleiden und sich mitfreuen: über Schicksale und Leistungen, Menschen und Tiere, Berge und Begegnungen.

bergfilm-tegernsee.de

Fotos: Elliott Schonfeld, Corey Rich, Bergfilmfestival Tegernsee



EIN NATURWUNDER, WENN DAVON ETWAS ÜBRIG BLEIBT.



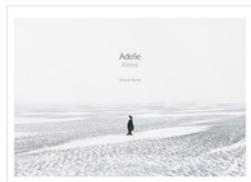
Seeberger.
Macht Appetit auf Natur.

#AppetitAufNatur

alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Schwindende Welten

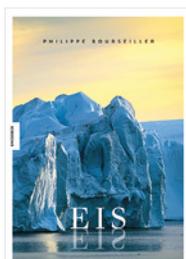
Die große Hitze zeigt sich am deutlichsten in den Polargebieten: Wenn dort Gletscher und Meereis schmelzen, drohen verhängnisvolle Teufelskreise. So sind diese großartigen Bildbände Hymnen auf faszinierende Landschaften – und gleichzeitig Mahnung für ihren Schutz. ad



Die Eleganz der Pinguine

Wie stille Genießer stehen sie da, im Schneetreiben der Antarktis. Von Kälte und Wind unbekümmerte dunkle Silhouetten im eisigen Grau. Dann plumpsen sie ins Wasser – und werden zu schwerelosen Projektilen, eleganten Tänzern des Eismeeers. Pinguine sind Wanderer zwischen zwei Welten. Zwei großartige Fotografien haben sie grandios porträtiert. Vincent Munier zeigt ihr Landleben, Kolonien auf Eis und im Schneesturm, oft kaum zu erkennen im weißen Nichts – rhythmische Strukturen in Harmonie mit der Landschaft. Laurent Ballesta spürt ihrer Parallelexistenz unter Wasser nach, in der türkisen Tiefe des Polarmeers, unter einem Himmel aus Packeis. Ein hinreißendes Doppelwerk.

Vincent Munier, Laurent Ballesta, Luc Jacquet: **Adelie: Eismeer – Eisland**, Knesebeck Verlag, 2018, 208 S., € 150,-



Die Farben des Eises

Eis ist weiß, so viel ist klar, oder? Im Gegenteil! Jede Doppelseite dieses Buches zeigt andere Farbspiele und Konstellationen: schimmerndes Gold, tausendfältiges Blau, zarte Rosetöne. Quasi farblose Bergkämme in Grau, vom Abendlicht gerötete Triebschneefahnen über nachtblauen Gletscherrillen, von der Mitternachts-sonne vergoldete Eisberge, die sich im Polarmeer spiegeln. Philippe Bourseiller, fünffacher Preisträger des World Press Award, zeigt die Vielfalt von Eiswelten zwischen Patagonien, Alaska und Alpen. Er porträtiert Menschen, die dort Sport treiben oder leben. Und in Interviews mit Glaziologen, Umwelt-Aktivisten, und sonstigen Eis-Menschen kommt heraus, wie fragil diese überwältigenden Welten sind.

Philippe Bourseiller: **Eis**, Knesebeck Verlag, 2018, 296 S., € 45,-



Die Breiten des Frostes

Frozen Latitudes nennt Dr. Christoph Ruhsam seine Hommage an die Arktis, der er seit dreißig Jahren verfallen ist. Er ist mit den Inuit auf die Jagd gegangen, im Eismeer gepaddelt, mit Ski über die Gletscher marschiert. Seine Bilder machen das Gefühl von Weite und Ausgesetztheit greifbar, dokumentieren aber auch das Verschwinden von Gletschern. Neben seinen herzswarmen Texten ist das Nachwort des Polarforschers Prof. Dr. Wolfgang Schöner lesenswert, der Fakten zum massiven Schwund des Packeises liefert.

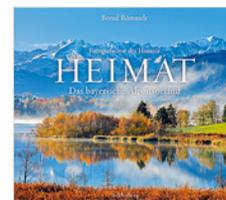
Christoph Ruhsam: **Frozen Latitudes**, Seltmann und Söhne, 2018, 288 S., € 59,-



Die Muster der Landschaft

Vor vierzig Jahren wurde der Fotografieprofessor Volkhard Hofer vom „Islandvirus“ befallen, wie er selbst schreibt. In diesem Buch findet er auf der vom Vulkanismus ständig umgeformten Insel abstrakte Muster von überirdischer Schönheit. Trotz der informativen Bildunterschriften offenbart sich nicht immer leicht, was da genau zu sehen ist und ob die Dimension im Zentimeter- oder Kilometermaßstab ist, kniend fotografiert oder aus dem Flugzeug. Bis man auf einmal versteht: Aha, von unten brandet das Meer an die Küste, der Gischt von der Sonne bestrahlt, und überflutet den von Oxiden ockergefärbten Fluss, der durch blauschimmernde Sandflächen strömt – doch selbst dann bleibt es unfassbar.

Volkhard Hofer: **Iceland Graphics**, Tecklenborg Verlag, 2017, 216 S., € 46,-



Der Reiz der Heimat

„Als ich die ersten großen und langen Reisen ins Ausland unternommen habe, merkte ich plötzlich, wie mir das Vertraute fehlte“, schreibt der Autor im Vorwort – in diesem Bildband sammelt er Highlights aus einem Leben in einer Landschaft, wo er rund 300 Tage pro Jahr mit der Kamera auf Motivsuche ist. Den immer gleichen, altbekannten Bergen gewinnt er ständig neue Perspektiven ab: schneeverkrustet einsam, im Blütenzauber, golden bestrahlt zwischen Gewitterwolken, still über dem Morgennebel. Und wenn Römmelt eingesteht, wie er Autobahnen oder Industriegebiete jenseits des Bildrands versteckt habe, wird klar: Auch diese Landschaft braucht Schutz.

Bernd Römmelt: **Heimat**, Tecklenborg Verlag, 2019, 152 S., € 28,50

geschüttelt
gerührt

LÄMMERDICHT
DÄMMERLICHT

Fotos: Andi Dick

DAV Summit Club kompensiert Flugreisen

REISETRÄUME MIT VERANTWORTUNG

Umweltbewusste DAV-Mitglieder kritisierten immer wieder die Flugreisenangebote des DAV Summit Club. Nun geht die Bergsteigerschule des DAV einen großen Schritt in Richtung Nachhaltigkeit: Als erster weltweit tätiger deutscher Reiseveranstalter wird er ab 1. Januar 2020 den CO₂-Ausstoß aller Flugreisen komplett kompensieren. Ohne Aufschlag auf den Reisepreis: Die Kosten werden zu 14 Prozent aus dem DAV-Klimafonds getragen, den Rest finanziert der DAV Summit Club. Natürlich ist Kompensation immer die letzte Lösung. Doch für viele Bergfreunde sind die Berge der Welt große Lebensträume, und die Begegnung mit fremden Kulturen kann den sozialen Horizont erweitern. Mit der Kompensation ist die Reise nun zumindest global emissionsfrei. Wenn sie nach Nepal führt, kann man vor Ort vielleicht sogar ihre Wirkung sehen: In einem eigenen Programm mit Atmosfair werden dort umweltschonende Kleinbiogasanlagen gebaut. *davsc/red*



Weitere Infos: davsc.de/gemeinsam-hundert-prozent-geben

Neues Qualitätssiegel: Der Grüne Knopf

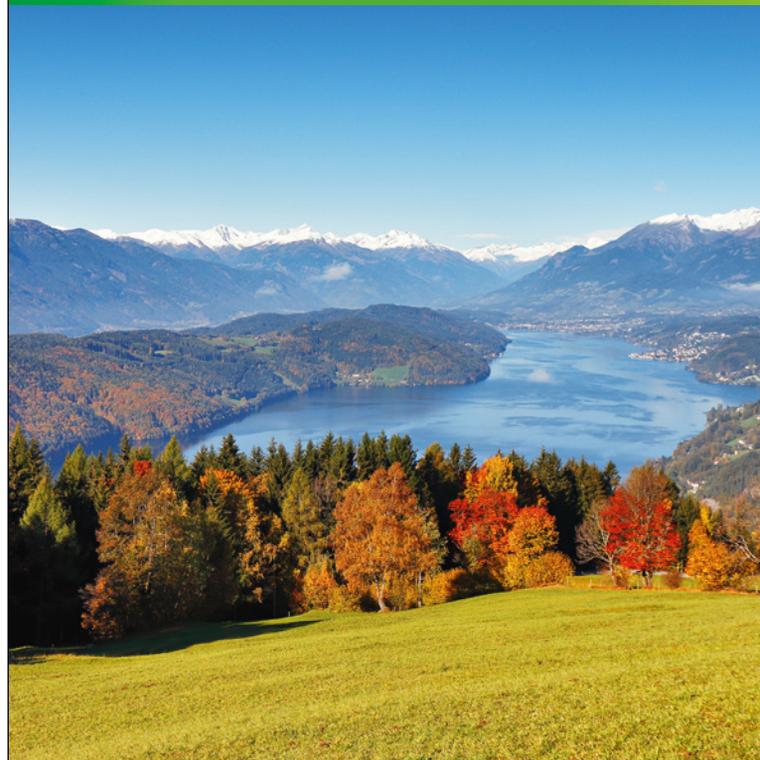
Verantwortbare Kleidung

GRÜNER KNOPF

SOZIAL. ÖKOLOGISCH. STAATLICH.
UNABHÄNGIG ZERTIFIZIERT.

Mehr als die Hälfte der Menschen würden gern mehr nachhaltige Kleidung kaufen, schreibt die Stiftung Warentest. Diverse Siegel sollen dabei helfen, doch von rund 30 derzeitigen Textilsiegeln hat die Initiative siegelklarheit.de der Bundesregierung nur

die Hälfte als „sehr gute Wahl“ oder „gute Wahl“ eingestuft. Anfang September hat nun der Bundesentwicklungsminister Dr. Gerd Müller den „Grünen Knopf“ vorgestellt. Dieses staatliche Qualitätssiegel, direkt am Kleidungsstück angebracht, soll die Kaufentscheidung erleichtern. Es stellt an die Produkte 26 Mindestanforderungen zu sozialen Arbeitsbedingungen und ökologischer Verträglichkeit, die Hersteller müssen ihre Nachhaltigkeits-Sorgfalt anhand von 20 Kriterien nachweisen. Unabhängige Prüfstellen wie der TÜV überwachen die Korrektheit. Und ein Expertenbeirat soll das System stetig weiterentwickeln, mit dem Ziel, Menschen und Umwelt in der gesamten Lieferkette zu schützen. *red*



Beste Aussichten für Klimaschützer

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



Edelweiß[®]
STROM
Energie mit Weitblick



Klimaschützer wechseln jetzt!
edelweiss-strom.de

Königin der Dolomiten

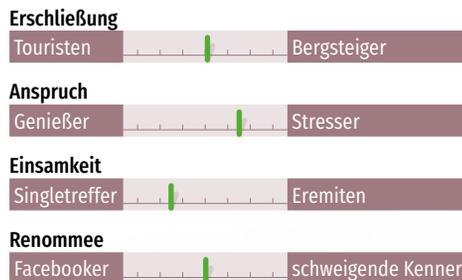
Wie wär's?

Die normale Route: Der Westgrat (1450 Hm, B, 7 Std.) ist eine kombinierte Klettersteig- und Gletschertour. Beim Zustieg von Norden quert man Reste des Vernel-Gletschers, der Westgrat-Klettersteig ist mittelschwerig (B, I). Abstieg nach Norden mit kurzen Kletterstellen (I), dann über den Marmolada-Gletscher. – *Bei der Lawinenkatastrophe vom 13. Dezember 1916 starben mehrere Tausend Soldaten durch zahlreiche Lawinenabgänge.* – **Die schöne Route:** Rund 200 Routen bis zum zehnten Grad verlaufen durch die Südwand. Die Tomasson-Führe (24 SL, IV+/V, 5 Std.) war die erste, eröffnet von der Engländerin Beatrice Tomasson am 1. Juli 1901 mit den Führern Michele Bettega und Bortolo Zagonel bei Schneesturm und Steinschlag. Der aktuelle Führer von Maurizio Giordani warnt vor „dem nicht gerade soliden Fels“ und „dem sehr strengen Ambiente“. – *Eine Frau war auch bei der ersten Skibefahrung der Nordwand dabei: Hermi Lottersberger 1970 mit Siegfried Messner und Heini Holzer.* – **Die berühmte Route:** Die „Vinatzer (1936)/Messner (1968)“ (30 SL, VI+ A0 oder VII-, 10 bis 12 Std.) ist der absolute Klassiker in der Südwand. Der Messner-Ausstieg durch die fantastischen, aber unübersichtlichen Platten ab Wandmitte ist eine seiner bedeutendsten Kletter-Leistungen. – *Weitere legendäre Südwandrouten sind „Moderne Zeiten“ (VIII-, Mariacher/Iovane 1982) und der „Weg durch den Fisch“ (IX-, Koller/Sustr 1981); Hansjörg Auer (1984–2019) durchstieg 2007 beide Free Solo.*

Daten und Fakten

Höhe: 3343 m (Punta Penia)
Prominenz: 2134 m -> Toblacher Feld
Dominanz: 55,3 km -> Schneeiger Nock
Erstbesteigung: 28. September 1864, Paul Grohmann mit Angelo und Fulgenzio Dimai
Normalweg: Westgrat oder nördlicher Gletscherweg
Talort: Canazei (1465 m), Malga Ciapela (1446 m)
Hütten: u.a. Rifugio Contrin (2016 m), Rifugio Falier (2074 m)

Charaktercheck



Der Gratücken der Marmolada trägt mit der Punta Penia (3343 m) den höchsten Gipfel der Dolomiten. Ihre zwei Kilometer breite und bis zu 800 Meter hohe felsige Südwand über dem Ombrettatal ist eine der berühmtesten der Alpen. Zum Passo Fedaia im Norden zieht der Ghiacciaio della Marmolada hinab; dort ist im Winter Skibetrieb, in der einst eisigen Nordwand tummeln sich öfter Freerider. Im Ersten Weltkrieg gab es im Gletscher eine „Eisstadt“ mit langem Tunnelnetz. nr



Foto: Archiv Mariacher

Der Mensch am Berg

Heinz Mariacher etablierte in den späten 1970er Jahren mit seiner Freundin Luisa Iovane und weiteren Tirolern wie Franz Kröll, Reinhard Schiestl und Prem Darshano ein neues Zeitalter an der Marmolada-Südwand, mit schwierigen Erstbegehungen in superschnellen Zeiten und mit minimaler Ausrüstung.

„Hier walten Emotionen und Erfahrungen, die es wert sind, erzählt zu werden. Um zu verstehen.“

Maurizio Giordani hat an der Südwand über 50 neue Routen erschlossen und seit 1986 ihren Verlauf in Führern dokumentiert.

Foto: Wifimedia

70%
aller Kinder

30% aller
Erwachsenen



Fructose-Intoleranz
in Deutschland²

Blähungen, Übelkeit,
Durchfall, Reizdarm?

Fructose-Intoleranz?¹



Mit Fructaid® können Sie etwas
gegen Ihre Fructose-Beschwerden
tun und wieder Obst, Gemüse, Säfte
und alles was Haushaltszucker
enthält genießen.

- Fructaid® ist sicher und schaltet
Fructose einfach aus.³
- Fructaid®, das patentierte
Medizinprodukt bei Fructose-
Intoleranz.

In jeder Apotheke!

Fructaid® Zur Verhütung/Linderung
von durch Fructose-
Malabsorption bedingten
Verdauungsbeschwerden

Bei Fructose-Intoleranz

pronatura

Fructaid®
Bei Fructose-Intoleranz

¹Zur Verhütung/Linderung von durch Fructose-Malabsorption bedingten Verdauungsbeschwerden.²<https://goo.gl/JMDjy6>

³Fructaid® wandelt Fructose in Glucose (Traubenzucker) um. Ausführliche Informationen unter: www.fructaid.de

„Wenn jemand eine Reise tut, so kann er was erzählen“, lautet ein bekanntes Zitat des deutschen Dichters Matthias Claudius aus dem Jahr 1774. Bei einer Weitwanderung vom südlichsten bis zum nördlichsten Punkt Deutschlands kommt einiges zusammen – an Kilometern wie an besonderen Begegnungen.

Text und Fotos: **Christof Herrmann**

Deut

Unterwegs auf dem Hochrhöner – der bekannte Weitwanderweg führt von Bad Kissingen in Bayern nach Bad Salzungen in Thüringen.



Zu Fuß von
den Alpen
bis nach Sylt

Schland

der
Länge
nach



Foto: Monika Prestel



Nachdem ich die letzten sechs Sommer gen Süden gewandert bin – viermal von Salzburg nach Triest (siehe DAV Panorama 1/2018), einmal von München nach Venedig und einmal auf dem Jakobsweg von meiner Haustüre nach Santiago de Compostela –, wollte ich diesmal Richtung Norden aufbrechen. Auf eine Deutschlanddurchquerung, einen lange gehegten Traum.

Haldenwanger Eck, an einem sonnigen Junitag. Der Grenzstein 147 markiert auf 1881 Metern die Grenze zwischen Tirol, Vorarlberg und Bayern. Der südlichste Punkt Deutschlands ist überraschend abgeschieden und idyllisch. Blumenwiesen und Latschenkiefern entzücken das Auge und ver-

strömen einen feinen Bergduft, ein Murmeltier pfeift. Im Nachbarland sind hohe Berge zu sehen, an deren Hängen noch etwas Schnee liegt. Das nennt man einen Auftakt nach Maß.

Ich war noch nie in den Allgäuer Alpen und verliebe mich sofort in das viele Grün, die sanften Hügel und hohen Berge. Diese erste Etappe mit dem langen Abstieg ins Rappental ist die einzige alpine und zugleich eine der schönsten meiner Deutschlanddurchquerung. Übernachtet wird im Gasthof in Einödsbach, dem südlichsten ganzjährig bewohnten Fleckchen Deutschlands, das wildromantisch in einem Gebirgskessel unterhalb des Dreigestirns aus Hochfrottspitze, Mädelegabel und Tretschspitze liegt. Der Gasthof ist in der siebten Generation in Familienhand; seit 2007

führt Katharina Ellmann den Betrieb. Beim Frühstück erzählt sie, dass sie als junge Frau in die weite Welt hinauszog, dann aber nach Einödsbach zurückkehrte, weil ihre Kinder auch hier aufwachsen sollen. Wie sich die Gäste im Lauf der Jahrzehnte verändert haben? „Jeder hat ein Handy, viele fragen nach WLAN. Die Gäste bleiben meist kürzer, wollen aber mehr erleben. Auch am Berg zählen mittlerweile Taktung und Leistung. Für die Naturschönheiten nehmen sich die wenigsten Zeit.“

Ich schalte das Handy auf Flugmodus und setze den Weg fort. Oberhalb des Illertals geht es durch Wäldchen, über Wiesen, an Bächen und durch Tobel bis nach Im-



Die großen Berge im Rücken, startet die Deutschlandtour am Haldenwanger Eck in den Allgäuer Alpen; am Bodensee ist Baden-Württemberg erreicht; Weitblicke von der Schwäbischen Alb.

menstadt, mit prächtigen Ausblicken auf die Nagelfluhkette zur Salmaser Höhe und hinab nach Oberstaufen.

Der Bayerisch-Schwäbische Jakobsweg bringt mich in östliche Richtung, die Ausblicke auf das Westallgäuer Hügelland und die Alpen entschädigen für den vielen Asphalt. Pilger oder Fernwanderer lassen sich nicht blicken, dafür lerne ich Anne und Hans aus der Pfalz kennen. Sie ernähren sich aufgrund von Zöliakie streng glutenfrei und verbringen den Urlaub seit Jahren in Scheidegg. In dem Ort bieten so viele Unterkünfte, Lokale und Einzelhändler Glutenfreies an wie sonst nirgends in Deutschland. Selbst den Leib Christi während der Messe gibt es auf Wunsch ohne Gluten. Anderntags betrete ich eine schöne Stadt am

Meer. Die Stadt heißt Lindau, das Meer ist das Schwäbische Meer, der Bodensee.

Hinter Nonnenhorn ist Baden-Württemberg erreicht. Auf den wenigen Kilometern im Naturschutzgebiet Eriskircher Ried bekommt man einen Eindruck, wie es früher am Bodensee ausgesehen hat. Die Auenwälder, Flachwasserzonen, Schilfbereiche und Streuwiesen sind heute vielerorts Bebauung, Straßen, Privatstränden, Betonpromenaden und Apfelpflanzungen gewichen.

Ich verlasse den Bodensee und biege auf den Schwäbische-Alb-Oberschwaben-Weg ab. Auf diesem Hauptwanderweg 7 des Schwäbischen Albvereins führt die Route 190 Kilometer nach Norden – ich ziehe meinen Schlapphut vor den 700 Ehren-

amtlichen, die 23.000 Kilometer Wanderwege pflegen und markieren.

In Blönrried hat mich Annemarie eingeladen, bei ihr zu übernachten. Ihre Vermieter öffnen mir die Tür, sie selbst radelt gerade nach Litauen. Als ich sie 2007 in Laos kennenlernte, befand sie sich auf einer siebenjährigen Radreise von Blönrried nach Australien. Auf langen und langsamen Reisen spielen Besitz, Status und Karriere kaum eine Rolle. Sein statt Darstellen. Sachen machen anstelle Sachen horten. Mich lehrt diese einfache Fülle beim Fernwandern, auch im Alltag einfacher zu leben und mit weniger glücklicher zu sein. Auf dem gesamten Schwäbische-Alb-Oberschwaben-Weg ist keine Spur von Fernwanderern zu sehen! Ich treffe nicht mal Tageswanderer – Spaziergänger mit Hund ausgenommen. Und ich dachte, Wandern ist der Deutschen liebstes Hobby. Stattdessen überall Menschen in Büros und Häusern, in Autos und auf E-Bikes, in Fußgängerzonen und Geschäften, in Cafés und Biergärten. Ginge nicht vieles besser, wenn wir mehr gin-

Wandern – der Deutschen liebstes Hobby?

gen? Beim Kloster Obermarchtal taucht plötzlich die Donau auf, sie ist die südliche Begrenzung der Schwäbischen Alb. Durch das malerische Tal der Großen Lauter und



Reetdächer und Heidelandschaft:
Vom Mittelpunkt Deutschlands in
Flinsberg in Thüringen führt der Weg
durch Niedersachsen und Hamburg
bis nach Schleswig-Holstein, unter
anderem auf dem Heidschnuckenweg
durch die Lüneburger Heide.

das dunkle Wolfstal steige ich in das Mittelgebirge empor.

In der Schwäbischen Alb schlägt mein Wanderherz höher: Kuppen und Berge, Trocken- und Nasstäler, Felsen und Höhlen, große Wälder und Hochflächen mit Wiesen und Wacholderheiden. Nur mit den Unterkünften gestaltet es sich schwierig. Im ersten Ort ist es noch zu früh, im zweiten passen die Vibrations nicht, im

dritten gibt es keine Übernachtungsmöglichkeit und im vierten ist alles ausgebucht. Pralle Sonne, Regenschauer und Windböen, dazu 1000 Höhenmeter im Anstieg und 800 Höhenmeter im Abstieg. Als ich am Abend ein Bett für die Nacht gefunden habe, weiß ich, was ich gemacht habe: 43 Kilometer und 55.000 Schritte.

Am 14. Tag erreiche ich den Nordrand der Schwäbischen Alb und komme in einem rustikalen Tiny House unter. Der

Ausblick auf das größte Waldgebiet der Schwäbischen Alb ist herrlich. Ich freue mich auf viele Stunden Schlaf, habe die Rechnung allerdings nicht mit dem Hahn auf dem Hof gemacht.

„So früh ist es noch frisch im Wald. Der Pfad schlängelt sich langsam empor. Spinnweben im Gesicht. Ein Vogel kreischt in der Ferne. Zwei Rehkitz springen über den Weg, später flieht ein Fuchs aus dem

Unterholz. Dann stehe ich plötzlich auf einem Felsen und blicke auf den Albtrauf, zur Burg Teck, nach Weilheim an der Teck sowie kilometerweit ins Albvorland. Was für ein Auftakt auf dem Albsteig“, schreibe ich am nächsten Abend in mein Reisetagebuch. Der Albsteig folgt auf 360 Kilometern dem ausichtsreichen Albtrauf an der Nordseite der Schwäbischen Alb, 80 Kilometer sind es bis Unterkochen bei Aalen, vom Schwäbischen Albverein vorbildlich markiert.

Die nächsten acht Tage führt der Main-Donau-Bodensee-Weg bis nach Würzburg. Durch Landwirtschaftsflächen schleiche ich schattenlos bei 30 bis 35 Grad im Schatten gen Norden. Die Erde ist trocken, das Gras braun, die Bäche haben wenig Wasser, viele Felder sind schon abgeerntet, ich pfeife die Melodie von „Spiel mir das Lied vom Tod“ und frage mich: Wie lange müsste ich auf eine Schnecke auf Sylt warten, wenn wir zusammen im Allgäu gestartet wären und die Schnecke den halben Tag kriecht und den halben Tag ruht? Nimmt man an, dass es eine Weinbergsschnecke wäre, ist die Rechnung einfach. Die Tierchen legen vier Meter pro Stunde zurück. 102 Jahre müsste ich also auf Sylt Däumchen drehen. So viel Zeit hab ich dann doch nicht.

Zurück in Bayern bringen die schönen fränkischen Städte Rothenburg ob der Tauber, Ochsenfurt, Sommerhausen und Würzburg etwas Abkühlung und Abwechslung. Der Unterfränkische Jakobsweg verläuft nach Bad Kissingen am Fuß der Rhön, die sich 90 Kilometer von Gemünden am Main im Süden bis Vacha an der Werra im Norden und 50 Kilometer von Fulda im Westen bis Meinigen im Osten erstreckt.

Sechs Tage sind nötig, um das Mittelgebirge auf dem Hochrhoner zu überqueren. Die ersten drei wandere ich weiter durchs unterfränkische Bayern (und kurz durch Hessen), dann habe ich thüringischen Boden unter den Wanderschuhen. Der Hochrhoner zählt für mich zu den schönsten Fernwanderwegen Deutschlands. Schattige Wälder, vulkanisch entstandene Gipfel mit Fernblicken,

Wiesen auf der Hochfläche, Moore, eine reiche Tier- und Pflanzenwelt (Wildkatzen, Rotmilane, Silberdisteln, Orchideen, Hutebuchen ...), Geschichte(n) und Kultur am Wegesrand sowie die Zeugnisse der ehemaligen innerdeutschen Grenze sorgen für Abwechslung und großes Staunen. Meine persönlichen Highlights: Die weichen Wiesenmatten und blühenden Weidenröschen um den Himmeldunkberg und die Hohe Hölle herum – was für eine Wonne muss es zur Pfingstzeit hier oben sein, wenn die Rhön im Blüten-

Hochrhöner – Wälder, Gipfel, Kultur

schmuck leuchtet. Dann der Rundumblick auf dem Gläser – nicht nur hier versteht man, warum die Rhön „Land der offenen Fernen“ genannt wird. Und zuletzt der Ibenwald mit selten gewordenen, bis zu 800 Jahre alten Eiben.

Weiter geht es von dem berühmten Sole-Heilbad Bad Salzungen über Eisenach nach Creuzburg und auf dem Naturparkweg Leine-Werra bis nach Heilbad Heiligenstadt. Der Weg schlängelt sich durch Wälder, tief eingeschnittene Täler und Ortschaften mit prächtigen Fachwerkhäusern. Wanderherz, was willst du mehr? Vor Heiligenstadt lohnt der Abstecher zum Mittelpunkt Deutschlands. Es gibt mehrere solcher Punkte in Thüringen, Hessen und Niedersachsen, da man sie nach unterschiedlichen Methoden berechnen kann. „Meiner“ ist der geografische Mittelpunkt, liegt in Flinsberg und stellt den Punkt mit dem minimalen Abstand zur Staatsgrenze dar. Die Stelle ist unspektakulär. Ich habe sie für mich allein und lasse mir eine halbe Stunde Zeit, den Mittelpunkt wirken zu lassen und auf meine bisherige Tour durch Deutschland zurückzu-



**DAS MUSST
DU ERLEBEN.**



WILD LINE
BAD WILDBAD

Nähere Informationen zu
Parkmöglichkeiten, Ticket-
preisen oder Öffnungszeiten
gibt es auf

www.wildline.de



DEUTSCHLAND DER LÄNGE NACH

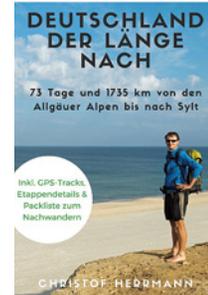
Abwechslungsreiche einfache Fernwanderung, die aber aufgrund der Länge und vieler schattenloser Passagen nicht zu unterschätzen ist. Die Tour lässt sich gut auch in mehreren Etappen machen. Der erste Abschnitt führt durch die Alpen, danach geht es eine Woche durch die Voralpen. Ab dem Bodensee werden mehrere Mittelgebirge und Tiefebene überquert. Von der Nordseeküste gelangt man auf geführten Wattwanderungen nach Föhr und Amrum, von Amrum mit dem Schiff nach Sylt.

Start und Ziel: Der südlichste Punkt Deutschlands ist der Grenzstein 147 am Haldenwanger Eck in den Allgäuer Alpen. Der nördlichste Punkt Deutschlands liegt auf dem Ellenbogen auf Sylt.

Tourdaten: Rund 1735 Kilometer, 28.600 Höhenmeter im Anstieg und 30.500 Höhenmeter im Abstieg. Der Autor war 73 Tage unterwegs, davon waren 9 Tage Ruhetage. Das entspricht pro Wandertag

etwa 27 Kilometern, 450 Höhenmetern im Anstieg und 480 Höhenmetern im Abstieg. Die Route verläuft auf elf Fernwanderwegen.

Details zu den Etappen unter alpenverein.de/panorama



E-Book „Deutschland der Länge nach“: 18 Berichte von unterwegs, 97 Fotos, Statistiken, die Packliste sowie eine Übersicht und Bewertung jeder Etappe. Als Bonus gibt es die GPS-Tracks der Route zum Herunterladen. Für € 9,99 unter

einfachbewusst.de/e-book-deutschland-der-laenge-nach

blicken. Sie verlief nicht immer rund. Hier aber spüre ich Kraft. Liegt es an der Mitte Deutschlands, dass ich zu meiner Mitte finde? Oder wächst einfach die Zuversicht, dieses Projekt zu schaffen?

Eine Woche lang folge ich der Via Scandinavica, einem bekannten Jakobsweg. Der landschaftlich reizvollste Abschnitt ist das Grüne Band, die ehemalige innerdeutsche und heute thüringisch-niedersächsische Grenze. Niedersachsen ist das fünfte Bundesland auf der Fernwanderung, für mich beginnt hier Norddeutschland: Hügel haben die Berge abgelöst, erste Gebäude aus Backstein tauchen auf, die Menschen sind zurückhaltend, hilfsbereit und wirken zufrieden, statt Aldi Süd gibt es Aldi Nord. In Erinnerung bleiben mir die Städte Göttingen (119.000 Einwohner, studentisches Flair), Northeim (29.000 Einwohner, viel Fachwerk), Hildesheim (102.000 Einwohner, Dom und Michaeliskirche), Hannover (530.000 Einwohner, viel Kunst, Kultur, Szene und Lebensqualität)

und Celle (70.000 Einwohner, pittoreske Altstadt mit 450 Fachwerkhäusern).

Die Niedersachsen überraschen mich mit ihrer Gastfreundschaft. Viermal werde ich von Leuten, die meinen Blog lesen, zum Übernachten eingeladen, obwohl sie mich gar nicht persönlich kennen. Zum Beispiel Alexander aus Celle, der mich wie einen alten Freund empfängt.

Auf den nächsten 190 Kilometern durch die Lüneburger Heide nach Hamburg halte ich mich an den Heidschnuckenweg, einen der bekanntesten Fernwanderwege Deutschlands. Namensgeber ist die Graue Gehörnte Heidschnucke. Die Schafe tragen mit ihrer Fressgewohnheit dazu bei, dass die Kulturlandschaft Heide erhalten

bleibt. Die Lämmer schauen besonders schnuckelig aus, sie werden schwarz geboren, im zweiten Lebensjahr färben sich die Haare gräulich. Die Route führt immer wieder auf sandigen Wegen durch größere Heideflächen. Die typische Besenheide blüht hellviolett. Es ist ein außergewöhnlicher Anblick und hat etwas Beruhigendes, auch wenn die Blüte aufgrund des extremen Sommers magerer ausfällt als gewöhnlich. Der Abschnitt zwischen Niederhaverbeck und dem Naturschutzgebiet Brunsberg ist besonders empfehlenswert.

Nach drei Tagen in der Hansestadt Hamburg folge ich zunächst der Elbe für 90 Kilometer flussabwärts, auf Sträßchen und Radwegen geht es durch Dithmarschen und

Flaches Land (r.) und tiefer Schlick (r.o.): Die letzten Etappen der Deutschlandtour führen auf die nordfriesischen Inseln in der Nordsee. Nur für das letzte Stück nach Sylt braucht es ein Schiff als Fortbewegungsmittel.





Deutschlandtour

von Sylt. Es sind die einzigen Kilometer der Fernwanderung, die ich nicht aus eigener Kraft zurücklegen kann. Ich setze meinen Weg am Wattenmeer fort und komme die Nacht bei einer Freundin in Westerland unter.

Mein Schlaf ist unruhig. Als ich früh aufbreche, bin ich trotzdem hellwach. Am Weststrand ziehe ich die Schuhe aus und gehe barfuß immer in nördliche Richtung. Über 20 Kilometer feinen Sand unter den Füßen, an einer einsamen Stelle ziehe ich mich aus und springe ins Wasser. Und dann bin ich plötzlich da, am nördlichsten Punkt Deutschlands. Es ist ein unspektakuläres, aber stimmungsvolles Plätzchen. Der Strand ist breiter als die Kilometer zuvor, die Düne etwas niedriger. Nur vier Kilometer weiter nördlich leuchten die Sandstrände der dänischen Insel Rømø. Ich

habe den Moment des Ankommens für mich allein. Ich bin tatsächlich jeden möglichen Meter vom Haldenwanger Eck in den Allgäuer Alpen

bis zum Ellenbogen auf Sylt gegangen: 2,2 Millionen Schritte und 1735 Kilometer in 73 Tagen! Das geschafft zu haben, stimmt mich glücklich und erfüllt mich mit Stolz. Es war ein weiter Weg durch Landschaften und Ortschaften, mal mehr, mal weniger schön. Und wie immer am Ende einer langen Tour schwingt etwas Wehmut mit. So frei und belebt wie unterwegs fühle ich mich daheim nicht immer. Doch das ist nicht schlimm, weiß ich doch, dass nach der Fernwanderung vor der Fernwanderung ist; für mich die nachhaltigste und erfüllendste Art zu reisen.

Lange Sandstrände, sanfte Dünen, Ruhe

Nordfriesland. Es läuft wie am Schnürchen, hier oben ist das Land flach wie eine Schallplatte. Man sagt, dass man vormittags schon sieht, wer nachmittags zum Tee vorbeischaud. Die Menschen ticken sympathisch anders; folgendes Gespräch schnappe ich an einer Imbissbude auf: „Moin.“ „Moin.“ „Zieht weiter.“ (Gemeint sind die dunklen Wolken über uns.) „Jo.“ „Tschüss.“ „Tschüss.“

Hinter Husum, am 68. Tag nach meinem Aufbruch, taucht sie dann plötzlich auf, die Nordsee. Ich steige auf den Deich und erst am Tagesziel wieder runter. Vom Deich aus hat man die beste Sicht auf das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer, auf die Halligen, die Insel Föhr und die zahlreichen Wasservögel und kann beobachten, wie das Wasser zur Ebbe zurückweicht. Auf der anderen Seite – im doppelten Sinne – sehe ich stundenlang Windräder, nicht eine Handvoll, sondern meist über hundert. Ich komme ins Grübeln. Vor dreißig Jahren hatte man hier noch schöne Fernsichten in beide Richtungen. Ich bin für die Energiewende, glaube aber, dass einzig eine Postwachstumsökonomie und ein minimalistischer, wirklich nachhaltiger Lebensstil uns weiterbringt. Weniger bewirkt viel. Nur wer will auf Konsum, Auto, Mobilität, Wohnungsfläche, Fernreisen, Fleisch, Flugobst und Co. verzichten oder diese zumindest stark reduzieren? Am Ende der Deich- und Grübel-Etappe zeigt die Wander-App 44 Tageskilometer an – Rekord auf meiner Tour durch die Republik.

Bei Dagebüll treffe ich die Wattführerin Regina Matthiesen und ihre Gruppe. Als bei Ebbe das Wasser abläuft, betreten wir das Watt. Welche einmalige Chance, über den Meeresgrund zu laufen, und was für ein origineller Weg zur Insel Föhr! Wir kämpfen uns durch tiefen Schlick, gehen über weiche Sandbänke und piksende Muschelfelder und waten durch Priele. Frau Matthiesen erklärt immer wieder etwas. Mir war bisher nicht bewusst, dass so viele Tier- und Pflanzenarten im Watt leben. Die Wattwürmer (und ihre charakteristischen Kothaufen) und das essbare Fuchsschwanzgewächs Queller kannte ich bis dato nicht. Nach drei Stunden steigen wir aus dem Watt und stehen auf Föhr. Während die Gruppe mit Bus und Schiff zurück ans Festland fährt, überquere ich noch die Insel. Am nächsten Tag gehe ich erneut durch den Meeresgrund. Diesmal leitet Heinz-Jürgen Fischer durchs Watt. Er ist ein Original, über achtzig Jahre alt und kennt hier jede Muschel beim Namen. In Amrum habe ich wieder festen Boden unter den Füßen. Die Insel bietet viel Ruhe und Natur, etwa das archaisch anmutende Naturschutzgebiet Amrumer Dünen, kilometerlange Sandstrände und den Naturlehrpfad an der Vogelkoje.

Ein Schiff bringt mich in einer Dreiviertelstunde nach Hörnum im Süden



Der Blogger und Buchautor **Christof Herrmann** aus Nürnberg bringt sein Faible für eine minimalistische Lebensweise und die Natur auf wochenlangen Fernwanderungen unter einen Sonnenhut. einfachbewusst.de



Oamoi übern Woid

Trans Bayerwald
und Varianten

Für Jüngere sei es ganz kurz erwähnt: Es gab Zeiten, in denen war es nicht möglich, mit dem Bike von der Drachenstichhalle in Furth im Wald auf den Berg Čerchov (Schwarzkopf) in Tschechien zu treten, um sich danach hinunter nach Waldmünchen rollen zu lassen. Nicht nur hier gab es eine unüberwindbare Grenze. Im befriedeten Europa des 21. Jahrhunderts ohne „Kalten Krieg“ und ohne kalte Krieger sieht das anders aus. Wer heute entlang des ehemaligen Grenzverlaufs über den Bayerischen Wald fährt, rutscht schnell einmal hinüber auf tschechisches Terrain – und unbemerkt zurück. So zum Beispiel auf der bezeichneten Radfernwanderoute „Grünes Dach“, die den Ort Nentschau nahe der bayerischen Stadt Hof mit dem Großen Arber und Bayerisch Eisenstein verbindet. Oder auf dem Eurovelo 13, der in der Finnmark beginnt, am Schwarzen Meer endet und in Anlehnung an den ehemaligen Grenzverlauf zwischen Ost und West auch gern als

Dass man mit dem Rad auf bezeichneten Routen ganz fabelhaft über den Bayerischen Wald fahren kann, ist schon lange kein Geheimnis mehr. Im Oktober 2018 wurde das bestehende Angebot im ältesten Nationalpark Deutschlands um zwei tolle Routen erweitert.

Text und Fotos: **Rollo Steffens**

„Iron Curtain Trail“ (Eiserner Vorhang) bezeichnet wird. Beide Strecken sind inzwischen Klassiker bei einer Fahrt „übern Woid“.

Nun wurde das Angebot für Biker, die den Bayerischen Wald der Länge nach anspruchsvoll überqueren möchten, um einiges erweitert. Das Projekt „Trans Bayerwald“ gliedert sich in zwei Routen (Nord und Süd), die auch zu einer großen Runde verbunden werden können. Die Strecken, vorher mit Navi und GPS-Daten zu befahren, sind seit dem Oktober 2018 vollständig bezeichnet, und wer Zeit und Waden-



INFO

mehr: alpenverein.de/panorama

RADFERNWEGE IM BAYERISCHEN WALD



Trans Bayerwald

Trans Bayerwald – Südroute

7 Etappen: Furth im Wald – Rötz – Stamsried – Falkenstein – Sankt Englmar – Bischofsmais – Eging am

See – Passau. Etwa 340 km, 8300 Hm; höchster/niedrigster Punkt: 1092/302 m.

Trans Bayerwald – Nordroute

7 Etappen: Passau – Wegscheid – Waldkirchen – Mitterfirmiansreut – Spiegelau – Zwieslerwaldhaus/Bayerisch Eisenstein – Lam – Furth im Wald. Etwa 360 km, 8350 Hm; höchster/niedrigster Punkt: 1430/290 m.

Umfangreiches Informations- und Begleitheft „Trans Bayerwald Mountainbike Abenteuer“ mit Karten im Maßstab 1:100.000 und Höhenprofil für jede Tagesetappe.

GPS-Daten und alle weiteren Informationen:

bayerischer-wald.de; trans-bayerwald.de

Grünes Dach – Radweg

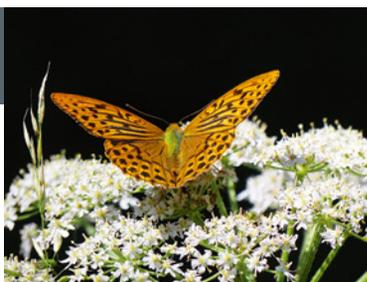
Ausgewiesener Radfernweg von Nentschau bei Hof an der Saale über den Arber-Sattel (Brennes) nach Bayerisch Eisenstein. 4-6 Etappen; etwa 300 km, 4000 Hm.

Info: bay-rad.de

Eurovelo 13 (Iron Curtain Trail)

Ausgewiesener Fern-Radweg von Cheb (Eger) in Tschechien nach Haidmühle. Deutsch-tschechischer Abschnitt der etwa 9500 km langen Strecke entlang des ehemaligen „Eisernen Vorhangs“ zwischen der Barentssee und dem Schwarzen Meer.

Info: ironcurtaintrail.eu



Von Waldromantik bis Gipfeleuphorie: Im Bayerischen Wald kommen Radler voll auf ihre Kosten – sportlich, kulturell und kulinarisch.



schmalz mitbringt, kann es auf 700 Kilometer bringen – und auf mehr als 16.000 Höhenmeter. Am Stück schaffen werden das die Wenigsten, und besser ist es sicherlich, die Sache etwas ruhiger anzugehen und Abschnitt für Abschnitt zu fahren, um dabei die sanften Wellen und das dauerhafte Grün des ältesten deutschen Nationalparks zu genießen.

Die Nordroute beginnt in Furth im Wald und führt in sieben Etappen in die Dreiflüssestadt Passau. Sie orientiert sich dabei am Grenzkamm zwischen dem Bayerischen Wald und dem böhmischen Šumava. Die Südroute hat ihren Start in Passau. Sie ist gering kürzer, leitet den Biker aus „Bayerns Venedig“ in und durch den Vorderen Bayerischen Wald nach Falkenstein und endet in Furth im Wald, der Drachenstadt. Geboten ist alles: Asphalt, Schotter, Single Trail; kulturelle Highlights sind Aussichtspunkte, Burgruinen, Abteien

Fahrerlebnis und Kulinarik

und Klöster. Kulinarisch verwöhnen entlang der Strecke Wirtshäuser und Berghütten mit bayerischem Bier und abwechslungsreicher Küche. Höhepunkt im wahrsten Sinne des Wortes ist die sechste Etappe der

Route Nord, die vom Zwiesler Waldhaus (701 m) über Bodenmais zum höchsten Gipfel der Region führt: auf den Großen Arber (1430 m). Gutes Wetter vorausgesetzt, reicht hier der Blick über die acht Tausender-Gipfel des

Bayerischen Waldes bis nach Tschechien und hinunter in die Donauebene. Und der Abroller nach Lam mit der kleinen Gegensteigung am Reischflecksattel (1142 m) ist ein Gedicht!



Der Alpinjournalist und Vortragsredner **Rollo Steffens** (rollo-steffens.de) rollt am liebsten auf zwei Rädern durch die Berge – das schont die Knie.



Interview: Laura Dahlmeier

Es gibt nichts Schöneres als die Berge.

Der Rücktritt von Laura Dahlmeier, einer der erfolgreichsten deutschen Biathletinnen, hat im Mai für Aufsehen gesorgt. Weniger bekannt ist ihre zweite Leidenschaft: die Berge. Darüber erzählte sie Klaus Vestewig für das Alpenvereinsjahrbuch Berg 2020.



Das Gebirge lockt Sie oft, was fasziniert Sie bei Ihren Unternehmungen?

Vor allen Dingen die unglaubliche Natur und dass man der so brutal nah sein, sie so intensiv erleben kann. Die Berge sind extrem facettenreich, es ist nirgends gleich, und für mich ist der Zugang zur Natur immer über die Berge. Auch den Menschen, die man in den Bergen trifft, bin ich näher als den Menschen in der Stadt.

Warum haben Sie als Leistungssportlerin nicht auf den Bergsport verzichtet?

Bergsport macht mir unglaublich viel Spaß, das ist eine ganz große Leidenschaft. Einerseits ist es sportliche Betätigung, auf der anderen Seite findet man in den Bergen die nötige Ruhe, die man sonst im Alltag

LAURA DAHLMEIER

(* 22.8.1993)

Die Garmisch-Partenkirchener Zollwachtmeisterin gewann im Biathlon zwei olympische Goldmedaillen und sieben Weltmeistertitel, 2017 wurde sie Sportlerin des Jahres; im Dezember wird sie sich beim Event „Biathlon auf Schalke“ verabschieden.

In ihrem Heimatort arbeitet sie bei der Bergwacht mit und fördert die „Initiative Oberland zur Unterstützung der Exiltibeter“. So oft es geht, geht sie in die Berge; beispielsweise zur Aiguille Verte (4122 m, Couloir Couturier rauf, Skiabfahrt übers Whympercouloir), auf den Alpamayo (5947 m) oder die „Salathe“ (900 m, VII, A1) am El Capitan.



Das gesamte Gespräch mit Laura steht im AV-Jahrbuch „Berg 2020“, erhältlich im dav-shop.de

verliert. Dass dabei schon auch immer Höchstleistungen abverlangt werden, das macht für mich auch den Reiz des Bergsports aus.

Haben Ihnen die Touren im Gebirge auch etwas fürs Biathlon gebracht?

Natürlich, denn ich gehe da ja nicht eine Stunde spazieren, man ist den ganzen Tag unterwegs, es ist ein richtiges Ausdauertraining bergauf, bergab. Es sind auch koordinative Aspekte dabei: Wie bewege ich meinen Körper beim Klettern, wie kann ich mich eindrehen?

Auch mental?

So etwas wie mentale Stärke gehört dazu. Beim Klettern muss man sich aufs Hier und Jetzt konzentrieren. Das kann einem auch helfen fürs Schießen im Biathlon. Dann ist es für mich auch Einstellungssache. Bei so einer Tour muss ich locker und optimistisch bleiben, so etwas hilft auch enorm in einer Biathlon-Saison.

Wie sind Sie überhaupt zum Bergsport gekommen?

Meine Eltern sind beide sehr sportlich, wir sind am Wochenende immer zum Wandern und Bergsteigen gegangen. Mein Papa ist auch bei der Bergwacht. Das Bergsteigen war also familiär bedingt und auch durch meinen Freundeskreis.

Welchen Anteil hat bei Ihren Touren der Aspekt Risikowagnis?

Das Wichtigste ist mir: Ich möchte eine schöne Tour machen, ich möchte Spaß haben, möchte eine schöne Linie klettern oder einen beeindruckenden Berg besteigen, das steht immer im Vordergrund. Und dann überleg ich mir die Taktik und versuche, die objektiven Gefahren so gut es geht zu minimieren. Aber ein bisschen Abenteuerfaktor gehört schon dazu; das ist ja das Besondere, wenn man ein Ziel erreicht, von dem man sich zuvor nicht hat vorstellen können, dass es überhaupt möglich ist.

Man sieht ja immer mehr junge Leute im Gebirge. Sehen Sie bei Ihrer Generation ein neues Bewusstsein für die Natur oder denken Sie an andere Gründe?

Das sehe ich aus zwei Blickwinkeln: einmal aus meiner persönlichen Sicht als Bergsportlerin, zum andern engagiere ich mich ja ehrenamtlich in der Bergwacht. Die Bergunfälle nehmen enorm zu, und man merkt schon, teilweise ist da nicht so viel Bewusstsein vorhanden für die Natur, fürs eigene Können und die Risikobereitschaft. Da sind wir schon öfter damit konfrontiert, dass Menschen sich zu viel zutrauen und dann blockiert sind. Die müssen dann abgeholt werden und bringen die Suchmannschaften in schwierige Situationen. Aber es sind natürlich nicht alle Menschen so.



Fotos: Archiv Dahlmeier

Die Berge Perus gehörten für Laura Dahlmeier zu den besonders intensiven Erlebnissen. Einer der nächsten Wünsche ist die Nordwand der Großen Zinne; auf der Westlichen war sie schon (u.l.).

Gerade Bergwandern liegt ja voll im Trend. Tut das der Natur gut?

Es ist wichtig, bewusst in der Natur zu sein. Ich stelle mir selber schon manchmal die Frage: Wie viel Menschen verträgt die Bergwelt, ist es sinnvoll, dass immer mehr Menschen in die Berge gehen? Sehr schwierig, das zu regeln. Für mich persönlich gibt es fast nichts Schöneres als die Berge. Man muss einfach bewusst damit umgehen und achtsam, damit man noch möglichst lange gemeinsam Spaß hat an der Bergwelt.

Wie hat sich durch Ihre außergewöhnlichen Erfolge im Sport Ihr Leben verändert?

Ich habe meine absoluten Kindheitsträume verwirklichen dürfen; das war ein sehr, sehr großes Geschenk. Ich hab dafür natürlich auch hart gearbeitet, aber dass es so aufgegangen ist, ist was ganz Besonderes. Allerdings bin ich nur noch sehr selten wirklich unerkant unterwegs, werde sehr oft angesprochen. Das macht oft Spaß, manchmal möchte man aber auch nicht erkannt werden. So gibt es da zwei Seiten.

Ihr Entschluss zum Aufhören ist im April beim Skibergsteigen im Iran gefallen – was sind die wichtigsten Gründe?

Man braucht Ziele, die einem alles bedeuten und für die man alles in die Waagschale werfen würde. Solche Ziele durfte ich mir während meiner Karriere erfüllen. So viele, dass heute kein Biathlon-Ziel mehr auf meiner Liste steht. Jetzt bin ich bereit, ein neues Kapitel aufzuschlagen. Das Leben besteht noch aus so viel mehr als nur aus Leistungssport. —

gipfel- stürmer.



vielviel koffein

Alex Megos löst Olympia-Ticket!

„Das ist wirklich krass“, sagte Alex Megos, nachdem er sich bei der WM im japanischen Hachioji als erster Deutscher für die Olympischen Spiele 2020 in Tokyo qualifizieren konnte. „Krass“ war dieses Mega-Event auch in vielen anderen Belangen. Da ist erst einmal die Bedeutung der Wettkämpfe: Es wurden nicht nur Medallensätze im Lead, Speed, Bouldern und dem olympischen Dreikampf (Olympic Combined) vergeben, sondern auch die ersten acht Tickets pro Geschlecht für Olympia. Krass war zudem die körperliche Belastung durch ein dicht gedrängtes Programm. Und auch aus Sicht des DAV ist die WM „krass“ verlaufen: Zwei Medaillen, ein Olympia-Ticket und zwei Verletzungen brachten Höhen und Tiefen. Den ersten Rückschlag gab es schon vor Beginn: Philipp Martin (Allgäu-Kempton) verletzte sich beim Training in Japan und konnte nicht starten. Doch das verbliebene Team – Yannick Flohé (Aachen), Jan Hojer (Frankfurt/Main), Alex Megos (Erlangen) und Afra Hönig (Landshut) – lieferte eine tolle Show ab.

Im Bouldern qualifizierten sich Hojer und Flohé für das Halbfinale. Afra Hönig verpasste die Runde der besten 20 um nur einen Platz. Der erst 20-jährige Flohé kam sogar ins Finale und fand sich unter der Welt-Elite wieder. Der größte Gegner waren aber die Boulder: Es war das vielleicht schwerste Finale aller Zeiten. Nur ein Athlet konnte an zwei der vier Routen bis nach oben klettern – Tomoa Narasaki. Die übrigen Platzierungen entschieden sich über Zonen und Versuche – ein Zonen-Flash am letzten Boulder sicherte Flohé die Bronze-Medaille. Im Lead kam dann Alex Megos groß raus und wurde Vizeweltmeister hinter Adam Ondra.

Olympic Combined – Klettern, Glück und Rechnen
Der Speed-Wettbewerb lief nach der Quali ohne deutsche Beteiligung ab; hier sind traditionell Teams aus Asien und Osteuropa stark. Trotzdem mussten alle Athletinnen und Athleten, die im Combined starten wollten, teilnehmen. Aus den Platzierungen der drei Einzelwettbewerbe errechnete sich, welche zwanzig Frauen und Männer an der Vorrunde des olympischen Dreikampfs teilnehmen durften. Und Flohé, Megos und Hojer schafften es, sich zu qualifizieren. Bundestrainer Maxi Klaus frohlockte: „Es ist ein Traum – dass es so gut läuft, war nicht unbedingt zu erwarten.“ Die 20 Qualifizierten des Combined-Wettbewerbs kämpften nun um acht Final-Plätze, drei Medaillen und sieben Olympia-Tickets. Alex Megos zeigte sich in der Qualifikation in überragender Form: Er flashte im Bouldern als Einziger alle Routen, dann gewann er auch im Lead – Platz eins nach der Qualifikation. Es folgte eine Lehrstunde in Mathematik. Eigentlich sollten erst nach dem Finale

WM Hachioji – die Ergebnisse

Speed

Frauen: 1. Aleksandra Miroslaw (POL), 2. Di Niu (CHN), 3. Anouck Jaubert (FRA), 71. Afra Hönig (Landshut)

Männer: 1. Ludovico Fossali (ITA), 2. Jan Kriz (CZE), 3. Stanislav Kokorin (RUS), 35. Jan Hojer (Frankfurt/Main), 56. Yannick Flohé (Aachen), 75. Alexander Megos (Erlangen)

Bouldern

Frauen: 1. Janja Garnbret (SLO), 2. Akiyo Noguchi (JPN), 3. Shauna Coxsey (GBR), 21. Afra Hönig (Landshut)

Männer: 1. Tomoa Narasaki (JPN), 2. Jakob Schubert (AUT), 3. Yannick Flohé (Aachen), 11. Jan Hojer (Frankfurt/Main), 25. Alexander Megos (Erlangen)

Lead

Frauen: 1. Janja Garnbret (SLO), 2. Mia Krampfl (SLO), 3. Ai Mori (JPN), 57. Afra Hönig (Landshut)

Männer: 1. Adam Ondra (CZE), 2. Alexander Megos (Erlangen), 3. Jakob Schubert (AUT), 33. Jan Hojer (Frankfurt/Main), 40. Yannick Flohé (Aachen)

Olympic Combined

Frauen: 1. Janja Garnbret* (SLO), 2. Akiyo Noguchi* (JPN), 3. Shauna Coxsey* (GBR), 4. Aleksandra Miroslaw* (POL), 5. Miho Nonaka* (JPN), 6. Ai Mori (JPN), 7. Futaba Ito (JPN), 8. Petra Klingler* (SUI), 9. Brooke Raboutou* (USA), 10. Jessica Pilz* (AUT)

Männer: 1. Tomoa Narasaki* (JPN), 2. Jakob Schubert* (AUT), 3. Rishat Khaibullin* (KAZ), 4. Kai Harada* (JPN), 5. Meichi Narasaki (JPN), 6. Kokoro Fujii (JPN), 7. Mickael Mawem* (FRA), 8. Alexander Megos* (Erlangen), 9. Ludovico Fossali* (ITA), 10. Sean McColl* (CAN)

* = qualifiziert für Tokyo 2020 – Erklärung siehe Text

**ALLES GEBEN
IST UNSER STIL**

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

alpenverein.de/climbtotokyo

Bergsport heute

die künftigen Olympioniken feststehen: Für die acht Finalisten gab es nur sieben Tickets. Da aber jedes Land nur zwei Teilnehmer zu den Spielen schicken darf und Japan gleich vier Männer ins Finale gebracht hatte, war jeder Nicht-Japaner bereits vor dem Finale qualifiziert. Mehr noch: Da der zweite Japaner über die Gastgeber-Quote nach Tokyo darf, qualifizierten sich auch Athleten auf den Nicht-Finalplätzen neun und zehn für Olympia. Die exakt gleiche Konstellation gab es auch bei den Damen. Hier gewann Janja Garnbret nach den Weltmeistertiteln im Lead und Bouldern auch die Combined-Wertung – mit etwas Glück, denn Akiyo Noguchi hätte sie mit einem Top im Lead noch überholen können, konnte den letzten Griff aber nur berühren und nicht halten. Große Überraschung: Der Favorit Adam

Fotos: Jorgos Megos



Superstark! Alex Megos klettert im Lead-Finale zur Silbermedaille.

Ondra kam nicht ins Finale, weil er versehentlich auf einem Haken gestanden war. Auch Megos hatte im Finale Pech – nachdem er super gestartet war und zweimal seinen eigenen Rekord im Speed gebrochen hatte, verletzte er sich in der Boulder-Runde am Finger und musste den

Wettkampf abbrechen. Das Ticket für Tokyo ist ihm aber nicht mehr zu nehmen; Jan Hojer, Yannick Flohé und die Damen des Kaders haben noch bei zwei weiteren Events die Chance, sich für Olympia zu qualifizieren. Auch diese Wettbewerbe werden bestimmt „krass“.

fg

3 YEAR SERVICE
NO QUESTIONS ASKED



KOMPERDELL

CARBON TRAILSTICKS

Die neuen Faltsstöcke mit dem cleveren Faltsystem überzeugen durch minimales Gewicht und kleinstes Packmaß, bei zugleich höchster Stabilität.

100% made in Austria mit
3 JAHRE GRATIS REPARATURSERVICE –
das gibt's nur von Komperdell!

www.komperdell.com



ergebnisse

DM Bouldern

Frauen:

1. Lucia Dörffel (DAV SBB),
2. Afra Hönig (DAV Landshut),
3. Hannah Pongratz (DAV AlpinClub Hannover)

Männer:

1. Max Prinz (DAV AlpinClub Hannover),
2. Philipp Martin (DAV Allgäu-Kempten),
3. Yannick Flohé (DAV Aachen)

DM Speed

Frauen:

1. Franziska Ritter (DAV Wuppertal),
2. Sandra Hopfensitz (DAV Augsburg),
3. Julia Koch (DAV Wuppertal)

Männer:

1. Jan Hojer (DAV Frankfurt/Main),
2. Sebastian Lucke (DAV Konstanz),
3. Yannick Flohé (DAV Aachen)

termine

Klettern

- 21.-22.9. DM Olympic Combined
- 20.-22.9. EM Jugend Bouldern, Brixen (ITA)
- 28./29.9. WC Lead, Kranj (SLO)
- 4.-6.10. EM Lead/Speed, Edinburgh (GBR)
- 18.-20.10. EM Jugend Lead, Speed, Voronezh (RUS)
- 9.11. DM Lead, Hilden
- 28.11.-1.12. Olympisches Qualifikations-event, Toulouse (FRA)

Skimountaineering ausprobieren

- 12.-15.12. Das 13. Internationale Skimo-Jugendcamp in Ober-
tauern – die Möglichkeit, ins
Rennleben reinzuschnup-
pern; mit Experten, Vor-
trägen und vielen Tipps!

Jennerstier wird Weltcup!



JENNERSTIER 2020
SKIMO WORLD CUP BERCHTESGADEN

- 7.-9.2. Premiere in Berchtesgaden
und für den DAV: Der Jen-
nerstier wird in dieser Sai-
son als Weltcup im Sprint
und Vertical ausgetragen.
Jetzt schon den Termin vor-
merken und Weltklasse-
Sport erleben!

Deutsche Meisterschaft Bouldern

Hitzeschlacht in Dortmund



Lucia Dörffel (SBB) und Max Prinz (Hannover) sind die neuen deutschen Bouldermeister

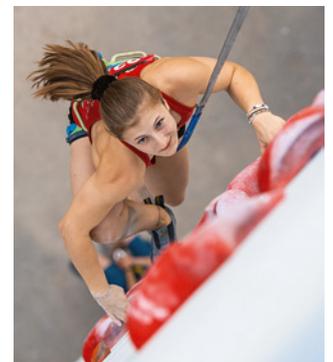
Bei 35 Grad trafen sich am 29. und 30. Juni rund 65 Athletinnen und Athleten aus ganz Deutschland, um in der Boulderwelt Dortmund die Besten im Bouldern zu prämiieren. Mit dabei: die Titelverteidiger Yannick Flohé (Aachen) und Alma Bestvater (Weimar). Beide wurden von Beginn an ihrer Favoritenrolle gerecht und konnten im Halbfinale als Einzige alle Boulderprobleme lösen. Das Finale ließ hinsichtlich Dramaturgie keine Wünsche offen: Gleich am ersten von vier Bouldern holte Flohé keine Wertung, während Max Prinz (AlpinClub Hannover) einen Flash ablieferte und sich auf Platz 1 schob. Das Gleichgewichtsproblem im zweiten Finalboulder der Damen konnte nur Lucia Dörffel (Sächsischer Bergsteigerbund) lösen – dafür allerdings auf Anhieb. Die Herren mussten sich mit einem überhängenden Bauch auseinandersetzen. Prinz schaffte dort erneut den Flash! Und nach einem

weiteren Flash im dritten Boulder war ihm der Titel nicht mehr zu nehmen. Bei den Damen hatten nach Boulder drei Lucia Dörffel, Hannah Pongratz (AlpinClub Hannover), Alma Bestvater und Afra Hönig (Landshut) Chancen auf den Titel. Sollte Dörffel nicht mehr als zwei Versuche brauchen, wäre ihr der Sieg sicher. Sie machte es spannend: Erst im zweiten Go erreichte sie das Top. Für Prinz ging es im letzten Boulder um nichts mehr. Er ließ es sich trotzdem nicht nehmen, seine Serie perfekt zu machen: vier Tops in vier Versuchen. fg

Deutsche Meisterschaft Speed

Franziska Ritter läuft neuen Rekord!

Speed-Klettern wird in Deutschland immer beliebter, das zeigte die Speed-Meisterschaft am 22. Juni bei den Ruhr Games in Duisburg: 45 Frauen und Männer gingen an den Start – ein neuer Rekord. Ein Motor sind die Olympischen Spiele: Seit feststeht, dass die Disziplin in einer Kombination mit Bouldern und Lead 2020 in Tokyo eingebunden ist, trainieren die Stars verstärkt den vertikalen Wettlauf. Vor allem die neue Generation hat Speed entdeckt. Die 16-jährige Franziska Ritter (Barmen) brach gleich zwei Mal den Deutschen Rekord – bei 9,162 Sekunden liegt nun die neue Messlatte. Zweite wurde die ebenfalls 16-jährige Sandra Hopfensitz (Augsburg). Mit 9,998 Sekunden ist sie die erst dritte Deutsche unter zehn Sekunden. Bei den Herren setzte sich der Generationen-Kampf fort – Jan Hojer (Frankfurt/Main) und Yannick Flohé (Aachen) aus dem Olympia-Fokusteam gegen die Newcomer Sebastian Lucke (Konstanz) und Ludwig Breu (Landshut). Der 17-jährige Lucke musste sich im Finale wegen eines Stolperers dem Altmeister Hojer geschlagen geben. Dritter wurde Flohé. fg



Franziska Ritter auf dem schnellsten Weg nach oben

Weltmeisterschaft Paraclimbing Frankreich

Dreimal Bronze in Briançon

Am 16. und 17. Juli trafen sich in Briançon 200 Paraclimber aus 24 Nationen zur Weltmeisterschaft. Das deutsche Team war mit 15 Athletinnen und Athleten vertreten – und holte gleich drei Mal Bronze! Kevin Bartke strahlte in Klasse AU-2 (Athleten mit Armamputation) vom 3. Podiumsplatz in die Kameras. Auch Jacqueline Fritz erkletterte sich in AL-2 (Athleten mit Beinamputation) Bronze. Die stärkste Teamleistung lieferten die Athleten RP-1 (Athleten mit neurologischer Beeinträchtigung) ab: Gleich drei Finalisten gingen für den DAV an die Griffe. Korbinian Franck holte Bronze vor Nils Helsper und Florian Singer. Neben den sportlichen Erfolgen freut sich das Team auch darüber, dass der Kletter-Weltverband IFSC die Sportart stärker in den Fokus rücken möchte. Dort spricht man bereits von einer „neuen Ära im Paraclimbing“. Dies zeigt sich nach den Eindrücken des DAV-Bundestrainers Christoph Reichert bereits: „Das Leistungsniveau wird immer besser und der Wille des Weltverbandes zur Entwicklung professioneller Strukturen im Parasport ist spürbar.“ *fg*

Jacqueline Fritz holte für den DAV eine von drei Bronzemedailles bei der Paraclimbing-WM.



Fotos: T. Schermer (3), Sytse van Slooten

Von hier. Von uns.

In unseren Steillagen haben wir rund 2.000 Sonnenstunden.



In unseren Weinen auch.

Beste Aussichten und höchste Qualität.

Sie haben Sonne im Herzen – und im Körper. Unsere Weine, die an Württembergs malerischen Steillagen gedeihen, werden gleich zweifach verwöhnt: von einem perfekten Mikroklima und der liebevollen Handarbeit unserer Weingärtner. Entdecken Sie das Beste aus Württemberg: Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger.

Württembergischer Weingärtnergenossenschaften
wein-heimat-wuerttemberg.de



Württemberg ist eine geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.) der Europäischen Union.
www.wein-heimat-wuerttemberg.de/gU-wuerttemberg



menschen

Fotos: DAV-Archiv (4), Andi Dick, DAV/Silvan Metz, piolet d'or



Reinhold Messner wurde am 17. September 75 Jahre alt. Der Südtiroler prägte das Bergsteigen der 1970er und 1980er Jahre: durch Solobegehungen, den „Mittelpfeiler“ am Heiligkreuzkofel, die Everestbesteigungen ohne Hilfssauerstoff und im Alleingang. Er etablierte den Begriff des „Grenzgängers“, war von 1999 bis 2004 als grüner Abgeordneter im EU-Parlament. Mit vielen Büchern, sechs „Messner-Mountain“-Museen und als Filmregisseur hat er auch kulturell große Spuren hinterlassen. Wie kaum ein anderer verkörpert und gestaltete **Peter Geyer** das Berufsbild des Bergführers: Viele Jahre lang stand er dem deutschen und auch dem internationalen Bergführerverband vor; mit Sachverstand und Erfahrung, dem richtigen Gefühl und überzeugenden Worten leistete er wichtige Beiträge zur Entwicklung des alpinen Risikomanagements. Wir gratulieren zum 70. Geburtstag im Juli.



Sir Christian „Chris“ Bonington ist einer der bedeutendsten Alpinisten der Nachkriegszeit. Nach Erstbegehungen in England und den Alpen realisierte er schwierige Neurouten und Erstbesteigungen an den Bergen der Welt: Zentraler Paineturm, Annapurna-Südwand, Changabang, Ogre, Everest-Südwestwand. 1996 wurde der vielfache Buchautor zum Ritter geschlagen. Beste Wünsche zum 85. Geburtstag im August!



In den 1970er Jahren liebte **Nicho Mailänder** noch die Provokation: „Opas letzte Nummer“ hieß eine seiner Routen im Donautal, „Panische Zeiten“ sein Aufsatz über die fast freie Begehung der Rotwand – zu lesen beim von ihm und Achim Pasold gegründeten Panico Verlag. Später wirkte er im DAV entscheidend für die Versöhnung von Klettern und Naturschutz und durchleuchtete die nationalsozialistischen Verwicklungen des DAV. Alles Gute zum 70. Geburtstag im September!

75 Jahre wurde im September **Sepp Gschwendtner**, einer der Pioniere des Sportkletterns und des Gleitschirmfliegens in Deutschland. Sein „Münchener Dach“ im Altmühltal war 1981 die erste Route im Grad IX in Deutschland, auch an der Erschließung des Klettergebiets Kochel war er beteiligt. 1985 erhielt er das Silberne Lorbeerblatt, die höchste deutsche Sportauszeichnung. Danach errang er internationale Erfolge in der jungen Sportart Gleitschirmfliegen.



Den piolet d'or für seine Lebensleistung erhielt **Krzysztof Wielicki** (POL, *1950). Mit 20 Jahren begann der Elektroingenieur in der Hohen Tatra das Bergsteigen, mit 30 gelang ihm die erste Winterbesteigung des Mount Everest; im Winter stand er auch auf Kantsch und Lhotse, es folgten ein Auf- und Abstieg am Broad Peak in 22 Stunden und Neutouren an Achttausendern (er bestieg alle 14), teils im Alleingang. *red*



DAV-Expedkader

Neue Männer braucht der Berg

Das neue Männerteam des DAV-Expedkaders steht! Sonderlich viel Wetterglück hatten die 14 Aspiranten auf die elfte Runde des alpinen Erfolgsmodells nicht, so mussten sie zum Eisklettern in eine vereiste Höhle ausweichen, weil die Seilbahnen von Chamonix in die Gletscherregion wegen Sturm nicht fuhren. Doch beim Trailrunning im Regen, beim Fels-, Techno- und Mixedklettern konnten sie ihre Künste beweisen und lernten von den Ausbildern noch einiges dazu. Aus dem sehr starken Teilnehmerfeld pickten die Trainer um

Fritz Miller zuletzt das neue Sechserteam heraus: Hermann Böttcher (München-Oberland und Konstanz), Korbinian Fischer (München-Oberland), Korbinian Grünauer (Garmisch-Partenkirchen), Fabian Hagenauer (Rosenheim), Anderl Lindner (Lenggries) und Florian Storkenmaier (Wangen). Wir wünschen eine ergiebige Trainingszeit und allzeit eine glückliche Hand an Fels und Eis. *red*



LE N G RETZK

A, B UND O. ERST WENN SIE FEHLEN, FÄLLT ES AUF.

SPENDE
LUT 
EIM R TEN KREUZ

#missingtype

alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Zugreifen!

Führer zu schreiben ist frustrierender als Staubsaugen: Kaum ist das Werk gedruckt, gibt es schon wieder Neutouren – oder einen Gletscher weniger. Umso netter, dass einige Autoren sich bemühen, Vertikalfreunde mit aktuellsten Angeboten zu versorgen.

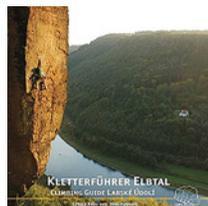
red

Auf Sand gebaut

Elbsandstein = Gruselheim? Diese zwei Führer bieten so viel an Alternative dazu, wie heute möglich ist. Dass man im Elbsandsteingebirge wirklich „plaisir“ findet, wie es der Panico-Titel behauptet, mag mit einer gewissen Restskepsis aufgenommen werden. Auf jeden Fall haben der Fotograf Schulze und der begabte Topozeichner Hölker eine schöne Auswahl von Routen zusammengestellt, die alpin sozialisierte „Bergsteiger“ klettern können sollten. Im tschechischen Elbtal, so heißt es, sei die Absicherung teils fast modern – auch ein wenig übertrieben. Mit dem an Vollständigkeit orientierten Führer zweier guter Gebietskenner und den individuellen Routenbeschreibungen sollte sich aber manch Schmankerl finden lassen.



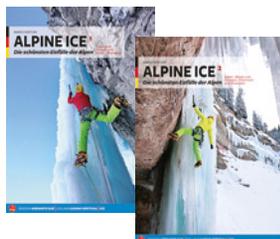
Helmut Schulze/Valentin Hölker: **Elbsandstein plaisir**, Panico Verlag, 2019, 368 S., € 34,80



Gerald Krug/Jörg Andreas: **Kletterführer Elbtal**, Geoquest Verlag, 2018/19, 528 S., € 39,90

Cooler Ziele

Auch im erwärmten Klima gibt es noch kletterbares Eis im Winter. Mario Sertori hat seinen umfassenden Führer mittlerweile zweiteilen müssen, so viel Neues wurde entdeckt; etwas alpines Verständnis (wie für Eiskletterer grundlegend nötig) braucht es, um mit den knappen Infos zu rechtzukommen. Ausführlicher und klassisch aufgemacht ist der Tirol-Eiskletterführer, der ebenfalls um 50 Prozent angeschwollen ist. Und wer wissen will, wo im Sommer noch Eis zu finden ist, wird mit der Rother Selection upgedatet: leichte bis riesige Ziele zwischen Monviso und Mont Blanc.



Mario Sertori: **Alpine Ice Band 1 + Band 2**, Edizioni Versante Sud, 2. Ausgabe 2018, jeweils 512 S., € 32,-



Axel Jentsch-Rabl, Andreas Jentsch, Bernhard Schiestl: **Eiskletterführer Tirol**, Alpinverlag Jentsch-Rabl, 2. Auflage 2018, 512 S., € 41,95



Hartmut Eberlein/Ralf Gantzhorn: **Hochtouren Westalpen Band 2**, Rother Verlag, 2018, 344 S., € 34,90

Verbindliche Auswahl

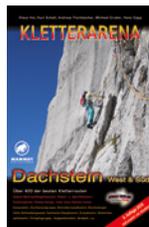
Die ersten Ausgaben der „Best of“-Reihe von Panico waren nach Schwierigkeiten getrennt. Nun hat der Erschließer und akribische Führerzeichner Rudi Kühberger seine Auswahl alpiner Sportklettereien in bestem Fels geografisch getrennt: Band 1 erfasst Steinplatte bis Hochkönig (plus Hohe Tauern), Band 2 Tennengebirge bis Dachstein. Die Empfehlungen kann man nur unterschreiben, die Topos sind voller Information (hochkopieren!), dazu gibt es jeweils ein E-Book mit 59 bzw. 43 weiteren Touren. Und wer die ganz großen Ziele an Dachstein und Koppenkarstein sucht, wird aus dem Schall Verlag bestens bedient.



Rudi Kühberger: **Best of Salzburger Land, Band 1**, Panico Verlag, 2019, 504 S., € 39,80



Rudi Kühberger: **Best of Salzburger Land, Band 2**, Panico Verlag, 2019, 504 S., € 39,80



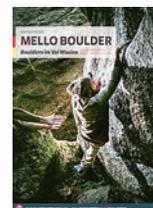
Klaus Hoi, Kurt Schall u.a.: **Kletterarena Dachstein**, West & Süd, Schall Verlag, 2. Auflage 2019, 528 S. € 46,-

Auf der Sonnenseite

Südlich der Alpen muss das Wetter wohl wunderbar sein. Wer zudem Granit und Gneis mag, hat die Qual der Wahl: Gleich hinter dem Tauerntunnel im Maltatal bleiben, wo vom talnahen Boulder bis zur alpinen Mehrseillängenroute allerlei geboten ist? Weiter westlich ziehen und zwischen Bernina- und Splügenpass die Reize der talnahen Klettergärten und Multipitches erkunden? Oder gleich ins legendäre Val di Mello, wo in den drei Jahren seit Erstauflage einige hundert weitere Boulder entwickelt wurden (teilweise gar nicht mal schwer)? Falsch machen kann man da eigentlich nix. Und wer ganz sichergehen will, fährt halt wieder mal nach Arco. Dort hat der Kletterguru Heinz Grill schon wieder jede Menge neue Schmankerl angerichtet.



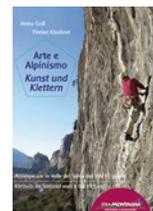
Gerhard Schar: **Maltatal**, Panico Verlag, 2. Auflage 2019, 336 S., € 34,80



Andrea Pavan: **Mello Boulder**, Edizioni Versante Sud, 2. Ausgabe 2018, 516 S., € 33,-



Simone Manzi: **Valchiavenna Rock**, Edizioni Versante Sud, 2018, 400 S., € 32,-



Heinz Grill, Florian Kluckner: **Kunst und Klettern**, Idea Montagna 2019, 240 S., € 24,-

Was uns die Berge sagen...

Literatur und Kalender vom Alpenverein

VERSANDKOSTENFREI AB DER BESTELLUNG VON ZWEI DAV-KALENDERN ODER EINEM ALPENVEREINSJAHRBUCH BERG 2020 UND EINEM DAV-KALENDER.*



Bergsport macht HIGH! Ein atemberaubender Wandkalender mit 13 aufregenden Fotos bekannter Outdoorfotografen aus der schönsten und spannendsten Arena der Welt: den Bergen.

39 x 59,4 cm, Art.-Nr. 383020

€ 28,90

Mitglieder
€ 23,90



„Die Welt der Berge“ ist ein Klassiker unter den Bergkalendern. Außergewöhnliche Stimmungen und dramatische Landschaftsfotos sind kombiniert mit Texten auf transparenten Zwischenblättern. Inspiration, Reflexion oder Motivation – nicht nur für Bergsteiger.

57 x 45 cm, Art.-Nr. 382020

€ 34,90

Mitglieder
€ 29,90



Wanderer, Kletterer, Skitourengeher und Mountainbiker: Sie alle eint eine Leidenschaft – die für die Berge. Das Buch zeigt die Wurzeln dieser Begeisterung.

Art.-Nr. 9JU094

€ 34,00

BERG 2020 – wieder ein unvergleichbares Portfolio aus der Welt der Berge und des Bergsports – Pflichtlektüre und Lesevergnügen für alle, denen die Berge ein Anliegen sind.

Art.-Nr. 302020

€ 20,90



Biologische Vielfalt – Höhlen

Echt unterirdisch!

Pure Finsternis: Höhlen wirken auf uns bedrohlich und lebensfeindlich – aber eine ganz eigene Arten-gemeinschaft hat die Welt unter der Oberfläche für sich entdeckt.

Plötzlich streicht ein kühler Lufthauch über den schwitzenden Körper. Fast jeder Wanderer kennt diesen erfrischenden Moment beim Vorbeigehen an einer Höhle. Gleichzeitig löst der Blick in die Dunkelheit Un-

te Riesending-Schachthöhle im Untersberg der Berchtesgadener Alpen – die längste bekannte Höhle Deutschlands.

Höhlen waren schon immer Refugien und Zufluchts-orte, nicht nur für unsere Vorfahren oder inzwischen ausgestorbene Arten wie Höhlenbären. Spontan denken wir an den Star der Unterwelt, den Grottenolm, den blinden und nahezu weißen Salamander der Höhlenseen des Balkans, oder an winterschlafende Fle-



Das Große Mausohr (Myotis myotis), auch „Riesenfledermaus“, wiegt 28 bis 40 Gramm, bei einer Flügelspannweite um 40 Zentimeter. Da sie nur ein Junges pro Jahr bekommen, sind sie auf unsere Rücksicht angewiesen.

behagen aus, sieht man doch meist nicht weit hinein in diese andere, uns verborgene Welt.

Höhlen entstehen durch geologische Prozesse, meist durch Auswaschung von Gestein (Verkarstung). In den Alpen und Mittelgebirgen, etwa im Weißen Jura der Schwäbischen und Fränkischen Alb, sind so Tausende größere und kleinere, weit verzweigte oder nur wenige Meter in den Fels reichende Hohlräume entstanden – abhängig von Gesteinsart, Wassermenge und chemischer Zusammensetzung. Unter ihnen ist, berühmt-berühmtigt, die auf mehr als zwanzig Kilometer erforsch-

Gefährdete Unterwelten

Wenn Tiere aus dem Winterschlaf geweckt werden, verbrauchen sie unnötig Energie und das kann unter Umständen ihren Tod bedeuten. So kann es auch den Fledermäusen ergehen, die ihr frostfreies Schlafplätzchen in einer Höhle bezogen haben, denn etliche Höhlen sind touristisch erschlossen, andere müssen für Hobbys wie Geocaching oder Klettern erhalten – und Störungen lassen sich dabei kaum vermeiden. Auch der Verschluss des natürlichen Höhleneingangs oder künstliche Beleuchtung verändern den einzigartigen Lebensraum Höhle nachhaltig und immer zum Nachteil der tierischen Bewohner. Besonders schädlich sind natürlich Vandalismus, Lagerfeuer und Müll.

Helfen Sie bitte mit beim Höhlen-Schutz und besuchen Sie nur Orte, die bereits touristisch genutzt werden. Für ein spannendes Erlebnis gibt es in Deutschland über fünfzig Schauhöhlen. Nicht zuletzt gehören bisher unerschlossene Höhlen seit 2018 zu den gesetzlich geschützten Biotopen.

Weitere interessante Informationen: hoehlentier.de

dermäuse, die wie reifes Obst reglos an den Felsdecken hängen. Jüngste Forschungen enthüllen eine große Vielfalt an Arten in diesem von Gestein und Wasser dominierten Lebensraum: In nur sieben Höhlen der Bayerischen Alpen wurden fast 200 Tierarten dokumentiert. In ganz Deutschland kennt man inzwischen fast 750 verschiedene höhlenbewohnende Arten. Dieser Lebensraum hat besondere und teilweise extreme Umweltbedingungen: permanente Dunkelheit, relativ konstant kühle Temperaturen (7-9°C) und hohe Luftfeuchtigkeit (95-98 Prozent), höheren CO₂-Gehalt

Fotos: Dr. Andreas Zahn



und kaum Nahrung. Das muss ein Organismus erst einmal verkraften. Für Pflanzen sind Höhlen ungeeignet, weil das für die Photosynthese unerlässliche Licht fehlt; allenfalls im Höhleneingang über-

ziehen Moose, Farne und Algen den Fels. Die Evolution hat aber zahlreiche Lebewesen hervorgebracht, die diese Herausforderungen eines Lebens unter Tage meistern, die echten Höhlentiere. Deren Körper und Verhalten ist perfekt angepasst: Energie wird eingespart, indem Körpergröße und Stoffwechsel reduziert wurden; Augen und Hautpigmentierung, in der Dunkelheit überflüssig, bildeten sich zurück. Im Gegenzug haben die Tiere oft einen besseren Geruchs- und Tastsinn. Die meisten und erstaunlichsten Tierarten europäischer Höhlen sind auf dem Balkan zu finden, etwa der besagte Grottenolm. Doch auch unsere heimischen Höhlen haben unzählige Dauerbewohner, wenn auch nicht so eindrucksvolle und eher kleine: Gliedertiere wie den Höhlenflohkrebs, die Höhlenassel oder die Große Höhlenspinne. So genannte Endemiten kommen nur in bestimmten Höhlen oder Höhlensystemen vor, beispielsweise der Fledermaus-Höhlenkäfer, der in nur einer einzigen Höhle im westfälischen Teutoburger Wald lebt. Er ernährt sich von toten Fledermäusen, Kot und Nahrungsresten. Eine besondere und für Europa erstmalige Entdeckung machten Forscher 2017: Im unterirdischen Flusssystem der Donau nahe dem Bodensee fanden sie einen Höhlenfisch – die blasse und fast durchsichtige Höhlenschmerle. Eines ist sicher: Viele uns unbekannte Höhlentiere leben noch im Verborgenen!

Andere Tierarten geben nur ein Gastspiel in der Höhle: Die einen, etwa Salamander, Köcherfliegen- oder Mückenarten wie die Gemeine Höhlenstelzmücke, verbringen hier einige heiße Tage oder gar den ganzen Sommer. Die anderen verschlafen in Frostfreiheit den Winter, dazu gehören beispielsweise Schmetterlingsarten wie die Zackeneule oder – als prominenteste Vertreter – etliche heimische und teils hochgradig gefährdete Fledermausarten. Doch Höhlen sind für Fledermäuse nicht nur im Winter interessant; sie frequentieren diese das ganze Jahr über und mit Vorliebe in der spätsommerlichen Paarungszeit.

Dann wird so manche Höhle zu einem überregionalen Treffpunkt für Hunderte Fledermäuse.



NaturVielfaltBayern

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

Karsthöhlen, wie hier im Altmühltal, mögen bedrohlich wirken, versprechen aber auch Wetzschutz und Einblick in eine fremde Welt. Für manche Tierarten sind sie lebenswichtige Wohnreviere.



PACK AND GO!

PACKABLE
+
LIGHTWEIGHT

**JETZT NEU IN STORE UND ONLINE:
JACK-WOLFSKIN.COM**

Bergwandern will gelernt sein. Im Tourenportal der Alpenvereine finden Sie Bergziele von leicht bis schwer – jedes verspricht grandiose Erlebnisse. Die DAV-Wegekategorien helfen Ihnen bei der Auswahl des passenden Ziels. Und wenn Sie im Lauf der Jahre reflektierte Berg-Erfahrung gesammelt haben, können die Aufgaben mit Ihrem Können mitwachsen. Die hier vorgestellten Touren sind gut mit Bahn und Bus erreichbar.



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

BAUMGARTENSCHNEID (1444 m), Mangfallgebirge

Aussichtskuppe

Ausgangspunkt: Bahnhof Schliersee (789 m), Endpunkt Bahnhof Tegernsee (754 m)
Einkehrmöglichkeit: Hennererhof (860 m) beim Aufstieg, Berggasthaus Riederstein am Galaun (1060 m) beim Abstieg
Gezeit: Aufstieg 650 Hm, Abstieg 700 Hm, Gesamtzeit 4-5 Std.
Charakter: Teils Straßen und Forstwege, zum größeren Teil gemütliche Bergwege ohne nennenswerte Schwierigkeiten (T2).

Die Baumgartenschneid ist ein klassisches Ziel zwischen Schlier- und Tegernsee und viel besucht. Wer sich seiner Zeitplanung sicher ist, kann nachmittags etwas einsamer unterwegs sein – die Aussicht von der grasigen Gipfelkuppe bleibt gleich schön.



EINFACH

Weiter Blick über die Tegernseer Berge

HOHE KISTEN (1922 m), Estergebirge

Alpenrandbastion

Ausgangspunkt: Bahnhof Eschenlohe (635 m)
Einkehrmöglichkeit: Keine – ausreichend Getränke mitnehmen!
Gezeiten: Ca. 1300 Hm, Gesamtzeit 6-7 Std.
Charakter: Nach etwas längerer Anlaufphase ist der „Hahnbichlsteig“ eine anregende Alternative zur Forststraße, vor der Pustertalalm und im Kar unter dem Gipfel gibt es kurze felsige Stellen (T3).

Die Hohe Kisten steht direkt über dem flachen Alpenvorland und zieht dadurch trotz der langen Zugänge (die Zeitangabe im Tourenportal ist sehr ambitioniert) viele Besucher an; der Weg über die Pustertalalm ist besonders reizvoll. Perfekte Bahnanbindung.



MITTELSCHWER

Blick übers Estergebirge zum Krottenkopf

HOCHKALTER (2607 m), Berchtesgadener Alpen

Gletscherwächter

Ausgangspunkt: Wanderparkplatz Seeklause (795 m) bei Ramsau-Hintersee, Bus 846 von Berchtesgaden
Einkehrmöglichkeit: Blaueishütte (1680 m)
Gezeiten: 1825 Hm, Gesamtzeit ca. 10-12 Std.
Charakter: Sehr lange und auf lange Strecken anspruchsvolle Bergtour (T5, Kletterstellen bis II). Eine Übernachtung auf der Blaueishütte macht das Pensum überschaubar.

Die Überschreitung des Hochkalters mit Abstieg durchs Ofental zählt zu den großzügigsten Touren der Berchtesgadener Alpen und steht der berühmten Watzmann-Überschreitung in nichts nach. Ein großes Erlebnis belohnt für den ausgesetzten Anstieg im hochalpinen Gelände.



SCHWER

Hinter dem Hochkalter schaut der Watzmann herüber.

Der EXPERTENTIPP
zu alpenvereinaktiv.com

MIT BAHN UND BUS ZUM BERG

Startseite -> Menü Touren -> Untermenü Alle Touren. Option „Suche verfeinern“ rechts oberhalb der Karten -> mit Bahn und Bus erreichbar.

Nützliches für den Weg zur Hütte – und weiter...



Foto: Wolfgang Ehn



Leichter Schutz, immer im Rucksack dabei:
Göbel Light Trek Automatic Edition DAV
 Brombeere-Pink:
 Art.-Nr. 430129
 Blau-Olivgrün:
 Art.-Nr. 430130
€ 49,90
 Mitglieder
€ 45,90



DAV faltstock Camp Carbon Mix
 Ein ultraleichter, vielseitiger Stock mit dem bestmöglichen Verhältnis aus Festigkeit, Gewicht und Steifheit.
 Art.-Nr. 490053
€ 129,95
 Mitglieder
€ 119,95



DAV Brotzeit-Set: Stilvoll, sinnvoll, nachhaltig: wiederverwendbarer Brotbeutel für die Stärkung am Gipfel, Taschenmesser von Opinel mit Bergmotiven und Emaillebecher im DAV-Design.
 Art.-Nr. 450211
€ 39,00
 Mitglieder
€ 33,00



Durchdachter, schlanker Alpinrucksack für den Bergprofi oder die Wandertour mit der ganzen Familie:
DAV Alpinrucksack 35 + 8 L von Deuter
 Art.-Nr. 430197
€ 149,95
 Mitglieder
€ 134,95



Die 2-lagige Konstruktion der halbhohen Trekkingsocke in mittlerer Stärke verhindert zuverlässig Blasenbildung und hält die Füße trocken. **WRIGHTSOCK Escape Crew „Edition DAV“ Trekkingsocke.**
 Rot: Art.-Nr. 415302
 Azur-Blau: Art.-Nr. 415303
 Schwarz: Art.-Nr. 415300
€ 25,95
 Mitglieder
€ 23,95



Kompakte, leistungsstarke, sehr helle, wasserdichte Stirnlampe **Black Diamond Spot 325** mit max. 325 Lumen Leuchtstärke und stufenloser Dimmfunktion.
 Art.-Nr. 430263
€ 40,00
 Mitglieder
€ 38,50



Das **Ranger Wood 55** vom Schweizer Traditionshersteller VICTORINOX vereint höchste Funktionalität mit perfektem Design und liegt hervorragend in der Hand.
 Mit eingraviertem Jubiläumslogo.
 Art.-Nr. 91U081
€ 99,00
 Mitglieder
€ 94,00



Ideal für Berg- und Radtouren:
DAV Waschbeutel mit Handtuch im Set
 Der superleichte (50 g) Kulturbbeutel und das Handtuch in L 120 x 60 cm (150 g) passen auch ins kleinste Gepäck.
 Art.-Nr. 302151
€ 33,50
 Mitglieder
€ 28,00



Bestellen Sie online unter dav-shop.de oder per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie in den Servicestellen der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10 und der Sektion München am Marienplatz im Sporhaus Schuster, Rosental 3-5 in München.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.





Nein, dieses Bild entstand nicht in Alaska, sondern am Gran Paradiso. **ELIAS BETKA** und **MATTHIAS NOLDEN** starteten Anfang April mit dem Rad von Dresden – nach 50 Tagen, 3708 km auf dem Rad, 145 km auf Ski und 52.000 Höhenmetern waren sie wieder daheim. Von den „Seven Summits“ der Alpen konnten sie zwar nur drei besteigen, dazu drei Neben- oder Vorgipfel – dennoch eine schöne Aktion mit schmalem ökologischem Fußabdruck.

ERLEBNIS VOR DER HAUSTÜR



Und dieses Bild entstand am Tourismus- und Seilbahnberg Zugspitze. „Flugmeilengenerator“ (14 SL, VIII) nennt **MARTIN FEISTL** (Expedkader 2018) die Neutour an der Schwarzen Wand im Höllental, die er solo einbohrte, mit trotzdem gehobenem Anspruch, denn man muss auch mal wegsteigen und mobil absichern – „diese Linie soll und darf mehr Demut, Erfahrung und mentales Engagement als reine Sportlichkeit fordern“.

Große und kleine Felsen –

Die erste Team-Rotpunktbegehung in einem Tag von „La Vida es silbar“ (25 SL, IX+) in der Eiger-Nordwand gelang Roger Schälli (SUI) mit Sean Villanueva O’Driscoll (BEL). Vorher hatte Schälli „Silberrücken“ (9 SL, X-) am Rotbrätt rotpunkt begangen, zusammen mit seinem Bohrpartner Stephan Siegrist. /// Wenige Tage nach Schälli schafften auch die Schweizer Nina Caprez und Aymeric Clouet „La Vida es silbar“ in einem Tag – bis auf die letzten beiden leichteren Längen. Caprez hatte vorher die „Voie Petit“ (450 m, X) am Grand Capucin (3838 m) mit Martina Cufar (SLO) in 11 Stun-

den rotpunkt geklettert, alles im Vorstieg und bis auf zwei Seillängen (IX+, IX-) alles im ersten Versuch. /// Luca Schiera und Paolo Marazzi (ITA) kletterten in 34 Stunden nonstop drei berühmte Neoklassiker im Südbergell: „Elettroshock“ (13 SL, IX), „La Spada nella roccia“ (13 SL, VIII+/IX-) und „Delta Minox“ (12 SL, IX+/X-). /// Babsi Zangerl (AUT) und Jacopo Larcher (ITA) stiegen ihren vierten Free Wall am El Capitan: die „Pre Muir“ (30 SL, X) – und in Bishop die Route „Everything is karate“ (XI-/XI). /// Die schwerste Route im Elbsandstein ist „Vertreibung der letzten Idealisten“ (sächsisch XIIa), die Robert Leistner 2005 von unten

eröffnet hatte und nun rotpunkt klettern konnte. /// Chiara Hanke (geb. Clostermann) konnte als erste Deutsche den glatten Grad XI klettern: mit „Sever the wicked hand“ im Frankenjura. /// Den berühmten schottischen „Seastack“ Old Man of Hoy (ca. VII-) kletterte der Brite Jesse Dufton onsight – theoretisch, denn er ist blind. Er klettert seit seiner Kindheit, als er noch ein bisschen Sehfähigkeit hatte.

Wilde und hohe Berge –

Drei Tage brauchten Marek Holecek und Radoslav Groh (CZE) für ihre Neutour „Boys 1970“ (1200 m, M6, WI 6) am Huandoy Nord (6360 m) – benannt nach 14 Landsleuten, die damals zusammen mit 70.000 Peruanern bei einem Bergsturz am Huascarán ums Leben kamen. /// Simon Messner, Sohn eines berühmten Vaters, bestieg als Erster den Geshot Peak (6200 m) in Pakistan. Vier Wochen später stand er mit Martin Sieberer erstmals auf dem Black Tooth (6718 m), nach teils heikler Kletterei bis WI5+ und M5. Und wieder zwei Wochen später eröffnete er mit Barbara Vigl ohne Bohrhaken „Ice Age“ (8 SL, VIII-) in den heimischen Dolomiten. /// Tico Gangulee (USA) kombinierte am Chashkin I (6035 m) in Pakistan

Fotos: Elias Betka, Silvan Metz



Sehr spannend: Sean am Eiger

/// AUFGESCHNAPPT

die Erstbesteigung über eine Linie, die er „Steeze Matters“ (900 m, ED, VIII+, M4+, 85°) nannte, mit einer teils über 60° steilen Skibefahrung. Die Kletterschwierigkeiten waren „kurze Stellen mit gutem Langelände“, trotzdem „desperate“: u.a. ein V2-Boulder auf 5700 Metern in Skistiefeln. **///** Nirmal „Nims“ Purja (NEP) hat den zweiten Block seines „project possible“ geschafft, in sieben Monaten die 14 Achttausender mit Hilfssauerstoff und Unterstützung weiterer Landsleute zu besteigen – für die fünf Gipfel im Karakorum brauchte er nur drei Wochen. Am K2 (8611 m) machte sein Team die Bahn frei für etliche Nachfolger, darunter die erste Deutsche: Anja Blacha kam ohne Flaschensauerstoff aus. **///** Denis Urubko (RUS/POL) hat bei seinen 21 Achttausenderbesteigungen noch nie zur Flasche gegriffen – auch nicht bei seiner heurigen Erstbegehung am Gasherbrum II (8034 m); zwei Tage nach

seinem Solo-Aufbruch von Lager I (5900 m) war er wieder im Basecamp.

Rüstige und flotte Steiger

– Carlos Soria (80, ESP) bestieg den Pik Lenin (7134 m) neun Monate nachdem er seine Knieprothese bekommen hatte und ohne Akklimatisation wegen einer Durchfallerkrankung; sein Begleiter Pedro Nicolás (65) hat seit einhalb Jahren eine künstliche Hüfte. **///** Für den legendären Gesamten Peutereygrat brauchten François Cazzanelli (ITA) und Andreas Steindl (SUI) 12:12 Stunden vom Val Veny zum Gipfel; nach 15:55 Stunden waren sie wieder unten – mit 4276 Höhenmetern und 45,37 Kilometern in den Beinen. **///** Einen neuen Rekord für die West-Buttress-Route (4060 Hm, 26,55 km) am Denali (6190 m) stellte Karl Egloff (ECU/SUI)

„Scheitern ist integraler Bestandteil des Kletterns, gleich nach Kaffee.“ Martin Feistl über seine Kletterphilosophie, frei nach Wolfgang Güllich. „Ich glaube fest daran, dass alles im Leben nur mit Entschlossenheit und einer positiven Einstellung möglich ist.“ Nirmal „Nims“ Purja nach elf Achttausendern (mit Hilfssauerstoff) in vier Monaten. „Ohne Chalk musst du langsamer tun, auf den Moment warten, wenn Mutter Natur dir erlaubt, etwas zu klettern. Ohne Brise aus Nordwest hätte ich die Route nicht klettern können.“ Robert Leistner schätzt die Feinheiten der Elbsandstein-Tradition.

auf: 7:40 Stunden vom Kahiltna Basecamp zum Gipfel, nach 11:44 Stunden war er wieder zurück.

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!



SWIZA D05 Taschenmesser
Frisches Design, beste Verarbeitung und hervorragende Funktionalität.

Art.-Nr. 490060

~~€ 45,90~~ € 41,90

Mitglieder

~~€ 41,90~~ € 35,90



High UV Buffs mit DAV-Print

Nahtlos, besonders atmungsaktiv, aus schnell trocknendem Material und somit ideal für alle Outdoor-Aktivitäten.

Blau: Art.-Nr. 415251

Grau: Art.-Nr. 415250

~~€ 18,95~~ € 16,95

Mitglieder

~~€ 15,95~~ € 12,95



DAV Vakuumsolierflasche
0,75 Liter

aus doppelwandigem, pulverbeschichtetem Edelstahl.

Art.-Nr. 430219

~~€ 19,-~~ € 12,-

Mitglieder

~~€ 16,-~~ € 10,-

BLACK DIAMOND Trail Trekkingstöcke
3-teilig, mit rutschfesten Griffen und gepolsterten Handschlaufen für ein Optimum an Komfort, Funktionalität und Zuverlässigkeit.

Frauen: Art.-Nr. 490055

Männer: Art.-Nr. 490054

~~€ 90,00~~ € 88,00

Mitglieder

~~€ 80,00~~ € 78,00



Herbst-Sale im DAV-SHOP

Black Diamond Spot
Leichte Stirnlampe mit starken 200 Lumen Maximalleistung und erstaunlichem Funktionsumfang bei schlankem, reduziertem Design.

Schwarz oder Blau:

Art.-Nr. 430260

~~€ 35,00~~ € 33,50

Mitglieder

~~€ 33,50~~ € 30,00



Bestellen Sie online unter dav-shop.de oder per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie in den Servicestellen der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10 und der Sektion München am Marienplatz im Sporthaus Schuster, Rosental 3-5 in München.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.

150 Jahre DAV –
Natur- und Umweltschutz

Zweck oder Mittel?





Ist „Natur“ ein Selbstzweck, sollen wir sie nur wegen ihrer Eigendynamik erhalten? Oder wegen ihrer wertvollen Funktionen für uns? Oder als Erlebnisraum, den wir nicht über Gebühr belasten möchten? Das „Ja“ auf alle diese Fragen stellt den DAV bis heute immer wieder vor Abwägungsprobleme.

Sich selbst und alle anderen vernünftigen Wesen „niemals bloß als Mittel, sondern jederzeit zugleich als Zweck an sich selbst“ zu behandeln, forderte Immanuel Kant als Grundlage einer allgemeinen Moral. Gilt dieser Satz auch gegenüber nicht offensichtlich vernunftbegabten Wesen und der „Natur“? Was immer diese sein mag?

Zweifellos bejahen würden diesen Satz pantheistische Kulturen, die die Natur als Leben spendende und erhaltende göttliche Mutter empfinden und behandeln. So wie es der nativ-amerikanische Autor, Ranger und Führer Joe Whittle schreibt: „Die Erde und all ihr Leben sind nicht nur Ressourcen – sie sind Familie, ... sie sind Geschenke. Ein Geschenk empfängt man, man nimmt es nicht. Etwas zu nehmen ist ein Akt der Gewalt. Etwas zu empfangen ist ein Akt der Liebe.“ Der Natur nicht mehr zu entnehmen, als sie erzeugt, hat als Konzept „Nachhaltigkeit“ auch unsere

Fotos: DAV-Archiv, DAV/Wolfgang Ehn

westliche Zivilisation erreicht, wird aber definitiv nicht immer beachtet – so beliebig auch der Begriff missbraucht wird.

In einer Weltordnung, die auf Profit und Wachstum gepolt ist, verwundert es nicht, dass der „Earth Overshoot Day“, an dem so viel verbraucht ist, wie in einem Jahr entsteht, 2019 schon am 29. Juli erreicht war – seither verheizen wir Reserven. Und es lässt die Verantwortlichen in der Politik denkbar unberührt, dass eine Begrenzung der Klimaerwärmung auf „nur“ 1,5 °C, die zumindest die Korallenriffe vor dem Absterben retten würde, laut dem Weltklimarat IPCC „intensivste Maßnahmen“ erfordern würde. Die Spezies Mensch jagt mit Vollgas auf ihren eigenen Untergang zu. Gäbe es also nicht wichtigere Aufgaben, als sich um den Schutz von Edelweiß und Wanderfalke zu kümmern?

Ja und Nein. Natur- und (Um-)Weltschutz hat vielerlei Facetten. Für den Alpenverein reicht das Spektrum, in dem er aktiv war und ist, vom Schutz alpiner Pflanzen bis in die Politik. Und immer wieder stand und steht er dabei vor der Frage, ob er die Natur als Mittel zu einem Zweck schützt oder als Selbstzweck.

WARUM TUN WIR DAS?

Die Idee des Naturschutzes hat ihre Wurzeln zum Teil in Deutschland, dem Waldland der Romantik. Alexander von Humboldt (1769 - 1859) prägte schon 1799 den Begriff „Naturdenkmal“. Seine Gedanken inspirierten Protagonisten in den USA wie Henry David Thoreau oder John Muir, der schrieb: „Ich wäre gerne ein Humboldt“ – und dazu beitrug, dass das Yosemite Valley 1864 unter Schutz gestellt wurde. Der weltweit erste Nationalpark war 1872 dann Yellowstone, allerdings „zum Nutzen und zur Freude der Menschen“.

Der in dieser Zeit gegründete DAV ging vielleicht schon über das bloße Schützen zum Genusszweck hinaus mit dem Gedanken des Mitgründers Theodor Trautwein: „Überall soll die Liebe zu den Alpen geweckt und gepflegt werden.“ Damit war bereits das noch heute oft zu hörende Postulat angestimmt: Wo man Freude hat, das liebt man; was man liebt, das schützt man. Dem man allerdings entgegenhalten kann: Eine Überzahl unverständiger Liebhaber kann das Objekt ihrer Liebe auch kaputttreten. Nicht ohne Grund forderte die Generalversammlung 1877 den Central-Ausschuss auf, er möge „um die Erlassung eines Gesetzes petitionieren, wonach das Ausgraben von Pflanzen mit der Wurzel von der Genehmigung der Forstbehörde abhängig gemacht werde“. Mit Alpenpflanzengärten (ab 1875) und dem „Atlas der Alpenflora“ (1884) sollten Mitglieder sensibilisiert werden für die Schätze der alpinen Natur. Und bei Berichten über Überschwemmungen und Lawinen wurde auf Fehlnutzungen wie Kahlschläge hingewiesen – „Wo die Wälder fallen, fangen die Murbrüche an“, schrieb der Kreisforstmeister von Raesfeldt 1880.

1237

Der Salzburger Erzbischof verbietet im Gasteinertal, Kahlschläge als Almweiden zu nutzen.

1872

Yellowstone-Nationalpark ist erster Nationalpark weltweit.

1875

Alpenpflanzengarten auf dem Blaser bei Matrei in Tirol.

1899

Deutscher Bund für Vogelschutz (heute Nabu) wird gegründet.

1900

„Verein zum Schutze und zur Pflege der Alpenpflanzen“ wird gegründet, seit 1976 „Verein zum Schutz der Bergwelt“ (VzSB).

1906

Erste „Staatliche Stelle für Naturdenkmalpflege“ in Preußen wird eingerichtet.

1914

Der Schweizer Nationalpark im Unterengadin ist der erste der Alpen.

1924

Auf Drängen der Sektionen Tölz und Hochland wird ein Gebiet im Karwendel zum NSG erklärt.

1927

Der Alpenverein nimmt den Naturschutz in seine Satzung auf.

1933

Deutschlands Naturschutzverbände werden gleichgeschaltet. Die Protagonisten bleiben nach dem Krieg in Ämtern und an Universitäten.

1952

Gründung der Internationalen Alpenschutzkommission CIPRA.

1958

Verzicht auf Bau neuer Hütten im deutschen Alpenraum; Naturschutzkarte für jede Sektion; 1959 wird ein Ausschuss für Naturschutz eingesetzt.



Artenschutz für Tiere und Pflanzen war einer der ersten Naturschutz-Antriebe; schon früh gab der DAV Plakate geschützter Alpenblumen heraus. Heute hat man auch die Schutzfunktion der intakten Natur im Blick, etwa bei Pflanzaktionen für alpinen Schutzwald. Wenn allerdings neben Steinbock und Adler auch Bär und Wolf Platz beanspruchen, muss die Nutzung des Wirtschaftsraums Alpen neu diskutiert werden.





WAS WOLLEN WIR SCHÜTZEN?

Was die Bergfreunde schützen wollten, dokumentieren die Namen des „Vereins zum Schutze und zur Pflege der Alpenpflanzen“, der 1900 aus dem DuOeAV heraus als einer der ersten deutschen Naturschutzvereine gegründet wurde: 1934 wurde er umbenannt in „Verein zum Schutz der Alpenpflanzen und -tiere“, seit 1976 heißt er „Verein zum Schutz der Bergwelt“. Ausgehend von der Begeisterung für die Alpenflora, verlagerte sich im Lauf der Zeit der Fokus auf ökologische Zusammenhänge, und man sah die Bergwelt nicht nur als Raum für Erlebnis und ästhetischen Genuss, sondern auch als wichtige Ressource für die Menschen – falls die Natur nicht zu sehr gestört wird.

Doch was ist das überhaupt: Natur? Wer damit naiv unberührte Wildnis assoziiert, sollte sich vor Augen halten, dass nur rund vier Prozent der Alpenfläche als „Wildnis“ gelten, und dass das Bundesamt für Naturschutz schon Flächen von fünf Quadratkilometern als Wildnisgebiete bezeichnet, während eigentlich Mindestgrößen von 10.000 km² erwünscht sind. Die Alpen sind intensiv erschlossen, besiedelt, von Menschen überformt. Die „Natur“, die man hier erhalten möchte, ist oft Kulturlandschaft, wie etwa die artenreichen Almwiesen, die erst durch Rodung entstanden. Was Besucher als „Urlandschaft“ empfinden, ist normalerweise der Zwischenstand in einem Prozess, an dem der Mensch direkt (Erschließung) oder indirekt (Luftverschmutzung) beteiligt ist – Lenkung dieses Prozesses ist heute meist Ziel des Naturschutzes. Nur: wohin? Rückwärts? Schön, wenn wieder Geier und Wanderfalken den Himmel bevölkern; wenn allerdings Luchs, Bär und Wolf zurückkommen, gefällt das nicht jedem. Vorwärts? Etwa hin zu Bergwäldern, die auch mit der im Alpenraum doppelt starken Klimaerwärmung zurecht kommen? Resilienz durch Biodiversität heißt heute oft das Zauberwort: Eine große Artenvielfalt soll die Fähigkeit der Natur stärken, sich an Störungen anzupassen.

Massive Störungen können lokale Erschließungsprojekte sein. Wie etwa am Piz Val Gronda in der Silvretta, wo DAV und ÖAV jahrzehntelang gegen den Seilbahnbau in empfindlichen Biotopen kämpften und viele – vorübergehende – Einzelsiege errangen, bis sie dann schließlich 2012 doch unterlagen; und mit dem Bau der Seilbahn war der Naturraum auf Dauer verloren. Ein Grundprinzip des Kampfes gegen die Windmühlen des Kommerzes. Natürlich sind die Alpenvereine als Betreiber von Hütten und Wegen und ihre Mitglieder als Nutzer von Seilbahnen und Skiliften nicht ganz unschuldig. Und sie müssen das Gemeinwohl der ansässigen Bergbevölkerung akzeptieren, nicht deren Lebensraum als Heile-Welt-Klischee für Stadtflüchtige beanspruchen.

Dennoch hat der DAV immer wieder mit Erfolg gegen Erschließungen protestiert und zur Einrichtung von Schutzgebieten beigetragen – wie es schon Ernst Enzensperger um die Wende zum 20. Jahrhundert formulierte: „... eine Grenze zu ziehen und Wünschen



Fotos: DAV/Marco Kost, Karl Seidl, Wikimedia/Matene, Universitätsbibliothek der LMU München



rechtzeitig kraftvoll entgegenzutreten, deren Erfüllung den ersten Gifttrank in den Gesundbrunnen der Alpen schütten hieße.“ 1904 beantragten 58 Sektionen ein Gesetz, das den Schutz von Naturdenkmälern im Privatbesitz ermöglichen sollte. 1910 entstand das „Naturschutzgebiet Königssee“, das 1921 erweitert und 1978 zu Deutschlands zweitem Nationalpark wurde. Zwischen 1918 und 1940 kaufte der Alpenverein Land in den Hohen Tauern (oder bekam es geschenkt), die Grundlage für den dortigen Nationalpark. 1922 beschloss die Hauptversammlung, „verfügbare Mittel auch dafür zu verwenden, dass besonders geeignete Alpengebiete in Unberührtheit erhalten bleiben“. Außerdem setzte sich der Verein damals drei Ziele: Die Errichtung von Naturschutzgebieten. Den Kampf gegen den Bau von Bergbahnen. Die Selbstbeschränkung beim Bau neuer Hütten im Hochgebirge. 1927 wurde dann auch die Satzung um das Ziel erweitert, die „Schönheit und Ursprünglichkeit [der Ostalpen] zu erhalten“.

Nach dem Zweiten Weltkrieg peitschte das Wirtschaftswunder Erschließungsfantasien an, die Seilbahn zum Jenner (1952) entstand beim Naturschutzgebiet Königssee. Demgegenüber verzichtete die Hauptversammlung 1958 auf den Bau neuer Hütten im deutschen Alpenraum und schuf das Amt der Naturschutzwarte, die „über die Ursprünglichkeit der Alpinen Landschaft ... wachen“ sollten. Hans Thoma, frisch gewählter „Referent für Ausbildungswesen, Bergführer und Naturschutz“, erklärte, „dass das Problem der Erhaltung der alpinen Landschaft für den Alpenverein auf die Dauer gesehen von größerer Bedeutung sein wird als jedes andere“. Gemeinsam mit Prof. Dr. Otto Kraus vom Bayerischen Innenministerium konstatierte er, dass es einem zeitgemäßen Naturschutz nicht nur um die Erhaltung bestimmter Pflanzen- und Tierarten gehen könne, sondern vor allem um die Bewahrung der elementaren Lebensgrundlagen.

„In dieser Periode hat sich unsere Auffassung vom Naturschutz gewandelt: weg vom vorrangigen Reservatsdenken hin zum Naturschutz auf der ganzen Fläche, nicht Käseglocke in vergleichsweise wenigen Einzelfällen, sondern überall naturgerechte Nutzung in der Kulturlandschaft“, fasste der spätere DAV-Vorsitzende Reinhard Sander die darauf folgende Epoche zusammen. Rund ein Dutzend Seilbahnpläne lagen in den 1960ern auf dem Tisch, bis hinauf auf den Watzmann. Und Dr. Helmut Karl, Oberregierungsrat an der Bayerischen Landesstelle für Naturschutz und Mitglied im DAV-Ausschuss zum Schutz der Bergwelt, legte einen Plan vor, getragen von der Idee: „Eine ... hauptsächlich von örtlichen Interessen bestimmte Entwicklung, wie sie bisher für den alpinen Raum kennzeichnend war, wird man sich in Zukunft, sollen der Naturhaushalt und das Kapital ‚Landschaft‘ nicht ständig in gefährlicher Weise weiterbelastet werden, einfach nicht mehr leisten können.“ 1972 wurde Karls „Alpenplan“ für Bayern gültig: 42% der Landesfläche sind als „Zone C“ für Erschließungen tabu, in 23% (Zone B) wird fallweise entschieden, in Zone

1962

DAV beantragt zehn Naturschutzgebiete in den Bayerischen Alpen, vier davon werden 1963 realisiert.

1968

Dr. Helmut Karl legt den „Karl-Plan“ vor, unterstützt vom DAV. 1972 als Alpenplan politisch umgesetzt.

1970

Der Nationalpark Bayerischer Wald ist der erste in Deutschland, 1978 folgt der NP Berchtesgaden.

1972

Der Club of Rome veröffentlicht den Bericht „Die Grenzen des Wachstums“.

1976

Bundesnaturschutzgesetz wird erlassen; es betrachtet auch intensive Landwirtschaft als dem Naturschutz dienlich.

1977

HV Rosenheim beschließt „Grundsatzprogramm zur umwelt- und sozialverträglichen Entwicklung und zum Schutz des Alpenraumes“.

1979

Naturschutzabgabe für Müll- und Abwasserentsorgung auf Hütten wird eingeführt.

1982

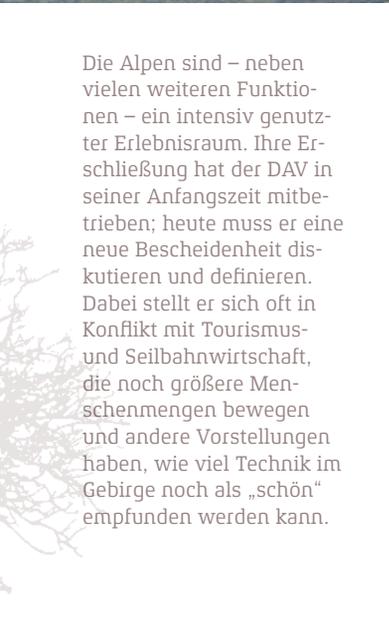
DAV-Resolution zum Waldsterben, 1983 Appell an Bundesregierung, 1985 fasst der Bayerische Landtag den „Bergwaldbeschluss“.

1984

DAV und Verein zum Schutz der Bergwelt in Bayern als Naturschutzverbände anerkannt.

Fotos: Jürgen Winkler (2)





Die Alpen sind – neben vielen weiteren Funktionen – ein intensiv genutzter Erlebnisraum. Ihre Erschließung hat der DAV in seiner Anfangszeit mitbetrieben; heute muss er eine neue Bescheidenheit diskutieren und definieren. Dabei stellt er sich oft in Konflikt mit Tourismus- und Seilbahnwirtschaft, die noch größere Menschenmengen bewegen und andere Vorstellungen haben, wie viel Technik im Gebirge noch als „schön“ empfunden werden kann.



A (35 %) gibt es keine Einschränkungen. Damit war Naturschutz zur „Raumordnung“ geworden.

1977 verpasste sich der DAV dann, geführt von Reinhard Sander, sein erstes „Grundsatzprogramm zur umwelt- und sozialverträglichen Entwicklung und zum Schutz des Alpenraumes“. Derart glaubwürdig und konsequent, wurde er 1984 in Bayern als Naturschutzverband anerkannt (2005 bundesweit), hatte also ein Informations-, Einpruchs-, Mitwirkungs- und später auch Klagerecht zur Raumplanung. Wobei sich hier durchaus Zielkonflikte ergeben können. So klagten ÖAV, AVS und andere, unterstützt vom DAV, 2012 mit Erfolg gegen einen Windpark am Brenner. Hier stand landschaftliche Restschönheit gegen den Ausbau regenerativer Energieversorgung – ein Dilemma, das sich noch häufiger stellen wird.

WIE WOLLEN WIR HANDELN?

Vor einem inneren Konflikt stehen auch die „Verehrer der erhabenen Alpenwelt“, wie sie die Vereinsgründer ansprachen: Indem sie ihre alpine Idylle aufsuchen, laufen sie Gefahr, sie zu zertrampeln. Wie der Bergsport umweltverträglich auszuüben sei, das war und ist für jeden Aktiven eine grundsätzliche Frage. Tatsächlich waren es gerade auch die „Extremen“, die sich dieser Verantwortung stellten. So schrieb der als „Junger Mensch im Gebirg“ legendäre Kletterer Leo Maduschka (1908-1932) kämpferisch, „dass wir es als geschlossene Einheitsfront unternehmen können, den Kampf mit dem Kapital aufzunehmen, das heute bereits am Werk ist, die Ursprünglichkeit der Berge zu untergraben“. Viele für den Naturschutz bedeutende Funktionäre im DAV waren ehemalige Spitzbergsteiger mit Expeditionserfahrung: Hans Hintermeier, Naturschutzreferent in den 1970ern, der betonte, „dass Bergsteigen und konsequentes Handeln für den Naturschutz zusammengehören“. Reinhard Sander, Vater des Grundsatzprogramms als Erster Vorsitzender von 1975 bis 1980. Fritz März, der im Kampf um die Mittelgebirgsklettergärten wettete: „Wir lassen uns nicht aus den Bergen hinausschützen.“ Richard Goedeke, der zum Erhalt von Norddeutschlands Klettermöglichkeiten Alpenvereins-Bürgerinitiativen entwickelte. Oder Heinz Röhle, in dessen Ära als Naturschutzreferent (1982-1997) die heiße Phase des Themas „Klettern und Naturschutz“ fiel.

Dieser Konflikt war für den DAV der Beginn einer neuen Ära mit neuen Ansätzen. Vor allem in Nordrhein-Westfalen machten Naturschutzverbände und die politisch erstarkten Grünen Front gegen die Felsfreunde; die von ihnen erwirkten umfassenden Kletterverbote empfanden viele Aktive als symbolische Ersatzhandlung im Stahl- und Kohle-Land. Der DAV ergänzte seinen Satzungszweck um „Bergsportliche Aktivitäten in deutschen Gebieten außerhalb der Alpen, einschließlich damit zusammenhängender Naturschutzfragen“. Er gründete ein Naturschutz-Lehrteam, das die ehrenamtlichen Ausbilder der Sektionen zu umweltverträgli-

1986

Super-GAU in Tschernobyl

1989

Auf Initiative von DAV und VzSB fordert die CIPRA Deutschland eine völkerrechtlich verbindliche Vereinbarung zum Schutz des Alpenraums. 1991 unterzeichnen die Umweltminister aller Alpenstaaten die „Alpenkonvention“.

1989

Nach Sperrungen an Walberla und Röthelfels gründet sich die IG Klettern Frankenjura.

1990

Satzungs-Vereinszweck ergänzt um: „Bergsportliche Aktivitäten in deutschen Gebieten außerhalb der Alpen, einschließlich damit zusammenhängender Naturschutzfragen“.

1992

Umweltgipfel in Rio de Janeiro.

1993

Menschenkette im Donautal (16 km, ca. 3000 Menschen) für differenzierte Lösungen zu „Klettern + Naturschutz“.

1995

Projekt „Skibergsteigen umweltfreundlich“ startet.

1998

Die Grünen sind beteiligt an der Deutschen Bundesregierung.

2000

DAV (Beauftragter für Naturschutz und Klettern) und IG Klettern bekommen den Bayerischen Umweltpreis.

MENSCHEN

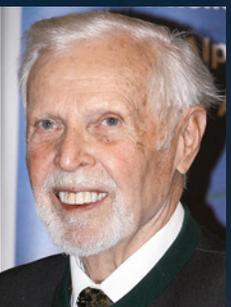
Prof. Reinhard Sander (1921-2013)

Der Jurist und Honorarprofessor für Planungsrecht erarbeitete den ersten hessischen Regionalplan und war unter anderem 15 Jahre Vizepräsident des Deutschen Naturschutzrings. Der Winter-Erstdurchsteiger der Watzmann-Ostwand war von 1975 bis 1980 Erster Vorsitzender des DAV und initiierte in seiner Amtszeit das „Grundsatzprogramm zum Schutz des Alpenraums“ unter dem Motto: „Wer heute in die Berge geht, muss konsequenter Naturschützer sein“ – aber auch die Ausbildung zum Bergwanderführer, die Alpin-Lehrpläne und die Vereinsämter der Referenten für Öffentlichkeitsarbeit und Naturschutz.



Dr. Helmut Karl (1927-2009)

Als Oberregierungsrat an der Bayerischen Landesstelle für Naturschutz initiierte Dr. Helmut Karl unter anderem das größte außeralpine Naturschutzgebiet Bayerns, die Lange Rhön. Gegen die Pläne für eine Seilbahn auf den Watzmann entwickelte er 1968 ein Raumordnungskonzept, das 1972 als „Alpenplan“ von Bayerns Regierung verabschiedet wurde. Der Plan unterteilte die Bayerischen Alpen in drei Zonen: „Erschließungszone“ A (35 %), „Pufferzone“ B (23 %) und „Ruhezone“ C (43 %) – nach kurzzeitiger Änderung durch die CSU-Regierung 2017 ist er heute wieder Grundlage für den Umgang mit den Bayerischen Alpen. Von 1970-2003 war Dr. Karl Mitglied im DAV-Umweltausschuss.



Fotos: Jürgen Winkler, Franz Speer, Antes + Antes

chem Verhalten anleitet. Der neue Bundesausschuss „Klettern und Naturschutz“ entwickelte in allen Gebieten Konzepte zur Besucherlenkung und zur Vermeidung von Schäden, angelehnt an die Drei-Zonen-Regelung des Alpenplans; „Felspaten“ kümmern sich vor Ort um Wege- und Schilderpflege oder Horstschutz. Und das „Kuratorium Sport und Natur“ flankierte mit politischer Lobbyarbeit. 1993 bildeten rund 3000 Kletterinnen und Kletterer eine Seilschaftskette durchs von Kletterverboten gebeutelte Donautal. Heute gibt es etliche Klettergebiete, in denen die Konzepte bestens funktionieren und beweisen, dass Bergsport und Naturschutz sich nicht ausschließen müssen; in NRW und Schwaben sind die Vereinbarungen noch größtenteils unbefriedigend und restriktiv.

„Klettern und Naturschutz“ war Vorbild für das nächste Großprojekt „Skibergsteigen umweltfreundlich“. Im gesamten Bayerischen Alpenraum entwickelten Experten unter DAV-Federführung Konzepte, welche Skitouren ökologisch unproblematisch waren und auf welche man aus Rücksicht auf Jungwald oder Tiere wie Raufußhühner oder Gämsen freiwillig verzichten sollte. Die vereinbarten Routenempfehlungen sind im Gelände markiert und auf AV-Karten eingetragen; mit dem Boom des Tourengehens allerdings muss man immer intensiver auf ihre Einhaltung pochen. Ähnlicher Lenkungsbedarf zeichnet sich für das Bergradeln ab. Hier liegt der Konflikt weniger gegenüber der Natur als gegenüber den Wanderern und anderen Naturnutzern, vor allem wenn E-Mountainbikes noch sehr viel mehr Menschen den Weg auf die Berge erleichtern werden. Der DAV arbeitet derzeit in zwei Modellregionen mit allen betroffenen Gruppen an raumordnerischen Lösungskonzepten. Die zu finden wird im Zeitalter des „Overtourism“ nicht leichter.

WEN DÜRFEN WIR FORDERN?

Konzepte sind eine Sache, ihre Einhaltung oft eine andere. Sein geradezu explosives Wachstum der letzten Jahre gibt dem DAV die Chance, aber gleichzeitig den schwierigen Auftrag, viele Menschen zu erreichen und zu verantwortungsvollem Verhalten zu motivieren und anzuleiten. Am Berg, aber durchaus auch im Leben, denn der Klimawandel wird einigen Alpenpflanzen eher den Garaus machen als ein unbedachter Tritt mit dem Bergstiefel.

Bei der Anerkennung des DAV als Naturschutzverband 2005 lobte der damalige Bundesumweltminister Jürgen Trittin: „Nur wer als Sportverband den Naturschutz so ernst nimmt wie der Alpenverein, hat eine Chance auf Anerkennung.“ Dieses Lob enthält eine verpflichtende Aufforderung zu konsequent glaubwürdigem Handeln. Die Verantwortung für seinen „Playground“ Alpen hat der DAV im Lauf seiner Geschichte immer wieder unterstrichen: mit dem Einsatz gegen Erschließungen seit den 1920er Jahren, mit der Unterstützung für den Alpenplan ab 1968, mit dem Grundsatzprogramm von 1977. Und er ist auch aktiv geworden, etwa mit der „Aktion Schutzwald“, in der seit 1984 Freiwillige jährlich Bergwald





Fotos: DAV-Archiv, DAV/Marco Kost, Andi Dick, DAV/Daniel Hug



2003

Markanter „Hitzesommer“, der heißeste seit 1540. Die Sommer 2015 und 2018 waren ähnlich warm, die heutige Wahrscheinlichkeit vergleichbarer Hitzesommer liegt bei 25 %.

2005

Der DAV wird bundesweit als Naturschutzverband anerkannt; 2008 auch in Österreich.

2014

Erstmals klagt der DAV gegen ein Bauvorhaben, den Ausbau des Sudelfeld-Gebiets – ohne Erfolg.

2015

Im Klimaschutzabkommen von Paris einigen sich 175 Staaten: Die globale Erwärmung soll auf möglichst 1,5°C im Vergleich zur vorindustriellen Zeit begrenzt werden. Die Maßnahmenpläne führen allerdings zu einer Erwärmung von mindestens 2,5°C – falls sie überhaupt umgesetzt werden. Erste „Bergsteigerdörfer“ in Deutschland – für nachhaltigen Tourismus.

2017

Kampagne „Danke Alpenplan“ gegen das Aufbrechen des Plans durch die Bayerische Staatsregierung; die Änderungen werden später zurückgenommen.

2018

Modellprojekte zur Raumordnung für MTB in zwei bayerischen Alpenregionen starten.

2019

#unserealpen – gemeinsame Kampagne von DAV, ÖAV und AVS.

2020

Um den Begriff „Overtourism“ entwickeln sich neue Aufgaben für den DAV.

Wer zum Bergsport die Natur besucht und nutzt, sollte schon aus Eigeninteresse pfleglich damit umgehen. Dass dies zum Beispiel Kletterer im Prinzip tun, wurde bei der Donautal-Demo 1993 klargemacht (r. o.). Wie das im Detail funktioniert, dazu entwickelte der DAV Konzepte – fürs Klettern wie zum „Ski-bergsteigen umweltfreundlich“. Dass man eigenen Müll wieder mitnimmt, sollte selbstverständlich sein und keine Aktionen wie um 1980 mehr erfordern – genauso wie die Nutzung öffentlicher Verkehrsangebote.

aufforsten. Das vom DAV unterstützte internationale Netzwerk der „Bergsteigerdörfer“ praktiziert sanften Tourismus. Und für die zentrale Aufgabe der Zeit, den Klimaschutz, gibt der DAV seinen Mitgliedern mit der Kampagne „Machs einfach“ Nachhaltigkeitstipps oder informiert über Mitfahrgelegenheiten; der DAV Summit Club wird ab 2020 bei allen Flugreisen die CO₂-Kompensation inkludieren.

Wer sich selbst ordentlich verhält, darf auch in der Politik die Stimme erheben. Denn, wie der scheidende Vizepräsident Rudi Erlacher (s. S. 10) anmerkt: „Nur wenn die Politik die Anstrengungen des Einzelnen nicht konterkariert, zum Beispiel im Klimaschutz, kann der Appell an den Einzelnen fruchten. Was der Einzelne mühsam einspart, darf von der Politik und den Unternehmen nicht im großen Stil wieder ausgegeben werden.“ 1982 verfasste die Naturschutzreferententagung eine Resolution zum Waldsterben, die den Bayerischen Landtag zum „Bergwaldbeschluss“ (Schutzwaldsanierung, keine Rodungen für Freizeiteinrichtungen u.Ä.) motivieren sollte. Die Kampagne „Danke Alpenplan“ gegen einen Eingriff in die höchste Schutzzone C für eine Skischaukel am Riedberger Horn trug dazu bei, dass der bayerische Ministerpräsident Markus Söder den Eingriff rückgängig machte und behauptete, „dass wir verstanden haben“. Und die Sektionen München und Oberland setzten sich mit Briefen an Bundesminister für eine CO₂-Steuer ein. Auch solche Aktionen gehören zu einem zeitgemäßen, umfassenden Verständnis von Natur- und Umweltschutz im Alpenverein.

Wenn der DAV, seine Sektionen und ihre Mitglieder in ihrem Verhalten immer wieder in Widersprüche geraten, liegt das in der Natur der „Natur“. Und dennoch: Nützen und Schützen sind nicht konträr, sondern komplementär. Am Berg wie im Leben dürfen wir dieser faszinierenden „Schöpfung“, deren Teil wir sind, mit Ehrfurcht und Respekt begegnen. Wir brauchen intakte Alpen als Raum großartiger Erlebnisse. Und wir sollten die Welt schützen, weil sie unser Überleben ermöglicht. „Eigentlich“ können wir es uns gar nicht leisten, die Welt um uns herum und ihre Zusammenhänge zu ignorieren. Nur: Was genau sie braucht, das ist nicht immer ganz leicht zu entscheiden. *ad*

Mehr Info zu 150 Jahre DAV: alpenverein.de/150

150 Jahre DAV: DIE THEMEN

- Panorama 1/19: Der Verein in der Gesellschaft
- Panorama 2/19: Bergsport und Bergsteigen
- Panorama 3/19: Alpinismus als Kultur
- Panorama 4/19: Hütten, Wege, Kletteranlagen
- Panorama 5/19: Natur- und Umweltschutz
- Panorama 6/19: Bildung als Aufgabe

Happy Birthday Alpenverein!



UNSERE SCHÖNSTEN REISEN WELTWEIT



Als erster weltweit tätiger deutscher Reiseveranstalter kompensiert der DAV Summit Club den CO₂-Ausstoß aller Flüge zukünftig zu 100 Prozent. Weltweit!

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



TRAININGS- UND TIEFSCHNEEKURS AM KAUNERTALER GLETSCHER FÜR EINSTEIGER

ÖSTERREICH

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

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

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

4* oder 5 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

ab € 830,–

Termine: 24.11.* | 27.11. | 01.12.* | 04.12. | 08.12. | 12.12.* | 15.12. | 25.12.2019 und 05.01. | 16.01.* | 19.01. | 02.02. | 06.02.* | 16.02. | 20.02.* | 23.02. | 01.03. | 15.03. | 19.03.* | 02.04.* | 12.04.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ TKEKAU



KOMBINIERTER TIEFSCHNEE- UND SKITOURKURS IN LIVIGNO

ITALIEN

Der „Kombikurs“ ist eine unserer Paradedisziplinen. Geübte Pistenskifahrer mit guter Kondition können hier die ersten Erfahrungen abseits der Piste beim Tiefschneefahren sammeln und sich dann unter Leitung unseres Staatlich geprüften Berg- und Skiführers auf die erste Skitour begeben. „Klein-Tibet“, wie Livigno aufgrund seines kalten und trockenen Klimas auch gerne genannt wird, bietet als anerkanntes Freeride-Gebiet mit seinen weitläufigen Pisten und Skitourenmöglichkeiten beste Voraussetzungen. Die italienische Küche und die Unterbringung in der modernen und unter nachhaltigen Gesichtspunkten gestalteten Montivas Lodge mit einem kleinen, aber sehr feinen Wellnessbereich runden das Gesamterlebnis ab.

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

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 × Hotel • 6 × Frühstück • Leihusrüstung: LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen*

7 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

ab € 890,–

Termine: 29.12. | 05.01. | 12.01. | 19.01. | 09.02. | 23.02. | 01.03. | 08.03. | 15.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ KTLIVI



TIEFSCHNEETRÄUME IN DAVOS: FREERIDE-SPASS IN POWDER-PARADIES

SCHWEIZ

Low Budget und Davos, das widerspricht sich – eigentlich. Das funktionelle St. Joseph's House ist idealer Stützpunkt für Freerider, die das Powder-Paradies Davos erleben wollen, ohne Fünf-Sterne-Tarife zu bezahlen. Vom berühmten Weißfluhjoch, 2843 m, bis zum Rinerhorn, 2528 m, sind gut ein halbes Dutzend völlig eigenständiger Skiregionen mit traumhaften Tiefschneerevierern angesiedelt. Die großzügigen Hänge unter dem Jakobshorn, 2590 m, sind vor allem bei Freeridern sehr beliebt. Lange Powder-Runs führen bis nach Klosters oder ins stille Sertigtal. Ihr Skipass ist vier oder fünf Tage (je nach Termin) in der gesamten Skiregion Davos Klosters gültig. Sehr begehrt: Silvester in den Bergen.

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

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

5* oder 6 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

ab € 875,–

Termine: 27.12.2019 und 12.01.* | 26.01.* | 09.02. | 23.02. | 08.03. | 15.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ SPDAV



Silvestertermin

GRUNDKURS FÜR TOURENEINSTEIGER – MIT SNOWBOARD AUF TOUR

ÖSTERREICH

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

Technik Aufstieg ▲▲▲▲▲▲ **Technik Abfahrt** ▲▲▲▲▲▲
Kondition ▲▲▲▲▲▲

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

4 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

ab € 545,-

Termine: 03.01. | 16.01. | 23.01. | 13.02. | 20.02. | 26.02. | 19.03. | 26.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ **9SBLIZ**



Silvestertermin

AUFBAUKURS EISKLETTERN – TECHNIK UND ROUTINE VERBESSERN IM REINTAL

ITALIEN

Variante reiche Übungseisfälle, moderate Mehrseillängentouren und eine aufgrund der Höhenlage extrem hohe Eissicherheit sind der Grund dafür, dass sich das Eisklettern im Reintal immer größerer Beliebtheit erfreut. Der breite Angerer-Eisklettergarten ist ideal für intensive Techniktrainingstage. Am Tristenbachfall oder dem Ursprung-Eisfall lässt sich Routine im Vorstieg und im Seilschaftsablauf bekommen. Fallbachwand, Kofler zwischen den Wänden oder Franziskus-Eisfall sind weitere Eisfälle, die sich für Trainingstouren anbieten. Die Themen Sicherungstechnik und Standplatzbau werden ausführlich wiederholt, fortgeschrittene Klettertechniken trainiert.

Technik ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 4 × Hotel*** • 4 × Halbpension mit Tourentee • Leihhausrüstung: Eiskletterausrüstung, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen*

5 Tage | 3 – 4 Teilnehmer

ab € 945,-

Termine: 02.01. | 15.01. | 22.01. | 29.01. | 05.02. | 12.02.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ **EKAREIN**



Silvestertermin

EINSTEIGERKURS FÜR SCHNEESCHUHEGER IN DEN KITZBÜHELER ALPEN

ÖSTERREICH

Auch im Winter mal ins Hochgebirge! Dieser Wunsch vieler Bergwanderer kann leicht erfüllt werden. Denn wer im Sommer zum Bergwandern geht, der kommt im Winter auch sehr gut mit den Schneeschuhen zurecht. Allerdings müssen die Tücken des winterlichen Gebirges erkannt und beachtet werden. Die gemütliche Bochumer Hütte, 1432 m, südlich von Kitzbühel, in einer von Almen geprägten Landschaft, über der felsige Gipfel thronen, ist perfekt, um mit Schneeschuhen erkundet zu werden.

Technik Aufstieg ▲▲▲▲▲▲ **Technik Abfahrt** ▲▲▲▲▲▲
Kondition ▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 × Hütte • 3 × Halbpension mit Tourentee • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Schneeschuhe, Stöcke, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen*

4 Tage | 6 – 10 Teilnehmer

ab € 460,-

Termine: 26.12. | 29.12.2019 und 03.01. | 16.01. | 23.01. | 30.01. | 02.02. | 06.02. | 09.02. | 13.02. | 16.02. | 20.02. | 23.02. | 27.02. | 01.03. | 05.03. | 08.03. | 12.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ **SABOC**



Silvestertermin

SCHNEESCHUHWANDERUNGEN IM HERZEN DES BAYERISCHEN WALD

DEUTSCHLAND

Tief verschneite Winterwälder, sanfte Hügelketten und mit Raureif überzogene Wildnis. Wir wandern entlang des Grenzkammes zwischen Deutschland und Tschechien. Der Osser, 1293 m, einer von „acht Tausendern“ ist das erklärte Tagesziel. Die Region ist ein unberührtes Eldorado für Schneeschuhwanderer. Namhafte Gipfel wie Schwarzeck, Riedelstein oder Kaitensberg bieten Touren für jede Wetterlage und jeden Geschmack. Die gastliche Unterkunft in Lam lädt zum Entspannen ein und bietet schmackhafte, regionale Küche. Bei kühlen Temperaturen können Sie sich nach getaner Aktivität in der Sauna des Hotels aufwärmen.

Technik ▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲

Geprüfter Bergwanderführer • 3 × Pension*/Hotel im DZ • 3 × Halbpension • Zutritt zur Sauna • Leihhausrüstung: Schneeschuhe, Skistöcke, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • Versicherungen*

4 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

ab € 350,-

Termine: 26.12.* | 29.12.2019* und 23.01. | 13.02. | 27.02.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ **SWHBAW**



MALLORCA – AUSSERLESENE WANDERUNGEN IM INSELWESTEN

SPANIEN

Mallorca bietet weit mehr wie Touristenhochburgen und überfüllte Strände. Von Sant Elm aus wandern wir auf abwechslungsreichen Wegen durch Wald, Mandel- und Olivenhaine. Ob auf unserer Gipfeltour zum südlichsten Tausender der Serra de Tramuntana, dem Galatzó, oder auf dem Reitweg von Erzherzog Ludwig, dem Cami de S'Arxiduc, es bieten sich uns immer wieder traumhafte Ausblicke auf das Meer und die Insel. Wir nehmen uns in dieser Woche auch Zeit für den Besuch einer Ölmühle und können am freien Tag die Altstadt von Palma erkunden.

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland • 7 × Hotel**** im DZ • 7 × Halbpension • Bus- und Bootsfahrten lt. Detailprogramm • Versicherungen*

8 Tage | 10 – 15 Teilnehmer

Termine: 17.11. | 24.11.2019 und 16.02. | 23.02. |

01.03. | 08.03. | 15.03. | 22.03. | 29.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

inkl. Flug und Transfer ab € 1140,–

EZZ ab 180,–

www.davsc.de/ ESTOPMA



EVEREST – LODGE-TREKKING ZUM SHERPA-KLOSTER TENGPOCHE

NEPAL

Berühmte Sherpa-Klöster im Everest-Nationalpark und die Achttausender Everest, Cho Oyu und Lhotse. Eine Reise in die spektakulärste Hochgebirgsarena der Erde, die – wer hätte das gedacht? – ganz ohne Inlandsflüge auskommt. Deshalb gibt es auf dieser Trekkingreise auch kein Verspätungsrisiko auf dem Weg ins Everest-Gebiet und zurück. Dafür erwarten Sie die bestmögliche Akklimatisation, hohe Sicherheitsstandards und eine kompetente, Deutsch sprechende Reiseleitung.

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland/Österreich/Schweiz • 3 × Hotel****, 11 × einfache Lodge, jeweils im DZ • überwiegend Halbpension • Busfahrten lt. Detailprogramm • Nationalparkgebühren, Permit • Träger • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen*

15/16 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

Termine: 21.11.2019 und 30.01. | 19.02. | 08.05. | 10.05. |

17.09. | 19.09.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

inkl. Flug und Transfer ab € 1799,–

EZZ ab 89,–

www.davsc.de/ HITOPEVE

Silvestertermin



TÄLER, BERGLAND UND SCHLUCHTEN – DIE VIELFALT GRAN CANARIAS ENTDECKEN

SPANIEN

Die drittgrößte der Kanarischen Inseln wird gerne auch als „Miniatürkönigreich“ bezeichnet, da die Landschaft so abwechslungsreich und vielfältig ist: Zahlreiche üppig bewachsene Barrancos und tiefe Schluchten durchziehen die Insel. Zur Küste im Süden hin wird die Vegetation karger und schließlich beinahe wüstenartig mit den beeindruckenden Sanddünen am Stand von Maspalomas. Als Standort für unsere Wanderungen dient uns ein angenehmes Vier-Sterne-Haus hoch in den Bergen, in Santa Brigida. Wir gehen durch herrlich duftende Kiefernbestände, besteigen den „Wolkenfels“ Roque Nublo und blicken in den tiefen Grund der Caldera Bandama. Erleben Sie Gran Canaria mit uns von seiner schönsten Seite!

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

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

8 Tage | 8 – 15 Teilnehmer

Termine: 17.11. | 29.12.2019 und 16.02. | 19.04. | 18.10. | 15.11. | 27.12.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 955,– Flug und Transfer ab € 395,–

EZZ 235,–

www.davsc.de/ ESCAN



ANNAPURNA-RUNDE – LODGE-TREKKING ÜBER DEN HIMMELHOHEN THORONG-PASS

NEPAL

Eisige Luft, Blockwerk, Schnee. Gebetsfahnen flattern im Wind. Sie haben die „Königsetappe“ geschafft und das große Ziel Thorong-Pass, 5416 m, erreicht. Der Achttausender Manaslu, die Lamjung-Berge, dann die eisigen Flanken der Gangapurna: schöner kann Nepal nicht sein! Die höchste Schlafsackunterkunft lag auf 4500 Metern. Jetzt sind wir ganz oben und glücklich. Rundum vergletscherte Eisgipfel mit dem Achttausender Annapurna. Abstieg durch die tiefste Schucht der Erde nach Pokhara.

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • zusätzlich Englisch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland/Österreich/Schweiz, Inlandsflug • 3 × Hotel****, 16 × einfache Lodge, jeweils im DZ • überwiegend Halbpension • Busfahrten lt. Detailprogramm • Nationalparkgebühren, Permit • Träger • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen*

21 Tage | 4 – 14 Teilnehmer

Termine: 14.11.2019 und 13.02. | 20.02.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

inkl. Flug und Transfer ab € 2199,–

EZZ ab 89,–

www.davsc.de/ HIVIAHA



UNSERE KILIMANDSCHARO-BAUSTEINE: DIE ROUTEN, SAFARIS UND SANSIBAR

TANSANIA

Kombinieren Sie Ihre Wunschroute auf den höchsten Berg des afrikanischen Kontinents mit einer Safari in die schönsten Nationalparks Ostafrikas oder einer Badeverlängerung an den Traumstränden Sansibars. **Technik** ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Hüttentrekking auf der Marangu-Route:	8 Tage ab € 1845,-
Zelttrekking auf der Machame-Route:	9 Tage ab € 1995,-
Zelttrekking auf der Lemosho-Route:	10 Tage ab € 2395,-
Safariverlängerung Weltnaturerbe Ngorongoro-Krater:	3 Tage ab € 665,-
Safariverlängerung Mythos Serengeti:	5 Tage ab € 1095,-
Badeverlängerung Sansibar:	5 Tage ab € 895,-

2 – 12 Teilnehmer

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

Flug und Transfer ab € 985,-
www.davsc.de/ KILI



TANSANIA: MOUNTAINBIKE- BESTEIGUNG KILIMANDSCHARO, 5895 m

TANSANIA

Erklimmen Sie einen der Seven Summits mit Ihrem Bike und befahren Sie den Kilimandscharo, das Dach Afrikas, den Silberberg über der Savanne. Die Kilema-Route ist exklusiv für MTB-Befahrungen geöffnet worden und erschließt den Berg bis hin zu den Horombo-Hütten auf 3700 Meter. Gute Höhenanpassung, sehr abwechslungsreiche Landschaft und traumhafte Ausblicke Richtung Gipfel und Mount Mawenzi. 4600 Tiefenmeter Downhill am Stück! Ein zusätzliches Camp im Dschungel verkürzt die Etappen und erhöht die Gipfelchancen.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Englisch sprechender einheimischer Bike Guide und Bergführer • ab/bis Hotel in Moshi • 3 x Hotel/Lodge im DZ, 5 x Zweipersonenzelt • überwiegend Vollpension, in Moshi Halbpension • Versicherungen*

9 Tage | 2 – 12 Teilnehmer

ab € 2795,-
Flug (ohne Radtransport) und Transfer ab € 985,-
Termin: 11.01. | 08.03. | 05.07. | 02.08. | 27.09. | 25.10.2020
EZZ 200,-
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132
www.davsc.de/ RAMTAN



TAFELBERGE UND FELSENKIRCHEN – HÜTTENTREKKING IN DEN TIGRAY-BERGEN

ÄTHIOPIEN

Rote Tafelberge aus Sandstein, nadelförmige Felsmonolithen und tief eingeschnittene Täler prägen die Region Tigray im Norden Äthiopiens und erinnern ein bißchen an den Mittleren Westen der USA. Einige Dorfgemeinschaften haben hier einfache, aber saubere Gästehäuser errichtet und stellen uns damit die Übernachtungsmöglichkeiten für unser Trekking. Der zweite Teil der Reise führt ins Bergland von Lalibela, wo wir noch mal für eine zweitägige Tour die Wanderschuhe schnüren. Natürlich besuchen wir aber auch die gleichnamige Stadt mit ihrem beeindruckenden Tempelkomplex aus elf monolithisch geschlagenen Felsenkirchen, die ihr den Beinamen „äthiopisches Jerusalem“ eingebracht haben.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt, Inlandsflüge • 8 x Hotel im DZ, 3 x Hütte/Gästehaus im MBZ • Vollpension • Busfahrten • Eintritte und Besichtigungen lt. Programm • Gepäcktransport • Versicherungen*

14 Tage | 5 – 15 Teilnehmer

Termine: 03.11. | 28.12.2019 und 23.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

ab € 2645,-

EZZ 295,-

www.davsc.de/ ATWAN

*DAS DAV SUMMIT CLUB VERSICHERUNGSPAKET

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



Ab 19.09.2019
sind unsere neuen
Kataloge erhältlich!

JETZT unsere neuen
Kataloge bestellen:
davsc.de/katalog-anfordern



DAV Summit Club GmbH

Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins

Am Perlacher Forst 186 | 81545 München

Telefon +49 89 6 42 40-194 (Alpen) | +49 89 6 42 40-196 (Europa und Fernziele)

info@dav-summit-club.de | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de



„Simon Gietl, Alpinist“

In den Bergen zur

Erfüllung

Bergsteigen sei genau das, was er immer gesucht habe, sagt Simon Gietl selbst. Mit seinen hohen Ansprüchen an Schwierigkeit und Stil gehört der sympathische Südtiroler zu den prägnantesten Vertretern dieses klassischen Sports.

Text: **Stephanie Geiger**

Und dann versagt Simon Gietl doch die Stimme. Das wollte er unbedingt vermeiden. Eben hatte er noch alle Kraft in seinen Vortrag gelegt, im Flow erzählt, wie er mit Gerry Fiegl im Januar 2014 in Patagonien unterwegs war, wo die beiden in jugendlichem Ungestüm aufbrachen, trotz Regen und Schnee sich nicht von ihrem

Ziel abbringen ließen und 21:30 Stunden später bei blauem Himmel auf dem Gipfel des Fitz Roy (3406 m) standen. Erfahrungen wie diese schweißen zusammen. Simon Gietl erzählte, wie er diesen Freund verlor, als der in Nepal höhenkrank wurde und beim Abstieg vom Nilgiri abstürzte. Und er berichtete, wie er eine Linie, die Gerry Fiegl

an der Cima Scotoni in der Südtiroler Fanesgruppe im Kopf hatte, nach dessen Tod innerhalb von nur neun Tagen im Alleingang erstdurchstieg. „Can you hear me“ habe er die Route – eine jener Art Routen, bei der allein schon der Zuschauer Chalk gegen die schwitzigen Finger braucht – genannt, so als wolle er dem Freund etwas zurufen. Dann bricht die Stimme ... Simon Gietl braucht ein paar Momente, bis er weitersprechen kann. „Am Berg entwickeln sich intensive Freundschaften, wie sie im normalen Alltag nie möglich sind“, sagt er dann. Gerry Fiegl fehle ihm bei jedem großen Projekt.

Oktober 2018, Innsbruck. Bei der Alpinmesse ist Gietl für den Hauptvortrag am



Foto: Archiv Gietl

Teilweise bietet „Stigmata“ am Heiligkreuzkofel geradezu Genussklettere – aber auch Schwierigkeiten bis X- ohne Bohrhaken.

damals 18-Jährige stand eines Tages am Straßenrand und machte Autostopp. Viele Autos fuhren durch. Eines blieb stehen. Gietl sprang hinein und hörte zwischen Toblach und Bruneck vom Fahrer die Geschichte über eine Klettertour an der Großen Zinne. Dreißig Kilometer, die ein Leben verändern können. „Was dieser ältere Herr mir da erzählte, hat mich so gefesselt, dass ich in die Stadtbibliothek gegangen bin, mir dort ein Buch über das Klettern ausgeliehen habe und mit meinem Bruder angefangen habe zu klettern“, erzählt Gietl und rückt sich die mit blauem Gummiband umwickelte schwarze Haarsträhne zurecht, die er hinter das linke Ohr geklemmt hat. 16 Jahre ist das nun her. „Nach unserer ersten Tour habe ich verstanden, dass das genau das war, nach was ich immer gesucht habe.“ Nur vier Monate später machte er sich an seine erste Winterbegehung. Sie endete unglücklich und mit zehn Tagen Krankenhausaufenthalt. Um den Sohn aufzumuntern, brachte ihm der Vater ein Buch über Latok, Shivling und Ogre, die Traumziele der Kletter-Elite, ans Krankenbett.

Auch wenn diese Ziele damals noch Welten entfernt lagen, schürte dieses Buch die Sehnsucht so sehr, dass aus dem überambitionierten Jungspund eines der Aushängeschilder der jungen Kletterergeneration werden sollte – mit besonderer Leidenschaft für das Klettern in seiner ursprünglichsten Form („Der Mensch soll sich der Natur anpassen und nicht umgekehrt. Für mich ist es am befriedigendsten, eine Tour mit traditionellen Mitteln erstzubegehen.“) samt einem hohen kletter-ethischen Anspruch („Wenn ich nicht mehr ohne Bohr-

Sonntagabend gebucht. Vordergründig erzählt er von Erlebnissen in den Bergen in der ganzen Welt. Im Grunde geht es aber darum, wie das Bergsteigen einem Menschen Erfüllung werden kann.

Simon Gietl ist Jahrgang 1984 und kommt aus Südtirol. Seinen Nachnamen spricht man deshalb auch nicht mit einem langen i, sondern jeden Buchstaben: Gi-je-tl. Simon Gietl ist Bergführer und gehört aktuell zu den leistungsstärksten Alpinkletterern seiner Generation. Aufgewachsen ist er in Oberwielenbach im Pustertal, seit 14 Jahren ist er im Ahrntal zu Hause – „der Liebe wegen“, wie er sagt. Aus Oberwielenbach ist er weggegangen. Und

aus Südtirol? Kein Thema für Simon Gietl. „Ich bin mit Herz und Seele Südtiroler.“ Die Schule habe er in jungen Jahren für den „größten Blödsinn“ gehalten. Er sei zwar gegangen, „aber es war halt der halbe Tag hin“, und noch heute würde ihn das Italienische „fuchsen“. So unbekümmert redet er, und das macht ihn so sympathisch. Tischler hat er gelernt, ganz bodenständig, weil man da am Abend sehe, was man den ganzen Tag über gemacht habe. Und während der Lehrzeit sei er in der Freizeit Mountainbike gefahren und habe bei Skitourenrennen mitgemacht. Bergsteigen? Klettern? Damals für ihn kein Thema.

Es war purer Zufall, dass aus Simon Gietl ein professioneller Bergsteiger wurde. Der



SIMON GIETL (*1984) – HIGHLIGHTS

- › **Februar 2011:** Team-Speedrekord in der Eiger-Nordwand: Heckmair-Route (1800 m, ED, V, A0, 70°) in 4:25 Std. mit Roger Schläli
- › **Januar 2014:** Fitz Roy nonstop in 21:30 Stunden mit Gerry Fiegl (hin und zurück 31:30 Std.)
- › **August 2015:** Eiger-Nordwand, „Odyssee“ (1400 m, X-), Erstbegehung mit Roger Schläli und Robert Jasper
- › **März 2017:** Integrale Drei-Zinnen-Wintertraverse mit Michi Wohlleben in 9:15 Std.
- › **Juli 2017:** Heiligkreuzkofel, „Stigmata“ (9 SL, X-), Rotpunktbegehung nach Erstbegehung mit Andrea Oberbacher, ohne Bohrhaken
- › **Oktober 2017:** Shivling (6543 m), „Shiva's Ice“ (1500 m, WI5, M6), Erstbegehung mit Vittorio Messini (Bild rechts)
- › **Oktober 2018:** Cima Scotoni, „Lacedelli“ (500 m, VIII-), Free Solo

haken unterwegs sein kann, dann höre ich lieber auf.“) und dem Esprit, der besonders den Jungen eigen ist, Neues zu suchen („Es gibt nichts Schöneres, als im Fels selbst zu entscheiden, ob man rechts oder links geht, und wenn man dann zurückkommt, die eigene Linie auf einem Foto einzuzichnen. Das hat was.“).

Dafür lässt Simon Gietl sich auch gerne von den Älteren inspirieren. Im Mai 2018 realisierte er gemeinsam mit dem Bergführerkollegen Vittorio Messini „North3“ – die Fortsetzung des Projekts von Hans Kammerlander und Hanspeter Eisendle, die 17 Jahre vorher die Nordwände von Ortler (3905 m) und Großer Zinne (2999 m) innerhalb von 24 Stunden durchstiegen und die Strecke dazwischen mit dem Fahrrad zurücklegten. „North3“ fügte dem noch den Großglockner (3798 m) über die Mayerlampe hinzu. Das Ziel war, das alles innerhalb von 48 Stunden zu erledigen. Das macht zusammen rund 9600 Höhenmeter und 363 Radkilometer. Zwar mussten Gietl und Messini wegen des Wetters auf die Gelbe Kante an der Kleinen Zinne

ausweichen, doch nach 47 Stunden und 16 Minuten standen sie am Lucknerhaus am Fuß des Großglockner.

Der junge Südtiroler hatte Glück auf seinem Weg zum „Alpinisten“, wie er sich heute nennt. Immer wieder sind ihm Menschen begegnet, von denen er viel lernen konnte. Einer seiner Mentoren war kein Geringerer als Hans Kammerlander, der schon vor ein paar Jahren in seinem Vortrag beeindruckt von einem „jungen, sehr talentierten Bergsteiger“ aus Südtirol erzählte, den er bei seinen Reisen zu den Matterhörnern der Welt 2013 nach Kanada zum Mount Assiniboine mitgenommen habe. „Auf dieser Expedition gab es Momente, in denen klar wurde, dass Klettern so viel mehr bietet als nur Wände und Gipfel – über Generationen hinweg“, sagt Gietl über diese Freundschaft. Im Ahrntal wohnen sie nicht einmal zehn Kilometer voneinander entfernt. Gietls Schwiegervater ist ein Skilehrerkollege des längst zum Mythos gewordenen Bergsteigers. Beim 50. Geburtstag Kammerlanders haben sie sich zum ersten Mal getroffen. Und in dem Film „Manaslu – Berg der Seelen“, der die

Tragödie der Südtiroler Manaslu-Expedition erzählt, bei der zwei von Kammerlanders Freunden starben, durfte Gietl den jungen Kammerlander doublen.

Noch so ein Glück für Simon Gietl ist Thomas Huber, der Ältere der Huberbuam. Nachdem Gietl sich 2017 mit der Erstbegehung der Route „Shiva's Ice“ (1500 Hm, WI5, M6) gemeinsam mit Vittorio Messini den

„Am Berg entwickeln sich intensive Freundschaften, wie sie im Alltag nicht möglich sind.“ Simon mit Mentor Thomas Huber, mit Kumpel Vittorio Messini und mit einem seiner Söhne.



Simon Gietl

Traum vom Shivling (6543 Meter) erfüllt hatte, kam nach seinem Vortrag in Salzburg Thomas Huber auf ihn zu. Ob er mit ihm zur Latok-Nordwand fahren wolle, fragte Huber. Natürlich wollte Gietl. „Der Latok ist seit dem Krankenhausaufenthalt einer meiner größten Träume. Da konnte ich nicht Nein sagen.“ Doch aus dem Traum vom Latok wurde erst einmal nichts. „Ich war voll motiviert. Fast ein Jahr lang ist das in meinem Kopf herumgewirbelt. Und dann hatten wir so schlechtes Wetter, dass die Frage sich gar nicht stellte, ob wir einsteigen sollen“, erzählt Gietl über diese andere Expedition.

„Der Simon ist ein lustiger Typ und gleichzeitig ein totaler Herzensmensch, und er hat viel drauf“, sagt Thomas Huber. Er schätze es, in Gietl einen unglaublich leistungsfähigen Partner zu haben, mit dem er sich verstehe, ohne viele Worte machen zu müssen. „Der Simon sieht Probleme sehr schnell und bringt sie dann auch auf den Punkt.“ Selten sei er so begeistert von einem Bergsteiger gewesen wie von Simon Gietl. Und dann sagt Thomas Huber noch: „Der Simon hat ein Niveau, das mit dem von meinem Bruder vergleichbar ist.“ Viele Gründe, weshalb Huber und Gietl im Juli 2019 gleich wieder gemeinsam nach Pakistan fuhren – leider auch ohne Erfolg.

Solche Erlebnisse mit erfahrenen Bergsteigern haben Simon Gietl reifen lassen. Er würde von jeder Begegnung profitieren und viel lernen, sagt er. Und vor allem hat er dadurch auch Selbstbewusstsein bekommen. „Der Thomas beispielsweise hat mir immer das Gefühl gegeben, dass wir auf Augenhöhe unterwegs sind.“

Auch wenn das Ziel 2018 nicht erreicht wurde, die Reise an den Latok war nicht umsonst. „Ich bin mit großer neuer Erfahrung nach Hause gekommen“, sagt Gietl. Und vor allem mit einem schier nicht zu bändigenden Tatendrang. Wenige Wochen nach der Rückkehr brachte Simon Gietl am Morgen noch

schnell seinen älteren Sohn Iano in den Kindergarten, um anschließend in die Fanesgruppe zu fahren und an der Cima Scotoni die Lacedelli-Route (400 m, VIII-) Free Solo zu durchsteigen. Dieser Stil sei für ihn nicht die besondere Erfüllung beim Bergsteigen. Auch mit Seil sei er schon an Punkten angelangt, an denen er wusste, nicht stürzen zu dürfen. Dennoch habe ihm das Free Solo durch die Lacedelli ein gutes Gefühl gegeben.

Und im Winter 2018/19 hatte man das Gefühl, Simon Gietl würde im Wochentakt irgendwo in den Dolomiten eine neue Route eröffnen. Wie ihm der Winter trotz seiner unglücklichen Winter-Erfahrung ganz am Anfang seiner Kletterkarriere die liebste Jahreszeit ist. „Da ist nicht so viel los“,

sagt Gietl. Da kann er das Klettern richtig genießen. Und besonders gerne tut er das an der Großen Zinne, von der ihm schon der Autofahrer erzählte, der ihn beim Autostopp mitgenommen

hatte. Dort realisierte er mit Michi Wohlleben eine gesamte Wintertraverse der fünf Zinnengipfel und eröffnete mit Messini „Das Erbe der Väter“ (500 m, IX-). „Eine neue Route in der großen Zinne ist die Krönung schlechthin“, sagt der Kletterer.

Ein Hasardeur, wie er es in den ersten Monaten als junger Kletterer noch war, ist Simon Gietl schon lange nicht mehr. „Es gibt für mich definitiv keinen Berg, für den es sich lohnen würde umzukommen. Es gibt Berge, für die ich viel gebe und viel geben würde, an denen ich ein großes Risiko bereit bin einzugehen, aber nicht mit der Einstellung ‚Pokal oder Spital‘. Für mich gibt es kein Spital mehr“, sagt Gietl. Sein Ziel: „Mein Abenteuerbuch so dick wie möglich bekommen und mit siebzig Jahren die Erlebnisse Revue passieren lassen zu können.“

„Der Mensch soll sich anpassen“



Stephanie Geiger ist freie Journalistin und seit frühester Kindheit steigend, kletternd und radelnd im Gebirge unterwegs.



ALLERGIE?

„ICH WILL EIN GARANTIERT GESUNDES HAUS, IN DEM ICH ENDLICH WIEDER FREI DURCHATMEN KANN.“



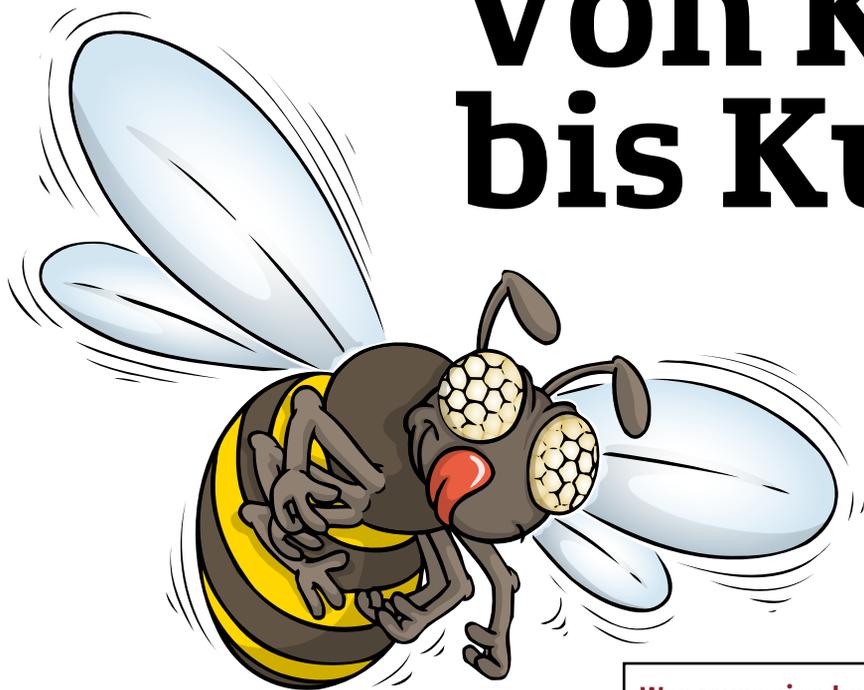
NACHWEISLICH UNERREICHTE WOHN-GESUNDHEIT UND PREIS-GEKRÖNTES DESIGN – **DAS KANN NUR BAUFRITZ.**

www.baufritz.de



BAUFRITZ
WIR BAUEN GESUNDHEIT

Von Knipsen bis Kunst



Wer in den Bergen fotografiert, kann besondere Momente festhalten – gesehen aus einem persönlichen Blickwinkel. Das Angebot an Kameras, die für Bergtouren taugen, ist riesengroß. Ausschlaggebend bei der Wahl eines Apparats bleibt aber vor allem die Art der Bilder, die man machen will: je nachdem, ob man Schnappschüsse mitbringen möchte oder Fotokunst.

Text: Martin Prechtl

Illustrationen: Georg Sojer

Welche grundlegenden Modellklassen gibt es?

- › **Smartphones:** Mehrere Linsen, Automatikfunktionen.
- › **Kompaktkameras:** Festes Objektiv, kleine Bauform, Automatikfunktionen.
- › **Bridgekameras:** Festes Objektiv, großer Zoombereich, Aufnahme für externe Blitzgeräte, Automatikfunktionen und manuelle Einstellmöglichkeiten.
- › **Systemkameras:** Auswechselbare Objektive, zahlreiche manuelle Einstellmöglichkeiten, Aufnahme für externe Blitzgeräte, weiteres, auf das System abgestimmtes Zubehör. Mit Spiegelreflex-Konstruktion (DSLR) oder ohne (DSLM).

Was muss eine bergtaugliche Kamera können?

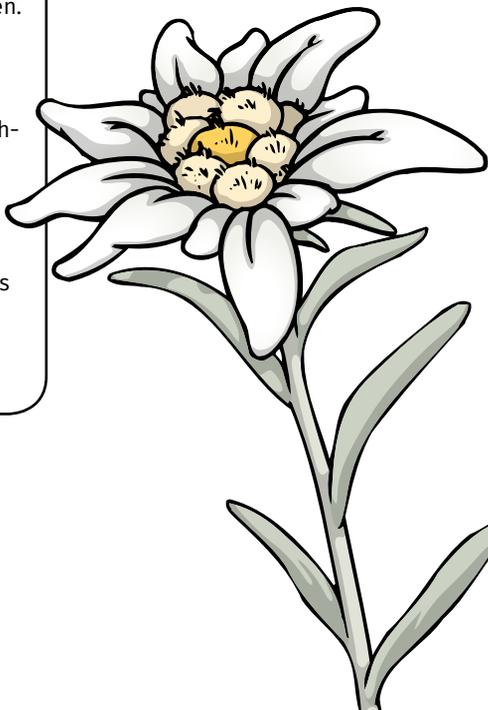
Die ideale Kamera für Bergtouren

- › macht auch bei schwierigem Licht qualitativ gute Bilder dank eines großen Sensors mit großem Dynamikumfang (10-12 Blendenstufen und mehr),
- › hat ein kleines Packmaß und wiegt wenig,
- › ist robust gegen extreme Temperaturen, Nässe und Schmutz,
- › bietet ausreichende Brennweite im Weitwinkel- und Telebereich.

Diese Anforderungen widersprechen sich zum Teil. Eine Bergkamera ist daher immer ein Kompromiss.

Worauf achten beim Kameraauf?

- › Einsatzzweck klären: Welche Art Bilder will ich machen? Wofür benötige ich sie?
- › Fachgeschäfte bieten qualifizierte Beratung und Vergleichsmöglichkeit vor dem Kauf und professionelle Betreuung nach dem Kauf.
- › Bei gehobenen oder gar professionellen Absichten auf das RAW-Format achten: Aus Bildern im RAW-Format lässt sich viel mehr an Details „herausholen“.
- › Vor dem endgültigen Kauf Probefotos schießen und in Ruhe zu Hause anschauen, evtl. dafür Speicherkarte mit ins Geschäft nehmen.
- › Eine gute Kamera allein macht noch keinen guten Fotografen!



Welche Kameratypen taugen für den Berg?

1 Foto-Handy Smartphones mit leistungsfähiger Kamera, hergestellt in Zusammenarbeit mit Branchengrößen aus der optischen Industrie.

Preis: Ca. 450 - 1250 €

+ Kompakt, schlank, leicht; als Bestandteil der Notfallausrüstung immer dabei – kein zusätzliches Gerät nötig, schnelles Versenden und Bearbeiten der Bilder, gute Modelle auch handschuhtauglich.

- Probleme bei schlechtem Licht und Dunkelheit (kleiner Sensor), Verringerung der Bildauflösung beim Zoomen, häufig nur wenig Schärfe bei kleinen Motiven, kein Isolieren des Motivs vor dem Hintergrund, Funktionen manchmal nur über das Display steuerbar.

2 Action-Cam Auch mit Action-Camcordern à la Gopro kann man Fotos machen – per Fernbedienung, Smartphone-App, Intervallschaltung oder Knopfdruck am Gerät.

Preis: Ca. 40 - 500 €

+ Extrem klein und leicht, robust gegen Wasser, Schmutz, extreme Witterung und Erschütterungen dank Schutzgehäuse, enormer Weitwinkel, Bildstabilisatoren gegen Verwackeln, zahlreiche Befestigungsmöglichkeiten, einfache Kombination mit einer Drohne.

- Erhebliche Probleme bei Dämmerlicht und Gegenlicht, Verzerrung an den Bildrändern, kein Zoomen wegen Festbrennweite, eingeschränkter Einfluss beim Fotografieren, Beeinträchtigung der Bildqualität durch Kratzer am Schutzgehäuse, Bildstil wird schnell eintönig.

3 Outdoor-Kompaktkamera Mit wasserdichtem Gehäuse und hochwertigen Dichtungen.

Preis: Ca. 50 - 430 €

+ Wasserresistent bis ca. 15 Meter, stoßfest, kältebeständig, unempfindlich gegen extreme Temperaturen und Verschmutzung. Automatik mit Auswahl vorprogrammierter Einstellungen, WLAN-Übertragung von Bildern möglich, meist leicht bedienbar mit Handschuhen und unter Wasser.

- Ähnliche Abbildungsqualität wie bei Top-Smartphones, kleiner Zoombereich, keine manuellen Einstellmöglichkeiten.

4 Standard-Kompaktkamera Etwas weniger robust, mit optischem Zoom für sehr weit entfernte Motive.

Preis: Ca. 250 - 630 €

+ Klein und leicht, leistungsstarkes Zoom mit bis zu 30-facher Vergrößerung, oft Klappmonitor für Selfies und Aufnahmen aus unbequemen Perspektiven, Kommunikation per Bluetooth und WLAN, Auswahl vorprogrammierter Einstellungen.

- Lange Fokussier-/Auslösezeit im Telebereich und bei ungünstigen Lichtverhältnissen (wegen meist kleinem Sensor), ausgefahrenes Zoom ist empfindlich bei Stößen und Erschütterungen, für Teleaufnahmen Stativ nötig, keine manuellen Einstellmöglichkeiten.

5 Premium-Kompakte Für haptik-orientierte Qualitätsfanatiker. Der Trend kombiniert großen Sensor und erweiterten Zoombereich.

Preis: Ca. 1100 - 4000 €

+ Manuelle Einstellmöglichkeiten, 3- bis 5- (evtl. 8-)faches optisches Zoom bei hoher Bildqualität (auch im Dämmerlicht), schneller Autofokus, viele Videomöglichkeiten, Sucher, Bildstabilisierung für den Telebereich, handlich und leicht, Bilder im RAW-Format, Kommunikation per Bluetooth und WLAN – definitiv Fotografie oberhalb Smartphone-Niveau.

- Sehr hoher Preis.

6 DSLM-Kamera (spiegellose Systemkamera) Deutlich leichter als digitale Spiegelreflexkameras (DSLR).

Preis: Ab ca. 500 € (für den Kamerakörper/Body)

+ Sehr viele Einstellmöglichkeiten, große Bandbreite durch Wechselobjektive, mit hochwertigen Objektiven sehr gute Bildqualität (großer Sensor), Bilder im RAW-Format.

- Größer und schwerer als Kompaktkameras, mit hochwertigen Objektiven teuer, Platzbedarf für Zubehör.



Martin Prechtl ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und lebt mit seiner Familie im Inntal.

Runter kommen sie alle – aber wie?



Es ist eine der Binsenweisheiten des Bergsteigens, dass am Gipfel die Bergtour nicht zu Ende, sondern gerade mal zur Hälfte geschafft ist. Es wartet der Abstieg: häufig unterschätzt, oft gefürchtet, immer prädestiniert für Unfälle! Sicher und schnell in anspruchsvollerem Gelände abzusteigen kann jeder lernen. Wie so oft ist es eine Frage der Übung und des „Sich-langsam-Rantastens“.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer

Da Kraft und Konzentration mit fortschreitender Dauer der Tour spürbar abnehmen, ist der Abstieg, selbst in technisch einfachem Gelände, immer besonders heikel – und ganz besonders, wenn das Gelände anspruchsvoll ist, ausgesetzt oder Absturzrisiko birgt. Daher ist die wichtigste Maßnahme, die Tour so zu wählen, dass am Gipfel genügend Ressourcen für einen souveränen Abstieg bleiben.

Auch auf steileren und steinigern Wegen und Steigen mit Fels- oder Wurzelstufen kann man lange vorwärts und ohne Gebrauch der Hände **1** absteigen. Diese Technik ist mit Abstand am schnellsten und effizientesten, für eine gewisse Meisterschaft heißt es Üben, Üben, Üben ... Eine aktionsbereite, tiefe

Position ist die Voraussetzung dafür. Diese erreicht man über entsprechende Beugung in Hüfte, Knie und Sprunggelenk. Der Oberkörper – und damit der Körperschwerpunkt – befindet sich über den Füßen. Ganz tiefe Schritte sind durch seitliches Absteigen **2** leichter zu kontrollieren als frontal; eventuell kann man sich dabei mit einer Hand abstützen oder an einem stabilen Ast festhalten.

Auf keinen Fall darf man sich zu sehr gen Berg und nach hinten lehnen! Das vermittelt nur ein scheinbares Gefühl von Sicherheit, stattdessen kann es zum Wegrutschen führen, vor allem auf Schutt und Matsch. Wer Stöcke verwendet, platziert diese – in langer Einstellung – deutlich vor und unter dem Körper. Der Klemm-Mechanismus darf nicht durchrut-

schen, Absturzgefahr! Und die Spitzen müssen jeweils exakt und unverrutschbar platziert werden, es braucht also neben Tritt- auch Stocksicherheit. Wird das Gelände noch steiler oder felsig, sollte man die Stöcke lieber wegpacken. Denn die Koordination erfordert viel Aufmerksamkeit, und die Gefahr, über die eigenen Stöcke zu stolpern, ist hoch.

Hand am Fels!

Wird das Gelände schwieriger, kann man nicht mehr auf die Hände verzichten. Taloffenes Abklettern **3** kann dann das Mittel der Wahl sein. Tief gebeugt, wählt man mit den Händen Griffe – mehr stützend als ziehend – knapp oberhalb der Füße links und rechts des Körpers. Nun „wandern“ die Füße so weit runter, dass sie gerade noch gut (lotrecht) belastet werden können. Die Hände suchen wieder Halt oberhalb der Tritte und das Ganze geht von vorne los. Ideal ist diese Technik in Rinnen. Vorsicht, dass sich der Rucksack nicht irgendwo verhängt – vor allem, wenn man Zeug außen draufgebunden hat!

Wird das Gelände schwieriger und exponierter, ist seitwärts Abklettern **4** deutlich angenehmer. Man hat mindestens einen guten Griff in der Hand und dennoch wie bei der taloffenen Position guten Überblick über das weitere Gelände. Leider ist diese Technik nur da möglich, wo man seitwärts diagonal absteigen kann. Ideal sind schräge Bänder und Absätze. Die bergseitige Hand ist immer am Fels, die talseitige stützt oder hält je nach Bedarf und Si-

cherheitsbedürfnis. Die Hände greifen dabei meistens etwas voraus, die Füße wandern hinterher. In dieser Manier steigt man schräg nach unten – auch Richtungswechsel lassen sich mit einer Drehung bergwärts gut einbauen.

Gesicht zum Berg?

Aus dem seitlichen Abklettern kann man situativ schnell wechseln zum taloffenen Abklettern oder – wenn das Gelände noch steiler, schwerer und ausgesetzter wird – zum rückwärts Abklettern **5**. Die

gute, alte Drei-Punkt-Regel – von den vier Händen und Füßen sind immer drei am Fels – vermittelt hier ein gutes Gefühl der Sicherheit. Pferdefuß der Technik ist die mangelnde Übersicht über die nächsten Tritte und den gesamten Wegverlauf. Hilfreich ist, sich möglichst gute und solide Griffe auf Hüft- bis Brusthöhe zu suchen. Mit den Beinen nimmt man eine sehr

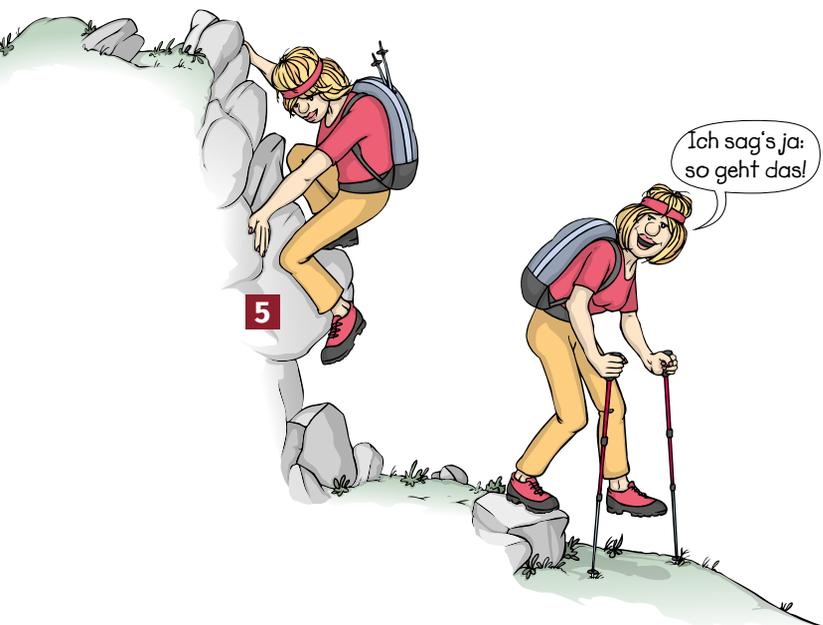
tiefe Hocke ein. Nun kann man sich an den Griffen leicht nach hinten lehnen und die nächsten Fußtritte erspähen – am besten zwischen den Armen hindurch. Dann steigt man mit den Füßen so weit runter, dass man – sofern es die Tritte erlauben – gerade nicht überstreckt ist, und greift dann mit den Händen tiefer. Bis man mit dieser Technik sicher und zügig unterwegs ist, braucht es viel Übung.

Üben kann man das Absteigen und Abklettern gut an niedrigen Felsblöcken und durch langsames Rantasten an anspruchsvollere Wege und Steige. Wer sowieso im Klettergarten oder der Halle klettert, kann es sich auch zur Gewohnheit machen, leichtere Routen wieder abzuklettern, etwa beim Aufwärmen. Im Idealfall werden die beschriebenen Techniken flüssig und geländeangepasst miteinander verbunden. Übrigens gilt als generelle Merkregel: Wenn man schon im Aufstieg denkt „Oje, wie soll ich da jemals wieder runterkommen?“, sollten alle Alarmglocken schellen! In dem Fall dreht man besser um und kommt ein andermal, besser trainiert, wieder ... Der Berg ist ja kein Frosch und hupft nicht weg.

Tipps:

- > **Stöcke im anspruchsvollen Gelände wegpacken!**
- > **Vorwärts-Seitwärts-Rückwärts-Techniken üben.**
- > **Techniken an Gelände und Können anpassen und kombinieren.**
- > **Nur da hochgehen, wo man auch wieder runterkommt!**

Solange man die Stöcke präzise platzieren kann, entlasten sie die Knie und geben Stabilität. In komplexem Gelände kommen sie in den Rucksack – und die Hände an den Fels: in Vorwärts-, Seitwärts- oder Gesicht-zum-Berg-Bewegung.



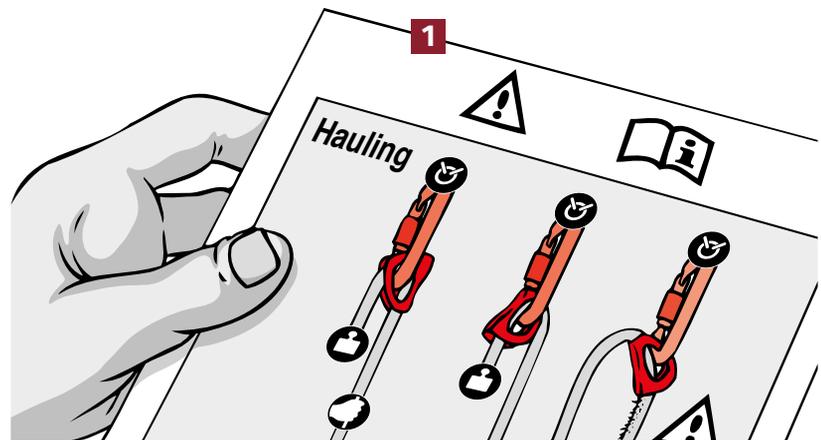
Max Bolland ist Dipl.-Sportwissenschaftler, Staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Mitglied der DAV-Lehrteams Bergsteigen und Sportklettern und leitet die Bergschule erlebnisberg.de

Muss das weg?

Über die lebenswichtige Frage des Umgangs mit „persönlicher Schutzausrüstung“ (PSA) informierte die DAV-Sicherheitsforschung bereits in einem ersten Beitrag zu rechtlichen Hintergründen, Normen und textilem Material. Nun geht es um Ausrüstung aus Metall: Wann müssen Karabiner, Klettersteigset und Steigeisen ins Recycling?

Text und Fotos: Julia Janotte und Christoph Hummel

Illustration: Georg Sojer



Bei den im Bergsport eingesetzten metallischen Werkstoffen handelt es sich im Wesentlichen um Aluminiumlegierungen (z. B. für Karabiner, Leichtsteigeisen) und Stahl (z. B. Eisschrauben, Steigeisen). Werkstoffe auf Basis von Aluminium werden bevorzugt verwendet, da Alu wesentlich leichter ist als Stahl. Allerdings ist es weniger abriebbeständig und bruchfest, weshalb oft auch schwerere Stahllegierungen verbaut werden, häufig kombiniert mit Aluminium.

Einige Ausrüstungsgegenstände haben Bestandteile aus Textil und aus Metall (z. B. Gurte, Klettersteigsets, Klemmgeräte). Zur Beurteilung der textilen Bestandteile sei auf den Artikel in DAV Panorama 4/2019 verwiesen.

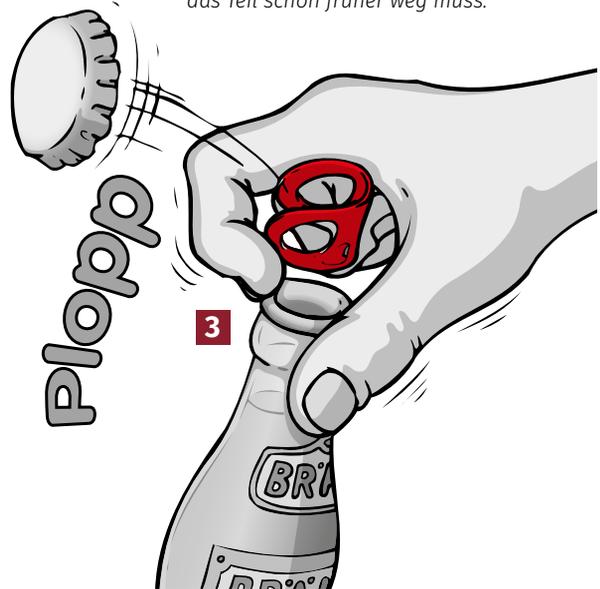
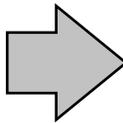
Gebrauchsanleitung (GAL)/ Allgemeine Hinweise

Die zentrale Informationsquelle zur Überprüfung aller PSA-Gegenstände ist die GAL – also bitte nicht gleich ins Altpapier geben, sondern lesen! Sie informiert unter anderem über die Lebensdauer, die richtige Benutzung, Lagerung und Pflege und gibt

obendrein spezifische Hinweise zur richtigen Überprüfung des Produkts auf Intaktheit. Manche Produkte müssen nach einem Sturz sofort ausgesondert werden, etwa Klettersteigsets – wer ein solches Produkt besitzt, der sollte das wissen! Diese Information steht natürlich auch in der GAL.

Wer im kompetenten Fachhandel einkauft, muss in der Regel nicht überprüfen, ob neu angeschaffte PSA normkonform ist, denn nicht-normkonforme PSA wird dort nicht verkauft. Das ist nur einer von vielen Gründen, nicht billig online einzukaufen – im Netz gibt es auch fragwürdige Anbieter und illegale Produkte! Man sollte sich außerdem regelmäßig informieren, ob es einen Produktrückruf gibt, den man beachten sollte! Auf alpenverein.de kann man sich dazu selbst eine automatische Benachrichtigung einrichten (s. Link S. 73).

Auch bei Metallprodukten oder Bestandteilen aus Metall ist in der GAL immer eine maximale Lebensdauer angegeben – oft ist sie unbegrenzt. Denn Metall unterliegt keinen nutzungsunabhängigen Alterungsprozessen; deshalb muss laut Norm auch nicht das Herstellungsjahr auf dem Produkt vermerkt sein.



Auch für Ausrüstung aus Metall gilt: Die Lebensdauerangabe aus der Gebrauchsanleitung **1** setzt das Limit. Regelmäßige Sicht- **2** und Funktionskontrollen **3** zeigen, ob das Teil schon früher weg muss.

Beschädigungen und Verschleiß können aber natürlich ein früheres Aussortieren (innerhalb der maximalen Lebensdauer) erfordern.

Manchmal ist es sogar sinnvoll, Ausrüstung aus Metall auszusortieren, selbst wenn keine Beschädigung erkennbar und die Lebensdauer unbefristet ist. Über die Jahre entwickelt sich nämlich die Technik weiter (z.B. höhere Schnapper-offen-Festigkeiten von Karabinern, verbesserte Technik bei Sicherungsgeräten), so dass alte Produkte nicht mehr dem aktuellen „Stand der Technik“ entsprechen. Moderne Produkte bieten dann mehr Sicherheit oder eine komfortablere Bedienung.

Für Ausrüstungsgegenstände, die textile und metallische Bestandteile kombinieren, ist die Lebensdauer in der Regel durch die nicht-metallischen Bestandteile begrenzt. Dazu sollte man die GAL genau anschauen – bei Klettersteigsets zum Beispiel variieren die Angaben enorm. Und natürlich gilt auch hier: Nach Ablauf der Lebensdauer erlöschen Produkthaftung und Produktbetreuung des Herstellers – falls also beispielsweise Produktionsmängel nach Ablauf der Lebensdauer aufgedeckt werden, gibt es keinen Rückruf mehr und der Besitzer haftet zu 100 Prozent selbst!

Vor allem bei teuren Klemmgeräten ist es ärgerlich, wenn man sie wegen der Schlinge aussortieren muss, obwohl der eigentliche Klemmkörper noch völlig unversehrt ist. Wer die Schlinge dann gegen eine neue austauscht (am besten mit einer kurzen vernähten Kevlar- oder Dyneema-Reepschnur), der manipuliert dadurch das Gerät und haftet selbst. Momentan bieten Black Diamond, DMM, Metolius, Omega Pacific

und Totem einen Austauschservice für die Schlingen ihrer Klemmgeräte an.

Auch bei Ausrüstung aus Metall gilt: Die Lebensdauerangabe ist das eine. Ein vorzeitiger Austausch kann aber wegen Beschädigungen oder Verschleiß nötig sein – diese entstehen entweder durch mechanische Belastungen oder durch Umwelteinflüsse. Deshalb sollte man sein Equipment regelmäßig auf Sicht und Funktion prüfen, um sich nicht in falscher Sicherheit zu wiegen.

Mechanische Belastungen

Relevante mechanische Beschädigungen können durch einmaligen Lasteintrag wie zum Beispiel bei einem heftigen Sturz entstehen, oder durch dauerhaften Verschleiß im regulären Gebrauch. Große Lasteinträge führen zu Deformationen wie Kerben oder verbogenen Teilen. Solch eine Deformation (aber natürlich nicht jeder kleine Kratzer!) kann die Funktion einschränken und die mechanischen Eigenschaften verändern, also ein Aussonderungsgrund sein. Klettersteigsets müssen übrigens selbst dann aussortiert werden, wenn der Bandfalldämpfer nur zu einem kleinen Teil ausgelöst wurde! Wer ein Set verleiht, sollte danach den Bandfalldämpfer auf Unversehrtheit überprüfen.

Durch häufige Benutzung des Materials oder beispielsweise beim Klettern mit einem mit Sand oder

Der erste Beitrag zu PSA in DAV Panorama 4/19, (S. 66-69) behandelt Ausrüstung aus Kunststoff. Ausführlichere Infos zur gesamten Thematik PSA finden Sie unter alpenverein.de/PSA

Mechanischer Verschleiß



Typischer Ermüdungsbruch des Mittelstegs bei Steigeisen: Das Steigeisen wurde mit einem weichen Schuh zum Gletschertrekking verwendet. Viele Steigeisen haben zwei Befestigungspunkte für den Mittelsteg je nach Anwendung (flexibel: Gehen mit weicher Sohle; starr: Klettern mit steifer Sohle).



Je mehr die Bremsrillen bei Tubes abgeschliffen sind, desto niedriger ist die Bremswirkung des Tubes und umso höher ist die Anforderung an die Handkraft des oder der Sichernden.



Alle Stähle, noch mehr aber Aluminium, sind anfällig auf Materialabtrag durch Einschleifen. Scharfe Kanten können zu Seilrissen führen. Die Querschnittsminderung bei Alukarabinern ist ab 25 Prozent bedenklich, bei Umlenkern aus Stahl ab ca. 50 Prozent. Vorsicht auch vor Funktionsbeeinträchtigungen durch Einschleifen (z. B. Sicherungsgeräte)!

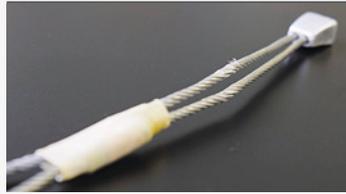


Achtung bei selbstschließenden Verschlusskarabinern: Durch häufigen Gebrauch können die Verschlüsse verschleißen (im Bild links ein „Magnetron“, rechts ein „Pinch Lock II“). Entweder durch Reinigen reparieren oder aussondern!

Mechanische Beschädigung



Sichtbare Veränderungen der Geometrie oder markante Kerben (nicht: leichte Kratzer!) sind ein Hinweis auf außerordentlich große Lasten bei metallischen Gegenständen und daher ein Grund zum Ausmustern.



Stahlkabel sind auf Knickbelastungen empfindlich. Ausstehende Litzen bedeuten ein Verletzungspotenzial und vermindern die Bruchfestigkeit des Kabels. Aussondern!

Korrosion



Durch Kontaktkorrosion zwischen dem Aluminiumkarabiner und dem Bohrhaken löste sich diese Fixex am Schleierwasserfall sprichwörtlich auf.



Flugrost ist kein ernsthafter Grund zur Aussonderung; er kann mit einem Scheuerschwamm problemlos wieder entfernt werden.

len mit Seilrissen geführt. An der Umlenkung entstehen in der Regel keine scharfen Kanten, da das Material hier „rund“ abgetragen wird. Der Materialabtrag bei eingeschliffenen Karabinern reduziert die Bruchfestigkeit kaum. Dennoch sollten Umlenker aus Stahl spätestens bei 50 Prozent Querschnittsminderung aussortiert werden, Alukarabiner bei etwa 25 Prozent. Bei Karabinern ist zudem sicherzustellen, dass die Rückstellfeder noch ausreichend hart ist, so dass der Karabiner zuverlässig selbstständig schließt. Dazu lässt man bei der Funktionsprüfung den Schnapper langsam zurück in die geschlossene Position gleiten und überprüft, ob er auch „ohne Schwung“ vollständig zugeht.

Auch Sicherungsgeräte nutzen sich ab. Sind beispielsweise die Bremsrillen eines Tubes stark abgeschliffen, ist die Bremskraft deutlich reduziert. Oder bei Autotubes: Die karabinerabhängige Bremskraft sinkt in der Regel, wenn das Gerät und der Karabiner stark eingeschliffen sind!

Bei Steigeisen und Eisgeräten gibt es immer wieder Ermüdungsbrüche von Stahlteilen, manchmal in Verbindung mit Konstruktions-, Fertigungs- oder Materialmängeln, kombiniert mit ungünstiger Anwendung. Verwendet man etwa ein starres Steigeisen mit einem weichen Schuh, so führt die Dauerbelastung im

Steinmehl (Gletscher!) verunreinigten Seil schleift sich Metall, vor allem Aluminium, schnell ein. Bei Fixexen (vor allem die erste Exe einer Route oder vor einem Dach) entstehen so scharfe Kanten an den Rändern der Einschleifspur. Dies hat schon zu Unfällen

Wie merke ich, wann es Zeit ist? Allmählichen Verschleiß beurteilt man durch regelmäßigen Check; wenn das Material geschwächt ist oder Rost die Funktion stört: weg damit! Draußen angetroffenes Material muss man kritisch einschätzen. Und auf plötzliche Brüche oder Schäden kann man bestenfalls reagieren.

elastischen Bereich erst zum Riss, dann zum Bruch. Sind die Hauen von Eisgeräten oder die Zacken von Steigeisen stumpf, können sie von Hand nachgefeilt werden. Dies sollte allerdings nur tun, wer es beherrscht, und nur bis zu einem gewissen Grad, bevor eine relevante Funktionseinschränkung eintritt. Übrigens: Wenn Gegenstände aus Metall herunterfallen, dann entstehen keine Haarrisse! Solche Risse können bei der Produktion entstehen und beim Aufprall nach einem Fall aus großer Höhe vergrößert werden. Ist das Teil vor dem Herunterfallen in Ordnung, dann ist es das danach auch noch. Und: Aluminiumkarabiner aus dem Bergsport eignen sich nicht für Slacklines und vergleichbare Seilaufbauten. Die auftretenden Dauerschwellbelastungen reduzieren die Bruchfestigkeit!

Schäden durch Umwelteinflüsse

Rost und Dreck entstehen durch Umwelteinflüsse und können Metallteile vorzeitig reif fürs Recycling machen. Fast alle Metalle rosten – auch so genannte „Edelstähle“ in bestimmten Umgebungen, etwa in Meeresnähe. Dies betrifft aber weniger die persönliche Ausrüstung, sondern vor allem Fixmaterial am Fels (Fixexen, Bohrhaken, Umlenkketten etc.). So genannte Kontaktkorrosion (auch: „galvanische Korrosion“) findet statt, wenn zwei unterschiedlich edle Metalle (etwa Aluminium und Stahl) dauerhaft in Kontakt und dabei feucht sind. Durch eine elektrochemische Reaktion zersetzt sich dabei das unedlere Metall und löst sich langsam auf. Dieses Problem ist bei Fixexen im Outdoorbereich und bei alten Bohrhaken (Bohrkronenhaken aus den 1980er und 1990er Jahren) zu beachten.

Persönliche Ausrüstung sollte man vor dem Einlagern trocknen und nach Verwendung in korrosionsfördernder Umgebung (etwa in unmittelbarer Meeresnähe) sorgfältig inspizieren und gegebenenfalls reinigen (Abwaschen mit Leitungswasser, evtl. auch mit Neutralseife).

Auch Schmutz kann zu Funktionseinschränkungen führen und beispielsweise Karabinerverschlüsse oder Sicherungsgeräte in ihrer Funktion beeinträchtigen. Stark verschmutzte Klemmgeräte (Friends, Camalots etc.) können schwergängig auf- und zugehen. Nach einer gründlichen Reinigung mit Bürste und

Leitungswasser lassen sich die Gelenke und Federn mit säurefreiem Öl oder Schmiermittel auf Silikonbasis wieder gängig machen (kein WD 40 – das beschleunigt die Alterung!). Nach dem Schmieren verbleibende Fettspuren gründlich entfernen!

Mit Sinn und Verstand

Die beiden Artikel zur Alterung von Bergsportausrüstung sollen keine Hysterie auslösen und zum vorschnellen Aussortieren eigentlich noch intakter Ausrüstung führen. Der im Bergsport teilweise hart-



Die Jahreszahl auf dem Karabiner zeigt hier das **Ausgabedatum der Norm EN362** an, nach der das Produkt zertifiziert wurde. Nicht mit dem Herstellungsjahr verwechseln! Manche Hersteller verpacken das Herstellungsdatum in der Seriennummer, auch diese Information findet man in der Gebrauchsanleitung.

näckig überlebenden „Passtschonnoch“-Mentalität sollen sie aber deutlich ihre Grenzen aufzeigen. Wer sich jedes zweite Jahr ein neues Smartphone kaufen kann, der sollte auch die Kosten für einen neuen Klettergurt nicht scheuen! Weniger erfahrene Bergsteigerinnen und Bergsteiger sollen mit Hilfe der beiden Artikel lernen, ihr Material im Sinne nachhaltigen und verantwortungsbewussten Handelns im Auge zu behalten und auszusortieren, wenn die Zeit dazu reif ist – nicht früher, nicht später. Das lernt man am besten, indem man sein Material immer wieder kritisch prüft und sich im Zweifelsfall mit anderen austauscht.

Gewarnt sei an dieser Stelle aber auch vor dem zunehmenden Wahn nach ultraleichter Bergsportausrüstung: Ein sehr leichtes Produkt lässt sich gut vermarkten. Meist nicht kommuniziert wird dagegen, dass das magere Teil die Mindestanforderungen der Norm nur gerade so erfüllt und wie schnell es wahrscheinlich kaputt geht!

Infos über Rückrufe:
alpenverein.de/Bergsport/Sicherheit/Warnhinweise/



Die DAV-Sicherheitsforscher **Julia Janotte** und **Christoph Hummel** haben an der Konzeption der Ausbildung zum PSA-Sachkundigen mitgearbeitet.

Das Kreuz mit der Last



Foto: Christian Pfanzelt

Auf Mehrtagestouren oder beim Trekken führt kein Weg an ihm vorbei: dem schweren Rucksack. Mit einem ergonomisch sinnvollen Tragesystem und ein paar Regeln zum Packen wird das Gewicht zwar nicht weniger, doch die bessere Verteilung schont den Rücken.

Text: Micha Bahr

Aus biomechanischer Sicht geht es beim „Kreuz“ um einen anatomischen Komplex, der uns nicht nur den Weg zum Gipfel sehr beschwerlich machen kann. Die Rede ist vom Kreuzbein (Os Sacrum), besser gesagt von dem dazugehörigen Gelenk, dem Iliosakralgelenk (ISG) oder auch Kreuzbein-

Darmbein-Gelenk. Das ISG verbindet die beiden Beckenschaufeln mit der Wirbelsäule und gewährleistet damit den Lasten-transfer von der Wirbelsäule zu den Beinen. Beim Heben und Tragen leitet das ISG das Gewicht an Hüfte und Beine weiter, beim Laufen federt es die Stöße nach oben ab. Dass dort ein Gelenk sitzt, wissen die

Aufbau des Beckens

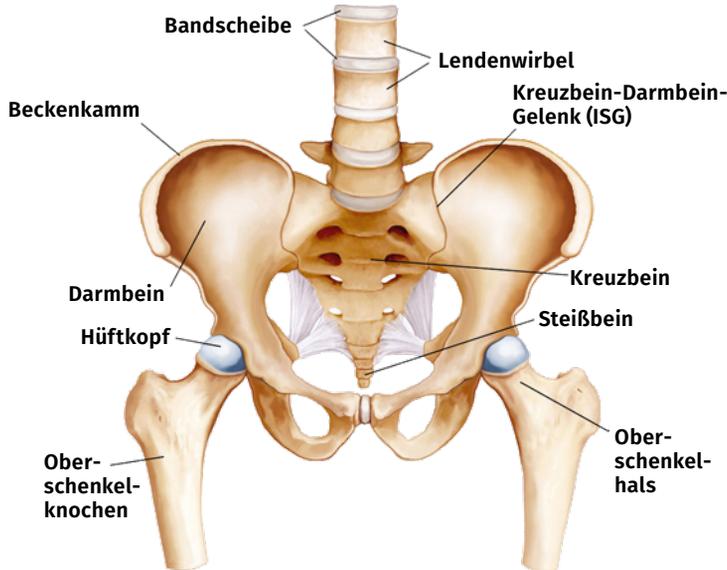


Abb. 1: Drückt das Kreuzbein unter Belastung nach unten, verkleinert sich der Gelenkspalt zum ISG. Folge: weniger Beweglichkeit und Schmerzen.

Illustration: Henrie/stock.adobe.com

wenigsten, auch dass sich dieses Gelenk beim Wandern genauso oft bewegt wie unsere Hüfte oder unser Knie ist meistens völlig unbekannt. Kommt es in diesem Bereich zu einer Blockade, merken wir unser „Kreuz“, weil die Bewegung wie bei jedem anderen Gelenk schmerzhaft wird.

Wie kommt es zu Beschwerden? Ursachen können Unfälle oder der klassische Tritt ins Leere sein, häufig machen Fehlbelastungen im Alltag wie langes, statisches Sitzen oder falsches Heben diese Region zur Problemzone. Auch am Berg können sich die empfindlichen Gelenke melden, vor allem dann, wenn Wanderer mit großen und schweren Rucksäcken unterwegs sind. Das ISG reagiert wie alle Gelenke empfindlich auf Schwerpunktverlagerungen, weil es sich dann nicht mehr in der effektivsten Position bewegen kann. Durch die nach unten dreieckige Form des Kreuzbeins (s. Abb. 1) verhalten sich die ISG zusätzlich wie ein so genanntes Kegelmahlwerk: Kommt von oben Druck über die Wirbelsäule, sinkt das Kreuzbein wie ein Keil nach unten ab. Folge: Der Gelenkspalt – der Abstand zwischen ISG und Kreuzbein –,

der für eine ungehinderte Bewegung nötig ist, verringert sich. Es kommt zu einer Blockade des Gelenks und damit verbundenen Schmerzen bei Bewegung.

Beschwerden auf Tour vermeiden: Grundsätzlich sollte nicht zu viel Gewicht über die Wirbelsäule und das Kreuzbein auf das Becken und die Beine übertragen werden. Doch genau das ist der Fall bei langen Touren mit schwerem Rucksack: Das Gewicht wird über die Schultergurte auf die Schultern und von dort weiter über die Wirbelsäule nach unten transportiert. Ein biomechanisch sinnvolles Rucksack-System entlastet die Schultern und überträgt einen großen Teil des Gewichts direkt auf die Beckenschaukeln, das Kreuzbein sinkt nicht ab und der für optimale Bewegung notwendige Gelenkspalt (Abstand ISG zu Kreuzbein) bleibt erhalten. Das geschieht bei Rucksäcken über die Beckenflossen: Liegen sie optimal am Körper an, funktioniert die Kraftübertragung auf das Becken und die ISG werden entlastet.

Ein zweiter wichtiger Punkt ist der Rucksackschwerpunkt. Liegt dieser bereits von der Konstruktion her weit vorn, kommt er



MY DEUTER IS MY

Protection

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

KATHRIN WEBER
MIT DEM NEUEN EXOSPHERE -6° SL



Rucksack anpassen

- › Qualitäts-Rucksack mit entsprechendem Tragesystem kaufen
- › Auf Anpassung an die eigene Anatomie achten (Breite der Schulterträger, Form der Hüftflossen, Länge des Rückenteils, längenverstellbare Tragesysteme)
- › Rucksack mit realistischem Gewicht bepacken
- › Vor dem Aufsetzen alle Riemen lockern
- › **a** Zuerst Beckengurt/Hüftflossen anpassen: Mitte der Flossen auf Höhe des Hüftkammes platzieren
- › **b** Schulterträger anpassen: Trägereinsatz am Rucksack möglichst auf Höhe der Schulterblätter; nicht zu stramm ziehen (Hauptlast über Hüftgurt)
- › **c** Brustgurt anpassen – er hält die Schulterträger in Position
- › **d** Über die Lageverstellriemen (bei großen Rucksäcken) Lastwinkel und Stabilität des Rucksacks anpassen

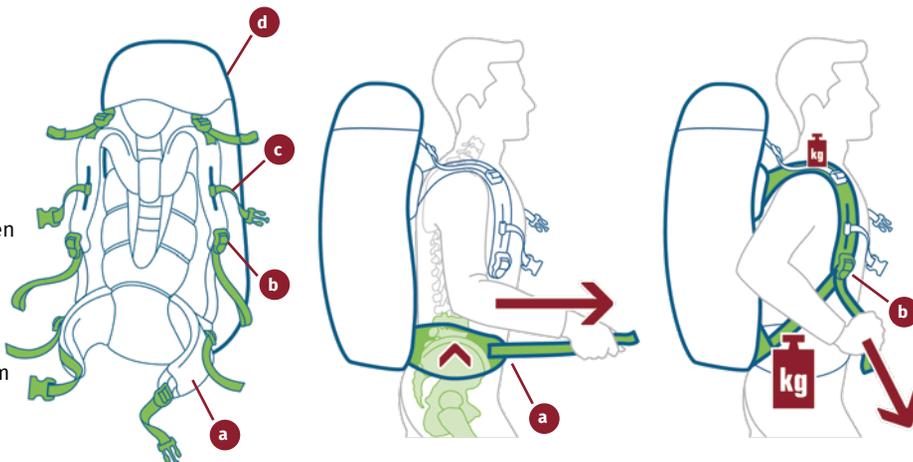
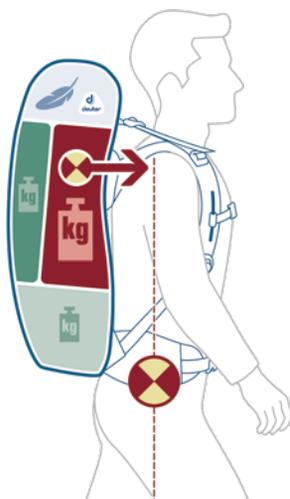


Illustration: Deuter

Rucksack packen

- › Leichte Gegenstände ins Bodenfach, schwere Ausrüstung möglichst nah am Körper, weniger schwere Gegenstände weiter weg vom Körperschwerpunkt
- › Bei leichten Touren: Lastschwerpunkt am Körper und in Schulterhöhe
- › Bei schwerem Gelände: Lastschwerpunkt etwas tiefer als Schulter und damit näher am Körperschwerpunkt
- › Auf gleichmäßige Gewichtsverteilung achten (Seitentaschen!)



dem körpereigenen Schwerpunkt sehr nahe. Ist der Rucksack dann noch korrekt gepackt (siehe oben), werden nur etwa 30 Prozent der Last auf die Schultern übertragen, 70 Prozent werden über die Beckenschaukeln direkt an die Beine weitergegeben.

Stoßeinsatz kann helfen

Doch auch wenn das Tragesystem noch so ausgereift ist: Bringen wir über den Rucksack viel Gewicht auf den Rücken, verlagern wir unseren Schwerpunkt automatisch nach hinten. Reaktion: Wir beugen uns nach vorn, beim Bergaufgehen wird das noch verstärkt. Dabei kommen die Gelenke in eine biomechanisch ungünstigere Position, was auf Dauer und bei entsprechender Anfälligkeit zu Abnutzung und

Schmerzen führen kann. Um dem entgegenzuwirken, ist der Einsatz von Stöcken empfehlenswert. In der Ebene und beim Bergaufgehen unterstützen sie uns dabei, dass wir nicht zu stark in eine Schräglage kommen. Außerdem übertragen sie das Gewicht in jeder Situation direkt von den Schultern über die Arme auf den Boden und entlasten damit die ISG zusätzlich. Viele Wanderer profitieren auch von der Entlastung der Beinmuskulatur – gezielte Push-Bewegungen der Arme können Kräfte in den Beinen sparen und auf diesem Weg die Ausdauer verlängern, weil die Energie verschiedener Muskelgruppen verbraucht wird. Dadurch wird der Körper gleichmäßiger beansprucht und ermüdet somit auch langsamer und gleichmäßiger.

Bergab: Hier ist nicht nur das Kreuz im Fokus, auch Sprunggelenke, Knie und Hüfte können durch gezielten Stockeinsatz entlastet werden. Bergabgehen mit Stöcken verhindert, dass der Körper zu stark nach hinten kippt und damit in eine biomechanisch ungünstigere Position kommt. Wer beim Gehen den Schwerpunkt zu weit nach hinten bringt, riskiert nicht nur, im steilen Gelände nach hinten wegzurutschen. In dieser Position ist auch ein gesundes Abrollen des Fußes nicht mehr möglich, und wir kommen ungedämpft mit der Ferse auf. Dieser Stoß dringt wiederum durch bis zu den ISG, was zu den angesprochenen Beschwerden führen kann.

Unterstützen kann auch der richtige Schuh, der zu Anspruch und Gelände der beabsichtigten Tour passt. Ein moderner Trekking- oder Wanderschuh sollte gut gedämpft sein und ein vernünftiges Abrollverhalten des Fußes ermöglichen. Im Hochgebirge muss er aber auch eine gewisse Steifigkeit und harte Kanten für den möglichen Einsatz von Steigeisen und einen stabilen Auf- und Abstieg haben.



Dr. med. Micha Bahr ist Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendchirurgie am Klinikum Ingolstadt und berät in seiner Freizeit Outdoorfirmen zu ergonomischen Aspekten von Ausrüstung.

ALPEN KUNST WISSEN SPORT REISE KULTUR NATUR LEBEN WIRTSCHAFT POLITIK RECHT SONSTIGES

THEMEN DIESER AUSGABE:

**ALS LEHRER AUF DER ALP
DAS STINKT ZUM GIRFEL!
AUSRÜSTUNG IM SCHWEINEZYKLUS**

EDITORIAL

ALLEZ, AUF GEHT'S!

Fangen wir doch mit dem typischen Boulder-Ruf an. Warum, das erklärt sich hoffentlich genauso umfassend wie die Lösungsideen (Beta) dieser Boulder.

Aber was rede ich vom Bouldern? Für die meisten von euch sind Schul-, Semester- oder Sommerferien nun vorbei. Keine Angst, die nächsten Sommerferien kommen bestimmt! Sepp macht euch dazu einen Vorschlag, wie ihr in den Ferien arbeiten und trotzdem gleichzeitig einen spannenden Urlaub erleben könnt. Nicht möglich? Doch! Aber wenn ihr lieber in der Hängematte rumliegt (und ein schönes Foto davon macht), dann könnt ihr mit etwas Glück bei unserem Gewinnspiel noch etwas mehr davon haben!

Habt ihr euren Urlaub abseits bestehender Infrastruktur verbracht? Dann präsentiert euch Stefanus einige, nun ja, beschissene Zahlen. Auch wenn dieses Thema meist erst spätabends gesellschaftsfähig wird: Reden wir darüber, immerhin sind die Überlegungen wichtig für eine saubere Bergwelt!

Einige von uns waren in diesem Sommer eher minimalistisch unterwegs. Glauben wir. Aber trifft das eigentlich auch auf unsere Ausrüstungslager zu? Macht den Selbstcheck, auf Seite 78!

Hoffentlich vergeht beim Lesen dieses Hefts die Zeit ein wenig schneller, dann seid ihr schon wieder etwas näher am nächsten Urlaub!

Salut

SILVAN METZ



Die schöne Aussicht zählt nichts, wenn Sepps zwei Schulkinder in ihrem Alp-Wohnwagen Unterricht und Hausaufgaben haben. © Sepp Hell

FIT FÜR JEDEN GIPFEL



„Gipfelsprechstunde“ ist das neue Angebot der AOK Bayern, des Gesundheitspartners der JDAV. Gemeinsam präsentieren wir jeden ersten Mittwoch im Monat Wissenswertes und Tipps in Sachen Gesundheit und Vorsorge.

Freut euch drauf und klickt rein: jdav.de/gipfelsprechstunde

Altes Brot ist nicht hart, aber kein Brot – das ist haaart!“, lässt uns Vater Jakob wieder einmal mit ernster Miene wissen. Gemeinsam mit ihm, Mutter Nadege und den zwei jüngsten Kindern Lorenz (9) und Elena (10) sitzen wir am Esstisch im Wohnwagen auf 2000 Metern Höhe im Berner Oberland und essen Brot mit Hobelkäse. Doch wie komme ich hierher?

Einige Wochen vorher in Deutschland: Ich sitze am Laptop und recherchiere. Will ich auf eine bewirtschaftete Hütte oder auf eine Alm? Ist es mir wichtiger, Geld zu verdienen oder möglichst viel zu erleben? Ein Telefonat mit dem Almwirtschaftlichen Verein Oberbayern stellt klar: Um auf einer solchen bayerischen Alm zu arbeiten, müsste ich

© Titelfoto: Sepp Hell



„SCHAFTE UF NE BÄRG-BETRIEB“

FREIZEIT ODER KNOCHENJOB?

Arbeiten auf der Alm – welche Möglichkeiten gibt es für einen Ferienjob mit Gipfelblick? Wie viel Arbeit ist es und wie viel Vergnügen? **SEPP HELL** berichtet von seinem dreiwöchigen Einsatz als „Alplehrer“ in der Schweiz.

wahrscheinlich die ganze Saison bleiben und früher anfragen. Sehr viele Anzeigen finde ich bei „Almwirtschaft Österreich“, zum Beispiel als „Almhelfer“ oder „Hilfe im Service u. Küche“. Ich melde mich auch beim „Verein für freiwillige Arbeitseinsätze“, wo Südtiroler Bergbauern in Notlage ehrenamtlich unterstützt werden können.

Fündig werde ich schließlich auf zalp.ch, der „Internetseite für Äplerinnen und Äp-

ler“. Ich bewerbe mich auf ein Inserat, wo auf einer Alp(-hütte) ohne Strom ein Alplehrer für drei Wochen gesucht wird – und bekomme die Zusage. Meine Aufgaben liegen neben dem Unterrichten zweier Grundschulkinder unter anderen im Heuen und der Garten- und Stallarbeit. Sonntags habe ich frei und neben Kost und Logis soll ich 200 Franken die Woche bekommen. Na, wenn das nicht gut klingt! Ich kann es kaum erwarten, endlich anzufangen!

Am ersten Tag hole ich Lorenz und Elena mit dem Familienauto von der Schule ab und fahre über eine schmale, steile Forststraße gleich bis zur „oberen Alp“. In der Schweiz dürfen Alpfamilien ihre Kinder für insgesamt drei Wochen eigenständig zu Hause unterrichten. Die Lehrerin hat mir Unterrichtsmaterialien mitgegeben. Grundschulmathe und -deutsch dürften kein Problem sein für mich als Maschinenbaustudent. In Französisch kann ich nur Vokabeln abfragen, aber Nadege kommt zum Glück aus der französischen Schweiz und kann den Kindern die Grammatik beibringen.

Im Sommer ist hier jede helfende Hand zu gebrauchen und gerade die beiden jüngsten Kinder packen ordentlich — 

WOHIN MIT DEM MIST?

DAS STINKT ZUM GIPFEL!

Was Menschen essen, muss auch wieder raus – das gilt auch am Berg. Nur gibt's dort keine Kanalisation. Über die Folgen hat sich **STEFANUS STAHL** schlaugemacht.

Von Fox News bis USA Today verbreiteten Fach- und Populärmedien die Nachricht in den unterschiedlichsten Tonlagen: Am Denali treten Exkremamente aus dem Gletscher hervor. Tatsächlich müssen ja nicht nur am höchsten Berg Nordamerikas die Bergsteiger mal – und wohin mit der Notdurft, wenn man die Zone der Berghütten hinter sich gelassen hat? Gerade im ewigen Eis eine Frage, für welche die Antwort zum Beispiel am Denali heißt: Gletscherspalte, und zwar bitte in eine von der Parkverwaltung bestimmte – denn sonst wird in einem Jahr genau der Schnee zu Trinkwasser geschmolzen, der im Vorjahr noch kurz unterhalb der Toiletenspalte lag.

Der ganz grundsätzliche Haken an dieser Form der Entsorgung: Gletscher sind per Definition Eis in Bewegung. Im oberen Be-



 FORTSETZUNG

mit an. Lydia (17) und Beat (18) arbeiten schon und kommen erst spätnachmittags nach Hause. Auch wenn das „in der Grube“, also weiter unten gelegene Haus der Familie einfacher zu erreichen und komfortabler wäre, tuckern sie in der Regel lieber auf die obere Alp.

Hier schlafen wir in einem Matratzenlager über dem Kuhstall und leben in einem Wohnwagen, weil meine Gastfamilie nur eine Hälfte der Alphütte besitzt. Sieben bis acht Wochen hält sich die Familie im Sommer hier oben auf und zieht Mastkälber auf, denen wir die Milch der Mutterkühe geben. Meine Hilfe wird auch viel zum Heuen gebraucht. Das Gelände ist so steil, dass Jakob mit Spikes an den Reifen und Steigeisen an seinen Schuhen das „Wildheu“ mäht. Mit Laubbläser und Re-



Idylle? Neben der kleinen Alphütte lebt die Familie im Wohnwagen – wo auch die Kinder unterrichtet werden. © Sepp Hell

chen tragen wir in schweißtreibender Handarbeit das Heu zusammen und binden es mit einem Netz zu Bündeln, die ich nicht tragen kann – Jakob schafft es! Ich glaube, bald wird auch Elena dazu im Stande sein. Letztes Jahr hat sie in der Schule die Jungs

im Armdrücken besiegt – nicht nur in ihrer Jahrgangsstufe, sondern auch in der nächsthöheren. Abends helfe ich bei der Stallarbeit. Nicht jedem würde das gefallen, schätze ich. Im unteren Haus streiche ich täglich den Käse (mindestens 15 Laibe à 10 kg), den wir von der Gemeindealp haben, mit Salzlake ein und erledige die Gartenarbeit.

Nadege hat ein schlechtes Gewissen, weil es schon wieder Bohnen gibt. Auf Elenas Frage: „Und, schmeckt's?“ denke ich erst noch „mmmmh, superlecker!“, antworte

dann aber so, wie ich es hier gelernt habe: „Joaa, des kama scho esse!“ Daraufhin Lorenz: „Du hasch abr alles gere!“ Und ja, es stimmt: Ich versuche tatsächlich so zu leben, dass mir alles gefällt, was ich so mache – hier fällt es mir besonders leicht! 

Selbst zum Pinkeln sind am Denali-Normalweg die Stellen festgelegt; entsprechend tiefe Löcher entstehen. Feststoffe werden in Plastikeimer (Clean Mountain Can) und -tüte exportiert und in der Zivilisation entsorgt.
© Andi Dick



reich wird Neuschnee zu Eis, fließt unter dem eigenen Gewicht bergab und schmilzt und bricht im untersten Bereich. Deshalb bleibt auch das in einem Gletscher eingeschlossene Fremdmaterial – egal ob verlorener Tourenski, Felsklotz oder eben menschliche Ausscheidungen – nicht an Ort und Stelle. Es wird immer tiefer gefördert, bis es irgendwann von der Gletscherzunge aus weiter in Richtung Meer fließt. Bisher wurde angenommen, der Gletscher würde den Kot in diesem Prozess einfach zermahlen, sodass „nichts“ davon übrig bleibt. Laut dem National Park Service ist genau das nicht der Fall. Stattdessen konserviert der Gletscher die Fäkalien und fördert sie tiefer – wo sie wieder auftauen.

Nachdem an einem Berg wie dem Denali in der kurzen Saison jährlich fast 1000 Bergsteiger*innen für jeweils etwa zwei Wochen auf dem Gletscher bleiben, sammelt sich da ganz schön was an. Jahr für Jahr sind es über zwei Tonnen Exkrememente, die in den Gletscherspalten verschwinden. Da der Berg bereits seit geraumer Zeit bestiegen wird, haben sich auf diese Weise – das kann nur geschätzt werden – etwa 66 Tonnen menschlicher Fäkalien angesammelt. Zweifellos ein ganzer Haufen! Doch relativ wenig im Vergleich mit dem siebzig Kilometer langen und mehrere Milliarden Tonnen schweren Gletscher; dennoch finden sich immer wieder recht hoch konzentrierte Haufen im Gletscher.

Welche Folgen haben frei geschmolzene Exkrememente? Zunächst einmal könnte es streng riechen. Schon ab nächster Saison dürfte es regelmäßig – verstärkt im Sommer – zu einem Freischmelzen von Fäkalien kommen. Selbst wenn ab sofort keine neuen Verunreinigungen ins Eis eingebracht würden, so würde es wohl noch zwei- bis dreihundert Jahre brauchen, bis keine Rückstände mehr zu finden sind. Genau das ist aber auch ein entscheidender Punkt: Dank moderner Messgeräte lassen sich auch noch sehr geringe Verunreinigungen feststellen. Das bedeutet nicht, dass es am Denali die nächsten Jahrhunderte über übel riecht! Doch auch Coli-Bakterien überstehen den Gletscherdurchgang – und landen dann im Wasser des Kahiltna River, der von den Gletschern gespeist wird. Können sie Tiere und Menschen krank machen? Das ist bisher nicht bekannt. Im Kahiltna River fließen jeden Tag mehrere hunderttausend Liter Wasser dahin – was die jährlichen zwei Tonnen Exkrememente stark verdünnt.

Fest steht: Das Fäkalien-Problem am Denali ist kleiner, als es die stark riechenden Überschriften vermuten lassen. Doch es lässt sich nicht bestreiten, dass wir in den Bergen Spuren hinterlassen. Um das zu merken, muss man keinesfalls über den Atlantik fliegen – sicht- und riechbare Probleme gibt es nahe fast aller Klettergärten und Wanderwege. Es ist an uns, das zu ändern. 📦

DAS JDAV-HÄNGEMATTEN-GEWINNSPIEL

DU HAST DAS BILD – WIR HABEN DIE GEWINNE

Einsendeschluss ist der 28. November, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Teilnahme über Gewinnspiel-Organisationen und für Mitarbeiter*innen des DAV.

Du hast ein tolles Foto mit der JDAV-Jubiläumshängematte, das du gerne mit anderen teilen möchtest? Oder ein Bild mit einer anderen Hängematte? Dann schick es uns an jdav100@alpenverein.de oder poste es auf Facebook und/oder Instagram unter [#abhängenmitderjdav](https://www.instagram.com/abhängenmitderjdav). Wir hoffen auf eine kunterbunte Collage aus vielen einzelnen Hängematten-Bildern! Und zu gewinnen gibt es auch etwas – unter allen Teilnehmer*innen verlosen wir spannende Preise.



WORTSCHATZ

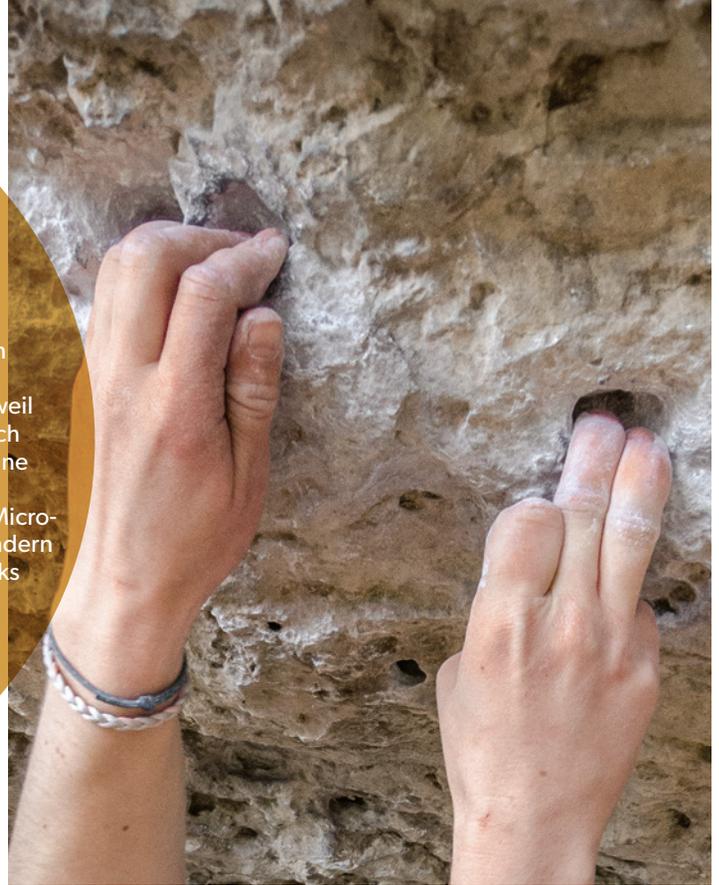


MICRO-BETA

Weil früher auf dem Beta-Videoformat aufgenommen und weitergegeben wurde, wie Boulder, also knifflige Felsklettereien in Absprunghöhe, geklettert wurden, und weil der Begriff cooler klingt als „Lösung“, fragt man heute nach „Beta“, wenn man wissen möchte, wie ein Boulder oder eine Sportkletterroute am besten funktioniert.

Praktisch: Beta wird immer detaillierter, man spricht von „Micro-Beta“, wenn in der Lösung nicht nur die Griffreihenfolge, sondern auch die genaue Position aller Finger, die Marke des Chalks oder die Farbe der Unterhose beschrieben wird.

Unpraktisch: Beta und besonders Micro-Beta kommt erstaunlich oft von einem 2,05-Meter-Mädel mit Orang-Utan-Armen oder einem 50 Kilo leichten 1,65-m-Kerl. Ums selber Ausprobieren kommt man also trotz Micro-Beta (zum Glück) noch nicht herum. *SME*



AUSRÜSTUNG IM SCHWEINE-ZYKLUS



Nicht erst seit Marie Kondos Bestsellern („Magic Cleaning“) in der Buchhandlung beschäftigt das Thema Minimalismus und Entrümpelung auch die geneigten Bergsportler*innen – etwa, wenn man das erste Mal nach zwei Jahren die Seilklemme unter all den Expressen sucht, die in der großen Kiste mit den Klettersachen steckt, die sich hinter der Sammlung von Ski und Stöcken verbirgt. Bergsport artet doch manchmal zu einer Materialschlacht aus, und so stellte ich bei meinem letzten Umzug fest: Ich besitze neun Paar Handschuhe, sechs Helme, drei Schlafsäcke ... völlig übertrieben! Ich versinke in Bergsportausrüstung! Deshalb gelange ich seit Jahren regelmäßig an den Punkt, an dem ich radikal reduziere: Ich brauche nur noch ein paar Ski – dann spare ich mir die Überlegung, welches Paar ich mitnehme, und habe nie das Gefühl, mich für die falschen Bretter entschieden zu haben. Wie befreit es sich mit so wenig Besitz lebt!

So marschiere ich dann glücklich und minimalistisch in die nächste Saison. Das Glück hält meist nicht besonders lang – nach zwei Stunden bergauf sehne ich mich nach diesen leichten Tourenski, die ich letztes Jahr noch hatte. Nach den ersten Schwüngen im Pulverschnee vermiss ich die Tiefschneepanken. In der eisigen Rinne hatte das weniger taillierte Modell doch mehr Kantengriff. Also hilft es nichts – neue Ski müssen her. Und so befinde ich mich in einem ganz eigenen Schweine-Zyklus, kaufe und verkaufe Bergausrüstung – den Handel freut's, und für ein wenig Minimalismus im Geldbeutel sorgt's auch. Man kann ja nie genug aufräumen ... *SST*

Ein gut sortierter Ausrüstungsschrank enthält für jede Tour das optimal passende Teil – warum, zum Kuckuck, hat man dann doch immer das Gefühl, nicht das Richtige dabeizuhaben?

© Silvan Metz



„Gut abgehangen! Lustiges Hochzeits- Kraxeln an der Kampenwand“

Das schreibt Maria Goeth zu ihrem Foto; wir wünschen viel Glück als Zweierseilschaft und gratulieren herzlich – auch zum Gewinn des DAV Alpinrucksacks 35+ aus dem dav-shop.de im Wert von 149,95 €. Da passt praktisch alles rein und dran, was man für das Glück zu zweit am Berg braucht.



Und dein Bergmoment? Schick deinen Beitrag – Erlebnis, Ärger, Begegnung, Zwischenfall ..., im Format „280 Zeichen Text“ oder „Foto + 140 Zeichen Text“ – an bergmoment@alpenverein.de oder JDAV, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München. In jedem Knotenpunkt prämiieren wir eine Einsendung – mehr davon findet ihr auf jdav.de/knotenpunkt

LEHRER AUF DER ALM 000





Pfui bäh – wer war das?
Tja, die Verwandten vom
Gämschen Klein legen
keine Eier, sondern solche
Köttel in ihre Nester ...
© Andi Dick

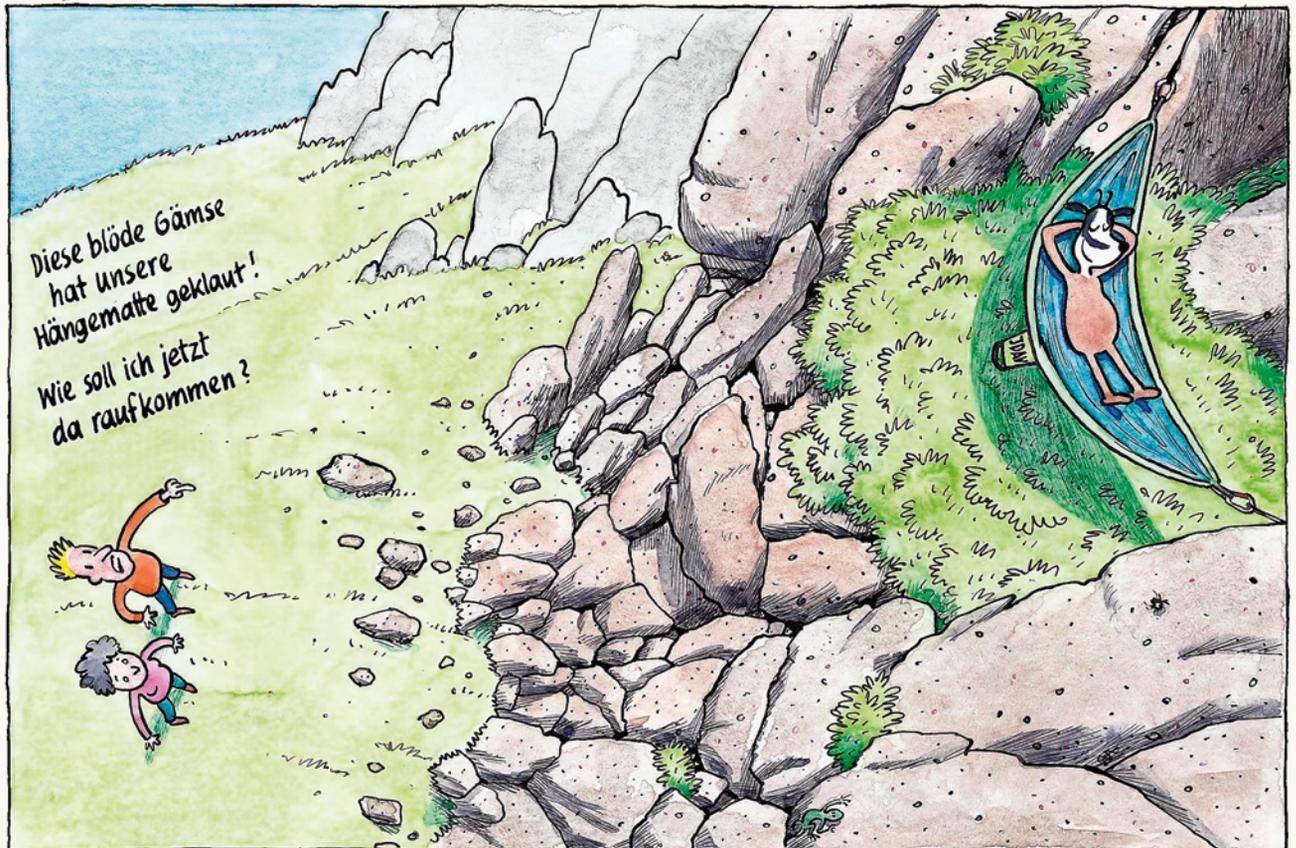
WIE TIERE „MACHEN“

Vielleicht kennst du die Geschichte „Vom kleinen Maulwurf, der wissen wollte, wer ihm auf den Kopf gemacht hat“. Darin landet eines Tages ein Häufchen auf dem Kopf des Maulwurfs. So eine Gemeinheit! Auf der Suche nach dem Übeltäter erfährt der Maulwurf eine Menge über das große Geschäft verschiedener Tiere: über Kleckse, Böhnchen, Würste, Fladen und mehr. Wir werden zum Glück nur selten von oben getroffen, aber die Hinterlassenschaften von Hunden und Katzen begegnen uns auf Wiesen und im Sandkasten regelmäßig. Auch Wildtiere nutzen die Natur als Toilette, klar. Meist leben die Tiere ja sehr versteckt – dann verrät ihr Kot, dass sie da sind. Losung nennen Jäger das, was wir mit Aa, Kacka oder Stuhl bezeichnen. Fuchs und Marder zum Beispiel produzieren Würste ähnlich wie Hund oder Katze. Hase, Reh und Steinbock ködeln viele kleine Kugeln oder Bohnen. Und Wombats machen sogar eckig. Aber die gibt's nur in Australien – oder im Zoo.

DER

GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank



Hotel oder Hütte?

DAV Panorama 4/2019, S. 36 ff.

Reduktion und Ökologie – Ich bin froh, dass das Thema Alpenwandern unter dem Aspekt des reduzierten Komforts so umfangreich angesprochen wurde. Wenn man seit vielen Jahren wandert und Gast in den AV-Hütten ist, merkt man eindeutig den Trend der immer aufwendigeren Versorgung. Von mir aus sollten die Hütten aber Vorreiter sein in Richtung Reduktion und Ökologie. Das hieße für mich einfache Verpflegung, gerne weniger fleisch-

gesucht/gefunden



Ab sofort unter:
alpenverein.de/gesucht-gefunden

lastig, möglichst aus biologischem Anbau und regionaler Herkunft. Auch beim Baumaterial sollte man nicht allzu viele Kompromisse machen. Wenn ich neben den alten, bewährten Tischen aus Holz dann in einer Hütte neue mit Resopalplatten sehe, frage ich mich ernsthaft, wer das wohl so entschieden hat und warum! Ein gutes Beispiel für Wohlfühlatmosphäre mit einfacher, aber völlig ausreichender Versorgung ist für mich die Wasseralm der Sektion Berchtesgaden. *Carsten Rieckhoff*

Wichtige Infrastruktur – Was wäre der DAV ohne seine Hütten? Wie viele Mitglieder hätte er noch, wenn nur die im Verein sein dürften, die Hochtouren mit Biwak durchführen? Eine Verbauung mit Hotels ist etwas anderes als ein Schutzhaus, das Schutz bei Schlechtwettereinbrüchen bietet, aber auch ein Essen und eine heiße Dusche nach einer anstrengenden Wanderung. Dass man mehr Wert auf den ökologischen Bau legt – hervorragend. Aber das ideologische Verbot neuer Hütten finde ich nicht einleuchtend, und ich denke nicht, dass diese Politik des Vorstands den Wünschen der Mehrheit der Mitglieder gerecht wird. Immer mehr Menschen zieht es in die Alpen, den Naherholungsraum im Herzen Europas. Eine wirtschaftliche Chance für die Gemeinden. Eine Chance, die nachhaltige Bergbauernwirtschaft zu erhalten. Eine Chance, mehr Menschen für die Berge und damit auch ihren Erhalt und Naturschutz überhaupt zu begeistern. Der DAV könnte sein 150-jähriges Jubiläum auch anders feiern: Mit 15 neuen, an den traditionellen Alpenstil angepassten einfachen Hütten aus Holz und Stein in Gebieten, wo es bisher keine Hütte in vier bis fünf Gehstunden Abstand zur nächsten gab. Gerne mit moderner Isolation

und Mikroturbine im Bach nebenan, ohne WLAN und mit einem Essen für alle. *Dr. M. Viehrig*

Der Essensberg beim Bergessen

DAV Panorama 4/2019, S. 74 ff.

Einfach und entspannt – Werft doch einen Blick auf die Schweizer Alpenvereins-Hütten, unsere Nachbarn leben es uns vor! Auf SAC-Hütten gibt es kein À-la-Carte-Essen, sondern in der Regel ein sehr schmackhaftes 4-Gänge-Menü aus Suppe, Salat, Hauptspeise und Dessert. Dieses wird zur Essenszeit, je nach Hütte zwischen 18 bis 19 Uhr, in Schüsseln an den Tischen serviert und man nimmt sich, so viel man möchte. Die Sitzplätze werden vom Hüttenwirt vergeben, d.h. man findet seinen Namen bzw. den der eigenen Gruppe an einem Tisch. Die Essensplanung ist leicht, es gibt kaum Abfälle und auch kein Gerangel um Tischplätze. Abendessen auf einer Schweizer Hütte ist sehr entspannt und gemütlich! *Christina Lorenz*

T-Anker: Schnee verdichten ist Standard

DAV Panorama 4/2019, S. 64 ff.

Neue Ergebnisse – Zum Beitrag „So geht das: Fixpunkte in Firn und Eis“ hat uns Chris Semmel auf Untersuchungsergebnisse aus jüngerer Zeit hingewiesen: Sobald der Schnee vor dem T-Anker nachgibt, sollte man ihn grundsätzlich durch Festtrampeln verdichten. Das



Mindestens 40 cm tief, Schnee gut verfestigen!

Illustration: Georg Sojer

erhöht die Haltekräfte deutlich und wesentlich. Weiterhin gültig bleibt die Aussage: In besonders weichem Schnee (z. B. nasser Sommersulz, Pulver im Winter) bieten voluminöse Gegenstände (Rucksack, Ski) bessere Haltekräfte – aber auch bei ihnen sollte der Schnee, so weit möglich, festgetreten werden. *red*

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

- 
 ATMUNGS-
AKTIV
- 
 WASSER-
ABWEISEND
- 
 4-WEGE-
STRETCH



~~129,00 €~~
89.95 €

**GUTSCHEIN-CODE:
HYBRID**

eddiebauer.de/hybrid

Wandern auf der Grünen Insel

Irland – Burren Way und
Halbinsel Howth



Wollte man die immergrüne Insel spontan mit nur wenigen Adjektiven beschreiben, dann würden Worte fallen wie bunt, karg, traditionsverliebt, gottesfürchtig und natürlich lebenslustig. Irische Ansichten, die Reisende immer wieder in diesen mit reichlich

Schönheit ausgestatteten Teil Europas ziehen. Der warme Golfstrom, der die Küste streichelt, garantiert dabei ein mildes und ausgeglichenes Klima. Unzählbar viele Schafe und Kühe weiden genüsslich auf übersatten Wiesen neben zu Stein gewordenen Denkmälern und zeigen sich auch bei noch so wüstem Regenschauer völlig unbeeindruckt. Der Namen des Bur-

ren Way in der Grafschaft Clare leitet sich von der wildromantischen Region ab, durch die er sich schlängelt. „Burren“ kommt vom gälischen Wort „boireann“ und bedeutet „steiniger Ort“. Erst vor einigen Jahren hat die Landschaft den Status eines Unesco-Global-Geoparks erhalten.



„Die Luft war erfüllt mit dem Duft der wilden Blumen und das Auge, wohin es auch sah, erblickte eine Landschaft voller Freude, in der die Natur anscheinend all ihre Schätze geöffnet hatte.“
Lewis Dillwyn, 1809

Irland



Wie ein großer Wellenbrecher stemmt sich Irland gegen die Fluten des Atlantiks. Ganz im Westen liegen die spektakulär-wilden Karstflächen des Burren mit den Cliffs of Moher. Wer hier die Wanderschuhe schnürt, erlebt unverfälschte raue Natur, große Kulturgüter und einen besonders herzlichen Menschenschlag.

Text und Fotos: **Klaus Herzmann**

Als sei es nur eine Laune der Natur gewesen, verzieht sich die übermächtige Wetterfront über Lahinch. Ein kraftvolles Bündel an Sonnenstrahlen zerreißt die Wolkenfassade und verwandelt den Landstrich in ein Meer aus Farben. „Welcome to Ireland“, rhrt ein älterer Herr mit wettergegerbtem Gesicht und freundlichem

Lächeln. Welch ein Empfang. Anlaufzeit, um sich hier wohlzufühlen, braucht wirklich niemand. Die Rucksäcke mit dem Wichtigsten gepackt, drehen wir Lahinch den Rücken und halten auf Liscannor zu, das mit den sehenswerten Überresten des Liscannor Castle gleich zu punkten weit. Entlang der Küstenlinie schweift der Blick nun weit über das Meer. Der Pfad wird

schmal, die Landschaft zur Bühne, magische Momente entstehen. Die Cliffs of Moher sind einfach spektakulär: 200 Meter hohe halsbrecherische Steilklippen, die sich vertikal wie eine Wand aus dem Ozean erheben. Erbot donnern die Wellen rhythmisch und mit aller Macht gegen die Klippen. Und darüber bieten unzählig Felsnischen Abertausenden von Seevögeln einen sicheren Nistplatz. Was für ein Schauspiel. Bei gutem Wetter sieht man sogar weit draußen drei Felsen – die Aran-Inseln. Wir visieren mit dem O’Brien’s Tower die nächste Wegmarke an, die uns die Richtung ins benachbarte Doolin zeigt. Wer hier gleich weiterwandert, ist selbst schuld. Denn Doolin gilt unbestritten als Zentrum der „Irish Music“. So suchen wir eine Herberge und bleiben über Nacht. Besonders in den Sommermonaten ist der „Lieblingssort“ der Iren, also das Pub, bre-



WANDERN IN IRLAND

Der Fernwanderweg Burren Way (Tour 1) misst rund 112 Kilometer. Die Route besteht aus Pfaden, alten Viehtreiberwegen und ruhigen Sträßchen. Die Ausschilderung ist vorbildlich. Wegen des moderaten Landschaftsprofils ist der Track auch gut mit Kindern zu bewältigen. Auf der Halbinsel Howth/Dublin bietet der „Bog of Frogs Loop“ (Tour 2) einen etwa 13 km langen Rundweg für eine herrliche Tageswanderung.

Beste Zeit: Mai bis Oktober.

Anreise:

- › Flexibel mit dem eigenen Pkw. DFDS-Autofähre Amsterdam/Ijmuiden-Newcastle. Täglich, dfdseaways.de; weiter nach Cairnryan und mit Stena Line nach Irland, stenaline.de
- › Per Flugzeug nach Irland/Dublin, von dort für Tour 1 Bus vom City Center stündlich nach Ennis, dublincoach.ie, weiter Ennis Bus Station nach Lahinch (Bus 350). Für Tour 2 mit Dublin Bus Linie 31/31A in 40 Minuten nach Howth.

Literatur:

- › Reisehandbuch Irland mit Landkarte Irland, reise-know-how.de
- › Birgit Eder: Wanderführer Irland, rother.de
- › Dublin/Howth: Kostenfreies Kartenmaterial im Infopavillon auf Howth/Hafen. Digitale Karten Irland auf irishtrails.ie

Weitere Info:

Tourism Ireland, Frankfurt/Main, Tel.: 069/92 31 85-0, ireland.com; burrengeopark.ie; burrennationalpark.ie

chend voll. Dann wird gefiedelt, gefeiert und natürlich getrunken, was der Zapfhahn hergibt.

Die Doolin Cave etwas außerhalb lockt am Morgen mit einer Besichtigung auf dem weiteren Weg gen Norden. „Mit rekordverdächtigen sieben Metern ist der ‚Great Stalactite‘ der Größte in der nördlichen Hemisphäre“, erzählt Patrik, unser Höhlen-Guide, sichtlich stolz. Hier betreten wir auch den „Burren“, die wohl fremdartigste Landschaft von ganz Irland. Eine Hunderte Quadratkilometer große Karstwüste, deren Entstehung auf die eis-

zeitlichen Gletscher zurückgeht. In den Rissen und Spalten der teilweise einen Meter tiefen zerrfurchten Kalksteinterrassen sammelt sich Humus, aus dem wunderbar duftende Wildblumen wachsen, als Teil einer einzigartigen arktisch-alpin-mediterranen Vegetation. Und es gibt Täler und unterirdische Wasserläufe, die sich über Nacht in einen See verwandeln können. Angesichts dieser bizarr anmutenden Mondlandschaft überrascht es umso mehr, dass hier bereits vor rund 6000 Jahren erste Siedler lebten. Mit den Felsen und Steinen errichteten sie Häuser und Höfe, begrenzten damit ihre Felder, bauten so genannte Ringwallanlagen für

das Vieh und bestatteten ihre Angehörigen unter Dolmen (Gräbern). Der für Wanderer gut markierte Weg folgt großteils den fast vergessenen alten Handels- und Viehwegen, den so genannten „Green Roads“, die die regionalen Märkte der Region verbanden. Es folgt Hügel auf Hügel, Fernsicht auf Fernsicht, bis wir in Fanore ankommen. Das schmiegt sich mit einem für Irland untypischen Sandstrand inklusive einiger Sanddünen an den Atlantik. Zeit, einmal zu verschnauften, den Rucksack abzulegen und einen großen Schluck aus der Trinkflasche zu nehmen. Nur für einen beherzten Sprung ins kalte Meer fehlt uns heute doch der Mut.

Weiter entlang der Küstenlinie über den Black Head oder doch direkt durch das Landesinnere nach Ballyvaughan an die Galway-Bucht? Wir entscheiden uns spontan für Variante zwei. Es ist noch niemand unterwegs an diesem Morgen, als wir die Rucksäcke schultern. Über die „Green Roads“ geht’s durch die bizarre Steinlandschaft, im ständigen Auf und Ab dem Caher Valley entgegen. Unendliches Wohlgefühl stellt sich in diesen Landschaften ein. Hier gibt es die Luxusgüter Ruhe und Zeit noch im Übermaß. Wir durchqueren kleine Wälder, werden von Vierbeinern begrüßt, die neugierig über Steinmauern gucken. Dann schiebt sich auch schon der eindrucksvolle Burgturm von New Town Castle in den Fokus. Die Rast mit leckerem Imbiss im hiesigen Café haben wir uns wirklich verdient. Das

Irland

Wegweisung und Streckenführung lassen beim Wandern auf dem Burren Way keine Wünsche offen; die spektakulären Cliffs of Moher zählen zu den landschaftlichen Höhepunkten in Irland: Über 200 Meter stürzen die Felswände senkrecht ins Meer; am Nordrand des Burren liegt im County Clare das New Town Castle: Im 16. Jahrhundert vom Clan der O'Briens erbaut, reckt sich der Burgturm bis heute in den irischen Himmel.



hübsche, verträumt an der Küste liegende Ballyvaughan ist auch Ausgangspunkt für ein weiteres Höhlenabenteuer: Die Aillwee Cave gilt neben der Doolin Cave als eine der berühmtesten Schauhöhlen Irlands und beweist noch einmal, wie abwechslungsreich und spannend die Insel ist.

Unsere Route zeigt nun gen Süden auf eine Hochfläche nach Carran. Steinwälle reihen sich an eingegrenzte Felder und Wiesen – ein echtes Labyrinth aus Wegen. Wie mühsam muss es gewesen sein, die Felsbrocken mit der Hände Arbeit aufzuhäufen? So auch das berühmte Caherconnell Fort. Das kreisrunde Bollwerk aus dem

Ein echtes Labyrinth aus Wegen

fünftens Jahrhundert beeindruckt schon durch seinen Durchmesser von 140 Metern und eine Mauerdicke von bis zu zwölf Metern. Auf nur wenigen Kilometern Wegstrecke konzentrieren sich jetzt die Highlights, wie die legendären Poul nabrone Dolmen, Grabanlagen aus der Jungsteinzeit. Spektakulär ruhen tonnenschwere Steinplatten auf senkrecht stehenden Steinen. Mittlerweile hat es angefangen zu regnen und wir sind froh, bald schon in Carran gemütlich bei einem dunklen Stout mit Schaummütze im Trockenen zu sitzen. Auch auf der letzten Etappe ändert sich das Landschaftsbild kaum. Wirkliche Steigungen sind keine in Sicht. Vorbei an alten verfallenen Ringforts und durch duftende Wälder geht's zum Inchiquin Lough, einem Süßwassersee, und weiter zum Ziel in Corofin am südlichen Ende des Burren. Geschafft! Danke, Grafschaft Clare, danke, Westküste – das war einfach klasse!

Unsere Tage auf der Grünen Insel sind gezählt – doch ein Besuch der Hauptstadt Dublin muss sein. Das zeigt sich im Vergleich zu anderen europäischen Metropolen eher klein und fußläufig: Ob das weltberühmte Trinity College mit seinem „Book of Kells“, das Guinness Storehouse oder das quirlige Szeneviertel Temple Bar – immer ist man unterwegs auf den Spuren großer Literaten wie Oscar Wilde, Samuel Beckett oder James Joyce. Was nur die wenigsten vermuten: Vor den Toren der Stadt

lässt es sich prächtig wandern. Dafür nehmen wir bequem den Bus 31, der uns in weniger als einer Stunde auf die Halbinsel Howth befördert. „Bog of the Frogs Loop“ heißt unser Ziel, eine 13 Kilometer lange schöne Tageswanderung. Wir folgen dem violetten Pfeil, und schnell geht der Asphalt in einen steinigen Erdfpfad über, der sich spektakulär der Küstenlinie entlang über die steilen Klippen schlängelt. In der Ferne grüßt bereits Great Baily mit seinem gleichnamigen Leuchtturm an einem besonders exponierten Standort. Wir durchqueren ein kleines, Schatten spendendes Wäldchen, gelangen wieder an die Klippen, die hier und dort die Möglichkeit bieten, auf Meeresniveau abzusteigen und ein Bad in den Fluten zu nehmen. Red Rock erreichen wir anschließend. Wunderbar rot leuchten die Felsen mit ihren bunten Flechten. Festhalten, aufpassen – hier ist besonders Trittsicherheit gefragt. Danach schwenken wir wieder ins Landesinnere und queren die Halbinsel zurück zum Hafen. Irland hat es wirklich in sich mit seinen wilden Landschaftsbildern, seiner Kultur, der Folkmusik, der grandiosen Gelassenheit, die immer und überall lockere Stimmung verbreitet. Da kommen wir doch gerne wieder.



Klaus Herzmann (klaus-herzmann.de) ist in Koblenz zu Hause und in der Welt daheim. Der freie Reisejournalist und Fotograf bereiste bis jetzt 100 Länder und ist seit 43 Jahren Mitglied der Sektion Koblenz.

An der Costa da Morte
zum Kap Finisterre

Auf Schmale Pfade

Die galicische Küste hat einen traurigen Ruf: Dort sind schon viele Schiffe gescheitert. Wer im Nordwesten Spaniens elf Tage lang von Leuchtturm zu Leuchtturm wandert, lernt eine wilde Region kennen.

Text und Fotos: [Eberhard Neubronner](#)

Malpica de Bergantiños, ein Urlaubsort: Vor der kleinen Pension trinkt man mit Blick auf den Strand kühles Estrella-Bier und glaubt nicht, dass dieses Bild bald durch totale Einsamkeit ersetzt wird. Zweihundert Kilometer bergauf und bergab wollen bewältigt sein, entlegene Buchten streifend oder kraxelnd – vom Irgendwo zum Nirgendwo. Aber zunächst meint die resolute Chefin des Hostals, auf unsere Namen sei nichts gebucht worden. Sie öffnet dann doch ihr oberstes Zimmer, was zusammen mit dem Essen in der Bar Pescador (frischer Oktopus) die entstandenen Stirnfalten glättet.

Am Morgen des zweiten Tages liegt Dunst über dem Meer. Ein grüner Pfeil markiert hinter Malpica den Beginn der ersten Etappe, wir werden ihn noch zum Teufel wünschen. Denn wuchernde Vegetation erschwert oft die Orientierung, weshalb man mit Achtsamkeit gehen muss. Camiño dos Faros heißt diese Route, also Leuchtturmweg. Auf ihm sind wir heute früh völlig allein. Das wird auch so bleiben, denn das Zickzack längs des Atlantischen Ozeans ist kein Spaziergang. Es kostet Kraft, entschädigt aber fast immer mit grandiosen Eindrücken.

Nach fünf Stunden auf schmalen Pfaden stehen wir an der Punta Nariga, einem schroffen Abbruch, passieren den gleichnamigen Turm und bitten Petrus um bes-

seres Wetter. Prompt bläst es vom Meer her, blauer Himmel wird uns bis zur Playa de Niñóns geschenkt. Da es im nahen Dorf keine Unterkunft gibt, wohl aber die telefonische Verbindung per Handy, wird ein Taxi bestellt. Sein Fahrer bringt uns zurück nach Malpica und am folgenden Morgen wieder zum Strand von Niñóns.





n



Immer wieder führt der Weg zu begeisternd stillen Buchten, Baden ist jedoch wegen der Strömung gefährlich.

„Adiós, José Luis!“ Wenn es so bleibt, können wir den heutigen Abschnitt (26 Kilometer, angeblich knapp zehn Stunden Gehzeit) genießen. Jeder Tag lässt sich dank einzelner Karten des Organisations und Beschreibungen in englischer Sprache gut planen; vor Problemen wie „very close to the cliffs“ oder „hardest way up“ wird extra gewarnt. Doch keine Fußnote

schildert, was Mitte Juli sogar Hardliner nervt: Kopfhoher Farn, Dornen und Stechginster machen die Querung diverser Gebiete zur Qual. Weshalb man das Ziel zerkratzt erreicht. Nicht nur zwischen Niñóns und Ponteceso.

Freilich lindert die sympathische Art vieler Galicier jeden Schmerz. Egal, ob

man kurz vor einer Siedlung namens Allo dampfenden Kaffee schlürft und der junge Wirt zwei Sandwiches spendiert oder dessen Kollege Julio Sampedro in der familiären Pension Casa Rural de Cereixo abends den selbst gebrannten Kräuterschnaps als „Schuss von Kraut“ bezeichnet. Sampedro kocht perfekt und hat zum Dessert ein weiteres deutsches Wort parat. So stellt

ATLANTISCHER
OZEAN

DER LEUCHTTURMWEG

Rund 200 km lang ist der Camiño dos Faros in Galicien (Nordspanien) – acht bis elf Etappen, je nachdem, ob man relativ rasch geht oder sich Zeit lässt. Er führt die felsige Küste entlang, wobei oft ausgedehnte Sandbuchten zu queren sind, und passiert sechs Leuchttürme. Markiert wurde der Pfad mit grünen Pfeilen oder Punkten, die nicht immer leicht zu finden sind, wenn dichter Bewuchs sie verdeckt. Manche Gemeinden bemühen sich aber, kurze Abschnitte freizuschneiden. Zwischen Malpica de Bergantiños und Fisterra empfiehlt sich ein Gepäcktransport von Unterkunft zu Unterkunft. Da an den Endpunkten einer Etappe nicht überall kleine Hotels oder Pensionen verfügbar sind, ruft man von dort ein Taxi. Dies funktioniert tadellos. Am kommenden Morgen steuert der Fahrer dann den nächsten Startplatz an.

Wandersaison: März bis Oktober.

Anspruch: Mittelschwer, gute Kondition und Trittsicherheit sind ratsam.

Wetter: Am Atlantik kann es windig bis stürmisch sein. Regen ist nicht ausgeschlossen, aber selbst ein paar heiße Tage sind möglich in Zeiten der Klimaerwärmung.

Führer/Informationen: Spezielle Wanderführer gibt es bisher noch nicht. Brauchbares liefern begrenzt „Galicien“ von Cordula Rabe (Bergverlag Rother) und „Galicien & Jakobsweg“ von Tobias Büscher (DuMont Reiseverlag). Information in englischer Sprache: caminodosfaros.com

Anreise: Flug nach Santiago de Compostela, Lufthansa fliegt direkt. Von dort Autotransfer nach Malpica de Bergantiños, wo der Camiño dos Faros beginnt. Er endet am Cabo Fisterra (Kap Finisterre). Zurück nach Santiago de Compostela wieder per Auto-Transfer.

Organisation: Der Autor war sehr zufrieden mit Abanico Individuell Reisen, Korntal-Münchingen, Tel.: 0711/83 33 40, info@abanico-reisen.de, abanico-reisen.de



Von Muxía aus präsentiert sich der Turm von Vilán nur noch als kleiner Finger. Dort ging 1890 der Kreuzer *Serpent* mit 172 Männern unter, ein Anker erinnert an die Katastrophe.

sich sein Keks als Kuchen heraus, der voll befriedigt.

Szenenwechsel. Eines Morgens sind wir wieder früh unterwegs. Im Westen ragt das Leuchtfeuer Vilán als schlankes Monument. Es wurde 1854 erbaut, Jahrzehnte später elektrifiziert und ist mit seinem Licht noch aus 52 Kilometer Entfernung zu sehen. Hier ging am 10. November 1890 der britische Kreuzer *Serpent* unter, wobei 172 Männer ertranken. Drei Matrosen schwammte die Brandung schwer verletzt, aber lebend ans Ufer. Dann folgte die Katastrophe von 1893. Am stürmischen 7. Februar strandete der englische Passagierdampfer *Trinacria* bei dichtem Nebel, weil Kapitän Samuel Murray den nahen Leuchtturm nicht anpeilen konnte. Es starben 37 Besatzungsmitglieder, drei

Frauen und das Kind Kitty Smith, deren Rettungsboot kenterte.

Wir hocken auf Granit, vor uns rostet Eisen. Ein riesiger Anker erinnert daran, dass zahllose Schiffe am Grund vor der To-desküste Costa da Morte verrotten. Die Wracks sind im Museum Vilán aufgelistet. Vier Seekarten zeigen sie punktuell, das von präziser Hand gestaltete Œuvre entzieht sich dem Kommentar. Trotz solch dunkler Töne hat der Camiño dos Faros besonderen Wert. Während Pilgerinnen und Pilger (ob religiös oder nicht) auf dem Jakobsweg wuseln, ist sein Pendant schwach frequentiert. In westlicher Richtung treffen wir bis zum Schluss bloß fünf Wanderer, uns entgegen kommt ein junger Slowene mit Zelt.

„Wohin?“

„Nach Bordeaux. Ich hab wochenlang Zeit ...“

Grauweiße Möwen krakeelen. Ihr Ruf endet nie, auch in den Hotels sind sie zu hören. Erst nachts können wir uns dem Schlummer hingeben und loben noch

Galicien



rasch das Abendmenü. Im Städtchen Laxe startet der Schmaus mit frittierten Pimientos de Padrón, lässt regionalen Alvariño-Weißwein zur Tortilla perlen und glänzt durch köstlichen Kabeljau. Franziskaner sollen während des 16. Jahrhunderts die Samen grüner Paprikas von Mexiko nach Europa gebracht haben, wo sie

seither speziell rund um den galicischen Ort Padrón angebaut werden. Ob scharf oder mild, im Dialekt klingt es so:

„Os pementos de Padrón / uns pican e outros non“ (manche sind würzig, andere nicht).

Wer lange Strecken läuft, spürt bald Veränderung. Viele Blicke sind wacher als bis-

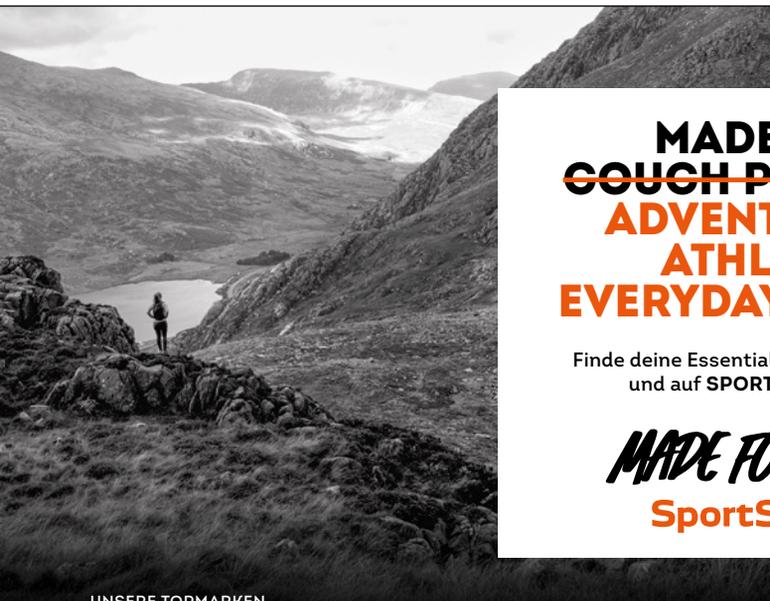
her, die trainierte Muskulatur erlaubt den Spagat von Fels zu Fels, weder drückt der Rucksack noch die daheim nicht selten als lästig empfundene Pflicht. Jetzt bietet das neue Milieu Alternativen an. Will heißen, dass alle Sinne sich öffnen und man Gewohntes ablegt. Letzteres aber holt uns in Camariñas ein: Wo früher Holzboote ausliefen und Fang verhökert wurde, schlenkert jetzt Ferienvolk spanischer Herkunft am Hafen. Dieser Trend prägt auch andere

Ständig hören wir das Schreien der Möwen

Städte. Man ahnt allenfalls, wie einst gekalkte Katen die Bucht säumten oder Frauen ihr Avemaria beteten, damit dem Fischer draußen kein Leid widerfuhr.

Apropos: Immer wieder sehen wir Männer beim Pflücken begehrter Entenmuscheln. Ein riskanter Nebenerwerb, denn hohe Wellen haben diverse Sammler erschlagen.

Warum wird „x“ wie „sch“ gesprochen? Die Iberische Halbinsel überrascht im Norden nicht nur mit reich blühendem Heidekraut und fliegender Fauna (See-



MADE FOR
~~COUCH POTATOES~~
ADVENTURERS
ATHLETES
EVERYDAY HEROES

Finde deine Essentials in unseren Filialen
und auf [SPORTSCHECK.COM](https://www.sportscheck.com)

MADE FOR MORE
SportScheck



UNSERE TOPMARKEN

patagonia

ARC'TERYX

THE NORTH FACE

OSPREY

adidas

NIKE

PUMA

UNDER ARMOUR

Kurz vor Finisterre, dem „Ende der Welt“, liegt Kap Touriñan bei stiller See und blauem Himmel. Minuten später bläst es kalt. Die grünen Wegweiser-Pfeile sind nicht immer so gut zu sehen.



schwalben, Eisvögel, Sturmtaucher, Kormorane). Der siebte Etappenplatz Muxía, den wir etwas lahm ansteuern, bleibt als Muscha präsent. Von hier aus macht sich das viertägige Stadtfest von Camariñas bemerkbar, dessen Beginn gestern lautstark gefeiert wurde.

Nachmittags stiefeln wir zur Landspitze, deren spektakuläre Sicht bis zum nun schon fernen Finger des Leuchtturms Vilán reicht. Das hübsche Kirchlein Santuario da Virxe da Barca (Marienheiligtum der Schiffsjungfrau) ist leider geschlossen. Sie konnte im November 2002 nicht verhindern, dass eine Havarie Panik auslöste: Der Öltanker Prestige zerbrach vor Muxía, 64.000 Tonnen Schweröl traten aus. Rund 250.000 Seevögel sollen damals verendet sein, weil die schwarze Fracht bis nach Frankreich trieb.

Wir sind jetzt nicht mehr allein. Weil viele aus Santiago de Compostela kommende Jakobspilger hinter dem Ort Hospital vom Kurs abweichen und wie Lemminge zur Küste streben, sieht man sie hier in großer Zahl – mit dem Wanderstab scharrend, die geriffelte Muschel am Rucksack. Doch anders als wir laufen die Jüngerinnen und

Jünger oft auf Asphalt; ein Nachteil, der ihnen nichts auszumachen scheint. Unser 52 Kilometer langer Umweg über Muxía bis zum Kap Finisterre bietet Natur statt Asphalt und totale Ruhe statt Rummel – ein Angebot, das wir gerne annehmen.

Freilich hat raue Natur ihren Preis. Wir stapfen am viertletzten Tag solo zum Gipfel Cachelmo und hinab zur Punta Buitra. Der Kiefernwald vor uns wurde kürzlich gerodet, entrindete Stämme liegen kreuz

Das wilde Terrain fordert höchste Konzentration

und quer. Adieu, grüner Pfeil oder Punkt! Nun, ohne GPS, fordert das Terrain höchste Konzentration. Vier kaum sichtbare Spuren stehen zur Wahl, jede schlängelt ins Unterholz. Nach verbissenem Widerstand gegen die Wildnis zeigen sich endlich zwei Häuser. Hunde bellen, eine Bäuerin antwortet kurz auf unsere Frage nach dem richtigen Weg. Wir kapierten nichts und tippeln via Fahrstraße weiter. Was abtaucht heißt Cuño: zweifellos selten besucht.

Hand raus. Wer stoppt? Ein alter Mann im antiken Seat. Er nimmt uns mit, spricht passabel deutsch und kennt das Ziel seiner Gäste – Praia de Moreira, die menschenleere Bucht am Camiño dos Faros.

Mehr als 180 Leuchttürme blinken nachts an der 4964 Kilometer langen spanischen Küste und sichern den Seeverkehr. Das äußerste Signal über dem nächsten Kap Touriñan dürfte Fans eher langweilen, weil dieser schlichte Bau zu keinem Drama passt. Doch hier fetzt plötzlich ein kalter Wind, er lässt Haare flattern und färbt die Lippen blau. Hinter uns schäumt der Atlantik. Ob das Cabo Fisterra, alias Finisterre, friedlicher reagieren wird?

Dort tummelt sich bei warmem Wetter und Sonnenschein eine erstaunliche Menge motorisierter Touristen, Pilgertrupps inklusive. Alle erweisen dem so genannten Weltende (Finis terrae) ihre Reverenz. Billiger Ramsch wird angeboten, der Hit sind Socken mit Muschel-Emblem und ein Shirt zu acht Euro. Es verkündet: „Game over“.



Eberhard Neubronner (76) schreibt als kulturhistorisch orientierter freier Schriftsteller nicht nur über alpine Themen. Sein jüngstes Buch „Die Insel Farewell – Geschichten von draußen“ zählt zur Reiseliteratur.

Panorama promotion

Nationalparkregion Murgtal

Zwischen Naturgewalt und Kulturerbe



**FÜR ALLE
BERGSPORT-
BEGEISTERTEN**

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



Magische Welt

Raue Naturschönheit erleben
in Norwegen und Island –
Fjorde, Vulkane und Gletscher



Bei Eis und Schnee

Der Winterstiefel Nabucco Evo
GTX® garantiert festen Halt
dank Vibram® Arctic Grip



Winter in Schweden

Ein umfangreiches Aktivpro-
gramm wartet auf die Sportler
im Wintersportort Idre

Mit Hurtigruten auf Norwegen-Island-Expedition ab oder bis Hamburg

Magische Welt aus Feuer und Eis

Exklusiv für Leser
von DAV Panorama
**INKL. FLUG NACH/
VON REYKJAVÍK**
und Erkundungs-
touren

Wer die raue Schönheit der Natur sucht, wird diese Reise genießen: das Schauspiel der Elemente in Norwegen mit seinen Wasserfällen und legendären Fjorden und auf Island, wo Vulkane durch Gletscher Feuer speien. Ein unvergleichliches Erlebnis an Bord des neuen Hybrid-Expeditionsschiffes MS Fridtjof Nansen.

Die Hafenrundfahrt, vorbei an Hamburgs historischer Speicherstadt, war ein beeindruckender Auftakt. Als am Abend das Schiff ablegt, steigt die Spannung: Wie mag Island, die größte Vulkaninsel der Welt, wohl aussehen? Der kernige junge Mann mit der Hurtigruten Weste kann jedes Fleckchen der Route genau beschreiben und kennt alle Geheimtipps. Er gehört zum Expeditionsteam, das die Gäste auf der ganzen Reise begleitet, Vorträge und Workshops hält, Fragen zu Land und Leuten beantwortet. In jedem Anlaufhafen gehen er und seine Kollegen mit den Passagieren auf eine Erkundungstour. Das gehört – ebenso wie eine große Auswahl an Getränken bei Tisch – zu den Inklusivleistungen dieser Reise.

Schroffe Schönheiten

Wie das Wasser glitzert und sich schäumend vor dem Schiffsbug teilt, während die Schären vor Kristiansand auftauchen, der malerischen

Hauptstadt des norwegischen „Südlands“! Als die MS Fridtjof Nansen in die traumhafte Landschaft des Lysefjords einfährt, den der 600 Meter hohe Preikestolen überragt, herrscht andächtige Stille an Bord. Groß ist das Staunen auch, als das Schiff, vorbei an der schroffen Schönheit der Sieben Schwestern und ihren rauschenden Wasserfällen, in den legendären Geirangerfjord einläuft.

... und dann die Mitternachtssonne

Willkommen in Island!, heißt es dann in Seyðisfjörður, dessen bunte Holzhäuser an das norwegische Erbe des Dorfes erinnern. Wo wohl die Trolle sind? Isländer glauben fest an diese raubeinigen Wesen, derentwegen auch schon mal eine Straße umgeleitet wird. Am nächsten Morgen wartet die fünf Quadratkilometer kleine Insel Grímsey mit einem großen Erlebnis:

Nachhaltige Seereisen bei Hurtigruten hoch im Kurs

Gemeinsam mit dem Expeditionsteam überqueren alle den Polarkreis – zu Fuß. Jetzt, im Sommer, ereignet sich hier ein fantastisches Schauspiel, wenn die miðnætursól, die Mitternachtssonne, fast taghell strahlt. Steile Klippen und hohe Berge umgeben den Fjord Patreksfjörður, dessen Wanderwege zu Naturent-

deckungen einladen. Wunderbar, wie rau sich dann die Nordspitze zeigt, gekrönt von der eisigen Haube des Gletschers Snæfellsjökull. Im bordeigenen Science Center erklärt eine Wissenschaftlerin, dass sich auf

manchen Vulkanen Gletscher gebildet haben. Bricht der Vulkan aus, schmilzt der Gletscher. Genau das ist es, was an Island fasziniert. Wie auch die dramatischen Klippen von Heimaey, Heimatinsel der putzigen bunten Papageitaucher. Schließlich taucht Reykjavík auf, der Endpunkt dieser unvergesslichen Reise. Einige Passagiere möchten im Herbst unbedingt wieder mitfahren, wenn die Natur in einem ganz anderen Licht erscheint. Dann auf der umgekehrten Route, also von Reykjavík nach Hamburg. Hm, eine verlockende Idee ...



Island ab/bis Hamburg – zwei Reisettermine und Routen mit dem Hybrid-Expeditionsschiff stehen zur Wahl

15 Tage Expeditions-Seereise mit MS Fridtjof Nansen inklusive Flug

Die Anmeldung läuft unkompliziert über eine ausschließlich für DAV Panorama geschaltete Telefonnummer bzw. Internetseite bei Hurtigruten. Nennen Sie einfach das Stichwort „DAV Panorama“ und Ihre persönlichen Daten. **Das Besondere:** Im Spezialpreis ist neben den vielen bereits inkludierten Erkundungstouren exklusiv für Sie als DAV-Panorama-Leser der Flug nach oder von Reykjavik enthalten.

ALLES FÜR IHR ABENTEUER

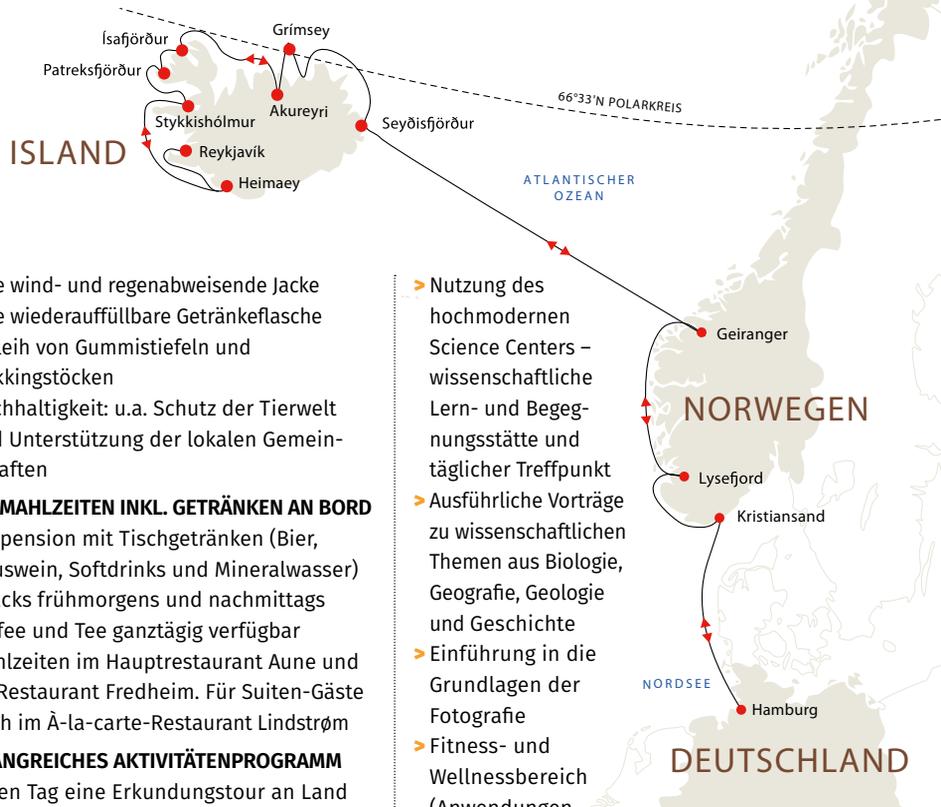
- > Erfahrenes deutschsprachiges Expeditionsteam
- > Anlandungen mit Landungsboot
- > WLAN an Bord (Verbindung gebietsabhängig)

REISEROUTE 24.6. - 8.7.2020

- 24.6. Anreise, Einschiffung Hamburg
- 25.6. Hamburg (inkl. Hafensrundfahrt*)
- 26.6. Auf See
- 27.6. Kristiansand (inkl. geführtem Stadtrundgang*)
- 28.6. Lysefjord
- 29.6. Geirangerfjord
- 30.6. Auf See
- 1.7. Seyðisfjörður (inkl. Aufführung in einer Kirche oder geführter Stadtrundgang*)
- 2.7. Grimsey (inkl. Polarkreisisüberquerung mit Zeremonie*)
- 3.7. Akureyri (inkl. geführtem Stadtrundgang, Eintritt in Botanischen Garten*)
- 4.7. Ísafjörður (inkl. Strandreinigung mit Expeditionsteam o. Besuch im Museum*)
- 5.7. Patreksfjörður (inkl. Rundgang mit Expeditionsteam u. lokalen Reiseleitern*)
- 6.7. Stykkishólmur (inkl. Besuch Eider-Zentrum und geführtem Rundgang*)
- 7.7. Heimaey
- 8.7. Reykjavik, Ausschiffung, Rückflug nach Deutschland

Vom 6.9. bis 20.9.2020 wird die Route in umgekehrter Richtung befahren, inkl. Flug nach Reykjavik.

* Inkludierte Erkundungstouren vorbehaltlich Änderungen



- > Eine wind- und regenabweisende Jacke
 - > Eine wiederauffüllbare Getränkeflasche
 - > Verleih von Gummistiefeln und Trekkingsstöcken
 - > Nachhaltigkeit: u.a. Schutz der Tierwelt und Unterstützung der lokalen Gemeinschaften
- ALLE MAHLZEITEN INKL. GETRÄNKEN AN BORD**
- > Vollpension mit Tischgetränken (Bier, Hauswein, Softdrinks und Mineralwasser)
 - > Snacks frühmorgens und nachmittags
 - > Kaffee und Tee ganztägig verfügbar
 - > Mahlzeiten im Hauptrestaurant Aune und im Restaurant Fredheim. Für Suiten-Gäste auch im À-la-carte-Restaurant Lindstrøm
- UMFANGREICHES AKTIVITÄTENPROGRAMM**
- > Jeden Tag eine Erkundungstour an Land (nicht an See- sowie Ein- und Ausschiffungstagen): Berühmte Plätze oder die besten Aussichtspunkte – das Expeditionsteam kennt die Geheimtipps und begleitet die Gäste dorthin

- > Nutzung des hochmodernen Science Centers – wissenschaftliche Lern- und Begegnungsstätte und täglicher Treffpunkt
- > Ausführliche Vorträge zu wissenschaftlichen Themen aus Biologie, Geografie, Geologie und Geschichte
- > Einführung in die Grundlagen der Fotografie
- > Fitness- und Wellnessbereich (Anwendungen kostenpflichtig)
- > Infinity Pool und Laufstrecke

Hinweise: Limitiertes Kontingent, buchbar bis 18.11.2019

15 Tage Expeditions-Seereise mit MS Fridtjof Nansen inkl. Flug ab € 4.927,- pro Person

Abfahrtstermin	Kabine	Polar-Außenkabine ohne Balkon	Arktis-Außenkabine mit Balkon	Expeditions-Suite mit Balkon
24.6. - 8.7.2020 Hamburg – Reykjavik inkl. Flug nach D	Doppelbelegung	€ 5.359	€ 6.497	€ 7.681
	Einzelbelegung	€ 8.801	€ 10.735	€ 14.918
6.9. - 20.9.2020 Reykjavik – Hamburg inkl. Flug nach Island	Doppelbelegung	€ 4.927	€ 5.965	€ 7.045
	Einzelbelegung	€ 8.066	€ 9.831	€ 13.646

JETZT BUCHEN!

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

Pitztaler Bergadvent

Vorweihnachtlicher Adventszauber

Der Bergadvent im Pitztal ist ein wohltuender Kontrast zur hektischen Vorweihnachtszeit – authentisch, besinnlich und ohne Stress. Vom 1. bis 24. Dezember wird im Pitztal viel Weihnachtliches geboten. Wie zum Beispiel ein Besuch des Adventserlebnismarktes in Wenns, mit vielen Schmankerln, Nikolausfest und großem Adventskonzert der Pfundskerle. Oder Wandern unter freiem Himmel mit leuchtenden Fackeln zur Waldandacht, wo die Senioren „Reini & Sepp“ mit netten Geschichten und Erzählungen den Abend begleiten. Beim Adventsmarkt wiederum kann man abends die heimelige Atmosphäre des Adventsdorfes ge-



nießen. Viele Lichter, traditionelle Dekorationen mit viel Liebe zum Detail umrahmen den Adventsmarkt, der von heimischen Handwerkern betreut wird. Das jeweilige Adventsfenster wird hier geöffnet und verwöhnt alle Besucher mit heißen Ziach Kiachl'n mit Kraut oder Preiselbeeren und heißen Getränken. Nach alter Tradition lädt die Gastgeberfamilie des jeweiligen Adventsfensters zu hausgemachten Spezialitäten und einem kleinen Adventsgeschenk ein. Nach diesen Erlebnissen genießt man die Ruhe im Alpine Resort Sportalm. Dort wartet ab November auch ein neuer Indoor- und Outdoorpool mit Blick in die Pitztaler Bergwelt (mit finnischer Panoramasauna, Dampfsauna, Sky Lounge, Ruhezone, Fitnessstudio, Massage- und Anwendungsbereich und vielem mehr).

Info: sportalm.net

Vent im Ötztal

Geheimtipp für das perfekte Familien-Skierlebnis

Im Herzen der Ötztaler Alpen liegt ein besonderer Skiort: Vent. Auf 1900 Metern – umgeben von Zirbenwäldern, am Talende und frei von Durchgangsverkehr – findet man diesen Geheimtipp. Genuss-Skifahrer fühlen sich in dieser beeindruckenden Berglandschaft besonders wohl. In Vent läuft vieles gemächlicher ab als anderswo. Vent ist überschaubar. Hotels, Apartments, Restaurants oder Skiverleih, alles ist in nur wenigen Gehminuten erreichbar und liegt zentral. Kein Anstehen am Lift. Man schwebt mit der Bahn direkt vom Ort ins Skigebiet und fährt praktisch bis vor die Haustüre. Einfach Ski anschnallen und Natur genießend ins Schnee-Erlebnis starten. Ideal für alle, die von ihrem Skiurlaub keinen Stress, dafür umso mehr Erholung erwarten – perfekt für Familien.



Foto: Bernhard Walter

Info: vent.at

Aktivcamp Idre

Wintersport in Schweden

Lange Tage, reichlich Schnee und ein sehr umfangreiches Aktivprogramm: In Idre bieten Guides jeden Tag geführte Touren an. Zum höchsten Wasserfall Schwedens geht es mit Schneeschuhen. Für die Langläufer gibt es perfekt gespurte Loipen vor Ort. Und wer abseits unterwegs sein möchte, schnallt sich die Back-Country-Ski unter. Für die Skifahrer unter den Reisenden sind die Pisten im Skigebiet Idre Fjäll optimal. Ganz besonders beliebt sind auch die mehrstündigen Huskytouren, bei denen jeder Teilnehmer ein eigenes Gespann durch die Wildnis lenkt. Untergebracht sind die Gäste in Idre in zehn Ferienhäusern am See. Im Haupthaus genießt man gemeinsam die Mahlzeiten, trifft sich zum Spielen und Lachen. Eine mit Holz befeuerte Sauna trägt zur warmen Nordlandatmosphäre bei. Von Weihnachten bis Anfang April fährt jede Woche ein Reisebus von Hamburg nach Idre. Busanreise, Unterkunft, Verpflegung, Reiseleitung sowie geführte Skiwanderungen und Schneeschuhtouren sind im Preis ab 899 Euro enthalten. Im Rahmen des Wintercamps finden außerdem zusätzlich zahlreiche Spezialtouren statt: Husky-, Ski- und Schneeschuhtouren von Hütte zu Hütte im Nationalpark Fulufjället, Langlauf-, Foto- und Outdoorurse.



Info: rucksack-reisen.de



Foto: kluump/fotografie.de

Wandergenuss im Murgtal

Zwischen Naturgewalt und Kulturerbe inmitten der Nationalparkregion

Hochmoore und Heuhütentäler, karge Grinden und malerische Kulturlandschaft, Streuobstwiesen und schroffe Felswände: Der Schwarzwald ist ebenso vielseitig wie geheimnisvoll. Eine Entdeckungstour im Murgtal.

Malerische Heuhütten liegen verstreut auf den Wiesen der Talsohle. Sie erzählen von einer arbeitsreichen Vergangenheit. Dahinter sind die blau schattierten Bergflanken des Schwarzwalds zu sehen. Vom Ursprung der Murg in Baiersbronn im Nationalpark Schwarzwald bis zur Rheinmündung bei Rastatt ragen immer wieder schroffe, von Wind und Wasser geschliffene Felswände in die Höhe. Hier ist der Schwarzwald eine wundervolle Mischung aus wilder Natur und jahrhundertealter Kulturlandschaft. Im Murgtal gibt es viele Möglichkeiten, diese faszinierende Kombination zu erleben und Interessantes über ihre Entstehung zu erfahren. So beherbergt das ehemalige Forsthaus auf der Hochmoorfläche des Kaltenbronns ein Infozentrum über dessen Geschichte bis zur letzten Eiszeit. Von der Rheinebene bis Gaggenau-Bad Rotenfels erstreckt sich im Frühjahr ein weißes Blütenmeer. Obstwiesen bilden hier Baden-Württembergs größtes zusammenhängendes Streuobstgebiet. Und auf den Gipfeln der Bergzüge blitzen immer wieder kahle Flächen hervor. Auf den Grinden – so heißen diese windgebüsteten, kargen Hochflächen des Nordschwarzwalds – weideten früher Schafe. Inzwischen bieten sie atemberaubende Panoramamen mit Ausblicken bis nach Frankreich.

Heute ziehen sich Naturerlebnispfade und prämierte Wanderwege durch die Täler, wie zum Beispiel die als Premiumweg zertifizierte „Murgleiter“. Sie schlängelt sich auf fünf Tagesetappen und insgesamt 110 Kilometern von Gaggenau bis zur Murgquelle unterhalb des Schliffkopfs. Sie führt immer am Fluss entlang durch das kontrastreiche Tal zwischen Baden und Schwaben. Der Wanderweg verläuft parallel zum Fluss und der dort verkehrenden Murgtal-S-Bahn. Mit dieser bildet er quasi die Holme einer Leiter. Die Sprossen dazu sind die vielen Zugangswege, welche den Wanderweg mit der S-Bahn verbinden, die stündlich verkehrt. Durch diese Verbindung mit dem Öffentlichen Nahverkehr können die Etappenlängen nach Belieben angepasst und einzelne Abschnitte angefahren werden. So ist die anspruchsvolle „Murgleiter“ mit ihren vielen Anstiegen zu herrlichen Aussichtspunkten für jeden gut zu meistern und ideal für Entdeckungstouren im Murgtal.

Die „Murgleiter“ sowie weitere ausgewählte Touren in der Region, vom Spaziergang für die ganze Familie bis zu tagesfüllenden Touren für ambitionierte Wanderer, vereinen die beiden Booklets „Murgtal Wanderguide“ und „Baiersbronner Wanderguide“. Die Guides sind kostenfrei bei den Tourist-Informationen im Murgtal oder im Internet erhältlich.

Info: baiersbronn.de oder murgtal.org

TOURENPLANER UND TOURENGUIDE-APP
Wer seine Touren im Internet planen möchte, findet unter murgtal.org und baiersbronn.de einen Tourenplaner sowie eine interaktive Wanderkarte mit Wanderrouten und Beschreibungen. Hier können GPS-Tracks für alle gängigen GPS-Geräte für die jeweiligen Touren heruntergeladen werden. Mit der Baiersbronner Tourenguide-App haben Sie den Wanderhimmel zudem direkt auf Ihrem Smartphone dabei.

ANREISE
Das Murgtal und Baiersbronn sind erreichbar über die A5 Karlsruhe–Basel, die A8 Karlsruhe–München, die A81 Stuttgart–Singen und über die Schwarzwaldhochstraße (B500). Zur bequemen und stressfreien Anreise verbindet die S-Bahn-Linie Karlsruhe–Freudenstadt, die so genannte Murgtalbahn, das vordere Murgtal mit Baiersbronn. Mit der KONUS-Gästekarte ist die Fahrt im ÖPNV während Ihres Urlaubsaufenthaltes kostenfrei.

GÄSTEKARTE
Mit der Schwarzwald-Plus-Gästekarte erleben Sie zudem über achtzig echte Schwarzwald-Erlebnisse in der Nationalparkregion kostenfrei, wie beispielsweise den Besuch des Kulturparks Glashütte Buhlbach und des Unimog-Museums, und Sie können mit der Karte ebenfalls kostenfrei GPS-Geräte und E-Bikes leihen.

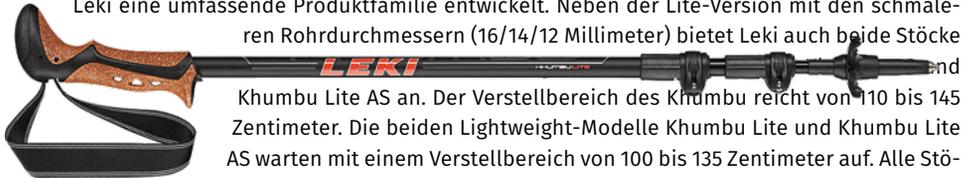
Weitere Informationen: schwarzwaldplus.de

Khumbu

DER TREKKINGSTOCK FÜR ALLE FÄLLE

Wer auf der Suche nach einem leistungsfähigen Trekkingstock ist, liegt mit dem in der Länge stufenlos verstellbaren Khumbu garantiert richtig. Um dieses dreiteilige Erfolgsmodell hat Leki eine umfassende Produktfamilie entwickelt. Neben der Lite-Version mit den schmaleren Rohrdurchmessern (16/14/12 Millimeter) bietet Leki auch beide Stöcke und Khumbu Lite AS an. Der Verstellbereich des Khumbu reicht von 110 bis 145 Zentimeter. Die beiden Lightweight-Modelle Khumbu Lite und Khumbu Lite AS warten mit einem Verstellbereich von 100 bis 135 Zentimeter auf. Alle Stöcke verfügen über das neue Außenverstellsystem Speed Lock+, das spürbar leichter und sichtbar filigraner geworden ist.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 79,95, leki.com



Aviant Duffel Pro 90

MAXIMALES PACKVOLUMEN, HOHE FUNKTIONALITÄT

Die neue Tasche Deuter Aviant Duffel Pro 90 bietet Platz für weite Reisen oder ist geräumige Sporttasche. Ausgestattet ist sie mit extrem robustem, wasser- und schmutzabweisendem TPU-Material. Innen bietet sie mächtig viel Stauraum. Mit Netzaschen im Deckel und an der Seite lässt sich kleineres Gepäck einfach sichern. Kompressionsriemen im Inneren halten alles am Platz, seitliche Reißverschlussaschen bieten zusätzlichen Stauraum. Die Schulterträger der Duffel Pro 90 lassen



sich mit einem gepolsterten Klettunnel verbinden, um sie bequem zu tragen. Zusätzlich sind sie im Deckel verstaubar, damit sie im Flugzeug oder beim Verladen nicht hängen bleiben können.

PREISEMPFEHLUNG: € 119,95, deuter.com



Nabucco Evo GTX®

FESTER HALT BEI EIS UND SCHNEE

Klirrende Kälte, vereiste Wege und Tief Schnee – die winterliche Pracht bringt neben schönen Aussichten auch so manche Herausforderung mit sich. Gut, dass der Winterstiefel Nabucco Evo GTX® dank der Vibram®-Arctic-Grip-Sohlentechnologie besten Halt garantiert. Gleichzeitig hält das kuschelige GTX®-Partelana-Futter mit Goretex-Membrane die Füße warm und trocken. Den Nabucco gibt es für Damen und Herren. Obermaterial: Nubuk und Textil, Futter: GTX®-Partelana, Sohle: Vibram® Arctic Grip Trac® II.

PREISEMPFEHLUNG: € 169,95, lowa.de

Hike and Ride Touch-TEC™

MULTIFUNKTIONALER HANDSCHUH FÜR AKTIVE TOUREN

Der Hike-&-Ride-Handschuh von Reusch eignet sich dank seiner angenehm warmen, weichen und hochelastischen Beschaffenheit ideal für hochaktive Abenteuer wie Ski- oder Trekking-Touren. Die Gore®-Windstopper®-Technologie macht den Handschuh absolut winddicht. Verstärkungen aus Leder auf der Innenhand gewährleisten einen optimalen Griff am Wanderstock. Um trotz Handschuh nicht auf die Bedienung von Mobilgeräten verzichten zu müssen, ist sowohl am Zeigefinger als auch am Daumen ein Touch-TEC™-Print mit Touch-Funktion integriert.

PREISEMPFEHLUNG: € 49,95, reusch.com



Naturno und Lana

DIE TESTSIEGER-HOSEN FÜR HERREN UND DAMEN

Die vielfach ausgezeichneten technischen Touren- und Trekking-Hosen Naturno und Naturno Slim für Herren sowie Lana Slim für Damen kommen in diesem Herbst und Winter in zusätzlichen starken Farben. Schwarz und Graphit erhalten bei den Herren Verstärkung durch Pumpkin Spice, einen trendigen Curry-Ton. Bei den Damen heißt die neue Farbe Hibiscus. Das Duo ist für höchste Ansprüche gemacht und begeistert mit einer tollen Passform in insgesamt über 50 Größen.

PREISEMPFEHLUNG:

ab € 119,95 (Naturno Slim/Lana Slim UPE)
ab € 129,95 (Naturno UPE)
maier-sports.com

Wärme und Schutz vor Wind und Wetter



WENDEJACKE MIT FUNKTION: IGNITLITE STRETCH REVERSIBLE

Bei dieser Jacke sorgt ein dehnbare synthetisches Isoliermaterial zusammen mit einer Mischung aus Polyamid und Elasthan für die ideale Kombination aus Wärme und Schutz vor Wind und Wetter. Die Wendejacke kann je nach Stimmung im coolen, auffälligen oder im legeren, gut kombinierbaren Look getragen werden. Mit ergonomischer, eng anliegender Kapuze und StormRepel®-DWR-Beschichtung.

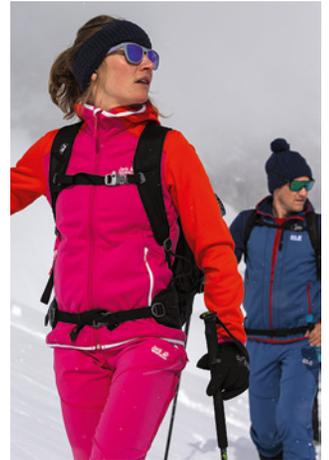
PREISEMPFEHLUNG: ab € 199,-, eddiebauer.de

Hydro Hooded Jacket Frauen und Männer

ECHTER WETTERSCHUTZ-PIONIER

Diese Multifunktionsjacke aus Fleece ist ein echtes Pionierprodukt in Sachen Performance: Die neue, extrem wasserabweisende DWR-Technologie hält um ein Vielfaches länger als herkömmliche Imprägnierungen und ist einzigartig im Fleece-Segment. Das Nanuk Dynamic Tech Super DWR schützt zuverlässig vor Wind und Wetter und ist dabei gleichzeitig atmungsaktiv und luftdurchlässig. Das Material ist zu hundert Prozent PFC-frei. Zwei Hüfttaschen, eine feste Kapuze und ein verstellbarer Saum gehören zur Ausstattung der Jacke. Die angeraute Innenseite fühlt sich angenehm weich auf der Haut an.

PREISEMPFEHLUNG: € 119,95, jack-wolfskin.de



Free-Time-Kollektion

AUSSERGEWÖHNLICHER TRAGEKOMFORT

Die Modelle der Free-Time-Kollektion werden ausschließlich aus Werkstoffen gefertigt, die den Schuhen einen außergewöhnlichen Tragekomfort und hundert Prozent Atmungsaktivität verleihen. Die italienischen Schuhe sind nach dem neusten Stand der Technik



konzipiert, um anspruchsvollen Bedürfnissen gerecht zu werden. Gefertigt mit einer Aktivkohle-Einlegesohle, einer atmungsaktiven 3D-Membran und einer eingespritzten PU-Zwischensohle wird der Fuß optimal gepolstert. Eine TPU-Laufsohle mit doppelter Dichte aus Vibram sorgt für zusätzlichen Halt. Das Obermaterial besteht aus einer Kombination von Wildleder und atmungsaktivem Textil.

PREISEMPFEHLUNG: € 99,90, grisport.com

Mammut Trion und Trea Spine Alpin-Rucksäcke

BEWEGUNGSFREIHEIT DANK ACTIVE SPINE TECHNOLOGY™

Rucksäcke sind meist statisch am Rücken fixiert. Die Muskeln ermüden schneller und die Bewegungsfreiheit ist eingeschränkt. Nicht so bei Trea Spine für Damen und Trion Spine für Herren: Das Hauptvolumen der Rucksäcke mit Active Spine Technology™ ist nur an Schultern und Hüftgurt fest am Tragesystem fixiert. Hier liegen Achsenpunkte, die durch einen hochflexiblen Glasfaserstab miteinander verbunden sind. Durch ihn können sich Oberkörper und Hüfte freier bewegen. Mehr Kraft, Bewegungsfreiheit und langsamere Ermüdung sind das Ergebnis. Sieben Farb- und verschiedene Volumenvarianten stehen zur Auswahl.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 269,-, mammut.com



Starkes Hybridmodell

SWITCH PRO HOODED JACKET

Mit dieser atmungsaktiven Hybridjacke ist man bestens ausgerüstet für schweißtreibende Bergtouren bei kühlem Wetter. Das elastische Außenmaterial hält Wind ab. Die schnell trocknende Polartec®-Alpha®-Füllung sorgt für wohlige Wärme. Die Einsätze aus Pontetorto®-Tecnopile®-Fleece sorgen für ein gutes Körperklima, einen körpernahen Sitz und geben der Kapuze mehr Stretch, so dass diese ohne oder mit Helm perfekt sitzt. Erhältlich als Herren- und Damenmodell.

PREISEMPFEHLUNG: € 199,90/€ 219,90, mountain-equipment.de



Devold Hiking



OPTIMALE VENTILATION

Die Produkte der Devold®-Hiking-Linie sind leichte, weiche Baselayer aus hundert Prozent feinsten Merinowolle (18,7 Mikron). Diese Qualität sorgt für eine gute Isolationsfähigkeit und eine sehr gute Atmungsaktivität. Wolle reguliert die Körpertemperatur nach sportlichen Aktivitäten auf natürliche Weise. Zudem ist Merino natürlich resistent gegen geruchsbildende Bakterien und die Kleidung kann über mehrere Tage getragen werden. Made in Europe: Devold-Produkte aus hundert Prozent Merinowolle sind Naturprodukte, die ohne chemische Zusätze hergestellt werden.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 80,- (Hiking Shirt), devold.com



Upcycling-Hüttenschua aus Skisteigfellen

EINZIGARTIGES UPCYCLING

Der Riemen dieser lässigen Hüttenschua besteht aus Skisteigfellresten, die als Verschnitt in der Produktion von Contour anfallen. Die junge Rosenheimer Marke „Doghammer“ kombiniert die Fellreste mit Schafwolle und Kork zu einem praktischen und nachhaltigen Hüttenschua, der als offenes und geschlossenes Modell erhältlich ist. Die Hüttenschua werden in Handarbeit in einer familiengeführten Schuhmanufaktur in Portugal gefertigt. Ein wirklich einzigartiges Projekt!

PREISEMPFEHLUNG: ab € 42,90, doghammer.de

Bestens ausgerüstet

HOCHFUNKTIONELLE FLEECE HOODIES FÜR VIELFÄLTIGE WINTERABENTEUER

Ein erstklassiges Feuchtigkeitsmanagement bieten die Fleece Hoodies Val d Isere für Herren und Annapolis für Damen. Bei diesen Fleece-Jacken ist das Stretch-Material auf der Innenseite aufgeraut. So entsteht eine angenehm weiche Haptik. Um den Tragekomfort zu erhöhen, wurde das nachhaltige S.Café-Material (mit recyceltem Kaffeesatz) im Stoff verarbeitet. Zusätzlich wurden die schnell trocknenden Midlayer mit einem Arm- und Saumabschluss mit elastischen Einsätzen sowie einem hochschließenden Kragen versehen. Letzterer hat smarte Lasercut-Elemente im Gesichtsbereich, welche Dampf nach außen durchlassen.



PREISEMPFEHLUNG:
€ 139,95, schoeffel.com

Superschick und fein perforiert – das ideale Tuch für unterwegs

UNSCHLAGBAR LEICHT UND KLEIN BEI DIESER GRÖSSE

Der ideale Begleiter für unterwegs – mit allen guten Eigenschaften, die man von einem modernen Outdoorhandtuch erwartet, bei einem Format von 66 x 130 Zentimetern und nur 99 Gramm Gewicht. Das schafft kein anderes Tuch auf dem Markt! Auch das extrem kleine Packmaß kann sich sehen lassen. Genau die Vorteile, die bei Outdoor, Sport und

Tech Wash/TX.Direct

NACHHALTIG UND UMWELTSCHONEND

Die nachhaltigste Jacke ist die, die bereits im Schrank hängt – wenn sie regelmäßig gepflegt wird! Das effektive Duo Tech Wash und TX.Direct bietet optimalen Näscheschutz für Jacken mit Membran oder PU-Beschichtung und bewahrt gleichzeitig deren Atmungsaktivität. Als einziger Pflegemittelhersteller produziert Nikwax seit jeher PFC- und treibgasfrei. Renew, Reuse, Recycle: Plastik stellt für unsere Umwelt ein Riesenproblem dar. Recycling reduziert die Plastikmenge in der Natur. Nikwax stellt daher derzeit auf Flaschen aus recyceltem Plastik um. Dieser Prozess wird Ende 2020 abgeschlossen sein.

PREISEMPFEHLUNG: € 22,- (Doppelpack Tech Wash/TX.Direct, je 300 ml), nikwax.com



Freizeit, auf Reisen, mit dem Flugzeug oder Auto, bei Fahrradtouren oder im Fitnessstudio eine große Rolle spielen: platzsparendes Format, hohe Funktionalität, superleicht – sehr schnelle Wasseraufnahme (mehr als 350 Prozent des Eigengewichts), sehr schnell wieder trocken, angenehm auf der Haut und von hoher Lebensdauer. Das Sommer-Angebot für DAV-Mitglieder: Beim Kauf von drei Outdoor-Handtüchern minus 30 Prozent – bitte Gutscheincode eingeben: DAV20813. Auf alle weiteren Produkte aus dem Programm minus 20 Prozent – Gutscheincode: DAV20812.

PREISEMPFEHLUNG: € 22,80 (66 x 130 cm im praktischen Nylon-Mesh-Beutel), evonell.de

Willkommen im Herbst!

Wohltuendes und Stärkendes für die Gelenke, die Haut, zur Unterstützung des Immunsystems ... All diese Dinge fördern die Aktivität und erhöhen das Wohlbefinden. Hier finden Sie eine kleine Auswahl an entsprechenden Präparaten und Hilfsmitteln.



Vomex A®

BEI REISEÜBELKEIT VORBEUGEN

Bei Reiseübelkeit führen widersprüchliche Informationen der Augen, der Bewegungssensoren und des Gleichgewichtssinns zu Stressreaktionen im Gehirn. Als Folge wird Histamin ausgeschüttet. Das erzeugt Übelkeit und bei längerem Anhalten auch Erbrechen. Die gute Nachricht: Spezielle Reise-Medikamente mit dem Wirkstoff Dimenhydrinat können schnelle Abhilfe schaffen. Praktisch für unterwegs sind zum Beispiel Sublingualtabletten, wie Vomex A® Reise für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren, die man ohne Wasser einnimmt. Der Wirkstoff wirkt, indem er das Histamin hemmt und so die Übelkeit reduziert. Vomex A® Reise kann auch vor Reiseantritt eingenommen werden und somit präventiv wirken.

PREISEMPFEHLUNG: € 7,97 (10 Stück), vomex.de



Verspannungen ade

ARNIKA ROLL-ON

Verspannungen kennen viele. Abhilfe schaffen in der Regel Dehn- und Entspannungsübungen. Klosterfrau bietet eine weitere neuartige Möglichkeit: Der handliche Arnika Roll-On vereint Pflege und Massage-Effekt für unterwegs. Dabei eignet er sich aufgrund seiner Größe perfekt zur Anwendung für unterwegs oder im Büro und passt gut in die Handtasche. Leichtes Auftragen ohne fremde Hilfe und Rückstände an den Händen verspricht der Roll-On-Applikator mit entspannendem Massage-Effekt. Die Arnika-Rezeptur mit Menthol und Eukalyptus vitalisiert und belebt die verspannten Areale, zudem zieht sie schnell ein.

PREISEMPFEHLUNG: € 4,99 (50 ml), klosterfrau.de



Fruchtig-frisch mit acht Vitaminen

MULTI-TALENT FÜR DAS IMMUNSYSTEM

Das leckere Multi-Vitamin Energetikum mit natürlichem Vitamin C sowie den weiteren wertvollen Vitaminen A, B1, B2, B6, E, Niacin und Vitamin D3 hilft, die natürliche Vitalität zu erhalten. Die enthaltenen Vitamine unterstützen das Immunsystem, den Energiestoffwechsel, die Knochensubstanz, die Sehkraft, die Nerven und die Haut. Der hohe Anteil an Vitamin D3 (800 I.E./10 ml) entspricht der Tagesempfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und ist somit eine ideale Unterstützung im Alltag oder bei erhöhtem Vitamin-D3-Bedarf im Winter.

Das Energetikum lässt sich individuell dosieren, hat einen natürlich-angenehmen Geschmack und wird in Oberbayern nach höchsten Qualitätsstandards hergestellt.

PREISEMPFEHLUNG: € 15,25 (250 ml), € 27,50 (500 ml), salus.de

Linola Schutz-Balsam

SCHÜTZT DIE HAUT UND LÄSST SIE ATMEN

Bei Sportlern wie Radfahrern und Läufern kommt es zum Beispiel durch Schweißstau oder Scheuern leicht zu wunden Stellen an besonders belasteten Körperstellen, wie zum Beispiel im Intimbereich, im Brustbereich oder an den Knöcheln. Damit die Hautbarriere auch bei hohen Belastungen oder starker Reizung intakt bleibt, gibt es den Linola Schutz-Balsam. Der Balsam bildet einen atmungsaktiven Schutzfilm, der Nässe von der gereizten Haut fernhält und sie gleichzeitig atmen lässt. So kann kein Feuchtigkeitsstau in der Haut entstehen und die beschädigte, gereizte Haut wird geschützt. Der Balsam besteht aus einer farb- und rückstandslos entfernbaren Wasser-in-Öl-Emulsion, ist geschmeidig sowie leicht aufzutragen und enthält keine Mineralfette oder Silikone.

PREISEMPFEHLUNG: € 8,97 (50 ml), linola.com



oxano®zellschutz-Kapseln nach Müller-Wohlfahrt

ANTIOXIDANTIEN HALTEN DIE ABWEHR FIT!



Der Mensch besitzt von Natur aus einen sehr effektiven Schutz gegen Krankheitserreger. Der Lebensstil der modernen Industriegesellschaft bringt diese natürlichen Regulationsmechanismen aus dem Tritt, wodurch die Abwehrmechanismen des Körpers geschwächt werden. Die Antioxidantien-Kapseln oxano®zellschutz enthalten Zink sowie die Vitamine A, C und E, die gemeinsam die Funktion des Immunsystems unterstützen. Abgerundet wird die Rezeptur des Nahrungsergänzungsmittels durch OPC-Traubenkernextrakt und das Coenzym Q10, von dem vermutet wird, dass es der Zellaalterung entgegenwirkt, das Immunsystem aktiviert und Herz und Nerven unterstützt.

PREISEMPFEHLUNG: € 37,50 (60 Kapseln, 1 Kapsel pro Tag), zellschutz.oxano.de

HÄNDLERVERZEICHNIS

PLZ 00000-09999

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Leipzig:
Nikolaistraße 47-51
04109 Leipzig
Tel.: 0341 - 308 586 50

PLZ 30000-39999

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Bielefeld:
Obernstraße 38
33602 Bielefeld
Tel.: 0521 - 522 019 14

Höxter:
Weserstraße 12
37671 Höxter
Tel.: 05271 - 35346

Göttingen:
Rote Straße 31
37073 Göttingen
Tel.: 0551 - 401 740 11

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

PLZ 20000-29999

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Flensburg:
Grosse Straße 69
24937 Flensburg
Tel.: 0461-295 16

Kiel:
Andreas-Gayk-Str. 23
24103 Kiel
Tel.: 0431-990 409 55

Celle:
Rabengasse 8
29221 Celle
Tel.: 05141-909 799

PLZ 40000-49999

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Münster:
Rosenstraße 10-13
48143 Münster
Tel.: 0251-488 208 34

Duisburg:
Kasinostraße 13-15
47051 Duisburg
Tel.: 0203-285 280

Wesel:
Hohe Straße 18
46483 Wesel
Tel.: 0281-164 350 80

PLZ 90000-99999

 **LAUF UND BERG KÖNIG**

TEL. 09 41 - 64 66 36-0
HAIDPLATZ - KREBSGASSE 2
93047 REGENSBURG
WWW.LAUFUNDBERG.DE

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Oldenburg:
Gaststraße 27
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

 **terracamp**

An der Hansalinie 17
48163 Münster
Tel. 71 93 66
- große Zeltausstellung - - Bergsportspezialist -
www.terracamp.de

Aegidi Markt 4+7
48143 Münster
Tel. 45 777

Mein  **Ausrüster**
Der Bergsportexperte

Ausrüster GmbH | Ludwigstraße 7 | 93086 Wörth a. d. Donau
www.mein-ausruester.de

PLZ 50000-59999

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Hamm:
Ritterstraße 2
59065 Hamm
Tel.: 02381 - 927 259

Bonn:
Wenzelgasse 17
53111 Bonn
Tel.: 0228 - 981 467 47

 **unterwegs.biz**

Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

Erfurt:
Schlosserstraße 28
99084 Erfurt
Tel.: 0361 - 601 77 80

HOTELS | UNTERKÜNFTE

Pension Hahnenkamm



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

Pichlerstraße 33 · I-39017 Schenna
Telefon & Fax +39 0473 94 58 72
www.pension-hahnenkamm.com

 **alpenchalets.net**

Südtirol, Schweiz + F
Skihütten und Chalets online buchen beim Spezialisten, für 4-24 Personen.
Tel. +49 721-4672475
alpenchalets.net

Anzeigenschluss für die am 19.11.2019 erscheinende Panorama 6/2019 ist der **11. Oktober 2019**.

Wo es am schönsten ist: Dolomiten - Südtirol,
I-39050 Eggen/Deutschnofen, **Hotel Latemar** ★★★ Pichler Arnold & Co.KG, Dorf 39

HP mit Frühst.-buffet, 4-Gänge-Abendessen, DZ, **pro Pers. u. Tag € 53,00** (10.-31.8 € 58,00). Kinder im Elternzim. stark ermäßigt/umsonst. Gemütlicher Familienbetrieb, große Zimmer, jeder Komf., Sauna, Wellness. Mehr Info: **www.hotel-latemar.it**, Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054



GOLDENER BERGHERBST

ab € 55,00 p.P.
inkl. HP  **HOTEL TAUFFERBERG**

A-6441 Niederthal 12a +435255/5509
WWW.TAUFRBERG.COM

REISEVERANSTALTER



DIAMIR
Erlebnisreisen

Bergexpeditionen weltweit...

Reisen Sie in kleinen Gruppen mit max. 14 Gleichgesinnten.

+49 351 31207-0
www.diamir.de



Reisch Reisen
Geführte Individualreisen mit verlässlichen Partnern vor Ort: Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania, Äthiopien, Indien, Armenien, Georgien u.v.m.
Tel. 089 8505560, www.reisch-reisen.com



Wandern mit den Profis!
150 Touren in den Alpen

alpenschule-oberstdorf.de



MIT PROFIS AM BERG! **SEZEN SUMMITS**

AMICAL ALPIN
DIE BERGSCHULE - TREKS & EXPEDITIONS

Ihr Partner im Alpin-Trekking & Expeditionsbereich, seit mehr als 25 Jahren!

WIR L(I)EBEN BERGE

Walsersstraße 5 - 87561 Oberstdorf
Tel.: 083 22 98 74 788
www.info@amical-alpin.com



flugloses Urlaubsglück
naturnah
www.Natours.de



2019/20
Skitourenabenteuer Kirgisistan
Skidurchquerung Haute Route
Silvester in der Silvretta

bergfahrer.com



www.DALTUS.de
Tel. 04123 - 8543218

Aktivurlaub mit Gleichgesinnten

Erlebnis: **DACHZELTBUS**
Katalog 2020 kostenlos anfordern



BOSS ADVENTURE NEPAL
TREKS & EXPEDITIONS

www.boss-adventure.com



Berghütten
in Österreich für Selbstvers.
zu verm. Tel. 08233/8498686
www.berghuetten.com



Skilanglaufreisen nach Skandinavien
www.die-vagabunden.de
☎ 0 43 52 - 95 68 695



Hawaii - Wandern
0351 42 450 892 | www.rawakas.de



nepalwelt-trekking.com
Unserer Erfahrung - deine Traumtour



Schweden
Schneesuh
Langlauf
Tourenski
Abfahrtski
Ferienhäuser
Huskytouren

RUCKSACK REISEN
www.rucksack-reisen.de

VERSCHIEDENES



KORODIN
Herz-Kreislauf-Tropfen



Reparatur von Funktionsbekleidung
Austausch defekter Reißverschlüsse, Rep. v. Löchern & beanspruchten Stellen
Tel. 0152/51426176
www.sa-macnotex.de



Lawinen- und Skitourenkurse
Bergschule Oberallgäu
www.alpenschule.de ☎ 08321/4953



Antihydral®
Gegen starke Schweißabsonderung zur Anwendung auf der Haut



Venter Tage
IM HERZEN DER ÖTZTALER ALPEN

Das Berg- und Skidorf Tirols

ÖTZTAL Vent

www.ventertage.at
@ventertage

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de



Fotohaus Heimhuber
- SEIT 1877 -

Bergbilder. Historisch. Einzigartig!
Leinwandbilder online bestellen!

www.historische-bergbilder.de



BERGSCHULE
OUTDOOR SPORT KLEINWALSERTAL

ERLEBE DEIN ABENTEUER MIT UNS!

www.bergschule.at



Jubin Zuckerlösung
Die schnelle Energie aus der Tube

Jubin
Substitutions- & schnelle Energie
40g

Jubin Pharma Vertrieb
Rombacher Hütte 10 - 44795 Bochum
www.jubin-pharma.de

KLEINANZEIGEN

VERMIETUNGEN

CH-Randa/Zermatt: Komf. FeWo., 60 qm, TV, Terrasse, ganzjährig geheizt, für 2-4 Pers. zu vermieten. Tel. 07331/9 41 417 ab 19.00 Uhr

TOSKANA-MEER Naturstein-FeHs, Blick aufs Meer und die Inseln Elba+Korsika www.toskana-urlaub.com / 08662/9913

Landgut in den Karpaten in Rumänien. Naturschutzgebiet auf 750m Höhe, Hochlandrinder, Gebirge, Nationalparks. Außergewöhnlich schöne Feriendomizile. Unser Anspruch ist Nachhaltigkeit und Respekt vor der Schöpfung. www.sesuri.com

Tirol, uriges Selbstversorgerhaus im Kaunertal (max. 25 P.), ideal zum Skifahren, Wandern www.sunna-huette.de

CH-Graubünden: 300 jähr Ferienhaus, mitten in der Natur. Ideal für Wandern & Erholung. www.bearth.org

Kärnten: Bergbauernhof in Heiligenblut langfristig zu verm. Tel. 08027/9083445

VERSCHIEDENES

Der Hamoni® Harmonisierer - Ihr Hochwirksamer Schutz vor Elektromog www.elektromoghilfe.com

Wir suchen DICH mit Leidenschaft für Berge UND Medizin. FA Innere/Allgemein/Päd/Chirurgie/Anästh. Für **Notfallpraxis im Engadin**. Toller Job, prima Work-Life-Balance! Mail: anita.kirner@bergpraxis-samnaun.ch

Das ist der Gipfel: Job und Hobby kombinieren im Allgäu
Wir stellen ein: Elektroniker Energie- und Gebäudetechnik sowie Ingenieure im Bereich Elektrotechnik (m/w/d) www.gunkel-elektro.com

Alpin motivierte Arzthelferin/
Krankenschwester (gerne auch männl.)
sowie Physio für tolle **Notfallpraxis im Engadin** gesucht. Kontakt Arzt: anita.kirner@bergpraxis-samnaun.ch
Kontakt Physio: info@fisiomedica.ch

Toller Job, Junges Team: Baumanager m/w/d, Landschaftsarchitektur gesucht. Abschluss MA, Bsc, Dipl.-Ing, München. www.keller-damm-kollegen.de

BEKANNTSCHAFTEN

W., 41 J aus S sucht TournpartnerInnen Wandern/Slitour Powdermouse@gmx.de

RM 85: ICH (m.38) suche nette und zuverlässige Sportfreunde für Klettern, Bouldern u. ggf. Wandern, Skifahren. Tel.: 015116150752

Allein machts wenig Spaß. M., 68, fit, sucht Kamerad/in für Bergtouren. bergfreunde68@gmail.com

BGL/TS/RO: Suche Singles zum gemeinsam unterwegssein, w53, Berg, Rad, Ski, See, sportlich, genussvoll, ganzjährig. Gehst mit? bergsonnige@gmx.de

Liebe Sie, 46J., **Raum Lindau**, sportl., verh., alleine in den Bergen, sucht netten, klugen Bergkamerad für Wanderungen, leichte Klettersteige, Schneeschuhtour, Hütten. rosengarten73@gmx.de

REISEPARTNER/IN

Neuseeland: Natur-, Kultur-, Erlebnisreise durch eines der schönsten Länder auf dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harry Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch faszinierende Landschaften reisen. Tel. 07551/301166 www.harrytours.de

Australien: Suche Reisepartner/in aus Rm. Bodensee (bin w46) für April 2020 aust2020@t-online.de

La Reunion Wanderparadies im Ind. Ozean Hohe Gipfel u Vulkane, grandiose Schluchten 11.11.2019, 17 Tg, priv. organ., Tel. 08586-2905

Traumtour Kilimanjaro 5895 m, 27.12.2019 Akklimatis. am Mt.Meru 4566 m, Kibo auf sehr einsamer Umbwe Route, 3 Nationalparks 16 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

Kapverden, 06.03.2020, traumhafte Wanderungen auf 4 Vulkaninseln m. Pico Fogo 16 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

Azoren, 14.04.2020, traumhafte Wanderungen auf 4 Vulkaninseln mit Mont. Pico 2351 m, 18 Tg, kl. Grp, priv. orga, Tel. 08586-2905

Kilimanjaro, Dez.2019, 16 Tage, privat mit Meru und 3 Safaris, weltberge@gmx.de

Nepal, Manaslu-Umrandung, vom 29.3. bis 20.4.2020, meine 14. Nepal-Reise für DAV, ich reise selbst mit, privat, preiswert, erfahrene nepalische Führer u. Träger, Preis etwa 2400,- Euro für **alles, (mit Flug)**. Info bei helmut.henschen@gmx.de, Tel. 07034-61697 oder 0162-4093041.

SIE SUCHT IHN

BERLIN 34/179: klettern, wandern, zelten, zusammen draußen sein? jella34@web.de

RM 3: Ich bin eine humorvolle, lebendige, attraktive Frau (52/176), die das Unterwegssein genauso wie die Ruhe liebt und das Leben wieder mit jemandem teilen möchte. Du bist ein tatkräftiger, werdebewusster, humorvoller Fels in der Brandung (45-55), der das Leben liebt mit allen Facetten. Du fühlst dich angesprochen? Lass uns schauen, ob's passt und schreib mir unter rocking_@web.de. Ich freue mich auf DEINE Nachricht!

Aktive u. weltoffene Schwarzwälderin (55J) sucht lebenslustigen Gegenpart für gemeinsame Unternehmungen. Freue mich über Zuschriften an Lebensfreude100@web.de

Rm 57: Sportliche, attraktive, finanziell Unabhängige sucht sportlichen, intelligenten reise- und wanderfreudigen lhn bis 65J. BmB. Bin 168cm/ 57Jahre Mail: simi572@web.de

Sport verbindet - vielleicht fürs Leben! Sie sind neugierig, männlich und suchen die LIEBE? Bei uns suchen attraktive, sportbegeisterte Frauen mit Niveau das passende Pendant. Ein unverbindliches, kostenloses Gespräch mit PV Christine Stegmann kann ihr Leben positiv verändern. MUC 089/32635867 oder 0176/20371708 info@cs-partnervermittlung.com

Rm FFM: 38/178/65, unkomplizierte, neugierige u reisebegeisterte Sie sucht gleichgesinnten (35 - 45, schlank), um die Welt und sich gegenseitig zu entdecken. BmB, indiewelt80@gmail.com

München-Süd: Ich, 55/170 suche einen Mann für eine Partnerschaft mit Interesse an Bergwandern, LL-Skating, Konzerten, Theater und Wellness. Ringel12@gmx.de

Attraktive Bergfrau, Ende 50, zierlich, topfit, unkompliziert, mit Hund, sucht liebevollen Mann zum **Auswandern in die norditalienischen Alpen** und fürs Leben. Bin reise- und unternehmungslustig, liebe Bergtouren im Hochgebirge, draußen schlafen, naturnahes Wohnen, gerne auch im Almdorf. BmB bergfrau2019@gmx.de

Rm 821 und Umgeb. Junggebl. Sie 53/172/60 sucht ihn (bis 58), der mit mir die morgendliche Stille beim Joggen genießen mag und auch sonst gern sportlich unterwegs ist. GmB aber kein Muss onesim66@web.de

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen. Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de.

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie Ihre Kleinanzeigen-Hotline unter der Telefonnummer: (040) 37 03-53 26 an.



KLEINANZEIGEN

Geteilte Freude ist doppelte Freude!
Du bewegst dich gerne in der Natur (Berge, Wald, See...), interessierst dich auch für Stadt, Land, Leute und Kultur? Ich (61) würde gerne mit dir teilen.
renate.wntr@outlook.de

R 72: Ich suche das Unmögliche. Einen Mann. Einen erwachsenen Mann. Eine Mutter hast du schon und suchst nicht noch eine. Anderen hörst du lieber zu als dir selbst. „Schönheit“ berührt dich. Kultur, Kunst, Natur und Bewegung sind für dich vereinbar. Dein Tun ist geprägt von Leidenschaft und Hingabe. Berührt dein Rasierer weder Arm, Bein noch Brust und hast du gerade eben herzlich gelacht, schick mir deine Mail bitte mit Bild - Gefällt du mir, erfährst du mehr: dochnichtunmoeglich@gmx.de

Rm 66-68/76: Sportliche schlanke, 173, NR, Kletterin sucht Kletter- und Wintersportbegeisterten, kreativen Lebenspartner mit Charme und Geist (+/-55). Auf zum Gipfel! BmB climbagain@web.de

Bodensee: Sportl., attrakt. Witwe (63/165) möchte Ihre Aktivitäten: Wandern, Schwimmen, Rad u. Skifahren, Tanzen, Reisen und Kochen gerne in Zukunft mit einem 60-70j., schlanken, gut gebildeten, kulturint. u. liebev. Partner, NR, teilen.
SMS an: 0162 8985441

Rm M u. Umgebung Liebe Berghexin (53/170/60) sucht liebevollen, schlanken, fröhlichen Bergfex ohne Altlasten. Ich mag die Berge, MTB, RR, Skitouren, Skaten u. vit. auch Dich. BmB Ella.Franka@yahoo.de

Sächsin 60+ na und; 165/55, suche Outdoorermann für Aktivitäten, Reisen u. Leben; hoeflich@sags-per-mail.de

Rm88: 62/163/56 suche Dich für gemeinsames Gipfelglück und für die schönen Dinge im Leben. Wandern/ Radeln/ Skifahren/ LL/ Schneeschuhlaufen/ Reise. waschu.56@web.de

Raum 9: Suche warmherzigen und niveauvollen Partner (60 bis ca. 68 Jahre), gerne auch mit christlicher Einstellung, für gemeinsame Wanderungen, Radtouren, Reisen, Konzerte, Gespräche, Lachen, Zweisamkeit und eine dauerhafte Verbindung. Was mir u.a. wichtig ist: Ehrlichkeit, Toleranz, Flexibilität, Wärme und Geborgenheit. Bin 61 J./168 cm/schlank, verwitwet, weltoffen, Akademikerin. Über eine mail mit Bild würde ich mich freuen: weissev@gmx.de

Rm7: sportlich, attraktive Frau 55/168/NR sucht Gleichgesinnten für anspruchsvolle Wanderungen, Reisen, Kultur und mehr, BmB MehrBerge@web.de

Rm88: 34/180 sympathische Sie sucht humorvollen und ehrlichen Lebenspartner zum Kennenlernen. Meine Interessen sind Bergwandern, Radfahren, Joggen, Schwimmen u.m. Berg- und Sportsfreund melde dich unter Lottaamberg@web.de

50/51 Neustart: Ich (52) wünsche mir einen empathischen, gebildeten Partner (gerne mit Kindern) mit ähnl. Interessen (Kletter-/Hoch-/Ski-/Bergtouren, Kultur, evtl. Segeln, Tauchen...) für Freizeit, Urlaub und Alltag. Clara.Fall.67@web.de

RM NDBY+++ Sommer wie Winter in der Natur unterwegs. Schlanke (57J/164) Frau würde Dich gerne finden... ehrlichen, sportlichen, netten Mann für gemeinsame Touren. BmB an: xaverl02@gmx.de

Rm 4: 48/ 171/ NR, sportlich, suchst ihn für Berge, Klettern, MTB. giant71@gmx.de

Rm OA: Lebenslustige Wahloberallgäuerin (35) mit Spaß an Rad-/ Berg-/ und Skitouren sucht humorvollen, selbstbewussten Outdoorerkerl mit Herz für gemeinsame Unternehmungen und wenns passt für mehr! gruenten1234@gmx.de

Ich wünsche mir Zeit zum Träumen und Staunen mit Dir. Ganz einfach, um zu Leben! **OB:** Ich 56/162/NR, lebensfroh, naturverbunden suche Dich, weltoffen, neugierig. dav-20pan.eu@web.de

Ich bin vielseitig sportlich,attr(akt)iv, 62/173/60/ und suche den fit-Geblienen, der mit mir Berge/Land,mein Herz und Mee(h)r erobert.PLZ:4,3,5 BmB,lula2019@gmx.de

HH/N-NS 50erJ. Energie in Bewegung durch Stadt und Land, Natur und Kultur, in nah + fern + auch gern zu Haus, per Rad, zu Fuß * neugierig freu mich!
Bitte mit Bild an E.motions@web.de

Rm 73: Sportliche, aktive Sie 57/165 sucht Dich- mit Herz, Hirn und Humor für Berg und Tal, Hüttentouren, Ski, LL, Lachen, Rad, Reden und Reisen. 321theara@gmail.com

M/Rm8: fröhliche, naturverbundenen Sie (57/1,64/akad.) sucht netten Begleiter für's Wandern, Radeln und was miteinander Spaß macht. Freue mich über Deine Nachricht an berg_wie_see@yahoo.de

Suche für die Gratwanderung des Lebens den Mann, der das andere Ende des Seiles hält, damit ich Wirbelwind weiter durch Berg und Tal tanzen kann. Begeistere mich mit allem, was man draußen machen kann, gerne auch 4x4 die Seidenstraße. 71outdoorlady@gmail.com

OA: Teilst Du meine Begeisterung für Rad, Skitour, Powdern, Berge, Schnee? Fühlst Du Dich jünger & siehst auch so aus? Attr. jugendl. Sie (51) sucht **im Allgäu** jugendl. Ihn +/- 51 mit großem Herz, Lachfalten & Tiefgang, der offen ist für inneres Wachstum um gemeinsamen Träume zu leben. allgaeu_67@web.de

Westl. Oberbayern. Sportliche Sie (60/1,70m), NR, selbstständig, liebt Berg-, Ski- und Radtouren, aber nicht alleine, und möchte mit einem gleichgesinnten, humorvollen Partner noch einmal durchstarten. BmB. ingrid.outdoor@gmail.com

Mein Herz, bitte komm in meine Arme und lass uns in den Bergen unser Leben beginnen. **Ich liebe Dich über alles.** Dein Engel

RM 83 Die Vielfalt im Leben genießen, Berg-Tal-Natur-Kultur. Alles kann - nichts muss. Am liebsten mit Dir! Wenn Du wie ich sportlich, fit und guter Dinge bist und zu mir, 65/schlank/174 passt. Gfrei mi: giranda@web.de

allgaeuerin123@gmx.de: Suche bodenständigen Ihn / „von hier“ / ähnlichen Alters für Berg und Tal sowie die Reise durchs Leben (43/165/NR) - bmB.

Raum 73: bewegungsfreudiger Wandervogel (165/56) sucht Lebensfreund über 60, wandern, radeln, mit Wohnmobil reisen, tanzen, Yoga, gut kochen und essen, in schönem Haus mit Garten wohnen und die schönen Dinge des Lebens erkennen und wertschätzen. altbaujuwel@web.de

Attraktive, naturverbundene, empathische Traumfrau (50J.) sucht ebensolchen aktiven, lebensfrohen Prinzen mit Herz und Verstand für alles, was zu zweit mehr Spaß macht und sich entwickeln möchte. Nur Zuschriften aus max 50km Entfernung von **Bonn**. Email: wandern-kanu-rad-u.mehr@t-online.de

Rm 90/91/Allgäu Sonnenschein, 53/172, wünscht sich gr. Partner für Bergtour, Motorrad, tanzen und weggehen. amica.65@web.de

Rm 77: Humorvolle Frau 168/53 sportlich, schlank sucht junggebliebenen Seelenverwandten. Für ein harmonisches Leben. murmel987@gmail.com

Südwest: Gefährte für Bewegungen und gemeinsames Sein gesucht. Bin 61/164, trainiert. caschmidt@starioncity.de

Rm 9: Leben, Lieben, Entdecken. Natürliche, hübsche Sie (47/ 165/ 50/ NR) würde gerne mit ehrlichem, herzlichem Ihm radeln, wandern, tanzen, kuscheln, kochen, reden, reisen, neue Wege gehn? BmB: an walhalla10@mail.de

Rm Stgt/WN: Sie 56/162/63 NR, lebensfroh, bodenständig, unkompliziert, gerne in der Natur unterwegs, sucht alltags- und outdoortaugliche Begleitung. natur.freunde62@gmail.com

SIE SUCHT SIE

Rm DD: Sie, 51, NR, sucht Sie mit Humor und Herz für Wandern, Kultur uvm; bergemitherz@posteo.de

ER SUCHT SIE

Rm 70 o.71: Suche DICH Sport-, Kletter- und Bergversessene für gemeinsame Gipfelerlebnisse/-genüsse und Entdeckungen des Lebens (Gemeinsam Kochen, Musik, Filme, Kultur, Lachen, Träumen, uvm.). Wenn's beiden passt und das Herz dabei ist, ist doch alles recht, oder? bergler2966@web.de (ER 52/175/66)

Köln/m/20/1,85 Ich würde mich über Post von dir freuen :) kletternimdav@gmail.com

M:+30km; 55,186,78, Bewegung in Natur & Berge, gesunde Ernährung. Bistohne Smoke,Schminke,Speck! Hast Mumm & Power! st.mtb BmB biobergbub@gmx.de

RM49/NRW: Du möchtest auch das wunderbare Glück des Lebens gemeinsam genießen! Du bist sportlich, attraktiv, gebildet, humorvoll und taff...na dann haben wir schonmal die gleichen Attribute! Wenn Du dann noch mit mir (46, 183, 86) die Leidenschaft zum Bergsport (Ski, Touren, Bergsteigen) und zum Radsport (RR, MTB) teilst, ja dann, hau rein in die Tasten! Freue mich: muenster173@web.de

Suche (Kletter-)Partnerin für große Abenteuer. VW-Bus vorhanden. Ich: 35/174/Stuttgart. Du? bergbus@posteo.de

RM 89, bereit alles stehen und liegen zu lassen und mit dir ans andere Ende der Welt zu reisen. Natur, Wandern, Fitness, MTB, Musik und Film sowie Lachen & erleben, NR, nur Singles mit Niveau :) aloha-83@gmx.de

RM 8 attrakt. junggebl 55/183 schlank, Sport-und Naturbeg. NR su unkompliz. attrakt. Gegenstück mit positiver Lebenseinst. für Berge, See, MTB, Skitour, Camping etc. und gem. Zukunft. BmB an shortymail@web.de

KLEINANZEIGEN

Rm90 (51j./184/74) Fesches „Naturmädel“ gesucht! Fühlst du dich in den Bergen im Wi. + So. wohl? Gehst wandern, auf Klettersteige und fährst vielleicht sogar Motorrad? Unkomplizierter 51-jähriger attraktiver, junggebliebener „Gartenparadiesbesitzer“ freut sich über Nachricht. BmB: standup1968@mail.de

Wen hoffe ich hier zu finde... Suche die Frau an meiner Seite, eine lebensfrohe, junggebliebene selbstständige Frau, die gerne in Ihrer Freizeit sportlich und auch sonst in der Natur unterwegs ist, dem Leben die schönen Dinge abgewinnen kann, auch mal einfach entspannen möchte und den Tag so genießen kann, wie es dann eben kommt und eben auch im Alltag nicht stur nach Schema F lebt... Zeit füreinander und auch für sich selbst, ist mir wichtig. Das was jeder schon an Eigenleben hat, darf nicht verloren gehen und kann den anderen nur bereichern... Bin selbst ein offener und auch flexibler Mensch, der sich auf die Bedürfnisse seines Partners einstellen kann, der aber auch seine eigenen Bedürfnisse hat und gerne weiterlebt... Offenheit, Ehrlichkeit und der Respekt und die Liebe des anderen sind mir wichtig... Freue mich von dir zu lesen... freeskii007@gmx.ch

Sächsin von M64 gesucht 0171 78 27205

Rm. 87: Outdoor und sportbeg. Er 33 sucht humorvolle und smarte Sie für ein Leben voll Abenteuer **321tour@gmx.de**

RM 87/88: die Berge und die Natur gemeinsam erleben beim Wandern, Radfahren und event. auch auf Skitour. Ich 59J/172/73 suche dazu eine passende Partnerin- vielleicht auch für mehr. Hab Mut, ich freue mich auf Deine Zuschrift (BmB) naturundberge59@online.de

Rm85:51-jähriger(188),gerne in den Bergen unterwegs, möchte nicht mehr allein in die Berge und durchs Leben gehen. Ich freue mich auf deine Antwort unter htann4@web.de

Rm7 Ich bin 82/168, ungebunden, fröhlich, gesund. Ich suche eine nette Partnerin zum Wandern, Reisen, Ausgehen, Reden. Danke für deine nette Zuschrift an schww40@web.de

Raum München. Bin 63 J, groß und schlank, meistens sehr sportlich. Aber ich liebe auch die gemütlichen Seiten des Lebens. Mal geplant, mal spontan. Vielleicht künftig mit Dir? Trau Dich, BmB an vielleicht.klappts@gmx.de

S/BB/Rm7: 49/180/84/NR, attraktiv, gebildet, sportlich sucht bergebegeisterte und gleichgesinnte Partnerin für gemeinsames Gipfelglück und eine gemeinsame Zukunft. Ich gehe im Sommer gerne wandern, Hütten- und Klettersteige und im Winter Skifahren und Skitouren. BmB an: gipfel2019@yahoo.com

Rm Dt. Weinstraße/HD/HP: Co-Pilotin gesucht! Wenn du ähnlich wie ich gerne draußen, sportlich, offen und natürlich bist, dann fahr' los mit mir (40/167/63/sportliche Figur) und lass uns gemeinsam in meinem Camper die schönste Route finden; egal ob wir wandern, biken, bouldern oder einfach nur genießen möchten. BmB an: LassUnsFahren@gmx.de

RM 33... & 8... verpflanzbar also fast überall fürs wandern, radeln, schwimmen genießen, leben, lieben, lachen. ER (64,175, sportl. schlank) sucht SIE (Alter adäquat, <168, schlank sportl.) für empät. achts. Zweisamkeit. Bitte an : fitter_bergschuh@gmx.de

Du fehlst mir noch, dann wäre es perfekt. Ich bin ein sympathischer, bodenständiger und begeisterungsfähiger **Oberallgäuer** (37/167/65kg). Am liebsten bin ich in den Bergen unterwegs aber auch regelmäßig in der Kletterhalle. Wenn Du einen zuverlässigen Partner suchst, der zudem nicht auf den Kopf gefallen und tageslichttauglich ist, bist Du bei mir genau richtig. alpixen@live.de

Naturverbundener **Oberallgäuer** 56/ 180/ 80 sucht passendes Gegenstück für Berg-Skitouren- Moutainbike und vielleicht auch mehr... Handy 0160/99715634

Allgäu/Bodensee: Sportlicher, lebenslustiger, natürlicher Allgäuer (40/1,84) sucht gleichgesinntes, süßes, fröhliches Mädel nicht nur für Rad- und Bergtouren. prinz1001@gmx.de

Liebe Jeanette aus Köln. Am 29.Juli traf ich Dich und Pollux am Gepatschhaus im Kaunertal. Ein Wiedersehen mit Dir würde mich sehr freuen. WolfgangAC19@gmx.de

Raum 71, 70: Unruhegeist mit GenussGen, 65, aktiv, Kultur, Musik, Klettern, Ski, Rad. Welche Frau macht das noch mit? stenz54@gmx.de

Rm MZ/WI: 52/173/Akad., sportl., naturverbunden, weltoffen, zuverlässig, lebensfroh möchte gern mit dir gemeinsam durchs Leben gehen, es bei Sonne u. Regen genießen u. gestalten. Natur, Berge, Meer, Reisen, Wandern, Radeln, Skifahren, Langlaufen, Relaxen im gemütl. zu Hause, Kultur gehören dazu. Freue mich: Natur_Berg_Meer@gmx.de

OA/KE: Lebensfroher und handwerklich geschickter Er, 40J, liebt Bergsport und Natur (MTB, Skitour...). Welche fröhliche und sportliche Sie (30-40J) geht mit mir über Berg und Tal und evtl. durch's Leben? berg_79@gmx.net

Ein vielleicht etwas **verrückter Bergvogel**, gerade 5zig, attraktiv, sein Lebensziel erreicht mit einem bezahlten Haus in den Bergen und einem am Meer sucht eine naturverliebte, feminine! Prinzessin: 0173-3178739

Rm MUC: 38J/192/78 sucht Bergmadel zum Biken, Bouldern, Kanufahrn, Wandern, Skitouren & für die gemütliche Zeit dazwischen. **flo80@wolke7.net**

Rm MUC: (30J./173/63) spontan & unkompliziert ;suche SIE für Berg und Tal. Gemeinsam wandern, lachen, tanzen, Herz uvm. Freue mich: ausblick88@gmail.com

Rm Südwest. Mit allen Sinnen Körper, Geist und Seele berühren. Im „Basislager“ des Zuhauses und unterwegs auf Reisen. Ich (69,178; gut anzuschauen, wohligh zu ertragen; natürlich, achtsam, weitgereist. BmB an nazuna17@gmail.com

RM:86/87: ER / Mitte 50 / 185 / 82 / sehr sportlich / NR / NT / humorvoll / beruflich erfolgreich Genussmensch / sucht auf diesem Weg Partnerin / feste Beziehung. Bist du auch sportlich unterwegs, magst neben Berge / Tanzen / auch mal einen gemütlichen Abend bei einem Glas Rotwein in der Kuschedecke vor dem Kamin, dann freue ich mich auf deine Nachricht. BmB: suchedich45-55@gmx.de

Rm Nordbay: Wenn Sie, eine bergebegeisterte Frau bis 59/160 -165, familiär und örtlich unabhängig ist, eine neue Lebensgemeinschaft eingehen will, sollte man sich kennenlernen. Er, vielseitig interessiert, möchte Sie mit kulturellem Interesse in sein Leben einbinden. Bitte nur nvb.Festnetznummer angeben ! Kurze Mails mit Fehlern vom i-phone werden nicht beantwortet. kluaene@web.de

Ich 36/185/90 Dunkelblond **PLZ 7** gehe gerne Wandern, Hochtouren, Ski, Rad, Motorrad fahren und mit dem Wohnmobil in Urlaub. Wenn du dabei sein möchtest schreib mir einfach an gipfelheld@gmx.de ich freue mich.

Rm 83: Groß, schlank, smart (44, 185, gepflegt, gut aussehend, humorvoll) sucht klein, fein, süß (natürlich, liebevoll) für Berge und zum Lieben, Leben, Lachen. BmB: kfs18@mail.de

Gemeinsam neue Wege gehen. Rm97 Ich (54/170, NR, Akad.) würde gerne mit Dir reiseradeln, wandern, zelten, bereichernde Gespräche führen und vieles mehr. nitram64@outlook.de

Rm 8: Sportlicher, schlanker u. musikalischer Bergegeist, 48, sucht lustige Berggams. Ob Gipfel oder See, mim Radel oder im Schnee, beim Kochen oder im Urlaub. Alles was man gemeinsam macht wird richtig gut, wenn dabei beiden s'Herzerl lacht. Freu mich: Gipfegenuss@web.de

FLOHMARKT

Hanwag Friction GTX, Größe 46, 2 x getragen, Bild vorhanden, 110 EUR! Tel. 0173/6518601.

Mountaineering Merrell Continuum Herren Gr. 42 (8, Länge 27 cm), hochwertiger Bergschuh, wenig getragen, FP € 99,-, Tel. 0152-53679484

Lowa-Women's Reneg. GTX Lo Uk5 Schilf NP 169€,VP130€ ines.frohmelt@arcor.de

Mammut 2.1 Stiefel Gr.42 *wie NEU* 2x getragen 439€ NP649€ 015161103972

Klettergurt/-Set+Helm: 08031-9007420

Seilbaumkletterer für Baumzuschnitt privat von AV- Mitglied gesucht. Vergütung nach Aufwand www. richte05@bn -paf.de.

Lawinenausrüstung: Aschauer Lawi-Bag 25l, Schaufel Black Diamond, Sonde Ortovox, Piepser Ortovox F1, Ersatzkartusche. VB €600,-Tel.: 07304/2311

Wer hat meinen Stoff-Igel am **Berliner Höhenweg** (Schönbichler Horn) gefunden? Zahle **Finderlohn!** Bitte SMS od. Anruf unter 015788553526

Hanwag Tatra II Lady Leder / Größe 4.5/asphalt/1 x getr./ NP € 250/VB € 170,- 0176/41688959

SCARPA Jorasses GTX. 1xGr. 44,5. 1x Gr. 41. 1xgetragen. Je 150€. MEINDL-Tibet-Lady Gr. 5. Werküberh u. neubesohlt. 70€ gg.friedrich@t-online.de

Suche gut erhaltene **Expeditions-Bergschuhe und Trekkingschuhe** (Größe 40-41,5). Infos an joe.alle@gmx.de

Lowa Mauria GTX, ungetragen, Gr 41,5 zu verkaufen 160€ gaby-krueger@gmx.de

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de



Sie wollen Kleinanzeigen in einem geeigneten Umfeld schalten oder Ihren Katalog bewerben?

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen.

Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer:

(040) 37 03-53 26

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2019: bitte ankreuzen

Rubrik A	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
Rubrik B	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<input type="checkbox"/> Flohmarkt			

Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 35 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar. **Keine Rechnungsstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt.** Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.

	Rubrik A	Rubrik B	Rubrik C
	15,35	32,13	8,21
	30,70	64,26	16,42
	46,05	96,39	24,63
	61,40	128,52	32,84
	76,76	160,65	41,06

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE31SAP00000031421, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

HINWEIS: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname:	IBAN:
Straße:	BIC:
PLZ/Ort:	Kreditinstitut:
Tel.:	Ort, Datum:
E-Mail:	Unterschrift:

Anzeigenannahme-schluss ist am 11.10.2019
PANORAMA 6/19 erscheint am 19.11.2019

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 37 03 - 53 26, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de

Montenegro:

Wilde

Schönhe

zwischen
Bergen
und Meer

Der einsame
TopTrail Nummer
vier – „Endlose
Landschaften“ –
hangelt sich am
Nevidio Canyon
entlang.



Wer auf dem Rad durch Montenegro streift, erlebt hautnah, wie der Tourismus ganze Regionen verändert. Thorsten Brönner ist im Abstand von zehn Jahren fast dieselbe Tour durch Canyons, über Pässe und zu Hochplateaus geradelt. In das Hochgefühl mischten sich hier und da leise Zweifel.

Text und Fotos: **Thorsten Brönner**

Es hätte der Höhepunkt der Reise werden sollen: Doch die Abfahrt hinunter zur Bucht von Kotor, Unesco-Welterbe und das Ende unserer Radreise durch die Nationalparks von Montenegro, wirbelt unsere Gefühle durcheinander: Erst schweift der Blick über wild gezackte Berge, dazwischen das türkisfarbene Wasser der Adria. Erhabenheit. Ein wenig tiefer das Gegenteil: Neben der Straße liegen abgeholzte Buchenstämme. Hunderte, Tausende. Weiter talwärts fressen sich Bagger durch den Hang, Planiermaschinen schieben eine Trasse aus – vermutlich für Busse, die schon bald Horden von Kreuzfahrttouristen heraufdieseln. Mit der Ruhe ist es dann vorbei. Bereits vor zehn Jahren bin ich diesen Weg mit der Nummer R-1 hinuntergesaust und seit zwölf Tagen schwärme ich Monika davon vor. Und nun das. Damals hatte ich mich in Montenegro verliebt, in die Berge, die Adria und besonders in die Canyons. Alles liegt in Radelreichweite beieinander, der 2006 von Serbien unabhängig gewordene Staat ist so groß wie das Bundesland Schleswig-Holstein.

Dieses Mal lockt der Bergfrühling. Die Strecke ähnelt der vor zehn Jahren. Vor

uns liegen 580 Kilometer und 15.000 Höhenmeter, verteilt auf zwölf Etappen. Anfang Juni reisen wir hinauf nach Ostrog, zu einem der bedeutendsten Klöster der serbisch-orthodoxen Kirche mit seiner blütenweißen Fassade im braun-grauen Fels. Es klebt an einem Abhang über dem Fluss Zeta im Prekornica-Gebirge. Zoran Tepavec, ein hierzulande bekannter Bike-Champion, fährt uns mit dem Auto dort hin. „Ich kenne eure Route – ich würde am liebsten mitfahren“, schwärmt er.

2009 hat der Tourismusverband fünf TopTrails angelegt. Als Erstes geht es ein Stück auf den TopTrail Nummer vier – „Endlose Landschaften“. Er macht auf der Hochebene von Lovac seinem Namen alle Ehre. Die schmale Straße windet sich durch eine weite Wiesenlandschaft, es duftet nach Kräuterteemischung. Zwischen karstigen Steinblöcken versprengte Einsiedlerhöfe – die Bauern haben dem kargen Terrain kleine Felder abgerungen. Jede Kurve eröffnet neue Aussichten, mal auf den Laubwald, dann auf das Dumitorgebirge, schließlich auf einen Canyon. Inmitten der Landschaft liegt im Dorf Pošćenje unsere Unterkunft, das Eco Village Nevidio, das der inzwischen verstorbene Bergsteiger Dragan Gašo Lalović 2009 aufgebaut hat.



Die neun Wohnhütten kuscheln sich eng aneinander, mit ihren steil aufragenden Holzdächern erinnern sie an das gallische Dorf aus den Asterix-Comics. Vor zehn Jahren gab es das alles noch nicht. Damals war es schwer, in den Bergen eine Unterkunft zu bekommen, und ich übernachtete bei der Familie des Alpinisten.

Auf der Terrasse treffen wir Kirsi Hyvæinen. Die Finnin arbeitet seit 2001 als Beraterin für nachhaltige Destinationsentwicklung und ist 2013 in den Norden Montenegros gezogen. Sie erzählt, was in der Region schiefläuft. „Auf dem Westbalkan sind viele Staudämme geplant, dabei sind die Flüsse hier noch vielfach im Naturzustand.“ Man habe 240 Sonnentage im Jahr, „da wäre eigentlich Solarenergie logisch!“ Zurzeit beschäftigt Kirsi eine 25 Kilometer östlich gelegene Bergregion, das Sinjajevina-Hochplateau mit archaischen Bergalmen. Etwas Ähnliches hat sie nur in der Mongolei erlebt, jetzt will das Verteidigungsministerium dort oben ein NATO-Übungsgelände einrichten.

Am nächsten Morgen vermischen sich die Erinnerungen mit den Bildern ringsum: links das Dorf, davor die zwei Seen, vom Nebel umwabert. Er hängt wie Watte über dem Nevidio-Canyon, dessen Name so viel bedeutet wie „von Gott nicht gesehen“. Wie oft hatte ich mich in den letzten Jahren hierher geträumt? Auf eine der besten Radetappen, die ich in Europa gefahren bin. Jetzt sind wir mittendrin in dem Traum – und hier ist alles noch so wie damals.

Der Asphalt bröckelt und geht in eine Piste über. Ein Wegweiser zeigt die Entfernung zum Tagesziel Rudinice an. Darunter das Symbol eines Bikers. Andere Schilder geben die aktuelle Höhe, die GPS-Lage und die Wanderzeit an. Die Jurassic-Park-Landschaft mit ihren dunkelgrünen Wäldern geht in eine Winnetou-Filmkulisse über. Ringsum Grasland mit karstigem Geröll. Die Stunden vergehen mit Bergaufradeln und Schauen. Mittags halten wir an einer Wiese, breiten die Picknickdecke aus. In der Ferne zieht eine Schafherde durch das Gemälde, darüber Schäfchenwolken. Wir

Die Piva wird scherzhaft Fluss mit den fünf Namen genannt, wechselt sie doch auf ihren 120 Kilometern ständig die Bezeichnung. Der Canyon ist 33 Kilometer lang und bis zu 1200 Meter tief. Das Eco Village Nevidio bietet seinen Gästen viel Platz und eine fantastische Sicht auf die Natur.



Montenegro

gucken in den Himmel und schlummern nach wenigen Minuten ein.

Die fünfte Etappe beginnt in 1428 Metern Höhe: Der Weiler Nedajno sitzt direkt an der Abbruchkante der Sušica-Schlucht. Acht Grad, es nieselt. Der Asphalt windet sich durch einen Laubwald und meine Gedanken wandern zu den Bären und Wölfen, die hier durchs Unterholz ziehen. Zwei Stunden später spitzt die Sonne aus den Wolken. Wir radeln über eine Seiser Alm im XXL-Format, nur ohne Skilifte, begrenzt von langgestreckten Bergen in der Ferne. Das Sträßchen erreicht den Nationalpark Durmitor, ein weiteres Weltnaturerbe. Die Landschaft erinnert nun an einen hohen Alpenpass in Frankreich, dunkelgrüne Wiesen mit Schafherden. Der Blick fliegt über die steinige Hochfläche, voraus ragt der 2523 Meter

hohe Bobotov Kuk auf. Er gleicht einem riesigen Pferdesattel.

Auf dem Sedlopass machen die Wolken auf Drohkulisse. Jetzt schnell die dicke Jacke überziehen und runter ins Tal. Auf der Abfahrt jagt ein Gewitter das nächste. Dann regnet es sich ein. Hinter dem Bergort Zabljak ist mir vor zehn Jahren in der Ferne eine spektakuläre „Delle“ in der Landschaft aufgefallen: der Tara-Canyon.

Seiser Alm XXL – nur ohne Skilifte

78 Kilometer lang und 1300 Meter tief – die mächtigste Schlucht Europas. Noch immer ist der wilde Abschnitt am Unterlauf der Tara Paddlern vorbehalten.

Was ich damals nicht wusste: Man kann im Südosten durch den Canyon fahren. Also biegen wir südlich der Durdevica-Tara-Brücke auf die Straße R-10 ein, die sich neben die türkis leuchtenden Schleifen der Tara in die Berge legt. Jede Biegung ein „Wow!“

Biogradska Gora ist der zweite Nationalpark der Reise. Er entstand aus einem Schutzgebiet, das Fürst Nikola I. von Montenegro 1878 einrichtete. Ein Urwald, in dem Rotbuchen, Bergahorne, Eschen und Weißtannen wachsen. Manche schon seit 500 Jahren. Es gibt einen fahrbaren Weg, der als TopTrail Nummer drei zum Routennetz gehört, übernachtet wird in einer der einfach eingerichteten Nationalparkhütten. Am Vormittag lässt das Trommeln des Regens auf das Dach nach. Der Wald dampft, dicke Rotbuchen spannen ihre Kronen zum Sonnenlicht auf. Weiter oben ziehen sich tiefe Furchen wie eine offene Wunde durch den Weg. Sie sind vom nächtlichen Regen vollgelaufen. Motorengeräusche durchschneiden die Stille. Wir machen einer Jeep-Karawane Platz, die langsam bergan wackelt. Die Insassen winken freudig. Wir grüßen zurück, doch in uns grummelt es: Müssen die unbedingt hier durch den Nationalpark pflü-

DIE WELTBESTEN KLETTERFILME

REEL ROCK 14

präsentiert von:



GLOBETROTTER

AB NOVEMBER
2019 AUF TOUR

WWW.REEL-ROCK.EU

VERGÜNSTIGTE TICKETS
FÜR DAV-MITGLIEDER!



klettern

PRESENTED BY





MONTENEGRO MIT DEM RAD

Beste Zeit: Je nach Höhe der Tour Mai und Juni und nach den sehr heißen Sommermonaten gibt es im September und Oktober angenehme Temperaturen zum Radfahren.

Streckenverlauf: Die beschriebene Route bringt es bei 580 Kilometern auf über 15.000 Höhenmeter. Sie verläuft auf Nebenstraßen und den TopTrails, fünf speziellen Rundkursen mit 262 bis 595 Kilometer Länge; die meisten Abschnitte können auch Trekkingradler fahren. Neben den Pisten auf teils felsigem Karstgestein gibt es immer wieder lange Steigungen. Die Hauptstraßen in Montenegro sollten Radler meiden, dort zeugen viele Kreuze am Straßenrand von einer rabiaten Fahrweise.

Anreise: Die Fahrt mit dem Zug ab München via Zagreb und Belgrad dauert 32 Stunden. Wer mit dem eigenen Fahrzeug anreist, sollte einen kompletten Tag oder besser zwei mit einer Übernachtung einplanen. Den Startpunkt, das Kloster Ostrog, erreicht man vom Bahnhof Dabovići aus. Wer am Ende der Reise von Kotor aus in die Hauptstadt nach Podgorica möchte, bucht einen Transfer.

Veranstalter: Die Österreicherin Angelika Temper-Jablan bietet Fahrrad-, Mountainbike-, Wander-, Ski- und Reitreisen an. Auf Wunsch kann man sich Strecken zusammenstellen lassen. Wer lieber in einer Gruppe reist, schließt sich einer der geführten Touren an. 3etravel.me

Informationen:

- › montenegro.travel
- › pedalaj.me: Viele Infos zum Radfahren und den TopTrails
- › cycling.waymarkedtrails.org: GPS-Daten zu den Radrouten Montenegros
- › balkanrivers.net: Infos zu „Save The Blue Heart of Europe“

Literatur:

- › Montenegro – 17 Mountainbike Trails, freytag & berndt
- › Das große Radreisebuch Europa, Bruckmann Verlag
- › Montenegro, Trescher Verlag
- › Montenegro, Michael Müller Verlag
- › Montenegro, Marco Polo
- › GPS-Karten zu Montenegro und Albanien auf velomap.org und openmtbmap.org





Der Nationalpark Prokletije zieht Wanderer auf die Tour „Peaks of the Balkans“ (o.l.); 1400-Höhenmeter-Abfahrt in die Bucht von Kotor; der Fluss Crnojevica schlängelt sich durch das Küstengebirge und mündet in den Skadarsee (o.r.).

gen? Der Tourismus ist für die Einheimischen eine gute Chance auf Einkommen, doch vielen ist nicht bewusst, was für ein Naturjuwel sie da haben.

Hundert Kilometer entfernt erinnern die „verwunschenen Berge“ im Nationalpark Prokletije mit ihren steilen Flanken an das Karwendel. Am Talende des Flusses Dolja führt uns Admir Lalic, der Leiter der 2009 gegründeten Schutzzone, zu einer Hütte des montenegrinischen Alpenvereins. Davor sitzen vier Männer gemütlich bei einem Bier zusammen. Sie markieren seit über sieben Jahren Trails, 2011 wurde die Zehntage-tour „Peaks of the Balkans“ eingeweiht. „Ehrlich gesagt wandert kaum jemand die komplette Runde“, sagt Lalic, „es sind zu viele Höhenmeter und zu wenige Hütten.“ Vor der Veranda senkt sich das Terrain. Neben einem See, der sich

beim jüngsten Regen aufgestaut hat, grasen Kühe. Dahinter ein Waldstück, darüber die Türme des Prokletije-Gebirges, der Eckpfeiler zwischen Montenegro, Kosovo und Albanien. Lalic zeichnet mit der Hand den Verlauf der Wege im Gelände nach, erzählt vom vielen Schnee und schwärmt von den Seen in Albanien. Auch uns zieht es dorthin. Die Straßen sind gepflegt und leer, die Canyons atemberaubend. Im Bergdorf Tamarë übernachteten wir in einer kleinen Herberge. Eine nagelneue, mit EU-Geldern geförderte Passstraße führt uns an den Skadarsee. Die nächsten Dörfer heißen Hot und Han i Hotit. 32 Grad, die Luft flirrt. Wir

Die Canyons: atemberaubend

sind zurück in Montenegro. Um den Skadarsee stiehlt sich das Land in alle Richtungen davon. Bereits meine erste Tour führte mich durch das Dorf Virpazar mit seinen Kanälen. Damals bin ich dem traumhaften Sträßchen am Westufer des Sees gefolgt, heute schippern wir am Abend mit einem der Touristenboote zwischen den Seerosen hindurch.

Am letzten Tag radeln wir durch den Nationalpark Lovćen und zum Abschluss die Abfahrt in die Bucht von Kotor. Ab und zu kurz die Bremsen ziehen und mit dem Oberkörper in die Kurven legen ... Dann kommt die Baustelle. Wir schieben die Räder an den riesigen Baumaschinen vorbei, ein paar Kurven tiefer ist die schmale Bergstraße noch genauso, wie ich sie in Erinnerung hatte. Bei einem Fotostopp schießt ein Trupp Radler die Spitzkehren hinab. Der Letzte ist Zoran, unser Fahrer vom ersten Tag. Wir erzählen ihm vom Durmitor-Park, von der Tara-Schlucht und von Albanien. Dann driftet das Gespräch zu der Baustelle ab. Und Zoran beschwichtigt: „Es wird zum Glück nur das Stück dort oben verbreitert, die alte Kotor-Straße hier ist geschützt.“ Massive Steinquader begrenzen die Fahrbahn zum grauen Berghang hin, der wie ein Schuppenpanzer eines Drachen mit Furchen und Rinnen zur adriablauen Bucht abfällt. Unten die Stadt Kotor. Davor ankert ein Kreuzfahrtschiff.



Thorsten Bröner radelt und wandert am liebsten durch ruhige Landschaften. In Europa gibt es viele solcher Regionen, aber diese sind im Umbruch. thorstenbroenner.de



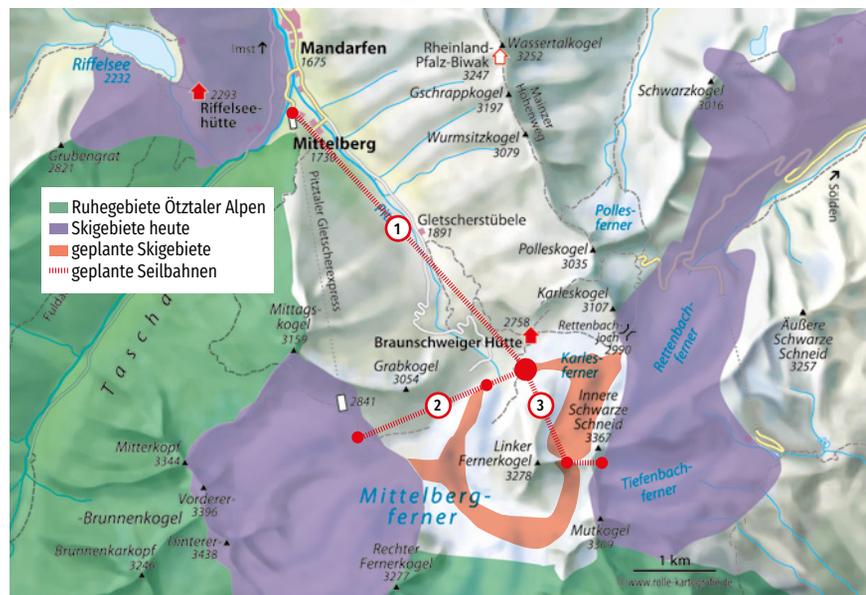
DAV und ÖAV fordern Stopp der Skigebietsverbindung Pitztal-Ötztal

Hochgebirge im Ausverkauf

Endlich unterwegs auf der Königsetappe des E5, die Vorfreude darauf war bereits beim Start in Oberstdorf groß: Beim Abschnitt von Mittelberg im hintersten Pitztal zur Braunschweiger Hütte und über das Pitztaler Jöchl ins Ötztal geht es endlich ins wilde Hochgebirge. Endlich – vielleicht das erste Mal überhaupt – einen Gletscher vor Augen haben! Hat man die anstrengende Steilstufe aus dem Tal geschafft und steht nach gut zwei Stunden auf der Terrasse der Braunschweiger Hütte, ist man in einer anderen Welt angekommen: Was für ein großartiges Panorama aus spaltendurchsetzten Gletscherzungen, weiten unberührten Gletscherflächen und schroffen Gipfeln der Dreitausender des Alpenhauptkamms breitet sich hier vor einem aus. Noch ...

Dieser naturbelassenen Hochgebirgslandschaft droht ein enormer menschlicher Eingriff. Die Skigebietsbetreiber des Pitztaler Gletscherskigebiets und Sölden wollen einen Zusammenschluss realisieren, der einer Neuerschließung eines kleinen Skigebiets gleicht. Drei Gondelbahnen mit insgesamt fünf Sektionen sollen von Mittelberg aus die Gletscherflächen von Mittelberg-, Karles- und Hangendem Ferner sowie einen

Nachbargipfel des Linken Fernerkogels (3277 m) erschließen. Die Konsequenzen: Gletschervorfelder müssen für Skipisten und ein Seilbahnzentrum unterhalb der Braunschweiger Hütte großflächig eingeebnet und aufgeschüttet werden, ein Teilgipfel des Linken Ferner-





PROJEKTSTAND

Mai 2016: Projekt wird erstmals eingereicht

Mai/Juni 2019: Start der Umweltverträglichkeitsprüfung (UVP); öffentliche Auslage der mehr als 7000 Seiten umfassenden Unterlagen. Umweltschutzorganisationen hatten sechs Wochen Zeit, eine Stellungnahme abzugeben

Juli 2019: Gemeinsame ablehnende Stellungnahme von DAV und ÖAV wird eingereicht

WIE GEHT'S WEITER?

September/Oktober 2019: Amt der Tiroler Landesregierung verkündet, ob das Vorhaben naturverträglich ist.

Oktober 2019: Mündliche Verhandlung in Tirol.

Februar/März 2020: Entscheidung über Vorhaben – ggf. liegt hier bereits eine Genehmigung vor. Sollte es zu einem positiven Bescheid kommen, haben Umweltverbände bereits Beschwerden (Klagen) angekündigt.

FOLGEN DER SKIGEBIETSVERBINDUNG:

- > Eine naturnahe und charakteristische alpine Landschaft wird zerstört. Allein 90 Fußballfelder Gletscherlandschaft sollen zu Skipisten eingeebnet werden. Das Vorhaben geht mit großen Eingriffen in alpine Lebensräume einher.
- > Das Hochtourengebiet um die Braunschweiger Hütte wird gänzlich an Wert verlieren.
- > Schon während der Bauzeit werden die Gletscher im Projektgebiet größtenteils abgeschmolzen sein.
- > Der Zusammenschluss wird noch mehr Verkehr initiieren – ein Mobilitätskonzept gibt es nicht.
- > Der zu erwartende Attraktivitätsverlust des Tourengebiets wird negative Auswirkungen auf den Sommertourismus haben.

#unsere Alpen: Die gemeinsame Kampagne der Alpenvereine AVS, DAV und ÖAV möchte einer breiten Öffentlichkeit deutlich machen, wie einzigartig und wertvoll die Alpen sind – und dass dieser Natur- und Kulturraum massiv bedroht ist. Am Beispiel des geplanten Skigebietszusammenschlusses zwischen Pitztal und Ötztal zeigt sich einmal mehr, wie wichtig diese Kampagne ist. unsere-alpen.org

Den Super-GAU für die alpine Natur und Landschaft stoppen! In Sachen Zusammenschluss Pitztal-Ötztal haben Deutscher und Österreichischer Alpenverein die Kräfte gebündelt und am 1. Juli eine unmissverständliche Stellungnahme abgegeben. Das erklärte Ziel in dieser Sache: ein Stopp des Bauvorhabens.

kogels würde um 30 Meter abgetragen (180.000 m³). Die Verbindung von Sölden wird mit einem mehr als 600 Meter langen Skitunnel durch den Berg hergestellt. Dabei schwindet bereits während der langjährigen Genehmigungs- und Bauzeit die eigentliche Planungsgrundlage: die Gletscherfläche. Jedes Jahr zieht sich die Zunge des Mittelbergferners um bis zu 50 Meter – teilweise auch mehr – zurück. Schon in den nächsten 20 bis 30 Jahren wird etwa die Hälfte der Gletscherfläche des Mittelbergferners verschwunden sein. Und innerhalb der zukünftigen Skigebietsgrenzen wird es dann kein Eis mehr geben. Die Betreiber werden dann vor neue Tatsachen gestellt: Es ist davon auszugehen, dass jeden Sommer die Bagger erneut anrollen müssen, um den Pistenanschluss vom Gletscher auf das Gletschervorfeld zu realisieren und Schneileitungen neu zu verlegen. Zusätzlich wird sich die Schneedeckendauer bis Mitte des Jahrhunderts auch in dieser Höhenlage um mehrere Wochen verkürzen. Ob sich unter den veränderten Voraussetzungen das Skigebiet noch wirtschaftlich betreiben lässt, ist völlig offen. Trotzdem setzen die Betreiber auf diesen unsicheren Weg – mit weitreichenden Folgen für die alpine Natur.

Und auch die Möglichkeiten einer nachhaltigen Entwicklung im Tal werden aufs Spiel gesetzt. Schon jetzt fragen viele Urlauber sanfte Tourismusformen in intakter Natur nach. Mit den Klimaveränderungen wird der Sommertourismus zusätzlich eine viel bedeutendere Rolle einnehmen. Noch ist das Gebiet um den Fernerkogel ein wichtiges Tourengebiet, noch ist die Braunschweiger Hütte ein attraktiver alpiner Stützpunkt für den E5 und Tagesgäste.

Wird die Skigebietsverbindung durchgesetzt, bietet sich künftig ein düsterer Blick von der Terrasse: mehrere Jahre Großbaustelle mit Sprengungen für neue Fahrwege und Fundamente, dauerhaftem Lkw-Verkehr und bis zu 40 Heliflügen pro Tag. Danach werden in 300 Metern Luftlinie die Gondeln deutlich hörbar über die 60 Meter hohe Seilbahnstütze rattern, der Hochtouren-Hausberg Linker Fernerkogel wird mit Gondelbahnen verkabelt sein, die Gletscherflächen mit Folien abgedeckt und überzogen mit präparierten Pisten. Damit dieses Bild ein Szenario bleibt, werden die alpinen Vereine dieses Verfahren dauerhaft begleiten und die nächsten Jahre für den Erhalt dieser intakten Hochgebirgslandschaft kämpfen.

Tobias Hipp

Kampf den Bettwanzen!

Lange Zeit war es um das Thema Bettwanzen ruhig, doch mittlerweile steigt die Befallsrate in Hotels, Transportmitteln, Privathaushalten und eben auch auf Berg- hütten. Die Alpenvereine gehen deshalb in die Offensive und informieren über wirk- same Gegenmaßnahmen.

Von Christina Schwann

„Ich schätze, dass mindestens zehn Pro- zent unserer Hütten von Wanzen betroffen sind“, sagt Robert Kolbitsch, der beim DAV für die Hütten verantwortlich ist. „Im Un- terschied zu Hotels bieten Hütten mit ih-

ren Holzverkleidungen, Holztrennwänden mit vielen Fugen und Hohlräumen zahlrei- che Verstecke und Rückzugsmöglichkeiten für Bettwanzen, was eine Bekämpfung fast unmöglich macht. Wir können das Problem nur eindämmen, wenn alle Betroffenen das Thema offen ansprechen und gemeinsam an Lösungen arbeiten.“

Nachdem auf mehreren Schutzhütten im Alpenraum Bettwanzenbefälle bekannt wurden, nehmen sich die Alpenvereine dieses Themas intensiv an. Zwei Veranstal- tungen, initiiert vom Deutschen Alpenver- ein, mit betroffenen Hüttenwirten, Exper-

ten aus Forschung und Praxis sowie dem Tourismus, fanden bereits statt, um zu in- formieren, Missverständnisse auszuräu- men und zu mehr Kommunikation unter- einander aufzurufen. Gleichzeitig wurde eine Handvoll Hütten aufwendig behan- delt, ein Monitoring installiert und auf Öff- entlichkeitsarbeit gesetzt. Und damit das Ganze von Anfang an richtig umgesetzt wird, hat sich der DAV zwei Experten ins Boot geholt: Dr. Arlette Vander Pan vom Deutschen Umweltbundesamt, die schon seit Jahren intensiv zu Bettwanzen forscht, und Stefan Wellhausen, der Betrieben ein umfassendes Monitoring mit Hilfe von speziell ausgebildeten Wanzenspürhun- den anbietet.

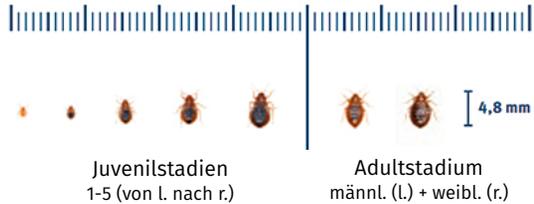
Gegenmaßnahmen auf Alpenvereins- hütten

Einige Hütten wurden 2018 chemisch oder thermisch behandelt – in jedem Fall zeit- intensiv, kostspielig und mit Einkommens- ausfällen verbunden. Die Saison 2019 wird zeigen, ob die Hütten tatsächlich wanzen- frei sind. Doch auch dann können Gäste die Lästlinge wieder einschleppen, ein re- gelmäßiges Monitoring soll helfen, den Befall auf ein erträgliches Maß einzudäm- men.

Auch einige Aktionen auf Hütten verspre- chen Erfolg, wie die Ausgabe nur noch hüt- teneigener Schlafsäcke und deren tägliches Waschen bei 60 Grad. Andere Hütten nutzen Mikrowellengeräte, in denen mitgebrachte Schlafsäcke erhitzt werden müssen, um Wanzen und Wanzeneier abzutöten. Aller- dings sind diese Methoden in Hinblick auf Energie- und Wasserversorgung unter dem Umweltaspekt kritisch zu sehen. Besonders beliebtes Wanzentransportmittel ist der Rucksack – die Expertin vom Deutschen Umweltbundesamt rät daher, Rucksäcke in der Hütte in ein dichtes und gut verschließ- bares Behältnis zu packen (Sack, Alukiste, Plastikbox o.Ä.).



Identifizierung von Bettwanzen



Beispiel für Wanzenstiche, die Reaktion kann auch erst Tage später auftreten; Kotspuren (Schwarze Punkte) auf dem Lattenrost oder der Matratze sind Zeichen für Wanzenbefall; Bettwanzen häuten sich fünfmal bis zum Erwachsenen-Stadium und saugen dafür Blut.

Fotos: Wolfgang Ehn, Dr. Arlette Vander Pan, Umweltbundesamt

FAKTEN ZU BETTWANZEN

- > Die blutsaugenden 4 - 8,5 mm kleinen Insekten gehören zu den sog. Lästlingen. Sie sind Blutsauger, aber eine Übertragung von Krankheitserregern konnte bislang nicht nachgewiesen werden.
- > Lebenserwartung ca. 6 Monate, Weibchen legen in dieser Zeit bis zu 150 Eier.
- > Wanzen sind nachtaktiv und verstecken sich tagsüber in Holzritzen, hinter Steckdosenverkleidungen, im Fußboden etc.
- > Wanzen können mehrere Monate ohne Nahrung auskommen.
- > Wanzen stechen meist mehrmals nebeneinander (Wanzenstraße) – viele Menschen reagieren sofort, andere zeigen erst bis zu 10 Tage später eine Stichreaktion. Meist bilden sich stark juckende, gerötete Pusteln, einige Menschen reagieren allergisch auf die Stiche.
- > Wanzen kommen in Hütten ebenso vor wie in Sterne-Hotels und sind kein Zeichen mangelnder Hygiene.
- > Wanzen werden auf Gegenständen transportiert: Reisegepäck, aber auch Bücher oder Möbel vom Flohmarkt.

Die Langversion des Artikels gibt es unter [bergundsteigen.at](#) als Download.

Die Broschüre „Wanzen wandern mit“ gibt es unter [alpenverein.de/DAV-Services/Broschueren/](#)

DAS KÖNNEN HÜTTENGÄSTE TUN

- > Rucksack nicht in den Schlafrum mitnehmen und nicht in die Nähe von Betten/Lagern stellen.
- > Fest verschließbare Tüten/Beutel zur Aufbewahrung des Rucksacks innerhalb der Hütte mitnehmen.
- > Angebotene Präventionsmaßnahmen nutzen, z.B. Rucksackaufbewahrung, ein von der Hütte gestellter Schlafsack, Behandlung des mitgebrachten Schlafsacks.
- > Getragene Wäsche fest verschlossen in einem Plastikbeutel aufbewahren.
- > Vor der Übernachtung mögliche Verstecke im Zimmer nach Bettwanzen und Kotspuren (dunkle Punkte) absuchen.
- > Werden Wanzenspuren entdeckt, umgehend die Hüttenwirtsleute informieren und nach einem anderen Schlafplatz fragen.
- > Vor dem nächsten Hüttenziel Schlafsack und Rucksack ausschütteln und auf Wanzenspuren untersuchen – am besten in der Dusche oder auf einer hellen Unterlage, um fliehende Tiere zu erkennen.
- > Zu Hause: Rucksack in der Badewanne leeren, bei Verdacht auf Wanzenbefall Rucksack samt Inhalt vom Experten begasen lassen, vor Betreten der Wohnung in fest verschließbaren Sack packen und drei Tage einfrieren oder mit viel Waschmittel bei 60 Grad waschen.
- > Sind die Bettwanzen erst einmal zu Hause, kann nur noch der Profi bei der Bekämpfung helfen.

Verletzt, was tun?

profelan® arnika
nach Müller-Wohlfahrt



Soforthilfe bei

- ▶ Prellungen
- ▶ Verstauchungen
- ▶ Blutergüssen

Mit den natürlichen Wirkstoffen der Arnikablüten.



profelan.de

profelan® arnika nach Müller-Wohlfahrt.
Wirkstoff: Arnikablütentinktur. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Rezeptfrei in der Apotheke.
PZN: 00502434 (100 g Creme)

oxano® mobil nach Müller-Wohlfahrt

Aktivkur für gesunde Knorpel und Gelenke mit

- ▶ Glucosamin
- ▶ Chondroitin
- ▶ Kollagenhydrolysat
- ▶ Ingwerextrakt

mobil.oxano.de

Nahrungsergänzungsmittel
PZN: 12420492 (60 Kapseln)

[formula] Müller-Wohlfahrt
[Müller-Wohlfahrt] Health & Fitness AG
München

Fluchtkogel-Jubiläumsbesteigung

Auf den Spuren von Franz Senn



150 Jahre nach Franz Senn standen DAV- und ÖAV-Vertreter auf dem Gipfel des Fluchtkogel.

Das Ötztal ist auf ganz besondere Weise mit dem DAV verbunden: In Vent wirkte der Pfarrer, Alpinismuspionier und DAV-Mitbegründer Franz Senn. Und heute haben hier neun DAV-Sektionen ihre Arbeitsgebiete und Hütten. Anlässlich der 150-jährigen Erstbesteigung des Fluchtkogels (3497 m) durch Franz Senn stand eine Delegation der Alpenvereine genau 150 Jahre später auf dem Ötztaler Gipfel. Von der Vernagthütte ging es über den Guslarferner und den östlichen Grataufschwung auf den Gipfel. Dort gedachten die Teilnehmer des Gründervaters des

Deutschen Alpenvereins, auch mit dem Wissen, dass die Erstbesteiger noch keinen Hüttenstützpunkt hatten und mit dürrtiger Ausrüstung unterwegs waren.

red

menschen

Fotos: Hannes Schlosser, DAV, privat



Klaus-Jürgen Gran wird im September 75 Jahre alt. Der Jurist und Oberst der Reserve hat den DAV seit 1971 in verschiedenen ehrenamtlichen Funktionen mit gestaltet: als langjähriger Dritter Vorsitzender des DAV, als Mitglied im Hauptausschuss und Verbandsrat, als Vorsitzender der Kommission Recht und über 40 Jahre lang im Vorstand der Sektion Osnabrück. Seit 2011 bis September 2019 war der begeisterte Bergsteiger, der in den 1970er Jahren auch extreme Klettertouren unternahm und auf allen Viertausen-

dern der Alpen stand, darüber hinaus Präsident des Dachverbands der großen Bergsportverbände des Alpenbogens CAA.

Rudi Erlacher wurde im August 70 Jahre alt. Als begeisterter Tourengeher und Kletterer entwickelte der in Kreuth am Tegernsee geborene Diplom-Physiker früh einen kritischen Blick auf Erschließungen in den heimischen Bergen und begann, sich verstärkt im Naturschutz zu engagieren. 2009 bis 2015 war er Mitglied im DAV-Bundesausschuss Natur- und Umweltschutz, seit 2003 ist er im Vorstand des Vereins zum Schutz der Bergwelt aktiv. 2015 wurde Erlacher in das DAV-Präsidium gewählt. Auf der diesjährigen Hauptversammlung Ende Oktober wird er für dieses Amt allerdings nicht mehr kandidieren. In seiner Sektion USC München war Erlacher viele Jahre als Skihochtourenführer engagiert.



red

Projekt Bergsport
Mountainbike

NATÜRLICH BIKEN!

Mountainbiken und Naturschutz – ein Widerspruch? Keineswegs! Mit dem richtigen Verhalten und guter Technik steht dem Sport in der Natur nichts im Wege. Mountainbiken im DAV heißt, mit Begeisterung seinen Sport ausüben und dabei natur- und sozialverträglich unterwegs sein. Die zehn DAV-Empfehlungen zum Mountainbiken finden sich im Zuge einer neuen Kampagne zum Mountainbiken auf pfiffigen Postkartenmotiven wieder: von der Trailfee, die keine Spuren auf den Wegen hinterlässt, über den Dayrider, der zum Schutz der Tiere die Dämmerung meidet, bis zum



Gentleman On Trail, der Rücksicht auf andere Wegbenutzer nimmt und sein Tempo anpasst.

red

alpenverein.de/natuerlich-biken;
Karten erhältlich im dav-shop.de

Wir sind DAV!

Wir lieben die Berge! Seit 1869.



Die Zupackende Caro Freisleben

Heinrich-Schwaiger-Haus (2805 m)

2014 hatte Caro eine Saison lang auf dem Ingostädter Haus ausgeholfen. Danach ging es zurück in den alten Job als Bürokauffrau – und schon am ersten Tag war klar, dass sie von den Bergen nicht mehr wekommt. Seitdem war sie jeden Sommer auf einer Hütte, 2017 das erste Mal als Hüttenwirtin. Mit dem Heinrich-Schwaiger-Haus in der Glocknergruppe hat sie 2019 den für sie optimalen Stützpunkt gefunden. Die Hütte ist hochalpin gelegen, die Touren führen ausschließlich auf Dreitausender und auch die Hüttenübergänge sind lange, anspruchsvolle Etappen. Hoch oben heißt aber auch: Alles kommt mit dem Heli, genau zweimal. Eine gute Planung ist daher für Caro essenziell, wichtig sind ihr auch ein freundlicher Service und eine gute Küche, häufig mit bayerischen Schmankerln der gebürtigen Regensburgerin. Was Caro besonders spannend an ihrem Job findet? Nicht zu wissen, was am nächsten Tag passiert.

„Wichtig ist es, die Gäste sensibler zu machen für umweltbewusstes Verhalten in den Bergen.“



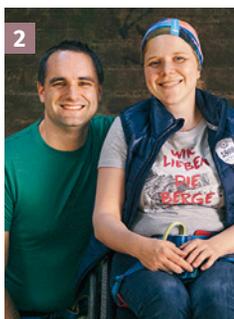
Der Ausdauernde Stefan Knopf

Sektion Berchtesgaden

Schon als kleines Kind war Stefan auf Pisten und Bergen unterwegs. Durch seine Erfolge bei Bergläufen wurde der DAV auf ihn aufmerksam – heute ist er Mitglied der deutschen Nationalmannschaft Skibergsteigen und wurde letzte Saison Deutscher Meister Vertical.

Umfangreiches Training ist ein fester Bestandteil seines Lebens geworden, über die Spitzensportförderung der Bayerischen Polizei ist ihm neben der Ausbildung ein hohes Pensum möglich. Wichtig ist ihm die Abwechslung: „Auch ein Koordinationstraining oder eine gemütliche Tour mit der Familie machen mir sehr viel Spaß.“ Und was macht Stefan, um vom harten Trainingsalltag abzuschalten? Dann geht er seiner dritten großen Leidenschaft am Berg neben Skitour und Berglauf nach: dem Klettern. red

„Nicht den Spaß an der Sache vergessen und jede Minute in den Bergen genießen.“

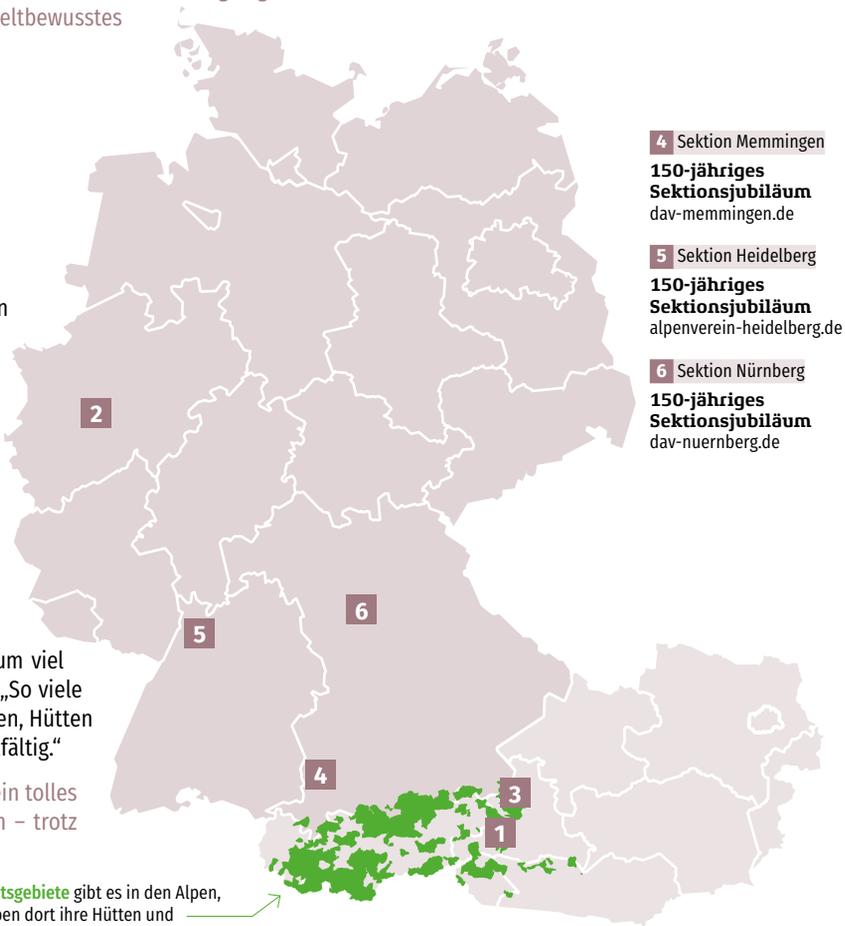


Die Team-Player Anna und Steffen Sauter

Sektion Wuppertal

Mitglieder im DAV und aktiv in der inklusiven Klettergruppe „GäMSen“ sind Anna und Steffen seit 2018. Nach einem Bandscheibenvorfall hatte Steffen vom Arzt Klettern als geeigneten Sport empfohlen bekommen; als er von den GäMSen erfuhr, war das Klettern auch für Anna ein Thema. Ursprünglich wurde die Klettergruppe für an MS Erkrankte gegründet, heute sind Menschen mit ganz verschiedenen Einschränkungen dabei. Beide haben schnell Spaß an dem neuen Sport gefunden – in der Halle wie auf Kletterreisen an den Fels. Dass es beim DAV um viel mehr als um Klettern geht, finden beide faszinierend. „So viele Mitglieder und so viele Themen. Viele andere Sportarten, Hütten und Wege, Naturschutz. Der Verein ist einfach sehr vielfältig.“

„Durch die GäMSen der Sektion Wuppertal haben wir ein tolles Hobby entdeckt, das wir gemeinsam ausüben können – trotz Handicap.“



4 Sektion Memmingen

150-jähriges
Sektionsjubiläum
dav-memmingen.de

5 Sektion Heidelberg

150-jähriges
Sektionsjubiläum
alpenverein-heidelberg.de

6 Sektion Nürnberg

150-jähriges
Sektionsjubiläum
dav-nuernberg.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

Im nächsten DAV Panorama ab 19. November:



150 Jahre DAV: Berge fürs Leben
Alpinismus bildet. Menschen nicht nur „hinauf“, sondern auch „weiter“ zu bringen, war immer ein Ziel des Alpenvereins.



Ehrwalder Becken

Zwischen Wetterstein-Südseite, den Mieminger Bergen und dem Fernpass finden passionierte Skibergsteiger anspruchsvolle Touren.

Fotos: Thilo Brunner, Andi Dick

Weitere Themen:

Wintertouren: Schweiz mit der Bahn
30 Jahre Mauerfall: Klettern in der DDR
Sicherheitsforschung: LVS-Suche
Menschen: Expeditionsförderung im DAV

DAV **Panorama**

Magazin des Deutschen Alpenvereins
71. Jahrgang, Nr. 5, Oktober/November 2019
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 (Reportage, Knotenpunkt)
Andi Dick – ad (Berg & Tal, Bergsport heute, Thema, Sicherheitsforschung, Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt, Reportage, Menschen)
Christine Frühholz – cf (Unterwegs, Reportage, Alpenverein aktuell, Fitness & Gesundheit, Leserpost)
Jonas Kassner – jk (Panorama online auf alpenverein.de)
Franz Güntner – fg (Wettkampfklettern)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von „Knotenpunkt.“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt.

Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen und Leserbriefen vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts.

Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte, Führer und aktuellen Informationsquellen.

Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe

Micha Bahr, Max Bolland, Thorsten Brönnner, Rudi Erlacher, Stephanie Geiger, Christof Herrmann, Klaus Herzmann, Tobias Hipp (th), Christoph Hummel, Julia Janotte, Eberhard Neubronner, Martin Precht, Nadine Regel (nr), Malte Roeper, Silvia Schmid, Christina Schwann, Rollo Steffens, Klaus Vestewig

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

Director Brand Solutions:
Daniela Pörrmann
G+J e|MS, Direct Sales
Brieffach 11, 20444 Hamburg
Tel.: 040/37 03-55 17
Executive Director Brand Solutions und
Direct Sales: Heiko Hager
Key Account Manager:
Beate Feldmann, Silvia Vieregg, Tel.: 040/37 03-64 48
Anzeigentarif Nr. 53 (ab 1.1.2019)
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter
gujmedia.de

Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 2/19: 687.869
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich
Innenteil gedruckt auf 100-Prozent-Recycling-Papier
Steinbeis Charisma Silk
Der Bezugspreis ist für A-Mitglieder, Kinder/Jugendliche mit Einzelmitgliedschaft, Junioren und bestimmte B-Mitglieder durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt
möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.



Die Jubiläumskollektion



**DAV Damen
Weste
„Jubiläums Edition“**
Artikel-Nr. 9JU012
75,00 €
Mitglieder
69,00 €

**DAV Herren
Merino-T-Shirt
„Wir lieben die Berge“**
Artikel-Nr. 411570
69,00 €
Mitglieder
59,00 €

**KLEAN KANTEEN Classic
„DAV Jubiläums Edition“
Trinkflasche**
Artikel-Nr. 9JU070
47,95 €
Mitglieder
44,95 €



...viele weitere Jubiläums-
artikel ab sofort erhältlich
unter www.dav-shop.de



Anne Sauter, Sektion Wuppertal / „die GäMSen“:
„... weil wir durch die GäMSen ein tolles Hobby
entdeckt haben, welches wir – trotz Handicap –
gemeinsam ausüben können.“

#wirsinddav

Auch auf höchstem Niveau, auf höchstem Niveau.

Die Schöffel Active Hiking Kollektion.

 **Schöffel**
Ich bin raus.

Damen
INS VEST ANNAPOLIS |

Herren
INS VEST VAL D ISERE |

