

Biwak am Berg



Für das Biwakieren im Hochgebirge - ob geplant oder unfreiwillig und notgedrungen - gibt es einige Tipps zu Taktik, Ausrüstung und Verhalten, die vor bösen Überraschungen und gefährlichen Situationen schützen können.

▷ VON KARL SCHRAG

Foto: Florian Forster

Beim Bergsteigen biwakieren, die Nacht im Freien verbringen, womöglich in einer Wand, bei schlechtem Wetter oder sogar im Winter? Das ist doch völlig out! Wer macht denn so etwas noch! Heute ist man, dank federleichter Ausrüstung, schnellem Klettertempo, Superkondition und genialer Taktik in der Lage, auch extrem lange Touren in einem Tag zu bewältigen. Und doch: Immer wieder wird es gemacht, oft freiwillig und geplant, manchmal auch aus einer puren Notlage heraus. Mit der guten Bekleidung und Ausrüstung, die heute zur Verfügung steht, ist das Überleben einer kalten Nacht jedoch kein größeres Problem - sofern man diese Ausrüstung dabei hat.

Ein geplantes Biwak im Gebirge ist, bei guten Verhältnissen und nicht zu kalten Temperaturen, ein großartiges Erlebnis: die Nacht in der Natur unter freiem Himmel zu verbringen, der Sternenhimmel (besonders eindrücklich, wenn man nicht im Zelt liegt, sondern mit dem Kopf

im Freien), die Stille, die Einsamkeit, der Verzicht auf den alltäglichen Luxus...

Eines jedoch vorweg: Während Sie es sich gerade freiwillig oder notgedrungen in Ihrem Biwak bequem machen, kann es sein, dass die Suche nach Ihnen bereits auf vollen Touren läuft. Weil Sie vermisst werden, jemand Sie beim Dunkelwerden noch in der Wand geschehen hat, Sie gerettet werden sollen. Und das kann teuer werden! Informieren Sie deshalb also Angehörige genau über Ihre Biwakpläne. Falls Sie überraschend nicht nach Hause oder in die Hütte zurückkommen können, aber nicht „gerettet“ werden wollen, informieren Sie per Handy, um aufwändige Suchaktionen zu vermeiden.

Taktik

Die Spannweite zwischen dem komfortablen Zeltbiwak bei schönem Wetter und dem extrem unangenehmen, unvorbereiteten Notbiwak in einer Steilwand, noch dazu bei schlechtem Wetter, ist riesig – es gibt allerdings einige Grundsät-

ze, die beim Biwakieren immer gelten. Immer wieder spannend ist es, den Kompromiss zu finden zwischen gerade noch für die Tour akzeptablem Gewicht und der notwendigen Biwakausrüstung. Je leichter das Gepäck, desto genussvoller und schneller kann ich bergsteigen oder klettern. Je mehr ich mitschleppe, desto langsamer bin ich, desto komfortabler wird auch die Nacht. Verzichte ich gänzlich auf die Biwakausrüstung, könnte ich die Tour vielleicht in einem Tag schaffen. Geht die Rechnung jedoch nicht auf, steht eine ungemütliche Nacht bevor. In diese Überlegungen der Tourenplanung fließen auch viele weitere Faktoren ein wie Verhältnisse, Wetterentwicklung, Temperatur, konditionelle Fähigkeiten und Psyche.

Bei stabilem, schönem Wetter und nicht allzu langen Wegstrecken wird die Nacht im Freien zum schönen Erlebnis. Gerät man jedoch in einen Wettersturz mit Regen, Sturm, Kälteeinbruch und Schnee, kann auch das geplante Bi-

wak zur ernststen und sehr unangenehmen Sache werden!

Biwakplatz

Der ideale Platz ist sicher vor Gefahren (Steinschlag, Lawinen, Gewitter, Sturzbäche, Absturz), windgeschützt, bietet genügend Platz, dass alle ausgestreckt liegen können, Trinkwasser oder zumindest Schnee zum Schmelzen. Windschutz und auch Schutz vor nächtlicher Abstrahlung findet man im Umkreis von Latschen oder an der Waldgrenze. Zur Verbesserung des Biwakplatzes kann oft noch einiges geleistet werden: Platz einebnen, Sand aufschütten für eine bequeme Liegefläche, Windschutz verbessern mit Steinmauern oder im Winter mit Schneehöhlenbau (siehe unten).

Verhalten

Möglichst genaue Vorinformationen über Lage und Qualität der Biwakplätze auf der Tour einholen und den geplanten Platz mit ein bis zwei Stunden Zeitreserve vor dem Dunkelwerden ansteuern. Das letzte Tageslicht benötigt man, um den Platz abzusichern, den Komfort zu erhöhen und sich zu verpflegen. Möglicherweise muss Wasser von weiter entfernt geholt werden. Beschäftigung vor der langen Nacht ist durchaus sinnvoll, stundenlange schwere Arbeit macht jedoch nur dann Sinn, wenn das Resultat dafürsteht, z.B. ein schützendes Iglu. Feuchte Kleidung wechseln, frische Socken anziehen, Schuhe und beengende Kleidung lockern. Möglichst isolierende und bequeme Unterlage schaffen (Ruck-

sack, Seil). Um Krämpfen nach einer anstrengenden Tour vorzubeugen, sollte man sich vor dem Hinlegen dehnen und die Muskeln lockern.

Verpflegung und Erholung

Hat man einen anstrengenden Klettertag hinter sich und einen ebensolchen weiteren vor sich, sollte das Biwak optimal der Erholung dienen. Wichtig dafür sind energiereiche Getränke und Nahrungsmittel sowie Ruhe und Schlaf. Beim Biwak in kalten Situationen (Winter, Hochgebirge) sorgt ein Gaskocher mit Kochtopf für heiße Getränke, die Palette reicht von würziger Fleischbrühe bis zu süßem Energiegetränk. Auch das Essen muss in erster Linie schmecken, denn ausgeklügelte Astronautennahrung nützt nichts, wenn man sie nicht hinunterbringt. Jedenfalls sollten genügend konzentrierte Kohlenhydrate enthalten sein, eine Portion Fett dabei hilft beim Auffüllen der Energiereserven. Gewichtsersparnis bringt gefriergetrocknete Nahrung, wenn man das notwendige Wasser zur Zubereitung vor Ort aus Schnee schmelzen kann.

Ein paar Stunden Schlaf sind wichtig zur körperlichen und geistigen Erholung, um am nächsten Tag wieder einigermaßen fit zu sein. Schlaf ist möglich bei ausreichender Wärme und bequemem Liegeplatz, und die Möglichkeiten zum Schlafen sollten auch bestmöglich genutzt werden. Also nach dem Herrichten des Platzes, Essen und Trinken gleich mal versuchen eine Schlafrunde einzulegen. Die Devise „nicht einschlafen“ gilt



Foto: Georg Hohenester

Mit guter Ausrüstung ist ein Biwak kein Problem, auch wenn sich das Wetter verschlechtert.

Alpenatlanten



Komplett überarbeitete Neuauflage des Klassikers mit 2000 detailliert beschriebenen Tourenvorschlägen aus allen Alpenregionen.

Eugen E. Hüsler
Bruckmanns Bergwanderatlas Alpen
 320 Seiten, ca. 250 Abb., 20,0 x 29,3 cm, Hardcover
 ISBN 3-7654-4404-9, Best.-Nr. 4404
 € 45,00



Die Berghütten in den Alpen mit allen wichtigen Infos, stimmungsvollen Fotos, Übersichtskarten und den schönsten Weitwanderwegen »von Hütte zu Hütte«.

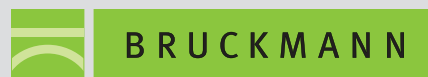
Eugen E. Hüsler
Bruckmanns Hüttenatlas Alpen
 288 Seiten, ca. 200 Abb., 20,0 x 29,3 cm, Hardcover
 ISBN 3-7654-3987-8, Best.-Nr. 3987
 € 39,90



DAS unverzichtbare Standardwerk für jeden Klettersteigfan mit über 880 Klettersteigen und detaillierter Klassifizierung nach Typus und Anforderungen.

Eugen E. Hüsler
Hüslers Klettersteigatlas Alpen
 336 Seiten, ca. 300 Abb., 20,0 x 29,3 cm, Hardcover
 ISBN 3-7654-4213-5, Best.-Nr. 4213
 € 45,00

Im Buchhandel! Oder bestellen Sie direkt beim
Bergsteiger-Shop, 86895 Landsberg
 Telefon 0180-532 16 17 (12 Cent/Minute)



Biwak in der Schneehöhle; sie ist schneller und mit weniger Aufwand zu bauen als ein Iglu.



Illustration: Georg Sojer

nur am Rande der totalen Erschöpfung und Unterkühlung, wenn die Gefahr des „nicht mehr Aufwachens“ besteht. Schlafen ist übrigens auch im Sitzen möglich.

Biwak-Arten

Zeltbiwak: Es gibt Bergwanderer, die lieber im Freien (oder zumindest im Zelt) nächtigen als auf überfüllten Hütten und sogar mehrtägige Biwaktouren unternehmen. Standardausrüstung sind dabei Zelt, Matte, Schlafsack, Kocher, Brennstoff. Verpflegung und Wasser können unterwegs aufgenommen werden. Der Biwakplatz ist meist frei an günstigen Plätzen wählbar. Solange keine technische Ausrüstung wie Seil usw. mitgeführt werden muss, ist das Rucksackgewicht mit dieser Ausstattung noch erträglich. So können auch mehrtägige Bergwanderungen über größere Strecken ohne Hütten- oder Talübernachtungen unternommen werden. Dafür kann man sich die schönsten Plätze für die Nacht aussuchen: an einem Bergsee, Waldrand, mit Panoramablick... Biwaktouren dieser Art sollte man am besten außerhalb der Wander- und auch der Weidesaison unternehmen, also im Frühsommer oder Herbst. Die Devise lautet: „unauffällig“ biwakieren. Zelt etwas abseits und erst spät aufstellen und morgens abbauen, bevor die ersten Wanderer kommen. Keine Spuren hinterlassen!

Biwak in steiler Wand: In extrem langen Klettertouren, die nicht an einem Tag zu bewältigen sind und daher ein Biwak notwendig machen, zählt jedes

Gramm: je mehr man mitschleppt, desto langsamer wird man. Zu wenig Biwakausrüstung kann jedoch zu ernsthaften Problemen führen wie Unterkühlung, Erfrierungen oder Erschöpfung wegen Wasser- und/oder Verpflegungsmangel. Standard bei solchen Touren sind Biwaksack, warme Kleidung, Überkleidung, Sturmmitze, Fausthandschuhe, Reservestrümpfe, Stirnlampe, ausreichend Flüssigkeit und Verpflegung. Nicht nach jeder Seillänge gibt es einen bequemen Platz, also vorher genau informieren. Lieber auf ein paar Seillängen verzichten als dann die Nacht im Klettergurt hängend verbringen! Wenn noch Zeit ist, für den nächsten Morgen (der kalt sein kann) schon eine Seillänge vorpräparieren. Zur Absicherung Geländeseil bauen, auch Ausrüstung anhängen. Ständig gesichert bleiben, mit locker angelegtem Hüftgurt. Biwaksack an den Ecken aufhängen, um etwas mehr Hohlraum zu schaffen. Das Kondenswasser stellt ein unvermeidliches Übel dar...

Biwak im Schnee: Die kalten Wintertemperaturen verlangen einen besonderen Schutz. Will man nicht ein bis zwei Stunden mit Schneehöhlen- oder Iglubau verbringen, nimmt man ein gutes Zelt und einen warmen Schlafsack mit. Bei einem ungeplanten Biwak ist die Schneehöhle die beste Lösung zur Wärmeisolierung – weg von der kalten Schneeoberfläche und vom Wind ist hier die Devise. Es zahlt sich aus, wenn man den Bau schon

einmal geübt hat. Mit der Sonde an einem Windkolk oder unter einer kleinen Wächte eine größere Schneetiefe suchen. Zunächst eben, dann nach oben graben und den Raum aushöhlen. Es genügt, wenn man sitzend Platz findet. Ein Luftloch ist zwingend, zusätzlich eine Markierung nach außen schaffen (s. Abb.)!

Ungeplantes Biwak: Was tun, wenn man überhaupt nicht damit gerechnet hat und dann, aus irgend einem Grund, doch in die Nacht kommt, weitab von der nächsten Hütte? Besser als im Dunkeln im Absturzgelände herumzuirren ist es, einen Platz zu suchen und die Nacht abzuwarten. Je mehr warme Kleidung, Getränk und Proviant vorhanden, desto erträglicher wird die lange Nacht. Ein Biwaksack bietet den besten Schutz vor Wind und Regen. Zunächst versuchen zu ruhen; wenn es zu kalt wird immer wieder aufwärmen durch Bewegen; Ablenkung von der misslichen Situation suchen durch Gespräch, Gesang, ...

Biwakieren erlaubt?

Oberhalb der Waldgrenze ist (rücksichtsvolles) Campieren in Österreich und der Schweiz außerhalb von Schutzgebieten erlaubt, in Deutschland und Italien nur das hochalpine Biwak ohne Zelt für eine Nacht. Offenes Feuer ist in der Regel verboten. Dass man grundsätzlich möglichst wenige Spuren in der Natur hinterlassen sollte, versteht sich von selbst! ◀



Foto: Florian Forster

Biwakausrüstung

- ▶ Biwakzelt, Biwaksack
- ▶ Schlafsack, Isomatte oder isolierendes Sitzkissen
- ▶ Dicke Mütze, dicke Fausthandschuhe
- ▶ Reservestrümpfe, -unterwäsche (Wolle oder Funktionsfaser)
- ▶ Isolierende Kleidung wie Fleece-Schichten und Überkleidung, Daunenjacke
- ▶ Stirnlampe
- ▶ Ausreichend Verpflegung und Flüssigkeit
- ▶ Kleinst-Kocher, Kochtopf, Zünder, Trinkbecher, Thermosflasche