

## Ötztaler Alpen

Die Venter Runde auf Ski

**Langlauf** Tipps zu Technik und Gesundheit  
**Senioren** Lebensthema Berge **Katalonien**  
Land der Möglichkeiten **Expedkader** Erfolge  
für die DAV-Frauen **Peter Geyer** Bergführer  
aus Leidenschaft **Knotenpunkt** Leistung



# LOWA

simply more...



SICHER UNTERWEGS IN FELS UND EIS.  
DANK INNOVATIVER DETAILS.

Valbona GTX® | Alpin [www.lowa.de](http://www.lowa.de)





Foto: Edu Koch

## Geht's noch? Oder geht's auch besser?

„Schneeflöckchen, Weißbröckchen“ – Winterromantik in Weiß brachte der vergangene erste Advent. Und jede Menge Neo-Aktiv-Romantiker. Hundert Autos am Herzogstand. Skitourenwurm am Spitzingsattel (siehe Foto). Wanderer und Schlittenfahrer am Weg zur Firstalm, zwischen ihnen Skitouristen in Aufstieg und Abfahrt. In der Woche danach stand die Sperrung der Spitzing-Pisten für Skitourengänger im Raum; der DAV protestierte: „Sperrungen und Verbote sind nicht der richtige Weg im Umgang mit einer boomenden Sportart.“

Nicht nur der sanfte Schneesport boomt, angeheizt von Touristikern und Ausrüstern, aber auch vom Alpenverein durch Panorama und Angebote. Auch im Sommer zieht es immer mehr Menschen in die Berge. Und wenn unterschiedliche Interessen auf der gleichen Spur zusammentreffen, wird's spannend. Skitouristen auf Pisten. Wanderer, Trailrunner, Berg- radler auf Wegen. Plaisir-, Abenteuerkletterer und Klettersteigler im Fels.

Jeder, der von der Bergleidenschaft befallen ist, muss sie auch anderen gönnen, die Freude an der Bewegung in und Begegnung mit dieser großartigen Landschaft. Damit die Freude konfliktfrei bleibt, braucht es Rücksicht. Oder Lenkung. Oder beides. „Friede auf Erden den Menschen, die guten Willens sind“, hieß es in den Wochen nach dem ersten Advent. Die Botschaft des Weihnachtsengels darf man ganzjährig mit ins Leben nehmen. Und damit der gute Wille Orientierung findet im Gewimmel der Interessen, wird eine „Alpine Raumordnung“ immer drängender, die dafür sorgt, dass jedes Tierchen Platz für sein Pläsierchen findet. Eine Aufgabe, die den Alpenvereinen auf den Leib geschneidert ist.

So wünsche ich Ihnen: Lassen Sie sich inspirieren von den Inhalten dieser Panorama-Ausgabe – ob Wandern, Langlauf, Skitouren oder Expeditions- kader. Aber lassen Sie sich auch begeistern von den Werten, die den Alpenverein tragen: Umsicht, Einsicht, Rücksicht. Wenn jeder von uns sich bemüht, seine Umgebung nicht mehr zu belasten als unbedingt nötig, machen wir gemeinsam unsere Welt ein Stückchen besser.



Ihr

Andi Dick  
Redaktion DAV Panorama

# Pitztaler Bergsommer

Genießen Sie den schönsten  
4-Sterne-Herbst im \*\*\*\*Hotel-Sportalm.  
**4 geführte Wanderungen mit Hausherrn Sepp!**  
Weitere Top-Pauschalen unter  
[www.sportalm.net](http://www.sportalm.net)



### Die Sportalm-Inklusive-Extras

- 4 geführte Wanderungen: Sportalmchef Sepp führt Sie zu den schönsten Almen, durch die Welt der Eisriesen oder an herrliche Bergseen
- 3/4 Verwöhnspension mit Wahlmenü im romantischen 4-Sterne-Hotel Sportalm
- Begrüßungscocktail am Sonntag
- köstliches Frühstücksbuffet
- Sportalm-Gala-Diner
- Freitags herzhafter Grillabend
- Nachmittagsjause ab 15.00 Uhr
- 4-Gang-Feinschmecker-Wahlmenü
- Dienstag herrliches Dessertbuffet
- Freie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft
- Sport- und Vitalpackung small, 1 x Teilmassage
- Mountain-Bike, Walkingstöcke, Klettergurte und Steigeisen werden kostenlos verliehen

**Kinder**  
unter 6 Jahren  
**gratis!**

Almrosenblüte 21.6.-12.7.: 7 Tage ab € 389,50

Bergfestwoche 12.7.-30.8.: 7 Tage ab € 426,50

Vorteilswoche 30.8.-4.10.: 7 Tage ab € 384,50

Zimmertyp DZ Alpenglühn: Preise pro Person



Familie Schwarz · A-6481 Plangeroß · Pitztal/Tirol  
Tel.: 0043 (0)54 13/86203 Fax: DW-52  
e-mail: [info@sportalm.net](mailto:info@sportalm.net)

## SPANISCHE VORPYRENÄEN

Für Kletterer, Wanderer und Radler: Kataloniens Westen bietet spannende Routen und wilde Wege durch die Bergeinsamkeit der Vorpyrenäen.

34



Peter Geyer | 88



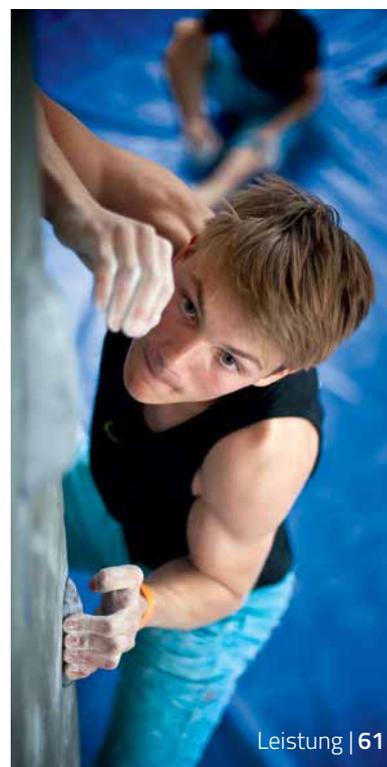
Skilanglauf | 58



Senioren | 80



Comer See | 84



Leistung | 61



16

## ÖTZTALER RUNDE SPEZIAL

Ein paar Extraschmankerl verspricht eine Variante der bekannten Ostalpen-Skidurchquerungen Venter und Ötztaler Runde.

### RUBRIKEN

- 3 Editorial: Geht's noch? Oder geht's auch besser?
- 69 Leserpost
- 92 Neue Produkts
- 94 Reisenews
- 97 Kleinanzeigen/outdoorworld
- 105 Händleradressen
- 106 Impressum und Vorschau

Titelbild: **Stefan Herbke**. Höher geht es nicht im Ötztal: Im Übergang vom Hauptgipfel der Wildspitze zum Nordgipfel



# Einfacher, sicherer, trockener

**DURCHNÄSSTE  
SOCKEN?**

SCHMUTZ UND AUFGEZAUGTES  
WASSER VERHINDERN, DASS  
SCHWEIß NACH AUßEN  
ENTWEICHEN KANN. ER BLEIBT  
ALSO IN IHREN STIEFELN.

**ATMUNGSAKTIV!**

AUS SAUBEREN,  
WASSERFESTEN STIEFELN  
KANN WASSERDAMPF  
ENTWEICHEN. SO BLEIBEN  
IHRE FÜßE TROCKEN.



**NIKWAX  
REINIGUNGSGEL  
FÜR SCHUHE**  
IST EIN EFFEKTIVER,  
EINFACH ANZUWENDENDER  
REINIGER, HERGESTELLT FÜR  
OUTDOORSCHUHE.

**DIE  
WASSERABWEISENDEN  
HOCHLEISTUNGS-  
IMPRÄGNIERMITTEL  
VON NIKWAX  
WIRKEN ZUVERLÄSSIG.**



Wir von Nikwax tun alles, um unseren Einfluss auf Mensch und Umwelt so gering wie möglich zu halten. Wir sind das einzige etablierte Unternehmen für Pflege- und Imprägniermittel für Outdoor Kleidung, welches über ein Sortiment von Produkten verfügt, die auf Wasserbasis wirken, nicht brennbar sind und kein Fluorcarbon (PFC) enthalten. Wir haben immer die Nutzung von PFCs vermieden, weil wir überzeugt sind, dass sie für die Gesundheit des Menschen und die Umwelt eine Gefahr darstellen. Weitere Informationen hierzu finden Sie auf der Webseite [www.nikwax.de/umwelt](http://www.nikwax.de/umwelt)

**6 ALPENVEREIN AKTUELL**

DAV-Hauptversammlung 2013 in Neu-Ulm: Basisentscheide mit Breitenwirkung [6] Ihr Alpenvereinsausweis [7] JDAV-Bundesjugendleitertag 2013 in Köln: Jugend fürs Morgen [8] Frauen-Bergsport-Gruppe in Köln; Versicherungskammer Bayern: Partnerschaft verlängert; Hüttenwirte: Einsatz bei den DAV-Partnern [9] Podium: Udo Neumann: Spitzensport-Förderung im DAV – Alles für eine? Ein Nutzen für alle! [10] Alpenüberquerung zur Persönlichkeitsentwicklung; Bergferien für Familien 2014 [12] Ehrenamt – ich bin dabei: Chris Kohl, Sektion Heidelberg [14] Menschen [15]

**16 ÖZTALER RUNDE SPEZIAL**

Spuren im Weißraum

**24 BERGSPORT HEUTE**

Natürlich auf Tour: Gute Karten für Tourengerher [24] Expedkader im Interview: Raffaele Sebastiani [26] Interview: Profi-Bergsteiger Steve House und sein Projekt „Alpine Mentors“ [27] „SuperAlp!“ – Wandern zur Bewusstseinsbildung [28] DAV-Kletterhalle Donauwörth [29] spitz & breit [30] DAV Summit Club News [32]

**34 SPANISCHE VORPYRENÄEN**

Der wilde Westen Kataloniens

**44 DAV-EXPEDKADER FRAUEN IN INDIEN**

Acht Frauen, acht Ziele

**50 TIPPS & TECHNIK**

Faszination Skilanglauf: Bretter, die Natur bedeuten

**54 SICHERHEITSFORSCHUNG**

Der „Kleine Blocktest“: zusätzliches Werkzeug am Einzelhang

**58 FITNESS & GESUNDHEIT**

Skilanglauf: Sport mit Mehrwert

**61 KNOTENPUNKT: LEISTUNG**

Editorial; Impressum; Off Mountain [62] Leistung in Jugendgruppen: Einfach zusammen Spaß haben [63] Ehrgeiz lässt sich nicht verordnen – Interview mit Gymnasiumsleiter Stefan Kantsperger; Preise im Alpinismus [65] An der Spitze herrscht enormes Gedränge – Interview mit Deuter-„Zieh-vater“ Bernd Kullmann [66] Watt ne Leistung; Gämischen klein [67] GPS und Leistungswahn; Erbse [68]

**70 NATUR & MENSCH**

Alpenvereinslütten: Mit Kindern auf Hüttentour [70] Hüttenwirt: Bonner Hütte; Überlebenskünstler: Schneehuhn [72] Alpinforum Energiewende: Zwischen Stausee und Windrad [73]

**74 KULTUR & MEDIEN**

Gipfelbücher: Spuren des Dagewesenseins [74] Alpines Museum und DAV-Bibliothek: Veranstaltungen und Öffnungszeiten [75] Banff Film Tour; Nachbericht Bergfilmfestival Tegernsee [76] Bücher und Führer [77]

**80 BERGAKTIVE SENIOREN**

Keine Frage des Alters

**84 SKITOUREN AM COMER SEE**

Freudenschwünge über dem Lario

**88 PORTRÄT: BERGFÜHRER PETER GEYER**

„Man muss nicht alles tun, was machbar wäre.“

**KOSTENLOSE NIKWAX MUSTER**  
Wenn Sie bei unserem  
WebQuiz mitspielen  
[www.nikwax.de](http://www.nikwax.de)  
/dav

DAV-Hauptversammlung 2013 in Neu-Ulm

# Basisentscheide mit Breitenwirkung

Am 8./9. November war die Sektion Neu-Ulm Gastgeber der Hauptversammlung 2013 des DAV. Die Diskussion über Olympia 2022 in Bayern stand besonders im Fokus des Interesses.

Von Georg Hohenester

Etwa 600 Delegierte aus 265 Sektionen debattierten im Congress-Centrum Ulm über verbandsrelevante Themen und fällten die notwendigen Entscheidungen. Die spannendste Frage betraf die Haltung des DAV zu Olympi-

derartigen Großveranstaltung unter Führung des IOC heraus und empfahlen ein Nein zur Bewerbung. Letztlich setzten sich die kritischen Stimmen durch: 70 Prozent der Delegierten folgten dem Antrag gegen eine Bewerbung,

Bürgerentscheiden eine Bewerbung um Olympische Winterspiele ab.

## Anpassung DAV-Struktur

Seit Jahren wächst der DAV, 2013 hat er die Millionenmarke überschritten. Mit den Entwicklungen im gesellschaftlichen Umfeld ändern sich auch die Herausforderungen für den Alpenverein. Vor diesem Hintergrund wurde auf der Hauptversammlung 2012 in Stuttgart ein neues DAV-Leitbild verabschiedet, das als zeitgemäßer Rahmen für seine Strategien, Ziele und sein Handeln dient. In einem zweiten Schritt stand die Überprüfung und Überarbeitung der DAV-Struktur an, die 2002 in Friedrichshafen beschlossen worden war. Eine 14-köpfige Projektgruppe stellte das von ihr erarbeitete „Strukturkonzept 2020“ vor; nach mehrfacher gründlicher Diskussion wurde es jetzt in Neu-Ulm mit 98 Prozent Zustimmung beschlossen. Bis zu nächsten Hauptversamm-



Fotos: Georg Hohenester

ungen 2022 in den Bayerischen Alpen. Hier machten sich die Delegierten die Entscheidung nicht leicht und diskutierten zwei Stunden lang sachlich und fair die Argumente pro und contra. Die Pro-Fraktion, zu der neben den Gremien des Bundesverbands auch einige Sektionen gehörten, warb dafür, als DAV daran mitzuwirken, in den bayerischen Bergen so umweltfreundliche Winterspiele wie möglich zu veranstalten – wenn es denn zu einer Bewerbung und dem Zuschlag käme. Die Olympiagegner, darunter die JDAV (s. S. 8) und einige große Sektionen, stellten die Belastung für die alpine Umwelt und die Unwägbarkeiten einer

*92,1 Prozent der Stimmberechtigten waren auf der DAV-Hauptversammlung vertreten – und fällten fundierte Entscheidungen. Johannes Schiffer (M.) wurde für besonderes Bergrettungs-Engagement geehrt.*

Der DAV zeigte mit dieser Entscheidung Flagge für den Naturschutz und stellte sich seiner gesellschaftlichen Verantwortung. Einen Tag später lehnten die Wahlberechtigten in den vier geplanten Austragungsorten München, Garmisch-Partenkirchen, dem Landkreis Traunstein und dem Landkreis Berchtesgaden in



lung 2014 in Hildesheim muss nun die DAV-Satzung an die neue Struktur angepasst und dann auch verabschiedet werden.

## Die wesentlichen Änderungen der überarbeiteten Struktur:

> Das DAV-Präsidium wächst von fünf auf sieben Mitglieder, so dass sich das immer größer werdende Themenfeld auf mehrere Schultern

verteilt; Aufgaben aus dem Verbandsrat werden teilweise übernommen, somit Doppelbearbeitungen vermieden.

- > Der Verbandsrat wird künftig 19 statt 21 Mitglieder haben, sein Aufgabenbereich sich weg von operativen Aufgaben hin zu mehr strategischer und beratender Funktion verschieben.
- > Fachliche Beratungen werden vor allem in

einer Projektgruppe erdachten und überarbeiteten zentralen Online-Mitgliederaufnahme zu.

### Wahlen mit großer Zustimmung

Die Sektionenvertreter wählten das DAV-Präsidium mit großer Mehrheit für eine weitere Amtszeit: Präsident Josef Klenner wie die Vizepräsidenten Ludwig Wucherpfennig, Guido Kös-

präsident gewählt. Neu in den Verbandsrat gewählt wurden Norbert Grotz (Allgäu-Kempton) und Beppo Malton (Berchtesgaden) für den Südbayerischen Sektionentag, Daniel Sterner (Frankfurt/Main) für den Sektionenverband Hessen/Pfalz/Saarland, Doris Krah (Ettlingen) für den Landesverband Baden-Württemberg und als Jugendvertreter Jonas Freihart (Heilbronn).

## Die wichtigsten Entscheidungen

- > DAV spricht sich gegen Olympia 2022 in den Bayerischen Alpen aus
- > Strukturkonzept 2020 angenommen
- > Zentrale Online-Mitgliederaufnahme angenommen
- > Präsidium mit überwältigender Mehrheit wiedergewählt
- > Ort Hauptversammlung 2015: Hamburg (Sektion Hamburg und Niederelbe)

Präsidialausschüssen, Kommissionen und Projektgruppen stattfinden; das Präsidium benennt die Mitglieder und formuliert schriftliche Aufgabenbeschreibungen.

- > Die Bundesjugendleitung wird künftig ein Antragsrecht auf der Hauptversammlung haben, der Jugendausschuss Rederecht.
- > Die Landesverbände des DAV werden künftig Antrags- und Rederecht für die Kernaufgaben „Klettern“, „Naturschutz“ und „Wettkampfsport“ haben.
- > Zur Meinungsbildung in grundsätzlichen Fragen gibt es künftig das zusätzliche Instrument der „DAV-Werkstatt“. An den Veranstaltungen können alle Aktiven im DAV teilnehmen. DAV-Werkstätten sollen in unregelmäßigen Abständen stattfinden, ein zweijähriger Turnus ist angedacht.

### Online-Mitgliederaufnahme

Mit dem stetigen Wachstum des DAV und verändertem gesellschaftlichem Umfeld hat auch die Entscheidung zu tun, eine Online-Mitgliederaufnahme im DAV einzuführen. Je nach Größe verfügen die 354 DAV-Sektionen über unterschiedliche organisatorische und technische Möglichkeiten zur Mitgliederaufnahme übers Internet: Bislang war es nicht bei allen Sektionen möglich, online Mitglied zu werden. Dies wird sich ab 1. Mai 2014 sukzessive ändern. Die Delegierten stimmten mit großer Mehrheit der von

termeyer und Franz-Josef van de Loo erhielten das Vertrauen der Delegierten mit jeweils deutlich über 95 Prozent Zustimmung ausgesprochen. Der Vizepräsident und ehemalige Bundesjugendleiter Michael Knoll hatte sich aus beruflichen Gründen nicht mehr zur Wahl gestellt. Für ihn wurde Philipp Sausmik mit ebenfalls überwältigender Mehrheit neu in das Präsidium gewählt. Der 26-jährige Münchner von der DAV-Sektion Oberland war zwei Wochen zuvor auf dem JDAV-Bundesjugendleitertag gewählt worden. Laut DAV-Satzung wird der Bundesjugendleiter in der Hauptversammlung als DAV-Vize-

### Umweltgütesiegel & Grünes Kreuz

Die traditionellen Ehrungen kamen auch in Neu-Ulm nicht zu kurz. Als besonders ökologisch geführte Hütten mit dem Umweltgütesiegel ausgezeichnet wurden die gerade erst general-sanierte Hagener Hütte (2446 m, Goldberggruppe) und die denkmalgeschützte Siegerlandhütte (2710 m, Stubai Alpen). Deren Delegierte erhielten die Auszeichnung von DAV-Vizepräsident Ludwig Wucherpfennig, der sich freute, dass jetzt 96 Alpenvereinshütten das Umweltgütesiegel tragen. Vergeben wird das Siegel vom DAV, OeAV und dem Alpenverein Südtirol. Johannes Schiffer von der Bergwacht Rosenheim erhielt das „Grüne Kreuz“ für besondere Leistungen in der Bergrettung, das der DAV seit 1922 verleiht. Der niedergelassene Kinderarzt ist seit über 20 Jahren für die Bergwacht tätig und als Notarzt nicht nur in seinem Einsatzbereich Priental im Chiemgau unterwegs, sondern auch bei vielen überregionalen Einsätzen. ■

### Ihr Alpenvereinsausweis

## Gut versichert nach oben

In Kürze erhalten Sie Ihren Mitgliedsausweis für das Jahr 2014. Mit diesem genießen Sie eine Reihe von Mitgliedervorteilen – neben reduzierten Eintrittspreisen in vielen Kletteranlagen vor allem die vergünstigten Nächtigungsgebühren auf rund 3000 Hütten im Alpenraum. In Ihrer Mitgliedschaft ist außerdem ein umfassender Versicherungsschutz enthalten. Der so genannte Alpine Sicherheits-Service (ASS) umfasst unter anderem Such-

und Bergungskosten bis 25.000 € je Person und Ereignis, unfallbedingte Heilkosten im Ausland, einen Unfallversicherungsschutz mit Leistungen bis zu 25.000 € und eine Sporthaftpflicht-Versicherung. Bei Auslandsreisen empfiehlt sich zudem noch der Abschluss einer Auslandsreisekrankenversicherung.

| Ausführliche ASS-Versicherungsbedingungen:  
[alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen](http://alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen) |



JDAV-Bundesjugendleitertag 2013 in Köln

## Jugend fürs Morgen

**Dass die kommende Generation einem Verein die Richtung weisen kann, belegte der JDAV-Bundesjugendleitertag. Das höchste Gremium der Alpenvereinsjugend fällt in funktionierender Basisdemokratie wichtige Entscheidungen, etwa zu den Themen Olympia und Leistung.**

Über 450 Jugendleiterinnen und -leiter diskutierten in der Deutschen Sporthochschule Köln über wichtige Themen des Bergsports und seiner Jugendorganisation – und zeigten dabei ein grünes Herz: Aus Naturschutz- und Nachhaltigkeitsgründen sprach sich der Berg-Nachwuchs

ihren Erziehungs- und Bildungszielen für das Thema Leistungssport. Sportliche Leistung im Alpinismus stellt sie in einem Positionspapier als gleichwertig neben Motivationen wie Natur- oder Gemeinschaftserlebnis, und zwei weitere Beschlüsse beschreiben die Verzahnung von

steigen rasant. Mit großer Mehrheit beschloss der BJLT, die Gremien der JDAV auf Bundesebene sorgfältig zu überprüfen; die JDAV-Strukturgruppe erhielt den Auftrag, dem nächsten BJLT notwendige Satzungsänderungen zum Beschluss vorzulegen. Darin sollen auch wirksame



Fotos: JDAV (2), DAV (2), DAV Köln



*Etwas mehr Bewegung als die „Erwachsenen“ zeigte die JDAV – und wählte drei Frauen in den neuen Bundesvorstand (v.l.n.r.): Maximilian Hübner, Annika Höllerl, Jonas Freihart, Karin Lippelt, Arne Hamann, Lena Glaeser, Philipp Sausmikat*

klar gegen eine Bewerbung Münchens für die Olympischen Winterspiele 2022 aus. Kritisch gesehen wurde auch die geplante Everest-Expedition des DAV Summit Club. Angesichts der Zustände am höchsten Berg der Welt sprachen sich 97,5 Prozent gegen eine kommerzielle Expedition im Programm der DAV-Tochter aus. Dass solchen Entscheidungen nicht etwa Sportskepsis zugrunde liegt, beweist die Diskussion zum Thema „Leistung“. Eine Arbeitsgruppe hatte dazu grundsätzliche Aspekte untersucht und einen vierteiligen Antrag vorgelegt. Nach intensiven Diskussionen öffnete sich die Jugend in

Ausbildungs- und Förderstrukturen zwischen JDAV und DAV auf Bundes- und Sektionsebene. Weitere Beschlüsse votierten für eine engere Zusammenarbeit mit den Slacklineverbänden in Österreich und der Schweiz und forderten die Öffnung von Winterräumen auf AV-Hütten für Selbstversorger auch während der Bewirtschaftungszeiten. Teils hitzige, aber immer konstruktive Diskussionen und intensive Arbeit in Kleingruppen zeigten, dass eine zweijährliche Veranstaltung mit 500 Teilnehmern basisdemokratisch gute Ergebnisse entwickeln kann. Inhaltlicher Schwerpunkt der Tagung war ein Leitantrag der Bundesjugendleitung zur zukünftigen Struktur der JDAV und zum Bundesjugendleitertag als ihrer Vollversammlung. Denn die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verändern sich, und die Mitgliederzahlen der JDAV

Vorschläge enthalten sein, um ein ausgewogenes Geschlechterverhältnis in den Gremien der JDAV zu gewährleisten. Teilweise wurde dieses Ziel schon erreicht. Denn bei den Neuwahlen fanden drei Frauen den Weg in die siebenköpfige Bundesjugendleitung. Das Amt des Bundesjugendleiters und damit auch DAV-Vizepräsidenten übergab Michael „Mimi“ Knoll an seinen Nachfolger Philipp Sausmikat. Mimi Knoll dankte in einer emotionalen Rede allen Helfern für die Organisation eines denkwürdigen Bundesjugendleitertags und allen Wegbegleitern seiner vierjährigen Amtszeit für ihre Unterstützung.

fb



| Infos, Beschlüsse im Wortlaut, Bildergalerien und Video:  
[jdav.de/bundesjugendleitertag](http://jdav.de/bundesjugendleitertag) |

## Frauen-Bergsport-Gruppe in Köln

## Frauen mit Frau Berg am Berg



*Keine Angst vor dem neunmalklugen Mann: Frauen unter sich können die Berge manchmal entspannter erfahren und vor allem Neues lernen.*

„Frauen erklären anders als Männer. Mir kam es zugute, dass eine Frau mir die Grundlagen der Orientierung und der Tourenplanung erklärt hat.“ Diese Aussage einer Teilnehmerin allein zeigt den Wert von reinen Frauengruppen und -kursen. Seit 2012 gibt es in der DAV-Sektion Köln die Frauen-Bergsport-Gruppe; sie treffen sich regelmäßig in der Halle und zu Kletterfahrten, gehen wandern und in die Berge – unter dem Motto: „Uns verbindet die Freude, Neues zu entdecken, eigene Stärken kennenzulernen, Naturerlebnisse und Gipfelziele mit anderen Frauen zu teilen.“ Im August führte die Fachübungsleiterin Petra Berg einen Grundkurs Bergsteigen auf der Nürnberger Hütte im Stubai durch. Fünf Tage Gehen und Sichern in jedem Gelände, Tourenplanung – und: „Wir haben gemeinsam eine tolle Zeit erlebt und viel dazugelernt.“ Die Kölnerinnen sind interessiert an Kontakt zu anderen Frauengruppen in DAV-Sektionen. red

[dav-koeln.de](http://dav-koeln.de) -> Veranstaltungen -> Frauen-Bergsport-Gruppe |

## Versicherungskammer Bayern

## Bewährte Partnerschaft verlängert

Zwei Wochen vor dem Fest machten sich der DAV und die Versicherungskammer Bayern ein Vorweihnachtsgeschenk. Dr. Frank Walthes, Vorstandsvorsitzender der Versicherungskammer, und DAV-Hauptgeschäftsführer Olaf Tabor unterschrieben den Vertrag, der die seit 1997 währende und in vielen Projekten erfolgreiche Partnerschaft um drei Jahre verlängert. Die Kooperation im Bereich Hütten, Wege und Naturschutz gilt vor allem



zahlreichen Wegebaumaßnahmen: Weit über 1,5 Millionen Euro hat die Versicherungskammer bislang in die Sanierung von Wegen und Steigen investiert. Sie engagiert sich aber auch für andere Aufgaben des DAV, wie etwa den Brandschutz auf Hütten. Tradition hat inzwischen schon die Wegebauaktion der Versicherungskammer-Trainees. Im Sommer 2014 werden zum fünften Mal junge Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihre

Laptops gegen Schau-fel, Harke und Eimer tauschen und diesmal die Münchner Sektion Turner Alpenkränzchen bei der Wegsanierung rund um die Rotwand unterstützen. hs



*Weiter so: Vor den Motiven der Sonderausstellung „Bergpredigt“ verlängerten Olaf Tabor und Dr. Frank Walthes die Zusammenarbeit zwischen DAV und Versicherungskammer Bayern.*



*Stubai in München: die Wirtsleute der Neuen Regensburger Hütte zu Besuch bei Globetrotter*

## Einsatz bei den DAV-Partnern

## Hüttenwirte im Außendienst

Was machen die Hüttenwirtsleute im Winter, wenn sie ihre Häuser winterfest verpackt haben? Sicher keinen Winterschlaf, denn die nächste Wandersaison kommt bestimmt. So besuchte Thomas Eder, Wirt der Neuen Regensburger Hütte im Stubaital, im Oktober den DAV-Partner Globetrotter Ausrüstung an dessen Wetterschutztag. Am Infostand in der Münchner Filiale beantwortete er zahlreiche Fragen rund um seine Hütte und ihr Veranstaltungsprogramm. Regina und Sepp König vom Purtschellerhaus reisten aus dem Berchtesgadener Land ins Casino der Deutschen Bahn nach München. Zum Aktionstag „So schmecken die Berge“ lud der DAV-Partner DB-Regio die Hüttenwirtsleute samt deren Spezialität ins Haus. Rund 230 Kaspessknödel später war das erste Wanderziel für viele DB-Mitarbeiter im Sommer 2014 klar. hs

Spitzensport-Förderung im DAV

# Alles für eine? Ein Nutzen für alle!

**Um Weltcupssieger zu bekommen, braucht es einen großen und teuren Förderapparat. Aber der nützt auch Breitensportlern und dem Sport an sich. Der Kletterexperte und -trainer Udo Neumann zur Frage: Was ist Spitzenbergssport wert?**

Die sechsjährige Sana balanciert auf einem Pezziball, ihre rechte Hand umfasst zwei Enden eines Handtuchs. Mit der linken Hand versucht sie, eine von der Decke herabhängende Kugel zu erreichen. Sana ist hochkonzentriert, denn das Handtuch rutscht ihr langsam aus den Fingern, der Ball scheint ein Eigenleben zu führen

Aufgaben genau richtig herausfordernd zu machen, denn Menschen sind am motiviertesten, wenn der Ausgang 50/50 ist. Sanas Umfeld experimentierte ständig und entwickelte sich parallel mit ihr weiter. Auch die Trainer mussten ständig lernen. Wie führe ich eine Talentsichtung durch? Wie definiere ich Klettersituatio-

beim Klettern fand, ließ sie doch immer wieder in die Kletterhalle zurückkehren.

Ohne dass es Sana bewusst war, sind sie und ihre Klettergruppe Teil eines Netzwerks von Experten verschiedener Themenbereiche geworden. Der medizinische Dienst beobachtet und dokumentiert die körperliche Entwicklung der jungen Leute, die Routenbauer denken sich neue Aufgaben aus, die Trainer schulen in Taktik und Technik. Fast alle kommen aus dem Klettern und teilen die gleiche Begeisterung.

## Teile von Struktur – und Kultur

Gemeinsam sind sie Teil einer leistungssportlichen Struktur, die das Wissen um das Klettern und den Sport an sich voranbringt – egal ob auf Spitzen- oder Breitenniveau. Letztendlich profitieren alle Kletterer von dieser Struktur, um die sich im DAV die Ressorts Spitzenbergssport und Ausbildung kümmern. Sanas Sieg beim Boulderweltcup ragt aus diesem wertvollen Netzwerk heraus wie ein Berggipfel aus dem Nebelmeer. Wenn sie sich einmal vom aktiven Leistungssport verabschiedet, wird sie aufgefangen von dieser tragfähigen Gemeinschaft – ein Teil davon ist sie und wird sie immer bleiben.

Sana ist eine fiktive Person – die zwei geschilderten Erlebnisse haben in jüngster Zeit so stattgefunden. Dass die 15 Jahre dazwischen so systematisch und positiv verlaufen wie skizziert, ist leider noch teilweise Fiktion. Solche Strukturen aufzubauen, sollte meines Erachtens dem DAV mehr wert sein als derzeit! ■



Fotos: Udo Neumann (3), promino.org, Ulrich Waldbrüßler



*Von spielerischen Erst-Erlebnissen bis zum freundschaftlich verbundenen Kader: Leistung kann guttun.*

und die Kugel pendelt immer von ihr weg. Die Aufgabe hat sie völlig in ihren Bann gezogen – und als sie es geschafft hat, ist sie glücklich und stolz und will nur eins: noch mal!

## Ernte einer guten Zeit

15 Jahre später: Finale des Boulder-Worldcups in Innsbruck. Sana liegt nach drei Problemen – Sprüngen, Slopfern, undurchsichtigen Bewegungstricks – knapp in Führung. Jetzt die Nerven behalten! Sana steigt in Problem Nummer 4 ein, sie ist völlig bei sich, es zählt nur das Hier und Jetzt. Keine schöne Begehung, aber im ersten Versuch – Sana gewinnt ihren ersten Boulder-Worldcup! Mit Freudentränen in den Augen blickt sie vom Podium zurück auf 15 Jahre Erlebnis und Freundschaft. Es wurde viel gespielt, Sanas Trainerinnen hatten einen guten Riecher,

um gezielt koordinative Fertigkeiten zu schulen? Wie lässt sich Klettertraining für eine heterogene Gruppe sinnvoll gestalten? Welche Griffe sollte ich benutzen, um Kraftfähigkeiten zu entwickeln, dabei aber das Verletzungsrisiko zu minimieren? Und schließlich, in der Isolationszone des Weltcups: Wie stelle ich meinen Schützling optimal ein, indem ich ihr an der kleinen Aufwärmwand passende Bewegungsaufgaben definiere?

Andere Fortbildungen hatten Trainings- und Bewegungslehre, Gesundheit und Psychologie zum Inhalt. Als Sana in der Pubertät „schwierig“ wurde und Erwachsene keinen Zugang mehr zu ihr fanden, wurde Sana aufgefangen durch die Freunde, mit denen sie seit ihrer Kindheit geklettert ist. Ihr Weltschmerz konnte noch so groß sein – der Spaß, den sie in der Gruppe



Udo Neumann ist Autor des Kultbuchs „Lizenz zum Klettern“ und förderte als „Bundestrainer Bouldern“ unter anderem Juliane Wurm. Klettern ist für ihn lebenslange Leidenschaft.

## Gleichgewicht finden

„Die Konzentration und das mentale Gleichgewicht werden beim Slacklines spielerisch trainiert“, urteilt der holländische Sportstudent Alexandros Janse (20) über sein Projekt: Zu seinem Praktikum bei der US-Organisation „Pro Niño“ nahm er einige Slacklines mit, von elephant slackline gesponsert, die anschließend auch dort bleiben. Mit dem Mitmach-Sport kann er die Kinder zu Aktivität bewegen – und das Balancieren auf der Slackline hilft ihnen auch, „mit ihren Gefühlen umzugehen“.



red | [pronino.org](http://pronino.org), [elephant-slackline.com](http://elephant-slackline.com) |

## Ein Tag für Kinder

Seit einigen Jahren unterstützt Ulrich Waldbüßer den Verein „Haus der Hoffnung – Hilfe für Nepal e.V.“, der in Kathmandu zwei Kinderhäuser betreibt. Nun hatte das Mitglied der DAV-Sektion Heilbronn eine besondere Idee und spendierte 46 Kindern einen Tagesausflug in den Manjushripark. Ein unbeschwerter Tag für die Kinder und Jugendlichen, die aus schwierigsten Verhältnissen kommen; eine Nepalreise mit Sinn.

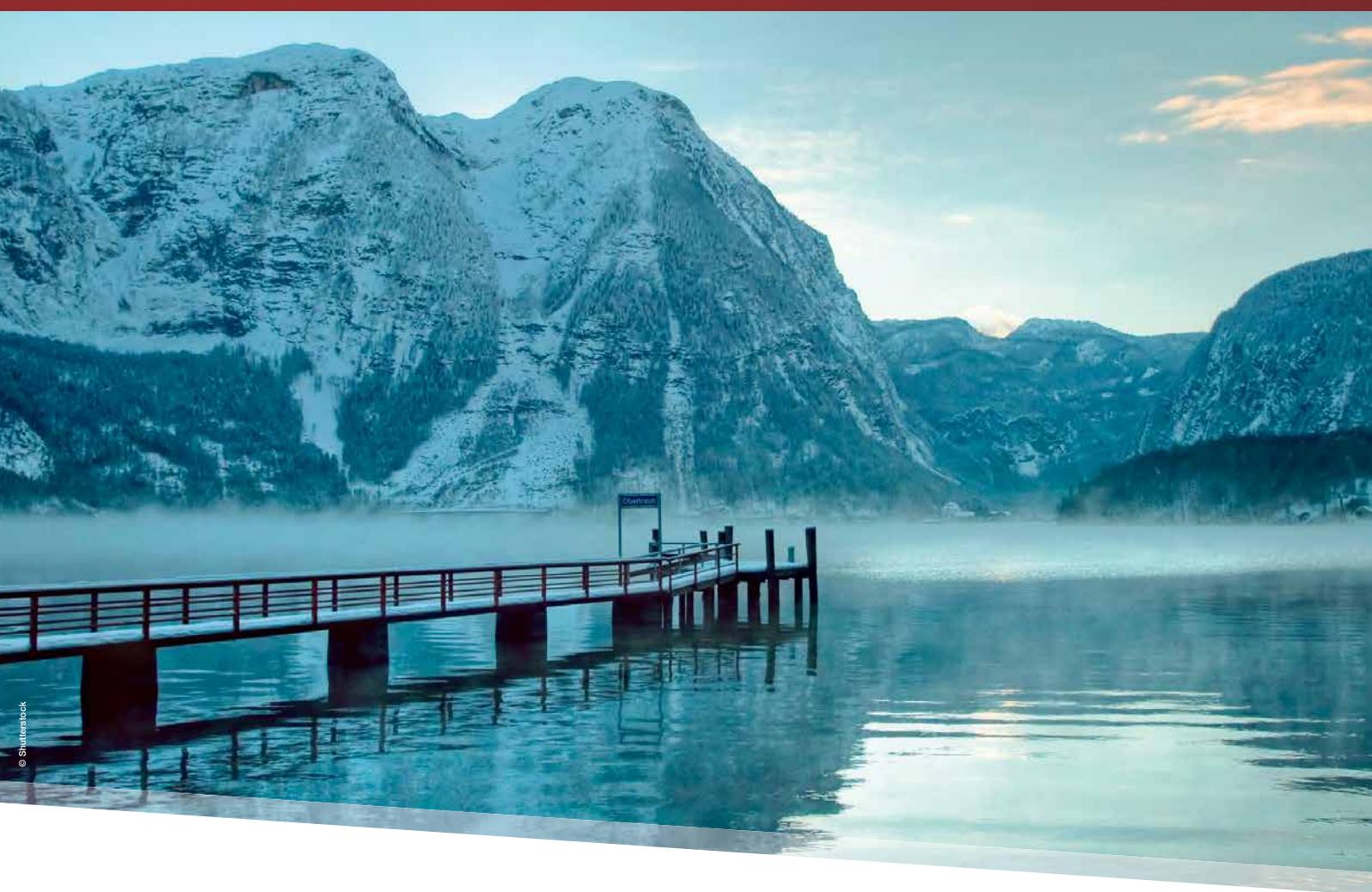


uw/red | [hausderhoffnung-nepal.de](http://hausderhoffnung-nepal.de) |

ANZEIGE

# FASZINATION HEIMAT.

Jeden Freitag  
**20:15**



## DER ALPENRAUM AUS GANZ NEUEN PERSPEKTIVEN.

Weite Täler, tiefe Schluchten, schroffe Gipfel – kaum eine Region ist so vielfältig wie die Alpen. Großartige Bilder von Menschen, Tieren und Pflanzen zeigen diese Wunderwelt vor unserer Haustür aus einem ganz neuen Blickwinkel.

Kostenfreie Service-Hotline 0800 100 30 70 | [www.servustv.com](http://www.servustv.com)



Wir wünschen Ihnen  
bessere Unterhaltung.

**WEIHNACHTTAUSENDER:** Mehr Einsendungen, als der Mount Everest Meter hat, erreichten uns zum Weihnachtsgewinnspiel. Die Lösungs-Reimwörter: Flocken, staade Zeit, Ruhe, Wachs, Touren, Eis, Berge, Buch, Mann, schnei'n – Wir lieben die Berge! Die Gewinner wurden direkt benachrichtigt.

**ÖSTERREICHWILDNAISSCHÜTZER:** Verstärkung für die Natur: Am 9. November 2013 wurde in Innsbruck der Verein Mountain Wilderness Österreich gegründet, als zehnter Landesverband der internatio-



nalen Alpenschutzorganisation. Obfrau ist Dr. Kerrin Lessel aus Bad Ischl. Die Umwelt-Aktivisten gingen gleich raus: Mit der Forderung „Hände weg vom Ruhegebiet Kalkkögel“ protestierten sie gegen Erschließungspläne.

**FAMILIE UND RECYCLING:** Das Prädikat „Familienbewusstes Unternehmen“ erhielt der DAV-Partner Vaude für seine Angebote für Mitarbeiter mit Kindern. Neuerdings steht auf dem Werksgelände auch ein Sammelcontainer von Fairwertung – für sinnvolles Recycling von (Berg-)Kleidung.

#### SIND SIE ...

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

#### HABEN SIE ...

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

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

#### BEI ANRUF HILFE

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

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

Die Leistungen des Alpinen Sicherheits-Service (ASS) finden Sie ausführlich unter

[alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen](http://alpenverein.de/DAV-Services/Versicherungen)

## Alpenüberquerung zur Persönlichkeitsentwicklung

### Gehen – und wachsen

Elf Jugendliche, vier Begleiter, vier Länder, 100 Kilometer und 7000 Höhenmeter. Grenzen erfahren, Grenzen ziehen, Bedürfnisse formulieren, sich auseinandersetzen, für die eigene Meinung stehen, Verantwortung übernehmen, zweifeln, staunen, fragen, lernen, Stille, Wildnis, Weite, Neuland betreten, Angst haben, überwinden, kämpfen, durchhalten, stolz sein, ankommen, Dankbarkeit, Freundschaft, Wind, Natur, Schnee, Regen, Gipfel, (Selbst-)Vertrauen, Erschöpfung, Körper, mit sich sein, Zeit haben, ohne Fon und Internet, Einfachheit, Genuss.

Berge können fordern – und geben. Vor allem, wenn man jung ist und auf der Suche nach sich selbst, seinem Weg im Leben. Ein Weg über die Alpen sollte den Teilnehmern des Projekts „geh-wachsen!“ dabei helfen; organisiert hatte die Reise der gemeinnützige Verein Walden e.V. Die jungen Menschen zwischen 15 und 22 wanderten

in zehn Tagen vom Kleinwalsertal nach Taufers in Südtirol, übernachteten im Freien, wuschen sich im Fluss. Und wuchsen – wie eine Teilnehmerin der Tour bestätigt: „Ich bin definitiv selbstständiger und unabhängiger geworden. Das und vieles mehr hätte ich niemals über mich und die anderen erfahren, wenn ich zu Hause geblieben wäre.“



*Durchs Wandern fürs Leben gelernt: die Jugendlichen des Projekts „geh-wachsen!“*

Eine Wiederholung 2014 ist geplant.

nh/red

[abenteuer-walden.de](http://abenteuer-walden.de)

## Bergferien für Familien auf Alpenvereinshütten 2014

### Urlaub ganz oben und mittendrin



Das Bergferienprogramm 2014 gibt es zum Download unter [alpenverein.de](http://alpenverein.de)

-> Bergsport -> Familie oder per Post auf Anfrage (Stichwort „Bergferien“) unter: [info@alpenverein.de](mailto:info@alpenverein.de)



Gipfel erklimmen, Alpentiere beobachten, gemütlich am Lagerfeuer sitzen, ein Bad im eiskalten Bergsee nehmen, auf der Slackline balancieren, Klettern, Pfeil und Bogen bauen, wandern mit Lamas oder Alpakas – Familienurlaub in den Bergen kennt keine Langeweile! Zehn familienfreundliche Hütten des DAV, OeAV und AVS bieten von Juni bis Oktober wieder Bergferienwochen mit Halbpension und Programm für natur- und wanderbegeisterte Familien mit Kindern ab vier Jahren. Jede Hütte hat ganz besondere landschaftliche Reize und Erlebnismöglichkeiten. Und ob sie im Tal liegt oder

hoch oben in den Bergen: Leckere regionale Schmanckerl gibt es überall! Mehrere Familien kommen zusammen, die Kinder finden Gleichaltrige, mit denen gemeinsam die Bergwelt zum spannenden Erlebnis wird. Und die „Großen“ können gleich mitspielen – oder auch mal einen entspannten Tag „ohne“ genießen. cc

#### GEWINNEN MIT DER DAV-GLOBETROTTERCARD

Besitzer der DAV-GlobetrotterCard haben die Chance, sich bei exklusiven Bergferien auf Meißner Haus, Guffert- oder Tölzer Hütte anzumelden und zusätzlich ein 125-Euro-Ausrüstungspaket zu gewinnen. Genaue Informationen unter:

[globetrotter.de/dav-globetrottercard](http://globetrotter.de/dav-globetrottercard)



Träume ...

... leben.



Spannende Ausrüstungs- und Reisetipps von Globetrotter Experten zum Thema Extrembergsteigen unter [www.4-Seasons.TV/extrembergsteigen](http://www.4-Seasons.TV/extrembergsteigen)



**KURSE FÜR BERGÄRZTE:** Termine der Bexmed: 19.-23.2. – Kälte- und Lawinenmedizin, Schmirntal. 5.-11.4. – Expeditions- und Wildernessmedizin, Zermatt. [bexmed.de](#)

**BASECAMP FÜR JUGENDLICHE:** Spezialreise für 14- bis 19-Jährige ins Everest-Basislager und auf den Kala Pattar, begleitet von nepalesischen Jugendlichen. 30.7.-23.8. [mountain-action.de](#)

**GSTANZL MIT SCHUSS:** „Es geht nicht ohne Schneekanone. Weil wenn's nicht richtig schneibt, muss man schauen wo man bleibt“, singt die politsatirische Bayern-Band



Sauglocknläutn auf ihrer CD „Das Beste“ – und zieht das Fazit: „Schmilzt der Permafrost, hat's nix bracht und bloß viel kost.“ [sauglocknläutn.de](#)

**RABATT FÜR RENNER:** Mit dem „Bergläufer-Ticket“ hilft die Wendelsteinbahn eiligen Sportlern, abwärts die Knie zu schonen: bis zu 50 % billigere Pakete für 5/10 Talfahrten. [wendelsteinbahn.de](#)

**KLETTERN FÜR FLÜCHTLINGE:** 7356 Euro – toller Erfolg für den „1. Kletterspendenmarathon“ in München-Thalkirchen. 17 Teams kletterten in sechs Stunden bis zu 880 Höhenmeter – und jeder brachte einen Euro Spende für die SchlaUSchule für junge Flüchtlinge.



Ehrenamt – ich bin dabei!

## Ein Leben für die Felsen

**Stellvertretend für die 16.700 Ehrenamtlichen, die den Deutschen Alpenverein am Laufen halten, stellen wir Ihnen in loser Folge engagierte Menschen vor. Chris Kohl kümmert sich um Klettern und Naturschutz im Odenwald.**

„Mich als Gast in unwirtlichen aber schönen Gegenden und Landschaften zu bewegen: Das fasziniert mich.“ So beschreibt Chris Kohl seine lebenslange Leidenschaft für Berge, Fels und Höhlen. Mit Höhlen fing alles an: Der staatlich geprüfte Höhlenführer trat der Höhlengruppe der DAV-Sektion Heidelberg bei, übernahm bald deren ehrenamtliche Leitung – und wurde schließlich auch noch Vorsitzender der „Arbeitsgemeinschaft Klettern & Naturschutz Odenwald“.

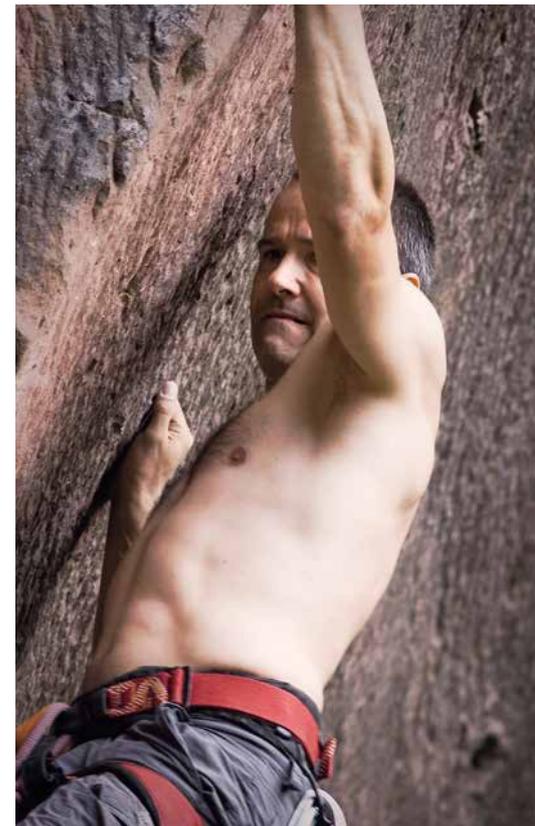
Diese Vereinigung von zwölf Alpenvereinssektionen betreut die Klettergärten der Region, etwa den bekannten Schriesheimer Steinbruch. Die Ehrenamtler pflegen Natur, Wege und Sicherheitsmaterial, halten Kontakt zu Behörden, entwickeln Lösungen für auftretende Probleme. Kohl organisierte zum Beispiel einen Hakensetzkurs für die lokalen „Felspaten“, führt aber auch mal Schulklassen an die Felsen, um ihnen zu zeigen, wie Sport und Natur sich vertragen. Zusätzlich hat er gut 30 Termine pro Jahr, etwa als Mitglied der bundesweiten DAV-Kommission Klettern & Naturschutz. Ein wichtiger Punkt war die Mitarbeit für den „Tag des Kletterns“ in Baden-Württemberg; die Veranstaltung „hat sehr viel Wirkung gezeigt“, urteilt er, „war aber zu viel Arbeit für Ehrenamtler“.

### Gestalten und Werte vermitteln

Auch das Mitgestalten an Konzepten wie der Erstbegehungs- und Sanierungscharta oder dem Kletterschein Outdoor macht ihm Spaß, und die Kletterergemeinschaft „im Kontakt mit den Behörden als Partner, nicht als Gegner zeigen, das bekomme ich ganz gut hin.“ Enttäuscht ist er allerdings, wenn ausgerechnet ortsansässige Kletterer sich nicht an vereinbarte Regelungen halten und auf Hinweise womöglich mit „dummen Sprüchen“ reagieren. Dass sich der



Klettersport immer mehr zum Breitensport entwickelt, betrachtet Chris mit einem besorgten Auge. „Die Klettergebiete in den Mittelgebirgen sind nun mal keine Kletterhallen – von den alpinen Gebieten ganz zu schweigen“. Dem Klettertrainer ist es wichtig, dass Kletterneulin-



*Kräftig zupacken kann der Outdoorguide und Höhenarbeiter – aber er steckt auch viel Freizeit in die Aufgabe, die Felsen für ihre verantwortungsbewussten Freunde zugänglich zu halten.*

ge auch bei Hallenkursen gut ausgebildet und zum nötigen Maß an Eigenverantwortung angeleitet werden. „Nicht nur Sicherungs- und Klettertechnik sind Voraussetzung für den ersten Felskontakt. Auch ein respektvoller Umgang mit der Natur, die Berücksichtigung örtlicher Kletterethik und ein freundlicher Umgang mit den Menschen in der Region (egal ob Bauer,

Winzer, Jäger oder Förster) sind die Grundlage für eine erfolgreiche Auswilderung in die Kletterfreiheit“ – aber Chris weiß auch: „Natürlich steht die Freude am Klettern ganz mit vorne.“

### Alles für die steile Leidenschaft

Dass ihm die Energie für die Aufgabe nicht ausgeht, dazu trägt sicher bei, dass sein „Leben eine Einheit“ ist. Alles dreht sich um seinen Outdoor-Sport – das Ehrenamt, sein Beruf (der Schlossermeister hat sich als Outdoorguide, Höhenarbeiter und -retter selbstständig gemacht) und die Familie: Seine Lebenspartnerin, mit der er als „Quereinsteiger-Papa“ zwei Kinder großzieht, ist Partnerin im Beruf, am Seil und gleichzeitig Zweite Vorsitzende der AG K&N Odenwald. Um dieser Konstellation ein mögliches „Gschmäckle“ zu nehmen, stellte er die Vertrauensfrage an die Mitgliederversammlung – und erhielt einstimmige Unterstützung.



Nicht, dass er an seinem Ehrenamts-Posten hinge: „Es hat mir viele spannende Erfahrungen gebracht“, erzählt er, aber nach über zehn Jahren würde er sich gerne zurückziehen – wenn sich denn jemand fände. „Zu Wegebau-Aktionen oder Ähnlichem findet man schon Helfer. Aber es bräuchte Menschen, die sich dauerhaft fürs Ehrenamt engagieren.“

red

## Menschen



Obwohl sie selbst kaum über 2000 Meter hinausgekommen ist, wurde **Elizabeth Hawley** zur unangefochtenen Chronistin des Bergsteigens in Nepal. Seit 1960

lebt die Journalistin aus Chicago in Kathmandu, und seit damals interviewte sie alle Expeditionen nach ihrer Rückkehr von den hohen Bergen. Ihre Daten gelten als supersolide, und manche Ungenauigkeit oder Schwindelei deckte die „Miss Marple von Kathmandu“ auf. Heute lässt sie sich von Assistenten unterstützen, trifft aber noch viele Bergsteiger persönlich. Am 9.11.2013 wurde sie 90 Jahre alt.

Am 4. Januar konnte **Ulrich Voigt**, Ehrenvorsitzender des Sächsischen Bergsteigerbundes, seinen 80. Geburtstag feiern. Nach der Wiedervereinigung wurde er 1990 für den Ostdeutschen Sektionentag Mitglied im Hauptausschuss und setzte sich dort für die Belange der ostdeutschen Sektionen ein. Der studierte Diplomphysiker und Glaziologe war von 1990 bis 2002 ein für Klettern und Naturschutz engagierter Erster Vorsitzender des 1911 gegründeten, 1945 verbotenen und 1989 wiederbelebten Sächsischen Bergsteigerbundes (SBB). Seine klugen und an ethischen Prinzipien orientierten Redebeiträge haben manche Diskussion in DAV-Gremien bereichert und beeinflusst.



85 Jahre Mitglied im DAV – damit steht **Dr. Ernst Zeder** einzig in der Statistik. Seine Sektion Nürnberg musste eigens ein Ehren-Edelweiß für ihn anfertigen lassen. Und fast leichtfüßig – sicherheitshalber aber mit Spazierstock –

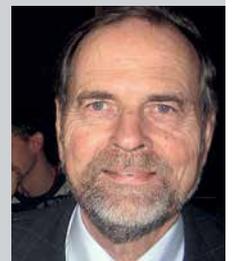


erklimm der 102-jährige Jubilar die Bühne. Der ehemalige Kinderarzt und Schulkamerad von Oskar Bühler (dem Erfinder des Bühlerhakens) erzählte lebendig von seinen Berg-Erlebnissen, unter anderem als Militärarzt im Zweiten Weltkrieg.

Nicht nur in seiner Heimatstadt Landshut ist **Hans Thoma** bekannt als Träger der Goldenen Bürgermedaille, Stadtschreiber und gern gehörter Ratgeber. Auch im DAV konnte der ehemalige Landshuter Sektionsvorsitzende einiges anstoßen. Als damaliger Referent für Ausbildung und Bergführerwesen im Verwaltungsausschuss gründete er 1957 den „Fahrtendienst“, den Vorläufer des heutigen DAV Summit Club, für den er auch später als beliebter Reiseleiter arbeitete. Im DAV-Umweltausschuss führte sein Votum unter anderem zur Unterschutzstellung von Gebieten im Wetterstein und an der Höfats. Der ehemalige Fachhochschullehrer erhielt das Bundesverdienstkreuz und für seine journalistische Arbeit einen Weltverständigungspreis (Istanbul 1984). Auch heute noch juckt ihn manchmal die Reiselust – wir wünschen alles Gute zum 90. Geburtstag am 27. Januar!



Zwei Monate vor seinem siebzigsten Geburtstag starb am 23.9.2013 völlig unerwartet **Prof. Dr. Klaus Schreckenbach (†)**, langjähriges engagiertes Mitglied der Jungmannschaft und der HTG der DAV-Sektion München. Der spätere Leiter des Garchinger „Atom-Eis“ und international anerkannte Physiker leitete zwei Expeditionen: 1969 gelangen in den Kordilleren Erstbegehungen an Artesonraju, Quitaraju und Alpamayo; 1973 bestieg seine „Deutsche Himalaya-Expedition“ erstmals den 7715 Meter hohen Dhaulagiri III.





Ötztaler Runde spezial

# SPUREN IM W

Die Venter Runde zählt zu den bekanntesten Skidurchquerungen der Ostalpen und ist der populäre Nachfolger der klassischen Ötztaler Runde. Zwei grandiose Rundtouren, die Raum lassen für eine besondere Variante, die Stefan Herbke ausgetüftelt hat.

Leider bald vorbei, der Spaß: Vom Skidepot am Fuß der Wildspitze blickt man zurück auf die weiße Weite der Ötztaler Alpen.

# EISSRAUM

**G**lück muss man haben. Oder die richtige Entscheidung treffen. Bei uns heißt das: Langtaler-eckhütte – oder anders gesagt: Ötztaler statt Venter Runde. Die fast schon klassische Ötztaler Skirundtour droht beinahe in Vergessenheit zu geraten, so beliebt wurde in den letzten Jahren durch extrem viele Medienberichte die Venter Runde, die bis auf den Aus-

gangspunkt und die erste Etappe identisch ist. Die meisten Tourengerher starten deshalb heute in Vent und marschieren in fünf Tagen über Similaunhütte, Schöne-Aussicht-Hütte, Hochjoch-Hospiz und Vernagthütte zurück nach Vent. Eine wunderschöne Skitourenrunde, nicht zuletzt weil mit Similaun (3599 m), Fineilspitze (3514 m), Weißkugel (3738 m), Fluchtkogel (3500 m) und Wildspitze

(3768 m) einige der schönsten Ötztaler Skigipfel am Weg liegen, die jeweils allein schon Ziele wären.

Die Venter Runde ist eigentlich perfekt, auch weil Start- und Endpunkt identisch sind. Aber ihr fehlt der Geheimtipp Schalkkogel – und deshalb beginnen wir diesmal in Obergurgl. Zum Glück, denn von Vent aus wären wir heute nicht weit gekommen. „Lawinen verschütteten heute



den Anstiegsweg zur Martin-Busch-Hütte, einige Tourengerher haben sich weder vor noch zurück getraut und mussten ausgeflogen werden“, berichtet Georg Gufler, der sympathische Wirt der gemütlichen Langtalereckhütte. Der Zustieg zu ihm ist dagegen mit einer Pistenraupe hergerichtet und weitgehend sicher, obwohl man bei ungünstigen Verhältnissen auch hier aufpassen muss. Eine von Georgs Vater und Hüttenwirts Vorgänger Sigmund aus Dank errichtete Kapelle am Anstiegsweg erinnert an einen glimpflich ausgegangenen Lawinenunfall.

Die Langtalereckhütte ist der perfekte Stützpunkt, das zeigt sich bereits beim Betreten, wo der erste Blick auf die Schuhheizung fällt. Richtig überrascht jedoch die schicke Erweiterung der alten Gaststube – schaut aus wie in einem stylishen Restaurant. Georg erinnert die neue Stube an sein Zuhause, schließlich stammt das 200 Jahre alte

Holz der Vertäfelung aus dem ehemaligen Stall seines Hofes im Tal. 2012 wurde der Anbau mit neuen Zimmern im ersten Stock fertiggestellt. Eine wirklich gelungene Hüttenerweiterung, wobei es für das Bauvorhaben einen ganz einfachen Grund gab: Die bestehende Gaststube war schlichtweg zu klein und bot

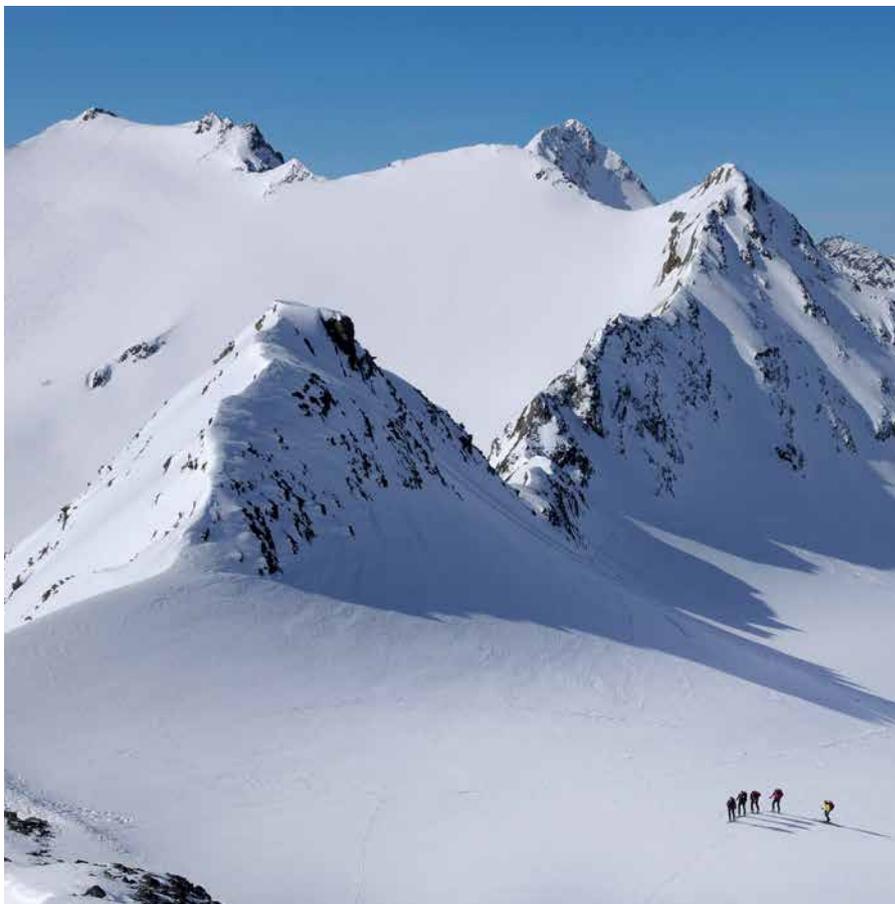
---

Eine perfekte Skitourenhütte  
– das zeigt schon der erste  
Blick auf die Schuhheizung.

---

nicht allen Gästen Platz. „Teilweise mussten die Gäste in der Küche essen und wir in irgendein Zimmer auswandern“, erinnert sich Georg an seine Kindheit auf der Hütte.

Jetzt ist eigentlich alles in Ordnung (neue Sanitärräume sind noch geplant), nur Skitourengerher könnten mehr kommen. „Vent ist überall bekannt, wir sind die Stiefkinder“, sagt Georg, „die Venter Runde hat in den letzten Jahren massiv angezogen, auf Kosten der Öztaler Runde.“ Was natürlich kein Nachteil sein muss: Die Langtalereckhütte drängt sich geradezu auf als Stützpunkt für mehrere Tage, so viele lohnende Berge stehen hier rum. „Der Schalkkogel ist ein Klassiker, das Eiskögele sehr beliebt, wir haben Touren für eine Woche“, spult Georg die Vorzüge der Hütte herunter, „seit mindestens sieben Jahren bietet der DAV Summit Club Skitouren von hier an – mit Erfolg.“ Andererseits weiß Georg natürlich, dass ihm die echten Modeberge fehlen, oder anders gesagt: „Skitourengerher ordnen Gurgl am Ende des Ötztals vor allem als Hochburg der Pistenskifahrer ein.“



Pfiffiger Zugang zum großen Vergnügen: Ein Eistunnel durch einen Gletscherrest führt von der Langtalereckhütte zum Schalfkogel. Am nächsten Tag konkurriert der Gipfelhang des Hauslabkogels mit den Pulverflanken am Saykogel; über den Grat schaut die Fineilspitze.

Soweit der Ruf; Tatsache ist aber, dass die Fläche der Skigebiete im Verhältnis zum Skitourenangebot sehr klein ist. Und die Gipfel müssen sich keinesfalls verstecken: Alleine die Seelenkögel bieten zig Möglichkeiten, die Abfahrt vom Hinteren Seelenkogel über den gewaltigen Wasserfallferner ist eine Klasse für sich. Genauso wie der Schalfkogel, dessen großartige, vergletscherte Nordostflanke so verführerisch über dem Talschluss von Gurgl leuchtet – ein Traum in Weiß. Ein wunderschöner Berg, auch wenn die Gletscher früher noch viel eindrucksvoller waren. Der Gletscherrückgang hat Nachteile („Noch 1932 bist im Winter mit Schuss vom Gurgler Ferner bis zur Hütte gekommen“) und Vorteile („Früher versperrte der Gletscher die Schlucht regelrecht, rausgekommen bist du nur über eine senkrechte, rund 30 Meter hohe Leiter. Und heute kannst du mit Ski bequem durch die Schlucht auf den Gletscher ge-

hen“). Stimmt, doch davor steht eine morgens manchmal recht ruppige Abfahrt zur Gurgler Ache. Der Höhenverlust von 200 Metern ist schon nach wenigen Metern vergessen, so eindrucksvoll führt der Weg durch den engen Felsspalt, der einst durch eine Eisbarriere des Gurgler Ferners versperrt wurde. Der ist längst zurückgewichen, zumindest fast. Bevor sich das Tal weitert, stoßen wir im Frühjahr 2013 auf einen mächtigen, ausgehöhlten Toteiskörper, eine faszinierende Eisgrotte – und die Aufstiegsspur führt direkt hindurch.

Der Aufstieg zum Schalfkogel ist ein einziges Gehen und Schauen. Bei der



steilen Traverse entlang des Sommerwegs hinauf zum Gletscherlappen des Kleinteitenkees wechseln wir vom Schatten ins Licht, zunehmend beeindruckt der Blick auf den immer noch gewaltigen Eisstrom des sanften Gurgler Ferners, aus dem wie ein Zahn der Felsen des Mitterkamms herausragt, oberhalb des Schalfkogeljochs tauchen am Horizont links und rechts der Hochwilde die Dolomiten auf, und nach dem kurzen, etwas luftigen Grat zum Gipfel bietet sich ein grandioser Rundblick. Der Schalfkogel erfüllt alle Erwartungen, nur die Abfahrt über die Nordostflanke muss warten auf ein andermal. Doch die zur Martin-Busch-Hüt-

---

Nach dem steilen Gipfelabstieg beginnt ein Abfahrtsgenuss in totaler Einsamkeit.

---

te ist auch ein Traum: Nach dem steilen, teilweise mit Drahtseil und Sicherungsstangen versehenen Abstieg vom Schalfkogeljoch auf den Nördlichen Schalfferner beginnt ein Abfahrtsgenuss in totaler Einsamkeit. Schon beim Aufstieg waren nur wenige unterwegs, doch jetzt, bei den Schwüngen über die Hänge im XXL-Format mit Blick auf die Hintere Schwärze und einen schier endlosen, gleißend

weißen Schneeteppich, sind wir die Einzigsten – niemand sonst ist heute auf der Langtalereckhütte zur Öztaler Runde gestartet. Und das an einem Apriltag mit

---

Seit der Wiedereröffnung des Hochjoch-Hospizes geht es wieder rund in den Öztalern.

---

perfekten Firnverhältnissen, wie sie schöner nicht sein könnten.

Glück muss man haben, das zeigt sich auch auf der Martin-Busch-Hütte. Auf der Terrasse steht Michl Scheiber und beobachtet uns mit dem Fernglas, wie wir die letzten Meter zur Hütte aufsteigen. Zeit hat er mehr als genug, denn auf der stattlichen Hütte mit 140 Schlafplätzen ist es mit 20 Gästen ungewöhnlich ruhig. „Wegen Lawinengefahr ist die Straße nach Vent gesperrt“, erklärt er. Und damit können auch heute keine Tourengeher von Vent aus aufsteigen, zumindest keine, die erst mittags oder später anreisen wollten. Für den Aufstieg zur Martin-Busch-Hütte muss man früh dran sein, dann ist die Zufahrt nach Vent meist offen und der Zustieg durch das Niedertal noch gefahrlos möglich. Doch das Frühjahr 2013 ist einfach zu warm, entsprechend hoch ist die Lawinengefahr. Noch problematischer war es im Jahr 2009, damals war die Venter Straße allein im April achtzehnmal gesperrt. Früher wäre dies kein Problem gewesen, damals kamen die meisten Tourengeher von Obergurgl. „75 Prozent haben die klassische Öztaler Runde gemacht“, erinnert sich Michl. „heute starten alle in Vent.“

Es ist schon eigenartig. In den Hochlagen der Öztaler finden Tourengeher per-

ferkte Firnverhältnisse und – bei frühem Aufbruch und Abfahrt spätestens mittags – geringe Lawinengefahr, doch so weit kommen die meisten gar nicht, sie scheitern bereits bei der Zufahrt. Und die, die früh morgens von Vent aufsteigen, gehen gleich weiter auf den Similaun und übernachten auf der Similaunhütte. Doch selbst bei voller Hütte wären wir andernorts beim Anstieg zum Saykogel allein. Denn die Venter Runde führt über die Fineilspitze mit ihrem anspruchsvollen Gipfelanstieg, der niedrigere Saykogel als überaus lohnende Variante wird schlichtweg übersehen. Dabei punktet er mit einem wunderschönen Aufstieg ohne

Flachstück, mit einem Traumblick zum Similaun und einer lohnenden Abfahrt zum Hochjoch-Hospiz. Für alle, die auf die etwas langwierige Gletscheretappe zur Weißkugel verzichten und die Schöne-Aussicht-Hütte auslassen, ist der Saykogel definitiv die bessere Wahl.

Das stattliche Hochjoch-Hospiz ist Dreh- und Angelpunkt der Öztaler wie der Venter Runde, ohne die Hütte wären die Etappen zu lang und anspruchsvoll. Die vorübergehende Schließung des Stützpunktes in den Wintermonaten vor fast 20 Jahren bedeutete daher das Ende der einst populären Öztaler Runde. Seit der Wiedereröffnung 2004 geht es stetig



Wenn's zischt, ist es korrekt: Die Hütten, zum Beispiel das Hochjoch-Hospiz, erlauben gesunde Rehydratation; an den Gipfeln, wie am Fluchtkogel, pfeift der Wind – und auf der Abfahrt spritzt der Firn. Am Schalkkogel schauen dabei Brenta und Presanella zu.



## Panorama**zoom**

### Bergsturzgefahr

Die Klimaerwärmung mit zurückweichenden Gletschern, ausapernden Firnflanken und auftauenden Permafrostböden ist in den Ötztaler Alpen bestens zu beobachten. Neben sich ständig verändernden Verhältnissen etwa am Zungenende des Gurgler Ferners stellt derzeit vor allem der Marzellkamm oberhalb der Martin-Busch-Hütte eine potenzielle Gefahrenstelle dar. Im Bereich des Sommerwegs über den Marzellkamm sieht man an Rissen deutlich,

wie sich der Hang bewegt. Der komplette Bereich vom Marzellkamm bis zum Auslauf der Flanke unterhalb der Gletscherzunge des Marzellferners ist daher im Falle eines Bergsturzes gefährdet. Dies betrifft vor allem Skitourengeher, die von der Martin-Busch-Hütte Richtung Hintere Schwärze unterwegs sind und dabei gerne die Hänge queren. Wer von der Langtalereckhütte kommt, berührt dieses Gebiet bei normaler Spurwahl nicht. Info unter: [dav-berlin.de](http://dav-berlin.de) (->Suche: Marzell)

bergauf, aber jetzt eher auf der Venter Runde. Der Hüttenwirt Thomas Pirpamer ist jedenfalls zufrieden. „2004 zählten wir rund 700 Übernachtungen im Winter. Wäre das Wetter immer super, hätten wir heute vielleicht dreimal so viel, so haben wir das Doppelte.“ 80 Prozent seiner Gäste sind auf der Venter Runde unterwegs, das Publikum ist international und kommt vor allem aus der Schweiz und aus Frankreich – den in der Hütte ausliegenden Fol-

der „Venter Runde“ gibt es daher mittlerweile auch auf Französisch.

Der Anstieg zum Fluchtkogel ist immer wieder etwas Besonderes. Das warme Licht der ersten Sonnenstrahlen beim Anstieg über die hart gefrorenen Hänge oberhalb der Hütte, der Blick über den Hintereisferner zur Weißkugel, die etwas unangenehme Querung der steilen Moränenhänge in den Kessel unter dem Kesselwandferner und schließlich die arkti-

sche Weite beim Anstieg über den Gletscher – spätestens hier erkennt man die eindrucksvolle Dimension des Ötztaler Skitourenangebots. Schritt für Schritt gewinnt man langsam an Höhe, bald taucht ganz klein das Brandenburger Haus auf, dann die Weißkugel und immer neue, immer noch größere Gletscherflächen, die hinaufziehen zur Weißseespitze, schließlich ein kurzer, steiler Schlusshang und dann der Gipfel, auf dem das Kreuz halb im Schnee versunken ist. Der Fluchtkogel ist ein grandioser Aussichtsberg im Zentrum der Ötztaler Dreitausender und ein überaus lohnender Skigipfel mit traumhafter Abfahrt über den Guslarferner zur Vernaghütte, dem Ötztaler Skitourenstützpunkt schlechthin.

Viele bleiben auf der mit Holzschindeln verkleideten Vernaghütte gleich mehrere Tage, um von hier aus Fluchtkogel, Hochvernagtspitze und Wildspitze zu besteigen, die anderen sind auf der



## Öztaler Runde

**ANREISE:** Busverbindung von Öztal-Bahnhof nach Obergurgl oder  
[vent.at](http://vent.at), [oetztalerbus.at](http://oetztalerbus.at)

**MIT DEM AUTO:** Von der Ausfahrt Ötztal/Haiming der Inntal-Autobahn durchs Ötztal nach Obergurgl, Parkmöglichkeit bei der Talstation der Festkoglbahn.

**TOURISMUS-INFO:** Ötztal Tourismus, Tel.: 0043/57 200 200, [info@oetztal.com](mailto:info@oetztal.com)

**BESTE ZEIT:** Mitte März bis Anfang Mai

**ANSPRUCH:** Großzügige Skitourenrunde über teils ausgedehnte Gletscher mit einigen exponierten Stellen bei den Gipfelanstiegen. Nur bei zuverlässigem Wetter und sicheren Lawinverhältnissen.

**KARTEN:** AV-Karte 1:25.000, Nr. 30/1: Ötztaler Alpen, Gurgl; Nr. 30/2: Ötztaler Alpen, Weißkogel

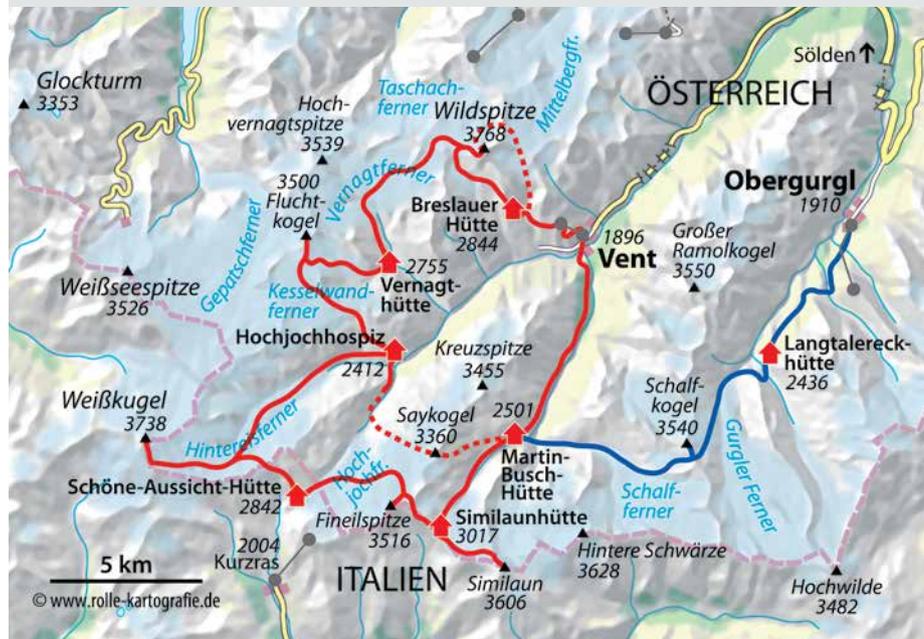
### ETAPPEN

- 1) Obergurgl (1910 m) – Langtalereckhütte (2436 m) Aufstieg 650 Hm, 2 ½ Std.
- 2) Langtalereckhütte – Schalkkogel (3540 m) – Martin-Busch-Hütte (2501 m), Aufstieg 1500 Hm, Abfahrt 1300 Hm, 7-8 Std.
- 3) Martin-Busch-Hütte – Saykogel (3360 m) – Hochjoch-Hospiz (2412 m), Aufstieg 1000 Hm, Abfahrt 1070 Hm, 4 ½ - 5 Std.
- 4) Hochjoch-Hospiz – Fluchtkogel (3500 m) – Vernagthütte (2755 m), Aufstieg 1130 Hm, Abfahrt 780 Hm, 4 ½ - 5 Std.
- 5) Vernagthütte – Wildspitze (3768 m) – Vent (1896 m), Aufstieg 1175 Hm, Abfahrt 2025 Hm, 7-8 Std.

**HÜTTEN-INFO:** [dav-huettenuche.de](http://dav-huettenuche.de)

Mehr Bilder und Videos:

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



Venter Runde. Doch Gäste gab es schon früher viele, wie sich der Hüttenwirt Martin Scheiber erinnert: „Als mein Vater die Hütte bewirtschaftete, war die Ötztaler Runde noch viel stärker, damals mit Start in Gurgl und der Braunschweiger Hütte als Endpunkt.“ Egal wo man beginnt, an der Vernagthütte kommt keiner vorbei. Das gilt auch für die Wildspitze, den höchsten Gipfel der Ötztaler Alpen

und zweithöchsten Österreichs. Außerdem ist der 3768 Meter hohe Doppelgipfel einfach der perfekte Abschluss für jeden Skitourengeher auf der Vernagthütte. Und im Vergleich zur beliebten und regelrecht überlaufenen Route aus dem Pitztaler Gletscherskigebiet kann man den Anstieg von der Vernagthütte über das Brochkogeljoch fast schon als ein-sam bezeichnen.

Der Anstieg ist ein langsames Herantasten an den Höhepunkt der Ötztaler Alpen. Erst führt die Spur direkt über die stattliche Seitenmoräne des Vernagthferners, dann quert man mit Höhenverlust hinunter zum Gletscherende und steigt in gleichmäßiger Neigung zum Brochkogeljoch auf, während im Rücken die Gipfel im ersten Morgenlicht strahlen. Oben im Joch wechselt das Landschaftsbild, fasziniert betrachtet man die Schneedünen des Taschachferners, die sanft hinaufziehen zur komplett vergletscherten Petersenspitze. Nur wenige Minuten bräuchte man dort hinauf, doch keiner unternimmt den Absteiger. Flach geht es um die steile Pyramide des Hinteren Brochkogels herum in ein großes Gletscherbecken, von links kommt die Riesenspur aus dem Pitztaler Gletscherskigebiet – wobei der Andrang von dort nicht vor 10 Uhr einsetzt, die erste Bergfahrt mit der Pitztaler Gletscherbahn ist um 8.15 Uhr –, vorne zeigen sich die letzten Hänge zur Wildspitze und rechts ist das Mitterkarjoch zu erkennen, der übliche Übergang zur Breslauer Hütte mit der Abfahrt nach Vent. Im Grunde die



Schlüsselstelle der Tour, denn die Rinne vom Mitterkarjoch ins Mitterkar ist sehr steil und vormittags meist beinhart gefroren mit entsprechend großer Abrutschgefahr – und auch der mit Drahtseilen gesicherte, klettersteigähnliche Abstieg ist nicht ohne.

Nicht immer ist die Standardroute die beste Wahl. Der Gletscherrückgang eröffnet hier und da auch neue Optionen. Deshalb nehmen wir die Ski mit auf den Südgipfel der Wildspitze, der manchmal kaum ausreichend Platz bietet, so viele drängeln sich um das Kreuz. Ganz anders

---

Der Anstieg zur Wildspitze ist ein langsames Herantasten an den Höhepunkt der Runde.

---

schaut es am einsamen Nordgipfel mit seiner eleganten Schneehaube aus, der über den teils überwehteten Grat problemlos zu erreichen ist – für uns der

Ende zünftig, alles zünftig: Nach einem Vernatsch auf der Vernagthütte wären Schwindelgefühle am Gipfelgrat der Wildspitze verständlich. Bei der Wechte wartet die Kenner-Abfahrt über 2000 Meter nach Vent.



Startpunkt einer Abfahrt über fast 2000 Meter nach Vent. Direkt über den schmalen Nordwestrücken geht es am Rand der Nordwand erst einmal steil hinunter in einen Sattel; bei hartem Schnee macht man das besser zu Fuß oder geht gleich durch die Gletschermulde westlich der Gipfel. Ein paar Schwünge noch Richtung Norden, dann erlaubt das Gelände eine Querung über den Bergschrund unter die Nordwand der Wildspitze.

Eindrucksvoll ist es hier, was auch daran liegt, dass von dem ganzen Wildspitztrubel nichts mehr zu spüren ist. Ein kurzer Gegenanstieg führt hinauf unter den felsigen P.3552, von dessen Südfuß neben einer meterhohen Wechte die Möglichkeit besteht, auf den Rofenkarferner abzufahren. Und der ist zum Skifahren

deutlich besser geeignet als das Mitterkar. Über traumhafte, unverspurte Hänge schwingen wir mit Blick auf den Schalkkogel auf einem makellosen Firnteppich talwärts. Die schier endlose Abfahrt ist das i-Tüpfelchen und gleichzeitig der skifahrerische Höhepunkt der Ötztaler Runde, die für uns mit einem mehrstündigen Einkehrschwung in Vent endet – seit 12 Uhr mittags bis in die frühen Abendstunden ist die Straße wieder einmal wegen Lawinengefahr gesperrt. ■



Im Sommer entdeckte der Alpinjournalist und Skitourenfan **Stefan Herbke** ([bergbild.info](http://bergbild.info)) die Abfahrtsmöglichkeit von der Wildspitze – und war super happy mit seinen Varianten.

# Gute Karten für Tourengesher

Die neuen AV-Karten BY Bayerische Alpen vermitteln die Ergebnisse des DAV-Projekts „Skibergsteigen umweltfreundlich“ und helfen bei der optimalen Routenwahl.

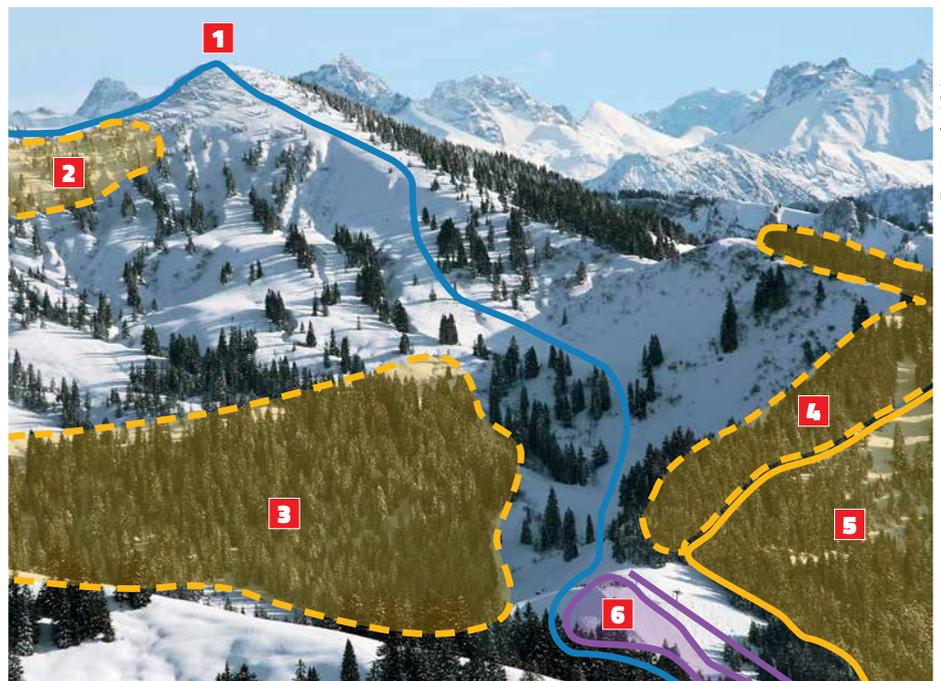
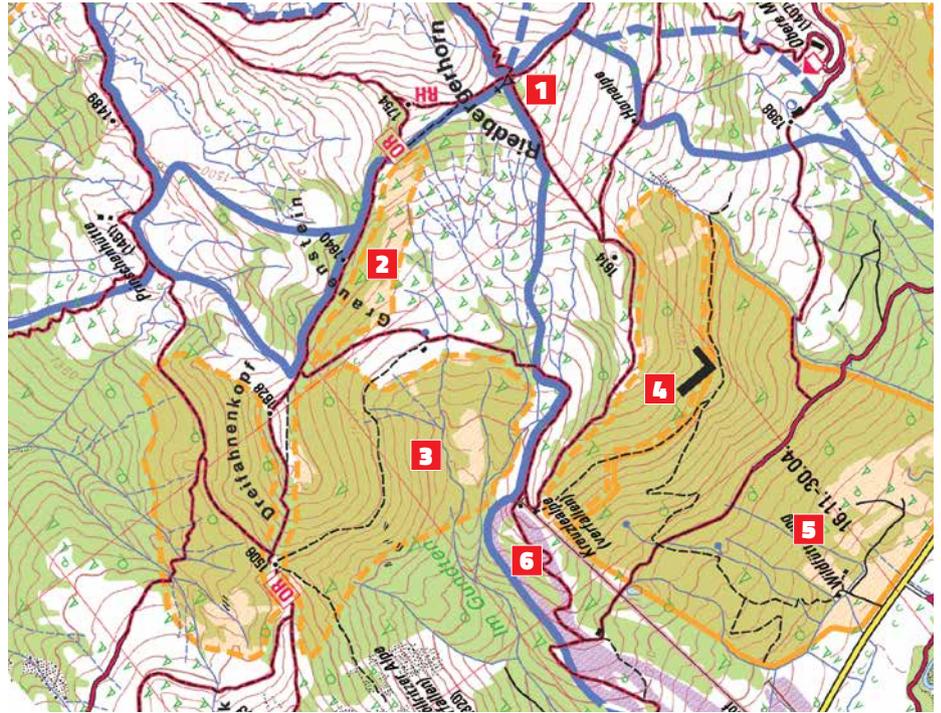
Von Manfred Scheuermann

Mit den 22 Blättern der AV-Karten-Reihe BY Bayerische Alpen haben der DAV und das Bayerische Landesamt für Vermessung und Geoinformation (LVG) in nur rund sechs Jahren ein völlig neues Kartenwerk auf die Beine gestellt, das auf den genauesten topografischen Daten basiert, die es für die Bayerischen Alpen gibt. Die kombinierten Wander- und Skitourenkarten im Maßstab 1:25.000 decken von West nach Ost die einzelnen Gebirgsgruppen ab und umfassen auch angrenzende Gebiete Österreichs, beispielsweise die Tannheimer Berge und das Kleinwalsertal.

Skitouren- und Schneeschuhgeher haben damit gute Karten, denn die BY-Reihe gibt ihnen einen Überblick über rund 300 lohnende und nahe liegende Skitourenmöglichkeiten. Die neuen Karten sind zudem unverzichtbare Grundlage für die naturverträgliche Tourenplanung. Sie enthalten die Ergebnisse des DAV-Projekts „Skibergsteigen umweltfreundlich“ flächendeckend für alle Tourengebiete der Bayerischen Alpen und angrenzender österreichischer Regionen. Das zeigt schon der erste Blick auf jedes Blatt, wie etwa das hier abgebildete Gebiet des Riedbergerhorns aus der Karte BY 1 Allgäuer Voralpen/West.

## Empfohlene Routen im Blick

Die durchgezogenen blauen Linien stehen für alle üblichen, häufig begangenen Skirouten, die sich beim Projekt „Skibergsteigen umweltfreundlich“ als naturverträglich erwiesen haben. An diesen Linien sollten sich erfahrene Skitouren- und Schneeschuhgeher orientieren, selbstverständlich in eigener Verantwortung gegenüber den alpinen Gefahren, insbesondere der Lawinengefahr. Gestrichelte blaue Linien markieren Routen mit besonderen Gefahrenstellen, die nur für sehr erfahrene Tourengesher bei besten Verhältnissen infrage kommen können. Gepunktete Abschnitte werden meist zu Fuß zurückgelegt, etwa vom „Skidepot“ zum Gipfel, eingefügte Pfeile weisen auf die empfohlene



Die BY-Karten von DAV und Landesvermessungsamt verbinden Top-Kartografie mit perfekter Information über naturverträgliche Skitourenmöglichkeiten. So sieht man hier am Riedberger Horn auf einen Blick, wie die empfohlene Route zwischen den Wald-Wild-Schongebieten hindurchführt.

Foto: Manfred Scheuermann

Richtung (Abfahrt oder Aufstieg) hin. Blaue Linien im Bereich von Pistenskigebieten, zum Beispiel am Rand oder im Umfeld der lila eingezeichneten Skipisten, sind Ergebnis von Verhandlungen und Absprachen zwischen DAV und Bahn-/Liftbetreibern oder Gemeinden im Zuge der Aktion „Skitouren auf Pisten“. Um Konflikten und Unfallgefahren vorzubeugen, sollten sich Tourengerher unbedingt an diese Aufstiegsrouten halten (siehe Kasten).

### Freiwillig Rücksicht nehmen

Die braun-orange markierten Flächen mit gestrichelter Umrandung sind Wald-Wild-Schongebiete, die bei Exkursionen des Projekts „Ski-bergsteigen umweltfreundlich“ mit Vertretern aller betroffenen Organisationen (DAV-Sektio-

nen, Bergwacht, Naturschutzverbände, Jagd, Forst, Landratsämter etc.) im Umfeld der üblichen Skirouten vereinbart worden sind. Sie müssen zum Schutz der Natur im Winter dringend gemieden werden, auch wenn sie „nur“ auf Freiwilligkeit basieren. Denn hier überwintern störepfindliche Tierarten wie etwa Rau-fußhühner (Alpenschnee-, Birk- und Auerhühner), oder es sind gefährdete Jungwaldflächen oder Fütterungs- und Einstandsbereiche von Gams, Hirsch und Reh, die wiederum bei Störungen erhöhte Verbisschäden im Bergwald anrichten. Rund 230 solche Wald-Wild-Schongebiete gibt es in den Bayerischen Alpen.

Braun-orange Flächen mit durchgezogener Umrandung sind amtliche Wildschutzgebiete oder Naturschutzzonen mit individuellen Be-

treuungsregelungen, die in den Karten jeweils vermerkt sind. Grüne Begrenzungsbänder umgeben alle Naturschutzgebiete, den Nationalpark Berchtesgaden, den Alpenpark Karwendel und den grenzüberschreitenden Naturpark Nagelfluhkette. In diesen Gebieten hat der Naturschutz besonders hohen Stellenwert.

Alle vier bis fünf Jahre werden die AV-Karten BY Bayerische Alpen überarbeitet und neu herausgegeben. Da sich in diesem Zeitraum einiges verändern kann, sollten sich naturverbundene Tourengerher stets die neuesten Ausgaben besorgen. Die Blätter BY 11 „Isarwinkel“, BY 16 „Mangfallgebirge/Ost“, BY 18 „Chiemgauer Alpen/Mitte“, BY 21 „Nationalpark Berchtesgaden“ und BY 22 „Berchtesgaden/Untersberg“ gibt es bereits in der zweiten Auflage. ■

## Skitouren auf Pisten: Freiheit verlangt Rücksicht!

Dass Skipisten in Bayern keine reinen Sportstätten, sondern Teil der freien Natur sind und damit auch für Skitourengerher unter Einhaltung entsprechender Regeln zur Verfügung stehen, hat im November 2013 der Bayerische Verwaltungsgerichtshof abschließend geklärt. Pisten dürfen nur dann gesperrt werden, wenn Gefahren drohen, etwa durch Präparierung mit Seilwinden oder Lawinensprengungen. Die pauschale Sperrung ganzer Skigebiete für Tourengerher, wie jüngst von der Gemeinde Schliersee auf Basis des Landesstraf- und Verordnungsgesetzes für das Skigebiet am Spitzingsee angeordnet, ist nach Auffassung des DAV rechtswidrig. Auch diese Frage wird derzeit gerichtlich geklärt.

Diese Freiheit muss aber jeder einzelne Pistentourengerher durch eigenverantwortliches und umsichtiges Verhalten rechtfertigen: In fast allen Skigebieten der Bayerischen Alpen gibt es individuelle Lösungen für Skitourengerher, die auf Zugeständnissen und Kompromissbereitschaft aller Beteiligten mit dem Ziel eines geordneten Miteinanders basieren. Diese Regelungen, etwa ausgewiesene Aufstiegsrouten am Pistenrand, an bestimmten Tagen abends freigegebene Pisten oder Sperrzeiten zur Pistenpräparierung müssen dringend beachtet werden! Und natürlich auch die generellen 10 DAV-Regeln für Skitouren auf Pisten. Der Boom des Pistentourengehens darf die berechtigten Interessen der Bahnbetreiber und Pistenskifahrer nicht beschneiden. Andererseits erkennen immer mehr Touristiker das Potenzial dieses Trends, nutzen es zunehmend durch Angebote für Tourengerher und profitieren letztlich von einem sich entwickelnden Skisport.

Aktuelle Informationen und die DAV-Pistenregeln: [alpenverein.de](http://alpenverein.de)

## Widerstandskraft für Gipfelstürmer

meta-aktiv

**metavirulent®**  
bringt das Immunsystem  
auf Hochtouren!

Homöopathisch · Bewährt · Gut verträglich

**metavirulent®** Mischung. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Grippale Infekte. Hinweis: Bei Fieber, das länger als 3 Tage anhält oder über 39 °C ansteigt, sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Warnhinweis:** Enthält 37 Vol.-% Alkohol. **meta Fackler Arzneimittel GmbH**, D-31832 Springe, Telefon: 05041 9440-10, Fax: 05041 9440-49, Internet: [www.metafackler.de](http://www.metafackler.de). **Stand:** 03/12.

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

[www.metavirulent.de](http://www.metavirulent.de)

## „Klettern erfüllt mich total.“

**Raffaele Sebastiani ist der „Gastarbeiter“ im Kaderteam: Er wohnt in Bruneck. Der Wahl-Südtiroler steht auf hochalpines Eis.**

### Wie hat es dich nach Südtirol verschlagen?

Als Kind war ich mit der Familie regelmäßig in Bruneck; es wurde zweite Heimat. Vor sechs Jahren habe ich dann eine Ausbildung beim „Sportler“ in Bruneck gemacht und bin hergezogen.

### Wie kamst du zum Bergsteigen?

Mein Vater hat in Kindertagen den Grundstein gelegt. Dann war ich viel mit meiner Alpenvereins-Sektion Überlingen auf Hochtouren. Aber erst in Südtirol wurde der Wunsch „Klettern“ zum Hobby – und zur Lebenseinstellung.

### Und hat sich zum Extremeren entwickelt?

Extrem würde ich nicht sagen. Extrem ist, wenn Leute, die keine Ahnung vom alpinen Klettern haben, plötzlich die Große Zinne Nordwand klettern wollen. Wenn ich weiß, was ich zu tun habe, ist der sogenannte „Extremsport“ für mich normal.

### „Normal“ – gilt das auch fürs Risiko?

Ich bin ein extremer Hosenscheißer und extrem vorsichtig. Einige Dolomitenberge sind rotbraun, da weißt du gleich, das ist eher ein Sandhaufen. In so eine Harakiri-Tour steige ich

nicht ein. Aber wenn der Fels gut ist und die Haken ordentlich, gehe ich auch mal ans Limit, selbst bei weiteren Hakenabständen. Dann geht es vielleicht mal weiter abwärts, aber es wird schon nicht böse enden.

### Was machst du am liebsten, und wo kannst du noch lernen?

Die großen kombinierten Wände in Chamonix haben mir sehr gefallen. Aber jede Disziplin hat ihren Reiz. Ich sehe mich mehr als Allrounder, kann mich überall noch weiterentwickeln. Ich stehe ja erst am Anfang.

### Gibt es Traumtouren?

Die großen Nordwände motivieren mich; der Eiger steht schon seit Jahren auf dem Programm; ich möchte mal sehen, was die 1938 geleistet haben. Dagegen sind wir heute

aber ich würde es auch nicht wollen. Ueli Steck bewundere ich wegen seiner Einstellung, seiner Größe und Bescheidenheit. Bergsteigen ist sein Lebensinhalt. Aber er weiß: Was wir Bergsteiger machen, ist unbedeutend für die Menschheit. Deshalb spielt er sich nicht auf mit seinen Leistungen. Wichtig ist, aus eigener Passion bergsteigen zu gehen.

### Wie gehst du dann mit der Publicity durch den DAV-Expedkader um?

Bloß weil man das DAV-Wappen auf der Brust hat, ist man noch lange nicht der Superstar. Deshalb: immer schön auf dem Boden bleiben.

### Bleibt in so einem Bergsteiger-Leben noch Platz für Hobbys?

Braucht's das? Bergsport ist so facettenreich. Ich vergleiche es gern mit einem Wettkampf-



### Raffaele Sebastiani

(\*20.9.1988, Sektion Überlingen) arbeitet als Sportfachverkäufer in Bruneck.

### HIGHLIGHTS

- Crack Baby, WI IV, 6, Kandersteg
- Nuit Blanche, WI II, 6, Chamonix
- Sognando D'Aurora (300 m, IX-), Tofana
- Dru Nordcouloir (800 m, ED 2)
- Supercouloir (400 m, ED 1), Mont Blanc du Tacul

Mehr Fragen und Antworten unter [alpenverein.de](http://alpenverein.de) -> Bergsport -> Expeditionen



„Raffi“ Sebastiani ist in die Nähe der Dolomiten gezogen, um dort seiner Leidenschaft Klettern voll nachgehen zu können.

ja alle Warmduscher. Aber nichts erzwingen: Immer gut drauf sein, und wenn die Bedingungen passen, wird schon was gehen.

### Wie verträgst sich das mit der Arbeit?

Meine Chefin unterstützt junge dynamische Menschen. Es ist nie ein Problem, mal einen Tag freizunehmen; dafür arbeite ich dann zu anderen Zeiten mehr.

### Wärst du gerne ein Profibergsteiger wie dein Vorbild Ueli Steck?

Für ein Profidasein bin ich eh viel zu schwach,

schwimmer: Egal an welchem Ort der antritt, er hat immer 50 Meter Wasser vor sich, drei Meter tief und mit Fünf-Zentimeter-Fliesen auf dem Boden. Am Berg dagegen ist jede Route anders. Ganz wichtig im Leben sind Freunde. Gemeinsam Pizza machen, ein guter Wein dazu, zusammenhocken bis spät, und der Tag ist gerettet. ■

| Der DAV-Expedkader wird unterstützt von: Mountain Equipment, Edelrid, Katadyn, DAV Summit Club. |

Interview: Steve House und sein Projekt „Alpine Mentors“

## „Teilen ist selbstverständlich.“

**Mit der Rupalwand am Nanga Parbat im Alpinstil wurde Steve House als einer der besten Bergsteiger der Welt bekannt. Nun will er seine Erfahrungen an Nachwuchsalpinisten weitergeben und sie zum Üb-Erleben anleiten.**

### **Was ist Ihre Motivation für Ihr Projekt „Alpine Mentors“?**

Bergsteigen hat eine riesige Antriebskraft in meinem Leben und ich finde es selbstverständlich, mit anderen zu teilen, was mir wichtig ist. 2010 hatte ich einen Kletterunfall in Kanada und überlebte nur knapp. Im Krankenhaus rechnete ich mit mir ab: Was hatte ich richtig gemacht, und was hätte ich mir anders gewünscht? Und merkte: Ich hatte es versäumt, anderen Kletterern meine Erfahrung mitzugeben, damit sie davon in ihrem Selbstfindungsprozess profitieren können. Ich kontaktierte Gruppen wie den DAV-Expeditionskader und Fachleute in Slowenien, Frankreich und Spanien. 2012 starteten meine Frau Eva und ich unser Programm über die Website [alpinementors.org](http://alpinementors.org).

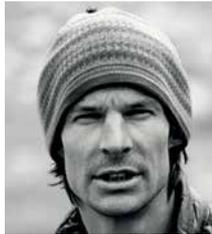
### **Wozu braucht es solche Programme?**

Ich habe das Bergsteigen auf altmodische Art gelernt: zuerst mit meinen Eltern; dann bei einem Studienaufenthalt in Slowenien beim dortigen Alpenverein. Die Slowenen haben Ausbildungsprogramme zum qualifizierten und zertifizierten Alpinisten: Man macht bestimmte Routen, hilft aber auch selbst neuen Kletterern im Verein. Darüber hinaus werden verschiedene Fähigkeiten „getestet“, darunter zum Beispiel auch die Trinkfestigkeit (lacht)! Später habe ich die Bergführer-Ausbildung besucht, um alles über die Berge zu lernen, was ich nur konnte. Aber all das passierte ja draußen im Freien, in den Bergen, oft in gefährlicher Umgebung. Heute kommen die meisten Kletterer aus der Halle, klettern schnell den siebten Grad. Aber was einen in den Bergen am Leben hält, auf den Gipfel bringt und wieder zurück, ist nicht nur technisches Können, sondern auch

Urteilsvermögen. Und das bekommt man nur durch Erfahrung, durch das eigene Tun, indem man selbst Fehler macht und von ihnen lernt.

### **Aber Fehler am Berg sind gefährlich. Wie gehen Sie als verantwortlicher Bergführer damit um?**

Ich möchte, dass die jungen Kletterer Fehler machen, einen Preis für ihre Fehler bezahlen, aber ohne sich dabei zu verletzen. Ein Beispiel: Im Oktober 2013 waren wir in den Alpen am Rochefortgrat zu den Grandes Jorasses unterwegs. Die Gruppe hatte keinen Orientierungs-



*Nicht zur Strafe, nur zum Lernen aus Fehlern: Bivak in der Spalte an den Grandes Jorasses*

plan und konnte die Hütte nicht finden; das war mir schon gegen 15 Uhr klar. Aber ich ließ sie bis 21 Uhr gehen, und erst lange nachdem es dunkel wurde, übernahm ich und führte uns zu einer Gletscherspalte, wo wir bivakierten. Niemand wurde verletzt. Aber nach dieser Erfahrung werden sie nie vergessen, wie wichtig eine gute Planung ist.

### **Wie profitieren Sie selbst und die anderen Mentoren von dieser Arbeit?**

Es ist inspirierend, die Berge durch die Augen der jungen Kletterer zu betrachten. Nach so vielen Jahren Bergsteigen in der ganzen Welt hatte ich etwas von dem „wow“-Gefühl

verloren, das ich vor 15, 20 Jahren hatte. Die Arbeit mit den jungen Kletterern hat mir diese beiden Dinge zurückgegeben: die Motivation für mein eigenes Klettern und ein größeres Verständnis für den Wert, den das Klettern für mich hatte und immer noch hat.

### **Warum sind Werte wichtig im Bergsteigen?**

Zu verstehen, warum wir eine gute und starke Auswahl von Werten haben und in der Lage sein sollten, mit anderen in einer ehrlichen, klaren Art und Weise zu kommunizieren, das

sind zwei der schwierigsten und wichtigsten Aspekte im Leben.

### **Was wünschen Sie Ihren „Schützlingen“ nach Ende der Ausbildung?**

Ich hoffe, dass sie verstanden haben werden, wie man Alpinismus ausübt, und das als eine lebenslange Aufgabe. Ich hoffe, dass sie am Ende wissen, wie man überlebt, und wie man zu schätzen und genießen lernt, auf Berge zu steigen. ■

| Das Gespräch führte Alexandra Albert. Die ungekürzte Fassung finden Sie auf: [alpenverein.de](http://alpenverein.de) -> Bergsport -> Expeditionen [alpinementors.org](http://alpinementors.org) |

Fotos: privat (2), Steve House (2)

„SuperAlp!“ – Wandern zur Bewusstseinsbildung

## Neue alte Wege gesucht

**Auf alten Säumerpfaden und mit öffentlichen Verkehrsmitteln reiste eine Journalistengruppe durch die Westalpen. Die „SuperAlp!“ soll dazu beitragen, die Nachhaltigkeitsziele der Alpenkonvention umzusetzen.**

Von Gerhard Fitzthum

Der Name „SuperAlp!“ lässt ein modernes Extremsportevent erwarten – irgendeinen mörderischen „Gigathlon“, eine nie dagewesene alpine „Challenge“: barfuß auf zehn Dreitausender etwa, am besten noch mit einem Mountainbike auf dem Rücken! Doch die Veranstaltung liefert das genaue Gegenprogramm: Es geht darum, fünf Tage lang so besinnlich wie möglich unterwegs zu sein – mit Bussen und Zügen, Schiffen

der Bergbevölkerung mit dem Natur- und Landschaftsschutz verbindet. Leider lassen sich einige Umweltminister mit der Umsetzung viel Zeit. Um den öffentlichen Druck zu erhöhen, gibt es seit sieben Jahren die „SuperAlp!“-Alpenüberquerungen für Medienvertreter – ausschließlich mit nachhaltigen Verkehrsträgern. Schließlich ist der überbordende Autoverkehr eines der gravierendsten Probleme des Alpenraums.

hunderte lang die Hauptverbindung aus dem italienischen Cognetal zur Außenwelt. Steinböcke standen am Wegrand, aber auch Hochspannungsleitungen, mit denen französischer Atomstrom nach Italien transportiert wird. An der Südrampe des Grand St. Bernard war der Routenverlauf der mittelalterlichen Transitwege noch bestens im Landschaftsprofil zu erkennen, einige Trassenstücke sind sogar im Original er-



*Links: Unterwegs mit der Geschichte – alte Saumwege über die Alpen sind heute auch für Wanderer attraktiv. Rechts oben: Der Natur ihren Lauf lassen – aber nur zwei Stunden täglich geschieht das an der Cascata del Toce.*

und Seilbahnen, zu Fuß oder per Rad. Statt nur sich selbst zu erleben, sollen die Teilnehmer möglichst viel von der bezaubernden Landschaft sehen, die die Alpen immer dann sind, wenn sie nicht zum Sportgerät degradiert werden. Ausgerichtet wird die „SuperAlp!“ auch nicht von ehrgeizigen Touristikern, sondern von einer alpenpolitischen Institution – dem Ständigen Sekretariat der internationalen Alpenkonvention. Dieses völkerrechtlich verbindliche Vertragswerk, 1991 von den acht Alpenstaaten gemeinsam mit der EU beschlossen, verpflichtet alle Beteiligten zu einer angepassten Entwicklung, die die wirtschaftlichen und sozialen Interessen

Nirgendwo ist die Überzeugungskraft des öffentlichen Verkehrs größer als in der Schweiz. Vom Walliser Bourg St. Pierre brachte uns der Bus zur Bahnstation von Orsières, dann ging es komfortabel weiter nach Brig, wo wir auf die Linie des berühmten Glacier-Express wechselten. Bahnfahren in der Schweiz bietet stets auch ein intensives Landschaftserlebnis, von hilfsbereiten Schaffnern freundlich begleitet.

### Passwege verbinden Menschen

Ein Schwerpunkt der „SuperAlp!“ 2013 war der historische Passverkehr. Zu Fuß stiegen wir über den fast 3000 Meter hohen Col Fenêtre, Jahr-

halten. Die Römer legten hier 15 vor Christus den ersten befestigten Weg an. Leider wurde auf der Schweizer Seite der größte Teil dem Straßen- und Kraftwerksbau geopfert.

Gemischte Gefühle auch beim Aufstieg zum Griespass, der schon im 14. Jahrhundert für den Warentransfer ausgebaut worden war. Beim Bau einer Staumauer zerstörten schwere Baumaschinen das Pflaster fast vollständig. Erst vor wenigen Jahren haben die Walliser Talpolitiker begriffen, welches touristische Kapital ein durchgehender Passweg darstellt: Sie bewerben nun die historische Säumeroute als „Via Sbrinz“, nach dem Käse, der hier transportiert wurde.



Der sanfte Tourismus ist gesellschaftsfähig geworden, zumindest als Zusatzangebot. Selbst auf der italienischen Seite hat man das erkannt, rund um die Cascata del Toce, den einst berühmtesten Wasserfall der Alpen. Man muss allerdings zum richtigen Zeitpunkt kommen, denn der Stromkonzern ENEL lässt nur zwei Stunden pro Tag Wasser laufen. Vor einigen Jahren gab es das Naturschaupiel sogar nur an drei

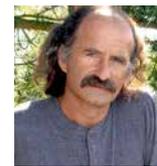
Tagen der Woche. Den Verantwortlichen ist klar geworden, dass sie den naturbezogenen Tourismus stärken müssen, um die Abwanderung zu stoppen. Spät, aber immerhin.

### Menschen schaffen Kultur

Die Passwanderung ins Formazzatal rückte auch das zweite Thema der „SuperAlp!“ ins Bewusstsein: vergessene alpine Bevölkerungsgruppen. Hier haben die aus dem Oberwallis stammenden Walser im 13. Jahrhundert eine deutsche Sprachinsel gegründet, Hänge gerdet, Wildbäche gebändigt und die Almwirtschaft etabliert. Sie schufen einen Mikrokosmos der Nachhaltigkeit, der im Zeitalter ungezügelter Landschaftsverbrauchs zu denken gibt.

Die erste Etappe hatte hingegen an die Waldenser erinnert, die einzigen Protestanten Italiens. Ihre „Glorieuse Rentrée“ von 1689 – mit Ruderbooten über den Genfer See, um ihre Walliser Heimattäler zurückzuerobern, aus denen sie aus

religiösen Gründen vertrieben worden waren – erlebten die Teilnehmer der „SuperAlp!“ nach. Aber etwas bequemer, mit modernen Linien-schiffen. Und doch gab es Probleme. Zuerst war der Fahrplan falsch gedeutet worden, dann saßen wir in einem Wartesaal für die Zollabfertigung. Dass die Zollstelle frühmorgens nicht besetzt war, merkten wir erst, als die Fähre abgelegt hatte. Die Panne war ärgerlich, aber lehrreich. Sie zeigte, dass es noch immer Grenzen im Alpenraum gibt, die vor allem denen das Leben schwer machen, die sich mit öffentlichen Verkehrsmitteln bewegen wollen – auch da gibt es noch einiges zu tun für die Politiker, die eine angepasste Entwicklung in die Wege leiten sollen. ■



**Gerhard Fitzthum** schreibt als Alpin-Kultur-Journalist besonders gerne über Themen, die unter der schönen Oberfläche der Alpen liegen.

## DAV-Kletterhalle Donauwörth

### „KraxlStadl“ statt Frankenjura

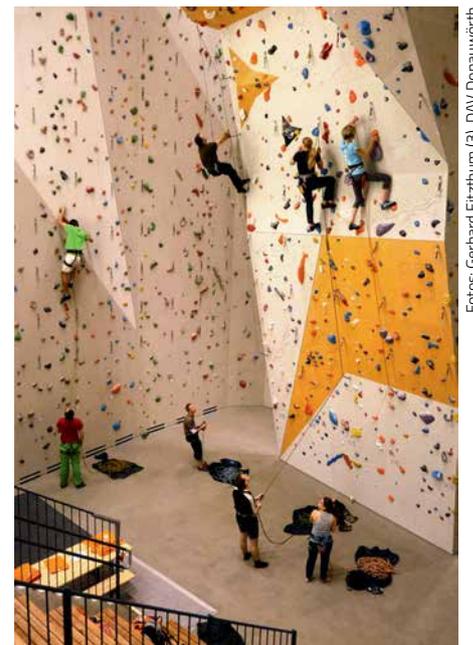
Die Felsheimat der Donauwörther Kletterer sind bisher der Südliche Frankenjura und die Berge von Wetterstein, Kaiser und Karwendel. Mit dem Bau der Kletterhalle Donauwörth, einem Gemeinschaftsprojekt von DAV-Sektion und Stadt, ging der Wunsch in Erfüllung, auch zuhause bei jedem Wetter und ohne viel Anfahrtszeit klettern zu können.

Der „KraxlStadl“, wie die Halle auch genannt wird, hat mit Routen bis 15 Meter, einem frei stehenden Turm mit ausladenden Überhängen, rückseitiger Platten- und viel Wandklettereier alles, was man von einer modernen Kletterhalle erwartet. Ein Fallschutzboden sorgt für zusätzliche Sicherheit.

Die Halle trägt die Handschrift von David Hall aus Arco (SintRoc) und Christian Bindhammer. Charakter und Farbe der Wandstrukturen erinnern an den heimischen Frankenjura, und vom kleingriffigen Schleicher bis zur henkeligen Krafttour mit fast 20 Meter Kletterlänge ist alles dabei. Regelmäßiges Umschrauben durch Profis und geschulte Schrauber der Sektion garantiert, dass der Spaß lebendig bleibt.

In der täglich geöffneten Halle bietet die Sektion Donauwörth ein umfangreiches Kursprogramm: Regelmäßiges Schnupperklettern für Neulinge, Klettertreff für Singles, Fortgeschrittenenkurse beispielsweise zu Halbautomaten, Events für Kinder im neu errichteten Schulungsbereich ... *red*

**Kletterfläche:** 820 m<sup>2</sup>, bis 15 m, abgeschlossener Boulderbereich mit 90 m<sup>2</sup>  
**Routen:** 48 Sicherungslinien mit rund 100 Routen von III+ bis X-, nur Vorstieg  
**Öffnungszeiten:** Mo-Fr 16-22 Uhr, Sa 14-22 Uhr, So 10-21 Uhr  
**Kontakt:** DAV-Kletterhalle Donauwörth, Neudegger Allee, 86609 Donauwörth,  
 Tel.: 0906/99 99 70 80, info@kletterhalle-don.de, [dav-donauwoerth.de](http://dav-donauwoerth.de)



*Wem der fränkische Kalk zu grau ist, der findet im „KraxlStadl“ in Donauwörth bunte Wände und Griffe in jeder Schwierigkeit.*

Fotos: Gerhard Fitzthum (3), DAV Donauwörth

**... schön** – Zumindest unternehmungslustig sehen sie aus, die zwei alten Recken Mick Fowler (r.) und Paul Ramsden (GBR). In sieben Tagen stiegen sie in anspruchsvoller kombinierter Kletterei über die Südwestwand (1500 m, ED) erstmals auf den 6451 Meter hohen Kishtwar Kailash.



Fotos: Archiv Fowler, Thomas Senf/Visual Impact, Markus Stadler, Johann Schmuck

## Himalaya-Bergsteigen macht ...



**... und hungrig** – Zumindest satt dürfte Ines Papert werden, wenn auch ein Firnanker ein etwas ungewöhnlicher Löffel-Ersatz ist. Zusammen mit Thomas Senf, zuletzt alleine, gelang ihr die Erstbesteigung des Likhu Chuli I (6719 m) in Nepal über die Nordwand (1800 m, bis 70°).

**Kleine Felsen** – In den exklusiven Club der 9a (XI)-Frauen zog die Belgierin Muriel Sarkany (39) ein mit „Punt X“. ✿ Vier Erstbegehungen in diesem Extrem-Klassik-Grad gelangen Markus Bock in seinem Heimatrevier Frankenjura. ✿ Gabri Moroni (ITA) schaffte dort drei 9as in fünf Tagen und boulderte später 8C im Tessin. ✿ Den Vogel abgeschossen hat wieder mal Adam Ondra: Er kletterte drei Franken-9as an einem einzigen Tag und eröffnete in seiner Heimat seine dritte 9b+ (XII-); sie basiert auf einer schweren Boulderpassage mit einem einzigen, uferlos schweren Zug. ✿ Jan Hojer, Deutschlands starker Mann, boulderte in Fontainebleau 8C und

8B+ an einem Tag und machte eine 8C-Erstbegehung. ✿ Und der Nachwuchs steht bereit: Die neunjährigen Angelina Scarth-Johnson (AUS) und Nailé Meignan (FRA) kletterten 8b (X), der gleichaltrige Bulgare Dimitar Rusev 8a (IX+/X-).

**Große Wände** – Die „Scheffler-Siegert“ (VI, A2) in der Fleischbank-Ostwand kletterte der Oberaudorfer Roland Hemetzberger erstmals frei: X- an den originalen, teilweise nicht guten Haken; nur drei Normalhaken setzte er an Ständen zusätzlich, sonst beschränkte er sich auf mobile Ergänzungsmittel. ✿ El Elyon (Der Höchste) nennt „da Klettapforra“ Georg Licht-

manegger seine Neutour an der Waidringer Steinplatte zu Ehren von Jesus Christus. Mit einer Länge im Grad X+ (vermutlich) zählt sie zu den schwierigeren Mehrseillängenrouten. ✿ Alle



Atemraubend: schwere Kletterei bei sehr „klassischer“ Sicherung in der „Scheffler-Siegert“

## Aufgeschnappt

*Beim Klettern tue ich Dinge, die ich genieße; nicht das, was momentan angesagt ist.*

Muriel Sarkany (BEL), ehemalige Wettkampfkletterin

*Der Alpinismus ist ein großer Teil meines Lebens. Und wer ich geworden bin, wurde ich dank meiner Seilpartner.* Stéphane Benoist (FRA) über die Bedeutung von Seilschaften. *Ich wäre dankbar, wenn hier auch in Zukunft keine Bohrhaken gesetzt würden.* Roland Hemetzberger nach der Freibehegung der „Scheffler-Siegert“ mit dem Originalmaterial.

53 „Klassiker“ der Flatirons-Region in Colorado kletterte der Amerikaner Bill Wright an einem verlängerten Wochenende: 243 Seillängen bis zum sechsten Grad, 64 Kilometer und 7500 Höhenmeter in 71 Stunden. ✱ Als „Wasserfallroute“ ist die „Fedele“ am Pordoi in der Sellagruppe auch bekannt – Anfang September war es kalt genug, dass Korra Pesce und Jeff Mercier (FRA) sie als Eis- und Mixedtour klettern konnten, mit Ausqueren auf dem großen Band zur bequemen Übernachtung. Das Ergebnis heißt „Ghost Dog“ (800 m, WI 6 XR, M5, VI+/VII-). ✱ Ähnlich anspruchsvoll dürfte David Lamas (AUT) neuester Solo-Ausflug sein – auch wenn er selbst sagt, die „Nordverschneidung“ (400 m, 90°, WI 4, M4/5, VI/VII) an der Hohen Kirche im Valsertal sei „nichts Besonderes“.

**Hohe Gipfel** – Gut zwei Wochen nach Ueli Steck wiederholten die Franzosen Yannick Graziani und Stéphane Benoist dessen Route durch die Annapurna-Südwand; sie brauchten zehn Tage und holten sich beim Abstieg Erfrierungen. ✱ Zwei Erstbesteigungen über schwierige Routen ernteten die Amerikaner Scott Adamson und Chris Wright in Nepals Khumbu-Region: Lunag West (6507 m), „Open Fire“ (1000 m, V, WI 5, M3) und Pangbuk Nord (6589 m), „Purgation“ (1100 m, VI, WI 6+, M6). ✱ „Peine Prolongée“ (1900 m, ED, 5+, M5, A1), verlängertes Leid, heißt die

Route von vier Franzosen durch die Südwand des Südgipfels am Gaurishankar (7134 m); wegen Sturm seilten sie vom Gipfelgrat ab. ✱ Den Ostgipfel des Kang Nachugo (6640 m) im Rolwaling erreichten Santi Padros (ITA) und Domen Kastelic (SLO) über die Neutour „Monsun“ (1500 m, 75°) in der Südwestwand. ✱ Die Belgier Nicolas Favresse, Sean Villanueva und Stéphane Hanssens sind bekannt für schwere Alpinklettereien und Musizieren in der Wand. Beides verging ihnen bei einer eiskalten Erstbegehung am Südpfeiler (VIII+) des Kyzyl Asker in China, zusammen mit Evrard Wendenbaum.

**Und mehr** – Damit ihm die Lippen nicht festfroren, spielte der Grassauer Johann Schmuck die Bayernhymne auf einer Plastikposaune – auf dem Gipfel des Cho Oyu (8188 m). Sein Wett-Gewinn: ein Kasten Bier. ✱ Den Dialektpreis des „Förderverein Bairische Sprache

und Dialekte“ erhielten die „Huberbuam“ Alexander und Thomas, weil sie „ihre Identität als Bayern in die Welt“ tragen. ✱ Zusammen mit dem Schweizer Alpenclub erfasst Google einige eidgenössische Wanderwege mit Panoramakameras. ✱ 4000 Klimmzüge brauchte Vanes-



*Atemprobe: Dank seiner „Alexandertechnik“ blies Jo Schmuck nicht aus dem letzten Loch.*

sa François (FRA), querschnittgelähmt nach einem Eiskletterunfall, um sich die Route „Zodiac“ am El Capitan hinaufzuziehen. ✱ In „Dragon Turns“ (V9) bewies Ronnie Dickson (USA), dass man auch einseitig beinamputiert schwer bouldern kann – solange es Hooks für den gesunden Fuß gibt. ■

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!

# KOMPROMISSLOS CARBON.

**Sind Sie noch mit Aluminiumstöcken unterwegs?  
Dann ist es Zeit umzudenken!**

**3** YEAR  
guarantee  
„NO QUESTIONS ASKED“

Carbonstöcke sind leichter, steifer und korrosionsbeständiger als herkömmliche Aluminiumstöcke. Deshalb sind heute bereits mehr als die Hälfte unserer Stöcke aus Carbon. Finden Sie das für Sie optimale Modell auf:  
<http://www.komperdell.com/en/soles/touring/carbon/index.php>



**STEFAN MOSEN**  
climbing Colour  
Cortina d'Ampezzo

**KOMPERDELL**  
[www.komperdell.com](http://www.komperdell.com)



## Umweltfreundlich Skibergsteigen

# Mehr Genuss und weniger Risiko!

„Mit der Bahn in die Berge“ war schon immer ein Motto für umweltbewussten Bergsport. Die spritsparende Anreise macht der DAV Summit Club zum Konzept bei etlichen Angeboten – zum Beispiel diesen drei Winter-Highlights.

In der Silvretta mit Basisstation auf der Jamtal-Hütte und Dynafit-Testcenter, Genuss-Skitouren im Südtiroler Rojental und rund um den Reschensee oder in Matri am Brenner, zwischen den Zillertaler und Stubai Alpen – das sind nur drei von vielen Beispielen dafür, dass Skigenuss und Umweltbewusstsein Hand in Hand gehen können. Die Grundvoraussetzungen stimmen, und die staatlich geprüften Bergführer des DAV Summit Club sind als alpine Profis auch über viele Jahre hinweg mit den Regionen vertraut. Umweltfreundlich Skibergsteigen ist ein brandaktuelles Thema. Als Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins steht der DAV Summit

Club zu seiner ökologischen Verantwortung. Wer mit dem DAV Summit Club in die Berge geht, will nicht nur unvergessliche Bergerlebnisse, sondern auch optimales Risikomanagement und ein klares Umweltbekenntnis. Dass große Bergerlebnisse und zukunftsfähige Konzepte auch oder gerade in den Alpen harmonisieren, demonstriert der DAV Summit Club mit seinen besonders auf Bahnreise ausgerichteten Skitouren- und Schneeschuhprogrammen.

Und natürlich stimmt auch das Risikomanagement. Nicht umsonst hat der DAV Summit Club in den letzten mehr als zehn Jahren Tag für Tag insgesamt über 200.000 Daten von Skitourtagen gesammelt, wissenschaftlich ausgewertet, am ISSW vorgestellt und mit anerkannten Fachleuten diskutiert. Auf Basis dieser weltweit einzigartigen Datenbank bietet der DAV Summit Club seinen Gästen optimale Sicherheitskonzepte. Skibergsteigen mit dem DAV Summit Club ist Skibergsteigen mit Sicherheitsprofis – Tag für Tag. Skibergsteigen mit dem DAV Summit Club ist aber auch ein klares Umweltbekenntnis. *red*

### Grundkurs Skitouren in der Silvretta für gute Tiefschneefahrer

Silvretta, Jamtalhütte: Praxisorientierte Skitouren-Ausbildung · Freerider on Tour – gute Tiefschneefahrer unter sich · Fünf Ski-Dreitausender mit Traum-Abfahrten · Top-Leihski von Dynafit inklusive Garmin Test Center – Einführung in die digitale Navigation

Termine:	ab 16.2.2014
Reisedauer:	7 Tage
Preis:	ab € 830,-
Bahnhof:	Landeck, Bus nach Galtür
Buchungscode:	TSJAM

### Skitouren am Brenner, zwischen Zillertaler- und Stubai Alpen

Brenner-Berge, Matri am Brenner · Navis-, Schmirn- und Gschnitztal · Kurze Transferzeiten in die Seitentäler

Termine:	ab 26.1.2014
Reisedauer:	7 Tage
Preis:	ab € 970,-
Bahnhof:	Matri am Brenner
Buchungscode:	SHMATR

### Genuss-Skitouren im Rojental und um den Reschensee

Südtirol, Vinschgau, Burgeis · Skitourengebiete: Rojental, Schlingital, Langtaufertal, Sesvennagruppe · Familiäres Hotel in Panoramalage · Maximal 1050 Höhenmeter Aufstieg

Termine:	ab 26.1.2014
Reisedauer:	7 Tage
Preis:	ab € 850,-
Bahnhof:	Landeck, Bus nach Burgeis
Buchungscode:	SESHMAR

Weitere Touren und Kurse:  
 dav-summit-club.de

Gerne buchen wir Ihre Bahnreise. Besuchen Sie unsere neue Seite: dav-summit-club.de/mit-der-bahn-in-die-berge

## Liebe DAV-Biker,

wer kennt das nicht: Die Abfahrt ist ein Traum – nur die Spitzkehren zwingen einen aus dem Sattel, und wenn es nieselt, ist es mit der Fahrsicherheit vorbei. Deswegen haben wir dieses Jahr einen Schwerpunkt auf Fahrtraining gelegt. Mit den Trainings-Standorten in der Fränkischen Schweiz, im Nordschwarzwald, im Thüringer Wald und in der Vulkaneifel bieten wir Ihnen noch unbekannte Bike-Revier. Sie bedeuten ein lokales, gerade für Sektionen interessantes Angebot, und die kurze Anfahrt schont auch die



Silvia Schöbel – Radreisen DAV Summit Club

Umwelt. Trotzdem dürfen die großen Träume nicht fehlen – ob in den heimischen Alpen, über den Pamir-Highway von Tadschikistan nach Kirgisistan oder genussvoll mit dem Trekkingrad durch Sizilien: Unser Bike-Katalog 2014 wartet auf Sie!



## Kunden setzen Umwelt-Zeichen

Der freiwillige, mit dem Katalog 2014 eingeführte Umwelt-Beitrag des DAV Summit Club kommt an. Schon in den ersten Monaten haben sich viele Kunden dafür entschieden: Mit einem Klick bei der Anmeldung setzen sie ein deutliches Zeichen für Nachhaltigkeit, indem sie ihren DAV Mitgliederrabatt in einen Klimapfand für die Umwelt und die Menschen in den Bergen spenden. Mit doppelem Nutzen, denn der DAV wird den gleichen

Betrag in Umweltprojekte in den Alpen investieren. So werden aus einem einfachen Klick wirkungsvolle Maßnahmen und aus der Summe der Klicks ein zukunftsfähiges Modell für verantwortungsbewusstes Bergreisen. Erfreulich für den DAV Summit Club als Vorreiter: Die AV-Mitglieder kompensieren nicht nur bei Fernreisen, sondern vor allem auch bei Ausbildungskursen und Alpenreisen. Ein deutliches Signal! *red*

**GEWINN SPIEL**

Das Panorama-Gewinnspiel mit dem DAV Summit Club

## KENNEN SIE DEN?

### Seine Rolle in der Energiewende wird diskutiert

Erkennen Sie diesen See und gewinnen Sie einen attraktiven Preis vom DAV Summit Club, dem weltweit größten Anbieter von alpinen Reisen und Kursen. Zu gewinnen gibt es diesmal Schneeschuhtage in den Chiemgauer Alpen im Wert von € 480,-. Vom gemütlichen Talgasthof mit Biogebäck und Wahlmenü starten Sie zu romantischen Wintergipfeln. Inklusive Halbpension und kompletter Leihhausrüstung. Buchungscode 9SSHPICH

**Auflösung des Gewinnspiels aus Heft 6/13**  
Nach Ausstieg aus dem Anna-Klettersteig steht man unter der Südwand des Dachsteins (2995 m) mit dem „Johann“ – der „Irg“-Steig ist nebenan am Koppenkarstein. Die Gewinne, acht Gutscheine für einen Lawinen-Sicherheitstag, wurden den Gewinnern direkt zugesandt.



Foto: Andi Dick

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

Einsendeschluss ist der  
13. Februar 2014. Nicht  
teilnahmeberechtigt sind  
die Angestellten der DAV-  
Bundesgeschäftsstelle.  
Rechtsweg ausgeschlossen.



Partnerland 2014



Kroatische Zentrale für Tourismus

DIE NEUE C-B-R

**f.r.e.e**

Die Reise- und Freizeitmesse.

**19.-23.02.2014**  
**free-muenchen.de**



Spanische Vorpyrenäen

# DER WILDE WESTEN

Schroffe Felsenlandschaften mit tiefen Schluchten und kristallklaren Stauseen, Relikte bis in die Steinzeit und Begegnungen mit Geiern: In der katalanischen Provinz Lleida und dem Landkreis La Noguera, knapp südlich der Pyrenäen, kommen Kletterer, Wanderer und Bergadler auf ihre Kosten.

Text und Fotos: Annika Müller

**E**in von den seltenen Besuchern aufgeschrecktes Wildschwein saust aus der morschen Tür der Kirche, auf einem nur noch halben Schieferdach tanzen die Strahlen der glei-

ßenden Sonne. Ein Nussbaum hat das Dach einer Scheune durchbrochen. Eine bizarre Szenerie bietet sich im Dorf Rubies, das schon seit einem halben Jahrhundert unbewohnt ist. Wie hingetupft

hängen die Ruinen von Rubies am Berg, weit oberhalb der Terradets-Schlucht, die der Fluss Noguera Pallaresa tief in den steilen Felsrücken gefräst hat. Hinter den Überresten der Dorfkirche erheben

Die Mare-de-Deu-Kapelle thront hoch über dem Dorf Sant Llorenç und bietet einen fantastischen Ausblick auf den Montalegre.



# KATALONIENS

sich die senkrechten Kalksteinwände der Serra de Montsec, des „trockenen Bergs“. Wer sich ihnen nähert, sieht, dass das geheimnisvolle Fleckchen doch nicht so vergessen ist wie gedacht. Neue Bohrhaben glänzen in der Sonne wie ein Versprechen. Zahlreiche in den letzten Jahren eingerichtete Mehrseillängentouren mit großzügiger Absicherung und einer Länge von 200 bis 300 Metern ergänzen

die klassischen Routen, die schon in den 1960er Jahren entstanden sind.

Der Blick aus der Wand ist traumhaft, der Fels – teilweise Dolomitgestein – ist kompakt, die umliegende Natur wildromantisch. An den Ständen steigt einem der Duft von Thymian und Rosmarin in die Nase. Besonders im Winter sind die Temperaturen an der Südwand ideal. Selbst an Tagen, an denen der für die Ge-

gend in den Wintermonaten so typische Tiefnebel über den Tälern hängt, wärmt hier die Sonne freundlich den Nacken. Man klettert dann weit über dem romantischen Nebelmeer, aus dem wie die Rücken von Walen andere Gebirgszüge hervorragen. Oben erwartet einen die grandiose Panoramaaussicht auf die verschneiten Pyrenäen. Trotz der Idealbedingungen trifft man hier kaum auf ande-

re Kletterer. Sie zieht es einige Kilometer weiter ins bekanntere Vilanova de Meia oder sie starten einige Höhenmeter unterhalb in der Terradets-Schlucht. Hier, oberhalb von Rubies, könnte die Einsamkeit kaum größer sein. Nur das Kreischen der Falken zerreißt die Stille. Ein paar Geier nutzen den Auftrieb und ziehen die

---

Steinerne Mauern: Hinter den Bilderbuchdrfern erheben sich die ersten Steilwände.

---

Wand entlang steil dem stahlblauen, wolkenlosen Himmel entgegen. Wenn sich die gigantischen Tiere unerwartet aus ihren Felsnischen erheben, verpassen sie Kletterern mit ihrem Flügelschlag einen kräftigen Windstoß.

Der Montsec, die charakteristische Sedimentfalte, die sich auf 40 Kilometern Länge wie ein Reptil unter der sengenden Sonne ausstreckt, hält eine gewaltige Auswahl an Klettergebieten bereit. Insbesondere in den beiden Schluchten Terradets und Montrebei, die den Kalkgebirgszug in drei Teile zerschneiden, toben sich schon seit den 1960er Jahren einheimische Kletterer aus. 1959, in der düsteren Zeit der Franco-Diktatur, wurde der Montsec erstmals über die 580 Meter lange Wand der Terradets-Schlucht bestiegen. Wer die 21 Seillängen der von den Pionieren „Cade“ benannten Route nachklettert, kann – in den steilen Abschnitten weit über der Straße und dem rauschenden Fluss hängend – nur Respekt vor der Leistung der Erstbegeher empfinden. 2004 ist sie großzügig mit Bohrhaken versehen worden, wobei die letzten sieben Seillängen teil-



weise ausgespart wurden. Man muss also nach wie vor mit Friends und Klemmkeilen ausgerüstet sein, um bis zum Gipfel zu gelangen.

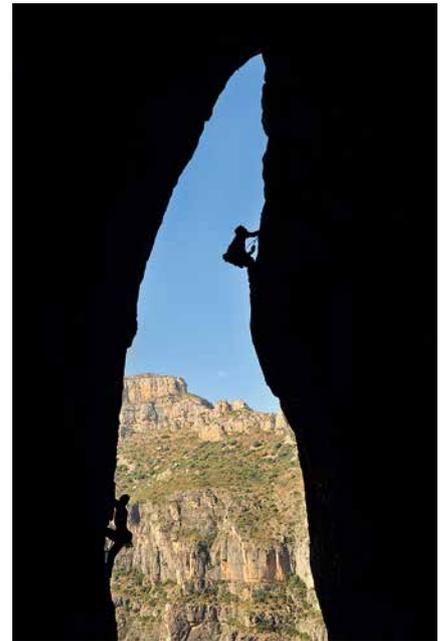
Wie steinerne Mauern erheben sich bei den Bilderbuchdrfern Sant Llorenç und Camarasa die ersten Steilwände der Vorpyrenäen. Abrupt endet hier, im Landkreis La Noguera, die Ebene von Lleida mit ihrem sanften Klima und den vielen Pfirsich-, Apfel- und Mandelbumen. Diese heute senkrecht stehenden Kalkwnde waren einst der Boden eines Urmeers. Beim Aufeinanderprallen der Iberischen Platte und der Kontinentalplatte, bei dem sich vor 35 Millionen Jahren die Pyrenäen auffalteten, kamen sie in ihre heutige Position und wurden seither von der Erosion und den Eiszeiten weiter bearbeitet.

Die Augen offen zu halten lohnt sich, denn häufig finden sich beim Wandern oder Klettern Fossilien von Meerestieren,

stumme Zeugen der Zeit vor 350 Millionen Jahren, als hier noch ein Urmeer war. Wer aufmerksam ist, dem schließt sich aber auch eine wahre botanische Schatzkammer auf. Eine unglaubliche Pflanzenvielfalt gibt es zum Beispiel bei der Wanderung durch die „Congost de Mu“ genannte Schlucht bei Camarasa. Das Ufer des Segre-Flusses wird gesäumt von Weiden, Erlen und Birken, die weiter oberhalb von uralten Eichen und verschiedenen Kieferarten abgelöst werden. An den steileren Abschnitten des Weges krallen sich Krppeleichen, Wacholder und betörend duftende Rosmarinstrucher in den Fels. An die Felswände schmiegen sich der stark geschtzte Pyrenäen-Steinbrech „Corona de rei“ und die feinen weiß-gelblichen Blüten der nur noch hier vorkommenden „Antirrhinum Molle“, eines Wegerich-Gewächses. Vogelfreunde können Reiher, Kormora-



Felsriegel der Vorpyrenäen hinter dem Stausee von Sant Llorenç. Die Steilwände bei Camarasa (u.) laden zum Klettern mit Aussicht ein – hier im Sektor „Selva“.



ne, Gänsegeier und zahlreiche Zugvögel beobachten, die hier überwintern. Mit etwas Glück sieht man auch Wanderfalken, Habichtsadler, Steinadler und sogar Eisvögel.

Ein Abstecher führt aus der Schlucht hinauf auf die Serra Carbonera und zur romanischen Sant-Jordi-Kapelle, die ei-

ger des spanischen Bürgerkriegs 1936, der hier in den Vorpyrenäen der Provinz Lleida einen der letzten blutigen Schauplätze hatte. Es ist wohl dem Fernblick bis zu den Muntanyes de Prades bei Tarragona und zum Montserrat bei Barcelona geschuldet, dass die republikanischen Truppen hier Stellung bezogen. Jedenfalls gibt es hier oben die schönsten Sonnenuntergänge der Region zu genießen.

Auf der anderen Seite der Schlucht erhebt sich der Montalegre, der „fröhliche Berg“, an dem einst die Truppen Francos lagerten. Bei genauem Hinsehen erkennt man in seiner beinahe orangeroten Ostwand ein riesiges, dreieckiges Loch, die Cova de Tabac, die Tabakhöhle. Zu der Tropfsteinhöhle mit eindrucksvollen Hallen – einst ein Schmugglerversteck und Waffenlager im Bürgerkrieg – führt ebenfalls ein teilweise mit Trittstufen und Drahtseilen gesicherter, spannender




---

Spuren der Geschichte:  
Schmugglerverstecke, Bunker,  
Waffenlager aus dem Bürgerkrieg

---

nen schlichten Schutzraum für Wanderer bereithält. Auf dem Hochplateau finden sich Spuren der jüngeren Geschichte – Schützengräben, Bunker und Waffenla-

ger des spanischen Bürgerkriegs 1936, der hier in den Vorpyrenäen der Provinz Lleida einen der letzten blutigen Schauplätze hatte. Es ist wohl dem Fernblick bis zu den Muntanyes de Prades bei Tarragona und zum Montserrat bei Barcelona geschuldet, dass die republikanischen Truppen hier Stellung bezogen. Jedenfalls gibt es hier oben die schönsten Sonnenuntergänge der Region zu genießen.

Auf der anderen Seite der Schlucht erhebt sich der Montalegre, der „fröhliche Berg“, an dem einst die Truppen Francos lagerten. Bei genauem Hinsehen erkennt man in seiner beinahe orangeroten Ostwand ein riesiges, dreieckiges Loch, die Cova de Tabac, die Tabakhöhle. Zu der Tropfsteinhöhle mit eindrucksvollen Hallen – einst ein Schmugglerversteck und Waffenlager im Bürgerkrieg – führt ebenfalls ein teilweise mit Trittstufen und Drahtseilen gesicherter, spannender

Wanderweg. Der Montalegre wird oft als „Kleiner Bruder“ des Montsec bezeichnet, denn beide fallen nach Süden steil ab und laufen gen Norden sanft in einem mit Kiefern und Krüppelweiden bewaldeten Hang aus. Steil geht es von Sant Llorenç hinauf zum Refugi de Xut, einer kleinen, liebevoll eingerichteten Schutz-

Anspruchsvoller Klettersteig mit interessanten Querungen, Hängebrücke und Schwingseil; ein Bummel durch die Altstadt von Balaguer lohnt sich auch bei Nacht; Wanderung in die Montrebei-Schlucht.



hütte. Von dort schweift der Blick vom Stausee von Sant Llorenç und der Ebene von Lleida weiter nach Süden auf den Stausee von Camarasa mit den ihn einfriedenden Steilwänden, im Norden ist der Montsec zu sehen.

Wer ursprüngliche Kletterabenteuer sucht, der ist in der unter Naturschutz stehenden Montrebei-Schlucht richtig. Sie war in den 1980er Jahren ein Treffpunkt der internationalen Bigwallszene. Vor allem in der Spielart des technischen Kletterns wurden hier – zum Beispiel von der Alpinistin Sílvia Vidal – extrem schwere Routen eröffnet. Als der Sportkletterprofi Chris Sharma im Winter

2012/13 eine Mehrseillängenroute mit Längen im Schwierigkeitsgrad zwischen 7c und 9a mit Bohrhaken ausstattete, stieß er damit auf Empörung unter den lokalen Traditionalisten. Ein Teil der Bohrhaken verschwand über Nacht. Keiner weiß wohin.

Doch auch wer nicht von Rang und Namen ist, aber etwas Kämpfernatur mitbringt, kann an den großen Felswänden Paret d'Aragò und Paret de Catalunya geeignete Routen finden. Wen es nicht in die Senkrechte zieht, folgt einem schmalen, in den Fels gehauenen Wanderpfad, der den Fernwanderweg GR1 entlang weit oberhalb des Flusses in die enge Schlucht hin-

einführt. Die Sonne dringt kaum zwischen die beiden Steilwände, die sich bis auf 20 Meter verengen und an denen aufmerksame Wanderer versteinerte Seeanemonen, Geiernester und die im Volksmund „té de



# Panorama**info**

## Spanische Vorpyrenäen

**BESTE ZEIT:** September bis Juni. In den Sommermonaten kann es sehr heiß werden. Schnee ist hier auch im Winter selten.

**ANREISE:** Mit dem Flugzeug bis Barcelona oder Girona, dann mit Zug oder Bus nach Lleida, von dort aus weiter nach Balaguer. Es gibt zahlreiche Zug- und Busverbindungen täglich. (Zug: [renfe.es](http://renfe.es), für die Busstrecken Barcelona-Lleida, Lleida-Balaguer, Barcelona-Balaguer: [alsa.es](http://alsa.es), für die Strecke Girona-Lleida: [teisa-bus.com](http://teisa-bus.com)). Es gibt einen Direktbus vom Flughafen Barcelona nach Balaguer. Verbindungs-Suchmaschine der katalanischen Regierung (auch auf Englisch und Spanisch): <http://mou-te.gencat.cat> Durch die Vorpyrenäen von Lleida fährt der „tren dels llacs“ (von la Pobla de Segur bis Balaguer oder Lleida und umgekehrt, [trendellsllacs.cat](http://trendellsllacs.cat)).

**KARTEN:** Mapa comarcal de Catalunya im Maßstab 1:25.000 des Institut Cartogràfic de Catalunya, Blätter: Noguera, Pallars Jussà

**GPS:** Garmin Topo Spanien V4

**INFO:** [lleidatur.cat](http://lleidatur.cat), [visitlanoguera.es](http://visitlanoguera.es)

**AUF DEUTSCH:** [visitlanoguera.wordpress.com](http://visitlanoguera.wordpress.com)

**UNTERKUNFT:** Camping la Noguera, Sant Llorenç de Montgai, [campinglanoguera.com](http://campinglanoguera.com) Privatunterkünfte vermittelt [visitlanoguera.es](http://visitlanoguera.es)

### LITERATUR:

- > Peter O'Donovan, Dani Andrada: Lleida climbs (engl./dt./katalan). Eigenverlag, € 28,-.
- > Stefan Wagenhals: Roca España nord. Lobo edition (engl./dt./span.), € 32,80.

**TIPPS:** Der Montsec wurde vergangenes Jahr zur „Starlight Destination“ erklärt und gehört damit zu den weltweit besten Orten für die Beobachtung des Nachthimmels. Eine Biwak-Nacht auf dem Hochplateau ist ein Erlebnis, ebenso wie der Besuch des Observatoriums oberhalb von Ager (Tel.: 0034/973 05 30 22, [parcastronomic.cat](http://parcastronomic.cat)).

Am Montsec werden seit Jahren immer wieder die Paragliding-Weltmeisterschaften ausgetragen. Ein Tandemflug ist hier ein besonderes Erlebnis (Tel.: 0034/973 45 50 23, [entrenuovols.com](http://entrenuovols.com)).



roca“ (Felstee) genannte schmackhafte gelbe Blüte entdecken. Ein drahtseilgesicherter Abstecher führt in eine Höhle, in der Archäologen derzeit Neandertaler-Funde ausgraben. Auch mit dem Mountainbike ist die spektakuläre Durchquerung möglich – allerdings sollte man auf diesem waghalsig ausgesetzten Pfad ein sehr sicherer Fahrer sein.

Am Südeingang der Schlucht, den eine Kapelle aus dem 11. Jahrhundert auf einer steilen Felsnadel bewacht, beginnen Klettersteige aller Schwierigkeitsgrade. Zu leicht lässt man sich beim Kraxeln ablenken: Der Panoramablick auf den Montrebei und der Tiefblick auf den unwirklich türkisblauen Stausee von Canelles, der die Grenze zwischen Aragon und Katalonien bildet, verleiten dazu, den Blick immer wieder in die Ferne statt auf die nächsten Klettersteigmeter zu richten. Vielleicht entdeckt man Steinadler, die in unmittelbarer Nähe nisten. Wer den sel-

tenen Bartgeier sehen möchte, muss allerdings besonderes Glück haben. Seit Anfang 2013 führt auch ein sehr umstrittener, mit Holz und Metall am Felsen angebrachter Abenteuer-Wandersteig durch die Steilwand. Er hat rund 800.000 Euro aus EU-Geldern verschlungen und der

---

Abgeschieden und verlassen:  
Halb verfallene Dörfer werden  
von der Natur zurückerobert.

---

bisher einsamen und unberührten Schlucht eine deutlich höhere Besucherzahl zugeführt.

Das Gefühl von Abgeschiedenheit – das eigentliche Geheimnis der Region – findet sich noch südlich des Montrebei, um

den Stausee von Canelles. Verlassene Wege führen rund um das 60 Kilometer lange Gewässer zu halb verfallenen Dörfern, die von der Natur zurückerobert werden. Steht das Wasser niedrig, ragen Kirchturmspitzen von Ortschaften hervor, die in ihm versanken. Immer mit Blick auf den Montrebei und den Stausee von Canelles, dessen Wasser so warm ist, dass man selbst im Spätherbst noch darin baden kann, geht es den staubigen Feldweg entlang zu den Überresten des Dorfes Finestres. Hier hat sich die Natur etwas Besonderes ausgedacht: Gigantische tektonische Platten stehen senkrecht in zwei Reihen und begrenzen den Stausee, die Formen der oben abgerundeten Platten sind so gleichmäßig, als wären sie von Menschen geschaffen. Kommt man näher, sieht man die Hundertschaft von Gänsegeiern, die sich darauf niedergelassen hat, und das romanische Kloster, das sich zwischen den

beiden symmetrischen Naturmauern versteckt. Dies ist das Hinterland des Hinterlandes. Man kann einen ganzen Tag lang wandern, ohne Straßen oder Strommasten zu sehen.

Auch durch die von Weitem zu Fuß unbezwingbar scheinende Südwand des Montsec führen zahlreiche Wanderwege. Drahtseilgesichert geht es zum Beispiel durch den Pas d'Embut, den Trichter, der seinem Namen alle Ehre macht. Das nach unten schlundartig zusammenlaufende Felsenrund lässt selbst bei Schwindelfreien ein mulmiges Gefühl

aufkommen. Man sollte besser nicht in die Tiefe schauen. Doch es geht auch weniger extrem: auf steilen Pfaden, die kleine Kraxeinheiten erfordern, oder auf Forstwegen, die sich ohne große Steigung in weiten Serpentinaugen den Hang hinauf winden, um dann für den letzten Aufstieg durch die Felswand ebenfalls in schmale Pfade überzugehen. Familientauglich wird das Wandern am Montsec, wenn man entlang der kleinen Straße vom Ort Ager bis zum Observatorium am höchsten Punkt des Plateaus fährt und dann gemütlich den breiten Grat entlang-

Die Alpinistin Sílvia Vidal klettert am Montsec, wo Sportkletterer wie Traditionalisten auf geeignetes Terrain stoßen; fröhliches Wandern am „fröhlichen Berg“ Montalegre; Hunderte Dinosaurierspuren fast am Straßenrand; die Vorpyrenäen sind auch zum Biken ideal.

wandert. Alleine ist man hier an schönen Tagen allerdings nicht. Paraglider, die hier regelmäßig ihre Weltmeisterschaften austragen, schweben an den Köpfen vorbei. Sie bieten gemeinsam mit den Geiern ein ästhetisches Flugballett dar.





Doch auch auf der Nordseite des Felsriegels, der bis ins elfte Jahrhundert die teils heftig umkämpfte Grenze zwischen dem maurischen und dem christlichen Reich war, gibt es viel zu entdecken. Wanderungen führen zu maurischen Signaltürmen oder den Ruinen der Maurenburg Castell del Mur hoch über dem Stausee Pantà de Terradets. Warme Tage – die Sonne kann hier auch im November oder Februar unbarmherzig sein – eignen sich für Wanderungen und Mountainbike-Touren auf der dicht bewaldeten Nordseite des Montsec.

Egal, wo man wandert und radelt, in dieser zerklüfteten Landschaft trifft man überall auf Zeugen der bewegten Geschichte: Man geht auf alten Römerstraßen, entdeckt versteckte romanische Kapellen und mittelalterliche Klöster, trifft auf Hinterlassenschaften der Mauren, die hier über 400 Jahre lang teilweise friedlich mit den Christen zusammenlebten, teilweise erbitterte Kriege mit ihnen ausfochten.

Vom ebenfalls einst verlassenem und wieder belebtem Dorf Clua unterwegs in Richtung der bekannten Sportkletterfelsen und darüber hinaus sind versteinerte Dinosaurierspuren und -eier zu sehen. In jüngster Zeit haben hier Paläontologen einzigartige Saurierfunde gemacht, die im Museumszentrum der Conca Dellà in Isona bewundert werden können. Um in freier Natur etwas davon zu sehen, muss man oft nicht einmal große Strecken zurücklegen. Direkt an der „Doll“ genannten

Panoramastraße C1, die sich aufgrund des niedrigen Verkehrsaufkommens unter der Woche auch für Fahrradfahrer eignet, liegt eine gigantische Steinplatte mit 900 Abdrücken von Dinosaurierfüßen. Die meisten der Kuhlen sind so groß, dass man sich hineinlegen kann. Die Abdrücke der drei Krallen sind gut erhalten. Streifzüge durch die Vorpyrenäen von Lleida führen auch zu Höhlen, an deren Wände namenlose Künstler Auerochsen, Bären und Steinböcke malten. Manchmal sind die Kunstwerke aus Asche, Blut und Bisonfett kaum zu erkennen, und bei der Erschließung neuer Klettergebiete ist

---

Einzigartige Höhle: fast vierzig  
Kletterrouten im aller-  
höchsten Schwierigkeitsgrad  
auf relativ kleiner Fläche

---

das oft ein Problem. In Oliana haben Profikletterer um Chris Sharma einen Felsen gesäubert, um ein Sportklettergebiet einzurichten. Was sie nicht bemerkten: Sie hatten uralte Felszeichnungen wegge-meißelt und -gekratzt.

Seit über 40.000 Jahren wird auch die „cova gran“, die große Höhle von Santa Linya, vom Menschen genutzt. Neandertaler und Homo sapiens sind sich hier vermutlich begegnet, sie diente den Mau-

ren bei ihren Eroberungsfeldzügen als Waffenlager, später den Widerstandskämpfern während der Franco-Diktatur als Versteck. Vor sechs Jahren erst wurde sie einer weiteren Verwendung zugeführt, die sie schließlich berühmt machen sollte: dem Klettern. „In der Höhle von Santa Linya konzentrieren sich fast vierzig Kletterrouten im allerhöchsten Schwierigkeitsgrad auf relativ kleiner Fläche. Das macht sie weltweit einzigartig“, sagt einer, der es wissen muss: Dani Andrada, ein spanischer Sportkletterpionier, hat seit 2004 28 Routen eingerichtet, von denen einige im Ruf stehen, zu den schwierigsten der Welt zu gehören.

Fast symmetrisch liegt die Felsenhalle da, gleichmäßig gerundet wie ein Stück Eierschale. Die lange, gekrümmte Wand ist übersät mit Bohrhaken und Schlingen. Einige Tage später wühlen Frauen und Männer mit Schaufeln und Spitzhacken den Boden auf – sie sind Archäologen der Universität Barcelona, die in Santa Linya bereits einige Sensationsfunde gemacht haben. Während ihrer Arbeit ist das Klettern verboten, doch weil sich hier eine Felswand an die andere reiht, findet sich schon wenige hundert Meter weiter ein nächstes Ziel. ■



**Annika Müller** (\*1981) studierte Germanistik und Journalistik in Hamburg. Die begeisterte Bergsteigerin und Kletterin lebt im katalonischen Sant Llorenç als freie Autorin für Alpinismus, Reise, Kultur und Politik.

dav-shop.de

DAV-KOLLEKTION  
WINTER 2013/14

Foto: www.wolfgang-ehm.de



**Stretchfleece-Jacke** aus 92% Polyester und 8% Elasthan, angenehm zu tragen und bestens geeignet als warme Zwischenschicht. [Frauen: Best.-Nr. 420635, Preis 74,95 €; Mitglieder 69,95 €. Männer: Best.-Nr. 420615, Preis 84,95 €; Mitglieder 79,95 €]

**Primaloft-Weste** mit Oberstoff aus 100% beschichtetem Nylon. Hält besonders warm. Funktionales Design, mit kleinem Packmaß. [Männer: grün, Best.-Nr. 420932, Preis 109,95 €; Mitglieder 104,95 €. Frauen: coral, Best.-Nr. 420832, Preis 99,95 €; Mitglieder 94,95 €]



NEU!

**DAV Fleecedecke**, leicht und kuschelig, aus strapazierfähigem Polarfleece mit Öko-Tex-Standard 100, 130 x 170 cm.

[Best.-Nr. 444103, Preis 19,95 €; Mitglieder 16,95 €]

#### Merino Langarmshirt

mit Brustprint, aus 100% superfeiner, hochwertigster Merinowolle, kratzt nicht, ist geruchsneutral und hält warm.

[Frauen: Nur noch XS, L und XL, Best.-Nr. 411608, Preis 69,95 €; Mitglieder 64,95 €. Männer: Nur noch XXL, Best.-Nr. 411508, Preis 74,95 €; Mitglieder 69,95 €]





**Primaloft-Jacke** mit Oberstoff aus 100% beschichtetem Nylon. Hält besonders warm. Funktionales Design, mit kleinem Packmaß. [Männer: Best.-Nr. 418052, Preis 169,95 €; Mitglieder 159,95 €. Frauen: Best.-Nr. 418152, Preis 159,95 €; Mitglieder 149,95 €]



**Strickmütze** weiß, aus Wollmix (50% Wolle / 50% Polyacryl) mit Fleeceinsatz und ‚Edelweiß‘-Lederpatch. [Best.-Nr. 421935, Preis 29,95 €; Mitglieder 24,95 €]

**Größentabelle (wenn nicht anders angegeben):**

Herren: S – XXL, Damen: XS – XL.

**Multifunktionsjacke**, sehr weiches und elastisches 3-Lagen-Softshell, 100% Polyester, 5000 mm Wassersäule und 5000 g/m<sup>2</sup>/24h Wasserdampfdurchlässigkeit, Innenfutter aus weichem Trikotstoff, Unterarmventilation mit Netzfutter, Lycra Windschutz-Cuffs mit Daumenloch.

[Frauen: limone mit türkisfarbenen RVs, Best.-Nr. 418153, Preis 119,95 €; Mitglieder 99,95 €. Männer: marine mit roten RVs, Best.-Nr. 418053, Preis 129,95 €; Mitglieder 109,95 €]



# Warm von Kopf bis Fuß.

**Isolieren statt frieren!**

[Die DAV-Kollektion für Herbst/Winter 2013/14]



**Strickmütze** aus Wollmix (50% Wolle / 50% Polyacryl) mit Bommel, Fleeceinsatz und ‚Edelweiß‘-Lederpatch [Best.-Nr. 421936, Preis 34,95 €; Mitglieder 29,95 €]

**NEU: Doppel-lagige DAV Trekking- und Wandersocke**, mit ungefärbter eingebauter Unterziehsocle und Belüftungsbereichen, perfekter Tragekomfort, verhindert Blasen. Mehr Infos unter dav-shop.de

[Unisex, Best.-Nr. 415300,  
 Schuhgröße 34-37 = S  
 Schuhgröße 37,5-41 = M  
 Schuhgröße 41,5-45 = L  
 Schuhgröße 45,5-49 = XL  
 Preis 24,95 €; Mitglieder 22,45 €]

**Für alle Socken gilt:  
 Kein Umtauschrecht!**



**NEU: Doppel-lagige DAV Ski- und Skitourensocke**, auch im Schienbeinbereich gepolstert, mitteldick, mit hoher Atmungsaktivität und Anti-Blasen-System.

Mehr Infos im dav-shop. [Unisex, rot, Best.-Nr. 415351, NUR Gr. M und L; schwarz, Best.-Nr. 415350, Gr. S, M, L, XL, (Schuhgrößen siehe links), Preis 29,95 €; Mitglieder 25,95 €]



**Willkommen im Internet-Shop: [www.dav-shop.de](http://www.dav-shop.de)**

Bestellen Sie auch per Fax an: 089/140 03-911, per E-Mail an: [dav-shop@alpenverein.de](mailto:dav-shop@alpenverein.de) oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München. Diese Artikel erhalten Sie auch im DAV-City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, Hauptbahnhof, 80335 München und in der Alpenvereins-Service-Stelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, 80331 München.

**Mehr Informationen und Details finden Sie im web!**



## DAV-Expedkader Frauen in Indien

Ein ganzes Tal voller Berge nur für sich allein. Diese Chance ließen sich die acht DAV-Frauen nicht entgehen. Von allen Seiten stürmten sie die teils unbestiegenen Gipfel.

# ACHT FRAUEN, ACHT ZIELE

Kräftig abgeräumt hat der DAV-Expedkader bei seiner Abschlussexpedition in Indien: Im Satling Valley, dem „Tal der sieben Phalli“, gelangen den Nachwuchsbergsteigerinnen etliche Erstbesteigungen und -begehungen.

Yvonne Koch berichtet für das Team.

**M**ontag, 16.9.2013, Delhi. Wir sind gelandet in der Hauptstadt eines der bevölkerungsreichsten Länder der Welt. Schnell haben wir unser Gepäck, bei acht Mädels fragt am Zoll keiner nach. Erster Eindruck: Nachts um halb zwei ist es noch 27 Grad warm.

Die beiden nächsten Tage verbringen wir im Trubel der Millionenstadt mit Organisatorischem: Luftfracht auslösen (1/2 Tag, ca. zehn verschiedene Büros, zwanzig Formulare), Gaskartuschen kaufen (1/2 Tag, Metro/Taxi/Rikscha/Tuktuk, vier verschiedene Geschäfte), Einkaufen, Handeln, das Essen genießen. Die Eindrücke und Farben Indiens sind beeindruckend und vielfältig.

Am Mittwoch geht's endlich los in Richtung Berge. Start um fünf Uhr früh, außer Toiletten-Stopps macht der Busfahrer keine Pausen. Bis mittags dann der Bus kaputt ist. Na super! Dank unserem Agentur-Chef, der uns noch bis ins Basislager begleiten will, steht aber in der nächsten Stadt, Rishikesh, schon ein neuer parat, so dass es nach kurzem Umladen und Mittagessen gleich weitergehen kann. Wobei natürlich die Bedeutung des Wörtchens „kurz“ in Indien eine

andere ist als bei uns – und „five minutes“ die Standardantwort, auch wenn keiner weiß, wie lang etwas noch dauert.

Aus der brütend heißen Ebene schraubt sich der Bus langsam durch dicht bewaldete Hügel immer höher, bis wir um neun Uhr abends unseren Ausgangsort Ghuttu erreichen. Von hier aus gehen wir zu Fuß, mit 40 Trägern und sechs Mulis. Der indische Intervall-Rhythmus – zehn Minuten gehen, unbestimmte Zeit Pause ... – ist anfangs ungewohnt und entnervend, doch man gewöhnt sich an alles. In vier Tagen wollen wir bis ins Basislager. Aber keine Expedition ohne Verzögerungen. Mal ist es den Trägern zu nass, mal hauen einfach welche ab. Und als wir dann am vierten Tag mittags noch etwa 500 Meter Luftlinie vom Basislager entfernt sind, versperrt uns Wasser den Weg. Der Fluss

ist an diesem Tag nicht mehr zu überqueren, wir finden aber eine Stelle, an der wir uns frühmorgens bei niedrigerem Wasserstand gute Chancen ausrechnen. Am nächsten Morgen spannen wir Fixseile über die drei Flussarme, und nach rund zwei Stunden sind alle inklusive Gepäck

---

Die Bedeutung des Wörtchens  
„kurz“ ist in Indien  
eine andere als bei uns.

---

sicher auf der anderen Seite. Die indischen und nepalesischen Träger schauen nicht schlecht, als wir in Unterwäsche durch die Fluten spazieren.

Das Basislager ist eines aus dem Märchenbuch: Wiese, See, Bach, Wasserfälle, Boulderblöcke, Blick auf den Thalay Sagar, einen der bekanntesten Gipfel hier im Garhwal Himal. Nur das Wetter lässt noch zu wünschen übrig: Der Monsun hält sich hartnäckig, und es vergeht kein Tag, an dem es nicht spätestens mittags regnet. Zuverlässig ist es wenigstens.

Die ersten Tage im Basislager verbringen wir mit Auskundschaften und ersten





Materialtransporten Richtung Hochlager (ABC, Advanced Base Camp). Ein Zelt wird am Ende der großen Moräne auf 4300 Meter Höhe aufgestellt, von dort aus teilen sich die Wege Richtung Satling Valley und Dudhganga Glacier; dieser

---

Mühsam, blockig, vereist  
ist das Gelände – willkommen  
beim Expeditionsbergsteigen!

---

Gletscher liegt auf der Südseite des Brahmasar, des höchsten Gipfels hier. Beide Wege haben eines gemeinsam: viel loses Geröll und vereiste Blöcke – mühsam eben. Willkommen beim Expeditions-

bergsteigen! Relativ bald ist auch absehbar, dass unser großes Expeditionsziel, der elegante Nordpfeiler zum Brahmasar, wohl nicht klappen wird: Zu viel hat es geschneit, zu gegliedert ist der Pfeiler, als dass man dort gut klettern könnte.

Aber es gibt ja genug Ziele im Rund – aufgeteilt in drei Teams können wir jagen und sammeln gehen. Dörte und Charlie nehmen sich vor, die Brahmasar-Südseite zu erkunden, und errichten ihr ABC kurz vor dem Gletscher auf etwa 4700 Metern. Chrissy und Caro sowie Ursi, Mia und Yvo wollen verschiedene Ziele im Satling Valley angehen. Ihr ABC steht auf dem sehr spaltigen Gletscher auf etwa 5000 Metern. Und auch jetzt gibt es Gemeinsamkeiten zwischen den beiden Gruppen: Es schneit und schneit, und

Das Basislager könnte einem Märchenbuch entstammen. Trotzdem hielt es die Jung-Alpinistinnen nicht lange dort. Im „Tal der sieben Phalli“ fanden sie coole Biwaks und jede Menge spannendes Steilgelände.

das macht das Spuren nicht gerade entscheidend leichter.

An den Rasttagen im Basislager stellen wir fest, dass wir Besuch bekommen haben: Die drei großen Hunde, wandernde Fellknäuel mit ungefähr einer Million Flöhen, sind bei uns erst mal nicht so beliebt. Beim Bären, der sich frühmorgens ans Lager anschleicht, aber auch nicht. So steigen sie wieder in unserer Achtung.

Schnaufen, schleppen, arbeiten. ABC einrichten und Akklimatisieren ist echte



Viecherei – Expedition ist halt kein Ponyhof. Doch nach jeder Arbeit das Vergnügen: Eine Woche bombastisches Kaiserwetter belohnt unsere Mühen, und die

verschiedenen Seilschaften können so einige Gipfel rocken.

Das Team C&C (Caro und Chrissy) verputzt als Warm-up mal eben das bis dato unbestiegene Left Rabbit Ear, und am nächsten Tag knöpfen sie sich die Cathedral vor. Der Neuschnee der letzten Wochen hüllt die Platten und Risse in eine delikate Sahneschicht, das hindert sie aber nicht an einer quasiwissenschaftlichen Vermessungsaktion dieses felsigen Doppelgipfels. Eine britische Expedition um Martin Moran hatte im April 2002 den Nordgipfel bestiegen und zum Hauptgipfel erklärt. Chrissy und Caro klettern auf beide und messen aus, dass der Südgipfel doch höher ist! Am nächsten Tag besteigen sie noch zusammen mit der Teamärztin Julia einen markanten Felszapfen und taufen ihn Caros Nichte zu Ehren „Punta Alaia“.

Parallel zu C&C machen sich Yvonne, Mia und Ursi auf, einen Gipfel namens Ice Wave durch das zentrale Eiscouloir erstzubesteigen. Auf 450 Meter Kletterlänge wechseln sich steiler Schnee, delikate Mixedpassagen und dünne Eisaufgaben ab. In Chamonix wäre diese Route ein Superklassiker – und am Gipfelgrat gibt's auch noch die Freischwimmer-Prüfung im Tiefschneeschwimmen. Überglücklich stehen die drei als Erste auf dem Westgipfel, mit 360 Grad Rundumblick – Himalayan Climbing at its best.

Nach den beiden Supergipfeln ist erstmal Pause angesagt. Faulenzen auf dem Gletscher auf 5000 Metern, ohne einen Sonnenstich zu bekommen, ist gar nicht so leicht. Die Augen schweifen herum, suchen nach Linien und Gipfeln. Immer wieder zählen wir nach, wie die deutsche Ex-

## Höchste Zeit! Sichern Sie sich jetzt noch Alpenvereins-Jahrbuch und Kalender für 2014

ALPENVEREINS-  
JAHRBUCH & KALENDER  
dav-shop.de

Nur  
€ 17,80\*



Aufregende Outdoor-Fotos zeigen erneut: Bergsport macht HIGH!

Format 39,0 x 59,4 cm. \*Mitgliederpreis:  
19,80€, Nichtmitglieder: 24,80€ [Best.-Nr. 383014]



Für  
Adrenalinfans  
nur 19,80\*

Für Berg-  
liebhaber  
nur 24,80\*



BILDER UND TEXTE VON DEN BERGEN. HERAUSGEGEBEN VOM DEUTSCHEN ALPENVEREIN

Die Welt der Berge | 2014 DAV

12 Fotos mit Texten begeisterter und nachdenklicher Alpinisten auf bedruckten Transparentseiten, Format 57 x 45 cm. \*Mitgliederpreis: 24,80 €, Nichtmitglieder: 29,80 € [Best.-Nr. 382014]

Ein Jahr lang BERG – für alle Fälle.

256 Seiten, ca. 230 Abb., 20,8 x 25,8 cm, gebunden, Hardcover. Die AV-Karte liegt nur Mitgliederbestellungen bei.\*  
Preis 17,80€ [Best.-Nr. 302014]

Willkommen im Internet-Shop: [www.dav-shop.de](http://www.dav-shop.de)

Bestellen Sie auch per Fax an: 089/140 03-914, per E-Mail an: [dav-shop@alpenverein.de](mailto:dav-shop@alpenverein.de) oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München. Diese Artikel erhalten Sie auch im DAV-City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, Hauptbahnhof, 80335 München und in der Alpenvereins-Service-Stelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, 80331 München.

Der Versand ist kostenfrei bei Bestellung von mind. 2 Artikeln Jahrbuch und/oder Kalender!

## DAV-Expedkader Frauen – die Touren



Die Teilnehmerinnen (von links): Yvonne „Yvo“ Koch (Sektion Bayerland), Christina „Chrissy“ Huber (Sektion Garmisch-Partenkirchen), Dr. Julia Thiele (Teamärztin, Sektion Garmisch-Partenkirchen), Charlotte „Charlie“ Gild (Sektion Würzburg), Mirjam „Mia“ Limmer (Sektion Ringsee), Caroline „Caro“ North (Sektion Darmstadt-Starkenburg), Ursula „Ursi“ Wolfgruber (Sektion Bad Reichenhall), Dörte Pietron (Trainerin, Sektion Heidelberg)

- **Pala Devi** (5360 m), Erstbesteigung über den Ostgrat (350 Hm, II, 40°), Charlotte Gild, Dörte Pietron, 3.10.
- **Ice Wave Westgipfel** (5618 m), Erstbesteigung durch das Nordcouloir (450 Hm, 70°, M5), Mirjam Limmer, Ursula Wolfgruber, Yvonne Koch, 6.10.
- **Punta Alaia** (5222 m), Erstbesteigung über drei leichte Fels- und Mixedseillängen, Christina Huber, Caroline North, Dr. Julia Thiele, 6.10.
- **Achter Phallus** (ca. 5500 m), Erstbesteigung über den Westgrat (M3, 2 SL V- und VI), Caroline North, Mirjam Limmer, Ursula Wolfgruber, Christina Huber, 8.10.
- **Left Rabbit Ear** (5505 m), Erstbesteigung über eine Schneeflanke und leichtes Mixedgelände, Caroline North, Christina Huber, 4.10.
- **Cathedral** (5292 m), über Mixed- und schneebedecktes Felsgelände, Caroline North, Christina Huber, 5.10.; beide Gipfel des Doppelgipfels wurden bestiegen, der höhere südliche erstmals.
- **Point Liliput** (5180 m), Erstbesteigung über Fels- und Mixedgelände (180 Hm, 40°, VI-), Ursula Wolfgruber, Mirjam Limmer, Caroline North, 9.10.
- **Cream Topping** (ca. 5660 m), Versuch durchs Ostcouloir (50°), Charlotte Gild, Dörte Pietron, 7.10.; Umkehr 30 Meter unter dem Gipfel wegen Mangel an Material für technische Kletterei.
- **Satling Sui** (5020 m), Versuch am Ostgrat (M4, VI), Mirjam Limmer, Ursula Wolfgruber, 5.10.; Umkehr 60 Meter unter dem Gipfel wegen brüchigen Gesteins



Fotos: Yvonne Koch, Julia Thiele, Mirjam Limmer, Dörte Pietron (2)

pedition 2004 darauf kam, diese Gegend „Das Tal der sieben Phalli“ zu nennen. Da wir zu acht unterwegs sind, wäre das eh zu wenig – auf der Suche nach einem achten Phallus entdecken wir einen aufreizenden Felsturm am Ende des Tales.

Um 3.30 Uhr in der Früh machen sich Ursi, Caro, Chrissy und Mia auf den Weg, diesem seine Jungfräulichkeit zu nehmen. Und ernten volle Befriedigung, denn der

Zipfel bietet alles, was das Bergsteigerinnenherz wünscht: einen steilen Schnee- und Firngrat und obenraus zwei geniale Felskletterlängen an goldgelbem Granit. Zum Abschluss des Expeditionsabenteurers schenken sich Mia, Ursi und Caro noch die Erstbegehung des „Point Liliput“; am Hausberg unseres Hochlagers finden sie anregende Kletterei in teilweise festem Fels.

Und was ist mit den anderen beiden Mädels? Während sich der Großteil der Gruppe im Satling Valley vergnügt, arbeiten sich Charlie und Dörte von Süden heran. Gleich am Anfang können sie von ihrem ABC aus über einen lang gezogenen Firngrat einen 5360 Meter hohen Gipfel erstbesteigen und nennen ihn „Pala Devi“, das bedeutet auf Hindi Schneegöttin. Anschließend machen sie sich mit Kletterge-

Die Freuden des Expeditionslebens haben sie ausgekostet: von haltlosen Tiefschneeegraten über Biwak und Outdoor-Mahlzeiten auf dem Gletscher bis zum Kontakt mit fremden Menschen.

ßere Überraschungen in drei Tagen. Nur die Fixseile, die wir für den Rückweg über den Fluss hängen gelassen hatten, hat wohl irgendwer gebrauchen können. Unabhängig davon wird uns allen schon nach kurzer Zeit klar: Spazierengehen mit Rucksack nervt! Das erste Bier in Ghattu schmeckt dafür zehnmal so gut.

Links senkrecht runter, rechts rauf und mit Vollgas durchs Schlagloch: Auf der Busfahrt nach Delhi werden wir alle noch mal daran erinnert, dass wir in Indien sind und nicht in Europa, und so manch eine hat Angst um ihren Mageninhalt. Aber auch dieser Tag geht ohne größere Verluste vorbei, die Luftfracht kann am nächsten Tag mit zehn (diesmal anderen) Büros und 20 Formularen wieder aufgegeben werden, und das indische Essen in Delhi schmeckt noch immer super.

Jede von uns nimmt etwas anderes mit von dieser Expedition: einen Stein, einen verknacksten Knöchel, einen Haufen Gewürze. Aber wir alle haben auch viele neue Eindrücke im Gepäck. Eindrücke über ein fernes Land, über eine fremde Kultur, wie es ist, mit einem Haufen von acht individuellen weiblichen Persönlichkeiten unterwegs zu sein, und dass die Berge im Himalaya zwar auch aus Fels, Eis und Schnee bestehen, dass Indien aber trotz umfassender Erfolgsliste nicht Chamonix ist.

Es bleibt dabei: Expedition ist kein Ponyhof – aber was sollten wir da auch ... ■



**Yvonne Koch** studiert Geophysik in München, wenn sie nicht auf Expedition geht; nach Indien fuhr sie gleich noch nach Patagonien.

raffel und Biwakzeug im Gepäck auf den beschwerlichen Weg über einen Sattel südlich des Brahmasar, um auf dessen Rückseite zu gelangen. Dort steigen sie in das Couloir zwischen Brahmasar und Cream Topping ein. Doch am Ende des Couloirs stellen sie fest, dass auf keinen der beiden

Alles was das Herz wünscht:  
ein steiler Firngrat und zwei  
Längen goldgelber Granit.

Gipfel ein machbarer Weiterweg führt: Am Brahmasar bedeckt Schnee die Felsplatten, der steile Gipfelaufbau des Cream Topping ist ohne eine Menge Material für technische Kletterei nicht zu machen. So müssen sie sich den Gipfel fürs nächste Mal aufheben.

Unsere Zeit im Basislager neigt sich dem Ende zu ... So wie vorher alles aus den Expeditionstonnen herausexplodiert ist, verschwindet es jetzt wieder darin, bis sich der riesige Materialhaufen in zehn ordentliche blaue Tonnen verwandelt hat. Zurück nach Ghattu gehen wir ohne grö-

*Mit der ABS-Technik  
unkompliziert durch  
jeden Schnee*

*“Niemand wär ich zuvor so einen Hang  
runtergefahren”, sagt Jürgen und zählt  
von unten die Schwünge in der steilen  
Rinne... (Süddeutsche Zeitung)*

 **Garhammer**  
Ski Tours

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

Tel. +49-(0)8146-1556

Unsere Partner im Tiefschnee:

  
**ABS**  
THE AVALANCHE AIRBAG

  
**ORTOVOX**

Faszination Skilanglauf

# BRETTER, DIE NATUR BEDEUTEN



**Langlauf: für die einen Sport und Training, für andere der Königsweg, winterliche Natur zu erleben. Und gesund ist's obendrein. Die Langlauflehrerin Antje Bornhak gibt Basis-Tipps.**

**W**as gibt es Schöneres, als an einem klaren, kalten Wintertag, nach einer stürmischen und schneereichen Nacht, lautlos auf Ski durch eine unberührte Winterlandschaft zu gleiten. Ruhe und Ausgeglichenheit in sportlicher Bewegung genießen, Abstand von Arbeit und Alltag finden. Ich kann nur empfehlen: Probiert Skilanglauf! Aber ich muss auch warnen: Der Langlaufvirus ist hochinfektiös! Und die Gleitsucht macht mehr Spaß, wenn man ein bisschen etwas weiß.

Es gibt zwei grundlegend verschiedene Laufstile: den traditionellen, klassischen Stil mit paralleler Skiführung und diagonaler Arm-Bein-Koordination – und den moderneren Skatingstil, ähnlich dem Schlitt-

schuhlaufen. Nordic Cruising, der Modebegriff für genussvolles Skiwandern, ist also dem klassischen Stil zuzuordnen. Jeder Stil bietet unterschiedliche Techniken, um Geländeformen effizient zu bewältigen; die Technik variiert also zwischen Ebene, bergauf und bergab – abhängig vom persönlichen Können und Lauftempo (siehe Kasten „Langlauftechniken“).

## Welcher Stil liegt mir?

Am besten beginnt man mit der Frage: Was will ich?

➤ Möchte ich einfach die winterliche Natur genießen? Eine Loipe wird in meiner Gegend nur selten präpariert. Ich suche moderate Bewegung bei jeder Witterung, am Wochenende darf es auch mal eine ausge-

dehnte Tour werden. Dann ist Nordic Cruising, früher Skiwandern genannt, für mich das Richtige. Eine etwas robustere Ausrüstung mit kürzeren Ski, relativ preiswert und pflegeleicht, kombiniert mit einem Sicherheitskurs zum Bremsen, Kurven und Aufstehen, und ich bin gerüstet für den ersten Ausflug.

➤ Reizt mich die Geschwindigkeit und liebe ich elegante sportliche Bewegung, dann bin ich der perfekte Skater. Zumindest vom Kopf her. Denn aller Anfang ist mühsam. Erfahrung vom Inline-Skaten, Skifahren oder klassischen Skilanglauf hilft. Neben Ausdauer und Kraft verlangt Skating auch Koordination, Rhythmus und Gleichgewicht. Was so elegant und leicht aussieht, ist Frucht jahrelangen Trainings! Die ersten

Schritte frustrieren oft; umso größer ist die Freude, das Gleiten der Ski zu erleben. Doch Skaten bedeutet stets Dynamik. Denn man stößt sich von der Kante des laufenden Skis ab, und damit dieser gleitet, braucht es ein Mindestmaß an Kraft.

> Und was wurde aus dem guten, alten, klassischen Langlaufstil der Norweger? Ist das nur etwas für Traditionalisten? Das Image des Seniorensports hat sich gewandelt! Immer mehr, auch junge Menschen entdecken diese geniale Art der freudebetonten Fortbewegung im Schnee. Und jeder kommt auf seine Kosten! Marathonisti wie ambitionierte Freizeitsportler, Bewegungsmuffel, die etwas für die Gesundheit tun wollen, oder einfach Familien, die den Tag mit den Kindern draußen verbringen möchten. Das Schöne am Klassikstil: Man ermüdet weniger schnell. Wenn doch, wechselt man einfach zum Wanderstil.

### Ausrüstung – die große Wahl

Die Vielfalt des Angebots erschlägt; in jedem Fall überfordert sie den Einsteiger! Ob man dem geschulten Fachverkäufer vertraut oder im Internet auf Schnäppchenjagd geht: Gedanken über den Einsatzzweck muss man sich trotzdem vorab machen. Einfach auf die Ski stellen und los, das ging früher, als man noch nicht einmal zwischen Alpin und Nordisch unterschied.

Am besten beginnt man mit dem Schuh. Für den Klassik-Stil braucht man eine eher weiche Sohle, ausreichend Platz im Vorfußbereich und guten Fersenhalt – wie bei Laufschuhen. Alles andere ist Geschmacks- oder Ambitionssache. Skatingstiefel (der Name Stiefel sagt es) sind prinzipiell höher, haben eine Manschette zur seitlichen Stabilisierung des Sprunggelenks und sitzen in der Regel etwas straffer. Besitzt man Sporteinlagen, so gehören sie natürlich in die Schuhe, denn die Fußsohlen scannen sozusagen die

Unterlage. Der Schnee ändert sich beim Langlauf ständig, die Einlagen verstärken die Wahrnehmung dafür – wie eine Brille.

Ist der passende Schuh gefunden, steht auch das Bindungssystem fest, denn NNN (New Nordic Norm) und SNS (Salomon Nordic System) sind nicht kompatibel. Skating- und Klassikbindungen gibt es in beiden Systemen. Praxisrelevanter ist der Unterschied beim Verschluss: Automatikbindungen klicken beim Einstieg automatisch ein, öffnen muss man sie mit dem Skistock, was etwas fummelig werden kann. Wer keine Probleme beim Bücken hat, wählt besser eine „normale“ Bindung, die man von Hand

schließt und öffnet. So kann man bei einem Sturz einfach die Ski abschnallen, um leichter aufzustehen.

### Ski ist nicht gleich Ski

Erst jetzt geht es an die Ski. Skatingski wählt man in der Regel 10-15 cm über Körpergröße. Entscheidend ist aber, dass Skilänge und -spannung zu Körpergewicht und Können passen. Je ambitionierter man läuft, desto teurer und leichter wünscht man den Ski und sein Material: Kunststoff und Holz sind preiswerter als Karbon, aber auch schwerer. Doch Vorsicht: Der teure Rennski erfordert auch eine entsprechend dynami-

## Langlauftechniken: von der Ebene bis bergauf



Klassischer Stil  
(Diagonal)



Skiwandern



Freistil  
(Skating)



Fotos: madhus



Ob leistungsorientiert, als Fitnessstraining oder einfach, weil's draußen so schön ist: Langlauf ist wohnortnah, preiswert und unaufwändig.

sche Lauftechnik! Einsteigermodelle sind gutmütiger zu laufen und verzeihen Fehler eher. Rennski sind noch weiter spezialisiert: Es gibt Unterschiede in Belag und Struktur für kalte, trockene oder nasse Verhältnisse – und in der Spannungsverteilung für harte Loipen oder eher weiche Verhältnisse.

Klassikski dürfen den Scheitel um 25-30 cm überragen – aber nur, wenn man die Energie hat, sportlich zu laufen. Wer eher zum Skiwandern neigt, wird mit kürzeren Ski glücklicher. Außerdem stellt sich die Frage: Wachsski oder Schuppenski? Den Unterschied macht die Steigzone, die sich beim Abdruck mit dem Schnee verzahnt und verhindert, dass dabei der Ski nach hinten wegrutscht.

Beim Wachsski trägt man dazu ein passendes Steigwachs (Hartwachs oder Klistert, je nach Schnee) in die Wachsfuge unter der Bindung auf. Beim Ski mit Steighilfe ersetzen Schuppen, Mikroschuppen oder ein gummiartiger Belag diese Arbeit. Doch kein Vorteil ohne Nachteil! So schnell und lautlos wie ein richtig gewachster Wachsski wird ein Schuppenski kaum gleiten. Allerdings ist bei unseren schnell wechselnden Schneeverhältnissen die Wahl des Steigwachses ein Ding zwischen Wissenschaft und Lotterie. Entweder beschäftigt man sich also richtig mit der Materie, ist der Schneeverkostung leidenschaftlich verfal-

len und geht bei schwierigen Verhältnissen einfach Skaten. Oder man wählt statt Wachsski ein Modell mit Steighilfe, auch Schuppenski oder Nowax-Ski genannt. Aber auch die Schuppen brauchen Pflege und Reinigung ...

Die Gleitzonen aller Ski müssen sowieso mit Gleitwachs präpariert werden. Aus ökologischen Gesichtspunkten sollte man „heißwachsen“, denn alles, was schnell auf den Skibelag geschmiert wird, verschwindet genauso schnell auch wieder. Und irgendwann gelangt diese Substanz aus Lösungsmitteln und Paraffinen, also Erdölprodukten, über den Schnee in den Boden und ins Grundwasser und so weiter und so fort ... Gleitwachsen sollte man vor allem als Skipflege betrachten. Der Belag trocknet nicht aus und man hat länger Freude an einem gut laufenden Ski.

Ein Satz noch zu den Stöcken: Skatingstöcke sollten etwa 90 Prozent, Klassikstöcke maximal 85 Prozent der Körpergröße messen. Zu lange Stöcke beeinflussen die Bewegungsfrequenz und die Körperposition eher negativ: Die Arme benötigen unnötig lange, um nach vorne zu pendeln, der Körper gerät in Rücklage. Ergo-Power-Schlaufen-Systeme sind sehr komfortabel. „Primitive“, normale Schlaufen haben einen Vorteil: Man hat schnell die Hände frei. Vor allem Einsteigern und sturzgefährdeten Personen ist

von „System-Schlaufen“ abzuraten, weil sie die Verletzungsgefahr durch den berühmt-berühmten Skidaumen erhöhen.

### Professionell gelernt

„Wer laufen kann, der kann auch Langlaufen!“ Ja, natürlich – wäre da nicht die eine oder andere Erhebung im Gelände, die man hinauf- und auch wieder sicher hinunterkommen möchte. Und zwar, ohne die Ski abzuschnallen, knietief im Schnee zu versinken und damit der Nachwelt die Loipe zu zerstören!

Einsteigern sei in jedem Fall und für jede Technik ein Kurs wärmstens empfohlen. Ehrgeizige Autodidakten sollten bedenken: Ein einmal eingeschliffenes falsches Bewegungsmuster verlernt man kaum wieder. Richtig oder falsch – was heißt das im Hinblick auf Bewegung? Richtig ist, was Freude macht. Und ein effizienter und harmonischer Laufstil macht Freude!

Den größten Lernerfolg bringen einige individuelle Stunden Training in regelmäßigen Abständen durch einen Profi, spätestens zu Saisonbeginn. Wer es unterhaltsamer mag, wählt einen Gruppenkurs. Langlaufkurse für verschiedene Niveaus bieten viele DAV-Sektionen ihren Mitgliedern an. Vielleicht etabliert sich auch wieder eine Übungsleiterausbildung im DAV, um der wachsenden Nachfrage gerecht zu werden. Bis dahin stehen staatlich geprüfte Skilanglauflehrer und Verbandlanglauflehrer des DSLV sowie Trainer und Übungsleiter des DSV in Skischulen und Vereinen bereit.

Am Lernen und Üben führt leider kein Weg vorbei. Da haben wir's nicht so gut wie die Norweger, die – ja, der Mythos stimmt! – mit Ski an den Beinen auf die Welt kommen. ■



Antje Bornhak ist Staatlich geprüfte Skilanglauflehrerin, mehrfache Deutsche Meisterin im Ski-Orientierungslauf und leidenschaftliche Langläuferin in beiden Stilen.

# NICHTS BRINGT SIE SO NAH HERAN WIE IHRE GANZ PERSÖNLICHE EXPEDITION

Begegnen Sie den schönsten Arten der Schöpfung auf spektakulären Routen im kleinen Kreis von Entdeckern. Auf echten Expeditionsschiffen mit höchstem Komfort.

**MS HANSEATIC · MS BREMEN  
EXPEDITIONSKREUZFAHRTEN**

Antarktisfilm  
starten:



**Hapag-Lloyd**  
Kreuzfahrten

Große Momente. Ganz exklusiv.

Mehr im Reisebüro • oder 0800 2255556 (gebührenfrei) • [www.hlkf.de/antarktis](http://www.hlkf.de/antarktis)

Der „Kleine Blocktest“ als zusätzliches Werkzeug am Einzelhang

# DENKEN! UND MANCHMAL SCHAUFELN

Ergänzend zur Lawinen-Strategie des DAV stellten in den letzten Jahren Tiroler und Schweizer Lawinenforscher ihre „Muster“ vor. Nun präsentiert Georg Kronthaler vom Bayerischen Warndienst die „Systematische Schneedeckendiagnose“. Sie wurde für die geschulten Mitarbeiter der Lawinenkommissionen entwickelt, kann aber auch kundigen Anwendern in bestimmten Situationen nützliche Informationen liefern.

**D**ie in Deutschland in Lawinenkunde ausbildenden Verbände haben sich 2011 auf eine gemeinsame inhaltliche Linie geeinigt. Das Grundvorgehen ist die 3x3-Filtermethode, mit der die Faktoren Verhältnisse, Gelände und Mensch zuerst in der Planung, dann vor Ort und schließlich am Einzelhang bewertet werden. Für diese Bewertung stehen als Hilfsmittel die DAV-Snowcard und als mögliche Ergänzung die analytische Systematik der „Muster“ (siehe DAV Panorama 1/13) zur

Verfügung. Die Snowcard hat ihre Hauptvorteile als grundlegender Risikofilter bei der Planung: Mit ihr kann man über die Variablen Gefahrenstufe, Steilheit und Exposition eine zur Lawinenlage passende Tour aussuchen und deren Schlüsselstellen identifizieren. Vor Ort und vor allem am Einzelhang können umfassend gebildete und erfahrene Skitourenexperten die Risikobewertung der Snowcard ergänzen um eigene (analytische) Überlegungen. Bei weniger komplexen Mustern wie einem Nassschneeproblem ist diese

Bewertung meist noch ohne Schneedeckentests machbar. Besonders bei komplexen Problemen in der Altschneedecke können Schneedeckentests als Werkzeuge zusätzliche Informationen und Warnsignale liefern. Ein möglicher solcher Schneedeckentest beruht auf der hier vorgestellten „Systematischen Schneedeckendiagnose“ des Bayerischen Lawinenwarndienstes – ein zusätzliches Werkzeug für Könnern in bestimmten Situationen.

Florian Hellberg, DAV-Sicherheitsforschung

Zur Bewertung der Lawinensituation am Einzelhang hat der Lawinenwarndienst (LWD) Bayern 1998 die „Systematische Schneedeckendiagnose“ eingeführt. Die Methode richtet sich vor allem an die gründlich geschulten Mitarbeiter der Lawinenkommissionen, die ein klares Ja oder Nein abgeben müssen, manchmal sogar aus der Entfernung, weil sie die fraglichen Hänge nicht erreichen können. Sie ermöglicht aber auch Skibergsteigern mit fundiertem Fachwissen über Vorgänge und Zustände in der Schneedecke, am Einzelhang eine verantwortliche Ja/Nein-Entscheidung zu treffen. Die entscheidende Basis der Methode ist die Erkenntnis der Schweizer Lawinenforscher Hans Gubler und Bruno Salm, dass für eine Schneebrettlawine zwei Bedingungen nötig sind: a) eine Schwachschicht in der Schneedecke und b) gebundener Schnee darüber.

Die Systematische Schneedeckendiagnose läuft in vier Schritten ab: Zuerst lokalisiert der „Kleine Blocktest“ Schwachschichten in der Schneedecke. Danach analysiert man diese Schwachschicht und klärt, durch welche schneephysikalischen Prozesse sie entstanden ist. Darauf basierend schätzt man die Brisanz der Schwachschicht und der darüber liegenden Schneedecke ein. Und kann daraus zuletzt Schlüsse auf die Lawinengefahr und zum empfehlenswerten Verhalten ziehen.

### Schritt 1: Der „Kleine Blocktest“

Dieses „vereinfachte Schneeprofil“ dient der gezielten Suche nach Schwachschichten. Kernstück ist ein etwa 40 x 40 Zentimeter großer Block, der rundum freigelegt wird – je nach Schneedeckenaufbau bis in maximal einen Meter Tiefe. Falls er nicht schon

beim Ausstechen abrutscht, klopft man leicht mit der Lawinenschaukel, von oben beginnend, seitlich an den Block, bis er ab-

gleitet oder zerbricht. Dieser Test ist in der Regel in ein paar Minuten zu bewerkstelligen und kann auch im ebenen Gelände durchgeführt werden. Vorsichtiges Arbeiten vorausgesetzt, lassen sich selbst bei weichem Schnee auch oberflächennahe Schwachschichten erkennen. Typische Schwachschichten sind zum Beispiel: überwehter Neuschnee, Oberflächenreif, Graupel, wenig gesetzter Schnee auf glatter Harschschicht oder aufbauende Umwandlung unter oder über einem Harschdeckel.

Ein Hinweis: Alle folgenden Aussagen sind nur validiert für diesen „Kleinen Blocktest“ und nicht übertragbar auf andere, ähnlich erscheinende Untersuchungsmethoden wie den ECT (Extended Column Test) oder den Kompressionstest.

### Schritt 2: Analyse der Schwachschicht

Hat man eine Schwachschicht gefunden, analysiert man deren Kornform und die Bindungsverhältnisse. Zur Betrachtung der Schneekristalle braucht man keine Lupe; es genügt zu erkennen, ob die Kornformen durch „aufbauende“, „abbauende“ oder „Schmelz-Umwandlung“ entstanden sind. Es ist wichtig, die Prozesse, die eine Schwachschicht entstehen lassen, zu hinterfragen, denn häufig wirken sie im gesamten Hangbereich. Dagegen sind Stabilitätswerte einzelner Schneedeckentests bekanntlich nur bedingt übertragbar.

Mit diesem „Prozessdenken“ kann man anhand des Witterungsverlaufs und seiner schneephysikalischen Auswirkungen erklären, wie die Schwachschicht

## Die 3x3-Filtermethode

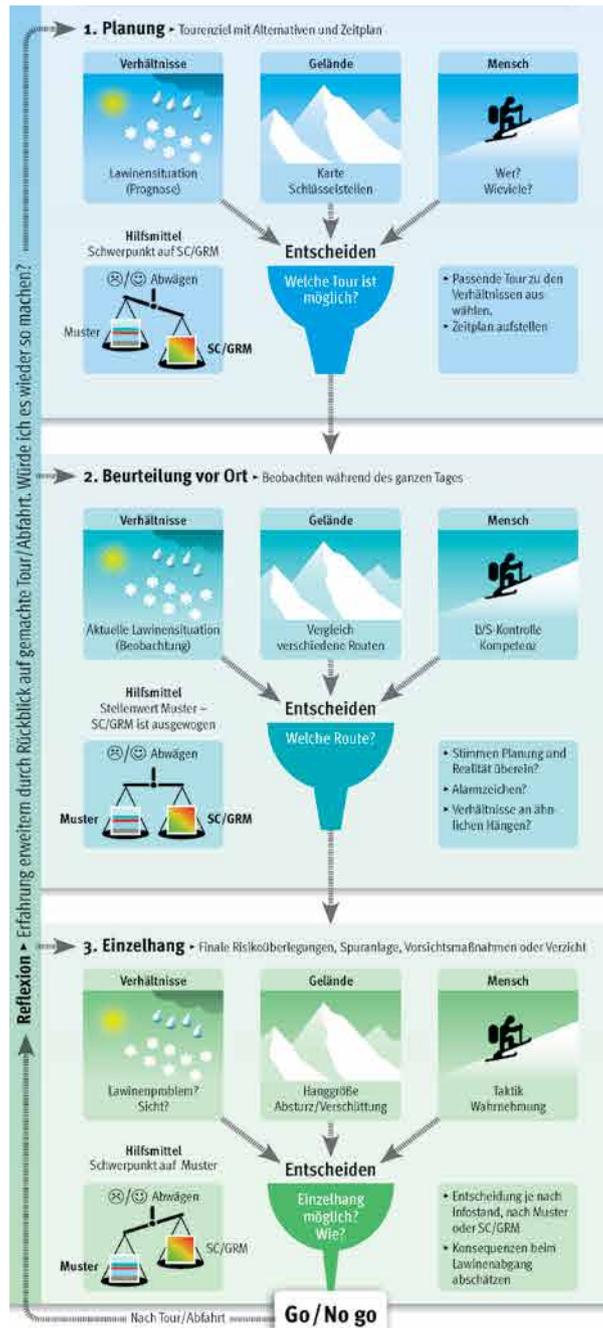


Illustration: Gschwendtner & Partner

Die Strategieempfehlung, die in den Kursen des DAV vermittelt wird, basiert auf der 3x3-Filtermethode. Vor allem in der Planung spielt die Snowcard die wesentliche Rolle; am Einzelhang können bei bestimmten Situationen („Muster“) weitere Informationswerkzeuge, zum Beispiel Schneedeckentests wie der hier erklärte „Kleine Blocktest“, nützlich sein.

entstanden ist. Eine Eislamelle zum Beispiel kann sich entwickeln, wenn die Schneedecke nach Regen wieder gefriert; anschließende aufbauende Umwandlung unterhalb der Eislamelle erzeugt die eigentliche Schwachschicht.

### Schritt 3: Bewertung der Schwachschicht

Enthält die Schneedecke keine Schwachschicht, ist nicht mit Schneebrettlawinen zu rechnen; allenfalls können sich im Steilgelände Lockerschneelawinen lösen. Aber nicht jede Schwachschicht bedeutet gleich höchste Gefahr. Die „Systematische Schneedeckendiagnose“ definiert die folgenden fünf ungünstigsten Eigenschaften:

- > Die Schwachschicht bricht leicht, zum Beispiel schon beim Ausstechen, und die Bruchfläche ist glatt.
- > Die Schwachschicht ist dünner als drei Zentimeter.
- > Die Schwachschicht liegt nahe unter der Schneeoberfläche (nicht tiefer als ein Meter).
- > Die Kristalle der Schwachschicht sind groß.
- > Die Schneeschicht über der Schwachschicht ist weich.

Hat die Schwachschicht all diese Eigenschaften, ist eine Lawinenauslösung hochwahrscheinlich. Die Gefahr ist geringer, wenn diese Eigenschaften nicht oder nur teilweise vorhanden sind.

### Schritt 4: Beurteilung der Lawinengefahr

Nachdem man a) eine Vorstellung entwickelt hat, ob und wo im Gelände Schwachschichten in der Schneedecke vorhanden sind, b) hinterfragt hat, ob der Hang unberührt ist oder ständig stark befahren wurde, c) den Ist-Zustand der Schneedecke mit den ungünstigsten Eigenschaften verglichen hat und d) sich auch Gedanken zur überlagernden Schicht und zu deren Variabilität im Gelände gemacht hat, bleiben folgende Fragen Schritt für Schritt zu beantworten:

#### 1) Sind vorwiegend Lockerschnee- oder Schneebrettlawinen möglich?

Dazu rüttelt man ein Schneepaket auf der Schaufel durch; zerfällt es, sind höchstens Lockerschneelawinen zu erwarten, die gefährlicheren Schneebretter entstehen bei „gebundenem“ Schnee.

#### 2) Wie leicht kann das Schneebrett oder die Lockerschneelawine ausgelöst werden?

- > Durch Selbstauslösung?
- > Durch einen einzelnen Ski- oder Snowboardfahrer („geringe Zusatzbelastung“)?
- > Durch große Zusatzbelastung (Gruppe, Sturz, Fußgänger)?
- > Oder herrschen weitgehend lawinensichere Verhältnisse?

#### Wie sicher ist die Aussage?

Ob mit dieser Methode zutreffende Warnungen, aber auch zutreffende „Entwarnungen“ zu finden sind, haben die Beobachter des LWD Bayern in drei Wintern systematisch untersucht. Das wichtigste Ergebnis dabei: Warnungen, also eindeutige brisante Schwachschichten, sind relativ klar zu erkennen und auch auf die Fläche übertragbar; mit „Entwarnungen“ dagegen sollte man vorsichtig umgehen. Das gilt analog für die folgenden Aussagen zur vereinfachten Interpretation des „Kleinen Blocktests“.

#### Blocktest am Einzelhang

Bei der Auswertung der Untersuchungen ergab sich, dass der „Kleine Blocktest“ zu-

#### Der kleine Blocktest

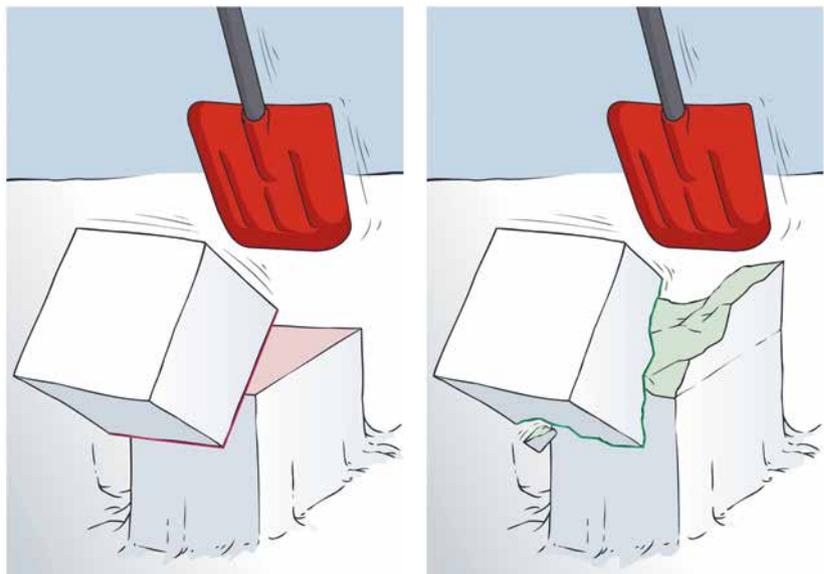


Illustration: Georg Sojer, Foto: Archiv/Kronthaler

40 x 40-cm-Turm freilegen, seitlich klopfen. Rutscht der Block beim Ausstechen oder bei leichtem Klopfen auf glatter Fläche, heißt es aufpassen!

Ergebnis Kleiner Blocktest	Aussage	Verlässlichkeit
Keine Schwachschicht	stabil	bitte nachprüfen
Schwachschicht, Bruchfläche gestuft	stabil	bitte nachprüfen
Schwachschicht, Abrutschen durch mäßiges oder starkes Klopfen	stabil	bitte nachprüfen
Schwachschicht, Abrutschen beim Ausstechen oder durch leichtes Klopfen, Bruchfläche glatt	instabil	ernst nehmen

mindest für relativ klare Situationen auch eine vereinfachte Interpretationshilfe bei der Einzelhangbeurteilung sein kann. Mit einem statistischen Verfahren lässt sich vier signifikanten Ergebnissen jeweils die Aussage zuordnen, ob der fragliche Hang stabil oder instabil ist (siehe Tabelle beim Kasten „Blocktest“). „Stabil“ heißt dabei, dass eine Lawinenauslösung weitgehend unwahrscheinlich und allenfalls durch große Zusatzbelastung möglich ist. „Instabil“ bedeutet, dass eine Selbstauslösung oder eine Auslösung bei geringer Zusatzbelastung wahrscheinlich ist.

Allerdings hat die Untersuchung auch gezeigt, dass man die punktuelle Aussage des Blocktests nicht blindlings aufs gesamte Gelände übertragen darf. Genauer: In kritischen Situationen ist es relativ einfach, Schwachschichten in der Schneedecke zu finden – und dann ist auch von einer großräumigen Gefährlichkeit auszugehen. Rutscht der Block beim Ausstechen oder leichten Klopfen ab und zeigt sich eine glatte Bruchfläche, ist das ein ernst zu nehmendes Warnsignal: Schon ein einzelner Skifahrer kann dann eine Lawine auslösen, falls sie nicht gar von selbst kommt. Für die Praxis bedeutet das: Auf diesen Hang sollte man verzichten – also umdrehen oder nach einer Umgehung suchen, die weniger als 30 Grad steil ist.

Findet man dagegen mit dem Blocktest keine Schwachschicht oder muss man kräftiger klopfen oder entsteht eine gestufte Bruchfläche, dann spricht das zwar für tendenziell stabile Verhältnisse. Aber ob diese Einschätzung wirklich auf den ganzen Hang übertragbar ist, bleibt fraglich. Will man sichergehen, sollte man mindestens noch einen oder zwei Blocktests an anderen Stellen machen. Wie viele Tests notwendig sind, um einen Hang komplett zuverlässig einzuschätzen, wird noch untersucht.

Kommt man durch den Blocktest und durch Hinterfragen der Prozesse in der Schneedecke zum Ergebnis, dass eine Lawine allenfalls durch große Zusatzbelas-

## Smartphone-Apps ersetzen kein LVS!

Smartphone-Apps zur Verrschüttetensuche, die als LVS-Ersatz angepriesen werden, sind nicht empfehlenswert! Derzeit bewerben drei verschiedene Anbieter ihre Apps als ökonomisch günstige Alternativen zu LVS-Geräten. Die Apps basieren auf WLAN- und Bluetooth-Technologie und sind deshalb nicht mit den LVS-Geräten kompatibel, die mit einer standardisierten Frequenz von 457 kHz arbeiten. Sowohl WLAN als auch Bluetooth arbeiten im Gigahertz-Bereich, wo Abschirmeffekte wie verdichteter oder nasser Schnee einen starken Einfluss haben. Weitere Probleme sind die Betriebssicherheit bei tiefen Temperaturen und die Verkürzung der Akku-Laufzeiten von Mobiltelefonen (speziell bei Kälte) durch den großen Stromverbrauch der Apps.

Aus diesen Gründen warnt der DAV alle, die sich im freien winterlichen Gelände bewegen: **Apps sind kein Ersatz für die Mitnahme eines LVS!**

Das Canadian Avalanche Center hat eine ausführlichere Bewertung von Lawinensuch-Apps im Internet veröffentlicht:

■ [avalanche.ca](http://avalanche.ca)

tung ausgelöst werden kann, sollte man die Schneedecke durch Einzelfahren oder Abstände entlasten. Nur wenn man bei wiederholten Tests keine Schwachschicht findet, spricht das dafür, dass eine Schneebrettauslösung unwahrscheinlich ist und keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen notwendig sind. Generell ist es sinnvoll, sich auf Tour immer zu fragen: „Warum bin ich noch sicher?“, statt nur nach Gefahrenpunkten zu suchen, die man ja auch einmal übersehen kann. Ein Blick in die Schneedecke kann dabei zum Verständnis beitragen, auch bei scheinbar stabilen Verhältnissen. Wer seine Entscheidungen immer positiv begründen kann, hat mehr Freude auf Tour.

## Tipps für die Praxis

Der Lawinenlagebericht (LLB) gibt immer nur an, in welchem Umfang Gefahrenstellen im Gelände auftreten und wo gege-

benenfalls besonders kritische Bereiche anzutreffen sind. Er macht keine Aussagen zum Einzelhang. Deshalb kann man mit probabilistischen Methoden, die auf dem LLB basieren, zwar in der Tourenplanung Gelände wählen, wo man seltener auf Gefahrenstellen treffen wird, doch am Einzelhang braucht man ein anderes Werkzeug. Und umgekehrt ist es auch nicht möglich, über Einzelhang-Untersuchungen oder eine einzelne Skitour die Gefahrenstufe anzupassen.

So gesehen ist der Kleine Blocktest unabhängig von der LLB-Gefahrenstufe, denn er fragt nur nach Schwachschichten und ihrer Auslösbarkeit. Mit dem dargestellten vereinfachten Interpretationsverfahren kann er als Werkzeug dazu beitragen, auf einfache Art und Weise zwischen kritischen und weniger kritischen Schneedeckensituationen zu unterscheiden. Vor allem in kritischen Situationen macht er es häufig möglich, mit einem einzigen Schneedeckentest den Einzelhang zu bewerten – für Entwarnungen muss man gründlicher schauen.

Nicht vergessen darf man dabei, dass alle hier präsentierten Ergebnisse nur aufgrund der Arbeit mit der „Systematischen Schneedeckendiagnose“ zustande gekommen sind. Diese dient also auch als Grundlage zur Interpretation, und es braucht fundierte Kenntnisse in Schneekunde, um mit diesem Instrument zu arbeiten. Eine ganzheitliche Beurteilung der Gefahrensituation ist in erster Linie durch den Blick in die Schneedecke möglich. Doch selbst damit wird es auch in Zukunft nicht möglich sein, eine hundertprozentige Bewertung abzugeben, ob ein bestimmter Hang hält oder nicht. ■

| Mehr Informationen und Artikel:

■ [lawinenwarndienst-bayern.de](http://lawinenwarndienst-bayern.de) -> Infothek -> Publikationen -> Manuskripte und Artikel |



Georg Kronthaler ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und arbeitet beim Lawinenwarndienst Bayern.

Skilanglauf

# SPORT MIT MEHRWERT!



**Gesund und mit wenig Risiko: Obwohl Skilanglaufen technisch komplexe Anforderungen stellt, ist es aus medizinischer Sicht eine der empfehlenswertesten Sportarten überhaupt.**

Von Matthias Laar

**D**ie Zahl der Skitourengeher steigt seit Jahren stetig, während der Skilanglauf in Deutschland laut Allensbacher Institut für Demoskopie stagniert. Schade eigentlich, denn die gesundheitliche Wirkung dieses Sports ist als äußerst positiv einzuordnen. Ob Ski-

wandern, klassisches Langlaufen oder Skating: Wer in Sachen Belastung und Technik für sich die richtige Disziplin wählt, kann bei geringem Verletzungsrisiko von den allgemeinen positiven Effekten des Langlaufens profitieren (siehe Tabelle „Auswirkungen Skilanglauf“).

Aber es sind nicht nur die Effekte einer typischen Ausdauersportart, die den Skilanglauf attraktiv machen, sondern auch seine spezielle Belastungs- und Bewegungscharakteristik. Rumpf-, Schulter- und Armmuskulatur sind dynamisch aktiv, was den Sport schon einmal deutlich vom Walking, Jogging

oder Radfahren unterscheidet. Folge dieses „Ganzkörper-Workouts“: eine höhere Herz-Kreislauf-Belastung, die sich in einer höheren Belastungsherzfrequenz bemerkbar macht. Im Vergleich zum Radfahren ist sie beim Langlaufen etwa 15 Herzschläge pro Minute höher. Das wiederum bedeutet mehr Energieverbrauch in der gleichen Zeit, was für unsere nachweislich übergewichtige Gesellschaft durchaus ein interessanter Aspekt ist. Vor allem dann, wenn sich die Belastungsintensität ziemlich gut über die Dynamik von Stockeinsatz und Beinabdruck dosieren lässt und nur relativ geringe Belastungsspitzen und Stoßbelastungen auf die Gelenke einwirken. Speziell beim klassischen Langlaufen und beim Skiwandern (siehe dazu auch Artikel S. 50ff.) können auch weniger Geübte die Belastung gut dosieren und durchaus Langlauf-Ausflüge bis zu mehreren Stunden schaffen.

Skating erfordert dagegen von Anfang an mehr Dynamik, Koordination und Technik, bevor alle Geländeformen ökonomisch bewältigt werden können. Daher empfinden vor allem weniger versierte Langläufer die Skating-Technik als deutlich anstrengender. Besonders Einsteiger mit Vorerkrankungen sollten nur nach ärztlicher Absprache mit dem Sport beginnen und zunächst beim Skiwandern/Nordic Cruising und der klassischen Technik bleiben.

### Extrazuckerl „Sensomotorik“

Durch das phasenweise einbeinige Stehen auf dem schmalen Ski ist das so genannte sensomotorische System, also das

## Auswirkungen Skilanglauf

### Bewegungsapparat & Zusammenspiel von Muskeln und Nervenzentren

- > bessere Motorik und Koordination
- > höhere Kraft- & Ausdauerleistungsfähigkeit der Skelettmuskulatur
- > bessere aktive Beweglichkeit v.a. von Hüft- und Schultergelenk
- > bessere aktive Gelenksicherung (z.B. Beinachsen- und Rumpfstabilisation)
- > Steigerung der Knochendichte
- > Förderung und Pflege der Gelenkknorpelschichten

### Organ- & Stoffwechselsystem

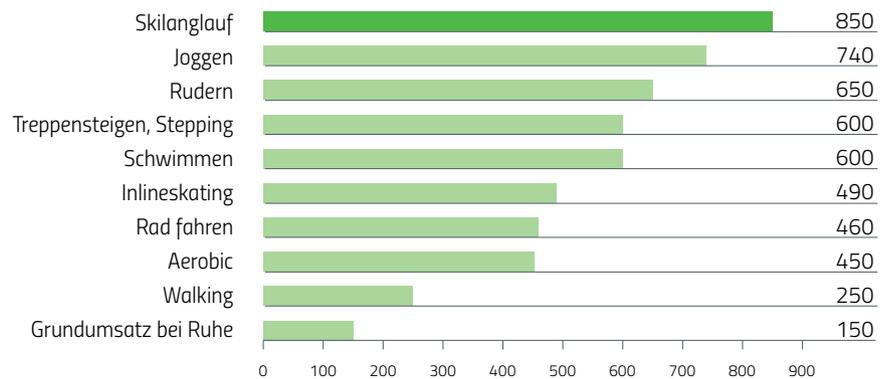
- > höhere Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems
- > besserer Sauerstofftransport vom Blut in das Muskelgewebe
- > Training der Atemmuskulatur und besserer Gasaustausch
- > optimierte Temperaturregulierung des Körpers

### Immunsystem, Psyche & Gehirn

- > Stabilisierung des Immunsystems und verbesserte Infektabwehr
- > beruhigende Wirkung auf das Nervensystem
- > Steigerung der kognitiven Leistungsfähigkeit
- > höhere Stressresistenz (auch im Alltag)

## Kalorienverbrauch beim Sport

Angabe pro Stunde bei mittlerer Intensität und einem Körpergewicht von ca. 70 kg:



Quelle: DAK Statista

## Langlauf und Vorerkrankungen

Nach Absprache mit dem Arzt ist das Skiwandern auch bei folgenden Erkrankungen und Beschwerden gut geeignet:

- > Bluthochdruck
- > Diabetes Typ 2
- > Fettstoffwechselstörung
- > Adipositas
- > Koronare Herzkrankheit
- > Herzinsuffizienz (Stadium I & II)
- > Arteriosklerose
- > Beschwerden im Iliosakralgelenk
- > Arthrose
- > Hüft- und Kniegelenkersatz
- > Osteoporose

Zusammenspiel zwischen Nervensystem, Sinnesorganen und Muskulatur, extrem gefordert. Auf einem sich gleitend fortbewegenden Sportgerät das Gleichgewicht zu

halten, ist koordinativ hochkomplex und erfordert eine ständige gelände- und geschwindigkeitsabhängige Anpassung des Körperschwerpunkts. Das funktioniert nur

## Skilanglauf: So klappt der Einstieg

### FIT IN DEN WINTER

Halten Sie sich auch im Sommer mit anderen Sportarten fit und beweglich! Speziell mit Nordic Walking können Sie die Muskulatur gut vorbereiten und der Übergang auf die Langlaufski fällt leichter aus.

### TECHNIK LERNEN

Verzichten Sie auf einen autodidaktischen Langlaufeinstieg. Gönnen Sie sich einen Kurs bei einer Langlaufschule – das gilt auch für Fortgeschrittene immer wieder einmal. Sie ersparen sich viele unbewusste Technikfehler und damit auch Fehlbelastungen, die später nur äußerst mühsam wieder zu ändern sind.

### AUSRÜSTUNG

Nichts blockiert das Lernen und den Spaß beim Langlaufen mehr als ein Ski, der nicht läuft, drückende Schuhe und Stöcke, die nicht passen. Tragen Sie funktionelle Sportbekleidung nach dem Mehrschichten-Prinzip, die Sie den Temperaturen und der Trainingsdauer anpassen können.

Ein wichtiger Hinweis: Baumwolle hat im Wintersport nichts verloren! Weitere von den Wetterbedingungen abhängige Ausrüstung: Sonnenbrille, Windschutz, Fettcreme für exponierte Hautstellen und Gesichtsmaske bei zweistelligen Minus-Graden.

### EINHEITEN SINNVOLL AUFBAUEN

Die Grundstruktur ist immer gleich: Aufwärmen – Hauptteil – Auslaufen. Nehmen Sie sich vorab 10 bis 15 Minuten Zeit, um den Körper auf

die kommende Langlaufeinheit vorzubereiten. Dabei gilt: Je intensiver die Belastung im Hauptteil ausfällt, desto aufwändiger sollte das Aufwärmen ausfallen.

Und so kann ein kurzes Aufwärmen aussehen:

- > Lockeres Traben oder zügiges Gehen plus aktives Armschwingen und -kreisen (ohne Ski)
- > Dynamisches Beinschwingen nach vorne und hinten, außen und innen im Stand mit Stöcken als Stütze (ohne Ski)
- > Dann geht's auf den Ski mit einem lockeren Techniktraining (z.B. Armarbeit, Beinarbeit)
- > Stimmen Sie Ihre geplante Runde mit Ihren persönlichen Voraussetzungen (Tagesform, allgemeine Kondition, Ausrüstung) und den äußeren Bedingungen (Wetter, Tageszeit, Loipenzustand) ab. Bei zweistelligen Minusgraden sollten Sie (insbesondere Asthmatiker) auf hohe Intensitäten verzichten, da es durch die erhöhte Atemfrequenz zur massiven Austrocknung bis zu Erfrierungen in den Atemwegen kommen kann!
- > Reduzieren Sie nach der eigentlichen Einheit in den letzten 10 bis 15 Minuten die Intensität deutlich. Laufen Sie betont locker und gemütlich. Je intensiver der Hauptteil war, desto disziplinierter sollte auch das „Auslaufen“ geschehen.

### ERNÄHRUNG

Bei kurzen Einheiten bis zu 90 Minuten können Sie in der Regel auf Nahrung und Getränke verzichten. Wird der Langlaufausflug jedoch länger, sollten Sie sich auf jeden Fall etwas zum Trinken mitnehmen, da der Körper bei sehr kalten Bedingungen mehr Flüssigkeit verliert, als man denkt. Gut geeignet sind (lau-)warme Getränke mit folgender Zusammensetzung:

- > Basisflüssigkeit kann Tee oder reines, stilles Mineralwasser sein
- > 60–80 g/l Mischung aus Glukose, Saccharose und Maltodextrin
- > 400–800 mg/l Natrium (entspricht etwa 1–2 g/l Kochsalz NaCl)

Weitere Nährstoffe (z.B. Vitamine) sind während der Belastung nicht notwendig.



Fotos: Karl Schrag, Matthias Laar

Sanfter Natursport (fast) ohne Risiken und mit positiven Nebenwirkungen

über eine entsprechende Gleichgewichtsregulierung, die unter anderem über die Stabilisation des Beckens, der Beinachsen und des Oberkörpers gewährleistet wird. Was heute häufig im „Functional Training“ mühsam auf Wackelbrettern antrainiert wird, läuft beim Skilanglaufen einfach mal so unbewusst mit. Skilanglauf ist damit ein funktionelles Training der Gelenk- und Muskelketten des ganzen Körpers!

### Gesundheits-Check

Nicht jeder Mensch verträgt die gleiche Dosis Sport. Eine sportmedizinische Untersuchung liefert dazu wichtige Informatio-

nen. Sie ist grundsätzlich jedem Gesunden oder Kranken, der noch nicht medizinisch abgeklärt wurde, zu empfehlen. Für Einsteiger oder Wiedereinsteiger nach längerer Sportpause ab vierzig oder für Menschen mit den gesellschaftstypischen Risikofaktoren (Bluthochdruck, Diabetes Typ 2, Fettstoffwechselstörung) ist eine sportmedizinische Untersuchung Pflicht. Zwei Aspekte sind dabei entscheidend. Eine internistische Untersuchung dokumentiert und schließt Risikofaktoren aus, die das Organsystem betreffen. Bei bestehenden Risiken werden entsprechende Verhaltensweisen für Sportler angesprochen, um traurige Phänomene

wie den plötzlichen Herztod (siehe DAV Panorama 2/2013, S. 70ff.) zu verhindern.

Das zentrale Ziel einer sportorthopädischen Untersuchung ist die Abstimmung zwischen der sportlichen und auch alltäglichen Belastung und der individuellen Belastbarkeit des passiven (Knochen, Knorpel, Sehnen) und des aktiven (Muskulatur) Bewegungsapparates. ■



Der Sportwissenschaftler **Matthias Laar** arbeitet in der Gesundheits- und Leistungsdiagnostik und ist Mitglied im Bundeslehrteam MTB des DAV.

**THEMEN DIESER AUSGABE** Einfach zusammen Spaß haben **S. 63** „Ehrgeiz lässt sich nicht verordnen.“ **S. 65**  
Unvergleichlich ausgezeichnet **S. 65** „An der Spitze herrscht enormes Gedränge.“ **S. 66** Watt ne Leistung; Gäms-  
chenklein **S. 67** GPS und Leistungswahn; Erbse; Vorschau **S. 68**

# **jdav** **KNOTENPUNKT.**

**MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2014/1**



# **LEISTUNG**

**... immer schneller, höher, weiter?**

# SERVUS!

**Leistung!** Sportliche Bestleistungen sind längst auch beim Nachwuchs an der Tagesordnung – egal ob am Mount Everest oder im achten französischen Grad. Höchste Zeit also für die JDAV, sich mit dem Phänomen Leistung auseinanderzusetzen. Neuerdings bekennt sich die AV-Jugend in dem vom Bundesjugendleitertag beschlossenen Positionspapier (s. S. 8) zu einer offenen Haltung gegenüber dem Leistungssport. Was das konkret für die Jugendarbeit vor Ort bedeutet, hat sich Nils angeschaut. Es muss ja nicht gleich der Piolet d’Or sein, von dessen Irrungen und Wirrungen Thomas berichtet. Denn neben der sportlichen Leistung gehört laut dem JDAV-Positionspapier zum Alpinismus gleichermaßen die kulturelle und soziale Leistung. Die größte Aufmerksamkeit erregen in den Medien dennoch meist sportliche Ausnahmeleistungen. Genügt das, um Sponsoren zu finden? Arnold hat sich mit der Frage befasst, welche Leistungen das ideale Werbegesicht ausmachen. Leistung findet jedoch genauso „off mountain“, abseits des Bergsporttrubels, statt – lasst euch vom Knotenpunkt inspirieren!

Viel Spaß beim Lesen! Und mit unserem neuen Layout – gefällt’s? Anmerkungen: [knotenpunkt@alpenverein.de](mailto:knotenpunkt@alpenverein.de)



ULRIKE MAURUS

## WORTSCHATZ

**„Wirkungsgrad Mensch“**

Allgemein bezeichnet der Wirkungsgrad mit einem Wert zwischen 0 und 1 (100%) das Verhältnis von Nutzen zu Einsatz, quantifiziert also quasi, wie gut die verbrannte Schokolade genutzt wird – und wie viel als Abwärme nur die Kletterhalle heizt. Je nach Aktivität schwankt unsere Effizienz, mehr als 28 Prozent sind allerdings nicht drin im Kraftwerk Körper.

(sst)

## OFF MOUNTAIN



Online machen wir es dauernd: Kommentare und Likes verteilen. Im echten Leben dagegen war mein letztes Abzeichen der Sheriff-Stern Fastnacht 98. Unser Vorschlag deshalb: Verteilt Abzeichen in eurer Jugendgruppe! Wofür? Hier ein paar Ideen ... VON STEFANUS STAHL

**Das Uhr-Vieh:** Pünktlichste und unpünktlichste Teilnehmer der wöchentlichen Gruppenstunde – die einen verdienen einen Preis für ihr Zeitmanagement, die anderen dafür, trotz Verspätung immerhin überhaupt noch zu kommen.

**Der Vorstiegs-Gorilla:** Knifflige Routen-Einhängen – egal ob einem gerade nur nicht danach ist oder ob es um ein Projekt am aktuellen Leistungslimit geht: Helden, die bereitwillig Routen zum Topropen vorsteigen, schaden niemandem.

**Der Hofnarr:** Schlechte-Laune-Austreiben – es gibt genug miese Tage, aber zum Glück auch ihre ärgsten Widersacher: Freunde, die Kontrapunkte setzen und einen wieder aufziehen, zur Not auch auf den Berg.

Titelfoto: Alles für diesen Moment: Lars Hoffmann aus dem Jugendnationalkader konzentriert sich voll auf den Augenblick. © Nicolas Altmaier/Vertical-Axis



Cooler Team: Für Leonhardt, Johannes und Lukas sind Leistungsunterschiede nebensächlich.  
 JDAV Recklinghausen

LEISTUNG IN JUGENDGRUPPEN

# EINFACH ZUSAMMEN SPASS HABEN

Einige größere DAV-Sektionen fördern leistungsorientierte Jugendliche seit Kurzem nach dem „Heilbronner Modell“. Kleinere Sektionen dagegen müssen beim Umgang mit unterschiedlichen Leistungsniveaus improvisieren – so wie die Jugendgruppe in Recklinghausen. VON NILS BESTE

**1350** Mitglieder und eine Jugendgruppe – die Sektion Recklinghausen ist nicht gerade ein Riese im Deutschen Alpenverein, in dem allein der Sektionsverbund München & Oberland 140.000 Mitglieder zählt und rund 25 Jugendgruppen betreut.

**Zu ihrem wöchentlichen Klettertreff** kommt die Jugend aus dem Kreis Recklinghausen immer freitags in der Kletterhalle Bochum zusammen. Eine eigene Kletteranlage besitzt die Sektion nicht, also bleibt auch der Mitgliederzuwachs aus.

„Unsere Jugendlichen sind zwischen sieben und 19 Jahre alt. Eine Unterteilung nach Altersgruppen haben wir nicht, dazu gibt es weder genügend Teilnehmer noch Jugendleiter“, berichtet Johannes Monsheimer, 17 Jahre alt und jüngster von vier bis fünf aktiven Jugendleitern der Sektion. Im Schnitt kommen rund 10 Jugendliche zu den Klettertreffs.

**Seit der Jugendwart der Sektion** vor rund 15 Jahren die Jugendgruppe aufgebaut hat, klettern in Recklinghausen Jugendliche jeden Alters gemeinsam – natürlich bedeutet

→



Ob Kletterurlaub am Meer oder Kurs:  
In der Gruppe ist für alle etwas geboten.  
☉ JDAV Recklinghausen



→ das Leistungsunterschiede. Und für die Jugendleiter die Aufgabe, die unterschiedlichen Interessen in der Gruppenarbeit zu integrieren.

„Wichtig ist, dass die ganze Jugendgruppe etwas gemeinsam unternehmen kann. Dann probieren auch die Unerfahrenen mal etwas Schwieriges aus.“

„Lukas Rodeck, der zweite regelmäßig anwesende Jugendleiter, und ich sind oft mit den jüngeren Kindern beschäftigt“, erklärt Johannes. „Die Älteren klettern in dieser Zeit selbstständig. Wir versuchen sie wann immer möglich mit Tipps zu unterstützen.“ Nicht nur, aber vor allem auf Freizeiten ist es aber wichtig, dass die ganze Jugendgruppe etwas gemeinsam unternehmen kann. „Um möglichst viel auch in der Gruppe zu machen, motivieren wir die Unerfahrenen zum Beispiel, mal etwas Schwierigeres auszuprobieren. Oder wir lösen zusammen Boulderprobleme“, erzählt Johannes.

**Derzeit liegt das Kletterniveau** der Jugendlichen erfreulicherweise recht nah beieinander. „Momentan haben wir keinen wirklichen Ausreißer in der Jugendgruppe – keine zukünftige deutsche Meisterin“, sagt Johannes. Vor einigen Jahren war das einmal anders: Da kletterten zwei Nachwuchstalente um den Deutschlandcup mit. Damals zeigte sich, dass die gezielte Förderung von Talenten in kleinen Sektionen ohne Elemente wie ein überregionales Kadertraining schwer ist. Die beiden fuhren regelmäßig zu Trainings des NRW- oder Deutschlandkaders. Die Sektion Recklinghausen tat ihr Möglichstes, um sie zu unterstützen, etwa durch kleine Prämien für Wettkampfteilnahmen oder die Organisation regionaler Kletterwettkämpfe.

**Wäre das Heilbronner Modell** eine Lösung für die Sektion Recklinghausen? „Uns fehlt es einfach an Größe, deswegen ist das Modell für uns nicht umsetzbar“, urteilt Johannes. „Wir werden auch weiterhin einfach zusammen klettern gehen und versuchen, Spaß zu haben.“



„Wir fangen mit etwas Leichtem an: Klettert mal auf den Baum!“  
Die gleiche Aufgabe kann ganz unterschiedlich schwerfallen.  
Illustration: Sebastian Schrank

## DAS „HEILBRONNER MODELL“

Die Sektion Heilbronn hat seit Jahren eine eigene Kletterhalle – und die Nachfrage nach Plätzen in den nach Alter gestaffelten Kinder- und Jugendgruppen übersteigt ihre Kapazitäten bei Weitem. Der Vorteil des Zulaufs: Besonders talentierte und motivierte Jugendliche können zusätzlich in einer altersübergreifenden Leistungsgruppe mehrmals pro Woche systematisch trainieren. Eine Fördergruppe dient dem Übergang zwischen den Gruppen. Dieses „Heilbronner Modell“ hat inzwischen deutschlandweit Vorbildcharakter und wurde vom Bundesjugendleiter tag 2013 zur Nachahmung empfohlen.

[dav-heilbronn.de/cms/basislager/jugend/foerder-und-leistungsgruppen/](http://dav-heilbronn.de/cms/basislager/jugend/foerder-und-leistungsgruppen/)

INTERVIEW

# „EHRGEIZ LÄSST SICH NICHT VERORDNEN.“



Leistung wird an den CJD Christophorusschulen Berchtesgaden großgeschrieben; etliche Olympiasieger, wie Maria Riesch oder Felix Loch, haben hier ihr Abi gemacht. **KATRIN LEDERER** fragte den Gymnasiumsleiter, Oberstudiendirektor **Stefan Kantsperger**, ob Leistungssportler auch im Leben eher Erfolg haben.

**H**err Kantsperger, haben Ihre Absolventen abgesehen vom Sport auch sonst mehr Biss als andere durchschnittliche Schüler? Beispielsweise später im Beruf?

Das lässt sich nicht verallgemeinern, aber sowohl in der Schule als auch im Sport ist bei fast allen ein großer Ehrgeiz vorhanden. Der steckt in unseren Jugendlichen drin, den kann man nicht verordnen.

**Wie viel Zeit stecken die Jugendlichen ins Training?**

Fast ihre gesamte Freizeit, täglich findet Training statt.

**Wenn ich mich ganz auf nur eine Sache konzentriere, bleiben andere auf der Strecke. Verzettelt man sich da nicht leicht?**

Wir haben Sozialpädagogen und Lehrer, die den Schülern helfen, Ihr Leben unter der Doppelbelastung zu organisieren. Besonders im Internat ist hier eine intensive Betreuung möglich.

**Trotzdem: Wie schaffen es Ihre Schüler, Schule und Sport unter einen Hut zu bringen? Sie sind ja auch oft auf Wettkämpfen.**

Ich denke, Flexibilität und ausreichend Betreuung sind die wichtigsten Voraussetzungen für ein gutes Ineinandergreifen von Schule und Sport. Die Schüler nutzen während ihrer Abwesenheit vom Unterricht beispielsweise Lernplattformen, um den Stoff nachzuholen, sie bekommen viel Förderunterricht und können auch die Oberstufe von zwei auf drei Jahre strecken.

**Bleibt denn bei dem engen Zeitmanagement noch Raum für Spiel und Spaß?**

Natürlich, es sind ganz normale Jugendliche, die neben aller Ernsthaftigkeit natürlich auch Spaß haben wollen. Und: Sie machen den Leistungssport ja freiwillig.



Schule für Überflieger. Oberstudiendirektor **Stefan Kantsperger** leitet das Gymnasium an der „Eliteschule des Sports“ in Berchtesgaden. CJD

PREISE IM ALPINISMUS

# UNVERGLEICHLICH AUSGEZEICHNET

Kann man „Leistung“ an hohen Bergen überhaupt messen? **THOMAS EBERT** ist der Frage nachgegangen, warum sich der Alpinismus mit Preisen so schwertut.



**Z**ürich, FIFA-Hauptquartier: Leo Messi kommt auf die Bühne und bekommt einen goldenen Fußball. Cristiano Ronaldo kommt auf die Bühne und bekommt einen goldenen Fußball. Ribéry auch. Sogar der Schwedentrampel Ibrahimovic kriegt einen „Ballon d’Or“. Alle 23 Nominierten sind die Weltfußballer des Jahres, weil sich die Jury nicht entscheiden konnte. (Später am Abend klaut Ribéry alle Trophäen und nimmt sie mit ins Bett, im Fußball muss es schließlich Sieger geben.)

**Wie immer** ist am Berg möglich, was im Fußball unmöglich ist: 2013 wurde in Courmayeur wieder einmal der Piolet d’Or vergeben, mit dem außergewöhnliche Leistungen im Alpinismus ausgezeichnet werden. Da sich die Jury nicht ent-

Die Träger im Khumbutal bekommen keinen Piolet d’Or; ist ihre Leistung deshalb geringer oder weniger wert als die von Trekkern und Top-Alpinisten? Thomas Ebert





Die Trophäe, die keiner will: der Piolet d'Or.

→ scheiden konnte, bekamen alle sechs Nominierten einen goldenen Eispickel. Wer nun denkt, dass sich die „Sieger“ um die Trophäen prügeln, liegt allerdings komplett falsch: Viele sind nämlich gar nicht scharf aufs Gewinnen. Marko Prezelj sollte 2007 ausgezeichnet werden, lehnte aber den Preis ab. Rolando Garibotti bat die Jury, seine Touren gar nicht erst zu berücksichtigen, andere Nominierte zogen im Vorfeld zurück. Der zweifache Gewinner Kyle Dempster meinte, das Beste am Preis sei das Treffen mit anderen Bergsteigern und der Gratisflug nach Europa. Will denn niemand diesen goldenen Eispickel?

**Es ist nicht so**, dass alle Spitzenalpinisten ehrgeizlose Gutmenschen sind – auch beim Piolet d'Or gibt es Rivalitäten und enttäuschte Gesichter. Aber viele sehen ihre Leistungen ungern in eine Reihe gestellt, klassifiziert und bewertet, weil es so gut wie keine einheitlichen Maßstäbe gibt. Nicht einmal mehr die Bergsteiger selbst können noch sagen, wie schwer

ihre Touren sind. Hansjörg Auer bewertet kombiniertes Klettern in großer Höhe nach „leicht“, „mittel“ und „schwer“, die üblichen Mixed-Grade findet er nicht aussagekräftig. Steve House antwortete auf die Frage, wie gut er momentan sei: „Gibt es eine Skala?“. Und David Lama sagt, im Bergsteigen stecke zu viel Kunst, als dass man es vergleichen könne. Die durchaus kundige Piolet-Jury beachtet daher neben der technischen Schwierigkeit auch Faktoren wie Begehungsstil, Originalität, das wichtige „commitment“ (Hingabe und Leidenschaft) und ökologische Kriterien.

**Platzierungen, Gewinner** und Verlierer sind dem Alpinismus (anders als dem Sport) wesensfremd – dem Menschen aber nicht. Vielleicht wird der Piolet deshalb zu oft mit einer Weltmeisterschaft verwechselt. Dabei zeichnet er nicht den Besten aus – sein Sinn liegt eigentlich in der Inspiration. Der schadet man, wenn man den Piolet als Wettkampf auffasst – aber auch, wenn man ihm keine Bedeutung beimisst.

INTERVIEW

# „AN DER SPITZE HERRSCHT ENORMES GEDRÄNGE.“



Bergsport-Höchstleistungen scheinen ohne Sponsoring heute kaum noch finanzierbar – aber brauchen Sponsoren unbedingt Höchstleister? Und wohin führt dieses Wechselspiel? ARNOLD ZIMPRICH hat nachgefragt bei Bernd Kullmann.

Bernd Kullmann, hier auf der Flucht vor Sponsorensuchenden Nachwuchsathleten. © Christian Pfanzelt/Archiv Deuter Rechts: Gerlinde Kaltenbrunner wird von Deuter auf ihren Expeditionen unterstützt. © Archiv Deuter

**Herr Kullmann, als „Ziehvater“ von Deuter haben Sie schon seit den 1980er Jahren mit Bergsport und Sponsoring zu tun. Was hat sich seither verändert?**

Es hat dramatische Änderungen gegeben. Das Thema Bergsport ist viel präsenter als früher, es findet ein enormes Interesse in den Medien. Die Identifizierbarkeit an der Spitze geht dabei aber verloren – es gibt schlicht viel zu viele Spitzensportler.

**Wird beim Sponsoring nur auf die ganz großen Leistungen gesetzt oder sind es auch die Charaktereigenschaften des Sportlers, die zählen?**

Deuter hat sich vor über zehn Jahren dazu entschlossen, den Sponsoring-Fokus nicht auf Extremsportliche Superleistungen zu legen, wir haben rund 20 Jahre ganz ohne Sponsoring gearbeitet. Nach kleineren Projekten mit Andi Heckmair und Sigi Hupfauer kam bereits die Zusammenarbeit mit Gerlinde Kaltenbrunner, bei ihr passt ganz einfach die Persönlichkeit.

**Geht Gerlinde Kaltenbrunners Sponsoring-Karriere nach der Besteigung des K2 im Jahr 2011 langsam zu Ende?**

Nein. Aufgrund der langjährigen und intensiven Beziehung, die wir zu Gerlinde aufgebaut haben, wird sie uns ganz sicher erhalten bleiben. Wir halten nichts von einer Hire-and-Fire-Mentalität.

**Müssen sich Sponsoren um ihre Sportler kümmern?**

Besonnenes Agieren steht bei uns an erster Stelle. Mit Gerlinde habe ich vor jeder Expedition telefoniert und ihr eingeblutet, bei

einer Tour lieber dreimal umzudrehen als einmal zu viel zu riskieren. Wichtigstes Ziel ist das gesunde Zurückkommen!

**Können sich Unternehmen wie Deuter vor Sponsoring-Interessierten kaum retten?**

Pro Woche erhalten wir im Schnitt eine Anfrage, die wir in der Regel höflich absagen. Gerlinde Kaltenbrunner ist das Gesicht der Marke Deuter geworden – es besteht also von unserer Seite kein Grund, im großen Umfang neue Sponsees unter Vertrag zu nehmen. Das soll allerdings nicht bedeuten, dass wir nicht auch kleinere Projekte unterstützen und zum Beispiel die deutschen Berg- und Skiführer ausstatten, von denen ungefähr zwei Drittel mit Deuter-Rucksäcken unterwegs sind. Das Feedback von Experten ist uns wichtig!

**Können Leistungs-Bergsportler ohne Sponsor überhaupt ganz vorne mithalten?**

Entweder man hat wohlhabende Eltern oder einen Sponsor (lacht). Nachwuchs-Bergsportler sollten sich jedenfalls aus dem Kopf schlagen, den Bergsportmarkt als Schlaraffenland anzusehen. An der Spitze herrscht enormes Gedränge.

**Nennen Sie uns zum Schluss drei Eigenschaften, die ein Sponsoring-Interessent mitbringen muss.**

Eloquenz, gutes Aussehen und vorzeigbare Leistungen. Wie bei Gerlinde sollte der Sportler ganz einfach zur Marke passen. Trotzdem der heiße Tipp: Schulausbildung und Studium sollten in jedem Fall vorgehen!



# WATT NE LEISTUNG!

**Wusstest du**, dass Leistung erst mal gar nichts mit Können, Fleiß oder Übung zu tun hat? Für Physiker ist sie nichts anderes als der Energieverbrauch pro Zeit. Gemessen wird sie in Watt – abgekürzt „W“. Auch wir Menschen verbrauchen Energie – sogar in Ruhe: bei 50 Kilo Körpergewicht ungefähr 60 bis 70 Watt. Beim Sport steigt der Energieverbrauch pro Zeit (= die Leistung) natürlich an. Wenn du 50 Kilo wiegst, 100 Höhenmeter bewältigst und dafür 15 Minuten brauchst, „leistest“ du währenddessen knapp 55 Watt zusätzlich. Die Energiemenge, die du in den 15 Minuten verbrennst, steckt theoretisch in einem halben Müsliriegel.

**Anders als in der Physik** sprechen wir von Leistung meist dann, wenn jemand etwas Besonderes geschafft hat, nur mit Kraft, Geschick oder Hirnschmalz. Wer also beim 100-Meter-Aufstieg am schnellsten ist, bringt die höchste Leistung. Doch auch eine persönliche Bestmarke ist ein Erfolg, selbst wenn sie weit unterhalb jeglicher Rekordwerte liegt. Dann kann auch der letzte Platz beim Berglauf eine Spitzenleistung sein. (der)

## UND JETZT DU!

Auf welche Leistung bist du persönlich stolz – oder welche Leistung bewunderst du bei anderen? Schreib uns unter [alpinkids@alpenverein.de](mailto:alpinkids@alpenverein.de) Wir sind gespannt! Eine Auswahl der Zuschriften veröffentlichen wir im Internet auf [jdav.de](http://jdav.de).



## GÄMSCHEN KLEIN





UNKENRUF AUS DER GLETSCHERSPALTE

# GPS UND LEISTUNGSWAHN

In unserer neuen Rubrik nehmen wir alles aufs Korn, was in den Bergen so krecht und fleucht. Und dabei kein Blatt vor den Mund.

**H**ab ich neulich am Gipfel doch tatsächlich jemanden dabei beobachtet, wie er, statt das imposante Panorama zu bewundern, in sein Smartphone-Display vertieft war. Die Pixel-Betrachtung schien dem Zeitgenossen deutlich interessanter als die zauberhafte Bergwelt um ihn herum.

**Auf die gut gemeinte Frage**, was denn am Bildschirm seines Telefons so faszinierend sei, wandte er sich brüskiert ab. „Ich checke meinen GPS-Tracker – heute konnte ich sicher eine neue persönliche Bestleistung aufstellen!“

Wenig später fluchte er: „So was Blödes, kein Empfang hier oben!“

**Wieder im Tal**, erzählte ich in meinem Stammkletterladen von meinen Beobachtungen. Für Hans-Peter war die Sache sofort klar: „Hast du noch nie was von den ‚Bergsportlich-Leistungs-Orientierten Echtzeit-Digital-Extremos e.V.‘ (BLOEDE) gehört? Ein Bergtag ohne elektronisch aufgezeichneten GPS-Pfad und möglichst zeitnahen Upload in das Internet ist für die Extremos ein verlorener Tag.“

**Am kommenden Morgen** versuchte ich, den Chef des Clubs, Dscharlie Dadschkriener, an das Smartphone zu bekommen. Vergeblich. Seine aus dem Fränkischen stammende Ehefrau meinte lapidar: „Der Dscharlie is voll auf dem Diggidahl-Dribb. Statt Schäufele gibt es bei ihm nur noch Social Media.“

**So genau** muss ich das eh nicht wissen. Diese Loser kommen in meine passwortgeschützte Exklusiv-Community „go fast – send sooner“ sowieso nicht rein. Dort posten nämlich die echten Freaks.



**Im nächsten Knotenpunkt:** Knotenpunkt pur. Wir behandeln kein begrenztes Thema, sondern zeigen uns ganz „offen“. Lasst euch überraschen!



## „Im Rollstuhl auf die Zugspitze“

DAV Panorama 6/2013, S. 12

**Alles machbar?** – Ja, es ist schmerzhaft und bedauerlich, wenn jemand wegen Krankheit, Behinderung oder Alter nicht mehr auf die Zugspitze kommt. Und es ist schön zu helfen. Als examinierte Altenpflegerin habe ich über 20 Jahre mit Menschen mit Handicaps aller Couleur gearbeitet und weiß, dass mit ein bisschen Mut manches zu bewerkstelligen ist. Manches! Der wesentliche Anteil in der sinnvollen Betreuung besteht aber darin, das Nicht-mehr-Machbare akzeptieren zu helfen, die Freude im Einfachen, Naheliegenden zu suchen, den neuen Wirkungskreis auszuloten. Ich halte es nicht für eine vorbildliche Aktion, jemanden im Rollstuhl auf die Zugspitze zu tragen. Es dient uns – der ganzen Gesellschaft – gar nicht, wenn wir Propaganda betreiben für alles Machbare dieser Welt. Gerade einem naturnahen Verein wie dem DAV stünde es gut, statt Leistungssteigerung Bescheidenheit, statt Festklammern Gehenlassen, statt Gipfel Hangwege aufzuzeigen. *K. Pläcking*

## „Bergwärts mit Baby“

DAV Panorama 6/2013, S. 56ff.

**Keine Nesthocker** – Der Autor äußert Bedenken, dass ungewohnter Lärm und viele Leute Babys stark irritieren können. Diese Bedenken teile ich nicht. Es ist eine Tendenz in unserer Gesellschaft, Babys erst mal wegzuhalten von allen fremden Eindrücken, die sie möglicherweise überfordern könnten. Solange ein Baby die körperliche Nähe zur Mutter oder zum Vater spürt, wird es nach meiner Überzeugung und meiner Erfahrung durch Lärm oder unbekannte Menschen nicht überfordert. Menschenkinder sind „Traglinge“, keine „Nesthocker“! Ansonsten finde ich gut, dass mit so einem Artikel Eltern Mut gemacht wird, es zu wagen, kleine Kinder mit in die Berge zu nehmen, und dass gleichzeitig auf die gesundheitlichen Risiken hingewiesen wird. *D. Nolte*

## „Risiko und Tod am Berg“

DAV Panorama 6/2013, S. 24f.

**Nicht verdrängen!** – Vielen Dank für die wieder einmal gelungene Ausgabe von Panorama. Besonders angesprochen hat mich der Artikel „So

weit im Leben, so nah am Tod“. Der Umgang mit dem Leid, dem Sterben, dem Tod und der Trauer wird in unserer Gesellschaft leider sehr an den Rand gedrängt. Als Pastoralreferent höre ich in Trauergesprächen oft: „Machen Sie es nicht zu lang! Das hätte der Verstorbene nicht so gewollt.“ Natürlich haben wir alle lieber Freude und Sonnenschein in unserem Leben – aber auch die Angst und der Tod gehören in unser Leben hinein. Und diese dürfen nicht verdrängt werden! Der Artikel macht Mut, sich auch beim Bergwandern/Klettern immer wieder der eigenen Endlichkeit und Begrenztheit bewusst zu werden und zu akzeptieren, dass wir nur eine endliche Zeit auf Erden sind. Ein großer Dank an den Autor Dr. Andreas Müller-Cyran. *A. Korten*

**Aufhören? Niemals!** – Vielen Dank für den Artikel, der mir sehr gefallen hat und mir aus der Seele gesprochen hat. Ich hatte im Mai 2013 einen schweren Bergunfall, den ich glücklicherweise, aber unverdientermaßen überlebt habe. Alle Freunde, die vom Bergsteigen keine Ahnung haben, meinten daraufhin zu mir, dass ich nun wohl endlich vernünftig werden müsse und mit dem Berggehen aufhören solle. Die haben ja keine Ahnung, was einem Bergsteigen gibt und was Dr. Müller-Cyran so wunderbar ausdrückt. Das ist mein Lebenselixier! Was würde ich machen, wenn ich nicht mehr in die Berge gehen könnte? Mir ist immer bewusst, dass auch Unfälle passieren können und man sehr vorsichtig

### Berichtigungen

- In Panorama 6/2013, Seite 10 ist uns beim Bericht über die Sektion Sudeten ein Fehler unterlaufen. Die Sektion ist nicht mit der Sektion Stuttgart, sondern mit der Sektion Schwaben verschmolzen.
- Auf Seite 47 haben wir die Knorrhütte versehentlich der Sektion Garmisch-Partenkirchen zugesprochen. Die Knorrhütte ist natürlich eine Hütte der Sektion München.
- Seite 80/81 zeigt den Sonnenuntergang, nicht den Sonnenaufgang mit Schattenwurf des Teide. Gleich mehrere aufmerksame Leser haben uns auf diesen Flüchtigkeitsfehler aufmerksam gemacht.

und überlegt an die Sache gehen muss, aber deshalb aufhören? Niemals. *U. Flach*

## Olympia 2022

Diskussion im DAV

**Heuchelei** – Über die letzten Jahrzehnte hat sich der Alpenverein gewandelt vom reinen Bergsportverein zu einem Bewahrer der Natur und der Vereinbarkeit sportlicher Aktivitäten. Daher bin ich eigentlich enttäuscht, dass der Alpenverein sich gegen die einmalige Chance ausgesprochen hat, umweltverträgliche Olympische Spiele in unserer Region durchzuführen. Zudem finde ich die Entscheidung auch heuchlerisch, wenn der Alpenverein gleichzeitig sein DAV-Summit-Club-Programm um Himalaya-Touren auf den Mount Everest für über 38.000 Euro ausweitet. Was soll das denn? Damit noch ein paar mehr Großkopferte in eine geschundene Bergwelt kommen und der Alpenverein auch noch ein Stück vom Kuchen abkriegt? Das hat mit umweltverträglichem Bergsteigen absolut nichts zu tun. Allein die Umweltbilanz, bis man im Basislager ist. Der Alpenverein muss und kann nicht für jede Klientel da sein. Die Mount-Everest-Touristen kann er getrost anderen überlassen, wenn er es ernst meint mit seinen Ansprüchen. *B. Mergel*

**Rückbesinnung** – Da sich der DAV nun gegen Olympia 2022 ausgesprochen hat, werde ich nun doch weiter Mitglied bleiben. Ich finde die zunehmende Kommerzialisierung des DAV sehr un schön und hoffe, dass sich der DAV endlich wieder mehr seiner Wurzeln besinnt. *P. Satzger*

## „NICHT umweltfreundlich“

Leserbrief in DAV Panorama 6/2013, S. 69

**Fanatich** – Es ist schon extreme Erbsenzählerei, dem E-Bike ein negatives Umweltimage anheften zu wollen. Für 1900 Kilometer habe ich 23 Ladezyklen gebraucht, der Stromverbrauch dafür liegt also im einstelligen Eurobereich. Nachdem ich gesundheitlich inzwischen etwas angeschlagen bin, kann ich mich nun wieder im Gebirge bewegen. Diese Freude lasse ich mir nicht von irgendwelchen miesepetrigem Ökofanatikern nehmen. *R. Erne*



Foto: Thilo Brunner

Alpenvereinshütten

# MIT KINDERN AUF HÜTTENTOUR

Unsere zwanzigköpfige Familiengruppe hatte ein Wochenende Zeit, sich ins winterliche Gebirge zu wagen. Bei den bisherigen Tagestouren fehlte ein wichtiges Erlebnis, das jetzt nachgeholt werden sollte: das Übernachten auf einer Schutzhütte.

Von Ludwig Bertle

**M**itten in den Bergen wohnen: ein gemütlicher Hüttenabend, übernachten in der Gruppe, Zeit haben. Die Kinder freuen sich schon sehr auf die abenteuerliche Schneelandschaft und das Zusammensein mit Gleichaltrigen; die Erwachsenen hoffen, dass ihren Kindern Winter und Gebirge gefallen. Aber sie wollen sich auch auf der Hütte verwöhnen lassen und die Zeit für Gespräche mit den anderen Eltern nutzen.

## Aufsteigen und ankommen

Die Gruppe ist ganz unterschiedlich ausgerüstet – die einen sind mit Schneeschuhen, die anderen mit Tourenski unterwegs. Da ist der breite Rodelweg zur Hütte gerade recht. Er erspart uns einige Mühe, und damit er nicht zum langweiligen „Hatscher“ wird, planen wir mehr Zeit ein. Die Kinder nutzen das aus, spuren neben dem Weg im tiefen Schnee und machen aus jeder steileren Böschung eine Rutschbahn. Als die ersten nach Lawinenschaufeln verlangen, um geräumige Tunnelsysteme zu graben, lassen wir sie erst gewähren, fangen aber dann doch an, mit der warmen Hütte zu locken. Am Ende erreichen wir diese spät, aber noch bei Tageslicht.

Wer aus der Kälte in eine wohlig warme Berghütte tritt, dem beschlägt vielleicht im ersten Moment die Brille. Nach einer freundlichen Begrüßung vom Hüttenwirt, der trotz quirliger Kinderschar den Überblick behält und zügig die Lager zuweist, verwandelt sich die Anspannung schnell in eine wohlige Vorfreude: Das wird gut. Dieser Eindruck verstärkt sich beim Abendessen, das nicht nur in drei Gängen serviert wird, sondern so gut schmeckt, dass sogar

die Kinder sich lobend äußern. Und das soll einiges heißen.

Die Kleinen dürfen im eigenen Lager schlafen, müssen aber bald ins Bett. Zuvor dürfen sie aber noch den nächtlichen Sternhimmel bestaunen – und finden ihn tatsächlich großartig. Bis sie im Lager einschlafen, dauert es etwas. Da hilft kein Geschichtenvorlesen und kein Wispern. Sie haben sich noch so viel zu erzählen und einen unendlichen Vorrat an Kichern. Doch irgendwann überlistet sie der Schlaf.

### Ein Tag im Schnee

Nach dem Frühstück, einem reichhaltigen Buffet, geht es bei gutem Wetter ins Freie. Die Kinder stürmen vorneweg, lassen

den Ästen heißt es anhand von Spuren zu rätseln, welche Tiere da wohl unterwegs waren. Das erste sportliche Highlight ist dann eine Wechte am Grat. Da sie an Mächtigkeit allmählich ansteigt, erlaubt sie Sprünge unterschiedlicher Höhe. Noch während wir Große die Landebahn im Steilhang prüfen, fangen die Kinder schon an zu springen. Einmal ist keinmal. Immer wieder krabbeln sie den Hang hoch und stellen sich in die Reihe, man spürt bei jedem der Kinder förmlich den knisternden Reiz aus Spannung, Angst und Stolz.

Wer von den Erwachsenen nicht mit-springt, schaut konzentriert zu – oder hat ein Auge für die Arena, in der diese Turnübungen stattfinden: eine gleißende, unendliche Fläche, harmonische, vom Wind geformte Linien, dazwischen dunkle Felsbarrieren, immer wieder zu Gratenaufschwüngen. Die Sicht reicht weit ins Alpenvorland. Schade, dass die Kinder im Moment kein Auge dafür haben. Das wird den Rest unserer Erlebnistour auch so bleiben. Die Kinder wollen Abenteuer und Spiel, weniger Landschaft und Gipfel. Sie rutschen und hüpfen, sie machen Purzelbäume und Körperabdrücke im Schnee, bestaunen die Gäm-sen in der Ferne und den Flug der Dohlen.

Zurück auf der Hütte sind sie nur kurz müde, dann sitzen sie schon mit erhitzten Gesichtern um den Tisch und spielen Memory; der Hüttenabend muss ausgekostet werden. Am Sonntagvormittag steht Schneeformen auf dem Programm: Figuren, Möbel, eine Kugelbahn, eine Sprungschanze. Und dann ist da noch die lange Abfahrt mit den Schlitten. Sie wird das Tüpfelchen auf dem i werden. Ob unsere Kinder nach diesem anstrengenden Wochenende wieder mitgehen? Mitten im Winter, auf eine Hütte? ■



Ludwig Bertle war Bundesjugendleiter im DAV und arbeitet als Lehrer und Bergführer seit vielen Jahren in mehreren Lehrteams gestaltend mit.

### Winterhütten

Ein gemütliches und für Familien geeignetes Quartier ist die Voraussetzung für einen längeren Bergaufenthalt mit Kindern. Fast 50 familienfreundliche Alpenvereins-hütten in Bayern, Vorarlberg, Tirol, Salzburg, Kärnten, Oberösterreich, der Steiermark und Südtirol haben im Winter ganz oder zeitweise geöffnet.

Mehr zu Hütten, die sich für Wintererlebnisse mit der Familie eignen, finden Sie unter:  
 alpenverein.de -> Bergsport -> Familie

#### Download:



DAV-Broschüre  
 „Mit Kindern auf  
 Hütten“  
 alpenverein.de/  
 DAV-Services/  
 Broschüren



sich nur mühsam erklären, wo es hingehen soll. Kein Gipfel, sondern ein erlebnisreicher Weg ist das Ziel. Kleine Abenteuer gilt es zu bestehen neben verschiedenen Spielen, Begegnungen mit Tieren und viel sportlicher Bewegung.

Im Winter lässt sich auch im tiefen Neuschnee mit Schneeschuhen leicht eine eigene Spur legen. So „weglos“ geht es durch hügeliges Gelände einen gewundenen, steil eingeschnittenen Bachlauf entlang. Dicht an einer Baumgruppe mit weit ausladenden

### Neue Infoschilder für Berghütten im Nationalpark Berchtesgaden

Gemeinsam mit 17 Hüttenwirten im Nationalpark Berchtesgaden und angrenzenden Gebieten hat die Nationalparkverwaltung Informationsschilder mit einer großformatigen, dreidimensionalen Darstellung der Bergwelt mit Tourenvorschlägen und Sicherheitshinweisen gestaltet. Die Informationstafeln sind mit den örtlichen Sektionen abgestimmt und werden im nächsten Jahr auch auf den DAV-Hütten angebracht.

### Gebietsbetreuung stärken

Eine gute Gebietsbetreuung ist eine wichtige Grundlage für funktionierende Lenkungs-konzepte im Natursport. Mit welchen Maßnahmen die Betreuung der



Klettergebiete verbessert werden kann, diskutieren die Teilnehmer des Herbsttreffens der DAV-Kommission Klettern & Naturschutz im Altmühltal. Ab 2014 sollen spezielle Maßnahmen zur Stärkung der Gebietsbetreuung umgesetzt werden, von der Nachwuchsförderung bis zu speziellen Kursangeboten.

### Oberallgäu: Zukunft des Wintertourismus

Wann sind die Grenzen der Beschneieung erreicht? Wie wird sich der Wintertourismus im Oberallgäu weiterentwickeln? Alle Interessierten sind eingeladen mitzudiskutieren, am 12. Februar 2014, 19 Uhr, Hotel Krone, Immenstadt-Stein. Dr. Robert Steiger stellt einleitend die Ergebnisse der Untersuchung „Auswirkungen des Klimawandels auf die bayerischen Skigebiete“ vor.  
 alpenverein.de -> Natur, Umwelt

### HÜTTENMELDUNGEN

**Riesenhütte (Chiemgauer Alpen).** In der Wintersaison 2013/2014 geschlossen.

**Kaltenberghütte (Verwall).** Wegen Sektionsveranstaltungen ist der Winter-raum wie folgt belegt: 31.1.- 2.2., 21.2.- 23.2., 8.3.- 9.3.

**Nürnberger Hütte (Stubaier Alpen).** Neue Kontaktdaten: Telefon Hütte: 0043/(0)664/403 21 88, info@nuernbergerhuette.at

# HÜTTENWIRT

## Bonner Hütte (1712 m): Familienhütte am Katschberg

Sigi Meißnitzer kennt die Umgebung der Bonner Hütte am Tauernhauptkamm zwischen Kärnten und Salzburg bestens, schließlich ist er im Kärnter Talort Rennweg am Katschberg geboren und aufgewachsen. Nach vielen Jahren in der weiten Welt zog es den gelernten Koch 2010 wieder in die Heimat, wo er mit der Übernahme der Bonner Hütte den Weg in die Selbstständigkeit wählte. Was das Hüttenleben für ihn ausmacht? „Die Ruhe, das ist es“, sagt Sigi. „An manchen Tagen weiß man zwar nicht, wo einem der Kopf steht, aber die Momente, wo man in sich gehen kann, genieße ich hier oben doppelt.“

Die Hütte liegt an den Ausläufern der Nockberge in eher flacher Umgebung mit Almböden und sanften Kuppen, für Familien ist die Hütte nach DAV-Kriterien ein ideales Ausflugsziel – auch wegen des großen Spielplatzes mit Klet-

terwand, Schaukeln und Sandkästen. „Große Gäste“ finden mit selbst geräucherten Fleisch- und Wurstspezialitäten und Schokolade mit selbst gebranntem Zirbenschnaps kulinarische Alternativen. Auf der Bonner Hütte lässt es sich aber nicht nur gut einkehren. Tagesgäste entdecken einfache Wanderziele, Langstrecken-



*Frischer Wind in der Heimat: Sigi Meißnitzer bewirtschaftet mit seiner Lebensgefährtin Sarah Wiesflecker seit 2010 die Bonner Hütte am Katschberg.*

wanderer auf dem Arnoweg machen eine Nacht in den gemütlichen Zwei- bis Sechsbettzimmern Station, ebenso wie Transalpfahrer aus Salzburg oder Bad Reichenhall, die je nach Route aber auch nur zum Mittagessen Halt machen. Im Winter ist der Weg zur Hütte geräumt, Tourenanfänger finden wegen der kurzen Aufstiege und „harmlosen“ Abfahrten mit dem Kramerbichl (2018 m/400 Hm), dem Schreck (2181 m/ 500 Hm) oder der Schwarzwand (2214 m/ 600 Hm) ideales Terrain. Wer gut und gern neben der Piste abfährt, kommt vom Katschberg (1641 m) direkt zur Hütte, Hausgäste, die vom Aineck (2210 m) abfahren, holt der Wirt sogar mit dem Skidoo ab. red

| Die Hütte ist von Ende Dezember bis Mitte März und von Mitte Mai bis Ende Oktober geöffnet.  
Halbpension: 35 Euro, Ü/F 25 Euro  
[bonner-huette.at](http://bonner-huette.at), [dav-bonn.de](http://dav-bonn.de) |

## Überlebenskünstler Schneehuhn

### Perfekt angepasst und doch gefährdet

Alpenschneehühner gehören zur Familie der Raufußhühner und leben auf felsdurchsetzten Hängen und Rücken oberhalb der Baumgrenze bis etwa 3000 Meter. Als einzige Vogelart tauschen sie im Winter ihr braunes Sommerkleid mit einem schneeweißen. Das Männchen hat einen schwarzen Streif zwischen Schnabel und Auge und besonders zur Brutzeit (April bis August) auffällig rote Augewülste, die „Rosen“. Das dichte Winterkleid schützt den Vogel zusätzlich vor Kälte, selbst die Zehen sind dann befiedert; das hat auch den Vorteil, dass die Vögel im Schnee weniger einsinken und gegenüber Fressfeinden wie Adler oder Fuchs getarnt sind. Bei der Flucht benötigen die Schneehühner sehr viel

Energie, die im Winter nur schwer zu ersetzen ist. Kommt den Tieren zum Beispiel ein Skitourengeher zu nahe, so flattern sie hoch und



#### Das können Tourengeher tun:

- Lebensraum im Hochwinter vor 10 und nach 16 Uhr meiden
- DAV-Routenempfehlungen zum naturverträglichen Ski- und Schneeschuhgehen beachten

flüchten. Das kostet Kraft und stört die Tiere bei der Nahrungssuche. Damit sie flugtauglich bleiben, können sich Raufußhühner keine großen Fettreserven anfrassen. Häufige Störungen führen schnell zur Schwächung der Tiere bis hin zum Tod durch Verhungern.

Im Winter ernähren sich Schneehühner von Nadeln, Blättern, Knospen, Samen und Flechten, die sie auf aperen, vom Wind freigebläsen Flächen oder in freigegrabenen Höhlen im Schnee finden. Diese Schneehöhlen nutzen sie auch zum Schlafen oder Ruhen. Die Laute des Schneehuhns, ein raues, hölzernes Knarren, sind über mehrere hundert Meter zu hören, vor allem bei Nebel („Kontaktruf“) oder wenn der Vogel flüchtet („Angstruf“). red

## Alpenforum Energiewende

## Zwischen Stausee und Windrad

**Volles Haus auf der Münchner Praterinsel: Mitte November verfolgten etwa 150 Interessierte eine engagierte Podiumsdiskussion zu den Auswirkungen der Energiewende in den Alpen.**

In einer Sache waren sich die Teilnehmer schon einmal einig: Die Energiewende kann nur im Dialog mit der Bevölkerung erfolgreich sein. Doch

ein Drittel der Landesfläche in irgendeiner Form in Anspruch genommen werden müsse. Als Antwort auf den drohenden Landschaftsverbrauch forderte Rudi Erlacher vom Verein zum Schutz der Bergwelt Visionen jenseits der technischen Ausrichtung unserer Welt. „Wer keine Pumpspeicher will, will auch keinen Strom aus Wind

zustimmen könnten. Vielmehr sollten weniger raumintensive Möglichkeiten zur Stromspeicherung konsequent vorangetrieben werden. Bei aller Diskussion um Einzelprojekte wie am Jochberg sollte eines nicht vergessen werden: Deutschland nimmt bei der Energiewende eine Vorreiterrolle für eine nachhaltige Energiepolitik auf europäischer Ebene ein. Das machte Peter Martin, der Leiter der Vertretung der Europäischen Kommission in München, noch einmal deutlich.

Der Auftakt der Reihe „Alpenforum“ gab ein gutes Beispiel ab, wie der gesellschaftliche Konsens über die Ziele der Energiewende gestützt werden kann, ohne dass der Naturschutz auf der Strecke bleibt. Unter dem Titel „Alpen unter



Das höchste Speicherbecken Europas: der Muttsee, ein natürlicher Speichersee, im hintersten Glarnerland in der Ostschweiz.

wie soll dieser Dialog aussehen? Adolf Groß, der Leiter des Fachbereichs Energie des Landes Vorarlberg, stellte das Modell seines Bundeslandes vor, das auf eine sehr frühe Bürgerbeteiligung gesetzt hat und bis 2050 Energieautonomie anstrebt. Auch nach Erwin Rothgang, dem Präsidenten der Alpenschutzkommission CIPRA Deutschland, sollte die Bevölkerung nicht erst bei der Diskussion konkreter Projekte einbezogen werden. Von dem vorgestellten Modell könne auch Bayern lernen, sagte Robert Götz, der Leiter der Energieagentur beim bayerischen Wirtschaftsministerium. Er stellte aber auch klar, dass für das Ziel der bayerischen Staatsregierung, 20 Prozent des Endenergieverbrauches aus regenerativen Energien zu erzeugen, etwa

und Sonne“, brachte dagegen Detlef Fischer, der Geschäftsführer des Verbandes der Bayerischen Energie- und Wasserwirtschaft, am Beispiel Jochberg die Bedeutung der Pumpspeicherwerke aus seiner Sicht auf den Punkt. DAV-Vizepräsident Ludwig Wucherpfennig hielt mit der gemeinsamen Position der Naturschutzverbände dagegen und unterstrich, dass sie den Planungen am Jochberg nach derzeitigem Stand nicht



Druck“ sind bis in den Herbst 2014 weitere Veranstaltungen und eine Ausstellung im Alpinen Museum des DAV geplant. Die Reihe Alpenforum wird am 29. Januar mit einer Podiumsdiskussion zum Tourismus in den Alpen fortgesetzt. *red*

#### UMFRAGE „SKIBERGSTEIGEN UND NATURSCHUTZ“

Aktuelle Umfrageergebnisse im Rahmen einer Bachelorarbeit zeigen: Von 2001 bis 2013 hat sich die Bekanntheit des DAV-Projekts Skibergsteigen und seiner Routenempfehlungen um 30 Prozent gesteigert. Dennoch bleibt der Konflikt zwischen Skibergsteigern und Naturschutz bestehen und die Akzeptanz der Lenkungsmaßnahmen ist noch immer problematisch. Ergebnisse im Detail gibt es unter [alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama)



Fotos: Helene Wollner, Sarah Jane Schmitt/Bildrecht; Alpines Museum der Schweiz, Bern

Gipfelbücher

# SPUREN DES DAGEWESENSEINS

Welche Formen der Einträge sind in Gipfelbüchern zu finden und wie haben sie sich im Lauf der Geschichte verändert? Sarah Jane Schmitt hat in ihrer Bachelorarbeit Ausschnitte aus Gipfelbüchern der letzten 125 Jahre untersucht.

Überall hinterlässt der Mensch Spuren als Dokument seiner Anwesenheit. In den Alpen und auf den höchsten Bergen der Welt lassen wir aufgeschichtete Steinhäufen, persönliche Gegenstände, Fotos von Angehörigen zurück, hissen Flaggen und machen Erinnerungsfotos von uns am erreichten Ziel. Die Gipfel der Alpen sind schon lange erobert, doch jeder erlebt auf seinen Touren etwas Neues und empfindet dabei anders. Viele dieser Geschichten und Gedanken finden sich heute in den Gipfelbüchern wieder. In der kulturhistorischen Entwicklung von hinterlassenen Zeichen am Berg haben sich die Gipfelbücher in der

Alpenregion und teils darüber hinaus etabliert. Sie haben sich zu einer alpinen Alltagskultur entwickelt, obwohl das Ritual nicht mehr die gleiche Bedeutung hat wie zu Beginn der Entdeckung der Alpen. Und doch sind sie immer noch Zeitzzeugen und dokumentieren die Berggeschichte auf ganz persönliche Art.

Der Gedanke, dass auf nahezu jedem Gipfel der Alpen ein eigenes Buch mit den Erlebnissen der Bergsteiger liegt, ist faszinierend. Die Alpen, eine Art „Bibliothek“ und dennoch nicht für jedermann zugänglich. In alpinen Kreisen sind Gipfelbücher selbstverständlich, dennoch bleibt die Tradition bis heute über die Grenzen dieser

eingeweihten Bergsteigergemeinde hinaus weitgehend unbekannt.

Was hat die Menschen in der jeweiligen Zeit bewegt? Wie haben sich die Niederschriften über die Zeit hinweg verändert? Die ersten Zeichen am Berg waren anonym und stehen letztlich für ein Kollektiv, beschreibt der Ethnologe Dr. Martin Scharfe in seiner 2007 erschienenen „Kulturgeschichte des frühen Alpinismus 1750-1850.“ Er sieht das Legen einer Spur gar nicht so sehr als Nachricht an die Späteren, sondern vielmehr als verwunderten Ausdruck der Selbstvergewisserung, tatsächlich oben gewesen zu sein. Die Ersteigung eines Berges durch Felsinschriften nachvollziehbar zu

machen, geht bis ins frühe 16. Jahrhundert zurück. Laut Scharfe gibt es erst seit 1786 erste Anzeichen für den Gebrauch sogenannter Gipflflaschen. Man hinterließ in einer – vor Ort geleerten – Weinflasche die eigene Visitenkarte und steckte diese kopfüber in den Schnee. Fand man eine Flasche vor, entnahm man die Notizen und veröffentlichte die Daten später in einem gedruckten Bericht. Alternativ steckte man die gefundenen Zettel zum eigenen in eine neue Flasche.

Beigelegte Visitenkarten sind auch im Gipfelbuch des Biberkopfes in den Allgäuer Alpen von 1888 zu finden. Damals waren die Bergsteiger offensichtlich noch nicht davon ausgegangen, am Gipfel ein Buch vorzufinden. Die ersten Einträge sind dokumentarisch – der obligatorische und minimale



Variante eines Gipflbuches: Büchse mit 36 Karten vom Gross Lohhorn (CH), datiert auf ca. 1900.

Umfang einer Notiz bestand in der Nennung des Datums in Verbindung mit dem Namen beziehungsweise der eigenen Unterschrift. Die Ähnlichkeit der Einträge in den Gipfelbüchern mit üblichen Visitenkarten ist groß.

Dieser Stil beherrscht die Gipfelbücher der Jahrhundertwende. Wer den Gipfel erreicht hat, trägt nüchtern und sachlich seinen Namen und das Datum, auch einmal

die Routenbeschreibung, die Ankunfts- und Aufbruchszeit oder einfache Angaben zum Wetter und der Aussicht ein. Hier ist noch kein Platz für Sprüche und Reime, wie sie nach dem Zweiten Weltkrieg vermehrt auftauchen. Auch ist nicht die Rede von den Mühen, von Freiheit und Glück am Berg. Es bedurfte noch nicht der Dokumentation der eigenen Leistung, ein Aspekt, der sich aus späteren Gipfelbucheinträgen deutlich ablesen lässt. Nur einige wenige waren damals in den Alpen unterwegs, noch war die Elite unter sich. ■



Sarah Jane Schmitt ist Masterstudentin für visuelle Kommunikation in Mainz. Für ihre Bachelorarbeit über Gipfelbücher ist sie auf der Suche nach einem Verlag. [sarahjaneschmitt.com](http://sarahjaneschmitt.com)

## Alpines Museum und Bibliothek des DAV

### NEUE SONDERAUSSTELLUNG

► Alpen unter Druck. Erschließungsprojekte im Alpenraum

Fotos, Presseartikel, Karten, Hörfunk- und Videomitschnitte zeigen fast zweihundert größere Maßnahmen, die in den letzten Jahren realisiert wurden oder in Planung sind. Ein besonderes Augenmerk wird dabei auf Ursachen und Mechanismen gelegt, die hinter dem zunehmenden Ausbau der Infrastruktur stehen.

Ab 13. März.

### VERANSTALTUNGEN

► „Deutschlandlieder“ - Experimentelle Kurzfilmreihe

Annette Philp zeigt in ihren Kurzfilmen zum Thema Berge, Geologie und deren Verbindung zur Kunst Orte, an denen deutsche Identitätsbildung stattfindet. Der Film „Der Deutsche Alpenverein“ entstand eigens für diese Veranstaltung.

Sonntag, 2. Februar, 11-13.30 Uhr,  
Museumseintritt € 4,50 / € 3,-.  
Anmeldung nicht erforderlich.

### Podiumsdiskussion

► Die Alpen als Funpark Europas?

Mit: Prof. Dr. Thomas Bausch (Hochschule München, Fakultät für Tourismus), Axel Doe-

ring (Bund Naturschutz, Garmisch-Partenkirchen und Vizepräsident CIPRA Deutschland), Leo Jeker (Kunstschnee-Pionier aus der Schweiz), Hanspeter Mair (DAV-Geschäftsereichsleiter Hütten, Naturschutz, Raumordnung), Michael Manhart (Ski Arlberg), Dominik Siegrist (Präsident der CIPRA International), Martin Ploderer (Bürgermeister des Bergsteigerdorfes Lunz am See).

Mittwoch, 29. Januar, 19.30 Uhr,  
Eintritt frei, Anmeldung wird empfohlen.

### Filmvorführung und Gespräch

► „Schnee“ - ein Film von August Pflugfelder  
Essayistische Reise in die Weiten und Welten der Wintersportindustrie. Im Gespräch mit Michael Pause, Bayerischer Rundfunk, erzählt der Filmemacher über Entstehung und Inhalte des Films.

Mittwoch, 12. Februar, 19.30 Uhr,  
Kosten: € 8,- / € 5,-. Anmeldung wird empfohlen.

### Podiumsdiskussion, veranstaltet vom Club Arc Alpin

► Die Rolle der Alpen – Zentrum Europas oder Hinterland der Metropolen?

Mit: Prof. Dr. Werner Bätzing (Universität Erlangen), Markus Reiterer (Generalsekretär der Alpenkonvention, Ständiges Sekretariat Innsbruck), Dr. Christian Salletmaier (Alpine Space

Programme Manager), Liliana Dagostin (OeAV Abt. Raumplanung/Naturschutz), Markus Theuersbacher (Abtl. Europapolitik und Internationale Beziehungen, Bayerische Staatskanzlei), Eva Nussmüller (EU-Kommission, GD Regio – angefragt). Einführung: Klaus-Jürgen Gran, Präsident Club Arc Alpin.

Mittwoch, 26. März 19.30 Uhr,  
Eintritt frei, Anmeldung wird empfohlen.

### INFORMATION UND ANMELDUNG:

Alpines Museum des Deutschen Alpenvereins  
Praterinsel 5, 80538 München  
Tel.: 089/21 12 24-0  
[alpines.museum@alpenverein.de](mailto:alpines.museum@alpenverein.de)  
[alpines-museum.de](http://alpines-museum.de)

### ÖFFNUNGSZEITEN MUSEUM:

Dienstag bis Freitag 13-18 Uhr  
Samstag und Sonntag 11-18 Uhr

### ÖFFNUNGSZEITEN BIBLIOTHEK

donnerstags 12-19 Uhr. Buchrückgabe jederzeit über Bücherklappe.

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

Gruppen können alle Führungen zu gesonderten Terminen buchen.

## Banff Film Tour: Dame, Buben, Bikes und Eis

Die besten Filme des 38. Banff Mountain Film Festivals gehen auch 2014 wieder auf Tour. Mit dabei: „Keeper of the Mountains“, ein besonderes Porträt einer besonderen Persönlichkeit des Alpinismus: Elizabeth Hawley ist neunzig Jahre alt und die personifizierte Datenbank des Himalaya-Bergsteigens. Die amerikanische Journalistin lebt seit 1960 in Kathmandu und führt als offizielle Himalaya-Chronistin Buch über

einen Gipfel nicht wirklich erreicht, bis Elizabeth Hawley das bestätigt. Und das, obwohl sie selbst nie einen Berg bestiegen hat.

Actionreich wird es dann mit „Sea of Rocks“, einer MTB-Tour über das Steinerne Meer. Flow geht irgendwie anders. Und trotzdem bewegen sich der Bike-Bergsteiger Harald Philipp und der Trial-Weltmeister Tom Öhler recht geschmeidig, wo andere schon zu Fuß ihre Probleme

durch das blockige Gelände und passieren dabei auch das Vehikel ihrer Vorgänger: Das alte Waffensrad ist seit den 1970er Jahren hier oben im Felsenmeer eingeklemmt.

Feuer und Eis – die beiden Elemente kommen in dem ungewöhnlichen Freeski-Film „The Burn“ zusammen. Im Sommer fressen sich Brände regelmäßig durch Bergwälder weltweit. So zerstörerisch sie sind, für manche Wälder gehören



The Banff Centre  
**BANFF  
MOUNTAIN  
FILM FESTIVAL  
WORLD TOUR**

Die Banff Mountain Film Festival World Tour startet ab Mitte Februar und ist in vielen Städten in Deutschland, Österreich und der Schweiz zu sehen. Weitere Infos und Termine:  
[banff-tour.de](http://banff-tour.de)

sämtliche Sieben- und Achttausender-Besteigungen. Kein Bergsteiger, der nicht bei ihr zum Rapport antritt – selbst die Großen stehen vor der zierlichen Dame stramm und haben solange

me haben. Auf den Spuren der Erstbefahrer, die sich schon vor vierzig Jahren im kantigen Karstplateau in den Berchtesgadener Alpen versucht haben, manövrieren die beiden Profis ihre MTBs

sie sogar zum natürlichen Regenerationsprozess. Für Freeskier eröffnen die Brände völlig neue Lines, wenn sie erloschen sind – und manchmal auch schon vorher ... *red*



Den Kletterfilm „Autana“ gibt es als HD-Download und DVD bei [posingproductions.com](http://posingproductions.com); unter [leohoulding.com](http://leohoulding.com) gibt es viele weitere tolle Bilder.  
Alle Preisträger 2013:  
[bergfilm-festival-tegernsee.de](http://bergfilm-festival-tegernsee.de)

### 11. Internationales Bergfilmfestival Tegernsee

## Neue Perspektiven und viele Überraschungen

Zuschauer und Jury waren Ende Oktober begeistert von außergewöhnlichen Filmen, die sie extrem nah an den Berg und nahe an die Menschen brachten, die dort unterwegs sind. Der Große Preis der Stadt Tegernsee ging an den Belgier Jérôme Le Maire, der in seiner Dokumentation „Le thé ou l'électricité“ eine in den Bergen gelegene marokkanische Dorfgemeinschaft unaufdringlich auf ihrem problematischen Weg in die moderne Informations- und Medienwelt beobachtet.

Die wilde Einsamkeit der Tafelberge Venezuelas war nicht nur das Ziel des deutschen Kletterstars Stefan Glowacz, gleich zwei weitere Teams hatten sich auf den mühsamen Weg durch den Dschungel und die überhängenden Wände gemacht. Der DAV-Preis für den besten Alpinismusfilm ging an „Autana“ von Alastair Lee (2010 DAV-Preis für „Asgard Project“), der mit dem Spitzenkletterer Leo Houlding und nur mit minimalem Technikaufwand in Venezuela unterwegs war. *red*

## Lesestoff: Tiefgang bergauf

„Wichtig ist im Leben eigentlich nur, dass man offen bleibt und dass man den Mut hat, ein neues Leben zu führen, eines, das noch niemand zuvor gelebt hat“ (Thomas Glavinic). Selten sind Bergbücher als Literatur lesenswert. Drei Sonderfälle:

> **Alles aus Liebe** Man mag diskutieren über die Grundthese dieses Buchs, das Einzige, wofür zu leben sich lohne, sei die Liebe. Doch man wird sich nicht der Faszination entziehen können ob der Suche des Protagonisten Jonas nach seinem Lebensglück – hat er doch vermeintlich alles: Intelligenz, Bildung, Geld. Und irrt doch haltlos durch die Welt, lebendig nur im freien Fall. Die größtmögliche Ausgesetztheit sucht er ausgerechnet auf dem Mount Everest, im Geisterbahngetümmel der kommerziellen Expeditionen. Die Bergsteigerseele mag es nicht wahrhaben, dass der Roman von Thomas Glavinic, der oft die Grenze zum Märchenhaften überschreitet, ausgerechnet hier zutreffend recherchiert wirkt – die Inkompetenz dieser Pseudobergsteiger wird schmerzhaft transparent. Doch bebend fragt man sich bis zur letzten Seite, ob Jonas wohl in seinem freien Fall am Everest aufgefangen wird von der Liebe seines Lebens.

> **Die Kunst des Voraus-Gehens** „Man muss losgehen, als wollte man nirgendwo hingelangen ... Es ist ... ein unglaubliches Gefühl, wenn sich nach zwei, drei Stunden die Gewissheit einstellt, dass noch genügend Kraft vorhanden wäre, um ... auch fünf Stunden auf diese Weise weiterzumachen.“ Kein Bergsport-Ratgeber ist der kleine Band „Der Berggeher“ von Wieland Elfferding. Es ist das Porträt eines Bergführers, das sich aus einzelnen Geschichten entwickelt.



Fotos: Sebastian Doerk, Posing Productions, Andi Dick

Aber es ist noch mehr: Das Protokoll eines Berufes und seiner Wandlung im Lauf der letzten sechzig Jahre, darüber hinaus aber eine gefühlvolle, weise Beobachtung und Analyse der Kunst, bergauf zu leben. Und eine Verneigung vor der alpinen Landschaft und ihrer Lehre.

„Wenn alle Kicks ausgespielt sind, wenn die Rekorde sich überschlagen und ad absurdum geführt haben werden, wenn der Mount Ego unter der Last der Aussichtsplattformen zerbröseln, dann ... fragen die Menschen wieder ... nach den Tiefenschichten der Berglandschaft und nach Menschen, die sie ihnen öffnen und erschließen können.“ Vielleicht kann das ein Bergführer. Sicher kann es dieses Buch.

> **Genau hingeschaut** Was ist das für ein Mensch, der seine Bergziele am ehesten in vernachlässigten Gegenden wie dem Averstal oder dem Tessin sucht? Der auf seinen Gipfeln ein warmes Essen kocht? Der sich eine Scheibe

von einer abgesägten Lärche besorgt und sie analysieren lässt, dann den Jahresringen entlang die Geschichte ihres Standortes nachvollzieht und in Beziehung setzt zu Kunst- und Sozialepochen, Klima- und historischen Ereignissen in der Schweiz und der Welt?

Auf jeden Fall ist Uli Sorg jemand, der sich Zeit nimmt. Und dazu einlädt, sich ebenfalls Zeit zu nehmen. Weil man dann mehr erkennen kann, als was an der Oberfläche liegt. „Essays zu Alpinismus, Natur und Fotografie“ nennt er sein Buch „Auf steilen Wegen“ – ein Gesamt-Kunstwerk. Ein ganzes Kapitel widmet der Industrie- und dem Duplexdruck, mit dem das Buch gestaltet ist. Seine Fotos sind Ergebnisse genaueren Hinschauens, geprägt vom Willen zur Gestaltung und Komposition. Die Texte schürfen in die Tiefe und erkunden ergiebige Nebenräume alpiner Betätigung, ergänzt durch klassische Gedichte und Zitate. Eine Lektüre, auf die sich einzulassen mehr ist als Zeit-Vertreib. *ad*



**Thomas Glavinic: Das größere Wunder.** Carl Hanser Verlag 2013, 528 S., € 22,90.

**Uli Sorg: Auf steilen Wegen.** Essays zu Alpinismus, Natur und Fotografie. uewb Verlag 2013, 228 S., € 24,90.

**Wieland Elfferding: Der Berggeher.** Aus einem Bergführerleben. Österreichischer Jagd- und Fischerei-Verlag 2011, 104 S., € 19,-.

# Ratgeber: Tipps aus erster Hand

Experten wissen, wovon sie reden. Wenn sie das auch noch verständlich können, kann ein wirklich guter Ratgeber draus werden. Drei gelungene Beispiele.

> **Genug ist nicht genug** Kraft ist nicht alles. Aber ohne Kraft geht auch nicht viel beim Klettern. „Zu viel Kraft ist ein Zustand, den es gar nicht gibt“, wusste schließlich schon Wolfgang Güllich. Deshalb darf man gespannt sein, wenn Patrick Matros und Dicki Korb, Trainer im DAV-Leistungstützpunkt Franken, ihre Tipps zum Krafttraining auspacken.

Kurz gesagt: Die Zusammenstellung ist umfassend und inspirierend. Trainingsgeräte vom Klassiker (Boulderwand, Campusboard) bis zur Innovation (Sling Trainer, Sloperrails) und ein Sortiment von Übungen, die kletterspezifisch ganze Muskelgruppen und -schlingen trainieren, lassen den neuen ganzheitlichen und kletterspezifischen Ansatz nachvollziehbar werden. Topkletterer demonstrieren die Übungen, von Hannes Huch auf DVD dokumentiert, dazu gibt's Tipps zu Dosierung und Gefahren (die bei falschem Training groß sind). Was will man mehr? Dranbleiben!

> **Voll im Bild** Was ist ein gutes Foto? Darüber kann man geteilter Meinung sein. Bernd Ritschel gibt in seinem Lehrbuch „Fotografie“ im Plauderton jede Menge Tipps, wie man dazu kommt – mit der didaktischen Erfahrung aus vielen Workshops und dem Praxiswissen des Profis. Er informiert über Basics wie Schärfentiefe, gibt Tipps zur Ausrüstung und zum unüberschaubaren Feld der digitalen Fotografie und Bildbearbeitung, und kommt dann von Grundlegendem wie Komposition und Belichtung zu Praxistipps für Landschafts-, Action- und Porträtfotografie.

Undogmatisch aber souverän, detailreich und doch konzentriert aufs Wesentliche, von persönlicher Erfahrung geprägt, aber nachvollziehbar. Ein Buch als Partner zum „besser fotografieren lernen“.

> **Alle Wetter** Seine persönliche Wetterberatung war für Spitzenalpinisten wie Gerlinde

Wetterphänomene und -abläufe, bis hin zu weltweiten Klimasystemen. Nach einem ausführlichen Kapitel über „Gewitter – die atmosphärischen Lawinen“ gibt er Tipps zu Planung und Strategie und stellt zuletzt wertvolle Links und Klimatabellen zusammen. Das ist eine ganze Menge und nicht immer leichte Kost. Die

## Unterwegs mit Kindern

Neu erschienen sind zwei Bücher zum Skitourengehen und Klettern mit Kindern. Bernhard Ziegler ist DAV-Fachübungsleiter und mit seiner Familie regelmäßig auf Skitour. Er hat für Kinder geeignete Routenvorschläge gesammelt und gibt Tipps zu Motivation, Planung, Ausrüstung und Sicherheit.

Der DAV-Familiengruppenleiter Bernhard Hurta listet in seinem Kletterführer für die ganze Familie 17 Kletterhallen in Bayern und acht Klettergebiete vom Frankenjura bis zum Achensee auf, in denen je nach Beschaffenheit jüngere und ältere Kinder Spaß am Kraxeln haben.



**Bernhard Ziegler: Skitouren mit Kindern.** Tourentipp Verlag 2013, 152 S., € 19,95.

**Bernhard Hurta: Klettern mit Kindern in Bayern.** Bruckmann Verlag 2013, 144 S., € 19,99.

Kaltenbrunner oder die Huberbuam oft erfolgsentscheidend. Nach seiner Pensionierung hat Dr. Karl Gabl, Meteorologe und Erfinder des „Alpenvereinswetters“, seine Erfahrung zu Papier gebracht.

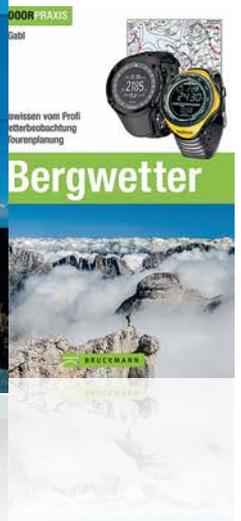
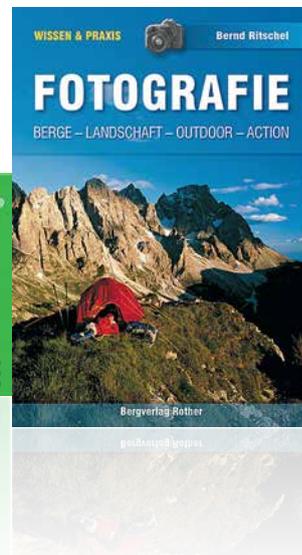
Mit der Bedeutung und den Gefahren des Wetters, nicht nur fürs extreme Bergsteigen, fängt er an, erklärt dann Grundlagen, Geräte und

Komplexität des Themas mundgerecht zu zerhackeln vermeidet Gabl, trennt auch nicht immer zwischen Basis-Infos und Expertenwissen. Sicher ist: Wer sich hineinkniet, kann viel rausholen, egal mit welchem Vorwissen die Lektüre beginnt. Und Anekdoten vom Bergsport oder dem Alltagsleben in den Bergen machen sie auch zum Vergnügen. *ad*

**Patrick Matros, Ludwig Korb, Hannes Huch: Gimme Kraft!** gimmekraft.com, 2013, 224 S. + DVD, € 29,90.

**Bernd Ritschel: Fotografie.** Berge – Landschaft – Outdoor – Action. Bergverlag Rother 2011, 224 S., € 24,90.

**Karl Gabl: Bergwetter.** Bruckmann Verlag 2013, 192 S., € 19,99.



## Analoge Augenweide

Vor rund zwanzig Jahren wurde in manchen Alpenvereins-Sektionen noch diskutiert, ob Snowboarder überhaupt die angemessene Gesinnung für eine Aufnahme ins Tourenprogramm haben würden. Nun legen zwei Touren-Snöber – so die Bezeichnung der Hinkelstein-träger im Schweizerdeutsch – mit dem neuen Auswahlführer für 1000 Touren auf 300 Gipfel eine Augenweide mit neuem Konzept vor. Schlanke Texte, Aufstiegs- und Abfahrtsvarianten mit Hangneigung, Zeit, Höhenmetern und Exposition glänzen als Grafiken, die der Abkehr von Kletterbeschreibungen zu heute üblichen Topos (Zeichnungen) gleichkommt. Der Wälzer ist ein Meilenstein: auf der Waage (2,1 Kilogramm), preislich (80 Euro) und konzeptionell, denn auf Tour geht nur eine der 30 Karten im Maßstab 1:35.000, die alle benötigten Informationen beinhalten. Ganz schön analog, die Jungs! Aber eine App haben sie dann doch dazu

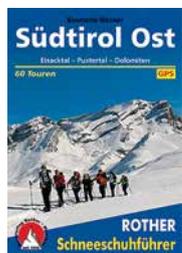


herausgebracht. *nth*

Nicolas Foitu, Markus von Glasenapp: **Ski & Snowboard Tourenatlas Schweiz**. 1. Auflage 2013, 384 S., 30 Tourenkarten, 210 x 270 mm, € 79,80. Vertrieb: Panico Alpinverlag [helveticbackcountry.ch](http://helveticbackcountry.ch) [panico.de](http://panico.de)

## Schneeschuaparadies Dolomiten

60 Touren mit schwierigen und anspruchsvollen Routen für alpin versierte Bergsteiger, wie der Monte Castello, aber auch viele leichte Touren für Einsteiger und Genießer. Mit Ausgangspunkten, Höhenunterschieden und Gehzeiten, Anforderungen, Lawinengefährdung, Hangausrichtung und Einkehrmöglichkeiten.



Für alle Touren gibt es außerdem GPS-Daten zum Download. *red*

Evamaria Wecker: **Schneeschuhführer Südtirol Ost**. Rother Verlag 2013, 160 S., € 14,90.

## Weißer Pracht

Glitzernde Winterlandschaft, polare Eiswüste oder verlockende Skipiste – in vielerlei Gestalt zieht Schnee die Menschen an. Er birgt aber auch Gefahren, und vielleicht ist es gerade dieser Gegensatz von Schönheit und Bedrohung, der einen guten Teil der Faszination ausmacht. Schnee ist aber auch wichtig: Ohne Schnee kein Wasserspeicher, keine Wärmeisolation für Permafrost, kein Schutz für Fauna und Flora. Die Schweizer Schnee- und Lawinenexperten haben jede Menge interessante und überraschende Themen rund um die weiße Pracht in diesem

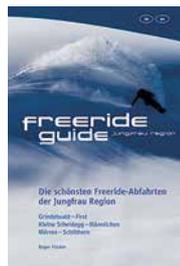


schön bebilderten Band zusammengetragen. *red*

WSL-Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF (Hrsg.): **Schnee**. primus verlag 2013, 160 S., € 39,90.

## Schweizer Varianten

43 Variantenvorschläge aus den Skigebieten Grindelwald-First, Kleine Scheidegg-Männlichen und Mürren-Schilthorn – systematisch beschrieben und beurteilt nach Kriterien wie Schwierigkeitsgrad, Zeitbedarf, Hangexposition, Steilheit, Höhenunterschied, Zeitbedarf für allfällige Aufstiege und Hinweise auf Wildschutzgebiete. Der empfohlene Routenverlauf jeder Tour kann auf



topografischen Übersichtskarten (1:50.000) nachgeschlagen werden. *red*

Roger Fischer: **Freeride Guide Jungfrau Region**. 144 S., dt./eng., CHF 36,- zzgl. Versand, [freerideguide.ch](http://freerideguide.ch)

## Traumlinien

Ski fahren ist mehr als nur Ski fahren. Das ist das Motto des neuen Magazins für Skikultur „Königslinie“. Es geht auch um hinfallen und wieder aufstehen, in die Sonne blinzeln, fachsimpeln, einfach um alles, was den Sport auch zum

Lebensgefühl macht. Im Magazin gibt es Platz für Reisetemen, für die Vorstellung interessanter Menschen, für Anregungen zur Fotografie, zum Kochen und zur Musik, für einen kritischen



Blick hinter die Kulissen der Skiindustrie und für die Geschichte und die Zukunft des Skisports. *red*

64 S., € 4,90 zzgl. Versand, Bestellung unter [koenigslinie.com](http://koenigslinie.com)

## Schlagen und steigen

Richtig bewegen und sichern im Eis. Der Praxisratgeber beschreibt die für das Eisklettern relevanten Themenbereiche, von der richtigen Ausrüstung über die verschiedenen Eisarten und das Risikomanagement bis zu den Klettertechniken und Sicherungsmöglichkeiten im Eis.



Über zweihundert Abbildungen und Illustrationen machen das Grundlagenwissen anschaulich. *red*

Timo Moser: **Das Eiskletterbuch**. RockPro Verlag 2013, 128 S., € 24,90. Erhältlich über [tmms-shop.de](http://tmms-shop.de)

## Tiroler Wintergipfel

Die überarbeitete und aktualisierte Neuauflage hat mit ihren 121 Routen für alle Tourengerer etwas zu bieten: einfache Skiberge für die ganze Familie und anspruchsvolle Touren in hochalpinen Lagen, bekannte Klassiker und Geheimtipps.



Dazu kommen Kartenausschnitte, exakte Routenbeschreibungen und wichtige Informationen zum Thema Lawine. *red*

Kurt Pokos, Franz Hüttli: **Tiroler Skitouren Handbuch**. Löwenzahn Verlag 2013, 432 S., € 19,90.



Bergaktive Senioren

# KEINE FRAGE DES ALTERS

Im Winter auf Skitour, im Sommer beim Wandern und Radeln – die Seniorengruppen der DAV-Sektionen Allgäu-Kempton und Leitzachtal zeigen beispielhaft, wie gerne und erfolgreich ältere Alpenvereinsmitglieder in den Bergen unterwegs sind.

Von Georg Hohenester

**K**nirschender Schnee unter den Schuhen, in der Kälte kondensierende Atemwolken und erste Sonnenstrahlen begrüßen den klaren Wintertag im Gunzesrieder Tal oberhalb Sonthofen. Auf dem Parkplatz Gunzesrieder Säge herrscht geschäftiges Treiben: Nach der herzlichen Begrüßung heißt es Skischuhe an- und Felle aufziehen, Rucksack und Stöcke aufnehmen, Gruppen einteilen, LVS-Geräte checken. Ein gutes Dutzend Senioren der Sektion Allgäu-Kempten startet zur Tour aufs Bleicher Horn. In flotterem Tempo geht die sportlichere Gruppe unter Günter Allgayer voraus, während die gemächlichere Truppe mit langen, gleichmäßigen Schritten folgt. Ingo Buchelt, der die Allgäu-Kemptner Senioren koordiniert, führt sie. „So läuft das bei uns“, erklärt der drahtige 75-Jährige: „Je nach Verfassung, Lust und Laune geht man bei der schnelleren oder der gemütlicheren Gruppe mit. Und wenn wir noch mehr sind, teilen wir in weitere Gruppen auf, die ein ausgebildeter Führer leitet.“

Ingo Buchelt, ehemaliger Richter und bis 2005 engagiert im Vorstand des DAV-Bundesverbands, gab vor gut zehn Jahren den Anstoß für die Aktivitäten der Skisenioren in der Sektion Allgäu-Kempten. „Wer im Ruhestand ist, braucht ja nicht mehr am Wochenende zu gehen“, erzählt Ingo. „Wir wollten unter der Woche in die

Berge, haben auch schnell Gleichgesinnte gefunden und Zuwachs bekommen. Heute sind wir etwa 30 Mitglieder, von Mitte 50 bis Mitte 70, wobei ganz wenige unter 60 sind und die meisten über 65.“

Viele der Skisenioren blicken als gestandene Alpinisten auf 30 bis 40 Jahre Touren- erfahrung zurück, einige sogar mit Erfah-

---

Die Freude am gemeinsamen  
Unterwegssein steht ganz  
klar im Vordergrund.

---

rungen an Fünf- und Siebentausendern. Für ihre Tagestouren kommen bevorzugt Ziele im erweiterten Allgäuer Alpenraum mit nicht zu langer Anreise infrage, wobei sehr „ausgefahrene“ Touren nach Möglich-

keit vermieden werden. Das Besondere der Gruppe: Statt eines fest ausgeschriebenen Tourenprogramms ruft man sich für die Gemeinschaftstouren spontan zusammen – wobei bei genügender Gruppengröße die Meldung an die Sektion über Ziel und Teilnehmer kurzfristig per Handy erfolgt. Für den regelmäßigen Austausch gibt es als fixen Termin einen monatlichen Stammtisch, der Interessierten offensteht.

Inzwischen ist die Gruppe im gemütlichen Tempo auf der Stubenbach Alpe angekommen und macht eine kurze Rast. Einer der Teilnehmer fühlt sich nicht besonders wohl und entschließt sich, für heute lieber umzudrehen. „Eigenverantwortung spielt bei uns auch auf Tour eine große Rolle“, heißt es aus der Gruppe. „Wir wollen niemanden in ein Korsett zwingen, zumal ganz klar die Freude am gemeinsamen Unterwegssein im Vordergrund



Fotos: Ingo Buchelt, Georg Hohenester

Die Skisenioren der Sektion Allgäu-Kempten im Aufstieg zum Dreitausender Piz Turba in den Albula-Alpen; gemütlicher gehen es die Seniorinnen der Sektion Leitzachtal an der Saile im Sellrain an.

steht.“ Weil der Fokus auf dem Spaß am Skitourenlauf liegt, ist es auch nicht unbedingt notwendig, einen Gipfel zu erreichen. Und damit möglichst alle auf Tour Spaß haben können und kein Überforderungs-Verdross aufkommt, sind die Touren auf maximal 1200 Höhenmeter mit Gehzeiten von drei bis vier Stunden angelegt. Jährlicher Höhepunkt im Programm der Kemptner Senioren ist eine Skitourenwoche, die jedes Mal in eine andere attraktive Skitourenregion der Ost- oder Südalpen führt. Was vor acht Jahren be-

---

Die gemeinsame Tourenwoche genießt inzwischen fast Kultstatus – inklusive Warteliste.

---

gann, genießt inzwischen fast Kultstatus (mit Warteliste) – und ist eine Gelegenheit für die gesamte Gruppe, zusammenzukommen und ihrer gemeinsamen Leidenschaft nachzugehen.

Den letzten, etwas steileren Hang hinauf zum Bleicher Horn überwinden die routinierten Ski-Oldies ohne Probleme – und treffen am Gipfel alle wieder zusammen. Während der ausgiebigen Gipfelrast mit Brotzeit zeigt sich ein weiterer motivierender Faktor, auf den die Senioren großen Wert legen: „Die Geselligkeit liegt uns sehr am Herzen“, betont Ingo Buchelt, „so bleiben wir vernetzt und können auch neue soziale Kontakte knüpfen – gerade für Alleinstehende ist das besonders wichtig. Und zum Lachen gibt es auch immer was – wir machen viele Jokes!“



Den Gipfel zu erreichen ist im Sommer wie Winter auch für Bergsteigerinnen und Bergsteiger höheren Alters ein häufig verfolgtes Ziel – aber nicht um jeden Preis; genügend Pausen auf Tour und eine gemütliche Einkehr danach gehören zum Gemeinschaftserlebnis einfach dazu – nicht nur für Senioren.

Mit viel Spaß sind auch die Senioren der Sektion Leitzachtal unterwegs, bevorzugt im Sommer, auf Tagestour und – anders als die Kemptner – meist am Wochenende, was einen Grund hat. Die etwa 15 Mitglieder sind zwischen 65 und 85 Jahre alt, im Schnitt Mitte 70, und einige von ihnen haben unter der Woche zu tun, kümmern sich um die Enkel oder sind noch beruflich aktiv, wie Lotte Pichler. Die Achtzigjährige betreibt ein Mineralien- und Steinschmuckgeschäft und ist nach wie vor eine begeisterte „Strahlerin“, die auch Mineralientouren anbietet.

Für die Bergtouren mit ihrer Seniorengruppe bleiben da meist nur die Wochenenden – alle vier bis sechs Wochen ist eine passende Tour im Sektions-Programm ausgeschrieben. Und im Winter treffen sich vorwiegend die Frauen wöchentlich zur Senioren-Gymnastik: „Die Männer glauben, dass sie das nicht brauchen, oder sie wollen nicht zeigen, dass sie mal was nicht so gut können, z.B. Gleichgewichtsübungen; dabei ist das für die Sturzprophylaxe so wichtig“, erzählt Lotte Pichler mit etwas tadelndem Blick. Als richtiges DAV-Urgestein ist sie seit über fünfzig Jahren im Alpenverein engagiert, in ihrer Sektion Leitzachtal wie im Bundesverband. 1958 übernahm sie die Jungmannschaft, kam in den Jungendausschuss und fand sich schließlich



## Senioren im DAV

Ältere Bergfreundinnen und Bergfreunde bilden einen eher unauffälligen, aber relevanten Anteil der Mitgliedschaft in den DAV-Sektionen. 2012 waren 18,8 Prozent (= 185.826 Mitglieder) älter als 60 Jahre, 120.000 davon waren Männer, 65.000 Frauen.

Innerhalb der Sektionen richten sich etwa 15 Prozent aller Angebote an Senioren. Beliebte sind insbesondere Wandern (etwa 35 %, z.B. im Mittelgebirge), Bergwandern (18 %), Radtouren (15 %), Schneeschuhgehen (10 %) und Skitour (3 %).

Fotos: Georg Hohenester (3), Ingo Buchelt

auf dem Posten der Bundesjugendleiterin wieder (1974-1980). Danach kümmerte sie sich um die Familienarbeit (1992-1999) und saß für Südbayern im Verbandsrat (2003-2005). Für ihr Engagement, das auch die Leitung der Sektion Leitzachtal einschloss, wurde Lotte Pichler unter anderem mit der Bayerischen Umweltmedaille ausgezeichnet.

Treffpunkt Parkplatz Axamer Lizum: Es geht auf die Saile. Der 2400 Meter hohe Aussichtsgipfel im Sellrain ist auf gutem Weg einfach zu erreichen, und der Sessellift zum Birgitzköpfl verkürzt den Aufstieg für diejenigen, die nicht mehr so schnell und viel steigen können. Im Lift erzählt Lotte Pichler: „Manche von uns sind Herzinfarkt-geschädigt und können leider nicht mehr als 300 Höhenmeter gehen. Auch ich muss ein bisschen aufpassen. Deshalb suche ich heute Berge aus, die früher gar nicht existent waren für mich. Früher haben wir ja grundsätzlich gegen die Seilbahnen gewettert. Heute nutzen wir einige und kommen damit schneller in die Höhe, um oben eine schönere kleinere Tour gehen zu können ...“

Vom Birgitzköpfl wandert die Gruppe gemächlichen Schritts auf gepflegtem

Weg Richtung Gipfel. Mit von der Partie sind Erika (74), Edelgard (75), Röslein (65), Bärbel (76) und Bärbels Mann Hubert (78), dem man den kernigen Bergsteiger gleich ansieht. Über Jahrzehnte war Hubert Schmidbauer extremer Alpi-

---

„Alleingänge sind nicht mehr so gefragt. Wir sind lieber in der Gruppe.“

---

nist, nahm 1962 an der 2. Diamir-Expedition zum Nanga Parbat teil und kennt die einschlägigen alten Hasen. „Mit 77 Jahren habe ich mit dem Klettern aufgehört – nach 60 Jahren, mache aber noch anspruchsvolle Klettersteige oder fahre mit dem Radl ins Karwendel und gehe dann zu Fuß weiter. Ich habe Probleme mit dem linken Auge, aber sonst geht es noch ganz gut. Ich bleibe einfach dran ...“, resümiert Hubert und nimmt mit einem breiten Lächeln seine Frau Bärbel und Lotte für ein Erinnerungsfoto in den Arm.

Am Gipfel der Saile besticht die Aussicht auf die Kalkkögel, auf das Inntal

und die Nordkette des Karwendel – und das gesellige Zusammensitzen bei der mitgebrachten Brotzeit macht richtig Spaß. Schnell wird klar, dass auch für die Leitzachtaler Bergsenioren das gemeinsame Unterwegssein zentral im Vordergrund steht. „Alleingänge sind nicht mehr so gefragt, wir sind lieber in der Gruppe. Unter Freunden aufgehoben sein, einander helfen können, aufmerksam füreinander bleiben, das fördert das soziale Eingebundensein“, fasst Lotte Pichler zusammen. Dass diese Beweggründe zu stärkerer Nachfrage führen und die Aufmerksamkeit fürs Seniorenbergsteigen steigt, zeigen der Erfolg der Gruppe – und immer wieder Anrufe von „Senioren-Anwärtern“, die sich fürs Programm der Leitzachtaler interessieren. Kein Wunder bei Lottes Devise: „Nicht nachgeben, den Wehwehchen nicht und der Faulheit nicht. Immer in Bewegung bleiben, solange es geht.“ ■



**Georg Hohenester**, Redaktionsleiter DAV Panorama, gehört auch nicht mehr zu den Jungen und war über die Aktionen der beiden Seniorengruppen sehr erfreut, besonders über das offene Miteinander.



## Skitouren am Comer See

# FREUDENSCHWÜNGE

Der Comer See – oder „Lario“ – bietet Besuchern nicht nur malerische Dörfer und exzellente italienische Gastronomie in den Restaurants und Bars an seinem Ufer. Er ist von Bergen umrahmt, die zu Skitouren mit prächtigen Ausblicken einladen. Wenn genug Schnee liegt ...

Text und Fotos von Christine Kopp

**A**ller Anfang ist schwer. Das gilt auch, wenn man sich den Skitouren am Comer See annähert: Nicht jeder Winter hier ist schneesicher, die Schneelage kann sich schnell verändern und ist oft stark vom Nordwind beeinflusst, die Anfahrten sind nicht ganz einfach zu finden, und das An-

gebot an Literatur ist spärlich. Immerhin ist rechtzeitig zur Saison ein neuer Skitouren-Führer erschienen (siehe Infokasten).

Wer die Hürden überwindet – auch dank der stets hilfsbereiten Einheimischen –, wird allerdings begeistert sein: etwa wegen der herrlichen Aussicht von einem Gipfel wie dem Monte Bregagno auf See,

Dörfer und Berge oder wegen des einzigartigen Gefühls, das sich durch die Verbindung einer Skitour mit Cappuccino und Brioche am Seeufer davor und italienischer Kulinarik danach einstellt. Richtig mediterran, und das hier, im Norden der Lombardei. Und was den vielseitigen Bergsportler freuen dürfte: Hier kann



# ÜBER DEM LARIO

man in guten Wintern durchaus einen Skitouren-Urlaub mit einem Tag Klettern im ärmellosen Shirt verbinden, etwa am sonnenverwöhnten Sasso di Pelo in der Gemeinde von Gravedona oder an der Pala del San Martino über Lecco.

Der Monte Bregagno, der sich mit 2107 Metern im Norden von Menaggio erhebt, ist zweifelsohne einer meiner liebsten Winterausflüge am Lario, sofern er gut genug eingeschneit ist. Zuerst kurvt man mit dem Auto vom See schier endlos hinauf zum Ausgangspunkt. Rein in die Ski- bindung und los: Hat man den lichten Bir-

kenwald hinter sich, geht es in offenem Gelände entlang des Dosso di Naro hoch. Man möchte am liebsten im Rückwärts-



gang aufsteigen: Der Blick schweift von dem Rücken über die Schneekuppen, die hier oft vom Nordwind gewellt sind, hinunter zum See mit seinen eng verschachtelten Dörfern. Gegenüber der imposante Monte Legnone, links davon sieht man ins Veltlin hinein und zu den Granitgipfeln, hinter denen sich das Bergell verbirgt; im Südosten die Grigna, der Hausberg von

Che bravo! Giovanni schwingt am Monte Bregagno hinunter zum See; in Menaggio, von wo der Gipfel zu sehen ist, wird der Tag seinen Ausklang finden ...

Lecco. Und dazwischen der fjordähnliche See, oft tiefblau leuchtend, manchmal unter feinem Dunst, der ihn in ein mildes Licht taucht. Der letzte Teil des Aufstiegs führt über einen recht schmalen Grat, wo man je nach Verhältnissen und Können die Ski besser auf den Rucksack schnallt und mit Steigeisen weitergeht, bevor man auf der breiten Kuppe den höchsten Punkt erreicht. Bei geringer Lawinengefahr sticht man vom Gipfel in die rassigen, steilen Hänge unmittelbar darunter ein und wechselt erst weiter unten Richtung Norden auf den Dosso di Naro zurück.

Solch großartige Bilder wie am Bregagno lassen sich auch an anderen Lario-Bergen mit ähnlichen Aufstiegen erleben – etwa an der Corvegia, mit der meine Erinnerung perfekte Firnschwünge, das Steckenbleiben im Schnee bei der Rückfahrt und schließlich ein einprägsames

Che bello! Eindrücke von einem Kirchlein am Cimone di Margno, den Hängen des Grignone (im Hintergrund rechts die Grignetta), dem Pizzo dei Tre Signori – und schließlich Gipfelglück am Monte Bregagno inmitten der großartigen, vom fjordähnlichen Comer See geprägten Landschaft.

Essen in einem Agriturismo verbindet. Aber es wird Zeit, vom Grignone zu erzählen, dem 2409 Meter hohen Hauptgipfel der Grigna, der vom Monte Bregagno bereits aus der Ferne zu sehen war: Ein Skiberg hoch über dem Comer See, der zwei ganz unterschiedliche Aufstiege und eine anspruchsvolle Abfahrt durch

---

Der Blick reicht vom fernen Monte Viso über die hohen Walliser Berge bis zu den Berner Viertausendern.

---

das „Zapèl“-Couloir bereithält – Letzteres ist allerdings sehr steil, bietet selten gute Verhältnisse und wartet mit einer kurzen Abseilstelle auf.

Ist die Tour von Cainallo im Hochwinter etwas inhomogen, vom Schatten und kalten, manchmal heiklen, aber lange pulvrig bleibenden Hängen geprägt, so ist die wunderbare Route von Pasturo dermaßen stark besonnt, dass man ab Februar wirklich früh aufbrechen muss: Nur so übersteht man den nach Pialeral schnurgerade zum Grat führenden Auf-

stieg einigermaßen schadlos. Niemand denkt hier daran, mit den Ski aufzusteigen, alle schultern ihr Sportgerät und steigen wie auf einer Treppe im Schnee neben einer Reihe von Markierungsstangen auf. Für das letzte, landschaftlich wunderbare Stück über den Grat zum Gipfel sollte man auf jeden Fall Steigeisen dabei haben. Wenn möglich, wählt man die Abfahrt vom Rifugio Brioschi, dem Adlerhorst genau auf dem Gipfel, hinab über die steilen Südosthänge. Mit etwas Glück erwischt man hier samtene Sulz. Und auf den schönen Weiden von Pialeral hinunter liegt dann vielleicht noch leichter Raureifschnee. Bei guten Verhältnissen ein skifahrerischer Leckerbissen mit der hier üblichen, prächtigen Aussicht: Der Blick reicht vom fernen Monte Viso über die hohen Walliser Berge bis zu den Berner Viertausendern und weiter Richtung Bergell und zu den vielen Gipfeln der Orobischen Alpen.

Ein weiterer Skitouren-Berg darf in der Liste nicht fehlen: der Pizzo dei Tre Signori, stolzer Zweieinhalbtausender auf dem Hauptkamm der Orobischen Alpen, der die Wasserscheide zwischen Veltlin, Val Brembana und Valsassina bildet – und aus all diesen Tälern mit Ski bestie-



# Panorama**info**

## Skitouren am Comer See

**SCHNEELAGE:** Aufgrund der Lage südlich des Alpenhauptkamms sollte man sich über die Schneelage kurzfristig informieren.

Harscheisen sind immer notwendig (auch im Hochwinter), bei den meisten größeren Touren auch Steigeisen.

**FÜHRER:** Giorgio Valè: Skitouren in der Lombardei und in Graubünden. 91 ausgewählte Touren zwischen Comer See, Veltlin, Engadin und Graubünden, Verlag Versante Sud 2013, € 29,50, ISBN 978-88-96634-99-8

**KARTEN:** > Landeskarten der Schweiz, 1:50.000, 287 Menaggio und 277 Roveredo  
> Kompass, 1:50.000, 105 Lecco/Valle Brembana, 92 Chiavenna/Val Bregaglia, 91 Lago di Como/Lago di Lugano

**INTERNET:** > Insider-Tourentipps:  
 paolo-sonja.net (italienisch)

> Verhältnisse & Touren:  on-ice.it,  
 camptocamp.org,  alpenvereinaktiv.com,  
 hikr.org

**ANREISE:** Mit dem Auto über das Engadin bis Chiavenna. Oder aus dem Tessin über Lugano nach Menaggio. Oder über Chiasso nach Lecco an den Comer See. Mit öffentlichem Nahverkehr sind Touren am Lario schwierig zu unternehmen.

**INFOS & UNTERKÜNFTE:**  larioonline.it,  
 comersee-info.de,  beblakecomo.it

**TOUREN:** Monte Bregagno (2107 m)  
 La Corvegia (2282 m)  
 Grignone/Grigna Settentrionale (2409 m)  
 Pizzo dei Tre Signori (2554 m)

Ausführliche Toureninfos auf  
 alpenverein.de/panorama

auf in ein Seitental des Val Brembana erreicht werden. Die beschwerliche Anfahrt lohnt sich: Von Ornica aus führt der Anstieg sehr moderat durch ein langes, landschaftlich schönes Tal. Das letzte, oft stark abgeblasene Steilstück überrascht allerdings, und meist empfiehlt sich der Einsatz von Harscheisen, manchmal auch von Steigeisen. Dann steht man auf dem stolzen Gipfel – und hat gegenüber wieder die verschneite Ostflanke des Grignone über Pasturo im Blickfeld. Und schon drängen sich weitere, kleinere Gipfel auf, die von hier aus zu sehen sind, darunter der Cimone di Margno, der als kleiner, sicherer Trainingsberg am Abend von Dutzenden eifrigst genutzt wird, oder der Piz Alben bei Premana ... Apropos: Wer sagt eigentlich, Skitouren am Lario lohnten sich nicht? ■



**Christine Kopp** ist freiberufliche Autorin und Übersetzerin im Bereich Alpinismus und Tourismus. Ihr neuestes Buch heißt „Betsy Berg“.  
 christine-kopp.ch

gen wird. Interessant sein Name, der auf seine Bedeutung als politischer Grenzpunkt hinweist: vor Jahrhunderten zwischen dem Herzogtum Mailand, der Republik Venedig und den Drei Bünden (dem jetzigen Graubünden), zu dem damals auch das Veltlin gehörte; heute zwischen den Provinzen Sondrio, Lecco und Bergamo. Der „Pizzo“ ist ein beliebtes Ziel bei Einheimischen des Valsassina: etwa von Premana aus, dem Scheren- und

Messerfabrikantendorf mit seinen engen Gassen, das auch Heimatort der bei Bergsteigern bekannten Firma Camp ist.

Eine besonders lohnende Tour bietet der „Pizzo“ aber von Ornica auf der Bergamasker Seite aus: Dieser Ausgangspunkt ist in Luftlinie wenige Kilometer vom Valsassina entfernt, kann aber nur in vielen Kurven über den Pass Culmine di San Pietro, hinunter durch eine beeindruckend enge Schlucht und wieder hin-



A man in a bright green jacket and white helmet is climbing a grey rock face. He is wearing a yellow backpack and has a rope attached to his harness. He is looking towards the camera with a slight smile. The background is a rocky mountain slope.

## Bergführer Peter Geyer

Ob aktiver Bergführer, Verbandsarbeiter oder Sportler: Wie hier im Oberreintal hat Peter Geyer stets das Wesentliche fest im Blick.

# »»MAN MUSS NICHT ALLES TUN, WAS MACHBAR WÄRE.««

Seine Verdienste um die Bergführer-Ausbildung und die internationale Anerkennung des Berufsstands sind enorm. Was viele an Peter Geyer aber besonders schätzen: Er lebt das, was er lehrt.

Text von Gaby Funk, Fotos von Peter Geyer

**A**ntarktis, Februar 2011: Bei meterhohem Wellengang bockt das Boot, kracht vom Kamm schräg hinab und schießt dann völlig unerwartet nach links. Damit hatte Peter Geyer bei der Überfahrt von der Südspitze Feuerlands zur antarktischen Halbinsel nicht gerechnet. Er verliert kurz den Halt und knallt mit dem Oberkörper gegen einen Metallpfosten der Reling. Dass er sich dabei vier Rippen bricht und einen Brustwirbel, wird er erst später erfahren. Trotzdem gelingt es ihm, alle Programmteile und Bergbesteigungen durchzuführen, die witterungsbedingt möglich waren. „Ein Teilnehmer sagte mir nach der Tour, dass diese Antarktis-Tour bisher das schönste und beeindruckendste Erlebnis seines Lebens gewesen sei. Das ist doch das tollste Kompliment, das man als Führer bekommen kann“, sagt er lächelnd. Gleichzeitig zeigt sein Bericht aber auch, dass der Beruf des Bergführers viel mehr ist als ein Hobby, das man zum Beruf gemacht hat: „Unterwegs sein zu dürfen, ist fantastisch – unterwegs sein zu müssen, kann brutal hart sein.“

Peter Geyer, Jahrgang 1949, ist im Frankenjura aufgewachsen, nahe der Geburtsstätte des Rotpunkt-Kletterns und in einem der am besten erschlossenen Klettergebiete der Welt. Ins Berchtesgadener Land, wo er heute mit seiner Familie in Piding lebt, kam er durch seine Frau Christa, mit der er inzwischen seit über 38 Jahren verheiratet ist. Die Tochter Sylvie ist 27 Jahre alt, der Sohn Florian 25, beide sind begeisterte Bergsteiger auf hohem Niveau.

Für seinen Berufsstand hat er viel getan – auf nationaler und internationaler Ebene. Seit den 1980er Jahren war er im Vorstand des deutschen Bergführerverbands

---

Der Beruf des Bergführers ist mehr als ein Hobby, das man zum Beruf gemacht hat.

---

(VDBS) aktiv, 13 Jahre davon als Erster Vorsitzender. Von 2002 bis 2005 war er gleichzeitig Erster Vorsitzender der internationalen Vereinigung der Bergführer-

verbände (IVBV). „Zu Beginn meiner Zeit im VDBS wurden die deutschen Bergführer von den traditionellen Bergführernationen wie Frankreich und der Schweiz gar nicht richtig ernst genommen“, erzählt er. „Es gab ja auch nur wenige staatlich geprüfte deutsche Berg- und Skiführer, die ausschließlich vom Führen lebten. Dafür galten wir als gute Berglehrer und Ausbilder.“ Jahre später, als es in einem einzigen Winter zwölf Lawinentote unter den Bergführern Frankreichs gegeben hatte, war genau diese Kompetenz von Peter Geyer gefragt. Es stellte sich heraus, dass das Bergführer-Ausbilderteam der ENSA nur aus Spitzensportlern bestand. „Das ist aber nicht optimal für die Bergführer-Ausbildung“, erklärt er. Es gehe bei der Arbeit eines Bergführers nicht um Spitzenleistungen, sondern um ein möglichst intensives Erlebnis für die Gäste bei optimaler Sicherheit.

Dass er dies auch selbst tief verinnerlicht hat, zeigt sich, wenn man ihn nach seinen beeindruckendsten Bergerlebnissen fragt. Es folgt keine Aufzählung von Achttausendern, die er teils mehrmals bestiegen hat, oder von technisch schwie-



rigsten Routen und Nordwänden, die er im Alleingang und vermutlich in Rekordzeit begangen hat. Das liegt ihm fern. Es sind spezielle Erlebnisse, wie die Antarktis-Tour oder die Montblanc-Gesamtüberschreitung mit seiner Frau, obwohl die beiden eigentlich nur den Montblanc du Tacul besteigen wollten. Auch die Rettung eines schwer höhenkranken Kollegen am Manaslu (8163 m) zu zweit über die ersten tausend Höhenmeter der Südwand hinab ins Hochlager ist aus seiner Sicht ein erwähnenswertes Erlebnis, zu-

---

Das Tollste, aber viel zu selten möglich: mit der eigenen Familie unterwegs sein.

---

mal da 1983 die Rettung eines bewegungsunfähigen Bergsteigers aus über 8000 Meter Höhe noch als unmöglich galt. Sonst hüllt er sich über seine Touren in Schweigen, genauso wie über die anspruchsvollen alpinen Routen, die er hin und wieder mit seinen Kindern klettern soll, wie einer seiner Bergführerkollegen verrät. Geyer murmelt nur, dass es schon immer das Tollste für ihn gewesen sei und heute noch ist, wenn er wieder ein-

mal mit seiner Familie unterwegs sein kann – egal auf welcher Tour. Das sei heute viel zu selten möglich gewesen.

Zu Geysers Vorstandszeit im Bergführerverband änderte sich ab den 1980er Jahren das Selbstverständnis des Berufs Bergführer grundlegend. Aus dem Helden im Kampf gegen den Berg wurde der risikobewusste, taktisch geschulte Bergsport-Experte, der seine Gäste in die Entscheidungsfindung mit einbezieht und mit ihnen mögliche Risiken und Alternativen bespricht. Dank neuer, wissenschaftlich fundierter Ergebnisse und Erkenntnisse aus der Material- und Sicherheitsforschung, aus der Lawinenkunde, der Psychologie und anderen relevanten Bereichen verstärkten Geyer und das Ausbildungsteam generell das Bewusstsein dafür, was schon lange klar war, aber bis dahin meist unausgesprochen blieb, vor allem vor den Kunden: dass man seinem Gast auch als Profi mit langjähriger Erfahrung und hoher Kompetenz nur größtmögliche, aber nicht absolute Sicherheit bieten kann, dass es keine Sicherheitsgarantie gibt und bei allen Bergsportarten immer ein Restrisiko bleibt, so gering es statistisch gesehen auch sein mag. Wichtig wurden in der Bergführerausbildung nun neben der hohen Kompetenz in den verschiedenen Disziplinen am Berg auch

die Auseinandersetzung mit Themen wie dem Druck durch Gruppenzwang, das Hinterfragen der eigenen Entscheidungsfindung oder der Umgang mit den Gästen in heiklen Situationen.

„Man muss nicht immer alles machen, was machbar erscheint“, lautet Peter Geysers Credo, das er auch in den 1990er Jahren vertreten hatte, als er für den DAV Summit Club eine mit 15 Personen ausgebuchte und entsprechend teure Expedition zum Mount Everest leiten sollte. Nach Durchsicht der eingesandten Tourennachweise sagte er zum damaligen Geschäftsführer Günter Sturm, dass er als Bergführer die Verantwortung dafür nicht übernehmen könne. „Außer mir hatte kein Einziger je einen Achttausender bestiegen. Die benötigen da alle Sauerstoffflaschen, was ist, wenn es oben technische Probleme gibt? Da war mir das Risiko einfach zu groß! Das konnte ich nicht verantworten, die Expedition wurde abgesagt.“

Beim bekanntesten Unglück am Mount Everest wurden am 10. und 11. Mai 1996 mehr als 30 Bergsteiger am Gipfeltag von einem Wettersturz überrascht. Fünf Bergsteiger auf der Südseite und drei auf der Nordseite des Berges kamen dabei ums Leben, darunter mehrere sehr erfahrene Bergführer kommerzieller Expeditionen. Das Unglück löste weltweit Diskussionen



Viele Routen zeichnen seinen Weg in den Bergen (v.l.n.r.): an der Manaslu-Südwand, dem achthöchsten Berg der Erde; mit 16 Jahren im Kaisergebirge; 1974 mit seiner Frau Christa an der Großen Zinne in den Sextener Dolomiten; bei der Bergführerausbildung; Sportklettern im kalifornischen Yosemite.

aus, und die damals wichtigsten deutschen Expeditionsveranstalter wie DAV Summit Club und Amical Alpin einigten sich schließlich darauf, auf das äußerst lukrative Geschäft mit den fünf hohen Achttausendern zu verzichten. Das sicherten sich dann andere Veranstalter. Seit diesem Jahr hat aber auch der DAV Summit Club erstmals wieder eine Everest-Expedition im Programm. „Die Risiken sind heute noch schlimmer als in den 1990ern, da während der kurzen Wetterfenster heute noch viel mehr Leute



gleichzeitig unterwegs sind zum Gipfel“, meint Peter Geyer dazu.

Intensiv hat er sich auch um die Verbesserung der Arbeitsverhältnisse auf europäischer und internationaler Ebene bemüht, doch das bezeichnet er hinsichtlich der Ergebnisse als eines seiner traurigsten Kapitel: „Da wird man bei der EU zu einem ‚internationalen Meeting‘ nach Straßburg eingeladen und dann sitzen da nur drei völlig desinteressierte Hansel, die nicht einmal das eingereichte Skript gelesen haben. Der einzige Lichtblick war damals Reinhold Messner als Abgeordneter der Grünen, er gab mir wichtige Tipps.“ Überhaupt sieht Peter Geyer seine jahrzehntelange, intensive, energie- und zeitaufwändige Verbandsarbeit im Nachhinein kritisch: „Mei, die Zeit hätte ich in den Bergen viel besser für mich nutzen können und sollen.“

Ruhig und besonnen, freundlich, humorvoll und sehr kompetent: Peter Geyer wirkt auf seine Gäste so vertrauenerweckend wie ein kompakter Granitrücken mitten im spaltenzerrissenen Eismeer. Von sehr vielen Bergführern und bergbegeisterten Menschen wird er seit vielen Jahren überaus geschätzt: Weil er ein zuverlässiger, geradliniger Mensch und Überzeugungstäter ist und ein guter, fairer Ausbilder. Weil er als Bergführer ein Vorbild ist und sich wie kein anderer auf nationaler und internationaler Ebene für die Professionalisierung der Bergführer-Ausbildung, für die internationale Anerkennung des Berufsstands und für die Vermittlung des Sicherheits- und Risikobewusstseins eingesetzt hat. Und vor allem, weil er das lebt, was er lehrt, und das vertritt, was er denkt.

Geschätzt wird Peter Geyer auch, weil er sich bei tragischen Unfällen um den dabei jeweils betroffenen Bergführer oder Anwärter im Sinne eines „Ein-Mann-Kri-

seninterventionsteams“ vor Ort kümmert. Da er vor Gericht oft als vereidigter Bergunfall-Sachverständiger auftritt, hat er die erforderliche Erfahrung und ist gleichzeitig der kompetente und kameradschaftliche Vertraute, mit dem ein betroffener Bergführer reden kann. „Es gibt Bergführer, die an ihren Schuldgefühlen zerbrechen“, sagt er. „Egal, ob sie einen schwerwiegenden Fehler gemacht haben oder einfach nur Pech hatten und zur falschen Zeit am falschen Ort waren.“ Man sieht ihm an, dass er über solche Themen eigentlich nicht gern redet, sie aber auch nicht abwürgen will. „Ich habe inzwischen über 50 Kollegen und Freunde, mit denen ich auf Tour war, bei einem Bergunfall verloren. Das geht schon an die Nieren. Ich versuche zwar immer rational damit umzugehen, aber der Verlust schmerzt einfach sehr.“ Als Mann der Tat hat er sich für eine bessere berufliche Absicherung der Bergführer durch ein spezielles Versicherungspaket eingesetzt, das bei Bedarf auch die psychologische Betreuung nach einem Trauma mit einschließt.

Dieses Jahr feiert Peter Geyer seinen 65. Geburtstag. Den Großteil der Verbandsarbeit hat er bereits abgegeben, auch die Krisen-Betreuung übernimmt jetzt ein jüngerer Kollege. Gerade hat er zusammen mit seinem Bergführerkollegen, dem „Panorama“-Redakteur Andi Dick, die Neuauflage des Alpin-Lehrplans Hochtouren/Eisklettern bearbeitet und für seine langjährigen Privatgäste schon etliche Termine geblockt. So ein kompetenter, sympathischer Bergführer wird wohl auch in Zukunft keine Langeweile kennen! ■



**Gaby Funk**, freie Alpinjournalistin, Buchautorin und Übersetzerin aus Oy-Mittelberg im Allgäu, ist für DAV Panorama regelmäßig auf der Suche nach schönen Zielen und interessanten Persönlichkeiten.

## ELAN AMPHIBIO 12 FUSION

– Genusscarven par excellence

Auch in diesem Jahr überzeugt der sportliche Allrounder von elan mit seiner intelligenten Kombination von Camber- und Rockerprofil. Das klassische Camberprofil auf der Innenkante liefert den nötigen Kantengriff während der Rocker auf der Außenkante eine spielerische Schwungeinleitung ermöglicht. Die patentierte WaveFlex™-Technologie sorgt für maximale Torsionsstabilität bei optimalem Flex. Die Titantiumeinlage macht den Ski laufruhig und verbessert zusätzlich die Kraftübertragung. Das Paket an besten Fahreigenschaften wird durch sportlich-elegantes Design abgerundet.

Preisempfehlung: Euro 599,95 (mit Bindung)

Infos: Erhalten Sie unter [elanskis.com](http://elanskis.com)



## LOWA BARINA GTX WS

– multifunktionell, feminin und warm

Egal ob ein ausgedehnter Winterspaziergang, eine ausgelassene Rodelpartie oder ein Stadtbummel ansteht: Der angenehm leichte und dennoch sehr widerstandsfähige **Barina GTX** macht alles

mit. Mit seinem gesteppten Schaft und modischen Fellumschlag schafft der hoch geschnürte Damenstiefel immer gute Laune. Sein kuscheliges Gore-Tex Partelana Futter hält den Fuß garantiert trocken und warm. Er ist atmungsaktiv und bietet angenehmes Fußklima. Für guten Halt auf Eis und Schnee sorgt die griffige Außensohle AL-S II. Ein perfekter Winterstiefel auch bei Matsch und Schmutzelwetter.



Preisempfehlung: Euro 154,95

Infos: Erhalten Sie unter [www.lowa.de](http://www.lowa.de)

## VÖLKL NUNATAQ

– Touring-Leichtbau mit Performance-Garantie

Bei seinem Tourenski-Programm legt Völkl den Fokus gleichermaßen auf Gewicht und auf Performance: Leicht im Aufstieg und leistungsfähig beim Fahren. Für Freeride- und Backcountry-Tourengeher hat Völkl den **Nunataq** entwickelt. Der Full-Rocker Ski surft mit idealen Powder-Qualitäten und spurt auch bei mehr Tempo wendig und stabil durch jeden weichen Schnee. Gefertigt mit einem extra leichten Multi-Layer-Holzkern bringt der Seitenwangen-Ski trotz seiner stolzen Mittelbreite von 107mm dennoch nur schlanke 1710 Gramm (bei 170 cm Skilänge) auf die Waage.

Preisempfehlung: Euro 649,95

(ohne Bindung)

Infos: Erhalten Sie unter [www.voelkl.com](http://www.voelkl.com)



## DEUTER GUIDE TOUR 45+

– von Profis für Profis entwickelt

Der neue Deuter Rucksack hat alles, was ambitionierte Skitourengeher bei ihren Durchquerungen und Mehrtagestouren brauchen. Beim **Guide Tour** ist alles bis ins Detail durchdacht: Anstatt einem Bodenfach bietet ein bestens bestücktes Sicherheitsfrontfach schnellen Zugang zu Schaufel, Sonde und Erste Hilfe Set. Mit zahlreichen, variablen Befestigungsmöglichkeiten lässt sich die gesamte Ausrüstung fest am Pack fixierten, so finden beispielsweise die Ski seitlich, frontal oder diagonal ihren Platz. Ein Rucksack, der dank abnehmbarer Vari-Flex-Hüftflossen auch mit Bauchgurt getragen werden kann.

Preisempfehlung: Euro 159,95

Infos: Erhalten Sie unter [www.deuter.com](http://www.deuter.com)



## MARMOT ISOTHERM HOODY

– preisgekrönter Gipfelstürmer

Das **Isotherm Hoody** von Marmot ist perfekt für alle schnellen Wintersportaktivitäten. Die Kapuzenjacke bietet optimale Isolation und bestes Feuchtigkeitsmanagement. Die neue, extrem leistungsstarke Polartec-Technologie Alpha setzt neue Standards: ihr hoch atmungsaktives Füllmaterial braucht die schnelle Aktivität geradezu. Das federleichte Pertex-Quantum Außenmaterial sorgt für maximalen Schutz. Das Isotherm Hoody wurde mit dem Ispo Award Gold Winner 2013 ausgezeichnet.

Preisempfehlung: Women's Isotherm

Hoody (Foto) Euro 230,-

Infos: Erhalten Sie unter [www.marmot.de](http://www.marmot.de)

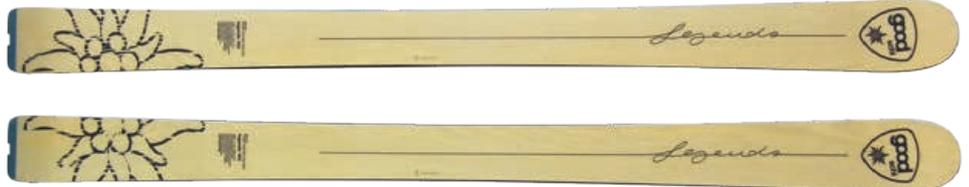


## GOODSCHI LEGENDS

– handgemacht, exklusiv und limitiert

**Goodschi Legends** ist ein eleganter und leistungsstarker Ski mit edlem Esche-Topsheet. Die breiten Spitzen und die durchdachte Taillierung sorgen im Tiefschnee für kontrollierten Auftrieb und Sportlichkeit. Aber auch auf der Piste garantiert dieser kurze Tip Rocker und die lange Vorspannung einmalige Laufruhe, Wendigkeit und Dynamik. Goodschi und Goodboards sind zwei junge Marken mit Sitz am schönen Ammersee. Die exklusiven Kollektionen von Ski, Splitboards und Snowboards sind perfekt auf erwachsene Wintersportler abgestimmt. In europäischer Handarbeit und mit Liebe zum Detail entsteht nur eine geringe Auflage hochwertiger Unikate. Die ISPO kürte das Unternehmen 2011 zum ISPO Brandnew Finalist, der Handel ehrte die Snowboard-Serie Legends mit dem Best Board Design Award.

Preisempfehlung: Euro 579,-  
(Shapes: 183, 187, 192, Auflage: 100 Stück)  
Infos: Erhalten Sie unter [www.goodboards.eu](http://www.goodboards.eu)



## LEKI HANDSCHUHE STRIPES LADY

– funktionell, warm und farbenfroh

Hochwertige Materialien und fröhliches Design bringen Farbe in den Skialltag, auch bei Handschuhen. Die warme und weiche Primaloft-Füllung, kombiniert mit einem Gore-Tex-Insert, machen den **Leki Stripes** zum idealen Begleiter für die Skipiste. Der Damenhandschuh ist atmungsaktiv, wasserdicht und warm. Seine widerstandsfähige Lederinnenhand bietet dauerhaft guten Griffkomfort. Er lässt sich perfekt kombinieren und ohne zusätzliche Schlaufen in jeden Leki Trigger-S-Stock einklicken. Erhältlich in den Größen 6 bis 8,5.

Preisempfehlung: Euro 79,95  
Infos: Erhalten Sie unter [www.leki.de](http://www.leki.de)



## KOMPERDELL C7 TITANAL CARBON

– super leicht und extrem steif

Ein Highlight der neuen Komperdell-Kollektion ist dieser Touring-Stock aus ultraleichtem Carbon. Das Original mit neuer Teller-Spitzenkonstruktion passt sich optimal ans Gelände an. Die Eisflanken-Spitze gibt besseren Halt in steilen eisigen Hängen und somit mehr Sicherheit. Der Power Lock II Verschluss bietet 90 Prozent mehr Haltekraft und ist auch mit Handschuhen bei tiefsten Temperaturen schnell und einfach zu verstellen. Mit seinen 173 Gramm ist der **C7 Titanal Carbon** ein absolutes Leichtgewicht. Übrigens: Komperdell bietet exklusiv drei Jahre lang einen völlig kostenlosen Reparaturservice.

Preisempfehlung: Euro 99,95  
Infos: Erhalten Sie unter [www.komperdell.com](http://www.komperdell.com)

## NIKWAX DOWN WASH + DOWN PROOF

– frischt die Daune auf

Damit Sie an Ihrer kuscheligen Daunenjacke und dem gemütlichen Daunen-Schlafsack lange Ihre Freude haben, ist eine regelmäßige und sachgerechte Pflege unerlässlich. **Nikwax Down Wash** reinigt mild, stellt die wärmende Bauschkraft der Daune wieder her und verbessert die Atmungsaktivität. **Nikwax Down Proof** imprägniert die Daune dauerhaft und verhindert das sie Feuchtigkeit aufnimmt. Selbstverständlich sind auch diese beiden Nikwax-Produkte frei von PFC und chemischen Lösungsmitteln. Sie sind biologisch abbaubar und nicht entzündlich.

Preisempfehlung: Down Wash Euro 10,- (300 ml), Down Proof Euro 14,- (300 ml)  
Infos: Erhalten Sie unter [www.nikwax.de](http://www.nikwax.de)



## WOOLPOWER FULL ZIP JACKET

– der perfekte Kälteschutz aus Schweden

Natürliche Wärme aus Schweden: Die Full Zip Jacke (400g/m) von Woolpower wärmt mit hochwertigem Merino-Frottée. Das natürliche Material nimmt die Feuchtigkeit des Körpers auf und gibt sie nach außen ab. Dank perfekter Passform und nahtfreiem Rundstrickverfahren schmiegt sich das Material optimal an den Körper und erhöht den Tragekomfort. Jede Jacke trägt im Etikett den Namen ihrer Näherin. Erhältlich in den Größen XXS bis XL in den Farben Petrol, Cerise, Schwarz/Grün, Grün/Grau und Blau/Grau.

Preisempfehlung: Euro 143,90  
Infos: Erhalten Sie unter [www.woolpower.de](http://www.woolpower.de)





## Reviere für Ruhesuchende

Mitten in der Natur und weit weg vom Alltag: Almliesl, Anbieter von Hütten und Ferienhäusern im Salzburger Land, in Kärnten, Tirol, Südtirol und in der Steiermark, hat für Ruhe- und Entspannungssuchende ein breites Angebot unterschiedlichster Objekte parat. Dem Komfort sind dabei keine Grenzen gesetzt. Das heißt: Urlauber können sich ihre Bleibe nach Belieben aussuchen – von der urigen Almhütte mit Holzofen und Brunnenwasser bis zum luxuriösen Bauernhaus mit Sauna und Sonnenterrasse. Kleine Ferienwohnungen für Paare stehen ebenso zur Verfügung wie großzügige Landhäuser für Familien oder Gruppen. Wer sich gerne verwöhnen lassen möchte, kann sich in den Almliesl-Dörfern einmieten: Dort kann man individuellen Urlaub mit Service-Leistungen wie Gepäcktransport oder Frühstücksservice kombinieren. Aufgrund ihrer bevorzugten Lage ermöglichen die Almliesl-Häuser meist ein Aktivprogramm ohne Umwege: Hütten direkt an der Skipiste oder Almen mitten im Wandergebiet ersparen ihren Bewohnern lästige Anfahrten und vor allem Ferien in Ruhe und Abgeschiedenheit.

Info: Tel. 0043/(0)6542/804 80, [www.almliesl.com](http://www.almliesl.com)

## EVENTS · EVENTS · EVEN

+++ bis 18.1. bis 1.2. Alternative holländische Elf-Städte-Tour 2014 in Weissensee, Kärnten: weltgrößtes Eissportspektakel mit Eisschnellmarathons über 50, 100 und 200 Meter. Die 200 Kilometer lange Strecke gilt als „Königsdisziplin“ für Eisschnellläufer und Zuschauer. Die 3000 aktiven Teilnehmer – der größte Teil besteht aus Holländern – kämpfen dabei jährlich um den Weltrekord.  
Info: Tel. 0043/(0)4713/22 20-0, [www.weissensee.com](http://www.weissensee.com)

+++ 27.2. bis 4.3. Carnival on Snow in Obereggen, Südtirol: Faschingstreiben auf den Pisten der Dolomitenregion Latemar. Nachts fahren die Narren bei Flutlicht. Für die Kleinsten gibt es am Rosenmontag ein Benefiz-Kinderfaschingsfest an der Talstation Obereggen.  
Info: Tel. 0039/0471/61 95 00, [www.eggental.com](http://www.eggental.com)

## Fünf neue Biker-Herbergen

Sie sind ISO-zertifiziert und ganz auf die Ansprüche von Radfans zugeschnitten: Die Hotels der Mountain Bike Holidays sind in 28 Regionen in Österreich, Italien und der Schweiz beheimatet – 2014 ist das Angebot der Radspezialisten für den Alpenraum nochmals gewachsen. Fünf neue Häuser – das Hotel Eder in Maria Alm, das Hotel Edelweiss in Grossarl, das Hotel Montanara in Flachau, der Weissenseerhof in Weissensee und das Hotel Hasenauer in Saalbach-Hinterglemm – verstärken künftig das Programm der Österreicher. Alle Neuzugänge bieten die hochkarätigen Standards der

Mitgliederherbergen wie Qualitätskontrollen mit TÜV-Auszeichnung, ein Ritzelsystem (Pro, Elite, Classic) für die Hoteltauswahl, geprüfte Bike-Regionen, geprüfte Guides, geführte Touren und Zusatzleistungen wie Wellness, Gourmet-Küche, alternative Sportarten und/oder Familien-Specials. Alle Informationen zum neuen Programm sind im aktuellen Katalog zu finden, der online auf der Website des Anbieters oder auch in gedruckter Form angefordert werden kann.

Info: Tel. 0043/(0)6542/804 80, [www.bike-holidays.com](http://www.bike-holidays.com)

## „Snowmotion“ im Tiroler Oberland

Möglichkeiten zum Skifahren gibt es reichlich im Tiroler Oberland – doch die Region kann auch anders: Unter dem Stichwort „Snowmotion“ fasst das Feriengebiet mit seinen Destinationen Nauders am Reschenpass, Kaunertal, Kaunerberg, Kauns, Fendels, Prutz, Faggen, Ried im Oberinntal, Tösens, Pfunds und Spiss sein winterliches Aktivangebot jenseits der Pisten zusammen. Hierzu gehören zum Beispiel Schneeschuhwandern und Winter-Nordic-Walking – entspannte Sportarten, die Körper und Kondition sanft, aber effektiv in Schwung bringen. Geführte Touren gibt es beispielsweise auf die Pfundser Tschej: Das Hochtal liegt auf 1700 Metern und verspricht beeindruckende Ausblicke. Neu angeboten werden geführte Skitouren, zum Beispiel auf den 2153 Meter hohen Frudiger – Aufstieg und Abfahrt sind mit insgesamt



570 Höhenmetern auch für Anfänger ohne Probleme zu bewältigen. Ein Erlebnis für Schwindelfreie verspricht ein Eiskletterkurs: Am Eisturm in Pfunds lernen Aktive, wie man Pickel und Steigeisen richtig setzt. Im Anschluss geht es an einen der sieben gefrorenen Wasserfälle der Region – wo man die neu erworbenen Fertigkeiten in wildromantischer Natur erproben kann.

Info: Tel. 0043/(0)50/22 51 00, [www.tiroler-oberland.com](http://www.tiroler-oberland.com)



## „TransTirol BikeRallye“ auf neuem Rundkurs

Wer mitfahren will, muss sich ranhalten: Die Anmeldung für die „TransTirol BikeRallye 2014“ läuft bereits – obgleich das beliebte Event erst in circa sechs Monaten, vom 29. Juni bis 5. Juli 2014, über die Bühne gehen wird. In diesem Jahr verläuft die Strecke erstmals auf einem neuen, spannenden Rundkurs von und nach Imst. Die Etappen führen über das Marienbergjoch ins Tiroler Wipptal, über den Alpenhauptkamm bis nach Südtirol und wieder zurück ins Tiroler Oberland. Die

Teilnehmer erwarten malerische Ortschaften, beeindruckende Panoramen und – selbstverständlich – jede Menge „wablbeißende“ Strecken. Am vorletzten Tag finden in Sölden die Abschlussfeier und die letzte Übernachtung statt, bevor es dann nach Imst in Richtung Ziel geht. Mitmachen lohnt sich: Unter allen Teilnehmern der „TransTirol BikeRallye“ wird ein „Focus Super Bud 5.0“-Mountainbike im Wert von 1599 Euro verlost.

► **Info:** [www.transtirol-bikerallye.com](http://www.transtirol-bikerallye.com)

## Pistendorado Mayrhofen

Die Region gilt als Fünf-Sterne-Skigebiet und hat für Brettlfans einiges zu bieten: 133 Pistenkilometer und 53 moderne Liftanlagen warten in Mayrhofen. Dazu eine der legendärsten schwarzen Abfahrten der Alpen – die Harakiri auf dem Penken ist mit 78 Prozent Gefälle das steilste Pistenerlebnis Österreichs. Eine echte Herausforderung sind auch der „Vans Penken Park“ für Freestyler und drei Rennstrecken mit Zeitmessung. Trotzdem ist die schneesichere Region im Zillertal nicht nur für Könnler geeignet – auch Anfänger und Genießer finden hier jede Menge Raum zum Austoben: Der Ahorn zum Beispiel besticht durch seine sonnigen und breiten Carving-Pisten, die vor allem



Familien und weniger Geübten entgegen kommen. Mit freier Sicht auf die vielen Dreitausender der Zillertaler Alpen und viel Platz für die eigenen Schwünge kann man hier Skifahren von der genussvollen Seite betreiben. Selbst am Actionberg Penken gibt es zahlreiche Panorama-Abfahrten zum Carven. Beste Bedingungen dafür finden sich zum Beispiel im Gebiet um die Unterbergalm.

► **Info:** Tel. 0043/(0)5285/622 77,  
[www.mayrhofner-bergbahnen.com](http://www.mayrhofner-bergbahnen.com)



## Cruisen, Touren, Einkehren

Hier kommen Familien ebenso auf ihre Kosten wie sportliche Leistungsträger: Die Region Hochkönig im Salzburger Land steht für 120 Pistenkilometer. Außerdem gehört das Gebiet um den 2941 Meter hohen Berg zum Skiverbund Ski Amadé, der insgesamt satte 760 Pistenkilometer zählt. Diese sind so umfangreich wie vielfältig: Gemütlich Cruisen lässt es sich zum Beispiel in Maria Alm, sportliche Pisten finden sich in Mühlbach, knackige Freeride-Abfahrten warten beim Aberg-Langeck und Sonnenanbeter kommen in Dienten auf ihre Kosten. Jenseits der klassischen Strecken warten Highlights wie die Königstour, eine der schönsten Ski-Rundtouren der Alpen, auf der insgesamt 32 Kilometer und 6700 Höhenmeter zurückgelegt werden können. Unterwegs warten beeindruckende Ausblicke auf die umliegenden Gipfel. Nach einem aktiven Tag warten die legendären Hütten der Region, in denen regional aufgekocht wird.

► **Info:** Tel. 0043/(0)6584/203 88,  
[www.hochkoenig.at](http://www.hochkoenig.at)

## EVENTS · EVENTS ·

+++ 1.3. 3. Hornschlittenrennen in St. Engelmar: Kufen-Kamikaze am Skilift Grün-Maibrunn für mutige Rodelfans mit Kraft und Geschick. Teilnahme ab 16 Jahren im Team von vier Rodlern. Der Schlitten muss der Werdenfeller Machart entsprechen (kann auch gestellt werden). Teilnahmegebühr: 20 Euro/Mannschaft. Anmeldung bis zum 25.2. unter [HSFP@hotmail.de](mailto:HSFP@hotmail.de)  
**Info:** Tel. 09965/85 00,  
[www.berghotel-maibrunn.de](http://www.berghotel-maibrunn.de)

+++ 1. bis 2.3. 44. Internationaler Ganghoferlauf in Leutasch, Tirol: ältester Volkslanglauf des österreichischen Bundeslandes am Seefelder Plateau – mit rund 1500 Sportlern, die in den Kategorien „25 km Klassisch“ und „20 km Skating“ antreten. Außerdem: Skating-Marathon

über 42 km durch das Leutaschtal und Miniganghoferlauf für die Kleinen mit Würstelparty.  
**Info:** Tel. 0043/(0)664/357 12 53,  
[www.austrialloppet.at](http://www.austrialloppet.at)

+++ 9.3. Oberstdorfer Funkensonntag: Brauch zu Beginn der Fastenzeit – mit erleuchteten Funkenfeuern an vielen exponierten Stellen in und um Oberstdorf. Als kulinarisches Highlight gibt es süße „Funke-Kiechle“.

**Info:** Tel. 08322/70 00,  
[www.oberstdorf.de](http://www.oberstdorf.de)



+++ Bis Ende März (je nach Witterung): ICE-Land-Ausstellung in den Kitzbüheler Alpen. Das Alpeniglu-Dorf auf 1300 Meter Höhe, oberhalb von Brixen im Thale präsentiert sich als Kaiserschloss von „Sissi und Franzl“. Sowohl die Iglus als auch der Märchen-Komplex wurden in Handarbeit von verschiedenen Künstlern gebaut. Direkt an der Gondelstation Hochbrixen gelegen finden täglich Führungen statt (Erwachsene: fünf Euro, Kinder: drei Euro).

**Info:** Tel. 0711/34 16 90 90,  
[www.alpeniglu.com](http://www.alpeniglu.com)



## Lapland-Feeling im Bayerischen Wald



© Thinkstock



Frei lebende Wölfe und Luchse beobachten, mit dem Husky-Gespann durch die Winterlandschaft gleiten oder in einem Iglu übernachten: Was nach Lapland oder Norwegen klingt, kann man auch im Bayerischen Wald erleben. So lernt man in Frauenau bei einem Wochenend- oder einwöchigen Workshop alles über Umgang, Pflege und Fahrtechnik mit Schlittenhunden (Erwerb des Musher-Diploms von Januar bis März ab 429 Euro, [www.waldschrat-adventure.de](http://www.waldschrat-adventure.de)). Wer lieber in Eis und Schnee behaglich (!) übernachten will statt im Hotelzimmer, für den ist das „Bayerwald Igludorf Bayerischer Wald“ ein Muss – zu erreichen über einen Winterwanderweg ab Mauth ([www.bayerwaldigludorf.de](http://www.bayerwaldigludorf.de)) – immer an Wochenenden, Ferien- und Feiertagen. Tiere beobachten lassen sich in den Gehegen des Bayerischen Nationalparks im Winter besonders gut – man muss nur ihren Spuren folgen. Wichtig: Fernglas nicht vergessen!

Info: Tel. 08552/960 00,  
[www.nationalpark-bayerischer-wald.de](http://www.nationalpark-bayerischer-wald.de)



## Naturerlebnisse mit Seltenheitswert

„Nur wo du zu Fuß warst, warst du wirklich“ – lautet das Motto der AlpinSchule Innsbruck (ASI), die ihrer aktiven Klientel mehr als 400 Wander-, Trekking- und Erlebnisreisen in alle Kontinente anbietet. Auch Schneeschuhwanderungen sind im Programm gelistet – durch die Allgäuer und Kitzbühler Alpen, durch die italienischen Abruzzen oder Rumänien. Neu im Katalog vertreten sind Skitouren in Bulgarien, Langlaufen in der Ramsau sowie eine Skisafari im Bregenzer Wald. Auch neu konzipierte Gruppenreisen nach Skandinavien stehen zur Wahl, darunter geführte Husky-Touren in Mittelschweden und Nordnorwegen. Die Winterdestination Grönland lockt mit Skitouren, die vom Schiff aus starten und durch eindrucksvolle Fjordlandschaften führen. Auch hier fasziniert nicht nur die Landschaft, sondern auch Seevögel, Wale und Robben. Preisbeispiel: Die geführte achttägige Skitourenreise durch Westgrönland „Frühlingserwachen in der Arktis“ kostet mit Unterkunft auf einem Segelschoner, Verpflegung und allen Extras ab 2150 Euro.

Info: Tel. 0043/(0)512/54 60 00, [www.asi.at](http://www.asi.at)

## Wandern ohne Leistungsdruck



Der Stille lauschen, die Schönheit der Natur genießen, Wandern ohne Leistungsdruck, eine positive Gruppenatmosphäre erleben: „Roman Mueller Treks & Meditation“ setzt andere Schwerpunkte

als klassische Reiseveranstalter. Die Kurse und Trips des Freiburger Bergspezialisten zielen darauf ab, die Teilnehmer „innerlich zufrieden und reicher“ zu machen. Im Programm 2014 finden sich unter anderem vier Wanderkurse in den Alpen – mit abwechslungsreichen Tourenwochen im Ahrntal und im Rätikon sowie anspruchsvollere Hüttenwanderungen wie „Zu Fuß über die Alpen“ und dem „Piz Kesch-Bernina-Trek“ (jeweils circa 600 Euro inklusive Halbpension). Zu den Höhepunkten des aktuellen Angebots zählt der „Tsum Valley Trek“ entlang der 2008 neu eröffneten Trekkingroute des Tsum-Tales in Tibet. Diese außerge-

wöhnliche Reise führt in ein abgeschiedenes Tal des nepalesischen Himalaya und bietet Einblicke in die lebendige tibetisch-buddhistische Kultur und die Einsamkeit der vergletscherten Bergwelt (Termin: 23.10. bis 15.11., Preis inkl. Flug, Hotel und Vollpension 3890 Euro).

Info: Tel. 0761/488 16 64-65,  
[www.roman-mueller-seminare.de](http://www.roman-mueller-seminare.de)

## Reiz der Gegensätze

Skifahren in St. Moritz, wohnen im Bergell: Wer die Abwechslung liebt, dürfte mit dieser Kombination im Oberengadin gut bedient sein. Während das traditionsbewusste Tal Bergell zwischen Malojapass und dem italienischen Chiavenna für Ruhe und Abgeschiedenheit steht, trifft sich auf den Pisten und Langlaufloipen von



St. Moritz die Wintersportgemeinde der gehobenen (Preis-)Klasse. Die beiden Gegensätze und ihre Vorzüge miteinander zu verbinden, ist nicht nur reizvoll, sondern auch bezahlbar. Preisbeispiel: Zwei Übernachtungen mit Frühstück und Skipass für das gesamte Oberengadin mit 57 Liftanlagen und 350 Pistenkilometern sowie kostenloser Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel sind bereits ab 150 Euro pro Person zu haben.

Info: 0041/(0)81/822 15 55, [www.bregaglia.ch](http://www.bregaglia.ch)

**www.fincalacampana.com**  
 Klettern, Mountainbiken, Wandern  
 im sonnigen Andalusien.  
 Unterkunft in gemütlichen  
 Ferienwohnungen El Chorro.  
 Tel.: 0034 626 963 942 info@fincalacampana.com

Schmalfilm und Video auf DVD  
 www.filme-sichern.de  
 Tel.: 08458/381473

Wintersport in Schweden  
**RUCKSACK REISEN**  
 Ski, Langlauf  
 Schneeschuh  
 Tourenski  
 Hundeschlitten  
 0251-871880 www.rucksack-reisen.de

**ALPIN** GEMEINSAM UNTERWEGS  
 www.amical.de  
 08322 98 74 788

www.  
**berghuetten.com**

**KILIMANJARO**  
 Höchster Berg Afrikas  
 5895 m  
  
**DIK DIK**  
**INDIVIDUELLES REISEN**  
 eigenes Hotel mit eigenem Reiseunter-  
 nehmen in Tanzania  
**KILIMANJARO, Mt. MERU und**  
**SAFARIS Spezialist**  
 dikdik@habari.co.tz  
 www.dikdik.ch

**Skiurlaub auf der Hütte!**  
 450 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers.  
 in den besten Skigebieten der Alpen  
 Katalog: 0251/899 05 30  
 Online buchen/Katalog ordern:  
 www.Frosch-Ferienhaus.de

**Anzeigenschluss für**  
**DAV 02/14 ist am 7.2.2014**

**BHUTAN**  
 ... MIT FREUNDEN UNTERWEGS  
  
**INDIVIDUELLE REISEN NACH BHUTAN: Kultur & Trekking**  
 LINGHI-LAYA TREK \_ zu den heiligen Bergen der Layas \_ 20 Tage ab 3.890 €  
  
 Weitere Infos unter:  
 Fon +49 . 661 . 2502630  
 info@berghorizonte.com  
**www.berghorizonte.com**

## KLEINANZEIGEN

### VERMIETUNG

**Bei Les Arcs:** Schönes, umgebautes Bauernhaus, für 10 oder 20 Personen, Sauna, 5 Bäder, 2 Küchen. sypaulus@gmail.com

**Berchtesgadener Land:** Zimmer mit DU/WC in gemütlichem Bergbauernhof an NR zu vermieten - Kinder willkommen. Tel. 0 86 50/3 28

„Herrlich gelegenes Berghaus“ in einem Seitental des Kleinwalsertales wochenweise zu vermieten. 12 Schlafplätze u. Parkplatz. Anfragen an DAV-Sektion Memmingen, Postfach 15 12, 87685 Memmingen. Tel. 08331/5258 Die + Do. , 17 - 19 Uhr.

**Allgäu:** 2 FeWo's (je 130qm) in ehemaligen Berghütte. www.kuckucksnest-allgaeu.de

**FEWO** La Gomera Kanaren www.gomera-pur.com

**CH-Randa/Zermatt:** Komf. FeWo, 60 qm, TV, Terrasse, ganzjährig geheizt, für 2-4 Pers. zu vermieten. Tel. 07331/941417 ab 19.00 Uhr

www.ferienwohnung-arco-gardasee.com

**FeHs** auf Wanderinsel La Palma - sonnige Westseite für 2-5 P., von privat zu vermieten. Tel. 06190-72747 od. www.casa-katarina.de

**Toscana** www.toscana-mare.de, 08662-9913

**Minerve:** Ferienhaus für 5-10 Personen, www.kletterferien.de

**Tiroler Kaunertal,** uriges Selbstversorgerhaus (max. 25 Pers.) Skifahren, Wandern. Tel. 0421-37811980, www.sunna-huette.de

**Mallorca, Valldemossa,** 3 komfort. Ferienhäuser für 2-6 Pers. in zauberhafter privater Finca m. Pool, ideal f.Wanderer, ab 70,- € p. T. Tel. 040/6523811 oder www.jubserrano.com

**Reit im Winkl (Bayern):** Wohlfühlen und Entspannen - 2 Zi-FeWo\*\*\*, gehobener Wohnkomfort im Landhausstil, zentr. sehr ruhige Lage - Wandern, Klettern, Biken, Baden. Wir freuen uns auf Sie! www.ferienwohnung-12-reit-im-winkl.de

**Ferienhaus-Monti-Fraenkische-Schweiz.de**

**Ursprüngliches Griechenland!** Sonne! Traumhaus am Meer! Ganzjahresziel Mani, Strand, Natur pur, Wandern, Reiten, 2 FeWo, je 2-8 Pers., Tel. 0177-3021476

**Schweden Mora** eins. Wildnishütte am See m. Kanu, Kajaks, Sauna. www.schweden-hütte.de

**Andalusien:** FeHs mit Komfort, Meer + Bergblick, priv. Pool, ideal für Wandern, Meer, Erholung: www.villa-andalusien.de

**Traumh.** FeWo 70 qm, sonn. ruhige Lage, freier Bergblick, www.fewo-kufstein.at

**Bergbauernhaus** Zilltal, Stube, Bad, Küche, 3 Schlafz. zu vermieten. evaseib@libero.it

**Pontresina** Fewos, 2-5 P., Tel. 07151-21890

**Südfrankreich:** Wandern, Klettern, Biken im Weltnaturerbe Süd-Cevennen - Apartement für 2 (max. 3) www.gangesherault.eu

### VERSCHIEDENES

**Fasten-Wander-Woche** Tel./Fax: 0631-47472

**Suche Silvester 2014/15** (27.12.14 - Sa. 03.01.2015) für 10 Pers. (ordentliche Großfamilie) Hütte/FeWo/Pension in den Bergen. Tel. 06032-804085

**Suche Alm/Hütte** zum Bewirtschaften für Sommer '14 (März-Sept.) T. 016096445826

**Bergtouren,** auf Spuren 1. Weltkrieg, wer hat Lust? Info: www.gebirgskrieg.de

**Ein Traum:** In den Schweiz. Alpen leben! 60-jähriger Arzt übergibt wegen Krankheit Praxis in Göschenen (u. Andermatt) auf 01.04.13. Gute Aussichten für jung. dyn. Arzt, Infos: fe.rueegg@bluewin.ch

### REISEPARTNER/-IN

**NEUSEELAND:** Natur-, Kultur-, Erlebnisreise durch eines der schönsten Länder auf dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harald Dindorf, in kl. familiärer Gruppe, durch faszinierende Landschaften reisen. Tel. 07551/301166, www.harrytours.de

www.bergfuehrer.com... gemeinsam zum Ziel

**Rm 6, 7, 8:** Pensionär, 56, ambitionierter Bergwanderer (auch mehrtägige Touren), aber auch Schwimmen, Rad u. Skilanglauf, sucht Gleichgesinnte zw. 50-70, welche insbesondere auch unter der Woche Zeit haben. Tel. 0173-5121494

**Nette** Begleitt. z. Abfahrtsski, letzte Februarwoche gesucht von (w, 59) mokald58@yahoo.de

**April** Trekking Nepal bei Gokyo, Kumchung, Choynd und Klostertour nach Buthan, alles vor Ort organisiert von reiseerf. (w. 59) mokald58@yahoo.de

**Via Claudia** Augusta Pfingsten 2014. Wer hat Lust diese Raddtour zu unternehmen? Von südl. Mü. - Gardasee. Gem. Planung. via\_claudia\_augusta\_2014@web.de

**Rätikon-Höhenweg:** Bergtour durch's Dreiländereck Schweiz, Lichtenstein, Österreich, Hüttenwanderung vom 20.-26. Juli, nette kleine Gruppe (40-58 J.) Wer will mitwandern? raetikonbergtour@web.de

**Stubaier Höhenweg:** Schöne Bergtour durch die Stubaier Alpen am Fuße der Gletscher, Hüttenwanderung vom 17.-23. August in kleiner, netter Gruppe (38-59 J.). Alles Weitere unter: stubaieralpen@web.de

**Mustagh Ata 7546 m,** Expedition 18.07.-16.08.14 m. Ski o. Schneeschuh, kleine Gruppe, priv. organ. Tel. 08586-2905, 18-24 Uhr

**Berge erleben**  
Der Bergreise-Partner

Skitourenwoche Allgäu  
Schneeschnur-Touren  
Haute Route · Tiefschneekurse  
Lawinencamp · Eisklettern

Der Bergreise-Partner  
**Alpenschule**  
OBERSTDORF

Telefon +49(0)8322/94075-0  
www.alpenschule-oberstdorf.de

Bergsteigen - Trekking - MTB  
www.suedamerikaexplorer.de  
Peru - Bolivien - Ecuador - Argentinien

**NEU: Hotel Tauferberg Ötztal**  
A-6441 Niederthal 12a - Tirol  
Tel: 0043/5255/5509  
Email: info@taufferberg.com  
Web: www.taufferberg.com

Loipe und Familienschiebgebiet beim Hotel.  
Neue Zimmer, Suiten, Sauna- & Wellnessbereich.  
Wintererlebnis ab € 49,- p.P. inkl. Halbpension  
4 Tage Winter Aktiv Wahlpauschale ab € 289,-

**Skilanglaufreisen nach Skandinavien**  
www.die-vagabunden.de  
☎ 0 52 01 - 73 47 42

**Nepal - Indien - Tibet - Bhutan**  
www.HIMALAYA.DE  
Die Trekkingexperten – gut & günstig

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona  
**Zu Fuß über die Alpen**  
**Bergschule Oberallgäu**  
www.alpenschule.de ☎08321/4953

**Durch den Winter gleiten**  
**Natours**  
Aktive Urlaub erleben  
www.natours.de

Trekking **NEPAL** Bergsteigen  
om-mane-trekking.com

**TREKKING LITE STORE**  
www.trekking-lite-store.com

www.atlas-verlag.de/  
DAV-Anzeigencoupon

**Pension Maria\*\*\*\*5** Antermoia im **Gadertal**; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler; für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt; Wandern, MTB, Motorrad;  
HP ab € 45,- Fam. Erlacher  
Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: info@pension-maria.it

Pension Maria \*\*\*\*5  
www.pension-maria.it

**Salecina – dein selbstverwaltetes Bildungs- und Ferienhaus, im Grenzland Engadin/Bergell, Schweiz.**  
Nicht einfach zu beschreiben – einfach zu erleben.  
**Winter 2014:** Schneeschuhwanderungen, Skitouren- und Langlaufwochen. Ideal für Kinder, Erwachsene, Einzelne und Gruppen.  
Salecina, Tel. 0041 81 824 32 39 - info@salecina.ch, www.salecina.ch

WÜSTEN WEITE WINTER  
**puretreks.de** \*

www.4x4islandreisen.de  
Erlebnisreiche Campingreisen auf Island.  
Max. 7 Personen pro Tour im Allrad-Truck.

## KLEINANZEIGEN

**8 Tage** wandern auf den kanarischen Inseln ab 3 Personen, priv. Pkw, Finca m. Pool 26.04 Gran Canaria, 26.04. Fuerteventura, 04.05 Teneriffa m. Teide, 12.05. Lanzarote, 07.06. La Palma, 15.06. Teneriffa m. Teide 14.06. La Gomera. Indiv. Betreu., priv. organ. Tel. 08586-2905

**Skitour Elbrus.** Privat organisiert, im Mai 2014. Mail an: galerano@web.de

**Afrika Extrem** 18.08.-07.09.2014, 7 Tg. Mt. Kenia 5199 m, Nordwand IV im Nachstieg, 6 Tg Kilimanjaro 5895 m, neue Eistour 50°, 4 Tg. Safari in Serengeti u. Ngorongoro-Krater. Kleine Gruppe, indiv. persönliche Betreuung, priv. organ. Tel. 08586-2905, 18-24 Uhr

**Kilimanjaro** 18.08.2014 - 07.09.2014 7 Tg. Mt. Kenia Umrundung Pt. Lenana 4985 m, 6 Tg. Kilimanjaro 5895 m, Umbweroute 4 Tg. Safari in Serengeti u. Ngorongoro-Krater. Kleine Gruppe, indiv. persönliche Betreuung, priv. organ. Tel. 08586-2905, 18-24 Uhr

**Mexiko** Vulkane u. Kultur 17.11.-01.12.2014. Kleine Gruppe, individuelle Betreuung, priv. organ. Tel. 08586-2905, 18 - 24 Uhr

**Kilimanjaro/Mt. Meru** 29.12.-15.01.2015, 4 Tg. Meru 4566 m, 6 Tg. Kilimanjaro 5895 m, 3 Tg. Serengeti, 1 Tg. Ngorongorokrater. Kleine Gruppe, indiv. persönliche Betreuung, priv. organ. Tel. 08586-2905, 18 - 24 Uhr

**Sportlicher** 78er sucht passende Begleitung für Skiurlaub in Davos. weisersepp@yahoo.de

### BEKANNSCHAFTEN ALLGEMEIN

**Sportliche**, 57-jährige Oberallgäuerin sucht Gleichgesinnte (m/w) für MTB u. Skitouren. Handy 0160-6066875

**Rm 30:** Wetterfeste wanderfreudige Paare 50+ gesucht für ausgedehnte Touren in der Umgebung. wandern-hannover@gmx.de

**Aktive** Mit-50orin sucht gleichaltrigen!!! Sportpartner zum Skifahren/Radeln/Reise im Großraum Zwickau. gsiebdtrath@gmx

**Winterglück** durch unbezahlten Urlaub: Schneebegeisterte 48erin, OAL sucht Gesellschaft für Genusskitouren & Freeride. Winterglueck2014@web.de

**Wer geht mit mir (w/61)** auf Berg- u. Ski Tour? Gemütliches Tempo u. Begeisterungsfähigkeit erwünscht (Rm 8). Chiffre 2063/15948

**Rm 6/99:** Lachnudel (w/37/170) sucht Kumpelinnen/-s (35-40 Jahre) für Reisen/Wandern/Spaß/Freizeit an Wochenenden etc. rennhenne76@gmx.de

**TS:** Bergziege/52 ist neugierig, wer sie bei ST begleitet. sylvia-goldmann@gmx.de

### SIE SUCHT SIE

Wo sind die Frauen, welche wie ich, von Frauen und vom Klettern begeistert sind? Ich (43/Rm MZ), lebensfrohe, attraktive mit vielen Facetten freue ich mich auf Dich, die Humor/Herz/Hirn hat. kletterglueck@web.de

### SIE SUCHT IHN

**FR:** Köchin aus Leidenschaft 45/1.74/NR, Improvisieren + Spazieren im Regen + auf unbefestigten Wegen, Morgenluft + Küchenduft + Dauerkuss im Minibus. Das mag ich + was magst Du? Chiffre 2063/15917

**Rm 9:** Finde mich :-)) 47/1.68/67. Letzte Waldfee (familiär, unkonv.) lädt eine andre Seele zu sich ein. makkaroni01@web.de

**W/33/MUC/1.74/60** (Akad.), gerne in Bewegung im In- und Ausland auf Gipfeln, am Wasser oder in der Wüste, in Skistiefeln, Wanderschuhen, City-High-Heels, klass. Büro-, Zumbasport- oder Tanzschuhen. Doch paarweise läuft und lebt es sich schöner! Mit dir? BmB an goldrausch80@gmx.net

**32 J.** sportl., kesse, lebenslustige & humorvolle Sie aus München, sucht passendes Gegenstück für Sport, Spaß, Reisen, Berge und Me(h)er, bergeund-mehr@web.de

**Rm 91:** Wir können gut ohne einander - zusammen ist es bestimmt schöner. Wir lieben das gute Essen, die Berge und Natur, sind spontan, gebildet und lebensfroh, mögen auch Kunst, Kultur, Reisen u. auch mal Pause. Ich 53 J./1.59/59 freue mich auf Dich, einen Partner im passenden Alter für gemeinsame Wege, am liebsten für immer. Schön wäre mit Bild an: natura1960@web.de

**Frühstück im Bett** macht allein keinen Spaß. Stimmt's? Ich mag gute Gespräche mit Tiefgang und stehe auf Männern mit Humor. Bin eine schlanke-sportliche-lebensfrohe Sie (49, 1.64) und suche ebensolches Pendant mit breiter Schulter zum anlehnen. Bin neugierig auf Dich! micke9@gmx.net

**In Bremen** gestrandet, aber nicht verwurzelt. Ich (w./43 J./1.63/60/NR), 2 Ki. (16/12), liebe Sport, Berge, Natur, bin einfühls., vielseitig interess., lebensl. und gern draußen unterwegs (Rad, Wandern, Ski, offen für Neues). Möchte Dich lieben, mit Dir das Leben genießen und teilen. Du auch?: ankommen-bei-dir@gmx.de

**Rm HH/Ndtl.:** 41/NR/sportl./stud. sucht Gegenstück mit Liebe zu den Bergen. BmB. alciesma@gmail.com

**Rm KA:** 2014 möchte ich (w/57/1.63/66 kg) den Weg von München nach Venedig ab dem Hintertuxer Gletscher weitergehen. Kommst Du mit? Vielleicht wird ja mehr draus?! ilpentritsch@t-online.de

Bestellcoupon und Chiffre-Zuschriften an: atlas Verlag GmbH, DAV-Anzeigenabteilung, Postfach 70 02 09, 81302 München, Tel. 089/55241-226

**www.urlaub.praxmar.at**  
Tel +43 (0)5236 212  
urlaub@praxmar.at



\* Aktivurlaub Stubaier- & Ötztaler Alpen  
\* Skitouren, Langlaufen, Eisklettern, uvm.  
\* Zimmer, Lager & Appartements  
ab € 38,- / ÜN p.P. (Gruppenermäßigung)  
\* ÖAV/DAV-Mitglieder: 10% Nachlass

**Elbrus-Reisen**  
Alexios Passalidis

Bergsteigen, Trekking, Skitour im:  
Kaukasus Elbrus, Kasbek, Dombai  
Altai-Gebirge Belucha und Trekking  
Pamir Pik Lenin und Trekking  
Tien-Schan Khan Tengri, Trekking  
Fan-Gebirge Trekking und Kultur  
Kamtschatka Skitour und Trekking  
Baikalsee Trekking und Kultur

www.elbrus-reisen.de  
elbrus-reisen@arcor.de  
Tel: 0331/2805354  
Fax: 0331/9512392

**Ski-Coaching für Schontechniken**  
www.bb.info

Lehrgang für Skilehrer und Übungsleiter  
+ Kurse für Skifahrer mit körperl. Handicaps

EXPEDITION GEMEINSAM UNTERWEGS  
www.amical.de  
08322-9874788



**FASZINATION COMER SEE**  
Ferienhäuser & Fewo's mit Charme  
www.labreva.com - 08178/ 997 87 87

**Ihr Reisepartner für Pauschal und Individualreisen**

KENIA \* TANSANIA \* KILIMANJARO \*  
MT. KENIA \* ECUADOR \* MAROKKO \*  
INDIEN \* ARMENIEN \* IRAN u.v.m.

Schloßstr. 6  
82131 Gauting  
Tel. +49 (0)89 8505560  
www.reisch-reisen.com  
E-Mail: harry.reisch@web.de



**Trekking & Meditation**  
ALPEN  
TIBET  
NEPAL  
0761- 488 1664  
www.roman-mueller-seminare.de



**NUR WO DU ZU FUSS WARST, WARST DU WIRKLICH.**



**ASI**  
Wirklich Reisen

**KOSTENLOSE KATALOGBESTELLUNG**  
WWW.ASI.AT/KATALOG

Alle weltweiten Wander- und Trekkingreisen finden Sie unter [www.asi.at](http://www.asi.at) | ASI Wirklich Reisen | +43 512 546 000

## KLEINANZEIGEN

**Allgäu** u. Umgebung: Jugendliche, attraktive, aufgeschlossene Sie (50), sehr sportlich u. aktiv, liebt Berg(e), Rad- u. Skitouren, Sonnenschein, gute Gespräche uvm. Hast Du Lust, mich als zuverlässiger Bergpartner mit Herz, Hirn u. Humor (bis 55) zu begleiten und wir finden gemeinsam die Herz-Ass Route? BmB an: schmaechtele@gmail.com

**OBB:** Biete sportlich-niveauvolle Partnerschaft für Berg/Tal und alle Lebenslagen, w/53 J./1.65/54 kg. sonneundfels@web.de

**Kosmopolitische**, sportl. Neumünchnerin (44/1.77) sucht netten ihn für alles, was in den Bergen, am See, in der City, zu zweit so viel mehr Spaß macht. accha9@gmail.com

**Rm M:** Frohnatur, sportlich, taff, spontan, humorvoll, 54/1.65/schlank, sucht ebensolchen fischen Naturburschen mit Herz u. Grips für die Auf und Ab's in Berg und Tal, evtl. Leben. BmB an bergmaus13@freenet.de

**Seltene Kombi** für gemeinsame Zukunft gesucht: Sportliche Bergabenteuer ebenso wie Passion fürs Waidwerk (35/1.66/Akad.) z.Zt. Rm 3, langfristig flexibel. grueneberge3@gmail.com

**Rm 83:** Vielleicht sind wir uns schon begegnet? Wenn Du im Inntal u. angrenzend unterwegs bist (auch MB, Schneesch.) gut möglich! Sie, 40, 1.75, r, würde das gerne zu zweit tun. Freue mich auf eine Nachricht (m. Bild): berggams74@gmx.de

**Chiemgauerin** 50- jugendl., femin. Typ, schl. Ob Bergschuh, Dirndl od. Abendkl., viels. Lausdirndl, sucht tierl. Bursch, f.d. Achtsamkeit k. Fremdwort ist. stille-am-see@gmx.de

**Rm 5:** Attr. Optimistin (46/1.70/Kinder) sucht für Tisch u. Bett, Wandern u. Theater einen humorv., mutigen Gefährten. BmB an: dieunverwechselbare@hotmail.de

**RO:** Finden wir uns? 46, 1.58, 52, mit Lust auf Natur und Kultur, Bewegung und Begegnung. Freue mich auf passendes Gegenstück. BmB an: blume-im-wind@web.de

**Rm 8/9:** Suche verwegenen Mann ca. 40-50, mit dem ich in die Ferne schweifen kann. Dem der Weg nicht zu weit, der Berg nicht zu steil, der Gipfel nicht zu hoch ist. Tramontana@gmx.de

**Rm 8/9:** kletter + radlbegeisterte Frau (44, NR) sucht wind + wettertauglichen Mann, mit dem sie unter 1000 Sternen übernachten und das Leben genießen kann. werkommtmit@gmx.de

**Rm M:** Sportl. Sie 68, 1.75, recht jugendlich, flott u. fit, optimistisch, humorvoll. Neugierig auf Dich - einen weltoffenen, ausgeglichenen u. einfühlbaren Mann. Mit Ihm möchte ich gerne Natur erleben b. Radeln, Wandern, Skif. (Alp.+LL). Reisen, reden, lesen, Musik hören, Theater/Konzerte besuchen. Gemeinsam kochen, gutes Essen genießen. Das Wunschziel: Eine tiefe, ehrliche, harmonische Partnerschaft. eliaeren@t-online.de

**Raum 82:** Lebenslustige, sportl., bergbegeisterte Sie (60 J.) sucht Begleiter für die Berge und vielleicht mehr! E-Mail: bergelk@t-online.de

**Das Leben ist schön**, zu zweit noch schöner. Rm 70-75. Du bist im Leben angekommen, begegnest mir auf Augenhöhe, siehst mit dem Herzen gut, Bewegungsmensch statt Couch-Potatoe, bezeichnest Kultur nicht als Fremdwort? Ich (w/50+/1.65/55) freue mich auf Deine Zuschrift. BmB an: naehe2013@gmx.de

**Gibt es Dich?** Fitte, 74ige Ww., Nbg/SC sucht Begleiter f. Ski-/Radf., Wandern, Kultur. Wenn`s passt, evtl. mehr. enggi@t-online.de

**Raum M/OBB:** Gemeinsam den Bergwinter und -frühling genießen...bei Tiefschneeabfahrten und Firnskitouren bzw. ausgedehnten Wanderungen durch die verschneite Bergwelt...das wünscht sich eine attr., 51-jähr., weltoffene Akad...und sucht dazu den passenden sportl., humorv., gebild., ungeb. Begleiter zw. 47 und 63. Chiffre 2063/15956

**Rm 89/90/91:** Du bist auch 30-40, schlank, NR, offen, kinderlos, umhergekommen, Akad.? Willst zus. sporteln, reden, Nähe, reisen, Familie? :- ) zweivoran@yahoo.de

**Rm 7:** Sportlich und spirituelle 49 jährige Frau sucht humorvollen, naturverbundenen Mann ca. 50 Jahre für Bergtouren und den Rest des Lebens. Chiffre 2063/15957

**Rm Nbg:** Sportl. Sie 52 s. Partner 50-57 f. Bw/Ski/Rad/Reisen. Chiffre 2063/15958

**Lebensfrohe** End-50-erin sucht unkompl., humorv., gebildeten u. sportlichen Mann an ihrer Seite, für die Berge u. das Meer, für Reisen u. Kultur. viaje14@yahoo.de

**Rm 8:** Spontane, humorvolle, sportl., kultur und musikbegeisterte Münchnerin, Gourmet in jeder Beziehung, liebt die Natur-Abenteuer, reist sehr gerne, Touren/Ski/Wanderungen/Rad, NR/58/1.64/48, attraktiv, freut sich auf Dich! Chiffre 2063/15959

**Rm ER:** Kein Weg zu weit, kein Trail zu steil, kein Menü zu schwer. Sportl. Sie (50/1.65/54/ NR/Akad.) sucht ihn (50+/-5) für MTB, BW, Kochen uvm. dryandra@web.de

**Lebensfrohe** Sie (56/1.63/schl.) verw., NR, natürlich, weltoffen, christl. Werte, sucht warmherzigen, gebildeten (Seil-)Partner f. Klettern, Ski, HT, KS u. allen Aktivitäten f. Outdoor in Südd. A, CH, BmB u. FN. Nr. Chiffre 2063/15960

**Rm 4/5:** Sportl., aparte Sie, Wander- und Alpen-Trekking-Fan, 58 J./1.58/51, sucht warmherzigen, klugen Mann als Wanderpartner uvm. BmB an: Rheinlady1955@web.de

**Rm 83:** 31, welcher nette Naturbursche, teilt mit mir, die Begeisterung für die Berge? BmB an: anmasch82@gmail.com

**Ihr Korsika Urlaub 2014**

FERIENDORF ZUM STÖRRISCHEN EISEL  
Korsika Urlaub, der verbindet.

93% Aktuelle Weiterempfehlung!  
Code scannen und Video ansehen:

**Jetzt buchen und Vorfreude genießen!**

Unsere Spezialisten beraten Sie gerne:  
Gratis Tel. 0800 589 3027  
www.rhomberg-reisen.com/feriendorf  
Reisebüro Rhomberg GmbH, Eiseng. 12, A-6850 Dornbirn  
www.rhomberg-reisen.com/video

**rhomberg**  
mehr vom Leben

**La Palma. Finca de la Suerte**  
Sonnenerwärmte Westseite. Pool, Meerblick. Drei Apartment-Häuschen mit Frühstück. Open Air Küche. www.la-palma.de/fincasuerte

**TREKKING GEMEINSAM UNTERWEGS**  
www.amical.de  
0 8322 9874788

**WELTWEIT mit Freunden reisen**  
Individual & Gruppenreisen  
Trekking \* Safari \* Kultur  
und VIELES mehr

**HENKALAYA**  
Reisen GmbH & Co.KG  
Hollerstück 4 \* 35232 Friedensdorf  
Tel.: 06466 912970 \* Fax: 912972  
www.henkalaya.de  
henkalaya@t-online.de

**Auszeit auf der Alp**  
www.raum-und-weite.net

www.atlas-verlag.de/  
DAV-Anzeigencoupon

BOLIVIEN - PERU - CHILE - ECUADOR - 6 000ER  
www.SUEDAMERIKA TOURS.DE  
TREKKING & BERGSTEIGEN - INKA KULTUR  
Thomas-Wilken-Tours - Tel: 05295/995674

## KLEINANZEIGEN

**Suche überall:** Sportl., attr. Er, 47-53 J. mit sich im Reinen, trittsicher am Berg und auf dem Parkett. Biete entsprechendes weibl. Gegenstück. Ecommi@gmx.de

**Rm 09** gemeinsam genießen: Für Berge, Gespräch, Kultur, Klettern, Kuschneln sucht wunschzeit@gmx.de Gefährten zw. 47-56 J.

**84:** Hand in Hand durchs Leben, am Lagerfeuer reden, lachen, schmuse, Berge, ans Meer, das wünscht sich attrak., natürl. Sie, 46. BmB an: ichbineinmalig@web.de

**M:** Bin 41, 1.78, attrak.- & kommunikativ, humorvoll & sportl. Suche Pendant, der es versteht, in- & outdoor, das Leben zu genießen. BmB an: undlos\_jetzt@web.de

**Optimistin,** reiseerfahren, gerne draußen beim Bergwandern, Klettern, sucht weltoffenen, bergbegeisterten Partner (60+) mit Esprit und Empathie. (Rm 6-9) Landregenstille@gmx.de

**Rm 7/8:** Naturverb. Sie (39/1.64/schlank) sucht lieben Ihn (stud., NR, bis 43) für Langl., Wandern, Rad, Reisen, Kultur, Familie,...BmB an: nouvelepoir14@gmail.com

**Es kommt** darauf an, bewegt zu sein, zu lieben, zu hoffen, zu schauern und zu leben (A. Rodin) neugierig? Was spricht Dich an? (42/1.69/Akad.) BmB an: bergerleben1@web.de

**Rm 4/5:** Aktive, vielseitige Sie, 52, 1.73 gebildet, sportlich, unkompliziert, sucht ebensolchen Ihn zum Wandern durch die Berge der Welt und durchs Leben. BmB an: gerneweltweit@gmail.com

**Rm 88:** Heitere Sie, 37, 1.65, o. Anhang sucht nicht Mr. Perfect, sondern einen ungeb. Ihn, bis 45, mit liebevollen Ecken und Kanten für Gipfel- und Lebensglück. BmB an: sonnentor76@gmx.de

**Lust auf** Schneeballschlacht? Humorvolle, attr., sportl. Mädli (30/1.70) aus Rm 86 sucht Dich Gleichgesinnten mit Herz & Humor zum Leben, Lachen, Genießen. Freue mich auf Deine Mail! coromandel83@gmx.de

**Rm A/OA:** Ich (32/NR/stud.) bin keine Extremsportlerin aber dennoch gerne draußen aktiv: beim Bergwandern, mit dem Mountainbike, dem Kajak, beim Spazieren gehen mit dem Hund und im Winter gerne auch mit Ski, Rodel oder Schneeschuhen. Ich reise gern und nach überall, lege Wert auf Kultur und ein liebevolles, gemütliches und gepflegtes Zuhause. Wenn Du (NR) glaubst, dass wir zusammenpassen, schreibe mir. BmB an: 17summergirl08@web.de

**Lust** gemeinsam schöne Aussichten am Berg, im Tal u. Alltag zu genießen? Rm 72, 49/1.71, schlank. schoene-aussichten@gmx.net

**Nbg, 34:** Wer baut mit mir einen Schneemann, umsegelt die Welt oder erklimmt unsere Gipfel :-)? 1-schneemann@web.de

**Rm M:** Symp. Sie (47/1.76/stud.) sucht Dich (50+/NR/Akad.) für gem. Winter. Neuanfang mit Herz/Humor & Freude an LL/Ski Alpin uvm. BmB an: wintersonne2014@gmx.de

**M:** Kommst Du mit in die Berge & genießt die schöne Aussicht mit mir (35/1.80)? BmB an: winter\_zauber13@gmx.de

**OAL:** Viels. Sie 45 J./1.60/56/NR/alp. Allround. sucht Dich Bergtänzer (gleich- altr.) f. gemeins. Unterwegssein & Kultur, gibt's Dich? BmB an: tangoberge@web.de

**M:** Attraktive Sie, 44, 1.72, schlank, sportlich, blond, unternehmungslustig, sucht charmanten, niveaувollen Partner in München/nahe Umgebung. Email mit Bild an: gabriele.ulm@gmx.de

**Rm 7:** Akad. mit Bodenhaft, Familiensinn und Herz am rechten Fleck (bis 48 J.)...fürs Kleine und Große...Seehupfen, BW, KST...von nat., sportl., weltoff., gebild., trad., rücksichtsv., Sie (45/1.55/55, s.g. vorzeig.) ges - BmB an: gemeinsamlieben@gmx.de

**Hübscher** Einsiedlerkrebs (1.65/34) sucht attraktives und aktives Gegenstück zum Zweisiedeln. zweisiedler79@gmx.de

**Liebe** Skilanglauf, Musizieren uvm...Attr. Frau /43/NR/Akad/Rm4) sucht Mann mit Herz und Verstand. cello20@freenet.de

**OB** und überall: Berg + bewegungssüchtige Sie (ST, HT, Freeriden, MTB, RR und mehr) - 48, 1.75, blond, attr., authentisch, humorvoll und reiselustig - sucht einen niveaувollen, geländegängigen Weggefährten mit HHH für gemeinsame Berg- und Talerlebnisse und ein nicht alltägliches, aber alltagstaugliches Miteinander auf Augenhöhe. Ich freu' mich! Bitte nur mit Bild an: bergundtal1507@gmx.de

**W(er)** ist lustig, sportlich, bergtauglich und möchte sie (36, 1.74, NR) mit Hund kennenlernen? Raum Allgäu, Ulm und Umgebung. BmB an: steinbock2013@gmx.de

**Rm 38:** Durch den Schnee stapfen, am Fels klettern, im Fluss baden, auf Seen paddeln! Bin 36, suche lebendige und vertrauensvolle Partnerschaft. Schreib gern an: kimbara@gmx.de

**Berggense** (50) sucht Berggamsbock - ich suche Dich sportlich, unternehmungslustig, um neue Wege zu erkunden. christine.m63@gmx.de

**Wann** kommt endlich der Prinz auf seinem scheid Gau? Attrakt., sportl. (Klettern, Ski, MTB, Wandern...) 63 J. junggebl. Fränkin sucht Partner f. Sport + Kultur + Reisen + mehr. BmB an: mickey13@t-online.de

**ER SUCHT SIE**

**Rm 7:** Er (36/1.77/74) sucht humorvolle Partnerin zum Wandern, Klettern S. 4-5, Lachen und alles was zu 2. Spaß macht. Kreis GP mit Bild. tw.1977@mail.de

**73 ES/m/54/1.71** sucht Dich für gemeinsame sportl. Unternehmungen (Berge, Rad ...) + Kultur. Antw. m. Bild an: aw59@web.de

**Rm 83:** Alpinist (43/1.86/84) mit breiter Schulter und Humor, sucht Lausdrindl für ein buntes Leben! rainbowfinder@web.de

**Rm 88/87:** Sanfter Riese 36/1.94/90 sucht Fee für traumhafte Touren in der Natur und mehr. BmB an: naturfex@freenet.de

**Basel CH:** Schneeleopard (48, 1.76, Akad.) sucht berggängige, verschmuste Wildkatze (35-50) mit eigenem Kopf, u. U. auch m. Anhang. Bin viel u. gerne in Schnee, Eis u. Fels unterwegs (ST, HT, KT). XY-Cromosomensatz, trotzdem passables Sozialverhalten, konflikt- und kommunikationsfähig. Lacht, kocht u. liest häufig. Allergien u. Unverträglichkeiten: Seilbahnen, Fast Food. Kontakt: xyschneeleopard@gmx.ch

**Warum** nicht zusammen? Ich (m/25) suche lebensfrohe, wander- u. kletterbegeisterte Sie. Hast du Lust auf das gem. Abenteuer Leben in- u. outdoor? 2beiniger Anhang kein Hindernis. BmB an: jmj.voigt@t-online.de

**Schwarzwald,** Kosmopolit u. Leidenschaftler, 50, NR, nichtakadem, nicht fehlerfrei, mit leicht unkonventionell anmutendem Alltagsleben, jedoch grundfesten Lebensweg, ohne Altlasten, sucht Gefährtin für den Pfad zu zweit. Bin recht aktiv, schlank, 170. Chiffre 2063/15921

**Ihr Coupon im Internet unter: www.atlas-verlag.de/DAV-Anzeigencoupon**

Bestellcoupon und Chiffre-Zuschriften an: atlas Verlag GmbH, DAV-Anzeigenabteilung, Postfach 70 02 09, 81302 München, Tel. 089/55241-226

## Legende zu den privaten Kleinanzeigen:

„Raumaufteilung“  
Deutschlands nach

↳ a) **Postleitzahlen:**  
Raum 1 umfaßt alle Orte, deren  
Postleitzahl mit 1 beginnt,  
usw.;

↳ b) **Autokennzeichen:**  
Raum STA = Raum Starnberg;  
Raum OA = Raum Oberallgäu;  
Raum HB = Raum Bremen,  
... usw.

Bitte beachten Sie in  
dieser Ausgabe folgende  
Beilagen:

- Teilbeilage  
**Innovation Norway**
- Teilbeilage  
**Plan International**
- Teilbeilage  
**Sausewind**
- Vollbeilage  
**DAV Summit Club**

**Bergsteiger - Fernreisen weltweit**

**Bergerlebnis Toni Freudig**

- Peru
- Chile
- Indien
- Türkei
- Elbrus
- Mexiko
- Bolivien
- Ecuador
- Malaysia
- Marokko
- Äthiopien
- Kilimanjaro
- Aconcagua

Tel. 08363 - 5364  
www.freudig.de

## KLEINANZEIGEN

**Ich (31)** gern in den Bergen unterwegs (Mountainbike, Bergtouren, Snowboard, evtl. Hochtour) suche passendes Gegenstück für gemeinsame Unternehmungen am Berg und im Tal. BmB an bergziege81@aol.com

**Rm 78:** Sportl., attrakt., naturverb., mittig bewegend, 43 J. sucht Lebenspartnerin für Berg + Meer, abseits des Hauptstroms mit Inter. an gem. Wachstum. BmB an: migmar108@web.de

**Rm BB/CW/TÜ:** Ich (m/31/1.78/sportl.) suche Dich: w/23-33 für gem. Zukunft inkl. Berg-u. Talerlebnisse. BmB mail-an-marci82@web.de

**Rm 8 Bodensee/Allgäu:** Sportl., attrakt. Mann in den 40ern, kultiviert, Akad. (NR, 1.84) sucht hübsche u. sportl. Frau mit Kopf und Humor für heiße Tage u. Nächte. Lust auf ein Ski-WE im gemeinsamen Bett? Mikelovesyou@gmx.de

**Rm 88:** Gutausseh. Akad. (Mitte 40, 1.84) sucht sportl. u. attraktive Frau mit Unternehmungslust und Intelligenz. Maninlove@gmx.net

**Rm 86:** Er (37/1.79/Akad.) sucht natürliche, sportliche Sie für Wandern, Radeln und gem. Zukunft. BmB an: thmsl@gmx.net

**Sportbeg.,** liebevoller Rüde sucht mit seinem sympath., unternehmungsfreudigen Herrchen 30/1.83/75 treues, spontanes Bergmädels, um das Leben zu genießen und die Zukunft zu gestalten. kmb83@web.de

**Rm 7:** Lebenslustiger Schwabe (62/1.68/67) sucht nette Sie mit Hirn, Herz und Humor für Berg und Tal, für Indoor- und Outdoor-Aktivitäten. Zuschriften bitte mit Bild an: silberruecken@gmx-topmail.de

**Leipzig:** Sportl., schl. Er (49), HSA, su. kesse Sie f. Berge, KS, Ski, MTB und zum Liebhabern. volker981@gmx.de

**Rm 79,7+:** Mom. Südt. 27/1.75 DiplIngUmw Outdoor aktiv, spontan, Umwelt, Freunde, Reisen, Sprachen, Feiern, Du? kostetnix@posteo.eu

**Rm S:** Wanted: feinsinniger Schneehase 30 bis 42. Mit Sinn für Sport, vorzugsweise MTB, Ski auch abseits, tauchen, fliegen, gutes Essen, Kunst, Liebe und Leben. schneemann2014@web.de

**Rm BB/CW/TÜ/FDS:** Ich, (m, 1.79, sportl.) suche Dich, für gemeinsame Zukunft. Ich bin für sportl. Aktivitäten genauso zu haben, wie für geschilte Tage. BmB an: mail-an-marci82@web.de

**Berge** machen glücklich. Wir uns auch! Münchner Berggenießer, 50, 1.86, schlank, sportl., Akad., NR wünsch sich glueckhoch2@web.de. Du auch? BmB

**Mü/TS/ÄÖ/PAN,** sympathischer Bengel 36 sucht unkomplizierten Engel, für Berge, Sport und mehr; 14M03@gmx.de

**Rm 7,8:** Willst Du mit mir (29) gehn? In die Berge? An's Meer? Um die Welt? Durch's Leben? aufgehts14@gmail.com

**Rm 8:** Single, naturverbunden, 45/1.66/NR, Techniker sucht humorvolle, bodenständige Lebenspartnerin für Berg & Tal & gemeinsamer Zukunft mit Kinderwunsch. BmB an: WDS68R8@aol.com

**M:** Für die schönste Nebensache der Welt, sucht ein naturverb. Single (Mitte 40) eine nette, humorv., bergbegeisterte Sie ab 30 J.: lustaufliebe@arcor.de

**Rm 88/87:** Sanfter Riese (36/1.94/91) sucht Fee mit Lust und Ideen für's Leben. Ausdauersport/Bergsteigen/Reisen/Leben. BmB an: naturfex@freenet.de

**Rm 88:** Auf welchem Gipfel find ich (33/1.91, attr.) Dich? Herzl., sportl., mit Verstand stehst oben mit den Tourenski, Seil u. Gurt, RR oder MTB. Gemeinsam unkompliziert im Abstieg u. über Gletspalten u. durchs Leben mit Humor, Leicht- u. tiefem Sinn. Freust Dich am Kleinen wie am Großen, freu mich auf Nachricht von Dir. BmB an: aufstiegs Glück@googlemail.com

**Nicht mehr** taufisch, aber noch jede Menge Flausen und Träume. Knapp über die 60/1.70 möchte ich, nicht nur meine künftigen Bergabenteuer mit einem lieben Mädels erleben, sondern auch die andere, normale Seite des Lebens. Ich freue mich auf Dich! bergemitdir@gmail.com

**M/OB/Tirol:** Er 48/1.92/87 unkonventionell, junggeblieben, sucht attraktive, sportliche, weltoffene Sie für Bergblick Skitour, Tandemfliegen, Kultur, Meditation, Entdeckung. BmB an: seabazz@t-online.de

**OB:** 45/1.78 (lebenslustig, sportlich, bayrisch) schätzt und genießt Du die Leichtigkeit des Lebens? Definierst Du eine Partnerschaft durch Liebe, Leidenschaft, Zusammenhalt, Vertrauen, Lachen und richtigen Mix aus Gemeinsamkeit und Individualität? BmB an: meldedich@email.de

**Rm 8/9:** Ich sportl., liebev. (31/1.75/72) suche nettes Outdoor Mädels mit Herz und Humor z. Wandern, MTB u. Skifahren und alles was zu zweit Spaß macht. BmB an: naturfreund23@freenet.de

**Raum 8:** Hallo ich bin 63 und noch nicht zu alt für die Berge. Suche eine Partnerin, die mich begleitet, in die Berge und auch zu Hause. Chiffre 2063/15961

**Rm OA:** 33/1.89 sportl., abenteuerl., warmh., naturverb., kinderl., sucht die pass. Frau fürs Leben. kugelblitz1980@freenet.de

**M:** Lust auf Sport, Natur, Berge, Kultur, Bio? Sportl., anderer powerman (50, 186, 78) suche schlanke, sportl. powerSie bis 45 J. ohne Falten;-) BmB an: eikomann@gmx.de

**Rm 8...** 2014 durch Berg und Tal...Start in eine neue Welt...kommst Du mit...optim., bergbeg., sportl. Er (60/1.75/72) sucht Dich mit viel Freude an Natur, Wandern, Radln, Reisen, Kultur gem. Zeit zum Leben. BmB an: bergspitze1956@gmail.com

**Rm 83, 84, 94:** Suche fröhl., unkompl., sportl., schöne Frau, für Biwak u. andere romant. Unternehmungen. Vielleicht auch fürs Leben! 36 J./1.83. BmB an: biwaksack@gmx.de

**Rm 5/6:** Naturverbundener Er (43/1.76/65) möchte zukünftig mit Dir seine Gipfelschoki teilen. Suche Dich für Berg + Tal mit Spaß am Leben + offen für Neues. BmB an: Alpengluehen1970@t-online.de

**M/OBB:** Neues Jahr - Neues Glück...Leben-Lieben-Lachen!? Ich 38/1.78/65 naturverb./RR/Run/Berg/Kultur, freue mich Dich kennenzulernen. BmB an: radl3@t-online.de

**OB/NDB:** Glück kommt selten allein! Bergbegeist. 48/1.70 sucht nettes, sportl. Mädels für Berg und Tal, freu mich auf Dich! BmB an: berg-radler@gmx.net

**Radeln** ma nach Rom? NachtST wie Urlaub? MTB-Trail + Powderabfahrt = Juchzer? Du lebst Deine Träume und bist lebensfroh? Dann pass ma vielleicht zam! Bin 43 J., 1.81, sportl. BmB an: LL\_su\_OBB@web.de

**Rm 6/7:** Pfälzer Medicus, natürlich, tiefesinnig, sinnlich, sensibel und geradlinig, ansehnlich, sportlich (63/1.78/84) Tibet, Nepal, Indien erfahren, sucht die feinfühliges Frau. Chiffre 2063/15962

**Allgäu:** Sportlicher Er, 58/1.80/NR sucht Dich für BW, ST, MTB für Berg u. Tal u. evtl. mehr. BmB an: hikeandbike14@web.de

**Rm 9/Welt:** Angehend. Lehrer (Ref.) LaGS, 34 J./1.80/70/NR, braunh., blauäug., sportl., naturverb., kinderlieb, empathisch, leidenschaftl., brav & unanständig, liebe Berge u. Klettern (gern Alpin), Wandern, Zelt, Hotel, Kultur, uvm. Ich suche e. locker, sportl., sozial, romantisch, harmoniebed. u. werbewusstes Mädels mit Familienwunsch. Wär toll, wenn Du kletterst u. gern i.d. Berge gehst! Entspanntes Kennenlernen?: ja2014@web.de

**KLEINANZEIGEN**

**MA:** m/34/175 sucht sportl., humorv., spannende, farbenfrohe Frau mit Feuer. KL/MTB/KS/W/SKI. outdoor@mailfish.de

**Fett,** unспортlich, dumm, assozial, Vollbart, faul, ungepflegt, Berghasser bin ich nicht, sondern 34 und aus M. nutella4free@gmx.de

**M:** Gemeinsam erleben, Akad. (53) sportl., naturverbunden, hat Lust auf Berge, Reisen, Skitouren, MTB, sucht neue Partnerin. outdoorliebe@gmx.de

**Sportlich** urbaner Kater (42/1.88/83) sucht eine besondere Katze mit Stil, für gem. streunen durch Gassen (Muc.) und Natur. Wandern, Skifoarn, MTB, Hängematte! Freu mich a. Deine Zuschrift: 2-hearts@gmx.de

**Nbg + Umg.:** Er (39/1.80/80) su. Dich f. mehr Bewegung & Begegnung, für Rad & Reise. muteband@freenet.de

**Rm Muc, B:** Sportl., Philosoph, frech, 42 J./1.80, sucht Frau bis 36 J. zum Pferde stehlen, Berge, Reisen, Natur, uvm. BmB an: nettersteinbock@googlemail.com

**FLOHMARKT**

**Verkaufe** Jahrbücher des D/Ö AV, gut erhalten, teilweise mit Karten und Fotografien. Folgende Jahrgänge: 1897-1902, 1904-1911. Preis VB. rainer.oehrl@web.de

**Salewa** WS Condor EVO GTX, Damen Gr. 40, neuw., zu groß, neu: 269,- €, VB 150,- €. steigeisenf. Tel. 07171-68896 susanne.schwarz@psschwarz

**Mammut** Jacke Extrem rt/sw/gr Gr. L 150,- Mammut Hose Extrem bl/or Gr. L 200,- Mammut Ski Hose Pizol sw Gr. L 180,- ch.kamp@t-online.de

**Suche** Bücher zu kaufen: Walter Pause „Im extremen Fels“ 1. oder 2. Ausgabe, W. Güllich „Leben in der Senkrechten“, Leo Schlömer „Meine Welt, die Berge“ Tel. 08322-3059095 oder 06172-454112

**Bergwelt/Alpin** 1971 - 2010 nur kpl. und Selbstabholung, 50,- €. Tel. 08822-4146

**AV-Jahrbücher** ab 1880(!), 350,- €, Abholung bei Rosenheim, Tel. 08035-968942

**Lawinenball,** neu, 99,- € T. 07734-2981

**2 Paar** Bergstiefel (steigeisenf.) 2x getr., mehrere Eisschrauben geg. Gebot. 0821-703918



**Kleinanzeigen jetzt auch online in unserem Blätterkatalog lesen im Panorama e-Paper unter alpenverein.de -> Publikationen -> Panorama**

**Hanwag** Eclipse II, GTX, Gr. 9,5 Orthopäd. Einlage, Vorderfuss geweitet, fast neu, 150,- €, Tel. 0421-960880 - Richter

**Rucks.Lowe** (70+20) Rucks.Lady Vaude 2. Helme, 2Paar Steigeis., 2Paar Abs. Eisen. 02382-81679

**Geb. Zeitschriften** des Deut. u. Österr. AV, Jahrg. 1902-1929 sowie „Die Alpen/Les Alpes“ 1927-1935 gegen Gebot abzugeben. Tel. 08151-15401

**Ki-Tourenski** K2 -125 cm + Bindung Silvretta Pure-50 kg, gebraucht, 200 €, T: 0171-7136563

**AV-Jahrbücher** 1899-1919, 1921, 23-25, 28. Tel. 08382-944041

**Gletscher/Hochtouren** Ausrüstung zu verk., Preis VB, Tel: 08245-903560

**Ki.-Klettergurte** (Edelweiss) neuw., abzugeben. ceichholz@t-online.de

**Einzartige** riesige Sammlung Berg-Gebirge-Kletterbücher aus aller Welt (1950 bis heute) zu verkaufen. Tel. 016097467933

**Skitourenschuh** Tourlite3Tech, wenig getr., NP 399 € jetzt 66 €, Tel. 08862-774044

**Bergschuh,** Gr. 45 Mammut Nordwand TL, fabrikneu, aus Gesch.aufgabe, 395 €, T. 0177-3122430

**Da.Bergschuh** Sportiva Trango GTX, 39,5, 4 Tg. getr., VB 120 €, Tel. 0171-5295904

**He.Tourenskischuh** Scarpa Avant, Gr. 46, 4 Tg. getr., 80 €, Tel. 0171-5295904

**Tourenskischuh** Dynafit Zero 4U, rot, Gr. 28, NP 390 €, VP 140 €, Tel. 0421-231081

**Mamook GTX** Men, Gr. 42, neu, Seil Mammut 60 m neu, Grivel Airtech Evo Pickel+Steigeisen HMS 5x+ Eisschraube + Helm Petzl neu, komplett 450 €, o. einzeln. eberhard.preil@t-online.de

**Bergschuhe** Meindl „Island“, Gr. 14 einmal getragen. khkohn@t-online.de

**GESUCHT - GEFUNDEN**

Ein **Salewa-Steigeisen** (Korb-/Kipphebel-Combi) am 27.10. beim Abstieg vom Großglockner kurz oberhalb der Stüdlhütte verloren. Wenn gefunden, bitte melden unter Tel. 0170-7370175. Danke!

**Alpina Sportbrille** am 24.10.2013 bei Weißenbach, auf dem Weg von der Kienbichlhütte zum Gampel gefunden. Tel. 08362-505040

**Ehe- oder Freundschaftsring** im September 2013 auf dem Sulzenaufener gefunden. E-Mail: dorothee.friedrichs@extern.uni-regensburg.de

**Brille** verloren: Im Tannheimer Tal, Nesselwängle, Sabachjoch, Schneidspitze, am 26.10.2013, gegen Finderlohn abzugeben bei Tel. +49 7356 938145

**Alpina Sportbrille** am 24.10.2013 bei Weißenbach, auf dem Weg von der Kienbichlhütte zum Gampel gefunden. Tel. 08362-505040

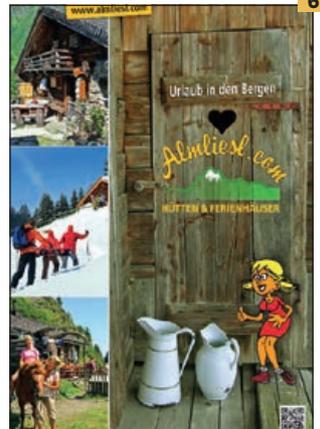
**AV-Schlüssel** gefunden, auf dem Steig von Unterach (Attersee) zur Eisenaueralm (Richtung Schafberg) mit Prägungen: DOM AV33 bzw. 13-1/CTHV. Kontakt: spiderman@myway.de

**IMMOBILIEN**

**Ki. Hütte** im Südschwarzwald, liebevoll restauriert, BJ 1935, 50 qm Wfl. Alleinlage, Alpensicht, auf 1000 m Höhe, Sanitär neu, Dach teilausgeb., 200 qm Grund. VB 105.000 €, Weitere Infos unter: shnol@t-online.de



**Logenplatz zu vergeben!**  
Acht Orte und vier Seen laden zu kurzweiligen bis mittelschweren Touren mit Panoramablick ein.  
Tel. 08366/207|www.oy-mittelberg.de



**„Almlied“-Urlaub in den Bergen**  
Österreich / Südtirol  
[www.almlied.com](http://www.almlied.com)



**Wanderreisen welt-weit**  
Alpentouren mit Komfort  
Gruppen und individuell  
[www.welt-weit-wandern.de](http://www.welt-weit-wandern.de)

**Ihr Coupon im Internet unter:  
[www.atlas-verlag.de/DAV-Anzeigencoupon](http://www.atlas-verlag.de/DAV-Anzeigencoupon)**

**2**



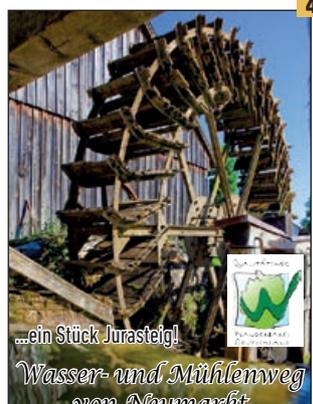
**Hochpustertal**  
 Urlaub in den  
**Südtiroler Dolomiten**  
 –UNESCO Weltnaturerbe–  
 Tel: +39 0474 913156  
 hochpustertal.info

**3**



**Naturpark Oberer Bayerischer Wald**  
**Radfahren und Biken**  
 Tourist-Info ♦ Landratsamt Cham  
 Tel. 0 99 71-78 430 ♦ Fax -78 433  
 touristik@lra.landkreis-cham.de  
 www.bayerischer-wald.org

**4**



...ein Stück Jurasteig!  
**Wasser- und Mühlenweg  
 von Neumarkt  
 ins Altmühltal**  
 Kostenlose Wanderkarte: Tourismusbüro  
 Nürnberger Str. 1, 92318 Neumarkt i.d.OPf.  
 Tel. 09181-470 253  
 tourismus@landkreis-neumarkt.de

**5**



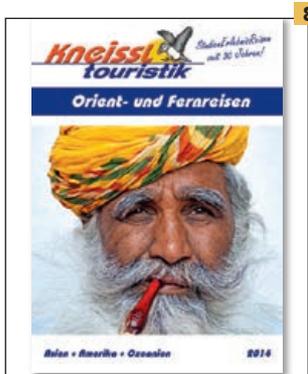
**Schnuppertage**  
 2 Übernachtungen inkl. HP  
 Begrüßungsgetränk  
 Allgäuer Detoxmassage (30 Min.)  
 Nutzung des Alpin SPA auf 3000 m²,  
 u.v.m.  
 p.P. im DZ € 285  
 Panoramahotel Oberjoch GmbH  
 Paßstraße 41  
 87541 Oberjoch  
 Tel.: +49 8324 9333-0  
 www.panoramahotel-oberjoch.de  
 Buchungsbedingungen und AGBs finden Sie auf  
 unserer Homepage

**7**



**Nordland 2014**  
 Großbritanien ♦ Island ♦ Skandinavien ♦ Island  
**Nordland 2014**  
 Natur pur erleben – bei  
 StudienErlebnisReisen und  
 WanderReisen durch einige der  
 grandiosesten Naturlandschaften  
 Europas mit qualifizierter  
 Reiseleitung!  
 www.kneissltouristik.de

**8**



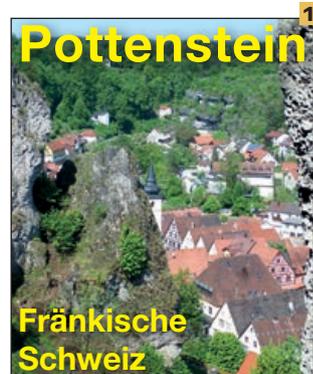
**Orient- und Fernreisen**  
 Belize ♦ Amerika ♦ Ozeanien 2014  
**Orient- und Fernreisen 2014**  
 StudienErlebnisReisen von den  
 Wüsten und Festungen des Oman  
 bis zu den Gletschern Neuseelands,  
 von den Nationalparks  
 der USA bis Feuerland.  
 Mit qualifizierter Reiseleitung  
 www.kneissltouristik.de

**9**



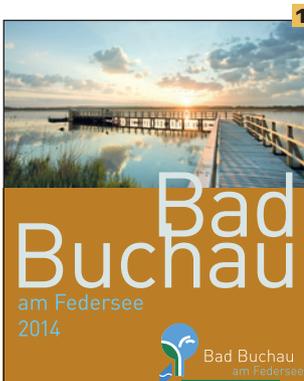
**Tal der Almen**  
**GENUSSWANDERN**  
 7 Nä./HP\*\*\*\* ab € 315,-  
 Info-Hotline: Tel. +43/6414/281  
 www.grossartal.info

**10**



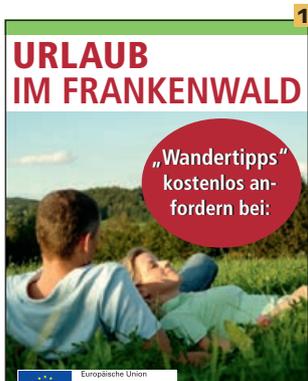
**Pottenstein**  
**Fränkische Schweiz**  
 Wandern – Klettern – MTB  
 Infos kostenlos:  
 Tourist-Info  
 91278 Pottenstein  
 Tel. 09243/70841  
 www.pottenstein.de

**12**



**Bad Buchau**  
 am Federsee  
 2014  
**Glückstreffer für Ihre Gesundheit**  
 2 x ÜF, 2 x Eintritt Adelinds Therapie,  
 1 Besuch des Federseesteges,  
 Kurtaxe inklusive, p.P. im DZ **99,-€**  
 Tourist Information · 88422 Bad Buchau  
 ☎ 07582/93360 · Fax 933620  
 www.bad-buchau.de · info@bad-buchau.de

**13**



**URLAUB IM FRANKENWALD**  
 „Wandertipps“  
 kostenlos an-  
 fordern bei:  
**FRANKENWALD TOURISMUS**  
 Service Center  
 96317 Kronach  
 Telefon 09261 601517  
 www.frankenwald-tourismus.de

**14**



**Alpenglüh im  
 Schwarzwald?**  
 Der Belchen (1414m) ruft!  
 www.muenstertal-staufen.de

**15**



Seit 16 Jahren!  
**2014**  
**ERLEBNIS REISEN WELTWEIT**  
 NATUR + KULTUR + ABENTEUER  
**AT REISEN**  
 - NATUR + KULTUR + ABENTEUER  
 - in Kleingruppen oder individuell  
 Tel. + 49 (0) 341 55 00 94 -0  
 www.at-reisen.de

Postfach 140 160  
 67027 Ludwigshafen/Rh.  
 ☎ 06 21/6 68 62-300  
 ☎ 06 21/6 68 62-350  
 coupon@asw-media.de  
 www.asw-media.de



Ihre Anfragen werden umgehend  
 an die Anbieter weitergeleitet.  
 Es kann ein paar Tage dauern bis  
 Ihre Anfrage eintrifft.  
 Ihre Adresse wird von uns nicht  
 an Dritte weitergegeben.

**KOSTENLOSER COUPON-SERVICE**  
 einfach ankreuzen, ausschneiden und abschieben  
**AV-MEDIA e.K.**  
 Postfach 140 160 / **Coupon PA 01/2014**  
 67021 Ludwigshafen/Rh.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15



**Ausgabe 02/2014**  
 Erscheinungstermin: 18.03.2014  
 Anzeigenschluss: 07.02.2014

**Ausgabe 03/2014**  
 Erscheinungstermin: 20.05.2014  
 Anzeigenschluss: 11.04.2014

**Ausgabe 04/2014**  
 Erscheinungstermin: 15.07.2014  
 Anzeigenschluss: 06.06.2014

**Ausgabe: 05/2014**  
 Erscheinungstermin: 16.09.2014  
 Anzeigenschluss: 08.08.2014

**Ausgabe: 06/2014**  
 Erscheinungstermin: 18.11.2014  
 Anzeigenschluss: 10.10.2014

**Ausgabe: 01/2015**  
 Erscheinungstermin: 20.01.2015  
 Anzeigenschluss: 05.12.2014

**Bestellcoupon für private Kleinanzeigen 2014: bitte ankreuzen:**

- Chiffre gewünscht:**  ja, Chiffregebühr 11,90  nein
- Rubrik A**  Sie sucht Ihn  Er sucht Sie  Bekanntschaften  Reisepartner/-in
- Rubrik B**  Vermietungen  Immobilien  Verschiedenes
- Rubrik C**  Flohmarkt



**Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 40 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar! Keine Rechnungstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt.**

	Rubrik A (je Zeile 12,70)	Rubrik B (je Zeile 26,40)	Rubrik C (je Zeile 6,20)
_____	12,70	26,40	6,20
_____	25,40	52,80	12,40
_____	38,10	79,20	18,60
_____	50,80	105,60	24,80
_____	63,50	132,00	31,00

Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.

**SEPA-Lastschriftmandat**

Ich ermächtige die atlas Verlag GmbH, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von oben genannter Firma auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Gläubiger.ID: DE 33 ZZZ 00 000 688 366  Mandat für einmalige Zahlung:  
 Mandatsreferenz: 45000  Mandat für mehrmalige Zahlung:

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname: \_\_\_\_\_ IBAN: \_\_\_\_\_  
 Straße: \_\_\_\_\_ BIC: \_\_\_\_\_  
 PLZ/Ort: \_\_\_\_\_ Ort, Datum: \_\_\_\_\_  
 Tel. oder E-Mail: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**Kleinanzeigen-Aufträge werden nur schriftlich (Post, Fax, E-Mail, Internet) bis zum jeweiligen Anzeigenschlusstermin angenommen!**  
 Bitte senden Sie den Coupon an: atlas Verlag GmbH; DAV-Anzeigenabteilung, Postfach 70 02 09, 81302 München,  
 Tel.: 089/55241-226; Fax 089/55241-271, E-Mail: tanja.karg@atlas-verlag.de, Internet: [www.atlas-verlag.de/DAV-Anzeigencoupon](http://www.atlas-verlag.de/DAV-Anzeigencoupon)

**Postleitzahlgebiet 2**



**Oldenburg:**  
Gaststraße 6  
26122 Oldenburg  
Tel.: 0441 - 99 87 666

**Wilhelmshaven:**  
Bahnhofplatz 1  
26382 Wilhelmshaven  
Tel.: 04421 - 99 42 87

**Bremen:**  
Domshof 14-15  
28195 Bremen  
Tel.: 0421 - 33 65 523

Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

**Postleitzahlgebiet 4**

48143 Münster: terracamp Reiseausrüstungen, Aegi-  
diemarkt 7, Tel. 02 51/4 57 77, 800 qm Zeltausstellung.  
An der Hansalinie 17. www.terracamp.de



**Münster:**  
Rosenstraße 10-13  
48143 Münster  
Tel.: 0251 - 48 82 08 34

**Duisburg:**  
Kasinostraße 13-15  
47051 Duisburg  
Tel.: 0203 - 28 52 80

Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit

**Unterwegs**  
www.unterwegs.biz

**Postleitzahlgebiet 6**

**keller** **www.schuh-keller.de**

67059 Ludwigshafen, Wredestraße 10, Tel.: 0621/511294, Fax: 0621/513208

**Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe**  
Kompetente Beratung • Große Auswahl • Versand weltweit

**Ihr Coupon im Internet unter:**  
**www.atlas-verlag.de/**  
**DAV-Anzeigencoupon**

**McTREK**  
**OUTDOOR SPORTS**

**26 x in Deutschland**

Aachen, Alzey, Berlin, Bremen, Bruchköbel, Essen,  
Düsseldorf, Datteln, Frankfurt, Gießen, Göttingen,  
Hamburg, Hagen, Idstein, Kassel, Kerpen, Köln,  
Montabaur, München, Nürnberg, Regensburg,  
Rosenheim, Trier, Viernheim, Weiterstadt, Würzburg

+ **Online-Shop unter:**  
**www.McTREK.de**

**Info-Telefon: 0 61 81 - 98 86 30**  
(Mo. - Fr. 08.00-18.30 Uhr / Sa. 09.00-13.00 Uhr)

**Postleitzahlgebiet 7**



**WICK.de**  
Kostenloser Katalog unter 0711/7096-700 oder im Internet

**Travel Store**  
Schmale Str. 9  
70173 Stuttgart

**Travel Center**  
Plieninger Str. 21  
70794 Filderstadt

**Outlet Center**  
Stuttgarter Str. 45/1  
72555 Metzingen

**Travel Store**  
Hafenbad 17  
89073 Ulm

**Postleitzahlgebiet 8**

80337 München: **OUTDOOR-SCHUHE** - Fachgeschäft für Tropen-, Berg- und Trekkingschuhe, Kapuzinerplatz 1, Tel. 0 89/74 66 57 55

81371 München: **BASECAMP** Alpines Fachgeschäft, Wandern, Bergst., Skitouren. Top-Beratung, Top-Ausrüstung, Gaißacher-/Ecke Implerstr., Tel.089/764759

85049 Ingolstadt: **SPORT IN**, Spezialgeschäft für Bergsport, Trekking, Skitouren, Klettern, Friedrichshoferstr. 1d, Tel. 0841/ 9936720, www.sport-in.net

86199 Augsburg-Göggingen, Förg Das Sporthaus, Bgm-Aurnhammer-Str. 22, Tel. 0821/90621-0, Riesenauswahl aller grossen Marken der Outdoor-Welt, www.foerg.de

**OUTDOOR SPORTS & FASHION**  
Lindauer Str. 6 - 87439 Memmingen

**exxposed.com**  
**DER OUTDOOR & BERGSPORTAUSRÜSTER**

**Postleitzahlgebiet 9**

90478 Nürnberg: Toni Weiß Outdoor-Klettern-Ski & Tour Schweiggerstraße 17, Tel. 0911/40 99 186, www.toniweiss.de



**BERGSPORT | TREKKING | KLETTERN**

**WÖRTH | STRAUBING**  
www.der-ausruester.de



**LAUF & BERG KÖNIG**

Neuhausstrasse 4  
93047 Regensburg  
0941 - 646636 - 0

... direkt am Arnulfplatz

... unser Onlineshop für hochwertige Lauf- und Bergsportartikel! ...  
**WWW.LAUF & BERG.DE**



**Outdoor**  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit

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

**Österreich**



**ROCKSTORE.at**

**MILLET KOLLEKTIONSVERKAUF**

**Ihr direkter Kontakt für Händlereinträge**  
**Tel. 089 55241-245 · outdoorworld@atlas-verlag.de**

**www.alpenverein.de**

<b>Active Peru Travel</b> www.activeperu.com	<b>Deuter</b> www.deuter.com	<b>Lowa</b> www.lowa.de
<b>Adidas</b> www.adidas.de	<b>Fjällräven</b> www.fjallraven.com	<b>Mammut</b> www.mammut.ch
<b>Buff</b> www.buff.de	<b>Garmin</b> www.garmin.de	<b>MTS Österreich</b> www.bike-holidays.com
<b>Deutscher Alpenverein</b> www.alpenverein.de	<b>Globetrotter</b> www.globetrotter.de	<b>Schöffel</b> www.schoeffel.com
<b>Sommer-Bergchalets</b> www.alpenchalets.de	<b>Hauser Exkursionen</b> www.hauser-exkursionen.de	<b>Schulz Aktiv Reisen</b> www.schulz-aktiv-reisen.de
<b>DAV Summit Club</b> www.dav-summit-club.de	<b>Internetstores</b> www.internetstores.de	<b>TV Trentino</b> www.visittrentino.it
	<b>Keller Schuh</b> www.schuh-keller.de	<b>Unterwegs biz</b> www.unterwegs.biz
	<b>Löffler</b> www.loeffler.at	<b>Vaude</b> www.vaude.de

## Im nächsten DAV Panorama ab 18. März:

- Sicherheitsforschung:** Karabiner und Verschluss-Sicherungen
- Reportage:** Münstertal im Winter
- Porträt:** Chris Sharma, Kletterlegende
- Reportage:** Wildniswandern im Nationalpark Kalkalpen

### RIESERFERNERGRUPPE

Schmelzende Gletscher und riesige Blockwüsten über grünen Talböden, Wildbäche und Blumenpracht – die Südtiroler Gebirgsgruppe ist ein vergessenes Kleinod für geländegängige Naturfreunde.



Fotos: Andi Dick, Georg Hohenester, Peter von Fellbert



Wanderer, Kletterer und nun auch Klettersteiger kommen im Wilden Kaiser auf ihre Kosten.



**SENTIERO DELLA PACE**  
Der Friedensweg im Trentino führt entlang der alten Frontlinien des Ersten Weltkriegs und macht den Wahnsinn des Gebirgskriegs anschaulich.

# DAV Panorama

Magazin des Deutschen Alpenvereins  
66. Jahrgang Nr. 1 Februar/März 2014  
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 (Alpenverein aktuell, Bergsport heute, Unterwegs, Reportage, Sicherheitsforschung, Tipps & Technik, Knotenpunkt)  
Christine Frühholz – cf (Unterwegs, Porträt, Natur & Mensch, Fitness & Gesundheit, Kultur & Medien, Leserpost)  
Jonas Kassner – jk (Reportage)

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.

#### Autoren dieser Ausgabe

Alexandra Albert, Ludwig Bertle, Florian Bischof (fb), Antje Bornhak, Caroline Chaillie (cc), Joachim Chwacszca (jc), Gerhard Fitzthum, Gaby Funk, Stefan Herbke, Natascha Heinrich (nh), Florian Hellberg, Christine Kopp, Georg Kronthaler, Matthias Laar, Annika Müller, Udo Neumann, Helene Satvary (hs), Manfred Scheuermann (ms), Sarah Jane Schmitt, Nils Theurer (nth), Ulrich Waldbüßer (uw)

#### 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“).

#### Anzeigen

atlas Verlag GmbH, Flößergasse 4, 81369 München  
Tel.: 089/552 41-245, Fax: 089/552 41-271  
Geschäftsführer: Philip Artopé (-241)  
Anzeigenleitung: Silvia Vieregge (verantwortlich, -252)  
Projektleitung Sonderobjekte: Sandra Wilderer (-289)  
Anzeigenverkaufsberatung: Nadine Stalla (-269)  
Disposition: Ines Ladwig (-245), Service: Roswitha Reiser (-223)  
Grafik: Zehentner & Partner GmbH, München, Claudia Seider  
Reisenews, Neue Produkte und outdoorworld in Verantwortung der atlas Verlag GmbH, Silvia Vieregge (-252) und Alexander Wisatzke  
Anzeigentarif Nr. 48 (ab 1.1.2014)

#### Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH & Co. KG, Pforzheim  
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 3/13: 615.787  
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.

AWA



**Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.**

VAUDE

PRIMALOFT®

PRÄSENTIEREN DIE

# BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL WORLD TOUR

VERGÜNSTIGTE  
TICKETS  
FÜR DAV-  
MITGLIEDER

TICKETS, TRAILER  
UND ALLE INFOS AUF  
**BANFF-TOUR.DE**

DIE FILMTOUR FÜR ALLE  
BERG- UND ABENTEUERFANS

WEITERE TERMINE IN ÖSTERREICH  
UND DER SCHWEIZ  
[WWW.BANFF-TOUR.ORG](http://WWW.BANFF-TOUR.ORG)

15./16.02.	MÜNCHEN	09.03.	HEIDELBERG	18.03.	FREIBURG
22.02.	DARMSTADT	09.03.	LEIPZIG	19.03.	BAD TÖLZ
23.02.	ESSEN	10./11.03.	BERLIN	20.03.	MÜNCHEN
23.02.	PADERBORN	11.03.	ULM	21.03.	INGOLSTADT
24.02.	BRAUNSCHWEIG	12.03.	BAMBERG	22./23.03.	FRANKFURT AM MAIN
24.02.	DÜSSELDORF	12.03.	SCHWÄBISCH GMÜND	24.03.	PASSAU
25.02.	KASSEL	13.03.	LUDWIGSBURG	26.03.	BAYREUTH
25.02.	MARBURG/ WEHRDA	15.03.	REGENSBURG	27.03.	NÜRNBERG
26.02.	HANNOVER	16.03.	KARLSRUHE	28./29.03.	STÜTTGART
26.02.	PFORZHEIM	16.03.	ROSENHEIM	31.03./	
27.02.	AACHEN	16.03.	KARLSRUHE	01.04.	DRESDEN
27.02.	BREMERHAVEN	17.03.	MANNHEIM	02./03.04.	HAMBURG
28.02.	BREMEN	17.03.	GARMISCH- PARTENKIRCHEN	06.04.	KEMPTEN
28.02./		18.03.	AUGSBURG	08./09.04.	KÖLN
01.03.	BONN				

MIT FREUNDLICHER  
UNTERSTÜTZUNG VON:



EINE PRODUKTION VON

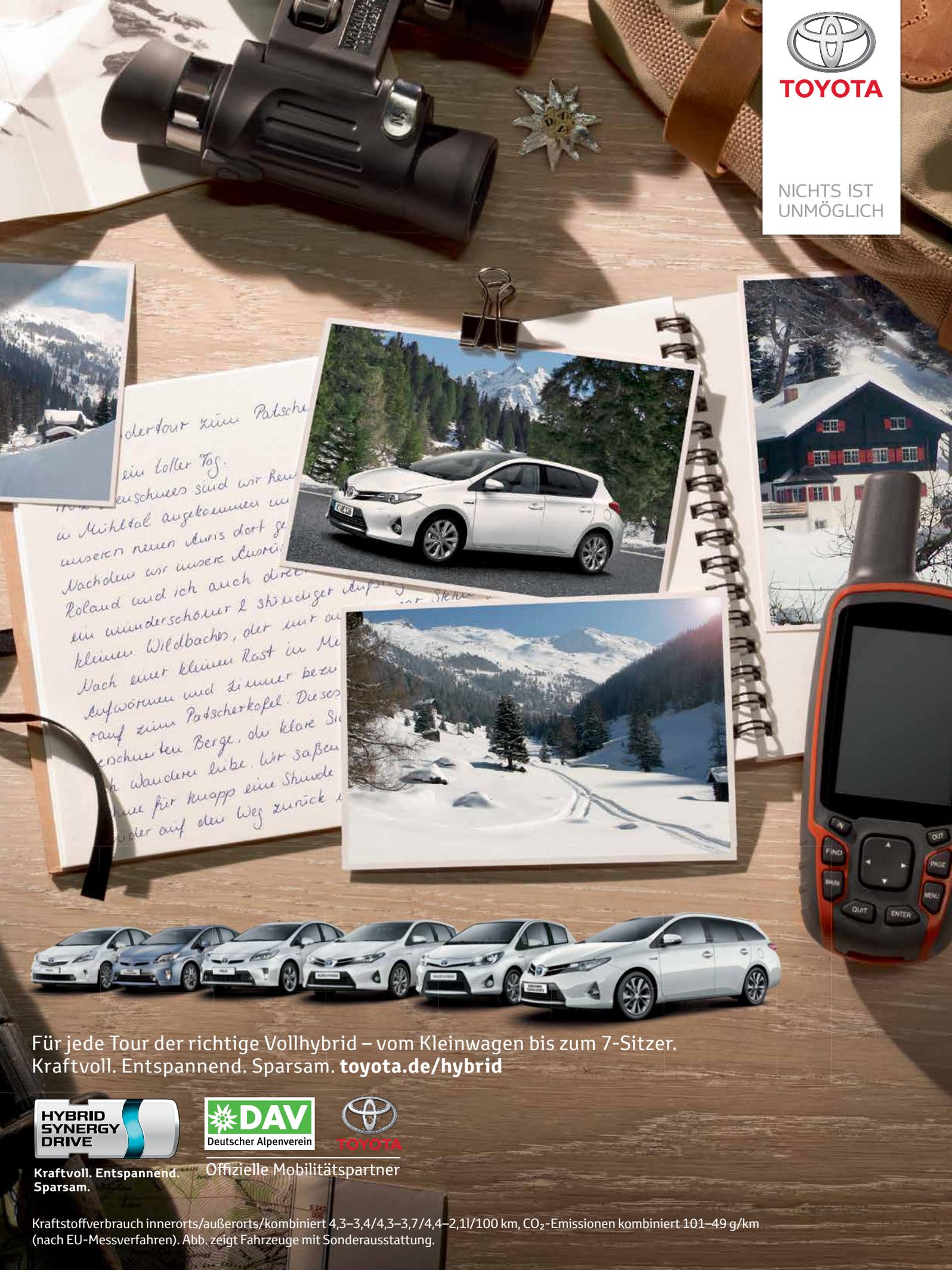


Foto: © GrantGunderson.com All Rights Reserved



TOYOTA

NICHTS IST UNMÖGLICH



der Tour zum Patscher  
ein toller Tag.  
erschneit sind wir heute  
in Mühltal angekommen um  
unseren neuen Autos dort ge  
Nachdem wir unsere Skis  
Roland und ich auch direkt  
ein wunderschöner & stimmungsvoller  
kleiner Wildbachs, der nur ein  
Nach einer kleinen Rast in Me  
Aufwachen und immer bezu  
auf zum Patscherkopf. Dieses  
erschneit den Berge, die klare Sie  
h wandern liebe. Wir saßen  
neise für knapp eine Stunde  
wider auf den Weg zurück



Für jede Tour der richtige Vollhybrid – vom Kleinwagen bis zum 7-Sitzer.  
Kraftvoll. Entspannend. Sparsam. [toyota.de/hybrid](http://toyota.de/hybrid)



Kraftvoll. Entspannend. Sparsam. Offizielle Mobilitätspartner

Kraftstoffverbrauch innerorts/außerorts/kombiniert 4,3–3,4/4,3–3,7/4,4–2,1l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 101–49 g/km (nach EU-Messverfahren). Abb. zeigt Fahrzeuge mit Sonderausstattung.