

29. September 2017

Herbstwandern in den Alpen

Startschuss für die Herbstsaison

Der Herbst ist für viele die schönste Zeit, um draußen in der Natur unterwegs zu sein. Warmes Licht, klare Luft und gute Fernsicht machen Wanderungen jetzt besonders reizvoll. Jedoch eignen sich nicht mehr alle Touren: Schöne Sommerrouen erweisen sich später im Jahr unter Umständen als zu hoch, zu lang oder zu schattig. Zudem schließen nach und nach viele Alpenvereinshütten. Der DAV gibt Tipps, wie die Herbsttour gelingt.

Sicher am Berg – mit diesen vier Punkten

Wechselnde Temperaturen, kürzere Tage, Schnee in höheren Lagen – mit dem fortschreitenden Jahr müssen Wandertour und Ausrüstung den Verhältnissen angepasst werden. So ist man gut vorbereitet und sicher in den Bergen unterwegs:

1. Kürzere Tage berücksichtigen

Während man im Juli noch um neun Uhr abends die Aussicht genießen kann, geht Ende September schon zwei Stunden früher die Sonne unter. Kürzere Touren senken das Risiko, sich im Dunkeln zu verlaufen oder zu verletzen. Außerdem wird es nachts sehr schnell kalt.

2. Warme Kleidung

Auch auf Tagestouren sollte zusätzliche Kleidung eingepackt werden. Eine weitere warme Schicht, beispielsweise eine Fleecejacke, gehört ebenso in den Rucksack wie eine Mütze. Auch ein Ersatz-Shirt schadet nicht: Bei Nässe und starkem Wind kühlt man deutlich schneller aus.

3. Veränderte Wegverhältnisse

In schattigen Bereichen sind Wege oftmals nass und rutschig, auch wenn der Boden „um’s Eck“ warm und trocken ist. Besondere Vorsicht beim Gehen in schattigen Bereichen ist daher wichtig – und natürlich gutes Schuhwerk. Außerdem findet man in höheren Lagen vermehrt Schnee und vereiste Stellen. Wer hoch hinaus will, sollte die entsprechende Ausrüstung dabei haben (Gamaschen, evtl. Grödel bzw. Steigeisen) und über Bergerfahrung verfügen.

4. Verhältnisse checken

Große Temperaturunterschiede zwischen Tal und Berg gibt es in allen Jahreszeiten. Im Herbst herrscht oben aber oftmals schon Winter, während man unten noch im T-Shirt wandern kann. Aus diesem Grund ist es wichtig, den Wetterbericht sowohl im Vorfeld der Tour und vor dem Start zu überprüfen. Das [Bergwetter](#) auf [alpenverein.de](#) liefert den täglichen Wetterbericht im Alpenraum. Dieser lässt sich nach Ort und Region filtern und zeigt den Trend für die nächsten Tage an. Zusätzlich bietet der [Bergbericht](#) einen guten Überblick über das Wetter im Alpenraum für das kommende Wochenende. Er erscheint jeden Donnerstag um 16 Uhr auf [alpenverein.de](#).

Übrigens: Die [zehn Empfehlungen](#) des DAV zum Bergwandern gelten natürlich auch im Herbst.

Das gehört in den Rucksack

Vor der ersten Herbsttour passt man den Inhalt des Wanderrucksacks auf die neue Jahreszeit an.

- Regenjacke
- Wechsel(unter)wäsche
- Zusätzliche warme Kleidung
- Mütze und Handschuhe
- Stirnlampe
- Getränke und Proviant
- Karte, Führer, evtl. GPS-Gerät oder Smartphone
- Erste-Hilfe-Set
- Sonnenschutz (Brille, Creme, Kopfbedeckung)
- Handy
- evtl. Gamaschen

Diese Hütten haben noch offen

Mit dem Ende der Sommersaison schließen auch einige, vor allem höher gelegene Alpenvereins- hütten. Viele Hütten haben aber auch noch bis in den Oktober geöffnet, einige wenige freuen sich bis Anfang November über Besuch. Die [Öffnungszeiten](#) der wichtigsten Hütten im deutschen und angrenzenden Alpenraum haben wir auf alpenverein.de zusammengestellt. Je nach Wetter- lage können sich die Öffnungszeiten allerdings kurzfristig verschieben. Darum empfehlen wir, sich vor einer geplanten Übernachtung kurz telefonisch bei der Hütte zu erkundigen. Übrigens: Wenn das Wetter schön ist, haben viele Hütten auch länger geöffnet!

Tourentipps für den Herbst

Welche Touren eignen sich im Herbst? Sonnig, nicht zu hoch hinaus und abwechslungsreich soll- ten sie sein. Auf alpenvereinaktiv.de haben wir ein paar Touren zusammengestellt, sogar zwei mehrtätige Wanderungen sind dabei.