

# Verwall

Skidurchquerung für Selbstversorger



**NORWEGEN** Bike- und Skiabenteuer  
**VAL GRANDE** Im Alpen-Wildnispark  
**PORTUGAL** Auf der Rota Vicentina  
**MENSCHEN** Barbara Zangerl & Jacopo Larcher  
**BAYERN** Natürlich auf Tour



Bergader

# Entdecke Deinen Bergader



Die Bergader in Dir. Die Bergader im Kühlregal:  
Der würzige Bavaría blu von Bergader.



# Tun und lassen

Mitte Oktober: Während der goldene Herbst temperaturmäßig sommerlich daherkommt und die Wander- und Klettersaison so gar nicht enden will, rüsten sich die Tourismusdestinationen bereits kräftig für die Skisaison. Mit teils grotesken Auswüchsen. Wie in Kitzbühel, wo sich ein anderthalb Kilometer langer Pistenstreifen mit Depotschnee-Auflage schonungslos hineinfrißt in das Grün der Berghänge (S. 35). Temperatur auf 1800 Meter Höhe: elf Grad! Das Argument der Bergbahn: Die Nachfrage bestimme das Angebot.

Auch Panorama greift mit der letzten Ausgabe des Jahres dem Winter vor – mit Angeboten der besonderen Art. „Zurück zum Wesentlichen“ könnte man sie betiteln oder auch „Annehmen, was die Natur eben gerade vorhält“. Zum Nachmachen für erfahrene Tourenger, die ihre Planung auch kurzfristig an Verhältnisse anzupassen wissen: die **Skitour durchs Verwall** (S. 18) auf Selbstversorgerbasis in

Foto: Wolfgang Ehn



Winterräumen. Und zum Schmökern, Wandern oder vielleicht auch als Anregung für das nächste eigene „Abenteuer“: die **norwegischen Lofoten** (S. 40) mit Rad, Ski und Zelt – ein ganz spezielles Wintermärchen.

Sich in den Bergen bewegen und dabei das eigene Tun den Gegebenheiten anpassen – und nicht umgekehrt. Das kann auch heißen, mit den Tourenski vorhandene kleinere Skigebiete zu nutzen. Das stützt den örtlichen Tourismus und kann helfen, das Verlangen nach massiveren Ausbaumaßnahmen kleinzuhalten. Und wenn die Routen dann noch mit der DAV-Kampagne „Natürlich auf Tour“ konform sind wie im **Heutal**, im **Spitzingseegebiet** oder am **Tegelberg** (S. 100), ist das gut für die Sportler, die Region und die Natur.

Gut ist auch, von der Tour gesund nach Hause zu kommen. **SnowCard** und **Lawinen-Mantra** (S. 56) sind im Winter zwei probate Mittel gegen die weiße Gefahr, das richtige Auf- und Abziehen der **Felle für Tourenski** (S. 52) tut das Übrige, um sicher unterwegs zu sein.

Immer noch keine Lust auf Schnee? Dann empfehlen wir eine **Sandpartie** (S. 78) im Südwesten Portugals oder – als Lektüre – die steilen Wände, durch die sich **Barbara Zangerl und Jacopo Larcher** (S. 46) ihren gemeinsamen Lebensweg bahnen.

Kommen Sie gut in und durch den Winter.

Ihre

A blue ink handwritten signature, likely reading 'Christine Frühholz'.



Christine Frühholz  
Redaktion DAV Panorama

world insight®

LEBE DEINEN TRAUM

z.B. 13 Tage

Finnland

ab 2.299 €

Preis inkl. Flug, Rundreise,  
deutschsprachiger Reiseleitung,  
Eintrittsgeldern



Deine Nummer 1  
für Erlebnisreisen.

world-insight.de

WORLD INSIGHT Erlebnisreisen GmbH  
Sürther Hauptstraße 190 E-F | 50999 Köln  
Telefon 02236 38360





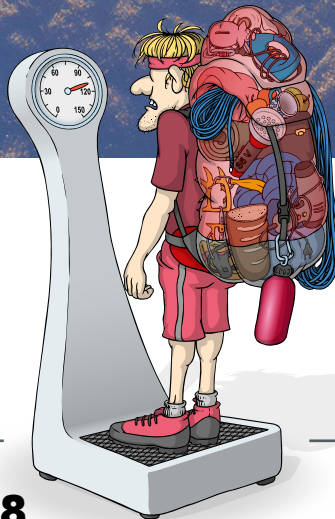
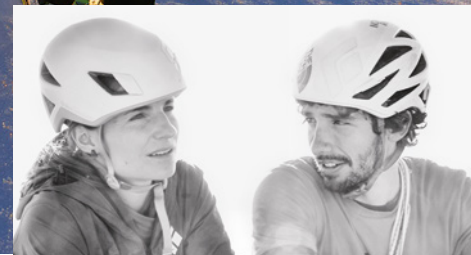
# 18

**Titelthema:** Verwall  
– anspruchsvolle Skitouren  
für Selbstversorger

DAV **Panorama**app  
Im App Store und  
bei Google Play  
 [alpenverein.de/  
panorama-app](http://alpenverein.de/panorama-app)

# 46

Zangerl & Larcher



**Verwall** – Skidurchquerung:  
Winter(t)räume in rauem Gebirge

**Lofoten** – Mit Tourenski und Rad  
durch Norwegen

**Menschen** – Barbara Zangerl und  
Jacopo Larcher

**Wie funktioniert das?** – Steigfelle:  
Felle für alle

**So geht das!** – Den Rucksack packen –  
Was muss (nicht) dabei sein?

**Sicherheitsforschung** – Lawinenunfälle:  
Erfolgsrezept DAV-SnowCard

## 18

## 40

## 46

## 52

## 54

## 56

**Fitness & Gesundheit** – Richtig atmen:  
Aus dem Bauch heraus?

## 60

**Knotenpunkt** – Unterwegs – Upcycling –  
Plastikfrei – Spielideen

## 63

**Piemont** – Wandern im Nationalpark  
Val Grande

## 72

**Portugal** – Rota Vicentina:  
Sandpartie auf dem Fishermen's Trail

## 78

**Natürlich auf Tour** – Skigebiete im Wandel:  
Heutal, Spitzingsee, Tegelberg

## 100





Lofoten **40**



Portugal **78**

## Standards

Editorial: Tun und lassen	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	26
Leserpost	71
Promotion: Reisenews	83
Promotion: Produktnews	88
Outdoorworld	92
Alpenverein aktuell	106
Vorschau und Impressum	114



Titelbild: **Wolfgang Ehn.** Während der ersten Etappe durchs Verwall, Aufstieg zur Darmstädter Hütte.



# Lactose-Intoleranz?

## Das Power-Duo aus der Apotheke

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



Seit 17 Jahren  
die Nr.1\*

**Lactrase®**  
Milchprodukte unbeschwert genießen!

www.lactrase.de



# Hitzesommer

Was war denn das? Der zweitwärmste Sommer in Deutschland seit Beginn der Wetteraufzeichnungen 1881 bescherte



den Alpen Besucherrekorde: Jörg Bodenbender fotografierte den sonst eiskalten Walchensee als Mittelmeer-Ersatz. Aber er dokumentierte auch weiter abschmelzende Gletscher. Der Alpinismus verliert sein Fundament, genau wie Berghütten im Permafrost. An der Randkluft des Höllentalferners gab es stundenlange Wartezeiten, Wassermangel verhinderte auf manchen AV-Hütten das Duschen, im Schweizer Kanton Waadt mussten Kühe auf den Almen teils per Helikopter mit Wasser versorgt werden.

Wetter- und Witterungsphänomene sind Einzelereignisse. Aber wenn zehn der fünfzehn wärmsten deutschen Jahre seit 1881 im 21. Jahrhundert liegen und die weltweiten Bilanzen ähnlich aussehen, gehen selbst den verbohrtesten Klimawandel-Leugnern die Argumente aus.

Was ist zu tun? Natürlich muss die Politik ambitionierte Rahmenbedingungen setzen: weltweit, national, regional – ohne Protektion klimaschädlicher Industrien. Wirtschaftsbetriebe und Organisationen können durch gelebte Verantwortung aktiv vorangehen, um ihren Treibhausgas-Ausstoß zu reduzieren. Und parallel sind wir alle gefragt, unseren ökologischen Fußabdruck stetig schlanker zu machen. Denn den Kopf in den Sand zu stecken hilft nichts – genauso wenig, wie sich an den Sandstrand zu legen.









# Beständige Werte

In einer Welt, wo sozialer Zusammenhalt und Solidarität zunehmend unter Druck geraten, sind Werte so wichtig wie nie. Wie bedeutsam beispielsweise Verlässlichkeit, Ehrlichkeit und Umweltbewusstsein für ein gutes Miteinander-Über-Leben sind, wissen Bergfreunde schon seit den Zeiten von Nagelschuh und Kerzenlaterne. Einige Ausrüstungsstücke von damals, aber auch von heute, verstecken sich in unserem Buchstabengitter. Finden Sie sie heraus und entdecken Sie das Lösungswort, einen wichtigen Wert am Berg – und gewinnen Sie einen von 48 Preisen im Gesamtwert von über 4900,- Euro, die die Sponsorpartner und Freunde des DAV für unser Weihnachts-Gewinnspiel zur Verfügung gestellt haben. Sie sind dem Deutschen Alpenverein durch gemeinsame Werte verbunden; teilweise auch schon seit Jahrzehnten.



A U T E H I N T E N K T  
 N O R M A L H A K E N E  
 S P A R N S O R T X I I  
 T Z U N F R I E N D E S  
 E I G E S T - D R U B P  
 I X O J E M A R U V U I  
 G L R E I R Q U C H N C  
 E A E T L C K F K I D K  
 I E - B I K E T S C H E  
 S O T A D W I N A Z O L  
 E Z E L U G R A C K S N  
 N T X E N Z Y C K L E T



## DAS KÖNNEN SIE GEWINNEN

- Preis:** Versicherungskammer Bayern: zwei Übernachtungen im Deluxe-Doppelzimmer mit Seeblick im Hotel „Das Tegernsee“, inkl. reichhaltigem Frühstück, Wert € 790,-
- Preis:** Tirol Werbung: Klettererlebnis für 2 Personen in der Climbers Paradise Region Wilder Kaiser mit je 2 x Ü+F und Tirol Goodie Bag, Wert € 350,-
- Preis:** DAV Summit Club: Reisegutschein über € 300,- für jede beliebige Reise
- 5. **Preis:** Vaude: Bormio Jacket II (m/w), Wert € 230,-
- Preis:** Edelrid: Seil Swift EcoDry 8,9 mm, 60 m, Wert € 210,-
- 8. **Preis:** DAV-Shop: Jubiläumskollektion „150 Jahre DAV“ (m/w) mit Jacke, Weste und Shirt, Wert € 207,-
- Preis:** Globetrotter Ausrüstung: Einkaufsgutschein über € 200,-
- 12. **Preis:** DB Regio Bayern, Reisegutschein über € 200,-
- Preis:** Mountain Equipment, Earthrise Jacket (m/w), Wert € 199,90
- Preis:** Maloja: Kamet M Reisetrolley klein (ca. 34 l), Wert € 139,-
- 16. **Preis:** BRK Blutspendedienst: Ballonfahrt mit dem „Mutspender“, Wert € 120,-
- 19. **Preis:** Edelweiß-Strom: Rucksack Kollektion Tecoair, Wert € 100,-
- Preis:** Globetrotter Ausrüstung: Einkaufsgutschein über € 100,-
- Preis:** Deuter: Gravity Motion SL Kletterrucksack, Wert € 99,95
- Preis:** Katadyn: Optimus Crux Weekend HE Cook Systems, Wert € 84,95
- Preis:** Globetrotter Ausrüstung: Einkaufsgutschein über € 50,-
- Preis:** Katadyn: Klean Kanteen Tumbler 592 ml Brushed Stainless, Wert € 34,95
- 44. **Preis:** Seeberger: 20 x Seeberger Frühstückspaket, Wert € 20,-
- 46. **Preis:** Banff Filmtour: 2 Tickets, Wert je € 13,50
- 48. **Preis:** Berge 150: 2 Tickets für die DAV-Jubiläumstour, Wert je € 13,50

Unbeliebt am Wanderweg: \_ \_ \_ 1 \_ \_ \_ \_  
 Nützlich am Gletscher: 2 \_ \_ \_ 11 \_ \_ \_ \_  
 Klemmt im Riss: \_ \_ 3 \_ \_ \_ \_  
 Hält schön trocken: 4 \_ \_ \_ \_ \_ \_  
 Hält eher nicht: \_ \_ \_ 5 \_ \_ \_ \_  
 Hält kaum warm: \_ \_ 8 \_ \_ \_ \_ \_ \_ 10  
 Im Felsenschlitz: \_ \_ \_ \_ \_ 9 \_ \_ \_  
 Am Rücken: 6 \_ \_ \_ \_ \_ \_  
 Am Schuh: \_ 12 \_ \_ \_ 7 \_ \_ \_ \_  
**Lösungswort:** 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12





1



13



9



20

23



6



25

44

3



Schicken Sie die Lösung auf einer Postkarte oder per E-Mail an:  
**DAV, Weihnachts-Gewinnspiel, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München,**  
**gewinnspiel@alpenverein.de**

Einsendeschluss ist der 7. Dezember, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.  
 Keine Teilnahme über Gewinnspiel-Organisationen und für Mitarbeiter  
 des DAV. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimmen Sie zu, dass der DAV  
 die persönlichen Daten im Falle eines Gewinns für die Kontaktaufnahme  
 verwenden und an die Partner weitergeben darf, jedoch ausschließlich  
 zum Zwecke der Abwicklung der Preisverteilung.



**Der DAV und seine Sponsoren:**

40.000 Kilometer Wanderwege, 325 Hütten, 8 Lehrteams für Alpinausbildung, eine Vielfalt von Angeboten und Veranstaltungen – die umfassenden Leistungen, die der DAV für seine über eine Million Mitglieder und die Bergwelt bringt, wären ohne die Unterstützung durch Sponsoren nicht zu realisieren. Bei der Auswahl seiner Partner achtet der DAV darauf, dass deren Firmenphilosophie und Image zum weltgrößten Bergsport- und Naturschutzverband passen.

In einer gemeinsamen Präambel zum Sponsorvertrag verpflichten sich die Partner, sich für die Ziele des DAV einzusetzen. Dazu unterstützen die Sponsoren ausgewählte Themenbereiche und Projekte des DAV.



**vkb.de**  
 Partner des DAV im Bereich Hütten, Wege und Naturschutz

**Globetrotter**

**globetrotter.de**  
 Offizieller Handelspartner des DAV und der JDAV



**vaude.de**  
 Offizieller Ausrüstungs-partner des DAV



**edelrid.de** Offizieller Ausrüster der Deutschen Nationalmannschaft Klettern und Partner des Expeditionskaders



**edelweiss-strom.de**  
 Energiepartner des DAV



**seeberger.de**  
 Tour-Partner des DAV



**mountain-equipment.de**  
 Ausrüster der JDAV und des DAV-Expeditionskader



**DB Regio Bayern**  
 bahn.de/bayern-entdecken, Bergreisepartner des DAV



**deuter.de**  
 Rucksackpartner der JDAV



**maloja.de** Offizieller Ausrüster der Deutschen Nationalmannschaft Skibergsteigen



**katadyn.de**  
 Ausrüster des DAV-Expeditionskaders



**dav-summit-club.de**  
 Partner des DAV-Expeditionskaders



**blutspendedienst.com**  
 Kooperationspartner des DAV



**0 % PVC –  
 100 % WASSERDICHT.**

Dieses Produkt aus wasserdichtem Material ist besonders robust und langlebig. Und weil uns die Natur am Herzen liegt, haben wir bei der Herstellung vollständig auf den Einsatz von PVC verzichtet. Darauf kannst Du Dich verlassen!

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

**Proof 28**

- Multifunktionaler Bike & Hike-Rucksack
- wasserdicht dank Wickelverschluss
  - komprimierbar, mit Multifunktionsspinne und abnehmbarer Fronttasche
  - umweltfreundlich in Deutschland hergestellt





„Bergsport Mountainbike – nachhaltig in die Zukunft“

# Es rollt voran

Mit 250.000 Euro fördert das Bayerische Umweltministerium ein Modellprojekt des DAV, um in zwei Alpenregionen mögliche Konflikte zwischen Radfahrern und Wanderern zu entschärfen.

Regionale Mountainbike-Konzeptionen, die ein gutes Nebeneinander von Wanderern und Bergradlern in den alpinen Natur- und Wirtschaftsräumen ermöglichen: Das lässt sich der DAV in den nächsten drei Jahren 108.000 Euro kosten. Damit und mit der bayerischen Förderung werden u. a. zwei halbe Stellen finanziert. Benjamin Trotter (Bad Tölz – Wolfratshausen) und Jan Müller (Oberallgäu) sollen alle Interessengruppen der jeweiligen Region an einen Tisch bringen und Lösungen erarbeiten, die Chancen auf Akzeptanz versprechen.

## Freiwillig vernünftig

„Der Fokus liegt auf Freiwilligkeit statt auf Verboten. Wir wollen das freie Betretungsrecht der Natur nicht einschränken, aber trotzdem klarmachen: Die Natur gibt es nur einmal, man muss auf sie achten“, erklärt Hanspeter Mair, der zuständige Geschäftsbereichsleiter im DAV-Bundesverband. Dort hat man schon viel Erfahrung mit ähnlichen Konzepten zum Thema „Skibergsteigen umweltfreundlich“ und „Klettern und Naturschutz“. Diesmal allerdings ist der Fall noch komplexer. Denn es gilt nicht nur, Sportler in naturverträgliche Bahnen zu lenken oder Konflikte mit Nutzern wie Land- und Forstwirtschaft zu verhindern. Hier geht es überdies um die Organisation der beschränkten Ressource „alpine Wege“ für die zwei Bergsportarten Wandern und Bergradfahren. Eine komplexe Aufgabe, die noch verschärft wird, wenn künftig motorisierte Bergradler (E-Biker) die muskelgetriebe-



Foto: DAV/Christian Pflanzelt

Ob mit oder ohne Motor: Rücksicht ist der Königsweg für Radler und Wanderer.

Bergwege in den Bayerischen Alpen zuständig.“ Durch eine gezielte Ansprache auch von Kindern und Jugendlichen will der Verein zudem eine nachhaltige Umweltbildung anregen.

## Stark unterstützt

Hochrangige Vertreter aus Landes- und Regionalpolitik waren zum Projektstart nach Bad Hindelang gekommen und belegten damit die Bedeutung, die das Projekt für alle Beteiligten hat. In drei Jahren sollen die Konzepte erstellt sein und vorbildhaft auf die anderen deutschen Alpenregionen übertragen werden. Damit tritt der DAV nun kräftig in die

nen ergänzen oder weitgehend ersetzen. Dass der DAV in der Verantwortung für ein friedliches Miteinander steht, ist für den Vizepräsidenten Roland Stierle klar: „Knapp die Hälfte unserer Mitglieder fährt auch Fahrrad im Gebirge, und wir sind für die

Pedale für eine gute Koexistenz der beiden beliebtesten Bergsportarten. Nächstes Etappenziel ist ein Fachsymposium in Benediktbeuern am 15./16.12., bei dem Interessierte und Fachleute ins konstruktive Gespräch kommen sollen.

red

A graphic with a dark teal background. At the top, the words "geschüttelt" and "gerührt" are written in a white, cursive font, separated by a white camera shutter icon containing an ampersand. Below this, there are two photographs: on the left, a red car with a yellow tent on its roof rack parked on a grassy field; on the right, a mountain landscape with a winding path and a small stream. At the bottom, the words "KLEPPERKISTE" and "KLECKERPISTE" are written in white, bold, sans-serif font.

Fotos: Andi Dick





## Beste Aussichten für Klimaschützer

- ▶ 100% Ökostrom aus Deutschland
- ▶ Prämierter Kundenservice
- ▶ Förderung von DAV-Klimaschutzprojekten
- ▶ Finanzielle Unterstützung deiner Sektion



Edelweiß®  
**STROM**  
Energie mit Weitblick

Entscheide dich jetzt für Edelweiß-Strom  
und erhalte zusätzlich zur Klean Kanteen Flasche  
einen 50 Euro Globetrotter-Gutschein! \*

**Schnell sein lohnt sich: gilt nur bis zum 31.12.2018**  
\*Weitere Informationen auf [edelweiss-strom.de](http://edelweiss-strom.de)



Klimaschützer wechseln jetzt! [edelweiss-strom.de](http://edelweiss-strom.de)



## Eine Flamme aus Stein

**Die normale Route:** Alle Routen an den Drus sind hochalpine, schwierige Klettereien. Der Normalweg, also die Überschreitung, gilt als einer der schwierigsten auf einen Dreitausender (D, überwiegend IV). Die 12-15 Stunden ab und bis Hütte verlangen apere Verhältnisse, sicheres Wetter, zügiges Klettern und gutes Seilhandling beim Abseilen. – *Die Aiguille du Dru gilt als Schicksalsberg von Ludwig Purtscheller, Erstbesteiger des Kilimanjaro. Er brach sich am Grand Dru 1899 einen Arm und erholte sich davon nicht mehr.* **Die schöne Route:** Der Südpfeiler „Contamine“ (TD, VI, 600 m, 8 Std.) am Grand Dru bietet anhaltend athletische Kletterei in Rissen und Verschneidungen; ein Klassiker von der Charpouahütte. – *Die erste freie Begehung des „Bonattipfeilers“ (ED+, VIII, 11.7.1982) durch Marco Pedrini und Claudio Camerani war ein Chamonix-Markstein.*

**Die berühmte Route:** Das Drucouloir (ED, VI, A1, WI 4+) eröffnete 1973 dem extremen Eisklettern in den Alpen eine neues Schwierigkeitsniveau und ist heute noch ein Extremklassiker. Die Direktvariante fordert frei geklettert den Mixedgrad M8. – *Die Nordwandroute von Pierre Allain und Raymond Leininger (800 m, TD-, V+, A0, 1.8.1935) mit dem „Allainriss“ zählte Gaston Rébuffat zu den „sechs großen Nordwänden der Alpen“. Heute sind viele Nordwandrouten wegen Steinschlag im Sommer heikel, aber harte Winterziele.*

Die Aiguille du Dru – auch Les Drus genannt – steht auf der Nordseite des Mont-Blanc-Massivs. Obwohl er aus der Ferne wie ein Monolith aussieht, besteht der Berg aus zwei Gipfeln: dem Petit Dru und dem wenige Meter höheren Grand Dru. Die Drus haben wegen ihrer einzigartigen Schönheit, ihrer Bedeutung für die Alpingeschichte und der Fülle an schweren Routen Legendenstatus. Seit einem großen Felssturz 1997 sind einige Routen an der Westwand des Petit Dru nicht mehr begehbar, darunter die Magnoneföhre („Wende im Alpinismus“) und der berühmte Bonattipfeiler. nr

### Daten und Fakten

**Höhe:** Grand Dru 3754 m und Petit Dru 3733 m  
**Prominenz:** 198 m  
**Erstbesteigung:** Clinton Thomas Dent, J. W. Hartley, Alexander Burgener und Kaspar Maurer am 12. September 1878 (Grand Dru)  
**Normalweg:** Überschreitung vom Petit zum Grand Dru  
**Talort:** Chamonix, 995 m  
**Hütte:** Refuge de la Charpoua, 2841 m

### Charaktercheck

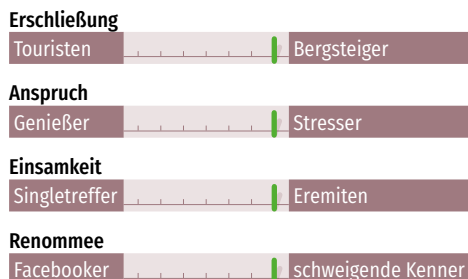


Foto: DAV-Archiv

### Der Mensch am Berg

*Mit einem unfassbaren fünftägigen Alleinangang über den 750 Meter hohen Südwestpfeiler verarbeitete Walter Bonatti (1930-2011) sein Trauma von der Erstbesteigung des K2 und schrieb Alpingeschichte.*

„Solange, wie mein einsames Abenteuer dauerte, lebte ich wie auf einem anderen Planeten, ich drang in eine unbekannte Dimension ein, in einen geheimnisvollen, visionären Zustand, in dem es das Unmögliche nicht gibt, sondern alles gelingen kann.“

Walter Bonatti in „Berge meines Lebens“ über seine legendäre Solo-Erstbegehung des Südwestpfeilers.



Jack  
Wolfskin

DRAUSSEN ZU HAUSE

## COMING HOME



### **MOUNT FLOYEN JACKET** Die Wintersport-Downenjacke

- winddichtes, sehr reißfestes Außenmaterial
- gefüllt mit wasserabweisender, RDS-zertifizierter HyperDry-Downe
- Schneefang, Skipasstasche, RECCO-System



**JETZT IM STORE UND ONLINE ENTDECKEN!**  
[jack-wolfskin.com](http://jack-wolfskin.com)





VORSPEISE

### Risotto mit Roten/Gelben Beten

von der Oberetteshütte (Südliche Ötztaler Alpen)

*Ein einfaches Gericht und ein echter Augen- und Gaumenschmaus.*

Bei Verwendung von zwei unterschiedlich farbigen Rüben das Risotto getrennt zubereiten: Die frischen Bete (auf Südtirolerisch „Rohnen“) falls notwendig schälen, roh in kleine Würfel schneiden und mit der fein gewürfelten Zwiebel in Butter anschwitzen. Anschließend den gewaschenen Risottoreis dazugeben und kurz mit glasig dünsten. Die Mischung mit dem Weißwein ablöschen. Einkochen lassen und immer wieder mit etwas heißer Suppe aufgießen. Salzen und stets fleißig rühren. Das Risotto kochen, bis die Reiskörner weich, aber noch al dente – bissfest – sind. Mit kalter Butter und viel Parmesan abschmecken und sofort servieren. Risotto sollte richtig cremig sein, also nicht an der Butter sparen!

*Für 2-3 Personen:  
ca. 240 g Risottoreis  
Je eine mittelgroße Rote und Gelbe Bete  
1 kleine Zwiebel  
Ca. 200 ml Weißwein  
Ca. 750 ml Gemüsebrühe  
Salz  
Butter  
Parmesan*



HAUPTGERICHT

### Rinderbraten nach Hüttenart

von der Kemptner Hütte (Allgäuer Hochalpen)

*Ein feiner Festtagsbraten, im Topf geschmort und weihnachtlich gewürzt.*

Das Rindfleisch mit Pfeffer einreiben und in einem großen Topf kräftig von allen Seiten anbraten. Mit etwa 1 Liter Rinderbrühe ablöschen. Die Zwiebeln schälen und vierteln. Lorbeerblätter, Wacholderbeeren, Essig, Glühwein und Zwiebeln zum Fleisch geben und etwa 1 ½ Stunden schmoren. Die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen anderen Topf gießen. Lebkuchen zerkleinern, unterrühren und mixen. Die Soße mit Lebkuchengewürz, Zucker, Gewürzketchup, Glühwein und Essig abschmecken. Das Rindfleisch in Scheiben schneiden und in der Soße gut durchziehen lassen. Mit Spätzle, Blaukraut und Preiselbeeren servieren.

*2 kg mageres Rindfleisch  
Pfeffer  
1 l Rinderbrühe  
3 Zwiebeln  
6 Lorbeerblätter  
1 Handvoll Wacholderbeeren  
1 Tasse Essig  
1 Flasche Glühwein  
2 Elisenlebkuchen ohne Oblate und Zuckerguss  
Lebkuchengewürz  
Zucker  
2 EL Gewürzketchup  
Evtl. etwas Speisestärke*



NACHSPEISE

### Kaiserschmarren

von der Ludwigsburger Hütte (Nördliche Ötztaler Alpen)

*Dieser klassische süße Verführer ist leicht und schmeckt immer.*

Das Mehl mit der Milch und Kristallzucker zu dickflüssigem Teig verrühren, 2 Eier in den Teig rühren, die restlichen 4 Eier nur darunterziehen. Das Öl in beschichteter Pfanne erhitzen und Teig etwa 2 cm stark hineingeben (evtl. portionsweise). Den Teig immer wieder leicht anheben und Butter am Rand einlaufen lassen, bis sich der Teig löst. Pfanne zudecken, Platte auf kleine Stufe stellen und etwa 3 Minuten warten. Den Schmarren mit 2 Holzlöffeln in Stücke reißen und danach mit Vanillezucker karamellisieren. Zum Schluss mit Rum ablöschen, auf einen Teller geben, mit Staubzucker bestreuen und mit Apfelmus und Preiselbeeren servieren.

*Für 3-4 Personen:  
500 ml Milch  
160 g Mehl glatt (Typ 700)  
2 EL Kristallzucker  
6 Eier  
Öl  
100 g flüssige Butter  
4 EL Vanillezucker  
4 cl Rum  
Apfelmus  
Priselbeeren*

#### Weitere Rezepte:

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



#### Wohl bekomm's!

Zum vorgeschlagenen Weihnachtsmenü passt beispielsweise der 2017er Bergrebell Rotwein der Winzer vom Weinsberger Tal in Württemberg. Die vollmundige Cuvée aus Portugieser, Dornfelder und Merlot schmiegt sich mit Beerenduft, Kirschgeschmack und zarten Vanillearomen an jeden der drei Gänge an. [weinsbergertal-winzer.de](http://weinsbergertal-winzer.de)



**WENDEPUNKTE** Ohne Hilfssauerstoff auf den Everest (1978)

# Der Triumph des Helden

**Gegen alle Erfahrung, gegen eindringliche ärztliche Warnungen machte Reinhold Messner zusammen mit Peter Habeler seine Vision wahr: den höchsten Berg der Erde „fair“ zu besteigen.**

Es war einmal ein Held, der wollte aufbrechen und etwas Großes riskieren. Alle sagten, tu's nicht, noch nie hat einer probiert, durch den dunklen Wald (durch die tiefe Schlucht, über den großen See ...) zu kommen, das geht nicht und sonst stirbst du! Aber der Held ließ sich nicht beirren, ging mit einem Gefährten auf die Reise und bestand die Gefahr. Als er zurückkam, belohnten ihn die anderen reich und ernannten ihn zum König: Nach diesem Muster laufen zahllose Märchen und Mythen. Als Reinhold Messner die Idee hatte, den Mount Everest erstmals ohne Hilfssauerstoff zu versuchen, sagten alle vermeintlichen Experten: „Das geht nicht – und falls doch, nur mit Hirnschäden.“

Der Mount Everest galt damals als eine viel zu ernste Angelegenheit, als dass man dort irgendwelche Faxen machen könnte. Auch weil er so viel höher in die sauerstoffarme Todeszone aufragt als alle anderen der vierzehn Achttausender – mit seinen 8848 Metern ist der Everest gefühlt schon eher ein Neuntausender. Aber Messner war ja quasi selbst ein Neuntausender: der Beste in den Dolomiten, in den Westalpen, der Überlebenskampf am Nanga Parbat, und 1975 am Hidden Peak (8068 m) stürmte er mit Peter Habeler einfach als Zweierseilschaft durch eine steile, schwierige Wand hinauf. Auch am Everest ignorierten sie den klassischen Weg an einen Achttausender, nämlich eingeladen zu werden. Sie kauften sich einfach in die österreichische Expedition von 1978 ein, eine nie da gewesene Selbstermächtigung.

Fotos: Wikimedia Commons/Pawel Novak, DAV-Archiv



*Einfach dran glauben, dass es möglich ist. Und dann mit voller Energie, gegen alle Zweifel, nach oben: Habeler (l.) und Messner am Everest*

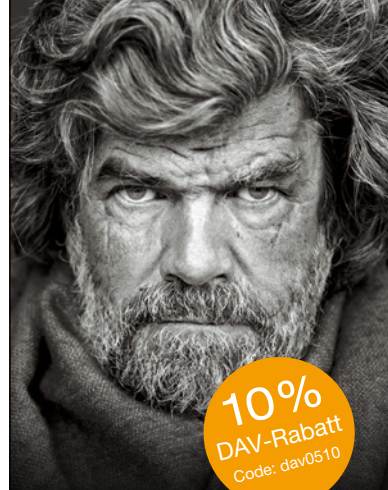
Die Expedition um Wolfgang Nairz war eine exzellente Auswahl von Teamplayern, Hochlager um Hochlager bereiten sie den Berg vor, trotz eines schweren Sturms ohne Unfälle. Die psychische Belastung für Messner und Habeler jedoch kann man sich kaum schlimmer vorstellen: Alle Experten hatten ihnen einen Hirnschaden prophezeit. Wenn überhaupt lebendig, würden sie als Kretins zurückkehren, was für ein grausamer Preis! Irgendwann stiegen sie los, tagelang das Gespenst eines Hirnschadens im Nacken, auf den letzten Metern zum Gipfel sind sie gekrochen – und als sie zurückkehrten, waren sie genauso hell in der Birne wie zuvor: für Messner ein Triumph auf der ganzen Linie. Auch den höchsten Berg der Welt konnte der Mensch by fair means besteigen, das veränderte unser Verhältnis zum Berg, zur Wildnis, zur Natur überhaupt.

Habeler war am Berg sein Partner auf Augenhöhe, Vision und Entschlossenheit aber kamen von Messner. Dass er später als Erster alle vierzehn Achttausender besteigen sollte, bleibt nebensächlich: Um der größte und wichtigste Bergsteiger aller Zeiten zu sein, hätte das bis hier Erreichte leicht gereicht.



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

Nächster Wendepunkt: **Pfeif auf Achttausender!**  
Midnight Lightning: Bouldern wird gesellschaftsfähig (1978)



**10%**  
DAV-Rabatt  
Code: dav0510

reinhold  
**messner**  
live

- 16.1. Kassel
- 17.1. Unna 18.1. Krefeld
- 19.1. Karlsruhe 20.1. Koblenz
- 21.1. Heilbronn 22.1. Kempten
- 29.1. Osnabrück
- 30.1. Bremen 31.1. Lübeck
- 1.2. Wolfsburg
- 2.2. Magdeburg
- 3.2. Löbau 13.2. Plauen
- 14.2. Heidenheim
- 15.2. Reutlingen
- 16.2. Offenburg
- 17.2. Aarau 18.2. Zürich
- 12.3. Fürstfeldbruck
- 13.3. Rosenheim
- 14.3. Landshut
- 15.3. München
- 16.3. Würzburg
- 17.3. Ludwigshafen
- 18.3. Ravensburg

weitere Termine & Tickets:

**www.messner-live.de**



**Thomas Huber**  
*SteinZeit*  
live

**10%**  
DAV-Rabatt  
Code: dav0510

- 24.1. Fürstfeld
- 25.1. Karlsruhe
- 26.1. Ulm
- 27.1. Singen

Tickets: [www.welt-im-sucher.de](http://www.welt-im-sucher.de)



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

## Weihnachts-3x3

Alle Jahre wieder stellt sich die Frage, was man sich oder Familie und Freunden schenken kann, damit sie auch nächstes Jahr motiviert sind, mit in die Berge zu gehen. Wohlan: Der Gabentisch ist vielfältig gedeckt!

### Unterhaltung

Einfach gut unterhalten lassen? Bitte schön! Das geht auf mancherlei Art. „400 Kilometer Heimat“, das Buch vom legendären Hüttenwirt Charly Wehrle über seine Rundwanderung um Oberschwaben, erzählt anregend von Menschen und Geschichte/n, von Landschaft und Kultur. Spannend ist der fünfte Bergkrimi der Panorama-Autorin Irmgard Braun: „Tod an der Alpspitze“ spielt in der Landschaft rund um Garmisch-Partenkirchen und erkundet die Abgründe der menschlichen Seele. Einfach abgedreht ist die „schwindelerregende Steilwandmalerei und Hochgebirgspoese“, die der preisgekrönte Karikaturist Rudi Hurlzmeier in „Land der Berge“ präsentiert – Zynismus als Ölschinken, zwischen Absurdistan und Wahnsinn.

Charly Wehrle: **400 Kilometer Heimat**, Panico Verlag, 2018, 144 S., € 19,80

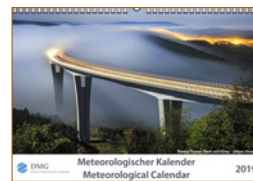
Irmgard Braun: **Tod an der Alpspitze**, Rother Verlag, 2018, 220 S., € 12,90

Rudi Hurlzmeier: **Land der Berge**, Holzbaum Verlag, 2015, 80 S., € 19,95



### Raumschmuck

Berge nur im Bücherregal? Da geht noch mehr! Etwa mit der großformatigen Karte von Nepal, vom Vorland über den Himalaya bis zur tibetischen Hochebene, mit den wichtigsten Gipfeln und Ortschaften. Oder, ganz ungewöhnlich, mit selbst gebastelten Bergmodellen. Einige berühmte Weltberge in verschiedenen Maßstäben gibt es als Pappmodelle, raffiniert konzipiert, mit klarer Bauanleitung – Matterhorn, Uluru, Fuji, besser als Strohsterne. Der klassische Wandschmuck dagegen sind Kalender – zum Träumen von Felsen und Bergen, mit eingebautem Spenden-Effekt oder mit beeindruckenden Wetterphänomenen.



**Satellitenbildkarte Nepal**, [albedo39.de](http://albedo39.de), 2018, Format 100x70 cm, Maßstab 1:970.000, ab € 22,90

**Bergmodelle** (Mount St. Helens, Fuji, Uluru, Matterhorn) für je ca. € 5,-, [papercraftmountains.com](http://papercraftmountains.com)

**7 Kalender** zwischen Postkarte und Großformat, € 14,50 - 39,90, auf [alpenverein.de/buecherberg](http://alpenverein.de/buecherberg)



## BLOCKIERUNG

Bei vorhergesagter Kaltfront stieg ein 24-jähriger Mann auf das Watzmann-Hocheck und übernachtete dort. Am nächsten Morgen gab es Neuschnee, Eisregen, Nebel und Sturm; die Bergwacht holte ihn herunter. Ein typischer Fall von „Blockierung“, einem der Trends unter den Alpinunfällen. 33 Prozent aller Rettungseinsätze beim Wandern haben ihre Ursache vermutlich in Selbstüberschätzung und falscher Tourenausswahl, schätzt die DAV-Bergunfallstatistik 2017. Dennoch ist Wandern die Bergsportart mit der geringsten Todesquote, bei insgesamt stetig sinkender Tendenz.

### Kinderkram

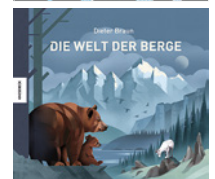
Nur für Erwachsene? Von wegen! Berge sind für alle da. Diese Bücher richten sich „eigentlich“ an Kinder – aber wer im Kopf jung geblieben ist, wird auch an den witzigen Bastel-, Spiel- und Mitmach-Ideen von Piotr Karski seinen Spaß haben. Wird die prägnanten, ästhetischen Zeichnungen von Dieter Braun rund um Berge in aller Welt nicht nur mit seinen interessierten Nachkommen genießen, sondern auch selbst Anregendes und Unbekanntes finden. Und der wird den „Alpenclub der Tiere“ nicht nur Sechsjährigen vorlesen, sondern an den gerimten Berg-Abenteuern von Jumbo, Hippo und Leo unter Bergführerschaft von vier Bären im Trachtenanzug (erstmal erschienen 1910) als herrlich amüsantes Dokument einer vergangenen Epoche erleben, aber auch ungebroschen aktuelle Themen darin finden.



Piotr Karski: **Berge!**, Moritz Verlag, 2017, 224 S., € 18,-

Dieter Braun: **Die Welt der Berge**, Knesebeck Verlag 2018, 96 S., € 20,-

Graham Clifton Bingham/George Henry Thompson/Dan Wiener: **Alpenclub der Tiere**, AS Verlag, 2018, 56 S., CHF 29,80





# VON KLAUS EMPFOHLEN

TIPP  
#09

BLACKYAK BAKOSI  
DAUNENJACKE



NOCH MEHR GESCHENKTIPPS VOM PROFI AUF [GLOBETROTTER.DE](http://GLOBETROTTER.DE)



Offizieller  
Handelspartner

<< DU HAST NOCH KEINE DAV-GLOBETROTTERCARD?  
JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN UNTER: [WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV](http://WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV) >>



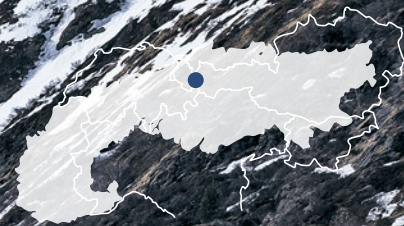
Auf dem Weg zur Darmstädter  
Hütte mahnen Lawinenkegel  
zur Vorsicht.

Winter  
(t)räume  
in  
rauem

# Gebirge

Skidurchquerung Verwall







**Im Sommer lockt die Verwallrunde hochalpine Wanderer in die wilden Berge südlich des Arlbergs; im Winter verspricht deren Durchquerung erfahrenen Skitouristen steile Erlebnisse auf anspruchsvoller Tour.**

Text und Fotos: [Wolfgang Ehn](#)

**D**ie letzten Strahlen der Abendsonne verlieren sich in den aufsteigenden Wolken und tauchen die Berge in ein diffuses rot-gelbes Licht. Fast schon mystisch-unwirklich steht der Patteriol, das Wahrzeichen der Verwallgruppe, gegenüber. Zum Fotografieren sind wir an einem August-Abend zu dritt von der Darmstädter Hütte auf den Scheibler gestiegen und dürfen nun andächtig diese besondere Stimmung erleben. Hier im Herzen des Verwall sind die Berge rau und ursprünglich. Neben den Felsbastionen von Patteriol und der nahen Kuchenspitze finden sich auch (noch) kleine Kargletscher, die den Reiz der Landschaft bereichern.

In den letzten Jahren war ich öfter um die traumhaft schön gelegene Darmstädter Hütte oder in den Tälern oberhalb der Konstanzer Hütte unterwegs. Fast immer im Sommer. Und fast immer war wenig oder ganz wenig los. Die Leute kennen St. Anton am Arlberg eben als Tiroler Wintersport-Ort und nicht als Ausgangspunkt für Verwall-Touren im Sommer.

Wie schauen die tief eingeschnittenen, wilden Täler wohl im Winter aus? Diese Frage wollte ich auf einer Skidurchquerung mit Winterraumnutzung beantworten, die

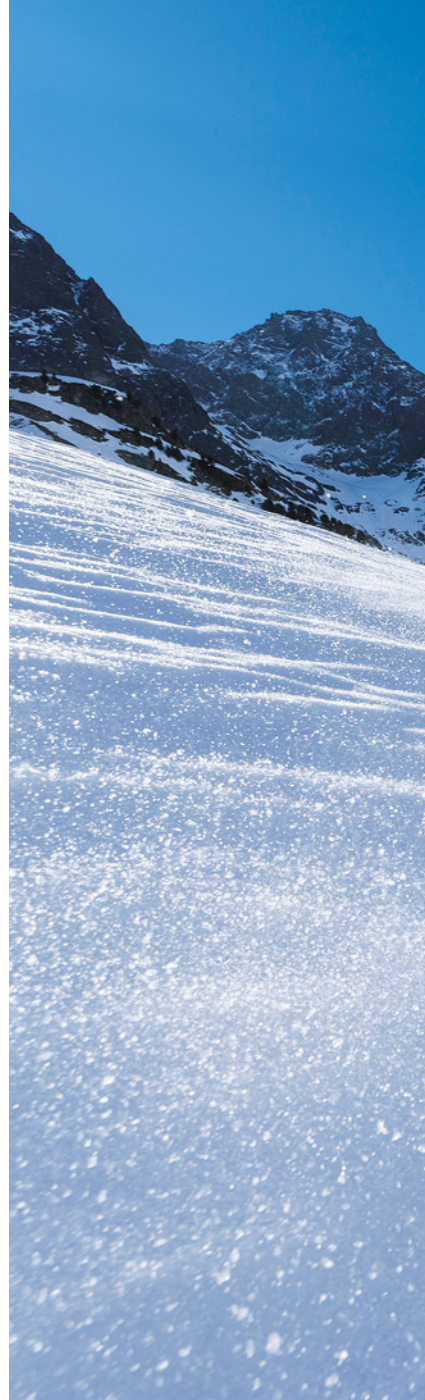
die mir bekannten Highlights verbindet: von St. Anton über die Darmstädter, die Konstanzer Hütte und die Neue Reutlinger Hütte durchs Pfluntal nach Klösterle in Vorarlberg. So eine Tour geht nur mit entsprechender Planung und bei absolut sicheren Schneeverhältnissen – zu lawinengefährdet ist das ganze Gebiet. Firnbedingungen im Frühjahr sollten die besten Möglichkeiten bieten. Zumal die Arlbergregion für ihre Schneesicherheit bekannt ist und im März und April bestimmt noch genug der weißen Pracht übrig sein sollte ...

Zu dritt – Lena, Johannes und ich – fahren wir mit der Rendl-Seilbahn ins St. Antoner Skigebiet. Ein Hochdruckgebiet für drei Tage ist angesagt, allerdings mit Höchsttemperaturen um die 20 Grad auf 1500 Metern. Danach soll es schlechter werden. Angesichts des knappen Zeitfensters haben wir unse-

**Fast immer  
war wenig  
oder ganz  
wenig los**

re Tour reduziert und starten mit vielen Variantenfahrern und Tagedstourengängern von der Bergstation der Riffelbahn. Um wenig Höhe zu verlieren, queren wir die Osthänge möglichst hoch. Eigentlich wollten wir wieder aufsteigen, um vom Seßladjoch zum Tagesziel Darmstädter Hütte abzufahren. Doch aufgrund der hohen Temperaturen und fortgeschrittenen Tageszeit fahren wir lieber ins Tal ab und erreichen die Hütte über den Kartell-Stau-

see. Die letzten 200 Höhenmeter steigen wir bei T-Shirt-Wetter unter strahlend blauem Himmel auf. Der Schnee ist jetzt, um die Mittagszeit, auf den Ost- und Südhängen durchwegs weich und wir machen es uns an der Hütte gemütlich. Auf den Nordhängen gegenüber fahren ein paar Tourengerher vom Rautejöchli so schön ab, dass es auch Lena und Johannes noch hinauf zieht - in weiten Carving-Schwüngen rauschen sie wieder runter. Bei unserer Tourenplanung war klar, dass wir kurze







**Auf der Abfahrt vom Kuchenjöchli ins Fasultal ist die Schneedecke noch hart gefroren; hinten rechts steht der Patteriol (3056 m), der „Wächter des Verwall“.**

Etappen einplanen, mittags an der nächsten Hütte sein müssen, und – wenn es die Bedingungen zulassen – von dort aus eine kleine Extratour unternehmen können.

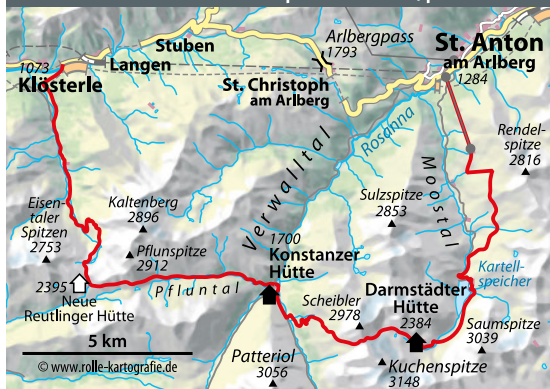
Auf der Terrasse vor dem Winterraum hängen wir die nassen Sachen auf und genießen die Nachmittagssonne. Im Sommer saß ich hier schön öfter und habe fast immer die leckeren Spinat-, Kas- oder Speckknödel gegessen, für die die Darmstädter Hütte bekannt ist. Überhaupt fühlte ich mich beim Hüttenwirt Andreas Weiskopf, der die Hütte in dritter Genera-

tion betreibt, rundum wohl. Mit seiner freundlichen, offenen Art heißt er jeden seiner Gäste willkommen. Und auch die Umgebung der Hütte hat einiges zu bieten: Sie ist Endstation für Mountainbiker, die von St. Anton aus die gut tausend Höhenmeter hinaufradeln, Zwischenstation für Wanderer auf der bekannten Verwallrunde und Ausgangspunkt für Bergsteiger, Kletterer oder Klettersteiggeher, mit gut

erreichbaren Klettergärten für Kinder und Kletterneulinge.

Ringsum ist Einsamkeit eingekehrt, auch den kleinen, aber feinen Winterraum haben wir für uns alleine. Mit den Schatten kommen die Wintertemperaturen zurück und lassen den Schnee oberflächlich anfrieren. Nach dem Sonnenuntergang machen wir uns ans Kochen. Es gibt Nudeln





mit Tomatensoße, die – wie immer, wenn man den ganzen Tag an der frischen Luft war – vorzüglich schmecken. Draußen geht der Mond auf und beleuchtet die weiße Gebirgslandschaft. Im Gegensatz zum kalten, blauen Mondlicht leuchtet unser Winterraum in heimelig orangenem Licht und gibt ein fast schon kitschiges Bild ab. Für den Fotografen ist eine kleine Extraschicht angesagt, kurz später kuscheln wir uns dann in die warmen Decken.

Am nächsten Morgen geht es nach einem kleinen Frühstück auf die Etappe zur Konstanzer Hütte. Bei Helligkeit schnallen wir unsere Ski an und genießen die stille Morgenstimmung. Dank der klaren Nacht ist der Schnee trotz der hohen Tagestemperaturen gut gefroren, weshalb wir uns lawinentechnisch erst einmal keine Sorgen machen müssen. Nach einem kurzen Aufschwung begrüßt uns die aufgehende Sonne in dem weiten Kar unter der steil aufragenden Kuchenspitze (3148 m), dem zweithöchsten Berg der Verwallgruppe nach dem Hohen Riffler (3168 m). Das flache rötliche Morgenlicht ist ideal zum Fotografieren, und so legen wir einen ausgedehnten Fotostopp ein. Danach geht es weiter durch den Karboden, der auf älteren Karten noch einen längst verschwundenen Gletscher eingezeichnet hat. Steiler wird es die letzten Meter hinauf zum Kuchenjöchli, der Scharte zwischen Scheibler und Kuchenspitze. Hier sind wir froh um unsere Harscheisen. Beim Aufstieg bleibt Johannes' Blick immer wieder an der Ostflanke des Scheibler hängen, in der ein paar Abfahrts Spuren die steilen Rinnen zieren. Sicherlich eine tolle Variante für Leute wie ihn, die sehr sicher auf dem Ski stehen und gerne ein paar Extrameter mitnehmen wollen. Für mich ist das nichts – meine Skifahrkünste reichen leider nicht aus, um die vielleicht 45 Grad steilen Rinnen in Angriff zu nehmen.

## SKIDURCHQUERUNG VERWALL

Insbesondere im Winter ist das Verwall ein anspruchsvolles Tourengebiet. Eine Mehrtagestour empfiehlt sich nur erfahrenen, routinierten Skibergsteigern in kleiner Gruppe (Winterräume). Voraussetzung sind eine überlegte Planung (mit möglichen Ausstiegsszenarien) und absolut sichere Verhältnisse, da das Gebiet aufgrund seiner Geländeform lawinengefährdet ist.

Souveränes Skifahren bis 40 Grad, Orientierungssinn und sicheres Einschätzen der Schneelage (auch ohne Handyempfang) sind Grundvoraussetzung. Firnbedingungen im Frühjahr sollten die besten Tourenmöglichkeiten bieten.

### Unterkunft – Winterräume

- ▶ **Darmstädter Hütte** (2384 m, Winterraum 8 Schlafplätze, mit DAV-Winterraumschlüssel zugänglich), [alpenverein-darmstadt.de](http://alpenverein-darmstadt.de)
- ▶ **Konstanzer Hütte** (1700 m, Winterhaus 14 Schlafplätze, neben dem DAV-Winterraumschlüssel ist ein weiterer Schlüssel notwendig, der bei der Sektion Konstanz gegen eine Kaution von € 150,- angefordert werden kann, Tel.: 07531/217 94, [info@dav-konstanz.de](mailto:info@dav-konstanz.de)), [dav-konstanz.de](http://dav-konstanz.de)
- ▶ **Neue Reutlinger Hütte** (2395 m, Selbstversorgerhütte, 12 Schlafplätze), [dav-reutlingen.de](http://dav-reutlingen.de)

### Karte

- ▶ AV-Karte 28 Verwallgruppe, 1:50.000
- ▶ AV-Karte 28/2 Verwallgruppe Mitte, 1:25.000

### Literatur & Info

- ▶ Markus & Janina Meier: **Verwallrunde mit Zustiegen und Varianten**, Conrad Stein Verlag 2018 (Sommertouren)
- ▶ Infos zur Verwallrunde auch unter [verwall.de](http://verwall.de)

Generell gibt es auf der Tour durchs Verwall viele Möglichkeiten für Varianten und Extratouren, die wir wegen der hohen Tagestemperaturen jedoch meist auslassen. Wer mehr Zeit und passende Verhältnisse hat, kann aber einige Rinnen und unzählige weitläufige und einsame Firnhänge anhängen.

Vom Kuchenjöchli fahren wir sehr langsam den hartgefrorenen Hang hinunter, um die Querung unter die Westflanke des Scheibler nicht zu verpassen. Ein befreund-







**Im stimmungsvollen Vollmondlicht wirken die winterlichen Berge um die Darmstädter Hütte besonders einsam und still; im Winterraum kochen und übernachten die Skibergsteiger; Sonnenaufgang nach dem ersten Aufstieg von der Darmstädter Hütte.**



deter Bergführer hat mich bei der Planung gemahnt, an dieser Stelle möglichst im Bereich des Sommerweges zu bleiben, der den Hang schräg quert, da in Falllinie einige Abbrüche ins Fasultal folgen. So tasten wir uns Rinne für Rinne vor, bis der Schnee weniger wird. Etwas unsicher über den weiteren Wegverlauf folgen wir dem hier knappen Weiß und kämpfen uns durch steile dichte Büsche die letzten Meter ins Tal. Nach sonniger Brotzeit an einer Almhütte geht es wenige hundert Meter weiter

## Wir tasten uns Rinne für Rinne vor

zur Konstanzer Hütte. Hier braucht man zum normalen DAV-Winterraumschlüssel einen zweiten Schlüssel, den man bei der Sektion Konstanz gegen Kautionsanforderung kann. Diese Maßnahme hat die Sektion wegen Vandalismus im Winterraum ihrer Hütte eingeführt. Johannes und Lena sind noch motiviert und steigen direkt von der Hütte nach Süden hoch Richtung Kleinem Patteriol, um eine weitere feine Firnabfahrt zu genießen. Als sie wiederkommen, können wir gleich das aufgefangene Schmelzwasser verwenden und kochen noch mal Nudeln. Da unser Ausflug nur drei Tage dauert, ist der Essensvorrat überschaubar, und die Rucksäcke sind recht klein.

Um die Hütte funktioniert auch das Internet und wir checken den Wetterbericht: Wie vorhergesagt sollen morgen mittags erste Wolken im Vorfeld einer Front hereinziehen. Bis dahin klar. Entspannt gehen wir ins Lager. Am nächsten Tag wollen wir die Neue Reutlinger Hütte passieren und





Nach dem kritischen Aufstieg über einen durchweichten Südhang ist die Neue Reutlinger Hütte erreicht. Von der kleinen Selbstversorgerhütte folgt die nordseitige Abfahrt nach Klösterle.

nach Norden Richtung Klösterle abfahren. Laut unserer Planung eine zwar etwas längere, aber leichte Etappe. Doch es soll anders kommen.

Die Strecke durch das langgezogene Pfluntal hinauf zum Gafluner Winterjöchle ist entspannt, der Schnee gut überfrozen. Wir staunen ob der vielen Möglichkeiten, seitlich aufzusteigen und über perfekte Firnhänge wieder abzufahren. Das heben wir uns fürs nächste Mal auf. Etwa 200 Höhenmeter fahren wir ab, um wieder zur Neuen Reutlinger Hütte aufsteigen zu können. Dabei brechen wir immer wieder ein, bis schließlich der Schnee auch an der Oberfläche nicht mehr trägt und komplett durchweicht ist. Und das schon so früh. Hier sind wohl über Nacht Wolken gehangen und die Schneefläche konnte nicht auskühlen. Urplötzlich finden wir ganz andere Bedingungen vor. Der Weiter-

### Die Schneefläche konnte wohl nicht auskühlen

weg führt noch dazu sehr steil über einen Südhang mit felsdurchsetztem Gelände hinauf zur Scharte mit der Hütte – lawinentechnisch alles andere als gut. Wir überprüfen unsere Möglichkeiten: Durch das enge Rindertal unterhalb steiler Südwände hinaus nach Vorarlberg – das schaut nicht wirklich besser aus. Alles zurück und einen weiteren Tag an der Hütte verbringen oder möglichst schnell wie geplant hinaus? Nach kurzer Krisensitzung entscheiden wir uns für die Flucht nach vorne. Mir ist sehr unwohl dabei, den teilweise grundlosen weichen Hang hinauf zu wühlen, daher geben wir Vollgas und kommen mit deutlich erhöhtem Puls oben an. Wie schnell sich doch eine Situation ändern kann: Eben noch ganz entspannt, steckt man plötzlich in einer kritischen bis lebensgefährlichen Lage. Die kleine Selbstversorgerhütte des DAV Reutlingen ist glücklich erreicht.

Jetzt geht es talauswärts Richtung Klösterle in Vorarlberg. Der Schnee im Nordhang ist noch halbwegs gut, und wir atmen auf. Ein tolles Kar fordert noch einmal eine überlegte Spurwahl, dann fahren wir nach einem kurzen, für mich spannenden Teilstück von gut 40 Grad, über Lawinenschnee der Zivilisation entgegen – und sehen erstmals auch wieder andere Menschen. Ein kurzer, intensiver, oft sehr entspannter Ausflug in die Einsamkeit geht zu Ende. Ein Bergerlebnis, das die Zeit vorübergehend langsamer verstreichen und den Atem der Berge tief aufsaugen ließ.

Den letzten Kilometer nach Klösterle müssen wir die Ski tragen – bisher ging es sich mit der Schneelage Mitte April aber genau aus. Zuletzt bringt uns der Bus über den Arlbergpass zurück zum Ausgangspunkt.



**Wolfgang Ehn** aus Mittenwald arbeitet als Profifotograf für Bergsportfirmen und -medien und ist selbst rund ums Jahr begeistert in den Alpen unterwegs.





## Die Jubiläumskollektion



**DAV Herren  
Hybrid Jacke  
„Jubiläums Edition“**  
Artikel-Nr: 9JU001  
**€ 90,-**  
Mitglieder  
**€ 84,-**

**MALOJA  
Strickmütze  
„Edition DAV“**  
Artikel-Nr: 421941  
**€ 35,-**  
Mitglieder  
**€ 31,50**

**DAV Emaille-  
Becher  
„Jubiläums Edition“**  
Artikel-Nr: 9JU071  
**€ 14,-**  
Mitglieder  
**€ 12,-**



...viele weitere Jubiläums-  
artikel ab sofort erhältlich  
unter [www.dav-shop.de](http://www.dav-shop.de)



Helmut, Sektion Friedrichshafen:  
„Jahrzehntelang tolle Erlebnisse  
und Kameradschaft – ich bin DAV!“

**#wirsinddav**



# Mit fabelhafter Lässigkeit

**Brauchen kletternde Frauen einen älteren Mann als Bewunderer? Natürlich nicht. Trotzdem darf man sich mit Malte Roeper darüber freuen, wie selbstverständlich heute das Neben- und Miteinander der Geschlechter funktioniert.**

Wer wie ich seit über vierzig Jahren in die Berge geht, hat viel miterlebt. Jaja, Ski waren noch aus Holz, damals haben wir uns noch um die Brust angeseilt; Toprope, Bohrhaken, Magnesia: galt alles als Teufelszeug! Wenn ich als 55-Jähriger von früher erzähle, habe ich manchmal das Gefühl, gleich bekomme ich einen Untertitel wie in einer historischen Doku: Malte Roeper, Zeitzeuge. Ist noch mit Bollerschuhern geklettert.

Wenn sich früher im Hort unserer kleinen vertikalen Minderheit irgendetwas veränderte, verschob sich – Hilfe! – unsere kleine heile Welt in eine unbekannte Richtung. Es drohte der Untergang des kletternden Abendlandes, den wir Altvorderen (Bohrhakendiskussion ...!) mehr als einmal heraufdräuen sahen. Allein: Er trat nie ein. Und dass Bergsteigen in jedem Fall Männersache war, ging schon aus folgendem Witz hervor: Was ist das Ende des Alpinismus? Seife und Frauen.

Jetzt, Jahrzehnte später ... sind wir keine vertikale Minderheit am Rand der Gesellschaft mehr, wir sind verdammt viele und die Veränderungen umfassend. Mein Fokus gilt der großartigsten Veränderung, die wir miterleben durften: Rolle, Verhalten und Selbstverständnis der Frauen am Fels. Als Lynn Hill 1993 die erste freie Begehung der „Nose“ am El Capitan gelang, an der prominente Männer abgeblitzt waren, betitelte sie ihren Bericht spitz mit der berühmt gewordenen Zeile: „It goes, boys!“. Heute wäre der Satz unnützlich, ja beinahe unverständlich. Nicht so überholt wie der mit Seife und Frauen, aber auch überholt. Weil die Dinge jetzt grundlegend anders sind. Zwei Beispiele:

> 2016 gelingt der Schweizerin Nina Caprez eine der größten Routen im Alpenraum onsight: „Divine Providence“ (IX) am Grand Pilier d'Angle. Die Wand ist 900 Meter hoch und inklusive Zustieg, Weiterweg zum Mont-Blanc-Hauptgipfel und Abstieg deutlich größer als vieles, was andere im Himalaya probieren. Dass sie das als erste Frau schaffte, erwähnt sie im Interview gar nicht, schwärmt dafür von dem, worauf es verdammt noch mal immer am meisten ankommt: vom ERLEBNIS.

Foto: Felix Öhl



> Es geht auch kleiner: Auf einem lächerlich einfachen Almbastieg in den Voralpen haben wir zwei Männer uns im Dunkeln verlaufen und kommen nun ziemlich zerrupft aus dem Wald auf die Forststraße. Keine Ahnung, wo das Auto steht. Zwei junge Frauen auf Mountainbikes kommen zufällig vorbei, erklären uns den Weg – und gut. Kein Hoho, jetzt haben wir's den Männern aber gezeigt. Und von uns Männern kein Versuch, diese „Blamage“ abzubiegen, weil es keine Blamage mehr ist, wenn die Frauen etwas besser wissen.

## Das Ende der Missionarsstellung

Natürlich hat es Frontfrauen wie Lynn Hill gebraucht, um diese Veränderung herbeizuführen. Am Ende war es wohl zuallererst die emanzipatorische Kontinentaldrift in der Mitte der Gesellschaft, die auch am Fels ein neues Miteinander ermöglichte. Lange Zeit war es ja so, dass viele (der sowieso wenigen) Frauen am Fels noch im Schlepptau von Ehemann, Freund, Lebensgefährten liefen. Dies traditionelle Pärchenklettern hatte dann oft ein bisschen was von Missionarsstellung: er oben, sie unten. „Genau das hat sich in den letzten Jahren extrem geändert“, beobachtet Ines Papert das Geschehen, „dass ER vorsteigt und SIE sichert und er sie dann Griff für Griff die Route rauftextet, das siehst du heute nicht mehr so oft. Heute gehen Frauen mehr mit Frauen klet-

*Wie denn sonst? Frauen von heute gehen am scharfen Ende des Seils – in jedem Alter, in jedem Grad, in jedem Gelände. Und es ist gut, dass das selbstverständlich ist.*



## Bergsport heute

tern, und wenn sie mit einem Mann gehen, dann als Partnerin. Auf Augenhöhe, logisch, wie sonst?!"

Als Deutschlands einzige Profi-Alpinistin ist die 44-jährige Bannerträgerin und Kronzeugin der Entwicklung zugleich: „Vor zwanzig Jahren am Fels war ich immer die Exotin, eben ‚die Frau‘. Jetzt bin ich einfach die Ines. Den jüngeren Frauen geht es aber ziemlich ähnlich. Weil sie viel selbstbewusster an die Sache rangehen. Die Männer sind aber auch viel lockerer geworden, das gehört natürlich dazu.“

Klettern verstand sich lange als Männersache, der Fels gehörte uns Kerlen – und mancher tat sich schwer, vom Lorbeer etwas abzugeben. Aber wir Männer haben – ob uns das gefreut hat oder nicht – in tausend anderen Bereichen auch erfahren: Ja, die Frauen können es auch. Nein, verdammt, jetzt keine Belege, dass Frauen so ziemlich alles genauso gut können wie Männer. Es ist genauso lächerlich, das noch zu betonen, wie es dumm und ungerecht wäre, es zu leugnen.

Ich liebe und liebe das Klettern mit besonderer Inbrunst: Als Kind geschiedener Eltern fand ich an den Felsen einen Familienersatz, daher war meine Angst vor Veränderungen in „meiner“ Szene immer besonders groß. Nun bin ich weiß Gott nicht glücklich über alles, was heute anders ist als früher. Aber die Selbstverständlichkeit und Lässigkeit, mit der Frauen heute draußen unterwegs sind, miteinander und mit Männern: großartig! Ein bisschen verdanken wir die neue Situation auch dem Umstand, dass wir Männer es jetzt lockerer nehmen, nicht mehr das dominante Geschlecht zu sein, am meisten aber verdanken wir sie natürlich den Frauen. Ihr seid wunderbar. Danke schön.



**Malte Roeper** (malteroeper.de) war mit Leib und Seele Alpinist, klettert heute noch begeistert – und ist als Journalist ein genauso engagierter Dokumentator und Kommentator dieses fantastischen Sports.

# Von hier. Von uns.

Eine Meisterleistung.



Der auch.

Mit Liebe und Können gemacht.

Kulinarische Höhepunkte sind in Württemberg auch regionale Höhepunkte. Die ausgesuchten schwäbischen Spezialitäten bestechen nicht nur durch ihre Zutaten von hier, sondern auch durch die Liebe und das Können, mit denen sie zubereitet werden. Passend dazu gibt es herrliche Weine wie einen kräftigen Lemberger oder vollmundigen Schwarzriesling. Entdecken Sie das Beste aus Württemberg: Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger.

Württembergischer Weingärtnergenossenschaften  
wein-heimat-württemberg.de



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

WINEinMODERATION.eu  
Art de Vivre



WM Klettern und „Youth Olympic Games“

# Die Richtung stimmt

Das neue olympische Kombinationsformat hatte seine internationale Feuertaufe bei der WM in Innsbruck und der Jugend-Olympiade in Buenos Aires. Es waren spannende Wettkämpfe mit erfreulichen deutschen Platzierungen.

Ganz knapp schrammte Hannah Meul an einer Medaille vorbei: Doch mit dem vierten Platz kann die Rheinland-Kölnlerin, die als erste deutsche Kletterin an den „Youth Olympic Games“ teilnahm, durchaus zufrieden sein; mit etwas mehr Glück wäre sogar ein Podiumsplatz drin gewesen. Denn sie gewann klar das Leadfinale und war punktgleich mit der Österreicherin Laura Lammer, die nur wegen etwas besserer Zwischenergebnisse den dritten Rang belegte.

Zeit spielt eine stärkere Rolle beim „Olympic Combined“, das zeigte sich in Buenos Aires. Denn fast alle Finalistinnen kletterten die Leadroute top, so dass die Platzierungen über die Kletterzeit entschieden wurden. Ein weiterer für den Klettersport ungewohnter Faktor heißt Risiko oder Zufall. So bedeutet beim Speed ein Fehlstart die sofortige Disqualifikation und einen hintersten Platz. Dies wurde dem superschnellen Japaner Tomoa Narasaki bei der WM in Innsbruck zum Verhängnis: Als Speed-Sechster kam er nicht mehr in die Medaillenränge. Dafür profitierte Jan Hojer (Frankfurt/Main), der die Speedrunde gewann und sich damit den dritten Platz sicherte, obwohl er beim Bouldern und Lead nicht ganz sein Potenzial abrufen konnte. Gold ging an Jakob Schubert vor Adam Ondra (CZE) wegen des besseren Speed-Ergebnisses. Auch beim Lead setzte sich der Lokalheld vor den tschechischen Superstar – hier konnte Alex Megos (Erlangen) als Dritter eine weitere deutsche Medaille holen, die durch die Paraclimber Korbinian Franck (2.) und Nils Hellsper (3.) in der Kategorie RP1 erfreulich ergänzt wurde. Die erwartete japanische Dominanz blieb bei der WM aus, nur Kai Harada gewann in beeindruckender Manier das Boulderfinale. Drei der insgesamt acht Goldmedaillen gingen an das Gastgeberland Österreich: die zwei für Schubert und Gold im Lead für Jessica Pilz vor dem jungen slowenischen Superstar Janja Garnbret, die dafür die Boulder- und Combined-Wertung gewann.

Etwas Kritik gab es am Routenbau: Vor allem das Boulderfinale der Frauen, wo es nur fünf Tops gab und drei ganz leer ausgingen, war zu schwer geraten. Insgesamt aber war es eine gelungene und stark besuchte Veranstaltung mit spektakulärer Inszenierung und faszinierenden Wettkämpfen. Die Zwischenstände und Platzierungspotenziale beim Combined noch klarer zu kommunizieren, wird eine wichtige Aufgabe sein, wenn neben tollem Sport auch der Kitzel des Wettbewerbs beim Publikum ankommen soll.

red



Hannah Meul (u.) belegte bei der Jugend-Olympiade einen starken vierten Platz. Fröhlich war das Siegerinnentrio bei der Boulder-WM: Ariyo Noguchi, Janja Garnbret, Stasa Gejo. Am Combined-Podium (Ondra, Schubert, Hojer) gab es deutsche Beteiligung, und Alex Megos (l.) zog sich zum dritten Rang im Lead.



Fotos: Eddie Fowke (2), Sytse van Slooten, DAV/Nils Nöll



**ALLES GEBEN  
IST UNSER STIL**

Klettern wird in Tokyo 2020 erstmals olympisch sein.  
Das ist eine einmalige Chance. Wir werden sie nutzen.  
[alpenverein.de/climbtotokyo](http://alpenverein.de/climbtotokyo)





## Ohne Umwege

LaVita ist ein Naturprodukt. Daher wird es direkt vom Hersteller zu Ihnen nach Hause geliefert – selbstverständlich versandkostenfrei.

Weitere Informationen und den Online-Shop finden Sie unter [www.lavita.de](http://www.lavita.de). Eine persönliche Beratung gibt es telefonisch unter: + 49 (0)871 / 972 170

# Die Natur kann Berge versetzen

Ob in den Alpen oder im Alltag: LaVita optimiert die Ernährung mit allen wichtigen **Vitaminen und Spurenelementen** in ihrer natürlichen Umgebung

Als Leistungssportler hat Gerd Truntschka einiges ausprobiert, um seine Ernährung zu optimieren. „Mal stand Vitamin C im Mittelpunkt, mal Carnitin“, erinnert er sich. Ihn störte die Konzeptlosigkeit. Seine Vision: Er wollte ein ganzheitliches Produkt schaffen, das die positiven Eigenschaften möglichst vieler natürlicher Lebensmittel bündelt. Aus der Vision wurde Wirklichkeit: Die Basis von LaVita bilden über **70 natürliche Zutaten**, v. a. Obst, Gemüse, Kräuter und Öle. So vereint das Saftkonzentrat wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe, Enzyme, Aminosäuren, Coenzym Q10 und L-Carnitin zusammen mit allen **wichtigen Vitaminen und Spurenelementen**, die dem Körper gleichzeitig zur Verfügung stehen. Vitamin C, Vitamin D und Zink unterstützen

das **Immunsystem**, die **Leistungsfähigkeit** profitiert von den Vitaminen B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub> – sie unterstützen den normalen **Energiestoffwechsel**. Eisen, Folsäure, Magnesium, Niacin, Vitamin B<sub>2</sub>, B<sub>12</sub> und B<sub>6</sub> tragen zur **Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung** bei. Weitere Wirkungen auf [www.lavita.de](http://www.lavita.de)



Er entwickelte LaVita: Eishockey-Legende Gerd Truntschka. Gemeinsam mit Frau Silke leitet er das Familienunternehmen seit 1999





### Skibergsteigen-Wettkämpfe

## termine

### Skibergsteigen

- 13.-16.12. Internationales Jugendcamp, Kühtai (AUT)
- 6.1. DM Vertikal, Immenstadt
- 18.-20.1. WC Sprint & Individual, Bischofshofen (AUT)
- 27./28.1. WC Individual & Vertical, Font Blanca (AND)
- 2./3.2. WC Individual & Sprint, Superdévoluy (FRA)
- 15./17.2. DM Sprint & Individual, Berchtesgaden

## ergebnisse

### WM Klettern Innsbruck

**Lead Frauen:** 1. Jessica Pilz (AUT),

2. Janja Garnbret (SLO), 3. Jain Kim (KOR)

**Lead Männer:** 1. Jakob Schubert (AUT),

2. Adam Ondra (CZE), 3. Alexander Megos (Erlangen)

**Bouldern Frauen:** 1. Janja Garnbret (SLO),

2. Akiyo Noguchi (JPN), 3. Stasa Gejo (SRB)

**Bouldern Männer:** 1. Kai Harada (JPN),

2. Jongwon Chon (KOR), 3. Gregor Vezonik (SLO),

9. Jan Hojer (Frankfurt/Main)

**Speed Frauen:** 1. Aleksandra Rudzinska (POL),

2. Anna Brozek (POL), 3. Mariia Krasavina (RUS)

**Speed Männer:** 1. Reza Alipourshenazandifar (IRI),

2. Bassa Mawem (FRA), 3. Stanislav Kokorin (RUS)

**Combined Frauen:** 1. Janja Garnbret (SLO),

2. Jessica Pilz (AUT), 3. Akiyo Noguchi (JPN)

**Combined Männer:** 1. Jakob Schubert (AUT),

2. Adam Ondra (CZE), 3. Jan Hojer (Frankfurt/Main)

### Youth Olympic Games Buenos Aires

**Combined Frauen:** 1. Sandra Lettner (AUT),

2. Vita Lukan (SLO), 3. Laura Lammer (AUT),

4. Hannah Meul (Rheinland-Köln)

**Combined Männer:** Keita Dohi (JPN),

2. Shuta Tanaka (JPN), 3. Sam Avezou (FRA)

## Vollgas für die Berge

Mit neuer Struktur startet der DAV in die Wettkampfsaison 2018/19 der Skibergsteiger. Die national geförderten Ski-Athleten sind in drei Kadern organisiert, die ein Nachwuchsleistungssportsystem bilden: mit der Deutschen Nationalmannschaft (6 Personen) an der Spitze, der Perspektivmannschaft (7 Personen) und der Stützpunktmannschaft (4 Personen) – darunter insgesamt vier Frauen. Der neue Bundestrainer Dr. Thomas Bösl und ein zusätzlicher Nachwuchstrainer haben im sonnigen Spätsommer ihre Arbeit aufgenommen und gleich die ersten Trainingsmaßnahmen angesetzt. So stand zum Beispiel am Stilfserjoch neben dem obligatorischen Techniktraining auch eine Einheit Spaltenbergung auf dem Programm – schließlich heißt der Sport „Skibergsteigen“, und manche Wettkämpfe finden in Gletscherregionen statt.

„Unsere“ Speed-Spezialisten waren im Sommer fleißig; Stefan „Kneppi“ Knopf konnte bei einigen Bergläufen Podiumsplätze erlaufen. Nun sind sie heiß auf die Schneesaison, in der es eigene Deutsche Meisterschaften für jede der drei Disziplinen geben wird: Vertical (6.1.) in Immenstadt, am traditionsreichen Mittag; Sprint (15.2.) und Individual (17.2.) am Jenner in Berchtesgaden. Außerdem beteiligen sich die Mannschaften an den Rennen des Alpencups ([skimo.at](http://skimo.at)).

Internationales Saisonhighlight sind natürlich die Weltmeisterschaften in Villars sur Ollon (Wallis) im März. Für die Cadets hat die WM eine besondere Bedeutung: Spitzenplätze versprechen die Qualifikation für die Youth Olympic Games in Lausanne 2020, wo junge Skibergsteiger erstmals olympische Luft schnuppern können. *ah/red*

### Die Deutsche Nationalmannschaft Skibergsteigen 2018/19:

Susi von Borstel (Immenstadt), Toni Palzer (Berchtesgaden), Stefan Knopf (Berchtesgaden), Toni Lautenbacher (Bad Tölz), Josef Huber (Berchtesgaden), Thomas Trainer (Berchtesgaden)



Foto: DAV

### Infos auf Facebook:

German Skimountaineering Team

## Nachwuchscamp Skibergsteigen: Noch Plätze frei!

Ein wichtiges Element der DAV-Nachwuchsförderung ist das 12. Internationale Youth Camp Skibergsteigen vom 13.-16.12. im Kühtai (Tirol). Begeisterte Skifahrer und -tourengeherinnen zwischen 12 und 19 Jahren können mitmachen, ihre Skitourentechnik verbessern, sich in kleinen Wettkämpfen messen, Vorträge, Filme und Tipps von Profis genießen und einfach eine gute Zeit in gemütlicher Hüttenatmosphäre haben. Für schnell Entschlossene: Anmeldung an [anine.hell@alpenverein.de](mailto:anine.hell@alpenverein.de) oder auf [alpenverein.de](http://alpenverein.de) -> **Wettkampf**.



Internationaler Skiführerverband

RIASPORT





Kalender  
HIGH!  
Art.-Nr.  
383019  
€ 27,90  
Mitglieder  
€ 22,90



Kalender  
DIE WELT  
DER BERGE  
Art.-Nr.  
382019  
€ 32,90  
Mitglieder  
€ 27,90

DIE WELT DER BERGE 2019

BILDER UND TEXTE VON DEN BERGEN – ZUM JUBILÄUM DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS



## Atmen nicht vergessen!

12 großformatige Fotos – nur ein Thema: hochalpiner Sport, der schon beim Betrachten HIGH macht. Bergsportler in atemberaubender Höhe, mit unglaublichem Mut, in faszinierender Natur. Großartige Perspektiven für ein spannendes neues Bergjahr.

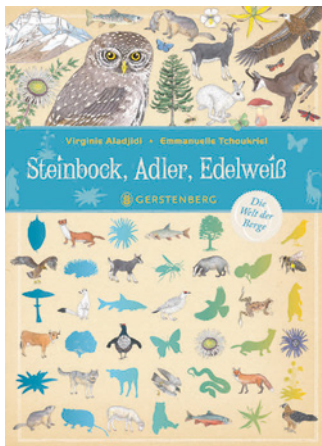
## Ein Bild, ein Text, ein Spruch ...

Im Jubiläumskalender DIE WELT DER BERGE zeigen wir „Meilensteine“ des Alpinismus: 12 Charakterberge, an denen Geschichte geschrieben wurde. Texte bekannter Alpinisten auf Transparentseiten laden ein zum Nachdenken, Träumen und Pläneschmieden.

# Ein großer Geburtstag mit tollen Geschenken!

Zwei DAV-Kalender als Jubiläumsausgabe, das Jahrbuch BERG und mehr Ideen ...

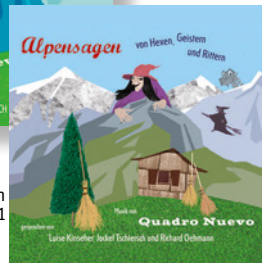
*Wir lieben die Berge. Seit 1869.*



Kinderbuch  
Art.-Nr.  
401071  
€ 13,95



CD Alpensagen  
Art.-Nr. 401080  
€ 12,99



CD Alpensagen  
Art.-Nr. 401081  
€ 12,99

Jahrbuch  
BERG 2019  
Art.-Nr.  
302019  
€ 18,90



## Die Bergwelt für Kinder

Ein Ausflug in die Berge ist für viele Kinder das Größte. Dieses Buch öffnet mit seinen 50 detailgetreuen Farbtafeln und informativen Texten zur Tier- und Pflanzenwelt der heimischen Berge den Blick für die Schönheit der Natur. Ein Bergführer der besonderen Art!

## Für die ganze Familie

Der Alpenraum ist eine Schatzkiste voller alter Sagen und Geschichten. Was man sich früher abends in der Stube zusammenspann, wird hier frisch von Julia Schölzel (Autorin) erzählt und mit bunter Musik von Quadro Nuevo untermalt. Wild, urig, witzig, lebendig.

## Inspirierende Vielfalt

Was treibt uns eigentlich – heute zahlreicher denn je – in die Berge? Der Blick auf den Alpinismus als Phänomen der Moderne ist nur einer der vielen interessanten Themenkomplexe im neuen Jahrbuch BERG 2019 des DAV, ÖAV und AVS.

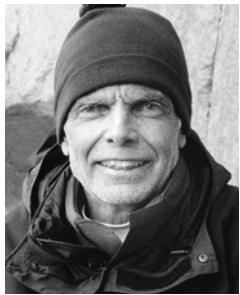


# menschen

Gleich zwei Gründe gibt es, **Beat Kammerlander** zu gratulieren: Kurz vor seinem 60. Geburtstag (14.1.) wurde er mit dem Paul-Preuss-Preis ausgezeichnet – für eine Vielzahl bahnbrechender Erstbegehungen, die neben großen Schwierigkeiten auch immer hohen mentalen Einsatz fordern: „Silbergeier“, „Unendliche Geschichte“, „WoGü“, „Prinzip Hoffnung“.



Doch weder Alter noch Ehrungen bremsen den Vorarlberger Bergführer: Erst vor zwei Jahren vollendete er mit „Kampfzone“ (5 SL, X+/XI-) eine harte Gebirgstour im Kammerlander-Stil. Und als Fotograf dokumentiert er mittlerweile auch die Leistungen der nachwachsenden Generation, für die seine Routen nach wie vor Inspiration und höchste Ziele sind (s.S. 46ff.).



Am 24. August starb **Tom Frost** im Alter von 81 Jahren. Zusammen mit Kletterern wie Royal Robbins und Yvon Chouinard hatte er das „Goldene Zeitalter“ im Yosemite Valley geprägt. Nach der ersten Wiederholung der „Nose“ am El Capitan eröffnete er 1961 mit Robbins und Chuck Pratt die „Salathe“ in überragendem Stil: mit wenigen Bohrhaken und in damals rasanten zehn Tagen. Mit ikonischen Schwarzweißfotos dokumentierte er diese Ära und weitere Aktionen an Bergen weltweit wie Kangtega, Lotus Flower Tower und Annapurna-Südwand. Besonders wichtig jedoch war sein Engagement für einen zurückhaltenden Einsatz technischer Hilfsmittel, ausgedrückt in seinem Motto: „So wie du

irgendwas tust, tust du alles“.

Ebenfalls am 24. August erlag **Jeff Lowe** (\* 1950) seiner langwierigen Nervendegenerationskrankheit, die auch verhindert hatte, dass er 2017 den Piolet d'or für sein alpinistisches Lebenswerk persönlich entgegennahm. Der Amerikaner war einer der prägenden Alpinisten der 1970er- und 80er-Jahre. Er trieb das Eis- und Mixedklettern in neue Dimensionen, initiierte das Ouray Ice Festival und entwickelte mit seiner Firma Latok die erste Softshelljacke. Sein Versuch am Latok-Nordgrat von 1978 war legendär und wurde erst im vergangenen Sommer übertroffen; seine solo erstbegangene Route „Metanoia“ in der Eiger-Nordwand (1991) rang den Zweitbegehern Huber, Siegrist und Schaeli 2016 größten Respekt ab.



red

## 4 Kurioses Alpen-Klein-Klein

### Gerolsteiner Dolomiten

**Der Bergjournalist Martin Roos ist auf der Spur von Erhebungen mit klingenden Namen in deutschen Mittelgebirgslandschaften.**

Der Grandseigneur des Dolomits sitzt nicht in Norditalien, sondern in der Eifel. Als sich der Kalk der späteren Dolomiten ablagerte, gab es die Riffe neben dem heutigen Gerolstein schon volle hundert Millionen Jahre. Chemisch passierte dasselbe: Kalk konver-



mehr: [tinyurl.com/GerolDolo](http://tinyurl.com/GerolDolo)

**Ausgangspunkt:** Gerolstein, Etappe des Eifelsteigs und des Kyll-Radwegs. Der Felsenpfad (240 Hm) beginnt/endet am Bahnhof (dort Touristinfo mit Pfad-Faltblatt).

tierte in magnesiumreicher Sole zu Dolomit. Sichtbare Reste ragen nördlich von Gerolstein (360 m) in Form der

Munterley auf (480 m). Das einstige Riff durchzieht der empfehlenswerte „Felsenpfad“, Klettern ist nur an der Hustley gestattet ([felsinfo.alpenverein.de](http://felsinfo.alpenverein.de)). Auch wenn die Gerolsteiner Dolomiten nur ein Fünftausendstel der Fläche ihres italienischen Pendantes umfassen, lässt sich schon in einem halben Tag profundes Wissen erwandern: um die eigenartigen Lebensformen vor 380 Millionen Jahren, mit Panzerfischen und Stromatoporen (Vorläufer von Meeresschwämmen). Und was die jüngere Erdgeschichte hier noch brachte: Zu Trockenzeiten entstand Buntsandstein, später brachen Vulkane aus. Schließlich liegt Gerolstein in der Vulkaneifel ([geopark-vulkaneifel.de](http://geopark-vulkaneifel.de)), bahntechnisch grob in der Mitte zwischen Köln und Trier. Im Zweiten Weltkrieg war Gerolstein als Verkehrsknoten so wichtig, dass es zu 80 Prozent zerbombt wurde. Danach verhunzte man das Stadtbild. Oben auf dem Felsenpfad genießt man deswegen besser die Sicht in hügelige Fernen und schaut sich Steine, Vulkanrelikte und Magerrasen am Riffplateau genau an. Vielleicht findet man sogar das Edelweiß – wie in den bleichen Bergen Norditaliens.



Mit dem Boulder mobil im Libanon

# KLETTERN FÜR DEN FRIEDEN

„Wieder einmal habe ich die Bedeutung von Freiheit erfahren“, berichtet die Schweizer Kletterin Nina Caprez von ihrer Reise in den Libanon. Zusammen mit der NGO ClimbaID war sie mit dem mobilen Boulderblock „Rolling Rock“ durch den Nahoststaat gefahren, um syrischen Flüchtlingen und jungen, vom Krieg traumatisierten Libanesen zumindest eine kurze Auszeit zu ermöglichen. Von den sechs Millionen Menschen, die im Libanon leben, sind zwei Millionen Flüchtlinge. Eine Klettersession ändert nicht ihr Leben, aber sie lässt sie aufatmen, und die Augen leuchten. ClimbaID hofft, junge Menschen damit zu Solidarität und Gemeinsinn motivieren zu können. Wie Nina Caprez sagt: „Klettern fördert die Werte, die wir teilen und verteidigen: Teilen, dein Bestes geben, Angst überwinden – und die überwältigende Freiheit, völlig im Moment zu leben.“

red

[climbaid.org](http://climbaid.org)



*Auf die Dauer helfen nur Politik und Menschlichkeit – aber Bouldern lässt Flüchtlinge für Momente das Elend vergessen.*

## stich|wort

### DAV-SICHERHEITSKREIS

Am 28.10.1968, also vor genau 50 Jahren, trafen sich auf der Münchner Praterinsel auf Einladung von Mani Sturm mehrere Alpinexperten, um über einen Seilschaftsabbruch in der Hochferner-Nordwand zu diskutieren, bei dem die Rammpickel-Sicherung herausgerissen worden war. Aus dem gemeinsamen Bedürfnis heraus, intensiver über Sicherungsmöglichkeiten im Bergsport zu forschen, formulierte Toni Hiebeler den Vorschlag, einen „Sicherheitskreis“ zu gründen – neun Personen formierten ihn auf Zuruf. Pit Schubert leitete das Gremium, das nach zwei Jahren im DAV integriert wurde, zehn Jahre lang ehrenamtlich, dann wurde er fest angestellt und machte den Sicherheitskreis bis zu seiner Verrentung 2000 zu einer Marke für guten Umgang mit alpinem Risiko. Was sie heute noch ist – allerdings jetzt unter dem Namen DAV-Sicherheitsforschung.

red



## DESIGN?

„ICH BAUE SO, WIE ICH LEBE. NATÜRLICH, NACHHALTIG UND ANSPRUCHSVOLL.“



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

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



**BAUFRITZ**  
WIR BAUEN GESUNDHEIT



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

**MOOSENALM (1530 M), Karwendel**

## Brotzeitplatz überm Achensee

**Ausgangspunkt:** Achenkirch (939 m), Bushaltestelle Christlumlifte.  
**Einkehrmöglichkeit:** Gföllalm (1380 m), beim Abstieg.  
**Gehzeit:** 640 Hm, ⤴ 2 Std., ⤵ 1 ½ Std.  
**Charakter:** Dass ein „leichter“ Bergweg (T2) auch mal ziemlich steil sein kann, beweist diese Wanderung am Rand des Karwendel. Dafür ist der Abstieg über Forststraßen ganz einfach.

Der Ausgangspunkt im Skigebiet Christlum ist gut öffentlich erreichbar; die Pistenhänge prägen auch den Abstieg. Dennoch finden sich hier schöne Wiesen und Lärchenwälder und gelegentliche Blicke auf Gämsen, Murmeltiere oder den blauen Achensee.



**EINFACH**

Gemütliches Gelände mit Seeblick

**AGGENSTEIN (1985 M) UND BREITENBERG, Allgäuer Alpen**

## Hüttenrunde am Alpenrand

**Ausgangspunkt:** Pfronten, Talstation der Breitenbergbahn (840 m).  
**Einkehrmöglichkeit:** Bad Kissinger Hütte (1792 m) unterm Aggenstein, Ostlerhütte (1838 m) auf dem Breitenberg.  
**Gehzeiten:** Ca. 1350 Hm, Gesamtzeit ca. 7 Std.  
**Charakter:** Auf- und Abstieg am Aggenstein sind teils felsig mit einigen Drahtseilsicherungen (T3, KS A), der Rest ist leichter.

Man könnte diese Tour auch per Seilbahn verkürzen – auf Kosten der anregenden Reichenbachklamm im Aufstieg. Beim Abstieg vom Breitenberg ist man jedenfalls jenseits der Mengen. Aussicht und Einkehrmöglichkeiten sind auch schwer zu übertreffen. Zurück zum Ausgangspunkt am besten mit deponiertem Rad.



**MITTELSCHWER**

Zum Panoramagenuss besser stehen bleiben

**STEINERNE RINNE UND KOPFTÖRL, Wilder Kaiser**

## Wilde Schlucht im Felsgebirge

**Ausgangspunkt:** Stripsenjochhaus (1577 m), erreichbar in 1 ½ Std. von der Griesner Alm (980 m) im Kaiserbachtal.  
**Einkehrmöglichkeit:** Gruttenhütte (1620 m).  
**Gehzeiten:** Ca. 1800 Hm, Gesamtzeit ca. 8 Std.  
**Charakter:** Sehr lange Tagestour (Übernachtung möglich) mit anhaltend felsigem Gelände, teils drahtseilgesichert (T4, KS A-B), Helm sinnvoll.

Die Steinerner Rinne ist ein Erlebnis: ein steiler, felsiger Aufstieg zwischen hoch aufschießenden Felswänden. Auch die restliche Runde bleibt spektakulär und zuletzt kräftezehrend; der nordseitige Abstieg vom Kopftörl ist bei Schneeresten heikel – nicht zu früh im Jahr starten!



**SCHWER**

Hinschauen, Landschaft später genießen!

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

### VIDEO-TUTORIALS

zeigen wichtige Funktionen. Zu finden sind sie im Menü „Hilfe“, neben vielen weiteren Infos rund um Web und App.



# Wie die Bergwelt so spielt

Hatten Sie einen schönen Sommer? Glückwunsch! Nicht überall ist alles so rund gelaufen – hier kommt eine bunte Mischung schräger Meldungen. Wie das alles zusammenpasst? Es ist die heutige Vielfalt der Bergwelt und ihrer Nutzung.

## ZUGEDROHNT?

Drohnen fliegen zu lassen, ist ein Milliardenmarkt mit allein rund 100.000 sportlich ambitionierten Piloten; der Weltluftsportverband FAI koordiniert Weltcups und richtete Anfang November die ersten Weltmeisterschaften aus, mit 220.000 Dollar Preisgeldern. In den Alpen werden die kleinen, wendigen und omnipräsenten Fluggeräte indessen zu einer Gefahr für den Luftraum: Vor allem Helipiloten können durch die unvorhergesehenen Störungen irritiert werden, bei Beschädigung der Rotoren droht ein Absturz. Marco Kostner, Flugrettungspilot in den Dolomiten, nennt Drohnen „ein Alptraum“. Und die Bergrettung Chamonix hat ein Video ins Internet gestellt, das die Gefahren für Rettungshelikopter zeigt.

## KONTINGENTIERT?

Am Hausberg von Chamonix, dem Mont Blanc, wird es auch am Boden zu eng: 300 Bergsteiger täglich versuchten sich am höchsten Alpengipfel, zelteten wild rund um die Hütten und verursachten Müll- und andere Probleme. Der Bürgermeister von St. Gervais kündigte nun eine Kontingentierung für 2019 an; andere Offizielle sprachen sich aber dagegen aus. Die Pflicht zur Reservierung auf der Gouterhütte mit ihren



begrenzten Schlafplätzen dürfte allerdings eine ähnlich wirksame Handhabe bieten wie auf der Hörnlihütte am Matterhorn – bei gleichzeitiger Umsatzgenerierung.

## AUS-GE-SEILT?

Peinlich im Supersommer, dass einige Touristenbeschleuniger ausfielen. So musste im Mont-Blanc-Gebiet zuerst die Seilbahn zur Aiguille du Midi für Wartungsarbeiten schließen, dann brannte die Mittelstation der Grands-Montets-Seilbahn aus. Und die gerade erst mit Tamtam eröffnete neue Eib-



seebahn zur Zugspitze wurde für Monate stillgelegt, als bei einer Übung eine Rettungskabine die Seilbahngondel rammte.

## ABGEBROCHEN?

Das nächste größere Problem an der Zugspitze droht allerdings im Höllental, dem abwechslungsreichsten der Normalwege: In der Sommerhitze schmolz die Randkluft zwischen Höllentalferner und -klettersteig so weit aus, dass komplizierte Manöver nötig wurden und lange Wartezeiten entstanden. Mittlerweile setzte die Bergwacht dort neue Steighilfen, um den Übergang zu erleichtern. Doch das nächste Problem ist schon absehbar: Die Moräne, über die der Zustieg zum Ferner verläuft, wurde durch den Klimawandel instabil und es rollen immer wieder autogroße Felsbrocken über den Weg. Kein Vergleich jedoch zum Hochvogel: Dort vergrößert sich seit Jahren ein Felsspalt unterhalb des Gipfels, der den Bäumenheimer Weg in der Südflanke bedroht. Der große Crash könnte schon nächstes Jahr kommen, schätzen Experten.

## ÜBERSOMMERT?

Hitzesommer hin, warme Winter her: Die Kitzbüheler lassen sich ihr Skifahren nicht vermiesen und eröffneten am 13. Oktober die Skisaison – so wie sonst nur einige Glet-



scherskigebiete. Die weißen Bänder in herbstbraunen Wiesen stammten aus Schnee von gestern, der Ende der letzten Saison zusammengekratzt und unter Isolationsfolien übersommert worden war.

## DISKUTIERT

Das Bayerische Innenministerium war ein edler Rahmen für die „Alpinen Sicherheitsgespräche“ des Bayerischen Kuratoriums für alpine Sicherheit. Neben Vertretern zweier Ministerien, darunter Landwirtschaftsministerin Michaela Kaniber, war die kleine Welt der alpinen Sicherheitsexperten ziemlich vollzählig ange-reist und diskutierte auf hohem Niveau



über einige aktuell wichtige Themen: effizientes Sichern auf Hochtouren, Persönliche Schutzausrüstung – und natürlich: Raumordnungsprojekte zur Versöhnung von Wanderern und Berg(motor-)radfahrern. Eine gelungene und inspirierende Netzwerk-Veranstaltung. *red*

Fotos: Kamil Jutkiewicz, Caroline George, Jürgen Winkler, DAV/Marco Kost





„Das war eine meiner spannendsten Erfahrungen“, erzählt **ROBERT JASPER** über seine Solo-Expedition nach Grönland, die er sich zum 50. Geburtstag (15.4.) schenkte: Im Seekajak paddelte er rund fünfzig Kilometer in einen Fjord, schleppte seine Ausrüstung an den Wandfuß und eröffnete im gesicherten Alleingang am „Molar Spire“ die Route „Stonecircle“ (450 m, IX), die er dann trotz teilweisen Regens rotpunkt kletterte. Dann ging's wieder zu Fuß und per Kajak heim – ein Steinkreis eben.

## ECHTE FUFFZIGER



**ALEX HUBER** kann erst am 30.12. seinen Fünfziger feiern – und vielleicht das Glas heben auf „The Big Easy“ (2500 m, 56 SL, VII, A1) am Choktoi Ri (6166 m) im Karakorum, die er zusammen mit dem jungen Fabian Buhl (vorne im Bild) eröffnete. Die lange Gratroute mit drei großen Aufschwüngen bot teilweise perfekte Risse wie im Yosemite; „das Grinsen nahm kein Ende“ schreibt Fabi über seine erste, oft von der Sonne verwöhnte Expeditionserfahrung.

**Hoch im Himalaya** – Über eine neue Routenvariante in der Westwand (ca. 55°, mixed) erreichten Adam Bielecki (POL) und Felix Berg als einzige Seilschaft der Saison den Gasherbrum II (8034 m). /// Die Piolet-d'or-Preisträger Marek Holecek und Zdenek Hák (CZE) eröffneten am Kyajo Ri (6186 m) in Nepal in vier Tagen die Neutour „Lapse of Reason“ (1600 m, ED+, M6, WI 4+, III+). Später im Jahr drehte Holecek mit seinem Partner Tomas Petreck nach sechs Alpinistiltagen in der Rupalflanke des Nanga Parbat (8125 m) nur dreihundert Meter unter dem Gipfel wegen 100 km/h Wind um. /// „All izz well“ (1500 m, VI, WI 5, M6) heißt

die Route der Japaner Genki Narumi, Yusuke Sato und Hiroki Yamamoto in der Nordostwand des Cerro Kishtwar (6173 m) in Indien. /// „Schönes und nicht zu schweres Mixedgelände“ erlebten Hansjörg Auer, Max Berger, Much Mayr und Guido Unterwurzacher (AUT) bei der dreitägigen Erstbesteigung eines unbenannten, 6050 Meter hohen Gipfels in Indien – was immer das bei diesem Powerteam bedeuten mag ... /// Zwei Erstbesteigungen im Karakorum gelangen Nelson Neirinck (BEL), Jess Rosskelley und Kurt Ross (USA) in jeweils drei Tagen: Chhota Bai (6321 m, AI 4) und Changi Tower 2 (6250 m, M6, AI 4). /// Ebenfalls zwei niedri-

ge Karakorum-Sechstausender erstbestiegen konnten Nicolas Favresse und Carlitos Molina, beim ersten begleitet von Mathieu Maynadier und Jean-Louis Wertz: Pathan Peak (900 m, VII, A1) und Pathani Peak (600 m, VII-, M6) im wenig bekannten Thagas-Tal.

**Alpen und alpin** – Simon Richardson (GBR) und Michael Rinn fanden in der Miageflanke des Mont Blanc die Route „Perfect Storm“ (700 m, ED1, VII-). Mit einem Schlechtwettertag in der Vallothütte und dem Abstieg über den gesamten Miagegrat waren sie acht Tage unterwegs. /// Zusammen mit Caro North und Chris Kalman eröffnete Brette Harrington (USA) an der Chinesen Puzzle Wall (CAN) die Route „Crouching Tiger“ (500 m, IX-) und kletterte sie nach einer Schlechtwetterpause rotpunkt. /// „Can you hear me?“ („Kannst du mich hören?“), 21 SL, VIII+, A2) nennt Simon Gietl seine Neutour in der Westwand der Cima Scotoni. Zusammen mit Gerry Fiegl hatte er diese Linie ins Auge gefasst; da dieser 2015 tödlich abstürzte, eröffnete Simon die Linie im gesicherten Alleingang und ohne Bohrhaken. Ebenfalls an der Scotoni konnte Luca Tondini seine Route „Non abbiate paura di sognare“ („Keine Angst zu träumen“, 24 SL, X) durchgehend frei klettern. /// Die zweite Wiederholung (und erste

Fotos: Robert Jasper, Fabian Buhl, Archiv Simon Gietl



Simon denkt an Gerry in der Scotoni.



## /// AUFGESCHNAPPT

„Ich versuche nicht, meine Furcht zu überwinden – nur, sie beiseite zu stellen.“ Alex Honnold (USA) zu seinen Free Solo. „Das war einer der Höhepunkte meiner zwanzigjährigen Laufbahn als Skialpinistin.“ Hilaree Nelson (USA) zur ersten Skiabfahrt vom Lhotse. „Da findest du heraus, wie sich tiefgefrorene Fischfilets fühlen.“ Mark Holecek (CZE) über den Abstieg im Schneesturm durch die Rupalfanke.

Frauenbegehung) von „Headless Children“ (9 SL, X) an der Schijenfluh im Rätikon ergänzt das Tourenbuch der Schweizerin Nina Caprez. /// Es gibt nicht viele Mehrseillängenrouten im Grad 8c (X+/XI-). „Spomin“ (9 SL) an der Anica Kuk in Kroatien ist so eine – Adam Ondra (CZE) stieg sie on sight.

**Speed, Ski und Sonstiges –** Alle vier Matterhorn-Grate im Aufstieg: Dafür brauchten Andreas Steindl (SUI) und François Cazzanelli (ITA) genau 16:04 Stun-

(1616 m) aufs Matterhorn (4477 m) und zurück 3:59:52 Std. /// Denis Trento und Robert Antonioli (ITA) rannten zuerst das „Courmayeur Mont Blanc Skyrace“ mit (Platz 6 und 8), dann starteten sie von der Turiner Hütte durch über den gesamten Rochefortgrat und die Grandes Jorasses; wo nötig, sicherten sie dabei – nach 11:30 Std. waren sie wieder im Tal. Zwei Wochen später rannten sie von Staffal über die Sellahütte zum Lyskamm, überschritten diesen und Dufour- und Zumsteinspitze und beendeten die

den – Hörnli rauf und runter (2:25 Std.), Furggen rauf, Hörnli runter, Zmutt rauf, Lion runter und rauf, Hörnli runter. Etwas früher im Jahr brauchte Steindl im August vom Kirchplatz Zermatt

Runde in Staffal nach 3850 Höhenmetern und 11:39 Stunden. /// Direkt vom Gipfel starteten Hilaree Nelson und Jim Morrison (USA) zur ersten Skiabfahrt vom Lhotse (8516 m). /// Nach Redaktionsschluss standen vier Jungs des derzeitigen DAV-Expedkaders auf dem schönen und schwierigen Shivling (6543 m) im indischen Himalaya. Näheres über ihre gelungene Abschluss-expedition berichten sie in der nächsten Ausgabe von DAV Panorama.

**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!

**EXTRA LEICHTE TOURENSTÖCKE**

**DER SPEZIALIST FÜR CARBON SCHÄFTE**

Je weniger Gewicht, umso mehr Ausdauer am Berg. Spüren Sie Sicherheit durch die extraleichten Carbonstöcke von Komperdell.

**3 YEARS SERVICE**  
NO QUESTIONS ASKED

**KOMPERDELL**

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

**Simon Gietl**  
Komperdell Botschafter  
Extrembergsteiger





Cap  
Art.-Nr. 9JU060  
**€ 44,95**  
Mitglieder  
**€ 39,95**

## Ein Stück heimatliche Identität im Alltag.

Bavarian Caps aus der Nähe von München hat uns exklusiv zum 150-jährigen Jubiläum diese wunderbar lässige DAV Schirmmütze aus leichtem Flanell mit dekorativem Lederpatch designt. Die Cap vereint bayerisches Lebensgefühl und heimatliche Identität – wo auch immer wir sind.



Bettwäsche  
Art.-Nr. 444150  
**€ 64,95**  
Mitglieder  
**€ 59,95**

## Kletterers Traum: Entspannt und weich fallen ...

Mit dieser Climbing Wall Bettwäsche kannst Du nun auch horizontal an deiner Lieblingsroute klettern. Auch wenn die Griffe zum Teil winzig sind, Du landest sicher ganz weich im Traumland. Die Bettwäsche besteht aus 100% flauschiger Baumwolle.

E-Maille Becher  
Art.-Nr. 9JU071  
**€ 14,00**  
Mitglieder  
**€ 12,00**



## Vom DAV-Shop komm ich her...,

### Hoch die Tassen!

Aus unserem nostalgischen E-Maille Becher im exklusiven DAV Jubiläums-Design schmeckt die Tasse Kaffee oder Tee gleich doppelt so gut – egal ob abends vor der Hütte oder morgens am heimischen Frühstückstisch. Das ideale Geschenk für alle, die die Berge lieben!



## Ein Tuch - viele Möglichkeiten

Das beliebte BUFF High UV Multifunktions-tuch jetzt in der exklusiven DAV Jubiläums Edition! Als Halstuch, Stirnband, Mütze oder als improvisierter Notverband – das nahtlose High UV Multifunktions-tuch spart Gewicht, trocknet schnell, schützt und riecht nicht.

## Ein Glanzstück

Robuste, handliche Trinkflasche aus hochwertigem Edelstahl. Mit einem Volumen von 800 ml ist die KLEAN KANTEEN Classic ein idealer Begleiter auf jeder Bergtour. Durch ihre schlanke Form passt sie sehr gut in die seitlichen Einschubtaschen der meisten Rucksäcke und ist so unterwegs immer griffbereit.



Trinkflasche  
Art.-Nr. 9JU070  
**€ 47,95**  
Mitglieder  
**€ 44,95**

## Angesagt

Der Stocknagel, früher ein beliebtes Andenken und Sammelstück im gesamten Alpenraum, galt seit dem Siegeszug der modernen Wanderstöcke aus Aluminium lange Zeit als ausgestorben, da er auf diesen keinen Halt mehr fand und so seinen Lebensraum verlor. Jetzt kann er – in leicht modernisierter, geklebter Form und unter dem neuen Namen „Stockwappen“ – sein ursprüngliches Habitat, den Wanderstock, wieder besiedeln. Besonders in der Jubiläumsvariante.



Stockwappen  
Art.-Nr. 9JU080  
**€ 8,00**  
Mitglieder  
**€ 7,50**



Buff  
Art.-Nr. 9JU050  
**€ 18,95**  
Mitglieder  
**€ 15,95**

Buff  
Art.-Nr. 9JU051  
**€ 18,95**  
Mitglieder  
**€ 15,95**



## Leichter tragen

Für schnelle, alpine Touren mit leichtem Gepäck eignet sich der DAV Rucksack von Ferrino mit 30 l und umfangreicher Ausstattung, mehreren Taschen und Halteschlaufen perfekt. Das ideale Weihnachtsgeschenk für ambitionierte Skitourengeher.

Ferrino  
Rucksack  
Art.-Nr. 430193  
**€ 89,90**  
Mitglieder  
**€ 79,90**



Strickmütze  
PaulusM  
Art.-Nr. 421942  
**€ 40,00**  
Mitglieder  
**€ 36,00**



Strickmütze  
FöglusM  
Art.-Nr. 421941  
**€ 35,00**  
Mitglieder  
**€ 31,50**

## Trendy

Unsere neuen „Edition DAV“ Strickmützen von Maloja sind weich und sehen cool aus. Der Woll-Mix ist genau das Richtige für eiskalte Unternehmungen am Berg oder im Tal.

## den Rucksack von Geschenken schwer...



Decke  
Art.-Nr. 9JU090  
**€ 149,00**  
Mitglieder  
**€ 134,00**



Taschenmesser  
Art.-Nr. 9JU081  
**€ 99,00**  
Mitglieder  
**€ 94,00**



## Kuschelig

Traumhaft weiche, 200 x 155 cm große, edle Decke in schlichtem zeitlosen Design mit gedrehten Fransen aus 100% Merinowolle, produziert in Franken. Nachhaltig, langlebig und mit dem eingewebten Jubiläumsmotto „Wir lieben die Berge. Seit 1869“.

## Der Hingucker bei der Gipfelbrotzeit

Das Ranger Wood 55 vom Schweizer TraditionsHersteller VICTORINOX vereint höchste Funktionalität mit perfektem Design. Durch seine, aus europäischem Nussbaumholz gefertigten, ergonomischen Griffschalen liegt es hervorragend in der Hand und ist optisch ein echter Blickfang. Mit eingraviertem Jubiläumsslogan.



Schon am zweiten Tag hat die Wildnis der Lofoten die zwei Radlksifahrer voll im Griff. Rundum locken Ski- und ganz andere Berge.



**Einen Urlaub der besonderen Art hatten sich Jonathan Pietsch und Tim Steffinger (Text und Fotos) vorgenommen: mit Rad und Zelt zu den Skitourenbergen der Lofoten. Eine Reise, so speziell wie ihr Bericht darüber.**

**Z**wanzig Grad, Frühlingsbrise, T-Shirt-Wetter. Wir sitzen Ende März auf der Terrasse und sollten packen; einen ganzen Tag Zeit haben wir uns dafür genommen. Drei Wochen Skitouren in Nordnorwegen. Übernachten im Zelt. Im April. Fahrräder als Transportmittel. Für die Allermeisten liegt so ein Vorhaben zwischen gewagt und undenkbar – ein entspannender Urlaub ist

es sicher nicht. Was wird es für uns? Mal sehen. Wahrscheinlich ist das Glück hinterher größer als die Vorfreude, jetzt haben wir eher noch Bammel.

Was hat uns da geritten? Irgendwann vor einem Jahr, im Auslandssemester in Trondheim, kam uns die Idee. Skitouren ohne Auto? Versierte Fahrradfahrer sind wir schon länger; für die ein oder andere Tagestour hatten wir uns schon den Aufstieg mit dem Rad erleichtert. Nach einer





Mit Tourenski und  
Rad durch Norwegen

# Pedal #Ex dation

Weile machten wir Nägel mit Köpfen und buchten um Weihnachten die Flüge. Zum Transport von Skitourenausrüstung und Wintercampingsachen standen dann irgendwann zwei Fahrradanhänger bereit – der Grundstein war gelegt, zurück ging es nicht mehr.

Am Flughafen in Bodø: Alle fünf Gepäckstücke sind angekommen. Am nächsten Morgen bauen wir die Räder auf und

gewöhnen uns an die Fahrt mit den Trailern, die wir mit Klebeband vor den Skikanten schützen. Bis alles austariert und Ski, Schuhe und Stöcke bestmöglich platziert sind, wird es allerdings einige Tage Einsatz und Rumprobieren brauchen.

Dann geht es mit der Autofähre auf die Lofoten. Weil unsere recht extensive Planung vorsieht, die Lofoten von West nach (Nord-)Ost zu durchqueren, fahren wir nach Å, fast an der Westspitze der Lofoten

– und dann sind wir auch schon mittendrin. Am ersten Fahrradtag besteigen wir den Ryten bei Fredvang. Unser Ziel ist es, jeden Tag mit gutem Wetter zu nutzen. Bis uns das Wetter unterbricht, fahren wir bis Leknes und gehen täglich eine Skitour. Ein kurzes Video von Zuhause erreicht Jonathan: Im Ofen brutzelt ein Schweinebraten, die Kruste schnalzt und aus dem Ofen hört man ein bewunderndes Lachen und freudiges „Hurra!“. Seine zugegebene etwas gehässige Antwort ist ein kurzes Gipfelpanorama des Stornappstinden – das wohl schönste seines bisherigen Lebens. Unsere dämlich grinsenden Gesichter strahlen in der Sonne, als wir eine noch unbefahrene



Südrinne abfahren. Abends gibt es, wie immer, Couscous mit Konservengemüse.

Tricky auf den Lofoten sind für Radfahrer die Tunnel. Da die meisten Autos Spikes haben, sind die Tunnel ungeheuer staubig. Die Inseln Flakstad und Vestvåg sind nicht durch eine Brücke, sondern einen solchen Tunnel verbunden, bei dem zusätzlich noch Höhenmeter zurück über die Wasserlinie zu überwinden sind. Es knirscht zwischen den Zähnen wie nach einem Beachvolleyballmatch – sicher haben wir beim Rauskeuchen ein paar Lebensjahre in Staublungen investiert.

Den ersten größeren Schlechtwetterblock verbringen wir an einem Campingplatz nahe Leknes. Schon letztes Jahr haben wir hier bei unserem Roadtrip Schlechtwetter in einem kleinen roten Holzhüttchen abgesehen. Diesmal ist es

die erste von nur zwei festen Schlafstätten unserer ganzen Reise. Nach zwei Tagen fliegen wir aus einem uns unbekanntem Grund spätnachmittags vom Campingplatz und machen uns auf Richtung Svolvær. Das Wetterkarma ist uns wohlgesonnen und schickt die Sonne raus – hah, danke fürs Ärschehochziehen, launischer Campingplatzbesitzer! Wir radeln an einem einsamen Küstenabschnitt entlang, vorbei am tags zuvor bestiegenen Justadtinden, und genießen die großartige Landschaft. Abends zelten wir am Meer.

Tags drauf steht der Botntinden (711 m) auf dem Plan. Ein Deutscher, der vor 15 Jahren nach Norwegen ausgewandert ist, gibt uns noch Tipps dafür, es gilt nämlich einen nicht ganz kleinen Schmelzwasser-

bach zu überqueren. Zusätzlich liefert das norwegische Wetter die üblichen Kapriolen: Sonne, Regen und Schnee innerhalb einer Stunde. Die Abfahrt durch exzellentes Gelände wird ein bisschen von diffusem Licht und nicht ganz optimalem Schnee getrübt. Abends kommen wir geschaffter als bisher am Dumpster in Kabelvåg an und treffen dort zwei gleichgesinnte einheimische Mädels. Sie weisen uns auf die Frage nach einem schönen Plätzchen fürs Zelt zum Gelände des örtlichen Waldkindergartens. Dort können wir bei Windstille angenehm zelten, unsere Sachen im Planenverschlag trocknen und sogar im Freiluftklo unsere Geschäfte mal wieder gemütlich sitzend abwickeln.

Am nächsten Tag geht es auf den Blåtinden, Hausberg von Svolvær und der vielleicht meistbestiegene Skitourenberg





## Lofoten

der Lofoten. Im steilen und eisigen Nordhang muss Jonathan die Ski abschnallen. Über den Grat erreichen wir bei Windstille den Gipfel. Außer uns ist – warum auch immer – niemand unterwegs.

Nach einer Nacht am Strand genießen wir ausgiebig die Sonne, dann brechen wir Richtung Geitgallen auf. Gestern war der meistbegangene Berg der Inseln dran, heute der bekannteste: groß und mächtig, schicksalsträchtig. Ungleich höher und alpiner als der Blåtinden – dadurch auch seltener möglich. Wir steigen bei Neuschnee auf. Im Schneegestöber eines Schauers müssen wir auf den letzten Metern abrechen, da wir weder Pickel noch Steigeisen dabei haben, ohne die das steile Firnfeld ganz oben schnell ungemütlich werden kann. In der Abfahrt gibt es dann

kein Halten mehr: frischer Powder und ideales Gelände – so geil, dass wir vergessen, Bilder zu machen. Nach der Abfahrt fängt es wieder an zu schneien.

An den folgenden Tagen ist erst mal die Luft raus. Wir verbringen zwei Tage und Nächte im Regen auf dem Campingplatz Sandsletta. Jonathan hat im Dumpsterlotto verloren (beim „Dumpsterdiving“ wird vorzeitig weggeworfene Nahrung aus dem Container gerettet) und kotzt in der ersten Nacht aus dem Zelt. Hoffentlich keine Grippe. Am Tag zwei geht's schon wieder besser – puh, nur eine Magenverstimmung. Von anderen Skitourern bekom-

men wir einen Tipp, der uns aus der Lethargie reißt: Ein Stück weiter am Fjord steht eine Schutzhütte für Radfahrer, Skifahrer und Surfer. Wir radeln im Regen hin und finden Unterschlupf in der rundum verglasten Schutzhütte am Strand. Als

## Die üblichen Wetterkapriolen: Sonne, Regen und Schnee

später die Tippgeber eintrudeln, laden sie uns zu Ratatouille und Fisch ein. Ein wohlthuendes Mahl nach tagelangen Couscous-Sessions. Dazu gibt's Bier und Tequila. Wir steuern noch unseren Gipfelschnaps bei, und einem feuchtfröhlichen Abend unter Gleichge(un)sinnnten steht nichts mehr im Wege.

Nach Ende des Regens verlassen wir die Lofoten: Die Fähre via Fiskebol-Melbu bringt uns auf die Ofoten, die zum norwegischen Festland gehören. Die Landschaft verändert sich. Die Berge werden größer und weniger schroff, aber nicht weniger imposant. Nach Tagen der Abstinenz gehen wir auch endlich wieder eine Skitour. Powder im Gipfelhang und pistenartiger Harsch ohne Bruch im Mittelteil, mit grandiosem Blick zurück auf die Lofoten.

Dann passiert es: der erste Platten. Nach dem Flicken bricht auch noch das Ventil, so dass wir unseren Ersatzschlauch verbrauchen müssen. Der Riss im Mantel wird natürlich fachgerecht mit Gaffer Tape geflickt. Die nachmittägliche Tour führt wegen der Verzögerung und des unterschätzten Gipfelgrates nicht bis ganz oben.

Wie schon am Vortag sind wir auch bei der zweiten Tour nahe Flesnes allein. Jetzt müssen wir sogar Spuarbeit leisten, da diese Gegend wenig Touristen sieht. Am Titinden bläst es uns im Aufstieg fast vom Bergrücken, aber hinter der Gipfelwechte herrscht absolute Windstille. Wir sitzen in der Sonne und genießen die Wärme. Es ist schön, einfach mal nicht zu frösteln. Nach einer weiteren Nacht in freier Wildbahn genehmigen wir uns mal wieder eine Dusche. Auf dem Campingplatz lassen wir



**Die Wahl der Qual: Welche Rinne ist die beste für die Abfahrt vom Stornappstinden zurück Richtung Meer? Dafür geht vor der Zeltnacht keine Zeit mit Duschen verloren.**





Glücklich, wer bei Schlechtwetter einen Unterschlupf mit Ausblick findet. Wenn die Sonne durch die Wolken kommt, sind die Lofoten unbeschreiblich (wenn nicht, erst recht). Doch jede Reise hat irgendwann ihr Ende, zum Beispiel in Narvik.



uns bei bestem Wetter die Sonne auf den Pelz scheinen, brechen das erste Mal unsere Regel und gehen keine Skitour an einem guten Tag. Denn die Wettervorhersage sagt schlechtes Wetter voraus und uns bleiben noch zwei gute Tage, um nach Narvik zu kommen. Allerdings sind das 130 Kilometer mit dem Rad, und auf dem Weg muss noch ein hübscher Berg angemessen begutachtet werden.

Das Begutachten lohnt sich ziemlich: Wir bekommen noch mal eine ordentliche Ladung Powder ab, allerdings sind wir beide so im Unterzucker, dass wir wieder vergessen Bilder zu machen. Endlich übernachteten wir nach zwei harten Tagen (130 km und 1700 Hm Rad, 1100 Hm Skitour) am Strand vor Narvik, wo ein Bad im arktischen Meer angesagt ist. (Kleine Anmerkung: Einer der Autoren wollte beim Texten unterschlagen, dass dafür viel Überzeugungsarbeit des anderen Autors vonnöten war.) Am nächsten Tag beenden wir unseren Trip nach 18 reinen Tourtagen, 620 Kilometern und rund 6500 Höhenmetern auf dem Fahrrad und noch etwas mehr auf Ski.

## Ein Bad im arktischen Meer: spezielles Vergnügen

Wir nehmen den Bus zurück nach Bodø, wo wir auf dem Campingplatz unseren Flug abwarten und während eines Schönwetterfensters noch zu einer letzten Skitour aufbrechen. Nach einer finalen, spaßigen Abfahrt können wir zurück am Parkplatz gerade noch einen Polizeieinsatz abblasen. Ein besorgter Bürger hatte unsere Räder, Hänger und zum Trocknen aufgehängten Schuhe und Kleidung bemerkt und wirft uns vor, wir hätten eine Notiz hinterlassen sollen. Zu allem Überflus zeigt uns der kajakfahrende Ungar am Campingplatz in Bodø einen Tag später ein Bild von der riesigen Wechte an ebendiesem Berg, die offenbar kollabiert ist, eine Nacht nachdem wir unsere Kurven unter ihr gezogen hatten. Eine sehr kleine, aber nicht ungefährliche Lawine. Waren wir zu unvorsichtig? Nach dem Motto: „Die letzte Tour, kein steiles Gelände, passiert schon nix.“

Jedenfalls war es ein logischer, unterhaltsamer und damit lohnender Abschluss unseres Unternehmens. Wir ziehen ein Fazit: Alles hat überraschend gut funktioniert. Wir haben kein Fahrrad oder Ski

kaputt gemacht, alle Zehen sind noch dran; die Köpfe auch (was nicht bedeutet, dass sie durch die viele Frischluft jetzt mehr denken). Es war ein toller, lehrreicher, berauscher, vielleicht bewusster, auf jeden Fall sinneserweiternder Trip! Wir sind dankbar, so einen Scheiß machen zu können.

Tim Steffinger und Jonathan Pietsch



Weil sie immer gerne „Artikel über bescheuerte Aktionen lesen“, schreiben **Tim Steffinger** und **Jonathan Pietsch** über ihre bescheuerte Aktion und manches mehr einen Blog: [raus-hier.de/?=855](https://raus-hier.de/?=855)



**Die Lebensbedingungen  
in Norwegen sind perfekt.**

### **Für Lachs.**

Warum haben sich Menschen an diesem ungastlichen Ort niedergelassen? Weil es die perfekte Umgebung für Fisch ist. Dank des eiskalten Wassers wächst norwegischer Lachs langsam und entwickelt so seinen perfekten Geschmack.

Mehr auf [fischausnorwegen.de](http://fischausnorwegen.de)

**SEAFROM  
FROM  
NORWAY  
NOD**







Foto: Paolo Sartori

Barbara Zangerl

Mit  
dem  
**Kopf**  
durch die  
Wand



**Die mentale Herausforderung ist für sie der wichtigste Aspekt des Kletterns – deshalb liebt Barbara Zangerl abenteuerliche Touren. Ihrer Leidenschaft für hohe Wände geht sie seit einigen Jahren gemeinsam mit ihrem Lebenspartner Jacopo Larcher nach, zuletzt in der Eiger-Nordwand.**

Text: **Karin Steinbach Tarnutzer**

**A**m meisten fürchtete sie sich auf dem Rückweg. Sechs Stunden durch die Eiger-Nordwand abseilen, in Gewitter und Regen, über 33 Seillängen, die teilweise so weit überhängen, dass es schwierig war, wieder an den Fels zurückzupendeln. Steinschlag, Nebel, Kälte, nasse Seile – Barbara Zangerl und Jacopo Larcher mussten sich mit einem ganzen Sack voll Widrigkeiten herumschlagen, um das in der Wand zurückgelassene Portaledge zu holen und heil wieder am Stollenloch, ihrer Einstiegsstelle, anzukommen. Eine alpine Nordwand ist eben kein Sportklettergelände, das demonstrierte der Eiger eindrücklich.

„Das Abseilen war eine happige Geschichte“, erzählt Babsi, wie die Tirolerin von Familie und Freundeskreis genannt wird. Viel happiger als die eigentliche Tour. Obwohl auch diese dem Paar einiges abverlangte: vier Tage lang vom Morgengrauen bis zur Abenddämmerung klettern, drei Nächte in der Wand, jeden Tag irgendwann

einmal Regen und viele nasse Seillängen. Immerhin waren die schwierigsten Passagen aufgrund ihrer Steilheit trocken. Die „Odyssee“, 2015 von Roger Scháli, Robert Jasper und Simon Gietl erstbegangen, ist die schwerste Route in der Eiger-Nordwand und führt durch ihren steilsten Teil. 16 Seillängen bewegen sich in den Graden VIII bis IX+/X-, die Schlüssellänge ist mit X- bewertet. Dass die Route so anspruchsvoll ist, liegt aber nicht nur am Schwierigkeitsgrad, sondern auch am teilweise brüchigen Gelände, an der Nässe und vor allem an der Absicherung. Nur die Standplätze und Schlüsselstellen sind gebohrt, wo immer möglich haben die Erstbegeher Schlaghaken verwendet, dazwischen muss über weite Strecken selbst abgesichert werden.

Geträumt hatten die beiden schon lange davon, „mal etwas am Eiger zu machen“. Anfang August dieses Jahres kletterten sie zum Eingewöhnen die „Deep Blue Sea“ (9 SL, IX-) und die „Magic Mushroom“ (20 SL, IX+) im rechten, niedrigeren Teil der Nordwand. Um dann das eigentliche Ziel anzugehen: die „Odyssee“, die noch niemand wiederholt hatte. In der Schlüssellänge stürzte Babsi dreimal und brauchte eine Stunde, bis sie wusste, wie die Züge gehen,

immer unter dem Druck, dass das instabile Wetter sie zum Rückzug zwingen könnte. Doch im Gegensatz zur Abseilaktion jagte die schwere Kletterei ihr keine Angst ein: „Wenn ich etwas vorsteige, dann will ich das so stark, dass ich die Sturzangst komplett wegschalten kann.“ Selbst das Nordwand-Ambiente scheint sie genossen zu haben; sie schwärmt vom „richtigen Eiger-Erlebnis“, das man eben nur im langen Teil der Nordwand habe.

Bemerkenswert an dieser Begehung ist auch ihr Stil. Jacopo und Babsi stiegen von unten ein, ohne sich vorab in die Wand abzuseilen und

die Schlüsselseillängen zu probieren, kletterten in einem Zug durch die Route und beide alle schweren Längen im Vorstieg. Diesem Grundsatz, „ground-up“ zu klettern, folgten sie bereits am El Capitan im kalifornischen Yosemite Valley, wo ihnen bisher drei freie Durchsteigungen gelangen. Auch dort gibt es eine Route, die „Magic Mushroom“ heißt: 30 Seillängen, davon 13 im zehnten Grad, eine X, zwei X+. Für Babsi war sie mental das Anspruchsvollste, was sie je kletterte. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte sie immer alles erreicht, was

Frei und  
von unten:  
**das starke  
Prinzip**

**Steil, nass, anspruchsvoll gesichert: In Touren wie „Odyssee“ an der Eiger-Nordwand findet Barbara Zangerl angemessene Aufgaben für ihre Stärken.**





Wer braucht schon Bohrhaken? Den „Gondo Crack“ (X+/XI- R) kletterten Babsi und Jacopo erstmals nur mit mobilen Sicherungsgeräten – und auch im „Prinzip Hoffnung“ (r.) waren weite Stürze nur Etappen auf dem Weg zum Erfolg. Unten: Gemeinsam mit Jacopo während der Arbeit an „Bellavista“, Westliche Zinne.



sie sich in den Kopf gesetzt hatte. Doch beim Durchstiegsversuch war, nach mehr als einer Woche in der Wand, 40 Meter unter dem Gipfel für sie Schluss. Für die Platzstelle fand sie einfach keine Lösung, die sie klettern konnte. Aber sie gab nicht auf, probierte immer weiter herum, bis sie schließlich auf eine geniale Lösung kam, indem sie ihren Kopf unter dem Ellbogen hindurch gegen die Wand drückte und dadurch den Fuß weitersetzen konnte. Hätte sie nicht in die Vorbereitung so viel investiert – Jacopo und sie hatten zuvor schon 26 Tage in der Wand verbracht, um die Route zu putzen und sich ein erstes Mal von unten nach oben zu kämpfen –, hätte sie wohl abgebrochen, erklärt sie. Erst der





Fotos: Richard Felderer, visualimpact.ch/Thomas Senf, Johannes Mair/Alpsolut Moving Pictures

## VON SCHWIERIGEN BOULDERN ZU WILDEN ALPINEN ROUTEN

**Barbara Zangerl** wurde 1988 in Bludenz geboren und wuchs in Strengen am Arlberg auf. Mit 14 Jahren begann sie zu bouldern und meisterte 2008 mit „Pura Vida“ im schweizerischen Averstal als erste Frau einen 8B-Boulder. Wegen einer Rückenverletzung sattelte sie 2009 aufs Sportklettern um, wo sie sich rasch in die französischen Grade 8b und 8c hinaufarbeitete. 2017 gelang ihr mit „Chikane“ in Siurana eine 8c+ (XI-/XI), seit Mai 2018 hat sie auch eine 9a (XI) auf ihrer Ticklist: „Speed intégrale“ in Voralpsee.

Gleichzeitig begeisterte sie sich aber auch für alpine **Mehrseillängenrouten** und machte durch Begehungen von „Hotel Supramonte“ (11 SL, X) auf Sardinien und „Delicatessen“ (5 SL, X) auf Korsika auf sich aufmerksam. Zwischen Juli 2012 und Juli 2013 kletterte sie als fünfte Person und als erste Frau die Trilogie aus den drei mit X+ bewerteten Alpinrouten „End of Silence“ (11 SL), „Silbergeier“ (6 SL) und „Des Kaisers neue Kleider“ (8 SL). Die Begehung von „Prinzip Hoffnung“ (X/X+ R) an der Bürser Platte im Jahr darauf bedeutete für sie eine Weiterentwicklung hin zum traditionellen Klettern, bei dem statt mit Bohrhaken mit Keilen und Friends abgesichert wird.

Zu ihren **Highlights** der letzten Jahre zählen freie Begehungen der El-Cap-Routen „El Niño“ (30 SL, X-), „Zodiac“ (21 SL, X) und „Magic Mushroom“ (31 SL, X+, 1. Wiederholung), die „Bellavista“ (10 SL, X+/XI-) in der Nordwand der Westlichen Zinne sowie die zweite Wiederholung der „Unendlichen Geschichte“ (12 SL, X+) im Rätikon. Mit dem „Gondo Crack“ gelang ihr 2017 mit Jacopo Larcher die Erstbegehung einer Trad-Route im Grad 8c/ E10 (X+/XI- R). Im August 2018 stellten die beiden erneut ihre Vielseitigkeit unter Beweis, indem sie die „Odyssee“ (33 SL, X-) durch die Eiger-Nordwand erstmals wiederholten.

mentale Druck setzte die Energie frei, die sie über sich selbst hinauswachsen ließ.

Hartnäckigkeit ist die Eigenschaft, die Babsi Zangerl vor allem anderen auszeichnet. Elf Tage in der Wand und ungezählte Stürze investierte sie zusammen mit der Schweizerin Nina Caprez, bis die beiden Beat Kammerlanders „Unendliche Geschichte“ an der 7. Kirchlispitze im Rätikon klettern konnten. Im Frühling 2018 fuhr sie immer wieder ins Ostschweizer Klettergebiet Voralpsee, um in der 9a-(XI)-Route „Speed intégrale“ schwere Einzelstellen zu trainieren. Das Sture, sagt die Dreißigjährige, habe sie schon immer

gehabt. Als Jugendliche konnte sie beim Bouldern drei Stunden unter demselben Felsblock sitzen und probieren, einfach nur vom Boden wegzukommen.

Im Gegensatz zu Babsi kommt ihr italienischer Lebenspartner Jacopo Larcher, ein Jahr jünger als sie, vom Wettkampfklettern. In Bozen aufgewachsen, feierte er sowohl im Bouldern als auch im Lead-Klettern Erfolge als italienischer Jugendmeister. Nach einer Phase des Sportkletterns entdeckte er alpine Routen für sich und begeisterte sich schließlich auch für das traditionelle Klettern mit Absicherung durch Klemmgeräte. Als Spätfolge seiner Wettkampferfahrung trainiert Jacopo sehr konsequent, und er schätzt es,



GEEIGNET FÜR  
SOFTSHELL

## bionidry<sup>®</sup> IMPRÄGNIERUNG



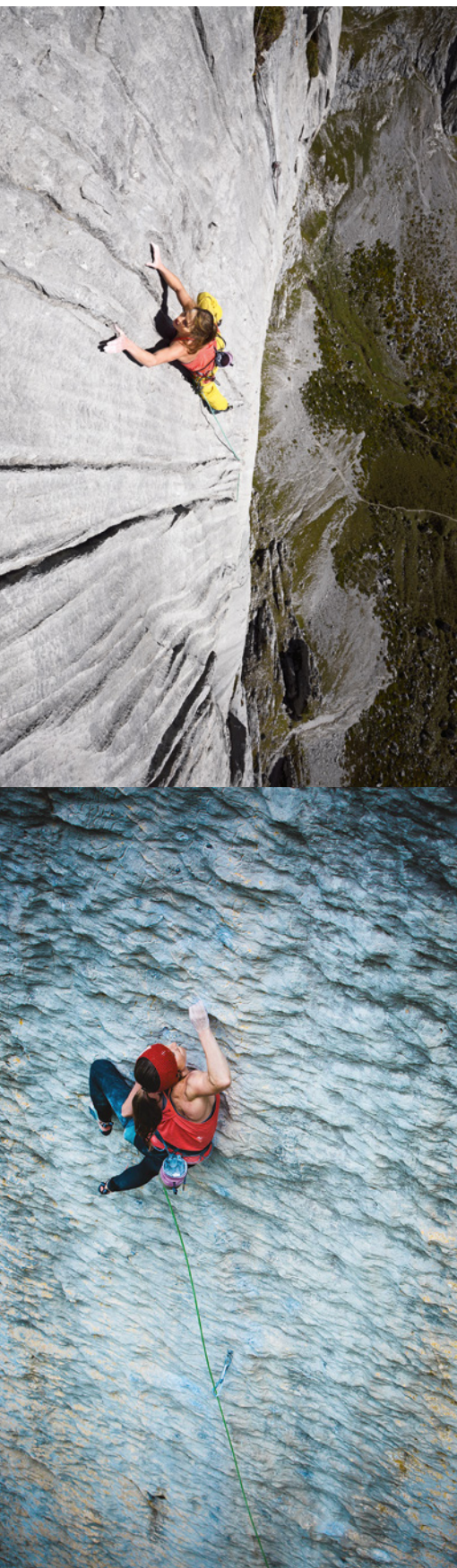
Macht wasserdicht und  
erhält die Atmungsaktivität

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

Erhältlich bei







Fotos: Robert Bösch, Jacopo Larcher

**In der „Unendlichen Geschichte“ (L.) im Rätikon bewies Babsi zusammen mit Nina Caprez gute Nerven bei der zweiten Wiederholung – in „Speed intégrale“ brachte sie Beharrlichkeit ans Top ihres ersten glatten Elfers.**

sich bei seiner Arbeit als Routenbauer kreativ zu betätigen. Hartnäckig ist auch er: An einer neuen Linie im norditalienischen Trad-Gebiet Cadarese arbeitet er schon seit vier Jahren; er schätzt sie auf mindestens XI.

Für die Boulderin Babsi kam die große Wende, als sie 2009 ein Bandscheibenvorfall zwang, das Klettern an Felsblöcken mit seinen extremen Maximalkraftzügen und Absprüngen zumindest vorübergehend an den Nagel zu hängen. Im Nachhinein vielleicht sogar ein Glücksfall, denn die Verletzung führte dazu, dass sie begann, mit Seil zu klettern, und Gefallen am Sportklettern und an alpinen Routen fand. Heute ist sie sehr vielseitig unterwegs, sucht sich Projekte in der Nähe ihres Vorarlberger Wohnorts Bludenz ebenso wie große Ziele weltweit. Zu ihrer Vielseitigkeit gehört auch, dass sie, obwohl sie von Sponsoren unterstützt wird, mit einem 30-Prozent-Pensum als Röntgenassistentin tätig ist. Sie möchte weiterhin ihrem Beruf nachgehen, um unabhängig zu sein und auch in einem Bereich zu arbeiten, der nichts mit dem Klettern zu tun hat. Es klingt glaubhaft, wenn sie sagt: „Wenn ich immer nur von Leuten umgeben wäre, die von nichts anderem als vom Klettern reden, wäre ich nicht mehr motiviert.“

2014 ließ sich Babsi Zangerl von einer weiteren Route Beat Kammerlanders begeistern. Dieser hatte aus seiner Erstbegehung „Prinzip Hoffnung“ in der Bürser Platte die Bohrhaken ent-

fernt und war sie „trad“ geklettert, nur mit Klemmkeilen und Friends gesichert. „Es gibt nur ganz wenige Platten, die man ohne Bohrhaken klettern kann – mich faszinierte, dass das eine Linie ist, in der nichts Künstliches steckt“, erklärt Babsi. Nicht der Schwierigkeitsgrad steht für sie im Vordergrund, sondern die Auseinandersetzung mit der einzelnen Route, das Herantasten an etwas, was zunächst unmöglich erscheint: „Es ist dieser Prozess, der das Klettern für mich interessant macht.“

Dass nicht nur die Schwierigkeit, sondern vor allem die Begeisterung für eine Route zählt, ist etwas, was Babsi und Jacopo – neben der Lust am Abenteuer – verbindet. Näher kennengelernt haben sich die beiden auf einem Melloblocco, dem

## Ihr Beruf **macht sie unabhängig**

jährlichen Boulder-treffen im Val di Mello. Fünf Jahre ist das jetzt her. Wenn sie gemütlich in ihrer Küche in Bludenz sitzen und von ihrer ersten

gemeinsamen Tour im Gebirge erzählen, können sie sich vor Lachen kaum halten. Etwas Leichteres sollte es sein, die „Moderne Zeiten“ (800 m, VIII-) in der Marmolada-Südwand. Doch in der 27. Seillänge erwischte sie einen Verhauer, suchten stundenlang nach dem Weiterweg, mussten im Dunkeln an rostigen Schlaghaken abseilen und Quergänge zurückklettern, weil es zum Biwakieren zu kalt war, und schliefen zwischendurch immer wieder ein. Erst nach 25 Stunden erreichten sie völlig erschöpft den Wandfuß.

„Ein zähes Date“, sagt Babsi, „Aber eigentlich haben wir schon da ziemlich gut zusammen funktioniert.“



**Karin Steinbach Tarnutzer** lebt als freie Journalistin und Buchautorin in St. Gallen. In ihrer Geschichte des Frauenbergsteigens „Erste am Seil – Pionierinnen in Fels und Eis“ fand Barbara Zangerl bereits 2013 einen Platz.



**LOWA**  
simply more...

GORE-TEX®



SAMMELT PLUSPUNKTE BEI MINUSGRADEN.  
DANK MULTIFUNKTIONALER DETAILS.



RENEGADE EVO ICE GTX® | Cold Weather Boots [www.lowa.com](http://www.lowa.com)





# Felle für alle

Heute müssen keine Seehunde oder Fischotter mehr sterben für die wichtigste Aufstiegshilfe im Schnee. Dank erheblichem technologischem Aufwand erfüllen Steigfelle viele widersprüchliche Anforderungen: Sie sollen auf dem Schnee gut greifen, aber auch gut gleiten. Sie sollen zuverlässig am Ski haften, aber schnell zu lösen sein. Und trotz geringen Gewichts sollen sie lange halten.

Text: Martin Prechtl

Illustrationen: Georg Sojer

## Woraus besteht der Fellflor?

### Mohair (Wolle der Angoraziege) **1**

- + geschmeidig auch bei tiefen Temperaturen
- + sehr gutes Gleiten, sehr guter Halt im Aufstieg
- + kaum Stollenbildung, weil wasserabweisend
- + geringes Gewicht
- hoher Preis
- schneller Verschleiß, v.a. bei hartem Schnee (z. B. Harsch oder Kunstschnepisten)

### Mixfelle (60 % - 70 % Mohair, 30 % - 40 % Synthetik) **2**

- + große Ähnlichkeit mit Mohairfellen
- + langlebiger als Mohair
- schwerer und weniger geschmeidig als Mohair

### Synthetik (z. B. Nylon) **3**

- + langlebig und robust
- + günstiger Preis
- wenig geschmeidig bei Kälte
- schlechtere Gleiteigenschaften, weniger Halt im Aufstieg
- hohes Gewicht

### Schuppenfolie **4**

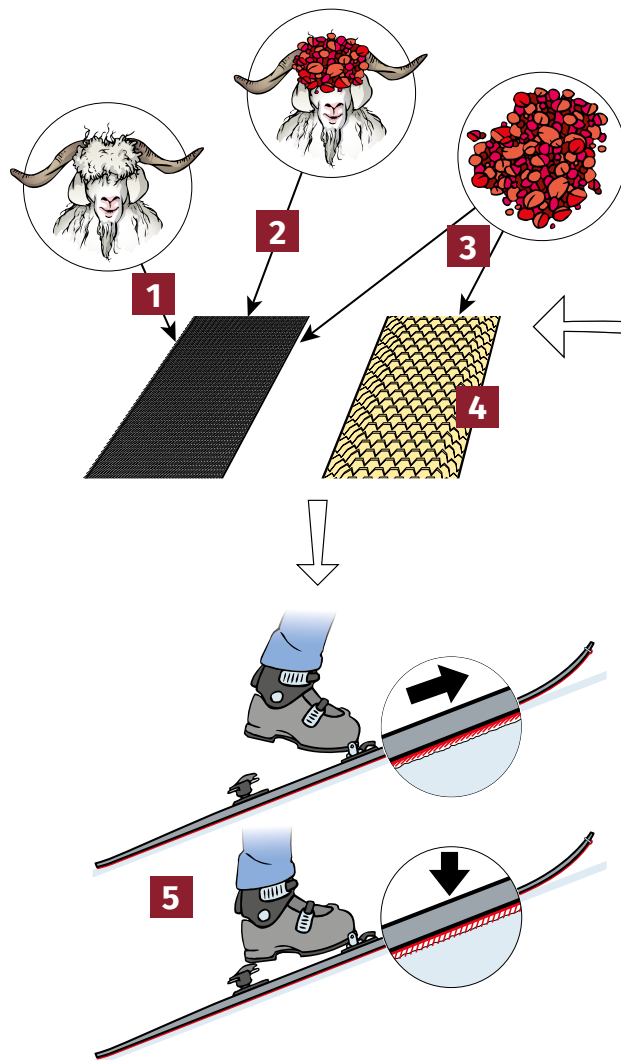
- keine Härchen, sondern Kunststoffoberfläche mit Schuppenstruktur
- + sehr gute Gleiteigenschaften, guter Halt in weichem Schnee
  - weniger Halt im Aufstieg auf sehr hartem, steilem Untergrund
  - ± Die Langlebigkeit ist umstritten.

## Wie haftet das Fell auf dem Schnee? **5**

Ein Standard-Skitourenfell hat einen Flor mit rund 1,5 Millionen feinen Härchen. Sie sind schräg in einen Trägerstoff eingewebt und zeigen in die gleiche Richtung. Beim Gehen gleiten die Härchen über die mikroskopischen Unebenheiten der Schneekristalle hinweg. Bei Belastung nach unten (Steigphase) verzahnen sich die Härchen mit den Schneekristallen.

## Tipps

- › Nach jeder Tour **trocknen**, nicht direkt auf der Heizung. Lichtgeschützt und trocken lagern, Transport im Beutel.
- › Für besseres Haften am Ski bei Kälte **anwärmen**, z. B. am Körper; Skibelag mit Ärmel oder Tuch trocknen.
- › Fell **nicht zu stark spannen**, nicht durch Wasser oder über Fels gehen, nicht mit Mohairfellen auf Kunstschnepisten.
- › Aufgefellte Ski **nicht in die Sonne stellen** – wenn Fellkleber am Belag bleibt, mit Benzin entfernen; Belag regelmäßig wachsen.





### Wie ziehe ich Felle richtig auf und ab?

#### Aufziehen

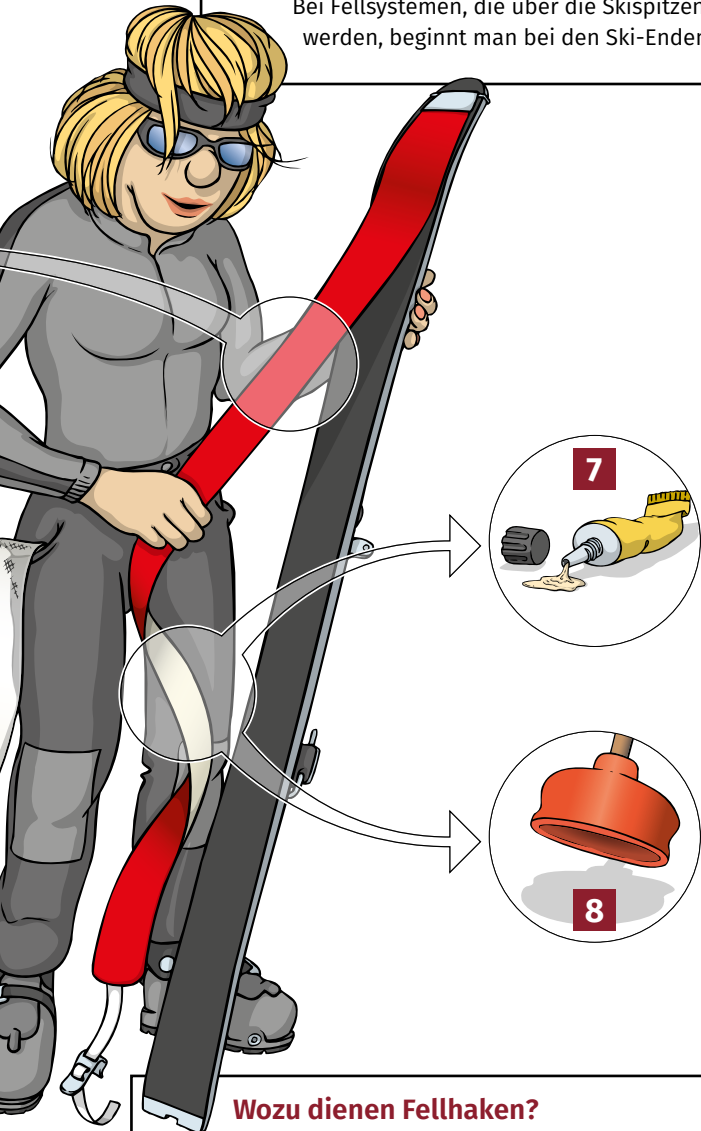
- › Fellspitze vom Netz oder der Schutzfolie lösen.
- › Fellbügel über die Skispitze hängen.
- › Fell Stück für Stück vom Netz **6** ziehen und unter leichtem Zug mit gleichmäßigem Abstand zur Kante auf den Ski kleben. Anlehnen des Skis hilft.
- › Sitz des Fells kontrollieren und kleine Unebenheiten glatt streichen.
- › Endhaken einhängen.

Bei Fellsystemen, die über die Skispitzen gespannt werden, beginnt man bei den Ski-Enden.

#### Abziehen

- › Netz/Folie bereithalten – rund halbe Länge des Fells.
- › Fell vom Ski-Ende nehmen und bis zur Hälfte vom Ski lösen.
- › Ski in den Schnee stecken, Fellende und Skispitze in einer Hand halten.
- › Netz **6** von oben her auf die Klebefläche des Fells legen.
- › Fell in der Mitte fassen und zur Skispitze hin hochziehen; dabei auf das Netz kleben.

Bei Fellsystemen, die über die Skispitzen gespannt werden, beginnt man bei den Skispitzen.



### Wie haften die Felle am Ski?

#### Klassisches Klebefell **7**

Die Ski-Seite des Fells ist mit einem Schmelzkleber auf Kunstharzbasis beschichtet.

- + bewährtes System, Kleber erneuerbar
- schlechtere Haftwirkung bei Kälte und Verschmutzung
- evtl. Beschädigung ausgebesserter Stellen im Belag beim Abziehen eines Fells mit starkem Kleber
- aufwendiges Handling

#### Adhäsionsfelle **8**

Statt Schmelzkleber verwendet man zum Beispiel eine Siliconschicht. Molekulare Wechselwirkungen zwischen Ski und Fell schaffen mechanischen Zusammenhalt auch ohne Klebstoff.

- + einfaches Handling, kein ungewolltes Verkleben der Felle bei Wind
- + unproblematisch bei Verschmutzung, mit Wasser abwaschbar
- schlechte Haftwirkung bei Feuchtigkeit und Nässe, bei bestimmten Skiwachsen oder bei Unebenheiten im Belag

#### Hybridfelle

Hybridfelle versuchen die Vorteile der Adhäsionsfelle mit jenen der klassischen Klebefelle zu verbinden.

- + einfaches Handling
- + wenig problematisch bei Verschmutzung
- + akzeptable Haftwirkung bei Nässe, bei nahezu allen Skiwachsen und bei Unebenheiten im Belag
- hoher Preis
- Wiederaufbereitung nur eingeschränkt möglich

### Wozu dienen Fellhaken?

Haken und Bügel helfen, die Felle auf dem Ski in die richtige Position zu bringen, und geben zusätzlichen Halt bei der Befestigung. Weit verbreitet ist das System, bei dem das Fell per Bügel an der Fellspitze fixiert wird. Durch einen kleinen Kipphebelmechanismus am Endhaken lässt sich Spannung aufbauen. Andere Systeme bauen die Spannung mit einem Gummizug über die Skispitzen auf.

**Vorsicht:** Bei zu starkem Spannen Gefahr der Ablösung des Fells wegen der Wölbung (Chamber) in Skimitte.



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



Was muss (nicht) in den Rucksack?

# Keine blöde P(1)ackerei!

Rucksackpacken ist eine Kunst: Alles Wichtige und nichts Unnötiges soll dabei sein. Leicht soll's sein, schließlich darf man das Ganze ja selber schleppen. Für den Ernst- oder gar Notfall muss die entsprechende Ausrüstung im Rucksack sein. Und griffbereit sollen die Dinge sein, die man auf der Tour braucht.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer

**L**icht ist in – nicht nur bei „Brigitte“, „Gala“ & Co. Auch die Bergsport-Industrie wirft immer leichtere Ausrüstung auf den Markt. Doch den entscheidenden Gewichtsvorteil bekommt man nur durch Verzicht. Verzicht auf alles, was nicht wirklich nötig ist! Statt „Was muss in den Rucksack?“ darf man sich auch mal die Frage stellen: „Was muss **nicht** in den Rucksack?“ Vieles, was im Alltagsleben unentbehrlich erscheint, ist am Berg allenfalls ein „nice-to-have“. Wie so oft liegt der Reiz des Bergsports auch beim Packen in der Reduktion auf das Wesentliche. Aber der Leichtstil hat seine Grenze: Wer an der falschen Stelle spart, hat im Ernstfall ein Problem!

Gewisse Dinge **müssen** in den Rucksack, doch das sind erstaunlich wenige: Trinken und Essen für die Tour, Bekleidung zum Schutz vor Wind, Wetter und Sonne, für den Notfall Handy, Erste Hilfe und Biwaksack. Bei Mehrtagestouren kommen Hüttenschlafsack und kleiner Waschbeutel dazu, praktisch sein können Wechselgarnitur, Stirnlampe und leichte Hüttenschuhe. Je nach alpiner Betätigung braucht man noch Klettergurt, Helm, Seil, Steigeisen, Pickel und mobile Sicherungsmittel – schwer wird der Rucksack dann ganz von selbst! Im Winter sind abseits gesicherter Wege und Pisten LVS-Gerät am Körper und Schaufel und Sonde im Rucksack obligat: Wie alle Notfallausrüstung braucht man sie hoffentlich nie und hat sie doch immer dabei – wer hier die Kilos spart, darf sein Verantwortungsgefühl sich und seinen Mitmenschen gegenüber durchaus kritisch in Frage stellen! Perfekt gepackt hat, wer nach der Tour alles – bis auf die



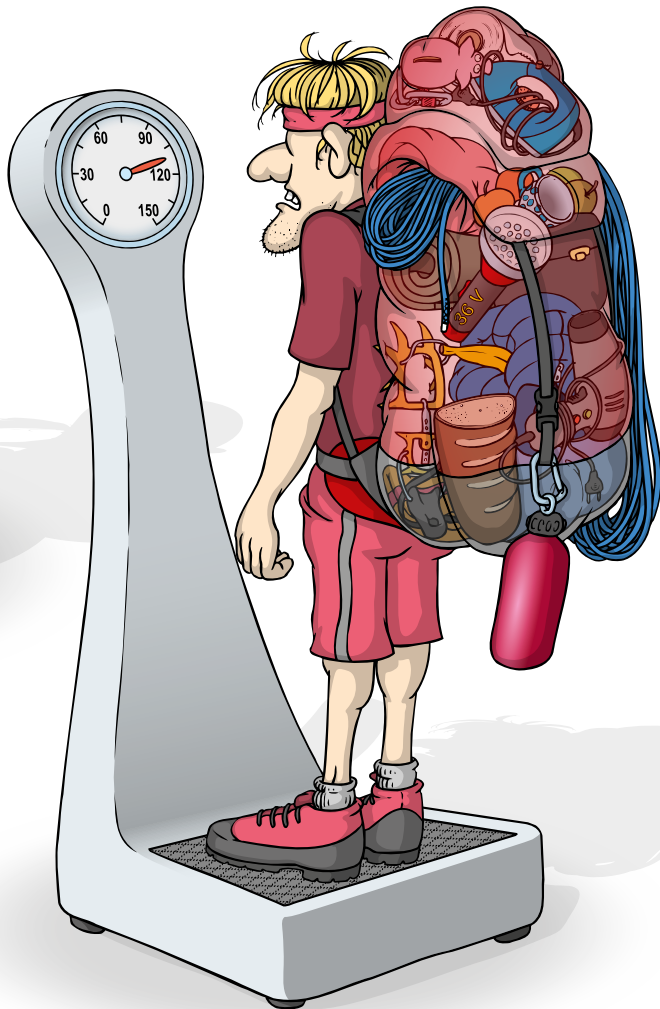
*Man kann sich das Leben (und Tragen) auf vielerlei Art schwermachen. Fürs Rucksackpacken gilt wie in der Kunst: In der Reduktion zeigt sich der Meister!*

Notfallausrüstung – mindestens einmal gebraucht hat. Wer unter diesem Dogma seinen Rucksackinhalt immer wieder hinterfragt, wird es bald raushaben: Gescheite Packerei statt blöder Plackerei!

## Basic Packing – Grundsätzliches

- ▶ Schwere Sachen unten und nah am Rücken, Leichtes rückenfern und oben.
- ▶ Nichts außen am Rucksack – wird nass, geht leicht verloren und ist ungünstig vom Schwerpunkt – und auch in Stilfragen sammelt man keine Extrapunkte ...
- ▶ Was voraussichtlich bald gebraucht wird, sollte schnell greifbar (oben) gepackt sein.
- ▶ Packen heißt stopfen: Fast alle Bergausrüstung lässt sich bedenkenlos komprimieren.
- ▶ Trocken **und** ordentlich: wasserdichte Packbeutel für Kleidung.





### Konkret – so könnte es aussehen

- › Erste Hilfe und Biwaksack ganz unten.
- › Wechselwäsche, Hüttenschlafsack, Waschzeug drüber.
- › Trinkflasche oder -blase direkt am Rücken.
- › Seil, Gurt, Sicherungsmittel etc. (falls nötig) nah am Rücken.
- › Jacke, Mütze/Kappe und Handschuhe griffbereit oben.
- › Riegel, AV-Karte, Sonnencreme, Handy in Deckeltasche – Achtung: Deckeltasche nicht überladen!
- › Nichts Kantiges oder Spitzes am Rücken – evtl. abpolstern.

### Im Detail – die Profittipps

**Trinken:** Nur so viel Wasser mitnehmen wie nötig, Auffüllmöglichkeiten nutzen (Mineraltabletten!). Trinkblasen sind leicht und liegen direkt am Rücken; PET-Pfandflaschen sind leicht und billig. Im Winter: unzerbrechliche Thermosflasche.

**Verpflegung:** Riegel dürfen bei Hitze nicht schmelzen und bei Kälte nicht steinhart werden – Profis schwören auf Powergels. Wer Jausenbrot oder Bananen mag, braucht einen festen Behälter (Gewicht!) zum Schutz der Brotzeit – und des Rucksacks ...

**Bekleidung:** Leichte Regen- oder Hardshelljacke schützt vor Wind und Nässe. Warm hält eine leichte Daunenjacke – leichter, wärmer und besser komprimierbar als jedes Fleece. Im Sommer reichen dünne Mütze, Fingerhandschuhe und Sonnenkappe, im Winter braucht's Ersatzhandschuhe und eine warme Mütze.

### All in one – Gewichtssparer Smartphone!

Man kann zum Smartphone stehen, wie man will – oder es sinnvoll nutzen: Ein Smartphone ...

... kann GPS, Kompass und Tourenführer ersetzen; nicht aber die Papierkarte

... reicht meistens als Hüttentaschenlampe

... dient als Buch-Ersatz oder als Hörbuch

... ersetzt einigermaßen den Fotoapparat

... ach ja: Telefonieren und Notruf absetzen (auch über App) kann man damit auch!

Vorausgesetzt ist ein sparsamer Umgang mit der Akkuleistung: Flugmodus nutzen!

### Hohe Schule – Kletter- und Hochtouren

- › Wenn der Rucksack mit in die Wand muss, jeden Ausrüstungsgegenstand auf die Goldwaage legen!
- › Seil am Rücken unten verstauen, Schuhe mit Sohle zum Rücken, Karabiner, Friends & Co. davor und darüber, ganz oben Gurt und Helm.
- › Hohlräume und Helm mit Kleidung, Brotzeit, Chalkbag ausstaffieren.
- › Steigeisen in spezieller Tasche **im** Rucksack transportieren.
- › Pickel außen an der Befestigungsschleufe (Haue zur Rucksackmitte).



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

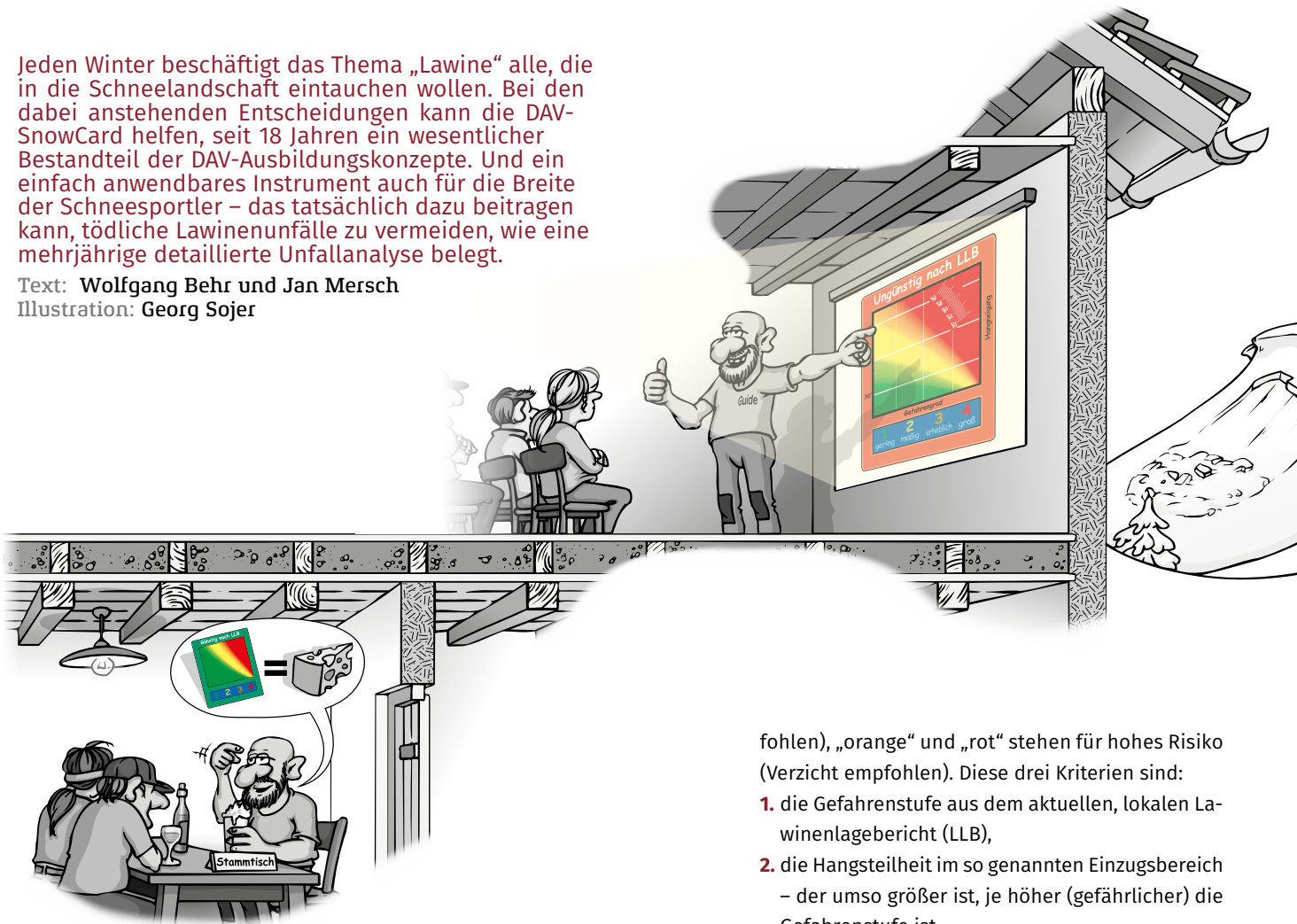


# Erfolgsrezept gegen die weiße Gefahr

Jeden Winter beschäftigt das Thema „Lawine“ alle, die in die Schneelandschaft eintauchen wollen. Bei den dabei anstehenden Entscheidungen kann die DAV-SnowCard helfen, seit 18 Jahren ein wesentlicher Bestandteil der DAV-Ausbildungskonzepte. Und ein einfach anwendbares Instrument auch für die Breite der Schneesportler – das tatsächlich dazu beitragen kann, tödliche Lawinenunfälle zu vermeiden, wie eine mehrjährige detaillierte Unfallanalyse belegt.

Text: Wolfgang Behr und Jan Mersch

Illustration: Georg Sojer



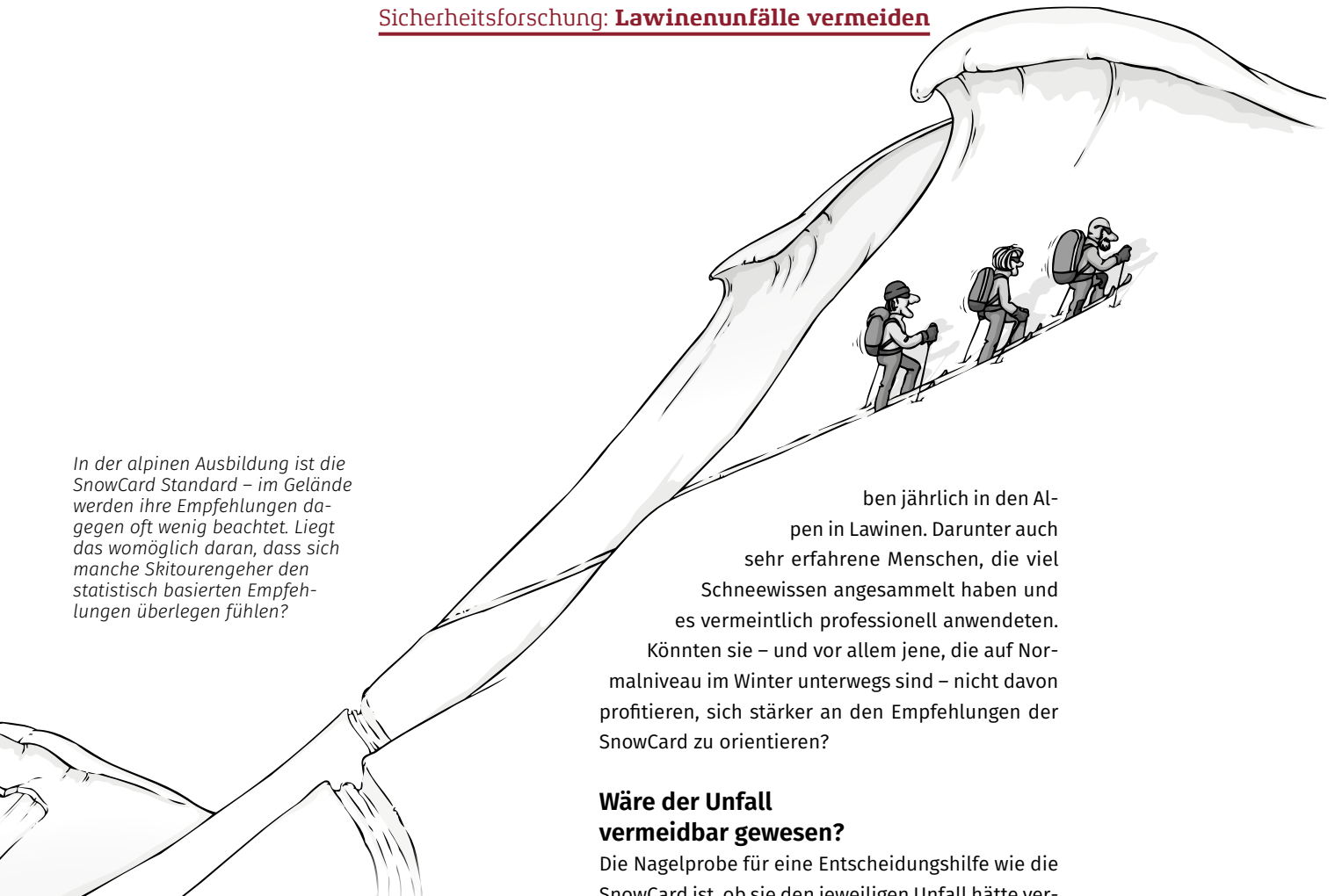
fohlen), „orange“ und „rot“ stehen für hohes Risiko (Verzicht empfohlen). Diese drei Kriterien sind:

1. die Gefahrenstufe aus dem aktuellen, lokalen Lawinenlagebericht (LLB),
2. die Hangsteilheit im so genannten Einzugsbereich – der umso größer ist, je höher (gefährlicher) die Gefahrenstufe ist,
3. die Gefahrenstellen des LLB. Der Lawinenlagebericht benennt besonders lawinengefährdete Bereiche wie zum Beispiel „Triebschnee an allen Schattenhängen oberhalb 2200 Meter“. Für diese Zonen wird die Diagramm-Seite „ungünstig“ der SnowCard verwendet, der Rest des Geländes gilt als „günstig“.

Die SnowCard ist ein so genanntes „probabilistisches“ Entscheidungswerkzeug, da sie auf statistischen Auswertungen von Unfällen basiert und

**D**ie DAV-SnowCard ist als Entscheidungshilfe im Winter das zentrale Instrument für Tourenplanung und Lawinenentscheidungen. Dabei erlaubt die Kombination dreier Hauptkriterien, das Risiko des Geländes einzuschätzen: „grün“ bedeutet niedriges Risiko (keine Verhaltensmaßnahmen empfohlen), „gelb“ bedeutet mittleres Risiko (Sicherheitsmaßnahmen emp-





In der alpinen Ausbildung ist die SnowCard Standard – im Gelände werden ihre Empfehlungen dagegen oft wenig beachtet. Liegt das womöglich daran, dass sich manche Skitourengeher den statistisch basierten Empfehlungen überlegen fühlen?

ben jährlich in den Alpen in Lawinen. Darunter auch sehr erfahrene Menschen, die viel Schneewissen angesammelt haben und es vermeintlich professionell anwendeten. Könnten sie – und vor allem jene, die auf Normalniveau im Winter unterwegs sind – nicht davon profitieren, sich stärker an den Empfehlungen der SnowCard zu orientieren?

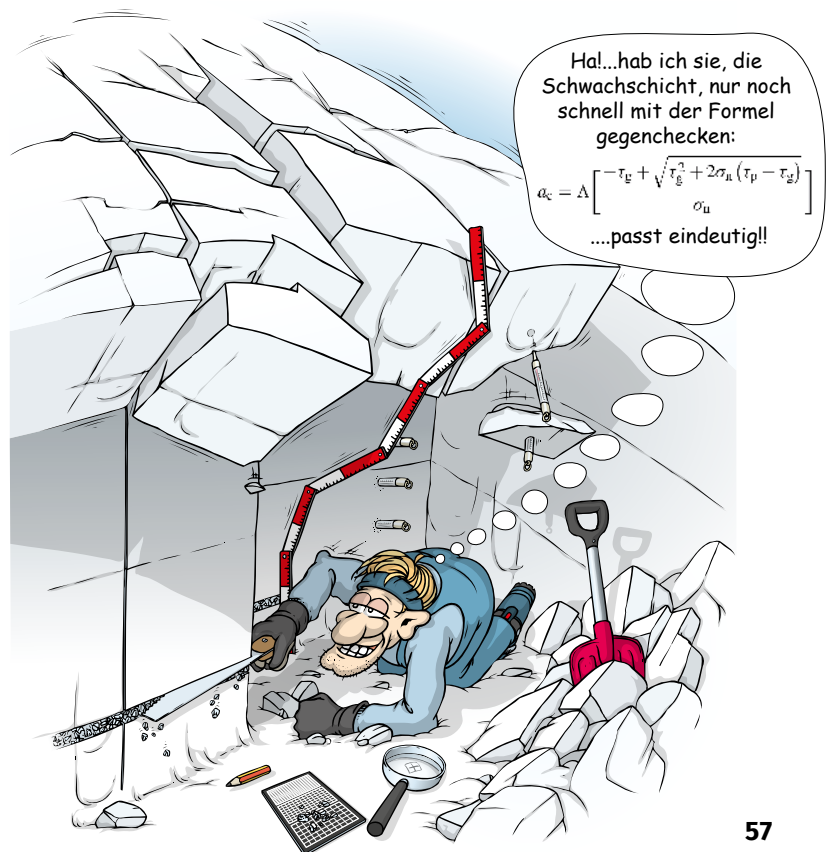
### Wäre der Unfall vermeidbar gewesen?

Die Nagelprobe für eine Entscheidungshilfe wie die SnowCard ist, ob sie den jeweiligen Unfall hätte vermeiden können. Dies wäre dann der Fall, wenn der

Wahrscheinlichkeiten für eine Lawinenauslösung angibt.

Seit Langem ist sie fester Bestandteil in DAV-Ausbildungskursen zur Lawinenkunde. Allerdings ist unser Eindruck aus der Praxis (den Umfragen bestätigen), dass dieses Werkzeug von vielen Skitourengehern nicht ganz ernst genommen und (vielleicht deshalb) auch im Gelände nicht sehr konsequent angewendet wird.

Gleichzeitig beobachten wir immer wieder Skitourengeher, die gerade noch die Gefahrenstufe kennen, aber die wertvollen und wichtigen Zusatzinformationen (z.B. „Lawinenprobleme“) nicht in ihre Entscheidungen einbeziehen. Parallel dazu wird in den letzten Jahren der Nutzen von Schneedeckenuntersuchungen (über?)betont. Freilich hat das Wissen über die Bruchmechanik von Schnee und über brauchbare Schneedeckentests in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht. Oft aber reicht das Können und Wissen der „User“ nicht für eine sinnvolle Anwendung einer Schneedeckenuntersuchung – und bei manchen Situationen ist sie gar nicht sinnvoll. Die Zahl tödlicher Unfälle ist dabei nahezu unverändert hoch geblieben: Rund hundert Menschen ster-



Ha!...hab ich sie, die Schwachschicht, nur noch schnell mit der Formel gegenchecken:

$$\alpha_c = \Lambda \left[ \frac{-r_g + \sqrt{r_g^2 + 2\sigma_n(r_p - r_g)}}{\sigma_u} \right]$$

...passt eindeutig!!



Unfall in einem Geländeabschnitt passiert ist, der von der SnowCard am Tag des Unfalls als „orange“ oder „rot“ gekennzeichnet worden wäre, also zum Verzicht empfohlen.

Da trotz der vergleichsweise klaren Kriterien der SnowCard gewisse Graubereiche in der Entscheidungsfindung bleiben und weil die SnowCard nicht alle, sondern nur die meisten Unfälle vermeiden soll, braucht es zur Beantwortung dieser Frage eine ausreichend hohe Anzahl von Unfällen. Deshalb haben wir Berichte über fast alle tödlichen Lawinenunfälle (insgesamt 185 Todesfälle) aus Österreich und der Schweiz über fünf Winter (2013/2014 bis 2017/2018) detailliert ausgewertet.

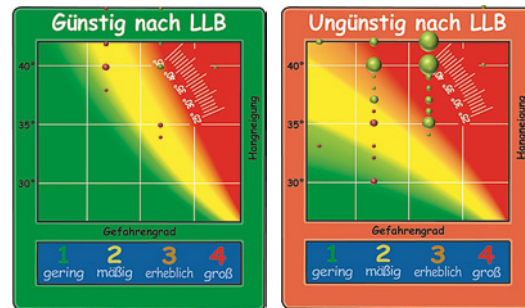
Die Ergebnisse zeigen recht eindeutig, dass die DAV-SnowCard ein sehr effektives Werkzeug gegen Lawinenunfälle ist: 84 Prozent aller Todesfälle wären vermeidbar gewesen (s. Diagramm A, S. 58). Wendet man sie sehr vorsichtig an (das heißt: Man verzichtet auch noch auf die gelben Bereiche), wären es sogar 96 Prozent. Wir konnten dabei nicht auswerten, ob die ab „gelb“ empfohlenen Sicherheitsmaßnahmen (zum Beispiel Entlastungsabstände) eingehalten wurden, denn diese Daten sind nicht für alle Unfälle verfügbar. Wenn wir dies auch noch berücksichtigen würden, wäre die Vermeidbarkeit wahrscheinlich noch höher. Aber es gibt noch weitere interessante Ergebnisse. Die SnowCard basiert nämlich ganz wesentlich auf den Detailinformationen des Lawinenlageberichts (notwendig für die Einschätzung des Geländes als „günstig“ oder „ungünstig“). Und diese Zusatzangaben sind offenbar sehr gut: Fast alle (95 %) der laut SnowCard vermeidbaren Unfälle lagen in Geländebereichen, die der Lawinenlagebericht als potenziell gefährlich benannt hatte (s. Diagramm B). Es stimmt zwar, dass der LLB immer eine ganze Region abdeckt und natürlich nicht jeden einzelnen Hang bewerten kann. Aber das Wetter ist großflächig nicht so variabel, um derart unterschiedliche Verhältnisse entstehen zu lassen, dass die Lawinenlageberichts-Angaben zu allgemein wären. Das belegt unsere Unfall-Auswertung eindeutig.

Und schließlich zeigt die Auswertung auch, dass die SnowCard bei den drei wichtigsten (weil häufigsten) Lawinenproblemen und -situationen gleichermaßen gut funktioniert: Die Vermeidungsquote ist bei Altschnee-, Neuschnee- und auch bei Tribschneeproblemen ähnlich hoch (s. Diagramm C). Ein Fakt, den manche Experten bezweifeln haben.

Eine kleine Einschränkung gibt es allerdings: Bei niedrigeren Gefahrenstufen (insbesondere Stufe 2 =

## Die Unfallanalyse – Systematik und Ergebnisse

Basis für die Auswertung waren 149 Lawinenunfälle mit 185 Todesfällen. Diese wurden anhand aller öffentlich verfügbaren Informationen (Unfallberichte, Presseberichte, Fotos) nachvollzogen (vor allem tödliche Unfälle sind recht gut dokumentiert, meist von der Alpinpolizei). Ergänzt wurde die Auswertung durch die weiteren für die Beurteilung nach SnowCard notwendigen Informationen: jeweiliger lokaler Lawinenlagebericht mit allen Detailinformationen sowie online verfügbare Hangneigungskarten aus dem Unfallgebiet.

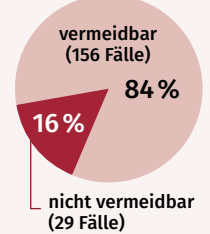


Die Größe der Kugeln zeigt an, wie viele Menschen in Lawinen starben – bei den meisten hätte die SnowCard Vorsichtsmaßnahmen oder Verzicht empfohlen.

mäßige Lawinengefahr) ist die Trefferquote in „ungünstigen“ Geländebereichen schlechter. Oft hat hier eine Tribschneesituation zum Unfall geführt. In einem solchen Fall heißt der Praxistipp also entsprechend den erweiterten Empfehlungen der SnowCard: sogenannte Alarmzeichen wie etwa „frischen Tribschnee“ erkennen und die entsprechenden Stellen meiden oder umfahren.

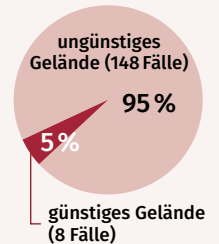
Man mag sich wünschen, dass alle Unfälle vermieden werden könnten (Vermeidungsquote 100 %). Aber es ist nun mal nach wie vor so, dass man Lawinen und Schneebretter nicht exakt vorhersagen kann. Schon gar nicht mit Methoden, die auch für Skitouren-Amateure sinnvoll anwendbar sein sollen. Selbst absolute Schneexperten können nicht jede Lawine vorhersehen (das „führende“ physikalische Modell für Schneebretter hat sich erst vor drei Jahren noch mal grundlegend geändert ...). Daher kann es immer nur darum gehen, einen Großteil der Unfälle zu vermeiden. Ein gewisses Risiko bleibt beim Bergsteigen – das gilt insbesondere für Unternehmungen im Winter wie Skitouren, Freeriden oder Schneeschuhgehen. Unsere Unfallanalyse zeigt jedenfalls, dass die SnowCard ein wertvolles Werkzeug gegen die Lawinengefahr ist. Das gilt für das Verständnis in der Theorie, aber vor allem auch in der Praxis draußen im Gelände.

### A Todesfälle und Vermeidbarkeit laut SnowCard-Empfehlung



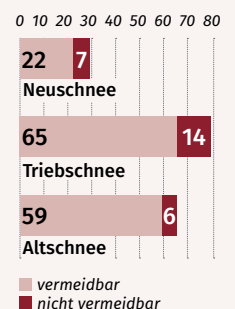
Die große Mehrzahl der Lawinentoten starb in Geländebereichen, die von der SnowCard zum Verzicht empfohlen waren.

### B Todesfälle und Gefahrenstellen laut LLB



Fast alle vermeidbar tödlich Verunglückten befanden sich in „ungünstigem“ Gelände laut Lawinenlagebericht – er ist eine wertvolle Grundlage.

### C Todesfälle bei verschiedenen Lawinenproblemen



Die Empfehlungen der SnowCard funktionieren bei den drei wichtigsten Lawinenproblemen vergleichbar gut.

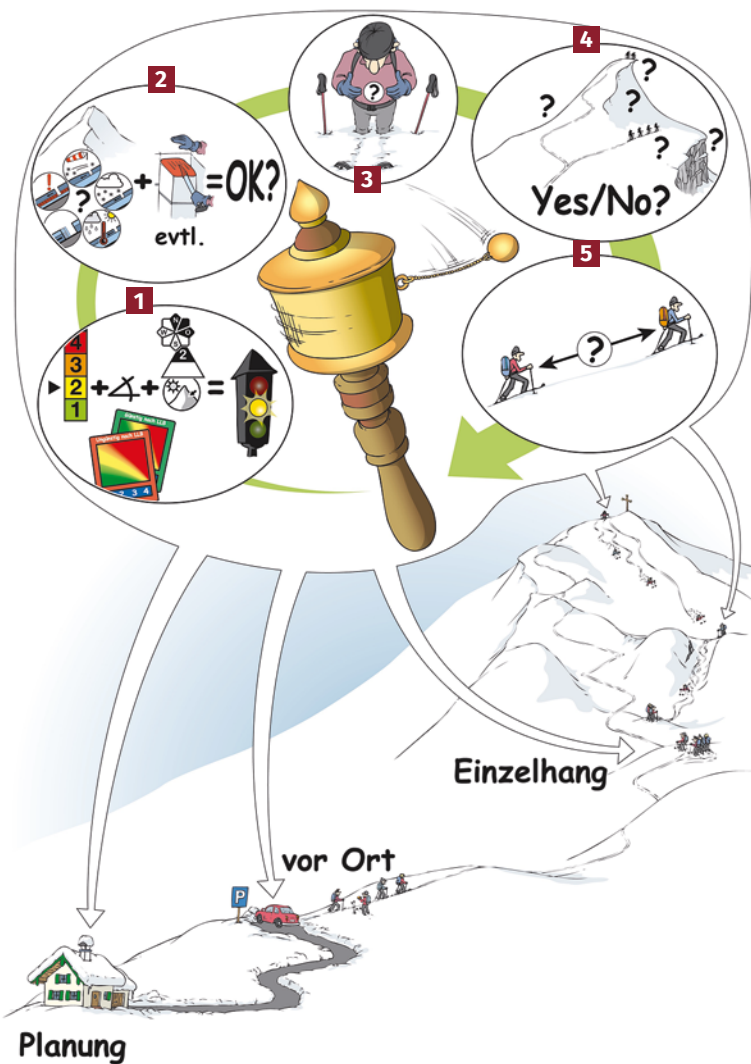


## Das Lawinen-Mantra

**Grundlage:** Lawinenlagebericht mit Lagestufe, Lawinenproblem, Gefahrenstellen

- 1 Risikoeinschätzung** mit SnowCard auf Basis LLB-Lagestufe, Gefahrenstellen laut LLB und Hangsteilheit (aus Karte/Gelände)
- 2 Wenn beim gegebenen Lawinenproblem (aus LLB) sinnvoll:** analytische Beurteilung, evtl. ergänzende Schneedeckenuntersuchungen
- 3 Bauchgefühl** und Faktor „Mensch“ beachten
- 4 Konsequenzen abschätzen:** z.B. Einzugs- und Auslaufgebiet, Verschüttungs- und Absturzgefahr
- 5 Sinnvolle Vorsichtsmaßnahmen anwenden:** z.B. Abstände, Spur-, Einzelfahren

Diese fünf Schritte durchläuft man „gebetsmühlenartig“ schon in der Planung, dann vor Ort und schließlich auf Tour im Hang. Und selbstverständlich sollte die Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Sonde, Schaufel) dabei sein und beherrscht werden.



### Der integrierte Blick: das DAV-Lawinen-Mantra

Auch wenn die SnowCard eine „relativ“ einfache aufgebaute Entscheidungshilfe ist: Ganz ohne eine gewisse Ausbildung und Beschäftigung mit der Mate-

rie und dem Vorgehen kommen wir nicht aus, wenn wir im Winter „gut“ unterwegs sein wollen.

Für uns ist klar: Die SnowCard sollte immer der erste Filter sowohl bei der Tourenplanung als auch bei Entscheidungen im Gelände sein. Das gilt für alle Könnensstufen. Denn die Alternativen für Entscheidungen sind entweder vage und kaum nachvollziehbar („Erfahrung“) oder erfordern sehr gutes analytisches Schneewissen, quasi ein Diplom in theoretischer Physik oder Schneeforschung.

Probabilistische Methoden wie die SnowCard sind aber auch kein Allheilmittel. Zu einem guten Gesamtpaket „sicher durch den Winter“ gehören weitere Elemente – je nach Ausbildung und Wissen: etwa eine geschickte, an die Lawinensituation angepasste Gelandewahl; die Abschätzung der Konsequenzen eines Lawinenabgangs; und durchaus auch mal ein „analytischer Blick“ in die Schneedecke oder eine Einschätzung der Schneesituation anhand der vergangenen Wetterentwicklung. Es bringt nichts, das eine oder das andere Vorgehen gegeneinander auszuspielen: Im Gelände braucht es einen integrierten Blick. Dies leistet das DAV-Lawinen-Mantra, dessen „Gebetsmühlen“ in DAV Panorama 6/2016 vorgestellt wurden und das die derzeitige Empfehlung des DAV zum Umgang mit der Lawinengefahr ist.

Dieses Mantra fordert zu allererst, die Detailinformationen aus dem Lawinenlagebericht zu verarbeiten (nicht nur die Gefahrenstufe). Auf dieser Basis liefert die SnowCard eine Risikoabschätzung für die angepeilte Tour. Und danach fließen die Detailinfos des LLB in alle weiteren Überlegungen und Entscheidungen zur Schneekunde (Analytik) ein. Sie beeinflussen auch die Überlegungen zu den Konsequenzen eines Lawinenabgangs und die sinnvollen Vorsichtsmaßnahmen – schon in der Vorbereitung, aber mindestens genauso wichtig auch unterwegs in jedem einzelnen Hang, in jeder Entscheidungssituation. So wird man je nach persönlicher Kompetenz der „weißen Gefahr“ mit einem umfassenden Ansatz entgegnetreten und – hoffentlich – immer zu guten Entscheidungen finden.



**Wolfgang Behr** (48) ist Trainer B Skihochtour beim DAV und leitet die Risikomanagement-Abteilung einer Bank. Er ist verheiratet und hat 2 Kinder (9 und 20). **Jan Mersch** (47), Psychologe, Bergführer und Alpinsachverständiger, lebt mit Frau und Kindern im Chiemgau, [menschundberge.com](http://menschundberge.com)





Richtig atmen

# Aus dem Bauch heraus?

Gerät der Atem außer Rand und Band, kann das mehrere Ursachen haben: mangelndes Training, „falsche“ Atmung oder fehlendes Körperbewusstsein.

Text: Martin Roos

**H**ätte ich im Veltlin nur schon die „Lippenbremse“, das Ausatmen bei leicht geschlossenen Lippen, gekannt: Schmerzhafter Starrkrampf und Beinahe-Kollaps wären mir erspart geblieben. Wegen einer Knöchelverletzung kam mir damals das Ange-

bot eines Almbauern gelegen, mich in seiner Lastenseilbahn ins Tal zu gondeln. Doch kaum hob der offene Kasten ab, geriet ich in Panik, die ich durch besonders tiefes Ein- und Ausatmen zu bekämpfen suchte. Hyperventilation nennen das die Fachleute. Es war das Falscheste, was ich tun konnte: Erst



Einfach mal tief durchatmen  
– an diesem alten Ratschlag  
ist viel dran.



fangen die Extremitäten zu kribbeln an, mir wurde immer schwummeriger und unten kam ich kaum aus dem Schwebekasten heraus, weil sich Arme und Hände in schmerzhaft verrenkter Starre verkrampft hatten.

### Von Grund auf falsch?

Furcht vor Absturz, Lawinen oder Blitzschlag gehören zu möglichen Auslösern von Panik. Sie ist quasi der große Bruder der nervösen Anspannung, die für viele Menschen im beruflichen oder privaten Alltag zur Normalität geworden ist. Unnötig schnelles und ungesund „flaches“ Atmen ist dann die Regel. Dabei spielt sich der so genannte Gasaustausch in erster Linie nicht mehr unten ab, im Zwerchfell, sondern oben im Brustkorb. Wie schlecht das ist, merken viele erst unter körperlicher Anstrengung. Denn wer dann primär über

die Brust atmet, nutzt nur etwa ein Drittel des Atemvolumens. Das steigert die Atemfrequenz unverhältnismäßig, oder es tritt sogar Atemnot ein.

Wie soll unter Belastung gut gehen, was schon in vermeintlicher Ruhe misslingt? Nach Erfahrung von Dr. Hans Morschitzky, in Linz praktizierender Psychologe und Psychotherapeut, atmen wahrscheinlich zwei Drittel der Menschen durchgängig falsch: „Sie ziehen beim Einatmen den Bauch ein und heben die Schultern, beim Ausatmen drücken sie den Bauch heraus.“ Morschitzky vermutet einen Zusammenhang mit Schlankheitsidealen: Manche möchten durch stärkere Bauchatmung nicht an ihren „Rettungsring“ erinnert werden.

Dabei ist genau das der Punkt: Beim Einatmen soll sich unten das Zwerchfell weiten. Für den Sporteinsatz lässt sich das ebenso trainieren wie der Bizeps. Auch in unbequemen Lagen oder Haltungen soll man dem Zwerchfell so viel wie möglich Raum geben, rät der Sportwissenschaftler Peter Schunke. Er betreut Radprofis – also Athleten mit Bauchraum unter Dauerstress. Schunke, der Chef des „Radlabors“ in Frankfurt, rät, sich anzugewöhnen, den Bauch beim Einatmen so gut wie möglich herauszudrücken und unter starker Belastung auch mal das Dogma der Nasenatmung aufzugeben: Durch den Mund lässt sich in kurzer Atemspanne dem Zwerchfell maximal Sauerstoff zuführen.

### Was passiert beim Atmen?

Sauerstoff ( $O_2$ ) soll in den Blutkreislauf gelangen, Kohlendioxid ( $CO_2$ ) aus ihm heraus; dieser Gasaustausch findet in den Lungenbläschen statt. Deren Gesamtoberfläche –



## Lymphdiaral® Ihre Abwehrkräfte natürlich im Fluss

- regt das Lymphsystem an und fördert so das Immunsystem
- unterstützt bei Infekten der oberen Atemwege



Lymphdiaral® Basistropfen SL · Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Unterstützende Behandlung von Infekten der oberen Atemwege, insbesondere mit Beteiligung des lokalen Lymphsystems. Enthält 39 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

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



knapp hundert Quadratmeter in der Summe – ist dazu von haarfeinen Kapillaren durchzogen. Das Ausatmen erfolgt, indem sich Zwerchfell und Zwischenrippenmuskulatur entspannen. Nervenzellen im Hirnstamm sorgen im Normalfall unbewusst für eine an die Belastung angepasste Atmung. Dass sich diese sogenannte nervale Atemregulation bewusst beeinflussen lässt, bemerkt jeder, der ein Liedchen trällert, in Flöte oder Alphorn bläst. Oder fälschlicherweise vor einem schweren Kletterzug die Luft anhält. Luftanhalten ist ein Beispiel dafür, wie sich der Körper – auch mental – auf eine drohende Belastung vorbereitet: Es steigert die Herzfrequenz, was ein schnelleres Atmen gleichsam vorwegnimmt. Der Kardiologe und Sportmediziner Prof. Peter Markworth geht in seinen „physiologischen Grundlagen der Sportmedizin“ davon aus, dass die Atmung primär und vor allem zu Beginn körperlicher Aktivität mehr nerval (unbewusst sowie bewusst) als chemisch reguliert ist. Über die „Chemie des Blutes“ erhält das Atemzentrum fortwährend Nachricht, übermittelt von allerwinzigsten Rezeptoren. Sie „melden“ einerseits den Sauerstoff- und Kohlendioxidgehalt, andererseits den Säure- und Basenwert im Blut. Zu sauer wird das Blut durch Milchsäure (Laktat) und durch zu viel  $\text{CO}_2$ , zu basisch durch zu wenig  $\text{CO}_2$ . Letzteres passiert, wenn man hyperventiliert und übermäßig viel davon abgibt. Ausdauersportarten wie Laufen, Schwimmen, Radfahren oder Langlauf trainieren den Atemapparat dahingehend, möglichst viel Sauerstoff aufnehmen und verwerten zu können: Sportler saugen Luft ein, die knapp 21 Prozent Sauerstoff enthält, und atmen Luft mit 12 Prozent Sauerstoff aus. Nichtsportler atmen ebenso viel Sauerstoff ein, aber rund 17 Prozent wieder aus. Sie nutzen also nur knapp 4 Prozent des vorhandenen Sauerstoffs, weniger als die Hälfte gegenüber trainierten Menschen.

### Technik für den Notfall

Eine wichtige Atemtechnik, um mit körperlichem oder psychischem Stress umzugehen, ist die Lippenbremse: das Ausatmen

gegen leichten Widerstand. Dabei strömt der Atem bei fast geschlossenen, lediglich einen Spalt freigebenden Lippen langsam und lange nach außen. Dadurch wird mehr Luft ausgeatmet, wodurch danach wieder mehr Luft eingeatmet werden kann. Das durch die Nase kanalisierte Einatmen folgt allein dem körperlichen Bedarf und Reflex (nach kurzer „Atemstille“ am Ende des Ausatmens). Die

Lippenbremse entspannt die Atemmuskulatur und eignet sich auch bei Lungenerkrankungen, die mit Atemnot einhergehen (Asthma, COPD).



Alpinjournalist **Martin Roos** hat die Lippenbremse dem kletternden Sohn beigebracht: „Stell dir bei Angst vor, du musst ganz viele Kerzen in einem langem Atemzug auspusten!“



Foto: DAV/Hans Herbig

### Tipps für tiefes Atmen

Die Bauchatmung ist die natürlichste Form der Atmung: Auf dem Rücken liegen und mit den Händen erspüren, wie sich die Bauchdecke beim Einatmen hebt, beim Ausatmen senkt und wie die „Flankenatmung“ die unteren Rippenbögen dehnt.

- › **Im Stehen:** Beim Einatmen Schultern nicht heben und Brust nicht herausdrücken; stattdessen hebt sich der Bauch. Eine gute Haltung begünstigt die tiefe Atmung.
- › **Zwerchfell aktivieren:** „Lufteinschnüffeln“ (Schnupfern, Riechen) und dabei den Atemschwerpunkt vom Brustkorb in den Bauch verlagern. Schnüffeln verengt sich die Nase leicht, was einströmende Luft bremst und Zwerchfellbewegungen intensiviert.
- › **Fließende Atembewegungen:** Unter dem (Bauchmuskel-bedingten!) Druckanstieg bei Zwerchfellatmung werden die unteren Rippen gehoben und die unteren Lungenabschnitte belüftet. Nach und nach weiten sich auch die oberen Rippen, das Brustbein dehnt sich nach vorn.
- › **Ausatmen:** Kräftig und lange ausatmen; dabei den Bauch einziehen, bis das Einatmen automatisch einsetzt.

#### Buchtipps:

- › **Richard Brennan:** Besser Atmen. Mit 30 Übungen, riva Verlag 2018
- › **Peter Markworth:** Sportmedizin, Nikol Verlag 2009
- › **Hans Morschitzky:** Angststörungen, Springer Verlag 2009



**THEMEN DIESER AUSGABE** Editorial; Wortschatz; Off Mountain S. 64 Einfach mal losfahren S. 65  
Gans cool S. 66 Bergtour ohne Plastik S. 67 Spiele für die Hütte S. 68 Kinderseite, Gämschenklein S. 69  
Die letzte Unke; Erbse; Vorschau S. 70



# KNOTENPUNKT.

MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2018/6

UNTERWEGS  
UPCYCLING  
PLASTIKFREI  
SPIELIDEEN





# SALI!

Wir alle sind Nutzer\*innen von High-Performance-Outdoor-Kleidung, wenn wir in den Bergen unterwegs sind. Aus materialtechnischen Gründen haben diese Produkte vielseitige positive Effekte für uns, aber auch negative Auswirkungen für die Umwelt. In diesem Zusammenhang setzt sich Tina generell mit Mikroplastik vor, während und nach der Bergtour auseinander und erklärt, was unter einem „Guppy Bag“ zu verstehen ist. Müllvermeidung bezweckt auch das Upcycling-Daunenkooperationsprojekt der JDAV und ihres Sponsors Mountain Equipment, bei dem Jugendgruppen und auch Leser\*innen des Knotenpunkt mitmachen können! Um welche Erfahrungen und Wissen man „Unterwegs“ reicher werden kann, berichten Silvan, der oft auf Roadtrips ist, und Pia von ihrer Interrail-Reise. Und unser Teilzeit-Spieletester Sepp versorgt euch mit den unterhaltsamsten Karten- und Brettspielideen für den Hüttenabend oder um den nächsten Schauer in einem Unterstand herzubringen.

Viel Spaß beim Lesen!



*J. Branke*

JOHANNES BRANKE

## WORTSCHATZ

### Guppy Bag

Ein Guppy Bag ist keine Tasche für Fische oder um Fische zu transportieren, sondern ein Waschbeutel, in den die Kleidungsstücke vor dem Waschen gesteckt werden. Dadurch soll verhindert werden, dass Kunststoffteilchen ins Abwasser gelangen und langfristig Fische vergiften. Die mikroskopisch kleinen Fasern der Kleidungsstücke sammeln sich im Beutel und können nach dem Waschen ins Plastik-Recycling. (tse)

Voll gechillt von Bahnhof zu Bahnhof, von Berg zu Berg – die große Freiheit Eisenbahn  
© DAV/Hans Herbig

# OFF MOUNTAIN



Noch besser als neu! Wegen ein paar Kleinigkeiten Ausrüstung wegwerfen? Nein! Wir zeigen euch, wie ihr euer Material selber reparieren und damit der Umwelt wie eurem Geldbeutel helfen könnt. Und eine abgewetzte Daunenjacke voller Flicker sieht auch noch cool aus – oder etwa nicht? (sme)

**Das Loch in der Jacke** Daunen- und Kunstfaserjacken sollen leicht sein, sind dadurch aber anfällig für Löcher. Eine Reparatur ist ein Kinderspiel: Einfach trocknen lassen, einen Nylon-Reparaturflicken ausschneiden und fest aufdrücken. Der Bonuseffekt ist ein unübertrefflich „wilder“ Outdoorlook.  
Z.B.: kleiberco.de

**Die gebrochene Schnalle** Eine Plastik-Rucksackschnalle hat keine Chance gegen eine Autotür. Da sie oft auf einer Seite vernäht sind, braucht man eine Reparaturschnalle, die mit einem kleinen Bolzen in die Gurtschleife geschraubt wird, nachdem die kaputte Schnalle herausgebrochen wurde.  
Z.B.: seatosummit.com

**Die abgewetzte Schuhspitze** Kleine Löcher im Schuh(-gummi) sollte man rechtzeitig versiegeln, bevor der Schuh undicht wird. Wer sich nicht um die Optik seiner Outdoor Schuhe schert, der trägt großzügig einen starken Gummikleber auf und kann wieder unbesorgt durchs Gebirge stiefeln.  
Z.B.: „Shoe Goo“

**IMPRESSUM** An dieser Ausgabe arbeiteten mit: Johannes Branke, Daniela Erhard (der), Josef Hell, Silvan Metz (sme), Tina Sehringer, Stefanus Stahl (sst), Pia Weillbach. Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter\*in: Sunnyi Mews, Richard Kempert. Redaktion: Georg Hohenester (verantwortl.), Andi Dick in Zusammenarbeit mit dem KNOTENPUNKT-Redaktionsteam. Beiträge in Wort und Bild an den DAV, Redaktion KNOTENPUNKT, Von-Kahr-Straße 2-4, 80997 München. Die Beiträge geben immer die Meinung der Verfasser\*innen, nicht die der Jugend des Deutschen Alpenvereins wieder. Diese Publikation wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendplans des Bundes. Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion. Gestaltung und Produktion: Sensit Communication, sensit.de  
Wir verwenden den Genderstern, um alle Menschen anzusprechen. Mit dem \* möchten wir dabei auch Personen gerecht werden, die sich in den Kategorien weiblich oder männlich nicht wiederfinden. Mehr dazu unter [jdav.de/gender](http://jdav.de/gender)

Reiseromantik pur: Mit dem ausgebauten Campingauto zu den großen Gipfeln der Alpen. Caddy-Biwak unter der Meije  
**Titelbild:** Silvan Metz





EINFACH MAL LOSFAHREN

# UNTERWEGS

Mit dem Abi fertig oder Sommerferien, und jetzt wollt ihr reisen? Dann plant doch mal nicht (zu viel), sondern brecht einfach ins Ungewisse auf. SILVAN METZ (Auto) und PIA WEILBACH (Bahn) geben Tipps dazu.

**D**a kann man zum Beispiel einfach ins Auto steigen und losfahren, ein Roadtrip wie aus einem Jugendroman. Campen am See, auf Landstraßen durch Lavendelfelder und das Ziel immer nach Lust und Laune auswählen. Klingt spannend? Dann solltet ihr noch ein paar Kleinigkeiten beachten, bevor es losgehen kann, denn manches ist nicht so einfach, wie man im ersten Moment denkt: Zum einen ist da die Sache mit dem Schlafplatz. Könnt ihr im Auto schlafen oder braucht ihr ein Zelt? Ihr solltet euch auch vorher erkundigen, wo ihr stehen oder zelten dürft. Außerdem sollte euch klar sein, dass ihr mit euren Mitreisenden viel Zeit auf engem Raum verbringt, ihr solltet euch also gut ertragen können. Auch der Platz für euer Gepäck ist in der Regel begrenzt, so dass euch das Motto „weniger ist mehr“ unfreiwillig aufgezwungen wird.

**Dafür könnt ihr** auf einem Roadtrip unabhängig von Zugfahrplänen die maximale Spontanität erfahren, die ein geregelter Alltag daheim kaum zulässt: Die Straße links sieht aussichtsreicher aus? Kein Problem! Hinter der Parkbucht liegt ein schöner See? Erst mal baden! Ein Aussichtspunkt an einer Passstraße? Da kann man ja den Sonnenuntergang anschauen. Und nebenbei lernt ihr so auch noch die unbekanntesten Seiten des Landes kennen!

**Wer keine Angst** vor Großstadtdschungel und Zeitplänen hat, dem sei eine Interrail-Reise ans Herz gelegt: Mit einem Ticket kann man für einen begrenzten Zeitraum mit allen europäischen Regionalzügen fahren.





Wikipedia –  
CCBY-SA2.0  
Marsupium  
Photography

Nächstes Jahr feiert die JDAV ihren hundertsten Geburtstag. Eines der Jubiläumsprojekte wird „DownUpCycling“ heißen: Gemeinsam mit dem Kooperationspartner Mountain Equipment (ME) wollen wir damit das Bewusstsein für den Ressourcenverbrauch durch Bergsportbekleidung fördern und Verantwortung dafür übernehmen. Außerdem wollen wir zeigen, wie Recycling und Upcycling unser Handeln nachhaltiger machen können.



**Upcycling** – schon mal gehört? Diese Zusammensetzung aus Aufwerten (Upgrade) und Wiederverwerten (Recycling) bedeutet, aus etwas Altem, meist nutzlos Erscheinendem, oder gar aus Abfällen ein neues, hochwertiges Produkt zu machen. Denn Ressourcen sind limitiert – da kann Wegwerfen von wiederverwertbaren Materialien keine nachhaltige Option sein.

**Und warum Daunen** (Down)? Die kuschelwarmen Gänsefedern sind ein viel diskutierter, wertvoller Rohstoff. Die Outdoorbranche belegt mit unterschiedlichen Zertifikaten (etwa dem „Down Codex“ von ME), dass die verwendeten Daunen ausschließlich von toten Tieren stammen und nicht aus dem „Lebendrupf“, den Tierschützer\*innen kritisieren. Beim UpCycling-Projekt werden die Federn und Daunen kontrolliert und nach Wert sortiert. Aus nicht verwendbarem Material entsteht organischer Dünger.

**Und ihr könnt mit eurer Jugendgruppe mitmachen:** Sammelt alte Federdecken, Daunenjacken und -schlafsäcke und schickt sie ein! Auf die erfolgreichsten Sammelgruppen wartet eine finanzielle Unterstützung für ihre nächste Ausfahrt. **Stellt ihr euch der Challenge?** (jbr)

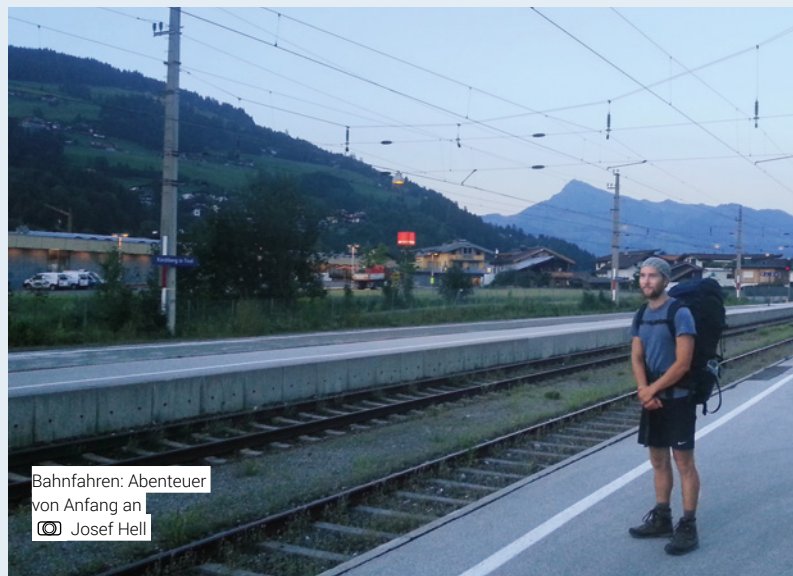
Infos zum Jubiläum  
und zum Projekt:  
[jdav.de/100](http://jdav.de/100)

**Natürlich verlangt es eine Engelsgeduld**, sich den Bahnunternehmern anzuliefern: Bei nächtlichen Passkontrollen, Zugausfällen, arktischen Temperaturen und undichten Wasserleitungen im Abteil zucken Interrail-Reisende nur mit den Schultern. Anschlusszug verpasst und alle Hostels sind voll? Jetzt kann das Abenteuer losgehen! Die besten Momente warten oft überraschend hinter einer Enttäuschung: Hat man kein Dach über dem Kopf, feiert man eben durch. Die Orte, die man besucht, sind oft nicht bewusst ausgesucht, sondern liegen einfach auf der Strecke. Einmal aus dem Zug ausgestiegen, warten Überraschungen und Zufallsbekanntschaften – nicht planbar und unbezahlbar. Für die Zugreisenden ist so gut wie nichts sicher – nur das Abenteuer ist garantiert.

**Das klingt ja teilweise schon etwas unbequem.** Im Gegensatz zum Pauschalreisen/Erholungstourismus bietet eine Unternehmung mit kalkulierter Unsicherheit ständig neue Herausforderungen. Probleme lösen lernen, Entscheidungsfreude und auf Unerwartetes reagieren sind Fähigkeiten, die man sicher auch mit in den Alltag nehmen wird. Wer Planlos ist, muss auch mal nachfragen und kommt mit Leuten und Kultur in Kontakt, wird mit Fremdem konfrontiert und lernt, Situationen selber einzuordnen. Das sind Erfahrungen, die man nur außerhalb eines behüteten Umfelds finden kann.

**„Die beste Bildung** findet ein gescheiter Mensch auf Reisen“, wusste schon Goethe. Denn diese „gescheite“ Art zu Reisen fördert eine reflektierte Sicht auf die Welt und sich selbst. Nichts anderes ist Bildung.

**Also legt doch mal die Bücher weg** und nutzt die Ferien für eure Bildung: Dazu braucht ihr nur eine Landkarte und etwas Mut. Aber bitte keinen Plan!



Bahnfahren: Abenteuer  
von Anfang an  
Josef Hell



## BERGTOUR OHNE PLASTIK RUNDUM OHNE?

Zuerst habe ich mir Gedanken gemacht, wie so etwas funktionieren kann. In den meisten Gegenständen ist Kunststoff verarbeitet, ob Schuhe, Rucksack oder Trinkflasche. Also habe ich meine Utensilien für eine kleine Bergwanderung zusammengesucht und nach Alternativen gesucht. Der Rucksack wurde gegen einen Baumwollbeutel getauscht, Schuhe, Socken und eine Windjacke wurden aussortiert, geblieben sind ein Wollshirt und eine Baumwollhose. Die Trinkflasche hätte eigentlich zu Hause bleiben müssen, eine Alternative aus Glas schien wegen Bruch- und eventueller Verletzungsgefahr nicht so attraktiv.

Mikroplastik, das über verschiedenste Wege ins Meer gerät, bedroht das Leben der Fische und das Ökosystem Ozean. TINA SEHRINGER hat eine ganz persönliche Initiative dagegen gestartet und ein Experiment gewagt: ein Bergerlebnis ohne Kunststoff.

**Nachdem von meiner Ausrüstung** nach dem Überarbeiten nur noch T-Shirt, Hose, ein Baumwollbeutel und eine Brotzeit übrig waren, entschloss ich mich, mein Bergerlebnis auf eine kleine Strecke Barfußwandern zu beschränken.

**Mit meinen Begleiterinnen** Elke und Kathrin probierte ich eine kurze Barfußstrecke aus. Wenn man es nicht gewöhnt ist, ist Barfußlaufen (im Gebirge) über kleine Steinchen, Felsen und Schnee gar nicht so einfach. Ständig pikst es an den Fußsohlen, und barfuß im Schnee ist auch kein Spaß. Die Füße werden sehr schnell kalt und verlieren das Gefühl. Und rutschiger ist es. Dafür nimmt man den Boden viel intensiver wahr, und Barfußgehen auf weichem Untergrund wie etwa Wiesen oder Moos ist gar nicht so tragisch. Eine längere Strecke würde allerdings für uns nicht in Frage kommen.

**Nicht nur die fehlenden Schuhe,** auch der Verzicht auf Rucksack und Trinkflasche machen eine längere Tour fast unmöglich. Das Experiment scheint gescheitert. Was kann ich denn dann tun gegen die Plastikflut in unseren Gewässern? Wie wär's damit: auf Einwegplastik vollkommen verzichten und stattdessen auf Wiederverwendbarkeit achten. Brotzeitdosen und Trinkflaschen mehrmals befüllen und nicht nach wenigen Einsätzen wegwerfen. Ausrüstung kann ich reparieren. Und manche Textilien wie etwa aus Merino brauchen nicht nach jedem Tragen eine Wäsche. Falls doch, gibt es zumindest den Guppy Bag (s. Wortschatz S. 66).

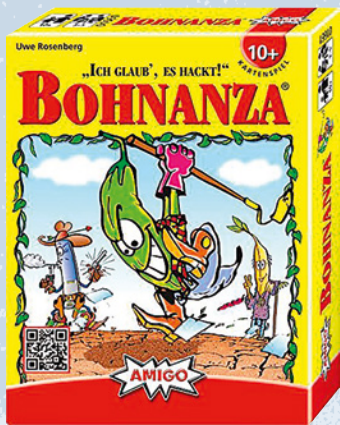
Weniger ist mehr? Plastikfrei reduzierte Ausrüstung fordert jedenfalls mehr Mitdenken.

© Tina Sehringer





# SPIELE FÜR DIE HÜTTE JETZT GEHT'S RUND!



## BOHINANZA AMIGO

Hier geht es darum, Bohnen anzubauen. Durch geschicktes Handeln oder sogar Verschenken bestimmter Bohnen wird versucht, einen möglichst hohen Ertrag bei der Bohnenernte zu erwirtschaften. Lohnt sich die Investition in ein drittes Bohnenfeld? Mit den zahlreichen Erweiterungen wird das Spiel nie langweilig.

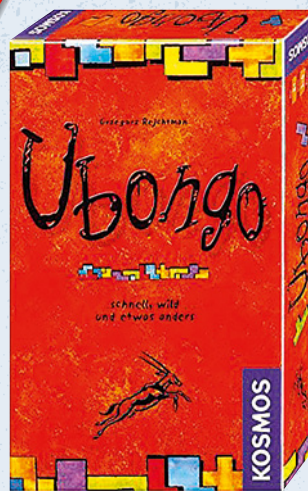
3-7 Spieler, € 9,99



## JUNGLE SPEED ASMODEE

Jede\*r Spieler\*in deckt Karten mit verschiedenen Symbolen auf, die sich jedoch stark ähneln. Haben zwei Spielende dasselbe Symbol vor sich liegen, kommt es zum Duell: Wer schafft es, zuerst das Totem aus der Mitte zu greifen? Sonderkarten, die beispielsweise allen am Tisch den Griff ans Totem erlauben, machen es zum Lieblingsspiel für alle Actionfans.

2-15 Spieler (wenn der Tisch groß genug ist), € 14,95



## UBONGO KOSMOS

Rasantes Tetris als Brettspiel: Jede\*r Spieler\*in muss drei oder vier Teile in einer bestimmten Anordnung ablegen – und zwar gleichzeitig und so schnell wie möglich! Die Mini-Version kann einfach im Rucksack mitgenommen und auf der Hütte ohne langes Erklären sofort losgespielt werden.

1-4 Spieler, € 5,49



## KUHHANDEL MASTER RAVENSBURGER

Wer die meisten Haustiere hat, beginnt. Alle versuchen, Tierquartette mit unterschiedlich hoher Punktzahl zu ergattern. Entweder versucht man sich die Tiere in der Versteigerung zu holen oder durch einen „Kuhhandel“ mit einem anderen Spieler. Wie viel hat Marie denn nun für das Pferd geboten? Ist das wirklich so viel oder blufft sie nur? Die Prämiertiere und fiesen Ratten aus der Master-Edition bringen noch mehr Abwechslung ins Spiel.

2-6 Spieler, € 9,99



## GÄMSCHEN GAUDI DAV-SHOP.DE

Zum 100-jährigen Jubiläum der Jugendarbeit im DAV hat das JDAV-Team die Gämschen Gaudi entworfen. Zusammen mit dem frechen Gämschenklein machen sich die Spielenden auf eine erlebnisreiche Bergtour, bei der es manche Überraschung zu entdecken gibt!

2-6 Spieler, erhältlich ab Frühjahr 2019, Preis und Infos demnächst unter [dav-shop.de](http://dav-shop.de)

## ODER EINFACH SELBER MACHEN?

Viele Spiele gehen auch nur mit Stift und Papier oder gewöhnlichen Spielkarten, was es auf fast jeder Hütte gibt. Ein paar Vorschläge: **Stadt, Land, Fluss – Hangman – Werwolf** oder **Mörderspiel** mit selbst geschriebenen Zetteln oder das **Hutspiel**: 2 Teams, jede\*r Spieler\*in überlegt sich 2 bis 4 Begriffe oder Phrasen und schreibt sie auf Zettel, die in einen Hut kommen. Abwechselnd muss je eine Person ihrem Team möglichst viele Begriffe in einer Minute erklären. Nicht erratene Begriffe kommen in den Hut zurück. Sind alle Begriffe erraten, gibt es weitere Runden mit denselben Begriffen, erklärt durch Zeichnen, Pantomime, Standbild oder Lautmalerei. Das Team mit den meisten Punkten gewinnt.





# SPIELE OHNE WÜRFEL ODER KARTEN



**Würfel vergessen?** Das neue Kartenspiel daheim gelassen? Kein Grund für schlechte Laune! Spielt doch einfach mal ein Spiel ohne Material oder nutzt das, was draußen zu finden ist. Das kann genauso spannend oder lustig werden. Wie wär's zum Beispiel mit einer Pantomime – Theater ohne zu sprechen? Dabei stellt ihr einzeln oder in Kleingruppen nur durch Gesten und Bewegungen ein Tier, eine Situation oder einen Gegenstand dar. Die anderen müssen erraten, was gemeint ist. Mal was anderes sind Spiele, bei denen man die Augen schließt. Zum Beispiel sammelt auf einer Wanderung jede\*r einen Stein, befühlt ihn, prägt ihn sich gut ein und gibt ihn dem/der Gruppenleiter\*in. Dann setzen sich alle im Kreis zusammen. Jede\*r erhält nun einen Stein und ertastet diesen. Ist es nicht der eigene, gibt man ihn nach rechts weiter. Wie lange es wohl dauert, bis alle ihren Stein wiedergefunden haben? (der)

## DEIN BEITRAG!

Welches Spiel sorgt bei dir auf der Tour für gute Laune? Verrate uns dein Lieblings-Hüttenspiel (per E-Mail an [alpinkids@alpenverein.de](mailto:alpinkids@alpenverein.de))

WIR VERÖFFENTLICHEN  
EURE VORSCHLÄGE AUF:  
[jdav.de/knotenpunkt](http://jdav.de/knotenpunkt)

## GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank







DIE LETZTE UNKE

# HAT ES WIRKLICH EINEN SINN (GEHABT), HERUMZUUNKEN, WENN WAS DANEBENLÄUFT?

Das fragt sich unsere Spaltenbewohnerin – und ist dann mal weg ... (sst)

**N**un manches Heft habe ich mich hier zu Wort gemeldet, habe aus der Gletscher-spalte heraus moniert, gemahnt, gefleht und muss doch verstehen: Die Zeit der Unkenrufe ist hier vorbei. Leicht wäre es, das Ganze auf die Bergsportler\*innen zu schieben, und auf die Berg-Unsportler\*innen, die alle zusammen meinen Gletscher schmelzen lassen und nicht hören wollen. Aber kann ich ihnen einen Vorwurf machen? Würde ich nicht auch lieber zittrigen Schrittes stumm weiter in die gleiche Richtung gehen, als die Frage zu ergründen,

was sich da aus der stillen Tiefe des mahlen-den Eisstroms unüberhörbar in mein Unterbewusstsein bohrt? Wer hört schon auf einen un-kenden Gletscher, auf die letzte Gletscherunke?

**Ich geb' der Sache** noch ein paar Jahre, dann wird der Gletscher auch sein letztes Geheimnis wieder ausgespuckt haben und das ewige Eis das Zeitliche segnen. Ich werde verstummen und meine Mahnungen verstauben – als Randnotiz der langen Geschichte von DAV Panorama, tausendfach gedruckt, aber ohne irgend-

wen vom Alpinismus abgehalten zu haben. Würde ich es wieder tun? Jederzeit. Vorwerfen lassen muss ich mir nichts, habe ich doch stets davor gewarnt: dem Verfall der Berge, des Sports und des Bergsports. Was bleibt, ist die Erinnerung – allen Unkenrufen zum Trotz.

**bleibt mir ein letzter Wunsch?** Wenn, dann der nach der Anerkennung zukünftiger Generationen: „Die alte Unke hat es schon damals gewusst!“ Die Spalte schließt, das Mikrofon fällt – die Zeit der Unkenrufe ist vorbei.



**Im nächsten Knotenpunkt:** Die JDAV wird 100 Jahre alt. Und das Leben geht weiter. Eine bunte Mischung von Geschichte bis Zukunft.



### Mehr Verantwortung für unsere Umwelt

– Grundsätzlich finde ich es gut, dass ihr euch immer wieder mit den Themen Umweltschutz, Klimawandel und Nachhaltigkeit auseinandersetzt. Allerdings habe ich oft den Eindruck, dass ihr die Sache immer noch recht oberflächlich abhandelt. Es ist ja ganz nett, wenn irgendwo im Karakorum einer einen abgelegenen 7000er auf einer Route im 8. Schwierigkeitsgrad erklettert. Die Umweltauswirkungen solcher Unternehmungen sind aber vermutlich katastrophal. Freilich nur untergeordnet durch die wenigen, die so was ausführen. Aber: Es ist die Sehnsucht der Masse, die durch solches Höher-Schneller-Weiter-Prinzip angestachelt wird und am Ende gnadenlos selbst noch in die letzten unberührten Winkel der Erde vordringt. Frage: Muss das sein? Können wir als Bergsteiger nicht irgendwann anfangen, der Natur den Vortritt zu geben vor unserem eigenen Ehrgeiz? Ganz konkret möchte ich anregen, dass ihr eure vielen Reportagen und Erkundungen mit mehr Informationen zum Thema Umweltverträglichkeit anreichert. Beispielsweise zur Anreise. Der Nutzung des ÖPNV sollte absoluter Vorrang vor dem Individualverkehr eingeräumt werden.

Ulrich Duschl

**Mir reicht's** – Ich fühle mich als Wanderer ausgegrenzt! Auch wenn sich der eine oder andere Artikel zu meiner Passion zwischen den Seiten dieses Magazins verstecken sollte, gefühlt existieren wir Wanderer nicht. Wo bleiben die genussvollen Kurzwandertouren in den heimischen Alpen, nicht zwingend gleich im Dunstkreis der bayerischen Landeshauptstadt liegend, die nicht 7-10 Stunden lang sind, ohne Klettersteig, damit ich diese mit meiner bergbegeisterten, aber von Höhenangst geplagten Ehefrau beschreiten kann? Kurztouren, die eine Gehzeit zwischen 3-4 Stunden aufweisen

### Berichtigung:

- › In DAV Panorama 5/2018, S. 12 haben wir im Bergsteckbrief Hochalmspitze die Schwierigkeiten des Detmolder Grates und des Rudolstädter Weges ungenau beschrieben. Detmolder Grat: Hochtour L, Klettersteig C, Stellen I, keine Gletscherberührung mehr. Rudolstädter Weg: Hochtour WS, Firm 45-50° (spaltenfrei), Klettersteig C, Stellen II
- › Auf S. 37 haben wir die Nationalität von Denis Urubko fälschlicherweise mit Ukraine angegeben. Denis Urubko ist gebürtiger Russe und seit 2015 polnischer Staatsangehöriger.

und damit für relativ untrainierte Bergliebhaber oder Familien geeignet sind, die beruflich und familienbedingt wenig Zeit haben. Damit ist man übrigens mit An- und Rückfahrt und einer Pause auf einer Hütte auch einen vollen Tag beschäftigt! Uwe Niedzwetzki

### Neuer Impuls für den Klimaschutz

DAV Panorama 5/2018, S. 111

**Getrübtes Bild** – Im Beitrag geht es um den Ausbau von Biogasanlagen in Nepal. Darin wird von den Autoren ein Beitrag zum Klimaschutz gesehen, da eine Biogasanlage ca. 2-3 t CO<sub>2</sub> pro Jahr einspart. Bei 260 Anlagen ergäbe das eine Minderung von max. 780 t CO<sub>2</sub> pro Jahr. Grundlage der Ersparnis ist, dass das Biogas Holz als Brennstoff ersetzen soll und somit einer Entwaldung vorbeugen soll. Das ist sicherlich zutreffend und zu begrüßen, wenn die Waldwirtschaft in Nepal nicht nachhaltig ist. Allerdings gilt Holz als nachwachsender Rohstoff und ist somit aus CO<sub>2</sub>-Sicht als „klimaneutral“ eingestuft. Weiterhin wird erwähnt, dass die Biogasanlagen an den Reiserouten des DAV Summit Club liegen. Wenn nun die CO<sub>2</sub>-Ersparnis von 780 t ins Verhältnis zu den CO<sub>2</sub>-Emissionen der Flugreisenden gesetzt wird, trübt sich das Bild erheblich ein. Pro Fluggast fallen 1,26 t CO<sub>2</sub> an. Das ergibt

gesucht/gefunden

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



eine überschlägige Rechnung mit dem folgenden Ansatz: Hin- und Rückflug, bei 14.000 km Frankfurt-Nepal, Verbrauch ca. 3 l Kerosin pro 100 km, Faktor: 3 kg CO<sub>2</sub> pro Liter Kerosin. Wenn also mehr als 690 Personen pro Jahr mit dem Summit Club nach Nepal fliegen, ist der positive Effekt dahin. Bernd-Henning Reupke

### Wir müssen hier raus!

DAV Panorama 5/2018, S. 38ff.

**Wichtige Grundlagen** – In treffenden Worten beschreiben, worauf es – neben dem Dach über dem Kopf, dem gesunden Essen und dem ausreichenden Schlaf – im Leben ankommt: gesunde Bewegung, die das verantwortete Wagnis einschließt, und reale soziale Interaktionen. Die neolithische Revolution bedrohte das gesunde Essen, die industrielle Revolution die freie Zeit, die dunkle Nacht und damit den

ausreichenden Schlaf, und nun bedroht die digitale Revolution die Bewegung und die realen sozialen Interaktionen. Der Mensch konnte und kann diese Gefahren erkennen und Gegenmaßnahmen ergreifen. Deshalb darf man optimistisch sein. Natürlich ist es am wirkungsvollsten, schon ab dem Kindesalter artgerecht und gesund zu leben. Doch auch im hohen Alter ist es nicht zu spät, damit zu beginnen. Ich freue mich, dass der Alpenverein sich als wichtiger Begleiter dieser notwendigen Massenbewegung begreift. Ich danke Ihnen für Ihren engagierten und wichtige Grundlagen des menschlichen Lebens aufzeigenden Artikel. Anton Schöffler


### Das Ende der Alpenskala

DAV Panorama 5/2018, S. 15

**Ungenauigkeiten** – Die Geburtsstunde des „roten Punkts“ war nicht 1974, sondern im darauffolgenden Jahr 1975, als Kurt Albert den ersten roten Punkt an den Einstieg des „Helmut-Rott-Gedächtniswegs“ (VI+) malte. Die legendären Freikletterrouten „Separate Reality“ und „Midnight Lightning“ existierten – wie im Beitrag formuliert – im Jahr 1977 noch nicht; beide Routen wurden von Ron Kauk erst 1978 erstbegangen. Der Beitrag vermittelt den Eindruck, als hätte der VIII. Grad bereits vor der Erstbegehung der „Pumprisse“ im Juni 1977 existiert. Das ist nicht richtig: Die ersten Touren im Grad VIII – wurden von Kurt Albert im Spätsommer 1977 an der Kastlwand (Altmühltal) erstbegangen: „Osterweg“ und „Exorzist“. Die ersten Routen im glatten VIII. Grad stammen aus dem Jahr 1978 („Superlative“/Pfalz, Nöltner/Güllich und „Dachrinne“/Frankenjura, Kurt Albert). In den späten 1970er Jahren markierte der rote Punkt Routen, die frei geklettert wurden; über den Stil (mit oder ohne Ausruhen an den Sicherungen) sagte der Punkt nichts aus. Heißt, dass im Jahr 1977 nur frei (ohne künstliche Hilfsmittel) geklettert wurde – so auch bei der Erstbegehung (ebenefalls bei der Zweit- und Drittbegehung) der „Pumprisse“, wo in den Klemmkeilen manchmal ausgeruht wurde, also nicht „...– rotpunkt, natürlich – ...!“ Die erstmalige Wortdefinition des Rotpunkt-Kletterns im heutigen Sinn (heißt „Durchstieg einer Route ohne Rasten und ohne Belastung der Sicherungskette“) ist nachzulesen im BOULDER-Magazin #1, erschienen 1982. Andreas Kubin

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





Jahrzehntelang war die Alpkulturlandschaft des Val Grande über dem Lago Maggiore aufgegeben und sich selbst überlassen. Nun wird sie als Wilderness-Park wieder für Wanderer attraktiv – wenn diese ein bisschen Initiative und Abenteuerlust mitbringen.

Text und Fotos: Stefan Neuhauser

# Das letzte Paradise

Wandern im  
Nationalpark Val Grande

**W**arum nur hat es fast 20 Jahre gedauert, bis ich dem Ruf dieser Berge folgte? Steil aufragend faszinierten sie mich jedesmal, wenn ich auf der Schnellstraße an Domodossola vorbeifuhr. Geheimnisvolles Val Grande, zwischen Lago Maggiore und dem Centovalli, den „hundert Tälern“. Der einzige

Wildnispark der Alpen, warum blieb er nur ein mögliches Ziel? Weil quasi keine Straßen hineinführen? Weil es keine bewirtschafteten Hütten gibt, nur Biwaks? Weil er durch seine traumatische Geschichte so gut wie entsiedelt ist? Oder weil es nicht so einfach ist, Begleiter zu finden, die bereit sind, Kocher, Essen und Biwakausrüstung tagelang mitzutragen – und sich auch einmal auf das Ungewisse einzulassen?

Das Studium von Führern und Karten zeigte eine fast verwirrende Vielfalt von Wegen: über Pässe und Gipfel, zu verfallenen Almen. Und brachte die Idee, sich dem Val Grande langsam zu nähern, von geschichtsträchtigen Dörfern am Rand des Nationalparks. Gurro zum Beispiel, im Nordosten des Parks. 1525 blieb ein Haufen schottischer Söldner auf dem Rückweg





Was für ein Tag! Der Morgenblick vom Bivacco Bocchetta di Campo nach Osten geht über die Comersee-Berge auf Berninagruppe (I), Monte Disgrazia und zu Cengalo und Badile. Die Föhnfische machen bald Platz für einen großartigen Wandertag.

S?

über die Alpen dort hängen. Sie brachten alle männlichen Dorfbewohner um und nisteten sich bei den Frauen ein. Ihre Nachfahren haben – obwohl sie auf italienischem Gebiet leben – seit den 1970er Jahren auch die schottischen Bürgerrechte. Von den drei Dörfern Gurro, Finero und Cùrsolo gibt es wunderbare Tageswanderungen – und danach laden gemütliche

Dorfkneipen zur Einkehr und zum Plausch mit den Locals.

Ein weiteres Juwel – südlich des Nationalparks, zwischen industriellem Granitabbau und Gewerbeflächen – ist die Rundwanderung vom Weiler Montorfano über den gleichnamigen Berg in den Ort Mergozzo und am Westufer des Lago di Mergozzo wieder zurück. Am Ausgangspunkt in Montorfano liegt die Kirche San Gio-

vanni, deren Taufbecken aus dem Jahr 600 stammt. Ein echter Kraftplatz, der eine entscheidende Rolle bei der Christianisierung des oberen Ossolatals gespielt haben soll. Der Berg Montorfano bietet einen unglaublichen Ausblick auf den Lago Maggiore, den durch die Flussschotter des Flusses Toce abgetrennten Lago di Mergozzo und den Lago di Orta. ➤



Nach diesen Appetithäppchen sind wir bereit für eine Mehrtagestour, für das Abenteuer Val Grande. Wir starten vom gemütlichen Agriturismo im Valle Loana – einem Tal, durch das die Insubrische Linie verläuft; sie trennt geologisch Nord- und Südalpen. Die Alpe Cartenovo unterhalb des Bivacco Scaredi wird wieder von jungen Äplern bewirtschaftet, ein schönes Zeichen, dass die Tradition der Alpwirtschaft in diesem Tal wieder auflebt und hoffentlich weitergeführt wird. Ein anspruchsvoller Weg führt vom Bivacco über den Cimone di Straolgio auf den Pizzo Stagno, steile Grasflanken und ausgesetzte Gratwege, die an meine heimischen Oberstdorfer Grasberge erinnern.



Zurück am Bivacco Scaredi beginnt für uns die Wildnis. Wir haben genug Proviant und die Biwakausrüstung dabei, als wir vom Biwak völlig alleine aufbrechen zur Cima della Laurasca (2195 m). Der Weg wird steil und schmal, einige Stellen sind mit Ketten gesichert. Die Wasservorräte wabern und blubbern im Rucksack, die Böen des Nordföhns lassen uns auf diesem vegetarischen Schrofengrat eiern wie bei einer Lyskammüberschreitung. Und dann stellen wir am Bivacco Bocchetta di Campo fest, dass es dort eine Quelle, Ofen und Feuerholz gibt – Wasser und Kocher haben wir umsonst hierher geschleppt. Das Tal der Überraschungen. Dafür ist der Ausblick auf knapp 2000 Metern fantastisch: weit hinein in die Ostalpen, die Viertausenderkette von Bernern und Wallisern, fern im Süd-



Die große Weite! Über einem namenlosen See zwischen Bivacco Scaredi und Cima della Laurasca zeigen sich die Walliser Viertausender; hinter dem Bivacco Bocchetta di Campo liegen die oberitalienischen Seen im Dunst. Zur Vorbereitung aufs große Abenteuer eignen sich gemütliche Tagestouren, etwa zum L'Alpone oberhalb Gurro (I.).





## WANDERHOSE NR. 1 IM HÄRTETEST



westen der Monte Viso. In der Dämmerung kommen die Gämsen vorbei, um uns gute Nacht zu wünschen, dann versinken die norditalienischen Seen im Dunkel und die Lichter von Milano leuchten herauf.

Der Morgen übertrifft den Abend noch: Mit seiner strahlenden Ostwand macht der Monte Rosa seinem Namen Ehre, über den Zackenkämmen Richtung Bernina treiben silberglänzende Föhnfische. Unser Vormittagsziel, die Cima Pedum, sieht angsteinflößend steil aus, lässt sich aber ganz gut begehen. Direkt südlich der Cima Pedum beginnt das Kernstück des Parks, die „Reserva Integrale

del Pedum“, für die ein totales Betretungsverbot gilt. Also steigen wir zurück zur Biwakhütte – und als wir an der Wasserstel-

## Wir eiern im Nordföhn über den Grat

le eine rote Markierung finden, erwacht der Entdeckergeist. Die Karte kennt diesen Weg nicht, aber sie zeigt auch keine Abbrüche: Also wagen wir die Querung zwischen den Felswänden – und gelangen, Steinmännern und Trittspuren folgend, tatsächlich zur Alpe Campo di Sopra. Hier

Werden auch Sie zum Härtetester. Jetzt bewerben!



**PASST MIR  
UND ZU MIR**







**WANDERN IM NATIONALPARK VAL GRANDE**

Der Nationalpark Val Grande ist der einzige richtige Wildernesspark in den Alpen. Es gibt dort, zumindest im zentralen Bereich, nur Biwakhütten, keine bewirtschafteten Hütten. Wer also den Park durchqueren oder darin übernachten möchte, muss Essen, Schlafsack und Isomatte mitnehmen. Für die meisten Wege braucht man eine gute Kondition, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

**Tourist-Info:** [parks.it/parco.nazionale.valgrande/Gindex.php](http://parks.it/parco.nazionale.valgrande/Gindex.php)

**Anreise:** Von Domodossola oder Locarno mit der Centovallibahn nach Malesco und mit Taxi oder lokalem Busbetrieb in der Hochsaison in die nördlichen Seitentäler des Val Grande. Zugang von Süden von Domodossola über Verbania.

**Karte:** Schweizer Landeskarte 1:50.000, Blatt 285 Domodossola

**Führer:**

- ▶ Bernhard Herold Thelesklaf: Nationalpark Val Grande, Rotpunktverlag
- ▶ Rolf Platen, Thomas Ruck: Val Grande – Wege in die Einsamkeit. Wiedemann Verlag

finden wir wieder Anschluss an die ursprünglich geplante Route zur Alpe In la Piana, dem zentralen Übernachtungspunkt im Herzen des Val Grande. Wir sind begeistert über unseren einsamen wilden Abstecher; und einmal auf dem Wildernesstrip, biwakieren wir auf einem Felsband oberhalb einer Bachgumpe, auf Gletscherschliffplatten unter dem Sternenhimmel.



Geweckt werden wir von Kuhglocken. Ihre Träger treffen wir bald: Rinder mit riesigen Hörnern und einem gewaltigen Leitbullen verstellen den Weg. Zum Glück versteht er anscheinend den „Allgäuer Treiberbesang“, den ich vor vierzig Jahren in Balder schwang gelernt habe, und die Tiere ziehen ab. Als wir die kleinen Kälber in der Herde sehen, verstehen wir die protektionistische Haltung des Beschützertieres.

Durch verwunschene Buchenwälder und vorbei an moosüberwucherten Wasserfällen schlendern wir hinab zur Alpe Portaiola, wo eine Informationstafel auf Italienisch und Englisch daran erinnert, dass das gefährlichste Tier der Mensch ist. Die italienischen Antifaschisten hatten im unzugänglichen Val Grande die „Repubblica dell'Ossola“ gegründet. Im Juni und Juli 1944 durchkämmte die SS das Gebiet und brachte insgesamt 500 Menschen um – die Wasserkraftwerke des Ossolatals waren wichtig für die norditalienischen Rüstungsbetriebe. Diesem „Rastrellamento“ fielen auch Anlagen der Holzwirtschaft und viele der seit dem 13. Jahrhundert entstandenen Alpsiedlungen zum Opfer. Der Verlust der Infrastruktur und das Trauma der Überlebenden trugen dazu bei, dass nach dem Krieg die Alpwirtschaft im



Val Grande zugrunde ging; die Landschaft blieb sich selbst überlassen.

Bis es Organisationen wie dem WWF und der Sektion Monte Rosa des CAI 1992 gelang, einen „Wilderness Park“ Realität werden zu lassen, der die verwilderte Kulturlandschaft wieder zugänglich machen soll. Reste von alten Alpen und Wegen sind überall vorhanden; ein Teil wurde für touristische Zwecke restauriert, hier und da weiden wieder Rinder- und Ziegenherden. Teile des Parks, wie das Val Pogallo oder die Alpe Scaredi, werden im Sommer und am Wochenende stark frequentiert. Das meiste aber bleibt einsam.





**Viel zu erleben! Am Westgrat der Cima della Laurasca ist man mittendrin in der Wildnis des Nationalparks. Wieder zurück in den Bergdörfern wie Gurro ergeben sich spannende Kontakte mit den Menschen, die den Versuchungen der Abwanderung widerstanden haben.**



fer im Bachbett wieder. Respekt: Die Bergbewohner mussten bei ihrer Arbeit fast täglich hier entlanggehen. Kurz vor der Alpe Vald durchquert der Weg das Bachbett, das zum Baden einlädt. Dann die Enttäuschung: Obwohl die Alpe Vald als Biwak gekennzeichnet ist, sind die Türen verschlossen. Also noch zwei Stunden weiter zum Bivacco Bondolo.

Als wir im Freien kochen wollen, kommen die Kühe der Alpe anmarschiert und versuchen unsere Verpflegung zu fressen. Sie sind so penetrant, dass ich sie mit den Wanderstöcken immer wieder vertreiben muss. Eine für Kühe völlig abnorme Verhaltensweise, die ich in vielen Allgäuer Alp-Feriensommern so nie erlebt habe. Die einzige Erklärung: Fehlgeleitete „Gutmenschen“ haben die armen Tiere gefüttert und auf Käsebrötchen und andere Leckereien konditioniert. Haben die Menschen aus den Ballungsgebieten völlig den Bezug zu Tieren verloren? So werden die Kühe den Alpsommer damit verbringen, Wanderern ihre Biwakkosten streitig zu machen. Und Mäuse und andere Nager kalkulieren die Speisereste der Trekker als festen Menübestandteil ein.

Zusätzlich zum Rinderangriff beginnt nun noch eine Flugameisen-

attacke. Unzählige Tierchen wimmeln auf unseren offenen Nahrungsmitteln. Währenddessen begutachtet meine Begleiterin die Biwakhütte und stellt fest, dass jemand die Türen offen gelassen haben muss: Der Schlafboden ist übersät mit frischen Ziegenbollen und der Geruch hängt voll im Raum. Gegen diese Verschwörung

der Tierwelt haben wir keine Chance: lieber noch mal zwei Stunden marschieren und dafür gut schlafen. Also den steilen Graspfad zur Bocchetta di Cavalla hinauf, dann gemütlich hinab ins Valle Loana, und genau rechtzeitig erreichen wir das nette Agriturismo, wo gerade

feine Pasta und Polenta mit Käse aus dem Tal serviert werden. Wir strecken die Füße unter den Tisch und freuen uns über die Freundlichkeit der Piemonteser. Was deutsche Truppen ihren Vorfahren angeht, ist in ihrem Verhalten nicht mehr zu spüren. Wir sitzen hier als gleichberechtigte Europäer – als Menschen, die sich gegenseitig respektieren.

## Ein Biwak am Bach unter Sternen



**Stefan Neuhauser** lebt im Allgäu und im Durancetal und bietet als Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer auch Kulturwanderungen im Südalpenraum an.  
[bergfuehrer-sn.de](http://bergfuehrer-sn.de)

Doch die neuen Besucher hinterlassen Spuren. Bei den drei Biwakhütten der Alpe In la Piana liegen Matratzen, alte Schlafsäcke, Flaschen und auch Speisereste herum. Kein Wunder, dass es nachts von Nagetieren wimmelt. Eine junge Trekkerin erzählt uns, dass sie sich nicht getraute, das Obergeschoss zu verlassen, weil ihr die lauten Geräusche im Erdgeschoss unheimlich waren. Unser Biwak am Bach war die deutlich bessere Alternative. Heute wollen wir in der Biwakhütte der Alpe Vald übernachten. Der Weg zur Alpe zieht schmal am steilen Berghang entlang. Wer hier daneben tritt, findet sich mindestens hundert Meter tie-





Grünes Küstenland, schroffe Klippen und einsame Sandbuchten – jeder Stopp lohnt sich, um die Aussicht zu genießen.

**Der Fishermen's Trail im Südwesten Portugals führt entlang steiler Klippen, durch artenreiche Dünen und über traumhafte Strände. Die Mehrtagestour ist eine beliebte Variante der „Rota Vicentina“.**

Text und Fotos: [Jonas Kassner](#)

**O**h nein! Schon wieder Sand im Getriebe. Schritt für Schritt haben sich die Schuhe abermals gefüllt. Es knirscht und schabt unangenehm zwischen den Zehen. Hinsetzen, ausleeren – und durchatmen. Es ist ganz schön warm für Ende April und diese Dünenlandschaft kommt einer





Auf dem Fishermen's Trail

# Sand partie

Wüste gleich. Die Strauchgewächse mit ihren bunten Blüten erfreuen zwar das Auge, doch weniger den klebrigen Rest des Körpers. Schatten? Fehlanzeige. Aber der extra angeschaffte Wanderhut erledigt seinen Job. Und überhaupt: Was gibt es eigentlich zu jammern?

Eine Mehrtageswanderung direkt am Meer, das klang verheißend. Die lang ge-

hegten Träume wurden Realität, als sich am Ortsende von Porto Covo die Weite öffnete. Über Holzbohlenwege in Richtung Ozean, im tiefblauen Wasser die pittoreske Ilha de Pessegueiro mit ihrer Festungsrue. Im Norden grüßten noch schemenhaft die Hafenanlagen von Sines. Bye-bye Zivilisation: Unser Weg führt entgegenge-

setzt. Geradezu euphorisch stimmen die ersten Meter auf dem Fishermen's Trail.

Wer einen genussvollen Strandspaziergang erwartet, liegt allerdings falsch. Mit dem Rucksack auf den Schultern und dem klobigen Schuhwerk geht es über den Sand beschwerlich vorwärts. Langsam sammeln sich die Schweißperlen auf der Stirn. Nach ein paar Kilometern staksen wir ächzend hinauf in die Dünen. Die Geräuschkulisse wechselt abrupt, das Grollen des Atlantiks schwillt ab zu einem leisen Rauschen, Vogelgezitscher erfüllt die Luft. In die Nase steigen Gerüche zwischen Kräuterküche, Parfümerie und Fischmarkt. Die Dünen sind Heimat teils en-



**ROTA VICENTINA**

Die Rota Vicentina bietet zwei Weitwanderwege und mehrere Tagestouren. Der Fishermen's Trail führt in 4 Etappen und zusätzlichen Schleifen über 125 km, der Historical Trail in 12 Etappen über 230 km.

**Wandersaison:** September bis Juni

**Infos:** [rotavicentina.com](http://rotavicentina.com)

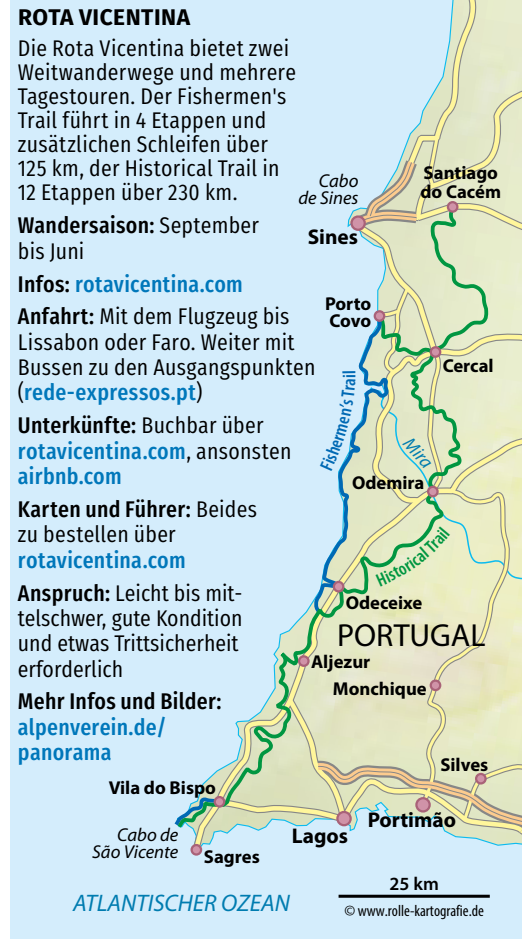
**Anfahrt:** Mit dem Flugzeug bis Lissabon oder Faro. Weiter mit Bussen zu den Ausgangspunkten ([rede-expressos.pt](http://rede-expressos.pt))

**Unterkünfte:** Buchbar über [rotavicentina.com](http://rotavicentina.com), ansonsten [airbnb.com](http://airbnb.com)

**Karten und Führer:** Beides zu bestellen über [rotavicentina.com](http://rotavicentina.com)

**Anspruch:** Leicht bis mittelschwer, gute Kondition und etwas Trittsicherheit erforderlich

**Mehr Infos und Bilder:** [alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama)



demischer Pflanzenarten, die Klippen Brutstätten zahlreicher Vögel. Hier und da weisen Schilder geschützte Bereiche aus. Wie viele Menschen verträgt diese fragile Landschaft? „Wir sind schon fast am Limit“, schätzt Marta Cabral, Managerin und Initiatorin der Rota Vicentina. „2017 waren 23.000 Wanderer unterwegs, die meisten davon auf dem Fishermen's Trail.“

Das Projekt Rota Vicentina startete im Jahr 2011 mit dem Ziel, in der wenig erschlossenen Region im Südwesten Alentejos naturschonende Angebote für Touristen zu entwickeln. Die Einnahmen sollten den hier lebenden Menschen zugute kommen. Der Fishermen's Trail wurde quasi als „Appetitmacher“ eingerichtet und gewann schnell an Popularität. Dass der Weg so viele Fans hat, überrascht keinesfalls. Der wilde Atlantik und die unverbautete Küste mit ihrem Artenreichtum lassen jedes naturverbundene Herz höherschlagen. Wer wahre Einsamkeit sucht, für den

gibt es Alternativen. Nur etwa zehn Prozent der Wanderer nehmen den „Historical Trail“ in Angriff. Er verläuft durchs hügelige Hinterland, über Felder, durch Korkeichenhaine, vorbei an Flüssen, Schluchten und verträumten Dörfern.

Beide Wege, nebst einigen Tagestouren, führen durch den Parque Natural do Sudoeste Alentejano Costa Vicentina. „Es war schwierig, die Leute davon zu überzeugen, dass der Naturpark die wirtschaftliche Entwicklung nicht bremst, sondern dass jeder von ihm profitieren kann“, erzählt Marta. Doch der Wind drehte sich. Die lokale Wirtschaft florierte dank der Rota Vicentina sogar während der jüngsten Krise Portugals. Für die kommenden Jahre bleibt die Hoffnung, dass auch der Historical Trail mehr Besucher anziehen wird. Zumal dieser sogar mit dem Mountainbike befahren werden kann. Das erlauben die empfindlichen Pfade des Küstenwegs nicht. Viel Mühe wurde auf deren Markierung ver-





## Rota Vicentina

wendet: Holzpfähle mit einer blauen und einer grünen Linie fügen sich harmonisch ins Farbspektrum ein. Die Wartung übernehmen Freiwillige. Das Büro der Rota Vicentina lädt regelmäßig zu „Maintenance Hikes“ ein. Und die Pläne gehen weiter: Im Frühjahr 2019 wird an der Südwestspitze Portugals eine neue Sektion des Fishermen's Trail eröffnet. Durch die Auszeichnung sollen insbesondere sensible Bereiche an der Algarve geschützt werden, in denen bereits Wanderer unterwegs sind.

Wie der Name sagt, verläuft der Fishermen's Trail über Wege, die Angler hinab zum Meer nutzen. Fischfang ist immer noch fester Bestandteil der hiesigen Kultur – weniger aus ökonomischen Gründen als aus Tradition. In kleinen Hafengebieten locken die gedeckten

Tische vor den Restaurants. Der Speiseplan des Wanderers sieht bereits mittags gegrillten Fisch vom Tagesfang, Oktopus oder Muscheln vor, als Beilage frittierte Süßkartoffeln. Selig kauend, schweift der Blick über die im Wasser schaukelnden Boote.

Bei Vila Nova de Milfontes setzt die Kapitänin Maria Besucher über die breite Mündung des Rio Mira. Tuckernd nähert

## Links das Blütenmeer, rechts die blaue Weite

sich der blumenbemalte Kahn dem Steg unterhalb der alten Burg. Eine kläffende Promenadenmischung hüpf von Bord und wacht mit großem Eifer über den geordneten Ab-

lauf des Einstiegs. Maria setzt uns am Praia das Furnas ab. Über den Strand und schließlich durch Buschland, entlang an Feldern und durch herrliche Dünen erreicht man Almogrove. Südlich des Dorfes wird die Szenerie immer wilder. Mehr als hundert Meter erheben sich die Klippen über dem Meer, an deren Rand sich der schmale Pfad klammert. Links das Blütenmeer, rechts die blaue Weite. Unten locken Buchten mit goldenem Sand und türkisfarbenem Wasser. Viele sind unzugänglich, aber hier und da schlängeln sich schwundelige Steige hinunter. Das Spät-

An der Küste setzt die Mittagsblume farbige Akzente (M.), im Inland geht es entlang mohnblumengesäumter Felder (l.). Sand findet sich überall – auch gerne in den Schuhen (r.).



**bittl**  
sport-bittl.com

FÜR ALLE, DIE  
**GERNE IHRE ZEIT**  
**VERPULVERN,**  
GEBEN WIR ALLES



729,95 €\*  
**298,00 €**  
MIT ONLINECODE  
**MANTRA18PA**

**VÖLKL**  
**Mantra 17/18**

Art.Nr.: 714615328570

Multi Layer Woodcore,  
P-Tex 2100,  
Full Titanal,  
Moderate Taper,  
Full Sidewall



Auslaufmodell

Über 500 weitere Alpin-/Free- und Tourenski findest Du unter [www.sport-bittl.com](http://www.sport-bittl.com)

\* = unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers





**Nah am Wasser gebaut: Die Wege durch die sensible Küstenlandschaft sind stilecht bezeichnet und wurden sorgfältig angelegt – zur Freude der Wanderer über weite Strecken direkt am Klippenrand.**

dunkle Wolken auf? Die Lizenzen sind verkauft, die Pläne liegen auf dem Tisch: Fünfzig Kilometer vor der Küste könnten bald Ölbohrinseln gebaut werden. Die Folgen für den Nationalpark wären dramatisch. „Das Thema wird im Dunkeln verhandelt“, erzählt Marta. „Auch deshalb regt sich kaum Widerstand in der Bevölkerung. Alle verharren und wollen es nicht wahrhaben.“

Am Ufer des Flusses heißt es raus aus den Hosen. Das hüfthohe Wasser erlaubt eine Abkürzung zum Strand. Zwischen lässigen Surfern und Sonnenbadenden im knappen Dress kommen wir uns in unserer Wanderkluft reichlich deplatziert vor. Zeit für einen Szenenwechsel: Es wartet eine Etappe auf dem Historical Trail. Von Odeceixe Richtung Süden geht es über Farmland entlang eines Bewässerungskanales – zwar kein schmuckes Viadukt, aber in dem glasklaren Wasser tummeln sich Frösche, Wasserschlangen und sogar eine Schildkröte. Ab und zu schiebt sich im Westen ein blauer Streifen Ozean ins Bild. In Aljezur nimmt uns die Altstadt mit ihren engen kopfsteingepflasterten Gassen gefangen. Darüber thront eine maurische Burgruine. Die abendliche Einkehr im Restaurant Pont' a Pé versteht sich von selbst. Bei Süßkartoffelkuchen und einem hervorragenden Wein aus dem Alentejo fällt der Abschied besonders schwer. Schon jetzt vermissen wir den knirschen-den Sand zwischen den Zehen.



**Jonas Kassner**, Online-Redakteur beim DAV, fliegt nicht gern. Aber wenn es mal sein muss, dann sollte es sich so sehr lohnen wie dieses Mal.

nachmittagslicht bringt die Ockertöne im Gestein zum Leuchten. Abgelagerte Sedimentschichten zeichnen Strukturen in die Felsen, manche sehen aus, als seien sie fein

Felstürmen brüten Störche friedlich inmitten der tosenden Brandung. Wir stapfen mit durchgewalkten Waden durch rostroten Sand. Irgendwann zweigt der Weg ab in einen Pinienwald und die nächste Unterkunft auf einem Pferdehof ist nicht mehr fern.

Bevor wir am nächsten Tag ins Inland schwenken, öffnet sich oberhalb der Mündung des Seixes noch einmal ein erhabenes Pa-

norama. Richtung Süden reihen sich schier endlos Steilklippen aneinander, unter uns liegt der belebte Praia de Odeceixe. Schließlich bleibt der Blick am Horizont haften. Ziehen bald

## Über der tosenden Brandung brüten Störche

säuberlich gestapelt. Durch grün überwucherte Klippen plätschern kleine Wasserfälle. Schwalbennester kleben an überhängenden Dächern, und auf frei stehenden



# Panorama promotion

## Unberührte Schönheit

Mit Hurtigruten nach Grönland, Neufundland und Labrador



**FÜR ALLE  
BERGSPORT-  
BEGEISTERTEN**  
Auf den folgenden Seiten  
finden Sie attraktive Produkte,  
Reiseangebote und  
Kleinanzeigen unserer  
Kunden



**Nachhaltig innovativ**  
Komplexe Arbeit an funktioneller Bekleidung, das ist der Reparaturservice von Schöffel



**Skischuh-Revolution**  
Ein einziger Hebel macht den Wechsel zwischen Abfahrt und Aufstieg kinderleicht möglich



**Nationalpark Hohe Tauern**  
Faszinierend und magisch sind die nächtlichen Vollmond-touren auf Schneeschuhen

Foto: Andrea Klausner



Unberührte Schönheit

# Grönland, Neufundland und Labrador



SPEZIALPREIS  
FÜR DAV-  
PANORAMA-  
LESER

*Diese Hurtigruten Expeditionsreise führt durch unberührte Landschaften entlang der Küsten Grönlands, Neufundlands und Labradors. Umgeben von der rauen Schönheit der Natur erleben die Reisenden echten Entdeckergeist in Begleitung eines erfahrenen Expeditionsteams. Einzigartige Nationalparks, Wanderungen durch atemberaubende Landschaften und farbenfrohe Fischerdörfer stehen auf dem Programm.*

Die Landschaften Grönlands sind überaus facettenreich, ungezähmt und wild. Von der mächtigen Eiskappe im Inland über felsige Küste, gigantische Fjorde und die Weite des Graslandes – dies alles sind unberührte Schönheiten. Gerade weil die Besiedlung durch Menschen in den meisten Gegenden Grönlands sehr spärlich ausfällt, ist die Tierwelt umso reicher und vielfältiger. Die wenigen Siedlungen der Inuit strahlen eine ungeheure Wärme und Gastfreundschaft aus, obwohl Besuche hier selten sind. Farbenfrohe Holzhäuser in den Fischerdörfern und ehemalige Wikingersiedlungen sind eine interessante Abwechslung zu Wanderungen, die durch Gebiete führen, die scheinbar noch kein Mensch betreten hat.

Auch Neufundland hat neben unberührter Natur und umwerfend schönen Nationalparks viel zu bieten. Zahlreiche Museen, Stätten archäologischer Funde und Überbleibsel aus Zeiten der Walfänger geben Auskunft über die bewegte Geschichte des Landes. Neben Gewässern voller Eisberge und Meeressäuger sind Wälder mit der wahrscheinlich höchsten Dichte an Elchen und Waldkaribus weltweit ebenso zu entdecken wie Überreste von Tranöfen, Walfischknochen und der Nachbau eines Wikingerlagers.

Den wahren Charakter des Küstenlebens in Labrador verkörpert der Küstenort Red Bay. In dem ehemaligen Zentrum baskischer Walfänger findet man bis heute die Reste von Galeonen und Schaluppen, die die Seeleute vor

über vierhundert Jahren auf ihren gefährlichen, Monate dauernden Fahrten über den Atlantik nutzten. Mehrere ausführlich beschilderte Wanderwege bringen einem nicht nur die Natur dieses Landes näher, sondern erzählen ebenso Geschichten aus der Zeit des Wohlstands und der Abenteuer.

#### Mit der MS Fram auf Entdeckerkurs

Die ursprüngliche Fram war einst eines der berühmtesten Expeditionsschiffe seiner Zeit. Von 1893 bis 1912 nutzten die norwegischen Entdecker Fridtjof Nansen und Roald Amundsen die Fram für ihre Arktis- und Antarktisexpeditionen. Das Hurtigruten-Expeditionsschiff Fram ist für die Polarregionen ideal ausgestattet. Dank seiner Größe kann es, anders als gewöhnliche Kreuzfahrtschiffe, problemlos zwischen kleinen Inseln und Eis-





Die grönländische Nationaltracht wird zu besonders festlichen Gelegenheiten und auf Familienfeiern getragen. Je mehr Perlen eingestickt sind, desto höher ist das Ansehen der Frau.

schollen navigieren. Diese Wendigkeit ist eine Grundvoraussetzung, um Grönlands eisige Gewässer sicher zu durchfahren. Die Innenräume und ihre modern-klassische Einrichtung wurden in Anlehnung an Grönland entworfen. Himmel, Land und See spiegeln sich im Design der Kabinen und den übrigen Räumen des Schiffes wider. Das Expeditionsteam hält unterwegs interessante Vorträge an Bord und bietet begleitete Wanderungen und Exkursionen an Land.

#### Verlauf der Reise

Die Seereise beginnt nach der Flugreise in Kangerlussuaq, dem Land der kolossalen Eisberge, langgezogenen Fjorde und der Heimat einer unglaublich vielfältigen Tierwelt. Nach dem Ablegen navigiert die MS Fram in Richtung Süden nach Maniitsoq. Auf der Fahrt entlang der Westküste Grönlands liegen majestätische Fjordsysteme und zahlreiche bunte Siedlungen der Inuit auf dem Weg. Höhepunkte auf dieser Strecke sind unter anderem eine Kajaktour vor der beeindruckenden Kulisse des Ewigkeitsfjords und ein Besuch der malerischen historischen Gebäude in Nuuk, Grönlands ältester Stadt. In der verlassen Bergbau-Siedlung Ivittuut lassen sich Moschusochsen beobachten, und auf Uunartoq laden natürliche heiße Quellen zum Baden ein. Auf der Weiterfahrt über den Nordatlantik kann man von Deck aus vorbeist

Mit Tenderbooten von MS Fram können Sie die Küste von Grönland, Neufundland und Labrador noch intensiver kennenlernen.

#### DIE REISEROUTE

- 12.9.19: Flug ab Deutschland über Kopenhagen nach Kangerlussuaq, Einschiffung
- 13.9.19: Expeditionstag entlang der grönländischen Küste
- 14.9.19: Kapisillit
- 15.9.19: Nuuk
- 16.9.19: Ivittuut
- 17.9.19: Uunartoq und Hvalsey
- 18.9.19: Qassarsuk
- 19.9.19: Auf See
- 20.9.19: Auf See
- 21.9.19: St. Anthony
- 22.9.19: Red Bay
- 23.9.19: Bonne Bay
- 24.9.19: Bonne Bay
- 25.9.19: St. Pierre und Miquelon
- 26.9.19: St. John's, Ausschiffung, Rückflug nach Deutschland

Weitere Informationen siehe nächste Seite

treibende Eisberge, Seevögel und mit etwas Glück auch Wale sehen. Angekommen in Neufundland, beeindruckt die ungezähmte Schönheit und die Ursprünglichkeit der Natur. Unberührte Täler und seenreiche Berge, in denen sich Elche und Wildkaribus ebenso wie der gewaltige Schwarzbär, Kojoten, Wölfe und Schneehasen tummeln, erstrecken sich direkt angrenzend an geschichtsträchtige Siedlungen. Zeugnisse früherer Walfangaktivitäten verschaffen Einblicke in längst vergangene Zeiten. Im Gros Morne National Park an der Bonne Bay finden sich neben bizarren Felsengebilden auch kleine Küstengemeinden mit viel Kultur und langer Tradition in Fischfang und Holzwirtschaft. Bevor die Reise in St. John's in Kanada endet, locken in St. Pierre und Miquelon noch eine Portion französisches Lebensgefühl und dazu die Leckereien aus der Pâtisserie Guillard Gourmandise.

#### Eine Reise für wahre Entdecker

Abenteuer jenseits ausgetretener Pfade – das ist die Seele dieser Hurtigruten-Expedition. Unvergleichliche Erfahrungen in der rauen und doch wunderschönen Natur Grönlands und Neufundlands und die Entdeckung einzigartiger Kulturen erwarten die Reisenden. Eine Mischung, die diese Reise so unglaublich interessant und vielfältig macht.

Bitte blättern Sie um >>





# Grönland, Neufundland, Labrador – unberührte Schönheiten und Nationalparks



Foto: Hurtigruten/Thomas Mauch

## 15 Tage Expeditionsreise inkl. Flug

Die Anmeldung läuft unkompliziert über eine ausschließlich für DAV Panorama geschaltete Telefonnummer. Nennen Sie einfach das Stichwort „DAV Panorama“ und Ihre persönlichen Daten. **Das Besondere:** Reisen Sie in der Garantiekabine und sparen Sie als Leser der DAV Panorama mindestens 3300 Euro gegenüber dem aktuell verfügbaren Preis auf hurtigruten.de.

### Eingeschlossene Leistungen:

- > Hurtigruten Expeditions-Seereise in der gebuchten Garantie-Kabinenkategorie inklusive Vollpension an Bord
- > Flug von Deutschland nach Kangerlussuaq und zurück von St. John's
- > Flughafen- und Sicherheitsgebühren sowie Luftverkehrssteuer
- > Transfer in Kangerlussuaq und St. John's
- > Hurtigruten Rail & Fly 2. Klasse innerhalb Deutschlands
- > Wind- und regenabweisende Jacke
- > Anlandungen mit bordeigenen Tenderbooten
- > Erfahrenes deutsch-/englischsprachiges Expeditionsteam, das auch Vorträge hält
- > Tee, Kaffee und Trinkwasser in Karaffen zu den Mahlzeiten



**JETZT BUCHEN!**

Bei Ihrem Experten-Team:  
**040/87 40 96 62**  
 (Stichwort: DAV Panorama)  
 Mo.-Fr.: 8.30–20.00,  
 Sa.: 9.00–18.30,  
 So.: 10.00–18.30  
[hurtigruten.de/dav](http://hurtigruten.de/dav)  
 Veranstalter dieser Reise ist die Hurtigruten GmbH, Große Bleichen 23, 20354 Hamburg.

### Mit Garantiekabinen sparen

Sie überlassen uns die Wahl Ihrer Kabinenummer, die Sie bei Einschiffung erfahren. Die hier aufgeführten Preise sind bereits reduziert.

### Hinweise:

- > Preise in Euro pro Person
- > Limitiertes Kontingent
- > Buchbar bis zum 22.1.2019. Ist das Kontingent erschöpft, gilt der aktuell verfügbare Preis auf hurtigruten.de
- > Alle geplanten Änderungen sind abhängig von den Wetterbedingungen.
- > Nicht geeignet für Gäste mit eingeschränkter Mobilität
- > Änderungen vorbehalten

15 Tage Expeditionsreise mit MS Fram				Ab € 5.990 pro Person
Abfahrtstermin	Kabine	Garantie-Innenkabine	Garantie-Außenkabine*	Garantie-Außenkabine Superior
12.9. - 26.9.2019	Doppelbelegung	€ 5.990,- <del>ab € 9.297,-</del>	€ 6.990,- <del>ab € 10.410,-</del>	€ 7.990,- <del>ab € 11.746,-</del>
	Einzelbelegung	€ 8.990,- <del>ab € 14.861,-</del>	€ 10.490,- <del>ab € 16.809,-</del>	€ 11.490,- <del>ab € 19.146,-</del>

\* teilweise eingeschränkte Sicht



## Skitouren und Schneeschuhwanderungen Naturverträglich auf Tour

Ob in stäubendem Pulver auf Skitour oder gemütlich mit Schneeschuhen – die Skitouren- und Schneeschuhführer von Rother mit dem DAV-Gütesiegel „Natürlich auf Tour“ machen umweltverträgliche Winterfreuden möglich. Alle Tourenverläufe sind geprüft und auf die Empfehlungen des Projektes „Skibergsteigen umweltfreundlich“ des Deutschen Alpenvereins abgestimmt. Für Anfänger und Genießer unter den Skitourengehern bieten die Allgäuer Alpen herrliche Abfahrten auf ausgedehnten Wiesen und gemäßigten Hängen. Steiler, felsiger und anspruchsvoller wird es in den Lechtaler Alpen. Der aktuelle Rother Skitourenführer „Allgäuer Alpen und Lechtal“ stellt fünfzig der schönsten Touren in der Region vor. Auch auf Schneeschuhen kann man das winterliche Weiß wunderbar genießen. Der neue Rother Schneeschuhführer „Schwarzwald“ beschreibt 49 ausgewählte Touren für Anfänger wie Fortgeschrittene. Für alle Touren sind Anforderungen und Wegverlauf genauestens beschrieben. Dazu gibt es alle wichtigen Infos zu Hangausrichtung, Lawinengefährdung, Höhenmetern, Zeitangaben, zum Routenverlauf mittels Kartenausschnitt sowie Infos zu öffentlichen Verkehrsmitteln und Einkehrmöglichkeiten. Kompakt und übersichtlich informiert der Schneeschuhführer zudem über Anreise und Naturschutz. GPS-Daten stehen zum Download bereit. Die Skitouren- und Schneeschuhführer von Rother gibt es auch für viele weitere Regionen.



Info: [rother.de](http://rother.de)

## CROSS COUNTRY SKI HOLIDAYS

### Der neue Katalog ist da!

Der Katalog für die Langlauf- und Skitouren-Saison 2018/19 von Cross Country Ski Holidays liegt druckfrisch zur Auslieferung bereit. 27 Hotels und 17 Regionen in Österreich, Deutschland und Italien präsentieren sich darin mit ihren spezifischen Leistungen. Neben dem Langlaufsport erhält auch das Skitouren-Thema eine immer stärkere Gewichtung. Die Regionen und Hotels, die sich unter dem Namen Cross Country Ski Holidays zusammengetan haben, haben ihre Leistungen und Angebote auf Gäste spezialisiert, die Wintersport gerne abseits der Skipisten betreiben. Alle Betriebe und Destinationen müssen strenge Kriterien erfüllen. Regelmäßige Kontrollen dieser Kriterien garantieren einen hohen Standard. Besonders stolz ist Cross Country Ski Holidays auf seine neuen Mitgliedsregionen. Das mit Dreitausendern übersäte Osttirol und Kötschach-Mauthen im Lesachtal, das als „naturbelastetstes Tal Europas“ ausgezeichnet wurde, präsentieren sich als Skitouren-Regionen. Die schneesichere Fuschlseeregion im Salzkammergut hat sowohl für Langläufer als auch Skitourengeher so einiges zu bieten.

**Katalog anfordern unter:** [langlauf-urlaub.com](http://langlauf-urlaub.com),  
[skitouren-urlaub.com](http://skitouren-urlaub.com)



Foto: Fischer Sports GmbH

## Nationalpark Hohe Tauern Zauber der Nacht

Faszinierend und magisch sind nächtliche Vollmondtouren auf Schneeschuhen. Die Schneekristalle funkeln und glitzern im Mondschein. Die weiße Pracht dämpft alle Geräusche. Die Stille der Nacht wirkt noch stärker, und die Sinne sind geschärft.



Kosten pro Person: 17 Euro – Schneeschuhe sind im Preis enthalten!

Termine jeweils um 19.00 Uhr:

- So 20.1.19 Parkplatz Dorfertal, Kals a. G.
- Mo 21.1.19 Nationalparkhaus Matrei i. O.,  
Tourismusinformation St. Jakob i. D.
- Mo 18.2.19 Nationalparkhaus Matrei i. O.,  
Tourismusinformation St. Jakob i. D.
- Di 19.2.19 Parkplatz Dorfertal, Kals a. G.
- Mi 20.3.19 Nationalparkhaus Matrei i. O.,  
Tourismusinformation St. Jakob i. D.
- Do 21.3.19 Parkplatz Dorfertal, Kals a. G.

**Info und Anmeldung:** +43 4875 5161 10,  
[nationalparkservice.tirol@hohetauern.at](mailto:nationalparkservice.tirol@hohetauern.at)



# Winter ahoi!

Wohltuendes und Wärmendes gegen Husten, zur Erfrischung, zur Stärkung oder zum Entspannen. All diese Dinge fördern die Aktivität und erhöhen das Wohlbefinden. Hier finden Sie eine kleine Auswahl an entsprechenden Präparaten und Hilfsmitteln.

## Kneipp®-Wärmepflaster

### SCHMERZLINDERUNG BEI MUSKEL- UND GELENKBESCHWERDEN

Das Wärmepflaster von Kneipp® passt sich unterschiedlichen Körperstellen an und ist daher für vielfältige Anwendungsbereiche geeignet, etwa an Schulter, Rücken, Nacken, an der Hüfte oder auch am Unterleib. Nach ungefähr 30 Minuten tritt eine angenehme Wärmeentwicklung ein, die acht Stunden anhält. Die therapeutische Tiefenwärme lindert Schmerzen durch einfache und praktische Wärmeanwendung für Körper und Gelenke. Das Pflaster ist frei von Arzneistoffen, gut verträglich, frei von Latex und dermatologisch getestet. Garantiert komfortable Fixierung, für einmalige Sofortanwendung, zu Hause und unterwegs.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 5,99 (2 Stück), kneipp.de



## Magnesium-Diasporal 400 Extra

### FÜR AKTIVE MENSCHEN UND SPORTLER

Egal ob Sie gerne wandern, sich intensiv der Gartenarbeit widmen, regelmäßig joggen oder für einen Marathon trainieren – durch Muskelaktivität und vermehrtes Schwitzen verbrauchen Sie viel Magnesium, das über Nahrungsergänzungsmittel ersetzt werden sollte. Denn bei Sportlern kann sich der tägliche Magnesiumbedarf sogar verdoppeln oder verdreifachen. Ein passendes Präparat für die schnelle Magnesiumversorgung ist zum Beispiel das hochdosierte Magnesium-Diasporal 400 Extra direkt. Es ist einfach, direkt und praktisch in der Einnahme.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 10,35 (20 Stück), diasporal.de



## Salus® Griechischer Bergtee

### VON DER SONNE GEKÜSST

Am Fuß des Olymps ist ein besonderes Teekraut angesiedelt: der Griechische Bergtee. Bereits seit Jahrtausenden schätzen die Griechen ihn für seinen Geschmack und seine wohltuende Wirkung. Die Sorte Sideritis scardica enthält neben ätherischen Ölen zahlreiche weitere sekundäre Pflanzenstoffe wie Flavonoide und Gerbstoffe, die unter anderem für das Aroma und den mild-würzigen Geschmack verantwortlich sind. Der Tee lässt sich sehr gut mit Honig, Zimt oder Zitronensaft verfeinern und verspricht so einen besonderen Genuss. Erhältlich in der Apotheke, im Reformhaus oder im Naturkosthandel.

**PREISEMPFEHLUNG UND INFO:** € 4,95, salus.de



## algovir

### SCHUTZ VOR ERKÄLTUNGSVIREN

Erkältungen zählen zu den Virus-erkrankungen, die uns im Leben am häufigsten zu schaffen machen. Höchste Zeit, daran etwas zu ändern: mit algovir – der Innovation gegen Erkältungsviren, erhältlich in der Apotheke. Rechtzeitig bei den ersten Anzeichen

einer Erkältung eingesetzt, kann das Erkältungsspray zur Anwendung in der Nase den Ausbruch des Infekts häufig verhindern, weil algovir die Viren vor dem Eindringen in den Körper abfängt. Klinische Studien zeigen, dass langwierige und schwere Verläufe der Krankheit so den Betroffenen erspart werden können. Das Erkältungsspray algovir ist für Schwangere, Stillende und Kinder ab einem Jahr geeignet.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 10,95 (20 ml), hermes-arzneimittel.de

## Dreifache Wärme für Sportler

### MIT SPORT LAVIT FIT UND AGIL DURCH ALLE TRAININGSPHASEN

Auch bei kaltem Wetter wollen viele Sportler die Trainingseinheiten auf der Laufstrecke, dem Rad oder beim Teamsport im Freien starten. Sport Lavit bietet für alle, die in der kalten Jahreszeit aktiv sein wollen, die richtigen Produkte zum Wärmen: die Prophylaxe vor dem Sport, die intensive Wärme zwischendurch und die wohltuende Entspannung danach.

**PREISEMPFEHLUNG:**

ab € 5,95, sport-lavit.de





# Nachhaltig erfolgreich!

Umwelt- und Ressourcenschonung ist ein Qualitätsmerkmal, das immer wichtiger wird. Gute Ideen sind dabei gefragt. Hier eine Auswahl nachhaltiger Erfolgsgeschichten.

## LÖFFLER

### Mit Verantwortung hergestellt

Das Streben nach Funktionalität und Spitzenqualität kombiniert die Firma Löffler mit verantwortungsvoller, nachhaltiger Produktion in Österreich. Das Unternehmen achtet dabei auf hohe ökologische und soziale Standards. Zukaufteile bezieht Löffler von Lieferanten aus Europa. Ausschließlich gesundheitlich einwandfreie, schadstofffreie Materialien und umweltfreundliche Produktionsprozesse werden für die Produktion verwendet. Geprüft und bestätigt durch den Oeko-Tex®-Standard 100 und die Oeko-Tex®-StEP-Zertifizierung für nachhaltige Textilproduktion. Soziale Verantwortung als Arbeitgeber ist dem Unternehmen ebenso wichtig wie eine ressourcenschonende Produktion und langlebige, qualitativ hochwertige Produkte. Ein Beispiel ist die Löffler Funktionsunterwäsche transtex®. Hochwertige Textilfasern der neuesten Generation sorgen für langlebige Qualität und sind vollkommen schadstofffrei. Eine einzigartige Stricktechnik, die über vierzig Jahre hinweg ständig perfektioniert wurde, ermöglicht den für perfekten

Schweißtransport notwendigen Kapillareffekt. Hinzu kommen eine körpernahe Passform, maximale Bewegungsfreiheit und optimal positionierte Flachnähte ohne Scheuergefahr. Die Funktionsunterwäsche Set Lang Transtex® Warm Hybrid gibt es in verschiedenen Farben und Größen (Damen: 32/34-44/46, Herren: 46/48-58/60).

**PREISEMPFEHLUNG:**  
€ 129,99, loeffler.at



## NIKWAX

### Mehr als nur eine Imprägniermittelmarke

Umweltverantwortung spielt für Nikwax eine große Rolle. Von zentraler Bedeutung ist, die Umweltauswirkungen minimal zu halten, denn nur so kann die Natur jetzt und für die nachfolgenden Generationen bewahrt werden. So ist die umweltfreundliche Imprägnierformel von Nikwax wasserbasierend, nicht-umweltpersistent, lösungsmittelfrei und nicht entzündlich. Umweltschutzorganisationen auf der ganzen Welt werden von Nikwax unterstützt, ebenso die EOCA (European Outdoor Conservation Association). Seit ihrer Gründung im Jahr 2006 hat dieser Zusammenschluss von Outdoor-Unternehmen mehr als 100 Umweltschutzprojekte weltweit finanziert und dabei 2,4 Millionen Euro in den Schutz natürlicher Lebensräume, der Tierwelt und der Natur investiert. Außerdem hat Nikwax diesen Sommer drei Athleten für die Challenge #DoMoreWithNikwax ins Boot geholt. Die Sportler fuhren in 21 Tagen insgesamt 7000 Kilometer auf dem Rad, legten 7000 Meter zu Fuß zurück und campierten in zehn europäischen Ländern. Die Sommer-Challenge zeigt, was man draußen alles machen kann, und dass man die Umwelt immer im Blick haben sollte. Nikwax hat seit der Firmengründung vor mehr als vierzig Jahren sämtliche CO<sub>2</sub>-Emissionen ausgeglichen und arbeitet somit klimaneutral. Die Produkte des Unternehmens verlängern die Lebensdauer jeder Ausrüstung. So leisten auch die Kunden einen wertvollen Beitrag zur Ressourcenschonung durch Reduzierung des Eigenkonsums.

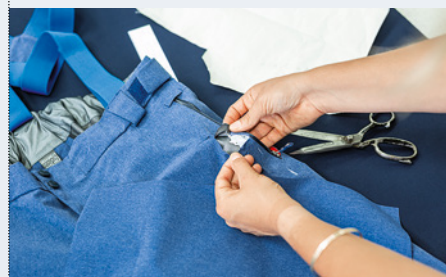
INFO: nikwax.com



## SCHÖFFEL

### Die Service Factory

Was tun, wenn die Lieblingsjacke, die einen auf so vielen schönen Touren begleitet hat, ihre Funktion nicht mehr zur vollen Zufriedenheit erfüllt? Austauschen? – Nein! Reparieren lassen! Schöffel zum Beispiel bietet mit der Service Factory einen hochwertigen Reparaturservice an: Dabei fließt das umfassende Verarbeitungswissen direkt in den Service ein. Die Kunden können sicher sein, dass ihr Kleidungsstück auf höchstem Niveau und mit modernsten Techniken ausgebessert wird und die volle Funktion wieder gewährleistet ist. Dabei handelt es sich um komplexe Arbeiten an funktioneller Bekleidung, die über das klassische Nähen hinausgehen. Das beinhaltet beispielsweise eine Dichtigkeitsmessung oder das Schweißen von wasserdichten Nähten. Für eine vielfach bessere und anhaltende Imprägnierung, als für den Kunden zu Hause machbar, arbeitet Schöffel mit einem Experten zusammen. Eine hochwertige und richtige Imprägnie-



rung ist ausschlaggebend für die Performance und Langlebigkeit der Bekleidung. Dabei werden alle Produkte PFC-frei imprägniert. Generell ist das Thema Pflege sehr wichtig. Wer sein Kleidungsstück richtig pflegt, wird lange Freude daran haben. Professionelle Reinigung zählt ebenso zum Angebot von Schöffel. Die Service Factory ergänzt die qualitativ hochwertigen Produkte um einen 360-Grad-Service und verlängert so die Einsatzdauer. Das ist nachhaltig und umweltschonend. Das Lieblingsstück kann einen anschließend noch auf viele weitere Touren begleiten. Einen echten Mehrwert bietet die Änderungsschneiderei, die auch spezielle Passformwünsche ermöglicht.

MEHR UNTER: schoeffel.de/service/kundenservice





## Staatl. Fachingen

### FÜR DIE INNERE BALANCE

Stress und Hektik, ungesundes Essen und wenig Bewegung fordern den Körper und führen oft zu einem unausgeglichene Säure-Basen-Haushalt. Staatl. Fachingen, das Premium-Wasser aus der berühmten Quelle an der Lahn, unterstützt dank seiner ausgewogenen Mineralisation und seinem natürlich hohen Gehalt an Hydrogencarbonat (1846 Milligramm pro Liter) das persönliche Wohlbefinden. Es regt den Stoffwechsel an und fördert so die innere Balance. In Kombination mit gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung trägt das Mineralwasser dazu bei, ein stabiles körperliches Gleichgewicht zu finden.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 0,73 (0,75 Liter), fachingen.de

## Ascent 40/38 S Avabag

### DER LAWINENRUCKSACK FÜR LANGE SKITOUREN

Entwickelt für mehrtägige Skitouren und anspruchsvolle Skidurchquerungen: Mit dem neuen Ascent 40/38 S Avabag vervollständigt Ortovox die leichte Avabag-Skitourenreihe. Auch bei der größeren Variante geht es primär um Sicherheit. Der technische Lawinen-Airbag-Rucksack für mehrtägige Skitouren und Skidurchquerungen ist abgestimmt auf das extrem leichte Avabag-System und bietet mit 40 und 38 Litern sowie drei Innentaschen genügend Stauraum.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 720,-, ortovox.com



## Lawinenrettung

### PIEPS PRO BT UND POWDER BT

Mit dem Pro BT und dem Powder BT präsentiert Technologieführer Pieps zwei voll-digitale 3-Antennen-LVS-Geräte mit maximaler Leistungsfähigkeit und einfachster Bedienung. Das große, beleuchtete Display sorgt für gute Lesbarkeit, und die Vibration beim Erstempfang hilft dem Retter zusätzlich. Die Markierfunktion unterstützt bei Mehrfachverschüttung durch Deaktivierung des stärksten empfangenen Signals. Bei Störung der Sendeantenne durch elektronische Geräte oder Metall erfolgt eine automatische Umschaltung auf die andere Antenne (Interference protection). Pieps Pro BT und Powder BT sind mit Bluetooth ausgestattet.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 400,- (Pro BT), 300,- € (Powder BT), pieps.com



## Einfach mal verreisen ...

### MIT DEN ULTRALEICHTEN VON EVONELL

Die wichtigsten Eigenschaften bei Handtüchern für den Sport-, Freizeit- und Outdoorbereich sind: ultraleicht, geringes Packmaß, schnelle und hohe Wasseraufnahme, ausringbar und schnell trocknend. Nur die Towels von Evonell aus der Superfaser „flamon“ erfüllen all diese Kriterien. Ideal für unterwegs, auf Reisen mit dem Flugzeug oder Auto, bei Fahrradtouren, im Fitnessstudio, in der Sauna oder auf der Hütte. Immer dabei die unschlagbaren Vorteile der Towels von Evonell: platzsparendes Format, hohe Funktionalität und superleicht. Das Weihnachtsangebot für alle DAV-Mitglieder: 25 % Sonderrabatt auf alle Produkte aus dem Programm. Beim Kauf bitte Gutscheincode eingeben: DAV241218.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 16,13 (Outdoor-Handtuch XL mit DAV-Rabatt), evonell.de



## Seeberger

### LECKERES PORRIDGE

Wenn die Tage kürzer werden, tut ein warmes Porridge gut. Ein Haferflockenbrei, der den Körper mit Kohlenhydraten, Eiweißen, Fetten sowie Vitaminen



und Mineralien versorgt. Dabei verrührt man einfach das Seeberger-Porridge mit Wasser, Milch oder Pflanzenmilch und lässt es ein paar Minuten aufquellen. Fertig. Es ist extra fein gemahlen und wird beim Anrühren besonders cremig. Nach dem Kochen des Haferbreis kann man ihn nach Belieben mit Früchten oder Trockenobst verfeinern. Selbstverständlich ist dieser frei von Aromen, und auch auf zusätzlichen Zucker wurde komplett verzichtet.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 3,99, seeberger.de



## Exolight Range Jacket Women

**DAS BESONDERE: SIE IST HARDSHELL UND SOFTSHELL IN EINEM**

Das innovative Texapore Softshell Infinity Hyproof macht die Winterjacke wasser- und winddicht und extrem wetterfest. Sie ist

höchst atmungsaktiv, stretchig und ultrakomfortabel. Der Kragen ist so hoch geschnitten, dass er bis unter die Nase reicht – ein wichtiges Detail bei eisigen Temperaturen. Die Jacke macht alle Bewegungen mit und ist etwas länger geschnitten. Die Exolight Range eignet sich perfekt für das Lagen-

system und kann über spezielle Schlaufen mit der passenden Hose verbunden werden. Schneefang, diverse Taschen und Recco-Chip sind wichtige Features für den Wintersport.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 399,95, jack-wolfskin.de



## Dynafit Hoji Pro Tour

**DIE REVOLUTION DES SKITOURENSCHUHS**

Mit dem Hoji Pro Tour präsentiert Dynafit für diesen Winter die Revolution des Skitourenschuhs und setzt neue Maßstäbe hinsichtlich Funktionalität, Handling und Komfort. Dank des zum Patent angemeldeten Hoji-Lock-Systems wird mit einem einzigen Hebel der Switch zwischen Abfahrt- und Tour-Mechanismus kinderleicht und bequem möglich. Der Hoji Boot kennt keine Kompromisse: Mit seiner hohen Steifigkeit und der optimalen Kraftübertragung auf den Ski steht er in der Abfahrt der rein alpinen Konkurrenz in nichts nach. Gleichzeitig ermöglicht der Schuh eine effiziente Aufstiegstechnik mit höchstem Komfort und maximaler Bewegungsfreiheit bei einem geringen Gewicht von 1450 Gramm.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 650,-, dynafit.com



## Osprey

**ALPINER ALLESKÖNNER**

Die fünfte Generation des Mutant-Kletterrucksacks von Osprey ist in den Ausführungen 22, 38 und 52 Liter erhältlich. Der Mutant ist ein zuverlässiger, leichter und intelligent ausgestatteter Rucksack für ganzjährige Besteigungen. Konzipiert ist er sowohl für schnelle Seilängen im Sommer als auch winterliche Gipfelbesteigungen. Die Bergführer und Osprey-Athleten Ulli Steiner und Peter Albert aus Garmisch-Partenkirchen haben den Mutant 38 am Berg getestet: „Der Mutant ist perfekt für das Leben am Berg und unterstützt uns beim strapaziösen Transport unserer Ausrüstung enorm. Für unsere Arbeit als Bergführer ist er der perfekte Begleiter für das ganze Jahr.“

**PREISEMPFEHLUNG:** € 100,- (22 l), € 160,- (38 l), € 180,- (52 l), ospreyeurope.de



## Komperdell Carbon C2 Ultralight

**ZWEITEILIGER TOURING-STOCK**

Das ultimative Leichtgewicht für anspruchsvolle Alpinisten. Durch eine spezielle Wicklungstechnik der Carbonfasern ist es Komperdell gelungen, ein federleichtes Rohr mit optimalen Steifigkeitswerten zu produzieren. Der zweiteilige, längenverstellbare Stock ist mit dem neuen TAC-Grip-light ausgestattet. Dieser extrem leichte, thermoisolierende Griff mit einer in der Stockindustrie einzigartigen Oberfläche ist besonders rutschfest und angenehm weich zu greifen. Der Powerlock-3.0-Verschlussmechanismus aus eloxiertem Aluminium verfügt über eine besonders hohe Haltekraft, und die beweglichen Eisflankenteller passen sich automatisch an die Hangneigung an.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 149,95, komperdell.de



## Earthrise Jacket

**„DOWN“-CYCLING IST DAS NEUE UPCYCLING**

Als Spezialist für Daunenprodukte hat Mountain Equipment bereits mit dem Down Codex® Maßstäbe gesetzt. Nun geht es konsequent weiter: Die neuen Earthrise-Jacken sind zu 100 Prozent mit hochwertiger Recycling-Daune gefüllt, auch Innen- und Außenstoffe sind recycelt. An der Wärmeleistung und am Tragekomfort werden dabei keine Abstriche gemacht. Erhältlich als Herren- und Damenmodell.

**PREISEMPFEHLUNG:** € 199,90, mountain-equipment.de





# Reisen.

**Wenn Sie in Urlaubsstimmung sind**, haben wir genau das Richtige für Sie: Den Reise-Katalogservice. Hier können Sie die abgebildeten Kataloge kostenlos\* und ganz bequem bestellen. Notieren Sie einfach die Servicenummer auf dem Bestellcoupon oder online unter [www.Alpenverein.de/Reisekataloge](http://www.Alpenverein.de/Reisekataloge).

Die bestellten Exemplare bekommen Sie dann schnellstmöglich zugesandt. Außerdem nehmen Sie automatisch am Gewinnspiel teil!



www.world-insight.de

**Erlebnisreisen | In kleiner Gruppe auf Abenteuer-tour:** Weltweite Rundreisen mit spannenden Begegnungen, echten Geheimtipps und vielen Highlights! Zu Preisen, die Reiseräume wahr werden lassen. Kostenfreier Katalog: 02203-925570 oder [info@world-insight.de](mailto:info@world-insight.de)

(775-01)



www.world-insight.de

**AktivPlus | Für alle, die besonders aktiv reisen wollen:** Erlebnisreisen weltweit mit ausgiebigen Wanderungen, Fahrrad- und Kanoutouren oder mehrtägigen Trekkings. Kostenfreier Katalog: 02203-925570 oder [info@world-insight.de](mailto:info@world-insight.de)

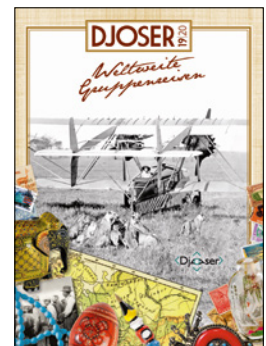
(775-02)



www.world-insight.de

**Vagabunt | Für freiheitsliebende Traveller:** Abenteuer-touren für alle, die gerne in kleiner Gruppe unterwegs sind und dabei extra viel Freizeit für eigene Entdeckungen haben wollen. Kostenfreier Katalog: 02203-925570 oder [info@world-insight.de](mailto:info@world-insight.de)

(775-03)



djoser.de | djoseraktiv.de

**Weltweite Gruppenreisen mit viel individueller Freiheit.** Ohne Gruppenzwang. Für Weltentdecker und Abenteuerer. Für aktive Naturliebhaber. Katalog gratis unter [djoser.de](http://djoser.de) und [djoseraktiv.de](http://djoseraktiv.de) oder 0221-9201580.

(775-04)



www.hauser-exkursionen.de

**Slow Trekking – natürlich Reisen mit Zeit** Natur zu Fuß im eigenen Tempo genießen, in kleinen Gruppen und abseits klassischer Routen. Bestellen Sie jetzt unsere Kataloge 2019 mit über 400 Reisen in 88 Länder und lassen Sie sich inspirieren!

(775-05)



www.taruk.com

**Deutsch geführte Reisen für 2 bis 12 Personen.** Namibia, Südafrika, Botswana, Sambia, Tansania, Uganda, Madagaskar, Mexiko, Kuba, Costa Rica, Chile, Peru, China, Indien, Sri Lanka, Vietnam, Laos, Kambodscha, Australien, Neuseeland. Infos: 03 32 09 - 2 17 40

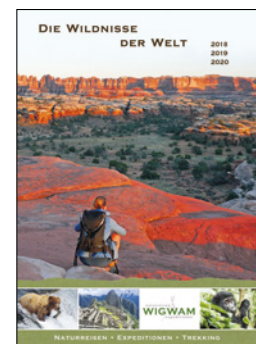
(775-06)



www.lauda-königshofen.de

**Die Weinstadt Lauda-Königshofen im Lieblichen Taubertal** an der Romantischen Straße bietet mit ihren zwölf Stadtteilen für jeden Urlauber genau das Richtige. Herrliche Wanderwege und das Highlight der Region: Der 5-Sterne Radweg „Liebliches Taubertal – der Klassiker“.

(775-07)



www.wigwam-tours.de

**NATURREISEN & PRIVATE SAFARIS.** Mit WIGWAM zu den Tier- & Landschaftsparadiesen der Erde z. B.: Alaska - Baja California - Kolumbien - Patagonien - Uganda - Tansania; Privat-Reise oder Kleingruppe mit deutschspr. Reiseleitung. Telefon +49 (0) 83 79 / 9 20 60.

(775-08)



# Kataloge bestellen und gewinnen!



**2x 500 EUR  
Gutschein  
zu gewinnen**

## Mit WORLD INSIGHT die Welt entdecken!

Gewinnen Sie einen Reisegutschein im Wert von 500 € pro Person für eine WORLD INSIGHT-Erlebnisreise! In kleinen Gruppen geht es auf Abenteuerreise durch die faszinierenden Länder dieser Welt: Sie wollten schon immer zwischen den Baumriesen im Regenwald Costa Ricas spazieren, in Namibia dem Volk der Himba begegnen oder die mystischen Tempel Kambodschas erkunden? Erfüllen Sie sich Ihren Traum mit WORLD INSIGHT – alle Reisen finden Sie auf [www.world-insight.de](http://www.world-insight.de). Nennen Sie uns Ihre gewünschten Kataloge und vielleicht sind Sie der glückliche Gewinner eines Reisegutscheins.

Teilnahmeschluss ist der 18.12.2018. Die Gewinner werden per Losverfahren ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Teilnahmeberechtigt sind alle Personen ab 18 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland. Pro Teilnehmer ist nur eine Einsendung gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Mitarbeiter des Verlages Gruner + Jahr GmbH und ihre Angehörigen. Eine Barauszahlung des Gewinns oder eine Übertragung des Gewinns auf einen Dritten ist ausgeschlossen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es gilt deutsches Recht. Veranstalter ist die Gruner + Jahr GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg. Die Teilnahme ist abhängig von einer Katalogbestellung.

### Kostenlos Kataloge bestellen:

Hier bitte die Kennziffern der gewünschten Kataloge ankreuzen:

- |                                 |                                 |                                 |                                 |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 775-01 | <input type="checkbox"/> 775-02 | <input type="checkbox"/> 775-03 | <input type="checkbox"/> 775-04 |
| <input type="checkbox"/> 775-05 | <input type="checkbox"/> 775-06 | <input type="checkbox"/> 775-07 | <input type="checkbox"/> 775-08 |

Name/Vorname

Straße/Nr

PLZ/Wohnort

E-Mail



ausgefüllter Coupon per Post  
Katalog-Service, Postfach 12 36, D-56333 Winningen



Email  
[bestellung@katalog-collection.de](mailto:bestellung@katalog-collection.de)



Internet  
[www.Alpenverein.de/Reisekataloge](http://www.Alpenverein.de/Reisekataloge)



QR-Code  
per Smartphone einscannen



\*Wichtig: Zum Katalogversand benötigen wir bitte Ihre Postanschrift! Bitte beachten Sie im Einzelfall, ob eine Schutzgebühr verlangt wird. Verantwortlicher für den Datenschutz ist Mahlow Media e.K., Inhaber: Stephan Mahlow, Am Heideberg 15, 56333 Winningen, Deutschland. Hinweise zum Datenschutz finden Sie unter [www.katalog-collection.de/datenschutz](http://www.katalog-collection.de/datenschutz)

## HOTELS | UNTERKÜNFTE

### Pension Fahrenkamm



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

Pichlerstraße 33 · I-39017 Schenna  
Telefon & Fax +39 0473 94 58 72  
[www.pension-hahnenkamm.com](http://www.pension-hahnenkamm.com)



**Südtirol, Schweiz + F**  
Skihütten und Chalets online buchen  
beim Spezialisten, für 4-24 Personen.  
Tel. +49 721-4672475  
[alpenchalets.net](http://alpenchalets.net)

Anzeigenschluss für die  
Panorama 1/2019  
ist der **7. Dezember 2018**.

## Chalets zum Abfahren!

500 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers.  
in den besten Skigebieten der Alpen

**Katalog: 02 51/899 05 30**



Online buchen oder  
Katalog ordern:

[www.Frosch-Ferienhaus.de](http://www.Frosch-Ferienhaus.de)

**DER GANZE WINTER INKLUSIVE**  
ab € 66,- pro Person inkl. HP & NiederthaiCard  
A-6441 Niederthai 12a | +43 5255/5509  
[WWW.TAUFERBERG.COM](http://WWW.TAUFERBERG.COM)

**Pension Maria\*\*\*\*** Antermoia im **Gadertal**; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter**: Skifahren & Schneeschuhwandern.  
**Sommer**: Wandern, MTB & Motorrad. HP ab € 51,- Fam. Erlacher.  
Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: [info@pension-maria.it](mailto:info@pension-maria.it)



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

Gemütl. Familienbetr., große Zim., jed. Komf., Sauna, Wellness. HP mit Frühst.-buffet, 4-Gänge-Abendessen, DZ, pro Pers. € 64,00 pro Tag. (29.12.-06.01. € 72,00) **Ski-Pakete**: bis 22.12. "Erster Schnee", HP + Skipass, 4 Tage € 336,00, 8 T. € 648,00. Ab 17.03. «Sonnenskilauf», 7 x HP, 6 Tage Skipass, Skibus, Sauna, € 608,00. Kinder erm.  
[www.hotel-latemar.it](http://www.hotel-latemar.it), Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054

## REISEVERANSTALTER

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

**Skilanglaufreisen nach Skandinavien**  
[www.die-vagabunden.de](http://www.die-vagabunden.de)  
☎ 0 43 52 - 95 68 695

**GEMEINSAM UNTERWEGS ALPIN TREKKING EXPEDITION**  
**AMICAL**  
KATALOG ANFORDERN:  
Walsenstr. 5 · 87561 Oberstdorf  
Tel.: 08322.9874788  
[www.amical-alpin.com](http://www.amical-alpin.com)

**Abanico**  
**Spanien Wandern & Trekking**  
Skitouren Sierra Nevada – Pyrenäen  
Tel.: 0711-833340 · [www.abanico-reisen.de](http://www.abanico-reisen.de)

**WELTWEIT Erlebnisreisen**  
**HENKALAYA**  
06466 912970  
[www.henkalaya.de](http://www.henkalaya.de)  
[henkalaya@t-online.de](mailto:henkalaya@t-online.de)

**Urlaub in der Natur**  
Wandern, Skilanglauf  
Schneeschuhwandern  
Aktiv Urlaub erleben  
[info@Natours.de](mailto:info@Natours.de)

give your dreams a chance  
**nepalwelt-trekking.com**  
adventure trekking culture

**Reisch Reisen**  
Geführte Individualreisen  
mit verlässlichen Partnern vor Ort:  
Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania,  
Indien, Armenien, Georgien u.v.m.  
Tel. 089 8505560, [www.reisch-reisen.com](http://www.reisch-reisen.com)



REISEVERANSTALTER

**Alpenschule**  
OBERSTDORF

Katalog anfordern!

**150 Touren in den Alpen!**

Tel: 08322-940750  
www.alpenschule-oberstdorf.de

Katalog 2019 anfordern  
☎ 0351 - 422 62 62  
www.ELCHTOURS.de

**NEUSEELAND**  
0351 42 450 892 | www.rawakas.de

Einzigartige Bergtouren und Trekkings in Südamerika & den Pyrenäen  
www.pyrenaeen-berge.de

**PERU BOLIVIEN ECUADOR**

SANTANA Travel  
AUSSEERGEWÖHNLICH VIELFÄLTIG

Persönliche Reiseplanung vom Spezialisten

- Individuell
- Selbstfahrer
- Gruppen

Santana Travel GmbH · 82362 Weilheim · www.santanatravel.de

ReNatour  
NATURLICHE REISEN

Weihnachten und Silvester:  
Besondere Winterreisen für Familien + Alleinreisende

www.renatour.de · Tel. 0911 890704

**Schweden**  
Schneeschuh  
Langlauf  
Tourenski  
Abfahrtski  
Ferienhäuser  
Huskytouren

RUCKSACK REISEN

www.rucksack-reisen.de

**Naturgenuss**  
Auf den Azoren

Sao Miguel entdecken und entspannen in der Nebensaison

Erwandern Sie mit uns die grüne Hügellandschaft und wohnen Sie in einer Parkanlage mit einem Thermalbecken. **8 Tage Azoren Wanderurlaub p.P. ab 1.290 €** ☎ 0761 - 45 892 890, www.warme-winter.picotours.de

picotours  
Sabine Heller, Blumenstraße 10a, 79111 Freiburg

Termine: 10.02.2019 | 03.03.2019 | 17.03.2019

Skitourenabenteuer Kirgisistan  
Skidurchquerung Haute Route  
Silvester in der Silvretta

bergfuehrer.com

seabreeze.travel

**Azoren Madeira Kanaren Kapverden**

Spezialist seit 19 Jahren

Unsere individuellen Reisen - Ihr persönliches Erlebnis.

www.seabreeze.travel

VERSCHIEDENES

Lawinen- und Skitourenkurse  
**Bergschule Oberallgäu**  
www.alpenschule.de ☎ 083 21/49 53

Anzeigenschluss für die Panorama 1/2019 ist der 7. Dezember 2018.

**BERGSCHULE**  
KLEINWALSERTAL

ERLEBE DEIN ABENTEUER MIT UNS!

www.bergschule.at

**Räer**  
AUSRÜSTUNGEN

**MOLESKINHOSE BW**

Zum Top-Preis: 25,88€ + 4,95€ Versand

www.raeer.de

**Nepal entdecken**  
mit **hiking Inspirations**

Deine Nepalspezialisten  
hiking-inspirations.de

**Wanderhotel \*\*\*\***  
im Saastal / Saas-Fee

- 350 km Wanderwege
- Eldorado f. Wanderer + Alpinisten
- 4 Klettersteige • 10 Viertausender
- Bergbahnen + Bus inbegriffen
- 55 Zimmer + 5 Ferienwohn.

**Hotel Kristall-Saphir Superior**  
CH-3905 Saas-Almagell  
www.kristall.ch  
Telefon +41 279581700  
kristall@kristall.ch

**Deine Skihütte in den Bergen**

INTER CHALET  
URLAUB IM FERIEHAUS

findest Du auf  
**www.interchalet.de**

**Venter Tage**  
IM HERZEN DER ÖZTALER ALPEN

Das Berg- und Skidorf Tirols

ÖZTAL Venter

www.ventertage.at

@ventertage



## HÄNDLERVERZEICHNIS

PLZ 00000-09999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

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

PLZ 50000-59999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

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

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

PLZ 90000-99999

Active Peru Travel [www.activeperu.com](http://www.activeperu.com)



TEL. 09 41 - 64 66 36-0  
HAIDPLATZ - KREBSGASSE 2  
93047 REGENSBURG  
[WWW.LAUFUNDBERG.DE](http://WWW.LAUFUNDBERG.DE)

PLZ 20000-29999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Oldenburg:**  
Gaststraße 6  
26122 Oldenburg  
Tel.: 0441 - 99 87 666

**Wilhelmshaven:**  
Parkstraße 2  
26382 Wilhelmshaven  
Tel.: 04421 - 99 42 87

**Bremen:**  
Domshof 14-15  
28195 Bremen  
Tel.: 0421 - 33 65 523

PLZ 60000-69999



**McTREK  
OUTDOOR SPORTS**

**39% IN DEUTSCHLAND**  
und im großen Online-Shop unter  
[www.McTREK.de](http://www.McTREK.de)

Info-Telefon: 0 61 81 - 95 26 30  
(Mo.-Fr. 8:00 - 18:30 Uhr / Sa. 9:00 - 13:00 Uhr)  
McTREK Outdoor Sports ist eine Marke der YEAH! AG, Kellenstraße 20b in D-63486 Bruchköbel



**Mein  
Ausrüster**  
Der Bergsportexperte

Ausrüster GmbH | Ludwigstraße 7 | 93086 Wörth a. d. Donau  
[www.mein-ausruester.de](http://www.mein-ausruester.de)

PLZ 40000-49999



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Münster:**  
Rosenstraße 10-13  
48143 Münster  
Tel.: 0251 - 48 82 08 34

**Duisburg:**  
Kasinostraße 13-15  
47051 Duisburg  
Tel.: 0203 - 28 52 80



**Outdoor  
Trekking  
Bergsport  
Freizeit**

**Erfurt:**  
Schlösserstraße 28  
99084 Erfurt  
Tel.: 0361 - 601 77 80

**Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe**



**schuh  
keller**  
Perfektion. Tradition. Qualität.

Wredestraße 10  
Ludwigshafen am Rhein  
Tel. 0800 / 5112233  
[bergschuh-keller.de](http://bergschuh-keller.de)

INTERNET



An der Hansalinie 17  
48163 Münster  
Tel. 71 93 66

Aegidiemarkt 4+7  
48143 Münster  
Tel. 45 777

- große Zeltausstellung - Bergsportspezialist -  
[www.terraccamp.de](http://www.terraccamp.de)

## KLEINANZEIGEN

### IMMOBILIEN

ALLGÄU/BREGENZER WALD: Rentnerpaar sucht Alm zur Miete/Kauf. 07551-62975

### VERMIETUNGEN

**Tirol**, uriges Selbstversorgerhaus im Kaunertal (max 25 Pers.), ideal zum Skifahren, Wandern [www.sunna-huette.de](http://www.sunna-huette.de)

**Cilento/Italien**, FeWo direkt am Meer in schöner ruhiger Lage, Baden vor dem Haus, Wandern im Naturpark, [www.vacanzelapunta.com](http://www.vacanzelapunta.com)

**Mallorca, Valldemossa**, 5 komfortable Ferienhäuser für 2-6 Pers. in zauberhafter privater Finca m. Pool, ideal für Wanderer, ab 70,- € p.T. Tel. 0034/9712082, [www.finca-valldemossa.com](http://www.finca-valldemossa.com)

**TOSKANA-MEER** Naturstein-FeHs, Blick aufs Meer und die Inseln Elba+Korsika [www.toskana-urlaub.com](http://www.toskana-urlaub.com) / 08662/9913

**INSEL ELBA** Ferienwohnung [casalido.de](http://casalido.de)

**Allgäu**: 2 FeWo's (je 130 qm) in ehemaliger Berghütte. [www.kuckucksnest-allgaeu.de](http://www.kuckucksnest-allgaeu.de)

**Andalusien**: FeHs mit Komfort, Meer- + Bergblick, priv. Pool, ideal zum Wandern, Meer, Erholung: [www.villa-andalusien.de](http://www.villa-andalusien.de)

**Schenna/Südtirol**: 5\* App. für 4 Personen [www.penthouse-skygarden.com](http://www.penthouse-skygarden.com)

**Südfrankreich/ Wanderparadies Cevennen** Großes, stilvoll restauriertes Dorfhaus mit Terrasse, Garten. 2 DZ mit Bad, Salon, Heizung, für 4-5 Personen 07356/3927 [www.rose-debler.de](http://www.rose-debler.de)

**Italien - Ligurien - Moneglia**

Nähe Cinque Terre im Olivenhain mit Meerblick, drei FeWo's, komplett ausgestattete Hauszelte und Zeltstellplätze. Tel. 0039 347 6087976 - [www.legrigue.it](http://www.legrigue.it)

**Mittelmeer** France Finca [LAVIDALE](http://LAVIDALE)

**Odenwald/Felsenmeer** Selbstversorger-Haus 13B horst-haller@gmx.de

**Wandern** auf mediterranen Küsten- und Bergpfaden. Kleines Natursteinhotel am Lykischen Weg. [www.wassermuehle-hotel.com](http://www.wassermuehle-hotel.com)

**CH-Randa/Zermatt**: Komf. FeWo 60 qm, TV/Terrasse, ganzjährig geheizt, für 2 bis 4 Pers. zu vermieten. Tel. 07331/941417 ab 19:00 Uhr

### VERSCHIEDENES

**Beyond Survival Bushcraft Prepper** Nachdenken-Seminar. Tel.: 09441 14 69

**Bergbilder.Historisch.Einzigartig!** Leinwandbilder für Ihr Zuhause: [www.historische-bergbilder.de](http://www.historische-bergbilder.de)

**Gipfleshirts.de**... Geschenkidee für Bergler \*\*\* bio&fair \*\*\* von [bergmaennle.de](http://bergmaennle.de) \*\*\*

**Der Hamon® Harmonisierer** - Ihr Hochwirksamer Schutz vor Elektromog [www.elektromoghilfe.com](http://www.elektromoghilfe.com)

### BEKANNTSCHAFTEN

**Similaun**. Du bis aus M und warst am 28./29. Juli auf der Similaunhütte? Es heißt zwar „man sieht sich immer 2x...“ wenn aber doch nicht? Wenn Dir das auch zu riskant ist, meld Dich: [bergsucht01@web.de](mailto:bergsucht01@web.de)



## KLEINANZEIGEN

**Rm M:** Unkompliziertes Paar, das das Leben genießt sucht Gleichgesinnte für gemeins. Freizeitaktivitäten wie Skifahren/Langlaufen, Bergwandern, Mountain-E-biken, gemütl. auf einer Alm sitzen und die Natur genießen oder auch nur gemütl. zusammensitzen und gut essen. Email [doris.bender@freenet.de](mailto:doris.bender@freenet.de)

TÜ/RT/S Begeisterte Kletterin sucht Kletterpartner, Fels und Halle. 54J, 178, 62, Akad. [4climbing@web.de](mailto:4climbing@web.de)

**BGL, MUC, TS** Zwei attraktive, sportliche Berghexen in den 40igern wünschen sich zwei charmante Männer mit Herz und Verstand, ist ja klar, für gemeinsame Touren am Wochenende. BmB [begegnen2018@web.de](mailto:begegnen2018@web.de)

07 Partner/in zum Wandern ges, von ihr, Alter ca. 60 J. [bergundhimmel@web.de](mailto:bergundhimmel@web.de)

**Rm A:** Spritzige 66erin, studiert, attraktiv, sucht ebensolchen Freund/in mit Faible für Kultur, Natur, Bewegung, Reisen, gerne Frankreich. [freizeitgenuss52@web.de](mailto:freizeitgenuss52@web.de)

**Contrin 20.09** .Du bist aus Stgt, Vigo bitte melden [Contrin18@gmail.com](mailto:Contrin18@gmail.com)

### REISEPARTNER/IN

**Neuseeland:** Natur-, Kultur-, Erlebnisreise durch eines der schönsten Länder auf dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harry Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch faszinierende Landschaften reisen. Tel. 07551/301166 [www.harrytours.de](http://www.harrytours.de)

**Berge und Kultur** - Reisefreudiger Akademiker, Mitte 60, Großraum Augsburg, sucht sportliche und kulturbegeisterte Partnerin für gemeinsame weltweite Wander-/Trekking-/Kulturreisen. Zu weit macht das Reisen einfach mehr Spaß. Wenn Du auch so denkst, melde Dich doch unter: [welten\\_bummler1@web.de](mailto:welten_bummler1@web.de)

Sri Lanka anders erleben 02/19 14Tg we. Plätze frei mit Lanka-Experte/Biologe [www.kratzer-reisen.com](http://www.kratzer-reisen.com)

Suche Reisepartner um die 60 für Norwegentour 2019 mit eigenem Camper und Spaß am Wandern und Wild Campen zuverlässig u. lebgsfroh. [annie57@gmx.de](mailto:annie57@gmx.de)

### SIE SUCHT IHN

**Freiburg/Ortenau,** 29/172, reiselustiges, kreatives Schwarzwaldmädle sucht Ihn für Wandern/Kletter/Campen/Wintersport und das Leben genießen. BmB: [liebtberge@web.de](mailto:liebtberge@web.de)

**Sportliche, natürliche Sie** (37/162/Akad.) mit großem Herz und viel Verstand sucht intelligenten, dynamischen Partner mit Interesse an Bergen, Kunst, Kultur und Sport für unvergessliche Erlebnisse zu Berg und Tal und eine gemeinsame Zukunft. [berge\\_und\\_leben@gmx.de](mailto:berge_und_leben@gmx.de)

**RM8:** aktiv sein, aber auch genießen, an den gemeinsamen Lachfallen arbeiten und sich aufeinander verlassen können. Ich (50/174/ schlank/Akad.) suche den warmherzigen Mann, der gerne mit mir lacht, um mit ihm ein tolles Team zu sein. [bergsommer.1@web.de](mailto:bergsommer.1@web.de)

**Rm 88:** Abenteuer erleben in Südamerika, Inselgruppen im Atlantik, Radtouren/Bergwandern mit Apfelstrudel & Sahne, LL und Skifahren, Werkeln im wildromantischen Garten. Sollen wir uns den November mit Quittengelee versüßen? Wenn ja, dann melde dich bei mir (52/160/60)! [ktairona2017@gmail.com](mailto:ktairona2017@gmail.com)

**Rm 86+M:** Seebewohnerin, 54, schlanke 176, NR, liebt das Leben, Tanzen (Sta/Lat), Wandern, Langlaufen, gemeinsam Kochen und das Meer, sucht Gefährten mit Herzenswärme und Humor für alle Lebenslagen. BmB an: [ella.sanella@outlook.de](mailto:ella.sanella@outlook.de)

**RM86:** Treue, ehrliche, reisebegeisterte, aktive Sonnenblume 38/174/63 mit Kind sucht einen herzigen, humorvollen, naturverbundenen, aktiven, kinderlieben Stern zum Verlieben. BmB [sonnenblumesuchstern@gmail.com](mailto:sonnenblumesuchstern@gmail.com)

**CHIEMGAU:** Frau mit Hund, 67/172 schlank, sportlich, sucht Mann mit Herz, Hirn und Humor! [tiba.momo@t-online.de](mailto:tiba.momo@t-online.de)

**RM M:** Ich bin: 43, schlank, attrak., NR, aktiv, unkompl., offen für Neues, lebensfroh, optimistisch, spontan: Ich liebe: Berge, Natur, verreisen (egal ob Camper, Zelt, Hotel ...) Radln, Lagerfeuer, meinen VW-Bus, Biergarten, Kino...Musik, lachen, kuscheln, einfach die Abwechslung...und meine Tochter (6). Ich suche ein Mann fürs Herz (40-48), m. ähnl. Eigenschaften, positiv eingestellt, der mit mir etwas erleben möchte. Lachen, sich unterhalten, Quatsch machen, füreinander da sein, das Leben genießen ... BmB [lebelielbelache74@web.de](mailto:lebelielbelache74@web.de)

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

# Einfach und schnell selber buchen unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen. Registrieren Sie sich jetzt unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de). Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter [kleinanzeigen@guj.de](mailto:kleinanzeigen@guj.de) oder rufen Sie Ihre Kleinanzeigen-Hotline unter der Telefonnummer: (040) 37 03-53 26 an.





KLEINANZEIGEN

**Rm M/Oberbayern:** Junggebliebene Sie, 67/165/55, sucht ruhigen, naturverbundenen Partner zum gemütlichen Wandern, Radfahren, E-Bike, Reisen: hiku@gmx.net

**M/Obb:** lebensfrohe, aktive Frau(56/162/NR) sucht flexiblen, unkomplizierten, kultivierten Mann für das Abenteuer Leben. finden.uns@web.de

Rm6, sportl., natürl. SIE 59/168/62 NR,su IHN m. Herz+Humor f. Klettern, Radeln, Reisen, gerne m. WohnMobil - anabel835@web.de

Raum M+86: Möchte mich (51, 182 cm) gerne wieder verlieben...in einen sportlichen, bergbegeisterten Mann (>50, > 185 cm). Gemeinsam auf Berge gehen, das Leben genießen, lachen, ernst sein, tanzen, Kino, Reisen. Eine Beziehung in der das Miteinander geprägt ist von Wertschätzung und menschlicher Wärme. BmB Bergheil86@gmx.de

**OB** Junggebliebene Badenixe (59) sucht tanzenden Sportler für Unternehmungen. Mit Bild an badenixe59@web.de

**Allgäuerin32:** sucht Dich, 30-35J. ab 1.80, für gemeinsame Aktivitäten und Beziehung, BmB an: berg32@gmx.de

**RO/TS/BGL:** W, 57/161/53 su. sportl., schlank. Liebsten +/- 60, NR, zum Radeln, Wandern... BmB: bikingnana@web.de

**Rm 85:** Sportlich, schlank (55, 1.72). Habe Lust auf Abenteuer, Flirt und mehr, wenn es passt. Aber...alles kann, nichts muss. hangzubergen@gmx.de

**Rm 83,** Sportliches Doppelpack (41,8) sucht Hubschrauberpilot für Ski-,Touren, Klettern etc., BmB ziaogoderflaig@email.de

**Raum 7** ich bin sportlich (TR, Wintersport, Weitwanderung, Studio),attraktiv, groß, schlank, NR, verw., fröhlich, 60 + Jahre jung und suche einen passenden Partner für alles, was zu zweit mehr Spaß macht. sportlichundaktiv@gmx.de

**ER/N:** junggebliebene, sportl. Sie in den 50igern sucht ebensolchen, zuverlässigen, humorvollen Partner, der sowohl Natur als auch Kultur liebt. für gemeins. Unternehmungen u. mehr. ulrike.B01@gmx.de

ChiemgauSüd: Bin sportl, naturverb, jungebl. Suche Traummann oder Mann zum Träumen mit Freude am Leben bis 65j. BmB! jetztodernie1@gmx.at

**Rm7:** Sportliche, reisebegeisterte & lebensfrohe Sie (39/173) sucht ehrliches & aktives Gegenstück zum Wandern, Welt entdecken & für gemeinsame Zukunft. Berge2018@web.de

**Rm86;**sportliche(Bouldern,MTB,Wandern..), schlanke Sie,30,sucht zuverlässigen, aktiven lhn. Mail: dettschn@gmx.de

**M:** Für immer suche ich DICH: sportlich und schlank, gebildet und mit Esprit, jungeblieben und reiselustig bis maximal 64. berg.zauber@gmx.de

**Rm9,** sportl.,attrak.vielseitig m. Stil u. Niveau, MTB, RR,W, Wintersport,unkompl., naturverb.,liebevoll,kulturoffene,jugendl., schlanke SIE m.55J/166 sucht DICH jung-gebl. NR m.Herz,Verstand u.Achtsamkeit f.harm.Zweisamkeit. BmB sonnebergemeer25@t-online.de

**TS-BGL:** Sie, NR, sportl. 160 cm, sucht zuverl. Partner bis 60 mit Hirn u. Humor für Berg-Ski-Ebike-Touren. Steinbock2000@hotmail.com

**Mittelfranken:** Welcher Mann ist auch noch neugierig auf die Welt u. su. Partnerin zum radeln, wandern und reisen in Europa, bin 62/170/75/NR, natürlich, aktiv und Single. klara377@web.de

Auch allein gefrühstückt und doch nicht zufrieden? - Mag das Leben, Wandern, Klettern, Reisen, Kino, Lachen, draußen sein und freue mich drauf, etwas davon mit einem aktiven, lebenslustigen Mann zu teilen. Bin 53/166, RM 6/7. Kornblumen2018@web.de

**RNK/** attraktive Sie, 52J., sportlich, rassig, su. lhn, der Natur, Sport, Reisen u. mehr liebt. BmB, wanderschuh39@web.de

Für ein Leben zu zweit wünsche ich mir einen Mann mit Herz+Lebenslust für d. normalen Alltag+gemeinsamen Genuss. Denn wandern,radeln,reisen Konzert,Theater macht zusammen mehr Spaß. **Rm 9** bin 51 J. Freu mich auf deine Antwort candy850@gmx.de

wahlallgaeuerin33@gmx.de sucht dich um die Berge im Sommer&Winter zu erleben

**Feminine sportl. Sie** m. Präf.: Lieben&Leben, Berge&Reisen, Natur&Kultur, Musi/k-zieren&Tanz **wünscht sich Gefährten** R8/9/0, 45-52J. m. Witz, Groove&Instru., smartBart, schlk, NR, vorzw Veggy, bmb: BuenVivir@gmx.de

**OA:** 29/172 Suche Dich für MTB/Skitour/ Klettern und mehr! SOL4@GMX.DE

Hübsche, schlanke Sie (45,172, sportlich) sucht ihn f. gem. Zukunft. Mag Alpen, Meer, Stadt. R90. smilla\_frl@hotmail.com

Rm83: sympt., offener, herzl., witziger Gefährte für berg-stermschnuppe@gmx.de (32/161/52/NR) BmB gesucht.

M+ I, 59, Akad. schlank, liab, suach di für Berg+Sport+Leben: du.und.i@web.de

**M/Obb:** Berge von Bayern bis Nepal, Sommersee, Süden, Reisen u. Kultur. Wer teilt meine Freude daran mit mir Natur- und Kulturfrau, 52,162, Akad.,mit Tiefgang u. Leidenschaft, humorvoll und klug. Du, an Erfahrung gereift, frei für Geben und Nehmen u. das gemeinsame Erleben von Zaubermomenten? maria.sueden@gmx.de

**RM 87-89** Sie 33/177 sucht Outdoorprinz! Bergstiefel, Endurobike und Powderlatten Dein Spielzeug? Dann meld Dich BmB an HeimatLiebe@fn.de

**RM4:** unternehmungslustige naturverbundene Sie, 55, sucht lebensfrohen Mann für gemeinsame Freizeit 23sonnenschein6@gmail.com

**RM 83:** oids Haus suachd für sei woide liebevolle und fesche B ewohnerin 40 (170/68) Bergler mit Kinderwunsch BmB: amsee77@gmx.de Dad mi gfrein

**TS/RO/MÜ:** suach Berg-u. Radspezl der wie ich gern tanzt u. lacht! 52/170/62 Chiemgauheimat@web.de

**RM 764:** 57 Jahre liebt das Wandern, MTB + Rennrad, LL sowie das Kulturelle. gipfelluft@web.de

**RM8:** Sportliches, naturverbundenes Nordlicht 49/178/62/NR, sucht sportlichen Naturburschen um 50 für Bergtouren und mehr. BmB: tiefensee69@web.de

SIE SUCHT SIE

**Rm: Wi:** Hast Du Lust mit mir gemeinsam unser Hessen zu durchwandern? Du magst das Meer, die Berge und vielleicht bald mich: 55, 170, 72, sportl., Frohnatur. BmB gabriele.pfeifer@t-online.de

**Rm7:**Ich (52/161/NR) möchte mit Dir einem Partner mit Niveau,Berge in Nah & Fern erkunden,beim Wandern & Skifahren,m.Schneesuh & MTB Natur erleben,bei Wellness & gutem Essen entspannen. Wenn Du Lust hast,das Leben mit mir auf diese Art zu genießen,dann melde Dich bei alpenrose66@gmx.de

ER SUCHT SIE

**RM73-M54-80kg-190cm-beweglich-schlank-vertraut-überraschend-inspiriert-bmb-k64@arcor.de**

**RM67:** unkomplizierte, natürliche Sie (Alter: vorne mit ner 5 oder 6) f. sommerl. u. winterl. Aktivitaeten gesucht. Evtl. Beziehung. BmB. WoSchn@gmx.de

**RM 39/MD:** bergsücht. Flachlandtiroler (43/180) sucht Gefährtin f. gemeinsames Gipfelglück; midian75@web.de

**Raum Stuttgart:** Allroundbergsteiger (32, 174, 70, NR), nicht auf Kopf oder Mund gefallen und immer für eine Überraschung gut, sucht ebensolche Sie für gemeinsame Touren- und Lebensplanung. **BmB an blue51@mail.de**

Rm Mü und Umg. Servus zusammen. Ich (Anfang 60, groß und sportlich) liebe den Genuss, aber manchmal auch den Schweiß. Bin ebenso gerne zuhause wie unterwegs in der ganzen Welt. Immer neugierig auf vieles und auch auf Dich und Deine Nachricht. BmB an fernundheimweh@gmx.net

**Rm 7 KA/BAD/OG** Ich (33/186/72) sportl, gern draußen suche sportl. Sie zum MTB, Wandern,Zelten,Reisen,Kino,Kultur. BmB an: suche2018@vodafoneemail.de

**Raum 7 - 8 (Südd., Bodenseeraum),** m.60/184, pos. denkend, nat., verzichtet hier bewusst auf die Aufzählung toller Charaktereigensch. Wünsche mir Bekannt-schaft uvm. mit nat.Sie +/-56 J. um auf gleicher Augenhöhe zu erleben was das Leben gemeinsam zauberhaft macht. duundich18@t-online.de

**RM 76:** Bergbegeisterter sucht gleich-gesinnte, sportliche Sie (Ich, 49, 186, 76) für Klettern, Wandern und mehr. Passen soll es einfach! BmB: Laub79@gmx.de

**RM 71** (52/187/80) attrakt., jünger auss., unkompliz., br. Augen, vielseitig interessiert (MTB, Fernr.,Wandern, Kultur)Wilst Du mich kennenlernen? derabenteurer47@gmail.com

**OA/87+** Humorvoller Er, 32, outdoor- und vielseit. sportbegeistert von Berg bis Meer, sucht liebensw. und smarte Sie für ein Leben voll Abenteuer: dav18@gmx.de

Sportlicher 63er, 184, Oberfranke, verwitwet, sucht junggebliebene Sie zum Wandern, MtB, Kultur und vieles mehr. mtbfranken@t-online.de

**RM87/88:** Vielseitig aktiver und sympathischer Mann (44/ 185), bodenständig, unkompliziert, kreativ, handwerklich, naturverbunden, gehe gerne wandern, MTB, Ski und schwimmen. Lebe auf dem Land mit viel Platz, Natur und Garten. Wenn Dich meine Interessen ansprechen und Du zudem zuverlässig, humorvoll, herzlich und empathisch bist dann freue ich mich auf Deine Antwort und ein Kennenlernen. BmB an: panorama40@gmx.de



KLEINANZEIGEN

**Zuverlässiger, authentischer Er, (46 J., L., 1,75, Bankang./Hobbyfotograf/ Skandinavienfreund) mit Empathie,** sportlich vielseitig aktiv (nicht extrem) u. kulturinteressiert, sucht Sie bis ca. 40 J. (GR München) für solide Beziehung. azoren83@gmail.com (gmb).

Rm: Hessen + NRW (28/181) Gemeinsam die Welt entdecken! Freue mich cb05@mail.de

**DD:** Felsenkönig (41/185) sucht Prinzessin zum Klettern im Elbsandstein und für alle Trails im Leben. Felsenreich\_76@gmx.de

**AUSSTEIGER** (Akad., selbst., finanz. unabhängig, 45, 180, humorvoll, attr.) **SUCHT AUSSTEIGERIN** (30-49, liebevoll, attr., humorvoll, weltoffen) für gemeinsames Reisen und Leben. BmB an aussteigerleben@gmx.de

**GaPa:** sportl. Bergfex 55/177/NR sucht hoffnungs-./liebev. Partnerin f. gem. Projekte: ja@eingutesleben.de

Sachsen/Chemnitz Wer möchte die Höhen und Tiefen im Leben teilen Aktiv reisen, Natur, Kultur, Freude und Stille gemeinsam genießen 48/1,78/74 BmB gemeinsamer-neustart-2018@web.de

87: Berggeist (36) sucht bergbegeisterte Sie (30-37) zum gemeinsamen rumgeistern (Allgaeuer.Berggeist@gmx.de)

**Rm 83:** Wo bist du und wenn nicht wieso? ;-) Bergbegeisterter Musiker (46, 1,82m, 72kg, NR) sucht DICH für jegliche Höhen und Tiefen. BmB. alpengams@t-online.de

**RM77:** Achtsamer Naturbursche 47/180 sportl. weltoffen sucht Junggebliebene. Gib Dir einen Ruck und pack Deinen Sack :-> 70natuerlich@web.de

**RM87:** Junggebliebener, vielseitig inter., naturverb. Allgäuer sucht passende sportl., achtsame, humor-u. lebensfrohe Partnerin für Bergwandern, Radln, Skifahren, Genießen, Leben, Lieben, Reisen und .... +/- 68 Jahre, schlk. Interessiert? Dann melde dich bitte unter allgaeufreak@allgaeu.org

Rm8: gemeinsam das Glück teilen! sportl.-aktiv-natürl.-junggebl.-lieber Kerl (55er, 180, NR) su. attr. Frau (54-59J.) m. gl. Interessen f. Berge-MTB-RR-Schi(touren)-Kultur-Konzerte-Reisen-Relaxen u. Leben-Lieben-Lachen. Freue mich auf Dich. BmB fitundfun05@gmail.com

**Rm8:** Suche humorvolle + sportliche Frau (bis ca. 50) für Berg + Tal u. spannende Touren + knisternde Momente. Bin 50, NR, schlank, BmB an berg\_sonne@gmx.de

**BODENSEE/ALLGÄU ER** (43/172/NR) sportlich, naturverbunden sucht Dich f. Berge, Freizeit und mehr BmB berg75@wolke7.net

**Münchner,** 70+/180/70, gut aussehend, gesund, unkompl., NR, sucht nette, sportl. Partnerin für Berge, MTB, Ski (nicht extrem), Reisen (Reisemobil) und alles was gemeinsam Spaß macht. BmB an montanara007@mail.de

**RM 01 DD PIR** Ich, 38/174/73 suche Dich 30-42 zum Wandern, Klettern und gemeinsame Zukunft. bergsteiger2005@gmail.com

**Raum Hamburg:** Sehnsucht nach Miteinander: an Tisch und Bett, am Meer und in den Bergen; (Wasser-)Sport treiben, aber auch gemeinsam Ruhe finden; rot trinken, grün wohnen, Klassik hören; Raum geben und sich nehmen; zuhören und (zu)gehört werden; vertrauen und sich anvertrauen... nicht unbedingt alles, aber gern eine Auswahl davon, und gerne mit dir?! Zuschrift an mich (57, 175, 70, sportlich und fit) bitte nur aus dem Raum HH+- 100 km; markus.millies@web.de

**ALLGÄU:** Du bist wie ich noch keine 70, schlank, sportlich, ganzjährig bergtauglich, kulturell interessiert, reist gerne und möchtest dein Leben zu zweit genießen, dann melde Dich BmB: bergeundmehr2019@gmx.de

**RM73:** Sportlicher Er, 52/168/63/NR sucht Sie für gemeinsame Touren MTB/Klettern/Wandern/Skitouren/Reisen u. mehr. Freu mich auf Dich. BmB aufbruch18@gmx.de

**s\_ exy\_ chiemgauer\_46@web.de** sucht ebensoliche Sie für's Leben (z.B. Reisen u. Rotwein) und ,n Berg (z.B. ST u. KL). BmB.

Rm 88/87: I'm looking for you, pretty woman. Ich: 57, 179, 77, NR, sportlich, ehrlich, naturverbunden. Du: natürlich, fröhlich 50-57, ca. 160-170, schlank, sportlich, attraktiv, NR. Liebst die Berge, hast Spaß/Leidenschaft für MTB, RR, Ski-T, Ski-A, BT, Trekking, ev. Campen, Freunde treffen und suchst die Zweisamkeit. Dann traue dich, BmB an: milestone18@t-online.de

**Raum Augsburg/Allgäu:** Ying und Yang, Festhalten und Loslassen, Berge und Meer, Skitouren und Segeln, Gelassenheit und Aufregung, Natur und Kunst, .... Das Leben ist eine Wanderung zwischen den Polen. Bist Du jung geliebt und bereit zu einer kleinen Wanderung, dann melde Dich bei mir (51/1,70/68) BmB, ying67yang@web.de

**Suche Dich** aus dem wilden Sipara la vida, für kl. u. gr. Abenteuer, eine 56, Powder, Regentage, gu. Rotwein... ab Anfang 40. Ich: 54, 168, 62 kg, sportl., guapo, örtl. flex... :) mail@alcaban.de

**RM88:** Du liebst die Berge im Sommer wie im Winter? Dann bist Du bei mir genau richtig! Ich (Dr./39/172) suche eine sportliche, kulturell interessierte Partnerin für gemeinsames Glück BmB: jan.spowi@web.de

DA/HP/HD Extrem mittelmäßig gut aussehender Bergfan, 54, mit extrem tollem Hund sucht zierliche Frau mit flachem Bauch und Lust auf Berge! Wenn bei Dir Körpergröße-Gewicht min. 110 ergibt, wäre das fein. Klingt kompliziert, aber ich mag eben kluge Frauen! Ich selber liebe die Berge zu jeder Jahreszeit, kann nicht kochen, dafür ganz gut handwerkeln und mag es auch, einfach nur mal so rumzuwohnen. Wenn Du Dir jetzt sagst: Der Jürgen (eigentlich heiße ich ja Heiko, aber zur Wahrung der Anonymität verwende ich den Namen Jürgen) scheint ja ein ganz Netter zu sein, den schau ich mir an, dann tu das! Wenn ich Dir dann doch nicht gefalle, mach bitte 'nen Aushang beim REWE für mich! wiegandheiko@web.de

**Rm72 Sportl.** Akad. 53/171 sucht Pendant für Rad-, Berg- o. Skitouren, Natur, Kultur, Reisen, Genuß u. humorvolles Leben, BmB panorama@schreib-doch-mal-wieder.de

**Kuscheln** vor'm Kamin nach der Skitour, a leckere Brotzeit beim Felsklettern, sich vom Arbeitstag erzählen, ... Träume eines Mittvierzigers, der an die Liebe glaubt. Du auch? **chiemsee-liebe@web.de** (BmB)

**Berliner,** ortsungebunden, 24/177, schlank, zuverlässig, mit Herz, Verstand will dich finden. Eine Zukunft voller unterhaltsamer Entdeckungen erwartet uns. gemeinsam7@gmx.de

**Rm 71/STR Ich 33/185/NR/ Referent,** humorvoll, sportlich, zielstrebig, neugierig, liebe (Fern-)Reisen, Spaziergänge, Seen, wandern, schwimmen, Therapie, Musical, leckeres Essen-(kochen), Kino, Klettersteige, Meer/Strand, Konzerte **Suche Dich :-)** **schreibmicha@aol.com**

**RM7/8:** Jugendlicher Endsechziger, 172, topfit, möchte mit Dir Berg u. Tal, Reisen, Rad, Kultur u.a. gemeins. erleben. Ich freue mich auf Deine mail, wenn mögl. m. Bild glueckzuzweit@gmx.net

**RM 83 ER** (60/178/64) sucht Sie für MTB, Bergg., Reisen, Skitouren, uvm, BmB an mail-an-stuppenwolf1958@web.de

**Rm 88:** holziger Schwabe (27, 189, 79, NR, bunt, Berge, Vielfraß) sucht Outdoorlady <3. Ready? age9@gmx.de

**RM7:** ich 47/1,89 suche nette Partnerin für Skitouren, Klettern, MTB und gemeinsame Zeit. BmB an vanlech@t-online.de

**Attr., sportl. Allgäuer** (39) sucht nettes, bodenst. Mädel (25-42) für Reise durchs Leben, Campen, Berge, Action & Lagerfeuer BmB dg35@gmx.de

**Saar-Pfalz:** Ich, Jg 54, sportlich, liebe RR, MBK, Wandern, Reisen im Camper, Musik + Flohmärkte suche passendes Pendant: Berg.R.Adler@web.de

**Rm vom Main zur Donau:** Versuche auf diese Weise, einen privaten 2-Mann-Frau-Summit-Club zu gründen, der die privaten Interessen und beruflichen Tätigkeiten räumlich und zeitlich vereinigen kann. Sie sollte 158-165cm groß und 55-59J. alt, nicht gerade akademisch und auf die Gründung eines Hausstandes bedacht sein. Die Begeisterung für die Berge und Natur wird vorrausgesetzt. topoftheworld@gmx.de

ER SUCHT IHN

**Rm 7/8:** Wandern, Kultur oder mehr? Naturverbundener Er 49J 184 schlank NR freut sich auf Dich. BmB: soki69@gmx.net

FLOHMARKT

**Lowa Bergschuh Gr. 39,5/6 Leder/** Vibram, 4x getragen. VB €170,- 0171/782 9349

Mammut Redburn Mid GTX, Gr. 42,5, altes Modell, guter Zustand, wenig getragen, €60. Fotos a.A. katja\_schuhe@t-online.de

Zwei Paar **Dynafit-Tourenski-Bind.,** 640 Gr. inkl. Ski und Harsch-Eisen. Je €150.- **Daunenschlafsäcke,-**30Grad, je €50,- Tel.: 089 8001134

**ASOLO-Schalenschuhe** Gr.42, 5/8, S, Vibramsohle, 1xgetragen, Top-Zustand, €200, Foto vorhanden, 0160 3502570

**Kletterschuhe Da Gr. 38,** neu, 40 €+Porto 0176-39949348 **Hallenseil** 40m, 20 € +P.

**HANWAG-Tourenstiefel,** Sirius, Steig. Eis.fest, Gr. 43, 2x getr., NP 360€, VP 110€, Tel: 08151/29500

**Fritschi Diamir Scout,** Neu Grösse SM Originalverpackt, HDH, 0178-8452906

Suche gut erhalt. Markenzelt (bis 2,4 kg), Trekkingschuhe (Gr. 40-41), Expeditionsbergsch. : joe.alle@gmx.de

**Lowa Bergschuh Lady Light,** UK 5,5, neu. NP220€ für VP140€. 089/1419351

**Turn-Ski-Schuh Transalp,** 2xgetr., Größe 30,5, NP €500,-, für €250. 0175/4010099



# Einfach und schnell selber buchen unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)



Sie wollen Kleinanzeigen in einem geeigneten Umfeld schalten oder Ihren Katalog bewerben?

**Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen.**

Registrieren Sie sich jetzt unter [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter [kleinanzeigen@guj.de](mailto:kleinanzeigen@guj.de) oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer:

**(040) 37 03-53 26**

**BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2019: bitte ankreuzen**

<b>Rubrik A</b>	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
<b>Rubrik B</b>	<input type="checkbox"/> Sie sucht Sie	<input type="checkbox"/> Er sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
<b>Rubrik C</b>	<input type="checkbox"/> Flohmarkt			

Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 35 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar. **Keine Rechnungsstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt.** Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.

	Rubrik A	Rubrik B	Rubrik C
	15,35	32,13	8,21
	30,70	64,26	16,42
	46,05	96,39	24,63
	61,40	128,52	32,84
	76,76	160,65	41,06

**SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT**

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE31SAP00000031421, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

**HINWEIS:** Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname: _____	IBAN: _____
Straße: _____	BIC: _____
PLZ/Ort: _____	Kreditinstitut: _____
Tel.: _____	Ort, Datum: _____
E-Mail: _____	Unterschrift: _____

Anzeigenannahme-schluss ist am 7.12.2018  
**PANORAMA 1/19** erscheint am 22.1.2019

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 37 03 - 53 26, E-Mail: [kleinanzeigen@guj.de](mailto:kleinanzeigen@guj.de), Internet: [kleinanzeigen.guj.de](http://kleinanzeigen.guj.de)



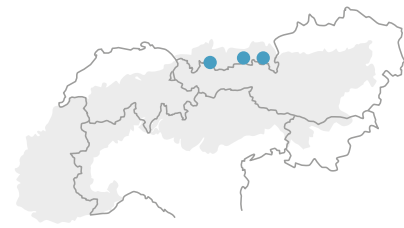


**Bedingt durch den Klimawandel und eine veränderte Nachfrage sind Tourensportler vor allem in kleineren Skigebieten zunehmend willkommen. Dies ist aus bergsportlicher wie naturschützerischer Sicht zu begrüßen, da es zur Besucherlenkung beiträgt, wirtschaftlich interessant ist und hilft, Erschließungsfantasien à la Riedberger Horn zu vermeiden.**

Text: [Manfred Scheuermann](#)

**W**ie mit dickem Zuckerguss überzogen wirken die makellosen Skiberge des Heutals. Endlich hat es wieder richtig geschneit, so wie früher häufig in diesem Hochtal. Das zieht Tourengeherinnen und Tourengeher in Scharen an: Geschätzte 500 haben sich heute das strahlend weiße Dürrnbachhorn, ebenso viele den Paradeberg Sonntagshorn vorgenommen. Zu diesen tausend Gästen gesellen sich noch die Schneeschuhgeher, Lang-





Tief verschneit lockt das beliebte Dürrnbachhorn, das die Tourenger von Seegatterl und der Winklmoosalm in Bayern oder vom österreichischen Heutal aus erreichen.



Foto: Walter Kellermann

# Skigebiete im Wandel

Heutal – Spitzingsee – Tegelberg

läufer, Winterwanderer, Pistenskifahrer und Familien, die im idyllischen Heutal ein geruhsames Wochenende verbringen. Sanfter Tourismus auf hohem Besucherniveau, möchte man meinen. Doch verglichen mit der Hetze, die in den nahe gelegenen Salzburger Skigebietern herrscht, geht es hier selbst an Spitzentagen beschaulich zu.

Zwei parallel verlaufende Aufstiegsspu- ren weisen den Weg, der Richtung Dürrn- bachhorn zu etwa drei Vierteln entlang

der Piste verläuft. Diesen Abschnitt hat sich der neue Skitourenlehrpfad zu Eigen gemacht, er wird im Dezember 2018 eingeweiht. „Das Heutal soll dadurch für Tourenger weiter aufgewertet werden“, so der Manager der Heutallifte. Diese Klientel verspricht ein wachsendes Geschäft. Im schneereichen Heutal ist es noch nicht zuerst der Klimawandel, sondern die Nachfrage, die unter Pistenski- fahrern über Jahre zurückge- gangen, unter Tourengern dagegen kontinuierlich ge- wachsen ist. So kam dem Liftbetreiber die Idee, einen ersten „internationalen“ Ski- tourenlehrpfad einzurich- ten, der auch als Erster die Grenzen eines Pistenski- gebiets nicht überschreitet. Als international gilt er, weil er in Österreich liegt, die meisten Tourenger aus dem nahen Bayern kom- men und er vom DAV, vom ÖAV und von

der Salzburger Kampagne „Respektiere Deine Grenzen“ unterstützt wird. Schon das erste Lehrpfad-Schild vermittelt Naturschutz, wie auch die dicht daneben ste- henden Tafeln der Kampagne „Natürlich auf Tour“. Diese DAV-Kampagne zum Schutz der Natur erfreut sich hier nach nur zwei Jahren Laufzeit hoher Akzeptanz, die meisten Tourenger und Tourenger- herinnen halten sich an die

Regeln. Auch der Lehrpfad wird zur Besucherlenkung beitragen, was angesichts der hohen Frequentierung des Heutals sehr zu begrüßen ist.

Es scheint, als öffne sich das Tal mit dieser und ähn- lichen Initiativen nun tat-

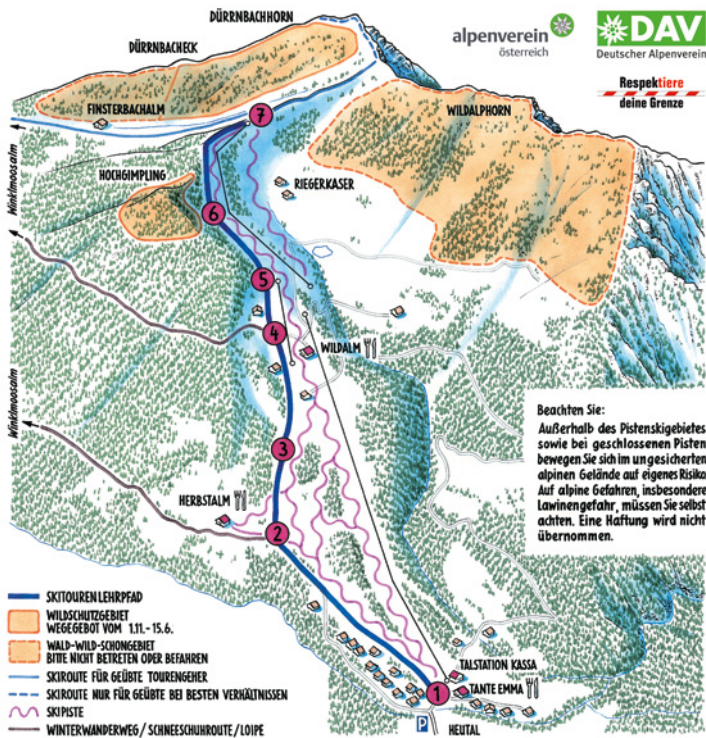
sächlich dem nachhaltigen Tourismus. Nichts ist mehr zu spüren von den einst vehementen Plänen, das kleine Heutalski- gebiet mit der Skiregion Winklmoosalm/





- › Der Skigebietsbetreiber setzt offenbar nicht mehr auf Anschluss an die benachbarte Skiregion, sondern auf nachhaltigen Tourismus, auf Tourengeher, Winterwanderer und Familien.
- › Erster „internationaler“ Skitourenlehrpfad, der zugleich die Grenzen eines Skigebiets nicht überschreitet.
- › Attraktives Angebot für Tourengeher, das dazu beiträgt, die Überwinterungsgebiete sensibler Tierarten störungsfrei zu halten.

**Wichtige Info für Tourengeher:** Der neue Skitourenlehrpfad endet an der Bergstation des oberen Heutalskilifts. Er ist nur bei geöffneten Pisten vor Lawinen gesichert (Informationen einholen!). Bei geschlossenen Pisten und im ungesicherten alpinen Gelände oberhalb/außerhalb der Pisten müssen alpine Gefahren, insbesondere die Lawinengefahr, beachtet werden. Lawinen-Notfallausrüstung ist erforderlich. Ab diesem Winter erfolgt die Pistenpräparierung im Heutal am Windenseil. Sperrungen sind dringend zu beachten, es besteht Lebensgefahr! „Tourenabend“ mit geöffneten Hütten ist dienstags und donnerstags. Weitere Info: [skiheutal.at](http://skiheutal.at)



- 1 Routenverlauf, Natur- und Umweltschutz, DAV-Regeln für Skitouren auf Pisten
- 2 Lawinen-„Basics“
- 3 Hangsteilheit bestimmen und Praxistest
- 4 Lawinen-Abgang – Gebrauch der Notfallausrüstung
- 5 Lawinenfaktor Gelände
- 6 Lawinenfaktor Wetter
- 7 Lehrpfadgipfel – Verhaltensgrundlagen Aufstieg und Abfahrt

Über sieben Stationen im Skigebiet führt der neue „internationale“ Skitourenlehrpfad im Heutal. Wer vom Ende des Lehrpfades an der Bergstation des oberen Liftes (Station 7) zum Durribachhorn weitergeht, ist im alpinen Tourenengelände und muss auf alpine Gefahren wie Lawinengefahr achten!



Weit reicht der Blick beim Aufstieg zur Rotwand. Die hochattraktive Ostseite des Spitzingsee-Skigebiets gehört jetzt ganz den Tourengeherinnen und Tourengeheren.

Zeichnung: Sebastian Schrank (2), Foto: Andreas Strauß

Steinplatte zu verbinden. Dass daraus nichts geworden ist, ist allerdings in erster Linie der „Aktionsgemeinschaft zum Schutze der Saalforste und des Sonntagshorns e.V.“ zu verdanken, die sich über Jahrzehnte erfolgreich dagegen gewehrt hat. Wie gut wäre es, wenn der jetzt eingeschlagene Weg zum Erfolg führte und es

die Aktionsgemeinschaft in Zukunft gar nicht mehr bräuchte.

Wechsel zum **Spitzingsee**, dem traditionsreichen Skigebiet vor den Toren Münchens. Wie Zuckerhüte erheben sich die Skiberge zu beiden Seeseiten. Sie bieten seit Generationen Skigenuss vom Feinsten. Doch es gibt Veränderungen: Schneemangel und auch hier gesunkene Nachfrage

der Skifahrerinnen und Skifahrer hatten den Skibetrieb auf der Taubensteinseite östlich des Sees nicht mehr rentabel durchführen lassen. So entschieden sich die Betreiber der Alpenbahnen Spitzingsee, den Skibetrieb dort einzustellen und Investitionen auf das Skigebiet rund um Stümpfling und Roßkopf westlich des Sees

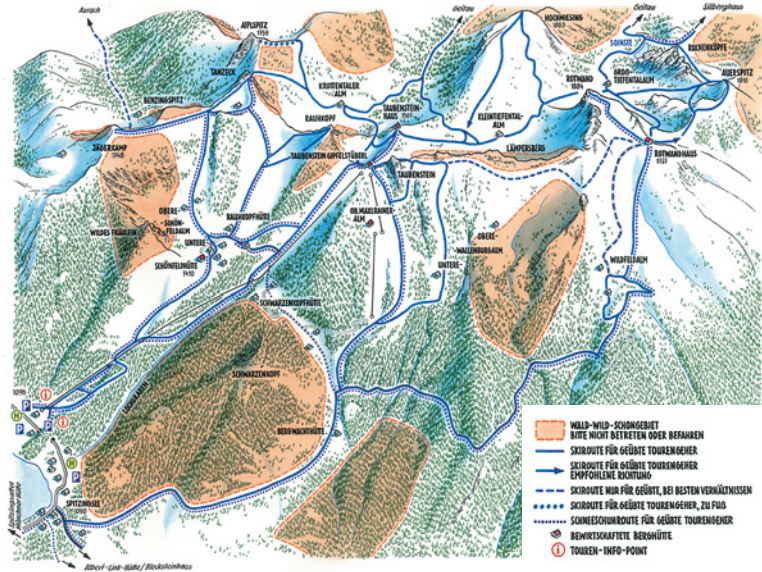




## Neu am Spitzingsee

- › Info-Point für Skitouren- und Schneeschuhgeher am zentralen Ausgangspunkt mit Hinweisen zu Sicherheit und Naturschutz
- › Naturverträgliche Schneeschuhrouten für das gesamte Spitzingsee-Rotwandgebiet ab Winter 2018/19
- › Rund die Hälfte des Skigebiets wird Tourengebiet, dadurch wird die räumliche Trennung von Pistenskifahrern und Tourengehern angestrebt. Lifte am Taubenstein sind abmontiert, Erweiterungsplanungen im Skigebiet scheinen auch hier vom Tisch zu sein.

**Wichtige Info für Tourengeher:** Die Taubensteinseite östlich des Spitzingsees ist ungesichertes alpines Gelände. Alpine Gefahren, insbesondere die Lawinengefahr, müssen beachtet werden. Lawinen-Notfallausrüstung ist erforderlich. Pistenskibetrieb gibt es auf der Westseite des Spitzingsees (Stümpfling, Roßkopf, Sutten) und sporadisch an den Maxtrainer-Liften (für Hüttengäste). Dort sind die DAV-Regeln für Skitouren auf Pisten und Sperrungen während der Pistenpräparierung am Windenseil dringend zu beachten. „Tourenabend“ auf der Taubensteinseite ist donnerstags und an weiteren Tagen ([alpenverein-muenchen-oberland.de/schoenfeldhuette](http://alpenverein-muenchen-oberland.de/schoenfeldhuette); [taubensteinhaus.de](http://taubensteinhaus.de); [alpenbahnen-spitzingsee.de](http://alpenbahnen-spitzingsee.de)).



Die neue Tourengebiets-Illustration am Tourengeher-Info-Point Taubenstein und an anderen Standorten im Gebiet dient der Orientierung. Sie verzeichnet die Tourenziele, die naturverträglichen Ski- und die neuen Schneeschuhrouten, Wald-Wild-Schongebiete, im Winter bewirtschaftete Berghütten und vieles mehr.

zu konzentrieren. Die klare Trennung verspricht Erfolg und geht nicht einher mit Erweiterungsideen. Ganz im Gegenteil: Die beiden Skilifte zu Rauhkopf und Taubensteinssattel sind abmontiert, die Taubenstein-Seilbahn fährt nur noch im Sommer. Beachtliche Einnahmen generiert die Bahn allerdings noch am Tourengeher-

Parkplatz an der Talstation, denn die Taubensteinseite des Spitzingsees ist unter Skitourenfreunden beliebt und hat durch die Stilllegung des Skigebiets weiter gewonnen. Und man hofft, dass durch die Aufwertung der Taubensteinseite künftig weniger Skitourengeher entlang der Pisten im Stümpfling-Roßkopf-Skigebiet unterwegs sein werden.

Da sich vom Taubenstein-Parkplatz an guten Tagen zwischen 500 und 1000 Skitouren- und Schneeschuhgeher auf den Weg nach oben machen, liegt es nahe, diesen zentralen Ausgangspunkt zu nutzen: Ab diesem Winter gibt es dort den „Tourengeher-Info-Point“ inklusive eines LVS-Check-Points zur Kontrolle der Lawinen-





## Neu am Tegelberg

- ▶ Hauptskipiste wird zur „Freeride-Abfahrt“, Familienskigebiet in Talnähe bleibt erhalten.
- ▶ Untere Hälfte der Abfahrt wird für Tourenger und Freerider beschneit, die gesamte Abfahrt weiterhin mit Pistenwalze am Windenseil präpariert.
- ▶ Dem neuen Konzept werden gute Chancen eingeräumt: Der Tegelberg ist unter Tourengern sehr beliebt, profitiert wird v.a. durch Parkgebühren, Hütteneinkehr und Imagegewinn.

**Wichtige Info für Tourenger:** Die Skiabfahrt am Tegelberg ist nur dann vor Lawinen gesichert, wenn sie geöffnet ist (Informationen einholen!). Alpine Gefahren, insbesondere die Lawinengefahr, müssen ggf. beachtet werden, Lawinen-Notfallausrüstung ist ggf. erforderlich. Sperrungen während der Pistenpräparierung am Windenseil müssen weiterhin dringend beachtet werden, es besteht Lebensgefahr! „Tourenabend“ ist am Donnerstag. Weitere Info: [tegelbergbahn.de](http://tegelbergbahn.de)

Verschütteten-Suchgeräte. Als Partner dabei sind das „Lawinencamp Bayern“, das Landratsamt Miesbach, die Alpenregion Tegernsee-Schliersee, die Bergbahn, der DAV und die DAV-Sektionen München & Oberland. Informationstafeln der DAV-Kampagne „Natürlich auf Tour“ bilden jetzt das gesamte Tourengebiet östlich des Spitzingsees ab, erstmals mit den für Schneeschuhgeher geeigneten Routen. Letztere hat eine vom DAV initiierte Expertengrup-

pe nach bewährten Kriterien Sicherheit, Naturverträglichkeit und Attraktivität ausgewählt. Allerdings muss klar sein, dass Schneeschuhrouten wie Skirouten im alpinen Gelände verlaufen, wo jeder auf alpine Gefahren, insbesondere die Lawinengefahr, selbst achten muss! Jetzt braucht es noch ein wenig Toleranz, dann sollten sich in diesem facettenreichen Tourengebiet Skitouren- und Schneeschuhgeher nicht in die Quere kommen. Und ein wenig Zurückhaltung, damit es auch die Wildtiere gut über den Winter schaffen.

Weiter im Westen ist der Blick vom **Tegelberg** ins Alpenvorland bestechend. Wie ein Brett erscheint die tief verschneite Ebene um den Forgggen- und Bannwaldsee, am Rand die berühmten Schlösser König Ludwigs II., dahinter die schroffe Kette der Tannheimer Berge. Allein diese Aussicht lohnt hier eine Skitour. Gute Erreichbarkeit auch für eine schnelle Tour am Abend und das herausfordernde Skigelände locken bei ausreichend Schnee Dutzende, an manchen Tagen auch hier wieder Hunderte Skitourengeher zum Tegelberg. Skifah-

ren hat hier fünfzigjährige Tradition und ist ebenfalls im Wandel. Auf den ersten Blick ein wenig bizarr mutet die neueste Entwicklung an: Weil der Unterhalt der Hauptskipiste von der Bergstation der Tegelbergbahn ins Tal teuer ist und die Piste selbst im schneereichen Winter 2017/18 nur an wenigen Tagen geöffnet war, wird sie ab sofort als „Skiroute“ (nach DIN 32912) im Sinne einer Freeride-Abfahrt geführt. Was bedeutet, dass die Abfahrt, in deren Randbereich die Skitourengeher aufsteigen, zwar weiterhin präpariert wird; es gibt aber keine Pistenkontrolle mehr. Die Abfahrt wird weiter vor Lawinen gesichert, wenn sie geöffnet ist. Das Spezielle: Die untere Hälfte der Abfahrt wird weiterhin beschneit, nicht mehr für Pistenkifahrer, sondern für Tourenger und Freerider.

Zum einen möchte man mit der Seilbahn weiterhin Skifahrer transportieren, die den unteren, südwestexponierten Teil der Abfahrt ohne Beschneigung nur selten befahren könnten. Zum anderen will man auf

die Skitourengeher nicht verzichten, die ebenfalls Schnee auf der unteren Abfahrthälfte brauchen. Profitiert wird an

Skifahren  
ist hier  
**ebenfalls  
im Wandel**





Fotos: Tegelbergbahn, Manfred Scheuermann, Foto Arnold

den seilbahnfahrenden Freeridern und an den Tourensportlern. Die zahlen Parkgebühren und kehren gerne in der Rohrkopfhütte oder im Tegelberghaus ein. Zudem nutzt das Ganze dem Image des Tegelbergs, dessen Familienskigebiet in Talnähe erhalten bleibt. Folglich gewinnen alle, und so darf man zur Einschätzung der ungewöhnlichen Beschneigungsfrage aus Umweltsicht in diesem Fall ein Auge zudrücken. Der weitere Betrieb der Anlage verbraucht natürlich Energie und Wasser, trägt aber zumindest in den nächsten Jahren noch dazu bei, dass die zumeist einheimischen Tourengeher und Freerider diesen attraktiven Skiberg behalten und nicht in entferntere Skigebiete ausweichen müssen. Die Kosten für Beschneigung und Präparierung, pro Saison etwa 30.000 Euro, teilen sich Gemeinde, Liftbetreiber und Hüttenbewirtschafter. Man wird sehen, ob sich die Investition am Ende rechnet, ansonsten gibt es am Tegelberg vielleicht bald weitere Neuerungen. An Ideen dürfte es nicht mangeln.

**Am Abend kehrt Ruhe ein. Gipfelstation der Tegelbergbahn, aufgenommen vom höchsten Punkt der Skitour. Höhepunkt des Skilaufs am Tegelberg war vor etwa 50 Jahren. Dieser Gipfelloift und zwei Sessellifte sind längst abgebaut, heute beherrschen hier die Skitourengeher das Bild.**



**Manfred Scheuermann** ist beim DAV im Ressort Naturschutz und Kartografie für naturverträglichen Wintersport und nachhaltigen Tourismus zuständig und selbst begeisterter Skitourengeher.

**LEKI**

**WE REDEFINE FOLDING POLES**



**BLACK SERIES**

**NEW** 



**CLD** CORE LOCKING DEVICE

- Komfortable Handhabung durch intuitiven Auszugsmechanismus
- Schlanke, gewichtssparende Konstruktion für ein elegantes Stockdesign
- System im Stockinneren vor äußeren Einflüssen geschützt



WINNER

INDUSTRY  
AWARD 2018

ERHÄLTlich AB FRÜHJAHR 2019  
[WWW.LEKI.COM](http://WWW.LEKI.COM)

CARBONBLACKSERIES



# Gemeinsam anders unterwegs

**Wie können Bergbegeisterte trotz Handicap große alpine Abenteuer erleben? In einem Pilotprojekt des DAV sind zwölf Menschen über die Alpen gewandert – über Berge und Behinderungen hinweg.**

**Text:** Anke Hinrichs, Sascha Mache

**Fotos:** Sascha Mache

Über Nacht ist der Regen in Schnee übergegangen. Morgens reicht ein Blick aus dem Fenster der Schweizer Muttseehütte, um zu wissen: Die heutige Etappe wird uns viel abverlangen. Durch unverspurten Neuschnee geht es über den 2500 Meter hohen Kisten-

pass. Der Weg über die Kantonsgrenze von Glarus nach Graubünden bereitet geübten Bergsteigern bei guten Verhältnissen kaum Probleme. Aber von unserer Gruppe lebt die Hälfte mit Einschränkungen im Sehen, in der Motorik oder ist chronisch krank. Mit Selbstvertrauen und hier und da mit einer helfenden Hand kommen schließlich alle gut über eisige Felspassagen und durch wegloses Gelände. Doch das ist erst die zweite Etappe unserer Alpenüberquerung – acht fordernde Tage liegen noch vor uns. Die Gruppe kann sich einiges zutrauen, das haben wir in den vergangenen 18 Monaten

gemeinsam gelernt. Im Allgäu und in Franken hatten wir uns viermal an verlängerten Wochenenden getroffen, die Teilnehmenden lernten sich kennen, machten sich mit den Bedürfnissen und Notwendigkeiten der Einzelnen vertraut, loteten die Möglichkeiten und Grenzen der gemeinsamen Leistungsfähigkeit aus. Für die Transalp wählte die Gruppe eine Route in der Schweiz: durch drei Kantone und Sprachregionen, von Linthal in Glarus nach Malvaglia im Tessin. Um herauszufinden, wie die Gruppe am besten gemeinsam unterwegs sein kann, erprobten wir auf Übungstouren, in welchen Teams sich die Einzelnen gegenseitig unterstützen können. Nach der letzten Test-Tour in Juni war klar, dass wir deutlich länger als die üblichen Gehzeiten brauchten, aber mit der nötigen Zeit jedes Hindernis überwinden konnten: ausge-setzte Passagen, kettenversicherte Felsstufen, Altschneefelder und Blockgelände.

## Neue Erfahrungen inklusive

In der Vorbereitung hatten wir aus über 60 Bewerbungen möglichst unterschiedliche Personen ausgewählt, die Hälfte hat gesundheitliche Einschränkungen wie Multiple Sklerose, Diabetes, cerebrale Bewegungsstörung, Sehbehinderung oder einen erfolgreich behandelten Hirntumor. Auf Personen mit kognitiven Einschränkungen verzichteten wir bewusst, angesichts der großen Eigenverantwortung, die auf Tour gefordert sein würde.

Die Gruppe war bunt gemischt, was das Alter und die Berufe betrifft. Auch beim sozialen Hintergrund war uns möglichst große Vielfalt wichtig. Beim Start der Transalp Ende August war die Spannung groß. Wie viele aus der Gruppe würden die ganzen zehn Tage mit schwerem Rucksack durchhalten? So eine lange Tour hatte vorher kaum jemand gemacht. Unterwegs war es dann ein stetiges Herantasten und Ausprobieren. Gelände und Wegbe-

*Der anspruchsvolle Abstieg unterm Rheinwaldhorn verlangt Trittsicherheit und Teamwork.*





## Alpenverein aktuell



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

schaffenheit wechselten, ebenso auch Form und Umfang der gegenseitigen Unterstützung. Mal war eine stabilisierende Hand gefragt, wo jemand beide Füße nicht gleich stark belasten konnte und eine ausgesetzte Stelle präzises Balancieren verlangte. Bei anderer Gelegenheit brauchte es Regenschutz,

wenn die Papierstreifen für eine Blutzuckermessung immer wieder durchnässten und das Testergebnis verfälschten. Andererseits war es Teilnehmenden mit Handicap auch wichtig, möglichst selbstständig unterwegs zu sein, etwas alleine zu schaffen, was ihnen in ihrem Alltag oft nicht zugetraut wird.

Am Ende konnten alle zwölf Teilnehmenden die komplette Tour durchgehen und ohne Unfall oder größere Blessuren stolz das Ziel erreichen. Die Gruppe meisterte dabei exponierte Schlüsselstellen im Schneeregen, genoss wunderschöne Ausblicke im Sonnenschein und bewies, wozu so eine besondere Gruppe gemeinsam in der Lage ist. Ein schönes Beispiel, das Mut zum Nachahmen macht.



Der Hochtourenführer **Sascha Mache** und die selbst von Geburt an körperbehinderte **Anke Hinrichs** leiteten die Tour fachlich und organisatorisch gemeinsam mit der Erlebnispädagogin Christiane Werchau.

## WIR SCHÜTZEN SIE GEGEN NÄSSE - EFFEKTIV, NACHHALTIG, UMWELTFREUNDLICH.

### NASS?

Schmutz und aufgesogenes Wasser verhindern, dass Schweiß nach außen entweichen kann. Die Jacke fühlt sich klamm und kalt an.

### TROCKEN!

Eine mit Nikwax gereinigte und imprägnierte Jacke kann atmen und sorgt für ein warmes, trockenes Tragegefühl.

**Nikwax Tech Wash**  
 Effektives Waschmittel für die Verwendung in der Waschmaschine. Bewahrt die wasserabweisenden Eigenschaften.



**Nikwax TX. Direct**  
 Sichere, leistungsstarke Imprägnierung für die Verwendung in der Waschmaschine. Frischt gleichzeitig die Atmungsaktivität auf.



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



**UMWELTFREUNDLICHE ZUSAMMENSETZUNG**  
 Wasserbasierend, nicht-persistent, PFC-, Treibgas- & Lösungsmittel-frei.



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



**NATURSCHUTZ**  
 Nikwax unterstützt Umweltschutzprojekte auf der ganzen Welt.



**REDUZIERUNG DES EIGENEN KONSUMS**  
 Nikwax-Pflegeprodukte verlängern die Lebensdauer Deiner Ausrüstung.

**NIKWAX**  
 EASIER | SAFER | DRIER

**NIKWAX GRATISPROBEN**  
 Spielen Sie bei unserem WebQuiz mit: [nikwax.de/1811NPDAV](http://nikwax.de/1811NPDAV)



Naturschutztagung und Bundesfachtagung Ausbildung des DAV

# Kante zeigen – Nachwuchs fördern

Bildung für Nachhaltige Entwicklung, naturverträglicher Bergsport, Perspektiven des Naturschutzes im DAV und Mobilität – das waren die großen Themenklammern der diesjährigen DAV-Naturschutztagung in Dresden Ende September. Rund 100 Naturschutzreferentinnen und Naturschutzreferenten der Sektionen diskutierten über ak-

DAV schon in eine gute Richtung läuft, aber noch ein gutes Stück zu gehen hat.

## Info und Austausch

Dass viele Dinge – allem voran die zentrale Ausbildung von Trainerinnen und Trainern – schon gut laufen, war auch ein Ergebnis der zeitgleich in Frankfurt stattfindenden

relevante Themen diskutiert, von den klimabedingt schwieriger werdenden Bedingungen bei der Hochtourenausbildung über die Nachhaltigkeit von Sektionsangeboten bis zur Risikokultur in Kletterhallen. Es herrschte Einigkeit darüber, dass es neben „neueren“ Sportarten wie dem Mountainbiken oder Hallenklettern eine erheb-



tuelle und zukünftige Wege, um den Bergsport und den DAV nachhaltiger zu machen. Was es dazu braucht? Im Naturschutz „klare Kante“ zeigen und sich mit anderen Akteuren vernetzen, so der Rat des Gastredners Dr. Thomas Gröger aus dem Sächsischen Ministerium für Umwelt und Landwirtschaft. Viel Raum für Diskussion bot der Vortrag von DAV-Vizepräsident Rudi Erlacher über „Bergsport und Naturschutz im Anthropozän“. Erlacher kritisierte, dass heute die Gesellschaft – Bergsteiger eingeschlossen – alles möglich machen will. Nach dem Motto „Mein Wille geschehe“ wurden selbst schwer erreichbare und wilde Bergregionen immer stärker erschlossen und durchdrungen.

Die fast – 2019 – 150-jährige Vereinsgeschichte des DAV gab Anlass für eine kritische Standortbestimmung und einen Blick in die Zukunft. Einhelliger Wunsch fürs Jubiläumsjahr: ein ordentlicher Schub für das Thema Nachhaltigkeit, bei dem der

*Bergsport ermöglichen – Natur schützen: Auf den beiden großen DAV-Fachtagungen Ende September gab es viele Informationen und Diskussionen zu den beiden Kernaufgaben des DAV.*



Bundesfachtagung Ausbildung. 150 Ausbildungsreferentinnen und Ausbildungsreferenten erhielten einen detaillierten Einblick in aktuelle Ausbildungs- und Sicherheitsfragen. In Fachforen wurden verschiedene ausbildungs- und bergsport-

liche gemeinsame Anstrengung innerhalb des DAV braucht, um Hochtouren und Skihochtouren als „Königsdisziplinen“ des alpinen Bergsteigens zu erhalten. Der Auftrag an den Bundesverband wie die Sektionen: junge Talente erkennen, fördern



und an die Ausbildung zur Trainerin oder zum Trainer heranzuführen. Denn diese haben in Vereinen eine Schlüsselfunktion und sind maßgebliche Erfolgsfaktoren für die Mitgliederentwicklung. Das betonte bereits Gudrun Schwind-Gick, die Ressortleiterin Bildung im DOSB, zu Beginn der Tagung in ihrem Impulsvortrag. cf



Fotos: DAV

### Förderverein Alpines Museum

## Kulturbotschafter

Mitte September 2018 wurde der Förderverein Alpines Museum feierlich aus der Taufe gehoben. DAV-Präsident Josef Klenner und DAV-Vizepräsidentin Melanie Grimm führten die 66 aus ganz Deutschland angereisten Gründungsmitglieder in den Abend ein. Ziele des Vereins sind ein besserer Austausch mit Sektionen, DAV-Mitgliedern und Museumsbesucherinnen und -besuchern. Der Verein soll Botschafter und Lobbyist für das Alpine Museum sein, vom privaten Freundeskreis bis zur Politik. Auch soll er außerordentliche

Aufgaben und Ziele der Kulturarbeit im DAV finanziell und durch Mitarbeit unterstützen. Weitere Mitglieder,

**Anfragen an:**  
alpines.museum@alpenverein.de;  
[alpenverein.de/Kultur](http://alpenverein.de/Kultur)

Sektionen wie Privatpersonen, sind herzlich willkommen, um das Museum besser in der breiten Öffentlichkeit zu verankern. red

PRODUCED BY

**MOVING**  
MOUNTAIN ADVENTURES

Adam Ondra. © Dieter Deventer



DIE BESTEN  
OUTDOOR- UND  
ABENTEUERFILME  
DES JAHRES!

**JETZT TICKETS  
SICHERN!**



**MAMMUT**  
SWISS 1862



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



ALLE INFOS, TRAILER, TERMINE  
UND MEHR UNTER **WWW.EOFT.EU**







Foto: DAV

Obertauern zum Mitgliedertarif

## Schnee schnuppern

Fünf Mal schlafen, vier Mal bezahlen bei Anreise am Sonntag: Das DAV-Haus Obertauern startet vom 26. November bis 21. Dezember mit seinen traditionellen „Schneeschnupperwochen“ in die Wintersaison. Das DAV-Haus liegt im Zentrum von Obertauern und wurde 2017 umfassend modernisiert. Neben einer energetischen Sanierung wurde auch der Komfort erhöht; alle Zimmer haben nun Dusche und WC. *red*

**Reservierungen und weitere Infos:**  
info@dav-haus-obertauern.de, [dav-haus.de](http://dav-haus.de)



## Bergführerkurse Kaunergrathütte

Bewährtes alpines Kursprogramm der DAV-Sektion Mainz mit Staatlich geprüften Tiroler Bergführern rund um die Kaunergrathütte (2817 m). Teilnehmen können DAV-Mitglieder aller Sektionen.



- Bergsteigen für Einsteiger
- Hochtouren für Einsteiger und Fortgeschrittene
- Alpinklettern
- Eisklettern

**Kontakt:** DAV Mainz, Manfred Neuber  
neuber.manfred@arcor.de  
0178/754 52 03  
dav-mainz.de

DAV-Werkstatt 2019 „Entwicklung<sup>3</sup>“ am 15./16.2.19

## Kommen und mitreden!

Bei der DAV-Werkstatt – dem großen Dialogforum des DAV-Bundesverbands – kommen engagierte und interessierte Menschen im DAV zusammen, um gemeinsam über aktuelle Fragen und Zukunftsthemen zu diskutieren. Die Werkstatt im Jubiläumsjahr 2019 in Leipzig wird erstmalig für Mitglieder mit einem begrenzten Kontingent geöffnet und ermöglicht somit den übergreifenden Dialog zwischen Ehrenamtlichen, Hauptberuflichen und den Mitgliedern im DAV. Die Werkstatt in Leipzig widmet sich den drei Schwerpunktthemen „Digitale Entwicklung“, „Sport- und Verbandsentwicklung“ und „Nachhaltige Entwicklung“. Diese werden mit Leitvorträgen von prominenten Persönlichkeiten (Veronika Rücker, CEO des DOSB; Andreas Huber, Deutsche Gesellschaft Club of Rome u.a.) eingeführt und mit interessanten Unterthemen in neun Foren diskutiert. Alle Mitglieder und Ehrenamtlichen sind herzlich eingeladen, sich und der Verbandsspitze mit Präsidium und Verbandsrat die Meinung zu sagen. Das Motto der Werkstatt 2019 „Entwicklung<sup>3</sup>“ spielt auf den rasanten Wandel in

**Alle Infos unter:**  
[alpenverein.de/dav-werkstatt](http://alpenverein.de/dav-werkstatt)



Staat und Gesellschaft an. Ein imposanter Filmabend rundet die Veranstaltung ab: Gezeigt wird die DAV-Jubiläumstour „Berge<sup>150</sup>“ – eine Zeitreise durch ein turbulentes Jahrhundert der Geschichte des Genres Bergfilm. *sw*

Klimawandel und Klimaschutz im DAV

## Bewegung fängt im Kopf an

Unter diesem Motto präsentierte sich der DAV am 8. und 9.9. gemeinsam mit den Partnern der Klima-Allianz Bayern im Rahmen der Bayerischen Klimawoche auf dem Streetlife Festival in München. In seiner Eröffnungsrede zur Klimawoche erklärte Staatsminister Dr. Marcel Huber, dass die Bayerische Staatsregierung ehrgeizige Klimaziele verfolge. Bis 2050 sollen beispielsweise die Treibhausgasemissionen erheblich reduziert werden. Der DAV leistet seinen Beitrag zum Klimaschutz in Form von innovativen Ideen zur Anpassung im Alpenraum und im Bergsport. Im Projekt „Bergsport mit Zukunft“, das vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz gefördert wird, werden Handlungsempfehlungen für den Bergsport aufgezeigt. Neben der öffentlichen Anreise zu Touren können durch Ansätze wie „reparieren statt neu kaufen“ Ressourcen eingespart werden. *red*



Foto: DAV

**Weitere Informationen zum Projekt unter:**  
[alpenverein.de/Klimaschutz](http://alpenverein.de/Klimaschutz)



Naturverträgliche Ski- und Schneeschuhtouren

## DAV-Gütesiegel für Schwarzwaldführer

Der Schwarzwald ist durch seine Lage und gute Erreichbarkeit ähnlich wie die Bayerischen Alpen seit jeher Magnet für Erholungssuchende aller Art. Relativ neu ist der Ansturm von Skitouren- und Schneeschuhtouren, die in dieser attraktiven Mittelgebirgsregion vielfältige Möglichkeiten für ihren Bergsport entdeckt haben. Führen Ski- und Schneeschuhtouren jedoch durch sensible Gebiete, können Wildtiere – es geht hier vor allem um die vom Aussterben bedrohten Auerhühner – erheblich gestört werden. Wirkungsvolle Besucherlenkung durch Routenempfehlungen ist im Schwarzwald daher unerlässlich.

Zu dieser Lenkung beitragen werden die neuen Rother-Führer „Skitourenführer Schwarzwald mit Vogesen“ (2. Auflage 2019) und „Schneeschuhführer Schwarzwald“ (1. Auflage 2019), denn sie beschreiben jeweils eine Auswahl der am besten geeigneten naturverträglichen Ski- und Schneeschuhtouren im Schwarzwald und in Teilen der Vogesen. Wichtig zu wissen: Nicht von den angegebenen Routen abweichen, denn schon knapp daneben kann es sehr empfindliche Bereiche geben! Matthias Schopp, der Autor beider Bücher, hat sich eingehend mit Experten der Forstlichen Versuchs- und Forschungsanstalt Baden-Württemberg, des Naturparks Südschwarzwald, des Nationalparks Schwarzwald und anderen Gebietskennern – auch der Vogesen – abgestimmt. Entstanden ist ein Werk, auf dessen Basis jetzt sogar die Besucherlenkung durch Ranger, Schilder oder Informationstafeln geschärft und weiterentwickelt werden soll.

Der DAV zeichnet Führer mit dem Gütesiegel der Kampagne „Natürlich auf Tour“ aus, die sich bei der Tourenausswahl und in der Routenführung an ausgearbeiteten Empfehlungen orientieren. *ms*

Weitere Infos: [alpenverein.de/Natur/Naturvertraeglicher-Bergsport/Natuerlich-auf-Tour/](http://alpenverein.de/Natur/Naturvertraeglicher-Bergsport/Natuerlich-auf-Tour/)

Die beiden Führer sind im Bergverlag Rother erschienen und kosten je € 14,90.



TRUE  
**SKIING**  
since  
**1897**

Europas Ski Onlineshop!

[sport-conrad.com](http://sport-conrad.com)

Skiversand frei Haus.

SPORT  
**conrad**

conrad GmbH // 82377 Penzberg / Bahnhofstraße 20 // 82467 Garmisch-Partenkirchen / Chamonixstraße 3-9 // 82418 Murnau / Obermarkt 18 // 82407 Wielenbach / Blumenstraße 35 // [sport-conrad.com](http://sport-conrad.com)



Sektion Fulda

## 5000 MITGLIEDER

Der DAV Fulda hat im September sein 5000. Mitglied begrüßt. Damit ist die Sektion Fulda der größte Verein in der Region; neben dem Kletterzentrum in Petersberg betreut sie die Steinwand in der Rhön und den alpinen Fuldaer Höhenweg im österreichischen Pitztal. Zudem ist sie Eigentümerin der Enzianhütte in der Rhön. Eines freut den Ersten Vorsitzenden Michael Rutkowski dabei besonders: „Im letzten halben Jahr sind besonders viele Familien zu uns gekommen. Für uns ist das ein besonders schönes Signal, denn es zeigt uns, dass unser Verein mit seinem Angebot attraktiv für alle Altersgruppen ist und mit seinem hohen Jugendanteil von über zwanzig Prozent optimistisch in die Zukunft blicken kann.“

red

Sektion Mülheim

## Kletterangebot für Geflüchtete

Seit drei Jahren existiert das gemeinsame Angebot des Kletterzentrums Neoliet und des Mülheimer Alpenvereins, unterstützt wird es vom Mülheimer Sportbund (MSB) und dem Landessportbund (LSB) NRW. Dafür wurde die Sektion im Oktober mit dem Ehrenamtspreis

des DAV-Landesverbands NRW ausgezeichnet. Ziel des Projektes: Sich kennenlernen, den Weg ins Miteinander finden. Das gemeinsame Klettern war für viele der Einstieg nicht nur in den Sport, sondern auch in den Austausch, die Sprache und die Kultur. Und für die geflüchteten Menschen ein Stück weit der Weg zurück ins normale Leben. Auch die Sicherungskräfte von



*Gemeinsam Spaß haben – im Kletterzentrum funktioniert das prima.*

Neoliet und Alpenverein konnten ihren Horizont erheblich erweitern, das Thema „Flüchtlinge“ verliert so seine Anonymität. Aktuell arbeitet eine kleine Gruppe an einem neuen Konzept und sucht die Zusammenarbeit mit in der Flüchtlingsarbeit tätigen Organisationen und Einrichtungen.

mc/red

**Kontakt und Info:** michael.cremer@alpenverein-muelheim.de

Kaltenberghütte/Sektion Reutlingen

## Neues Winterlager im Verwall

Nachdem 2017 die alte Materialseilbahn und der Winterraum abgerissen wurden, steht ab dieser Saison ein neues Nebengebäude zur Verfügung. Für die Winternutzung als Selbstversorger (AV-Schlüssel bei jeder Sektion) gibt es ein Winterlager mit 14 Plätzen, mit angrenzendem Aufenthaltsraum, offener Küche und einer Wintertoilette im Haus. Für die Sommernutzung in der bewirtschafteten Zeit von Ende Juni bis Anfang Oktober stehen für Selbstversorger neben diesen Räumen zusätzlich vier neue Zimmerlager (14 Betten) und sanitäre Anlagen zur Verfügung. Der Aufenthaltsraum

kann im Sommer – bevorzugt unter der Woche – auch als Seminarraum für Ausbildungen genutzt werden. Auch die Buchung des gesamten Nebengebäudes mit 28 Schlafplätzen ist möglich. Ab Ende Juni 2019 ist das gesamte Gebäude dann wieder bewirtschaftet. red

**Mehr Infos:** [kaltenberghuette.at](http://kaltenberghuette.at), [dav-reutlingen.de](http://dav-reutlingen.de)

Fotos: DAV Mülheim, DAV Reutlingen



*Die Kaltenberghütte (2089 m) bietet Tourenggehern im Winter eine komfortable Selbstversorgerunterkunft.*



# Wir sind DAV!

1 Verband /// 356 Sektionen /// 165.000 Angebote für Mitglieder

Viele Menschen treffen sich im Zeichen des Edelweiß, vereint im Motto: „Wir lieben die Berge!“



**Die Kämpferin**

## Barbara Eichler

**Sektion Lauf a.d. Pegnitz**

Fast vierzig Jahre ist Barbara Eichler DAV-Mitglied, seit 1988 in der Sektion Lauf a.d. Pegnitz. Von 1995 bis 2016 war sie Naturschutzreferentin der Sektion, aus dem starken Interesse an der Sache heraus galt ein Schwerpunkt ihres Engagements schon

immer dem Bereich Klettern und Naturschutz: 2002 bis 2016 war sie DAV-Regionalvertreterin, ebenfalls ab 2002 Mitglied der Kommission Klettern & Naturschutz, seit 2010 Mitglied der Kommission Ehrenamt. Seit 2015 ist Barbara Eichler als Regionalvertreterin Nordbayern Mitglied im Verbandsrat des DAV. Das gute Gefühl und die Zufriedenheit, etwas für die Gesellschaft zu hinterlassen, ist für sie essenziell beim Thema Ehrenamt. Und der Mut, etwas verändern zu wollen.

„Wer kämpft, kann verlieren. Wer nicht kämpft, hat schon verloren.“  
(Frei nach Bert Brecht)



**Der Langgediente**

## Dieter Feil

**Sektion Hohenstaufen Göppingen**

62 Jahre Engagement: Bereits seit 1956 ist Dieter Feil Mitglied im DAV und verbrachte schon seine Jugend im Verein. Neben seinem Beruf als Steuerberater und Wirtschaftsprüfer engagierte er sich schon immer ehrenamtlich in der Sektion und unterstützte sie in Sach-

fragen. 1986 wurde Dieter Feil Vorsitzender der Schneeschuh-Abteilung, zehn Jahre später wählte man ihn zum Ersten Vorsitzenden. In dieser Zeit trieb er unter anderem den Um- und Anbau der Göppinger Hütte sowie die Modernisierung des Haldenseehauses im Tannheimer Tal voran. Aktuell steht der Neubau einer Kletterhalle mit angeschlossenem Vereinszentrum an. Es soll zum Vereinsleben und der Gemeinschaft beitragen – genauso wie die stets offene Art des Vorsitzenden. *red*

„Wir haben Dieter Feil viel zu verdanken und gratulieren nachträglich von Herzen zum 80. Geburtstag.“ (Sektion Hohenstaufen Göppingen).



**Die Netzwerkerin**

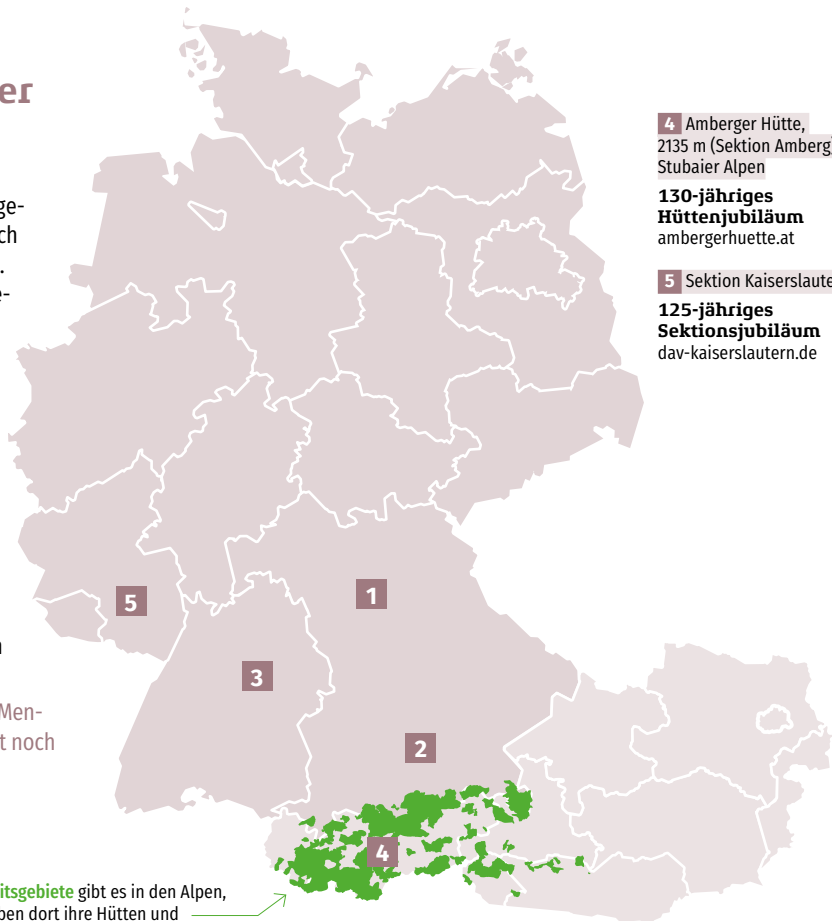
## Martina Renner

**Sektion München**

2002 wurde Martina Renner DAV-Mitglied – wegen einer geplanten Hüttentour, aber auch um Gleichgesinnte zu finden. Nur drei Jahre später gründete die Juristin die Bergwan-

dergruppe Berggenuss 35plus, die sie bis heute leitet. Bald darauf kam dann die Frage, ob sie nicht auch im Vorstand der Sektion tätig sein wolle, mittlerweile sitzt sie darüber hinaus im Präsidialausschuss Natur und Umwelt. Was es für die ehrenamtlichen Führungsaufgaben braucht? Organisationstalent, die Freude, mit und für andere Menschen tätig zu sein, und Leidenschaft für die Sache. Und das Engagement in ihrer Bergwandergruppe? Da macht sie anderen mit Ideen neben dem klassischen Tourenprogramm wie einer Bergandacht oder Plätzchen backen in der Selbstversorgerhütte eine Freude.

„Die ehrenamtliche Arbeit führt einen mit interessanten Menschen zusammen, bringt einen dadurch weiter und macht noch dazu Spaß.“



**4** Amberger Hütte, 2135 m (Sektion Amberg), Stubaier Alpen

**130-jähriges Hüttenjubiläum**  
ambergerhuetten.at

**5** Sektion Kaiserslautern  
**125-jähriges Sektionsjubiläum**  
dav-kaiserslautern.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.



## Im nächsten DAV Panorama ab 22. Januar:



### Patagonien

Das wilde Ende der Welt ist stetem Wandel unterworfen. Entwicklungen und Veränderungen am Fuß von Fitzroy und Cerro Torre.

## Vorschau & Impressum



### Dolomiten

Zwischen den imposanten Felsklötzen Rosengarten, Sella und Geislergruppe versteckt sich ein Skitourenparadies der Extraklasse.

## Weitere Themen:

**Thema:** 150 Jahre DAV – Der Verein

**Menschen:** Der Fotograf Uli Wiesmeier

**Exped-Kader:** Abschlussexpedition zum Shivaling

**So geht das:** Lawinenlagebericht lesen und verstehen

Fotos: Stefan Herbke, Ralf Gantzhorn

# DAV Panorama

Magazin des Deutschen Alpenvereins  
70. Jahrgang, Nr. 6, Dezember 2018/Januar 2019  
ISSN 1437-5923

### Inhaber und Verleger

Deutscher Alpenverein e.V.  
Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München  
Tel.: 089/140 03-0  
Fax: 089/140 03-98  
dav-panorama@alpenverein.de  
alpenverein.de/panorama

**Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt  
möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.**

### Redaktion

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) – gh (Unterwegs, Knotenpunkt)  
Andi Dick – ad (Berg & Tal, Bergsport heute, Unterwegs, Reportage, Menschen, Sicherheitsforschung,  
Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt)  
Christine Frühholz – cf (Fitness & Gesundheit, Leserpost, Alpenverein aktuell)  
Jonas Kassner – jk (Reportage, Panorama online auf alpenverein.de)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von „Knotenpunkt.“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt. Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen und Leserbriefen vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts. Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte, Führer und aktuellen Informationsquellen.

### Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe

Wolfgang Behr, Max Bolland, Michael Cremer (mc), Wolfgang Ehn, Anine Hell (ah), Stefan Herbke, Anke Hinrichs, Sascha Mache, Jan Mersch, Jonathan Pietsch, Martin Prechtel, Nadine Regel (nr), Malte Roeper, Martin Roos, Manfred Scheuermann, Tim Steffinger, Karin Steinbach Tarnutzer, Stefan Winter (sw)

### Gestaltung und Produktion von DAV Panorama

Sensit Communication GmbH, 81543 München, sensit.de  
Gestaltung und Layout des JDAV-Magazins „Knotenpunkt.“ sind eine Eigenentwicklung der JDAV; es wird getrennt von DAV Panorama produziert (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

### Verantwortlich für Anzeigen

Daniela Krebs  
Director Brand Solutions  
G+J e|MS, Direct Sales  
Brieffach 11  
20444 Hamburg  
Tel.: 040/37 03-55 17  
Executive Director Brand Solutions und  
Direct Sales: Heiko Hager  
Key Account Manager:  
Beate Feldmann, Silvia Viereg, Tel.: 040/37 03-64 48  
Anzeigentarif Nr. 52 (ab 1.1.2018)  
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter  
gujmedia.de

### Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim  
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 3/18: 700.423  
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.**



  
**SCARPA**<sup>®</sup>  
NESSUN LUOGO È LONTANO™  
exclusive licensee

  
**DYNAFIT**

# CLICK IN & GO

ONE QUICK-STEP AHEAD



**ACHTET BEIM KAUF AUF DAS ORANGENE SIEGEL!**

DYNAFIT garantiert die perfekte Funktionalität von Bindung und Schuhen nur in Kombination mit zertifizierten Inserts von DYNAFIT. Folgende Hersteller verwenden die zertifizierten Inserts, die an einem orangenen Siegel zu erkennen sind:

  
**SCARPA**  
NESSUN LUOGO È LONTANO™

  
**FISCHER**

  
**CRISPI**

  
**ROXA**  
TRAIL SYSTEM

  
**SCOTT**

  
**TECNICA**

**HEAD**

**LANGE**

**NORDICA**

**MOVEMENT**

**hagan**  
DESIGN & DEVELOPMENT

**ROSSIGNOL** 



PRÄSENTIERT VON:



**VERGÜNSTIGTE TICKETS  
FÜR DAV-MITGLIEDER!**

# BERGE 150

**DIE JUBILÄUMS-FILMTOUR DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS**

- |  |   |  |
|--|---|--|
| 11.01. <b>MÜNCHEN</b> Alte Kongresshalle       | 23.01. <b>FRANKFURT/MAIN</b> Stadthalle Griesheim | 06.02. <b>ULM</b> Stadthaus                                  |
| 12.01. <b>TRAUNSTEIN</b> Berufsschule 1 – Aula | 25.01. <b>DARMSTADT</b> DAV Kletterzentrum        | 07.02. <b>KARLSRUHE</b> Schauburg                            |
| 13.01. <b>ROSENHEIM</b> Ballhaus               | 28.01. <b>DÜSSELDORF</b> Savoy Theater            | 08.02. <b>STUTTGART</b> SSB-Veranstaltungszentrum Waldaupark |
| 14.01. <b>AUGSBURG</b> CinemaxX                | 29.01. <b>HANNOVER</b> CinemaxX Raschplatz        | 09.02. <b>HEIDELBERG</b> Musik und Singschule                |
| 15.01. <b>MEMMINGEN</b> Kaminwerk              | 30.01. <b>HAMBURG</b> CinemaxX Dammtor            | 10.02. <b>NÜRNBERG</b> Meistersingerhalle – kl. Saal         |
| 16.01. <b>WEINGARTEN</b> Kulturzentrum Linse   | 31.01. <b>BREMEN</b> Modernes                     | 11.02. <b>BAMBERG</b> Bamberg Konzerthalle – Hegelsaal       |
| 17.01. <b>FREIBURG</b> Bürgerhaus Zähringen    | 02.02. <b>KÖLN</b> Metropolis Kino                | 12.02. <b>KEMPTEN</b> Sing und Musikschule                   |
| 19.01. <b>KONSTANZ</b> Universität Konstanz    | 03.02. <b>BERLIN</b> CinemaxX Potsdamer Platz     | 13.02. <b>HEILBRONN</b> CinemaxX                             |
| 21.01. <b>ESSEN</b> Astra Theater              | 04.02. <b>DRESDEN</b> CinemaxX                    | 15.02. <b>LEIPZIG</b> Kongresshalle am Zoo                   |
| 22.01. <b>MANNHEIM</b> Capitol                 | 05.02. <b>REGENSBURG</b> Regina Kino              |  |

BEGINN: jeweils 20:00 Uhr außer ESSEN, REGENSBURG: 20:30 Uhr und KÖLN: 17:00 Uhr

TICKETS: € 14 VVK | € 16 Abendkasse | ermäßigt € 12 für DAV-Mitglieder. Ticketvorverkauf in den DAV Sektionen vor Ort.

**ONLINE-TICKETS, TRAILER UND ALLE INFOS AUF [WWW.ALPENVEREIN.DE/BERGE150](http://WWW.ALPENVEREIN.DE/BERGE150)**

Foto: © Fotohaus Heimhuber