

Der perfekte Moment

Ohne Seil durch schwere Wände: Free Solo ist für unbedarfte Beobachter der Inbegriff von Risiko. Dass es um ganz anderes geht, davon erzählen in diversen Interviews drei starke Alleingänger.

„Im Alleingang war ein ganz anderer Rhythmus möglich als in Seilschaft. Es war für mich immer eine Faszination, den Rhythmus zu finden und dann in Schnelligkeit und Leichtigkeit die Tour zu bewältigen. Fand ich den Rhythmus nicht, kehrte ich relativ oft wieder zum Einstieg zurück und ging nach Hause.“

„Das Alleingehen ist meine persönliche, intime Angelegenheit, etwas Besonderes. Gelegentlich zog ich los, wenn es der richtige Moment war, wenn ich fühlte, dass es meine Stunde war, dann habe ich mir ein Ziel vorgenommen. Ich nenne es: Die Perfektion im Alpinismus suchen.“

So beschreiben **Heinz Grill** und **Maurizio Giordani** ihre Empfindungen beim seilfreien Alleinklettern. Beide haben Hunderte schwerer Free Solos hinter sich; Grill unter anderem als Siebzehnjähriger die „Pumprisse“ (VII), Giordani die „Modernen Zeiten“ (VII+/VIII-) an der Marmolada-Südwand. Was für Normalbergsteiger als Glücksspiel mit dem Leben erscheinen mag, ist für sie das Leben selbst: Harmonie und Perfektion, Einswerden mit sich selbst und der Natur. Grill schildert geradezu romantisch den Ausstieg aus den Laliderer-Nordwänden: „Anfangs, in den dunklen, zum Teil moosigen, brüchigen Zonen, kam manche Beklemmung. Die Wände erforderten Überwindung, Mut und auch ein sehr feines Fingerspitzengefühl im Umgang mit dem Felsen. Dann aber, nach oben hin, wurde es leichter, die Wände öffneten sich und das Moos verabschiedete sich mit den letzten Gipfelschluchten. Angekommen an den Gipfelpunkten war nur noch ein Meer von Felsen. Diese Felsen, im Lichtschimmer der schönen Tage, gaben ein Erleben, das ich als ‚grenzenlos‘ bezeichnete.“ Und Giordani schwärmt: „Wenn du psychisch in perfektem Zustand bist, ohne Seil, ohne alles,

leicht, vollkommen frei, aber sicher, das ist das höchste Klettern. Es ist ein kleiner Augenblick von Perfektheit. Du nimmst die Griffe, die Bewegungen sind so perfekt wie eine schöne Musik, das kommt ganz natürlich.“

Giordanis Trick dabei: „Ich kletterte hoch, aber ich war mir auch sicher, dass ich abklettern könnte, wenn ich an einer Stelle nicht weiterkommen würde, also habe ich mich sicher gefühlt: Wo ich hochsteigen kann, kann ich auch runtersteigen.“ Und das tat er auch, wenn er das Gefühl der Sicherheit nicht spürte: „Wenn die Angst aufsteigt, was mir in einigen Fällen passiert ist, bin ich umgekehrt, denn wenn die Angst kommt, wird es gefährlich. Dann bin ich in einem besseren Moment zurückgekehrt, und es ging gut. Sicherheit heißt, sich selbst gut zu kennen und zu wissen, wann der Zeitpunkt zum Vorwärtsgen ist und wann der Zeitpunkt zum Umkehren ist. Das ist ein



Dean Potter (o.) hatte am Half Dome zwar Sicherungsmaterial dabei, benutzte es aber nicht – wie entspannt er unterwegs war, zeigt dieses Foto. Alex Honnold (u.r.) setzte noch eins drauf mit seinem ungesicherten Alleingang am El Capitan. Heinz Grill (u.l.) und Maurizio Giordani betrieben ein anderes Spiel: Free Solo in unbekanntem Gelände.



Bergsport heute

wichtiges Gleichgewicht. Sonst wäre es Selbstmord – und in den Bergen soll man nicht sterben, man soll darin leben.“

Auch Grill kann von Rückzügen erzählen, und wie er in Schwierigkeiten kam, wenn er eine Tour unterschätzte, ob in Seilschaft oder allein. Sein Überlebens-tipp heißt Bescheidenheit: „In der Bescheidenheit fühlt sich der Mensch sich selbst und den Naturbedingungen näher, während er im Stolz allzu leicht geneigt ist, Fehler zu begehen. Bescheidenheit kann Kräfte mobilisieren.“

Bescheidenheit hat eine weitere Konsequenz, die bei Grill so klingt: „Der Mensch wird nicht von dem in seiner Seele leben, dass er einmal erstaunlichste Schwierigkeiten bewältigt hat, er wird vielmehr von dem zehren, wenn es ihm gelingt, tiefer mit der Natur und auch mit seinen Mitmenschen in Beziehung zu treten. Der Klettersport kann, wie die Musik im Rhythmus, Menschen miteinander verbinden.“ Giordani dagegen konnte auch „große Befriedigung aus der Konfrontation mit einem großen Hindernis – ohne Hilfsmittel“ ziehen.

Das tat auch **Alex Honnold**: Am 3. Juni 2017 kletterte er in 3:56 Stunden durch den „Freerider“ (1000 m, IX+) am El Capitan – das schwierigste lange Free Solo aller Zeiten. Und sagte danach:

„So befriedigt habe ich mich noch nie gefühlt. Es war genau wie erhofft. Es fühlte sich so gut an. Es lief praktisch perfekt.“

Doch im gleichen Interview sagte er:

„Ich hatte immer gedacht, das wäre der absolute denkbare Höhepunkt – es war lange ein Traum für mich. Und jetzt fühlt es sich gar nicht so besonders an.“

Das lag vielleicht daran, dass er sich monatelang auf die Begehung vorbereitet, die Bewegungen geübt hatte („viele Griffe fühlten sich an wie alte Freunde“) – ein „solo rotpunkt“ sozusagen, was bei Schwierigkeiten im persönlichen Grenzbereich eine wichtige Überlebensstrategie ist. Grill und Giordani waren dagegen sozusagen „solo onsight“ unterwegs, ohne die Tour zu kennen; da ist etwas mehr Könnenspuffer wertvoll. Sehr schwer und einstudiert oder schwer und unbekannt: Das resultierende Risiko mag vergleichbar sein. Ähnlich ist vor allem, dass der Moment perfekt sein muss: Honnold brach einen früheren Versuch in „Freerider“ ab, und auch Alex Huber stieg beim ersten Anlauf aus der „Hasse-Brandler“ an der Großen Zinne wieder zurück, weil er mental nicht im Reinen war. Die maximale Exponiertheit braucht ideale Voraussetzungen; Honnold sagt: „Die großen Solobegehungen bleiben Ausnahmen. Meistens will ich einfach nur das Klettern genießen.“

Illusionen über die Konsequenzen eines Fehlers macht sich kein Solokletterer. Und keiner empfiehlt sein Tun zur Nachahmung. Wer sich von ihnen inspirieren lassen will, auch aus seinem eigenen Potenzial das Beste herauszuholen, muss sein persönlich akzeptiertes Risiko abwägen. Und dabei sein eigenes Maß finden. Ob das im Free Solo liegt, in einer besonders schnellen Zeit auf Ski oder mit dem Rad, oder in einer romantischen Wanderung, das bleibt jedem selbst überlassen. Seilfrei klettern muss niemand – die Strategien und Einstellungen der Free-Soloisten aber können jeden Bergsportler anregen. red

Quellen:

klettern-sarcatal.com/alleinbegehungen.htm, National Geographic/Mark Synnott, Rock&Ice/Hayden Carpenter, Klettern Magazin. Die Zitate wurden editiert, um Gedankengänge klarer herauszuarbeiten.



CONVERTIBLE

ENGINEERED IN THE
HEART OF THE DOLOMITES



PEDROC ALPHA
CONVERTIBLE JACKE

EINE FÜR ALLES

Bei deinen Aktivitäten in den Bergen bist du oft unterschiedlichsten Witterungen ausgesetzt. Um nicht unnötiges Gewicht mitnehmen zu müssen, haben wir unsere Pedroc Alpha Convertible Männer Jacke entwickelt. Sie ist äußerst atmungsaktiv, wasserabweisend, leicht und isolierend und lässt sich durch Zip-Off Ärmel unkompliziert in eine Weste verwandeln. Ihre thermoregulierende Polartec® Alpha® Isolierung sorgt für eine ausgewogene Temperaturbalance, indem sie kalte Luft draußen hält und zugleich überschüssige Wärme sowie Schweiß vom Körper wegleitet. Das hilft dir, deine Körpertemperatur effektiv zu regulieren.

SALEWA.COM

+ ticker +

DAV-Nachwuchscamp Hochtouren Zum zweiten Mal lädt der DAV bergfernhare, leistungsmotivierte Mädels und Jungs (14-24 Jahre) zum Trainingscamp Hochtouren. Vom 30.6.-7.7. können sie auf der Kaunergrathütte ihr Sicherungs-, Technik- und Taktik-Know-how erweitern. Top-Alpinisten und Bergführerinnen vermitteln aktuelle Methoden und geben Tipps zur persönlichen Weiterentwicklung. Info und Anmeldung:

alpenverein.de/Bergsport/Expeditionen

Internationales Klettertreffen. Ins Val Grande di Lanzo (Grajische Alpen) lädt der italienische Alpenverein am 8./9. September alle selbstständigen Kletterer, die Lust haben, in netter Gemeinschaft Neues kennenzulernen. An den Granitfelsen der Piemonteser Südalpentäler gibt es Hunderte Routen bis zehn Seillängen, traditionell oder mit Bohrhaken gesichert, für Freikletterer oder Aid-Aficionados, mit überschaubaren Zustiegen. Infos zu Übernachtungsmöglichkeiten und Tourentopos gibt's im Internet.

caitorino.it/valgrandeventuale

termine

Deutsche Meisterschaften

- 16.-17.6. Bouldern: Friedrichshafen, Neue Messe
- 14./15.7. Olympic Combined: Augsburg, LLZ Augsburg
- 21.7. Speed – Record Format: Hilden, Bergstation

Deutscher Jugendcup (DJC)

Insg. 6 Termine mit Gesamtwertung, aus der die Deutschen Jugendmeister Klettern hervorgehen

- 23.6. Dresden SBB (Lead)
- 24.6. Dresden SBB (Speed)
- 21.7. Hilden (Speed)

Klettern international

- 2.6. Weltcup Bouldern, Tokyo (JAP)
- 8.6. Weltcup Bouldern, Vail (USA)
- 6.7. Weltcup Lead & Speed, Villars (SUI)
- 7./8.7. European Youth Cup, München, DAV Kletterzentrum Nord Freimann (Lead)
- 12.7. Weltcup Lead & Speed Chamonix (FRA)
- 20.7. Weltcup Lead Briancon (FRA)
- 27.7. Weltcup Lead & Speed, Arco (ITA)
- 18.8. Weltcup Bouldern, München

Drei große DAV-Wettkämpfe

Das wird ein steiler Sommer!



Die deutschen Kletterinnen und Kletterer stehen bereit für die neue Wettkampfsaison. Zusätzlich zu den Deutschen Meisterschaften im Bouldern, Speed und Lead gibt es für sie diesen Sommer innerhalb von fünf Wochen drei Top-Events. Es beginnt mit dem European Youth Cup (EYC) am 7./8. Juli im Kletterzentrum Freimann in München, bei dem europäische

Nachwuchskletterinnen und -kletterer in den Wettkampf-Sommer starten. Nur eine Woche später, am 14./15. Juli, findet zum ersten Mal eine Deutsche Meisterschaft im olympischen Dreikampf-Format Olympic Combined statt, vergleichbar dem Modus bei Olympia 2020 in Tokyo. Hier ist Ausdauer gefragt. Ein Tag, drei Wettkämpfe; in der Reihenfolge Speed – Bouldern – Lead. Das Event ist einer der ersten Wettkämpfe im neuen Landesleistungszentrum Sport- und Wettkampfklettern in Augsburg. Das Feuerwerk hochklassiger Kletterveranstaltungen kulminiert und endet mit dem Boulder-Weltcup in München. Der 17./18. August markiert im Terminkalender aller Boulder-Begeisterten schon jetzt den Klassiker der Wettkampfsaison. Spektakuläre Kletterei mit nationalen und internationalen Größen; deutsche Vertikal-Artisten auf dem Weg nach Olympia – auf geht's in einen heißen Wettkampfsommer 2018!

jz/red

DAV-Kletterkader trainiert in Japan

TOKYO ZUM KENNENLERNEN

Es wird hoffentlich nicht der einzige Besuch in Tokyo gewesen sein für die deutschen National-Kletterer: Sie fiebern darauf, bei den Olympischen Spielen 2020 antreten und anreißen zu dürfen. Ein Teil der intensiven Vorbereitung war ein Trainingslager für sechs von ihnen im Februar: Sie besichtigten das Olympische Dorf, überzeugten sich in diversen Kletterhallen von den fantastischen Trainingsmöglichkeiten der Konkurrenz – und lieferten sich einen kleinen Wettkampf mit den Gastgebern. „Die Tage, die wir mit dem japanischen Team trainieren konnten, haben uns alle weitergebracht“, sagt Jan Hojer – Daumen drücken, dass sie DAV-Starter nach Olympia bringen!

mv/red

alpenverein.de/climbtotokyo



Fotos: Nils Noell, Willi Seebacher

alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Wandern mal anders

Kennen (und nutzen) Sie schon den DAV-Bücherberg, unsere Literatur-Webseite? Dann schauen Sie doch (mal wieder) rein! Und lassen Sie sich inspirieren, Ihre nächste Bergtour mit kulturellen Inhalten anzureichern.

Etwa mit Anregung zur Geologie, durch „GeoWandern im Münchner Umland“ (Rother). Oder zur Flora, durch 48 Touren in „Blumenparadiese der Alpen“ (Rosenheimer) oder rund um die Freiburger Hütte (Natur-Wanderführer, DAV Freiburg). „Geheimnisvolle Pfade“ in den Bayerischen Hausbergen (J. Berg) beschreibt Ulrich Wittmann; Christian Rauch schildert „Münchner Berge und ihre Geschichte(n)“ (Rother) und macht mit „Technik und Wissenschaft erleben“ ganz neue Ausflugsvorschläge. Johannes Wilkes erzählt in „Das kleine Isar-Buch“ (Verlag Friedrich Pustet) launig von der Münchner Wasserader. Zu Kunstschätzen auf der Sonnenseite führt der Rother Kulturwanderführer „Südtirol“. Viel Spaß beim Schmökern und Entdecken!

red

Saisonfinale im Skibergsteigen

(S)tierisch

„Das Vertical ist die brutalste Disziplin, der Körper läuft vom Start weg über dem Limit. Deshalb freut es mich umso mehr, dass ich die Gesamtwertung gewonnen habe.“ Berechtigt stolz ist Toni Palzer auf seinen Gesamtsieg im Vertical-Weltcup – das absolute Highlight für das sechsköpfige DAV-Team Skibergsteigen in der Saison 2017/18. Trotz guter weiterer Platzierungen musste Palzer die Gesamtwertung dem Italiener Michele Boscacci überlassen; sein neunter Gesamtplatz ist dennoch stark. Der Gesamtweltcup der Frauen ging an die Französin Axelle Mollaret vor Laetitia

Roux. „Mir war schon bewusst, dass das sportliche Niveau extrem hoch ist“, schildert der Teamtrainer Andreas Biberger seinen Saison-Eindruck. Umso erfreulicher, dass der Youngster Stefan Knopf sich gut schlug; zuletzt landete er bei der EM in Sizilien in seiner Espoir-Klasse auf dem 11. (Individual) und 9. (Vertical) Rang. Auch Susi von Borstel (DAV Immenstadt), Deutsche Meisterin im Individual, kann mit ihrer ersten Weltcupssaison zufrieden sein. Dass die DAV-Kaderleute ihre Teamplätze zu Recht haben, belegten sie beim legendären „Jennerstier“ in Berchtesgaden. Thomas Trainer wurde dort neuer Deutscher Meister im Vertical. Und die Kaderläufer Sepp Huber und Stefan Knopf wurden Erster und Zweiter im Sprint.

red

Poolpartner des DAV-Kaders Skibergsteigen: Adidas, Alpina, Atomic, Dynafit, Fischer, Kohla, Leki, Maloja, Pieps, Riap Sport, Roedel, Scarpa, Ski Trab, Swox



Toni Palzer geschafft: Vertical ist brutal.

Ergebnisse Deutsche Meisterschaft Vertical:

Frauen:

1. Alexandra Hagspiel
2. Daniela Ruppenner
3. Susanne Lenz

Männer:

1. Thomas Trainer *
2. Stefan Knopf *
3. Cornelius Unger *

* DAV Berchtesgaden

Alle Ergebnisse: ismf-ski.org

Lifta, der Treppenlift



Rufen Sie uns gebührenfrei an.
☎ 0800-20 33 163
Auch Samstag und Sonntag!

www.lifta.de

Wir sind deutschlandweit persönlich für Sie da!

- Passt praktisch auf jede Treppe
- Mehr als 130.000 installierte Liftas
- Lifta Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Freiwillig geprüfte Servicequalität*



Lifta 

* Prüfnhalte: Servicekultur, Servicezuverlässigkeit, Beschwerdemanagement, Kundenzufriedenheit, Qualifikation der Mitarbeiter. Weitere Informationen finden Sie unter www.lifta.de/tuev



Südtirol

Wandern im UNESCO-Welterbe **Dolomiten**

Schmale Steige und gut präparierte Wege machen das UNESCO-Welterbe Dolomiten zu einem traumhaften Wanderparadies – mit 300 Sonnentagen im Jahr und kulinarischen Genüssen

Ein Fest für Augen, Herz und Seele: UNESCO-Welterbe Dolomiten

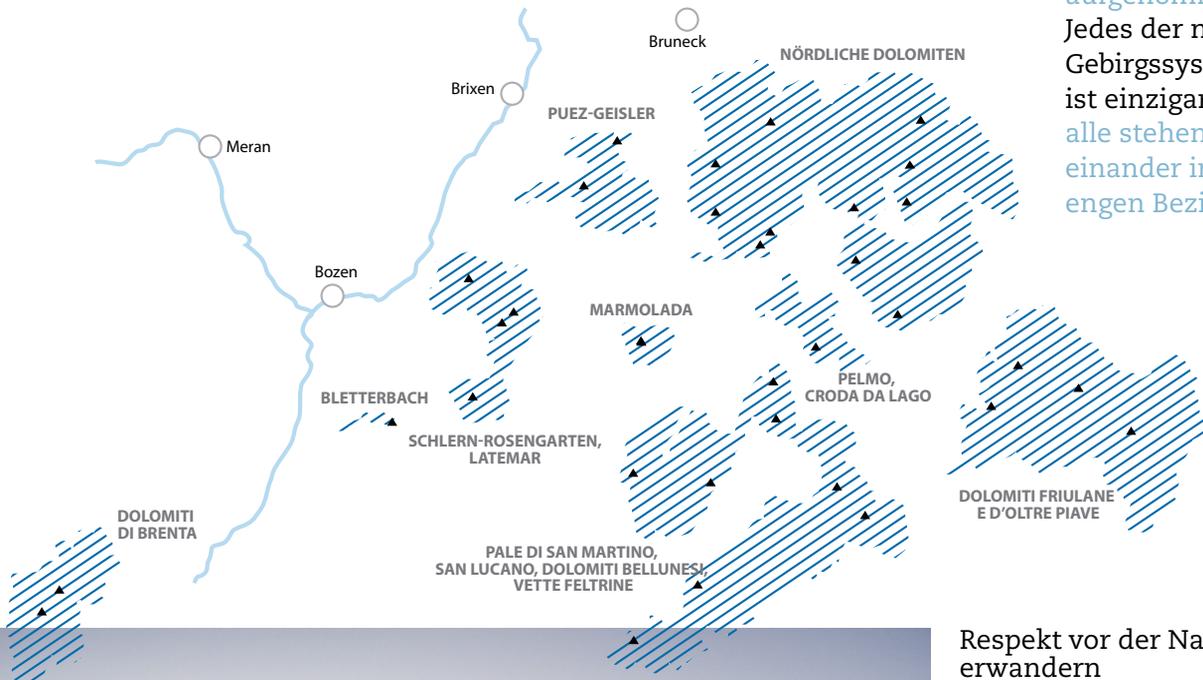
Die Hochgebirgsregionen der Dolomiten gehören zu den schönsten Gebirgslandschaften weltweit. Die Panoramawege und die herrliche Aussicht genießen und nur den eigenen Schritten lauschen, das Farbenspiel im Wechsel der Jahreszeiten beobachten, sich dem Zauber der Natur hingeben – das sind Erfahrungen fürs Leben.

Nahezu 95 Prozent der Fläche der neun Teilgebiete des UNESCO-Welterbes Dolomiten sind Naturparks oder andere Schutzgebiete, damit das faszinierende fossile Archipel in all seiner Schönheit erhalten bleibt. Es sind Berge aus versteinerten Algen- und Korallenriffen. 250 Millionen Jahre lang wuchsen sie im warmen Tethysmeer. Als dieses absank, stiegen

die Dolomiten weiß, majestätisch und bizarr auf, als „bleiche Berge“, die anders waren als alle Berge ringsum. 1788 entdeckten Forscher, warum: Die Südtiroler Berge bestehen aus magnesiumhaltigem Kalkstein. Nach ihrem Erforscher, dem Geologen Déodat de Dolomieu, werden sie Dolomiten genannt.

Jedes der neun Gebirgssysteme der UNESCO-Welterbestätten der Dolomiten zeichnet sich durch charakteristische Merkmale aus und ist einzigartig, aber alle stehen miteinander in einer sehr engen Beziehung. Die Drei Zinnen sind wegen ihrer markanten Konturen das bekannteste Dreigestirn – das Wahrzeichen der Dolomiten.

Ein gigantischer Schatz: Die Dolomiten wurden 2009 in die Liste der UNESCO-Welterbestätten aufgenommen. Jedes der neun Gebirgssysteme ist einzigartig, aber alle stehen miteinander in einer engen Beziehung.



Dolomites UNESCO Geotrail

Zehn Tage durch die „bleichen Berge“ auf dem Dolomites UNESCO Geotrail

Respekt vor der Natur erwartern

Zehn Tage in der versteinerten Meereslandschaft des UNESCO-Welterbes: Der neue Weitwanderweg Dolomites UNESCO Geotrail stellt die geologischen Besonderheiten des fossilen Archipels in den Mittelpunkt. In zehn Etappen führt der entlang bestehender Wanderwege geschaffene Trail vom Bletterbach bis nach Sexten zu den Drei Zinnen – oder umgekehrt. Zehn Tage, in denen sich erfahrene Wanderer Abstand vom Alltag gönnen, um in den Bergen neue Kraft für sich selbst zu tanken und den Respekt für die Schönheiten der Natur zu verstärken. Im Juni 2018 werden die Dolomites UNESCO Geotrail-Broschüren samt Wanderkartenset in deutscher, italienischer und englischer Sprache veröffentlicht. Mehr Informationen unter www.suedtirol.info/dolomiten



Wanderbare Abwechslung: Erlebnisreich Latemarium

Acht Themenwege und eine spektakuläre Aussichtsplattform: Das ist das Erlebnisreich Latemarium. Beim naturnahen Gesamtkonzept wurde viel Wert auf die Einbeziehung der Umwelt gelegt. Familien, Kunstfans, kleine Forscher, Genießer und sportlich ambitionierte Gäste – für jeden ist ein passender Weg dabei. Das Latemarium ist von Obereggen aus bequem mit dem Sessellift Oberholz erreichbar. Nur fünf Minuten von der Bergstation entfernt thront die Aussichtsplattform LATEMAR.360°, eine überdimensionale Schnecke aus Holz, die 2100 Meter über dem Meeresspiegel am Berg „klebt“.

Hochalpiner Genuss: Auf zur Latemarhütte!

Von der Bergstation Oberholz führt der Erlebniswanderweg – gesäumt von schroffen, sich majestätisch erhebenden Berggiganten – vorbei an der Gamsstallscharte durch den imposanten Valsordakessel mit begeisterndem Fernblick. Auf 2671 Metern Seehöhe lädt die Latemarhütte/ Rif. Torre di Pisa zur Rast ein. Die Hütte wurde komplett saniert und ausgebaut, Restaurant und Bar sind neu, ebenso vier komfortable Gästezimmer. Der Fernblick auf die Marmolada motiviert für den Rückweg über den Rundwanderweg hinab zur Bergstation – oder über die Eggentaler Almen nach Obereggen. Sportliche Wanderer nehmen den Latemar.Tempo-Weg.

www.eggental.com

Schöner rasten:
Ruheinseln
im Erlebnispark
Latemarium



Die Latemar-Gruppe ist eines der kleinsten Massive der Dolomiten. Charakteristisch ist der abrupte Wechsel zwischen sanft gewellten Almen und steilen Riffen aus Kalkstein.



Sensationelle Aussichten: Ob von der renovierten Latemarhütte/Rif. Torre di Pisa oder von der 360-Grad-Panorama-Plattform im Erlebnispark Latemarium – der Blick auf das UNESCO-Welterbe Dolomiten ist immer faszinierend schön



Seiser Alm

Von Hütte zu Hütte im Herzen der Dolomiten

Bei einer Hüttenwanderung zu den Höhepunkten der Ferienregion Seiser Alm kann man das UNESCO-Welterbe Dolomiten intensiv erleben. Start der 3-Tages-Tour ist Compatsch auf der Seiser Alm, der größten Hochalm Europas. Die erste Etappe führt auf den Schlern, der wegen seiner einzigartigen Form der Symbolberg Südtirols ist. In der Sage galt der Kultberg als Tummelplatz der Schlernhexen. Tipp: den Sonnenuntergang auf dem Petz, dem höchsten Punkt des Schlern, genießen. Am nächsten Tag geht es in vier Stunden zur Plattkofelhütte – mit durchgehend sagenhafter Aussicht. Zum Abschluss sollte man früh aufsteigen, um den Sonnenaufgang auf dem Plattkofel zu sehen. Danach über die Murmeltierhütte zurück nach Compatsch.

Unterwegs in den Dolomiten

Felsiges Herz der Dolomiten: Das Rosengartenmassiv mit seinen unzähligen Türmen leuchtet in der Morgen- und Abenddämmerung



Naturpark Schlern-Rosengarten

Sagenhaft schön:

der zerklüftete Rosengarten

Wer die Gipfel des Rosengartens in der Dämmerung rötlich erglühen sieht, wird von ehrfürchtigem Staunen gepackt. Beim Anblick des Alpenglühens scheint die Sage plausibel, nach der einst Zwergekönig Laurin seinen geliebten Rosengarten mit einem Fluch belegte. Kein Mensch sollte mehr weder bei Tag noch bei Nacht die Blütenpracht

sehen. In der Dämmerung leuchten die Rosen aber noch immer. Der Naturpark Schlern-Rosengarten, gegründet 1974, ist Südtirols ältester Naturpark. Von den Dörfern der Ferienregion Seiser Alm ist der Anstieg dank Bergbahnen bequem. Wer es sportlich mag, kann hier Vielfalt entdecken: Im Winter Ski- und Snowboardfahren, im Sommer Paragliding, Mountainbiking oder eine Wandertour quer durch den Naturpark. www.seiseralm.it/dolomiten

Im Frühtau zu Berge:
dem Sonnenaufgang
in Gröden entgegen-
wandern und das
faszinierende Far-
benspiel genießen



Gröden

Guten Morgen, Sonnenschein!

Saftige Almwiesen, emporragende Massive, gemütliche Hütten: Gröden ist ein Dolomitental wie aus dem Bilderbuch. Es bietet ein umfangreiches Wandernetz mit über 500 km Wegen. Seilbahn und Sessellift machen auch höhere Lagen leicht zugänglich – direkt aus den Ortschaften St. Ulrich, St. Christina und Wolkenstein. Frühes Aufstehen lohnt sich hier, denn es ist atemberaubend schön, wenn mitten in der Stille der Berge die ersten Sonnenstrahlen die Gipfel der Grödner Dolomiten zum Leuchten bringen. Bei einer Sonnenaufgangswanderung auf den Gipfel des Stevia begeistert Wanderführerin Mara Silla mit ihrer herzlichen Art die Gäste für die einzigartige Natur. www.valgardena.it



UNESCO-
Welterbe Dolomiten

Zauberhafte
Schönheit: der
Naturpark Puez-
Geisler in den
Dolomiten



„Du sollst die Berge
nicht durch Rekordsucht
entweihen, du sollst
ihre Seele suchen!“

Luis Trenker,
Bergsteigerlegende und
Sohn des Grödner Tals

KOMM AUF TOUREN!

 alpenvereinaktiv.com

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



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

SALMASER HÖHE (1254 m), Allgäuer Voralpen Wiesenkamm vor Allgäukulisse

Ausgangspunkt: Wiedemannsdorf, Schullandheim Adler (746 m).
Einkehrmöglichkeiten: Schneidberg-Alpe (826 m), evtl. Micheles-Alpe (1082 m)
Gehzeit: 530 Hm, ⤴ 1 ½ - 2 Std., ⤵ 1 - 1 ½ Std.
Charakter: Problem- und gefahrlose Fahr- und Wanderwege durch Wiesen und Waldstücke, oben breiter Grasrücken (T1-2).

In einem ausgedehnten Wandergebiet gelegen, ist diese Aussichtswanderung ein Tipp für die Übergangsjahreszeiten, wenn oben noch oder schon wieder Schnee liegt. Aber dank kurzer Strecke und guter Verkehrsanbindung ist diese Ecke eigentlich immer einen Besuch wert.



EINFACH

Schöne Aussicht vom gemütlichen Graskamm

Fotos: Michael Prötzel

GEDERER WAND (1399 m), Chiemgauer Alpen Alternative mit Chiemseeblick

Ausgangspunkt: Parkplatz Aigen (840 m) in der Nähe von Bernau am Chiemsee bzw. Aschau.
Einkehrmöglichkeit: Wirtshäuser in Aschau oder Bernau.
Gehzeit: 550 Hm, ⤴ 2 Std., ⤵ 1 ½ - 2 Std.
Charakter: Am Gipfelkamm ist Trittsicherheit gefragt (T3), zudem gibt es beim Aufstieg eine ganz kurze Kletterstelle (I-II).

Wenn die berühmte Kampenwand mal wieder hoffnungslos überlaufen ist, findet man am Nachbargipfel Gederer Wand meist Ruhe – und einen praktisch gleich schönen Blick auf den Chiemsee und die Hohen Tauern.



MITTELSCHWER

Hier heißt's schon eher: auf den Weg achten!

ANHALTER HÖHENWEG (2493 m), Lechtaler Alpen Gratweg überm Hahntennjoch

Ausgangspunkt: Hahntennjoch (1894 m), Endpunkt Elmen (975 m) im Lechtal.
Einkehrmöglichkeiten: Anhalter Hütte (2042 m), Stablalpe (1412 m).
Gehzeiten: 1. Tag: 3 Std., ⤴ 300 Hm, ⤵ 50 Hm;
2. Tag: 8 Std., ⤴ 1300 Hm, ⤵ 2450 Hm.
Charakter: Die Schwierigkeiten sind nicht extrem (T3-4), aber der Weg ist sehr lang und teilweise verwachsen; Orientierung, Kondition und Wetter müssen passen.

Eine großzügige, hochalpine Runde: Nach Busanfahrt zum Hahntennjoch und dreistündiger Wanderung zur Anhalter Hütte geht es am nächsten Tag in ständigem Auf und Ab von Gipfel zu Gipfel – und dann weit hinunter ins Lechtal.



SCHWER

Am Anhalter Weg ist auch die Orientierung anspruchsvoll

Der **EXPERTENTIPP**
zu alpenvereinaktiv.com

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

Mit der Bahn



in die Berge

Biologische Vielfalt – Felsköpfe im Jurakalk

Zeitzeugen der Erdgeschichte

Die Felsköpfe der Kalk-Mittelgebirge bieten schöne Aussicht und steile Kletterwände. Doch Wanderer und Kletterer müssen nicht nur aufpassen, brütende Vögel nicht zu stören. Bunte Blüten und unscheinbare Gräser haben dort eine über zehntausendjährige Geschichte.

Wie kleine Inseln ragen viele Felsen aus Deutschlands Mittelgebirgswäldern heraus. Die Felsköpfe werden oft von Gräsern, farbenprächtigen Blumen und Schmetter-

Felsköpfe lebende Zeugen einer längst vergangenen Zeit: etwa das Immergrüne Felsenblümchen (*Draba aizoides*), das sonst eher in Hochgebirgen vorkommt, die Kühle liebende Alpen-Gänsekresse (*Arabis alpina*) oder den Bleichen Schöterich (*Erysimum crepidifolium*) – er bewohnte ursprünglich die osteuropäischen Steppengebiete.

Wie kommt es zu diesem Zusammentreffen solch ungewöhnlicher Arten? Dazu müssen wir über zehntau-



Klettern? Natürlich! Naturverträglich!

Um Naturschädigungen durch Klettern zu verhindern, wurden in vielen Klettergebieten Deutschlands so genannte Kletterkonzeptionen entwickelt. Sie teilen die Felsen in der Regel in drei Zonen ein:

- > **Zone 1:** Ruhezone – hier darf nicht geklettert werden.
- > **Zone 2:** Vorrangzone Naturschutz – Klettern nur an bestehenden Routen, keine Einrichtung neuer Routen. Zum Schutz der Felsköpfe Umlenker nutzen. Topropes nicht von den Felsköpfen aus installieren.
- > **Zone 3:** Vorrangzone Klettern – Klettern an bestehenden Routen, Erschließung neuer Routen außerhalb bewachsener Bereiche möglich. Felsköpfe und Gipfel bleiben zugänglich, wenn es naturschutzfachlich vertretbar ist.

Auch felsenbrütende Vögel wie Wanderfalken und Uhus können durch Kletterer gestört werden. Deshalb werden zur Brutzeit und Jungenaufzucht einzelne Felsen bei Bedarf von Januar/Februar bis Juni/Juli zeitlich befristet gesperrt.

Aktuelle Informationen: dav-felsinfo.de, Leitbild zum naturverträglichen Klettern in Deutschland: alpenverein.de -> Natur -> Naturverträglicher Bergsport -> Klettern & Naturschutz

Gerade im Jurakalk wachsen auf den Felsen oft empfindliche, seltene Pflanzen. Deshalb: unterhalb umlenken!

lingen besiedelt. Weniger augenfällig sind die hier lebenden Spinnen, Laufkäfer, Heuschrecken und Schnecken. Über Jahrtausende hat sich auf frei stehenden Felsköpfen ein ganz eigener Kosmos aus Pflanzen- und Tierarten entwickelt.

Vor allem in Kalk-Mittelgebirgen wie der Fränkischen Schweiz oder der Schwäbischen Alb beherbergen die

send Jahre zurückschauen. Während der letzten Eiszeit wurden große Teile Mitteleuropas von alpinen und arktischen Arten besiedelt, die mit der Kälte und Trockenheit klarkamen. In den wärmeren Perioden danach stießen Arten aus Steppen und dem Mittelmeerraum dazu, die auch an Trockenheit und große Temperaturschwankungen angepasst sind. Später wurden viele



menschen

dieser Arten von einwandernden Baumarten verdrängt – an den von Natur aus meist baumfreien Felsköpfen konnten sie als „Reliktarten“ überleben. Auf dem besonderen Standort Felskopf leben noch viele andere Arten: Das Fränkische Habichtskraut (*Hieracium franconicum*) etwa kommt weltweit nur in der Fränkischen Schweiz und auf der Schwäbischen Alb vor. Die Echte Kugelblume (*Globularia punctata*) hat ihr eigentliches Hauptvorkommen im Mittelmeerraum. Auch Tierarten wie die Gestreifte Puppenschnecke (*Pupilla sterrii*) oder der Apollofalter (*Parnassius apollo*) sind auf sonnenexponierte und sehr trockene Felsen angewiesen. Viele dieser Arten sind in Deutschland sehr selten und stehen auf der Roten Liste der gefährdeten Tiere und Pflanzen.

Bäume fällen hilft Hitzekünstlern

So bereichern die Felsköpfe die biologische Vielfalt um Arten, die in dichten, schattigen Wäldern nicht überleben könnten. Deshalb werden manchmal Bäume gefällt, wenn sie den Felsen über den Kopf wachsen – aber nur, wenn durch die „Freistellung“ nicht schattenliebende Arten gefährdet werden, wie etwa die Fränkische Berg-Schließmundschnecke (*Cochlodina costata franconica*), die weltweit nur in einem kleinen Gebiet der nördlichen Frankenalb vorkommt.

Einen wichtigen Beitrag zur Erhaltung dieser besonderen Lebensgemeinschaften können Kletterer und Wanderer leisten, indem sie Felsköpfe nicht betreten und vorhandene Absperrungen respektieren. Kletterer sollten bewachsene Felsbereiche meiden und die Umlenker unterhalb der Felsköpfe nutzen. Denn durch das Betreten der Felskuppen können die empfindlichen Arten beeinträchtigt werden und im Extremfall sogar aussterben. red



NaturVielfaltBayern

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

Der Name **Hanns Schell** bleibt in der Alpingeschichte verbunden mit einer Route am



westlichen Rand der Rupalflanke des Nanga Parbat (8125 m), die er 1976 mit drei Kollegen eröffnen konnte. Neben diesem „Meisterstück“ (R. Messner) stand er auf drei weiteren Achttausendern und konnte fünf Siebentausender erstmals besteigen – und insgesamt „sicher 5000 Berge“. Wir gratulieren zum 80. Geburtstag am 3. Juni.

Wie eine Schrödingersche Katze war **Jim „The Bird“ Bridwell** unterwegs, in einer Überlagerung von tot und lebendig, bei der die Entscheidung erst durch die Tat fällt. So knapp an der Grenze waren seine legendären Marksteine: die zweite Besteigung des Cerro Torre, haarsträubende Epics in Alaska, drogenbefeuerte Technotrips am El Capitan. Auch die ersten Achter im Yosemite Valley und die erste Begehung der „Nose“ an einem Tag gehen auf sein Konto. Er war von Werten getrieben und konnte extrem egoistisch sein; am 16. Februar ging sein immer intensiv gelebtes Leben nach 73 Jahren zu Ende.



Am 13. März wurden **Marc-André Leclerc** und sein Seilpartner **Ryan Johnson** für tot erklärt. Leclerc (* 1992) war einer der inspirierendsten jungen Alpinisten, mit Solo-Erstbegehungen auf höchstem Niveau: „The Corkscrew Linkup“



am Cerro Torre, Torre Egger im Winter, „Infinite Patience“ in der Emperor Face des Mount Robson. „Ich kann bei Eisklettertrips keine Ruhetage machen, derart genieße ich die Kletterei“, sagte er zu seinem unstillbaren Antrieb. Nach einer Neutour an den Mendenhall Towers (Alaska) erwischte sie beim Abstieg ein Schneesturm. red

Fotos: DAV/Andi Dick, Wikimedia/Herzi Pinki, Dario Rodriguez

“Best Available Technology” kann auch umweltfreundlich sein!

Nikwax ist die einzige Pflegemittelmarke, die SEIT JEHER treibgas- und PFC-frei ist.

Nikwax-Produkte sind 100% Wasser basierend, nicht entzündlich und frei von Lösungsmitteln.



NIKWAX GRATISPROBEN

Spielen Sie bei unserem WebQuiz mit:
www.nikwax.de/DAV1805

„Es geht bergauf und bergab, es gibt Zuversicht und Zweifel, Erfolg und Niederlage, Freude und Trauer, welchen Weg auch immer wir gehen. Vertrauen wir unserem inneren Kompass, dass er uns den richtigen Weg weist, denn es bleibt uns nichts, als ihm zu folgen. Und so stehen wir hier, vor einer Wand aus brüchigem Fels, Schnee, gefrorenem Gras und etwas Eis. Wir sehen eine Linie, wir sehen Risiken, wir sehen Chancen. Das Herz schlägt höher, wir brennen darauf, Antworten zu bekommen auf die vielen Fragen, die sich uns stellen. Wenn es gut läuft, werden wir hier etwas hinterlassen, das lebt, das Charakter hat, das Emotionen weckt, das eine Geschichte erzählt. Es wird seine eigene Sprache sprechen, aber wer sie spricht, wird auch die Botschaft verstehen.“

Der Ostgipfel des Aggenstein ist kein großer Berg, aber jetzt ragt er heraus aus einem Meer aus Wolken und ist einfach großartig. In der Abendsonne gehen wir die letzten Meter zum Gipfel. Für einen kurzen Moment sind wir am Ziel, bevor es weiter geht, hinein in die Wolken, in die Nacht, auf zu neuen Herausforderungen. Es ist nicht schwer, eine Wand oder eine Route erstzubegehen. Die wirklichen Herausforderungen finden sich nicht in der Vertikalen, sondern in gänzlich anderen Bereichen: in der Einordnung des eigenen Tuns, der Wahrung der Balance zwischen Ehrgeiz und Freundschaft, im Umgang mit der Verantwortung für andere.

Wir widmen diese Route unseren Freunden Lorenz Gahse und Franz-Xaver „Xari“ Mayr. Ihr seid nicht mehr hier, aber ihr leuchtet weiter.“

Fritz Miller über die Route „Jung stirbt, wen die Götter lieben“ (400 m, M9+) am Aggenstein, erstbegangen mit Finn Koch am 9. Februar.

MEMENTO MORI



Fotos: Fritz Miller, Mammut

Wilde Gipfel – Den selbst für Patagonien-Verhältnisse recht abgelegenen Cerro Riso Patron erreichten Matteo della Bordella (ITA) und Silvan Schüpbach (SUI) mit einer 100-km-Kayakfahrt. Dann gelang ihnen die Erstbesteigung des Südgipfels (2350 m) über die Route „King Kong“ (900 m, M7+, 90°) in 12 Stunden. /// Der Pik Pobeda (3003 m) in Sibirien ist deutlich niedriger als sein Namensvetter im Tianschan, aber vergleichbar kalt – gerade recht für Simone Moro und Tamara Lunger, die über die erste Winterbesteigung sagten: „Selten haben wir den Geschmack der Exploration so intensiv gespürt.“ Wegen der Kälte (Winterdurchschnitt -46 °C) stiegen sie die 2000 Höhenmeter in knapp zwölf Stunden rauf und runter.

Steiles Eis – „Power Shrimps“ nennt Dani Arnold (SUI) seine Neutour an den Helmcken Falls in Kanada, weil die Eiszapfen, die sich aus der Gischt des Wasserfalls bilden, so verdreht und stachlig sind. /// M6, A2 – das gibt vielleicht die Schwierigkeit, aber wohl kaum den Anspruch der „Sag-

zahn-Verschneidung“ wieder, die David Lama mit Peter Mühlburger (AUT) im Januar erstmals klettern konnte: anspruchsvolle Mixedklettereie an brüchigem Fels und dünnen Eisglasuren in einem der wildesten Winkel der Ostalpen. ///



„Power Shrimps“ mit viel Soße für Dani Arnold

1998, vor 20 Jahren, faszinierte Robert Jasper die Eiskletterwelt mit seinem „Flying Circus“ (M10) an der Breitwangfluh, abgefahrener Kletterei zwischen frei hängenden Eiszapfen. Dieses Jahr wird er 50 – und wiederholte seine Route im gesicherten Solo. /// Wieder einmal war Ines Papert auf der

/// AUFGESCHNAPPT

„Du musst nicht trainieren wie der letzte Sieger – du musst trainieren wie der nächste Sieger!“ Ingo Filzwieser, österreichischer Bouldertrainer „Die Schlüsselstelle beim Klettern liegt darin: es zu probieren.“ Der britische Alpinist Will Sim in einem Interview für planetmountain.com „Es gibt nicht viele geeignete Flash-Projekte, und die meisten davon hatte ich schon geklettert.“ Adam Ondra (CZE) über die Schwierigkeit, ein Projekt für seinen 9a+(XI+)-Flash zu finden

norwegischen Insel Senja. Mit Anja Pfaff eröffnete sie „Stumbling Stone“ (400 m, M7, WI 5), mit Rahel Schelb „Rosalinde“ (350 m, WI 7, M6).

Kleine Griffe – Gerade einmal 45 Minuten und fünf Versuche brauchte Alex Puccio (USA) für den 8B-Boulder „Green in the face“. Mit ihren vier 8B+-Bouldern ist sie im Ranking der Website 8a.nu an 17. Stelle unter den Männern. Julia Chanourdie (FRA) kletterte ihre zweite 9a (XI), „Molasse’s son“ in Mollans. /// Doch wieder einmal ist es Adam Ondra (CZE), der die Latte im Sportklettern verschiebt: Optimal informiert vom Erschließer Quentin Chastagnier, stieg er die Route „Super Crackinette“ (XI+) flash, also sturzfrei im allerersten Versuch. /// Weniger wegen des überschaubaren Schwierigkeitsgrades VIII ist „El Abrazo de la Serpiente“ bemerkenswert, auch nicht wegen der Zusätze R/X (kühn gesichert/brüchig) oder wegen der Schwierigkeit, im uralten Granit des Cerro Pajartito in Kolumbien Bohrhaken zu setzen – nein: Es waren die sonnigen 53 °C, die den Kanadiern Kieran Brownie und Paul McSorley ihre Neutour zum Erlebnis machten.

Flotte Zeiten – 20:17 Std. brauchte die Ecuadorianerin Daniela Sandoval von Horcones zum Gipfel des Aconcagua (6962 m) und zurück; damit war sie 2:35 Std. schneller als die bisherige Rekordhalterin Fernanda Maciel (BRA). /// Am Kilimanjaro (5895 m) schraubte Kristina Schou Madsen (DAN) den Speedrekord auf 6:52:54 Std. (ab Meek Gate, 1630 m), nicht viel langsamer als die absolute Bestzeit 6:42:24 von Karl Egloff. /// 2,5 Millionen Fuß, also 762.000 Höhenmeter in einem Jahr – das ist der Weltrekord im Skibergsteigen des Amerikaners Aaron Rice; dafür musste er dem Schnee hinterherfahren, von Argentinien bis Oregon.

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!



CL COMPANION DIE FREIHEIT, MEHR ZU ERLEBEN

Ein Griff – und Sie sind mitten im Augenblick. Das neue CL Companion garantiert mit seiner beeindruckenden Optik Seherlebnisse, die Sie nicht mehr loslassen. Kompakt und intuitiv bedienbar ist dieses formschöne Fernglas Ihr ständiger Begleiter für neue Entdeckungen. Wählen Sie aus drei Zubehörpaketen und unterstreichen Sie Ihren ganz persönlichen Style.



SWAROVSKI
OPTIK

SEE THE UNSEEN