


Hoch hinaus!

Hütten und Wege einst und jetzt



SKIDURCHQUERUNG Auf der Haute Route
BERGSTEIGEN Im Nationalpark Stilfserjoch
SKITOUREN Wintergenuss am Brenner
MENSCHEN Tamara Schlemmer
WEITWANDERN Durch die Cevennen

Lieblingsstück

SKOMER JACKET

„Coffee to Go mal anders...“

Mich überzeugt, dass bei der Jacke eine umweltfreundliche Alternative für den Abperleffekt sorgt und eben kein schädliches PFC. Dafür gibt es aber Kaffeesatz im Garn. Und der sorgt dafür, dass das Material schnell trocknet und Gerüche neutralisiert werden.“

Caroline Zapf
Kartographin DAV



Miteinander geht's besser

Was lehren uns die Berge?

- > **Realitäten** (Bergwelt, eigene Fähigkeiten, ...) wahr- und anzunehmen, statt sie zu verleugnen oder zu ignorieren. Dabei sind Experten meist verlässlichere Quellen als Internetforen oder persönliche Vorlieben. Und Ehrlichkeit gehört dazu.
- > **Das Mögliche** beharrlich anzustreben und auf das Unmögliche zu verzichten. Ohne andere zu beschuldigen, wenn man einer Situation nicht gewachsen ist.
- > **Allen Menschen** offen und freundlich zu begegnen. Egal welche Farbe ihre Klammotten oder ihre Haut haben. Und dass man im Team stärker ist.
- > **Das eigene Interesse** auch mal zurückzustellen hinter dem Wohl der Allgemeinheit. Etwa durch Rücksicht am engen Weg oder vor dem Hüttenresen.

Zumindest sind das gute Strategien, wenn man lange und mit Freude überleben will – statt Selbstgerechtigkeit, Abschottung und schnellem Beleidigtsein.

Foto: DAV/Hans Herbig



Warum also verabschiedet der DAV eine **Erklärung „Für eine offene und tolerante Gesellschaft“** (S. 108)? Vielleicht weil wir in den Bergen auch soziale Verantwortung lernen, die politische Trampeltiere derzeit mit Füßen treten. Ganz sicher aber, weil wir – mögen Bergsportler auch nicht per se bessere Menschen sein – in der Gesellschaft stehen. Berge laden uns durchaus ein, für eine Zeit den Ernst des Lebens gegen den Ernst der Schwerkraft zu tauschen. Und dann geht es zurück in eine Realität, die wir mit positiven Werten mitgestalten können.

Der Deutsche Alpenverein hat sich in einer Zeit, als ein psychopathischer Populist das „gesunde Volksempfinden“ zu einem mörderischen Programm pervertierte (und die Gesellschaft ihn nicht bremste), mit Schuld beladen. Nun tritt er mit seiner Erklärung ein für (Mit-)Menschlichkeit. Denn er ist seit nun bald 150 Jahren auch eine gesellschaftliche Kraft und gestaltet nicht nur die Bergwelt mit seinen Hütten und Wegen, wie unser „Thema“ (S. 16ff.) dokumentiert.

Das Mitgliedermagazin DAV Panorama will Sie auch inspirieren zu begeisternden Erlebnissen: **wandernd** (S. 42, 82, 104) oder **auf Ski** (S. 36, 78). Und Sie motivieren, sich darauf **gut vorzubereiten** (S. 52ff.). Wenn Sie zurückkommen, wünschen wir Ihnen genauso gute Erlebnisse im Tal wie am Berg, als Mensch unter Menschen.



Ihr

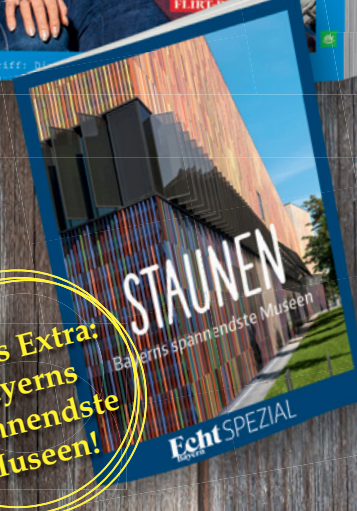
Andi Dick
Redaktion DAV Panorama

Top-Angebot für Gipfelstürmer

Kostenlos Probe lesen!



Tolles Extra: Bayerns spannendste Museen!



Echt Bayern – das Magazin mit echt einzigartigen Anregungen für Ausflüge und Streifzüge, zum Einkehren und Verweilen, zum Entdecken, Erleben und Genießen!

Kostenlos bestellen unter:
www.echtbayern.com/dav

Besuchen Sie uns auch online auf:
www.echtbayern.com



DAV **Panorama** app

Im App Store und bei Google Play



alpenverein.de/
panorama-app

46

Tamara Schlemmer



Thema: Schutzhütten und das alpine Wegenetz sind elementare Bestandteile des Alpenvereins.



Thema: Hoch hinaus!	16		
Haute Route – Klassiker: Von Chamonix nach Zermatt	36	Sicherheitsforschung – Bergsteigerhelme: Stärken, Schwächen, Unterschiede	58
Harz – Unterwegs auf dem Hexen-Stieg	42	Knotenpunkt – Das Magazin der JDAV	61
Menschen – Tamara Schlemmer: Die mit den Huskies	46	Schmirntal und Valsertal – Skitourenparadies am Brenner	78
So geht das! – Training für den Berg: Fit in die Wandersaison	52	Stevensonweg – Frankreich: Weitwandern durch die Cevennen	82
Wie funktioniert das? – Stöcke im Bergsport: Stütze gefällig?	54	Hütten – Trentino: Im Nationalpark Stilfserjoch	104
Fitness & Gesundheit – Gesundheitsrisiko Schnarchen	56		



Haute Route **36**
78



Schmirntal und Valsertal

Standards

Editorial:	
Miteinander geht's besser	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	24
Leserpost	69
Promotion: Reisenews	87
Promotion: Produktnews	95
Outdoorworld	97
Alpenverein aktuell	108
Vorschau und Impressum	114



Titelbild: **DAV-Archiv**. Die Schmidt-Zabierow-Hütte in den Loferer Steinbergen, 1899 erbaut.



FINDEN SIE UNSERE PRODUKTE
IM EXKLUSIVEN FACHHANDEL
UND ONLINE AUF
WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM



DIE CL FAMILIE DABEI SEIN IST ALLES

Reisen in ferne Länder, der Ausflug ins Grüne oder die herausfordernde Wanderung in den Bergen eröffnen Ihnen eine Welt jenseits des Alltäglichen, die Sie immer wieder in Erstaunen versetzt. Gut, wenn Sie in solchen Momenten von einem kompakten und leichten Fernglas der CL Familie begleitet werden, das sich nicht nur ganz einfach in jeder Tasche verstauen lässt, sondern auch durch kompromisslosen Sehkomfort überzeugt. Erleben Sie große wie kleine Entdeckungen noch intensiver und Ihre Begegnungen mit der Natur noch packender. Denn die Welt gehört dem, der das Schöne sieht – mit SWAROVSKI OPTIK.



SWAROVSKI
OPTIK

SEE THE UNSEEN
WWW.SWAROVSKIOPTIK.COM



Mit dem Auge der Götter

Er hatte Gerlinde Kaltenbrunner von ihrem Scheitern am K2 vortragen hören und wollte ihr für den nächsten Versuch helfen. Deshalb ließ Stefan Dech vom Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt bei München Satelliten umprogrammieren und aus ihren Daten Bilder wie dieses vom Nordpfeiler des zweithöchsten Berges erstellen. Mit den Informationen schaffte Gerlinde den Aufstieg. Mittlerweile wurde die Technologie der dreidimensionalen Vermessung aus dem Himmel weiterentwickelt, die Wissenschaftler kombinieren Bilder der Oberfläche dazu und erhalten so naturähnliche Bergbilder aus Perspektiven, wie sie noch kein

Auge gesehen hat. Wer's selbst erleben will, findet Bilder und Texte zu dreizehn Weltbergen im Buch „m⁴: Mountains – Die vierte Dimension“ aus dem Malik Verlag.



Buchenwald oder Hochgebirge? Wo entsteht Bayerns dritter Nationalpark?

Mehr Wildnis für Bayern!

Der Freistaat Bayern will einen dritten Nationalpark schaffen und damit wieder ein Stück mehr Wildnis in Bayern zulassen. Der Deutsche Alpenverein begrüßt die Entscheidung! Nun geht es darum, welche Region ausgewählt wird.

diesen hohen Schutzstatus – zu wenig für ein repräsentatives Nationalparksystem. Bedarf sehen Experten vor allem an Buchen- und Mischwaldgesellschaften, in Auen-, Moor- und Hochgebirgslandschaften. Wo der nächste bayerische National-

Die Fortentwicklung des Nationalparksystems trägt zur Glaubwürdigkeit Deutschlands in der internationalen Umweltpolitik bei. So fordert das Schutzgebietsprogramm des Übereinkommens über die Biologische Vielfalt (CBD) von seinen Mit-



Auwälder wie an der Donau, Buchenwälder wie in Steigerwald und Spessart, Moore wie in der Rhön und Bergmischwälder wie in den Ammergauern und dem Karwendel (von links oben im Uhrzeigersinn) sind nationalparkwürdige Landschaften.

Nationalparks sind Naturräume, in denen sich die Natur auf großer Fläche weitgehend ungestört entwickeln kann. Sie repräsentieren besonders wertvolle Teile des nationalen Naturerbes und sind einer der wirksamsten Wege, die biologische Vielfalt zu schützen. Sie bieten weitreichende Ökosystemdienstleistungen, beispielsweise sauberes Wasser, unvergleichliche Naturerlebnisse und auch eine Menge Potenzial für Forschung und Bildung. Auch wirtschaftlich profitiert eine Nationalparkregion durch die Stärkung eines nachhaltigen Tourismus. Lediglich 0,6 Prozent der Landfläche Deutschlands genießt

park entstehen soll, ist noch offen. Folgende Gebiete werden momentan fachlich unter die Lupe genommen:

- > **Ammergebirge:** naturnaher Bergmischwald
- > **Karwendel:** ursprünglicher Teil der Nördlichen Kalkalpen
- > **Steigerwald:** naturnaher alter Buchenwald
- > **Spessart:** alte Buchenwaldbestände auf Sandstein
- > **Rhön:** Mosaik von Buchenwäldern, Mooren und Offenlandschaften
- > **Donau:** Auwälder

gliedstaaten, Schutzgebiete einzurichten. Auf nationaler Ebene macht Bayern mit seinem dritten Nationalpark den nächsten Schritt, der Nationalen Strategie der Bundesregierung zur biologischen Vielfalt zu entsprechen. Bis 2020 sollen auf zwei Prozent des Bundesgebiets Wildnisgebiete entstehen. Die Ausweisung weiterer Nationalparke ist wissenschaftlich, naturschutzfachlich, ethisch und auch umweltpolitisch gut begründet.

Der Deutsche Alpenverein begrüßt deshalb die Einrichtung von Nationalparks. Sie sollten den starken internationalen Kriterien

GASTKOMMENTAR

Mut zur Zukunft!

Bayern blüht. In ganz Europa beneidet man uns um unsere Lebensqualität und die Schönheit unserer Landschaft. Aus diesem Wohlstand der Gegenwart ergibt sich eine klare Verpflichtung für die Zukunft: Wir brauchen als Gesellschaft die innere Bereitschaft, Lebensgrundlagen für kommende Generationen zu erhalten – insbesondere unseren Reichtum an Arten und Lebensräumen.

In dieser Absicht hat sich die Bayerische Staatsregierung im Juli 2016 einstimmig für einen dritten Nationalpark im Freistaat ausgesprochen – ein Beschluss, der nicht zuletzt auf die Erfahrungen mit den ersten beiden Nationalparks zurückgeht. Sowohl der Nationalpark Bayerischer Wald als auch der Nationalpark Berchtesgaden sind in den vergangenen Jahrzehnten zu kraftvollen Motoren der regionalen Entwicklung und zu wahren Leuchttürmen der Biodiversität geworden. Diese Erfolgsgeschichte soll jetzt fortgeschrieben werden.

Dabei ist klar: Der dritte Nationalpark ist ein Angebot, das wir potenziellen Nationalpark-Regionen machen. Niemand wird zu seinem Glück gezwungen. Unser Ziel ist, den neuen Nationalpark von Beginn an tief in der Gesellschaft zu verankern, indem Politik und Bevölkerung Hand in Hand etwas Neues schaffen. Die ersten Gespräche mit Vertretern aus geeigneten Regionen haben bereits stattgefunden. Ich bin zuversichtlich, dass sich noch in diesem Jahr mindestens eine Region zur Zukunft bekennen und ja sagen wird – ja zu unserer wunderbaren Naturheimat, ja zu einem dritten Nationalpark in Bayern.

*Ulrike Scharf Mdl,
Bayerische Staatsministerin
für Umwelt und Verbraucherschutz*



der Weltnaturschutzunion (IUCN) standhalten oder sich durch ein geeignetes Management perspektivisch dorthin entwickeln können. Für die Standortwahl entscheidend sieht der DAV Kriterien wie die Naturnähe der Landschaft samt ihren typischen Tier- und Pflanzenarten, ihre Seltenheit und Bedrohung und die besondere Verantwortung Bayerns und Deutschlands für ihren Schutz. Das vorrangige Ziel eines Nationalparks ist der Naturschutz; er soll aber auch der Forschung, Umweltbildung und Naturerfahrung dienen. Und auch die örtliche Bevölkerung soll partizipieren können: Denn Nationalparks sind ein Stück Heimat, auf die man stolz sein darf. Der DAV freut sich darauf, um den dritten Nationalpark für Bayern mitzudiskutieren.

jpk

LIGHTWEIGHT
E-BIKE
EXPERIENCE



vivax
assist

vivax TESTTAGE

Testen Sie jetzt das weltweit leichteste E-MTB –
nur 12,9 kg inkl. Akku



JETZT ANMELDEN & BEI DER KOSTENLOSEN TESTFAHRT TEILNEHMEN – INKL. TOURGUIDE VON vivax

INFOS ZU DEN vivax TESTTAGEN: www.vivax-assist.com/testtage

vivax TESTTAGE BEIM PREMIUMHÄNDLER

DEUTSCHLAND

18.03.17	SAMSTAG	EZEE GMBH D-71034 BÖBLINGEN · +49 7031 7100500
24.-25.03.17	FR. - SA.	MAILIS BIKE D-83334 INZELL · +49 8665 927 198
31.03.17	FREITAG	FAHRRAD JUNKER D-33729 BIELEFELD · +49 521 76906
01.-02.04.17	SA. - SO.	DER FAHRRADLADEN D-34281 GUDENSBERG · +49 5603 6645
07.-08.04.17	FR. - SA.	BAYBOX D-87459 PFRONTEN · +49 8363 92194
22.04.17	SAMSTAG	RAD-SHOP WEIGENAND D-67487 MAIKAMMER · +49 6321 58 445
29.04.17	SAMSTAG	ENPED D-75328 SCHÖMBERG · +49 172 9554173
19.-20.05.17	FR. - SA.	ESCOOTER.DE D-81373 MÜNCHEN · +49 89 57951905
19.-20.05.17	FR. - SA.	RADCENTER HEISS · D-87700 MEMMINGEN · +49 8331 925500-0

ÖSTERREICH

08.04.17	SAMSTAG	SPORTRADL A-4722 PEUERBACH · +43 676 9715020
22.04.17	SAMSTAG	ZWEIRAD HUMMEL A-6444 LÄNGENFELD · +43 5253 5234
06.05.17	SAMSTAG	2RAD ZIRKNITZER A-6632 EHRWALD · +43 5673 3219
13.05.17	SAMSTAG	BICI SPORT TRANTURA A-8933 ST. GALLEN · +43 664 3113235
13.05.17	SAMSTAG	BEINL - IHR ZWEIRADFACHMANN A-9020 KLAGENFURT · +43 463 21722
26.-27.5.17	FR. - SA.	vivax DRIVE A-6300 WÖRGL · +43 5332 70317

Weitere Testmöglichkeiten in Ihrer Nähe: www.vivax-assist.com/haendler

Schul-Klettergruppe Hochheim

INKLUSION MAL ANDERSRUM

„Wir inkludieren auch Jugendliche ohne Behinderung“, sagt Kirsten Kaib; 25 Prozent nichtbehinderte Schüler hat die Edith-Stein-Schule in Hochheim am Main. Und weil Halbenklettern der Sportlehrerin optimal erschien, um „Grenzen zu erfahren, Körperwahrnehmung zu schulen, Fertigkeiten auszubauen ...“, gründete sie schon vor zehn Jahren eine inklusive Klettergruppe. 14 Jugendliche sind derzeit dabei, darunter zwei ohne Behinderung; in zwei Gruppen klettern sie im vierzehntägigen Wechsel in der „Kletterkiste“ des DAV Mainz.

Dort wurden sogar die Einstiege angepasst: Die ersten Klettergriffe sind bodennah angebracht, so dass es direkt aus dem Rollstuhl losgehen kann. Mit unterschiedlichsten Handicaps – ADHS, Autismus, Cerebralparese, Muskeldystrophien, Spina Bifida ... – klettern und sichern die Jugendlichen im Toprope, unterstützt von vier ausgebildeten Betreuerinnen und Betreuern. Besonders beeindruckt war Kirsten Kaib von einem Schüler ohne Beine: „Das war interessant, wie anders der Körperschwerpunkt war und was er zu leisten imstande war.“ Und sie schwärmt: „Eine bunte, lebendige Nummer!“

kk/red



Auch aus dem Rollstuhl kann man sichern – und hinterher die Wand hochgehen.

Nationalparkregion Sächsisch-Böhmische Schweiz

Mit Bus und Bahn zu den Felsen

Die grenzüberschreitende Nationalparkregion Sächsisch-Böhmische Schweiz fasziniert nicht nur mit



Regionalbusse wie die Steine-Linie fahren Kletterer zum Pfaffenstein und anderen Felsen.

überraschenden Blicken, schlanken Sandsteinfelsen und steilen Wänden. Sie ist eine Region, in der man getrost auch ohne Auto Urlaub machen kann! Das dichte Liniennetz von Bahn, Bus, Schiffen, Fähren und einer his-

torischen Straßenbahn macht Gäste der Felsenlandschaft mobil. Die Anreise zum Nationalparkbahnhof Bad Schandau geht bequem mit den „Öffentlichen“: Vierzehn EC-Fernzüge aus den Ballungsräumen Deutschlands halten täglich dort. In der Saison fahren im dichten Takt acht Wanderbuslinien in die Felsreviere beidseits der Elbe, teils auch über die Grenze nach Böhmen. Seit 2014 verbindet eine wiedereröffnete Eisenbahnstrecke Sebnitz (Sachsen) mit Böhmen. Übersichtliche Tarifzonen erleichtern die Orientierung. Die DAV-Sektion Sächsischer Bergsteigerbund (SBB) engagiert sich seit Jahren stark für Erhalt, Ausbau und Nutzung dieses Netzes. Sie nutzt die Busse für Sektionsveranstaltungen und Kinderkletterlager, hat einen eigenen Verkehrsbeauftragten und unterstützt eine Spätbuslinie, die nach dem Klettern noch einen Gasthausbesuch erlaubt. Dieses Engagement wurde bereits durch mehrere Umweltpreise gewürdigt.

Jörg Weber (Nationalpark Sächsische Schweiz), Christian Walter (SBB)

Fotos: OVPS, Annelie Engelbert



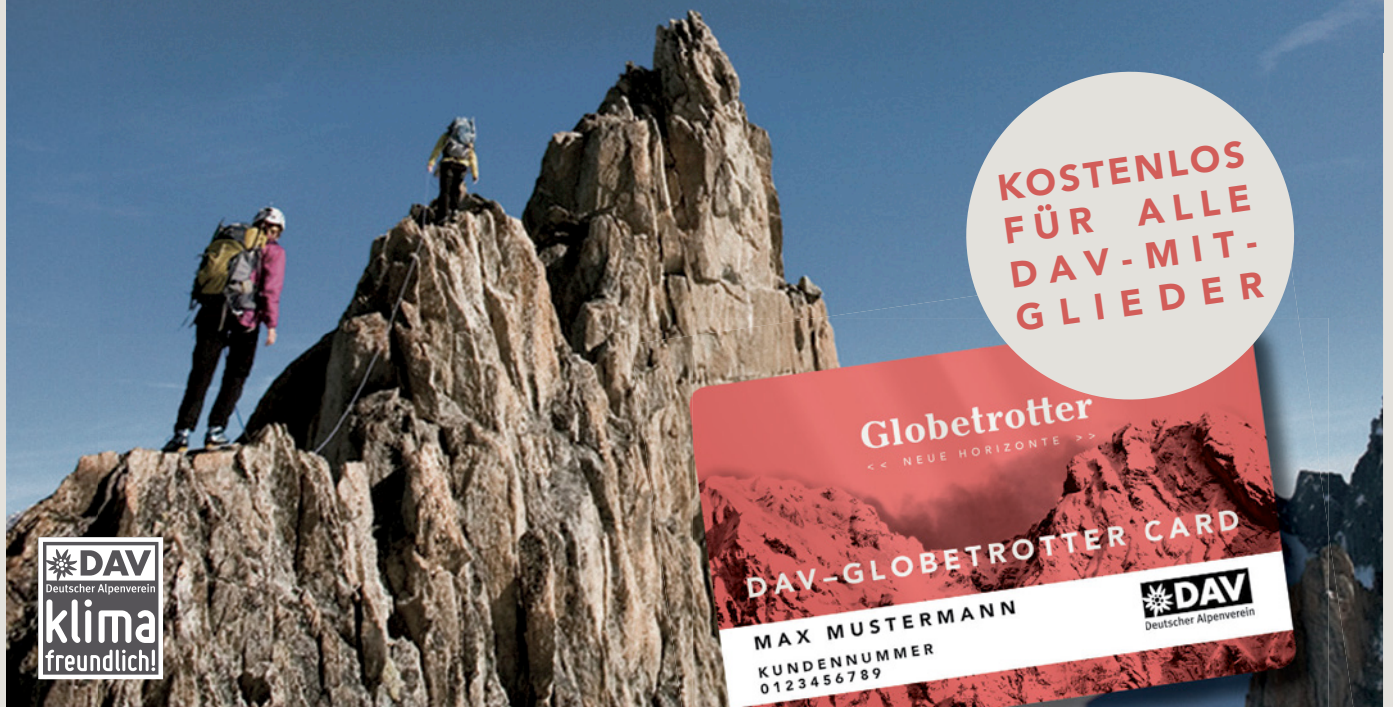
Globetrotter



<< NEUE HORIZONTE >>

BERGE VON VORTEILEN: DIE DAV- GLOBETROTTER CARD

KOSTENLOS
FÜR ALLE
DAV-MIT-
GLIEDER



Bei jedem Einkauf mit der **DAV-GlobetrotterCard** bis zu 10 % in Form von GlobePoints sparen und das DAV-Klimaschutzprogramm unterstützen. 1,5 % des Einkaufswerts fließen direkt in die energetische Sanierung der DAV-Hütten.

Offizieller Handelspartner



<< JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN · ONLINE: WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV
TELEFON: +49 40 679 66 179 ODER IN EINER GLOBETROTTER FILIALE IN DEINER NÄHE >>

Preis-würdig: Gleich in zwei Kategorien wurde der DAV-Partner Vaude beim CSR-Preis der Bundesregierung nominiert: als „Unternehmen mit 250-999 Beschäftigten“ für die gelebte Nachhaltigkeitsstrategie und für „Verantwortungsvolles Lieferkettenmanagement“, mit dem der Bergsportausrüster Umwelt- und soziales Bewusstsein auch bei seinen



Zulieferern fördern will. Den „Family Award“ der 361°-Initiative der Unternehmensberatung A.T.Kearney gewann Vaude für seine familienfreundliche Unternehmenskultur: Betriebskindergarten, flexible Arbeitszeitmodelle, Home Office und Jobsharing tragen dazu bei, dass 40 Prozent der Führungskräfte Frauen sind. vaude.de

Zulieferern fördern will. Den „Family Award“ der 361°-Initiative der Unternehmensberatung A.T.Kearney gewann Vaude für seine familienfreundliche Unternehmenskultur: Betriebskindergarten, flexible Arbeitszeitmodelle, Home Office und Jobsharing tragen dazu bei, dass 40 Prozent der Führungskräfte Frauen sind. vaude.de

Info-aktiv: Ein hochwertiges Experten-Board haben die Sportmedizinerin Isabelle und Volker Schöffel, der Arzt des deutschen Kletter-Nationalteams, als Referenten eingeladen zum „Sports Medical Course Sportclimbing and Running“ vom 22. bis 25.6. in Obertrubach, der sich an interessierte Sportmediziner und Physiotherapeuten wendet. Referate über neueste Erkenntnisse zu Sportverletzungen und ihrer Behandlung wechseln ab mit Workshops und Aktivitätszeiten an den Felsen und Waldwegen des Frankenjura.

sporttraumatologie@sozialstiftung-bamberg.de

Bergführer in der Erlebnisgesellschaft

Nische oder Mainstream?

Zwölf Bergführer auf 1750 Einwohner: Kein Ort in Deutschland hat eine größere „Bergführerdichte“ als das Bergsteigerdorf Ramsau. Der richtige Platz also, um über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dieses Berufes zu diskutieren – beim „Alpinen Philosophicum“ am 14. Januar 2017, exakt am 100. Todestag von Johann Grill (1835–1917). Der „Kederbacher“ wurde 1871 erster Bergführer Deutschlands und mit der ersten Durchsteigung der Watzmann-Ostwand zur Legende.

Heute stehen Bergführer vor ganz anderen Fragen: Schwimmen sie mit dem Mainstream oder gehen sie in die Nische? Zwei Positionen, die sich freilich nicht ausschließen müssen. Peter Geyer, Ehrenvorsitzender des Bergführer-

verbands VDBS, versuchte in seinem Vortrag, das klassische Berufsbild des 19. Jahrhunderts upzudaten über den „Mehrwert“ der „professionellen Begeisterung“. Die Führerseilschaft: heute nicht mehr Schicksals-, sondern Verantwortungsgemeinschaft in schwierigem Gelände.

Den Gegenpart übernahm Toni Grassl, Bergführer und Eventmanager. Er referierte über den Bergführer als Unternehmer auf dem touristischen Markt, mit vielen Mitbewerbern. So ein Allrounder sollte offen sein für neue Geschäftsmodelle, für Massenangebote



Die Urenkelkinder des ersten deutschen Bergführers freuen sich zusammen mit Initiator Uli Stöckl (rechts) und Bürgermeister Herbert Gschoßmann (2.v.l.) über die Enthüllung des historischen Wegweisers zu den alpinen Großtaten des „Kederbacher“.

wie den Fernwanderweg E5, für Kooperationen mit Tourismusverbänden und Firmen oder für Events wie 24-Stunden-Wanderungen. Wo die Führer heute den Erfolg suchen – als Generalisten auf dem Marktplatz oder als Spezialisten in der Nische –, hängt nicht zuletzt auch davon ab, wie sehr die Führerei zum Lebenserwerb beiträgt. 370 der 552 Bergführer in Deutschland (unter ihnen zehn Frauen) arbeiten nebenberuflich. Nische muss man sich leisten können. *ak*

Fotos: Axel Klemmer, Vaude, DAV Pforzheim

„Hüttentour“ Pforzheim – Pforzheimer Hütte

Was läge näher?

Eine Wanderung von zu Hause zur Sektionshütte: Das wäre die richtige Aktion zum 125-Jahr-Jubiläum des DAV Pforzheim. Die Idee des Hüttenreferenten Bruno Kohl teilten 15 Sektionskollegen; sieben davon schafften schließlich sämtliche 15 Tagesetappen vom Schwarzwald ins Sellraintal.

Dabei wurden sonst im Auto durcheilte Landschaften der Schwäbischen Alb und im Allgäu zu kulturellen Erlebnissen mit Burgen und Klöstern, wechselweise geprägt von Getreidefeldern und Wald; freundliche Eingeborene halfen auch mal bei akuten Notfällen von Unterhopfung. Bekannteres Berggebiet prägte die zweite Hälfte der Tour: Oberstdorf – Probsthaus – Luitpoldhaus – Lechtal – Muttekopfhütte – Ötztal – Bielefelder Hütte – Dortmunder Hütte, teils mit strategischer Bus-Unterstützung; zuletzt ging's von der Pforzheimer Hütte (2308 m) noch auf die 2975 Meter hohe Haidenspitze. *kb/bk/red*



Volltext und Fotos auf alpenverein.de/panorama
Routenbeschreibung auf alpenvereinaktiv.com

WENDEPUNKTE Solleder/Lettenbauer an der Civetta-Nordwestwand (1925)

A Bigger Bang

Der glatte sechste Grad, in einer tausendzweihundert Meter hohen Wand: In der brüchig-schattigen Civetta öffneten zwei Münchner dem Klettern den Weg in eine neue Dimension.

Jetzt war schon wieder was passiert. Der Münchner Emil Solleder, Jahrgang 1899, hatte mit dem Dresdner Fritz Wiessner die Furchetta-Nordwand durchstiegen, achthundert Meter Wandhöhe, Sechs minus. Bis dahin das wildeste Ding in den Dolomiten, aber er spürte: Da ging noch mehr.

An dieser Stelle möge man sich einmal geben, was der sechste Grad damals bedeutete: Mit Seilen, die einen Vorsteigersturz nur mit Glück hielten, mussten die Helden imstande sein, ihre Schlüsselstelle im Notfall wieder abzuklettern – an den Füßen Bollerschuhe oder halbgare Patschen mit miserablen Kanten und seltsamen Sohlen. Klettern Sie in der Halle mal einen Sechser mit Stiefeln ab, vielleicht auch barfuß, Sie werden sich wundern.

Eine Woche nach der Furchetta jedenfalls stand Solleder unter der Civetta. Mit Gustav Lettenbauer, ein Jahr jünger und Münchner wie er. Den sechsten Grad kannte auch er – allerdings nur aus dem Wetterstein und den Leoganger Steinbergen. Von jenen Wänden zur Civetta, das war ein Unterschied wie vom Festival der Volksmusik zu Death Metal. Sechs Kilometer ist die Civettawand breit, zwölfhundert Meter hoch, brüchig und eben nordwestseitig, also Schnee in den Ausstiegssrissen. Folge: Wasserfälle aus Schmelzwasser, durch die sie hinauf mussten, dazu löste das Wasser Steinschlag aus, nein, eine Ge-

Fotos: DAV-Archiv, Tobias Bailler



Emil Solleder (1899–1931) übertrug zusammen mit Gustav Lettenbauer den sechsten Grad aus den Nordalpenwänden auf die Riesendimension der Civetta.

nusstour wurde es nicht. In Wandmitte verletzte sich Lettenbauer, Solleder führte bis zum Ausstieg, das alles in unfassbaren fünfzehn Stunden Kletterzeit. Diesmal war es, jawohl, ein glatter Sechser. Bis dahin hatte man sich das mit dem wirklich schwierigen Freiklettern für die kleineren Wände aufgehoben, das war verwegen genug. Die Solleder-Lettenbauer war ein Urknall, der das Spielfeld ins Unendliche vergrößerte: Auch die größten und wildesten Wände der Alpen kann man klettern, und zwar frei! Später galt die Route als eher gruselig denn schön, aber das steht auf einem anderen Blatt. In jedem Fall dürfte sie sich durch den Klimawandel verändern, da sich in den Ausstiegssrissen weniger Eis und Schnee halten werden. Vielleicht lässt infolge geringerer Erosion der Steinschlag nach, ganz sicher wird die Route trockener. Die beiden hätten das Zeug für weitere Großtaten gehabt. Doch Solleder fand nach erfolgreicher Arbeit als Bergführer an der Meije den Tod. Lettenbauer gab die Kletterei nach dem Absturz eines weiteren Seilpartners auf und lebte bis zu seinem Tod 1981 in Erlangen.



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

Nächster Wendepunkt: **Arbeiten – Radfahren – Bergsteigen.**
Die Brüder Schmid in der Matterhorn-Nordwand (1931)

Aufstieg leicht gemacht



Lifta, der Treppenlift!

- Passt praktisch auf jede Treppe
- Saubere, schnelle Montage vom Fachmann
- Mehr als 120.000 installierte Liftas
- Lifta Kundendienst, 365 Tage im Jahr
- Über 200 Experten – auch in Ihrer Nähe

Gebührenfrei anrufen und **Prospekt anfordern** – kostenlos und unverbindlich.

0800-20 33 163



Auch zur Miete!

www.lifta.de

Wie wär's?

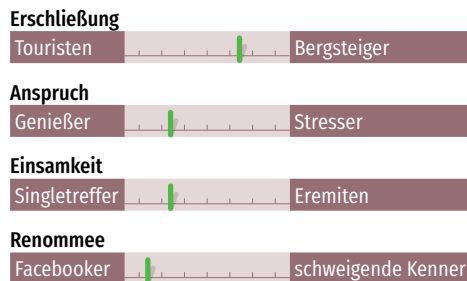
Die normale Route: Der Aufstieg vom Watzmannhaus zum Hocheck (2651 m) ist noch „normales“ alpines Gelände, felsig und teils drahtseilgesichert (T3-4); die Überschreitung über die Mittel- zur Südspitze dann hochalpine Kraxelei – von Valentin Stanič samt wissenschaftlichen Instrumenten im Solo erstbe-gangen (bis zur Mittelspitze). „**Bald musste ich mich auf einem schneidigen Rücken sizend weiter bewegen, bald wie in Lüften schwebend an steilen Wänden dahinklettern**“, schrieb Stanič über seinen Trip. **Die schöne Route:** Der Berchtesgadener Weg (III) ist die klassische Route durch die Ostwand, die höchste Felswand der Ostalpen. Fast 2000 Höhenmeter Steigen und leichtes Klettern in meist verblüffend festem, griffigem Fels, mit wachsendem Tiefblick auf den Königssee. Dieser Klassiker wurde erst 1947 entdeckt – per Zufall. – **Josef Aschauer und Hellmuth Schuster wollten am 28.9.1947 durch die ihnen bekannte Wand steigen, ein Verhauer wurde zum Berchtesgadener Weg.** **Die berühmte Route:** Johann Grill (1835–1917), nach seinem Hof „Kederbacher“ genannt, war der erste offizielle deutsche Bergführer (s. S. 12). Aus seiner ersten Route durch die Ostwand, dem „Kederbacherweg“ (IV), barg er 1890 auch das erste Todesopfer. Das Schneefeld des Schöllhorn-Eises verleiht dieser Route alpinen Anstrich. – **Von 1888 bis 1905 bewirtschaftete der Kederbacher das Watzmannhaus.**

red

Daten und Fakten

Höhe: 2713 m
Prominenz: 939 m (-> Trischübelpass)
Dominanz: 15,9 km (-> Hochseiler)
Erstbesteigung: August 1800, Valentin Stanič
Normalweg: Überschreitung vom Hocheck (T5, I-II), 5 Std. vom Watzmannhaus
Talort: Berchtesgaden (572 m)
Hütten: Watzmannhaus (1930 m), DAV-Sektion München; Wimbachgrieshütte (1327 m), Naturfreunde

Charaktercheck



Der König überm See

Spätestens durch Wolfgang Ambros' „Rustical“ „Der Watzmann ruft“ ist der Watzmann auch unter Berg-Laien berühmt geworden. Das Wahrzeichen von Berchtesgaden – der zur Strafe versteinerte, grausame „König Waze“ samt Familie – hat aber schon immer Bergsteiger angezogen. Sie ernteten nicht nur in der riesigen Ostwand Gefühle von tiefster Befriedigung bis Todesangst.



Foto: Ulli Kastner

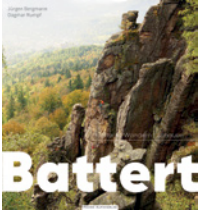
Der Mensch am Berg

Als Vierzehnjähriger seilte sich Heinz Zemsch zu Hause aus dem Klofenster ab, um zu seiner Traumwand zu schleichen; bis September 2015 stieg er 410-mal durch die „Ostwand“. Der vorherige Rekordhalter, sein Bergführerkollege Franz Rasp, war 1988 bei seiner 295. Begehung tödlich abgestürzt.

„Wen er einmal gerufen hat, den holt er sich auch, der Watzmann.“ – „Du musst stark, bleiben, stark zum Widersteh'n. Dazu brauch't's die Kraft.“

Aus dem „Rustical“
„Der Watzmann ruft“

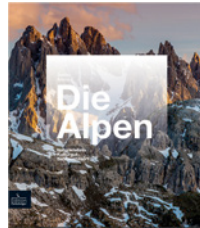
Zum Schmökern und Schauen



Stories aus dem schwarzen Wald

Mit abgesägten Jeans und langer Matte klettert Bernd Kullmann seilfrei durch die Route „Freundschaft“ – in der senkrechten und kompakten Falkenwand im Schwarzwald-Klettergebiet Battert. Über dem Solokletterer sucht ein Vorsteiger (Peter Blattmann) nach passenden Griffen, immerhin am Seil, aber mit Kippe zwischen Zeige- und Mittelfinger. In den 1970er Jahren, aus denen das Bild stammt, wurde diese Körper- wie Geisteshaltung als Provokation wahrgenommen und war auch so gemeint. Statt etwa „Linke Nordwand“ nannten diese Gravitationsleugner ihre Neurouten „Popelkante“ oder „Invalidentrail“ – die Senkrechtsportler der Flowerpower-Generation wollten als Fels-Punks verstanden sein. Ähnliches gab es nach dem Ersten Weltkrieg in der damals legendären „Klettergilde“. Zwar hörte sich deren Vokabular noch zeitgenössisch-kriegerisch an, als Mainstream wollten jedoch auch sie gewiss nicht gelten. Heute ist das Sportklettern salonfähig geworden, die Routen sind aber so schwer wie vor hundert Jahren. Um in der Klettersprache zu bleiben: Das Buch „Battert“ ist ein ausgeprägter Henkel, mit ihm lässt sich der Querschnitt durch Natur, Wege und Routen sowie ein Längsschnitt durch die Geschichte gut be-greifen. nth

Jürgen Bergmann, Dagmar Rumpf: **Battert – Klettern, Wandern, Schauen.** Panico-Verlag, 140 S., € 29,80.



Worauf stehen wir?

Der Germanist und Journalist Detlev Arens nimmt seine Leser mit auf große Tour: die Alpen, aus fast jeder denkbaren Perspektive durchleuchtet. Gut recherchiert und entsprechend kundig geschrieben, aber auch journalistisch kurzweilig, schafft er Verständnis für die buckelige Welt, in der wir uns bewegen. Geologie: Alpenentstehung zum Nacherleben. Botanik: Warum sind die Alpenblumen so bunt – oder nicht? Alpentiere: vom Steinbock bis zum Gletscherfloh. Alpengeschichte: Ötzi und Römer; Gold, Eisen und Seilbahnen. Architektur und Kunst, Almwirtschaft und Wasserkraft. Zum Alpinismus gibt es vorwiegend Anekdotisches, aber da kennt man sich ja eh (besser) aus. Dafür manch Tiefgründiges zu den vielerlei Einflüssen, die die bergheile Welt bedrohen. Lehrreich, anregend. red

Detlev Arens: **Die Alpen – Naturerlebnis, Kulturgut, Sehnsuchtsort.** Edition Fackelträger, 320 S., € 40,-.



Zeitroas am Mythosberg

Die Historiker Adi Mokrejs und Josef Hasitschka kramen gerne spannende Geschichten aus. Was dem bewährten Autoren-paar schon mit dem Grimming, dem Ödstein und dem Gesäuse gelungen ist, findet nun im Dachstein seinen Höhepunkt. Aus dem Sammelsurium an Schriften – quer durch alle Epochen – pickten sie die aussagekräftigsten Anekdoten heraus. Sie lassen Alpenpioniere wie Erzherzog Johann und Friedrich Simony, Kletterhelden wie die Steiner-Brüder, Schriftsteller-Hirten wie Bodo Hell und Peter Gruber erzählen und fügten eigene Texte aus den unterschiedlichsten Blickwinkeln hinzu: zu Landschaft und Almen, zur Religionsgeschichte, zur Höhlenforschung, zu Triumph und Tragödien. Ein Buch für Bergbegeisterte, die einen tieferen Blick auf das Wahrzeichen im Herzen Österreichs werfen möchten. red

Adi Mokrejs, Josef Hasitschka: **Erlesener Dachstein – Geschichten aus neuen und alten Zeiten.** Schall-Verlag, 436 S., € 35,-.



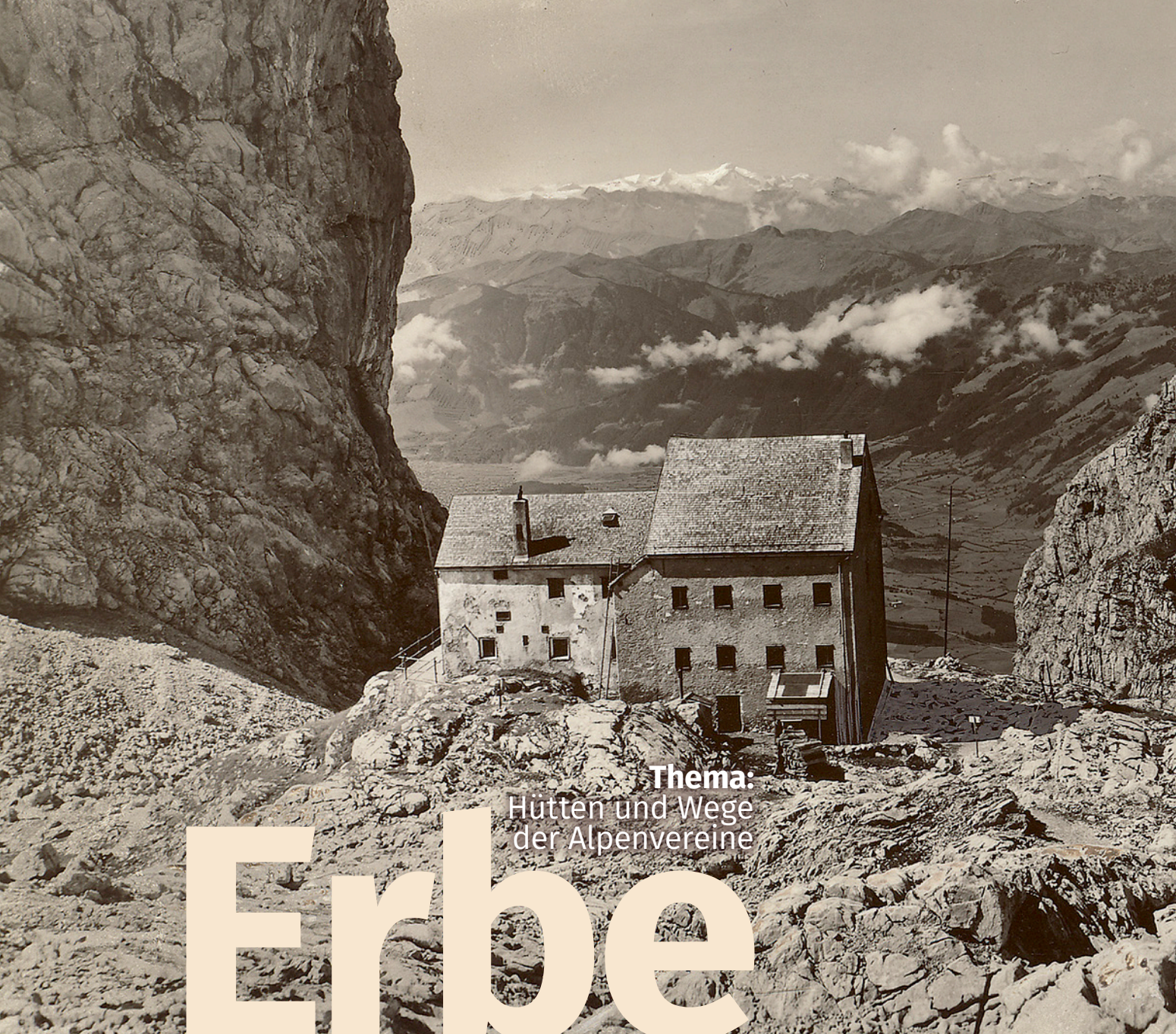
Faszination Karwendel

Wenn man die Realität eins zu eins wiedergibt, entsteht bloß eine Kopie. Solch wohlfeiler Technik erliegt der Fotograf Edwin Schmitt nicht. Im Gegenteil: Sein Bildband „Karwendel“ widmet sich diesem Teil unserer Nördlichen Kalkalpen mit inspirativer Lust und befreit sie von allen Klischees. Da wird kein Sujet überhöht oder durch optische Gags dramatisiert – der Natur, welche niemals des Menschen bedarf, kommt Schmitt extrem nah. Wie viele Stunden hat er im Milieu gewaltiger Felswände und meist stiller Täler auf den richtigen Moment gewartet? Das lässt sich kaum ahnen. Schmitt ist ein spürbar bodenständiger Mann, der konsequent rational vorgeht. Geologische Neugier lenkt ihn und ermöglicht es, Berge quasi vom Kern her zu betrachten, um sie dann desto genauer abzubilden. Das Werk zeigt das Faszinosum Karwendel aus dem Blickwinkel eines veritablen Künstlers und Handwerkers – wobei auch die klugen Texte und das klare Layout ohne modische Mätzchen bemerkenswert sind. nbr

Edwin Schmitt: **Karwendel.** Bergverlag Rother, 276 S., € 39,90.

88%

der 267 Toten in Österreichs Bergen 2016 waren Männer. 100 Menschen starben beim Wandern oder Bergsteigen (42 davon durch Herz-Kreislauf-Versagen), 28 auf Skipisten und 24 bei Skitouren. Ein Viertel starb bei der Jagd, bei Waldarbeiten mit Fahrzeugen auf Bergwegen oder durch Selbstmord.



Thema:
Hütten und Wege
der Alpenvereine

Erbe mit Aussicht

Matratzenlager, Kaiserschmarrn und schweißtreibende Anstiege: Über 500 Hütten und mehr als 60.000 Kilometer Wege bauten die Alpenvereine seit 150 Jahren auf und pflegen sie seitdem. Geschichte(n) und Besonderheiten dieser alpinen Infrastruktur zeigt die neue Sonderausstellung „Hoch hinaus!“ auf der Münchner Praterinsel.

Text: Friederike Kaiser

In den Fokus der internationalen Öffentlichkeit rückten die Hütten des damaligen Deutschen und Österreichischen Alpenvereins das erste Mal im Jahr 1893: Auf einem mehrere Meter breiten Panorama konnten 27 Millionen Besucher der Weltausstellung in Chicago die Braunschweiger

Hütte bewundern. Dabei dominierten auf dem Monumentalgemälde die Gipfel der „Oetzthaler Eisswelt“, die Hütte war kaum zu finden. Aber das Panorama macht deutlich, wofür Hütten und Wege stehen: Sie ermöglichen es, sich in der abweisenden Bergwelt zu bewegen. Und noch etwas fällt auf am Panorama aus Chicago: Die Hütte ist klein, einfach und nicht bewirtschaftet.

Dieses bauliche Konzept war weit entfernt von den Hotels und Unterkünften, die im ausgehenden 19. Jahrhundert zur Zeit des beginnenden Fremdenverkehrs

Das Riemannhaus in den Berchtesgadener Alpen: 1885 von der Sektion Pinzgau (DuOeAV) eröffnet, seit 1901 im Besitz der Sektion Ingolstadt.



Fotos: DAV-Archiv, fotlia.com/rdnzl

in den Ostalpen in den Alpentälern gebaut wurden. Das Anliegen des Bauherrn, der Sektion Braunschweig, war der „alpine Zweck“. Das hieß: „Übernachtung und Stärkung“ ermöglichen bei „Wanderungen zu Spitzen, welche bislang touristisch unbekannt waren“. Finanziert wurde der Bau unter anderem über Anteilsscheine für Mitglieder und einen kräftigen Zuschuss des damaligen Centralverbandes des Alpenvereins. Einen Gewinn mit der Hütte zu erzielen, lag außerhalb jeder Vorstellung.

Die Sektion Braunschweig war zu diesem Zeitpunkt nur eine von 181 Sektionen des Deutschen und Österreichischen Alpenvereins. Auch andere errichteten Hütten und legten Wege an. In wenigen Jahrzehnten entstand so eine alpine Infrastruktur, die Bergsteigern und ambitionierten Wanderern eine durchgängige Begehung der Ostalpen ermöglichte. Das Ganze fußte auf dem Gedanken der Solidarität: Jedes Alpenvereinsmitglied, egal aus welcher Sektion, konnte alle Alpenvereinshöhlen nutzen. Durch das Vertrauen darauf, dass andere ein ähnliches Engagement an den Tag legen würden, umfasste das Hüttennetz des Alpenvereins 1894 bereits 146 Schutzhäuser.

Kachelofen, Holzvertäfelung, bäuerliches Mobiliar: Bei der Ausstattung dominierte der alpenländische Stil. Die Sektionen vermittelten den Besuchern aber auch deutlich, wer die Hütte errichtet hatte. Gut ein Drittel der Hütten trägt heute noch den Namen der Erbauersektion oder der Region, aus der sie kommt. Die Sektion Hagen servierte zur Eröffnung ihrer Hütte heimischen Pumpnickel, die Sektion Barmen brachte eine „Dröppelminna“ auf die Hütte – die damals typische Kaffeekanne aus dem Bergischen Land.

Alpenvereinshöhlen haben nicht einen Eigentümer, sondern viele: die Mitglieder einer Sektion. Ob eine Hütte gebaut werden und welche Aufgabe sie erfüllen sollte, wurde dort oft lange diskutiert. Vor allem die Frage, wie viel Komfort auf einer Hütte angebracht sei, bewegt(e) die Gemüter – bis heute. Stark steigende Hüttenbesuche nach dem Ersten Weltkrieg führten zu dem Versuch, Nicht-Bergsteiger durch spartanische Einfachheit abzuschrecken, 1923 wurden die Tölzer Richtlinien verabschiedet. Sie sahen Matratzenlager mit Decken statt Zimmern mit Federbetten vor, die Verpflegung sollte sehr einfach sein, und auf Radio und Grammophon sollte verzichtet werden. An den Bauplänen und den Speisekarten der damaligen Zeit lässt sich jedoch ablesen, dass Wirte und Sektionen die Tölzer Richtlinien von



3 x AV

Die drei Alpenvereine DAV, ÖAV und Alpenverein Südtirol (AVS) haben die Ausstellung „Hoch hinaus!“ gemeinsam konzipiert.

Anfang an sehr unterschiedlich einhielten. Nach wie vor gab es auch

Zimmer mit wenigen Betten und Kalbsbraten, Schnitzel und Wein auf den Speisekarten.

Bis heute bestimmt das Gästeaufkommen die Bewirtschaftung maßgeblich mit. Auf beliebten Wanderstrecken und an Tagen mit guten Tourenbedingungen

Achtung!

Das elektrische Licht gehört nur zum Aus- und Ankleiden und wird auf äußerste Sparsamkeit hingewiesen.

A.V.S.
Turner-Alpen-Kränzchen München

Altes Hütten Schild – Hinweise zum sparsamen Umgang mit Ressourcen sind auch heute noch auf Alpenvereinshöhlen zu finden.

muss das Hüttenpersonal innerhalb kurzer Zeit viele Gäste bewirten – und das unter den besonderen Bedingungen auf teilweise sehr hoch gelegenen und schwer zu versorgenden Hütten. Hinweisschilder zum Wassermangel oder die Aufforderung, seinen Müll wieder mit ins Tal zu nehmen, sind daher ein weiteres Alleinstellungsmerkmal der „Unterkunft Alpenvereinshöhle“.



Friederike Kaiser ist Leiterin des Alpen Museums in München. Für die Sonderausstellung hat sie auf zahlreichen AV-Hütten historisches Inventar gesucht und gefunden.

Umweltschutz auf Hütten

„Öko-Kiste“

Ökologische Aspekte haben seit Jahrzehnten die Bau- und Sanierungsmaßnahmen, aber auch den Betrieb der Alpenvereinshütten mehr als alles andere geprägt.

Text: Stefan Ritter



Schon 1927 verankerte der Alpenverein den Schutz von Natur und Landschaft in seiner Satzung. Die Schönheit und Ursprünglichkeit der Bergwelt sollte vor einer intensiven Erschließung bewahrt werden. 1977 verabschiedete der DAV sein „Grundsatzprogramm zum Schutz des Alpenraumes“ und bekannte sich zum Umweltschutz auch vor der eigenen Hüttentüre. Die im Argen liegende Müll- und Abwasserbeseitigung sollte angegangen, Hüttenneubauten nur noch als Ersatzbauten errichtet werden. Deshalb wurden Ende der 1970er Jahre erstmals finanzielle Mittel für die ökologische Sanierung der Hütten zur Verfügung gestellt.

Kampagnen sensibilisierten Hüttengäste und -wirte für Umweltfragen. Dadurch

1995

hat der DAV die Kriterien für das Umweltgütesiegel für Hütten beschlossen.

Der Bau der ersten Schutzhütten diente in der Regel dazu, die Gipfel in der Umgebung leichter besteigen zu können. Folglich bestanden die frühen Wegebauten meist darin, vorhandene Almwege auszubessern und Zustiegswege und Gipfelsteige anzulegen. In dieser ersten Phase der Erschließung handelte es sich also um lokale Einzelwege rund um die vorhandenen Stützpunkte.

In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts eröffnete die Verkehrserschließung der Alpen neue Möglichkeiten: Mit der steigenden Zahl von Hütten wurde auch in weniger bekannten und weglosen Gebieten gebaut und Hütten auf mehreren Seiten von Bergen errichtet, um die Gipfel

Wegenetz und Wegebau

Wo eine Hütte da ein Weg

Das alpine Wegenetz in den Ostalpen ist weltweit wohl einzigartig in Umfang und Dichte. Ein Überblick zur Baugeschichte der Alpenvereinswege.

Text: Florian Ritter



Die „erste“ Olpererhütte wurde 1881 eröffnet, seit 2008 gibt es den modernen Ersatzbau.

konnte das Müllproblem relativ gut gelöst werden. Die Abwasserentsorgung bereitete jedoch Probleme: Mikroorganismen, die zur Klärung der Abwässer benötigt werden, können aufgrund der Kälte ab einer Höhe zwischen 2000 und 3000 Metern nicht mehr eingesetzt werden. Daher wurden in den nächsten zwanzig Jahren in enger Zusammenarbeit mit wissenschaftlichen Instituten und Behörden neue Verfahren zur Reinigung von Abwässern entwi-

ckelt, die den Bau einer situationsangepassten Abwasseranlage für jede Alpenvereinshütte ermöglichten.

Die steigenden Komfortansprüche der Gäste, wie der Wunsch nach warmen Duschen, und die zunehmende Zahl an Übernachtungen steigerten den Energiebedarf für Heizung, Küchen, Waschräume und für die Klärsysteme; die alternative Energiegewinnung rückte in den Mittelpunkt – bis heute Kern jeder Sanierungsmaßnahme. Je

nach Lage der Hütte kommen ein Energiemix aus Wind-, Solar- oder Wasserkraft und mit Raps-

öl betriebene Blockheizkraftwerke zum Einsatz. Der Schwerpunkt der Bautätigkeiten verschob sich seit den 1970er Jahren von allgemeinen Baumaßnahmen zum Umweltschutz. Zuschüsse für allgemeine und substanzerhaltende Baumaßnahmen werden nur vergeben, wenn diese den Zielvorgaben des Alpenvereins hinsichtlich des Natur- und Landschaftsschutzes entsprechen. Seit 1996 verleihen DAV und ÖAV ein Umweltgütesiegel an Sektionen und Hüttenwirte als Auszeichnung für eine umweltgerechte Ver- und Entsorgungs-Infrastruktur und eine möglichst umweltschonende Bewirtschaftung.



Stefan Ritter ist Archivar im Alpinen Museum in München.

Fotos: DAV-Archiv, fotlia.com/rdnzl

über verschiedene Routen zu besteigen. Parallel baute man die lokalen Wegenetze rund um die einzelnen Stützpunkte aus, und immer häufiger wurden nun auch weniger bekannte Gipfel von den Hütten

aus erschlossen und Verbindungswege zu Nachbarshütten gebaut – Stück für Stück entstand so ein breit angelegtes Wegenetz, das bis heute erhalten und gepflegt wird.

Wer Ehrenamtliche heute mit einer Haue beim Instandhalten eines Weges trifft, wird sich fragen, ob das vor hundert Jahren genauso ausgesehen hat. Tatsächlich ist manches praktisch unverändert geblieben, während sich andere Dinge komplett geändert haben. Die ersten schriftlichen Anforderungen an Alpenvereinswege 1893 unterschieden zwei Wegetypen: „Sehr gut gangbare Wege“ oder „Reitwege“ sollten mindestens 80 Zentimeter breit sein bei einer Steigung von maximal 15 Prozent. „Gut gangbare Wege“ oder „Jagdsteige“ hatten eine Breite von mindestens 40 Zentimetern und nicht mehr als 20 Prozent Steigung. Alle Wege sollten „sorgfältig gebetet und beschottert“ werden. 1928 veränderten sich die Angaben wesentlich: Alpenvereinswege sollten mit Ausnahme von

Versorgungswegen zu Hütten nur noch als einfache Fußsteige mit mindestens 40 Zentimetern Breite angelegt werden, Steigungen von 25 Grad (also 47 Prozent!) sollten ausnahmsweise vorkommen können und von einer vollständigen Beschotterung war keine Rede mehr.

Das Bekenntnis der Alpenvereine zu einfachen Wegen wird bis heute aufrechterhalten. Spezielle Aspekte des Wegebau wie Sicherungsvorrichtungen oder Kunstbauten wie Brücken oder andere Installationen haben sich weiterentwickelt. Die allgemeinen Anforderungen an Wanderwege haben sich dagegen in den vergangenen 150 Jahren wenig verändert.



Dr. Florian Ritter ist Landschaftsplaner. Seine Dissertation schrieb er zum Anpassungsbedarf des hochalpinen Wegenetzes infolge des Klimawandels.



Die Schutzhütten waren immer und sind bis heute das sichtbarste Zeichen der Alpenvereine. Als Manifestationen der Vereins- und Alpinismusgeschichte mit ihren besonderen Lagen bis ins Hochgebirge sind sie wichtiger Teil der alpinen Kultur. Davon erzählen ihre Formen, ihre Fassaden und die Gestaltung der Innenräume.

Text: Doris Hallama

Die ersten Schutzhütten der Alpenvereine waren einfach und günstig im Bau und sollten in ihrer Größe gerade dem bergsteigerischen Bedürfnis genügen. Sie wurden errichtet, um eine Nacht im Gebirge verbringen und lange Gipfelanstiege auf zwei Tage verteilen zu können. Meist boten sie nur einen Raum mit Eisenherd, Bank, Tisch und Matratzenlager.

Einige Hütten waren wie die Payerhütte mit einem Pultdach gedeckt und mit der Wand an einen Felsen gelehnt. Über das Dach konnten Steine, Schnee, Wasser oder Lawinen hinwegfegen. Frühe Hütten weisen diese Form auch auf, weil sie dem natürlichen Schutzbedürfnis entsprach. Das Anlehnen der Hütte an den Hang schien eine sinnvolle Symbiose zwischen Natur und Hütte herzustellen. Allerdings führte diese Bauweise zu bauphysikalischen Pro-

blemen. Die Hütten der zweiten Generation um die Jahrhundertwende wiesen Erker auf, waren mit Holz vertäfelt, bald schon mit Möbeln und Porzellan ausgestattet und räumlich so eingeteilt, wie es in der städtisch-bürgerlichen Gesellschaft üblich war, aus der die Mehrzahl der Alpinistinnen und Alpinisten kam. So schliefen die Bergführer selbstverständlich getrennt von „der Herrschaft“ im Dachboden. Dort diente Stroh als Lager, während den Touristen Ein- und Zweibettzimmer mit rich-

wende gab es in den Hütten längst verschiedene Räume und Funktionen für längere und annehmliche Aufenthalte. Es entwickelte sich der bis heute bekannte Hüttentyp, mit einem Erdgeschoss für Küche, Speiseräume und den Unterküften für Pächter und Personal, dem ersten Stock mit Zimmern und einem Dachgeschoss für Schlaflager. Von einfachen Hütten hatte man sich zwischenzeitlich weit entfernt.

Die Baugeschichte der meisten Schutzhütten ist vor allem eine Geschichte ihrer Erweiterungen. Die An- oder Zubauten und Aufstockungen machen heute häufig den eigentlichen Charakter der Hütten aus. Neben der Größe änderte sich auch die innere Organisation. Mit zunehmender Bewirtschaftung und Winternutzung sowie dem Aufenthalt als eigentlichem Ziel der Besucherinnen und Besucher wurden weitere

Fotos: DAV-Archiv, fotlia.com/rdnzl

150 Jahre Hüttenbau

Von der Zwischenstation zum Aufenthaltsort

blemen – derartige Hütten waren durchwegs feucht. Auch das „Sich-Ducken“ unter die Natur galt nicht mehr lange als brauchbare Geste. Die meisten Hütten lösten sich bald aus ihrer unmittelbaren Umgebung und wurden als selbstbewusste Gebäude freistehend auf ebenen Flächen oder Plateaus errichtet.

So einfach die frühen Hütten heute erscheinen mögen, so wenig hatten sie mit wirklich bescheidenen Unterküften zu

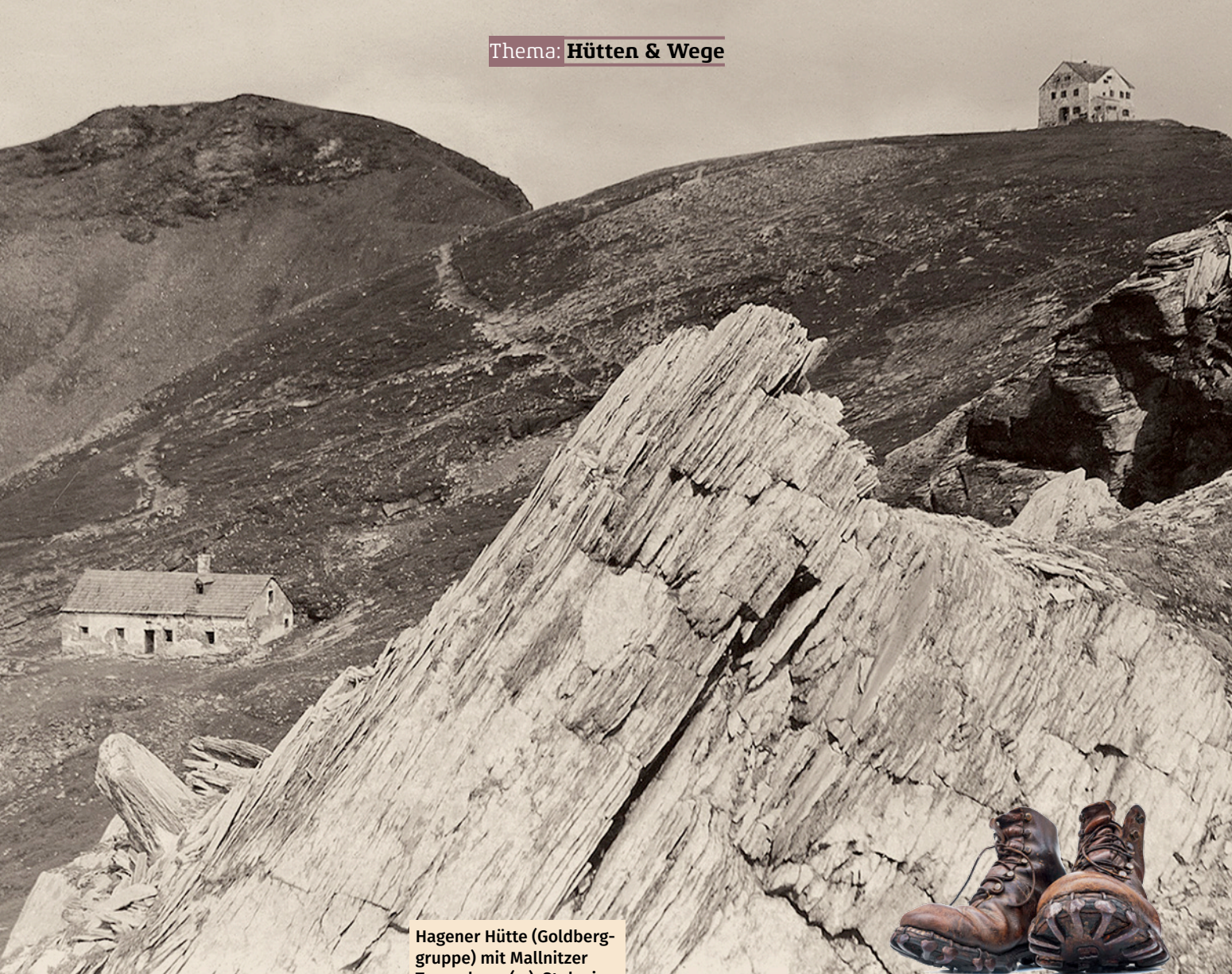
tigen Betten, Matratzen und Daunenbetten zur Verfügung standen. Auch den Damen wurde, wo möglich, ein eigener Schlafraum zugeteilt.

Der Alpenverein war mit seinen Hütten unglaublich erfolgreich. Ihre Kapazität reichte häufig schon nach wenigen Jahren nicht mehr aus. Auch die Ansprüche der Besucher änderten sich. Neben der bergsteigerischen Zwischenstation wurden die Hütten Selbstzweck und Aufenthaltsort.

Wo neu gebaut wurde, war das kein Problem. In der Zeit um die Jahrhundert-

Räume notwendig. Hinzu kamen Veranden und Terrassen, Winter- und Trockenräume, sogar eigene Schlafhäuser, Waschräume, immer mehr Personal- und Wirtschaftsräume sowie in Einzelfällen Dunkelkammern und Kegelbahnen.

Bis zu Beginn des 20. Jahrhunderts war der Hüttenbau ein Suchen und Finden, ein pragmatisches Weiter- und Umbauen. Man hatte einen Typus Hütte geschaffen und mit ihm eine vermeintliche Tradition, die in der allgemeinen Wahrnehmung



Hagener Hütte (Goldberggruppe) mit Mallnitzer Tauernhaus (o.); Stube in der denkmalgeschützten Falkenhütte (Karwendel); Ersatzbau Waltenberger Haus (Allgäu).



1799

Die Salmhütte am Großglockner war die erste Schutzhütte nach heutiger Definition.

die Vorstellung vom Aussehen der Alpenvereinshütte bis heute prägt.

Der große Schwung im Hüttenbau war bis zum Ersten Weltkrieg weitgehend abgeschlossen. Die Alpen waren erschlossen und die Hütten gebaut. Bauliche Innovationen im Schutzhüttenwesen waren bei den anstehenden Baumaßnahmen in den nächsten Jahrzehnten selten. Erst mit der ökologischen Krise in den 1970er Jahren kam wieder Bewegung in den Hüttenbau. Einen spürbaren Wandel leitete die Forderung nach einem umweltfreund-

lichen Bau und Betrieb der Hütten

ein. Heute prägen sowohl der Wunsch nach ökologischem Bauen als auch der behutsame Umgang mit der Landschaft den Hüttenbau immer stärker. Beides fließt als Leitideen des Alpenvereins zunehmend auch sichtbar in die Hüttenarchitektur mit ein.



Doris Hallama, Architektin und Kunsthistorikerin, lehrt an der Universität Innsbruck mit den Schwerpunkten alpine Kulturlandschafts- und Baukulturforschung.



Volles Haus unter der Zugspitze: Zur Einweihung der Hütte 1894 war der Andrang im Höllental groß.

Fotos: DAV-Archiv, fotolia.com/rdnz

„Ur-Hölle“

auf der Praterinsel

Die „Ur-Hölle“ steht als Kosename für den 1893 errichteten ersten Bau der Höllentalangerhütte an der Zugspitze. Sie wurde vor drei Jahren abgetragen und im letzten Sommer mit Unterstützung der Versicherungskammer Bayern, der Sektion München, der Landesstelle für die nichtstaatlichen Museen in

Ein Stück Berggeschichte in München: Mehr als 120 Jahre nach ihrem Aufbau im Höllental unterhalb der Zugspitze hat die erste Höllentalangerhütte ein neues Zuhause im Garten des Alpinen Museums gefunden.

Bayern und des Bezirks Oberbayern im Garten des Alpinen Museums in München wiederaufgebaut. Am Kernbau der Höllentalangerhütte ist der frühe Hüttenbau der Alpenvereine exemplarisch auszumachen. Nur 5 x 6 Meter misst der Bau in der Grundfläche, errichtet wurde er aus Baumstämmen aus der Hüttenumgebung. Es gibt nur einen Raum mit einem Schlaflager für sieben Personen, Tisch, umlaufender Bank und Ofen. In einfachen Lagern unter dem Dach waren Bergführer und Hütten-

personal untergebracht. Für die museale Ausstattung der Hütte recherchierte das Museumsteam erstmals die Lebensläufe und -umstände der Personen, die eine Hütte errichteten, besuchten und anfänglich bewirtschafteten. Damit zeichnet die Höllentalangerhütte im Alpinen

Museum auch ein eindrückliches Bild unterschiedlicher Interessen und sozialer und wirtschaftlicher Gegensätze, die auf die Zusammenarbeit von Sektionen und Einheimischen in der Vergangenheit ein anderes Licht werfen. *fk*



5 x 6 m

groß war der Grundriss des Blockhausbaus der ursprünglichen Höllentalangerhütte.



Wege und Hütten der Alpenvereine (Stand Ende 2016)

DAV ÖAV AVS

SONDERAUSSTELLUNG

„Hoch hinaus! Wege und Hütten in den Alpen“ – bis April 2018 im Alpinen Museum München

Die Ausstellung schlägt einen Bogen von der Frühzeit des Wege- und Hüttenbaus in den 1860er Jahren bis hin zu den aktuellen Anforderungen von Umwelt- und Denkmalschutz. Zu sehen sind Einrichtungsgegenstände, Modelle, Pläne, Fotografien und Gemälde.

Basis ist ein mehrjähriges Forschungsprojekt von ÖAV, DAV und AVS, die Ergebnisse sind im gleichnamigen zweibändigen Ausstellungskatalog veröffentlicht (Böhlau Verlag, € 34,80 Mitgliederpreis, erhältlich im Alpinen Museum und im dav-shop.de)

VERANSTALTUNGEN IM ALPINEN MUSEUM MÜNCHEN

„Sünden und Erfolge in der alpinen Architektur“ – Expertengespräch mit Dr. Christoph Hölz, Archiv für Baukunst der Universität Innsbruck. 23. März, 18 Uhr
 /// Führung durch die Sonderausstellung – 25. März und 29. April, jeweils 15 Uhr
 /// Architektur der Zukunft. Hüttenbau in den Bergen – Podiumsdiskussion u.a. mit Hüttenarchitekten und dem DAV-Vizepräsidenten Roland Stierle. 18. Mai, 19.30 Uhr, Eintritt frei.

ÖFFNUNGSZEITEN ALPINES MUSEUM:
 Dienstag – Sonntag 10.00 - 18.00 Uhr

AUSSTELLUNGEN UND VERANSTALTUNGEN IN DEN SEKTIONEN

Die Konstanzer Hütte und die Wege und Hütten in den Alpen. Mai bis Oktober in der Sektionsgeschäftsstelle
 /// **Die Konstanzer Hütte und ihre Geschichte.** Hüttenbau – Wegebau – Versorgung. Auf der Hütte (Verwall) von Mitte Juni bis Ende September. dav-konstanz.de
 /// **Die Freiburger Hütte.** Eine Ausstellung zu ihrer Geschichte. 12. Mai bis 3. Oktober.
 /// **Vom Waschtisch zur Dusche.** Geschichte der Freiburger Hütte. Auf der Freiburger Hütte (Lechquellegebirge) von Mitte Juni bis 3. Oktober. /// **Hoch hinaus!** Das große Fest. Freiburger Hütte, 9. September. dav-freiburg.de
 /// **Berliner bauen für die Berge.** Ausstellung der Sektion Berlin. 26. Oktober bis 11. Januar 2018. /// **Gletscher und Hüttengeschichte.** Vent, Hochjochhospiz, Brandenburger Haus und Vernagthütte. Hochtour mit Bernd Schröder und René Zulauf, Sektion Berlin. 2.-7. September. dav-berlin.de
 /// **130 Jahre Hütten- und Wegebau.** Wanderung der Sektionen München und Garmisch-Partenkirchen zu Kreuzeckhaus, Höllentalangerhütte und Höllentalklamm. 10. Juni. davplus.de, alpenverein-gapa.de
 /// **Konzept einfache Hütte.** Führung zur Wasseralm. 21. Juni, dav-berchtesgaden.de
 /// **Watzmannhaus.** Ein historisches Juwel auf dem Weg in die Zukunft. Exkursion am 24./25. Juni. davplus.de/alpinprogramm
 /// **Die historischen Hütten im Hochstubaï.** Mehrtagestouren der Sektionen Dresden, Hildesheim, Siegerland. 1.-4. Juli, peter.mueermann@t-online.de
 /// **Das Waltenberger Haus stellt sich vor.** Führung auf die Hütte der Sektion Allgäu Immenstadt. 10. Juli, dav-allgaeu-immenstadt.de
 /// **Forststraßen, Bergpfade, Vegetation und klimafreundlicher Bergsport.** Wanderung zur Erlanger Hütte. Ende Juli, alpenverein-erlangen.de

Weitere Veranstaltungen und alle Infos: alpenverein.de/hoch-hinaus

WEGE

Wegenetz in Kilometern

66.000



30.000 26.000 10.000

HÜTTEN UND ÜBERNACHTUNGEN

Zahl der Hütten

569



324 234 11

Übernachtungen pro Jahr

1,12 Mio.



800.000 300.000 18.600

LAGE UND AUSSTATTUNG

Hütten über 2000 Metern

187



123 55 9

Hütten über 3000 Metern

8



5 3

Selbstversorgerhütten

115



51 63 1

VERSORGUNG UND BEWIRTSCHAFTUNG

Versorgung mit Materialeilbahnen

87+



80 K. A. 7

Versorgung durch Hubschrauber

39+



38 K. A. 1

Ökolog. vorbildl. geführte Hütten (Umweltgütesiegel)

112



53 56 3

Regionales Speiseangebot „So schmecken die Berge!“

114



64 42 8

EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT

Arbeitsstunden pro Jahr

125.000



70.000 45.000 10.000

Spannende Zeiten

Hersteller und Medien versprechen: „2017 wird ein spannendes Jahr für Pedelecs!“ Der Blick auf geländetaugliche E-Mountainbikes erweckt tatsächlich den Eindruck, dass ein neues Zeitalter für Bergräder anbricht – analysiert Axel Head.

Die Freeride-Ikone Richie Schley peitscht in einem Werbetrailer der MTB-Marke Rotwild bergauf und bergab durch die Moränenlandschaft der Marmolada: keine Steigung zu steil, kein Abgrund zu tief. Beeindruckend! Er fährt ein Enduro-Pedelec! Bilder wie diese illustrieren die Speerspitze eines Trends, den auch ak-

„German eMTB-Masters“. Im Alpenraum entstehen Ladestation-Netze wie Movelo oder Bike-Energy. MTB-Schulen, Reiseanbieter, Touristikregionen und Hoteliers umwerben zunehmend die neue Zielgruppe mit Angeboten. Unter Mountainbikern taucht erstmals der Begriff „Uphill Flow“ auf – Synonym für Fahrspaß und Herausforderung bergauf. Akku-Power sei Dank!

Auch der Deutsche Alpenverein entzieht sich dem Trend zum Rückenwind aus der Batterie nicht. In seinem MTB-Positionspapier begrüßt er die neuen Anwendungsperspektiven, die „das Erlebnis Mountain-



Foto: rotwild.de/Ale di Lullo

Räder mit „elektrischem Rückenwind“ sind im Aufwind, das zeigen die Zahlen verkaufter Pedelecs. Damit verbinden sich unterschiedlichste Optionen – positive wie negative.

Auf und ab durch wildes alpines Gelände: Der Hilfsantrieb macht jetzt auch den „Uphill Flow“ möglich.

tuelle Zahlen und Fakten bestätigen: Laut Statistischem Bundesamt wurden 2014 stolze 480.000 E-Bikes verkauft. Dazu zählen auch die alpintauglichen Pedelecs, um die es in diesem Beitrag geht.

Wie ist die Entwicklung in diesem Segment? Das Marktforschungsunternehmen Schlegel & Partner stellte 2012 in einer Studie fest, dass E-Bike-Nutzer zunehmend jünger werden. Foren, Webseiten und Zeitschriften entstehen, Fachbücher werden geschrieben und Reiseberichte veröffentlicht. Diverse E-Mountainbike-Rennen nutzen das neue Fahrzeug: vom trendweisenden Sea-Otter-Festival (USA) bis zur nationalen Rennserie

bike leichter zugänglich“ machen – betont aber den Vorrang für Bewegung aus eigener Kraft und fordert Ausbildung zu Anwendung, Umweltaspekten und Risiken. Dazu gibt es mittlerweile auch Fortbildungen für MTB-Fachübungsleiter. Aber natürlich werben auch Alpenvereinschütten für ihre Akku-Ladestationen, und die DAV-Bergsteigerschule Summit Club richtet sich mit gezielten Angeboten an E-Biker.

In Bike- und Bergsportkreisen wird das Thema E-Mountainbike viel und kontrovers diskutiert, oft emotional – selten sachlich. Doch individuelle Empfindungen haben in Diskussionen noch nie viel gebracht – sinnvoller

STÄRKEN

- + Kraftersparnis und Erhöhung des Drehmoments
- + Ausbau des optionalen Tourenradius und gleichmäßigere Herz-Kreislauf-Belastung
- + Entwicklung eines unbeschwerteren Fahrgefühls in allen Leistungslevels

SCHWÄCHEN

- hohes Gewicht verbunden mit geringerer Agilität
- eingeschränkte Tourentauglichkeit durch Verzicht auf alpine Tragepassagen
- Unsicherheitsfaktor bzgl. Ausfall oder Ende der Akkukapazität

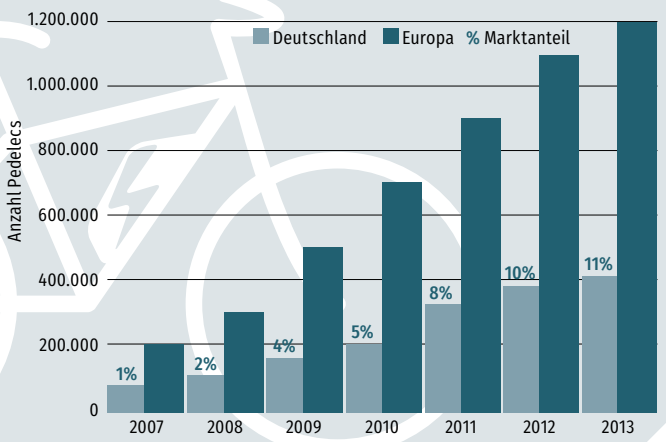
CHANCEN

- + Anreiseoption ohne Auto, Bus oder Zug
- + Integration in ein ganzheitlich vernetztes Mobilitäts-Konzept
- + Erweiterung und „Socialising“ der Personengruppen, die mit Rad in den Bergen unterwegs sein können

GEFAHREN

- Reduzierung der Wertigkeit persönlicher Leistung in der Erlebniswelt Mountainbike
- Unfallrisiko in alpinem Gelände durch fehlende Erfahrung/Selbsteinschätzung
- Erhöhung der Wegefrequenzierung durch weitere Nutzer inkl. der Folgen

DIE MIT DEM STROM RADELN



Quelle: Gesamtverband der deutschen Versicherungswirtschaft

ist es, die Stärken und Schwächen, Chancen und Gefahren des Sportgeräts E-Mountainbike pragmatisch zu analysieren (s. Abb. o.). Und fest steht auch, dass der Trend sich nicht wird umkehren lassen. Also gilt es, den negativen Potenzialen entgegenzuwirken.

Laut einer Studie der TU Chemnitz von 2015 und der Unfallforschung der Versicherer (UDV) sind übrigens Pedelecs als Sportgerät per se grundsätzlich nicht unfallträchtiger als Fahrräder ohne Strom. Untersucht wurden dabei allerdings vor allem Unfallmuster in der Stadt. Im alpinen Gelände dagegen besteht die Gefahr, dass der Stromantrieb Menschen zum Startpunkt steiler Abfahrten bringt, für die ihnen die Erfahrung fehlt. Außerdem sind bisher E-Bike-Nutzer tendenziell älter, haben also im Durchschnitt weniger Koordination, Kraft und Reaktionsfähigkeit. Doch auch jüngere Berggradler könnten der Versuchung erliegen, sich in Gelände beamen zu lassen, das sie überfordert. Deshalb bemühen sich Organisationen wie BDR, ADFC, DAV oder DIMB präventiv um Aufklärung und Handlungsempfehlungen. Und auch vie-

le kommerzielle Anbieter stimmen ihre etablierten MTB-Kurse auf die neue Kundengruppe der E-Biker ab. Was bringt die Zukunft für die geländetauglichen E-Mountainbikes? Industrievertreter sehen die Weiterentwicklung von Technik und Design, die sozio-technische Vernetzung des E-Bikes im Web 2.0 und eine wachsende Akzeptanz in Gesellschaft und Communities. Ob das Pedelec als erleichternd oder verwerflich, ökologisch sinnvoll oder heuchlerisch empfunden wird und ob die persönliche Positionierung nun mit oder gegen den „Strom“ ausfällt, kann jeder für sich selbst entscheiden. Fest steht: E-Bikes sind in den Bergen angekommen und werden noch in vieler Hinsicht für Herausforderungen sorgen. Es wird also eine spannende Zeit!



Axel Head, Diplom-Kaufmann und Gründungsmitglied des DAV-Lehrteams MTB, hat Freude an Touren mit Bike und Ski ohne Akku oder Lift. emotionsports.de



metavirulent®
Natürlich starke Abwehr für Gipfelstürmer



HOMÖOPATHISCH · BEWÄHRT · GUT VERTRÄGLICH



metavirulent® Mischung. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: grippale Infekte. Hinweis: Bei Fieber, das länger als 3 Tage anhält oder über 39 °C ansteigt, sollte ein Arzt aufgesucht werden. metavirulent® Mischung enthält 37 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. meta Fackler Arzneimittel GmbH, Philipp-Reis-Str. 3, D-31832 Springe. Stand: 01/15.



termine

Skibergsteigen

- 24.-26.3. WC Vertical, Individual, Sprint: Mondole Ski Alp, ITA
- 8.-9.4. WC Individual, Vertical: Val d'Aran, SPA

DM Bouldern

- 4.-5.6. Berlin, Deutsches Internationales Turnfest

Deutscher Jugendcup

- 1.4. Hannover, escaladrome (Bouldern)
- 20.5. Zweibrücken, Camp4 Kletterzentrum (Bouldern)

Klettern international

- 7.-8.4. Weltcup Bouldern: Meiringen, SUI
- 22.-23.4. Weltcup Bouldern: Chongqing, CHI
- 29.-30.4. Weltcup Bouldern: Nanjing, CHI
- 6.-7.5. Weltcup Bouldern: Hachioji, Tokyo
- 10.-11.6. Weltcup Bouldern: Vail, USA

ergebnisse

DM Vertical

Frauen: 1. Susi von Borstel (Immenstadt), 2. Katharina Alberti (Seebacher La Sportiva Team), 3. Sophie Vorschneider (Triathlon Grassau)

Männer: Toni Palzer (Berchtesgaden), 2. Toni Lautenbacher (Tölz), 3. Josef Huber (Berchtesgaden)

DM Individual

Frauen: 1. Susi von Borstel, 2. Judith Grassl (Berchtesgaden), 3. Katharina Alberti
Männer: 1. Toni Palzer, 2. Philipp Reiter (Salomon), 3. Philipp Schädler (Neu-Ulm)

Kaiserwetter in Berchtesgaden für zwei Super-Rennen

Skibergsteigen Weltcup

Tonis Pech nach Superstart

Optimal startete Toni Palzer (Berchtesgaden) in die Weltcupssaison: Beim ersten Rennen des Jahres gewann er das Individual in Font Blanca (AND) – zwar wegen einer Zeitstrafe für den eigentlich schnelleren Damiano Lenzi (ITA), aber auch das gehört zum Geschäft. Tags drauf verpasste Palzer dann beim Vertical Race als Fünfter die Medaillenränge, sammelte aber wertvolle Punkte für den Gesamtweltcup – sein ausgewiesenes Saisonziel. Eine Woche später, beim zweiten Weltcup in Cambre d'Aze (FRA), traf ihn die volle Wucht einer Grippe – drei Wochen

Wettkampfpause und zwei verpasste Weltcups waren die Folge. Auch für den Rest des DAV-Teams verlief der Saisonauftakt nicht ganz nach Maß: Toni Lautenbacher (Tölz) musste auch wegen Infektionsproblemen Rennen absagen, Philipp Schädler (Neu-Ulm) war durch seine Bergführerausbildung ausgebremst. Nur Stefan Knopf (Berchtesgaden) konnte mit einem vierten Rang und weiteren Top-10-Platzierungen bei den Junioren überzeugen. Die Debütantin Tessa Wötzel (DAV Oberstaufen-Lindenberg) sammelte ihre ersten Weltcupverfahren. *mk/red*



Toni Palzer ganz oben auf dem Weltcup-Podium



DM mit internationaler Beteiligung

Doppelpack beim Jennerstier

Ein neues Gesicht präsentierte sich beim traditionellen Jennerstier in Berchtesgaden, der dieses Jahr mit zwei Rennen und internationaler Beteiligung ausgeführt wurde: Susi von Borstel (Immenstadt) wurde beim Vertical Race Zweite hinter Andrea Mayr (AUT), gewann aber damit die Wertung zur Deutschen Meisterschaft. Beim Individual am zweiten

Tag stand sie ganz vorne, noch vor Dimitra Theocharis (ITA) und Ina Forchthammer (AUT). Toni Palzer, wieder gesund und fit, gewann souverän beide Rennen, wurde damit zweifacher Deutscher Meister und hängt auch die internationale Konkurrenz ab. Deutsche Jugendmeister im Vertical dürfen sich Stefan Knopf und Maria Moderegger nennen.

Der Renn-Doppelpack am Jenner diente als Testlauf für einen möglichen Weltcup in den nächsten Jahren; gleichzeitig war er Teil der neuen Dreiländer-Rennserie „Alpencup“ (A/D/I). Mit perfekter Organisation und einer spektakulären und zuschauerfreundlichen Strecke empfahl sich der Jennerstier 2017 definitiv für internationale Weihen. *mk/red*



SEEBERGER



DAV-Expeditionskader Frauen 2017-19

Auf zur nächsten Runde!

Schon zum dritten Mal bildet der DAV einen Frauen-Expedkader, wieder geleitet von Dörte Pietron. Vom 10. bis 18. Juni können ambitionierte DAV-Jungalpinistinnen zwischen 15 und 24 Jahren beim Sichtungscamp in Chamonix teilnehmen. Top-Bergführer mit Expeditionserfahrung werden sie ausbilden und auf anspruchsvollen Touren begleiten; bei der Auswahl der geeignetsten Teilnehmerinnen geht es neben der sportlichen Leistung auch um Teamfähigkeit, Motivation und eine passende Lebensplanung. Die erste Trainingsmaßnahme wird schon im Sommer 2017 stattfinden, 2019 steigt dann die Abschluss-expedition. red

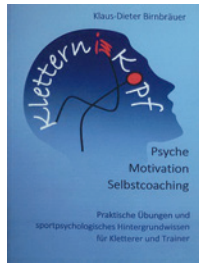
Infos und Anmeldung über:

alpenverein.de -> Bergsport -> Expeditionen

Der DAV-Expedkader wird unterstützt von: Mountain Equipment, Edelrid, Kata-dyn und DAV Summit Club.

Bergsport heute

Klettern mit Kraft und Köpfchen



Der stärkste Muskel

Ohne Kraft hilft der schlaueste Kopf nichts – aber Köpfchen hilft, mehr rauszuholen. So in etwa funktioniert Mentaltraining, das „KD“ Birnbräuer durchleuchtet. Als Pädagoge, Psychologe und Kletterlehrer versteht er, was Breitensportlern helfen kann, ihr Potenzial besser zu nutzen. Über 100 praxisfähige Übungen stellt er vor, im Internet ergänzt; jedes der zwanzig unabhängigen Kapitel beginnt mit Übungen und liefert dann Erklärungen zu den psychologischen Hintergründen, illustriert mit Praxisbeispielen. Ein anregender Führer in die Wildnis der inneren Landschaft. red

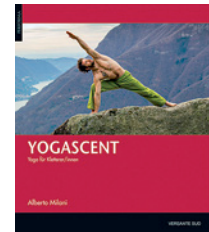
Klaus-Dieter Birnbräuer: **Klettern im Kopf – Psyche, Motivation, Selbstcoaching.** 460 S., € 29,90, klettern-im-kopf.com.



Kraft gibt's nie genug

Mit dem Göllich-Zitat „Zu viel Kraft ist ein Zustand, den es nicht gibt“ sind die „Gimme Kraft“-Trainer Kult geworden. Nun heißt es „Kraft ohne Beweglichkeit ist spröde“. Etliche Übungen zu Stabilisation und Mobilisation des ganzen Körpers versammelt das Buch „Gimme Kraft Air“. Denn Klettern und Klettertraining soll gesund halten, nicht zu Verletzungen und Überlastung führen. Die Übungen mit Körpergewicht, Hanteln, Slingtrainer, Parallettes und Trainingsbrett sind gut fotografiert und knapp, aber ausreichend beschrieben. Infos zu Rahmenbedingungen, Lebensstil und Trainingsplanung runden das Buch ab, dem man viele Leser – und vor allem viele Ausführende – wünschen mag. red

Simon Friedrich, Hannes Huch: **Gimme Kraft Air.** 240 S., € 29,90, cafekraft.de.



Nur fürs Klettern – oder mehr

„Nicht der Körper ist starr, es ist der Geist, der starr ist!“ Ist dieser Yogaspruch zynisch? Yogapositionen verbessern die Beweglichkeit, Atemübungen die Erholung am Rastpunkt und Meditation hilft, mentale Blockaden zu überwinden. Für diese Ziele beschreibt der italienische Kletterer Alberto Milani die wesentlichen Positionen und Sequenzen mit ihren Wirkungen für das Klettern. Doch sein höheres Ziel ist, zu „zeigen, wie das Klettern, gelebt mit Bewusstsein und Tiefe, selbst zu Meditation und somit zu einer anderen Form des Yoga werden kann“. red

Alberto Milani: **Yogascent – Yoga für Kletterer/innen.** Edizioni Versante Sud, 164 S., € 28,-



DACHSTEIN
MOUNTAINEERING SINCE 1925



PRODUKTHIGHLIGHTS FRÜHJAHR/SOMMER 2017:

SPÜRSINN EVO & DACHSTEIN KNIT COLLECTION

3D-STRICKMATERIAL

SOCKENÄHNLICHES,
EXTREM KOMFORTABLES
TRAGEGEFÜHL

FEDERLEICHT &
PERFEKTER HALT

UNIQUE STEPS
www.dachsteinschuhe.com

Finn Koch: Step by Step mit dem DAV

Von der Kletterhalle zur Eigerwand

Finn Koch berichtet, wie er auf seinem Weg als Bergsteiger von den DAV-Fördermaßnahmen profitierte.

9.12.2016. Um 15 Uhr erreichen wir den Gipfel. Fritz und ich fallen uns in die Arme. Hinter uns liegen knapp 2000 Höhenmeter und neun Stunden Kletterei durch die wohl berühmteste Wand der Alpen: die Eiger-Nordwand. Uns verbindet mehr als die Freude über die gelungene Tour.

Begonnen hat alles 2011, an der Tübinger Kletterwand. Dann ging ich nach draußen: an die Felsen der Schwäbischen Alb, bald schon Mehrseillängentouren in den Alpen. Der Schwierigkeitsgrad wuchs schneller als mein Know-how.

Mehr über den Kader und seine Projekte: alpenverein.de/Bergsport/Expeditionen

Facebook: DAV-Expedkader-Männer



Im August 2013 leitete Fritz Miller für die DAV-Sektion Reutlingen eine Jugendfahrt nach Chamonix. Das erste Mal, dass ich mit Fritz unterwegs bin – Tage, die ich nicht so schnell vergessen werde. Fels- und Eisklettern, meine ersten Viertausender, ein Spaltensturz. Fritz hält mich. Er hat sein Hobby zum Beruf gemacht; klar, dass er ein Vorbild für mich ist.

Durch diese Fahrt öffnete sich vor meinen Augen die ganze Spielwiese des Alpinismus. Doch ich erkannte, dass meine Weiterentwicklung systematischer verlaufen musste. Mit der Schwierigkeit einer Tour steigen auch die Risiken – eine fundierte Ausbildung muss her. Der schnellste und effizienteste Weg dazu ist, mit erfahrenen Profis unterwegs zu sein.

Beim DAV wurde ich fündig. Der startete gerade damals, 2014, eine neue Art der Jugendförderung: Die Nachwuchscamps schließen die Lücke zwischen dem JDAV-Kursprogramm und dem DAV-Expedkader – ideale Weiterbildung in der ganzen Bandbreite des Bergsteigens. Hier traf ich auch Fritz wieder, als Ausbilder. Außerdem lernte ich Gleichgesinnte kennen und wir hatten jede Menge Fun. Die Bergführer begleiteten uns auf coole Routen wie Salbit-Westgrat (Göschentertal) oder Fiore di Corallo (Arco)

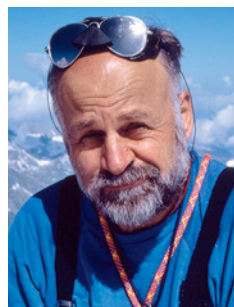
und halfen mit Feedback und Ausbildung, den nötigen „Werkzeugkoffer“ für solche Touren zu füllen.

Egal welches Niveau du hast, du orientierst dich immer nach oben – zum Beispiel am DAV-Expedkader. Aktionen wie Xaris Eintagesbegehung der Eigerwand 2015 motivieren mich für mein tägliches Training. Und nach und nach stellen sich Erfolge ein. Im Juni 2016 wurde ein Traum wahr: Im Sichtungscamp qualifizierte ich mich für den Männer-Expedkader. Sicherlich dank des Sprungbretts Nachwuchscamps.

Nach den ersten Kadermaßnahmen bin ich mehr denn je überzeugt von diesem Ausbildungssystem, das der DAV und die Sponsoren uns ermöglichen. Dass ich mich in das Touren- und Ausbildungsprogramm meiner Sektion integriere und mein Wissen weitergebe, ist dann nur selbstverständlich.

fko/red

menschen



Er ist der einzige noch lebende Erstbesteiger zweier Achttausender: 1957 stand **Kurt Diemberger** als Erster auf dem Broad Peak, 1960 auf dem Dhaulagiri – außerdem bestieg er vier weitere Achttausender und früh die großen Alpen-Nordwände ... fast noch bedeutender aber war der Achttausendsassa als Bergfilmer und Buchautor – und als mitreißender Live-Erzähler auf Vorträgen. Herzlichen Glückwunsch zum 85. Geburtstag am 16. März!

Mit drei Achttausendern, fünf Siebentausendern und weiteren großen Bergen wie Denali, Ama Dablam oder Alpamayo ist **Gaby Hupfauer** eine der erfolgreichsten deutschen Höhenbergsteigerinnen. Und sie führte selbst Reisegruppen des



DAV Summit Club in und auf die Berge der Welt – auch noch nach ihrem 70. Geburtstag am 20. März und mit dem zweiten „neuen“ Knie. Wir wünschen alles Gute dazu!

Fotos: Archiv Koch, Archiv Hupfauer, Rollo Steffens



Wir sind Klimaschützer. Das ist unser nächster Schritt.



Edelweiß
STROM
Energie mit Weitblick

LichtBlick und DAV bringen den Edelweiß-Strom in dein Zuhause: echten Ökostrom, zu 100% aus erneuerbaren Quellen.

Geh mit uns den nächsten Schritt – wechsele jetzt zu Edelweiß-Strom!

Infos unter edelweiss-strom.de



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.



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

BREITACHKLAMM, Allgäuer Alpen

Der Weg des Wassers durch den Berg

Ausgangspunkt: Tiefenbach (813 m) nahe Oberstdorf
Hütte: Diverse Einkehrmöglichkeiten beim Abstieg
Gehzeit: \approx 550 Hm, 2 ½ Std., \simeq 550 Hm, 1 ½ Std.
Charakter: In der Klamm Weganlage, die auch mal feucht sein kann, beim Abstieg Fahr-, Wald- und Wurzelwege (T1).

Nicht einmal einen Meter schmal ist die Klamm der Breitach an ihrer engsten Stelle; der solide angelegte Weg (kostenpflichtig) passiert Tobel, Gumpen und Wasserfälle. Gemütlich und aussichtsreich, mit diversen Einkehrmöglichkeiten, führt der Abstieg durch Wald und Wiesen.



EINFACH

Sommerfrische: der Weg durch die Breitachklamm

EBNER JOCH (1957 m), Rofan

Aussichtswarte hoch überm Inntal

Ausgangspunkt: Kanzelkehre (902 m) an der Straße Achensee-Inntal
Hütte: Astenau Alm (1480 m), bewirtschaftete Alpe
Gehzeit: \approx 1080 Hm, 2 ½-3 Std., \simeq 1080 Hm, 1 ½-2 Std.
Charakter: Der südsonnig exponierte Aufstieg fordert an heißen Tagen frühen Aufbruch, bietet aber trotz gerölliger Passagen keine Absturzgefahr (T2).

Die großartige Aussicht auf Rofan, Achensee und Karwendel und übers Inntal auf Zillertaler Alpen und Hohe Tauern lockt viele Wanderer, sogar motivierte Kinder aufs Ebner Joch. So harmlos der Aufstieg auch ist, sollten diese am Gipfel aber nicht spielen, dort ist das Gelände dann doch steiler.



MITTELSCHWER

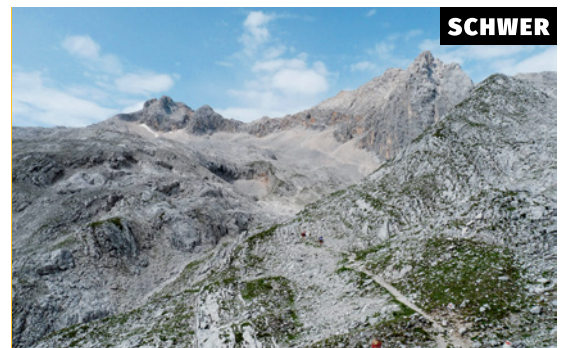
Zillertalschau: Inntalblick vom Ebner Joch

WESTL. PARTENKIRCHNER DREITORSPIITZE (2634 m), Wetterstein

Felsenhorn mit Zugspitzblick

Ausgangspunkt: Parkplatz Holiday Camping (1050 m) bei Leutasch
Hütte: Meilerhütte (2366 m)
Gehzeit: \approx 1700 Hm, 5-6 Std., \simeq 1700 Hm, 3-4 Std.
Charakter: Gipfelanstieg leichter Klettersteig (T4, KS A/B), Helm, evtl. Klettersteigset empfehlenswert. Der Söllerpass als optionaler Abstieg (T4) ist extrem steil, ausgesetzt und ungesichert.

Im Felsenkamm über der Karstfläche des Leutascher Platts ist die Westliche Partenkirchner Dreitorspitze noch am relativ leichtesten zu erreichen – absolut sicheren Bergsteiger-Tritt und Top-Kondition (oder Übernachtung) fordert sie trotzdem. Dafür belohnt sie mit umfassendem Panorama.



SCHWER

Karstplateau: Darüber stehen die Dreitorspitzen.

Der EXPERTENTIPP
zu alpenvereinaktiv.com

BERGWETTER, LAWINEN UND CO.




Startseite, Menü Aktuelles: -> Lawinenlage/Bergwetter/Aktuelle Bedingungen. Zusätzlich wird bei Winter-Touren in D, A und Südtirol der regional passende Lagebericht angezeigt, auch in der App!

LOWA
simply more...



SO FLEXIBEL WIE DIE WEIBLICHEN ANSPRÜCHE.
DANK KOMFORTABLER DETAILS.



MAURIA GTX® Ws | Trekking www.lowa.de   

PROFIS AUF DER SPUR DES MEISTERS



„Buße“ oder „Innere Umkehr“ hatte **JEFF LOWE** nötig; das bedeutet der Routenname „Metanoia“. Firmenpleite und Neuprojekt, Scheidung und Affäre – manche unterstellten ihm Selbstmordabsichten, als er im Februar 1991 alleine in die Eiger-Nordwand einstieg. Doch er tauchte ein in eine andere Realität, mit der Welt nur durch die Liebe zu seiner zweijährigen Tochter verbunden, so schrieb er – und eröffnete in neun Tagen eine Legende. jeffloweclimber.com



Viele haben sich danach an „Metanoia“ (VII, A4, M6) versucht – und auch die Profis und Eiger-Experten **STEFAN SIEGRIST** und **ROGER SCHÄLI** mit **THOMAS HUBER** brauchten 25 Winter später drei Anläufe für die erste Wiederholung. Ihr Fazit: „Wahnsinn, was er damals geleistet hat!“ Lowe, einer der wegweisendsten Bergsteiger der 1980er Jahre, sieht heute mit einer Nerven-Degenerationskrankheit dem Tod entgegen – und freute sich über die Hommage.

felsig – Die Italienerin Laura Rogora (15) setzt nach ihrer ersten 9a auch eigene Duftmarken: Mit „La Gasparata“ (XI-/XI) bei Rom eröffnete sie in nur vier Tagen die vielleicht schwierigste Route, die eine Frau erstbegangen hat. /// Oriane Bertone (11, FRA) klettert ihren ersten 8B-Boulder: fragile Steps in Rocklands – wenn auch von manchen nur als 8A+ bewertet. /// Neben Beth Roddens „Meltdown“ ist „Black Beards Tears“ (XI-/XI) die schwierigste Tradroute derzeit; von Ethan Pringle (USA) erstbegangen mit „a fair amount of blood, sweat and a few tears right there at the end“. /// Wieder eine 9b(XI+/XII-)-Begehung: „First Round First Minute“ war schon die zweite für Stefano Ghisolfi (ITA). Seine dreizehnte

9b kletterte Adam Ondra (CZE) mit der Erstbegehung von „Mamichula“ in Oliana (Spanien).

frisch – Nach „Amore di Vetro“ fand Marcel Schenk, diesmal zusammen mit David Hefti, noch eine Winterroute durch die Badile-Nordostwand: Die „Nordest Super-combo“ (800 m, M7, R) kombiniert „Cassin“ und „Memento Mori“ und forderte die beiden Schweizer 17 Stunden lang „car to car“, mit Abstieg durchs Cengalocouloir. Die erste Wiederholung holten sich gleich darauf Ines Papert (GER) und Luka Lindic (SLO); die Schweizer Luca Godenzi und Carlo Micheli kletterten derweil die „Cassin“ (800 m, M7) im Mixedstil. /// Auf teils

sehr dünnem Eis (eher vereistem Schnee) bewegten sich die Italiener Philipp Angelo, Fabrizio della Rossa und Thomas Gianola in „All-in“ (350 m, AI 6-, M7, R) am Sas del Pegorer nahe der Marmolada. /// Neben dem bekannten Seebenseeefall bei Ehrwald konnte Michi Wohlleben seine Route „Stirb langsam“ (200 m, M11+, WI 6+) frei klettern – eine „Traumlinie“, die er mit verschiedenen Partnern eingerichtet hatte. „Einer der Tage, die ich nie vergessen werde!“ /// Zwanzig Jahre lang war „Un divo listo“ in der dritten Etage von Gavarnie (Pyrenäen) unwiederholt geblieben und von Legenden umwittert. Manu Cordova, Javi Bueno und Jonatan Larranaga machten die zweite Begehung, mit Freikletterei bis VIII und 5+

/// AUFGESCHNAPPT

„Auf dieser Expedition kam alles perfekt zusammen: ein großes Projekt, noch größere Freundschaft, eine schnelle und leichte Alpinstil-Erstbegehung und eine King Line an einem Siebentausender.“ Hansjörg Auer (AUT) schwärmt vom Gimmigela East. „Ich habe nicht unter der Einsamkeit gelitten. Offen gesagt, liegt mir das Soloklettern, ich habe einen Haufen Spaß dabei.“ Marek Raganowicz (POL) zu seinem Wintersolo in der Trollwand. „Die letzten fünfzig Meter über den Grat zum Gipfel sind begleitet durch ein unbeschreibliches Gefühl. Orange leuchtet das Nebelmeer über dem Comersee.“ David Hefti (SUI) entwickelt romantische Gefühle am Piz Badile.

halbe Stunde auf 8:47 Std.; zu Redaktionschluss plante sie noch einen Rekordversuch vom Nationalpark-Eingang bis zum Gipfel.

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!

im Eis. /// Für die Winterbegehung der „Piusi-Redaelli“ (500 m, VII+, A3) am Torre Trieste brauchten die Spanier Marc Subirana und Miguel Molina nach Vorarbeiten noch sieben Tage in der Wand, bei Temperaturen zwischen -15 und -2°C.

fern – Das Ersatzziel wurde zum Volltreffer für Hansjörg Auer und Alex Blümel (AUT): Die Erstbesteigung eines 6500-Meter-Gipfels in Nepal wurde nicht genehmigt; stattdessen fanden sie Einsamkeit im

Kangchendzönga-Gebiet und perfekte Verhältnisse in der Nordwand (1200 m, M4, 85°) des Gimmigela East (7005 m). /// Vom 11. bis 26. Januar machte Marek Raganowicz (POL) die erste Winter-Solobegehung der berühmten Trollwand in Norwegen über die Route „Susser gjennom Harryland“ (650 m, VII, A3), ohne Fixseile und mit 100 Kilo Gepäck. /// Diese Saison war in Patagonien das Wetter wieder eher schlecht; umso bemerkenswerter ist die Erstbegehung der Ostwand („El valor del Miedo“, 1000 m, 90°, M6+, A2) am abgelegenen Cerro Murallón durch die „Ragni“ Matteo Bernasconi, Matteo della Bordella und David Bacci (ITA). /// Die Frauen-Bestzeit vom Basislager (ca. 4300 m) zum Gipfel des Aconcagua (6962 m) verbesserte Sunny Stroer (Obernburg) um etwa eine



Sunny Stroer und ihr Laufziel Aconcagua



Martin W., 59, Ingenieur

Erstaunlich kräftig.

„Schwarzriesling!
Hab' ich neu
entdeckt!“



Entdecken auch Sie den feinfruchtigen Roten neu!

Der Schwarzriesling ist die Urform aller Burgundersorten. Erstaunlich kräftig in Farbe und Geschmack überzeugt der samtige Württemberger mit voller Frucht und Fülle. Ob zu einem leckeren Essen oder solo – dieser vielfältige Rotwein ist eine echte Alternative für alle Genießer. Entdecken Sie das Beste aus Württemberg: Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger.

Württembergischer Weingärtnergenossenschaften
wein-heimat-württemberg.de





Wenn Urlaub zum Erlebnis wird

Mit uns die Welt entdecken

Unberührte Berglandschaften, Tiersafaris, einzigartige Naturschauspiele und kulturelle Höhepunkte – wir kennen so ziemlich jeden Geheimtipp, wenn es um Bergreisen geht, und es ist uns eine Freude, Sie dort hinzubringen. Erfüllen Sie sich mit uns Ihre Urlaubsträume!



30 € Buchungsrabatt
p. a. für DAV-Mitglieder

ITALIEN



Küstenwanderungen in den Cinque Terre

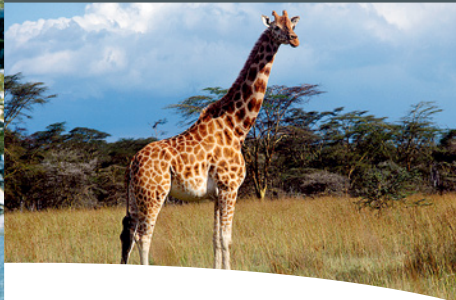
Pastellfarbene Dörfer, die wie Vogelnester zwischen Felsen eingebettet sind, das unvergleichliche Blau des Mittelmeers und im Hintergrund grüne Weinterrassen an steilen Berghängen – die Cinque Terre sind einzigartig! Kundige Führer zeigen Ihnen aussichtsreiche Wanderungen entlang dieses Küstenabschnitts. Es lockt die berühmte Via dell'Amore, der Parco Naturale di Framura und die „fünf Dörfer“. Ganz umweltfreundlich werden sämtliche Transfers per Bahn oder Boot zurückgelegt.



Termine (8 Tage)

29. Apr., 20. Mai, 30. Sep., 14. Okt.
davsc.de/itlig
Preis ab € 1095,-

KENIA



Besteigung Mount Kenia mit Safari im Rift Valley

Hohe Berge, tiefe Schluchten, dichte Wälder und fruchtbare Graslandschaften bieten ideale Lebensbedingungen für Löwe, Elefant, Nashorn und Giraffe. Safaris, Akklimatisationswanderungen am Vulkan Mt. Longonot, am Menengei Crater und in den Aberdare Mountains und das fünftägige Zelttrekking zum Mount Kenia lassen keine Afrika-Wünsche offen. Entspannter Ausklang in unserer Safari-Lodge mit Bush-BBQ und einer Walking Safari mit Giraffen. Gipfelmöglichkeiten: Point Lenana (4985 m) und Setima Point (4000 m).



Termine (16 Tage)

29. Jul., 29. Dez. 2017, 3. Feb. 2018
davsc.de/kenat
Preis ab € 3895,-

PERU



Alpamayo: Trekking um den schönsten Berg der Welt

Dieses technisch leichte, aber konditionell anspruchsvolle Zelttrekking bringt Sie an die atemberaubendsten Plätze der Cordillera Blanca. Im Blick stehen die schnee- und eisbedeckten Flanken und Gipfel berühmter Sechstausender: Huascaran, Chopicalqui, Quitaraju und Alpamayo. Beim Abstecher in das Basislager des Alpamayo gibt es Expeditionsluft zu schnuppen, und bei der Besteigung des leichten Jatunhirca überschreiten Sie die 5000-Meter-Marke.



Termine (16 Tage)

23. Jun., 11. Aug., 9. Sep.
davsc.de/perun
Preis ab € 3195,-

Im Wanderparadies Nationalpark Stilfserjoch

Vom Sonnental auf höchste Höhen



Wer einmal im Trentino war, kommt gerne wieder. Fantastische Aussichten und atemberaubende Bergpanoramen, gepaart mit den kulinarischen Künsten der Südtiroler Küche, lassen den Alltagsstress vergessen. Malè, der Hauptort des Val di Sole (Sonnental) mit perfekter Bahnanbindung, bietet einen optimalen Start für erlebnisreiche Wander- und Hochtourentage im Nationalpark Stilfserjoch. Durch das ursprüngliche Val di Rabbi geht es

hinein in eines der größten Naturschutzgebiete Europas. Aussichtsreiche Wanderwege führen zu den eisgepanzerten Dreitausendern der Cevedale-Gruppe. Diese Umgebung lädt ein, das Gletscher-Einmal-eins aufzufrischen. Wer möchte, kann hoch hinauf – dorthin, wo das Trentino (fast) am höchsten ist. Zum Beispiel auf den Palon della Mare (3703 m) oder den Monte Vioz (3645 m). Zahlreiche gastfreundliche Hütten mit guter lokaler Kost bieten Bergsportlern Übernachtungsmöglichkeit. So werden die Touren zu einem rundum gelungenen Naturerlebnis. Spektakulär ist vor allem die Vioz-Hütte auf 3535 Metern. Hier kann auch ein Kriegsstollen aus dem Ersten Weltkrieg besichtigt werden (s. auch S. 104ff.).

dav-summit-club.de/HWVIOZ

Persönliche Beratung:

089/64 24 01 94

**DAV
GEWINN
SPIEL**

Das Panorama-Gewinnspiel mit dem DAV Summit Club

KENNEN SIE DIE?

Für ihren Hausberg kann man beten und arbeiten

Erkennen Sie diese Hütte und gewinnen Sie einen attraktiven Preis vom DAV Summit Club, dem weltweit größten Anbieter von alpinen Reisen und Kursen.

Diesmal können Sie einen Grundkurs Klettersteig kompakt im Ötztal gewinnen. Von einer gemütlichen Pension mit Sauna in Längenfeld aus lernen Sie in drei Tagen alles Nötige für die Welt der Senkrechten – und wenden es gleich auf den attraktiven Ötztaler Steigen an. Wert ab € 430,- (inkl. Leihausrüstung), Buchungscode 9KGOETZ.



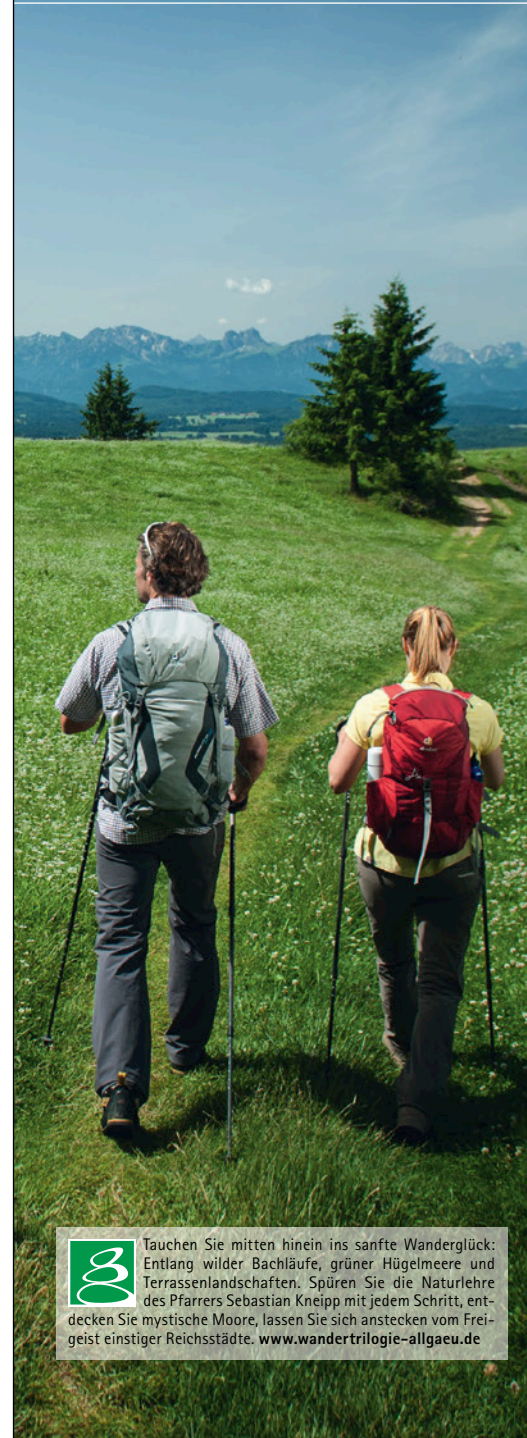
Foto: Andi Dick

Auflösung des Gewinnspiels aus Heft 1/2017
Da die Eibsee-Seilbahn im Sommer 2017 neu gebaut wird, muss man für den Tiefblick auf den Eibsee zu Fuß auf die Zugspitze steigen. Der Gewinn, ein Schneeschuh-„Wintermärchen“ auf der Schwarzwasserhütte, ging an Klaus Remmler aus Halblech.

Senden Sie Ihre Antwort an:
Deutscher Alpenverein, Redaktion Panorama, Postfach 500 280, 80972 München oder an dav-panorama@alpenverein.de
Einsendeschluss ist der 13. April 2017. Keine Teilnahme über Gewinnspielorganisationen und für Mitarbeiter der DAV-Bundesgeschäftsstelle. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Körper und Seele im grünen Bereich.

Das Paradies für Genusswanderer – die Wiesengänger Route der Wandertrilogie.



Tauchen Sie mitten hinein ins sanfte Wanderglück: Entlang wilder Bachläufe, grüner Hügelmeere und Terrassenlandschaften. Spüren Sie die Naturlehre des Pfarrers Sebastian Kneipp mit jedem Schritt, entdecken Sie mystische Moore, lassen Sie sich anstecken vom Freigeist einstiger Reichsstädte. www.wandertrilogie-allgaeu.de



Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und den Europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums (ELER)





Skidurchquerungen findet man überall, doch die Haute Route ist einmalig. Trotz der Beliebtheit kann man zwischen Mont Blanc und Matterhorn neben faszinierenden Landschaften auch einsame Momente erleben. Ein Bericht über eine Begehung, bei der vor allem Flexibilität erforderlich war.

Text und Fotos:
Stefan Herbke

Haute Route:
Von Chamonix
nach Zermatt

Klassiker

bleibt Klassiker

Wild: Hochalpiner als bei der Abfahrt über den Stockjigletscher nach Zermatt kann Skitouren- gelände kaum sein.

First Line, also die erste Spur im unverspurten Schnee, das ist der Traum eines jeden Skifahrers. Auch für Paul Walser, der mit seinem Kollegen Sebastian Jacob eine Gruppe von Ötztaler Skitourengehern auf der berühmten Haute Route von Chamonix nach Zermatt führt. Im Grunde steht der Bergführer vor einem Zwiespalt, denn „beim Skitourengehen will ich ja weggehen von der Masse und möchte alleine sein“. Doch die Haute Route ist ein Klassiker; „da geht das Individuelle etwas verloren“, gibt Paul zu.

Aber dafür ist man eben auf der Haute Route unterwegs, auf der mit Abstand bekanntesten Skidurchquerung der gesamten Alpen, durch eine faszinierende Berg-



Weit: Schon die erste Abfahrt von der Grands Montets Richtung Col du Chardonnet zeigt die Großzügigkeit der Route. Nach der Gletscherwelt der ersten Etappe (M.u.) ist die Variante am zweiten Tag (M.o.) gemütlicher. Über die sturmtoste Pigne d'Arolla (u.) geht es am vierten Tag zur exponierten Cabane des Vignettes.

und Gletscherwelt von Mont-Blanc-Gebiet und Wallis. Entsprechend groß ist der Andrang, entsprechend international das Publikum. Die Ersten machten sich 1863 auf den Weg – im Sommer. Mit Ski wurde die Haute Route erstmals im Januar 1903 begangen. Heute ist sie ein Klassiker.

Das Überraschende: Es ist nichts los. Vielleicht liegt es an der schlechten Wettervorhersage, vielleicht an den großen Neuschneemengen. Jedenfalls genießt die Ötztaler Gruppe die morgendliche Abfahrt von der Grands Montets im frischen Powder – ein Abfahrtsrausch, für den andere zum Heliskiing nach Kanada fliegen. First Line bei der Abfahrt ist ein Genuss, First Line im Aufstieg zum Col du Chardonnet dagegen extrem kraftraubend. Dafür macht die wilde Kulisse deutlich, dass die Westalpen mehr

als eine Hausnummer größer sind als die Ostalpen. Abseilen heißt es in der Rinne, die hinter dem Col wartet, dann geht es unter imposanten Hängegletschern hinaus auf die weiten Flächen des Glacier de Salei-

Die Grands Montets im frischen Powder – ein Abfahrtsrausch

na und hinauf in die gleichnamige Scharte. Die ermöglicht den Übergang auf das flache Plateau du Trient und nach dem kurzen Gegenanstieg in den Col des Ecandies folgt der zweite skifahrerische Höhepunkt des Tages: das Val d'Arpette.

Der Abfahrtsgenuss endet in Champex, einem im Spätwinter regelrecht ausgestorbenen Ort mit kleinem Alibiskigebiet und vielen Privatchalets. Hochsaison ist hier im Sommer, der kleine Ort mit See und Traumblick auf den Grand Combin gilt laut Yorick Biselx als „Klein Kanada“ der Schweiz. In der ganzen Region Pays du St. Bernard finden sich nur ein paar kleine Familienskigebiete; der Marketing-Assistent des Tourismusverbands betont daher, wie großartig die Skitouren-Möglich-





keiten sind. „Natürlich ist die Haute Route unser Aushängeschild, doch allein im Val d'Arpette gibt es unzählige Couloirs, die durch ihre schattige Lage besten Pulverschnee garantieren.“

Ein Taxitransfer brächte von hier nach Bourg St. Pierre, dem Ausgangspunkt für den Anstieg zur „Cabane de Valsorey“. Doch wenn die Verhältnisse nicht passen – der Aufstieg führt über extrem steile Hänge zur Hütte und anderntags auf das Plateau du Couloir –, dann ist die Etappe eine Sackgasse und man muss wieder ins Tal abfahren. „Die Herausforderung bei der Haute Route ist die Planung“, sagt Paul Walser, „man muss rechtzeitig die Hütten buchen und sehr flexibel sein. Wenn das Wetter nicht mitspielt, muss man alles ändern.“

So wie in Bourg St. Pierre. Wegen der angekündigten Neuschneefälle wählt Paul lieber die sichere Alternative über Verbier. Die Abfahrt von der Rosablanche führt

hinunter zur kleinen „Cabane de Prafleuri“, auf der sich seit 21 Jahren Familie Dayer um die Gäste kümmert. „Im Sommer geht es bei uns zu wie in einem Restaurant im Tal“, erzählt die Tochter Marine, die Neuankommlinge mit einem Begrüßungstee empfängt, „im Winter ist es ruhiger und viel organisierter.“ Kein Wunder, im Sommer wandern Tagesgäste in nur einer

Der Aufstieg zum Pas de Chèvres ist ein Wintermärchen

Stunde vom Lac des Dix zur Hütte. Doch da die Verbier-Route immer beliebter wird, kommen auch im Winter mehr Gäste.

Der nächste Morgen startet mit Schneesturm, null Sicht und reichlich Neuschnee.

Die kilometerlange Querung der Hänge oberhalb des Lac des Dix zur gleichnamigen Hütte ist daher zu gefährlich, so dass sich die Bergführer wieder einen Plan B überlegen müssen: Ein Tunnel gleich hinter der Hütte führt durch den Berg hinüber zur Staumauer und ermöglicht einen lawinensicheren Schlechtwetterabstieg ins Val d'Hérémence. Ein Tal weiter in Arolla scheint die Sonne. Die letzten Wolken lösen sich auf, tief verschneit dominieren Mont Collon und Pigne d'Arolla den Talschluss. Der Aufstieg zum Pas de Chèvres ist ein Wintermärchen wie aus dem Bilderbuch. Und bei der Querung zur „Cabane des Dix“ darf der elegante Mont Blanc de Cheillon“ ausgiebig bewundert werden.

Lässige Loungemusik empfängt die Besucher in der Hütte, hinter dem Tresen junge, bergbegeisterte Leute. Der Walliser Daniel Egg schätzt die Lage auf knapp

Wichtig: Das Matterhorn (hier die einsame Westseite) ist End- und natürlicher Höhepunkt der berühmtesten Skidurchquerung der Alpen. Aber auch der Mont Blanc de Cheilon (r.) zieht Blicke auf sich.



INFO

mehr: alpenverein.de/panorama



3000 Meter Höhe. „Ich kann nicht in der Stadt leben“, sagt der Hüttenwirt, „hier bin ich weg von der Zivilisation und doch unter vielen Leuten.“ Das Publikum ist international, „viele kommen sogar aus Amerika, England, Schweden und Norwegen“ – für die Gäste aus Holland und Belgien hat Daniel viele landestypische Biersorten auf Lager. Ob coole Musik oder große Bierauswahl, bei Daniel Egg sollen die Gäste sich wohlfühlen: „Ich bin sechs Monate im Jahr hier oben und möchte in einer angenehmen Atmosphäre arbeiten und leben.“ Einen Apéro auf Kosten des Hauses gibt es daher nicht nur für die Bergführer, sondern für alle. Das Brot wird jeden Tag frisch gebacken, der Joghurt selbst gemacht und auch Ladestationen für Handys sind reichlich vorhanden, „schließlich haben wir das Jahr 2016“, sagt Daniel, während unter den Tischen gerade der Staubsaugerroboter seinen Weg sucht.

Der Morgen ist bitterkalt, der Wind stürmisch und der Aufstieg auf die Pigne d’Arolla alles andere als ein Vergnügen. Doch für die Augen ist die Etappe durch die wilde Gletscherwelt wieder etwas ganz Besonderes. Großartig der in der Morgen-

HAUTE ROUTE – „DIE“ SKIDURCHQUERUNG

Charakter: Beliebte Hochtour in faszinierender Hochgebirgslandschaft, mittlerweile zahlreiche Varianten neben der klassischen Linienführung. Gute Kondition und komplette Gletscherausrüstung erforderlich. Beste Zeit: März und April. Bergführer: z. B. sebi.jacob@gmx.at, walserpaul.com

An- und Rückreise: Öffentliche Verkehrsmittel drängen sich geradezu auf, Chamonix wie Zermatt sind mit dem Zug leicht zu erreichen.

Etappen

- 1) Argentièrre (1252 m) – Col du Chardonnet (3323 m) – Champex (1466 m), \nearrow 1080 Hm, \searrow 2855 Hm, 8-9 Std.
- 2) Verbier (1490 m) – Rosablanche (3336 m) – Cab. de Prafleuri (2624 m) \nearrow 900 Hm, \searrow 1150 Hm, 5 Std.
- 3) Arolla (2006 m) – Cab. des Dix (2928 m), \nearrow 1075 Hm, \searrow 1070 Hm, 4 ½-5 Std.
- 4) Pigne d’Arolla (3790 m) – Cab. des Vignettes (3160 m), \nearrow 950 Hm, \searrow 710 Hm, 4 ½-5 Std.
- 5) Col de Valpelline (3562 m) – Zermatt (1616 m), \nearrow 1185 Hm, \searrow 2725 Hm, 8-9 Std.

Karten: Schweizer Landeskarte 1:50.000, Blätter 282, 283 und 284, jeweils mit Skirouten.

Literatur: Michael Waeber: Skitourenführer Haute Route, Bergverlag Rother, 2. Aufl. 2013.



Direkt zu dieser Tour: bit.ly/ski-hauteroute

Über 80 Touren von Hütte zu Hütte:
Touren > Hüttentrekking





sonne leuchtende Mont Blanc de Cheilon, eindrucksvoll die Spaltenzonen am gleichnamigen Gletscher, spannend die Querung eines steilen, blanken Gletscherbuckels und erhebend der Gang über die flachen Hänge hinauf zur Pigne d'Arolla, während das Panorama mit jedem Schritt weiter wird und schließlich mit dem unverwechselbaren Zacken des Matterhorns am Horizont der Endpunkt der Haute Route auftaucht.

Einige Hütten liegen wirklich außergewöhnlich. Etwa die „Cabane des Vignettes“, die überaus luftig auf einem Felssporn thront. Das Ziel der Abfahrt von der Pigne d'Arolla – hier trifft man auch wieder auf die klassische Haute Route von der Valsoreyhütte über Plateau du Couloir und Chanrionhütte – wurde 2008 komplett renoviert und erweitert. Größter Pluspunkt: Die legendäre Außentoilette über dem Abgrund, zu erreichen nur über einen im Winter häufig vereisten Zugang, wurde in die Hütte integriert. Die Gäste werden von der Hüttencrew um Jean-Michel Bournissen gut versorgt. Wer etwa nachmittags den frischen Kuchen probiert oder die Röstli, der sieht dank der guten Küche leicht darüber hinweg, dass die Freundlichkeit der Wirtsleute noch Luft nach oben lässt.

Drei Pässe und unendlich viel Landschaft trennen die Gruppe noch von Zermatt. Der elegante Schneerücken der

Pointes d'Oren bleibt rechts liegen, unter dem mächtigen Hängegletscher des Mont Brulé quert man hinüber zum gleichnamigen Col und steigt schließlich über weite Gletscherhänge hinauf zum Col de Vapelline. Die letzten Meter in den Sattel sind ein Genuss. Langsam legt sich das Gelände zurück, über den Schneefeldern

Großartig der in der Morgensonne leuchtende Mont Blanc de Cheilon

taucht ein kleiner Spitz auf, der mit jedem Meter größer wird, und schließlich ragt das Matterhorn in seiner ganzen Pracht auf. Grandios und gefährlich, denn bei der Abfahrt über den Stockjigletscher sollte man die Augen besser nach unten richten, um keine Spalte zu übersehen.

Die Abfahrt über fast 2000 Höhenmeter wird erst auf einer der Hütten von Furi für einen Einkehrschwung unterbrochen. Bei einem Bier schwärmt die Gruppe von den Erlebnissen der vergangenen Tage. Und auch der Bergführer Paul teilt die Begeisterung für den Klassiker Haute Route, von der „First Line“ am ersten Tag bis zum Finale: „Die Abfahrt über den spaltigen Gletscher und am Matterhorn vorbei ist einfach Kult.“



Eigentlich sucht **Stefan Herbke** (bergbild.info) eher einsame Skitouren, doch überraschenderweise war die Haute Route nicht überlaufen.

GEEIGNET FÜR
SOFTSHELL

DIE NEUE HIGH-TEC IMPRÄGNIERUNG

- Für Outdoor-, Sport- und Funktionskleidung
- Macht wasserdicht
- Erhält die Atmungsaktivität
- Einfach einwaschen oder per Schwamm auftragen



www.bionicdry.de



Auf dem
Hexen-Stieg
durch
den Harz

Sagenhaft

Ausgedehnte Wälder und skurrile Felsformationen, jahrtausendealte Moore, eigentümliche Canyons und sturmumtoste Gipfel: All das bietet der Harz, das Mini-Gebirge im Norden. Einmal quer hindurch geht der Fernwanderweg „Harzer Hexen-Stieg“.

Text und Fotos: Folkert Lenz

Viele Steine, müde Beine, Aussicht keine. Heinrich Heine.“ Man weiß nicht, ob der Romantik-Dichter das 1824 an einem nebligen Septembermorgen wirklich so ins Gästebuch der Brocken-Baude geschrieben hat. Er hätte dann jedenfalls ziemlich typisches Wetter dort oben erwischt: Mit 300 Nebeltagen, einer Mitteltemperatur von nur knapp drei Grad und über 1800 Millimetern Jahresniederschlag kann der höchste norddeutsche Gipfel (1141 m) klimatisch nämlich gut mit einem doppelt so hohen Alpengipfel mithalten.

Vor knapp 200 Jahren hatte sich der damalige Geschichtsstudent Heine von Göttingen aus auf seine legendäre Harzreise begeben. Wer heutzutage auf dem Harzer Hexen-Stieg unterwegs ist, der kommt an vielen Stationen von Heines Fußmarsch vorbei. Der

populäre Fernwanderweg folgt allerdings nicht dessen literarischen Spuren, sondern hängt an die Fersen der Brockenhexen, die sich am Vorabend des Mai-feiertages, in der Walpurgisnacht, zum „Hexensabbat“ auf dem Blocksberg treffen sollen. Und das ist eben der Brocken.

Der Hexen-Stieg beginnt im niedersächsischen Osterode. Von hier aus starteten jahrhundertlang die Eselskarawanen hinauf zu den Bergleuten im Oberharz. Fast 1000 Jahre Bergbaugeschichte sind der Landschaft allerorten anzusehen. Schnell verlässt man das Harzvorland und gewinnt an Höhe. Tief geht es in den Wald hinein, in dem das düstere Grün der Fichten alles verdunkelt. Dann ist auf der Hochebene bei Clausthal-Zellerfeld eine Seenplatte erreicht. Silbrig blinken zwischen den Baumstämmen kleine Teiche und kilo-



meterlange Gräben. Die Wasserläufe sind menschengemacht: Sie leiteten das Wasser aus dem regenreichen Hochharz in die

Bergbauregionen weiter unten. Wasserräder hoben die Förderkörbe mit dem Erz aus den Gruben und bewegten die Hämmer der Pochwerke, in denen das Gestein zerkleinert wurde. Seit ein paar Jahren zählt das System aus Gräben und Kunstteichen zum Unesco-Weltkulturerbe.

Gut für die Wanderer, die so stundenlang am Wasser laufen können – bis fast hinauf nach Torfhaus, einem kleinen Bergdorf auf rund 800 Metern Meereshöhe. Dahinter steht man gleich im Großen Torf-

hausmoor. Ein Holzbohlenweg führt über das tückische Gelände. Denn aufgepasst: Ein Tritt daneben, und – platsch! – landet man in einem der grundlosen schlammigen Wasserlöcher. Gewölbt wie ein Uhrendeckel soll die torfige Masse sein; der unbedarfte Betrachter

sieht nur eine tischebene Fläche vor sich. Hier und da ein schulterhohes Bäumchen, überall wiegen sich weiße Wollgras-Wimpel im Wind. Dazwischen, so scheint's, nur grünbraune Grasbüschel.

Der Hexen-Stieg erreicht kurz darauf den Quitschenberg. Ein trostloser Anblick! Fichtengerippe allüberall. Wie aufgepflanzte Streichhölzer stehen die silbrig glänzenden Baumleichen herum. Schuld ist der Borkenkäfer, der im naturbelassenen Schutzgebiet jahrelang wüten durfte.

Zu den Höhepunkten zählt eine Übernachtung auf dem Brockengipfel. Auch wenn Heinrich Heine damals gar nicht dort geschlafen hat: Er wusste nach seinem Aufstieg doch zu erdichten, was man heute sieht, wenn man sich zur Morgendämmerung in die verglaste Aussichtskanzel des Ex-Fernsehturms stellt: „Heller wird es schon im Osten / Durch der Sonne

INFO

mehr: alpenverein.de/panorama

Die 94 Kilometer des Hexen-Stiegs von Osterode (Niedersachsen) durch den Nationalpark Harz nach Thale (Sachsen-Anhalt) lassen sich in vier bis sechs Tagesetappen kommod bewältigen. Trotz des Siegels „Qualitätsweg“ hält sich der Weg im zentralen Teil leider häufig an geschotterte „Forst-Autobahnen“. Höchster Punkt ist der „Hexenberg“ Brocken (1141 m).

Tourist-Info: Harzer Tourismusverband e.V., Marktstr. 45, 38640 Goslar, Tel.: 05321/340 40, Fax: 05321/34 04 66, harzinfo.de

kleines Glimmen / Weit und breit die Bergesgipfel / In dem Nebelmeere schwimmen.“

Doch weiter, der Hexen-Stieg ist noch lange nicht zu Ende. Nach Drei-Annen-Hohne geht es steil hinunter. Kurz vor Königshütte dann öffnet sich die Landschaft. Es wird grüner, der Wald wirkt heller als zuvor. Buchen spannen mit großen Kronen ihr Dach über dem Weg auf. Ahorn, Eichen, ein richtiger Mischwald. Bald ist auch die Bode erreicht. Den Lauf des kleinen Flüsschens verfolgt der Steig die nächsten Stunden und Tage bis zu seinem Ende. Dunkelbraun fließt sie dahin, scheinbar zäh wie Quecksilber. Man merkt, dass sie ihren Ursprung in den Mooren unterhalb vom Brocken hat.

Hinter Treseburg hat sich die Bode tief in die Erde gefressen. Knapp 300 Meter hohe Wände säumen die Schlucht, die bisweilen auch als „Grand Canyon des Nordens“ bezeichnet wird. Dunkel ist es dort drunten. Nur weiter oben scheint die Sonne auf das graugrüne Gestein, eine Mischung aus Gneis und Hornstein. Auf der Teufelsbrücke schließlich wird die Bode ein letztes Mal traversiert. Dann beruhigt sich das Wasser, das Tal weitet sich. Man weiß, bald ist man in Thale angekommen, wo der Hexen-Stieg endet.

Heine ist in Thale nie gewesen. Aber könnte er nicht das Fazit seines Harz-Marsches hier getextet haben? „Auf die Berge will ich steigen, wo die dunklen Tannen ragen. Bäche rauschen, Vögel singen. Und die stolzen Wolken jagen.“

Silbrig blinken zwischen den Baumstämmen kleine Teiche



Folkert Lenz treibt sich sonst eher auf den höheren Gipfeln dieser Welt herum. Den Harz aber kennt der Norddeutsche von Kindesbeinen an. Bis heute zieht es ihn dorthin, auch zum Klettern, Langlaufen und Biken.



Radiant
Orchid



Jade



Racer
Orange

Merino-Tencel T-Shirts: Ideal für bewegungsintensive Sportarten. Der intelligente Materialmix aus weicher, kratzfreier und temperaturausgleichender Merinowolle kombiniert mit den Eigenschaften der Tencel-Faser* sorgt für stetiges Wohlbefinden auf der Haut. Der Damenschnitt ist etwas länger, leicht figurbetont, mit einem hübschen runden Ausschnitt. Die Frühlingsfarben garantieren gute Laune!

Frauen: Farben: Radiant Orchid: Best.-Nr. 411666 | Jade: Best.-Nr. 411665 |

Racer Orange: Best.-Nr. 411667 | Preis € 59,95 | Mitglieder € 49,95

Männer: Farben: Caviar Stripe: Best.-Nr. 411566; Racer Orange: Best.-Nr. 411567 |

Online Lime: Best.-Nr. 411565 | Preis € 59,95 | Mitglieder € 49,95 |

Frühlings- Gefühle...

Frauen XS-XL | Männer S-XXL



Racer
Orange



Caviar
Stripe



Online
Lime



Neuseelands Ökolabel für ethisch nachhaltig erzeugte Wolle:
Die Farmer verpflichten sich zu Nachhaltigkeit in den
Bereichen Umwelt, Soziales, Wirtschaftlichkeit und Tierhaltung.

*Tencel ist eine aus natürlichen Rohstoffen (Eukalyptusholz) industriell hergestellte Faser, die eine hohe Trocken- und Nassfestigkeit aufweist und so Feuchtigkeit sehr gut absorbieren kann. Sie ist biologisch abbaubar, hat einen seidigem Griff, ist reißfest und sehr langlebig.

DAV Daypack, super Tagesrucksack mit Deuter Airstripes-Rückensystem und anatomisch geformten Schulterträgern. Viel Stauraum. Separates Bodenfach mit herausnehmbarem Zwischenboden, Gummizug- und Wanderstockhalterung.



Maße (BxHxT): 28x50x18 cm | Volumen: 22 Liter | Gewicht: 750 g |
Best.-Nr. 430190 | Preis € 69,95 | Mitglieder € 59,95 |



Black Diamond Spot, leichte Stirnlampe mit starken 200 Lumen Maximalleistung und erstaunlichem Funktionsumfang bei schlankem, reduziertem Design. Die durchdachte Technologie der handlichen Kopflampe liefert mit Power Tap Kontrolle durch Antippen, stufenloser Dimmfunktion und Rotlichtmodus für uneingeschränkte Nachtsicht sehr flexibel anpassbare Leuchteinstellungen bei allen Outdoor-Sportarten, wie Laufen, Wandern, Bergsteigen, Skitour oder Trekking. Zudem ist die Spot nach dem IPX8 Standard zuverlässig wasserdicht und auch bei strömendem Regen oder komplettem Untertauchen voll funktionsfähig.

Batterien und Akkus im Lieferumfang enthalten | Leuchtdauer max. 200 h |
Best.-Nr. 430260 | Preis € 43,95 | Mitglieder € 39,50 |

Rein in die Klamotten, Rucksack richtig packen, und raus in die Berge!



DAV-Wash-Bag, superleichter Waschbeutel für unterwegs, der selbst steht oder aufgehängt werden kann. Kleines Packmaß und ausgezeichneter Nässechutz durch PU-beschichtetes Taffeta-Nylon. RV-Netzaußentasche für Zahnbürste. Mit diesem Kulturbbeutel sind Ihre Utensilien auch im kleinsten Gepäck sauber verstaut.

Farbe Grün | Best.-Nr. 430210 | Gewicht: 50 g | Preis € 17,95 | Mitglieder € 14,50 |
Farbe Blau | Best.-Nr. 430209 | Gewicht: 50 g | Preis € 17,95 | Mitglieder € 14,50 |



DAV Bergsteiger- und Wanderrucksack, mit Deuter Aircontact Rückensystem aus atmungsaktivem Hohlkammer-Funktionsschaum für gleichmäßige Lastenverteilung und angenehme Rückenbelüftung. Anatomisch geschnittene 3D AirMesh-Schulterträger mit Lageverstellriemen. Viel Stauraum. Frontseitig Netzstauraufach bzw. Helmhalterung. Anatomisch geschnittener Hüftgurt für Bewegungsfreiheit, Pickel- und Wanderstockhalterung.

Maße (BxHxT): 30x60x20 cm | Volumen: 32 Liter | Gewicht: 1400 g |
Best.-Nr. 430191 | Preis € 99,95 | Mitglieder € 89,95 |



Bestellen Sie unter www.dav-shop.de, per Fax an: 089/14003-911, per E-mail an: dav-shop@alpenverein.de oder per Post an: Deutscher Alpenverein, DAV-Shop, Postfach 500 220, 80972 München.

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie auch im City-Shop der Sektion München, Bayerstr. 21, am Hauptbahnhof in München und in der Servicestelle der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10, München.



Stürmische Trainingsfahrt
mit den Hunden Lhotse,
Einstein, Latok, Galibier,
ChogoLisa, Reschen,
Kantsch und Dhaula



Tamara Schlemmer

Die mit
den

Huskies

Sie war eine der stärksten deutschen Kletterinnen und Vizepräsidentin des DAV. In den letzten Jahren ist Tamara Schlemmer auf die Hunde gekommen. Malte Roeper porträtiert eine Frau, die ihren eigenen Weg geht.

Foto: Kent Norberg

Als Erstes fallen die Straßen auf. Wenn man aus dem Flugzeug auf Schwedisch-Lappland hinabschaut, ziehen sie schnurgerade wie mathematische Linien durch die menschenleere Landschaft. Im Flugzeug fast nur Männer, Ingenieure von Audi, BMW, Mercedes, die kurz vorm Polarkreis Autos testen. Werkseigene Hotels, Teststrecken, Werkstätten. Anfang Dezember, minus elf Grad und ein halber Meter Schnee: Andere Landschaften, andere Menschen. Um zwölf Uhr mittags liegt die Sonne als goldgelber Ball auf dem Horizont, höher steigt sie um diese Jahreszeit nicht.

Die Frau, die mich am kleinen Flygplats von Arvidsjaur abholt, einem Sechstausendseeleennest irgendwo im weiten Weiß, lebt hier seit 2010 und ist Weltmeisterin in diversen Disziplinen des Schlittenhundesports. Einssechzig, schlank, blond, blau-grüne Augen. Mit ihren fünfzig Jahren verstrahlt sie eine Energie, die man nicht sofort spürt, aber an die man sich ein Leben lang erinnern wird. Man kennt sie hier. Nicht als Ex-Spitzenkletterin und Stellvertretende Vorsitzende eines Verbands mit über einer Million Mitglieder (des DAV), sondern als „die mit den Huskies“. Mit ihren dreißig Hunden lebt sie außerhalb von Arvidsjaur. Nur drei Monate bleiben frost-



frei: Juni, Juli, August. Abwasserrohre sind elektrisch beheizt, Bioabfall lässt sich nicht kompostieren, weil er sich bei dem langen Winter zu langsam zersetzt.

Auf der Fahrt in ihr Café Husky Camp fällt die Temperatur auf minus achtzehn. Wenn ich in Lappland ein Vöglein wär, ich würde eine Existenz als Zugvogel wählen und wäre jetzt ganz weit im Süden. Sie dagegen ist von ihrer Kletterheimat Fränkische Schweiz den weiten Weg in diesen grimmigen Norden gegangen. Will sie nichts mehr wissen von den Menschen? Ist es eine Form von Misstrauen oder Verzweiflung, die sie in eine Einsamkeit getrie-

Bevor es Kletterhallen gab, fand Tamara Klettertraining oft in Arco statt. Ihr erster Husky Yak begleitete sie auch bei Steilwand-Skiabfahrten. Heute ist das Café Husky Camp ihr Zuhause.

will, ist man hier eben richtig. Und die vielen kurzen Tage in dem endlos langen Winter? „Im April reicht’s mir dann schon irgendwann, nur weiß zu sehen, denn die Sonne ist dann brutal hell, da sehnen sich die Augen nach grünem Gras. Aber im Großen und Ganzen fühlt es nicht so dunkel an wie in Deutschland, weil du nie Nebel hast und der Schnee extrem reflektiert.“ Stimmt. Als wir abends auf dem gefrorenen Fluss hinterm Haus spazieren gehen, scheint der Mond so hell herab, dass man sich auf der ebenmäßig weißen Fläche schon fast beobachtet fühlt. Dass hier ab März die Sonne länger scheint als in Deutschland und während der Mitternachtssonne für ein geschlagenes Vierteljahr überhaupt nicht untergeht, ist die andere Seite. Da ist dann so sehr Sommer, das kann man sich in Deutschland kaum vorstellen. Die sonnige Seite Lapplands hat weniger Kalenderwochen als die schattige, aber sie gehört genauso dazu. Das Leben im dünn besiedelten Lappland ist auf seine Art sehr freizügig, das „Jedermannsrecht“ gestattet das Betreten und Durchqueren so ziemlich aller Grundstücke. Da geht sie um Mitternacht bei Sonnenschein baden, danach einen Kaffee und irgendwann dort schlafen, wo man gerade liegt.

Die Ferienwohnung auf ihrem Grundstück vermietet sich gut, meistens kommen andere Hundler und trainieren hier, dazu macht sie geführte Schlittenhundertouren mit Gästen, die ihr verschiedene Reisebüros vermitteln. Rund dreißigtausend Euro muss sie pro Jahr für die Hunde erwirtschaften, die sie auch noch selber züchtet: Futter, Material, Reisekosten zu den Wettkämpfen, Startgelder. Als Aussteigerin fühlt sie sich hier oben nicht, das Vermieten ist ein Business, wie sie schon

andere erfolgreich betrieben hat: Kletterwandbau, Herstellung, Vertrieb und Vertretung von Bergsportbekleidung. Reines Business natürlich nicht, sie will ihren Gästen schon auch das freie Leben hier oben nahebringen.

Jetzt jobbt sie drei Tage die Woche für die Autotester in Arvidsjaur, eine Stunde hin, zehn Stunden Dienst, eine Stunde zurück. Morgens und abends muss sie die Hunde versorgen wie ein Bauer das Vieh, dazu Training, Buchführung, Kochen, Saubermachen, ab und zu zum Tierarzt. Wenn

Ihre Energie ist so beständig wie Ebbe und Flut

man sie ein paar Tage beobachtet, bekommt man den Eindruck, hier arbeitet ein Gezeiten-

kraftwerk: Die Energie unterliegt zwar Schwankungen, im Grunde ist sie aber so beständig wie Ebbe und Flut und durch nichts in der Welt aufzuhalten.

Am nächsten Tag springt bei minus sechszwanzig Grad ihr Wagen nicht an. Um Benzin für das Snowmobil zu holen, fahren wir also mit Michael, einem Hund-



ler, der gerade die Ferienwohnung bezogen hat, zur nächsten Tankstelle. Nach fünf Kilometern, auf denen wir keinem einzigen Fahrzeug begegnet sind, rutscht er mit seinem Wohnmobil von der verschneiten Straße in den Graben. Blöderweise hat kei-



Fotos: Radek Capek (2), Mike Fuchs

ben hat, wo der nächste Nachbar zehn Kilometer weit entfernt lebt? Nein: Es ist gerade dieses Nicht-Beobachtet-Sein, und auch die Ausgesetztheit, die sie gesucht hat.

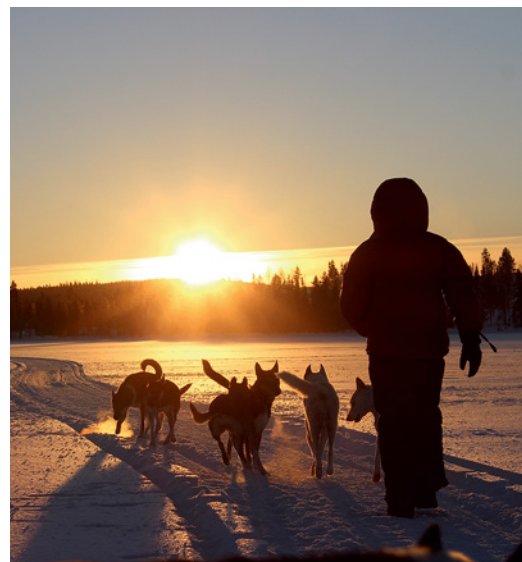
Zudem will sie einfach unter optimalen Bedingungen trainieren, sie war und ist Leistungssportlerin. Mit elf startete sie im Skiclub bei den Erwachsenen und wurde Vereinsmeisterin, in der Gründerzeit des Sportkletterns war sie eine der stärksten deutschen Frauen am Fels. Und wenn man dreißig Huskies ohne Ärger mit den Nachbarn halten und auf Schnee trainieren

ner von uns dreien ein Handy mit. Doch die nächste Kreuzung ist nicht weit, ich halte einen Lkw an, er zieht uns raus. Glück gehabt. Wir fahren zur Tankstelle. Der Automat funktioniert nicht, vermutlich die Kälte. Also zurück, es folgt ein schöner ausgelassener Abend zu dritt.

Aber: Träumt nicht jeder von Familie? Und Häuschen im Grünen? Und nur weil dieser Traum bei so gut wie allen derselbe ist, ist er ja noch lange nicht verkehrt. Das Haus im Grünen und den Lebensgefährten hatte sie, Kinder kamen nicht, dafür ein

Intensiver Sport prägt Tamaras Leben, ob in der Zinnen-Nordwand (L.) oder mit ihren Hunden – bei großer Kälte auch mal nur im Spaziergangstempo. Sie hat aber auch gerne Zeit für einen Kaffeetratsch; Lukla und Sella schauen zu.

te aller Partnerschaften in die Brüche geht. Was natürlich nicht bedeutet, dass die dauerhaften Beziehungen alle glücklich sind, nur eben dauerhaft. Hand aufs Herz: Kennen wir nicht alle Partnerschaften, die



TAMARA SCHLEMMER

1966 in Albstadt-Tailfingen geboren, feierte sie zunächst Erfolge im Skifahren, um sich dann dem Sportklettern zuzuwenden, dessen wilde Achtziger Jahre sie im Frankenjura hautnah miterlebte. Als eine der ersten Deutschen kletterte sie im zehnten Grad, an der Nordwand der Westlichen Zinne gelang ihr als erster Frau eine Rotpunkt-Begehung der Schweizerföhre (IX-). Die Ama Dablam (6814 m) bestieg sie in Frauenseilschaft.

In der Kletterszene und durch Wettbewerbserfolge international bekannt, half sie maßgeblich mit, die damals aufgerissenen Gräben zwischen Sportkletterern und dem DAV zu schließen; ab 1997 war sie beim DAV Beauftragte für Sport- und Wettkampfklettern, von 2007 bis 2011 Vizepräsidentin. Ihrer Leidenschaft für Schlittenhunde folgend, zog sie 2010 nach Schwedisch-Lappland – allein mit dreißig Huskies. Bei Schlittenhunderennen errang sie mehrere Weltmeistertitel. cafe-husky-camp.com

Beziehungsende mit Gewalt, Streit ums gemeinsame Business, Gericht. Das war ein Schock. Irgendwann hat sie gemerkt, dass ihr die Hunde wichtiger sind als die vielen Kompromisse in den nächsten Beziehungen. „Ich schaffe viel mehr, wenn ich freie Hand habe, aber an den Gedanken musst du dich natürlich erst mal gewöhnen.“

Wenn es mit der Familie nichts wird, will dann nicht jeder zumindest die glückliche Beziehung? Noch so ein Lebensentwurf, der nicht verkehrt wird dadurch, dass er bei fast allen derselbe ist. Tatsache ist aber, dass heute über die Hälfte

sich mühsamst über die Runden quälen? Bei denen man sich als Freund denkt, eine Trennung wäre besser für beide? Nur zwanzig Prozent aller Verheirateten, so geht ein böser Witz, würden wieder denselben Partner wählen, aber neunzig Prozent aller Mazdafahrer würden wieder einen

Die Hunde sind ihr lieber als Kompromisse

Mazda kaufen. Und was anderen der Mazda ist, das ist bei Tamara: ihr Ding alleine durchzuziehen. Die Pläne mit dem Auswandern hatte sie schon früher, damals mit Partner an die Felsen des Mittelmeers. Die Idee mit Lappland und den Hunden kam vor acht Jahren, die Bedenken dazu: Sie war Anfang vierzig und allein. Ein bisschen spät im Leben, wie ihr schien. Sie hat damals

viel mit der Kletterlegende Kurt Albert gesprochen – ein langjähriger Freund, auch er viel on the road und Single: „Kurt hat gesagt, zieh's durch. Wenn du dich nicht traust, bereust du es nur. Er war derjenige, der mir am meisten Mut gemacht hat.“

Über Nacht wird es noch einmal kälter, das Thermometer steht bei sage und schreibe minus einunddreißig. Mit Heizdecken und anderen Tricks bringt sie ihren Wagen zum Laufen, wieder fahren wir los, um Benzin für den Motorschlitten zu holen. Die Automatenzapfsäule geht immer noch nicht, wir fahren noch eine halbe Stunde, dann gibt es Benzin. Zu Hause springt der Motorschlitten aber nicht an, weil wegen der Kälte das Getriebeöl so zäh



ist, dass man den Gang nicht rausnehmen kann. Dann eben nicht.

Im Dunkeln schließlich sausen wir mit zwei Hundeschlitten über den gefrorenen Fluss. Mit einem Anfängermodell und dem gedrosselten Antrieb von nur drei Hunden ist es gar nicht so schwer. Wenn Tamara, die vor mir fährt, startet und ich die Bremse erst löse, wenn sie den nötigen Sicherheitsabstand voraus ist, dann springen die Hunde vor Ungeduld auf und ab wie Gummibälle. Sobald es dann weitergeht, werfen sie sich quasi mit durchdrehenden Pforten ins Geschirr. Born to run, kann man da nur

stocke ich auch die Zucht noch mal um sechzehn Hunde auf, da habe ich mich noch nicht entschieden."

Über Nacht lässt die Kälte nach, minus zehn Grad fühlen sich jetzt an wie ein Frühlingseinbruch. Man wundert sich, dass keine Vögel singen, aber die sind ja alle im Süden. Natürlich kann irgendwann der Tag kommen, an dem auch sie wieder nach Süden geht, sagt sie. Ein Buch über ihre Huskies will sie auf jeden Fall vorher schreiben, und ein paar Rennen fahren will sie auch noch. Vielleicht steigt sie irgendwann wirklich aus und zieht im Wohnmobil



Fotos: Malte Roeper (2), Wolfgang Würdler

sagen. Huskies sind überhaupt eine unglaublich angenehme Hunderasse, verspielt, verschmust, nie aggressiv. Im Mondschein und auf glitzerndem Schnee galoppieren unsere Gespanne durch eine langgezogene Kurve auf dem brettglebenen schneebedeckten Eis, es ist ein Anblick wie im Märchen. Aber wenn die Hunde bei diesen Temperaturen lange rennen, schneidet ihnen die Kälte zu sehr in die Lungen, daher kehren wir bald heim.

Dann wieder Hunde füttern, Boxen reinigen, es ist harte Arbeit. Was, falls ihr das mal zu viel wird? Die Winter zu lange, das Haus zu einsam? „Wenn ich die Hunde nicht hätte, dann würde ich mich obdachlos melden und im Wohnmobil durch die Gegend fahren“, sagt sie wie aus der Pistole geschossen, „Ich bin mir für keine Arbeit zu schade, ich würde kellnern und irgendwie durchkommen. Und klettern, surfen, skifahren, Freunde besuchen ... aber vielleicht

umher, vielleicht steigt sie auch noch mal in den Vertrieb von Alpinbekleidung ein, „um noch mal irgendwas aufzubauen. Angst habe ich nicht“. Ich glaube, sie könnte alles drei: alt werden mit den Huskies in Lappland, im Wohnmobil herumstreichen oder zurück ins Business. Sie hat diese Einsamkeit gewählt – für wie lange auch immer –, aber sie ist kein Desperado, sondern Macherin und hart im Nehmen. Drei verschiedene Wege in die Zukunft stehen ihr offen: mit fünfzig Jahren eine verdammt gute Zwischenbilanz.



Malte Roeper (*1962) hat in seinem Leben als Bergsteiger und Journalist auch nicht immer die leichten Wege gewählt – und war von Tamaras Selbstbewusstsein fasziniert.

“Best Available Technology” kann auch umweltfreundlich sein!

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

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



NIKWAX GRATISPROBEN

Spieren Sie bei unserem WebQuiz mit: www.nikwax.de/DAV

Training für den Berg

Fit in die Wander-saison!

Wer ohne jegliches körperliches Training in die Wandersaison startet, kann schnell sein blaues Wunder erleben und im schlimmsten Fall die eigene Gesundheit gefährden.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer



Wanderer haben im Winter meist nicht viel zu tun. Mit umso mehr Begeisterung geht es dann auf die erste Tour. Doch allzu bald kommt das böse Erwachen: Kondition und Fitness können mit der eigenen Bergbegeisterung im wahrsten Sinn des Wortes nicht Schritt halten. Das kann auch weit schwerere Folgen als den vorzeitigen Abbruch der geplanten Tour haben: Der überwältigende Teil aller Wanderunfälle ist auf mangelnde körperliche Fitness zurückzuführen. Sinnvolles Training zur rechten Zeit hilft, die Bergwelt fit und gesund zu genießen.

Schlüsselstelle Trainingsstart: Das schwerste am Training ist, damit anzufangen. Wie so oft im Leben haben wir es mit einer in der Biologie nur wenig beschriebenen Spezies zu tun: dem inneren Schweine-

hund. Wann immer wir gerade die Laufschuhe schnüren oder uns aufs Fahrrad schwingen wollen, steht er da mit fletschenden Zähnen und aufgestelltem Ringelschwänzchen und fesselt uns an Couch, Fernseher und Kartoffelchips. Da die Überwindung dieses an sich harmlosen Vierbeiners von eklatanter Bedeutung ist, ein paar Tipps: Wähle motivierende Sportarten und Zeiten! Halt dich eisern an deine Trainingszeiten! Trainiere mit Partnern oder Gruppen! Im Zweifelsfall hilft nur eins: Zeig ihm, wer der Stärkere ist! Sitz und Platz! Und dann nichts wie raus aus dem Haus!

Grundlage Ausdauer: Wandern ist Ausdauersport. Die Belastungen sind gering, gehen aber über einen langen Zeitraum. Beim Wandern sollte man sich kontinuierlich im so genannten aeroben Bereich befinden und höhere Belastungsspitzen vermeiden. Ein Gespür für diesen Belastungsbereich zu bekommen, ist ein nützlicher Nebeneffekt des Vorbereitungstrainings. Das Training selbst wird nach den Regeln eines allgemeinen Grundlagenausdauertrainings gestaltet, also wie folgt.

Wie intensiv? Hier gilt: Es kann gar nicht locker genug sein. Die Belastung soll sich leicht anfühlen, fast so, als würde man gar nicht „richtig“ trainieren. Sie sollte so dosiert sein, dass man sich dabei gerade noch in ganzen Sätzen unterhalten und noch durch die Nase atmen kann. Wer mit Pulsuhr oder entsprechender App arbeitet, kann seine Herzfrequenz als Regulator verwenden. Als Minimalprogramm oder für den kompletten Neueinsteiger reicht eine Trai-

Gut in Form hat man mehr vom Wandern. Das Tempo ist gut gewählt, wenn es eine entspannte Unterhaltung zulässt, das so genannte Nordic Talking.



Fit fürs Wandern: die Tipps

ningspulsfrequenz von „160 minus Lebensalter“, optimal wäre ein Trainingspuls von „180 minus Lebensalter“. Wichtig: Im weiteren Verlauf nicht die Intensität steigern, sondern den Umfang! Lange lockere Trainingseinheiten sind erwiesenermaßen wirksamer als kurze anstrengende.

Wie oft? Drei bis vier Einheiten pro Woche mit kontinuierlicher Belastung von 30-60 Minuten sollten es schon sein. Zum reinen Erhalt der Gesundheit und zur Prävention gegen Herz-Kreislauf-Krankheiten reichen auch Einheiten von 10-30 Minuten Länge. Nach bereits acht bis zehn Wochen sind erste Fortschritte deutlich spürbar. Wer also im Mai in die Berge ziehen will, sollte spätestens im März mit dem Training beginnen.

Was? Nordic Walking, Fahrradfahren, Laufen oder Rollerbladen sind gleichermaßen zum Training geeignet. Ausdauertraining in diesen Sportarten wirkt sich auch positiv aufs Wandern aus. Ballsportarten sind hingegen ungeeignet, da hier nur kurze und intensive Belastungen auftreten. Sinnvollerweise wählt man, was einem persönlich am besten taugt und sich im Wohnumfeld realisieren lässt. Radeln oder Nordic Walking ist gelenkschonender als Joggen, Rollerbladen koordinativ schon recht anspruchsvoll. Man darf auch mischen: bei Regen auf dem Hometrainer radeln, bei schönem Wetter draußen laufen oder walken.

Wo? Ob Parks, Laufbahnen, Radwege, Fitnessstudio oder das eigene Wohnzimmer als Trainingszentrum dienen, ist letztendlich Geschmackssache und ge-

- > Inneren **Schweinehund** bändigen!
- > **Nordic Walking** und **Radeln** sind gelenkschonender als Joggen
- > **Kontinuierliche Belastung** mit geringer Intensität
- > **Minimal:** 3-mal pro Woche 10-30 Min.
Herzfrequenz: 160 minus Lebensalter
- > **Optimal:** 3-mal pro Woche 30-60 Min.
Herzfrequenz: 180 minus Lebensalter
- > **Umfang steigern** statt Intensität!
- > Ergänzung mit **Koordinations-** und **Balanceübungen**

bunden an die individuellen Gegebenheiten. Wer kann, sollte raus und auch mal abseits von Wegen im Gelände laufen oder walken. Das schult neben der Ausdauer auch noch Koordination und Trittsicherheit. Selbst minimaler Trainingsaufwand wirkt sich auf das Herz-Kreislauf-System positiv aus und kann Erkrankungen vorbeugen. Wer etwas mehr Zeit investiert, startet zudem noch fit in die Wandersaison. Unterschiedliche Balanceübungen verbessern zudem die koordinativen Fähigkeiten und lassen sich oft problemlos in den Alltag integrieren.



Max Bolland ist Dipl.-Sportwissenschaftler, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer, Mitglied der DAV-Teams Bergsteigen und Sportklettern und leitet die Bergschule erlebnisberg.de

Stütze gefällig?

Wanderstöcke gehören zur Bergsportausrüstung. Ob im Auf- oder Abstieg, sie entlasten Muskulatur und Gelenke erheblich. Ein entscheidender Aspekt, gerade bei schwerem Rucksack und vielen Höhenmetern! Darüber hinaus helfen Stöcke, die Balance zu halten, wenn das Terrain anspruchsvoller wird. Genau hier aber setzen Kritiker an: Durch den permanenten Einsatz der Gehhilfen würden wichtige koordinative Fähigkeiten verkümmern. Falls keine gesundheitlichen Einschränkungen vorliegen, kann man zumindest von Fall zu Fall nachdenken, ob man wirklich Stöcke verwendet.

Anders sieht es dagegen bei Schneeschuh- und Skitouren aus. Hier sind Stöcke unentbehrlich, um im unregelmäßigen Schnee die Balance zu halten. Die verschiedenen Modelle unterscheiden sich bei Aufbau, Verstellmechanismus, Material und Ausstattung.

Text: **Martin Prechtl**

Illustrationen: **Georg Sojer**



Material

Stöcke für den Bergsport sind oft aus gehärtetem **Aluminium**. Der Vorteil dieses Werkstoffs liegt im relativ günstigen Preis. Außerdem verbiegt sich Aluminium bei Überlastung, bevor es bricht. **Carbon** und **carbonfaserverstärkter Kunststoff** (CFK) dagegen zersplittern ohne Vorankündigung und sind teuer; dafür sind sie sehr fest und wiegen wenig. Manchmal werden verschiedene Materialien kombiniert, etwa die unteren Segmente aus Aluminium, der Rest aus Carbon.

Aufbau

- 1 Stock mit Fixlänge**
 - + Hohe Stabilität, gute Kraftübertragung
 - Schlecht verstaubar**Einsatzbereich:** Skitouren, Skitourenrennsport, Schneeschuhtouren
- 2 Zweiteiliger Stock**
 - + Hohe Stabilität
 - Eingeschränkt verstaubar**Einsatzbereich:** Skitouren, Schneeschuhtouren
- 3 Dreiteiliger Stock**
 - + Ausreichend verstaubar, Austausch einzelner Segmente im Schadensfall
 - Verschleißanfällig**Einsatzbereich:** Wandern, Bergsteigen, Skitour
- 4 Faltstock**

Faltstöcke haben meist drei bis vier Segmente. Diese sind über ein innenliegendes Kabel miteinander verbunden, ähnlich einer Lawinsonde. Steckt man die Segmente ineinander, lässt sich das Kabel spannen und arretieren.

 - + Sehr gut verstaubar (bis zu 35 cm klein)
 - Mittelmäßige Stabilität, verschleißanfällig**Einsatzbereich:** Wandern, anspruchsvolle Hochtouren, Zu- und Abstiege bei Klettertouren im Hochgebirge



Ausstattung

Griffe sind entweder aus Kork oder aus EVA-Schaum. In jedem Fall empfiehlt sich eine Griffverlängerung **5** am Schaft. Dann kann man beim Queren von Hängen den bergseitigen Stock komfortabel tiefer greifen.

Handschlaufen dienen der optimalen Kraftübertragung und als Verlierenschutz. Gute Handschlaufen sind aus hautfreundlichem Material und lassen sich in der Weite verstellen.

Teller **6** gibt es in den unterschiedlichsten Formen, meist einfach auswechselbar. Für Touren im tiefen Schnee sind breite, großflächige Teller günstig, auf sommerlichen Hochtouren reichen kleine Teller. Asymmetrische Teller verhindern das Aushebeln bergauf.

Stockspitzen sind meist aus sehr hartem Stahl und wie die Teller ersetzbar. Gewichtsfetischisten bevorzugen Spitzen aus speziellen Karbidlegierungen.

Verstellmechanismen

7 Drehverschluss

Durch das Drehen der Segmente wird ein Konus in einen geteilten Zylinder gedreht, der wie ein Spreizdübel gegen das umschließende Rohr gepresst wird.

- + Geringes Gewicht, schlanke Bauweise
- Schnelle Abnutzung, Öffnung auf Tour durch Drehbewegung möglich (Sturzgefahr), bei Nässe und mit Handschuhen eingeschränkt bedienbar

8 Drehverschluss mit Dämpfung

Nur in Drehverschlüssen lassen sich Dämpfungssysteme integrieren. Sie schonen Handgelenk und Ellenbogen, sind aber schwer und vermindern die Kraftübertragung, in anspruchsvollen Passagen können sie die Balance stören. Bei einigen Modellen lässt sich die Dämpfung deaktivieren.

9 Klemmverschluss

Beim Klemmverschluss legt man einen Hebel um, der das offene Ende des Segments verengt.

- + Einfach bedienbar, hohe Haltekräfte, Klemmhärte einstellbar
- Evtl. Beschädigung der Segmente durch zu hartes Klemmen

Besonderheit: Manche faltstöcke haben im obersten Segment einen Klemmmechanismus, der bis zu 20 Zentimeter Verstellweg zulässt.

Verstellung im Griff

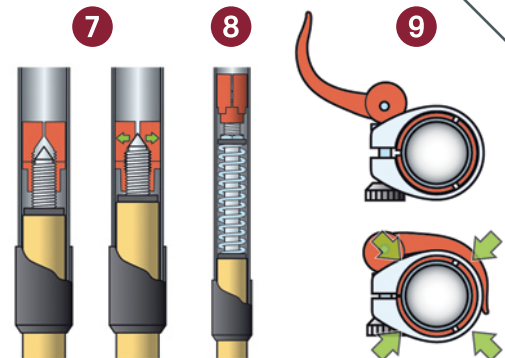
Beim Modell „Stiletto“ von Komperdell lässt sich die Verstellung durch einen Knopf im Griff bedienen.

Praxistipps

› **Länge:** Greift man den Stock an der Spitze hinter dem Teller und stellt ihn mit dem Griff nach unten lotrecht auf den ebenen Boden, soll sich ein 90-Grad-Winkel am gebeugten Ellenbogen ergeben.

› **Pflege:** Verdreckte, nasse Stöcke reinigt man mit einem sauberen, trockenen Tuch. Bei hartnäckigem Schmutz säubert man die einzelnen Segmente mit Reinigungsbenzin. Schmieröl oder Fett sind tabu.

› **Preise:** Die Preise hängen von der Konstruktion und dem verbauten Werkstoff ab und gehen von 40 bis ca. 200 Euro.



Martin Prechtl ist staatlich geprüfter Berg- und Skiführer. Er arbeitet derzeit hauptsächlich als Lehrer am Sebastian-Finsterwalder-Gymnasium in Rosenheim und lebt mit seiner Familie im Inntal.

Geruht, nicht geschlafen

Schnarchgeräusche im Matratzenlager sind gefürchtete Nebenwirkungen einer Hüttenübernachtung. Doch was für „Mithörer“ in erster Linie lästig ist, birgt für Betroffene ernsthafte gesundheitliche Risiken.

Text: Alexander Kübert und Kilian Hansen

Wenn nachts das Gaumensegel flattert oder die Atmung stoppt, wird es im Matratzenlager problematisch. Wo relativ viele Menschen auf engem Raum schlafen, ist das Risiko einer Belästigung durch Schnarchen besonders groß und an Schlaf oft kaum noch zu denken. Mit entsprechend negativen Folgen für den nächsten Tourentag, denn eine gute Regeneration durch erholsamen Schlaf ist Voraussetzung für die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit.

Schnarchgeräusche können eine Lautstärke von bis zu 90 Dezibel erreichen – das ist ungefähr so laut wie direkt neben einer Schnellstraße zu schlafen! Etwa 30 Millionen Deutsche schnarchen, betroffen sind beide Geschlechter. Im Alter von 60 Jahren schnarchen 60 Prozent aller Männer und 40 Prozent der Frauen. Schnarchen entsteht durch eine Blockade der Atemwege: Im Schlaf entspannt sich die Muskulatur, wodurch Gaumenzäpfchen und Gaumensegel in Schwingung geraten. Äußere Einflussfaktoren, die Schnarchen begünstigen, sind Übergewicht, zu üppiges Essen und Alkoholkonsum.

Risiko Atemaussetzer

Gefährlich wird es bei der so genannten Atemapnoe, also Atemaussetzern beim Schlafen. Durch eine Verengung der obe-



Foto: Thilo Brunner/DAV

ren Atemwege entstehen Atempausen, die zwischen wenigen Sekunden bis andert-halb Minuten andauern können. Vielen Betroffenen geht es ähnlich: Sie fühlen sich morgens müde, zerschlagen und wie gerädert, häufig mit morgendlichen Kopfschmerzen und einem rauen, trockenen Hals, obwohl sie vermeintlich die ganze Nacht durchgeschlafen haben. Nächtliches Schwitzen, unruhiger Schlaf und vermehrter nächtlicher Harndrang können ebenfalls ein Hinweis auf eine Schlafapnoe sein. Durch den nächtlichen Sauerstoffmangel spannt sich die Körpermuskulatur an. Dabei werden Stresshormone ausgeschüttet, die zu einer erhöhten Belastung des Herz-Kreislauf-Systems führen. Der Tiefschlaf geht in einen leichten Schlaf über und die körpereigene Regenerationsfähigkeit ist gestört. Dies kann zuletzt in ersten medizinischen Folgen enden, wie einem höheren Infarkt- und Schlaganfallrisiko.

Was tun?

Bei starker Apnoe (mehr als 30 Atemaussetzer pro Stunde) erfolgt die Standardtherapie über eine kontinuierliche Überdruckbeatmung (CPAP-Gesichtsmaske), die ein Erschlaffen der Mund- und Rachenmuskulatur verhindert. Für viele Patienten ist diese Therapie aber sehr gewöhnungsbedürftig und unkomfortabel, da sie mit einer kompressorbetriebenen Gesichtsmaske schlafen müssen. Neben dieser Überdruckbeatmung gibt es die Variante der chirurgischen Gaumensegelverkürzung. Diese Methode lindert aber in vielen Fällen nur zum Teil die Beschwerden, häufig bleiben Schnarchen und Atemaussetzer weiterhin bestehen.

Eine einfache, aber effektive Therapie gegen Schnarchen und eine leicht- bis mittel-

gradige Apnoe ist die so genannte Unterkieferverlagerungsschiene. Sie sieht wie eine durchsichtige Zahnspange aus und wird vom Zahnarzt oder Kieferorthopäden individuell angefertigt. Durch diese Schiene wird der Unterkiefer leicht nach vorne verlagert, wodurch der obere Atemweg nicht mehr durch die zurückfallende Zunge verengt werden kann. Im Gegensatz zur Atemmaske ist die Schiene sehr einfach anzuwenden und lässt sich überall mit hinnehmen. Und wer eine schlaflabormedizi-

nische Untersuchung hat durchführen lassen, erhält die Kosten für die Schiene in der Regel von der gesetzlichen Krankenversicherung erstattet.



Dr. Alexander Kübert und **Dr. Kilian Hansen** sind Experten für Kiefer- und Zahnheilkunde. forabetttersmile.de

Schlafapnoe: Symptome und Risiken

Symptome	Risiken
<ul style="list-style-type: none"> › Tagesmüdigkeit, Konzentrationsstörungen › Rauer, trockener Hals am Morgen › Morgendliche Kopfschmerzen › Nächtliches Schwitzen, unruhiger Schlaf, nächtlicher Harndrang › Nächtliches Herzrasen und Beklemmungsgefühl › Sexuelle Funktionsstörungen › Geringere Leistungsfähigkeit am Tag › Depressionen 	<ul style="list-style-type: none"> › Nächtliche Herzrhythmusstörungen › Bluthochdruck › Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko

Therapien gegen Schnarchen und Schlafapnoe

Methode	Erklärung
 <p>Übergewicht reduzieren</p>	Übergewicht begünstigt Schlafapnoe. Übergewichtige Patienten können durch Gewichtsabnahme die nächtliche Atmung und Schlafqualität deutlich verbessern.
 <p>Kein Alkoholkonsum zwei Stunden vor dem Schlafengehen, keine Schlaftabletten</p>	Alkohol und die meisten Schlaftabletten wirken muskelrelaxierend. Dadurch wird die Schlafapnoe begünstigt.
 <p>Atemmaske beim Schlafen</p>	Überdruckbeatmung bei schlafbezogenen Atmungsstörungen (bei mehr als 30 Atemaussetzern pro Stunde). Der Patient muss während des Schlafes eine Atemmaske tragen.
 <p>Unterkieferverlagerungsschiene</p>	Sie ähnelt einer durchsichtigen Zahnspange und verhindert das Rückfallen der Zunge und damit die Verengung der Luftwege.
 <p>Chirurgische Therapie</p>	Konservativer Eingriff zur Straffung des Gaumensegels – häufig wirkungslos.

Fotos: forabetttersmile.de, fotolia.com/Wim Nondakowit, s4svvisuals, giselleflisak

Gut geschlafen ist halb gewandert. Die Regeneration ist entscheidend für den nächsten Tourentag.

Schutz- oder Sturz-Helm?

Bergsteigerhelme schützen ziemlich gut vor Stein-schlag. Bewahren sie den Kopf aber auch vor den Folgen von Sturz und Anprall? Dazu liefert eine amerikanische Studie interessante Erkenntnisse. Christoph Dietzfelbinger und Christoph Hummel stellen die Ergebnisse in den Praxis-Zusammenhang.

Viele Bergsteiger wählen ihren Helm vor allem nach Gewicht, Passform und sogar Aussehen. Dies ist nachvollziehbar und auch unproblematisch, weil alle Helme prinzipiell den gleichen Normanforderungen entsprechen müssen. Die unterschiedlichen Helmtypen (Abb. S. 59) bieten jeweils Vor- und Nachteile: Hartschalenhelme sind robust und relativ günstig, aber eher schwer (400 bis 500 Gramm). Mit rund 200 Gramm sind die so genannten Inmold-Helme die leichtesten Helme auf dem Markt. Sie sind aber nicht so robust und können beispielsweise brechen, wenn man sich ungünstig auf den Rucksack setzt, in dem der Helm verstaut ist. Hybridhelme sind eine Mischform dieser zwei Helmartentypen. Bei einem Gewicht zwischen 300 und 400 Gramm sind sie fast so robust wie Hartschalenhelme, aber nicht ganz so schwer.

Was muss ein Bergsteigerhelm leisten?

Die Anforderungen an Bergsteigerhelme sind in der verbindlichen Europäischen Norm EN 12492 und in der etwas strengeren, aber freiwilligen UIAA-Norm 106 festgelegt. Neben Festigkeit und Wirksamkeit der Trageeinrichtung sind für die Praxis vor allem die Anforderungen an Stoßdämpfung und Durchdringungsfestigkeit bedeutsam (vgl. Abb. S. 60 r.). Die Prüfung der Stoßdämpfung erfolgt durch fünf Kilogramm schwere Schlagkörper aus Stahl. Von senkrecht oben fällt ein halbkugelförmiges Gewicht aus zwei Meter Höhe auf den auf einem Prüfkopf montierten Helm. Von schräg oben (vorne, seitlich und hinten, der Helm ist dabei um 60° geneigt) fällt eine ebenfalls fünf Kilogramm schwere flache Stahlplatte. Der Krafteintrag auf den Prüfkopf darf in keinem Fall 10 kN (UIAA: 8 kN) überschreiten. Die Prüfung der Durchdringungsfestigkeit wird an zwei Stel-

len im Umkreis von fünf Zentimetern um den höchsten Punkt des Helms durchgeführt. Hier fällt ein kegelförmiger Schlagkörper mit drei Kilo Gewicht mit der Spitze voran auf den Helm – die Spitze des Schlagkörpers darf den Prüfkopf nicht berühren.

Diese Normanforderungen sind Beleg dafür, dass nach der gültigen Norm Bergsteigerhelme primär dem Schutz vor herabfallenden Gegenständen dienen. Nun fordern aber die Autoren einer in den USA vorgestellten Untersuchung, dass Bergsteigerhelme auch gezielt auf den Schutz vor Anprallverletzungen ausgelegt sein sollten. Hintergrund dafür ist ihre Auswertung von Unfalldaten aus den USA und der Schweiz, die ergab, dass Kopfverletzungen durch Stürze zwölf Mal häufiger sind

als durch herabfallende Gegenstände (was freilich auch dafür spricht, dass Bergsteigerhelme den Zweck, für den sie ausgelegt sind, gut erfüllen!). In ihrer Untersuchung überprüften die amerikanischen Forscher dann, wie gut Helme, die nach der gültigen Norm zertifiziert sind, den Kopf bei einem Sturz schützen. Dies ist die erste Untersuchung, die sich intensiv mit den Mechanismen von Kopfverletzungen bei Kletterstürzen mit Helm beschäftigt.



Helmkategorien/-konstruktionen

Hartschalenhelme

In eine harte Plastikschale ist innen ein Gurtsystem eingearbeitet. Bei Belastung nehmen Begurtung und Schale durch Verformung Energie auf.



Im Test verwendet:
Petzl Ecrin Roc
(heute nicht mehr vertrieben)
Gewicht: 436 Gramm

Hybridhelme

In eine etwas dünnere Schale als beim Hartschalenhelm ist im oberen Bereich eine Styroporeinlage zur Stoßdämpfung eingepasst.



Im Test verwendet:
Black Diamond
Half Dome
Gewicht: 343 Gramm

Inmold-Helme

Sie bestehen komplett aus geschäumtem Kunststoff (umgangssprachlich „Styropor“), der durch Verformung und Brechen Energie aufnehmen kann.



Im Test verwendet:
Petzl Meteor III.
Gewicht: 226 Gramm

Untersuchung: Wie schützen Helme vor Anprall-Verletzungen?

Die Untersuchung überprüfte jeweils ein Modell der drei unterschiedlichen Helmtypen, ausgewählt entsprechend der wahrgenommenen Verbreitung zum Zeitpunkt der Studie (Abb. oben): Petzl Ecrin Roc (Hartschale), Black Diamond Half Dome (Hybridhelm) und Petzl Meteor III (Inmold-Helm). Die Helme wurden auf Dummies montiert, so dass realitätsnahe Pendel- und Bodensterze simuliert werden konnten.

Bei Fallhöhen zwischen ein und zwei Metern wurden drei Test-szenarios durchgeführt, in denen die Dummies frontal (mit dem Gesicht voran), lateral (mit den Schläfen voran) und dorsal (mit dem Hinterkopf voran) gegen eine Stahlplatte prallten (vgl. Abb. S. 60 l.). Messzellen, Beschleunigungsmesser und Highspeed-Kameras dienten der Messung und Aufzeichnung. Neben den Belastungen auf den Kopf wurde der Kräfteintrag auf die Halswirbelsäule gemessen. Bei der aktuell gültigen Normprüfung für Bergsteigerhelme wird die Belastung auf das Genick nicht geprüft.

Um zu beurteilen, ob die Simulationen zu einer Verletzung führen würden, verwendeten die Autoren Schwellenwerte, die auch in der Automobilin-

dustrie angewandt werden: den HIC-Wert (Head Injury Criterion) zur Bewertung von beschleunigungsbedingten Kopfverletzungen und den IAR-Wert (Injury Assessment Reverence Value). Sie benutzten außerdem zwei verschiedene Prüfköpfe. Einen wie bei der Normprüfung, der keinerlei Verformung zulässt (die Messwerte sind dadurch höher), und einen, wie er in der Automobilindustrie verwendet wird. Dieser Prüfkopf ist mit einer künstlichen Kopfhaut überzogen und verhält sich eher wie ein menschlicher Kopf. Um die Wirkung auf das Genick beurteilen zu können, wurden die Prüfköpfe auf flexible Hälse montiert, die ebenfalls mit Messzellen ausgestattet waren. Beide Prüfköpfe wurden für die Sturzsimulationen

auf den gleichen Dummy gesetzt. Um Vergleichswerte zu bekommen, führten die Autoren die Sturzsimulationen auch ganz ohne Kopfschutz durch.

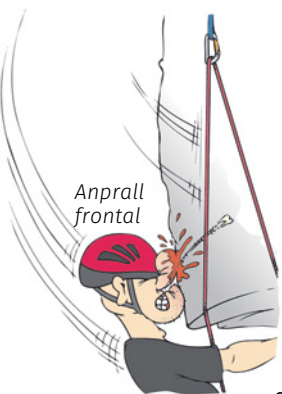
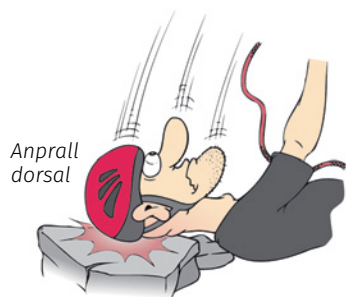
Ergebnisse der Studie

Stürze auf den Hinterkopf, bei denen der Kletterer den Boden zuerst mit den Füßen berührt und dann nach hinten kippt, führten überraschenderweise zu größeren Kräfteinträgen als ein senkrechter Sturz aus gleicher Höhe. Erklärung: Durch die Rotationsbewegung um Beine und Gesäß wird der Kopf zusätzlich beschleunigt. Dieses Verletzungsmuster ist ▶



Dies ist eine Zusammenfassung des Beitrags „Performance of Certified Climbing Helmets During Simulated Climbing Falls“ in: Journal of Testing and Evaluation, Vol 42, Issue 5. Diese übersetzte Zusammenfassung des DAV wurde genehmigt von ASTM International. © ASTM International, 100 Barr Harbor Drive, West Conshohocken, PA 19428, USA. Der englische Originalartikel ist erhältlich unter: <http://bit.ly/2jRha2n>

für Bodenstürze – beim Sportklettern und vor allem auch beim Bouldern – relevant. Der Inmold-Helm war der einzige, der in diesem Szenario einen Schutz innerhalb der Schwellenwerte lieferte – und dies nur mit dem kleineren (steifen) der beiden Prüfköpfe, weil bei diesem weniger Kopffläche vom Helm unbedeckt blieb. Beim Hartschalenhelm dagegen wirkten sogar höhere Kräfte auf den Hinterkopf als ohne Helm! Der untersuchte Hybrid-Helm hat ein Einstellrad hinten unterhalb des Helmrands ohne zusätzliche Polsterung, das einen direkten Krafteintrag vom Boden auf den Hinterkopf provozierte – ein solches Einstellrad kann also die Verletzungsgefahr bei Sturz auf den Hinterkopf erhöhen.



Bei den frontalen Sturzzenarios wurden die Schwellenwerte mit allen drei Helmen überschritten, der Inmold-Helm dämpfte den Sturz allerdings deutlich besser als die beiden anderen. Die seitlichen Stürze wurden nur vom Inmold-Helm mit Werten unterhalb der Verletzungsgrenze gemeistert. In zusätzlichen Tests, in denen der Dummy mit dem Kopf voran am Boden einschlug, lieferten alle drei Helme befriedigende Ergebnisse bezüglich des Krafteintrags auf den Kopf. Die Kräfte auf das Genick, die zusätzlich überprüft wurden, lagen aber fast durchweg oberhalb von Werten, die in der Automobilindustrie akzeptiert werden würden.

Fazit

Bergsteigerhelme nach EN 12492 und UIAA 106 sind nicht als „Sturzhelme“, sondern als „Schutzhelme gegen herabfallende Gegenstände“ ausgelegt. Der amerikanischen Untersuchung zufolge sind sie als Sturzhelme nicht geeignet. In manchen Szenarios

EN-12492	BERGSTEIGERHELME	UIAA-106
Diese Darstellung der EN-12492 und der UIAA-106 enthält nicht alle Einzelheiten der Normanforderungen und Prüfmethode; diese Darstellung gibt nur einen vereinfachten Überblick. Über alle Einzelheiten geben nur EN-12492 und UIAA-106 Auskunft. © UIAA, Pitsch Hubert, 2004		
<p>Prüfung des Energie-Aufnahmevermögens vertikal</p>	<p>Prüfung des Energie-Aufnahmevermögens frontal, lateral und dorsal</p>	<p>Durchdringungsprüfung</p>
<p>Prüfung der Festigkeit des Kinnbandes</p>	<p>Prüfung des Fassungsvermögens und der Dichtheit</p>	

entstanden durch Hartschalenhelme sogar größere Kräfte auf den Kopf als bei Sturz ohne Helm. Von den drei Helm-kategorien bieten Inmold-Helme am ehesten auch in Anprallsituationen Schutz, da sie komplett und rundum aus Material bestehen, das Stöße dämpfen kann. Einige Inmold-Helme erfüllen nicht nur die Norm für Bergsteigerhelme, sondern zugleich diejenige für Ski-/Snowboard-, Fahrrad-, Wassersport-, Rodel- und/oder Reithelme und sind von daher mehr als Anprallschutz konzipiert.

Die Schutzwirkung des Helms gegen Steinschlag und Ähnliches ist klar vorgeschrieben. Anprall-Belastungen wie die drei Test-Szenarios der US-Untersuchung (1.) werden durch die Normen nicht erfasst.

In den Normengremien von UIAA und CEN hat bereits eine Diskussion über mögliche Konsequenzen der Studienergebnisse eingesetzt. In der UIAA wird momentan eine Aufteilung der Norm für Bergsteigerhelme in Helme mit primärem Steinschlag-schutz und echte Sturzhelme vorbereitet.



Der nach Kanada ausgewanderte Bergführer **Christoph Dietzfelbinger** fasste die amerikanische Studie zusammen; **Christoph Hummel** von der DAV-Sicherheitsforschung ergänzte Praxisbezug und Normen-Situation.

THEMEN DIESER AUSGABE Editorial; Wortschatz; Off Mountain S. 62 Vom Sattel auf die Couch S. 63
Zur Sonne, zum Zapfen! S. 64 Braucht's das? S. 65 Gewinnspiel S. 66 Kinderseite, Gämschenklein S. 67
Unkenrufe aus der Gletscherspalte; Erbse; Vorschau S. 68

jdav KNOTENPUNKT.

MAGAZIN DER JUGEND DES DEUTSCHEN ALPENVEREINS 2017/2



COUCHSURFER UNTERWEGS

BOK!

Mit diesem kroatischen „Hallo“ wurden sicherlich die beiden Jugendlichen aus Mühlendorf nach ihrer Fahrrad-Couchsurfing-Tour von Rosenheim nach Kroatien begrüßt. Sepp berichtet euch, wie es ihnen ergangen ist und welche Erfahrungen sie mitgenommen haben.

Der Frühling steht zwar schon vor der Tür, dennoch ist wohl gerade eine gute Ski(touren)zeit. Nur die Unke wundert sich über „ihre Gäste“, wo sind sie hin? Haben sie etwa den neuesten Trend der Outdoorsportbekleidung nicht mitbekommen? Na, da können wir sicher mit unserem „Off Mountain“ weiterhelfen.

Die diversen Outdoor- und Skifilm-Events, die im Winter durch die Lande ziehen, haben Stefanus und Arnold unter die Lupe genommen. Was steckt dahinter, was bedeutet es für die Beteiligten?

Und wer sich schon mal gefragt hat, wo die kleinen Tannenbäume herkommen, darf sich auf den Beitrag über Zapfenflücker*innen freuen.



Viel Spaß beim Lesen!

Tina Sehringer
TINA SEHRINGER

WORTSCHATZ

Anschlazen

Bevor man in eine Höhle geht – ein meistens lehmig-matschiges Gelände mit engen Löchern –, zieht man einen robusten Ganzkörperanzug/Overall an, einen Schlaz eben. Bis man allerdings in den „Unterschlaz“ und dann in den dreckschützenden Schlaz reingeschlüpft ist, das kann unter Umständen dauern. Daher beschreibt das Wort „anschlazen“ diese Aktion besser als das normale „anziehen“. (rf)



OFF MOUNTAIN



Jedes Jahr finden viele Sport- und Freizeitmessen statt. Vom Fachpublikum bis zum Freizeitsportler kann sich dort jeder über die neuesten Trends für die kommende Saison informieren. Wir haben für euch Ausrüstungsteile aufgestöbert, die uns wirklich noch gefehlt haben. (vta)

Einmal Primaloft, immer Primaloft – wer schon eine Jacke oder ein Röckchen aus der beliebten synthetischen Daune besitzt, für den ist das neue Primaloft-Kleid oder die Shorts ein Must-Have.

In ist alles, was nach vintage, shabby oder retro aussieht. Jetzt gibt es Lederbergstiefel mit Ösen und roten Schnürsenkeln wie zu Opas Zeiten. Für den Preis lohnt sich jedoch auch ein Blick auf den Dachboden.

Für alle Kaffee-süchtigen Genießer kann „Cafflano“ die Rettung sein – ein All-in-one-Kaffeetzubereiter für unterwegs mit integrierter Kaffeemühle. Da muss keiner mehr auf einen frisch gebrühten Kaffee am Gipfel, in der Kletterwand oder in der Gletscherspalte verzichten.

Voll cool hier! Sepp und Daniel mit einem kroatischen Gastgeber im Jugendzentrum von Koper.

Titelbild: Sepp Hell

IMPRESSUM An dieser Ausgabe arbeiteten mit: Daniela Erhard, Regina Finkel (rf), Josef Hell, Tina Sehringer, Stefanus Stahl (sst), Vroni Tafertshofer (vta), Arnold Zimprich. Herausgeber: Jugend des Deutschen Alpenvereins. Bundesjugendleiter*in: Sunnyl Mews, Jonas Freihart. 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, 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

Genügend zu essen ist eines der Hauptprobleme beim Radfahren – neben dem Radeln und dem Übernachten natürlich.
 © Daniel Losbichler

JUGENDFAHRT MAL ANDERS

VOM SATTTEL AUF DIE COUCH

Kein Urlaub für Couchpotatoes: Mit dem Rad über die Alpen nach Kroatien, dort mit den JDAV-Kumpels klettern – und unterwegs bei Fremden übernachten, die zu Freunden werden. SEPP HELL berichtet von einem ungewöhnlichen Pfingsturlaub mit Couchsurfing.

Daniel Losbichler und ich wollten über die Alpen bis ans Mittelmeer radeln, in Buzet in Kroatien dann unsere Freunde aus der Jungmannschaft treffen und gemeinsam klettern.

Doch wo sollten wir übernachten? Zelt, Isomatte und Schlafsack versprachen uns Flexibilität. Aber ich hatte schon viele

gute Erfahrungen mit Couchsurfing (s. Kasten S. 64) gemacht – die Begegnung mit Gastgebern („Hosts“) im Ausland könnte unsere Tour noch bereichern. Fürs Gasteiner Tal fanden wir leider keinen Host, für Villach verabredeten wir uns, die weiteren Nächtigungen würden wir unterwegs organisieren. Abends nach den Vorlesungen radelten wir von Rosenheim bis hinter Kössen, wo uns jemand ein schönes Geheimplätzchen in einer Bachschleife empfohlen hatte. Nachdem wir eine lauschige Nacht in der Natur mit Bratwurstgrillen am Lagerfeuer verbracht hatten, wurde es erst: 109 Kilometer strampelten wir – unterbrochen von etlichen Badestopps in Bächen und Seen – bis Bad Hofgastein, wo wir wegen des wackligen Wetters und unseres dubiosen Zeltens in einer Pension eincheckten. Tags darauf dann mühsam hinauf zum Bahntunnel durch die Hohen Tauern – dafür aber flott von Mallnitz hinaus Richtung ▶

► Villach. Dort beherbergte uns ein Abiturient, der trotz seiner Prüfungen Zeit mit uns verbrachte. Wir kochten und aßen gemeinsam, spielten eine Runde „Siedler von Catan“ und fachsimpelten über Sinusfunktionen, Graphen und andere mathematische Themen.

Jetzt kam die Bergetappe. Der Vrsicpass in den Julischen Alpen schien uns anstrengend genug, deshalb umfuhren wir die davor gelegenen Karawanken mit dem berühmten Wurzenpass per Zug nach Tarvisio. Dann ging es Kehre um Kehre hinauf zum Pass, den wir als richtiges Gipfelerlebnis empfanden. Bei fünf Grad bauten wir einen Schneemann, und schon sausten wir 1400 Höhenmeter abwärts, der türkisblauen Soca entlang, bis zu unserer Gastgeberin in Volce bei Tolmin. Mit ihrer fröhlichen Art ließ uns die Architekturstudentin alle bisher erlebten Strapazen vergessen.

Der folgende Tag war von Regen geprägt. Beim Aussitzen in einer Wirtschaft versuchten wir vergeblich, einen Host für die Nacht zu finden – später, als wir schon Zimmer in einem günstigen Hotel bezogen hatten, meldeten sich doch noch drei Gastgeber. Einen von ihnen besuchten wir tags darauf zum Mittagessen. Zum Abschied tauschten wir unsere weit gereiste „Notreserven-Schokolade“ gegen zwei Päckchen selbst gemachtes exotisches Trockenobst.

Strahlender Sonnenschein beflügelte die letzten Kilometer zum Meer und nach Triest, wo sich nachmittags ein Host meldete, der uns nach dem gemeinsamen Abendessen noch seine Stadt zeigte. Er gab uns auch den nächsten Übernachtungstipp, einen Jugendtreff in einem alten Fabrikgebäude in Koper, wo wir unsere Mühldorfer Freunde treffen wollten. Gemeinsam kochen und essen, ein Konzert hören, Basketball, Tuchakrobatik, Tischtennis, Kicker, Reden – dort gab es so viel zu tun, dass auch unsere Freunde gleich noch eine Nacht blieben.

Bevor wir mit ihnen zusammen nach Hause fuhren, hatten wir den „eigentlichen“ Urlaub in Kroatien: Vier Tage Klettern in verschiedenen Gebieten bei Buzet, zuletzt in Rovinj, wo man auch im Meer baden kann. Eine schöne Zeit. Aber so spannend wie die Radl-Couchsurtour?

Sepps gesamten Bericht über die Reise mit achttägiger 642-Kilometer-Radtour findet ihr unter: jdav.de/knotenpunkt

COUCHSURFING?

Die Internet-Plattform couchsurfing.com verbindet weltweit Menschen, die kostenlos eine Couch, ein Bett oder ein Zimmer bereitstellen können, mit solchen, die eine Übernachtungsmöglichkeit suchen. Man sollte aber auch Lust haben, gemeinsam zu reden, kochen, essen oder etwas zu unternehmen. Ein persönliches Profil und Referenzen ermöglichen es, geeignete Gastfreunde zu finden und schlechte Erfahrungen zu vermeiden. Idealerweise ist man bereit, Gast und Gastgeber zu sein, man kann aber auch nur eine Seite des Angebots nutzen.



Mirko Breckner hat zur Finanzierung seines Studiums im Schwarzwald Zapfen gepflückt. TINA SEHRINGER sprach mit ihm.

Zapfenpflücker*innen, wer seid ihr?

Zapfen enthalten Samen, die zur Aufforstung unserer Wälder gebraucht werden. Sie sind so leicht, dass sie davonfliegen würden. Deshalb werden die noch geschlossenen Zapfen in einem sehr kurzen Zeitfenster im Sommer geerntet – sie wachsen weit oben in den Baumkronen, dort, wo Sonne ist. Dann werden sie in eine Klenge gebracht, eine mehrstöckige, luftige Halle aus Holz, wo sie sich öffnen können.

Welche Ausrüstung hattest du dabei?

Seile, Karabiner, Klettergurt, Korb, Sack, Plane für schlechtes Wetter, Fernglas, Brotzeit und Salatöl – natürlich nicht für die Brotzeit, sondern gegen das Baumharz. Man reibt sich morgens Gesicht, Arme, Beine und die Seile mit Salatöl ein – und trotzdem musste ich abends immer noch


ganz schön schrumpfen, um das Harz wieder herunterzubekommen.

Wie sieht ein Tag als Zapfenpflücker aus?

Um in den Tannenwipfel zu kommen, wirft man mit einer „Seilschleuder“, ähnlich einer Steinschleuder, ein Seil nach oben, so dass es sich um einen stabilen Ast wickelt. Mit einem Fernglas überprüfe ich, ob es richtig liegt; dann steige ich mit Seilklemmen auf. Es ist sehr aufwändig, ständig hoch und runter zu klettern, die Ausrüstung ist schwer. Deshalb bleibt man den ganzen Tag oben und klettert von Baum zu Baum: Man wirft einen Enterhaken, wie die Piraten, und „kapert“ so den nächsten Baum. Brotzeit und Toilette werden im Baum erledigt, vor Regen schützt die Plane. Die Tage sind lang, oft verbringt man 12 bis 14 Stunden am Tag in den Bäumen.

Das klingt reichlich schwierig.

Ja, es ist auch nicht einfach, den 40 Kilo schweren Sack sicher auf den Boden zu bringen, ohne dass er kaputtgeht oder jemand getroffen wird. Außerdem ist man den ganzen Tag auf sich allein gestellt, und die Ausrüstung ist viel schwerer als beim Klettern. Aber immerhin nimmt man heutzutage Sicherungsmaterial mit, früher gab es das nämlich nicht.

Mirko an seinem hochgelegenen Arbeitsplatz
 Mirko Breckner

Spektakuläre Fotos wie vom springenden Snowboarder entstehen oft mit massivem technischem Aufwand.

© Red Bull Media House

SKI- UND OUTDOORFILME

BRAUCHT'S DAS?

Warum's das nicht braucht:

> **Hinter großen Tourneen wie EOFT** und anderen stehen große Sponsoren, die ihren Aktiven alles abverlangen. In den vergangenen Jahren kam es immer wieder zu tödlichen Unfällen, die auch aufgrund des hohen Sponsordrucks provoziert worden sein sollen. Warum sollte man so eine Entwicklung unterstützen?

> **Speziell bei Freeski- und Snowboardfilmen** werden oft abgelegene Bergregionen mit „Sleds“ (Motorschlitten) und Helikoptern erreicht. Noch weniger Umweltbewusstsein ist schwer vorstellbar – noch dazu in sensiblen Bergregionen.

> **Steilrinnenfahren in Alaska**, der Kanu-Trip im Ruwenzori-Gebirge, Klettern in Tasmanien: Outdoor-Filmfestivals tun so, als ob es vor der eigenen Haustüre keine Abenteuer mehr zu erleben gäbe – und verführen damit das Publikum zu klimaschädlichen Fernreisen.

> **Athlet*innen**, die auch noch die letzte unerschlossene (Berg-)Region nach einer neuen Extremtour absuchen und verzweifelt versuchen, die Messlatte beim Klettern, Skifahren oder Kajakfahren noch höher zu hängen – diese krampfhaft Glorifizierung ödet langsam an. Das „immer-noch-extremer“ hat seinen Reiz verloren.

> **Was bringt es mir eigentlich**, wenn ich mir einen ganzen Abend lang vorführen lasse, was im Outdoorsport aktuell gerade noch so machbar ist, und anschließend mit dem Gedanken heimgehe, dass ich es als normalsportlicher Mensch sowieso nie so weit bringen werde?

Aber andererseits...

> **... sind die Ski- und Outdoorfilme** Ausdruck und Teil der Kultur des Sports. Sie bieten Outdoorbegeisterten die Möglichkeit, sich auch zuhause in der Großstadt mit ihrem Hobby zu beschäftigen und ihren Lebensstil auszudrücken.

> **Filme** – egal ob bei Tourneen oder auf Online-Websites zu sehen – steigern die Bekanntheit der gezeigten Sportarten in der Gesellschaft. Und weil Bekanntes immer weniger skeptisch betrachtet wird als Unbekanntes, kann das unter anderem auf Pisten, auf speziellen Wegen oder nahe Naturschutzgebieten immer wieder Verbote ins Gespräch gebracht werden.

Skifilm- und Outdoorfilm-Tourneen sind voll im Trend. Doch Glanz und Glamour von Warren Miller, EOFT, Banff Mountain Film Festival und anderen kollidieren mit den immer wilderen Anforderungen an die Athlet*innen, der Umweltbelastung beim Drehen und mit einer Extremsportszene, die vor lauter Überbietungen langsam hohl dreht – oder nicht? ARNOLD ZIMPRICH und STEFANUS STAHL haben überlegt, ob's das braucht.



Ein Riesenspektakel mit vollen Sälen – ein harter Job draußen in der Natur

© Red Bull Media House



> **Extremsportler*innen** leben für ihren Sport – und Sponsoren geben ihnen die Möglichkeit, auch davon zu leben. Zwar erhöht eine Filmcrew sicher den Druck, zu einem bestimmten Zeitpunkt eine Aktion durchzuführen – aber das gilt genauso für Wettbewerbe und Dokumentationen, ganz gleich welcher Sportart.

> **Ja, Helikopter und Motorschlitten** schaden der Umwelt. Nur: Wer glaubt, dass nach einem Film direkt die Flüge nach Alaska gebucht werden, der irrt. In den Filmen werden die Träume des Publikums erfüllt, eines Publikums, für dessen Lebenssituation es schlicht passender ist, im Kinosaal zu sitzen, als bei -20 °C sein Leben zu riskieren.

> **Vor allem aber:** Filme zeigen nicht nur die heroischen Momente, sie zeigen auch die Stürze, die Athlet*innen und

ihre Motivation. Auf diese Art und Weise motivieren und inspirieren die Filme, aber sie warnen auch vor den Konsequenzen – nach Ende der Vorführung machen sie also nicht nur Lust darauf, der Action nachzueifern, sondern signalisieren auch: Es kann immer etwas schiefgehen!

Save the date!

BUNDESJUGENDLEITERTAG

Das wichtigste Gremium der JDAV tagt vom 22. - 24. September in Darmstadt. **Vormerken, freihalten, hingehen, mitreden und mitentscheiden!**
jdav.de/bundesjugendleitertag

KNOTENPUNKT GEWINNSPIEL

SEI DABEI, GEWINNE MIT!

„Dabei sein ist alles“, heißt das berühmte olympische Motto. 2020 in Tokyo wird Klettern erstmals bei den Olympischen Spielen dabei sein – wie denkst du darüber?

Schreibe uns höchstens drei Sätze dazu (und dein Alter), dann kannst auch du gewinnen: nämlich einen der drei tollen Preise, die die JDAV-Partner Mountain Equipment, Deuter und Globetrotter Ausrüstung gestiftet haben.

Einsendeschluss: 13. April 2017
 an: knotenpunkt@alpenverein.de
 oder per Postkarte an die
 JDAV, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München

1. PREIS: MOUNTAIN EQUIPMENT ARETE VEST – die leichte warme Weste

71 Gramm wasserabweisende 90/10er-Daune, tierfreundlich nach Down Codex, machen diese leichte Weste, die in jeden Rucksack passt, zum idealen Wärmespender für Frühjahr und kühle Sommerabende. In Jungs- und Mädelsversion.

Wert € 149,90



2. PREIS: GLOBETROTTER EINKAUFSGUTSCHEIN

– der Schlüssel zum Berg

Von Anschlappen bis Zieleinlauf, von Alpinetour bis Zipfelbob-Abfahrt: Im Sortiment von Globetrotter findest du für jede Bergsport-Disziplin und alles, was in der Freizeit Spaß macht, die richtige Ausrüstung.

Wert € 100,-



3. PREIS: DEUTER GRAVITY MOTION – die coole Rucksack-Tasche

In- oder Outdoor: Mit dieser Klettertasche bist du überall cool unterwegs. Die perfekte Symbiose aus Duffel und Rucksack mit lässigem Style: bequem tragen, dank Rücken-RV an alles easy rankommen.

Wert € 99,95





DAS ETWAS ANDERE GEBIRGE

© Klaus Eppele/fotolia

Berge gibt es viele. Klar, solche aus Stein oder Schnee, aber auch eine Menge anderer: an Hausaufgaben, Arbeit, Müll und Ähnlichem. Das Dumme daran: Sie zu bewältigen, macht meist keinen Spaß. Immerhin braucht man aber auch keinen schweren Rucksack, Kletterseil oder Steigeisen dafür. Ähnlich wie beim Erklimmen „echter“ Berge draußen gibt es allerdings verschiedene Strategien und Wege, ans Ziel zu kommen. Zuerst muss man wählen: Die Arbeit auf der Direktissima-Route sofort erledigen? Oder lieber gemütlich? Dann geht es an die Methode. Vielleicht gehörst du ja zu den Leuten, die den Hausaufgabenberg „free solo“ meistern – also alleine und ohne Absicherung durch Google, Wikipedia und Ähnliches? Andere nehmen lieber alles als Seilschaft in Angriff und profitieren gegenseitig voneinander. Eventuell helfen auch deine Eltern. Dann könntest du im Gegenzug Papa beim Geschirrberg oder Mama beim Wäscheberg unterstützen. Natürlich geht auch Schummeln oder Abschreiben. Das wäre Prahlern mit einer Tour, die man gar nicht gemacht hat. Kann klappen, kommt aber meistens raus. (der)

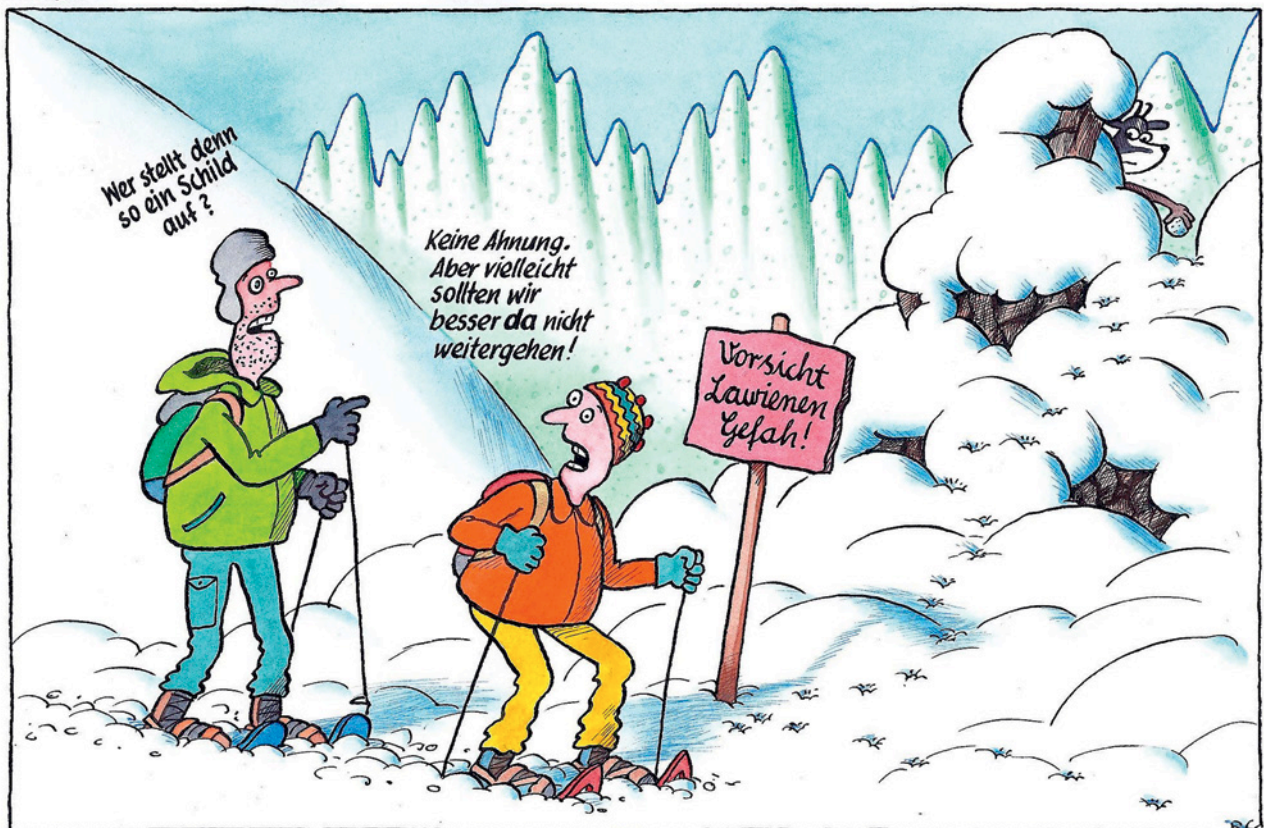
UND JETZT DU!

Welches „Gebirge“ stellt dich vor besondere Herausforderungen – und wie bewältigst du es? Schreib uns eine E-Mail an alpinkids@alpenverein.de



GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank





UNKENRUF AUS DER GLETSCHERSPALTE

KOLLEKTIVE LUSTVERSCHIEBUNG

Die Unke sitzt in ihrer eingeschnittenen Spalte und wundert sich, wo die Skifahrer bleiben. (sst)

Die so genannten Bergsportler, also die Flachlandbewohner da draußen, leiden doch alle unter kollektiver Lustverschiebung: Sie haben stets Lust auf die Sportart, die sich momentan noch nicht, sondern erst in einigen Monaten ausüben lässt. Ab Oktober, spätestens November wollen, nein „müssen“ sie „unbedingt“ Ski fahren, egal ob jetzt schon die Bedingungen dafür herrschen. Dafür wird auch gern viel Zeit auf vier Rädern statt auf zwei Brettern verbracht.

Okay, nach einem langen, heißen Sommer freue ich mich ja auch auf die tieferen Temperaturen im Gletscher. Aber, jetzt kommt's: Wenn dann der Winter tatsächlich so richtig Einzug hält, also ungefähr im Februar, die Skibedingungen nähern sich erst dem Optimum, ja dann ... haben die Städter keine Lust mehr auf Schnee! Sie wollen endlich wieder draußen am Fels klettern, auch wenn es noch zu kalt und feucht ist. Aber, kein Problem, irgendwo ist ja immer Klettersaison, ab ins Auto oder Flugzeug – Felsklettern! Biken! Im T-Shirt! Jetzt!

Mir scheint: Die Bedingungen sind den Leuten ganz egal, da regieren die Kalender die Köpfe. Weihnachten, das Fest des Schneesports. Ostern, Eröffnung der Badesaison. Und spätestens im Juli ist es dann auch schon sehr voll im Wasser, da sollte man bald wieder die Wintersaison planen ... So geht es Jahr für Jahr, das ganze Jahr; die Leute nutzen nicht die besten Bedingungen, sondern folgen einfach dem stärksten Trieb. Scheint mir irgendwie tierisch.

REGELMÄßIGES PHÄNDCHEN. SPÄTABENDLICH, KURZ VOR HALLENSCHLUSS :



ANTHROPOGNER MAGNETISMUS . . .



Im nächsten Knotenpunkt: Wegen Überfüllung geschlossen! Nicht nur in Kletterhallen, auch in den Bergen sind manchmal Platzkarten gefragt.

Riedberger Horn

Widersprüchlich – Mit Erstaunen verfolge ich, mit welcher Energie sich der DAV gegen das aus meiner Sicht vertretbare und sinnvolle Liftprojekt am Riedberger Horn ausspricht. Seit über 40 Jahren bin ich im DAV, gehe gerne in die Berge und betreibe auch im Alter von fast 70 Jahren noch Alpinski-sport – auf Pisten. Im Gegensatz zu weitaus erschlosseneren Gebieten in Österreich, der Schweiz und Südtirol halte ich die geplante Skischaukel sogar für eine maßvolle Verbesserung der Infrastruktur im Allgäu. Was ist denn bitte der Unterschied, ob über ein halboffenes Waldgebiet ein Sessellift führt, oder ob Tag für Tag und vor allem an Wochenenden ganze Horden von Schneeschuhwanderern oder Tourenski-Gehern das Umfeld des Riedberger Horns stürmen? Die paar Schneehühner werden schon an anderer Stelle einen Unterschlupf finden. Der DAV widerspricht sich bei seiner massiven Kritik im „Panorama“ und anderen Medien selbst. Er propagiert die Aktion „Skitouren auf Pisten“ und stellt aber Leute an den Pranger, die maßvoll veraltete Skilifte durch neue ersetzen wollen und eine sinnvolle Verbindung nach Balderschwang herstellen, und im Programm des Summit Clubs wird dagegen das perfekt mit Bergbahnen und Liften erschlossene Ski-gebiet Gasteiner Tal beworben. *Robert Hieber*

Neutral?

DAV Panorama 1/2017, S. 71

Toleranzgrenze – Offene, tolerante und demokratische Gesellschaften werden immer wieder von Gruppen infrage gestellt, die selbst zwar nicht offen, tolerant oder demokratiefreundlich sind, genau diese Toleranz aber in extremem Maße einfordern und damit jegliche Kritik an ihren Absichten abweisen wollen. Solche Bestrebungen gibt es (natürlich) sowohl von links wie auch von rechts. Es ist oft eine Gratwanderung zu entscheiden, wo Toleranz und Rücksichtnahme gefordert ist und wo man sich klar gegen Intoleranz positionieren sollte, wenn einem seine eigenen Werte etwas wert sind. In seinem Leserbrief fordert der Schreiber genau diese Offenheit und Toleranz für eine rechte Bewegung, die populistisch und medienwirksam für Ausgrenzung und Intoleranz eintritt. Die Grenze dessen, was zu tolerieren ist, ist bei dieser Bewegung aber deutlich überschritten und Toleranz absolut unangebracht. Über Kreuze in den Bergen kann man streiten, darauf, dass man diese Gruppe dort nicht haben möchte, kann man sich aber hoffentlich noch einigen. *Stefan Schorradt*

Gesucht/Gefunden

- › *Digitalkamera am 28.10.2016 an der Roten Flüh/Judenscharte in den Tannheimer Bergen gefunden. Tel.: 08348/339*
- › *Brille in blaugrauem Etui am 25.1. am Brauneck verloren. Tel.: 0881/417 99 17*
- › *Vermisst seit September 2015: Deutscher Wachtelhund, 3 Jahre, braun mit weißer Brust, Tel.: 0176/97 30 30 07*

DAV Panorama

Überheblich – Immer wieder finden sich im „Panorama“ Artikel, in denen sich die Schreiber über Autoanreise, volle Wege und Hütten, Premiumwanderwege und den Alpentourismus an sich aufregen. Mit einer Selbstverständlichkeit nehmen sie für sich aber in Anspruch, in die Alpen zu fahren. Mit welchem Recht maßen sie sich an, zu entscheiden, was böser und ihr eigener guter Tourismus ist? Welche maßlose Überheblichkeit. Das Gros der Alpenvereinsmitglieder kommt aus allen gesellschaftlichen Schichten und hat einfach Freude an der Bewegung in der Natur und genießt die Berge. Sie haben auch nach einem Zweitausender-Gipfel oder einer Mittelgebirgswanderung ihr eigenes Erfolgserlebnis. Wenn aber diese Mehrzahl der Mitglieder im Presseorgan des Alpenvereins als dumme und ungewollte Massentouristen dargestellt wird, dann ist doch fraglich, ob ich als Mitglied hier noch meinen Platz sehe. Die Natur und die Infrastruktur sind in einer Demokratie für alle da, und die allermeisten Besucher, ob Mitglied oder nicht, gehen sehr verantwortungsvoll mit den Bergen um. Etwas mehr Toleranz und weniger Überheblichkeit Ihren eigenen Mitgliedern und allen Bergbesuchern gegenüber wäre im „Panorama“ wünschenswert. *Frank Stephan*

Feedback zur Überarbeitung – Das neue Heftkonzept wirkt mit seiner neuen Headline-Struktur meinem Empfinden nach etwas reißerisch. Die Größe der Begriffe und zum Teil die Begriffe selbst, die hervorgehoben werden sollen, finde ich übertrieben. Mein Eindruck ist auch, dass es immer mehr „Sensations(Kurz-)meldungen“ werden, was mir nicht gefällt. *Anja Lorenz*

Berichtigung

In Ausgabe 1/2017 haben wir auf S. 59 unter Mammut RAS nicht wie in der Tabelle angegeben das Modell Ride, sondern das Modell Light Removable 3.0 abgebildet. Dieser wiegt 2060 g.
In Ausgabe 6/2016 haben wir auf S. 28 die Aktion des Kadern der Sektion Darmstadt an der russisch-georgischen Grenze mit „Georgien“ übertitelt. Ein aufmerksamer Leser hat uns darauf hingewiesen, dass die bestiegenen Gipfel in Russland stehen.

Abschlussexpedition DAV-Expedkader Frauen

DAV Panorama 1/2017, S. 38ff.

Gratulation! – Wenn man diesen Artikel gelesen hat, dann kann man nur gratulieren. Aus den Schilderungen sprüht förmlich das Lachen heraus. Ich schreibe jetzt bewusst nicht Spaß, denn den kann man nicht dauernd haben. In der Gruppe scheint eine gute Stimmung geherrscht zu haben. Was ja auch förderlich für den Teamgeist ist. Kompliment und Gratulation! *Thomas Schlechter*

Leichte Skitouren in Kärnten

DAV Panorama 1/2017, S. 78ff.

Anregend – Vielen Dank für den Beitrag „Über die Nocken hoppen“. Ich gehe gerne Skitouren, bin aber keine sehr geübte Tiefschnee- und Geländefahrerin. Meistens beschreibt ihr ja aus meiner Sicht Hochleistungstouren. Deshalb habe ich mich sehr über Anregungen zu leichteren Skitouren gefreut und freue mich schon auf die nächsten. *Susanne Wolff*

Nachhaltig

DAV Panorama 1/2017, S. 102

Langlebig – Beim Lesen der letzten „Panorama“-Ausgabe bin ich über das Bild „Nachhaltig“ gestolpert. Eine sehr tolle Idee, seinen geliebten Weggefährten die letzte Ehre zu erweisen. Auch 2016 und auch nach 39 Jahren habe ich ebenfalls meine Bergschuhe entsorgen müssen. Ich bin Jahrgang 1962 und habe mir mit 15 Jahren besagtes Schuhwerk gekauft. Letztes Jahr habe ich mich davon getrennt. Doch einfach wegschmeißen geht gar nicht. Ein Schuh hängt seit Sommer letzten Jahres in einem Münchner Schrebergarten, der andere wird hoffentlich in Sehestedt am Nord-Ostsee-Kanal dieses Frühjahr besiedelt werden. Bleibt nur noch zu erwähnen, dass in unserer Wegwerf-Geiz-ist-geil-Gesellschaft so etwas leider schon kurios anmutet. *Thomas Beyer*

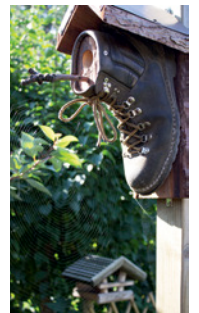


Foto: Thomas Beyer



DAV SUMMIT CLUB

UNSERE SCHÖNSTEN REISEN WELTWEIT



GEBURTSTAGSAKTION ZUM 60. FIRMENJUBILÄUM

Buchen – Losglück haben und 60% Geburtstagsermäßigung erhalten!
Weitere Infos unter: bit.ly/firmenjubiläum



ALPINER BASISKURS – MIT SPASS UND FREUDE IN FELS UND EIS

ÖSTERREICH

Der Alpine Basiskurs ist für alle gedacht, die noch nie im Gebirge waren oder die bisher nur auf leichten Wanderwegen unterwegs waren. In der Silvretta lernen Sie das Gehen im alpinen Gelände, am Gletscher und am Klettersteig. Ein Klettergarten in Hüttennähe ist ideal für die ersten Erfahrungen in der Senkrechten. Ihr Bergführer ist immer dabei – mit Rat und Tat. Die Jamtalhütte ist eine der modernsten Hütten der Alpen mit komfortabler Ausstattung. Auf ins Hochgebirge – es macht richtig Spaß!

Kondition ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee und Tourenbrot, Suppe am Nachmittag • Rucksacktransport am An- und Abreisetag • Leihusrüstung: Alpinausrüstung • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 695,-

Termine: 25.06. | 02.07. | 16.07. | 23.07. | 06.08. | 13.08. |

20.08. | 27.08. | 03.09. | 10.09. | 17.09.2017

www.dav-summit-club.de/ABJAM

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



NEU: VOM WANDERN ZUM KLETTERN – BASISKURS ALPINER FELS IN DEN DOLOMITEN

ITALIEN

Unser Basiskurs Fels alpin in den Dolomiten vermittelt Schritt für Schritt den Übergang vom Bergwandern ins alpine Gelände bis hin zu leichten Klettereien. Vorkenntnisse müssen Sie nicht mitbringen. Gehen im weglosen Gelände, Trittschulung, Verhalten bei einer Klettersteig-Begehung und die Grundlagen für die ersten Klettermeter im Fels werden erlebnisreich vermittelt. Die Fonda-Savio-Hütte ist ein idealer Kurs-Stützpunkt, gelegen inmitten bizarrer Felstürme mit begeisternden Ausblicken zu den Drei Zinnen.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Rucksacktransport zur Hütte und zurück • Leihusrüstung: Kletterausrüstung inkl. Kletterschuhe • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 595,-

Termine: 18.06. | 25.06. | 02.07. | 09.07. | 16.07. | 23.07. | 30.07. | 06.08. | 13.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09. | 10.09. | 17.09. | 24.09.2017

www.dav-summit-club.de/GFDOL

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



GRUNKURS EIS IN DEN ÖZTALER ALPEN MIT BESTEIGUNG DER WILDSPITZE, 3772 m

ÖSTERREICH

Ihr nächster Schritt vom Wanderer zum Bergsteiger – unsere Grundkurse Eis vermitteln umfassend das Know-how für Eis- und Gletschertouren. Trittschulung auf Schneefeldern und auf dem Gletscher, Abbremsen von Stürzen, Gehübungen mit Steigeisen, Knotenkunde und Spaltenbergung stehen auf dem Programm. Umgesetzt wird das Erlernete bei der Abschlussstour auf die Wildspitze, 3772 m. Top-Stützpunkt ist das modern ausgestattete Taschachhaus: mit Zweibettzimmern, Etageduschen, hervorragender Küche u.v.m.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee und Tourenbrot • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leihusrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 790,-

Termine: 18.06. | 25.06. | 02.07. | 09.07. | 16.07. | 23.07. | 30.07. | 06.08. | 13.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09. | 10.09. | 17.09.2017

www.dav-summit-club.de/GETAS

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



GRUNDKURS KLETTERSTEIG AM HOHEN DACHSTEIN, 2993 m

ÖSTERREICH

Schon der Aufstieg zur Simonyhütte, 2203 m, ist ein beeindruckendes Erlebnis. Ganz „by fair means“ wird der Rucksack getragen. Das Gelände um die gemütliche Simonyhütte bietet alles für den angehenden Bergsteiger: Klettergärten, Gletscher und natürlich Klettersteige. Über allem thront der Hohe Dachstein, erklärtes Gipfelziel dieser Ausbildungswoche. Zuerst beginnt es jedoch mit den Basics, wie Trittschulung, Begehen von Schneefeldern u.v.m. An zahlreichen Übungsklettersteigen in Hüttennähe wird die Sicherungs- und Rückzugstechnik geübt. Sicher einzigartig: eine überdachte Kletterhalle!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Leihusrüstung: Klettersteigausrüstung, Steigeisen • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 760,—

Termine: 11.06. | 18.06. | 25.06. | 02.07. | 09.07. | 30.07. |

06.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09.2017

www.dav-summit-club.de/KGSIM

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



NEU: KLETTERSTEIGE AN DER PAGANELLA UND DER BRENTA-SÜDSEITE

ITALIEN

Die Via ferrata delle Aquile ist ein spektakulär angelegter Klettersteig an den Ostwänden der Paganella, 2105 m. Der erst 2015 neu errichtete Steig mit perfekten Ausblicken bis hin zum Gardasee verspricht ordentlich Luft unter den Sohlen, ohne dabei aber extrem schwierig zu sein. Gemeinsam mit den ruhigen, aber phantastische Landschaftseindrücke bietenden Steigen auf der Brenta-Südseite – vom Rifugio Croz dell'Altissimo, 1438 m, über den Sentiero Orsi, die Pedrotti-Hütte, 2491 m, und den Palmieri-Steig zur Cacciatore-Hütte, 1819 m – ergibt sich die perfekte Kombination für eine gelungene Klettersteigwoche.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 5 × Hütte • 5 × Halbpension • Leihusrüstung: Klettersteigausrüstung • Versicherungspaket*

6 Tage

ab € 725,—

Termine: 25.06. | 23.07. | 06.08. | 27.08. | 10.09.2017

www.dav-summit-club.de/KSPAG

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



HOCHTOURENTRAINING IM WALLIS AN VIERTAUSENDER-GIPFELN

SCHWEIZ

Eine Hochtouren-Trainingswoche, die die Möglichkeit bietet, bereits vorhandene alpine Grundkenntnisse aufzufrischen und erste Hochtourenenerfahrung zu intensivieren. Technisch leichte Viertausender, rund um die bekannten Bergsteigerdörfer Zermatt und Saas Fee, wie Allalinhorn, 4027 m, Breithorn, 4164 m, und Strahlhorn, 4190 m, sind dafür hervorragende Ziele. Zuvor trainieren Sie auf dem Theodulgletscher u. a. sicheres Gehen auf Schnee und Eis, Anseilen, Steigeisengehen in der Vertikalzacken-Technik. Übernachtungen im Hotel und auf Hütten wechseln sich ab.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • Leihusrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 650,—

Termine: 25.06. | 02.07. | 09.07. | 16.07. | 23.07. | 30.07. | 06.08. |

13.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09.2017

www.dav-summit-club.de/HOTWAL

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



ACHT VIERTAUSENDER: HOCHTOUREN VOM GRAN PARADISO ZUM MONTE ROSA

ITALIEN

Eine Wahnsinns-Woche für Viertausender-Sammler: zuerst von der Chabodhütte aus der Gran Paradiso, 4061 m, höchster ganz in Italien stehender Berg, dann – nach einem Hüttenwechsel zur hochgelegenen Gnifettihütte – sieben Viertausender am Monte-Rosa-Stock: Vincent-Pyramide, 4215 m, Schwarzhorn, 4321 m, Ludwigshöhe, 4341 m, und Parotzspitze, 4432 m. Als Höhepunkte warten die Signalkuppe, 4554 m, mit der höchstgelegenen Berghütte Europas direkt am Gipfel, und die Zumsteinspitze, 4563 m. Zum Abschluss geht es zur Punta Giordani, 4046 m.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • Versicherungspaket*

6 Tage

ab € 775,—

Termine: 09.07. | 23.07. | 06.08. | 20.08. | 03.09.2017

www.dav-summit-club.de/HTCHA

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



TWIN-FAMILIENFERIEN MIT KOMFORTABLER UNTERKUNFT

ÖSTERREICH

Das Berghotel Rudolfshütte auf 2315 Meter Höhe ist der perfekte Familienstützpunkt für hochalpine Erlebnisse. Zwei Bergführer betreuen Eltern und Kinder in getrennten Gruppen: Für die Eltern steht ein Hochtourentraining auf dem Programm, mit Einführung in die Steigeisentechnik und mit Besteigung einiger Dreitausender. Die Kinder sind im Klettergarten, am Gletscher und überall dort unterwegs, wo es etwas zu entdecken gibt. Langeweile kommt nicht auf! Das Berghotel Rudolfshütte bietet mit Hallenbad, Sauna und gemütlichen Aufenthaltsräumen zahlreiche Möglichkeiten zum Entspannen.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergführer • 6 x Hotel*** • 6 x Halbpension mit Tourentee, Kuchenbuffet am Nachmittag • Seilbahnfahrten • Leihusrüstung: Gletscher- und Kletterausrüstung • Versicherungspaket*

7 Tage Erwachsene ab € 998,- | Kinder (10 bis 16 Jahre) ab € 440,-**

Termine: 16.07. | 30.07. | 13.08.2017

www.dav-summit-club.de/FARUD

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



GARDASEE-PROGRAMME IN 2 VARIANTEN FRÜHLINGSERWACHEN UND HERBSTZAUBER

ITALIEN

Der Gardasee ist ein Lieblings-Urlaubsziel vieler Deutscher. Der größte See Italiens ist im Norden von den Zweitausender-Gipfeln der Gardaseeberge umgeben und ein beliebtes Ziel für Bergwanderer. Sie können zwischen zwei unterschiedlichen Programmen wählen: Wandern – Yoga – Wellness ist ein Programm für aktive Genießer. Leichte Wanderungen in der Umgebung von Riva werden mit den Annehmlichkeiten eines Vier-Sterne-Hotels kombiniert (HHRIVA). Die schönsten Tageswanderungen rund um den Gardasee mit Gehzeiten von fünf bis sieben Stunden erleben Sie bei unserer Wanderwoche. Ein Drei-Sterne-Hotel im kleinen Ort Nago ist der perfekte Ausgangsort (HHGAR).

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Unterbringung im Drei- oder Vier-Sterne-Hotel • weitere Leistungen lt. Detailprogrammen • Versicherungspaket*

6 bzw. 7 Tage

ab € 610,-

Termine: 09.04. | 07.05. | 14.05. | 11.06. | 17.09. | 01.10. | 29.10.2017

www.dav-summit-club.de/HHRIVA bzw. www.dav-summit-club.de/HHGAR

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

Weitere Alpenüberquerungen
finden Sie hier
bit.ly/DAVSCIüberquerung



NEU: ALPENÜBERQUERUNG VON MATREI AM BRENNER NACH MERAN

ÖSTERREICH | ITALIEN

Die Anhänger dieser Art von Bergurlaub werden immer mehr, denn das Erlebnis ist einmalig – jeden Tag eine andere Unterkunft, jeden Tag eine neue Perspektive, jeden Tag ein anderes Landschaftserlebnis. Die Tour beginnt in Matrei am Brenner, führt hinauf ins Obernbergtal und über den Grenzkamm Brennerberge hinunter ins Südtiroler Pflerschtal. Weitere Stationen sind der Roskopf-Kamm, das Ridnauntal, das Penser Joch und die Samtaler Alpen. Erleben Sie eine komfortable Alpenüberquerung mit täglicher Hotelübernachtung und täglichem Gepäcktransport.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergwanderführer • 6 x Hotel***.**** • 6 x Halbpension mit Tourentee • Transfers und Seilbahnen lt. Detailprogramm • Busrückfahrt am 7. Tag • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 1095,-

Termine: 09.07. | 16.07. | 23.07. | 27.08. | 10.09.2017

www.dav-summit-club.de/AQMATREI

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



DER DOLOMITEN-HÖHENWEG VOM PRAGSER WILDSEE BIS ZUR CIVETTA

ITALIEN

Der Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 verdankt seinen Ruf der idealen Linienführung durch die östlichen Dolomiten. Die Wanderung startet am Pragser Wildsee, einem der schönsten Bergseen der Dolomiten. Weiter führt die Wanderroute durch den Naturpark Fanes-Sennes-Prags hinauf zum Lagazuoi, 2752 m. Zwischen dem Falzaregopass und Cortina d'Ampezzo queren wir die Cinque-Torri-Gruppe mit ihren steilen Felstürmen. Südlich von Cortina prägt der Monte Pelmo, 3168 m, das Landschaftsbild. Die Kombination aus Hotel- und Hüttennachtungen macht diese Tour besonders reizvoll.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bergwanderführer • 3 x Hotel, 4 x Hütte • 7 x Halbpension • Transfers lt. Detailprogramm • Busrückfahrt am 8. Tag • Versicherungspaket*

8 Tage

ab € 920,-

Termine: 25.06. | 02.07. | 09.07. | 16.07. | 23.07. | 30.07. |

06.08. | 20.08. | 27.08. | 03.09. | 10.09.2017

www.dav-summit-club.de/HWDOL

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194



ABENTEUER NORDGRIECHENLAND: METEORA-KLÖSTER UND GÖTTERTHRON OLYMP

GRIECHENLAND

Die berühmten Meteora-Klöster bei Kalambaka. Dunkle, emporrage Felsnadeln, gekrönt von ehrwürdigen Klosterbauten. Flug nach Thessaloniki und Fahrt ins Pindos-Gebirge. Wir beginnen unsere Tour im Grand Canyon Griechenlands. Die Vikos-Schlucht gilt als einer der tiefsten Schluchten der Welt. Über Stufen erreichen wir die weltberühmten Meteora-Klöster. Den Sitz der antiken Götter besuchen wir am Olymp – wir besteigen die höchsten Gipfel des Berges: Skala, 2866 m, Skoli, 2912 m und schließlich den ausgesetzten Mytikas, 2971 m. Stolz blicken wir hinab – ein göttliches Panorama im wahrsten Sinne!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Thessaloniki • einheimischer Deutsch sprechender Kultur- und Bergwanderführer • 5 × Hotel im DZ, 2 × Hütte im MBZ • 7 × Halbpension • 1 × Mittagessen • Flughafensammeltransfers • Busfahrten lt. Detailprogramm • Versicherungspaket*

8 Tage ab € 1030,- (EZZ 110,-) 🚗 ab € 1450,-

Termine: 17.06. | 02.09.2017

www.dav-summit-club.de/GIFES

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116



PEAKS OF THE BALKANS: TREKKING IN ALBANIEN, KOSOVO UND MONTENEGRO

BALKAN

Der neue Fernwanderweg führt durch das Grenzgebiet von Kosovo, Montenegro und Albanien. Neun Tage wandern wir auf den schönsten Etappen, übernachten in landestypischen Hotels, freundlichen Familienpensionen und einmal in der Schäferhütte. Gastfreundschaft in den ursprünglichen Bergdörfern wird hier groß geschrieben. Ein Kulturtag in Prizren mit Besuch des Klosters Visiko Decani rundet das Programm ab. Erleben Sie einen der ursprünglichsten Flecken Europas!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Pristina • Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • ein weiterer Begleiter zur Unterstützung • 5 × Hotel im DZ, 5 × Gästehaus und 1 × Hütte im MBZ • Vollpension • Fahrten und Besichtigungen laut Programm • Gepäcktransport • Versicherungspaket*

12 Tage ab € 1375,- (EZZ 95,-) 🚗 ab € 1925,-

Termine: 24.06. | 08.07. | 22.07. | 05.08. | 19.08. | 02.09.2017

www.dav-summit-club.de/BAPBT

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116



LIPARISCHE INSELN – WANDERN AUF DEN VULKANINSELN MIT STROMBOLI

ITALIEN

Etwas mulmig ist es schon, neben der Feuerleiter den Vulkan hinaufzuklettern. Denn zu sehen ist nichts, aber wir hören schon, wie es im Inneren des mächtigen Riesen brodelt. Unterwegs auf den Liparischen Inseln und hinauf auf den feuerspeienden Stromboli – ein unvergessliches Erlebnis! Die einwöchige Wanderreise führt durch sattgrüne Vegetation und auf aussichtsreichen Wanderwegen. Mit der Fähre geht es von Insel zu Insel – genügend Zeit, dabei die Seele baumeln zu lassen.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Catania • Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Fähre von Milazzo nach Lipari und zurück • 7 × Hotel*** im DZ • Halbpension • Flughafensammeltransfers • Fährfahrten und Transfers lt. Detailprogramm • Vulkanführer auf Stromboli • Versicherungspaket*

8 Tage ab € 1250,- (EZZ 170,-) 🚗 ab € 1700,-

Termine: 30.04. | 28.05. | 24.09. | 15.10.2017

www.dav-summit-club.de/ITLIP

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116



DIE HIGHLIGHTS DER PYRENÄEN UND VORPYRENÄEN

SPANIEN

Die Pyrenäen, das sind tiefe Schluchten, sanfte Hügel, mächtige Dreitausender und idyllische Bergseen. Natur pur! Zum Auftakt die Tagestour im Nationalpark Aigües Tortes, dem Park der „stürzenden Wasser“. Eine majestätische Seenlandschaft, umringt von grünen Tannenwäldern, schroffen Felszacken und gleißenden Schneefeldern. Höhepunkt die Monrebei-Klamm: Sie gilt als die schönste Schlucht Europas. Atemberaubendes Klettersteig-Feeling. Wir sind schwer beeindruckt von den 500 Meter hohen Felswänden und froh um das Drahtseil.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Barcelona • DAV Summit Club Kultur- und Bergwanderführer • 7 × Hotel im DZ • Halbpension • Flughafensammeltransfers • Busfahrten lt. Detailprogramm • Versicherungspaket*

8 Tage ab € 1360,- (EZZ 200,-) 🚗 ab € 1690,-

Termine: 10.06. | 22.07. | 09.09.2017

www.dav-summit-club.de/ESPKW

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116



VULKANE IM ATLANTIK INSELHÜPFEN AUF DEN AZOREN

PORTUGAL

Willkommen im Atlantik! Heiße Vulkane, glasklare Kraterseen, üppige subtropische Vegetation und ein schier endloses Netz von Wanderwegen locken Wanderfreunde, Abenteuer-suchende und Weltenbummler. Per Insel-Hopping gelangen wir von einem Naturschauspiel zum nächsten. Sorgfältig gewählte Unterkünfte bilden die Basis, die fünf schönsten Inseln bestimmen das Programm: São Miguel, Flores, Corvo, Faial, Pico und São Jorge – samt Besteigung des Pico Alto, höchster Berg Portugals.

Trekking: Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt nach São Miguel sowie São Miguel – Flores – Faial, São Jorge – São Miguel • 4 × Hotel, 10 × Gästehaus, jeweils im DZ • Halbpension • Bus- und Fährfahrten • Versicherungspaket*

15 Tage

Termine: 23.07. | 13.08. | 17.09.2017

www.dav-summit-club.de/POAZO

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

✈ ab € 2995,- (EZZ 580,-)



NEU: ÜBER DEN KUNGSLEDEN AUF DEN KEBNEKAISSA, 2106 m

SCHWEDEN

Schwedisch Lappland – groß, weit und faszinierend. Die Region nördlich des Polarkreises, wo die Berge Schwedens am höchsten sind und die samische Kultur noch lebendig ist, ist Kulisse unserer neuen Trekkingreise. Von Luleå erreichen wir den Nationalpark Stora Sjöfallet. Wanderungen zum gleichnamigen Wasserfall oder im Nationalpark Sarek läuten die Wanderwoche ein. Am nächsten Tag begeben wir uns auf ein viertägiges Trekking zum Kebnekaissa. Eine abwechslungsreiche Woche, für alle, die gerne fern jeglicher Zivilisation aktiv sind und dennoch einen gewissen Komfort schätzen.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

ab Lulea/bis Kiruna • einheimischer DAV Summit Club Bergwanderführer • 1 × Hotel • 2 × Lodge im DZ • 4 × Hüttenunterkunft im Mehrbettzimmer • 6 × Vollverpflegung • 1 × Frühstück • Flughafensammeltransfers • Busfahrten lt. Ausschreibung • Versicherungspaket*

8 Tage

Termine: 05.08. | 26.08.2017

www.dav-summit-club.de/SCTRE

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 1995,- (EZZ 90,-) ✈ ab € 2495,-



MADEIRA: ATLANTIKKÜSTE UND BERGE – WANDERWOCHE MIT ZWEI STANDORTEN

MADEIRA

Dies ist die ideale Reise für alle, die keine Lust auf ständiges Ein- und Auspacken haben, kurze Anfahrtswege zu den Wanderungen schätzen und dabei so viel wie möglich von Madeira sehen und erwandern möchten. Unsere beiden Standorthotels sind ideal an der Küste und im Inselinneren gelegen. Von unserem Strandhotel aus erkunden wir mit unserem einheimischen Guide die schönsten Wanderungen in Küstennähe, vom Berg-hotel wird der Pico Ruivo, 1861 m, höchster Berg der Insel bestiegen.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Funchal • Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Kultur- und Berg-wanderführer • 7 × Hotel im DZ • Halbpension • Flughafensammeltransfers • Busfahrten lt. Detailprogramm • Gepäcktransport • Versicherungspaket*

8 Tage

Termine: 06.04. | 20.04. | 18.05. | 05.10. | 19.10.2017 und 05.04.2018

www.dav-summit-club.de/POWAN

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 820,- (EZZ 165,-) ✈ ab € 1245,-



NATIONALPARK JOTUNHEIMEN DAS HÖCHSTE GEBIRGE NORWEGENS

NORWEGEN

In Norwegen finden wir vor allem eines: Stille, saubere Luft, goldene Nächte und unberührte Landschaften. Ein Land voller Kontraste, in dem die Natur noch pur ist. Die bleibenden Eindrücke bei unseren Touren über den Besseggenkamm oder bei einem Ausflug in das Naturreservat Hindsæterkampen-Veogjelet sind komplett anders als Wanderungen in den bekannten Gebirgen Mitteleuropas. Das Fjell ist die Heimat von Elchen, Rentieren, Steinadlern und sogar von Moschusochsen. Ein weiterer Höhepunkt ist die Besteigung des 2469 Meter hohen Galdhøppingen.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲▲▲

ab/bis Oslo • Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Kultur- und Berg-wanderführer • 7 × Hotel im DZ • Vollpension • Flughafensammeltransfers • Busfahr-ten • nachmittags Kaffee und Tee • Zutritt zum Wellnessbereich • Versicherungspaket*

8 Tage

Termine: 25.06. | 30.07. | 01.10.2017

www.dav-summit-club.de/NOJOT

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 1295,- (EZZ 160,-) ✈ ab € 1695,-

Kleines Zeitbudget,
vertretbare Akklimatisierung



KIBO KOMPAKT – AUS DER SAVANNE AUF DAS DACH AFRIKAS: DIE MACHAME-ROUTE

TANSANIA

Erschöpft aber glücklich erreichen wir die Zelte. Über 2000 Höhenmeter trennen uns vom Gipfel des Kilimandscharo. Es war ein fantastisches Gefühl, auf dem höchsten Berg Afrikas zu stehen, die Gletscher zu sehen und den mystischen Moment zu spüren, wenn die Nebelschwaden dem ersten Sonnenlicht weichen. Dann der lange Abstieg. Unsere Guides hatten uns auf dem Sieben-Tage-Treck über die Machame-Route super betreut. Nach und nach treffen alle Teilnehmer ein. Das Gepäck ist schon da, die Zelte stehen bereits, die Küche hat sich längst in Position gebracht. Heute betrug die Gehzeit zwölf, sonst bis zu sechs Stunden. Morgen werden wir noch einmal den Regenwald durchwandern, bevor uns Fahrzeuge am Mweka Gate abholen. Und später in der Lodge in Moshi stoßen wir gemeinsam an – auf den Gipfelerfolg am Kilimandscharo!

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

LEISTUNGEN

ab/bis Kilimandscharo Flughafen • Engl. sprech. einheim. DAV Summit Club Bergführer • 2 x Hotel/Lodge*** im DZ, 6 x Zelt • Vollpension • Transfers • Nationalparkgebühren • Träger • Sicherheitsausrüstung • Versicherungspaket*

9 Tage

ab € 2095,- (EZZ 85,-) ab € 2895,-

Termine: 22.01. | 19.02. | 23.07. | 06.08. | 27.08. | 24.09. | 08.10. | 29.10. | 27.12.2017 und 21.01. | 18.02.2018

www.dav-summit-club.de/TAMAC

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132



TREKKING UND BERGSTEIGEN IM LOS-NEVADOS-NATIONALPARK UND DER SIERRA NEVADA DEL COCUY

KOLUMBIEN

Kolumbien ist Bergsteiger- und Trekkingland. Geprägt von vielfältigen Naturlandschaften und allen Klimazonen von der Karibik bis ins Hochgebirge. Auf zwei ausgesuchten schönen, jedoch sehr unterschiedlichen Trekkings entdecken Sie erst den Los-Nevados-Nationalpark. Er ist geprägt durch Hochalmen und typische Paramo-Landschaft und Sie kommen immer wieder in engen Kontakt mit den lokalen Hochlandbauern. Die Bergsteiger haben die Möglichkeit, den ikonischen Eiskegel des Vulkans Tolima zu besteigen. In der Sierra Nevada del Cocuy geht es in hochalpine Gebirgslandschaft zur traumhaft gelegenen Laguna Grande mit Blick auf die umliegenden schneebedeckten Gipfel. Für den anspruchsvollen Bergsteiger stehen mit dem Pan de Azúcar, 5200 m, und dem Ritacuba Blanco, 5330 m, zwei weitere Fünftausender auf dem Programm. Koloniale Architektur, heiße Thermalquellen und leckeres Essen runden das Reiseerlebnis Kolumbien ab.

Trekking: Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Gipfel: Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

LEISTUNGEN

ab/bis Bogota • Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bergführer • Inlandsflüge • 8 x Hotel im DZ, 7 x Zelt, 2 x Hütte im MBZ • Vollpension während der Trekkings, sonst Halbpension • Transfers • Begleitmannschaft u. Koch • einh. Bergführer für die Gipfel • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung wie INSP02-Oxygen-System • Versicherungspaket*

18 Tage

ab € 2495,- (EZZ 185,-) ab € 3395,-

Termine: 06.08.2017 und 04.02.2018

www.dav-summit-club.de/KOTRE

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132



3 optionale
500er-Besteigungen



Mit Akklimatisation
im Elburs-Gebirge



BESTEIGUNG DEMAVAND, 5671 m UND KULTURELLE HÖHEPUNKTE IM IRAN MIT PERSEPOLIS, SHIRAZ UND ISFAHAN

IRAN

Karge Mondlandschaft, Schwefelgeruch, Koran-Inschriften am Gipfel: die Besteigung des Demavand ist das Erlebnis für Alpinisten im Orient. Akklimatisations-Touren im Elburs-Gebirge und der Alam Kuh, mit 4850 Metern der zweithöchste Berg ganz Persiens, bereiten auf den mächtigen Vulkan vor. Ein Ruhetag am Kaspischen Meer lässt Kräfte sammeln. Schließlich der Gipfeltag, zehn Stunden Gehzeit, als Lohn der höchste Punkt des Orient! Übernachtung in Hotels und Gästehäusern, in Schutzhütten und im Zelt. Als Zugabe Persiens Schätze im Dreierpack: Persepolis und die Kulturstätten Shiraz und Isfahan setzen neue Akzente. Lassen Sie sich auf den Bazaren vom Duft der Gewürze verzaubern und staunen Sie über wertvolle Paläste, prächtige Gärten und kostbare Moscheen.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

LEISTUNGEN

Staatlich gepr. Berg- und Skiführer • Lufthansa Flug ab/bis Frankfurt • Inlandsflug • 6 × Hotel*** im DZ, 1 × Hotel** im DZ, 2 × Gästehaus im MBZ, 2 × Hütte im Lager, 3 × Zweipersonenzelt • überw. VP • Fahrten und Eintritte • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungspaket*

16 Tage

ab € 3695,- (EZZ € 525,-)

Termine: 16.06. | 01.09. | 13.09. | 22.09.2017

www.dav-summit-club.de/IADEM

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

LODGE-TREKKING LADAKH ERLEBNISREICHE TAGE FÜR EINSTEIGER IM INDISCHEN HIMALAYA

INDIEN

Ladakh: Heimat der Einsiedler, Mönche und Pilger und Rückzugsort tibetischer Kultur im Herzen des Himalaya. Auf dieser großartigen Kulturreise werden Sie Land und Leute intensiv kennen lernen. Sie wohnen bei Familien in landesüblichen Lodges und schlafen dabei im eigenen Schlafsack. Ihr Bergwanderführer zeigt Ihnen eine faszinierende Welt mit berühmten buddhistischen Klöstern und verborgenen Heiligtümern. Das Trekking ist technisch leicht und Sie überschreiten nur einmal die Viertausend-Meter-Marke. So entdecken Sie ohne Höhenprobleme die Heimat der Yaks, Schneeleoparden und Blauschafe: zeitlose Welten hinter imposanten Schluchten und beeindruckenden Gebirgsbarrieren. Mit dem Weltkulturerbe der Klosterburg von Basgo und Indiens Metropole Delhi als Kontrapunkt.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

LEISTUNGEN

Deutsch sprechender einh. Kultur- und Bergwanderführer • Etihad Flug ab/bis Frankfurt • Inlandsflüge • 1 × Hotel**** im DZ, 6 × Hotel** im DZ, 4 × Lodge/Homestay im DZ • überw. VP • Fahrten und Eintritte • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungspaket*

14 Tage

ab € 2125,- (EZZ € 260,-)

Termine: 15.07. | 29.07. | 12.08. | 26.08. | 09.09.2017

www.dav-summit-club.de/INLOD

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117



Das ideale Trekking für
Himalaya-Einsteiger



Eine Tour, zwei Levels



TECHNISCH ANSPRUCHSVOLLE ROUTE KHAN TENGRI, 7010 m – JUWEL DES TIAN SHAN

KIRGISISTAN

Die Pyramide des Khan Tengri ist zweifelsohne das Juwel des Tien-Shan-Gebirges in Zentralasien. Er ist einer von insgesamt fünf Gipfeln des berühmten „Schneeoparden-Orden“. Vom Inyltschek-Gletscher, einem der längsten außereuropäischen Gletscher der Erde, führen zwei Normalrouten auf den Gipfel. Wir wählen die direktere Südroute über Lager 1, 4200 m, Lager 2, 5300 m, und Lager 3 auf 5900 m. Belohnt werden wir mit einem großartigen Panoramablick zum benachbarten Pik Pobeda, 7439 m, und über den gesamten Tian Shan.

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • Flug ab/bis München nach Bishkek • 2 × Hotel im DZ in Bishkek • 20 × Zelt • 21 × Vollpension, 2 × Halbpension • Transfers und Besichtigungen • Gepäcktransport ins BC • Basislager- und Hochlagerausstattung • Sicherheitsausrüstung und Sicherungsmaterial • Versicherungspaket*

25 Tage

Termin: 22.07.2017

www.dav-summit-club.de/EXKHA

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

ab € 5490,- (EZZ 150,-)

VON GARMISCH AN DEN GARDASEE IM TWIN-KONZEPT: AUF ZWEI VERSCHIEDENEN ROUTEN AN DEN LAGO

DEUTSCHLAND | ÖSTERREICH | ITALIEN

Eine Transalp von Garmisch an den Gardasee ist der Klassiker unter den Alpenüberquerungen. Und so haben sich mit der Zeit Streckenverläufe in allen Schwierigkeitsstufen herauskristallisiert. Ob gemütlich entlang der Via Claudia Augusta oder über hochalpines Gelände, jeder Biker findet seinen favorisierten Weg an den Lago. An unserem Twin-Termin haben Sie die Möglichkeit, jeden Tag neu zu entscheiden, ob Sie die anspruchsvollere oder die einfachere Alternative wählen möchten. Während im Level 1 maximal bis zu 1150 Höhenmeter absolviert werden, klettern Sie bei der fortgeschrittenen Variante auch mal 1450 Höhenmeter nach oben – durchschnittlich 450 Meter mehr pro Tag. Auch fahrtechnisch sind die Streckenabschnitte im Level 2 etwas fordernder, jedoch immer gut fahrbar. Abends trifft sich die gesamte Gruppe wieder zum Abendessen im selben Hotel. Von Garmisch startend gelangen Sie so mit Variationen über das Gurgltal, den Vinschgau und vorbei an Kalterer See und Molvenosee an den Gardasee.

Level 1: Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲ bis ▲▲▲▲▲▲▲

Level 2: Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

LEISTUNGEN

DAV Summit Club Bike Guide • 6 × Hotel im DZ • 6 × Halbpension • täglicher Gepäcktransport • Rücktransfer nach Garmisch • Versicherungspaket*

7 Tage

ab € 1049,- (EZZ 160,-)

Termine: 11.06. | 09.07. | 23.07. | 30.07.2017

www.dav-summit-club.de/RAMTWIN

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

DAS DAV SUMMIT CLUB VERSICHERUNGSPAKET*

Bei fast allen Reisen des DAV Summit Club schließen wir ein Versicherungspaket für Sie ab. Dieses besteht u. a. aus Reisekranken-Versicherung inklusive Such-, Rettungs- und Bergungskosten, Assistance-Leistungen und Reisehaftpflicht-Versicherung. Den genauen Umfang entnehmen Sie bitte der Leistungsausschreibung im Internet.

DAV Summit Club GmbH

Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins

Am Perlacher Forst 186 | 81545 München

Telefon +49 89 6 42 40-194 (Alpenprogramme)

+49 89 6 42 40-196 (Europa und Fernziele)

info@dav-summit-club.de

www.dav-summit-club.de



Summit Reisebüro

In der Globetrotter-Filiale München

Isartorplatz 8 – 10 | 80331 München

Telefon +49 89 23 23 97 34

info@summit-reisebuero.de





Stille gleich neben der Brennerstraße:
Nicht viele Skitourengeher frequentieren
die Gipfelhänge der Schöberspitzen.

Skitourenparadies am Brenner

**Es geht
auch**

ohne Lifte



Das ÖAV-Bergsteigerdorf „St. Jodok, Schmirntal und Valsertal“ zeigt, wie naturnaher Wintertourismus funktioniert. Und das quasi in Sichtweite der meistbefahrenen Alpen transitstraße.

Text und Fotos: [Michael Pröttel](#)



Manchmal verstellen Berge nicht nur „die freie Sicht zum Mittelmeer“, sondern auch den Blick auf nahe gelegene Kleinode. Und das ist gut so. Saust man nämlich auf der Autobahn Richtung Brenner, zeigt sich das Schmirntal nur einen Wimpernschlag lang. Bevor es gleich wieder hinter dem Padauner Kogel verschwindet. Und das gleich daneben liegende Valsertal bekommt der Transitreisende überhaupt nicht zu Gesicht.

Positiver Nebeneffekt des gewaltigen Sichtschutzes: Bereits in St. Jodok, also dort wo die beiden Täler zusammenfließen, ist überhaupt kein Lärm von der viel befahrenen Autobahn her zu hören.

Auch der Autor dieses Artikels ließ das Grenzgebiet zwischen Tuxer und Zillertaler Alpen jahrelang links liegen, bis er das „Bergsteigerdorf St. Jodok“ durch einen Zufall entdeckte:

Auf der spontanen Suche nach einem Wochenendquartier für eine achtköpfige Skitourengruppe in den Brennerbergen hatte nur die „Pension Christiane“

noch genügend Plätze frei. Und gewährte dadurch nicht nur Eintritt zu ihren gemütlichen Zimmern, sondern zu einem bislang übersehenen Skitouren-Dorado: Die einschlägigen AV-Karten verzeichnen für das Valser- und Schmirntal nicht weniger als zwanzig Skitouren, deren Schwierigkeitsspektrum von der gemüt-

lichen Halbtagestour auf die Ultenspitze bis zur hochalpinen Winterbesteigung des Oplperers reicht. Keine schlechte Voraussetzung also, um in die edle Riege der „Bergsteigerdörfer“ aufgenommen zu werden.

Damit der Österreichische Alpenverein (ÖAV) einen Ort mit dieser Auszeichnung zertifiziert, reicht es freilich nicht aus, tolle Bergziele vor der Haustür zu haben. Die ÖAV-Bergsteigerdörfer sollen die Protokolle der Alpenkonvention umsetzen, indem sie Tourismus und Naturschutz in Einklang bringen. In Sachen Wintertourismus bedeutet das: Statt riesige Pisten mit Schneekanonen und Speicherteichen zu betreiben, sollen sanfte Schneesport-Möglichkeiten wie Skitourengehen, Langlaufen oder Schneeschuhwandern beworben werden. Was für die örtlichen Tourismusanbieter bedeutet, auf technische Erschließungen im Gebirgsraum möglichst zu verzichten.

Dass es der ÖAV mit seiner Zertifizierung ernst meint, musste Kals am Fuße des Großglockners feststellen, dem 2015 der Titel „Bergsteigerdorf“ wieder entzogen wurde, nachdem eine Skischaukel nach Matri und ein riesiges Chalet-Dorf gebaut worden waren. Ganz im Gegensatz dazu haben die kleinen Weiler im Schmirn- und Valsertal ihre gewachsenen

Strukturen bewahrt. Wie zum Beispiel das selbst im schneearmen Winter 2015/16 tief verschneite Toldern.

Allein schon dieses auf 1462 Metern gelegene Dorf ist Ausgangspunkt für vier Tourenziele, von denen vor allem der ge-

Sanfter Schneesport statt riesiger Pisten mit Schneekanonen



SKITOUREN IM SCHMIRN- UND VALSERTAL

Anfahrt: Bus & Bahn: Mit Umsteigen in Innsbruck nach Steinach am Brenner und mit Bus 4144 ins Schmirntal. Kfz: Auf der Brenner-Autobahn bis Ausfahrt „Matrei/Steinach“ und über Steinach nach St. Jodok.

Unterkunft: Nette und günstige Pensionen gibt es in St. Jodok, Schmirn, Toldern und Kasern. Empfehlenswerte Bergsteigerdorf-Partnerbetriebe sind u. a. Bergsteigerhotel Lamm, Haus Gertraud, Gasthaus Olperer Blick und Alpengasthaus Kasern.

Karten: AV-Karte 1:50.000, Blatt 31/3 „Brennerberge“ und 33 „Tuxer Alpen“ (jeweils mit Skitouren).

Touren:

- 1) Ultenspitze (auch Ottenspitze), 2179 m, leicht, 770 Hm, 2 Std.
- 2) Gammerspitze, 2537 m, mittel, 1200 Hm, 3 Std.
- 3) Hohe Warte (auch Hogarspitze), 2687 m, schwer (Schlussanstieg u. U. zu Fuß), 1150 Hm, 3 ½ Std.
- 4) Schöberspitzen, 2602 m, mittel (Schlussanstieg zu Fuß), 1100 Hm, 3 Std.
- 5) Jochgrubenjoch, 2453 m, mittel, 850 Hm, 2 ½ Std.
- 6) Fischers Napf, 2493 m, mittel, 900 Hm, 2 ½ Std.
- 7) Olperer, 3476 m, schwer (langer Schlussgrat trotz Stahlseilversicherungen zwingend II UIAA), 2000 Hm, 6-8 Std. (bis Wildlahnerscharte 1700 Hm, 5 Std.)
- 8) Vennspitze, 2390 m, leicht, 800 Hm, 2 Std.
- 9) Silleskogel, 2418 m, mittel, 950 Hm, 2 ½ Std.
- 10) Alpeiner Scharte 2959 m, mittel, 1600 Hm, 4 ½ Std.

Genaue Beschreibungen für die meisten Touren:
alpenvereinaktiv.com

Anforderungen: Das Schwierigkeitsspektrum reicht von der leichten Ultenspitze bis zum schwierigen Olperer. Die meisten anderen Touren liegen von den Schwierigkeiten her ziemlich genau in der Mitte, bei meist um 1000 Höhenmeter Vertikaldistanz.

Ausrüstung: Für so gut wie alle Touren reicht eine normale Skitourenausrüstung. Für die Winterbesteigung des Olperers sind Pickel, Steigeisen und eventuell Seil-ausrüstung erforderlich.

Tourismusinfo: bergsteigerdoerfer.at



<http://bit.ly/2i90tC9>



alpenvereinaktiv.com



Die Otten- (oder Ulten-)spitze bietet Einblicke in den Schrammackerkessel. Eine alte Holzhütte steht am Weg zur Gammerspitze. Und nicht nur im Schmirner Stadl gibt es alkoholfreie Elektrolyte.

waltige Olperer unsere Blicke an einem kalten Februartag anzieht. Freilich ist allen klar: Für 2000 Höhenmeter samt anspruchsvollem Gipfelgrat startet man nicht erst um zehn Uhr.

Nach der gestrigen Eingeh-tour auf die Ultenspitze macht es heute viel mehr

Sinn, die Schöberspitzen ins Visier zu nehmen. Was zudem jeglichen Talhatscher erspart. Über wunderschönes Almgelände geht es gleich zügig bergauf, bis wir über eine genau so lange wie aussichtsreiche Querung den Sattel zwischen Schönlahnerspitze und Schöberspitzen erreichen.



Außer uns sind gerade einmal drei andere Menschen unterwegs. Bei einem so großen Touren-Spektrum verteilen sich die Skitourengänger eben selbst an perfekten Winterwochenenden.

Ideal geneigte Nordhänge leiten uns schließlich zum Skidepot, von wo eine etwas ausgesetzte Querung und ein kurzer Rücken zum exponierten Gipfelkreuz führen. Fast meinen wir, zum 1100 Meter unterhalb gelegenen Ausgangspunkt hinunterspucken zu können. Eine bereits beim Anstieg fokussierte Abfahrtsvariante mit feinem Powder krönt einen Skitag, den wir natürlich im Gasthaus „Olperer Blick“ ausklingen lassen.

Als Wirtin der Genussregion „Nordtiroler Grauvieh“, die sich der extensiven Haltung dieser alten und robusten Rasse ver-

schrieben hat, legt Kathi Früh großen Wert auf regionale, traditionelle Küche. Im Schmirntal aufgewachsen, konnte sie sich während ihrer Ausbildungszeit in Innsbruck zunächst nicht vorstellen, wieder nach Toldern zurückzukehren. Jetzt ist sie glücklich, dass sie das Gasthaus ihres Vaters übernehmen konnte. „Ich liebe einfach die unglaubliche Ruhe, die das naturbelassene Schmirntal ausstrahlt“, erzählt die sympathische Wirtin und fügt hinzu: „Von der Bewerbung zum Bergsteigerdorf waren alle sofort begeistert. Auch unser Bürgermeister zog gleich mit.“ Und das ist im Vergleich zu früheren Zeiten und zu anderen Tiroler Tälern keine Selbstverständlichkeit.

Schließlich gab es im letzten Jahrhundert auch am Fuße des Olperers Pläne, das Schmirntal durch Lifte und Pisten mit dem Hintertuxer Gletscherskigebiet zu verbinden. Diese wurden nicht nur zur Freude von Skitourengängern ad acta gelegt. Auch für Schneeschuhgeher und Langläufer ist es ein ungleich größeres Naturerlebnis, ein unverbautes Tal ohne Hotelbunker und Großparkplätze entlang zu wandern. Die Langlaufloipen sind durch ihre Höhenlage zwischen 1400 und 1600 Metern zudem sehr schneesicher und werden bis ins Frühjahr gepflegt.

Um sich ein Bild von diesem naturnahen, von gewaltigen Bergflanken eingerahmten Juwel zu machen, hilft auch ein Blick in die Statistik. Gerade einmal 1400 Menschen leben in den beiden jeweils zwölf Kilometer langen Tälern Schmirn- und Valsertal. Das Gemeindegebiet erstreckt sich von St. Jodok bis zum Olperer, also über die gewaltige Vertikaldistanz von 2400 Metern. Genau die Hälfte davon wollen wir bei unserem nächsten Besuch bewältigen. Schließlich hat uns Kathi die „Jenneweinrinne“ wärmstens empfohlen.

Daher ziehen wir noch im gleichen Winter westlich von Schmirn wieder die Felle auf. Unser kleiner Umweg über die Riepenspitze auf die Gammerspitze bietet drei Vorteile. Der Anstieg ist sicherer als in

der Rinne selbst. Oberhalb der Waldgrenze öffnen sich bezaubernd weite Almhänge. Und der Gipfelanstieg erfolgt auf einem freien Rücken mit sensationellen Ausblicken auf Schrammacher, Fußstein und Olperer.

Oben angekommen, können wir uns trotz des schneidenden Ostwinds kaum vom Panorama lösen. Dann nimmt unsere Neugierde auf die Jenneweinrinne überhand. 1200 Abfahrtsmeter und sechs müde Oberschenkel später stellen wir unten in Schmirn zufrieden fest: Kathi weiß, was sie ihren Gästen empfiehlt.

Dieses Mal haben wir uns im „Haus Gertraud“ gleich neben dem „Olperer Blick“ eingemietet. Der Bergsteigerdorf-Partnerbetrieb gibt DAV-Mitgliedern zehn Prozent Ermäßigung und bietet vor allem eine heiße Dusche. Nach dem Abendessen bei Kathi sinken wir nach einem sternklaren Nachspaziergang wunschlos glücklich in flauschig weiche Daunendecken. „Haus Gertraud“ wird dem Leitgedanken der Bergsteigerdörfer mehr als gerecht: „Bei der Gästebeherbergung beschränkt man sich auf kleine Betriebsgrößen und fördert in der Region verankerte Anbieter.“

Der Gipfelanstieg bietet uns sensationelle Ausblicke

Beim Frühstück bringt unsere Wirtin Gertraud das Potenzial ihrer Heimat auf den Punkt: „Es ist toll, dass gerade auch immer mehr junge Menschen im Winter ins Schmirntal kommen. Obwohl – oder gerade weil – es hier kein Skigebiet gibt. Man merkt einfach, dass immer mehr Menschen auf der Suche nach Ruhe sind.“



Als Vorsitzender von Mountain Wilderness Deutschland freut sich **Michael Pröttel** immer besonders, wenn er Gebiete entdeckt, in denen sanfter Tourismus gelebt wird.

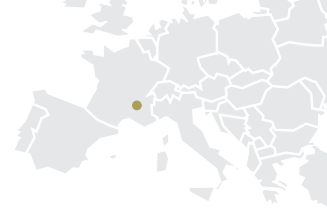
Auf dem
Stevensonweg
durch die
Cevennen

Zur
kargen

Heimat der Camisarden

Schriftsteller zu entdecken, ist reizvoll. Im französischen Zentralmassiv wanderte **Eberhard Neubronner** (Text und Fotos) knapp zwei Wochen lang südwärts, auf der Spur von Robert Louis Stevenson, dem Autor des Romans „Die Schatzinsel“.

Wandern und Schauen: Die sanften, kaum bewachsenen Hügel der Cevennen bieten Sonne und Aussicht.



Der Fremde aus Edinburgh war 28, als er Mitte September 1878 im Dorf Le Monastier-sur-Gazeille unweit von Le Puy die Esel-Dame Modestine von Père Adam für 65 Francs und ein Glas Schnaps kauft. Das bäuerliche Publikum, notierte Robert Louis Stevenson, „betrachtete mich mit geringschätzigem Mitleid wie einen, der sich eine Mondreise vorgenommen hat“. Den Anlass kannte es nicht: Seine Geliebte Fanny Osbourne fehlte ihm, die verheiratete Mutter zweier Kinder war auf Distanz gegangen.

Was nun? Robert Louis wollte abgelenkt werden und suchte Neuland. Beides bot jenes karge Mittelgebirge namens Cevennen, wo protestantische Männer und Frauen seit 1685 ihre Religion radikal gegen den Katholizismus verteidigt hatten. Unter König Ludwig XIV. wurden schließlich 436 Siedlungen der „Camisarden“ (Hugenotten) zerstört. Ihnen blieb, je nach Geschlecht, ein Schicksal in Galeere oder Kloster.

Ein kühler Wind weht heute durch Le Monastier-sur-Gazeille, das Baguette der Bäckerei ragt aus dem Rucksack und duftet. Gestern waren wir in Le Puy, dessen grüne Linsen jeder Feinschmecker schätzt,

gestartet, queren jetzt das Bächlein Gazeille und haben dreiundzwanzig Kilometer Strecke vor uns. Allons!

Der Stevensonweg ist technisch leicht, doch man darf seinen Biss nicht unterschätzen. Er geht mit bis zu dreißig Kilometer langen Tagesetappen durchaus an die Knochen und verlangt Zeit, denn es gibt zu sehen, was anderswo in Europa kaum mehr existiert: alte Bauernhöfe, verwunschene Weiler mit trocken gemauerten Häusern, Burgruinen oder Ackerterrassen, die an eine tief verwurzelte ländliche Kultur erinnern.

Fast kein Mensch ist unterwegs, jetzt Ende August, wenn man von diversen Leuten absieht, die demonstrativ eine Muschel am Rucksack tragen: Seht her, wir pilgern zum Grab des Apostels Jakobus in Santiago de Compostela! Doch bald zweigt ihr Kurs ab, und wir sind so gut wie allein. Weit schweift der Blick über bewaldete Höhenzüge. Mit jedem Schritt bleibt jene Unrast

Fast kein Mensch ist hier unterwegs

zurück, der man daheim nicht selten erliegt.

Vom verschlafenen Saint-Martin-de-Fugères aus zickzackt der Pfad nach zwei Stunden

steil hinab ins Tal der jungen Loire und hinter Goudet (wo Stevenson kurz pauserte) wieder ebenso steil empor. Trittsicherheit und Kondition werden getestet, süße Brombeeren verführen zu Stopps.

Unsere Route reicht von der Region Auvergne bis zum Languedoc-Roussillon. Sie ist mit rotweißen Strichen markiert und wirkt stets authentisch, weil eine für den Weg verantwortliche „Association Sur le chemin de Robert Louis Stevenson“ sich konsequent an das hält, was der Schotte be-



schrieben hat. Allerdings war er öfter zum Biwak gezwungen – anders als jetzige Wanderer, die auf jeder Etappe ein Hotel oder private Logements samt guter Kost finden.

Stevenson's 1879 publiziertes Buch „Travels with a Donkey in the Cévennes“ schildert nicht ohne Ironie manches Fiasko im Zusammenhang mit einer störrischen Stute: Nahe Ussel, wo wir mittags lagern, „rutschte der Packsattel samt der ganzen Last herunter und schleifte im Staub ... nur zu erfreut blieb Modestine sofort stehen und schien zu lächeln“. Indes sind Esel geduldig und intelligent. Wer fair bleibt, wird sie lieben. Man kann es ausprobieren, wenn man am Weg einen Esel mietet; es gibt etliche Anbieter dafür.

Starke Hitze vor Le Bouchet-Saint-Nicolas. Nachmittags flimmert die Luft, das

Ziel liegt 1220 Meter hoch, Bäume sind rar. Im Winter mag es hier sibirisch stürmen. In der „Auberge Le Couvige“ serviert Andrée Pastural Wildpastete, Filet Mignon, Sahnelinsen, Käse und Apfelkuchen. Dazu Côtes du Rhône, dessen Bukett begeistert.

Seit Stevenson hier vom Wirt seiner „anspruchlosesten“ Herberge den obligaten Stachelstock bekam, trippelte Modestine etwas flotter. Wir tun es ihr gleich und laufen via Pradelles, das als einer der schönsten französischen Orte gilt, zur lebhaften Kleinstadt Langogne im Gebiet Gévaudan (romanische Kirche St. Gervais, alter Kornspeicher, freundliches „Hotel de la Poste“ im Zentrum mit beachtlicher Küche). Das Wetter ist tadellos, die Lust am Stevensonweg alias „GR 70“ wächst von Stunde zu Stunde. Da wir schweres Gepäck transportieren lassen, werden die Schultern geschont.

Esel sind geduldig und intelligent

Wir tun es ihr gleich und laufen via Pradelles, das als einer der schönsten französischen Orte gilt, zur lebhaften Kleinstadt Langogne im Gebiet Gévaudan (romanische Kirche St. Gervais, alter

Kornspeicher, freundliches „Hotel de la Poste“ im Zentrum mit beachtlicher Küche). Das Wetter ist tadellos, die Lust am Stevensonweg alias „GR 70“ wächst von Stunde zu Stunde. Da wir schweres Gepäck transportieren lassen, werden die Schultern geschont.



Stevensonweg

Le Puy-en-Velay (u.), Startpunkt der Wanderung, ist noch von Industrie und Jakobs-weg-Pilgern geprägt. Dann führt der GR 70, ob man ihn mit oder ohne Esel geht, durch eher stille Landschaften, die, wie etwa bei Pont-de-Montvert (M.) schon „eine nicht zu beschreibende südliche Note“ haben, wie Stevenson schrieb.

Vierter Tag: „Le Refuge du Moure“ bietet Fassbier und schmucke Zimmer. Am Gästetisch wird international geplaudert, zum Dessert liefert Patrick Ferreres' Frau je einen Keks à la Modestine. Die Eselin ist immer präsent, als Werbeobjekt sind sie wie ihr Alter Ego längst unverzichtbar. Das Tier rührt speziell weibliche Fans, sein Herr nannte es „nicht viel größer als ein Hund, mausgrau, mit freundlich blickenden Augen und einem energischen Kinn. Sie hatte etwas Adrettes an sich, eine puritanische Eleganz und ein Air von gutem Stall. Ich war auf der Stelle für sie eingenommen.“

La Bastide-Puylaurent, Chasseradès und Le Bleymard heißen die nächsten Stationen. Wald, Weide, Burgen, Landsitze, das Trappistenkloster Notre-Dame-des-Neiges – der nie monotone Kurs endet vorerst am kahlen Scheitel des 1699 Meter hohen Mont Lozère/Sommet de Finiels als Kopf der Cevennen. Prähistorische Riesen haben Granit verstreut, tief unten im Tarn-tal sehen wir Le-Pont-de-Montvert (Eco-museum). Das Dorf lässt trotz heiterem

Habitus schaudern: 1702 folterte hier der Erzpriester François du Chayla viele „Falschgläubige“ und wurde von ihnen brutal ermordet. Ein zweijähriger Gueril-

Wald, Weide Burgen, Landsitze und ein Kloster


lakrieg endete desaströs für jene Camisarden, deren Name aufs weite Hemd deutet.

Le-Pont-de-Montvert liegt im Zentrum des mehr als dreitausend Quadratkilometer großen, vor sechsundvierzig Jahren eröffneten Cevennen-Nationalparks. Stevenson aß dort zu Mittag. Die rustikale „Auberge des Cévennes“ wirbt gern damit, doch dem schottischen Romancier hatten es auch die Menschen angetan: „Sie besaßen offene, ansprechende Gesichter und waren lebhaft in Umgang und Gespräch. Die Motive für meine Wanderung waren ihnen nicht nur vollkommen verständlich, sondern mehr als einer erklärte gar,



CAMPZ

OUTDOOR & ADVENTURE

 **Black Diamond**
BLACK DIAMOND
EASY RIDER

Artikel Nr. 343040

€ 110,-



 **Marmot**

MARMOT
ANSGAR JACKET

Artikel Nr. 478900

€ 150,- € 59,99

-60%



 **GARMONT**

GARMONT
9.81 TRAIL PRO GTX

Artikel Nr. 473451

€ 169,99 € 109,99

-35%



€ 10,- GUTSCHEIN¹

Rabattcode: **DAVMARZ17**

Gutschein gültig bis 23.05.2017
ab einem Einkaufswert von € 99,-

Jetzt online shoppen auf
campz.de



Versand am gleichen Tag
bei Bestellungen bis 16 Uhr (Mo-Fr)*

Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt. zzgl. Versandkosten.
Die durchgestrichenen Preise entsprechen der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers. Irrtümer, Druckfehler, Preisänderungen & Liefermöglichkeiten vorbehalten!

* Gilt nicht an gesetzlichen Feiertagen in Baden-Württemberg in Deutschland. Gilt nicht für Speditionsware und bei Bezahlung auf Vorkasse.

¹ Mindesteinkaufswert € 99,- nicht mit anderen Rabatten und Aktionen kombinierbar, nur ein Gutschein pro Kunde einlösbar, nicht auf Versand- und Speditionskosten anrechenbar, keine Barauszahlung.

Gutschein gilt nicht für Produkte der Marke Cube.
Gutschein gültig bis 23.05.2017. internetstores GmbH,
Fritz-Müller-Str. 106-108, 73730 Esslingen



DER STEVENSONWEG

Anfahrt: Zugverbindung nach Le Puy-en-Velay über Lyon und St. Etienne, zurück von Alès über Nîmes und Straßburg oder Paris.

Beste Zeit: Frühsommer (wegen der Blumenpracht) und Herbst (weil dann wenig Betrieb herrscht).

Charakter: Tagesetappen bis zu acht Stunden, gesamte Strecke rund 240 Kilometer. Gute Kondition oft hilfreich.

Unterkünfte: Besonders schön sind die Privatpensionen „Le Mimentois“ bei Cassagnas und „La Dinierola“ in St. Etienne.

Führer: Véronique Kämper: „Cevennen-Stevensonweg GR 70“, Conrad Stein Verlag. Unverzichtbar, wenn auch nicht mehr ganz aktuell – Updates dazu im Internet. TopoGuide „Le Chemin de Stevenson“ (französisch) mit exakten Karten 1:50.000.



Literatur: R. L. Stevenson: „Reise mit dem Esel durch die Cevennen“, Editions La Colombe, Moers. Alex Capus: „Reisen im Licht der Sterne“, btb-Taschenbuch (fesselnde Mischung aus Fakten und Fiktion zu

Stevensons Lebensweg bis nach Samoa, wo er 1894 starb).

Tourist-Info: Pays Cévennes, 2 rue Michelet, F-30100 Alès, cevennes-tourisme.fr, chemin-stevenson.org (mit ausführlicher Broschüre).

Zwei Versionen dieser Tour werden auch pauschal als Paket für individuelles Wandern plus Gepäcktransport angeboten: Wikingereisen GmbH, Kölner Str. 10, 58135 Hagen. Tel.: 02331/90 47 00, Fax: 02331/90 47 04, info@wikingerde.de, wikingerde.de

Über dem Tiefland des Gard erheben sich die Cevennen noch einmal zum lautlosen Schlussakkord.



er würde gern dasselbe unternehmen, wenn er wohlhabend genug wäre.“ In den hundert Jahren bis 1970 verloren die Cevennen zwei Drittel ihrer Bevölkerung. Sie entsiedelten sich dramatisch. Seither hofft man, vielleicht zu Recht, auf den sanften Tourismus.

Trocken gemauerte Hütten, uralte Plattenwege und verwilderte Felder bilden ein mehr oder minder mediterranes Milieu. Stevensons Pfad schlängelt zwischen Ginster, Hainbuchen und Heidekraut. Die Fantasie skizziert auf dem aussichtsreichen Kamm Bougès über Florac (Schloss von 1652) einen schnurrbartigen Mann vor hellem Himmel, dessen Hand Modestines Hals kraut. Das ungleiche Paar hat nach hartem Kampf Freundschaft geschlossen.

Seit Florac hat die Einsamkeit noch um etliche Grade zugenommen. Oberhalb des früheren Bahnhofs von Cassagnas lassen wir uns von Stevensons Worten nochmals entzücken, der „die wildeste Aussicht meiner gesamten Wanderung“ lobte: „Gipfel über Gipfel, Hügelkette über Hügelkette verliefen brandend in Richtung Süden.“ Bei Cassagnas finden wir unsere bisher beste Unterkunft, einen Holzbau mit ge-

schmackvoll ausgestatteten Zimmern. Über dem Ort thront eine im klassizistischen Stil errichtete Kirche von 1835 – ein kühles Dokument innerer Einkehr ohne Kreuzifix.

Zwischen Cassagnas und Saint-Jean-du-Gard erheben sich die Cevennen noch einmal wie zum lautlosen Schlussakkord. Dies scheinen auch unsere Vorfahren geschätzt zu haben, denn nahe dem Col de la Pierre Planté markiert ein hüfthoher Menhir die Ruhestätte eines Verstorbenen aus der Megalithzeit vor rund vier-tausendfünfhundert Jahren. Von dem schön gelegenen Platz aus ahnt man schon das Mittelmeer. Fata Morgana?

Manche Esskastanien platzen schon, morgens funkelt betautes Gras. Am Fluss Gardon reift der Wein. Die Feigenbäume hängen voller Früchte. In Saint-Jean spielen Rentner ihr tägliches Boule unter Platanen: klick-klack. „Zwei Pastis, bitte!“ „Gern, Monsieur.“

Ein Pfad zwischen Ginster und Heidekraut



Eberhard Neubronner (73) schrieb als kulturhistorischer orientierter freier Schriftsteller unter anderem eine alpine Piemont-Trilogie mit den Titeln „Der Weg“, „Das Schwarze Tal“ und „Die Letzten löschen das Feuer“.

Panorama promotion

**FÜR ALLE
BERGSPORT-
BEGEISTERTEN**

Auf den folgenden Seiten
finden Sie attraktive Produkte,
Reiseangebote und
Kleinanzeigen unserer
Kunden

Foto: Zillertal Arena

Foto: Valentin Paßdeller



DOLOMITEN-SONNENSEITE
Faszinierende Ausblicke für
bewegungsfreudige Urlauber
im Eggental



IDEALES PACKMASS
Bestmöglicher Schutz –
das neue Pack Run Cap
von Buff



ZILLERTAL ARENA
Eindrucksvolle Wandertouren,
alle Schwierigkeitsgrade –
für jeden ist etwas dabei!

Outdoorparadies für Aktivurlauber



Von Zell am Ziller und Gerlos auf der Tiroler Seite bis zu den Orten Krimml-Hochkrimml und Wald-Königsleiten auf der Salzburger Seite – das ist die Zillertal Arena. Die imposante Bergwelt der Zillertaler und Kitzbüheler Alpen sowie des Nationalparks Hohe Tauern laden zum Wandern und Biken, Verweilen und Staunen ein.

Für traumhafte Sommerurlaube bietet die Region Zillertal Arena unzählige Möglichkeiten. Eindrucksvolle Wandertouren in allen Schwierigkeitsgraden für die ganze Familie – für jeden ist etwas dabei. Unterwegs laden Hütten und Almen zum Schlemmen ein, natürlich mit qualitativ hochwertigen, regionalen Produkten im Angebot. Sportler mit Kraft und Ausdauer können sich in der Abgeschiedenheit der Gipfelwelten auspowern und anschließend

mit Blick auf sagenhafte Panoramen entspannen. Die Auswahl für Touren scheint unendlich: In Zell am Ziller zum Beispiel sind die Wanderungen rund um das Gebiet Kreuzjoch oder Gerlosstein am Hainzenberg besonders reizvoll. Und in den fünf Seitentälern von Gerlos führen leichtere Touren zum Talende ebenso wie etwas anspruchsvollere zur Einker in urige Hütten. Oder die Weibsbildertour – nicht nur für starke Frauen: Sportlich

aktiv, trittsicher und schwindelfrei zu sein, ist Voraussetzung. Spaß, ganz viel Bergerlebnis und ein wenig Entspannung in einem Wellness-Hotel sind eingeplant! In vier Tagen geht es durch eine der beeindruckendsten und schönsten Gegenden der Zillertaler Alpen und des Nationalparks Hohe Tauern. Spektakuläre Ausblicke auf die Reichenspitzengruppe mit ihren Gletschern und die weltberühmten Krimmler Wasserfälle sind inklusive. Oder die Mannsbildertour – eine konditionell etwas größere Herausforderung mit mehr als 3000 Höhenmetern in vier Tagen. Start ist bei den Krimmler Wasserfällen, weiter geht es vorbei an Rainbach- und Wildgerlossee, an

TIPP: WEIBSBILDERTOUR**LEISTUNGEN:**

- 1 Hotelübernachtung im Doppelzimmer mit Halbpension
- 1 Übernachtung im Bettenlager Zittauer Hütte mit Halbpension
- 1 Übernachtung im Krimmler Tauernhaus mit Halbpension
- Willkommenspaket mit Tour-Infos und Wanderkarte

Alle Infos auf zillertalarena.com/weisbilder

Preis/Person ab € 159,-

TIPP: MANNSBILDERTOUR**LEISTUNGEN:**

- 2 Hotelübernachtungen (Krimml, Gerlos) im Doppelzimmer mit Halbpension
- 1 Übernachtung im Bettenlager Zittauer Hütte mit Halbpension
- 1 Übernachtung mit Halbpension im Berghotel Gerlosstein
- Willkommenspaket mit Tour-Infos und Wanderkarte

Alle Infos auf zillertalarena.com/manssbilder

Preis/Person ab € 219,-

Beide Touren sind nicht geführt! Buchbar vom 10. Juni bis 24. September 2017
(Änderungen vorbehalten)



Fotos: Zillertal Arena

Ab aufs Bike

Wer lieber auf zwei Rädern unterwegs ist, radelt von Zell im Zillertal über Gerlos nach Wald-Königsleiten und Krimml-Hochkrimml. Ob mit dem Mountainbike oder dem E-Bike, die Zillertal Arena hat auf rund 325 Kilometern Bike-Strecken für jeden Radliebhaber etwas zu bieten. Die unvergessliche Naturkulisse und das bestens ausgebaute Bike-Wegenetz lassen auf gemütlichen Familientouren oder bei Profiradtouren alle Radsportlerherzen höherschlagen. Auf den erlebnisreichen Waldwegen und Singletails sind Aktivität und Spaß garantiert.

Oder sollen es doch die geruhsamen, flachen Talstrecken sein? Dann führt etwa der Zillertal Radweg entlang des Flusses Ziller durch das gesamte Tal. Der Nationalpark Hohe Tauern belohnt die schweißtreiben-

den Biketouren mit atemberaubenden Naturerlebnissen.

Spaß und Action für die ganze Familie

Die Region Zillertal Arena ist bekannt für ihre Familienfreundlichkeit. Für Kinder gibt es in Zell am Ziller vielfältige Angebote wie den Arena Coaster, den Arena Skyliner, Kinderklettersteige oder das Fichtenschloss auf der Rosenalm in Zell am Ziller. Das macht jeden Urlaub zum unvergesslichen Erlebnis. Tipp: Das idyllische Bergdorf Gerlos ist ein guter Ausgangspunkt für große und kleine Gäste der Zillertal Arena zu Ausflugszielen wie dem Erlebnisgarten Riederklamm, einem Hochseilgarten oder für Canyoning-Abenteuer. Wasserbegeisterte finden am Durlaßboden-Stausee zahlreiche Möglichkeiten, sich auszutoben. ■

Info: zillertalarena.com

schön gelegenen Almen und saftigen Wiesen ebenso wie über gesicherte Steige und Geröllfelder. Wunderbare Panoramablicke begeistern unter anderem vom Brandberger Kolm (Tourenangebote: s. Infokasten). Selbstverständlich sind viele Wandergebiete der Zillertal Arena auch bequem per Seilbahn zu erreichen!

Vom Kolmhaus, östlich oberhalb von Brandberg gelegen, ist der Brandberger Kolm (2700 Meter) in etwa zwei Stunden Gehzeit zu erreichen (o.). Berganhöhen mit dem Bike zu bezwingen, wie hier nahe Gerlos (r.) – das ist Bergsport pur!





Das Eggental

Südtirols Sonnenseite der Dolomiten

Aktive sollten es einfach kennen: das Südtiroler Eggental. Es liegt mit seinen sieben Dörfern mitten im UNESCO-Welterbe der Dolomiten und bietet eingerahmt von Rosengarten und Latemar die ideale Kulisse für ausgedehnte Wanderungen und Biketouren.

Mehr als 500 Kilometer gut beschilderte Wanderwege, fünf Klettersteige, zwei Golfplätze und 600 Kilometer Routennetz für Mountainbiker lassen bewegungsfreudige Urlauberherzen höherschlagen. Kulturbegiertere statuen dem Wallfahrtsort Maria Weißenstein oder dem geschichtsträchtigen Museum Steinegg einen Besuch ab, während Naturliebhaber auf Spurensuche zu den bizarren Erdpyramiden oder ins 2014 eröffnete Erlebnisreich Latemarium gelangen. Der sagenumwobene Karersee, der Naturpark Schlern-Rosengarten und die beeindruckende Bletterbachschlucht erfüllen echte Bergurlaubsträume. Außerdem bieten die einzige Sternwarte Südtirols, die Sonnenwarte und das Planetarium Südtirol faszinierende Einblicke in die Welt der Sterne. Und das Beste: Gäste können sich rund um die Dörfer Deutschnofen, Eggen, Obereggen,

Petersberg, Welschnofen, Carezza und Steinegg jede Menge Zeit lassen. 2013 wurden hier die meisten Sonnenstunden in ganz Südtirol gemessen. Die Sommer dauern richtig lange!

Der Wanderklassiker – die Rosengartenumrundung

Wer im Eggental die Wanderschuhe schnürt, kann das UNESCO-Welterbe der Dolomiten mit Rosengarten und Latemar von sanfter wie von schroffer Seite erleben. Bis Ende Oktober reicht die Wandersaison, in der geführte Touren über Flora und Fauna, Ge-

TIPP: STERNENWANDERUNG 7.7.–24.8.2017

Unter dem Motto „Sterne erleben – Planeten erwandern – Natur genießen“ erwartet Sie während der neuen Sternenwanderung ein ganz besonderer Tag. Die Sonne durch ein Teleskop beobachten, die Planeten und Sterne auf einer Wanderung besser kennenlernen und im Planetarium die Himmelskörper in 3D genauer erforschen ... am Ende des Tages werden Sie ein „Sternenprofi“ sein!

10:00 Uhr – Vorführung im Planetarium Südtirol

11:30 Uhr – Sternenwanderung nach Obergummer zur Sternwarte

12:45 Uhr – Mittagspause

14:30 Uhr – Führung beim Sonnenobservatorium Peter Anich

Info & Anmeldung unter eggental.com oder +39 0471 61 95 00



Spektakuläre Aussichten und atemberaubende Fernblicke zu zahlreichen Alpengipfeln machen die Panoramaplatform des Latemarium (2200 m) einzigartig.

Klettersteige: Wer mag, bucht sich vor Ort einen Bergführer und durchstreift auf echten Trautouren die Eggentaler Gipfelwelt.

schichte wie Tradition informieren und gleichzeitig ein Gespür dafür vermitteln, warum die Einheimischen der festen Überzeugung sind, dass sie am schönsten Fleckchen dieser Welt wohnen. Um sich ein Bild von der einzigartigen Herrlichkeit zu machen, begibt man sich am besten auf die bezaubernde Tour rund um die Rosengartengruppe. Auf den Spuren von Zwergenkönig Laurin, dem die Dolomiten laut Volksmund die magische Leuchtkraft ihrer Dämmerstunden verdanken, startet die eindrucksvolle Höhenwanderung an der Kölner Hütte und überwindet insgesamt 500 Höhenmeter auf zwölf Kilometern. Direkt aus dem Dorfczentrum Welschnofen führt die neue Kabinenbahn bis zur Frommeralm (1743 m), von wo man per Sessellift bequem in Richtung Kölner Hütte (2339 m) schwebt. Oben angekommen, lädt die Laurins Lounge zu wunderbaren Panoramablicken, bevor es über steile Wiesen hinauf zum Tschagerjoch (2635 m) geht. Im leichten Abstieg marschieren Wanderer den Hang entlang, um anschließend über vorwiegend ebenes Gelände den Fuß des Cigoladepasses (2550 m) zu erreichen. Inmitten der bizarren Felslandschaft öffnen sich während des mühsamen Aufstiegs immer wieder atemberaubende Ausblicke hinunter ins malerische Fassatale und Vajoletal. Anschließend führt ein steiniger Weg sanft hinunter zu einem engen Durchgang mit steiler Felsstufe, der in eine weit

ausladende Dolomitenarena mündet. Ist der Vajolonpass (2560 m) erreicht, führt eine steile Zickzack-Route hinunter zum Hirzelweg, einem viel begangenen, einfachen Wanderweg, der die romantische Rotwandhütte mit dem Ausgangspunkt Kölner Hütte verbindet.

Klettern vor majestätischer Kulisse

Steil aufragende Türme und Kamine, ehrfurchtgebietende Grate und Gipfel: Wer im Eggental klettert, findet zahlreiche Herausforderungen. Heute gehört die Delagokante im Rosengarten mit der Schwierigkeit IV+ zu den beliebtesten Kletterzielen des gesamten Alpenraums. In unmittelbarer Nachbarschaft locken zahlreiche weitere atemberaubende Routen. Echte Bergfexe schwören auf den Santnerpass als schönsten Aufstieg ins Herz des Rosengartens. Gigantische Ausblicke eröffnet auch der „Campanili del Latemar“: Der Klettersteig führt an der Südseite zwischen den faszinierenden Latemartürmen hindurch. Alle Klettersteige im Rosengarten und Latemar lassen sich übrigens ideal in Rundtouren einbauen, unterwegs locken zahlreiche Hütten mit Südtiroler Köstlichkeiten, und Aufstiegshilfen ersparen mühevollen Zu- oder Abstiege. Neulinge sammeln im Klettergarten in Karersee erste Erfahrungen und lassen sich hier von Experten in die elementaren Sicherungstechniken einweisen.



Familientipp: Erlebnisreich Latemarium

Im Latemarium finden Kinder und Erwachsene acht Themenwege und eine spektakuläre 360-Grad-Aussichtsplattform mit atemberaubenden Fernsichten auf die umliegende Bergwelt. Besonders viel Wert wurde beim naturnahen Gesamtkonzept auf die Einbeziehung der Umwelt gelegt, und Eingriffe in die Natur wurden minimiert. Das Latemarium ist von Obereggen aus bequem mit dem Sessellift Oberholz erreichbar, von wo aus die Themenwege starten. Weitere Informationen unter latemarium.com

Info: eggental.com

GANISCHGERHOF MOUNTAIN RESORT & SPA ****S



Schwarzenbach 22
I-39050 Deutschnofen
Dolomiten - Südtirol
T +39 0471 61 65 04
office@ganischgerhof.com
www.ganischger.com

Wellness-, Wander- und Aktivurlaub im Ganischgerhof im Herzen der Dolomiten zwischen Rosengarten und Latemar, inmitten des UNESCO Weltkulturerbe, wird Sie in jeder Hinsicht überzeugen. Unser Haus bietet Ihnen zu jeder Jahreszeit eine Fülle von Freizeitmöglichkeiten mit unserem Ganis Wochenprogramm, ein ausgezeichnetes Gastronomiekonzept mit unserer Ganischger's ¾ Pension Plus+ und Wellness vom Feinsten in unserer 1.000 m² SPA Oase. **Ab 91 € pro Person mit unserer Ganischger's ¾ Pension Plus+**

HOTEL MOSERALM ****



Schönblickweg 8
I- 39056 Karersee
Dolomiten - Südtirol
Tel. +39 0471 61 21 71
info@moseralm.it
www.moseralm.com

Wandern im UNESCO Welterbe Dolomiten und Südtiroler Gastfreundschaft genießen. Dazu laden wir Sie im Hotel Moseralm am Fuße des Rosengartens herzlichst ein! Und damit sie es sich so richtig gut gehen lassen können, kümmern wir uns um ein erlebnisreiches Wanderprogramm inklusive 3 Tage freie Fahrt mit 9 Lifтанlagen!

**Das Moseralm Sorglos-Wanderpackage: vom 17.06.2017 bis 08.07.2017
7 Tage Halbpension und Wanderprogramm ab 693 €**

Das Großarlal

Einfach sein!



„Tal der Almen“ – so wird das Großarlal im Salzburger Pongau genannt. Urige Almhütten in Hülle und Fülle, allesamt gut mit dem Mountainbike zu erreichen, bieten Genuss und österreichisches Lebensgefühl. Ausgeschilderte Bikerouten mit einer Gesamtlänge von über 140 Kilometern und 13.000 Höhenmetern garantieren von Mitte Mai bis Mitte November ursprüngliche Naturerlebnisse und lassen Bikerherzen höherschlagen.

Die Almhütten sind es auch, die ins Großarlal locken. Einmal ganz und gar abschalten, die wohltuende Ruhe der Bergkulisse wirken lassen, Freiheit spüren – bei Touren mit dem Mountainbike gelingt dies am besten. Im östlichsten Tauerntal, welches die Niederen von den Hohen Tauern trennt, liegt die Region mit der größten Hüttendichte im Salzburger Land. Nur eine Stunde Fahrzeit von der Stadt Salzburg entfernt, erreicht man den

Ort Großarl und das Mountain Bike Holidays Hotel Edelweiß Großarl. Hotelchef Hans Hettegger, der die Ruhe des Tales in sich zu tragen scheint, empfängt die Gäste überaus freundlich.

Gerne lädt er zu einer Tour ein, zum Beispiel auf der verkehrsarmen Talstraße Richtung Hüttschlag, der zweiten Gemeinde des Tales, die 2008 vom Österreichischen Alpenverein das Prädikat Bergsteigerdorf verliehen be-

kommen hat. Nur insgesamt 17 Gemeinden und Talschaften in Österreich tragen diese Auszeichnung. Im Ortsteil Karteis findet das lockere Einrollen ein abruptes Ende. Der gut achthundert Höhenmeter umfassende Anstieg zur Glettnalm beginnt. Es ist ein gutes Gefühl, einen so erfahrenen Guide wie Hans Hettegger an seiner Seite zu wissen. Er kennt nicht nur die Wege zu den schönsten Plätzen, er versteht es auch, seine „Schäfchen“ im richtigen Moment anzutreiben, um rechtzeitig, vor Eintreffen einer Schlechtwetterfront, zum Hotel zurückzukehren.

Eine weitere Tour führt zur ältesten Almhütte im Großarlal, der Karseggalm. Zunächst fährt man auf dem Radweg talauswärts, ehe



Fotos: Rubert Mühlbacher, Michael Gruber (2)



16 markierte Bikestrecken unterschiedlicher Schwierigkeit mit einem Höhenunterschied von 300 bis 1000 Höhenmetern pro Tour warten auf die Biker.

der knapp tausend Höhenmeter lange Anstieg zur Großwildalm beginnt. Die angenehme Steigung lässt rasch an Höhe gewinnen, und so erreicht man nach etwa zwei Stunden den höchsten Punkt der Tour. Die Großwildalm liegt in einem riesigen Talkessel knapp oberhalb der Baumgrenze und bietet einen herrlichen Ausblick auf das gewaltige Hochkönig-Massiv. Der anstrengende Teil dieser Drei-Hütten-Tour ist bereits geschafft.

Nach nur wenigen Minuten ist die Karseggalm in Sicht. Die vierhundert Jahre alte Hütte liegt auf einer Seehöhe von 1603 Metern, es gibt keinen Strom, der Boden ist mit Lehm und Baumrinde ausgelegt. Einzigartig ist die offene Feuerstelle, über der noch Knetkäse

hergestellt wird, eine Spezialität aus dem Großarlal, die man sonst auf keiner Hütte mehr bekommt. Einmal pro Woche kann man der Sennerin bei der Herstellung des für diese Region so typischen Sauerkäses zuschauen. Gemeinsam mit Bauernbrot und Almbutter wird das ein unvergleichliches Geschmackserlebnis.

Mit der Unterwaldalm ist nach wenigen Metern eine weitere Almhütte erreicht, die dem Prädikat „urig“ mehr als gerecht wird. Die größte Herausforderung im Tal der Almen besteht darin, an einer der vierzig Hütten vorbeizufahren, ohne einzukehren und die heimischen Köstlichkeiten zu probieren. Auch die Abfahrten auf den gut zu fahrenden Forst-

straßen sind ein wahrer Genuss und erfüllen gänzlich die Erwartungen – Großarl steht für Entschleunigung, Genuss und Mountainbike-Urlaub mit Erholungsfaktor.

Die Tradition des Almlbens ist in dieser Region ein hohes Gut, die Einheimischen sind stolz auf ihre natürliche Lebensweise und ihre wunderschöne Heimat. Mountainbiker kombinieren dieses positive Gefühl mit Fahrspaß pur und genießen die vielfältigen Touren in dieser einzigartigen Bergwelt im „Tal der Almen“.

Info: Tourismusverband Großarlal, grossarlal.info
Hotel Edelweiss, edelweiss-grossarl.com
Mountain Bike Holidays, bike-holidays.com

Ein absolutes Highlight

POLAR M600 SMARTWATCH



Die Polar M600 gehört zu den ersten Smartwatches, die das komplette Android Wear 2.0 Update bekommen. iOS-User können genauso wie Android-User auf eine große Zahl selbstständiger Apps (etwa Wander-Apps) zugreifen. Das Update bringt das Beste aus zwei Welten zusammen: die Funktionalität von Android Wear 2.0 und die aktuellste Polar Technik mit den einzigartigen Polar Activity- und Trainingsfunktionen. iOS-Nutzern bietet das Update für die Smartwatch unter anderem Musik direkt von der Smartwatch, Verfügbarkeit von 3rd-Party-Apps, Update der Akku-Laufzeit auf 36 Stunden.

PREISEMPFEHLUNG: € 349,95, polar.com/de

24-Stunden-Formel

NEU: ADAPTOLOGES® SPEZIELL FÜR SPORTLER

Gerade in der Vorbereitungsphase auf Wettkampf oder Klettertour werden die Muskeln extrem beansprucht. Die Folgen: häufige Muskelkrämpfe während des Trainings und Muskelschmerzen, die noch lange nach der Anstrengung spürbar sind. Ursache sind belastungsbedingte Zellschäden und

eine hohe Lactatbildung im Muskel. Adaptologes® wurde für die besonderen Anforderungen von Sportlern entwickelt. Das spezielle Tag & Nacht-Konzept beinhaltet unterschiedliche Zusammensetzungen pflanzlicher Adaptogene und sport-essenzieller Mikronährstoffe in den Morgen- bzw. Abend-Kapseln. Für mehr Belastbarkeit und Energie tagsüber und verbesserte Regeneration und Aufbau in der Nacht. Rezeptfrei in allen Apotheken erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG: € 44,95, loges.de



Heuschnupfen?

NATÜRLICH BEHANDELN!

Das Heuschnupfenmittel DHU lindert schnell und nachhaltig die typischen Beschwerden an Augen und Nase. Die sinnvolle Kombination von drei homöopathischen Wirkstoffen bringt das Immunsystem ins Gleichgewicht. Damit setzt das Heuschnupfenmittel DHU an der Ursache an und unterdrückt nicht nur die Symptome. Der große Vorteil dieses Heuschnupfenmittels: Es macht nicht müde. Daher eignet es sich auch gut in Kombination mit klassischen Allergieprodukten, deren Einwirkung sich wegen des müde machenden Effektes am Abend empfiehlt. Das Heuschnupfenmittel DHU ist in Tablettenform (für Kinder ab sechs Jahren geeignet) und als flüssige Mischung (z. B. bei Laktoseintoleranz) erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG: € 15,40, heuschnupfenmittel-dhu.de



Fit durch den Frühling

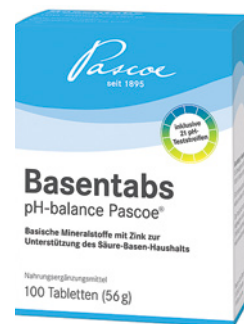
Jetzt ist es an der Zeit, wieder richtig durchzustarten: In den Rucksack gehört Energiesteigerndes und natürlich alles, was die Aktivität fördert. Hier finden Sie eine kleine Auswahl entsprechender Präparate und Hilfsmittel.

Basenreiche Ernährung

NIE WIEDER MUSKELKATER!

Im menschlichen Körper arbeiten Enzyme, die Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate in Energie umwandeln. Sie arbeiten perfekt, wenn ihre Umgebung den für sie optimalen pH-Wert aufweist. Bildet der Körper mehr Säuren, als er abpuffern kann, kommt es zur Übersäuerung. Ist ein Muskel überlastet, bildet er vermehrt Milchsäure (Laktat). Krämpfe oder Muskelkater können die Folge sein. Dagegen helfen eine basenreiche Ernährung, viel frisches Obst und Gemüse. Aber auch Mineralien wie Zink, Calcium und Magnesium, die sowohl im Basenpulver als auch in den Basentabs pH-balance Pascoe® enthalten sind, unterstützen den Körper bei erhöhter sportlicher Aktivität (laktosefrei, für Schwangere geeignet).

PREISEMPFEHLUNG: ab € 8,70 (100 Tabletten), pascoe.de



Das gab's noch nie!

DER NEUE SEEBERGER SCHOKO-MIX

Zeit für Schokolade – Zeit für Genuss! Zart schmelzende Vollmilch-Luftschokolade, knackige Pekannüsse und geröstete Cashewkerne sowie fruchtig-säuerliche Kirschen und Cranberries sorgen für eine einzigartige Mischung. Perfekt für eine süße Auszeit – egal ob in den eigenen vier Wänden oder in den Bergen draußen in der Natur.

PREISEMPFEHLUNG: € 3,79 (150 g), seeberger.de



Deuter Alpine Gravity

NEUE SERIE FÜR DIE VERTIKALE

Hier haben junge Athleten, erfahrene Alpinisten, Fachhändler und Bergführer gemeinsam durchdachte Produkte in modernem, cleanem Design entwickelt, die bei ambitionierten Bergsportlern verschiedener Disziplinen punkten – indoor wie outdoor. Ganz auf die Wünsche der Kletterer abgestimmt sind fünf verschiedene Chalk Bags, einer speziell fürs Bouldern. Mit dem Rope Sheet und dem Rope Bag lässt sich das Seil wesentlich angenehmer handhaben. Die moderne Klettertasche Motion wird junge Kletterer begeistern. Der leichte Pitch-Rucksack verstaut auf Mehrseillängenrouten nötiges Material, der Rock&Roll (s. Foto) ist der kompromisslose Begleiter für anspruchsvolle, alpine Unternehmungen. Und der Haul ist ein Hybrid aus Haulbag und Rucksack. Egal ob Chalk Bag, Seilplane oder Kletterrucksack: Immer ist zu spüren, dass Experten an der Entwicklung beteiligt waren.



INFOS: deuter.com

Das neue Nikwax Tech Wash

DOPPELTE LEISTUNG, WENIGER ENERGIEVERBRAUCH

Das neue Nikwax Tech Wash v16.1 wirkt doppelt so gut. So kann Outdoorbekleidung je nach Verschmutzung jetzt vier- bis zehnmal gewaschen werden, bevor eine Nachimprägnierung notwendig wird. Gleichzeitig wird der Energieverbrauch reduziert. Haushaltsübliche Waschmittel auf Basis von Tensiden hinterlassen eine unsichtbare Schicht von Waschmittelrückständen, welche die Feuchtigkeit im Material festhalten. Zum Schutz der Textilien sind Spezialwaschmittel besonders wichtig, um die DWR-Imprägnierung der Jacke zu erhalten oder diese wiederherzustellen.

PREISEMPFEHLUNG: € 10,- (300 ml), nikwaxwebshop.de



Das neue Pack Run Cap Buff®

IDEALES PACKMASS, BESTMÖGLICHER SCHUTZ



Sie wiegt gerade einmal 30 Gramm, lässt sich auf Faustgröße zusammenfalten und ist der optimale Begleiter bei Outdoorsportarten wie Wandern, Trekking und Lau-

fen. Dank eines flexiblen, aus hochwertigem Polyurethan gefertigten Schildes behält die Kappe dauerhaft ihre Form. Das Obermaterial mit einer Kombination aus dehnbarem Bi-Stretch und Fastwick-Extra-Plus-Material schützt vor UV-Strahlung, leitet Schweiß effektiv ab und passt sich der Kopfform bequem an. Das reflektierende Buff®-Logo sowie die Reflektorstreifen auf der Rückseite sorgen für gute Sichtbarkeit bei Dämmerung und Dunkelheit.

PREISEMPFEHLUNG: € 27,95, buff.eu



Hoch hinaus mit Falun und Calgary

NEU: DREI-LAYER-JACKET AUS DERMIZAX® EV

Sportlich, in optimaler Passform und höchst variabel: Auch im Sommer 2017 ist man mit Schöffel auf allen Wegen bestens ausgerüstet. Aktive Bergwanderer treffen mit den robusten 3-Lagen-Jackets Falun (für Damen, unser Bild) und Calgary (Herren) aus Toray Dermizax EV die richtige Wahl. Extrem leicht und kernig, äußerst bewegungsfreudig dank 4-Way-Stretch, komplett verklebt, hochatmungsaktiv (20.000 MVTR), wind- und wasserdicht (20.000 mm) bietet das High-End-Modell Sicherheit und Einsatzfreude auch auf dem Klettersteig. Wasserabweisender 2-Wege-Reißverschluss, einrollbare Kapuze.

PREISEMPFEHLUNG: € 299,95, schoeffel.de

LEKI Micro Vario Carbon Lady

PERFEKTER FALTSTOCK FÜR FRAUEN

Egal ob für den Zustieg zum Klettersteig, zum Trailrunning, für eine kleinere Tour oder als Reisestock: Der absolut kantenfreie Innovationsgriff Aergon Compact sorgt durch die Hohraumtechnologie für absolute Leichtigkeit und ist perfekt auf Damenhände abgestimmt. Die ultraleichte, fliederfarbige Skin Strap ist stimmig mit dem Stockdesign, komfortabel, leicht und atmungsaktiv auf der Haut. Die griffige Mid-Verlängerung garantiert komfortables Umgreifen. Schnell und einfach auf- und abgebaut sind die faltstockmodelle durch den Push-Button-Release-Mechanismus. Perfekte Stabilität garantiert das verstärkte, filigrane High-Performance-Spannseil mit robuster PE-Ummantelung. Inklusive 20 Zentimeter Verstellweg und dem vom TÜV Süd zertifizierten Speed-Lock-2-System von 100 bis 120 Zentimetern.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 159,95, leki.de



Absolut passend!

TECHNISCHE SOMMERHOSE



Maier Sports, der Hosen- und Passform-Spezialist, bietet mit dem neuen Modell Naturno Light M und W eine elastische Tourenhose für anspruchsvolle Wanderungen und Bergtouren bei höheren Temperaturen. Sie kommt in Melange-Optik und macht jede Bewegung mit. Das leichte Doppelgewebe der schmaler geschnittenen Touren- und Wanderhose ist sehr abriebfest. Anspruchsvolle Bergsport-Fans begeistert zudem die tolle Passform der Naturno Light, die in 32 Herren- und 25 Damengrößen angeboten wird. Von diesem neuen Modell wurde unter dem Namen Norit auch eine Bermuda-Variante abgeleitet, die viele Bergwanderer an heißen Tagen lieben werden!

PREISEMPFEHLUNG: ab € 109,95, maier-sports.com

Carbon Ultralite Vario 4

DER SUPERLEICHTE TREKKING-STOCK VON KOMPERDELL

Ob bei Bergtouren in den Alpen oder auf Expedition im Himalaya, weniger Gewicht bedeutet mehr Ausdauer und Sicherheit. Mit sensationellen 192 Gramm pro Stock ist die Ultralite-Serie die leichteste im Trekkingprogramm vom Komperdell. Für diese High-End-Stöcke wurden eigens spezielle Rohre aus hochwertigen ultraleichten Carbonfasern entwickelt. In Kombination mit den leichten ergonomischen Griffen und dem neuen Powerlock 3.0 wird der Stock leichter denn je und bietet absolut sicheren Halt. Diese Stöcke erstaunen und begeistern zugleich! Durch Stabilität und Leichtigkeit. Und darauf gibt Komperdell sogar drei Jahre Garantie – direkt, unbürokratisch und ohne Rechnungsbeleg!

PREISEMPFEHLUNG: € 189,95, komperdell.com



Schlafsack Helium 600



IDEAL FÜR ALPINE FRÜHJAHRS- UND HERBSTTOUREN

Wer einen leichten und äußerst bequemen Schlafsack für Zeltübernachtungen im Gebirge oder zum Trekking in höheren Lagen sucht, liegt mit dem Helium 600 goldrichtig. Das Helium™-20-Außenmaterial ist sehr leicht und hoch atmungsaktiv, der Alpin-Schnitt mit elastischen Exl®-Nähten garantiert optimale Wärmeleistung. Die hochwertige, reine 90/10 Entendaune ist Down-Codex zertifiziert und stammt aus artgerechter Tierhaltung. Erhältlich als Helium 600 und Helium 600 women's. Inklusive wasserdichtem Packsack.

PREISEMPFEHLUNG: € 329,90, mountain-equipment.de

Flexible Passform!

TREKKINGSCHUHE MIT VELOURSLEDERSCHAFT

Vielseitig sind der neue Arco GTX® MID für Herren und die über einen speziellen Damenleisten gefertigte Lady-Version Sassa GTX® MID Ws von Lowa. Darin fühlen sich die Füße dank flexibler Passform, wirkungsvoll gedämpfter Zwischensohle und Platz im Vorfußbereich selbst bei ausgedehnten Touren wohl. Der aus einem Lederstück gefertigte Vor- und Mittelfußbereich garantiert besten Tragekomfort.

Um den Schuh optimal an die eigenen Bedürfnisse anzupassen, haben Arco und Sassa ein Schnürsystem mit Flex-Schlaufen und einen Fersenzug mit offenen Zughaken. Beide Modelle sind auch als Halbschuh-Variante erhältlich.



PREISEMPFEHLUNG: € 189,95, lowa.de

Bewegungsfreiheit in der Hütte und auf Reisen

INNOVATIVER SEIDENSCHLAFSACK VON BERGSTOP

Ideal für Übernachtungen in Hütten, beim Camping, unterwegs im Flugzeug, Zug oder Bus. Selbst im Bett oder auf dem Sofa bietet der Hüttenschlafsack Silkliner Gemütlichkeit. Kapuze, Ärmel und Fußöffnung bieten Komfort und Bewegungsfreiheit. Die Ärmel können über die Hände gestülpt werden. Telefon oder Taschenlampe greifen? Kein Problem! Zum Aufstehen und Herumlaufen lässt sich in Sekundenschnelle die Kordel am Fußende öffnen und um die Taille ziehen. Die 100-Prozent-Ripstop-Seide ist reißfest, weich und leicht und eignet sich für ein breites Temperaturspektrum. Einsetzbar als Schlafsack bei wärmeren Temperaturen oder zur Erweiterung für jeden anderen Schlafsack.

PREISEMPFEHLUNG: € 59,-, bergstop.com



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



**LAUF UND BERG
KÖNIG**

NEUHAUSSTRASSE 4
93047 REGENSBURG
09 41 - 64 66 36-0

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**

37x IN DEUTSCHLAND
und im großen Online-Shop unter
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, Keltnerstraße 206 in D-63486 Bruchköbel.



**Mein
Ausrüster**
Der Bergsportexperte

Ausrüster GmbH | Ludwigstraße 7 | 93086 Wörth a. d. Donau
www.mein-ausruester.de

PLZ 40000-49999



An der Hansalinie 17 Aegidiimarkt 4+7
48163 Münster 48143 Münster
Tel. 71 93 66 Tel. 45 777
- große Zeitausstellung - Bergsportspezialist -
www.terracamp.de

Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe



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

Wredestraße 10
Ludwigshafen am Rhein
Tel. 0800 / 5112233
bergschuh-keller.de



Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit

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

PLZ 80000-89999



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

85049 Ingolstadt: SPORT IN Spezialgeschäft für Bergsport,
Trekking, Skitouren, Klettern. Friedrichshofenerstr. 1d.
Tel. 0841/9936720, www-sport-in.net

INTERNET

Active Peru Travel www.activeperu.com

Händlerverzeichnis-Anzeigen einfach selber buchen!
Mehr Infos unter www.kleinanzeigen.guj.de

VERSCHIEDENES

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona
ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN
**Bergschule
Ober
allgäu**
www.alpenschule.de ☎ 083 21/49 53

5 Tage Bergabenteuer Info: www.sajathuette.at
in der Venedigergruppe:
4 x 3000er plus
Klettersteig Rote Säule Tel.: +43 664 5454460



**BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL**

E5, Alpenüberquerungen, Trekking-
touren, Kletter- und Klettersteig-
touren, sowie Kurse & Hochtouren
für jede Leistungsklasse

www.bergschule.at



Venter Tage
IM HERZEN
DER ÖZTALER ALPEN

Das Berg-
und Skidorf Tirols

**ÖTZ
TAL** **Vent**

www.ventertage.at [f @ventertage](https://www.facebook.com/ventertage)



springfree
TRAMPOLINE
THE SMART TRAMPOLINE™

Spaß ohne Verletzungen
Das revolutionäre Design,
das springen wieder sicher macht.

www.springfree.de

NEU!
goma
FÜR
SPRINGFREE



RÄER
AUSRÜSTUNGEN

MOLESKINHÖSE
BW

Zum Top-Preis:
25,88€ + 4,95 €
Versand

www.raer.de

REISEVERANSTALTER

WELTWEIT
Erlebnisreisen
HENKALAYA
06466 912970
www.henkalaya.de
henkalaya@t-online.de

BOLIVIEN · PERU · CHILE · ECUADOR · 6.000ER
WWW.SUEDAMERIKATOURS.DE
TREKKING & BERGSTEIGEN · INKAKULTUR
Thomas-Wilken-Tours - Tel. 0 52 95 / 99 56 75

NEUSEELAND
Trekkingreisen
www.rawakas.de

Möchten Sie in der
Outdoorworld inserieren?
Rufen Sie Hajo Weber unter 040-3703 6445 an.

Abanico
Spanien individuell wandern
Pyrenäen – Andalusien – Sierra Nevada
Tel.: 0711-833340 · www.abanico-reisen.de

Faszination
Comer See
Idyllische Landhs. & Ferienwohnungen
www.labreva.com Tel. 08178 997 87 87

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

www.berghuetten.com

Ihr Spezialist für Nepal
Trekking, Bike, Expedition
Top-Qualität zu günstigen Preisen
Auch individuell und Sondergruppen
www.top-mountain-tours.de
Telefon 08 151 444 1914

TOP MOUNTAIN TOURS

WELTWEIT WANDERN
+49 (0) 89 30 70 42 68
WWW.WELTWEITWANDERN.COM
Jetzt Reisekatalog anfordern!

Azoren Madeira Kanaren Kapverden
Neuen Katalog anfordern!
Seit 18 Jahren individuelle Rund- u. Wanderreisen vom Experten
www.seabreeze.travel

Aktivurlaub
Sommer: Kanu, Rad, Wandern
Familien: Reisen, Unterkünfte
Winter: Langlauf, Ski, Husky

RUCKSACK REISEN
Tel. 0251-871880
www.rucksack-reisen.de

Reisch Reisen
Geführte Individualreisen
mit verlässlichen Partnern vor Ort:
Iran, Marokko, Uganda, Kenia, Tansania,
Indien, Armenien, Georgien u.u.m.
Tel. 089 8505560, www.reisch-reisen.com

EUROAKTIV
DER SPORTLICHE URLAUB
www.euroaktiv.at
NATUR. ABENTEUER. FREIHEIT.
AKTIVURLAUB IN GANZ EUROPA

GEMEINSAM UNTERWEGS
ALPIN TREKKING EXPEDITION
KATALOG ANFORDERN:
Walsenstr. 5 · 87561 Oberstdorf
Tel.: 08322.9874788
www.amical.de · info@amical.de

Alpinschule OBERSTDORF
Katalog anfordern!

150 Touren in den Alpen!
Tel: 08322-940750
www.alpinschule-oberstdorf.de

Azoren Inselhüpfen
Gruppenreise zu vier Schönheiten in Grün und Blau
Einsame Wanderwege führen zu Thermalquellen, Weinfeldern am Fuße eines Vulkans und Kraterseen. Außerdem: Wale, mediterranes Flair und azorianische Gastfreundschaft. 11 Tage – 7 geführte Wanderungen mit qualifizierter, dt. Reiseleitung – Flüge – Ü/HP im DZ
ab €1.890,- p.P. ☎ 0761 - 45 892 890 www.picotours.de

pico tours
Termine: 15.05.17 | 05.06.17 | 19.06.17 | 03.07.17
23.07.17 | 13.08.17 | 31.08.17 | 13.09.17

Trekking & Meditation
Alpen, Korsika, Nepal & Tibet
Tel. 07 61- 488 1664
www.roman-mueller-seminare.de

Ihr Spezialist für Elbrus, 5642m
Skitour und Sommer ab € 890,-
Top-Qualität zu günstigen Preisen
Auch individuell und Sondergruppen
www.top-mountain-tours.de
Telefon 08151 4441914

HOTELS | UNTERKÜNFTE weitere Angebote auf der Seite 99

Almsommer Wanderwochen im Land- und Appartementhaus Empl
7 ÜN im Panorama-DZ inkl. Verwöhn-HP und gef. Wanderungen ab € 420,-/P.
Appartements für 2 Pers. ab € 56,- p.T.
Appartements für 4 Pers. ab € 79,- p.T.
Buchacker 4; 5621 St. Veit im Pongau Salzburger Land; Tel.: 0043 / 64 15 61 24
www.landhaus-empl.at

Frühling
in Rofan am Achensee
Das Kletter- und Wandergebiet in Tirol
5-Gipfel Klettersteig
Doppel- & Vierbettzimmer ab € 35,-
Mehrbettzimmer ab € 25,-
Berggasthof Rofan
Telefon 0043-524-35058
oder 0676-9313994
E-Mail: rofan@achensee.com
www.berggasthof-rofan.com


Berglust im Tiroler Ötztal
Wandererlebnis ab € 53,- p.P. inkl. Halbpension
A-6441 Niederthal 12a 0043/5255/5509
WWW.TAUFERBERG.COM

alpenchalets.com
Schweiz + franz. Alpen
Skihütten und Chalets online buchen beim Spezialisten, für 4-24 Personen.
Tel. +49 721-4672475
info@alpenchalets.com · www.alpenchalets.com

Chalets zum Abfahren!
500 Skihütten + Chalets für 4-60 Pers. in den besten Skigeieten der Alpen
Katalog: 02 51/899 05 30
Online buchen/Katalog ordern:
www.Frosch-Ferienhaus.de

HOTELS | UNTERKÜNFTE

Pension Maria*5** Antermoia im **Gadertal**; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter:** Skifahren & Schneeschuhwandern. **Sommer:** Wandern, MTB & Motorrad. HP ab € 49,- Fam. Erlacher. **Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: info@pension-maria.it**



www.pension-maria.it

Wo es am schönsten ist: Dolomiten - Südtirol,
I-39050 Eggen/Deutschnofen, Hotel Latemar ★★ Pichler Arnold & Co.KG, Dorf 39
 HP mit Frühst.-buffet, 4-Gänge-Abendessen, DZ, **pro Pers. u. Tag € 49,00** (5.8.-2.9. € 54,00). 18.4.-20.5. "Frühlingserwachen" **4 Tage € 180,00, 7 Tage € 294,00.** Woche im Sommer **€ 309,00/366,00.** Kinder im Elternzim. stark ermäßigt/umsonst. Gemütlicher Familienbetrieb, neu, große Zimmer, jeder Komf., Sauna, Wellness. Mehr Info: **www.hotel-latemar.it**, Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054

KLEINANZEIGEN

VERMIETUNGEN

2 x FeWo Süd-Vogesen, 6/4 Pers., Wandern, Biken, villa-marguerite.de

TOSKANA www.toscana-mare.de
 Tel. 08662/9913

Finca-Ferienhaus auf Teneriffa
 www.finca-vista-del-teide.com

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

CH-Randa/Zermatt: Komf. FeWo, 60qm, TV, Terrasse, ganzjährig geheizt, für 2-4Pers. zu vermieten. Tel. 07331/941417 ab 19.00 Uhr

Tirol, uriges Selbstversorgerhaus im Kaunertal (max. 25 P.), ideal zum Skifahren, Wandern **www.sunna-huette.de**

Ardèche: Ferienhaus in Alleinlage, Natur und Stille. mailto: chabannet@free.fr

Suchen Dauermieter für unser 200 Jahre altes, gut erhaltenes Bauernhaus in Finkenberg auf 1.100 Metern: **astegger-talhof@gmx.at.**

Mallorca: Serra Tramuntana. Finca mit Pool: **www.orangenfinca.info**

Insel Elba FeWo 4-5 P. **www.casalido.de**

Gardasee Tremosine FeWo 089 6131481

Leutasch/Tirol: Komf. FeWo, Wandern, Klettern, Biken, **www.hahnenhof.com**

FEWO Naturschutzpark Vercor S-O Frankr. Panoramablick, Adler, Geier, Orchideen, Badeflüsse **www.SonneUndLavendel.de**

Andalusien: FeHs mit Komfort, Meer- + Bergblick, priv. Pool, ideal zum Wandern, Meer, Erholung: **www.villa-andalusien.de**

IMMOBILIEN

Großfamilie + Freunde suchen Hütte zw. Füßen und Gardasee, zu kaufen, langfr. mieten, Erb-pachten, Leibreute, o.ä., gerne a. renov.bed., T. 0170/7348483

VERSCHIEDENES

Klettern: Kurse u. Führungen - Gardasee und Dolomiten - **www.klettern-arco.com**

Seminare: **www.skanskan.jimdo.com**

Das **Naturfreundehaus Brend** in Furtwangen im Schwarzwald ist ab Mai 2017 **zu verpachten.** Pächterwohnung vorhanden. Kontakt: 07722 917880 oder **schaefer.nf.furtwangen@t-online.de**

Höhenangstkurs unter professioneller alpiner und psychologischer Leitung: **www.keine-hoehenangst.de**

Inzell/ Chiemgau: in 2017 komplett renovierte Komfort-FeWo's mit Bergblick **info@hutzenhaus.de/ www.hutzenhaus.de**

REISEPARTNER/IN

www.genuss-bergwandern.de Geführte Touren mit Malen, Singen und Meditieren.

GR 20 im Juni, suche WanderpartnerInnen 60/w Kontakt: **wer_wandert_mit@gmx.de**

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**

Privates Trekking im Hunzavallej. Fünf Wochen 07/ 2017, VP, Flug, Träger etc. €3.500,-; optional leichter 6000er. **patteriomax@gmx.de**

Mongolei Altai-Trekking 09.-30.07.17 mit Naadam! Suche Mitreisende für Tourcode 7MNG0303 **www.weltweitwandern.com** Kontakt: **weltentdeckenundmehr@gmail.com**

Mont Blanc! Ich, m., 61, suche Seilpartner/in für geführte 2-er Seilschaft (deutscher Bergführer) in der 21. KW Anfang Juli 2017. Tel. 0170 351 78 80 oder **guzzimichl1@web.de**

Ich 59/m suche Begleitung für ausgedehnte Radtour, evtl. Schwarzes Meer, Wohnsitz weiträumig Ingolstadt Planungszeitraum Juni-September **guenther.schustek@gmx.de**

Kapverden Abenteuer-Wanderungen 02.10.2017 3 Vulkaninseln m. Pico Fogo 17 Tg., kl. Grp., indi. Betreu., Tel. 08586-2905

Mexiko 17.11.17, 16 Tg priv. organ. Kl. Grp. 3 Vulkane u. viel Kultur Tel. 08586-2905

Äthiopien 28.12.17, 16 Tg. priv. organ. Trekking Ras Dashen 4550 m u. viel Kultur Kl. Grp., ind. Betr., Tel. 08586-2905

Traumtour **Kilimanjaro**, 19.01.2018, 17 Tg einsamste Route m. Meru u. 3 Safaris priv. organ., Tel. 08586-2905

Oberallgäu und Kanarische Inseln: Wandern, Natur(fotografie), viele Aktivitäten in schöner unverbr. Landschaft, gerne auch Klettern. Aber auch Besinnung & Entspannung (Yoga) & Kultur sollte nicht zu kurz kommen. Mit Sprache kannst Du gut umgehen, Du hast eine gute Allgemeinbildung, mit Dir kann ich über „Gott und die Welt“ reden, nicht immer nicht älter (58), nicht ängstlich, sitzt **vielleicht** auch mal in leichtem Wildwasser zu mir ins Boot oder hinten aufs Motorrad und spürst schnell, dass Du mir vertrauen kannst. Du suchst keinen reichen Mann, Dir ist Niveauf & Zeit zum Leben wichtiger. Du hast das Gespür für den richtigen Moment. Du weißt, dass ich hier nie wieder weg will (Oberallgäu) und nicht oft ans andere Ende in Bayern fahren will. Im Frühjahr sind wir 1 o. 2 Wo. auf GC unterwegs und wohnen in Patalavaca. **alexombsamsung@gmail.com**

Dolomiten-Wanderung von Hütte zu Hütte, Bergtour in wilder Felslandschaft; vom 20.-26. August; kleine nette Gruppe (42-60 J.); alles Weitere: **dolomitenwandern@web.de**

Korsika - Wer hat ab Mitte Juni 2016 Lust den GR20 in Angriff zu nehmen? (m/w über 50) Rm München. Kontakt: **morelia2006@hotmail.de**

Teneriffa m. Teide, 11.04.17, 8 Tg, kl. Grp. 6 Wanderungen rund um die Insel indi. Betreu., priv. org, Tel 08586-2905

Nepal, eins. Lodgetrek. z. Mera Peak 6476 m Kl. Grp., indi. Betreuung, priv. organ. 21.04.2017, 22 Tg. Tel. 08586-2905

Madeira, die schönste Atlantikinsel 6 Wanderungen 23.05.2017, 8 Tg priv., kl. Grp., indi. Betreu., Tel. 08586-2905

West-Kanada, 16.08.17, 21 Tg. priv. organ. wandern in 6 NP, v. Calgary b. Vancouver, incl. Vancouver Island. Kl. Grp. Tel. 08586-2905

BEKANNTSCHAFTEN

Erh/ N/ Fü: Kleine Wandergruppe (2m, 6w) sucht noch Verstärkung: Wandern/ Alpen/ Radeln. Bitte SMS. 0172 813 0 813

MI/ SHG: Suche Wanderfreunde (60+) moderate Strecken/ Weserbergland/ Harz/ Rhön... (w64). **zeitzumwandern@gmail.com**

CW/BB: (w, 36J, 53kg) sucht Kletter- und WanderpartnerIn SMS 0160 145 1630

Rm 70: (M, 37, 188, NR) suche Reisebegleiterin für Watzmannüberquerung o.ä. im Juli/August. **watzm@gmx.de**

HD, Bergstraße, Allgäu: suche unkomplizierte, humorvolle Menschen für (Berg-) Wandern, Kultur und sonstige Unternehmungen. Ehrlichkeit und ein respektvoller Umgang sind mir (w, 52) wichtig. **invinoveritas_65@web.de**

Rm 9: Bergfreund aus Regensburg (52, 175, NR) sucht Partnerin für gemeinsame Unternehmungen (Wandern, Radtour, LL). **innunddonau@gmail.com**

Rm 83: Sportliche, spirituelle Frau, 57J, sucht ebensolchen Mann für gemeinsame Unternehmungen: **trommelfeuerruf25@gmail.com**

Rm 7: Wir (w 41, m 9 u. 7) suchen unternehmungslustige Leute für gem. WE-Ausflüge/Urlaub. **ka2575@web.de**

83: Er, 40, sportl. gutauss. sucht nette Begl. auf'n Berg. BmB: **bg17@gmx.de**

Rm 44: Natur-Fan (w. 32) sucht aktive Gleichgesinnte für Wanderungen/Sport. BmB: **wandermaus2017@gmx.de**

KLEINANZEIGEN

Suche Wanderpartner oder sportliche Freundschaften, weibl. 46, Untertaunus bei Wiesbaden. Gerne auch mit Hund. Mobil: 0179/9169077

SIE SUCHT IHN

Rm8: w.53. Ich bin humorvoll, lebenslustig, sportlich und bergbegeistert. Sommers wie winters.Und suche Dich für mein Herz. BmB. optimissis2017@web.de

S/ES bekennende Südwand Sonnen Klettererin 48/170/65 NR sucht Dich für gemeinsames Sportklettern quer durch Europa+die Welt! Lust auf Sonnenwände? BMB unter Suedwandsonne@gmx.de

RM BS-GS: W46/170/62 sucht sportl-charmanten Akad: Schw,MTB,Wandrg,Ski,Kletterstg;Handwerk:natur.70@web.de

Rm8: Sehr attraktive Sie (48/177/64) Skitouren, Wandern, Schwimmen uvm, gebürtige Chiemgauerin mit Herz und Tiefgang sucht Dich für Liebe, Lachen, Berge und Seen.BmB servusdu@gmx.de

HH: Hübsche blonde Sie, 51J. schlank, su. sportl. Alpinisten bis 70 J. für Ski, Wandern, Bergsteigen, Rad, Liebe, Zukunft u.v.m. blauestunde16@web.de

Raum 70 - 78
Wo bist du? Ich habe nach dir beim Winterport, beim Radln, im Kino, beim Essen und sogar beim Bäcker um die Ecke gesucht. Du warst nicht da! Ich, 55, attraktiv, fit und fröhlich möchte dich finden! dezfunke@gmx.de

Raum 8/7: Begleiter, Windschatten, Partner für neue Gipfel im Gebirge und im Leben gesucht. 52/sportlich/brünett/sympathisch/schlank/spontan/offen. CC157@gmx.net

Rm 7/8/9: Attraktive Münchnerin (43/175/63), tierlieb, kunstinteressiert, ortsunabhängig, mit Lust auf Landleben sucht Dich. BmB: 123casiwe@gmail.com

MZ/Fra: bin w, 60, attraktiv, mit Kopf und Herz, und suche großen Begleiter für den Bergsommer. Westalpen2017@gmx.de

Rm7/8: Attraktive sie 39/1.70/58/NR, mit Spaß an der Bewegung und Natur, sucht ebenso naturverbundenen, weltoffenen und treuen Partner mit dem Wunsch, eine Familie zu gründen. Freue mich auf deine Nachricht, gerne m. Bild an: om555@web.de

Dortmund: Ich (31) suche meine bessere Hälfte. Ich reise gerne und fühle mich draußen zu Hause. BmB: bergfreundin31@gmx.de

Rm86: Attraktive, begeisterte Naturliebhaberin 50,172, schlank sucht dich. Ich möchte gemeinsam mit dir die Berge (Ski,Wandern,MTB), das Reisen, das Lachen und viell.auch mehr genießen. Bmb zw. 47-57 unter traum1965@freenet.de

Rm 69: Ich suche Dich mit Spaß am Leben, Wandern, Radeln und Tanzen. Bin geländegängig, wetterfest, 46J und schlafe noch immer gerne im Zelt. warumnicht19@gmx.de

Rm83
Alpen-Distel (felsliebend/hübsch/weiche Dornen)sucht
Edelweiß(widerstandsfähig/ausdauernd/winterhart).Humorv.,direkt,sportl.34J.(170/60) sucht selbstbew.,ehrl.,attr. Mann (-46J.) zum Verlieben.Mail mit Foto an: gipfelglueck82@gmx.de

M: 45/175, sportlich, naturverbunden, mag den freien Himmel über mir, Wasser in fast jeder Form, Musik, Tanzen, gutes Kino & freue mich auf Dich: humorvoll, neugierig, körperlich & geistig beweglich. BmB an: unterfreiemhimmel@gmx.de

Naturverb., lebendige, kreative, Mami 32J. sucht dich NR zum gemeins. Lachenein Feuer entfachen. Berge, Kinder, zelten- das sind deine Welten? Du hast Lebensfreude- Neugier, dann freu ich mich auf Post hier: BmB sonnenleben@web.de

Unternehmungslustige Sie (36, 1.73m) sucht neugieriges DU für liebevolles WIR beim Bergwandern, Reisen, Tanzen und Genießen. liebelaechelebe@yahoo.com

Lebens- u. reiselustige 44-jährige (168,56kg) su. fröhliches Gegenstück mit Herz im Süddeutschen – Für (Apres)Ski, Golf, Berge, Leben, Lachen und noch mehr. outdoorgirl321@yahoo.de (bmB)

Gemeinsam hoch hinaus! Neue Wege entdecken, die Aussicht genießen und den Weg als Ziel begreifen. 1.80m große SIE (48) sucht wander- und kulurbegeisterten Weggefährten in Franken. evaberge17@gmail.com

Allgäu (48, 1.76, NR) Auf einem See, am Berg, bei jedem Wetter, sommer wie winters, zur Musik oder beim Billard... sind wir uns, lebenslustig, naturverbunden und achtsam, noch nicht begegnet. Vielleicht treffen wir uns auf diesem Wege? anutza@gmx.de

FR/HD: Ich (36;NR;162) weltoffen und sportlieben suche Dich mit Spass am RR, MTB, Skifahren und Wandern, BmB an hd20@web.de

Buchstabenfee aus Bln, 48, HSA, liebt Wasser, Wald, ... sucht Gefährten mit gesellsch. Interesse. kontakt: schoener.leben.1@gmx.de

F0/Obfr.: sportl, schlank, blond, 172, NR sucht naturverb., sportl. Partner zw. 35-42: frankenjura2017@gmx.de

DD/Sa. Waldfee 50+ schlank sucht deine Nähe auf abenteuerl. Pfaden und Gipfeln. Gemeinsam Schönheit bewundern, Tiefe erfahren, Fernweh spüren, Feuer bewahren! reich-der-mitte@web.de

RM 3 u. überall. **Alles auf Anfang!** Munteres Mädel (60J., 169 cm) sucht schlanken, sportl. Burschen, gern jünger:-) zum wandern, bergsteigen, Kultur u. Me(h)er. Bewerbung an frida2202@t-online.de

Sachsen/Umgebung: Sie, 53, 1.75, sucht ihn zum wandern, radeln, reisen u.v.m. Vielleicht wird mehr daraus. BmB an: freireipa@web.de

Rm 7: Gipfel erklimmen, Carven im Tiefschnee, Reisen nah und fern, MTB am Gardasee, gemütliche Abende zu zweit. Ich 60/165 wünsche mir einen netten Partner, auch jünger, der mich gerne begleiten möchte. Freue mich auf Dich. Mail an: dolomitenfan@freenet.de

Rm8: Sportliche, schlanke Beamtin sucht Gleichgesinnten für MTB, RR, Ski, ST, Berge, +/- 59, BmB, berge.111@gmx.de

RT/TÜ: Begeisterungsfähige, weltoffene SIE (55/165/schlank) sucht Pendant (bis 60/NR) mit Interesse an (Fern-)Reisen, Radtouren, Bergwandern, Langlauf, Schneeschuhtouren, Kultur... Auf geht's! BmB an blick_nach_vorne@web.de

RM 86: Junggebliebene Witwe möchte nicht länger allein oder als 3. Rad am Wagen zum Wandern, Tanzen, LL, Lachen, Museen besuchen oder in Urlaub fahren. 56. jährige Akadmikerin finanziell unabh., sportlich, offen für Neues. Zuschriften bitte an karwendel-a1@gmx.de

Rm 8: 50, sportlich, ledig, attraktiv, sucht Dich! Zum Welt entdecken, Gipfel stürmen, Pizza essen und allem, was zu zweit schöner ist. alpenfeuerlilie@gmx.de

Physiotherapeutin, 43 J., schlank, blond, 1,75 m, NR, sehr tierlieb, die im Urlaub gerne Kajak fährt und wandert sucht sportlichen unternehmungslustigen Mann bis 50 j. **zwischen Ulm und Oberstdorf**, der mit beiden Füßen im Leben steht. ketake123@web.de

Rm7: Attr. Kw. (w, 36,175,58) bietet Rennrad, Wanderschuhe + selbstgeb. Käsekuchen. Du, ausgegl., unkompl., hast Lust auf Natur u. gute Gespräche? Go! energie2015@outlook.de

M/RO: 56/179/NR sucht Dich zum Bergwandern, Reisen und mehr... BmB: berge22@gmx.de

Rm7: Sportl. eigenst. Frau (32, 1,72) mit Herz sucht treuen Mann (33-39, Ü1,80) mit Hirn und Humor zum Wandern, Laufen und für ein gem. Leben :) wander-maedle@gmx.de

Rm83: Fesche liabe Bergmaus (39/168/ NR) sucht ehrlichen Schnuck mit Herz, Humor u. Verstand für Mtb, ST, Lago,grillen&chillen. BmB. Bergmaus123@web.de

Bergbegeisterter Berliner gesucht: junggebliebene Akad. (49/170/57) spontan, natürlich, witzig wünscht sich einen kultivierten Naturburschen im passenden Alter zum Klettern, Wandern, Zelten, Konzerte, Kino, Kultur und vielleicht auch zum Verlieben. BmB an yenden@gmx.net

Rm 8: Naturverb., sportl. Sie su. naturverb. Ihn (38-50/NR) f. gemeinsame Naturerlebnisse, gute Gespräche, ehrliche Partnerschaft. Naturinbergundtal@web.de

RM 5: ich parshippe nicht, sondern suche auf diesem Wege einen Gefährten für Berg und Tal, bin attraktiv, sportlich, schlank 1,67/54/NR und gespannt auf deine Zeilen BMB: nc-brandsbi@netcologne.de

Nbg; Sie: 46, lebens- und reiselustig, vielseitig interessiert, anspruchsvoll und selbstbewußt, 173 cm, mäßig sportlich. **ER:** -50, volljährige Kinder, wünscht sich eine Partnerschaft auf Augenhöhe. Werte, z.B. Ehrlichkeit, sind wichtig. BmB an: christa2017@web.de

Rm88: Welcher sportl. Mann möchte noch mehr Qualität in sein Leben bringen und mit mir (68,168,57) die Berge im Sommer und Winter erleben, in fremde Länder reisen und das Leben genießen. Bitte mit Bild an stillup@gmx.de

Rm Ulm: Schlanke, sympathische Akademikerin 56, 1.76, NR sucht heiteren, sportl., naturverb., wachen Geist mit warmer Seele um in Bewegung zu bleiben und aus Elefanten Mücken zu machen. BmB: carpediem09@gmx.de

Chiemgäu: Wirklich attraktive Träumerin wünscht sich feschchen Genießer, NR, 55-60, ca 180, zum Pläne schmieden. BmB an chiemseemaedi@gmx.de

Bergerfahrene, sportliche 60igerin wünscht Begleiter (bis 70) für sportliche Unternehmungen, Ski alpin, LL, Bergsteigen, Rad u.a. auch reisen. Bin finanziell unabhängig und wohne RM 83. BmB: am.vorwerk10@gmx.de

Allgäu: liebevolle Single-Mama (42/169/sportlich) mit zwei Kids,(w13/11), wanderlustig freut sich auf Dich, -50J. mit Sinn f. Humor, Kultur u.Intellekt, über nette Zuschr. BmB, kontakt13@hotmail.de

KLEINANZEIGEN

Rm 83: Bewegung/Natur/geniessen, nichts extrem, es soll Spass machen. Wenn Du Deine Wurzeln im Landkreis RO hast, (gerne Ski/Motorradfahrer, ca. 57J. über 1,80, NR), Charakter besitzt und ein stimmiges Leben führst, freue ich mich von Dir zu hören. bester-tag@gmx.de

Rm.83. Sie.57, schl.NR.su.ihn.heimatverb.sportl.f.Skitour,Bergsteig,Radl.paula.1@freenet.de

Hamburgerin, 53/168/schlank, sportlich, attr. sucht passenden naturverb. Mann (-58) in HH oder Südd. für Berg/ Skitouren und gemeinsame Zukunft. BmB. an nord_sued@gmx.de

M: Ich (45, 177, schl.), mag wandern in den Blaubergen, radln ins Grüne, schwimmen beim orangefarbenen Sonnenuntergang, zusammen kochen, Bücher von Jellouschek, bereichernde Gespräche, Menschen, die Gefühle zeigen und ihre Stärken und Schwächen kennen. Und du? Wenn du auch bewegungsfreudig und kinderlieb bist und im Raum München wohnt, freue ich mich sehr auf eine Antwort. fruehlingsglueck17@t-online.de

Rm 8: Der Platz an meiner Seite ist noch frei. Ich, 52/160 habe Spaß am Wandern, Ski, Reisen, MTB...BmB zugspitz2016@web.de Trau dich!

AA: 40/160/NR, unkompliziert und natürlich, sucht dich für die Berge, zum Musizieren u.v.m.: freumich_2017@web.de

Rm FR: Ich (28, 164, 50, NR, sportlich, humorvoll, bergerfahren) suche Kerl für Klettern, Hochtouren, Reisen und gemeinsame Abenteuer. berg2017@gmx.net

Rm 86: Dynamische Outdoorsportlerin (40) sucht für HT, ST, RR dynamischen Outdoorsportler. alpinistin76@t-online.de

Rm9: Komm, lass uns zusammen Freizeit genießen! Vielseitig interessierte, (attr-)aktive 57-Jährige sucht Komplizen für alles Schöne im Leben! outdoorhexe@gmx.de

Sbg/Umg.: Ich (46,160,50), sportlich, unternehmungslustig und romantisch suche humorvollen Partner für gemeinsame Abenteuer aller Art. Freue mich auf deine Nachricht! BmB an: abenteuer.bergfex@gmx.net

Rm 78: Sie, 52, naturverbunden, sportlich mit Freude a. Wandern, Natur, Kultur, Genuß und gutem Gespräch sucht humorvollen, warmherzigen und klugen Gefährten. BmB: sannez44@aol.com

Allgäu: Charmante Akad. mit Tiefgang, schlank, 50+, sucht Akad. für Berge und Mee(h)r. sonnenschein.3@t-online.de

Mü/Umg: Sportliche Akademikerin (49) sucht für Herausforderungen beim (Berg-)Sport, MTB, HT, ST, RR und (Fern-)Reisen abenteuerlustigen Bergsportler. alpinistin@t-online.de

ER SUCHT SIE

Rm S : Wenn es mit Dir (30+) bergaufgehen soll, schreib mir (40+, schlk., philos., musikal., unternehmungslustig) einfach eine BmB an bergaufgehen@web.de

Allgäu + ? Ich (36, 1,85, NR, Akad, sportlich, attraktiv, humorvoll, lebensfroh) suche Dich (25-35, NR) um gemeinsam die Berge & mehr zu erleben. BmB an worein7@gmail.com

Rm FFM: 39/1,81/75 sucht humorvolles, sportl. Mädcl f. Ski, Hütten, Rad, Reisen+ein gutes Glas Wein: frankfurter77@freenet.de

Rm 89-Allgäu: Du bist sportlich in den Bergen und im Flachland unterwegs, bist fröhlich und schlank und magst MTB/Ski/Tour/Trailrunning/Berglauf....? Dann freue ich mich, 52/183/83, sportlich, fit, weltoffen, vielseitig und bergaffin, auf deine Mail: berge-2017@gmx.de

Rm0, akad. Teilzeitpapa (NR/39/183) mit Leidenschaft fürs Klettern und Wandern, ohne Angst vor Kindern, Alltag und Nähe, sucht naturverbundene offene, ehrliche, junge Frau (bis 36), welche weiß was sie will und auch mal Kompromisse eingehen kann. drausen77@gmx.de

Raum Bodensee: Gentleman und Naturbursche, Mitte 50, sucht nette Sie zum Verlieben und gemeinsam jung bleiben. Interessen: Lachen, reden, touren (MTB, Ski, Wandern), reisen. BmB: gemeinsam2017@web.de

Rm 92/93: M (41, 180, normal, Akad, NR), neugierig und begeisterungsfähig, sucht Dich zum Kennenlernen. Viel in der Natur - aber ich brauche auch Kultur. sonneundwind75@gmx.net

Er: 74/169, schlank, fit, gesund, sucht Sie, Berge, Meer, Rad, Reisen. 030/27016640

M West: Schlanker unkonventioneller Ing. (43/183) möchte mit Dir (Renn)Radeln, Klettern und einfach wunderbare Zeit verbringen. <https://mwest.jimdo.com>

FS Ich 64 sportlich 90/188 hab viel Zeit, reise gern und suche dich für radln, wandern, reisen, lachen, Ski und Kultur. BmB: romanjarobo@web.de

Rm71: 56/180, sportlich, natürlich, kulturell interessiert, reiselustig sucht Frau fürs Leben: drw09@gmx.de

Allgäu/ Bodensee: Welch' sportlich, trittsichere Frau (44-55) mit Lachfalten und Lebensreife, Witz und Verstand, will ihr Radl und Bergstiefel, Ski &... am Abend auch gern gemeinsam in die Ecke stellen und auf Augenhöhe selbstbewusst und gelassen durch die Zeiten ziehen? (54/170/58/NR/verw.) BmB: espresso63@outlook.de

Rm 78: Sportlicher, junggeliebener Bodensee-Mann (51J/1,84/95/NR) sucht eine passende, sportliche Frau, junggeblieben mit Herz für gemeinsame Wanderung, MTB, RR, Ski, Langlauf, Wellness und sinnliche Stunden zu zweit. BmB: Edelweiss1965@email.de

Düsseldorfer (55, NR, Akad.) mit Standbein in BGL sucht interessante Begleitung für anspruchsvolle Berg-touren im Raum BGL: sommerwinter2017@web.de

Rm 76-79: Weltoffenere und natürlicher Er (49/172/70) sucht nette Sie zum Wandern und Radeln, die Nähe und Ferne erkunden, die Natur gemeinsam genießen. blackforest1967@yahoo.de

PLZ 67/68/69: Sportlicher Berglöwe, 60 J., 174 cm, möchte mehr gemeinsam genießen. Mangels Pendantin suche ich eine geländegängige sportliche Berglöwin für anspruchsvolle Wanderungen in Odenwald/Pfalz, Berg- und Gipfeltouren in den Alpen, Trekkingreisen (Nepal), Inlineskating, Skilanglauf u. a. m. Humor, Grips und Manieren werden geboten und sind erwünscht. Ich freue mich auf Deine Zuschrift. ha1956@kabelbw.de

Elbsandsteinkletterer (51/172/68) hat ein freies Seilende für natürliche und humorvolle Sie. mount65@gmx.de

Rm LA, FS, M: Bist auch Du sympathisch, sportlich, schlank, unkompliziert mit Herz und Verstand, auf der Suche nach der großen Liebe? Ich 57/180 freu mich schon auf Dich. BmB pefo@web.de

München: Wo warst du am Gipfelkreuz? Dr., 43, attr., sportlich, erfolgreich und lebensfroh sucht Partnerin mit Herz, Hirn, Humor und Horizont für eine gemeinsame Zukunft. wir-2@ist-einmalig.de

Rm7: Ich 38/172, NR, suche sportliche, naturverbundene Sie für Berg- und Wandertouren, zum Reisen, Relaxen und mehr: time4mountains@web.de

Rm 70 Sportliche, große Männer im Dreierpack 57/14/12 suchen Pendant zum durchstarten. wn@bmt.uni-stuttgart.de

Rm 7/8: Zur Zeit hat die einzige Frau in meinem Leben vier Pfoten, ein weiches Fell und Schlappohren. Doch spricht sie nicht, geht nicht ins Kino und gemeinsames Kochen ist auch nicht möglich. Ich (44, 1,80) suche ein Outdoor-mädcl, die mir zuhört, mir von sich erzählt, in den Bergen aktiv ist und ihre Freizeit mit mir verbringen will. feuerherz72@t-online.de

Zuverlässiger Er, 46, 174 cm, NR, wünscht sich eine natürliche Partnerin (gerne mit Kindervunsch), um gemeinsam das Leben zu genießen. Ich bin ruhig, mag die Natur und die Berge und liebe es, mich draußen aufzuhalten. Ob sportlich aktiv oder entspannt zuhause vor dem Kamin – ich bin dabei! Suche gleichgesinnte Sie aus dem Raum Ost-Württemberg – Allgäu – Bodensee oder Südtirol, die mit mir durch's Leben geht. Ernstgemeinte Zuschriften unter kollenmichl@gmail.com

Nürnb. (43/184) bietet Humor u. warme Füße. S. tolerant, intellig. bewegungsfr. Seelenverwandte für Bergtour zu Fuß, Ski oder MTB gumi73@gmx.de

BGL: 178/70/64J./NR suche nette Partnerin für Berge, Rad, Natur und alles was Spaß macht, BmB: e.m52@gmx.de

Rm 83: Er (44/ 181/ 85) sucht Sie für Berg-/Skitour, Wanderung, Biergarten etc geigelstein@yahoo.de

Rm82-86, (60,175, 78, NR). Attraktive Frau als Begleitung gesucht, auf Bergtouren, Fernreisen und im Alltag. Einfach eine Frau, die mir gefällt, die ich mag und die mich mag. Bildzuschriften bitte an lionel_s@go4more.de

Allgäu 41/1,76/70/NR sportl., naturverb., biol. vegetarische Lebensweise, wünsche mir einfühlsame, natürliche Partnerin -41, die mit dem Herz denkt u. der Seele liebt. BmB an wakantanka05@t-online.de

Schlossbesitzer (Fahrradsschloss) sucht lebenslustiges und hüttentaugliches Burgfräulein für gemeinsames Abenteuer. perpedales@gmail.com

RM79 Ich34/183/76/NR suche,nette und warmherzige,(Berg)-Partnerin mit Interesse an Buddhismus sowie gemeinsamen Berg-Skitouren! BmB an stephan.m82@gmx.de

74736 31/171/64 zu zweit macht alles mehr Spaß.RR,MTB,Klettern, wandern uvm. Träume oft von dir, aber gibts dich auch wirklich? hillrunner@gmx.net

Rm 83: Ich (m, 40) suche bergbegeisterte Sie für Skitouren/Klettern/Hochtouren, zusammen lachen und mehr. BmB berghochzwei@gmx.de

KLEINANZEIGEN

59067 Ich 37J 1,72m sportl. 65kg. Ich will mit dir wandern, Rad fahren und viel mehr. Du kannst die Richtige sein. Melde dich bei mir: perfekt-alex@o2online.de

LRO/HRO: Bist Du auch noch immer neugierig auf diese Welt? Suche Berg und Tal Fee, bin 51/173 sportlich, schlank bergundvielmehrleben51@yahoo.com

Rm 4, E: Begeisterter Wanderer und Hobbyfotograf (35,170,72) mit Liebe zu Natur, Kultur, gutem Essen sucht Dich für Touren in der Nähe oder um die Welt und mehr. Gemeinsam erleben, lachen und vit lieben. BmB: trekkingfreak666@gmx.de

Raum HH: durch Tiefschnee stauben, über das Meer gleiten; rot trinken, grün wohnen. Klassik geniessen; zuhören und (zu-)gehört werden; Blumen auf dem Tisch, der Hund darunter; nicht immer alles - aber gern eine Auswahl davon; mal miteinander, mal nebeneinander, bloß gewiss nicht ganz allein, lieber mit dir?! Kontakte an mich (55, jünger lebend, 173, 70) bitte nur aus dem Raum HH +- 100km; markus.millies@web.de

Rm Allgäu: Huuy, 1 neuer Versuch... Welches nette, unkomplizierte Mädle hat Lust auf radeln, „gassi gehn“, im Wasser plantschen, campen, vorm Kaminfeuer fußeln, garteln... - 1 fach gemeinsam durchs Leben gleiten. Ich 51 /169/65/NR biete Dir den Sonnenplatz an meiner Seite u. vielleicht auch mehr : o) BmB an bernd.moser2014@yahoo.de Ach ja, danke für die bisherigen Zuschriften und Treffen, aber die Richtige, die wirklich weis, was Sie will hat noch gewartet mit den Zeilen...

Muc: Suche nette Sie mit Niveau, Humor, Ski, Kultur, Reisen. Bin 59, schlank, 174, NR. BmB edelweis-strauss@gmx.de

Abenteurer (35J/RM96) sucht sportliches Mädle für Norwegen und den Rest der Welt. bluestyle@web.de

Rm 7: Steinbock (44/ 1,86) sucht Bergziege (bis 39) für Berg, Outdoor, Reisen und mehr. Bin offen, charmant, geistreich, unternehmungslustig. berggeist4807@web.de

Mountain Lady gesucht. Er bergsüchtig, romantisch, einfühlsam, naturverbunden, athletisch, sportlich. Ü50, NR, BmB: bergloewe56@gmail.com

Plz 83 BGL/TS: Naturbursch, 36/176 - gerne in de Berg unterwegs, sucht humorvolles Mädle -40 für Gipfibusssal, Einkehrschwung u.v.m. Zuschriften BmB an: aufm-berg@web.de

RM 82: Gipfelsammler, 53, s. Begl. f. leichte 3000er Wallis-bergvagabund63@gmx.de

Ammer, Lech, Loisach: Zu zweit wäre es schöner! Ich suche eine natürliche, lebenslustige Sie mit gutem Humor, gepflegtem Äußeren in geordneten Verhältnissen. Die Aktivitäten in der Natur zwischen Berg und Tal (MTB, Ski) mit mir, 48, 1.75 teilt und ein harmonisches Miteinander auch im häuslichen Bereich genießt. ammerschlucht@t-online.de

Rm 69: Du freust Dich auf jede Berg- und Radtour, gemeinsame Unternehmungen, Lachen genießen. Dann suche ich Dich 59/175/74, lebensfroh, charmant. latemara55@web.de

Rm 84/94: Suchst Du einen Partner der gern wandert, klettert, rad- & skifährt und das Leben lieber gem. als allein genießt? Unternehmungslustiger, aktiver Er (43/184) freut sich Dich kennenzulernen. BmB Edelweiss2017@t-online.de

Rm5: Mann, 65/176, Akad., unabhängig, sucht Gefährtin für Aktivitäten zwischen Philharmonie und Island Peak. Pinotnoir2017@gmx.de

Glück ist echt wenn man es teilt. Am liebsten mit Dir, herzlich, verlässlich, sportlich. Beim Aufwachen, Pläne schmieden, Koffer packen,... Akad. 45, groß, schlank mit Familienwunsch. Freude an Natur, Sport und gutem Gespräch. Einfach an, BmB: GluecksTreffer-2017@gmx.de

Rm 83: Zusammen Berg und Tal genießen. Er: sportlich/schlank/NR, 184/54 sucht Dich zum Wandern, MTB, Skitouren und fürs Leben. An: sternundsonne@web.de

RM7: Skistiefel, MTB, Ledersohlen, Witz, klassische Musik, intelligent, vielfältig, sportl., Akad, NR, 39, 188, empathisch. **Welche Schuh' trägst Du?** BmB berg-sonne@web.de

Multilokaler, (noch?) ohne Kinder (-Arzt), 50, ledig, sucht sie mit Fam.wunsch um gemeinsam anzukommen. Mag ST, KL, MTB, pain au chocolat, Haus am See, mein Zelt, Kultur&Film, Moon&Stars, u.v.m. Taranaki66@hotmail.com

HH (37/191/schlank) sucht dich für Berge (klettern/wandern/...) und Meer, Bullispaß und fürs Leben. **d.min@web.de**

Rm: 85+93 Sport. Naturbursche 41/183/NR, liebt die Berge. Sucht Bergfee mit Familiensinn, Herz, Humor. Den Liebesvolltreffer für Gipfel u. Tal. BmB Bergelch@t-online.de

Rm34/37: Landei, 54/188/90/NR liebt Bergwandern, MTB, LL, VW-Bus und sucht: NR, natürl., sportl., schlank, lebensfroh, BmB: Bergfan62@gmx.de

M, 31 sucht Dich für eine harmonische Beziehung, Sport, Kultur, Tradition & Moderne, Reisen, ggf. Familienplanung. - Interesse an RR, MTB, Fitness, Genuss, Sauna, Klettersteige, Motorrad & Zeitgeschehen.... Derzeit noch in München lebend, will aber zurück aufs Land, denn da komm' ich her, evtl. Chiemgau, Karwendelgebiet, Bodenseeregion mit Ziel eigenes Häuschen, f.s.13@t-online.de

Rm Ulm + 100 km: Du besitzt Wanderschuhe, Jogging / Walkingschuhe, LL-Schuhe, Schneeschuhe...? Bist auf der Suche nach einem Partner für Freizeit u. Leben. Ja, dann sende mir, 51 Jahre, mal ein Signal. Email: hikingmen@web.de

Lust auf Leben, Liebe, Lust? Sympathisch, männlich, sportlich 55, 1.88. Gefühl für Ästhetik und Natur. Schätze das Genießen, Offenheit für Kulturelles, Reise und die Liebe. Wünscht sich für den gemeinsamen Weg eine Partnerin, welche sich ihres Frau sein bewußt ist und sich bei aller Stärke und Individualität fallen lassen kann. BmB: mecky.messer@arcor.de

Rm 87: Ich, 47/1.78 NR, liebe Tanz und Bergschuhe gleichermaßen. Du auch? BmB: c_mueller_6996@yahoo.de

Rm7/8 überall: 58/1.77/schlank. Suche naturverbundene Partnerin für sportliche Abenteuer auf den Bergen, im Wald, am Wasser. Humorvoll, gesellig und offen für Neues. Freue mich auf Zuschriften: natur99pur@web.de

Großraum N, BA: Privatier, 1.74, 78, Ende 60, NR, NT, unabhängig, natur- und kulturbegeistert, sportlich, zuverlässig, Genussemensch, liebt die Berge und das (Mittel-) Meer sucht wanderfreudige, liebevolle Partnerin. Foto wäre schön! Zuschriften unter alpeliguria@t-online.de

R8: Berge, Wasser, Natur, Musik. Es gibt viele Wege zu sich selbst und zu anderen. Wer macht sich mit mir (71/1.68) auf den Weg? alpenadler109@web.de

Rm 88X - 72X: m., 58/1.84, positiv denkend, natürlich, verzichtet hier bewusst auf die Aufzählung toller Charaktereigenschaften. Wünsche mir Bekanntschaft uvm. mit natürlicher Sie +/- 54 J. um auf gleicher Augenhöhe nicht nur den Zauber des Bergfrühlings zu erleben. bergwichel25@t-online.de oder 0171/3630992

Rm 89+x: Solider Bub (34) mit Grips und vielen Interessen sucht quirliges, bodenständiges Mädle für das Leben zu Berg und zu Tal :-) buaufamberg@gmx.de

Rm8: Sportl. attr. ER 46/182/NR sucht Sie mit Lust auf Berge, Reisen, Kultur & Lebensgenuß. BmB peako@gmx.de

R8/By - der Berg ruft! Wo ist das Bergfräulein, mal leger, mal fesch, -45, mit dem Herz am rechten Fleck, die Aktivitäten mit mir (M, 49, 184, schlank, vorzeigbar) teilen will: Bergwandern, MTB, Schwimmen, Kultur? BmB: alpengluehn68@gmx.de

Raum München/Chiemgau: Ich, ein gefühlvoller Mann Mitte 50, 1.86, schlank, Akademiker, suche eine warmherzige Partnerin mit Tiefgang und Niveau. Ich bin naturverbunden, sportlich, vielseitig interessiert und gespannt darauf gemeinsam Neues zu entdecken. fmj95@hotmail.com

FLOHMARKT

Zeitschrift „Der Bergsteiger“ 1984-1991 je Jahr 10€, zus. 60€ Tel. 089/ 314 6088

Meindl MFS Vakuum Gore-Tex Wanderschuh 39,5; 2 x getr.; br. Leder; NP € 230 VB € 150 memamahe@gmail.com

AV-Jahrbuch: 1886-1942, 49, 52, 54, 56-2008: € 200,- Tel. 0172/7999280 SMS

Bergstiefel Raichle steigeisenf. - 2x getr. Gr. 5,5 & 7,5 - 2x Steigeisen Grivel Courm. unben. - Sitzgurte Edelw. Alpin & Universals 2x getr. VP 250,- Tel.-AB 089/6098616

Mammut-Schlafsack Kompakt 195 L, 82 x 230 cm, 1630 g, +20/-15 Grad, 2 x getr. m. Packs € 98,- Tel. 08031/2334955 AB

Hilleberg Nallo 2 GT 1x für 2 Wochen Tour benutzt, neuwertig. 700€. 0174 5149817

Alter Holz-Gelenkschlitten, 120€ VB, Fotos gerne. Tel 089 58090241

HANWAG: Damen-Bergschuh Gr.4,5, NP 250€,- für 100,-€. 1x getragen. Tel.: 0171-7825836

Mammutrucksack+Kartusche 30l, 2x benutzt 300,-€. 08572 8307

ExpRucksack Arcteryx Bora 80 Ltr neuwertig, wasserdicht, € 250,- Fon 08031-66848

Da.-Bergschuhe LASPORTIVA Gr. 39 neuwertig. VB € 170,- sonntag-scherer@gmx.net

PLZ 86949: Bergwelt, Jg.: 74-84, mit Inhaltsverzeichnis, mit Ordner; sehr guter Zustand: Tel.: 08193 7921

Meindl Watzmann MFS He-Bergschuh Gr. 44,5, braunes Leder, 1 x getr., NP € 240,- VB € 160,- Tel. 0163/6033377

Boulder"halle" mit 250 Griffen (frei stehend 4,5*2,9*2,6m/l*b*h). Für Garten oder Verein, auch draußen. Platten mit hochwertigem und griffigem Belag. Preis VB. Fotos und Infos: jduchrow@t-online.de



Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell selber buchen unter 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

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer: **(040) 37 03-53 26**

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2017: bitte ankreuzen

Rubrik A	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
Rubrik B	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<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
	12,70	26,39	6,20
	25,39	52,79	12,40
	38,09	79,18	18,60
	50,79	105,58	24,80
	63,49	131,97	31,00

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr AG & 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 AG & 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: _____

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg, Telefon: (040) 37 03 - 5326, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de

Anzeigenannahme-
schluss ist am
13.4.2017
PANORAMA 3/17
erscheint am
23.5.2017



Hüttentour
im Trentino

Hohe Ziele

in
Etappen

Der Nationalpark Stilfserjoch ist eines der größten Schutzgebiete der Alpen und ein vergleichsweise ruhiges Tourengebiet. Viele Wanderer aus Deutschland scheinen doch eher in Südtirol zu bleiben anstatt ein Stückchen weiter ins „richtige Italien“ zu fahren. Das Trentiner Gebiet des Parks liegt in den zwei Seitentälern Val di Rabbi



Foto: Italo Menapace

Vom Val di Sole aus können Wanderer ohne Hochtourenenerfahrung die Dreitausendermarke knacken und mit Bergführerbegleitung Gletscherluft schnuppern – vorausgesetzt, das Wetter spielt mit.

Text und Fotos: **Christine Frühholz**

strich zu erzählen. Zum Beispiel, dass das Tal wie viele andere mit der Abwanderung der Bevölkerung zu kämpfen hat. Nur noch wenige Almbauern gibt es, das zeigt sich deutlich an der Verbuschung des Geländes Richtung Haselgruberhütte (Rifugio Lago Corvi, 2425 m) am Rabbijoch, der ersten Unterkunft. Leckere italienische Hausmannskost und komfortable Mehrbettzimmer: Wer typische Matratzenlager gewohnt ist, wird auf dieser Tour seine wahre Freude haben – geräumige Zimmer und bequeme Stockbetten lassen dann doch einen gewissen Komfort und Freiraum zu.

Vorbei an tiefblauen Gumpen und dem stattlicheren Lago Corvo und dem Kirchengbergsee zieht sich der schöne Wanderweg am nächsten Tag hinauf zur knapp 3000 Meter hohen Gleckspitze. Begleitet von ersten lauterem Schnaufern ob der nicht gerade leichten Rucksäcke. Vier Hüttenübernachtungen, Höhen bis 3700 Meter und sehr unbeständiges Wetter: Wetterschutz, zusätzlich warme Kleidung zur Wechselwäsche und die übliche Hüttenausrüstung sind obligatorisch. Dazu kommen noch Klettergurt und Steigeisen, die statt am vierten Tag schon zu Beginn der Tour ausgegeben werden. Denn auf der dritten Etappe wartet ein zwar flacher,

und Val di Peio; sie sind der Ausgangs- und der Schlusspunkt der abwechslungsreichen Mehrtagestour, die der DAV Summit Club als Komplettpaket anbietet. Der besondere Reiz: Es geht zwischen knapp 2500 und 3000 Metern technisch und konditionell relativ einfach, aber aussichtsreich von Hütte zu Hütte, am vorletzten Tag

gibt es als Highlight mit Palon della Mare (3703 m) und Monte Vioz (3645 m) eine richtige Hochtourenetappe.

Armando Dallavalle wartet am Treffpunkt Malè auf die Gruppe und heißt nicht nur so, er kommt auch aus diesem Tal. Der staatlich geprüfte Bergführer hat die letzten Jahre eine Alm betrieben – und entsprechend Interessantes über diesen Land-



aber bereits schneefreier Gletscherabschnitt, dessen Begehung ohne Steigeisen eine echte Rutschpartie wäre. Am Gipfel zieht der Himmel plötzlich zu, es scheint, als ob der höchste Punkt des Tages auch der Scheidepunkt in Sachen Wetter ist. Mit den ersten Regentropfen erreichen

Der höchste Punkt des Tages ist auch Scheidepunkt in Sachen Wetter

wir die Dorigoni-Hütte, kurz darauf prasselt der Regen herunter – Zeit für ein ausgiebiges spätes Mittagessen. Und für ein kleines Gespräch mit Cecilia, der Hüttenwirtin. Die umtriebige junge Frau hat Tourismus und Wirtschaft studiert, ist ausgebildete Wanderführerin, hat diese Mehrtagestour mit entwickelt und dem Summit

Club vorgestellt. 2016 hatte die Runde eine sehr erfolgreiche Premiere im Programm der DAV-Tochter, für 2017 werden bereits wieder zehn Termine angeboten.

Vom Rifugio Dorigoni zum Rifugio Larcher sind es ein paar Höhenmeter weniger als am Vortag: die Etappe über die Bocca di Saent (3121 m), den Careser-Ferner und vorbei am Careser-Stausee ist aber mit insgesamt veranschlagten gut fünf Stunden reiner Gehzeit etwas länger und startet steil und schottrig. Königspitze, Zufallspitze, Cevedale: Der Abstieg über den flachen

Gletscher gibt das erste Mal Ausblicke auf die imposanten Dreitausender der Ortlergruppe frei, von denen zwei das Gipfelziel des nächsten Tourentags sein sollen. Aber auch heute machen die Wolken dicht – und damit nicht genug. Die Gewitterwahrscheinlichkeit schon gegen Mittag ist für den nächsten Tag so hoch, dass Armando nach diversen Telefonaten und Gesprächen mit den Wirtsleuten beschließt: Der

höchste Punkt der Tour ist bereits erreicht. Kurz überwiegt die Enttäuschung, auf diesen Abschnitt haben schließlich alle hingefiebert – weg vom reinen Wandern hin zur Gletschertour, Höhen bis über 3700 Meter und eine Übernachtung auf der mit 3500 Metern spektakulär gelegenen Vioz-Hütte. Doch schnell setzt die Vernunft ein, das Risiko wäre zu hoch, ein Abbruch oder Rückzug auf dieser langen, exponierten Etappe nicht ohne Weiteres möglich. So bleibt die Larcher-Hütte für eine weitere Nacht eine gemütliche Unterkunft, ein schneller Dreitausender in Hüttennähe am nächsten Morgen eine gute Alternative zur Gletscheretappe. Und Palon della Mare und Vioz bleiben vom Hüttenfenster aus betrachtet ein Sehnsuchtsziel für kommende Unternehmungen.



Die Panorama-Redakteurin **Christine Frühholz** war das erste Mal mit dem Summit Club unterwegs – vom Trentino als Tourengebiet ist sie schon länger begeistert.

DURCH DEN NATIONALPARK STILFSERJOCH

Abwechslungsreiche Mehrtageswanderung mit vier Hüttenübernachtungen und einer einfachen Hochtouren-Etappe (Steigeisen, Hüftgurt und Seil notwendig). Wer die Tour eigenständig unternehmen möchte, braucht Gletschererfahrung.

Als Komplettpaket buchbar über den DAV Summit Club (siehe auch S. 35). Ausgangspunkt: Malè, weiter mit dem Shuttle zum Tourstart im Rabbi-Tal:

dav-summit-club.de/HWVIOZ

Anreise:

Mit der Bahn: Nach Trento, von dort ca. stündlich weiter mit der Val-di-Sole-Bahn in 1 ½ Std. nach Malè. Mit dem Bus (mehrmals täglich) weiter nach Rabbi.

Mit dem Auto: Brenner-Autobahn A22 bis Mezzocorona, weiter auf SS 43/SS 42 über Malè nach Rabbi. Die Tour hat unterschiedliche Ausgangs- und Endpunkte, daher sind auch bei Autoanreise Teilstücke mit lokalen Bussen oder Bahnen zurückzulegen:

valdisole.net/DE/Mobilitaet-mit-Zug-und-Bus

Beste Zeit: je nach Schneelage Juli bis Mitte September

Etappen:

- › Rabbi (1059 m) – Malga Samocleva (1892 m) – Rifugio Stella Alpina al Lago Corvo/Haselgruber-Hütte (2425 m), ca. 1400 Hm, ca. 4 Std.; mit Shuttle zur Malga 500 Hm, 2 Std. (jeweils reine Gehzeiten).
- › Haselgruber Hütte – Glectspitze (2957 m) – Rifugio Dorigoni (2437 m), ⤴ 850 Hm und ⤵ 850 Hm, 4 Std.
- › Rifugio Dorigoni – Bocca di Saent (3121 m) – Lago di Careser (2603 m) – Rifugio Larcher al Cevedale (2608 m), ⤴ 750 Hm und ⤵ 650 Hm, 5 Std.
- › Rifugio Larcher al Cevedale – La-Mare-Gletscher – Palon de la Mare (3703 m) – Forni-Gletscher – Monte Vioz (3645 m) – Rifugio Mantova al Vioz (3535 m), ⤴ 1400 Hm und ⤵ 450 Hm, 7 Std.
- › Rifugio Mantova al Vioz – Rifugio Doss di Cembri (2315 m) – Seilbahn nach Pejo Fonti (1383 m), ⤵ 1250 Hm, 3 ½ Std. Mit Bus und Zug nach Malè und weiter nach Rabbi.

Hütten:

- › Rifugio Stella Alpina al Lago Corvo/Haselgruber Hütte Tel. (privat): 0039/0463/98 51 75, 0039/(0)393/643 66 29
- › Rifugio Dorigoni (CAI), Tel.: 0039/0463/98 51 07, info@rifugiodorigoni.it, rifugiodorigoni.it
- › Rifugio Larcher al Cevedale (CAI), Tel.: 0039/0463/75 17 70, 0039/(0)328/652 96 15, info@rifugiocevedale.it, rifugiocevedale.it
- › Rifugio Mantova al Vioz (CAI), Tel.: 0039/0463/75 13 86, 0039/(0)339/279 88 26, rifugiovioz.it

Karten:

- › Val di Peio, Val di Rabbi, Val di Sole. Tabacco Wanderkarte 048, 1:25.000
- › Ortler/Ortles, Cevedale. Kompass Wanderkarte 72, 1:50.000



Oberhalb des Careser-Stausees spitzt der Vioz kurz durch die Wolkendecke (o.); das Rifugio Larcher (u.) ist auch Ausgangspunkt für die Besteigung des höchsten Gipfels im Trentino – den Cevedale.




terracare®

NACHHALTIG

AUFTRETEN



terracare® ist umweltfreundliche Lederqualität aus Deutschland!

Und zwar vom ersten bis zum letzten Schritt. Denn terracare®-Leder ist...

- ... schadstoffgeprüft
- ... made in Germany
- ... nachhaltig
- ... ohne Fluorcarbon hergestellt.

Fragen Sie im Handel
nach Wanderschuhen
aus terracare®-Leder!



Fotos: Silvan Metz/DAV, Tobias Hase/DAV

FÜR EINE OFFENE, VIELFÄLTIGE UND TOLERANTE GESELLSCHAFT

Als Verband mit nahezu 1,2 Millionen Mitgliedern sieht sich der DAV in der Verantwortung, auf ein gesellschaftliches Klima zu reagieren, das zunehmend von Ängsten vor Fremden und Ablehnung von Andersdenkenden geprägt ist. **Folgende Erklärung hat das Präsidium des DAV Anfang des Jahres verabschiedet:**

Als große zivilgesellschaftliche, unabhängige Organisation nimmt der Deutsche Alpenverein e.V. (DAV) seine gesellschaftliche Verantwortung sehr ernst. Er will seine Position als großer deutscher Sport- und Naturschutzverband nutzen, um einen wesentlichen Beitrag zum Gemeinwohl zu leisten.

Mit Sorge beobachten wir, wie angesichts gesellschaftlicher und sozialer Herausforderungen der Tonfall in den öffentlichen Debatten rauer wird. Wie Ängste und Sorgen vieler Menschen dazu missbraucht werden, Feindseligkeit und Hetze gegen Andersdenkende gesellschaftsfähig zu machen. Wie die freiheitliche demokratische Grundordnung und grundlegende Werte der Mitmenschlichkeit infrage gestellt oder sogar missachtet werden. Diese Entwicklung in Deutschland, in Europa und in anderen Teilen der Welt ist gefährlich und darf keinesfalls unterschätzt werden. Im Bewusstsein seiner eigenen Geschichte und seines Verhaltens zu Beginn des letzten Jahrhunderts hat sich der DAV bereits 2001 ausdrücklich gegen Intoleranz

und Hass positioniert. Die pauschale Ausgrenzung jüdischer Mitglieder aus dem DAV schon vor der nationalsozialistischen Machtübernahme mahnt uns, gegen jegliche Form von Intoleranz Stellung zu beziehen und sehr wachsam gegenüber populistischen und spaltenden Tendenzen zu sein. Nur eine weltoffene Gesellschaft, die ihre Kontroversen sachlich, respektvoll und im ehrlichen Bemühen um vertretbare Lösungen für alle Beteiligten führt, wird ihren Mitgliedern eine lebenswerte Zukunft bieten können. Gerade als Bergsportlerinnen und Bergsportler erleben wir, wie bereichernd das Kennenlernen und Erleben anderer Kulturen ist. Offenheit, Toleranz und Wertschätzung gegenüber allen Menschen, ungeachtet ihrer Weltanschauung, Religion, Kultur, sexuellen Orientierung oder ethnischen Herkunft, sind dabei selbstverständliche und unentbehrliche Grundlage. Wir treten ein für Freiheit, Respekt und Verantwortung. Für ein offenes und tolerantes Miteinander aller Menschen. Heute, morgen, hier und überall.

Drei Fragen an DAV-Präsident Josef Klenner:

Warum ist diese Erklärung für den Verband und für Bergsteigerinnen und Bergsteiger wichtig?

Die Respektlosigkeit gegenüber Menschen mit anderen Meinungen, die deutlich fühlbare Zunahme an Intoleranz und Ausgrenzung bestimmen immer größere Teile in den öffentlichen Diskussionen und im Verhalten zahlreicher Bürger und Politiker. Als großer bundesweiter Verband, der mehr Mitglieder hat als alle im Bundestag vertretenen Parteien zusammen, dürfen wir uns nicht abseits stellen, vielmehr müssen wir uns aktiv für eine humane Gesellschaft einsetzen. Wir Bergsteiger sind es gewohnt, mit offenen Armen aufgenommen zu werden, und genau dies möchten wir weitergeben.

Der DAV ist unabhängig und parteipolitisch neutral, bezieht aber eine klare Position. Passt das zusammen?

Gerade weil wir parteipolitisch ungebunden sind, gibt uns dies die Legitimation und den Auftrag, offen und insistierend für die Grundwerte unserer Gesellschaft einzutreten. Unsere eigene Geschichte lehrt uns eindrucksvoll, dass wir den Anfängen entgegenzutreten müssen und nicht zusehen dürfen.

Was tut der DAV selbst für eine offene, tolerante Gesellschaft und für das Gemeinwohl?

Inklusion und Integration sind zwei wichtige Aufgaben, die wir in den letzten Jahren neu aufgenommen haben. Es gibt in zahlreichen Sektionen konkrete Projekte und Programme, die erfolgreich gestartet sind. Auf Bundesebene haben wir gemeinsam mit den Maltesern das Integrationsprojekt Alpen.Leben.Menschen initiiert, das wichtige Impulse setzt.



A.L.M.-Projekt von DAV und Malteser Hilfsdienst

Gemeinsam schaffen wir's!

Mitglieder der Sektion Garmisch-Partenkirchen haben zusammen mit Flüchtlingen im Alpspitzgebiet an einer naturverträglichen Route für Tourengeher gebaut – gut für die Natur und gut für das Miteinander.

„Ich habe so viel Hilfe erfahren, da gebe ich gern ein bissl was zurück.“ Abdullah ist 25, kommt aus Sierra Leone und lebt seit knapp zwei Jahren in Garmisch-Partenkirchen. „Ein bisschen“ auszusprechen fällt ihm schwer, daher fällt er gleich ins Bairische. Zusammen mit Tariq und Suleman aus Afghanistan und 14 Sektionsmitgliedern geht es für ihn von der Bergstation der Kreuzeckbahn bis unterhalb der Alpspitze, wo eine Schneise für Skitouren- und Schneeschuhgeher gebaut werden soll.

Der Trendsport hat in den letzten Jahren sehr großen Zulauf erfahren, immer mehr Menschen sind im beliebten Tourengebiet von der Alpspitze über die

Mauerscharte zur gemütlichen Stuibenhütte unterwegs. Doch hier ist auch der Lebensraum für vom Aussterben bedrohte Vogelarten. Um den Lebensraum für die schutzbedürftigen Wildtiere im Winter zu erhalten, engagiert sich die Sektion für das DAV-Projekt „Skibergsteigen umweltfreundlich“ mit dem Ziel, naturverträgliche Routenempfehlungen zu kennzeichnen.

Noch vor dem Start der Tourensaison konnten die Garmisch-Partenkirchener DAV-Mitglieder ihre ehrenamtliche Arbeit mit einem neuen DAV-Projekt verbinden: Mit „Alpen.Leben.Menschen (A.L.M.)“ können Bürgerinnen

und Bürger im Alpenraum einen ganz praktischen Beitrag zur Integration von Flüchtlingen leisten. In gemeinsamen Aktionen am Berg wie beim Wandern oder auch Wegebau-Aktionen sollen Flüchtlinge neue Kontakte zu Einheimischen schließen können und etwas über ihre neue Heimat erfahren – aber auch für Umweltprobleme sensibilisiert werden.

Tariq, Suleman und Abdullah hatten großen Spaß beim Ausschneiden der Ski-schneisen und dem geselligen Ausklang mit den „Bergmenschen“ auf der Stuibenhütte. Und Udo Knittel, der Vorsitzende der Sektion, war von der Aktion so begeistert, dass er in seiner Sektion nun aktiv für Integration von Flüchtlingen ins DAV-Vereinsleben wirbt. Nachwuchsarbeit im Zeichen der Zeit. *red*



Foto: DAV Garmisch-Partenkirchen



Weitere Aktionen, die bislang über das A.L.M.-Projekt gelaufen sind, und Infos, wie sich Ehrenamtliche in Sektionen beteiligen und qualifizieren können: alpenlebenmenschen.de

DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.

JETZT
BUCHEN!



MTB Camp & Yoga

MTB IM BAYERISCHEN WALD
TECHNIK, GENUSSTOUREN & YOGA

DEUTSCHLAND

4 Tage

ab € 349,-

(Buchungssode RAMWAL)

MULTISPORTURLAUB IM LESACHTAL
DAS NATURBELASSENSTE TAL EUROPAS

ÖSTERREICH

7 Tage

ab € 749,-

(Buchungscode RAMLES)

30 € Buchungsrabatt
p. a. für DAV Mitglieder

Bergreisen weltweit – Erfahrung, Qualität,
Kompetenz am Berg.

Beratung und Buchung: DAV Summit Club GmbH
Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Am Perlacher Forst 186 – 81545 München – Deutschland
Telefon +49 89 64240-0 | www.dav-summit-club.de

+ ticker +

Kraftwerkspläne in Kühtai Die Tiroler Wasserkraft AG hat im Juni 2016 die offizielle Genehmigung erhalten, in Kühtai ein neues Pumpspeicherkraftwerk inklusive sechs Wasserfassungen zu bauen. Umweltverbände in Österreich, ÖAV und DAV haben Klage eingereicht. Vom 27. bis 29. März findet dazu die Verhandlung vor dem Österreichischen Bundesverwaltungsgericht in Wien statt. alpenverein.de/wasserkraftwerk-sellrain.de

+ Hüttenmeldungen +

Schweinfurter Hütte (vormals Gubener Hütte, Stubaier Alpen): Wegen Umbauarbeiten kann es im Frühsommer zu Einschränkungen im Hüttenbetrieb kommen. Bitte bei der Tourenplanung wie z. B. der Sellrainrunde beachten.

Bad Kissinger Hütte (Allgäuer Alpen). Bergmesse am 23.7. Wegen einer Sektionsveranstaltung vom 21. bis 23.7. eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten.

Braunschweiger Hütte (Öztaler Alpen). Wegen einer Sektionsveranstaltung vom 9. bis 10.9. eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten.

Wormser Hütte (Verwallgruppe). Wegen einer Sektionsveranstaltung vom 27. bis 31.7. eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten.

Bonner Hütte (Nockberge): Am 25.5. Wiedereröffnung nach Sanierung.

SIND SIE

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

HABEN SIE

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

Teilen Sie bitte alle Änderungen umgehend Ihrer Sektion (siehe Mitgliedsausweis) mit, die sich um alles Weitere kümmert.

BEI ANRUF HILFE

Bei Bergnot erhalten DAV-Mitglieder Hilfe durch die ASS-Notfallzentrale der Würzburger Versicherung unter: **0049/(0)89/306 75 70 91**

Mehr Infos zu den Leistungen des Alpen Sicherheits-Service (ASS): alpenverein.de/Versicherungen

Sachrang und Schleching

ZWEI NEUE BERGSTEIGERDÖRFER

Die Chiemgauer Orte Schleching und Sachrang werden Bergsteigerdörfer. Offiziell treten sie im Juli mit der Unterzeichnung der „Bergsteigerdörfer-Deklaration“ bei. Die beiden Gemeinden liegen in den benachbarten Tälern der Prien und der Achen. Zwischen den beiden Orten liegt der Geigelstein, einer der bekanntesten Chiemgauer Berge. Mit ihm identifizieren sich sowohl die Bewohner von Sachrang als auch von Schleching – er ist ihr Hausberg. Es



Foto: publicdesign-fotografie.de

Schleching ist Gründungs-gemeinde des „Ökomodell Achenal e.V.“

lag deshalb nahe, sich gemeinsam als Bergsteigerdörfer zu bewerben. Beide Gemeinden setzen auf sanften Tourismus – und den Vorteil, in der Sache eng zusammenzuarbeiten. Unter dem Dach der Bergsteigerdörfer sollen neue gemeinsame Projekte ins Leben gerufen werden, eine Idee ist ein Pendelbus von einem Tal ins andere.

Die Bergsteigerdörfer sind eine Initiative des Österreichischen Alpenvereins. Seit 2005 hat der ÖAV 20 Orte in Österreich ausgezeichnet, die strenge Projektkriterien erfüllen müssen. Sie sind vorbildhafte regionale Entwicklungskerne im nachhaltigen Alpentourismus und setzen auf Eigenverantwortung, umweltkundiges und verantwortungsvolles Verhalten ihrer Gäste am Berg. Damit sollen der sanfte Bergtourismus gefördert, Kultur und Brauchtum erhalten und die Attraktivität von wirtschaftlich benachteiligten Alpenregionen gestärkt werden. Im September 2015 hat der DAV mit Ramsau bei Berchtesgaden das erste Bergsteigerdorf in Deutschland ausgezeichnet, weitere Bewerbungen aus dem Alpenraum liegen vor.

red

Emnid-Umfrage zum Riedberger Horn

Bayern für den Alpenplan

Eine deutliche Mehrheit der bayerischen Bevölkerung lehnt den Bau einer neuen Skischaukel am Riedberger Horn im Allgäu klar ab. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen TNS-Emnid-Umfrage von Ende Dezember 2016/Anfang 2017, die der Landesbund für Vogelschutz (LBV) in Auftrag gegeben hatte. Noch deutlicher war die Meinung zum Bayerischen Alpenplan: 91 Prozent der Befragten sprechen sich für dessen Erhalt ohne Ausnahmen für neue Skigebiete aus und lehnen Neuerschließungen in der so genannten Ruhezone C ab. Die Befragung des LBV wurde bayernweit durchgeführt, da die Änderung des Landesentwicklungsplans eine gesamtbayerische Angelegenheit ist. Zur geplanten Skiverbindung zwischen den Gemeinden Balderschwang und Obermaiselstein lässt sich aus der Umfrage ein eindeutiges Ergebnis ablesen: In der Alpenregion lehnen 78 Prozent und bayernweit sogar 80 Prozent diese Skiverbindung ab. Nur zehn Prozent der Befragten sprechen sich dafür aus.

Skigebietsmodernisierungen, Erweiterungen und der Bau von Beschneiungsanlagen sind in der Regel nur über staatliche Zuschüsse finanzierbar. Auch zu diesem Thema haben die befragten Bürgerinnen und Bürger eine klare Haltung. 70 Prozent lehnen Staatszuschüsse für neue Skipisten ab und nur ein Viertel der Befragten sprach sich für die staatliche Förderung von alpiner Wintersportinfrastruktur aus.

red



Keine Ausnahmen: Bayerns Bürger haben sich klar für den Alpenplan ausgesprochen.

**ALPINES MUSEUM UND
DAV-BIBLIOTHEK MÜNCHEN**
Praterinsel 5,
80538 München

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag
10-18 Uhr

alpines.museum@alpenverein.de
bibliothek@alpenverein.de
alpenverein.de/kultur

Online-Bücherleihe:
opac.alpenverein.de

Die großen Themen im Jahrbuch 2017:



Das Sellrain, und warum es nicht NUR ein Skitourenparadies ist...

55.000(!) Kilometer Bergwegenetz machen das „Wanderparadies Alpen“ aus. Wer pflegt es? Gibt es ein Recht auf Wege? Was ist „gutes Gehen“?...

Fragen, Antworten, Diskussionen: Das Alpenvereinsjahrbuch BERG 2017 bietet wieder einen einzigartigen Überblick über die wichtigsten Themen und Trends aus der Welt der Berge und des Bergsports. In der Rubrik BergSteigen geht es u. a. um das Konfliktpotenzial zwischen Wanderern und Mountainbikern. BergMenschen stellt außergewöhnliche Persönlichkeiten wie den polnischen Ausnahmebergsteiger Voytek Kurtyka vor. BergWissen ist u. a. dem Medikamentenmissbrauch beim Höhenbergsteigen auf der Spur. In BergKultur erfahren Sie, wie vielstimmig Berge in Pop und Rock klingen und warum „Bergfotograf“ Jürgen Winkler weder Schubladen noch Scheuklappen mag.

**Gleich
bestellen!**

256 Seiten, ca. 250 farb. und 100 sw. Abb., 21 x 26 cm, gebunden | Best.-Nr. 302017 |
Preis € 18,90 | Nur **Alpenvereinsmitglieder** erhalten dazu **gratis** die neu
aufgelegte AV-Karte „Stubaier Alpen/Sellrain“ Maßstab 1: 25.000.

menschen

Am 10. Dezember 2016 ist **Klaus Kundt** im Alter von 86 Jahren gestorben. Die jüngere Geschichte des Alpenvereins prägte der langjährige Vorsitzende der Sektion Berlin maßgeblich, indem er sich über Jahrzehnte mit seiner ganzen Energie und Überzeugungskraft für die Aufarbeitung und Offenlegung des Antisemitismus im Alpenverein einsetzte. Seiner Initiative



ist es zu verdanken, dass der DAV-Hauptausschuss im Jahr 2001 einstimmig die Proklamation „Gegen Intoleranz und Hass“ verabschiedete. Seit 1971 war

Klaus Kundt in der Sektion Berlin des DAV engagiert, als deren Vorsitzender, als Referent für Öffentlichkeitsarbeit und Redakteur der Sektionszeitschrift. Im Bundesverband war Klaus Kundt Mitglied im Bundesausschuss Medien und Kommunikation und arbeitete in der Projektgruppe zur Änderung der Beitragsstruktur mit. Seine Verdienste um den Alpenverein wurden unter anderem 2001 mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande gewürdigt. Klaus Kundt scheute keine Diskussion und setzte mit viel Energie und Optimismus oft auch gegen Widerstände seine Positionen durch. Gerade dadurch hat er den Alpenverein über Jahrzehnte geprägt und ihn auf seinem Weg hin zu einem offenen, pluralistischen Verband begleitet.

Am 30. Januar ist **Hans Thoma** im Alter von 93 Jahren gestorben. Der gebürtige Lands-huter war in seiner Heimatsektion mehrere

Jahre Vorsitzender, im Hauptverein regte er als damaliger Referent für Ausbildung und Bergführerwesen im Verwaltungsausschuss den „Fahrdienst“



Fotos: DAV, Christoph Thoma

an, den Vorläufer des heutigen DAV Summit Club, für den er später auch als beliebter Reiseleiter arbeitete, vornehmlich in der Türkei, im Jemen und in Nepal. Im DAV-Umweltausschuss führte sein Votum unter anderem zur Unterschutzstellung von Gebieten im Wetterstein und an der Höfats. Der ehemalige Finanzbeamte und Fachhochschullehrer erhielt das Bundesverdienstkreuz und für seine drei Bücher und vielfältige journalistische Arbeit einen Weltverständigungspreis (Istanbul 1984).



Die Sektion Allgäu-Immenstadt hat über 16.000 Mitglieder, vier Hütten und eine Kletterhalle, fünf Ortsgruppen und zahlreiche Kinder- und Jugendgruppen. Zum 1.1.2018 suchen wir für unsere Geschäftsstelle in Sonthofen einen/eine

Geschäftsführer/-in

Was wir von Ihnen erwarten:

- Ausbildung im kaufmännischen Bereich/in der Immobilienwirtschaft
- Erfahrung in Finanzierungsfragen
- unternehmerisches Denken, Organisationstalent
- Bereitschaft zu zeitweiser Mehrarbeit, auch an Wochenenden
- starke Persönlichkeit mit Führungsqualitäten
- persönliche Affinität zum Bergsport und den Zielen des DAV

Was Sie von uns erwarten dürfen:

- eine verantwortungsvolle Aufgabe
- ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- ein motiviertes Team, das auf Sie wartet

Aussagekräftige Bewerbungsunterlagen bitte bis zum 7.4.2017 senden an

DAV Sektion Allgäu-Immenstadt e.V.

Johann-Althaus-Str. 3

87527 Sonthofen

info@dav-allgaeu-immenstadt.de

Baufritz unterstützt Aktion Schutzwald

Spende für Bäume

Der Allgäuer Ökohaus-Pionier unterstützt mit einer Spende über 21.500 Euro das DAV-Projekt, der Betrag kam durch Spendeneinnahmen der Belegschaft von Baufritz zustande, die jährlich verschiedene Organisationen mit ihrer Weihnachtsspende unterstützt. Zur Philosophie der Holzexperten gehört ein gesundes und ökologisches Bauen mit Holz, aber auch die Verantwortung, der Natur etwas zurückzugeben. Das Geld geht an den Forstbetrieb Sonthofen der Bayerischen Staatsforsten. Mit der Aktion Schutzwald unterstützt der DAV den Forstbetrieb bei der Pflanzung junger Bäume und der Pflege der Allgäuer Bergwälder. DAV-Vizepräsident Rudolf Erlacher bedankte sich bei der symbolischen Scheckausgabe herzlich bei den

Mehr Infos unter
alpenverein.de/aktion-schutzwald

Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie der Geschäftsleitung von Baufritz. Seit über 30 Jahren setzt sich der DAV mit der Aktion Schutzwald für die Pflege und den Erhalt der Schutzwälder in den Bayerischen Alpen ein. red

Foto: DAV



Großzügige Spende von Baufritz an die „Aktion Schutzwald“

Wir sind DAV!

1 Verband /// 1,18 Mio. Mitglieder /// 41,8 % Frauen /// 193.329 Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre*

So viele Menschen treffen sich im Zeichen des Edelweiß, vereint im Motto: „Wir lieben die Berge!“



Aktiv für Inklusion

Dennis Röhl

39 Jahre, Sektion Wuppertal, Zweiter Vorsitzender

Seit 2002 ist Dennis Röhl DAV-Mitglied und war zunächst Klettergartenbetreuer und Jugendreferent, seit 2008 Zweiter Vorsitzender. Die direkte Ansprache durch den Ehrenvorsitzenden der Sektion hat ihn zur Aufnahme seines Amtes motiviert, mittlerweile hat er

die Vereinsarbeit sehr schätzen gelernt und sieht diese als wichtige Aufgabe in unserer Gesellschaft an. Dennis Röhl ist aber auch Trainer der Handicap-Gruppe „die Gämsen“. Er klettert seit etwa 15 Jahren; dass er seit 2014 an Multipler Sklerose erkrankt ist, tut seiner Begeisterung für den Sport keinen Abbruch. Dennis Röhl wird dieses Jahr als erster Betroffener den neuen Trainer-C-Lehrgang „Klettern mit Menschen mit Behinderung“ absolvieren. Eine gute Sache, findet er. Aber bei einem Verein mit dieser Größe wünscht er sich generell eine schnellere Umsetzung des Inklusionsgedankens in die Praxis.

Seine Botschaft an ehrenamtlich Interessierte:

Das Ehrenamt muss nicht mit „Vereinsmeierei“ verknüpft sein – es ist eine tolle Abwechslung zum Alltag.



... und kein bisschen vereinsmüde!

Gerd Schröter

80 Jahre, AlpinClub Berlin, Redakteur Sektionszeitung „Berlin Alpin“ und Beisitzer

80 Lebensjahre und 50 Jahre ehrenamtlicher Zeitschriftenredakteur – Gerd Schröter hat dieses Jahr gleich zwei runde Anlässe

zu feiern. Bis 2013 war er auch noch Zweiter Vorsitzender der Sektion, sein großes Engagement für den Verein bringt nicht nur der Sektion, sondern auch ihm persönlich etwas: „Es stellt mir im ‚Rentenalter‘ Aufgaben, lässt mich am Vereinsleben teilhaben und gibt mir Einblicke in alpine Politik und Tätigkeiten“, erklärt der ausgebildete Diplom-Ingenieur. Beim DAV gelandet ist er vor 53 Jahren über Freunde und aus Freude am Wandern, Bergsteigen und am Felsklettern.

Seine Botschaft an ehrenamtlich Interessierte:

Zeit mitbringen und mutig ins kalte Wasser springen!



Mit Herz und Seele für die Sache

Verena Stitzinger

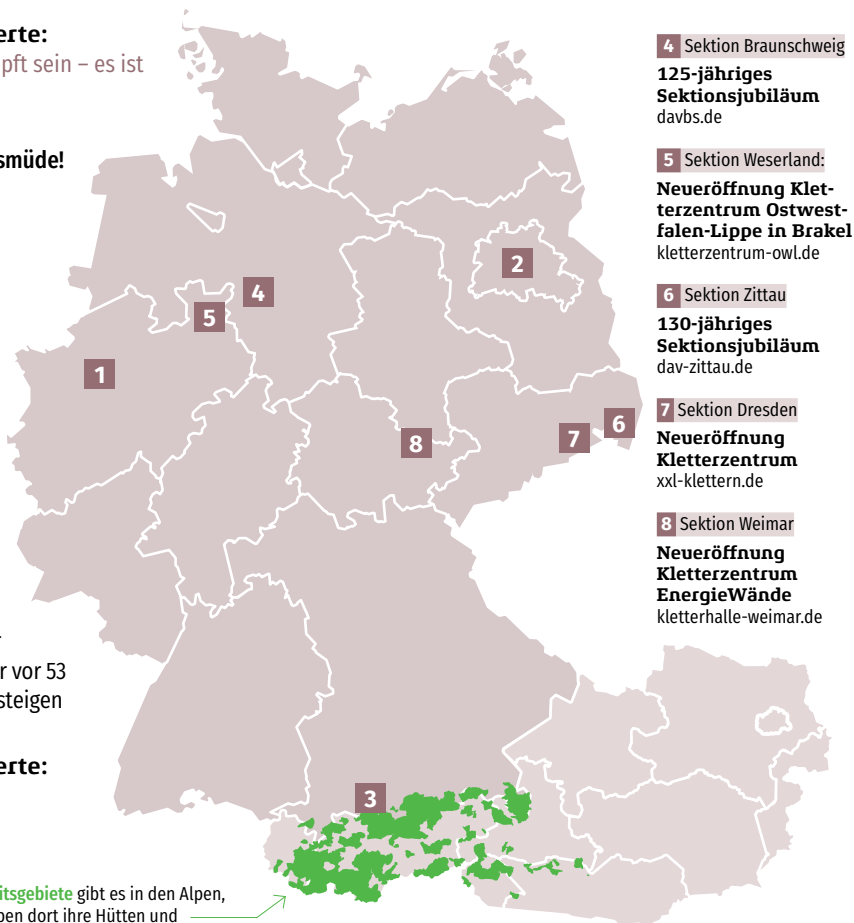
45 Jahre, Sektion Füssen, Lehrteam Mountainbike

Seit 2008 ist die gebürtige Allgäuerin im Lehrteam Mountainbike aktiv, ihr Schwerpunkt ist die Vermittlung von Umweltthemen und die Wegepflege. Durch ihre Ausbildung zur diplomierten Forstwirtin bringt sie dafür die besten Voraussetzungen mit und als

staatlich geprüfte Skilehrerin und MTB-Trainerin ist die Ausbildung im Gelände für sie Routine. Bergsport war und ist für Verena Stitzinger eine Lebensschule: für Toleranz und Selbstbewusstsein, aber auch für den Umgang mit Enttäuschungen. Dass das Thema „Rad in den Bergen“ immer noch zu Konflikten führt, findet sie schade.

Ihr Botschaft an die Aktiven draußen:

Egal wie wir unterwegs sind, wir sollten mehr auf das sehen, was uns verbindet: die Liebe zur Bewegung in der Natur.



4 Sektion Braunschweig

125-jähriges Sektionsjubiläum
davbs.de

5 Sektion Weserland:

Neueröffnung Kletterzentrum Ostwestfalen-Lippe in Brakel
kletterzentrum-owl.de

6 Sektion Zittau

130-jähriges Sektionsjubiläum
dav-zittau.de

7 Sektion Dresden

Neueröffnung Kletterzentrum
xxl-klettern.de

8 Sektion Weimar

Neueröffnung Kletterzentrum EnergieWände
kletterhalle-weimar.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

* Stand Ende 2016

Im nächsten DAV Panorama ab 23. Mai:



BELLUNO: BERGVIELFALT UND KULTUR AM PIAVE

Von den Karnischen Alpen bis kurz vor Venedig reicht die Bergprovinz Belluno. Wer es liebt, alpine mit kulturellen und historischen Schätzen zu verknüpfen, wird dort fündig.



Kletterklassiker in den Dolomiten
Senkrechte Wände über grünen Almen – das Weltnaturerbe ist ein Kletterparadies. Ralf Gantzhorn hat für DAV Panorama Top-routen fotografiert.

Fotos: Ralf Gantzhorn, Joachim Chwaszcza

Weitere Themen:

- MTB:** Von Kärnten nach Triest
- Sicherheitsforschung:** Karabinerbrüche
- Menschen:** Der Extrembergsteiger Steve House
- Allgäu:** Unterwegs auf der Himmelsstürmeroute
- Knotenpunkt:** Wegen Überfüllung geschlossen

DAV **Panorama**

Magazin des Deutschen Alpenvereins
69. Jahrgang, Nr. 2, April/Mai 2017
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 (Thema, Reportage, Knotenpunkt)
Andi Dick – ad (Berg & Tal, Bergsport heute, Unterwegs, Reportage, Menschen, Sicherheitsforschung, Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt)
Christine Frühholz – cf (Thema, Hütten, Alpenverein aktuell, Fitness & Gesundheit, Leserpost)
Jonas Kassner – jk (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.

Autoren dieser Ausgabe

Klaus Bogner (kb), Max Bolland, Christoph Dietzfelbinger, Doris Hallama, Dr. Kilian Hansen, Axel Head, Stefan Herbbe, Christoph Hummel, Kirsten Kaib (kk), Friederike Kaiser (fk), Matthias Keller (mk), Jens Peter Kiel (jpk), Axel Klemmer (ak), Finn Koch (fko), Bruno Kohl (bk), Dr. Alexander Kübert, Folkert Lenz, Eberhard Neubronner (nbr), Martin Prechtel, Michael Pröttel, Dr. Florian Ritter, Stefan Ritter, Malte Roeper, Nils Theurer (nth) Christian Walter, Jörg Weber

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:
Max Schulz, Silvia Vieregg, Tel.: 040/37 03-64 48
Anzeigentarif Nr. 51 (ab 1.1.2017)

Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter gujmedia.de

Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 4/16: 702.312
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.



Panoramaapp



DAV Panorama als App

NEU

- DAV Panorama jetzt immer dabei
- im Archiv stöbern
- bequem online/offline blättern





Natürlich besser leben.



Mit dem **natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt von 1.846 mg/l** und einer einzigartigen Mineralisation. Fein perlend und angenehm im Geschmack wird Staatsl. Fachingen seit jeher von Menschen getrunken, die auf ihre Säure-Basen-Balance achten. Beste Voraussetzungen für unbeschwerter Lebenslust.

www.fachingen.de/hydrogencarbonat

**STAATL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.