



# alpinwelt

Das **Bergmagazin** für München & Oberland

Mit  
Sonderheft  
Höllental-  
angerhütte

## Zeit am Berg

Am Berg kann Zeit ganz unterschiedlich  
vergehen oder sich anfühlen

### Umwelt

Klimafreundlicher  
Bergsport – wie geht das?

### Ötztaler Alpen

Mit Kindern in sechs Tagen  
von Obergurgl nach Vent

### Vardoussia-Berge

Abgelegene Dörfer und weglose  
Gipfel in Griechenland



Deutscher Alpenverein  
München & Oberland

30 € Buchungsrabatt  
p.a. für DAV Mitglieder



# DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.



DER TREKKING-KLASSIKER IM  
EVEREST-GEBIET: EVEREST BASECAMP  
UND KALA PATTAR

NEPAL

20 Tage  
ab/bis Frankfurt ab € 2795,-  
(Buchungscode HIAHS)

€  
SONDER  
PREIS!



DIE ANNAPURNA-RUNDE  
ÜBER DEN HIMMELHOHEN  
THORONG-PASS

NEPAL

21 Tage  
ab/bis Frankfurt ab € 2895,-  
(Buchungscode HIAHA)

€  
SONDER  
PREIS!



EVEREST SUMMIT LODGES –  
KOMFORT-TREKKING ZUM  
KLOSTER TENPOCHE

NEPAL

16 Tage  
ab/bis Frankfurt ab € 2995,-  
(Buchungscode HIESL)

€  
SONDER  
PREIS!

## ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

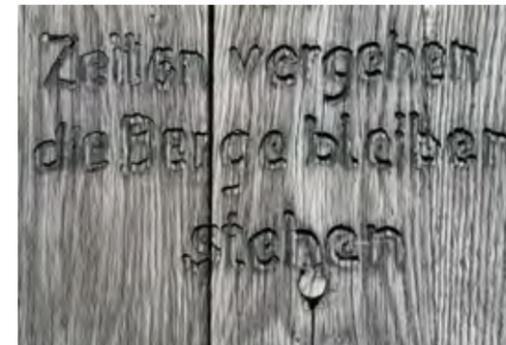
Mehr als ein Gefühl: Unterwegs sein heißt für uns, die schönsten Momente gemeinsam genießen. Jetzt Kataloge anfordern unter [www.dav-summit-club.de](http://www.dav-summit-club.de)



Editorial

## Ein Jegliches hat seine Zeit, die Berge und das Heft ...

Alles hat seine Zeit – passender könnte das Motto für das Editorial zu dieser Ausgabe der »alpinwelt« mit dem Schwerpunktthema „Zeit am Berg“ kaum sein. Ursprünglich stammt es aus der Bibel, aber mir ist es vor ein paar Tagen bei den letzten redaktionellen Arbeiten für dieses Heft aus einem anderen Zusammenhang in den Sinn gekommen: In ihrem Titelsong „Wenn ein Mensch lebt“ des wohl berühmtesten Films der DDR „Die Legende von Paul und Paula“ sangen die Puhdys die Zeilen: „Jegliches hat



seine Zeit, Steine sammeln und Steine zerstreu'n, Bäume pflanzen, Bäume abhau'n ...“ Ganz so pathetisch sehen wir das natürlich nicht, aber:

Wir meinen, es war an der Zeit, der »alpinwelt« mal wieder eine Erfrischungskur zu verpassen. Also haben wir aus der Redaktion gemeinsam mit der Grafik-Agentur die Zeitschrift komplett überarbeitet. Wir haben die Heftdramaturgie ein bisschen zugespitzt und haben vor allem das Layout moderner, wertiger, luftiger und etwas „grafischer“ gestaltet.

Bergsteigen hat seine Zeit, und Arbeiten hat seine Zeit. Diese „Work-Mountain-Balance“ ist in den letzten Wochen etwas in Schiefelage geraten. Umso mehr habe ich mich gestern gefreut, am einzigen schönen Tag der Woche endlich mal wieder auf einen Berg zu steigen. Den Kopf auslüften, die verspannte Muskulatur lockern und einfach nur die Zeit am Berg genießen. Und der Spruch am Gipfelkreuz rückte dann alle Zeitverhältnisse wieder ins rechte Lot: „Zeiten vergehen, die Berge bleiben stehen.“ So gestärkt, macht es dann auch nichts, dass am heutigen Sonntag das Schreiben des Editorials seine Zeit hat ...

Viel gute Zeit – am Berg und mit dem „neuen“ Heft wünscht  
Ihr/Euer



Frank M. Siefarth

Frank Martin Siefarth, Chefredakteur  
[redaktion@alpinwelt.de](mailto:redaktion@alpinwelt.de)



# Inhalt

## Aktuell

- 6 Die neuen DAVplus-Schuhe von Hanwag
- 8 Dies und das
- 10 Wege des Alpenvereins: Darf der Verein weiter wachsen?
- 12 Umwelt: Klimafreundlicher Bergsport – wie geht das?



Umwelt 12

## Thema

- 14 **Was ist Zeit?** Über diese simple Frage zerbrechen sich die Menschen seit Jahrtausenden den Kopf. Wir wagen eine Annäherung an ein schwer erklärbares Phänomen.
- 24 **Wie vergeht Zeit?** Zeit hat man. Oder man nimmt sie sich. Aber man muss sie auch nutzen und mit Inhalt füllen – beim Speedklettern genauso wie im wochenlangen patagonischen Schlechtwetter.
- 32 **Wie fühlt sich Zeit an?** Obwohl objektiv messbar, vergeht die Zeit in der persönlichen Wahrnehmung unterschiedlich schnell. Stunden können zur Ewigkeit werden – doch das Warten hat auch einen Wert.



14

## Thema: Zeit am Berg

„Ein jeder Tag ist wie ein kleines Jahr,  
und jede Stunde Bergeinsamkeit ist  
wie ein Hauch der Ewigkeit.“

*fernöstliche Weisheit*



Tourentipps 40

## Tourentipps

- 40 Unter dem Motto „Zeit“ gibt es viele Möglichkeiten, in den Bergen unterwegs zu sein – in sechs Tagen ein Gebirge durchqueren, an nur einem Tag eine große Gipfelrunde absolvieren, den Spuren der Gletscher nachwandern, ohne konkretes Ziel durch Wälder streifen oder mit der Pulsuhr den Kreislauf testen.



Jugend

46

## Jugend

- 46 Das war ein ereignisreicher Winter für die Jugendabteilungen der Sektionen: Die Jugend V erlebte ein Skitouren-Nacht-Desaster, die BABA ein Wintermärchen in Eispalästen, die JUMA gar keinen Winter und der Oberländer Jugendvorstand eine Verjüngungskur.



Öztaler Alpen 52

## Bergwärts 1

- 52 Wir haben uns viel vorgenommen: sechs Tage durch die Öztaler Alpen, von Hütte zu Hütte, über mehrere Dreitausender und mit Gletscherbegehungen. Mit dabei: vier Kinder, die sich im Laufe der Tour als echte Bergsteiger erwiesen.

## Bergwärts 2

- 56 Die Vardoussia-Berge zählen zu den interessantesten Gebirgsgruppen Griechenlands. Kleine, abgelegene Dörfer, weite Wälder und markante Felsgipfel prägen das Aussehen dieser wilden und zugleich idyllischen Landschaft, in der die Zeit stehen geblieben zu sein scheint ...



Vardoussia-Berge 56

## DAVplus

- 60 Medien: Bildbände, Literatur, Führer und Filme neu im Regal
- 62 Rätsel: Geschützte Tiere und Pflanzen der Alpen
- 63 Leserbriefe
- 64 Unsere Selbstversorgerhütten: Gründhütte
- 66 Aus den Gruppen
- 68 Kurse & Touren
- 70 Produkte & Markt
- 72 Unsere Partner
- 73 Impressum
- 74 Kleinanzeigen

# BERGZEIT:

Dein  
Ausrüstungspartner  
auf dem Trail!



NATHAN  
X-Treme  
35 €  
statt 89,95 €



INOV-8  
Terraclaw 250  
99 €  
statt 139,95 €



LEKI  
Micro Vario  
Titanium  
Faltstöcke  
89 €  
statt 129,95 €

**Bitte beachten!** Am 27.05.2016 (Brückentag Fronleichnam) ist die Servicestelle am Hauptbahnhof nicht geöffnet, die Servicestellen am Isartor und am Marienplatz sind an diesem Tag von 10 bis 20 Uhr geöffnet, die Servicestelle in Gilching von 14 bis 19:30 Uhr.

### Servicestelle am Isartor im Globetrotter (Sektion Oberland)

(S-Bahn Isartor im UG, U-Bahn Marienplatz, Tram, Bus, Tiefgarage im Haus)  
Isartorplatz 8–10, 80331 München  
Tel. 089/29 07 09-0, Fax 089/29 07 09-515  
service@dav-oberland.de

### Öffnungszeiten

Mo/Fr 8–20 Uhr, Di/Mi/Do/Sa 10–20 Uhr  
Mo + Fr vor 10 Uhr Nebeneingang Frauenstraße

### Servicestelle am Hauptbahnhof (Sektion München)

(U-/S-Bahn, Tram, Bus Hauptbahnhof)  
Bayerstraße 21, 5. OG, Aufgang A, 80335 München  
Tel. 089/55 17 00-0, Fax 089/55 17 00-99  
service@alpenverein-muenchen.de

### Öffnungszeiten

Mo/Fr 8–19 Uhr  
Di–Do 10–19 Uhr

### Servicestelle am Marienplatz im Sporthaus Schuster (Sektion München)

(U-/S-Bahn, Bus Marienplatz, Tiefgarage)  
Rosenstraße 1–5, 5. OG, 80331 München,  
Tel. 089/55 17 00-500, Fax 089/55 17 00-599  
servicemarienplatz@alpenverein-muenchen.de

### Öffnungszeiten

Mo–Sa 10–20 Uhr

### Servicestelle Gilching (Sektion München) im DAV Kletter- und Boulderzentrum Gilching

(S 8, Station Gilching-Argelsried)  
Frühlingstraße 18, 82205 Gilching  
Tel. 089/55 17 00-680, Fax 089/55 17 00-689  
service@alpenverein365.de

### Öffnungszeiten

Mo–Fr 14–19:30 Uhr  
Samstag/Sonntag/Feiertag 9–18 Uhr  
(Kletterbetrieb bis 23 Uhr)



Titelbild:  
Alpen-Aurikel im  
Licht des frühen  
Morgens

Foto: Bernd Ritschel

DAV-Sektionen München und Oberland kooperieren mit Hanwag

## Die neuen DAVplus-Schuhe vom bayerischen Bergschuster

Seit 2011 arbeiten die DAV-Sektionen München & Oberland mit Hanwag zusammen. Damals stiftete der Bergschuhhersteller aus Vierkirchen die neue Biwakschachtel auf dem Jubiläumsglat. Jetzt haben die Partner einen Alpinstiefel und einen Zustiegsschuh gemeinsam entwickelt. Ab Juni gibt's die beiden Modelle im Handel – für die Mitglieder der Sektionen München & Oberland zu einem exklusiven Preis.



Der Bergschuster passt mit seiner Unternehmensphilosophie und Leidenschaft ideal zu den Werten des DAV. Bereits seit mehr als 94 Jahren fertigt das Unternehmen Bergschuhe in Oberbayern und weiteren europäischen Produktionsstätten. Die hochwertige gezwickte Machart nach bester Schuhmacherkunst ist Ausdruck seines Anspruchs an Qualität und Funktion. Hanwags Kompetenz im Handwerk wird aber nicht zuletzt auch durch die legendäre Passform seiner Leisten deutlich. Nach einigen gemeinsamen Workshops mit den Verantwortlichen erhielten fünf Bergführer und eine Bergführeranwärterin der Sektionen die ersten Bergstiefel zum Testen. Im Anschluss wurde ihr Feedback bei der Weiterentwicklung der Schuhe berücksichtigt. Heraus kamen ein moderner technischer Bergstiefel und ein vielseitiger Zustiegsschuh, der auch außerhalb der Berge eine gute Figur macht.

### Technischer Bergstiefel mit breitem Einsatzbereich

Der DAVplus High GTX® ist ein nicht zu schwerer Stiefel für anspruchsvolle, technische Alpentouren, Wanderungen in weglosem Gelände oder Klettersteige. Er kombiniert robustes Sportvelours-Leder mit leichtgewichtigen Cordura®-Gewebe – das bedeutet lange Lebensdauer bei niedrigem Gewicht. Eine durchgehende Sohlenversteifung sorgt beim Einsatz mit Steigeisen für kraftschonendes Steigen.



Winni Kurzeder, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Mitarbeiter der Sektion Oberland: „Ein guter Allround-Bergstiefel, der mit einem durch dick und dünn geht, und ein toller Begleiter im Schnee, ob im Hochtouren Gelände oder beim Schneeschuhgehen. Beindruckt haben mich seine Leichtigkeit und seine gute Einsetzbarkeit beim Klettern mit und ohne Steigeisen.“



Fotos: Hanwag, Christian Wittig

So sind auch hochalpine Fels-, Kombi- und Gletschertouren kein Problem. Dazu passt auch das dauerhaft wasserdichte, atmungsaktive GORE-TEX®-Futter.

Trotz hoher Stabilität bietet der DAVplus High GTX® genug Beweglichkeit für technische Passagen und wiegt dabei weniger als 800 Gramm. Das überzeugt auch Markus Fleischmann, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Mitarbeiter der Sektion München: „Der DAVplus High GTX® ist ein feiner, zuverlässiger Hochtourenschuh – auch für ambitionierte Bergsteiger. Er ist wasserdicht und sehr atmungsaktiv auf langen Touren in Schnee und Eis. Aber auch im Fels kann ich mit ihm präzise antreten. Dank der Vibram-Sohle ist er auf nassem oder schneebedecktem Fels erstaunlich rutschfest.“

Ebenso begeistert war Thomas Listle, staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Mitarbeiter der Sektion München: „Ein super Allround-Bergschuh, sozusagen die eierlegende Wollmilchsau – zum Wandern, wasser- und schlammfest auch im Allgäuer Almgelände, kantenfest für grasig-schroffes Gelände, bestens geeignet für Klettersteige und leichte Klettereien bis zum III. Grad, passend für Körbchensteigeisen und sogar zum Schneeschuhgehen.“

### Zustiegsschuh für Kletterabenteuer

Beim DAVplus Low handelt es sich um einen flachen Zustiegsschuh. Er wurde für ein luftiges Fußklima bewusst ohne GORE-TEX®-Futter entwickelt.

Stattdessen verwendet Hanwag ein neuartiges Bio-Keramikfutter. Dabei handelt es sich um eine innovative, in der Faser verankerte Mischung aus Mineraloxiden, die dem Futter klimaregulierende Eigenschaften gibt. Neben der Atmungsaktivität werden dabei die wärmeleitenden Eigenschaften der Biokeramik genutzt. Das robuste Obermaterial aus Cordura® und Sportvelours, eine solide Fersenkappe und der Gummischutzrand wappnen den Fuß gegen allerlei alpine Unwegsamkeiten. Diese Details, kombiniert mit der weit nach vorn reichenden, leichtgängigen Ghilly-Schnürung (flexible Ristschnürung durch leichtgängige Schlaufen) und der hohen Hanwag-Verarbeitungsqualität, ergeben einen hochfunktionellen Zustiegsschuh.

Bei den Testern in den Sektionen kam besonders gut an, dass der DAVplus Low eben kein „schlabberiger Sportschuh mit Approach-Optik“ ist, sondern absolut alpintauglich. Denn über einen Kletterleisten in gezwickter Machart geschustert, bietet die Sohlenkonstruktion mit ihrer Vibram®-Cross-Laufsohle viel Kantenstabilität für präzises Antreten mit der Fußspitze. Dazu passt auch der umlaufende Gummirand. Damit fürchtet der DAVplus Low auch hartes Gelände nicht! Andererseits trägt er sich dank des niedrigen Schafts überaus agil.

Bergführeranwärterin Yvonne Koch meint dazu: „Reinsteigen, wohlfühlen, warme Füße haben und Grip in jedem Gelände! Ob im Schneematsch oder am trockenen Fels, wegrutschen kann man mit diesem robusten Schuh quasi nicht.“ Der DAVplus Low eignet sich nicht nur für den Zustieg, sondern auch für raues Gelände und Klettereien bis zu mittleren Schwierigkeitsgraden. Und auf dem Weg zur Kletterhalle sieht er auch noch gut aus ...



Beide Modelle gibt es ab Mitte Juni im Sporthaus Schuster und bei Globetrotter in München. Der DAVplus High GTX® kostet für Mitglieder der Sektionen München & Oberland 295,95 € (regulärer Preis: 329,95 €), der DAVplus Low ist für Mitglieder zum Preis von 169,95 € erhältlich (regulärer Preis: 189,95 €). Wer jetzt noch zögert, hat im Juli die Möglichkeit, die Modelle beim Sporthaus Schuster unter fachkundiger Anleitung von Fachübungsleitern der Sektionen München & Oberland ausgiebig zu testen und dabei noch tolle Preise zu gewinnen!

## Neuland über dem Großen Ahornboden

Sektionsmitglied Benno Wagner eröffnet extreme Alpinroute



Ich wache auf und befinde mich immer noch da, wo ich gestern eingeschlafen bin: 300 Meter hoch in einer Felswand im Karwendel. Ich blicke nach unten. Alles ist so winzig. Es ist ein anderes Gefühl, direkt in der Route zu übernachten, als Tag für Tag vom Auto zum Berg zu gehen. Wir besuchen die Wand nicht, sondern leben eine Zeit lang in ihr. Wir sehen die Sonne untergehen, den Nebel hereinziehen und den Mond aufgehen.

Frühstücken, Morgentoilette, Material sortieren, dann geht es wieder los. Ich klettere bis zu dem Punkt, an dem wir gestern aufgehört haben. Am letzten Haken hänge ich mich rein und konzentriere mich. Es geht ins Unbekannte. Die nächsten Klettermeter sind schwierig! Ich weiß nicht weiter, klettere ein Stück ab und springe.

Der Sturz ins Seil tut gut. Er schafft Vertrauen. Ich setze noch mal an, klettere noch höher, kann jedoch keinen Griff ertasten. Verzweifelt schnappe ich nach oben. Leider auch kein Griff. Ich falle. Diesmal ist der Sturz weiter. Das Seil bremst mich. Ich schaue nach unten. Sebastian, der mich sichert, hängt in dem Gewirr aus Material, Schlafsäcken und schiefem Portaledge. Ein weiteres Mal

klettere ich über den letzten Haken. Ich finde einen Griff und schaffe es, meinen Skyhook in einen kleinen Vorsprung zu hängen. Vorsichtig ziehe ich die Bohrmaschine nach. Loch gebohrt, Haken gesetzt. Meter für Meter kommen wir voran ...

Am Ende ist über mehrere Tage verteilt eine wunderschöne Tour entstanden: „Das Licht der Welt“ in der Spritzkarspitze-Nordwand. Schon vom Parkplatz in der Eng erkennt man den überhängenden gelben Wandteil, durch den unsere Linie zieht.

**Das Licht der Welt, 16 SL, 600 m, 8a+ (X-), RP August 2015 durch Sebastian Weiß und Benno Wagner. Mehr Infos, Video und Topo auf [bennowagner.com](http://bennowagner.com)**



### Bio-Rind auf der Albert-Link-Hütte

Ab Mai 2016 bezieht der Hüttenwirt der Albert-Link-Hütte sein Rindfleisch in Bio-Qualität über das Gut Wallenburg. Das Biogut befindet sich in Miesbach und wirtschaftet nach den strengen Richtlinien des Bioland-Verbandes. Die Rinder stehen den Sommer über auf Weiden nur 30 Wanderminuten oberhalb der Albert-Link-Hütte auf den Haushamer Almen am Grünsee. Damit bietet der Pächter der Hütte, Uwe Gruber, neben selbstgebackenem Brot, selbstgeräucherten Käsespezialitäten, einem reichhaltigen Wildangebot aus den umliegenden Bergen, Eiern, Wurst und Bauernhofeis aus regionalen Kleinbetrieben nun ein weiteres regionales Produkt an.

### Ergebnisse der Mitglieder-Umfrage

Liebe Leserinnen und Leser, die Umfrage aus der »alpinwelt«-Ausgabe 4/2015 ist ausgewertet. Es zeigt sich, dass sich die Bewertung des Leistungsangebotes der Sektionen München & Oberland im Vergleich zu den Umfragen von 2009 und 2013 um einige Prozentpunkte verbessern konnte. Die Bekanntheit unserer Hütten ist in den letzten Jahren gestiegen. Ebenso belegen die Ergebnisse der aktuellen Umfrage eine weitgehend positive Beurteilung des neuen Internetauftritts [www.DAVplus.de](http://www.DAVplus.de) sowie eine überdurchschnittlich hohe Leseintensität unseres Bergmagazins »alpinwelt«. Als sehr erfreulich empfinden wir auch den Zuspruch der Sektionsmitglieder für unser ökologisches Engagement, insbesondere für die Weg- und Bergwaldsanierung. Wir danken Ihnen für die Kritik und auch das Lob, das Sie uns in unerwartet hoher Zahl ausgesprochen haben!

*Ihre »alpinwelt«-Redaktion*

Fotos: Benno Wagner, Lilo Hammann, Alpines Museum des DAV



## So einfach geht das!

Klettertreff für Menschen mit Behinderung

Ein kurzes Telefonat, und schon steht die Verabredung, sich in der Kletterhalle zu treffen. So einfach geht das für eine Mehrzahl der Kletterer – aber kaum einer macht sich Gedanken, wie kompliziert das für Menschen mit Behinderung sein kann.

Ich bin Kletterbetreuerin bei der DAV-Sektion Oberland und leite Schnupperkurse und Klettertrainings für Menschen mit Behinderung. Ich bin 57 Jahre alt und habe vor 6 Jahren mit dem Klettersport angefangen. Meine Stärke liegt nicht in schweren Kletterrouten und im Vermitteln ausgefeilter Technik. Meine Stärke sind die Motivation, die Geduld und das Verständnis für die Leistung eines Kletterers mit Behinderung.

Für einen Menschen mit Handicap ist es schwer, „einfach mal schnell“ in die Kletterhalle zu gehen. Bereits der Weg dorthin ist eine erste Hürde, und die Hallen selbst sind oft nicht barrierefrei. Auch die Wahl der Route, der Vorstieg und die Sicherung wollen geplant und überlegt sein. Am Anfang nimmt der motivierte Neuling diese Schwierigkeiten noch in Kauf, aber irgendwann ist er

frustriert und kurz davor, die Kletterschuhe an den Nagel zu hängen.

Mein Lösungsvorschlag war ein Klettertreff für Menschen mit Behinderung, die bereits erste Erfahrungen gesammelt hatten und außerhalb eines Kurses weiterklettern wollten – eine Idee, die sofort von der Sektion Oberland unterstützt wurde. Ein paar Wochen später begann das Pilotprojekt mit den ersten Teilnehmern. Aktuell besteht der Klettertreff aus acht Frauen. Die Erkrankungen reichen von Parkinson über Muskelerkrankung und Multiple Sklerose bis hin zu Koordinationsschwäche und Sehbehinderung. Auf den ersten Blick eine vollkommen inhomogene Gruppe, und ich war sehr gespannt, wie sich der Treff entwickeln würde.

Das Konzept war und ist sehr einfach: Jeder bringt sich ein, so gut er eben kann. Wir klettern miteinander, unterstützen uns gegenseitig, haben Spaß am Sport und an der Bewegung. Nicht die Anzahl der Routen ist entscheidend, auch nicht der Schwierigkeitsgrad oder das Tempo. Wer dazu in der Lage ist, übernimmt durchaus Verantwortung: Er hängt für sich und für die anderen auch mal eine Route ein und sichert – allein oder mit Hintersicherung. Auch neue Herausforderungen gehen wir überlegt und gezielt an und nehmen uns die Zeit, die nötig ist. Das Miteinander klappt ausgezeichnet, und die Gruppe ist eine feste Gemeinschaft geworden. Inklusion könnte nicht besser funktionieren, denn jeder trägt seinen Teil dazu bei. So einfach geht das.

*Lilo Hammann*

Aufgrund der großen Nachfrage planen die Sektionen München & Oberland, ab Sommer 2016 auch ein **14-tägiges Klettertraining für Kletterer mit Handicap** anzubieten. Dabei handelt es sich nicht um therapeutisches Klettern. Weitere aktuelle Informationen finden Sie unter [www.DAVplus.de](http://www.DAVplus.de).



### »alpinwelt«-Extra zur „neuen Hölle“

Die neu errichtete Höllentalangerhütte wurde im August 2015 eröffnet und geht heuer in ihre erste komplette Sommersaison. Alles Wissenswerte zur neuen Hütte und ihrer Geschichte im beiliegenden »alpinwelt«-Extra!



Der Oberlandcup 2016 geht in seine entscheidende Phase: Bei der **Gilchinger Meisterschaft am 4. Juni** und der **Münchner Stadtmeisterschaft am 16. Juli** sind die besten Amateurlkletterer Münchens und der Region am Start. [www.oberlandcup.de](http://www.oberlandcup.de)

Die Bergsteigersendung „**Bergauf-Bergab**“ im Bayerischen Fernsehen hat einen neuen Sendeplatz: sonntags, 18.45 Uhr. [www.br.de/br-fernsehen/sendungen/bergauf-bergab](http://www.br.de/br-fernsehen/sendungen/bergauf-bergab)

Vom Bahnhof Kochel verkehren um 9:13 und 10:13 Uhr **täglich zwei zusätzliche Busse** zur Herzogstandbahn. Das **Regio-Ticket Werdenfels** gilt jetzt auch an Werktagen unbegrenzt. Aufgrund von Bauarbeiten am Sylvenstein beginnt der **Linienbusbetrieb in die Eng** erst am Samstag, den 18.06.2016. [www.rvo-bus.de](http://www.rvo-bus.de)



Seit März haben das **Alpine Museum** und die **Alpine Bibliothek** des DAV erweiterte Öffnungszeiten und sind nun täglich außer montags von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Im Alpines Museum wird am 20. Juli die neue **Sonderausstellung „Standpunkt. Jürgen Winkler 1951–2016“** eröffnet. [www.alpines-museum.de](http://www.alpines-museum.de)

## Wege des Alpenvereins

Liebe Leserinnen und Leser,

immer wieder erreichen uns Zuschriften, die dem Alpenverein die notwendige Sensibilität im Umgang mit der zunehmenden Beliebtheit des Bergsteigens und der Zunahme des Besucherstroms in den Alpen absprechen. Oder vereinfacht: Der Alpenverein und insbesondere dessen große Sektionen fördern den Massentourismus. Ich möchte solche Bedenken nicht ungehört lassen und – in aller Kürze und sicher nicht umfassend – die Grundsätze unseres Handelns aufzeigen:

### Darf unser Verein noch weiter wachsen?

1. Das Fördern des Bergsteigens ist eine satzungsgemäße Aufgabe des Alpenvereins. Und Tatsache ist, dass diese Zielsetzung seit der Gründung vor fast 150 Jahren das Bergsteigen von praktisch null auf den jetzigen Stand wesentlich mit verursacht hat. Dazu trug die Erschließung der Bergwelt mit Hütten und Wegen ebenso bei wie die Verbreitung von Schriften und Karten sowie die Förderung des Führerwesens. Trotz dieser auf Verbreitung des Bergsteigens gerichteten Maßnahmen gab es aber von Anfang an auch beschränkende Aktivitäten. Zu nennen sind hier die Ausbildung, die Sicherheitsforschung und vor allem die Rücksicht auf Natur und Umwelt.

→ **Verbreitung des Bergsteigens ja – aber von Verantwortung getragen!**

2. „Bergsteigen“ mit seinen verschiedenen Spielarten und Bewegungsformen spricht heute sehr viele Menschen an, was natürlich die Tendenz zum Massensport impliziert. Einzelne Sportarten können da durchaus zu einem Elitedenken neigen, das Anerkennen der Vielzahl setzt aber gegenseitige Toleranz voraus. Dennoch möchte ich hier eine Grenze ziehen, nämlich die der Betätigung mit eigener Kraft – angepasst an das persönliche, ggf. auch eingeschränkte Leistungsvermögen.

→ **Das Erleben der Bergwelt steht allen offen!**

3. Der Alpenverein hat sowohl mit der Vertretung der sportlichen Interessen der Bergsteiger als auch mit dem Schutz der Bergwelt eine gesellschaftspolitische Aufgabe. Diese kann mit zunehmender Vereinsgröße immer wirkungsvoller wahrgenommen werden. Die hierzu vereinsintern notwendige Meinungsbildung basiert wesentlich auf dem föderalen Zusammenwirken der Sektionen und des DAV-Bundesverbandes. Dabei kommt den großen Sektionen eine führende Rolle zu.

→ **Die Berge und das Bergsteigen brauchen eine starke Lobby!**



4. Wer heute in den Bergen unterwegs ist, wird dort viele Bergfreunde treffen, die nicht Mitglied unseres Vereins sind. Ich denke, dass der Hauptteil unseres Mitgliederzuwachses auf der Werbung in diesem Personenkreis beruht. Und gerade dies ermöglicht uns dann, hier einwirken zu können. Sei es in Fragen der Sicherheit, zu umweltverträglichem Bergsteigen oder zur Rücksichtnahme durch Einhalten gewisser Regeln.

→ **Mitgliederzuwachs kann nicht mit einem Mehr an Bergsteigern gleichgesetzt werden!**

5. Die Sektionen sind für ihre Mitglieder immer auch ein Stück Heimat. Jedoch ist bei großen Sektionen mit ihrem breiten Spektrum von Mitgliedern auch deren Bedarf an Individualität sehr unterschiedlich. Dem gilt es mit einer vielfältigen und hinsichtlich Umweltverträglichkeit und Nachhaltigkeit verantwortungsbewussten Angebotspalette nachzukommen. Sei es mit breitgefächerten Veranstaltungen, neigungsorientierten Untergruppen, sektionseigenen Selbstversorgerhütten, sektionsspezifischen Aussendungen, Internetforen usw.

→ **Auch die Großsektionen sind eine Heimat für Bergsteiger!**

Diese Aspekte machen deutlich, dass es keine einfache Antwort auf die Eingangsfrage gibt. Es wird immer ein Kompromiss zu suchen sein. Diesbezüglich wurden 2004 in einer Klausurtagung des Vorstands der Sektion München „10 Wegweiser für die Zukunft“ verabschiedet (www.alpinwelt.de → Heft 1/05), unter Punkt 8: „**Moderates Wachstum der Sektion.**“

Ich meine, dies gilt für unsere beiden Sektionen auch heute noch. Und wir wünschen uns, dass Sie dieser Wegmarke folgen und wir uns damit gemeinsam auf den Weg in die Zukunft machen können.

Peter Dill, stv. Vorsitzender der Sektion München

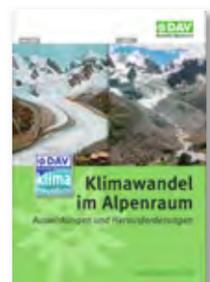
Bergsteiger sein, **BERGSTEIGER** lesen!  
Das Magazin für alle Berg-Enthusiasten und Gipfelstürmer.



Testen Sie jetzt 3 Ausgaben und sichern Sie sich Ihre Prämie unter  
[www.bergsteiger.de/abo!](http://www.bergsteiger.de/abo!)

# Klimafreundlicher Bergsport – wie geht das?

Text: **Maximilian Witting**  
 Leiter des DAV-Projekts  
 „Klimafreundlicher Bergsport“



**W**o wird der Klimawandel in den Alpen sichtbar? Was für Auswirkungen sind zu erwarten? Und welchen Beitrag können wir zum Klimaschutz leisten? Das DAV-Projekt „Klimafreundlicher Bergsport“ – gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz – möchte Bergsportlerinnen und Bergsportler für diese Fragen sensibilisieren und Sektionen beim Klimaschutz unterstützen. Ob Gletscherrückgang, auftauende Permafrostböden oder Niederschlagsveränderungen: Die Broschüre „Klimawandel im Alpenraum – Auswirkungen und Herausforderungen“ beleuchtet diese Veränderungen und die damit verbundenen Folgen. Anhand verschiedener Beispiele wird anschaulich aufgezeigt, was der Klimawandel für den Wintertou-

rismus, die alpine Infrastruktur und den Bergsport bedeutet. Und wie können wir zum Klimaschutz beitragen? Ein wesentlicher Aspekt dabei ist die Anreise, denn **Klimaschutz und ein umweltbewusstes Handeln beginnen nicht erst am Berg oder Fels. Die Art der Anreise hat entscheidenden Einfluss darauf, wie groß unsere Umweltbelastung ausfällt.** Noch immer fährt die große Mehrheit der Bergsportler – laut einer aktuellen Umfrage etwa 70 % – mit dem Pkw in die Berge. Gerade zu Ferienzeiten und an verlängerten Wochenenden wird dieses Ausmaß des Individualverkehrs in den Alpen besonders spürbar. Neben der enormen Umweltbelastung werden wie selbstverständlich auch lange Staus und Wartezeiten in Kauf genommen. Das hat oft einen entschei-

denden Grund: die Erreichbarkeit von Touren. Häufig ist es aber auch die Unwissenheit darüber, dass in einigen Fällen attraktive Alternativen zur Verfügung stehen. Die Anreise mit Bus und Bahn ist nicht nur entspannter, man umgeht auch die lästige Stausproblematik und Parkplatzsuche. Bei Mehrtagestouren mit unterschiedlichen Start- und Endpunkten sowie Überschreitungen wird der Vorteil noch eindeutiger: Die Rückfahrt zum Startpunkt ist überflüssig. Aber auch viele normale Tagestouren eignen sich sehr gut für eine Anreise mit Bus und Bahn. Über 1700 solcher Touren sind inzwischen auf dem Tourenportal [www.alpenvereinaktiv.com](http://www.alpenvereinaktiv.com) zu finden. Darüber hinaus gibt es unter [www.alpenverein.de/mobilitaet](http://www.alpenverein.de/mobilitaet) weitere regionenspezifische Tourenvorschläge, aktuelle Angebote der Bahn sowie Tipps und Infos, wie Mobilität beim Bergsport klimafreundlicher gestaltet werden kann. Wer mit der öffentlichen Anreise bei Bergtouren nicht zufrieden ist, kann unter [www.alpenverein.de/feedback-mobilitaet](http://www.alpenverein.de/feedback-mobilitaet) Kritik und Anregungen zur Verbesserung der Bahn- und Bus-Anreise geben. Gemeinsam mit der DB und entsprechenden Busunternehmen erarbeitet der DAV Lösungen, um die öffentliche Anreise attraktiver zu machen. Für Touren, die sich nicht für eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln eignen, steht in Zukunft ein Mitfahrerportal zur Verfügung.

Die Inhalte des Projekts beziehen sich jedoch nicht nur auf die Anreise. Insbesondere im Ausbildungsbereich und bei Sektionen spielt das Thema eine besondere Rolle. Über die Lehrteams werden die Folgen des Klimawandels und Fragen des Klimaschutzes über den DAV hinaus weitergetragen. In vielen Sektionen vor Ort ist das Thema bereits angekommen und trägt Früchte. Eine Kletterhalle im Niedrigenergiestandard, der Einsatz von regenerativen Energien auf Hütten, eine klimaneutrale Geschäftsstelle oder Mobilitätskonzepte für Sektionsfahrten stehen nur beispielhaft für die vielen Initiativen. Getreu dem Motto „voneinander lernen und passende Maßnahmen finden“ unterstützt der Bundesverband die Sektionen dabei und fördert den gegenseitigen Austausch. Darüber hinaus gibt es auch finanzielle Unterstützung. Gemeinsam mit seinen Partnern DAV Summit Club und Globetrotter hat der DAV einen Klimafonds eingerichtet, der u. a. die energetische Sanierung von Hütten mitfinanziert. Weiteres Infomaterial und E-Paper zum Thema finden Sie unter [www.alpenverein.de/klimaschutz](http://www.alpenverein.de/klimaschutz)

## Umwelt-Engagement bei München & Oberland

- z. B. Förderung umweltfreundlicher Hüttentechnik wie in der Höllentalangerhütte, deren neugebautes Wasserkraftwerk eine Versorgung mit Strom aus zu 100 % regenerativen Quellen ermöglicht
- z. B. „Grüne Zone“ im Rahmen des Kurs- und Tourenprogramms: Kürzere Aufenthalte im Gebirge dürfen eine bestimmte Anfahrtstrennung nicht überschreiten
- z. B. Aktionen zum Mitmachen: Umwelt-Arbeitseinsätze im Gebirge, Beteiligung an Baumpflanzaktionen, Ramadama an der Isar u. v. m.
- z. B. Kampagne zur Anreise mit Bus & Bahn, z. B. Faltblatt „Mit der Bahn in die Berge“ mit 14 umweltfreundlichen Tourentipps rund um Garmisch-Partenkirchen

Ausführliche Infos unter [www.DAVplus.de/umwelt](http://www.DAVplus.de/umwelt)



Intersport Mälzerei 01127 Dresden // Sportshop Sikora 02681 Schirgiswalde // Spolva zum Roß 06772 Zeitz Elster // Sportchart 07407 Rudolstadt // Intersport Noack 09599 Freiberg // Galeria Kaufhof 10178 Berlin // Galeria Kaufhof 20095 Hamburg // Intersport Leffers 26382 Wilhelmshaven // Schuh u. Sport Salge 38547 Calberlah // Galeria Kaufhof 40212 Düsseldorf // Carsch-Haus 40213 Düsseldorf // Buner 41460 Neuss // Buner 42103 Wuppertal // Galeria Kaufhof 46047 Oberhausen // Buner 47057 Duisburg // Mode+Sport-Center Braun 47441 Moers // Galeria Kaufhof 50667 Köln // Peters Sport Team 53937 Schleiden // Buner 54516 Wittlich // Sport Brang 54884 // Junkerath FW-Outdoor // 57299 Burbach // Galeria Kaufhof 60313 Frankfurt // L & S Lauf- & Sport Shop 68229 Mannheim-Friedrichsfeld // Läuterlinge Freunde GmbH 72138 Kirchentellinsfurt // Sport Schwab 73479 Ellwangen // Intersport Ekasser 75172 Pforzheim // Sport Gulyas Lausportzentrum 76135 Karlsruhe // Intersport Gemo 79576 Weil am Rhein // Sport Behringer 79859 Schluchsee // Galeria Kaufhof 80331 München // Schusterlamm & Borenstein 80807 München // Bergzeit 83607 Holzkirchen // Mammot Store 83646 Bad Tölz // Gerispeck 85435 Erding // Sport-Tenne Sleizer 86668 Karlsruhe // Sud-West Shop 89129 Langenau // Sport Hoffmann 91074 Herzogenaurach // Lifestyle 92637 Weiden // Intersport Wohleben 96487 Dörfles-Esbach // Thiemrodt 99735 Nordhausen/Bleien

Ein Produkt der LOWA Sportschuhe GmbH



**EIGHTSOX**  
 EIGHTSOX.COM

**FEEL STRONG**

EIGHTSOX. STABILIZE YOUR BODY.



Foto: Hans Herbig/DAV



# Zeit am Berg

Schafe genießen die letzten Sonnenstrahlen am Schafreiter. Foto: Thomas Wörbs. [www.mountainpanoramas.com](http://www.mountainpanoramas.com)



# Was ist Zeit?

*Über die Frage nach dem Wesen der Zeit zerbrechen sich die Menschen seit Jahrtausenden den Kopf. Mittlerweile beherrscht die messbare Zeit unseren Alltag. Aber es gibt auch die subjektive Zeit, die Naturzeit und überraschende Zeitdefinitionen aus der Physik.*

Foto: Joachim Burghardt

Einst Wohnort und Wirtschaftsbetrieb, heute nur noch ein Häuflein morsches Holz: die Rotwandalm im Hagengebirge

Text: Christian Rauch

Die Geschichte der exakten Zeitmessung beginnt mit den mittelalterlichen Mönchen: Anders als die Bauern auf dem Land, die ihre Tage einfach nach Sonnenaufgang, Mittag und Sonnenuntergang einteilen, braucht man im Klosterleben geregelte Zeiten fürs Gebet. Aufgrund der nächtlichen Gebetszeiten müssen Sonnenuhren sowie Wasser- oder Kerzenuhren kombiniert eingesetzt werden. Eine mechanische Räderuhr, die jederzeit die genaue Zeit anzeigt, wäre da sehr willkommen. Und erste Beispiele solcher Uhren gab es wohl schon früh: Schon anno 996 besitzt der Erzbischof von Reims und spätere Papst Silvester II. laut Überlieferung eine von Gewichten getriebene Räderuhr. Findige Klostermönche entwickelten Geschick, solche frühen Uhrenmodelle, die zum Teil aus dem Orient kommen, nachzubauen. Belegt ist die Uhr mit Rädern spätestens um 1300, als sie Dante in seiner Göttlichen Komödie erwähnt. Bald wird sie in größeren Dimensionen konstruiert und hängt an Kirchtürmen, später auch an Rathäusern.

Dann bricht auch das Zeitalter der kleinen Uhren an: Um 1500 wird die erste Taschenuhr entwickelt. Längst sind es nicht mehr nur die Klöster, sondern auch Händler und Geschäftsleute, die den Wert der Zeit erkennen. Zeit kann man nun exakt messen, Stunden und Minuten zählen wie Goldstücke, man kann über verstrichene Zeiträume den Zins berechnen. Der Unternehmer, Erfinder und Politiker Benjamin Franklin formuliert 1748 in seinem Buch „Ratschläge für junge Kaufleute“ den Spruch „Zeit ist Geld“. Und im 19. Jahrhundert beschleunigt sich der Mensch – durch schnellere Verkehrsmittel und dichtere Arbeitsabläufe. Mit der Eisenbahn dauern Reisen nun nicht mehr so lang wie eine mehrtägige Kutschfahrt, man bestimmt genaue Abfahrts- und Ankunftszeiten. Autobauer beginnen, Geschwindigkeit und Beschleunigung relativ zu Stunde und Sekunde zu berechnen, und Unternehmer führen die Stempeluhr ein, als einer der ersten der amerikanische Juwelier Willard LeGrand Bundy 1888.

Im 20. Jahrhundert ermöglicht die Quarzuhr eine noch exaktere Zeitmessung, die Anzeige kann nun auch digital mit Ziffern erfolgen.

**„Wachstum erreichen wir durch Beschleunigung und, wo es nicht schneller geht, durch Verdichtung.“**



Und die Informationstechnik beschleunigt weiter: Auch wenn der Mensch keine Sekundenbruchteile für seinen Alltag benötigt – Computer, auch solche, die mittlerweile in Millisekunden Aktien an Börsen handeln, erledigen nahezu alles rasend schnell. Ohne diese Rechner würden viele Abläufe in einer komplexen Welt nicht mehr funktionieren. Und selbst in der Freizeit messen wir Trainingszeiten und lassen uns nach einfachen Gesetzen der Physik die sportlich erbrachte Energie in Kalorien ausrechnen.

Kapital, Güter und Wohlstand hängen heute also ganz und gar von einer präzise gemessenen und effizient genutzten Zeit ab. „Wachstum erreichen wir durch Beschleunigung und, wo es nicht schneller geht, durch Verdichtung“, erklärt der Münchner Wirtschaftspädagoge Karlheinz Geißler, der seit 30 Jahren als Zeitforscher und Berater tätig ist. „Wir benutzen Computer und technische Geräte, mit denen wir mehrere Dinge gleichzeitig machen können, und mit Laptop und Smartphone kön-

nen wir die Arbeit mittlerweile nicht nur zeitlich, sondern auch räumlich verdichten.“ Und der Trend setzt sich wohl fort: Sollten sich in einigen Jahren selbstfahrende Autos durchsetzen, wird man Arbeit auch beim Pendeln erledigen können. Die Menschheit hat also die Zeit in den letzten 200 Jahren immer fester in die Hand genommen. Seither widmen wir uns auch viel stärker der systematischen Auseinandersetzung mit der Vergangenheit und mit der Zukunft. Ersteres, also „Geschichte“, wird wissenschaftlich erst seit dem 19. Jahrhundert betrieben; der „Historismus“ verlangte, aus der Vergangenheit für die Gegenwart zu lernen. Was den Blick in die Zukunft angeht, entstand ebenfalls im vorletzten Jahrhundert die sogenannte Science Fiction, unter anderem durch Jules Verne. Heute betreiben wir Zukunftsforschung, sind „innovativ“ und versuchen, Prinzipien der Nachhaltigkeit umzusetzen. Wer nachhaltig lebt, das wissen Forstwirte schon lang, lebt in der Gegenwart so, dass zukünftigen Generationen keine Möglichkeiten genommen werden – eine Vision, die allen Menschen im Fluss der Zeit ihre Chancen erhalten soll.

„Was aber die Zeit wirklich ist, wissen wir nicht. Wir haben wegen des Fehlens eines Zeitsinns keinen direkten Zugang zu ihr“, erklärt Karlheinz Geißler. „Deshalb machen wir uns ein Bild von der Zeit und messen sie mit Werkzeugen.“ Dieses Modell einer genau messbaren Zeit aber gab es vor den mittelalterlichen Mönchen nur sehr eingeschränkt. Wichtig für den Alltag waren die von der Sonne bestimmten Tages- und Jahreszeiten, das „Tagwerk“ eines Bauern als Flächenmaß und Naturphänomene wie die Schattenlänge oder Dämmerung. Zwar baute man schon früh Wasser- und Sonnenuhren und erkannte den regelmäßigen Gang von Sonne und Mond. Auf dieser Basis entstanden erste Kalender, die allerdings den Alltag nicht wie heute organisierten. Bei den Römern waren sie vor allem wegen religiöser Feier- und Festtage nötig. „Und die Zukunft war für die Menschen kein Gestaltungsspielraum, sondern göttliches Schicksal“, ergänzt Geißler.

Auch die frühen Philosophen sahen in der Zeit nichts, was der Mensch selbst nutzen oder ge-

1 Eine echte „Atomuhr“ für das Smartphone. Die Uhr geht immer garantiert auf die Sekunde genau, da sie sich über ein spezielles Internet-Zeit-Protokoll mit der CS2-Cäsium-Atomuhr in Braunschweig verbindet und die aktuelle Uhrzeit extrem genau abgleicht.

2 An der „Sextner Sonnenuhr“, einer halbkreisförmig angeordneten Reihe von Bergen südlich von Sexten, lässt sich mithilfe des Sonnenstands die Uhrzeit ablesen. Hier der mittig stehende Zwölferkofel.

3 In seinem Bild „Die Beständigkeit der Erinnerung“ von 1931 thematisiert der Künstler Salvador Dalí das Fließen und Vergehen von Zeit.

4 Mahnung an die Vergänglichkeit des Lebens: der berühmte „Tod zu Eding“ in der Altöttinger Stiftspfarrkirche



**„Was ist die Zeit? Wenn niemand mich danach fragt, weiß ich's, will ich's aber einem Fragenden erklären, weiß ich's nicht.“**

Augustinus



Fotos: 2 Benutzer Steffen 962 bei Wikimedia Commons 3 © 2016 Salvador Dalí, Gala-Salvador Dalí Foundation / Artists Rights Society (ARS), New York 4 H.Heine/Verkehrsbüro Allötting

stalten könnte. Für den Griechen Heraklit um 500 vor Christus (berühmt durch sein Zitat „Alles fließt“) floss die Zeit auf ewig dahin; Leben und Tod, Werden und Vergehen wechselten sich ständig ab. Die Zeit ist laut Heraklit wie ein Kind, das Spielfiguren hin- und herbewegt. Rund 150 Jahre später formulierte Aristoteles, dass die Zeit „die Zahl der Bewegung hinsichtlich des ‚davor‘ und ‚danach‘“ sei. Und der römische Denker Augustinus fragte um 400 nach Christus: „Was ist die Zeit? Wenn nie-

mand mich danach fragt, weiß ich's, will ich's aber einem Fragenden erklären, weiß ich's nicht.“ Trotz dieses berühmten Ausspruchs lieferte der Philosoph einige plausible Deutungen, so von Vergangenheit und Zukunft als der Erinnerung bzw. der Erwartung aus der Gegenwart heraus. Für ihn gab es erstmals einen „subjektiven Zeitbegriff“ oder die „erfahrene“ bzw. „erlebte“ Zeit. Das ist auch heute jedem eingängig, dem eine Stunde Wartezeit „wie eine Ewigkeit“ vorkommt, oder dem im leb-



### Der Berg im Fluss der Zeit

► **Viele Millionen Jahre** hat es gedauert, bis die Alpen entstanden. Vor etwa 55 Millionen Jahren begannen die europäische und die afrikanische Kontinentalplatte, gegeneinanderzudrücken und die Gebirgszüge ganz langsam aufzufalten.

► Seit 2,5 Millionen Jahren wurden die Alpen durch die sich aufbauenden und wieder abschmelzenden Gletscherströme der Eiszeiten in ihrer Gestalt verändert, z. B. abgeschliffen – das ging über Zeiträume von **einigen Hunderttausend Jahren** und findet in kleinerem Maßstab in vergletscherten Gebieten noch heute statt.

► Die Erosion durch Wind und Niederschlag verändert die Alpen. Innerhalb eines **Jahrhunderts** kann beispielsweise eine Bergspitze um zehn Zentimeter abgetragen werden. „Doch weil dadurch die Berge ‚an Masse verlieren‘ werden, heben sie sich von unten, so dass sich Hebung und Erosion etwa die Waage halten“, erklärt der Geowissenschaftler Friedhelm von Blanckenburg vom Deutschen GeoForschungszentrum GFZ in Potsdam. Dort werden Erosionsprozesse intensiv erforscht.

► Innerhalb von **Jahrzehnten und Jahren** ändert der Mensch das Gesicht vieler Alpenberge, beispielsweise durch den Bau von Lift- und Pistenstrassen, Forststraßen und Gebäuden.

► Allerdings kann ein einziger Bergsturz schon innerhalb von **Sekunden** einen Berg wesentlich verändern. Vor etwa 3500 Jahren brachen aus der Nordwand der Zugspitze mit einem Schlag viele Millionen Kubikmeter Gestein heraus – dies formte den bereits zuvor existierenden Eibsee in seiner heutigen Gestalt.



Die Blaue Gumppe im Wetterstein entstand vor rund 500 Jahren und verschwand wieder im Jahr 2005

**„Man hat keine Zeit, man ist die Zeit. Man kann sie nicht managen oder verlieren oder totschiagen.“**

haften einstündigen Zwiegespräch die Zeit „wie im Nu verrinnt“ – obgleich keine Uhr dieser Welt einen Unterschied bei der linear ablaufenden Stunde erkennen würde.

In der Neuzeit, als die messbare und effizient genutzte Zeit nach der Entwicklung der Räderuhren und mit dem naturwissenschaftlichen Fortschritt immer beherrschender wurde, waren es weiterhin Philosophen, die den Begriff der subjektiven Zeit aufrechterhielten. Im 19. Jahrhundert schrieb Friedrich Wilhelm Joseph Schelling: „Es gibt keine äußere, allgemeine Zeit; alle Zeit ist subjektiv, das heißt eine innere, die jedes Ding in sich selbst hat, nicht außer sich.“ Der französische Philosoph Henri Bergson unterschied die äußere Zeit, die man zahlenmäßig und immer gleich wie eine „Strecke“ messen kann, von der inneren Zeit, in der wir Augenblicke stets neu erleben. Und Martin Heidegger setzte die Zeit gar mit dem Sinn von „Sein“ gleich.

Für den Berater Karlheinz Geißler gilt: „Man hat keine Zeit, man ist die Zeit. Man kann sie nicht managen oder verlieren oder totschiagen. Man kann sie nur leben und muss sie leben!“ Der Zeitforscher empfiehlt, die Zeit im Einklang mit den natürlichen Zyklen von Körper und Geist zu leben. Recht gibt ihm die Chronobiologie, eine noch recht junge Forschungsrichtung, die untersucht, wie sich biologische Systeme zeitlich organisieren. So kommt es der „inneren Uhr“ nicht auf Beschleunigung an, sondern auf Rhythmik. Beim Menschen sind dies zum Beispiel der Schlaf-Wach-Rhythmus und hormonelle Zyklen über kürzere Zeiträume, während sich manche Tiere wie Zugvögel oder Winterschläfer an lang andauernden Rhythmen orientieren. Doch auch Menschen spüren zuweilen jahreszeitabhängig „Frühlingsgefühle“ oder „Winterdepressionen“. „Wer nach rhythmischer Zeit lebt, stößt aber auch an Grenzen“, weiß Geißler. „Wenn diese dauerhaft verletzt werden, führt dies zu Zeitproblemen, die wir ökologische, soziale oder gesundheitliche

Foto: Thomas Geisell

WERDEN SIE GIPFELSTÜRMER!



MIT DER SCHUSTER-KUNDENKARTE.

# Ernt

VERKAUFT  
EISPICKEL

im Sporthaus des Südens.

(ABER NICHT HEUTE)



Zeichen & Wunder, München Foto: Klaus Fengler

SPORTHAUS SCHUSTER

MÜNCHEN - DIREKT AM MARIENPLATZ  
ROSENSTRASSE 3-5

ONLINESHOP:  
WWW.SPORT-SCHUSTER.DE

**schuster** 1913



„Wofür braucht ein Bergsteiger eigentlich eine Uhr?“



Physiker und die Zeit

Was die Zeit ist und wie sie verläuft, beschäftigt besonders die Physiker. In der Schule lernt man den Zeitpfeil der Thermodynamik (Wärmelehre). Er besagt, dass die Entropie („Unordnung“) in die Zukunft gerichtet immer zunimmt. Einfach veranschaulichen lässt sich dies durch eine Tasse, die herunterfällt und zerbricht. Sie geht dabei in einen „ungeordneteren“ Zustand über. Die Bruchstücke können aber nicht allein wieder zu einer Tasse und damit zu einem geordneten System werden. Auch die Mechanik kennt seit Jahrhunderten einen klaren, gleichmäßigen Fluss der Zeit, etwa wenn ein Motor Räder in Bewegung setzt. Im 20. Jahrhundert revolutionierte Albert Einsteins Relativitätstheorie den Zeitbegriff, denn sie verwebt Zeit und Raum zur sogenannten Raumzeit. Die Spezielle Relativitätstheorie folgert daraus, dass die Zeit bei schneller Bewegung langsamer verläuft. Spürbar wird das aber nur bei sehr hohen Geschwindigkeiten in der Nähe der Lichtgeschwindigkeit (rund 300.000 Kilometer pro Sekunde). Die Allgemeine Relativitätstheorie besagt, dass die Zeit in der Nähe sehr großer Schwerkraftfelder (wie von Sternen oder gar Schwarzen Löchern) langsamer verläuft. Steht man beispielsweise auf einem hohen Berggipfel, so ist man vom Gravitationszentrum der Erde weiter entfernt als an der Oberfläche, und die Uhr läuft schneller, allerdings nur um etwa eine Billionstel Sekunde! Moderne Atomuhren können aber solche Zeitunterschiede messen. In GPS-Satelliten, bei denen die Zeit bedingt durch die hohe Geschwindigkeit der Satelliten und den größeren Abstand von der Erde fast eine Milliardstel Sekunde schneller verläuft, muss dieser Unterschied ausgeglichen werden, damit die GPS-Messung auf wenige Meter genau funktioniert.



Probleme nennen.“ Wer sich also ständig gegen die eigenen biologischen Kreisläufe abtut, indem er die halbe Nacht vor dem Rechner sitzt, während des Essens auf das Handy guckt und sich kaum eine Auszeit gönnt, ist schnell der Erschöpfung oder gar dem Burn-out nahe, einem Zustand, in dem man die Zeit gar nicht mehr so „nutzen“ kann, wie man es eigentlich will. Ein Vorbild für rhythmisches Leben ist im Unterschied dazu wohl die nachmittägliche Siesta in Spanien.

Karlheinz Geißler, der jahrzehntlang Unternehmen beraten hat, ist der Ansicht, dass die heutige Wirtschaft Zeit- und Stressprobleme nicht mit mehr „Zeitmanagement“ in den Griff bekommen wird: „Denn dadurch soll das Übel ja mit der Methode bekämpft werden, die das Übel erzeugt hat.“ Zugleich weiß er, dass strukturierte Abläufe, Termine und Projekte weiter innerhalb der heute üblichen „messbaren Zeit“ organisiert werden müssen, wenn man im Wettbewerb bestehen will.

Allerdings wird es durch die heute üblichen Arbeitszeitmodelle möglich, die Biorhythmik der Mitarbeiter (zum Beispiel ein kurzer Mittagsschlaf), ihre sozialen Rhythmen wie Kindergarten- und Schulzeiten und die persönlichen Wünsche mit den linearen Arbeitsabläufen in Balance zu bringen. Wenn Karlheinz Geißler und sein Sohn, der die Beratungsfirma nun führt, mit Unternehmen arbeiten, versuchen sie zu erreichen, dass die Arbeitsabläufe rhythmisch organisiert werden, wo immer es möglich ist.

Der Bergsteiger kann allen Zeitbegriffen besonders gut nachspüren. Natürlich kann auch er die Zeit als linear begreifen, sie messen und verwalten, wenn er möchte. Er kann heute mit dem GPS-Gerät seine Wegstrecke, seinen „Zeitaufwand“ und die Geschwindigkeit präzise erfassen. Er kann „gegen die Uhr“ eine Bestzeit aufstellen wollen. „Doch wofür braucht ein Bergsteiger eigentlich eine Uhr?“, fragt Karlheinz Geißler. „Sofern er keinen Rekord brechen will und den Tag ganz der Wanderung widmet, ohne Anschlusstermin, reicht ihm der Sonnenstand als zeitliche Orientierung.“ Nicht umsonst entstanden Bergnamen häufig durch ihre Position bezüglich der Mittagssonne vom Tal aus gesehen: so zum Beispiel der Elfer, der Zwölfer und zahl-



- 1 Der Zahn der Zeit nagt am Berg: Im Frühjahr 1991 stürzten bei Randa im Wallis ca. 33 Mio. m<sup>3</sup> Geröll zu Tal
- 2 Zeugen einer Zeit, in der es noch keine Alpen gab: Fossilien in den Brandenberger Alpen
- 3 Eine der seltenen plastischen Darstellungen der Zeit: die Skulptur „Le Temps“ von Charles van der Stappen. Die von einer geflügelten, betagten Gestalt verkörperte Zeit weist der Jugend den Weg.

reiche weitere Gipfel, die mit diesen Stundenzahlen oder mit „Mittags-“ beginnen. Wer sich bei einer Bergtour nicht an der linearen Zeit orientiert, wird unweigerlich die subjektive Zeit spüren. Und konzentriert er sich auf die Natur um ihn, wird er die vom Menschen völlig unabhängige Naturzeit erkennen, zum Beispiel den „Tagesgang“. Und ein Gefühl dafür kann ihn auch vor Gefahren schützen: Wenn die vormittags steigende Sonne die Hänge erwärmt, steigt im Spätwinter und Frühjahr die Lawinengefahr. Im Sommer bilden sich an vielen schönen Tagen Quellwolken, die Gewittergefahr steigt am Nachmittag und verschwindet abends und in der Nacht meist wieder. Eine ähnliche Rhythmik gibt es auch über das Jahr, wenn etwa im November erst die Hochgebirge, dann die immer tiefer liegenden Regionen einschneien und sich ab dem Frühjahr das Spiel ins Gegenteil verkehrt. So stellt der traditionelle Alpinist gegen Ende des Jahres denn auch die Tourenski oder Schneeschuhe bereit, im Frühjahr lässt er das Wanderfieber anhand der ersten südseitigen „Eingehetouren“ erwachen, ab dem Juni öffnen sich für ihn Felstouren und Klettersteige im Hochgebirge.

Wenn manch moderner Mensch allerdings entgegen diesem Rhythmus im Sommer auf einem Gletscher Ski fährt, beweist das, wie wir uns aufgrund von Fortschritt und Wohlstand – möglich gemacht durch die lineare Zeitmessung – aus den Zyklen der Naturzeit auch ausklinken können, wenn wir wollen.

Und wenn wir umgekehrt als Reaktion auf klimatische Veränderungen in einem milden Dezember Schneekanonen einsetzen, zwingen wir die Naturzeit, die durch den (wohl auch menschengemachten) Klimawandel ein wenig aus dem Tritt geraten ist, wieder so zu sein, wie sie unserer Ansicht nach kurz vor Weihnachten sein sollte.

Doch auch die Natur bringt zuweilen überraschende und unvorhersehbare Ereignisse: Vulkanausbrüche, Lawinen, Steinschläge – oder sind auch sie Geschehnisse, die wiederkehrend in größeren Zyklen ablaufen? Der Bergsee „Blaue Gumppe“ im Wettersteingebirge, jahrhundertlang Motiv für Zeichner und Fotografen, verschwand im August 2005 urplötzlich. Tagelanger Starkregen hatte den natürlichen Damm am Abfluss zerstört. Eine einmalige Laune der Natur? Nein, denn die Blaue Gumppe war vor etwa 500 Jahren durch einen mächtigen Bergsturz erst entstanden.

**Tourentipps: ab Seite 40**



**Christian Rauch** (40) ist freier Autor und Journalist, u. a. in den Bereichen Landleben und Bergsport. Von ihm erschienen das Buch „Bergerlebnisse – Gedanken zu Natur und Philosophie“ und mehrere Kulturwanderbücher (Rother-Verlag).

Idylle pur.

www.bruckmann.de



160 Seiten · ca. 150 Abb. · 16,5 x 23,5 cm  
€ [A] 20,60  
sFr. 26,90 **€ 19,99**  
ISBN 978-3-7654-6814-8



160 Seiten · ca. 150 Abb. · 16,5 x 23,5 cm  
€ [A] 20,60  
sFr. 26,90 **€ 19,99**  
ISBN 978-3-7654-5732-6



128 Seiten · ca. 120 Abb. · 16,5 x 23,5 cm  
€ [A] 15,50  
sFr. 19,90 **€ 14,99**  
ISBN 978-3-7654-8253-3

Jetzt online shoppen unter [www.bruckmann.de](http://www.bruckmann.de) oder gleich bestellen unter Tel. 0180-532 16 17 (0,14 €/Min.)

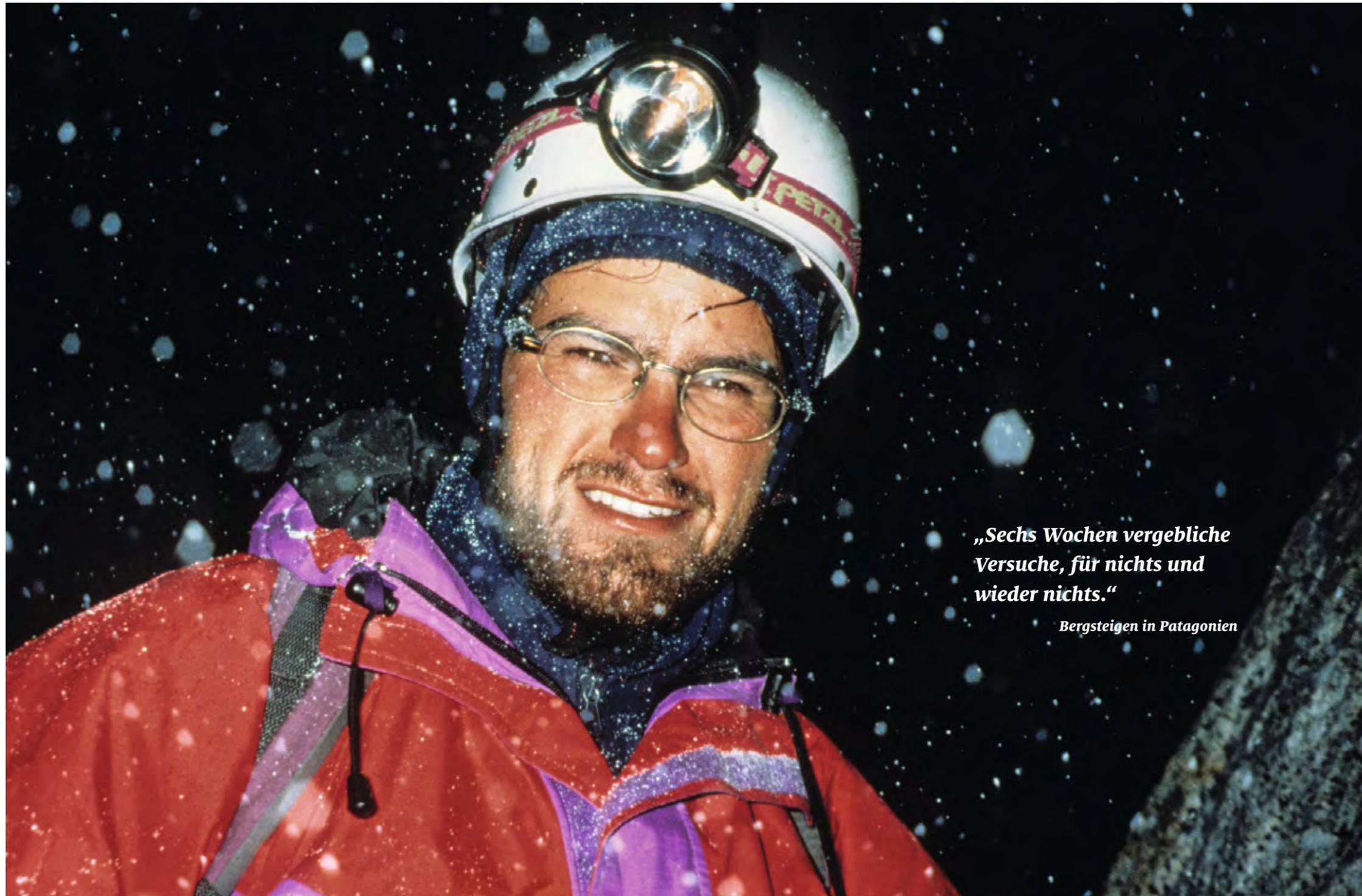
Die Welt neu entdecken



Bruckmann Verlag GmbH, Infanteriestraße 11a, 80797 München

Fotos: 1 Benutzer Wandervogel bei Wikimedia Commons 2 Hermann Hammer 3 Benutzer Benz bei Wikimedia Commons

# Wie vergeht Zeit?



*„Sechs Wochen vergebliche  
Versuche, für nichts und  
wieder nichts.“*

*Bergsteigen in Patagonien*

*Es gibt einen Unterschied  
zwischen der Zeit und der  
Zeit. Man könnte diese Fest-  
stellung für sinnlos halten,  
oder vielleicht auch für naiv  
und weltfremd. Dennoch bin  
ich davon überzeugt, dass  
der Satz seine Berechtigung  
hat, und zwar besonders  
dann, wenn vom Bergstei-  
gen die Rede ist.*

Foto: Michael Wörthli

Text: **Tom Dauer**

**D**ie eine Zeit, so sehe ich das, ist die, die man hat. Oder die man sich nimmt, welchen persönlichen Gestus auch immer man in den Vordergrund stellen mag. Diese Zeit ist wie ein Bilderrahmen – sie steckt ab, wie umfangreich die Spanne ist, die einem in den Bergen zur Verfügung steht. Wie viele Monate, Tage, Stunden und Minuten das sind. Diese Zeit ist eine Maßeinheit, ein Abschnitt auf der Zeitachse, dort beginnend und hier endend. Eine klare Sache also, mess-, vergleich- und objektivierbar.

Die andere Zeit ist die, die im vorgegebenen Rahmen vergeht – und wie bei einem Gemälde sieht jeder Betrachter in ihr etwas anderes. Mal vergeht sie schnell, mal langsam, in einem Fluss oder zerstückelt, entspannt oder hektisch. Das ist die Zeit, die man erlebt, ausfüllt, in der man sich langweilt, die man vorüber- oder über sich ergehen lässt, genießt oder

**1** Im August 1930 gelang Anderl Heckmair die zweite Begehung der Sass-Maor-Ostwand (senkrechte gelbe Wand links der Bildmitte). Die Anreise erfolgte damals in tagelanger Fahrradfahrt.

**2** Die Südostwand der Fleischbank mit der Wiessner-Rossi-Führe im Wilden Kaiser



*Ich weiß nicht mehr, wie lange wir für die Begehung benötigten. Es war uns auch völlig egal.*

Wir trainierten Kraft und Geschmeidigkeit, holten uns in leichteren Routen die nötige Sicherheit im Vorstieg und lasen alles, was uns aus der Erschließungsepoche der Zwischenkriegsjahre zwischen die Finger kam. Ich erinnere mich noch, dass ich einen Tag vor unserem geplanten Abenteuer auf dem elterlichen Balkon lag und auf die Frage meiner Mutter, was ich da mache, antwortete, ich würde mich „mental vorbereiten“. Als wir schließlich die Steinerne Rinne zum Einstieg emporwanderten, fühlten wir uns bestens gewappnet. Tatsächlich empfanden wir die Route dann als

steil, anstrengend, anspruchsvoll – aber sie fiel uns leichter, als wir erwartet hatten. Ich weiß nicht mehr, wie lange wir für die Begehung benötigten. Es war uns auch völlig egal. Entscheidend war, dass wir die uns zur Verfügung stehende Zeit – unseren Zeitrahmen – so lange wie möglich ausgedehnt und so gut wie möglich genutzt hatten. Die Bilder aus der Route – die Querung, den Rossi-Überhang, das 17-Meter-Wandl, meinen Freund in Bundhosen und Brustgurt – habe ich bis heute vor Augen. Weil die Zeit, die wir am Berg verbrachten, eine stimmige Zeit war. Sozusagen



deren Ende man nicht erwarten kann. Diese Zeit ist nicht einfach nur da. Sie will gestaltet und mit Inhalt gefüllt werden. Zwischen der Zeit, die man hat, zwischen der messbaren Zeit also, und der, die man verbringt oder verbringen möchte, besteht allzu oft ein Missverhältnis. Das ist nicht schön, weil eine derartige Situation meist zu Unruhe und Unzufriedenheit führt. Schön aber ist es, wenn sich Zeitrahmen und Zeitgefühl in Einklang befinden – was in den Bergen bedeutet, dass das Ziel, der Weg und die Art des Gehens, Steigens oder Kletterns zueinander im richtigen Verhältnis stehen.

Als ich ein junger Kerl war, 15 oder 16, fassten ein Freund und ich den kühnen Entschluss, die Südostwand der Fleischbank im Wilden Kaiser zu klettern. Die „Wiessner-Rossi“, die sich elegant durch die haltlosen Platten, Risse und Überhänge der Südostwand schlängelt, galt damals noch als eine wirkliche Herausforderung. Immerhin erreicht der Klassiker den oberen VI. Schwierigkeitsgrad, und die alten Rostgurken an den Standplätzen waren damals auch noch nicht durch Bohrhaken ersetzt worden. Wir hatten großen Respekt vor dieser Route. Und wir hatten Zeit. So bereiteten wir uns einen ganzen Sommer lang im Buchenhainer Klettergarten auf die „Wiessner-Rossi“ vor.

Fotos: 1 Joachim Burghardt 2 Benutzer Svrčková bei Wikimedia Commons

ZEISS TERRA



// EXPERIENCE  
MADE BY ZEISS

Der Moment, in dem jedes Gramm entscheidend sein kann.  
**Das TERRA ED Pocket von ZEISS.**

Wer das Abenteuer sucht, braucht Begleiter, auf die man sich verlassen kann. Das kompakte TERRA® ED Pocket von ZEISS überzeugt durch das geringe Gewicht, die robuste Bauweise und das wasserdichte Gehäuse. Damit ist es für jede Herausforderung bestens gerüstet.

Erfahren Sie mehr unter:  
[www.zeiss.de/outdoor](http://www.zeiss.de/outdoor)





1 Bergvagabunden der Zwischenkriegszeit mit ihren Fahrrädern

2 Anderl Heckmair im Jahr 1938

die Quintessenz der Monate, in denen wir uns physisch wie psychisch vorbereitet hatten.

Etliche Jahre nach diesem Erlebnis wollte es der Zufall, dass ich mit demselben Seilpartner erneut am Einstieg der „Wiessner-Rossi“ stand. Inzwischen waren wir ein eingespieltes Team geworden, hatten in den Alpen und in anderen Gebirgen der Welt viel Erfahrung gesammelt. Und wir waren fit. Dass uns dieser Tag in den Wilden Kaiser bringen würde, hatten wir beim Losfahren beschlossen. So eine Tagestour war zur Routine geworden, die keinerlei besondere Vorbereitung mehr benötigte. Nach wenigen Stunden stiegen wir unterhalb des Gipfelkreuzes der Fleischbank aus. Ebenso glücklich, ebenso zufrieden wie nach dem ersten Mal. Nur lange nicht so fertig. Der zeitliche Rahmen, den ich in jenen Jahren zur Verfügung hatte, war aufgrund von Beruf und Familie stark reduziert worden. Tagesausflüge, die wirklich einen ganzen Tag dauerten und nicht am frühen Nachmittag in Kinderbetreuung endeten, waren die Ausnahme geworden. Aber das war in Ordnung, denn mit der reduzierten Zeit waren meine Fähigkeiten als Kletterer und Bergsteiger gewachsen. Auch das gehört zu einem maßvollen Zeitmanagement in den Bergen: Ändert sich eine der beiden Variablen, der Zeiträume oder die gerahmte Zeit, muss die jeweils andere angepasst werden. Oder konkret: Hat man weniger Zeit zur Verfügung, muss man entweder besser und schneller werden, um sicher unterwegs sein zu können, oder man ändert eben seine Ziele.

Anderl Heckmair (1906–2005), Erstbegeher der Eiger-Nordwand, war meines Erachtens ein Meister in der Kunst, das richtige Maß – und

dazu gehört auch das richtige zeitliche Maß – in den Bergen zu finden. Vielleicht war er einer der letzten Meister dieser Kunst überhaupt, was nicht nur für seine Zeit als extremer Berg-

steiger, sondern für sein Leben insgesamt gilt. Als sein Ende nahte, schrieb er: „Ein Bergsteiger ist meines Erachtens nicht, wer nur extreme Touren unternimmt oder nur eine Zeit

### Zeitmanagement oder auch nicht

Wer eine Bergtour plant, dem sind beim Berechnen, Abwägen und Festlegen von Zahlen und Zeiten keine Grenzen gesetzt. Er kann Zeit- und Höhenmeterbeträge mittels Karten, Führern und Internetseiten vergleichen, mitteln, abschätzen – oder auch selbst berechnen: Dafür verwendet man z. B. DIN 33466, gemäß der man zunächst eine Vertikalgezeit (im Aufstieg 1 Std. pro 300 Hm, im Abstieg 1 Std. pro 500 Hm) und eine Horizontalgezeit (1 Std. pro 4 km Strecke) ermittelt und anschließend zum größeren Wert die Hälfte des kleineren addiert. Unterwegs prüft man mit der Uhr die vorangegangenen Ermittlungen und liest am GPS-Gerät ab, wie viele Minuten man nicht in Bewegung war. Es lässt sich auch hochprofessionell mit verbindlichen Umkehrzeiten operieren – wie auf einer Expedition – oder ein Zeitlimit setzen wie beim alpinen Wettlauf „Ultra Trail du Mont Blanc“, bei dem die Teilnehmer je nach Startklasse nach spätestens 14 bis 152 (!) Std. das Ziel erreichen müssen. Eine beliebte Disziplin ambitionierter Berghektiker ist auch das Unterbieten, das Halbieren oder im besten Fall sogar Dritteln der unterwegs auf Wanderschildern angegebenen Zeiten – was zugegebenermaßen Spaß macht. Unschlagbar sind hier freilich die Bergläufer, die bergauf schon mal mehr als 1500 Höhenmeter pro Stunde schaffen. Jedenfalls verweisen Anhänger des disziplinierten Zeitmanagements am Berg gern darauf, dass eine gute Zeitplanung der Sicherheit dient. Das stimmt auch. Sie dient aber nicht unbedingt dem Erlebnis. Ein anderer Ansatz wäre, einfach mal die Zahlen Zahlen sein zu lassen, sich nicht viel oder gar nichts vorzunehmen, unbeschwert loszuziehen und sich von den Natureindrücken, dem Sonnenstand und den eigenen spontanen Ideen treiben zu lassen anstatt vom ewig rastlosen Sekundenzeiger. Dass man so eine Aktion nicht unbedingt eine halbe Stunde vor Sonnenuntergang bei einsetzendem Schneesturm startet, liegt auf der Hand – so viel Zeitmanagement muss dann doch sein.



3



jb

Fotos: 1+2 Archiv des DAV, München 3 Joachim Bueghardt

## Die Bergvagabunden der Zwischenkriegsjahre waren oft arbeitslos oder sogar obdachlos. Über eines verfügten diese jungen Männer jedoch fast grenzenlos: über Zeit.

lang bergsportlich tätig ist, sondern wer auf Dauer dem Berg im weitesten Sinne als Lebensideal und -inhalt verbunden bleibt.“ Alles zu seiner Zeit also, und vor allem auch: im harmonischen Zusammenspiel von Zeit und Zeit. Von Rahmen und Inhalt, Form und Gestalt, Maßeinheit und Vorstellungskraft. In den 1920er-Jahren zählte Anderl Heckmair zu einer Gruppe junger Männer, die im romantisierenden Rückblick „Bergvagabunden“ genannt werden. In den Wirren der Zwischenkriegsjahre waren diese Männer arbeitslos geworden. Sie verfügten über sehr überschaubare finanzielle Mittel. Manch einer war obdachlos, oft lebten sie Tage und Wochen von der Hand in den Mund. Über eines verfügten diese jungen Männer jedoch fast grenzenlos: über Zeit. Und dementsprechend richteten sie sich ihr Leben ein.

Anderl Heckmair zum Beispiel verbachte den Sommer 1930 in den Dolomiten, wo er mit verschiedenen Partnern von Gipfel zu Gipfel, von Wand zu Wand reiste: „Dazu kam gar nichts anderes in Frage als das Fahrrad, und zur Gepäckbeförderung konstruierten wir uns einen ‚Gig‘. Das ist ein Wägelchen, das wir hinten ans Fahrrad anhängen und mit unseren umfangreichen Rucksäcken beluden. Bis zum Brenner ging es ganz gut, doch vom Brenner bis Bozen war die Straße aufgerissen und im Neubau. Da machte der Anhänger nicht mehr mit. Wir mussten ihn, zusätzlich zu den Rucksäcken, auch noch tragen. Tagelanges Schieben machte uns aber nichts aus.“ Wieso auch, sie hatten ja keinen Termindruck, keine Meetings, keine Abgabefristen. Und daher die Möglichkeit, ihre Zeit frei zu gestalten. Dass die ökonomischen Bedingungen dafür alles andere als ideal waren, und dass diese Situation sich im Rückblick vielleicht schöner darstellt, als sie es wirklich war, steht auf einem anderen Blatt.

Den anschließenden Winter „überstand“ Anderl Heckmair in den heimischen Bergen südlich von München. „Zwar hatte ich mich

inzwischen als Arbeitsloser gemeldet, aber das Unterstützungsgeld reichte kaum zum Leben, noch viel weniger für das Gebirge. Noch einigen erging es nicht anders. Wir verzichteten auf die unzulängliche Unterstützung und nisteten uns in unserer Skihütte am Spitzing ein. Diejenigen, die noch in Arbeit standen, brachten uns an den Wochenenden so viel Proviant mit, dass wir immer wieder recht und schlecht die Woche überstanden.“ Im folgenden Frühjahr brach Anderl Heckmair mit seinem Freund Bartl Hütt in die Westalpen auf. Monatlang waren die beiden Männer zwischen Ötztaler Alpen und Bernina unterwegs. Als sie nach vielen Abenteuern wieder zurückkamen, hatten sie im Gepäck „all die vielen Erlebnisse, die man sich nicht mit der dicksten Geldtasche der Welt erkaufen kann“. Und die man nur haben kann, wenn zeitlicher Rahmen und gestaltete Zeit eine Einheit ergeben – was den Bergvagabunden trotz vieler Schicksalsschläge und trotz ungünstiger Zeitläufte offensichtlich beschieden war.

Dass sich die beiden Aspekte der Zeit, die meiner Ansicht nach für ein gelingendes Unterwegssein in den Bergen verantwortlich sind, gegenseitig bedingen – und dass sie sich ändern können –, wird in einer Gegend der Welt deutlich, die jahrzehntelang als Synonym für in den Bergen verschwendete Zeit galt: Patagonien. Als ich Anfang der 1990er-Jahre zum ersten Mal in die südlichste Ecke Südamerikas reiste, war klar: Um auf einen der mythischen Gipfel zwischen Fitz Roy und Cerro Torre zu gelangen, brauchte man vor allem Zeit. Zeit, um die lange und beschwerliche Anreise auf sich zu nehmen. Zeit, um die nötigen Einkäufe und Besorgungen zu erledigen, denn am Ende der Straße in El Chaltén gab es noch keinerlei Infrastruktur. Und schließlich Zeit, um abzuwarten, bis das notorisch schlechte Wetter einen Besteigungsversuch erlaubte – der nicht selten in orkanartigen Stürmen und Schneefall wieder abgebrochen werden musste.

# #wanderglück mit dem Bergverlag Rother

Vor der Haustür:

Wochenendtouren Bayerische Alpen



Erlebnis Alpenüberquerung



DAS Notizbuch – jetzt neu:



www.wanderglueck.rother.de



Blogbeiträge, Tourentipps, Aktionen uvm.!

ROTHER TOUREN APP für iPhone & Android www.rother.de/app



Bergverlag Rother www.rother.de

**The Nose, El Capitan, Yosemite Valley (A2, VI oder X, 1000 m, 1958)**

Um die Begehungszeiten zu verkürzen, wurde am El Capitan die Technik des „short fixing“ entwickelt. Der Seilerste klettert bis zu einem Punkt, an dem er das Seil festmachen kann. Während der Seilzweite mit Steigklemmen am fixierten Seil nachsteigt, klettert der Seilerste bereits weiter. Dabei ist er so lange ungesichert, bis der Seilzweite den Fixpunkt erreicht und ihn wieder in die Sicherung genommen hat. Überflüssig zu erwähnen, dass dies ein gewisses Maß an Risikobereitschaft erfordert.



**The Nose an einem Tag, Seilschafts-Rekorde:**

**1975:** Jim Bridwell, John Long und Bill Westbay gelingt die erste Ein-Tages-Begehung. „NIAD“ – Nose in a Day – wird zur Herausforderung für Nachfolgende.

**1990:** Hans Florine und Steve Schneider bleiben als erste Seilschaft mit 8:06 Std. unter der Zehn-Stunden-Grenze.

**1990–2001:** Verschiedene Seilschaften drücken den Rekord auf unter sieben, unter fünf, schließlich unter vier Stunden. Dean Potters und Timmy O’Neills Uhr bleibt 2001 bei 3:24:20 Std. stehen.

**2002:** Hans Florine holt sich den Rekord zurück: Mit Yuji Hirayama klettert er in 2:48:55 Std. durch die Nose.

**2007:** Mit ihrem Rekord von 2:45:45 Std. schocken Alexander und Thomas Huber die kalifornischen Locals.

**2008:** Hans Florine und Yuji Hirayama halten zunächst mit 2:43:33 Std., dann mit 2:37:05 Std. dagegen.

**2010:** Dean Potter und Sean Leary punkten mit 2:36:45 Std.

**2012:** Der aktuelle Rekord steht bei 2:23:46 Std. – gehalten von Altmeister Hans Florine und dem kletternden Voodoo-Master Alex Honnold. Im selben Jahr gelingt die erste Damenbegehung der Nose in unter zehn Stunden: Mayan Smith-Gobat und Chantel Astorga brauchen 7:26 Std.

**2013/14:** Mayan Smith-Gobat und Libby Sauter drücken den Frauenrekord auf 5:39 Std., dann auf 5:02 Std., schließlich auf 4:43 Std.

**The Nose, Solo-Rekorde:**

In Führung liegen in dieser Disziplin Jes Meiris mit 27:20 Std. (2014) bei den Frauen und Alex Honnold mit 5:50 Std. (2010) bei den Männern.

**Zu den weltweit bekanntesten Kletterrouten, die sich für „vertikale Wettrennen“ eignen, gehören die „Nose“ am El Capitan in Kalifornien und die klassische „Heckmair-Route“ in der Eiger-Nordwand.**



**2** Früher ein „unbesteigbarer“ Berg: der Cerro Torre in Patagonien. Mittlerweile ist er schon in freier Kletterei erstiegen worden, und die Traverse über alle Torre-Gipfel gelang als Tagestour.

**3** Provisorisch zusammengezimmerter Hütte am Fitz Roy 1982



Fotos: 1 Steve Ryan 2+3 Reinhard Karl/Archiv des DAV, München 4 Dirk Beyer

**Heckmair-Route, Eiger-Nordwand, Berner Alpen (ED2, 1800 m, 1938)**

**Die Eiger-Nordwand an einem Tag, Seilschafts-Rekorde:**

**1950:** Die erste eintägige Durchsteigung der Eiger-Nordwand gelingt dem Duo Erich Waschak/Leo Forstenlechner.

**1974:** Reinhold Messner und Peter Habeler steigen in 10 Stunden durch die Heckmair-Route und etablieren damit eine Bestmarke für die nächsten 30 Jahre.

**2004:** Ueli Steck und Stephan Siegrist gelingt die Durchsteigung in 9 Stunden.

**2008–11:** Die Bestzeit wird von verschiedenen Seilschaften auf unter sieben, auf unter sechs, dann von Roger Schälli und Simon Gietl auf 4:25 Std. gedrückt.

**2015:** Der aktuelle Seilschaftsrekord liegt bei 3:46 Std. durch Ueli Steck und Nicolas Hojac.

**Die Eiger-Nordwand an einem Tag, Solo-Rekorde:**

**1981:** Ueli Bühler steigt als erster Alleingänger in nur einem Tag durch die Eiger-Nordwand. Er benötigt 8:30 Std. für die Heckmair-Route.

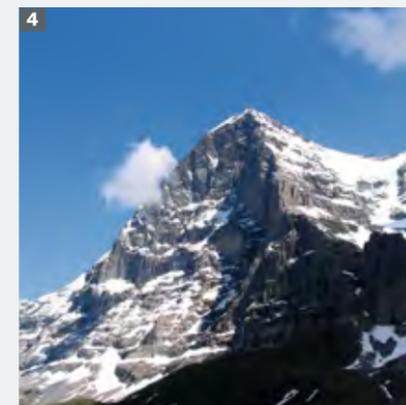
**1983:** Thomas Bubendorfer und Reinhard Patzschneider gelingt – jeweils solo – der Durchstieg in rund 5 Stunden.

**2003:** 20 Jahre später schafft es Christoph Hainz in 4:30 Std.

**2007/08:** Ueli Steck tritt auf den Plan und etabliert im Winter zunächst die Bestmarke von 3:54 Std. und im Jahr darauf die damals kaum für möglich gehaltene Zeit von 2:47 Std.

**2011:** Dani Arnold rennt in 2:28 Std. durch die Wand und unterbietet Ueli Stecks Fabelrekord damit überraschend deutlich.

**2015:** Ueli Steck holt sich den Rekord in 2:23 Std. zurück.



**„Genauso gut könnte ich mich zu Hause im Kühlschrankschrank verstecken und Hundertmarkscheine verbrennen.“**

**Reinhard Karl**

Um den Bergen möglichst nahe zu sein und im Fall eines seltenen Schönwetterfensters sofort aufbrechen zu können, quartierten wir uns damals in provisorisch zusammengezimmerter Holzhütten ein. In diesen Verschlügen, in denen der Boden weich und matschig wurde, in denen sich Mäuse an unseren Vorräten zu schaffen machten, in denen Plastikplanen notdürftigen Schutz gegen den Regen boten, verbrachten wir sechs Wochen. Auf einen Gipfel kamen wir damals übrigens nicht. Sechs Wochen vergebliche Versuche, ungezählte Höhenmeter, zerschundene Hände und erfrorene Finger, für nichts und wieder nichts. Reinhard Karl beschrieb eine ähnliche Erfahrung mit dem Bonmot: „Genauso gut könnte ich mich zu Hause im Kühlschrankschrank verstecken und Hundertmarkscheine verbrennen.“

Nun haben sich seitdem nicht nur die klimatischen Gegebenheiten in den patagonischen Anden dramatisch verändert – während man die Schönwettertage früher an den Fingern einer Hand abzählen konnte, stellen sich in den vergangenen drei Jahren relativ lange und stabile Hochdruckperioden ein. Dank moderner Kommunikationsmittel können diese Perioden auch verlässlich angekündigt werden. In El Chaltén, dem Ausgangspunkt für Touren in den Bergen, versorgen sich Bergsteiger inzwischen mit allem, was das Herz begehrt. Für ausgedehnte Aufenthalte in den Wäldern besteht keine Notwendigkeit mehr – wenn das Wetter mitspielt, der Wetterbericht schönes Wetter ankündigt, Einkäufe erledigt sind und das letzte Bier getrunken, geht es auch schon los. Routen, für deren Begehung man früher Tage und Wochen einplante, werden in wenigen Stunden abgespult.

Der Amerikaner Colin Haley hat diesen modernen, rationalen Umgang mit der Zeit, seiner

Zeit, perfektioniert. Die sogenannte „Great Torre Traverse“ – die über die Gipfel von Cerro Standhardt, Punta Herron, Torre Egger und Cerro Torre führt –, war seit vielen Jahrzehnten in den Köpfen erfahrener Patagonien-Bergsteiger herumgespuckt; 2008 schließlich gelang sie Haley und Rolo Garibotti in einer Zeit von vier Tagen. In der patagonischen Saison 2015/16 glückte Haley schließlich in zwei Monaten die Aneinanderreihung von gleich mehreren Routen, von denen bis dato jede einzelne die Erfüllung eines bergsteigerischen Lebenstraumes gewesen wäre. Höhepunkt dieser Gala war eine weitere Begehung der Torre-Traverse, für die Haley und Seilpartner Alex Honnold diesmal nur noch 20 Stunden und 40 Minuten benötigten – für dieselbe Wegstrecke, dieselben Gipfel, dieselben Schwierigkeiten wie 2008. Deutlicher könnte kaum werden, wie sehr sich alpine Zeitrahmen und darin gelebte Zeit verändert haben. „Vieles ist anders geworden“, erzählte Colin Haley nach Vollendung der Torre-Traverse an einem Tag. „Der Klimawandel hat das patagonische Wetter sanfter werden lassen. Ich selbst fühle mich mit zunehmender Erfahrung in den Bergen hier zuhause. Und in der Szene gab es einen Paradigmenwechsel – Routen, die vor zehn Jahren noch als „nicht von dieser Welt“ galten, sind zum Standardrepertoire geworden. Was sich für mich selbst geändert hat ist, dass ich als Kletterer viel besser geworden bin, und darauf bin ich sehr stolz.“ Man könnte sagen, Colin Haley hat seine Zeit gut genutzt. Die eine wie die andere.

**Tourentipps: ab Seite 40**



**Tom Dauer** (46) verbringt seine Zeit als Familienvater, Autor und Filmemacher sowie als Alpinist, wobei die Reihenfolge der zeitlichen Gewichtung entspricht. Für den Kinofilm „Streif – One Hell of a Ride“ wurde er mit dem österreichischen Filmpreis ausgezeichnet. Er lebt auf einem Einödhof südlich von München.

# Wie fühlt sich Zeit an?

*Wie fühlt es sich an, wenn sich die Zeit am Berg verdichtet oder dehnt, wenn sie verfliegt, nur zäh wie Lava dahinfließt oder scheinbar gar nicht mehr vergehen mag?*

*Endlich sind die Sonnenstrahlen da. Die ersehnte Wärme nach einem 16-stündigen Gipfelbiwak bei -12° C.*

Foto: Joachim Burghardt

Text: Gaby Funk

Die Autobiographie der bekannten französischen Bergsteigerin Catherine Destivelle beginnt mit einem Sturz in die Tiefe: Nach der Erstbesteigung eines Viertausenders in den Ellsworth Mountains in der Antarktis, 500 Kilometer von der nächsten menschlichen Siedlung entfernt, stürzt sie beim Schritt zurück für ein Gipfel-foto über die steile Eisflanke ab und hängt mit multiplen Verletzungen, darunter einem offenen Beinbruch und einer Schulterverletzung, in der zuvor durchstiegenen, 1600 Meter hohen Eis- und Felswand kopfüber im Seil. Nach dem achtstündigen Aufstieg zum Gipfel und dem Sturz folgt ein unvorstellbar schmerzhafter achtstündiger Rückzug aus der Wand, bei dem ihr Seilgefährte Erik Decamp sie meist ablässt. Sie schreibt dazu: „Die folgenden acht Stunden erschienen mir unendlich lang. Die Warterei an den Standplätzen

**„Eigentlich ist alles nur ein Sehnen auf die letzten Meter ... Diese letzten Schritte, ja, die tun richtig gut. Und dann oben. Zeit zum Atmen, Zeit zum Sehen, Zeit zum Staunen.“**

Reinhard Karl

war dabei am schlimmsten. Während ich dort bewegungslos ausharren musste, machten sich die Müdigkeit, die Kälte und der Schmerz viel stärker bemerkbar. (...) Dabei versuchte ich, nicht daran zu denken, wie die Zeit verstrich.“ Sie beschreibt, wie sie sich immer auf das nächste Ziel fokussiert und alles andere, auch die Schmerzen, ausblendet. Nach Erreichen des Wandfußes setzt sie sich als nächstes Etappen-Ziel, den „nicht enden wollenden“ Kampf bei  $-20^{\circ}$  bis  $-30^{\circ}$  C, allein, gegen die Ohnmacht, die Erschöpfung und das drohende Einschlafen und Hinüberdämmern in den Kälte-tod zu überleben, während ihr Kletterpartner den Transportschlitten holt, um sie ins Basis-lager zu transportieren. Doch auch dort ist sie noch lange nicht gerettet: Wegen eines heftigen Schneesturms, der zwei Gestänge ihres Zeltens zerbricht und die Zeltplane fast zerfetzt, kann das Rettungsteam in der 500 km entfernten

Station Patriot Hills nicht starten. Erst 24 Stunden nach dem Erreichen des Zelts wird sie von ihrem Martyrium erlöst. „Sie kommt zurück aus der Hölle“, meinen die Retter; es sei ein Wunder, dass sie überlebt habe.

Ähnlich dramatisch verlief die Geschichte der britischen Spitzenbergsteiger Doug Scott und Chris Bonington nach ihrer Erstbesteigung des 7285 m hohen Ogre im Jahre 1977. Beim nächtlichen Abseilen brach sich Scott beide Beine, wurde von Bonington abgelassen und kroch hinab. Fünf Tage lang wütete ein Sturm, in dem sich dann Chris Bonington noch Rippen brach und eine schwere Lungenentzündung bekam. Sie arbeiteten sich, immer nur von Tag zu Tag denkend, bergab und erreichten schließlich nach acht unendlich lang wirkenden Tagen dank der Unterstützung ihrer Teammitglieder das Basislager.

Ein weiteres berühmtes Epos dieser Art ist die als Buch und Film unter dem Titel „Sturz ins Leere“ bekannte Geschichte von Joe Simpson, dem im Juni 1985 zusammen mit seinem Seilgefährten Simon Yates die Erstbegehung der Siula-Grande-Westwand in den peruanischen Anden gelang. Beim Abstieg vom Gipfel verunglückte Simpson im Schneesturm, wobei er mehrere Brüche im rechten Bein erlitt. Yates versuchte, seinen Freund durch Ablassen über die Wand zu retten, musste jedoch in einer verzweifelten Lage das Seil zum unter ihm hängenden Simpson durchschneiden. Dieser fiel in eine tiefe Gletscherspalte, und Yates war sicher, dass sein Freund tot sei. Wie durch ein Wunder konnte Simpson jedoch schwerverletzt aus der Spalte kriechen und robbte tagelang im Zeitlupentempo in Richtung Lager. Als ihm dabei einmal

die Erinnerung an die Gipfelbesteigung in den Sinn kam, stellte er fest: „Wie lange war das jetzt her? (...) Vier Tage! Es hatte keine Bedeutung für mich. Vier Tage, sechs – es war egal.“ Er schaffte es mit letzter Kraft zurück zum Lager und überlebte.

Robert Steiner schließlich beschreibt in seinem Buch „Selig, wer in Träumen stirbt“ die Kette von Ereignissen, die sich im Januar 1997 in der 1200 m hohen Nordwand der Grandes

1 Nachdem beim Aufstieg schon ein Pickel verloren- und ein Steigeisen kaputtgegangen war, stehen die Bergsteiger nun am Gipfel der Aiguille Verte (4122 m) und sehen einer eisigen Biwaknacht entgegen. Wie fühlen sich diese abendlichen Minuten an?

2 Die Westwand des Siula Grande (6344 m) in Peru, wo für Joe Simpson nach der Erstdurchsteigung eine tagelange Odyssee begann

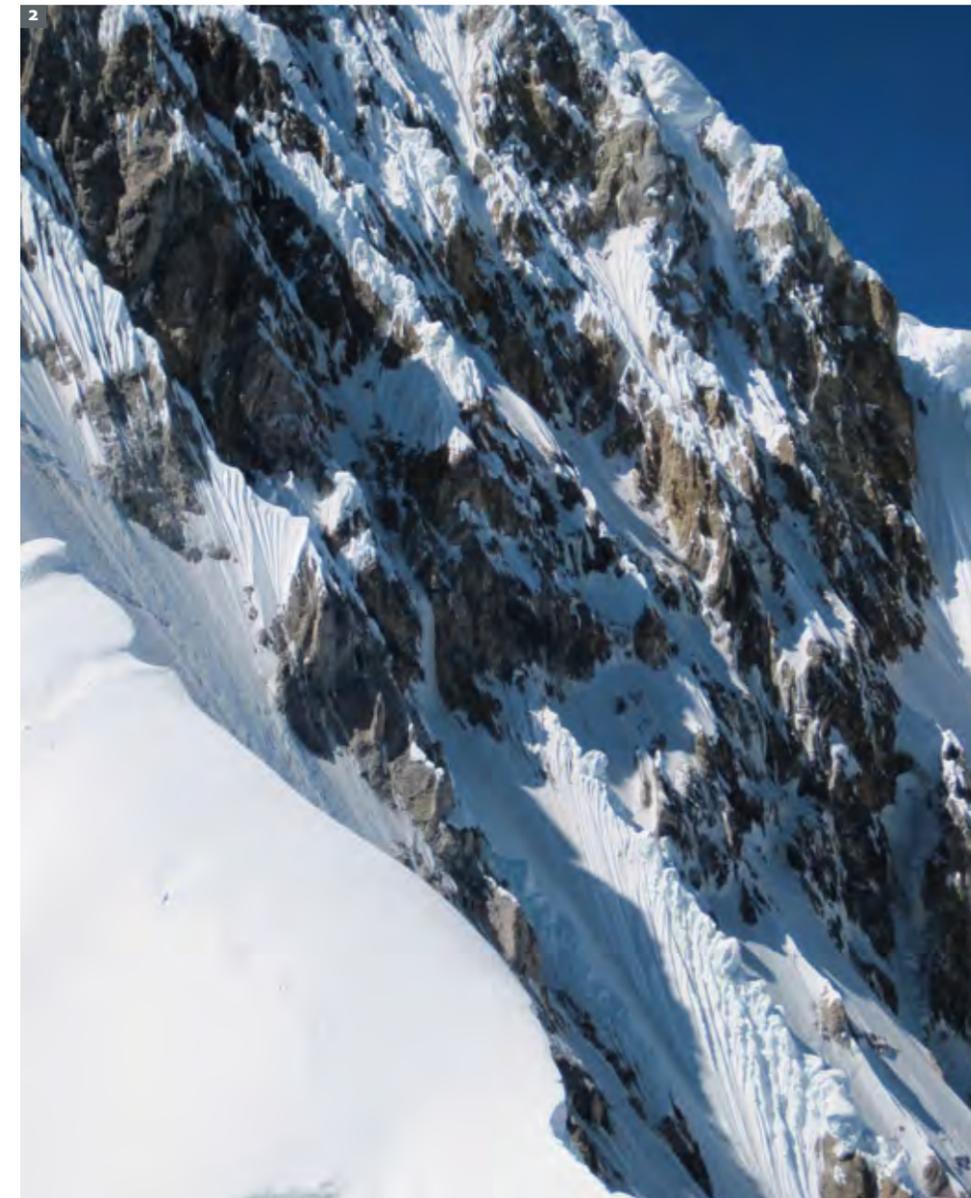


1

Fotos: 1 Gaby Funk 2 Benutzer Jeremyfrimer bei Wikimedia Commons

**„Ein jeder Tag ist wie ein kleines Jahr, und jede Stunde Bergeinsamkeit ist wie ein Hauch der Ewigkeit.“**

fernöstliche Weisheit



## Eine Zeitinsel im Meer der Normalität



**Ulrich Grober (66)** aus Marl in Westfalen ist Publizist, Buchautor und Experte für Nachhaltigkeit. Er schrieb das Buch „Vom Wandern: Neue Wege zu einer alten Kunst“, in dem er auch über das Thema „Wandern und Zeit“ reflektiert.

**alpinwelt:** Herr Grober, wie kann es eigentlich sein, dass wir uns heute weniger bewegen, im Bürostuhl oder Auto, und doch rast für uns die Zeit dahin?

**Ulrich Grober:** Soziologen sprechen von Beschleunigung. Der Takt am Arbeitsplatz wird hektischer. Die Informationsübermittlung schneller. Per Mausclick überbrücken wir in Sekunden jede Distanz. Die Zeit rast, der Raum aber schrumpft. Inmitten der rasenden Bewegung herrscht Stillstand. Büromenschen unserer Tage legen im Durchschnitt 0,4 bis 0,8 Kilometer pro Tag zu Fuß zurück. Unsere Vorfahren, die Jäger und Sammlerinnen, gingen 20 bis 40 Kilometer am Tag zu Fuß. Dafür hat die Evolution Körper und Geist programmiert. Wandern ist Einspruch gegen das Diktat der Beschleunigung – ein heilsames Kontrastprogramm.

**Kann man die Zeit beim Wandern anders wahrnehmen?**

Mir fällt ein altes Lagerfeuerlied ein: „Jeden Morgen geht die Sonne auf / in der Wälder wundersamer Runde.“ Das Lied besingt die „Echtzeit“, die naturgegebene Raum-Zeit-Ordnung, von der alles Leben auf diesem blauen Planeten abhängt. Die tickt anders als die lineare Zeit von Stechuhr und Ampelanlage. Regelmäßig und bewusst in diese zyklische Zeit von Sonne, Mond und Sternen, von Tageszeiten und Jahreszeiten einzutauchen, ist für mich ein Lebenselixier.

**Kann man das mit den eigenen Sinnen „üben“?**

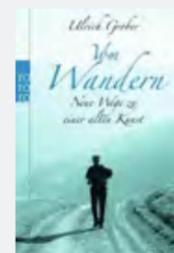
Ja, ich rate zum Experimentieren. Warum nicht mal eine Verschnaufpause unterwegs zu einer „Schau-Rast“ ausdehnen? Und sich dann einlassen – auf das Wogen der Grashalme ringsum, auf das Rauschen der Blätter, das Sirren der Nadeln in den Baumwipfeln, die Linien der Landschaft, die Bewegung der Wolkenberge. Plötzlich spürst du eine Magie. Und du kommst zur Ruhe.

**Klappt so ein sinnliches Erlebnis auch in der Bewegung?**

Das Geheimnis ist immer, die Pforten der Wahrnehmung möglichst weit zu öffnen: Der Boden unter mei-



**„Plötzlich spürst du eine Magie. Und du kommst zur Ruhe.“ – Wandern nicht nur als Sport, sondern als Auseinandersetzung mit den Rhythmen und den Schönheiten der Natur.**



nen Füßen federt – oder er ist steinig. Aber er trägt mich. Der Weg steigt an. Mein Puls geht schneller. Ich nehme den Raum nicht durch die Windschutzscheibe oder auf dem Flachbildschirm wahr, sondern in allen Dimensionen: oben, unten, links, rechts, vorne, hinten. Blickachsen, Hörräume, Duftfelder wahrnehmen und immer wieder pendeln: zur Innenschau, der Zwiesprache mit sich selbst, dem Hören auf die innere Stimme! Wandern ist auch Einspruch gegen die Entsinlichung des Lebens durch die Allgegenwart der Monitore.

**Und vom schönen Wandertag geht es dann in den grauen Alltag?**

Nein, mir geht es um das Komplementäre, das sich Ergänzende. Wer die Farbenpracht eines herbstlichen Laubwaldes in sich aufgenommen hat, geht mit den Farbskalen der Designer-Software souveräner um. Virtuelle Realitäten werden nur im Gegenlicht von realen Erfahrungen produktiv. Nur wo du zu Fuß warst, warst du wirklich.

**Was empfehlen Sie unseren Lesern?**

Versuchen, jede Wanderung, ob drei Stunden, drei Tage oder drei Wochen, als eine Auszeit anzulegen! Sich aus dem Normalleben herauslösen – räumlich und geistig. Abstand gewinnen. Sich sammeln. Ganz im Augenblick aufgehen. Bewusst eine Zeitinsel im Meer der Normalität anlegen. Eben: Ich bin dann mal weg. Und dann gestärkt und mit neuen Perspektiven in den Alltag zurückkehren. Wer eine Alpenüberquerung zu Fuß geschafft hat, wird sich im Büro nicht mehr jede Zumutung gefallen lassen. Und er wird wohl auch nicht mehr in die Blechkiste steigen, um Semmeln zu holen. Das hat was mit Gelassenheit zu tun – und mit Nachhaltigkeit.

*Das Interview führte für die alpinwelt  
Christian Rauch*

Jorasses abspielte: Obwohl alle Beteiligten – eine deutsch-französische und eine slowenische Seilschaft – der Route zweifellos gewachsen waren, summierten sich nach und nach verschiedene Faktoren zu einem Unglück. Beim Vorstieg brach die Haue von Roberts Eisgerät ab. Als er eine Sicherung anbringen wollte, konnte er sich nicht mehr halten und stürzte. Das Ergebnis: ein äußerst schmerzhaft zertrümmertes Spunggelenk und eine verrenkte Kniescheibe, mit der er nicht mehr klettern konnte. Nach dem ersten Schock hoffte die Gruppe auf das Eintreffen des Rettungshubschraubers, doch die ersehnte Hilfe blieb wegen des schlechten Wetters aus. Es folgte ein weiteres Biwak voller Qualen in der -30° C kalten Nordwand. Schließlich kletterten die drei anderen weiter zum Gipfel, um Hilfe zu holen; Robert Steiner blieb allein zurück. Die drei benötigten einen ganzen Tag, während Robert in der Wand hing und ein drittes Biwak überstehen musste, bis er schließlich per Helikopter gerettet und unterkühlt ins Krankenhaus eingeliefert wurde. Die Zeit zwischen dem Unfall und seiner Rettung beschrieb er als Zustand im Grenzbereich zwischen Leben und Tod.

Catherine Destivelle hat sicher Recht mit ihrer Bemerkung, dass solche schier endlos dauernenden Martyrien meist nur dann überlebt werden können, wenn mentale Stärke und Durchhaltevermögen über die Jahre hinweg immer wieder unter Beweis gestellt und trainiert werden konnten. Das tagelange Ausharren mit Fokussieren auf die nächste Etappe des langen Wegs zum ungewissen Ziel der Bergung und Rettung ist das Ergebnis langer Erfahrung beim alpinen Bergsteigen.

Aber auch auf vermeintlich einfachen Touren und bei geplanten Biwaks kann sich die Zeit ganz schön in die Länge ziehen. Einmal machte ich mit Jürgen, einem Konstanzer Bergfreund, eine abendliche Biwak-Skitour auf den Piz Tambo. Alles lief bestens, es war ein traumhaft schöner nächtlicher Aufstieg. Auch die von uns hoch oben gebaute Schneehöhle wäre eigentlich komfortabel gewesen. Allerdings hatte meine Isomatte ein Loch, sodass ich auf dem Hüftknochen liegen musste und trotz heißem Tee am Morgen zu durchgefroren war, um die nächste Tour mit Spaß anzugehen. Diese Nacht erschien mir elend lang ...

Ein anderes Mal war ich mit Richard Matthews rund um die Maighelshütte am Oberalppass unterwegs, es war unsere erste gemeinsame Skitour. Auf dem Gipfel hatten uns zwei Skitourengeher von einer alternativen Abfahrt vorgeschwärmt, die technisch einfach sein sollte. Wir entschlossen uns dafür, obwohl ausgerechnet das Gebiet mit dieser Route von unserer Karte nicht mehr abgedeckt war, und waren zunächst begeistert vom tiefen Pulverschnee. Doch dann standen wir plötzlich an einem hohen Felsriegel, der offenbar die ganze Steilflanke querte. Wir suchten nach einem Durchschlupf. Da war aber nichts. Der Wiederaufstieg zum Gipfel war keine gute Option, wir kramten daher in unseren Rucksäcken nach einsetzbarem Material. Richard zog eine Reepschnur, einen Karabiner und – breit grinsend – sogar einen Haken hervor; ich hatte ein Spaltenbergungssset dabei mit Eisschraube, Karabiner, Kurzprusik und Reepschnur, obwohl wir eigentlich nur normale Skitouren geplant hatten. Die Zeit verging wie im Fluge, sie raste dahin: Mittels eines vergrabenen Skis im Tiefschnee und zwei von mir im Abstieg angebrachter Zwischensicherungen sicherten wir uns gegenseitig bei der Überwindung des Felsabbruchs. Während ich unten im hüfttiefen Schnee stand und bibbernd Richard beim Abklettern sicherte, dämmerte es bereits. „Wish you were here“, brüllte ich hinauf. Ich froh erbärmlich in meiner zu dünnen Hose, die Zeit verging nun sehr, sehr langsam. Im Nachhinein betrachtet war es zweifellos riskant, diese Abfahrt vom Gipfel ohne den passenden Kartenausschnitt zu machen, es wurde eisig kalt und abenteuerlich – aber gerade deshalb war es eine wunderschöne Tour, die ich in meinem Gedächtnis szenisch abgespeichert habe.

Manchmal dehnt sich die Zeit in den Bergen so sehr, dass man nicht mehr weiß, was man noch tun kann, damit sie vergeht: Bei einem tagelangen Wettersturz im Basislager des Ishinca in Peru schrieb ich 1981 aus purer Langeweile ein zehnteiliges Essay: „Über die Nützlichkeit des Klopapiers im Basislager“. Dave Johnston, Autor des Klassikers „Minus 148 Degrees“, dem zusammen mit Ray Genet und Art Davidson 1967 die erste Winterbesteigung des Denali gelang, schrieb während einer Tour am Mount Foraker in Alaska am sechsten Tag im sturmumtosten

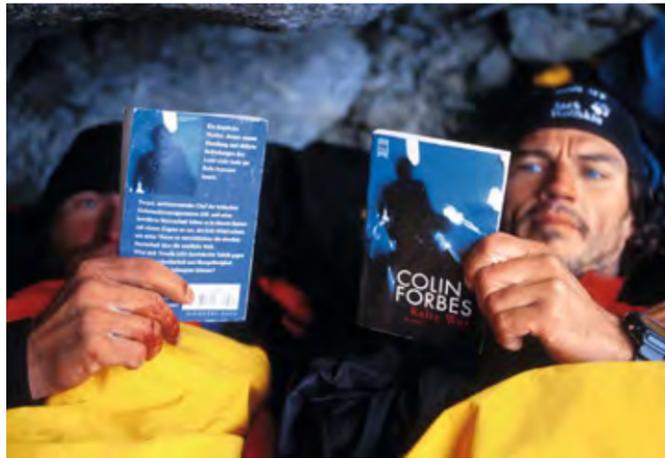


Nach einem traumhaft schönen Aufstieg folgt eine elend lange Nacht: ungemütliches Biwak auf dem Piz Tambo (3279 m)

**„Ich habe begriffen, dass das Bergsteigen die Kraft besitzt, das gesamte Spektrum des Lebens auf eine Spanne von wenigen Tagen oder gar Stunden zu verdichten. ... Ich bin sicher, dass mir das Bergsteigen alles vermitteln kann, was ich als Mensch wissen muss.“**

*Steve House*

Zelt in sein Tagebuch: „10. März ... o Stunden geklettert. Fünf Seiten an meine Schwiegermutter geschrieben. Bin am Verzweifeln.“ Gerd Heidorn fotografierte Stefan Glowacz und Holger Heuber bei einer Expedition, wie beide im Schlafsack liegend ein zweigeteiltes Buch lesen: Der eine las das Buch von vorn, der andere zuerst die zweite Hälfte des Buches. Dann wurde getauscht.



Wenn die Zeit einfach nicht vergehen will und ein Buch für zwei Leser reichen muss: Stefan Glowacz und Holger Heuber im Expeditionszelt

Foto: Gerd Heidorn

Das Warten am oder auf den Berg kann aber auch wochen- oder sogar monatelang dauern. Jedes Jahr im Herbst warteten wir darauf, endlich zu den ersten Skitouren oder im Frühjahr zu den ersten Eistouren aufbrechen zu können. Jahrzehnte später hat sich das Warten auf die ersten Spuren im unberührten Schnee längst verändert hin zur bängigen Frage, ob wir angesichts der Folgen des Klimawandels den Hochwinter in den Bergen überhaupt noch genießen dürfen oder ob die Skitourensaison erst im Frühjahr beginnt. Es mag auch sein, dass man in seinem Leben inzwischen vielleicht andere Prioritäten gesetzt hat, sodass

das Warten auf eine gute Schneeunterlage nicht mehr so stark von Ungeduld geprägt ist wie früher. Die Zeiten ändern sich und wir uns mit ihnen – da muss jeder durch, der eine früher, der andere später. In den Bergen wird die Zeit zwar durch die Natur mit ihren jahres- und tageszeitlich bedingten Rhythmen vorgegeben, bekommt beim Bergsteigen aber immer eine ganz individuelle Gewichtung, je nachdem, was wir tun und wie erfahren oder trainiert wir sind. Was man früher mit links machte, klappt später vielleicht nur noch mit großer Anstrengung. Man muss wissen, wie es um einen steht und was man sich zutrauen, was man noch „erwarten“ darf oder nicht. Sonst wird die Sehnsucht gefährlich. Einen wichtigen Aspekt des Wartens beim Klettern erklärt Achim Pasold, Gründer und Chef des Panico-Verlags: „Typisch fürs Klettern ist das Warten beim Sichern am Standplatz. Und bei einer Erstbegehung im eigenen Grenzbereich das Warten darauf, bis man weit genug ist – nicht nur klettertechnisch, sondern vor allem mental.“

In unserer schnelllebigen Welt geht es meist um rasche Bedürfnisbefriedigung, alles muss rasch gehen, man will sofort etwas haben, man trainiert heute in der Halle und klettert bald hohe Schwierigkeitsgrade, für deren Erreichen man früher in den kurzen Sommermonaten oft jahrelang brauchte, weil man in jedem Frühjahr erneut ganz von vorn begann. Warten wirkt heute fast schon antiquiert. Dabei zählt die Kunst des Wartens zweifelsohne zu den größten Tugenden des Bergsteigers.

Im Gespräch mit dem Bergführer Gerd Kohl aus Konstanz brachte dieser das Thema rasch auf den Punkt: „Warten gehört zum alpinen

Bergsteigen dazu wie Rucksack, Seil und Pickel. Wir warten auf gute Verhältnisse, auf das richtige Wetter, auf den Sonnenaufgang im Biwak, auf den Nachsteiger am Standplatz. Wenn die Tour zum beglückenden und erfüllten Erlebnis wurde, dann hat sich das oft ungeduldige Warten gelohnt und spielt danach in der Erinnerung kaum noch eine Rolle. Es gibt aber auch das andere, das quälende und angstvolle Warten, das man manchmal ein Leben lang nicht vergisst. Dazu gehört das Warten im Gewitter kurz unter dem Gipfel, wenn man an den exponierten Standplatz gefesselt ist, jeden Blitz als Stromschlag zu spüren bekommt und man das aushalten muss, weil es keine Fluchtmöglichkeit gibt. Schier unendlich wirkt auch das Warten im Biwak, wenn in der Nacht überraschend ein Wettersturz kommt und der Schneesturm ein Weiterkommen unmöglich macht. Übersteht man solche Situationen, dann ist man nur noch dankbar und hat gelernt, dass Geduld und Demut die Wesenselemente des Wartens sind. Diese Erkenntnis kann – über das Bergsteigen hinaus – zu einer Schule fürs Leben werden.“



**Gaby Funk** (59) ist seit ihrem 16. Lebensjahr begeisterte Allround-Bergsteigerin, war weltweit unterwegs und arbeitet als freie Berg- und Reisejournalistin, Autorin und Übersetzerin. Sie lebt in Oy-Mittelberg im Allgäu.

**„Wenn man jung ist, zieht man die Handlung der Betrachtung vor, und so schön eine Landschaft sein mag, man schaut sie vor allem der Kletterei wegen an, die sie bietet. Im Lauf der Jahre ändert man sich, dann rastet man auch gern und nimmt Dinge wirklich wahr, die man davor hastig überflogen hat.“**

Riccardo Cassin

# ENTDECKE EIN NEUES DRAUSSEN.



**FRILUFTS**  
TAKE THE LONG WAY



MIT DER NEUEN MARKE FRILUFTS JETZT IN DIE SAISON STARTEN. EXKLUSIV IN DER GLOBETROTTER FILIALE MÜNCHEN!

Globetrotter Ausrüstung GmbH  
Isartorplatz 8-10 . 80331 München

## Globetrotter

Träume leben.

## Auszeit im Hochgebirge

### Ötztaler Hütten- und Gipfelrunde von Obergurgl nach Vent

Knapp eine Woche lang raus aus dem Alltag und rein ins Hochgebirge: Das ermöglicht dieses abwechslungsreiche Hüttentrekking im Herzen der Öztaler Alpen. Auf dem Programm steht neben unschwierigen Gletscherbegehungen auch die Besteigung mehrerer Dreitausender.

<b>Hochtour leicht</b>	gemessen an Höhenmetern und Tagesgezeit mittel, aufgrund der Dauer der Tour und des Gewichts der Hochtourenausrüstung aber eher groß
<b>Kondition</b>	komplette Hochtourenausrüstung inkl. Pickel, Steigeisen, Seil
<b>Ausrüstung</b>	6 Tage
<b>Dauer</b>	insgesamt $\nearrow$ ca. 4500 Hm zzgl. Varianten; Tagesmaximum am 1. Tag $\nearrow$ 1100 Hm

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)



**Ausgangspunkt:** Obergurgl (1910 m), gebührenfreier Parkplatz an der Talstation der Festkogelbahn am Orts- eingang

**Ab München:** Auto ca. 3 Std., Bahn & Bus ca. 4,5 Std.  
**Stützpunkte:** Ramolhaus (3006 m), Tel. +43 5256 6223 – [www.dav-hamburg.de](http://www.dav-hamburg.de); Martin-Busch-Hütte (2501 m), Tel. +43 5254 8130 – [www.dav-berlin.de](http://www.dav-berlin.de); Hochjoch-Hospiz (2412 m), Tel. +43 676 6305998 – [www.dav-berlin.de](http://www.dav-berlin.de); Brandenburger Haus (3272 m), Tel. +43 720 920304 – [www.dav-berlin.de](http://www.dav-berlin.de); Breslauer Hütte (2844 m), Tel. +43 664 5300898 – [www.breslauer-huette.at](http://www.breslauer-huette.at). Alle Hütten sind mindestens von Ende Juni bis Mitte September bewirtschaftet, teils auch früher oder später.

**Karten/Führer:** AV-Karten 30/1 „Öztaler Alpen – Gurgl“ 1:25 000 und 30/2 „Öztaler Alpen – Weißkogel“ 1:25 000; Klier, Alpenvereinsführer Öztaler Alpen (Rother)

**Weg:**  
**Tag 1:** Vom südlichen Ortsende von Obergurgl dem beständig ansteigenden Weg zum Ramolhaus in südwestlicher Richtung folgen. Zuletzt über mehrere Kehren nach rechts zur Hütte hinauf.  $\nearrow$  1100 Hm, 3–4 Std.

**Tag 2:** Vom Ramolhaus zunächst kurz nordwärts bergauf und danach hinab in eine Senke. Über Reste des Ramolfeners zu einem beschilderten Abzweig nach links (Westen) über mit Klammern und Drahtseilen

versicherte Felsen zum Ramoljoch (3186 m). (Abstecher zum Hinteren Spiegelkogel, 3426 m, über dessen NO-Grat möglich; Gehgelände und vereinzelte ausgesetzte Kletterstellen, I,  $\nearrow$  250 Hm, 2 Std.) Jenseits am rechten Rand des Spiegelfeners entlang absteigen, bis auf ca. 2820 m (Wegweiser) links der sog. Diemweg abzweigt. Zunächst unter den Spiegelkögeln entlang, bis nach einer Bachbrücke der Weg steil ins Niedertal hinabführt und dort auf den breiten Weg von Vent trifft, dem bis zur Martin-Busch-Hütte gefolgt wird.  $\nearrow$  650 Hm  $\searrow$  1150 Hm, 6 Std.

**Tag 3:** Dem beschilderten Weg von der Martin-Busch-Hütte südwestlich in Richtung Saykogel (3360 m) folgen. Anfangs über grasiges Gelände, später durch Blockgelände zum Gipfel. Abstieg zunächst über Blockgelände direkt über den NW-Grat und später in dessen schottriger Südflanke hinab ins Rofental und jenseits mit Gegenanstieg ( $\nearrow$  120 Hm) zum Hochjoch-Hospiz aufsteigen.  $\nearrow$  1000 Hm  $\searrow$  1100 Hm, 6 Std.

**Tag 4:** Hinter dem Hochjoch-Hospiz dem Delorette-Weg nordwestwärts über Wiesenhänge folgen. Einen beschilderten Abzweig zur Mittleren Guslarspitze rechts liegen lassen. Unterhalb der Hinteren Guslarspitze entlang, bis auf ca. 3040 m der Rand des Kesselwandfeners erreicht wird. Dort anseilen, denn obwohl der Weiterweg über den Gletscher flach und zumeist vom Wirt des Brandenburger Hauses mit Stangen markiert ist, sind Spalten nicht auszuschließen. Auf ca. 3220 m wird der Felsporn unterhalb des Brandenburger Hauses erreicht. In wenigen Minuten zur Hütte aufsteigen.  $\nearrow$  860 Hm, 3,5 Std. (Der Hüttengipfel, die Dahmannspitze, 3401 m, kann unschwierig über Schneefelder und Blockgelände bestiegen werden.  $\nearrow$  130 Hm, 1 Std.)

**Tag 5:** Vom Brandenburger Haus wieder hinab zum Kesselwandfener. Anseilen und den anfangs recht flachen Gletscher in nordöstlicher Richtung zum Oberen Guslarjoch (3361 m) queren. Evtl. Rucksackdepot. Über eine Firn-/Eisflanke in ca. 30 Minuten zum Gipfel des Fluchtkogels (3500 m). Wieder hinab ins Obere Guslarjoch. Relativ steil und über einen Bergschrund immer ostwärts hinab und über den Guslarfener, der auf ca. 2960 m bei Steinmännern verlassen wird. Von



© alpinwelt 2/2016, Text & Fotos: Andreas Roth



dort auf dem deutlichen Weg, teilweise direkt auf dem schmalen Rücken einer Moräne entlang, zur Vernagthütte (2755 m). Von dort kurz weiter hinab, bis auf ca. 2595 m (Wegweiser) der Seufertweg zur Breslauer Hütte links abzweigt. Diesem hoch über dem Rofental mal bergauf, mal bergab ca. 7 km weit bis zur Breslauer Hütte folgen.  $\nearrow$  570 Hm  $\searrow$  1000 Hm, 7 Std.

**Tag 6:** Im stetigen Auf und Ab unterhalb des Ötztaler Urkunds und später unterhalb der Gletscherabbrüche des Rofenkarfeners bis zu einem Moränenrücken (Wegweiser). An dessen nördlichem Ende eine kurze versicherte Passage hinauf zu einem breiten Rücken, der südwärts zum Gipfel des Wilden Mannes (3019 m) führt. Vom Gipfel südwärts hinab, zunächst über Blockgelände, später über Wiesenhänge bis zur Bergstation des Stablein-Sessellifts. Entweder mit dem Sessellift oder weiter über Wiesenhänge hinab nach Vent. Von dort mit dem Bus mit Umsteigen in Zwieselstein zurück zum Ausgangspunkt.  $\nearrow$  250 Hm  $\searrow$  1200 Hm, 4 Std.

*Auf dieser Tour lässt sich gut über „Zeit am Berg“ nachdenken: Gletscher prägen über Jahrtausende hinweg das Aussehen des Gebirges, ändern ihre Größe und ihren Verlauf oft aber innerhalb weniger Jahre und Jahrzehnte. Der „Ötzi“ lag über 5000 Jahre lang im Eis, bevor er freischmolz. Hütten haben nur zweieinhalb Monate geöffnet, bevor wieder ein langer, unwirtlicher Hochgebirgswinter beginnt. Und beim stundenlangen Gehen durch die monotone Urlandschaft fühlt sich die Zeit einfach generell anders an als beim hektischen Feierabendshopping am Stachus ...*

## Durchs leere Gletscherbett

### Auf dem Gletscherlehrpfad zum Taschachhaus (2434 m)

Das Taschachhaus ist ein Stützpunkt für vielfältige Tourenmöglichkeiten, z. B. auf die Wildspitze, die Sexegertenspitze oder den Pitztaler Urkund. Der Aufstieg zur Hütte erfolgt entlang eines Gletscherlehrpfades, der die historischen Ausdehnungen des Taschachfeners im Gelände veranschaulicht.

<b>Bergwanderung leicht</b>	gering
<b>Kondition</b>	komplette Bergwandausrüstung
<b>Ausrüstung</b>	$\nearrow$ 2,5 Std., $\searrow$ 2 Std.
<b>Dauer</b>	$\nearrow$ 800 Hm

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Mittelberg im Pitztal (1730 m), Parkplatz an der Pitztaler Gletscherbahn

**Ab München:** Auto 3 Std., Bahn & Bus 4 Std.

**Einkehr/Stützpunkt:** Taschachhaus (2434 m), bew. Juni–Sept., außerhalb der Bewirtschaftungszeit Winterräum zugänglich, Tel. +43 664 1384465 – [www.DAVplus.de/taschachhaus](http://www.DAVplus.de/taschachhaus)

**Karte:** AV-Karte 30/6 „Öztaler Alpen – Wildspitze“ 1:25.000

**Weg:** Vom Parkplatz an der Mittelbergbahn westwärts den Taschachbach überqueren, links haltend an der Taschachalm vorbei und den Bach nach nur wenigen Metern ein zweites Mal überqueren. Von dort aus durch das Taschachtal stetig südwestwärts in wenigen Kehren bis zur Materialeilbahn-Talstation (2043 m).

An dieser vorbei und östlich des Bachs bleibend bis zum Gletscherschliff-Felsen der Moräne des Gletschers von 1920 und über Serpentina zum Moränenkamm der 1850er-Moräne (der Weg ist markiert und ausgeschildert). Nach einem kurzen Abstieg trifft man auf den alten, 2012 von einem Erdbeben teilweise überspülten Weg und erreicht in 10 Min. das Taschachhaus. **Hinweis:** Die meisten vom Taschachhaus aus machbaren Touren erfordern alpine Erfahrung und sollten nur nach eingehender Planung und Vorbereitung angegangen werden. Zum Taschachfener gelangt man



© alpinwelt 2/2016, Text: Kevin Galow, Foto: Thomas Neuner/TVB Pitztal

von der Hütte aus südlich über den teilweise recht ausgesetzten „Rimlsteig“ (Schwierigkeit ab hier: Bergtour, Stellen II); bei der Verzweigung hält man sich links und gelangt südostwärts zum derzeitigen Rand des Gletschers.

*Entlang des Aufstiegs zum Taschachhaus befinden sich am Wegrand fünf Schautafeln, die (aus ihrer jeweiligen Perspektive ins Gelände) die historischen Gletscherstände von 1855 bis 2010 darstellen. Neben naturgeschichtlichen Hintergrundinformationen vermitteln sie eine anschauliche Vorstellung vom Rückgang der Gletscher im Laufe der vergangenen Jahrzehnte und ihren im Taschachtal noch heute sichtbaren Spuren.*



zaniergloves.com

**ZANIER**  
GLOVES

## Gut geplant ist halb überschritten

### Genussmäßig oder sportlich über den Blaubergkamm

Die Gratüberschreitung zwischen Schildenstein und Halserspitz bietet überwältigende Ausblicke, ihre Länge allerdings ist nicht zu unterschätzen. Eine Rundtour für Genießer mit viel Zeit oder Sportler mit viel Tempo.

#### Bergwanderung mittelschwer

**Kondition** groß  
**Ausrüstung** komplette Bergwandausrüstung  
**Dauer** je nach Begehungsstil  
 ⚡ mindestens 4–5 Std.  
**Höhendifferenz** „Genuss“ ⚡ 1470 Hm,  
 „Sport“ ⚡ 1320 Hm

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Parkplatz Wildbad Kreuth (795 m)  
**Ab München:** Auto ca. 1,5 Std., Bahn & Bus ca. 2,5 Std.  
**Einkehr:** Königsalm (1114 m), bew. Juni–Sept., Di Ruhetag; Siebenhüttenalm (836 m), bew. Mai–Okt., Tel. +49 8029 9975983 – [www.siebenhuetten.de](http://www.siebenhuetten.de)  
**Karte:** AV-Karte BY 13 „Mangfallgebirge West“ oder BY 14 „Mangfallgebirge Süd“ 1:25 000  
**Weg für Genießer:** Planen Sie den ersten Stopp bereits in Rottach-Egern ein. Dort gibt es in der Bäckerei Tremmel feinste Backwaren und einen sehr guten Kaffee. Der eigentliche Anstieg führt von Wildbad Kreuth über die Geißalm auf den Schildenstein (1613 m). Wer mag, macht einen Schlenker über die Königsalm und

gönnt sich ein kühles Erfrischungsgetränk. Vom Gipfel führt der Weg immer entlang der Gratschneide über Predigtstuhl, Blaubergschneid und Blaubergkopf zur Halserspitz (1862 m). Der Abstieg nach Norden hinunter zu den Almen von Siebenhütten (836 m) ist steil und lang, führt aber durch einen zauberhaften Mischwald. In Siebenhütten sollten Sie die selbst gemachten Kuchen genießen. Derart gestärkt geht es zurück zum Ausgangspunkt. Und vergessen Sie nicht, auf der Heimfahrt im Tegernseer Bräustüberl einzukehren!  
**Weg für Sportler:** Begeben Sie sich ohne Kaffee-Stopp direkt zum Ausgangspunkt. Steigen Sie direkt durch die Große Wolfsschlucht auf (steil und anspruchsvoll,



© alpinwelt 2/2016, Text: Tom Dauer, Foto: Joachim Burghardt

Schwierigkeit tendiert zu „Bergtour“). Der Schildenstein liegt dann zu Ihrer Rechten – Sie können ihn aber links liegen lassen. Der Grat hinüber zur Halserspitz bietet sich für einen flotten Trailrunning-Schritt an. Nur beim Abstieg sollten Sie sich etwas Zeit lassen, sonst geht das Gerenne mit der Zeit gehörig auf die Knie.

*Bei der „Genuss-Runde“ sind Sie – Frühstück, Brotzeit, Nachmittagskaffee und Abendessen eingerechnet – einen guten Tag unterwegs. Die „Sport-Variante“ schaffen Sie, wenn Sie ganz fit sind, in fünf Stunden. Vielleicht sogar in vier – die ersparte Zeit müssen Sie dann aber bereits zuvor ordentlich in Trainingseinheiten investiert haben.*

## Schau ma moi!

### „Planlos“ unterwegs im westlichen Teil der Blauberge

Westlich des bekannten Blaubergkamms zwischen Schildenstein und Halserspitz schließt sich ein kaum bekannter Gebirgszug an. Dort gibt es weder bewirtschaftete Hütten noch markierte Wege – aber viel Freiraum für persönliche Entdeckungen.

#### Bergwanderung leicht bis mittelschwer

**Kondition** mittel bis groß  
**Ausrüstung** komplette Bergwandausrüstung, Orientierungshilfen wie Kompass oder GPS-Gerät  
**Dauer** ⚡ 5–7 Std.  
**Höhendifferenz** ⚡ 700–1000 Hm

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Parkplatz im Weißachtal, je nach Routenwahl z. B. Wildbad Kreuth, Siebenhütten, Klamm, Trifthütte oder Achenpass  
**Ab München:** Auto ca. 1,5 Std., Bahn & Bus ca. 2,5 Std.  
**Einkehr:** Im westlichen Teil des Gebirges keine; weiter östlich: Königsalm (1114 m); Blaubergalm (1540 m); Siebenhüttenalm (836 m)  
**Karte/Führer:** AV-Karte BY 13 „Mangfallgebirge West“ oder BY 14 „Mangfallgebirge Süd“ 1:25 000; Burghardt, Vergessene Pfade in den Bayerischen Hausbergen (Bruckmann)  
**Tourenmöglichkeiten:** Im westlichen Teil des Gebirgsstocks führen mehrere in neueren Karten nicht mehr eingezeichnete Pfade auf den Bergkamm hinauf. Reiz-



© alpinwelt 2/2016, Text & Foto: Joachim Burghardt

voll ist auch die Idee einer teils weglosen Überschreitung des gesamten Kamms ab/zum Achenpass. Wer sich eher vorsichtig in die stille Welt der westlichen Blauberge vortasten und die eigenen Orientierungsfähigkeiten an einer einfachen Aufgabe testen will, beginnt am besten bei P. 1536 am Fuß des Schildenstein-Gipfelaufbaus und folgt dem unmarkierten Pfad in westliche Richtung. Unter dem Gipfel des Plattensteck (1618 m) vorbei geht's zur Plattenalm, die wie der letzte Vorposten der Zivilisation wirkt, dann weglos

dem Kammverlauf entlang in Westrichtung weiter. Früher oder später kehrt man dann auf derselben Route wieder zurück. Oder steigt – wenn Zeitbudget, Kondition und Fähigkeiten zur Wegfindung bislang noch nicht an ihre Grenzen gestoßen sind – auf

einer der anderen versteckten Routen nordwärts ins Weißachtal hinab.  
**Hinweis:** Das Unterwegssein abseits markierter Wege erfordert Bergerfahrung und gutes Orientierungsvermögen. Der weitgehend weglose Übergang vom Plattensteck zum Reitstein ist unschwierig und leicht zu finden, alle anderen Routen sind anspruchsvoller.

*In den Bergen westlich des Schildensteins gibt es einiges zu entdecken: Naturschönheiten, Almrüden und alte Pfade, auf denen man ganz in die Ruhe des Waldes eintauchen und umherschweifen kann, ohne ständig auf die Uhr zu schauen und fest gesteckte Ziele abzuhaken. Man braucht dafür also Zeit!*

## Dorthin, wo die Sonne mittags steht

### Über den Nordgrat auf den Zwölferkogel (2988 m)

In unmittelbarer Nähe zu den Kühtai Lifanlagen und den türkis schimmernden Speicherseen ist die markante Bergspitze des Zwölferkogels mit ihren fast 3000 Metern Höhe ein lohnendes Tourenziel.

#### Alpinklettertour (Stelle III, sonst I–II)

**Kondition** mittel  
**Ausrüstung** komplette Alpinkletterausrüstung inkl. Helm  
**Dauer** ⚡ 6–6,5 Std. (reine Kletterzeit 2,5 Std.)  
**Höhendifferenz** ⚡ 1100 Hm  
 (Kletterei: ⚡ 380 Hm)

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Kühtai, Parkplatz der Dreiseenbahn (1947 m)

**Ab München:** Auto ca. 2,5 Std., Bahn & Bus ca. 4–4,5 Std.

**Einkehr/Stützpunkt:** Dortmunder Hütte (1948 m). Bew. Anf. Dez.–Ende April und Anf. Juni–Ende Okt., Tel. +43 5239 5202 – [www.dortmunderhuette.at](http://www.dortmunderhuette.at)

**Karte/Führer:** AV-Karte 31/2 „Stubai Alpen, Sellrain“ 1:25 000; Routenbeschreibung, Topo und GPS-Track siehe [www.bergsteigen.com](http://www.bergsteigen.com) → Nordgrat Zwölferkogel

**Weg:** Man steigt vom Parkplatz südwärts über die Wiesenhänge zur Bergstation der Hohe-Mut-Bahn und weiter zum Kleinen Zwölferkogel (2611 m) auf, dort be-

ginnt der Blockgrat. Man hält sich immer im Bereich des Grates, die Schlüsselstelle liegt im Mittelteil (kurzes Gratstück III) und kann rechts umgangen werden, dann reduziert sich die Schwierigkeit auf II+. Nach der obligatorischen Gipfelrast steigt man erst südöstlich am Grat ab, dann südwestlich zum Sattel zwischen Zwölferkogel und Mittagköpfen, schließlich westlich durch das Zwölferkar hinunter ins Längental.

**Info:** Der Zwölferkogel ist eine der markantesten Bergspitzen, die südlich von Kühtai in den Himmel ragen. Sein Nordgrat macht einen unscheinbaren Eindruck und ist hauptsächlich bei Einheimischen auf der Tourenliste zu finden. Der Anstieg ist kühn, lohnend, nicht



© alpinwelt 2/2016, Text & Foto: Axel Jentsch-Rabl

allzu schwer, aber etwas ausgesetzt – dieses Paket macht die Tour zu einem äußerst interessanten Ausflug bis fast an die 3000er-Marke. Der Nordgrat wird auch gern von Alleingängern gemacht – der III. Grad sollte solide beherrscht werden! Bei Schneelage ist die Tour nicht zu empfehlen.

*In unmittelbarer Nähe zum Zwölferkogel gibt es auch einen Neunerkogel sowie Mittagköpfe und einen Mittagsturm – Berge also, deren Namen an Uhrzeiten bzw. Tageszeiten erinnern und die von einem bestimmten Standpunkt aus betrachtet als natürliche Sonnenuhr aufgefasst werden können. Die vielleicht berühmteste „Berg-Sonnenuhr“ befindet sich in den Sextener Dolomiten, vgl. S. 19.*

Keine Hexerei! nur Geschicklichkeit

[valandre.com](http://valandre.com)

## Im Takt des eigenen Herzschlags

### Herz-Kreislauf-Testwanderung zum Watzmannhaus (1930 m)

Mithilfe der Info-Schilder, die den Weg zum Watzmannhaus hinauf in elf verschiedene Abschnitte einteilen, kann man gut mitverfolgen, wie viel Strecke man schon zurückgelegt hat und wie gut man in der Zeit liegt.

#### Bergwanderung mittelschwer

<b>Kondition</b>	mittel bis groß
<b>Ausrüstung</b>	komplette Bergwanderausrüstung, Pulsmessgerät
<b>Dauer</b>	↗ 4 Std. ↘ 3 Std., Variante ↘ 4 Std.
<b>Höhendifferenz</b>	↗ ↘ 1200 Hm, mit Variante ↗ ↘ 1340 Hm

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Parkplatz Hammerstiel (760 m) in Hinterschönau; hierher zu Fuß von Bushaltestelle „Kramerlehen Schönau“ (642 m)

**Ab München:** Auto ca. 2 Std., Bahn & Bus & zu Fuß ca. 3,5-4 Std.

**Einkehr/Stützpunkt:** Stubenalalm (1150 m); Mitterkaseralm (1405 m); Watzmannhaus (1930 m), bew. Mai-Anf. Okt., Tel. +49 8652 964222 – [www.DAVplus.de/watzmannhaus](http://www.DAVplus.de/watzmannhaus); Kührointalm (1420 m); Grünsteinhütte (1220 m)

**Karte:** AV-Karte BY 21 „Nationalpark Berchtesgaden“ 1:25 000

**Weg:** Auf einem breiten Weg verläuft das erste Teil-

stück der Herz-Kreislauf-Testwanderung durch den Wald, überquert nach einer Flachetappe den Schapbach und führt zur Stubenalalm, dann zur Mitterkaseralm hinauf. Über Serpentinaen geht's auf dem immer steiler werdenden Weg zur Falzalm und nach weiteren 300 Höhenmetern durch freies Wiesengelände zum Watzmannhaus (1930 m). Der traumhafte Ausblick lädt zu einer Pause ein, bevor man sich an den Abstieg zur Falzalm macht. Von hier kann man den Abstieg über die Aufstiegsroute oder eine Variante über den Falzsteig wählen. Diese folgt dem gut gesicherten Falzsteig abwärts und quert die unteren Ausläufer des Watzmannkars. Durch lichten Wald erreicht man so die Kührointhütte. In Nordrichtung führt der Wanderweg zur Grünsteinhütte, von wo ein lohnenswerter Abste-



© alpinwelt 2/2016, Foto: DAV-Sektion München

cher auf den Grünsteigipfel möglich ist. Im Abstieg von der Hütte nach Hammerstiel sind nun noch knapp 500 steile Höhenmeter zu überwinden.

*Wer die eigenen Kreislauffunktionen mittels Pulsmessung regelmäßig kontrolliert, achtet mehr auf sich und seinen Körper – eine sinnvolle Sache, wenn man bedenkt, dass der plötzliche Herztod die häufigste nicht verletzungsbedingte Todesursache beim Bergsport ist. So ermittelt man den optimalen Wanderpuls:*

- Faustregel Maximalpuls: 220 minus Lebensalter
- Wenig Trainierte und/oder bei Vorerkrankung: 60 bis 75 % des Maximalpulses
- Geübte Bergwanderer ohne Vorerkrankungen: 70 bis 90 % des Maximalpulses

## Wenn jede Sekunde zählt

### Die Speedkletterwand im Kletterzentrum München-Freimann

Neben Vorstiegsklettern und Bouldern ist „Speed“ die dritte Wettkampfdisziplin im Klettern. Hier geht es nicht um hohe Schwierigkeitsgrade, sondern um Schnelligkeit, Maximalkraft und Präzision.

#### Speedklettertour in der Halle

<b>Schwierigkeitsgrad</b>	VII+
<b>Kondition</b>	nur im Wettkampf erforderlich
<b>Ausrüstung</b>	Gurt, Kletterschuhe, Magnesia
<b>Dauer</b>	Für eine Speed-Begehung der 15-Meter-Wand sollten Sie als Weltrekord-Aspirant gute fünf Sekunden einplanen. Als guter Normkletterer werden Sie eher 20 bis 30 Sekunden brauchen.
<b>Höhendifferenz</b>	15 m
<b>Griffe/Tritte</b>	20 große und 11 kleine

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ort:** DAV Kletter- und Boulderzentrum München-Nord in Freimann, geöffnet täglich von 9 bis 23 Uhr – [www.kbfreimann.de](http://www.kbfreimann.de); die Route befindet sich im Sektor Ostwand

**Allgemeines:** Das Speedklettern ist deutlich weniger bekannt als das Seil- bzw. Vorstiegsklettern oder das Bouldern und wird auch seltener praktiziert, da es im Grunde eine reine Wettkampfdisziplin ist. Speedklet-



wegung nachdenken zu müssen. Die Speedkletterer werden mit Toprope gesichert, klettern beim Startsignal los und betätigen am Ende der Route einen Buzzer, um die Zeit anzuhalten. **Rekorde:** Der aktuelle Weltrekordhalter ist Danyl Boldyrev aus der Ukraine. Er durchstieg die 15-m-Wand in 5,60 Sekunden und verwendete dabei nur 16 der 20 großen und nur 3 (!) der 11 kleinen Griffe bzw. Tritte. Bei den Damen hält die Russin Lulija Kaplina mit 7,53 Sekunden die beste Zeit. Den deutschen Rekord von 7,70 Sekunden stellte Joshua Bosler auf, der deutsche Damenrekord von 12,01 Sekunden stammt von Isabella Haag.

**Infos:** Weltrekorde siehe [www.ifsc-climbing.org](http://www.ifsc-climbing.org) → About IFSC → Sport Department → Speed Project. Chronologie der deutschen Rekorde siehe [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de) → Wettkampf → Klettern → Die Disziplinen. Unter „Reglement Klettern“ kann auch das offizielle Wettkampfreglement heruntergeladen werden. Wie es aussieht, wenn die weltbesten Speedkletterer in atemberaubendem Tempo die 15-Meter-Wand hinaufrennen, kann man z. B. in Videos bei YouTube unter dem Suchbegriff „Speedklettern Weltrekord“ bestaunen.

red

- 1 Speedkletterwand in Freimann
- 2 Beim Deutschen Jugendcup Speed 2015 in Neu-Ulm



© alpinwelt 2/2016, Foto: Marco Kost

## Immer dem Uhrzeiger nach

### Mit dem Mountainbike rund ums Kaisergebirge

Für Bergradler sind die schroffen Felsen des Kaisergebirges tabu. Aber man kann sie auf einer anstrengenden, aussichts- und abwechslungsreichen Mountainbikeroute umrunden.

#### Mountainbiketour leicht

<b>Hinweis</b>	komplizierte Orientierung
<b>Kondition</b>	groß
<b>Ausrüstung</b>	komplette Mountainbikeausrüstung inkl. Helm, GPS-Gerät (GPS-Track zum Download unter <a href="http://www.DAVplus.de/alpinwelt-tourentipps/mountainbike">www.DAVplus.de/alpinwelt-tourentipps/mountainbike</a> )
<b>Dauer</b>	6 Std.
<b>Höhendifferenz</b>	↗ ↘ 1600 Hm
<b>Strecke</b>	82 km

[www.DAVplus.de/Tourentipps](http://www.DAVplus.de/Tourentipps)

**Ausgangspunkt:** Bahnhof Kufstein (480 m)

**Ab München:** Auto ca. 1:15 Std., Bahn ca. 1,5 Std.

**Einkehr:** zahlreiche Gasthäuser, z. B. Walleralm (1170 m), Tel. +43 664 9858139 – [www.wilderkaiser.info/de/scheffau/info/walleralm.html](http://www.wilderkaiser.info/de/scheffau/info/walleralm.html)

**Karte:** AV-Karte 8 „Kaisergebirge“ 1:25 000 (enthält nicht die komplette Route)

**Route:** Vom Bahnhof überqueren wir den Inn und befinden uns gleich auf dem Innradweg, den wir bei der „Radrast“ nach rechts verlassen. Ein weiterer Radweg bringt uns nach Ebbs. Dem St.-Nikolaus-Weg folgend erreichen wir die gleichnamige Kirche mit toller Aussicht ins Inntal. Weiter geht's auf Nebenstraßen an der Nordseite des Zahnen Kaisers entlang. Nach 1,5 km an der B 172 verlassen wir die Straße nach rechts, um den Walchsee (Bademöglichkeit) südlich zu umfahren. Wir wechseln die Talseite und folgen dem Radweg nach Kössen. Beim Brennerwirt scharf rechts, dann sind wir auf dem Mozartradweg und fahren auf ihm rechts an Schwendt vorbei. In Griesenau müssen wir

4 km weit der B 176 folgen, bis es rechts weggeht. Der genaue Weiterweg kann hier nicht im Detail beschrieben werden, bitte nutzen Sie den im Internet bereitgestellten GPS-Track. Nach der Auffahrt zum Jagerwirt heißt es aufpassen: Wegen eines Radfahrverbots muss man das Rad ca. 600 m schieben oder wählt den ausgeschilderten Umweg (4 km / 250 Hm) über die Wegscheid-Niederalm und Kaiseralm. Nun am Hintersteiner See (Bademöglichkeit) vorbei, nach dem Gasthaus Meier beißt man sich eine steile Schotterauffahrt rauf, und weiter geht's zur Walleralm. Von dort sind es noch 30 Hm zum Kreuzbühel mit seiner prächtigen Aussicht. Nach verdienter Einkehr folgt die Abfahrt in Richtung Kufstein, und nach einem Gegenanstieg über die Lochererkapelle fährt man von Süden her in die Stadt ein.

**Info:** Weitere Infos und Bilder zur Tour unter [www.alpenvereinaktiv.com](http://www.alpenvereinaktiv.com) → „Rund um Wilden und Zahnen Kaiser“



© alpinwelt 2/2016, Text & Foto: Alois Herzig

*Auf dem Fahrrad ist man rund viermal so schnell unterwegs wie zu Fuß. Man hat also, um Eindrücke und Erlebnisse zu sammeln, auf jedem Wegstück nur ein Viertel der Zeit zur Verfügung, die ein Wanderer hat, durchfährt aber andererseits in gleicher Zeit viermal so viel Strecke. So oder so – am Ende des Tages steht eine sicherlich erlebnisreiche Gebirgsumrundung!*

**GARMISCH-PARTENKIRCHEN**  
**1 ORT - 3 TAGE -**  
**UNZÄHLIGE MÖGLICHKEITEN**

Schluchten überwinden, Wände erklimmen, Sterne gucken, Wasser überqueren, Trails entdecken, Musik hören und einfach a schene Zeit haben.

Für Individualisten, Rudeltiere, Familienmenschen, Lagerfeuerromantiker und Adrenalinliebhaber.

**AB 01.04.2016 TICKETS SICHERN:**  
**WWW.ALPEN-TESTIVAL.DE**

**21:30 Uhr:** Wir steigen erschöpft und müde über schneebedeckte, unberührte Hügel in Richtung Ravensburger Hütte auf. Der Mond leuchtet so hell, dass wir nicht mal eine Stirnlampe brauchen. Aber die meisten von uns denken nur ans Ankommen.

**23:30 Uhr:** Wir steigen erschöpft und müde über schneebedeckte, berührte Hügel in Richtung Autoparkplatz ab. Der Mond leuchtet so hell, dass wir nicht mal eine Stirnlampe brauchen. Aber die meisten von uns denken nur ans Ankommen.

**Wie es dazu kam? Durch ein paar ungeplante Umstände:**

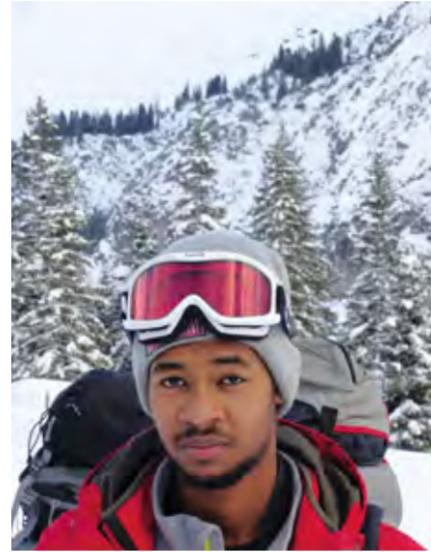
Wir starteten am Samstagmorgen um 6 Uhr verschlafen, aber mit der reizvollen Aussicht auf viel Schnee und den Bau eines Iglus, in dem wir vielleicht sogar schlafen würden, Richtung Österreich. Nach ca. einer Stunde Fahrt hielt unser erstes Auto am Straßenrand, einer unserer Jugendleiter stieg aus und erklärte uns leicht genervt, dass er den Hüttenschlüssel in München vergessen hätte. Nach einigem Überlegen beschlossen wir, einen Leiter zurückzuschicken, um den Schlüssel zu holen. Währenddessen sollte der andere mit uns in der Nähe ein Lawinen-Training durchführen, bei dem dann auch jeder tatsächlich noch etwas lernte. Als zwei Stunden später Jugendleiter und Schlüssel zu unserer Gruppe zurückkamen, setzten wir endlich unseren Weg Richtung Lech fort und kamen dort gegen 14:30 Uhr an.

# Shit happens: Die Jugend V auf Skitour

Da wir laut Plan etwa drei Stunden zu laufen hatten, war diese Verspätung noch kein Problem.

Drei Stunden stellten sich jedoch als eine etwas zu optimistische Schätzung heraus: Wir hatten mit unseren dicken Schlafsäcken für die Nacht im Iglu schwer zu schleppen, und nicht jeder hatte dieselbe Erfahrung und Kondition. So ging die Zeit schneller voran als wir, und wir zogen bis in die Dämmerung über die weiten Schneeflächen. Die Situation erschien fast unwirklich: Wir liefen still durch die Nacht, deren Dunkelheit wir aufgrund des so hellen Vollmonds beinahe vergaßen.

**Wir standen bei -5°C mitten in der Nacht von unserer Hütte ich-weiß-nicht-wie-weit-noch entfernt.**



An einer Brücke machten wir Pause und aßen unsere lang ersehnte Brotzeit. Es wurde jedoch sehr schnell kalt, weswegen wir rasch wieder in unsere Bindungen stiegen. Hin und wieder schauten wir auf den See, in dessen Eisschicht sich an einigen Stellen Löcher gebildet hatten. „Wollten wir nicht eigentlich über den See laufen?“ – egal, erst mal weiter. Kaum wurde uns wärmer, mussten wir auch schon wieder warten, weil unser Leiter mehrere Schneeprofile grub, um die Stabilität des vor uns liegenden Hangs einzuschätzen. Jetzt wurde es wirklich kalt: Wir standen bei -5°C mitten in der Nacht von unserer Hütte ich-weiß-nicht-wie-weit-noch entfernt. Die Kälte breitete sich ungnädig im ganzen Körper aus. Jetzt

**Jetzt in einem Whirlpool liegen! Oder im warmen Bett! Oder auf der Hütte, neben einem eingehetzten Ofen!**

in einem Whirlpool liegen! Oder im warmen Bett! Oder auf der Hütte, neben einem eingehetzten Ofen!

Als unser Leiter zur Gruppe zurückkam, erklärte er kurz und knapp die Lage: Der See war offensichtlich nicht mehr ganz zugefroren. Direkte Überquerung unmöglich, Umweg nötig. Und zwar unter anderem über den Hang, der – wie in der letzten halben Stunde gründlich überprüft – unter hoher Lawinengefahr stand. Blieben also schlussendlich nur zwei Möglichkeiten: der große dreistündige Umweg um den See oder, in der gleichen Zeit, der Abstieg zum Parkplatz. Wir stimmten ab und entschieden uns einstimmig für Letzteres – ein einigermaßen warmes Auto zum Schlafen klang deutlich verlockender als eine noch nicht eingehetzte, eiskalte Hütte. So stiegen wir im immer noch hellen Mondlicht über denselben Weg wieder ab, auf dem wir zuvor aufgestiegen waren.

Es war schon nach Mitternacht, als unsere etwas langsamere Gruppe, die nach der elfstündigen Skitour einfach nicht mehr konnte, von den Vorausgegangenen mit einem Viersitzer an einer höher gelegenen Bushaltestelle eingesammelt wurde. Zu siebt quetschten wir uns mitsamt unseren Skiern und Rucksäcken rein. Uns war alles recht! Am Parkplatz angekommen, warfen wir unser Gepäck in den Kleinbus und fuhren ein Stück in den Ort, bevor wir dann endlich halten und unsere Schlafsäcke ausrollten konnten. Selten haben wir uns so sehr auf das Schlafen auf einer Rückbank im Auto gefreut ...

*Text: Lotte Ziegler  
Bilder: Kevin Galow*





# Bayerisches Wintermärchen Vol. 2

Es waren einmal zwölf wack're Gefährten der Oberländer Gruppe BergAufBoardAb. Vier von ihnen entstammten dem Geschlecht der Venus, und acht beriefen sich auf das Geschlecht des Mars. Die strahlend schönen Anhänger der Venus waren von graziöser Anmut und trugen Göttinnen gebührende Namen wie Kathi, Stephe, Josi und Marie. Auch die streitbaren Ausgeburteten des Mars konnten sich sehen lassen. Ihre Namen Maxi, Jan, David, Konrad, Tauri, Dom, Felix und Manu waren aufgrund weit reisender Heldengeschichtenerzähler sogar bis in die entlegensten Ecken von Hinterpfuidaiifi bekannt.

Diese zwölf wagemutigen Geschöpfe trafen sich in aller Herrgottsfrüh am Platze des Candid mit doppeltem und einfachem Skigefährte, um gemeinsam ein Abenteuer zu erleben. Die herkulischen Hüpftlinge Felix und Manu erklärten einen noch unentdeckten, montanen Winkel des Lechtals zum Ziel des Abenteuers. Jedem von ihnen war bewusst, dass dort grausame Bergungeheuer hausten. Ihr Vorhaben war kühn, denn sie wollten die Nacht in selbstgeschlagenen Schneepalästen verbringen. Als sie mit ihren gummierten Tiefschneeschlitten aus Minga gen Lechtal brausten, war ihr Schicksal besiegelt. Ihr Weg hinauf durch das urwüchsige Fundaistal in den Fundaisboden war geprägt von der schweren Last ihres geschulterten Gepäcks.

Nachdem sie nun den Berg so sehr strapaziert hatten, war mit seinen Geistern nicht mehr gut Kirschen essen.



Gemeinsam durchquerten die Gefährten gebirgig anmutende Schneehaufen von Riesenlawinen. Die Sonne prallte ihnen ins Gesicht, und der Wind toste. Es herrschten dort oben die Urgewalten unzählbarer Berggeister. Doch keiner der zwölf Gefährten trug auch nur einen Funken Angst oder Zweifel in sich.

Bei einer Rast wurde wohlüberlegt der Ort bestimmt, an dem der Palast für die Nacht erbaut werden sollte. Dort ließen die Gefährten den Großteil ihres Gepäcks zurück und machten sich auf den Weg zum Galtseitenjoch. Der Weg war steil und beschwerlich und kostete viel Kraft, jedoch nicht die Gefährten, sondern den Berg. Es war fast ein Wunder, dass er nicht unter der Last zerbarst. Oben am Joch spürten die Gefährten das schweißgetriebene, schwere Atmen des Berges am tosenden Wind, der ein Schneegestöber von unvorstellbarem Ausmaß auslöste. Nachdem sie nun den Berg so sehr strapaziert hatten, war mit seinen Geistern nicht mehr gut Kirschen essen. Kurzerhand beschloss der Berg, sein Herz und seine schneeweiße Haut zu verhärten, um den Gefährten den Weg zur Palastbaustelle zu erschweren. Jetzt stand das Dutzend unter Zugzwang. Sie mussten mithilfe der aus Kryptonit gefertigten Stahlkanten ihrer Tiefschneegefährte die weiße, harte Haut des Berges in gleichmäßiger Kurvenform aufschlitzen. Der Teufelskerl Maxi beschloss kurzerhand sein kanonenrohrartiges Sturm-DSLH-Halbbauautomatikgewehr aus seinem Köcher zu ziehen und, indem er den Abzug regelmäßig zog, den Wahrheitsgehalt dieser Geschichte bildhaft festzuhalten. Wer's nicht glaubt, dem ist nicht mehr zu helfen!

Aus ursprünglich geplanten fünf Palästen wurden zwei. In einem fanden zehn und im anderen zwei der Gefährten Platz. Die Arbeit war endlos, äußerst anstrengend und schweißtreibend, jedoch nicht für die Abenteurer. Es war der Schnee, der ins Schwitzen kam und immer weiter zurückweichen musste, als ihm die bärenstarken Arme der streitbaren Gefährten zusetzten. Und da unter ihnen auch Sterneköche waren, war die Küche im Nu erbaut und das Festmahl schnell serviert. Bei Einbruch der Nacht wurde durch den Pyromanensohn David wie durch Magie ein Feuer entzündet. Gemeinsam wurde gesungen, getanzt, getrunken und gelacht. Alle gingen mit gewärmten Füßen zu Bette – ohne Ausnahme.

Am nächsten Morgen erwachten alle guter Dinge. Das Frühstück wurde serviert und die zwölf Mägen waren bald geschlagen voll. Sodann waren die Gefährten bereit zum Aufbruch. Erneut fiel die Entscheidung auf das Galtseitenjoch, denn die Geister des Windes hatten dort während der Nacht ihr Unwesen getrieben. Oben am Joch bot sich dem Dutzend aufs Neue ein traumhafter Fernblick. Da ein jeder noch höher hinauswollte, wurde entschieden, dem Berg auf seinem Rückgrat hinaufzutrampeeln. An einem Felsporn machten sie Rast, um die traumhafte Aussicht zu genießen. Alsdann wurden die Hänge nach der besten Qualität des Schnees geprüft. Nachdem die Wahl getroffen war, wedelten sie jauchzend hinab. Mit ihren Schwüngen drückten sie dem Berg ihren Stempel auf, den dieser so schnell nicht vergessen wird. Jubelnd bestäubten sie jeden Hang, der sich ihnen in den Weg stellte, bis sie schließlich vor einem unsäglich steilen und bewaldeten Anstieg standen, den sie hinaufmussten. Und wenn sie dabei nicht gestorben sind, dann leben sie noch heute.

Text: Manuel Nadler  
Bilder: Maximilian Draeger



**Best Available Technology kann auch umweltfreundlich sein!**

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

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



**NIKWAX GRATISPROBEN**  
Spielen Sie bei unserem WebQuiz mit:  
[www.nikwax.de/alpinwelt](http://www.nikwax.de/alpinwelt)

# Unser alter und neuer Oberländer Jugendvorstand

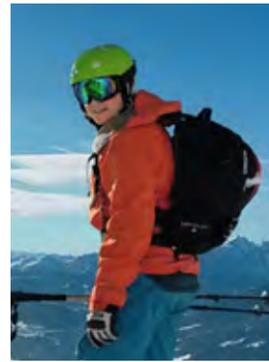
## Der „B-Clan“ verlässt den Jugendvorstand ...

Fünf lange Jahre war der „B-Clan“ – bestehend aus **Bini Ballweg**, **Benno Blaschke** und unserem „Oberboss“ **Fabi Ballweg** – ein entscheidender Teil des Jugendvorstandes. Das war länger als eine „Legislaturperiode“, in dieser Ära ist auch viel entstanden, und deswegen möchten wir uns hier nochmal ganz herzlich für all ihre Zeit, Kreativität, Diskussionsfreude und Mühe bedanken!

Nachdem Fabi, Bini und Benno ausgeschieden sind, besteht der neue Jugendvorstand aus drei „alten Hasen“ und drei neuen Gesichtern. Mit den folgenden Steckbriefen wollen wir uns alle einmal kurz vorstellen.



**Name:** Sabrina Keller  
**Spitzname:** Knubbelchen  
**Alter:** 20  
**Status:** Ab September Ausbildung zur Ergotherapeutin  
**Lieblingsbergsport:** Alpinklettern  
**Höchster Berg:** Cotopaxi, 5897 m (Ecuador)  
**Lieblingsjahreszeit:** Frühling  
**Zuständigkeiten:** Jugendreferentin und Vertretung im Vorstand, Ansprechpartnerin für jegliche Fragen, Finanzen



**Name:** Florian Bayer  
**Spitzname:** Flo  
**Alter:** 23  
**Status:** Student  
**Lieblingsbergsport:** Skifahren  
**Höchster Berg:** Illiniza Norte, 5126 m (Ecuador)  
**Lieblingsjahreszeit:** Winter  
**Zuständigkeiten:** Anwärter, Jugend West, Organisatorisches



**Name:** Fabio Wolf  
**Spitzname:** –  
**Alter:** 22  
**Status:** Student  
**Lieblingsbergsport:** Skitouren  
**Höchster Berg:** Chimborazo, 6268 m (Ecuador)  
**Lieblingsjahreszeit:** Winter, Frühling  
**Zuständigkeiten:** Kreuzerliste/Tourenberichte, bergundsteigen, Flüchtlinge



**Name:** Stephanie Gronau  
**Spitzname:** Stephie  
**Alter:** 25  
**Status:** Geldverdiener  
**Lieblingsbergsport:** Skitouren  
**Höchster Berg:** Hohe Berge stehen auf der To-do-Liste 2016  
**Lieblingsjahreszeit:** Winter  
**Zuständigkeiten:** alpinwelt, Aktionen, Flüchtlinge



**Name:** Constantin Krause  
**Spitzname:** Consti  
**Alter:** 25  
**Status:** Geldverdiener  
**Lieblingsbergsport:** Alpinklettern  
**Höchster Berg:** Cayambe, 5796 m (Ecuador)  
**Lieblingsjahreszeit:** Sommer  
**Zuständigkeiten:** Web, Anwärter und alles, was mit Klettern zu tun hat



**Name:** Lukas Kaplan  
**Spitzname:** Luki  
**Alter:** 19  
**Status:** Schüler  
**Lieblingsbergsport:** Wandern, Klettern  
**Höchster Berg:** Kleines Matterhorn, 3883 m (Schweiz)  
**Lieblingsjahreszeit:** Winter  
**Zuständigkeiten:** Aktionen

**Durchschnittsalter:** 22,3333333 **Beliebteste Sportarten:** Klettern und Skitouren **Durchschnittshöhe höchster Berg:** 5394 m  
**Beliebteste Jahreszeit:** Der Winter hat wohl gewonnen

# Danke an unseren „Oberboss“ Fabi

In der Sektion hat unser wortgewandter Jugendreferent sowohl im Vorstand als auch in der Jugend überall mitgemischt und viele Diskussionen vorangetrieben. Die Jugend profitierte in dieser Zeit viel von seinem Engagement: Viele Gruppengründungen, eine neue „Jugendabteilung“ im Münchner Westen, eine neue Finanz- und Jugendordnung, eine eigene Jugend-Teamwear, bis hin zu einer besseren Kooperation mit der Jugend der Sektion München. Er war bei fast jedem Treffen dabei, auch wenn es in unserer „Sektionsstammkneipe“ bis in die späten Nachtstunden fortgesetzt wurde. Die übrige Zeit widmete er seiner eigenen Jugendgruppe, den Kletteraffen.



Über seine Amtszeit hinweg hat er sich nicht viel verändert. Während er schon als super Schüler die Zeit vor dem Abi lieber auf Skihochtour als am Schreibtisch verbracht hat, ist er heute ein sehr guter Doppelmasterstudent, der immer noch ständig auf Skitour ist. Auch wenn fast jedes von ihm erstellte Passwort in irgendeiner Weise die Worte „Fabi“ und „toll“ beinhaltete, war es doch immer eine Riesenfreude, gemeinsam Dinge mit ihm auf die Beine zu stellen oder Zeit mit ihm im Jugendvorstand, auf Tour oder bei irgendwelchen Aktionen zu verbringen. Wir hoffen, dass er uns noch lange als engagierter Jugendleiter mit Rat und Tat zur Seite steht und wir noch viele Gipfel im Schnee oder am Fels mit ihm erreichen dürfen.

**Danke für dein großartiges und einzigartiges Engagement, Fabi!**

*Sabrina Keller, im Namen des Jugendvorstandes*

*Bild: Fabio Wolf*

# Wenn es im Winter grünt ...

Geplant war'n Skitouren im Wallis, Doch wie es dieses Jahr der Fall ist, Lässt sich der Winter zu viel Zeit, Sodass es regnet und nicht schneit.

Doch statt deswegen zu verzagen Wird alternativ in der JUMA vorgeschlagen, Die Rucksäcke schnell umzupacken, Um sich zum Klettern aufzumachen.

So lassen wir das Land der Schweizer Und reisen nach Italien weiter, Denn in Finale, sagt man sich, Fehlt es an Kletterfelsen nicht.

Dort finden wir statt weißem Winter Zum Klettern ein paar schöne Sinter, Statt Ski benutzen wir nun Seile, Statt zu sondieren legt man Keile.

Statt kritischer Lawinenlage Stellen wir uns nun die Frage, Ob rostige geschlag'ne Haken Die Lasten eines Sturzes tragen.



Sind wir hier schon mal zu Silvester, Gibt's in Italien gscheid Fiesta. Wir denken uns, es wird nicht schaden, Am Jahresend im Meer zu baden.

Nach einer Woche Klettern pur Wünscht man sich letztlich eines nur: Dass sich die Finger schnell kurieren, um dann zum nächsten Fels zu ziehen.

*Text: Katharina Mayer  
 Bilder: Katharina Mayer, Stefan Schöberl*

# Mit echten Bergsteigern durch die Ötztaler Alpen

Wir haben uns viel vorgenommen: sechs Tage durch die Ötztaler Alpen, von Obergurgl bis nach Vent. Über mehrere Dreitausender und – das Spannendste für die Kinder – mit Gletscherbegehungen.

Die Aussicht soll großartig sein von hier oben: Gletscher, Dreitausender, was das Ötztal halt so zu bieten hat. Momentan sehen wir aber kaum die Hand vor unseren Augen auf der Terrasse des 3006 m hoch gelegenen Ramolhauses. Immerhin, vor einigen Stunden sind wir noch im strömenden Regen in Obergurgl losmarschiert. Wir, das sind fünf Erwachsene und vier Kinder, die jüngsten 9 Jahre, das älteste 15 Jahre alt. Der Alpenvereinswetterbericht hat behauptet, dass heute der einzige Regentag sein soll und sich danach eine stabile Schönwetterperiode einstellt. Wir haben keinen Grund, den Experten zu misstrauen, und haben uns mit Regenjacken, Überhosen und Rucksacküberzügen auf den Weg gemacht. Tatsächlich hört es nach etwa einem Drittel des 1100-Höhenmeter-Anstiegs zu regnen auf, und wir können unsere Dampfsperren (wird man eigentlich ohne Regenjacke von außen nasser als mit Regenjacke von innen?) verpacken. Ein paar Stunden später taucht das Ramolhaus gespenstisch aus den Wolken- und Nebelschwaden auf, und die bezogen auf die Aufstiegsmeter längste Etappe unserer Durchquerung ist geschafft. Nur wenige Bergsteiger sind in dieser Nacht auf dem Ramolhaus, und so bleibt es an uns, insbesondere an unserer Jugend, die Nahrungsmittelvorräte des Hüttenwirts überproportional zu dezimieren.

Um 7 Uhr piepst der Wecker. Ein banger Blick aus dem Lagerfenster: Da sind sie zu sehen – die Hochwilde, der Schalkkogel, der Gurgler Ferner, ganz winzig auf der gegenüberliegenden Talseite die Langtalereckhütte und das Hochwildehaus, der blaue Himmel. Gelobt seien die Meteorologen des ZAMG-Wetterdienstes Innsbruck! Unser heutiges Tagesziel ist die Martin-Busch-Hütte, die wir über das Ramol-

joch erreichen wollen. Der Weg zum Joch ist ein leichter Klettersteig, der heute den Spannungshöhepunkt darstellt. Auf der anderen Seite laufen wir am Spiegelferner entlang, dessen Randbereich die Jugend nutzt, um schon mal etwas „Steilschnee“ zu schnuppern. Warum den einfachen Weg nehmen, wenn es auch spannender geht? Lang zieht sich der Weg ins Niedertal hinunter, wo wir auf den Normalaufstieg zur Martin-Busch-Hütte von Vent herauf treffen. Nach dem langen Abstieg sind wir schon etwas müde, die Landschaft ist sehr karg. Der Weg am Niedertalbach entlang wird von den Kindern „die Wüste“ getauft, was doch einige Einblicke in die Kinderseele zulässt.

Unsere Nacht auf der Martin-Busch-Hütte ist kein Vergleich mit dem Aufenthalt auf dem Ramolhaus. Die Hütte ist voll, das Essen nicht ganz so schmackhaft und, das Schlimmste, die Decken kratzen durch unsere Seidenschlafsäcke hindurch. Deshalb fällt es uns umso leichter, am nächsten Morgen in Richtung Hochjoch-Hospiz aufzubrechen. Diese Tagesetappe bringt auch den ersten Gipfel, den 3360 m hohen Saykogel. Über Blockgelände führt der schön angelegte Weg bis kurz unter den höchsten Punkt, den wir mit einem kleinen Abstecher erreichen. Interessantes Gelände umgibt uns. Der obere Teil des nach Norden hinunterziehenden Grats besteht aus vielen hochkant stehenden Felsplatten, die wie die Wehrmauer einer Fantasy-Burg aussehen. Nur schwer können wir uns von diesem Anblick und von der Aussicht auf die in großartiger Aneinanderreihung zu sehenden Ötztaler Paradegipfel und -gletscher trennen. Dies auch deshalb, weil auf dem Weiterweg noch ein besonderes „Schmankerl“, nämlich der gut 100 Höhenmeter lange Gegenanstieg zum Hochjoch-Hospiz, wartet. Die beiden Jungs aus unserer

Text & Fotos: **Andreas Roth**



*Der Weg am Niedertalbach entlang wird von den Kindern „die Wüste“ getauft, was doch einige Einblicke in die Kinderseele zulässt.*

Auf dem Dieweg zwischen Ramoljoch und Niedertal



1

Gruppe, Felix und Felix, scheinen es allerdings gar nicht erwarten zu können, endlich wieder bergauf gehen zu dürfen. In atemberaubender Geschwindigkeit rasen sie bis zur Brücke über den vom Hintereisferner herunterfließenden Bach hinunter und jenseits zur Hütte hinauf. Den Erwachsenen bleibt nur die Ausrede, dass ihre Rucksäcke wegen elterlicher Fürsorge viel schwerer sind als das (viel zu leichte) Marschgepäck der Raser.

Das Hochjoch-Hospiz lässt uns die Anstrengung des Tages vergessen: aufmerksame, reichliche und schmackhafte Bewirtung und Kuschedecken. Nach dem Abendessen verbrennen die jüngeren Kinder noch überschüssige Energie auf dem Trampolin hinter der Hütte. Das Gehüpf lässt allerdings einen der vollen Mägen rebellieren, sodass ein Teil des Bergsteigeressens wieder den Weg aus dem Körper hinausfindet.

Am Morgen verabschieden wir uns von den Hasen im kleinen Stall vor der Hütte und machen uns auf den Weg zum Brandenburger Haus. Dazu müssen wir den Kesselwandferner queren. Die Gletscherzunge zeigt ordentlich ihre Spaltenzähne und steigert dadurch die Spannung, bis wir am Gletscherrand ankommen. Dass der Gletscherbereich von hier bis zur Felsinsel, auf der das Brandenburger Haus thront, eher flach ist, mindert die Aufregung bei den Kindern nicht, aber beruhigt die Erwachsenen. Sorgfältig befestigen wir die Steigeisen an den Schuhen, ziehen die Hüftgurte an und nehmen die Pickel in die Hand. In zwei Seilschaften



2

1 Blick auf den Gurgler Ferner

2 Abendstimmung von der Breslauer Hütte

3 Unterwegs vom Hochjochhospiz in Richtung Kesselwandferner und Brandenburger Haus

4 Auf dem Guslarferner

**Die Gletscherzunge zeigt ordentlich ihre Spaltenzähne und steigert dadurch die Spannung.**

queren wir, immer wieder unterbrochen durch Fotopausen, in etwa einer Stunde zu unserem Tagesziel hinüber.

Das Brandenburger Haus ist ein mächtiger Steinbau auf 3272 Meter Höhe und damit die höchstgelegene Schutzhütte des Deutschen Alpenvereins. Den Abend lassen wir mit einem kurzen Ausflug über Blockwerk und Schneefelder zum nahen Hüttengipfel, der Dahmannspitze (3401 m), ausklingen. Von dort haben wir einen hervorragenden Ausblick auf die Gipfel- und Gletscherwelt um das Brandenburger Haus, auf die wunderschöne Weißkugel und insbesondere auf eines unserer morgigen Etappenziele, den Fluchtkogel (3500 m).

Trotz der recht hohen Schlafhöhe machen wir uns am nächsten Morgen ausgeruht auf den Weg über den Kesselwandferner in Richtung Fluchtkogel. Am Oberen Guslarjoch lassen wir unser Gepäck zurück und steigen ohne die schweren Rucksäcke über eine Schnee- und Eisflanke zum Gipfelkreuz. Die Kinder sind euphorisch: eine große Gletscherquerung, eine mittelsteile, aber sehr gut zu begehende Flanke und der höchste Gipfel in der noch jungen Bergsteigerkarriere.

Vom Oberen Guslarjoch steigen wir in Richtung Vernagthütte ab. Der Bergschrund lässt sich gut bewältigen, hält aber die Spannung und die Aufmerksamkeit hoch, bis wir den unteren, flacheren und aplanen Gletscherbereich erreichen. Für die Väter wechselt beim Verlassen des vergletscherten Geländes die psychische zur physischen Belastung. Trotz



3

mehrfacher Nachfrage finden sich nämlich keine Freiwilligen, die das nasse, schwere Seil in ihrem Rucksack verstauen wollen. Wir laufen direkt auf einem Moränenrücken zur Vernagthütte, von wo aus wir nach einer kurzen Stärkung zur Breslauer Hütte am Fuß der Wildspitze weiterwandern.

Dort angekommen zeigt sich ein deutlicher Unterschied zu unserer vorigen Unterkunft. Während das Brandenburger Haus eine echte und urige Bergsteigerunterkunft ist, ohne Duschen und ohne fließend warmes Wasser, präsentiert sich die Breslauer Hütte ungleich mondäner. Gleiches gilt auch für das gewaschene und wohlriechende Publikum. Einige Bergführer mit ihren Gästen nutzen den mit Seilbahnhilfe recht leicht erreichbaren Stützpunkt für den Aufstieg zur Ötztaler Wildspitze, dem mit 3770 m höchsten Gipfel Tirols. Dieser steht nicht auf unserem Programm, vielleicht mal in den kommenden Jahren, wenn aus unseren kleinen Bergsteigern große Alpinisten geworden sind.

Die letzte Etappe führt uns zu unserem Endpunkt in Vent. Obwohl man von der Breslauer Hütte direkt dorthin absteigen (oder bei Benutzung der Seilbahn von Stablein sogar abfahren) könnte, haben wir noch nicht genug und wollen einen weiteren, wenn auch unscheinbaren Dreitausender „mitnehmen“. Unter dem Urkundkolm und dem wild herabschauenden Rofenkarferner vorbei schleppen wir unsere schweren Rucksäcke und müden Knochen (trifft zumindest auf alle Erwachsenen zu) hinauf auf das 3019 m hohe Wilde Mannle. Woher wohl dieser

Name stammt? Denn so wild ist es weder auf dem Weg dorthin noch auf dem Gipfel selbst oder beim Abstieg zugegangen. Allerdings schließen wir aus der wilden Stemperei der Kinder mit dem Stempel des Gipfelbuchs auf alle freien Hautpartien des Körpers, dass der Gipfelname weniger die Landschaft, sondern vielmehr abnorme Verhaltensänderungen bei seinen Besteigern beschreiben soll.

Wir können jetzt bis nach Vent, dem Abschlussort unserer sechstägigen Durchquerung hinunterschauen. Die Aussicht, bald nicht mehr „treten und tragen“ zu müssen, lässt uns noch mal alle Kräfte mobilisieren, auch wenn die Knie bei dem langen Abstieg schon ein bisschen weich werden. Dennoch ist es für alle eine nicht verhandelbare Ehrensache, die Seilbahnstation zu ignorieren und aus eigener Kraft das Bergsteigerdorf Vent zu erreichen. Dazu braucht es auch Kraft im Kopf, wenn man viele andere gemütlich in den Doppelsesseln vorbeischieben sieht.

Erschöpft, aber glücklich erreichen wir in Vent die Haltestelle des Busses, der uns mit einem kurzen Umsteige- und Steckerleishalt in Zwieselstein wieder zu unserem Ausgangspunkt Obergurgl zurückbringt. Dort sind die Anstrengungen der vergangenen Tage schnell wieder vergessen, und die Planungen für noch aufregendere, noch höhere Gipfel beginnen bei der Rückfahrt nach Hause. Wie bei echten Bergsteigern eben.

**Tourentipp:** Seite 40



4

**Trotz mehrfacher Nachfrage finden sich keine Freiwilligen, die das nasse, schwere Seil in ihrem Rucksack verstauen wollen.**



**Andreas Roth** (48) ist 2. Vorsitzender der Sektion Oberland und 1. Vorsitzender des Trägervereins Kletter- und Boulderzentren München. Seit frühester Kindheit ist er mit Händen, Füßen, Ski und Radl in den Bergen unterwegs. Höhepunkte waren eine Expedition zum Pik Korshenevskaja (7105 m) im Pamir und die „Nose“ (5,8 C2) am El Capitan. Seine Bergbegeisterung hat er in die Gene seiner beiden Kinder weitergegeben.

# Zu Gast in den wilden Vardoussia-Bergen

Text & Fotos: **Joachim Burghardt**



Die Vardoussia-Berge in Zentralgriechenland werden in der Literatur immer wieder als das vielleicht schönste und interessanteste Gebirge Griechenlands bezeichnet. Kleine, abgelegene Dörfer, weite Wälder und markante Felsgipfel prägen das Aussehen dieser Berglandschaft, in der die Zeit stehengeblieben zu sein scheint ...

**K**urz vor dem Ziel müssen wir doch noch mal anhalten. Auf dem Rücksitz mehrten sich unmissverständlich die Anzeichen, dass mein Sohn sich gleich zum zweiten Mal übergeben wird – die lange, beschwerliche Reise fordert ihren Tribut. Hinter uns liegen fünf Stunden Autofahrt, im Laufe derer wir von Attika über Böotien bis nach Phokis die unterschiedlichsten Landschaften durchfahren und uns dennoch nur 165 km Luftlinie vom Ausgangspunkt entfernt haben: frühmorgens der Aufbruch in Athen, auf der Autobahn nach Theben ein erster Eiskaffee, dann die endlos weiten böotischen Ebenen, auf denen uralte Traktoren weltvergessen dahintuckern, während auf den Landstraßen Reisebusse vorüberrasen und erst von den kurvenreichen Bergstraßen des Parnassos-Massivs zu langsamerem Tempo gezwungen werden. Nach der Fahrt durchs weltberühmte Delphi geht es wieder fast bis

auf Meeresebene hinab und durch die größte Olivenplantage Griechenlands mit ihren Hunderttausenden silbrig schimmernden Bäumen zum kleinen Landstädtchen Amfissa.

Dort stellt sich das nächste große Gebirgsmassiv in den Weg: Giona, mit 2510 m Höhe das fünfthöchste des Landes. Die Straße führt bergauf und durch sogenannte Märtyrerdörfer, in denen der Durchreisende an Weltkriegsverbrechen deutscher und italienischer Soldaten erinnert wird, dann wieder bergab, vorbei an Windkraftanlagen, einem Gefängnis und der letzten Tankstelle für längere Zeit. Schließlich der große Mornos-Stausee, dessen Fluten weit in mehrere Täler hineinreichen und aufwendig umfahren werden müssen, bis auf der anderen Seite des Sees die letzte und härteste Prüfung bevorsteht: eine abenteuerliche Bergstraße, die in die Vardoussia-Berge hinaufführt und sich dabei durch 300 Kurven windet.



1 In den Vardoussia-Bergen ist man weit weg vom touristischen Massenbetrieb

2 Saftiges Grün, wohin man schaut: Morgenstimmung im Bergdorf Psilo Chorio

3 Am Dorfplatz von Artotina



**In die frische Bergluft mischt sich ein mediterraner Duft von Nadelgehölzen, Kräutern und Blumen – und eine Ahnung des nahe gelegenen Ionischen Meers.**



3



1



2

1 Blick zum Mornos-Stausee

2 Die Vardoussia-Hauptkette mit dem Korakas, 2495 m

## Die Vardoussia-Berge

Die Vardoussia-Berge (gr. Βαρδούσια) sind neben Giona und Parnassos die bedeutendste Gebirgsgruppe des südlichen griechischen Festlands. Nur wenige Dörfer bieten touristische Infrastruktur, darunter Athanasios Diakos, das auf dem Europäischen Fernwanderweg E4 liegt und der übliche Ausgangspunkt für eine Besteigung des höchsten Gipfels, des Korakas (2495 m), ist. Am Korakas befinden sich die einzigen zwei Berghütten des Gebirges. Zu den Sehenswürdigkeiten der Region zählen neben den ausgedehnten Wäldern, den zahlreichen Bergdörfern und dem Mornos-Stausee auch die gewaltige Westwand des benachbarten Giona-Massivs, die als höchste Felswand Griechenlands oder sogar der ganzen Balkanhalbinsel gilt.

### Karten, Bücher, Internet

Topografische Karte: Blatt 2.3 „Giona – Oeta – Vardoussia“ 1:50 000, Anavasi 2011 – [www.anavasi.gr](http://www.anavasi.gr) (bestellbar u. a. bei Geobuch München – [www.geobuch.de](http://www.geobuch.de))

### Literatur mit Informationen über die Vardoussia-Berge:

Penelope Matsouka, **Giona, Vardoussia, Parnassos: The Green Guide.** Anavasi 2009

Georg Sfikas, **Die Berge Griechenlands.** Efstathiadis 1989

Orestis Colettis, **Bergwelt Griechenlands.** J. Fink Verlag 1963

Dietram Müller, **Griechische Bergwelt.** Chelmos Verlag 2002

Harald Schrempf, **Bergwandern in Griechenland.** Leopold Stocker 1985

Zeitschrift BERGE. Nr. 40: **Götterberge Griechenlands.** 1990

Im Internet sind die beiden Hütten des Gebirges auf [www.anavasi.gr/refuges](http://www.anavasi.gr/refuges) zu finden; nützlich ist zudem die Facebook-Seite von „Katafygio Vardoussia“ (mit Videos). Die offizielle Seite des Regionalbezirks Fokida bietet Infos zur Region, in Bezug auf die Vardoussia-Berge v. a. zu den Gemeinden Kallieis und Vardoussia: [www.fokida.gr](http://www.fokida.gr) → English → Municipality of Kallieis bzw. Vardoussia



Dort oben stehen wir nun bei 31 Grad und Grillengezirp am Straßenrand, helfen unserem von Übelkeit gepeinigten kleinen Mitfahrer und gönnen uns eine letzte Verschnaufpause. Wenig später ist es geschafft: Im 1200 m hoch gelegenen Bergdorf Psilo Chorio – dem „hohen Dorf“, wie es wörtlich heißt – endet die Fahrt. Unsere Gastgeberin, die 90-jährige Maria Valamvanou, steht schon freudestrahlend am Straßenrand und begrüßt uns mit großem Hallo. Sie ist die Großmutter meiner Frau und hat seit Jahren darauf gewartet, dass wir sie in ihrem geliebten Bergdorf besuchen – nun ist die Freude umso größer, dass sie nicht nur meine Frau und mich, sondern auch unsere beiden Kinder – ihre Urenkel – in die Arme schließen kann. Noch heute verbringt sie Sommer für Sommer in dem Haus, in dem sie vor 90 Jahren geboren wurde.

Ein Spaziergang zur Platia, dem zentralen Dorfplatz, lässt uns den rauen Charme des „hohen Dorfs“ erahnen. Die meisten Häuser scheinen leerzustehen. Auch auf der Platia mit ihrer riesigen Platane und dem Gedenkstein für die in diversen Kriegen von 1896 bis 1948 gefallenen Dorfbewohner zeigt sich keine Menschenseele. Die Telefonzelle des Orts ist defekt, die Taverne geschlossen, Geschäfte gibt es keine. Was ist hier nur los? Ein paar Einheimischen begegnen wir schließlich doch und erfahren, dass wir schlicht zu spät dran sind: Die Saison ist vorbei, die meisten Sommergäste sind wieder abgereist. Und das am 23. August! Nur eine Woche nach dem großen Dorffest an Mariä Himmelfahrt – dem Höhepunkt des Jahres, ab dem man sich in Griechenland bereits „guten Winter“ wünscht – versinkt der Ort also schon wieder in eine Ruhephase, die bis zum nächsten Juli andauert. Wie viele Bewohner dem Dorf auch in der kalten Jahreszeit die Treue halten, bleibt unklar – die Aussagen schwanken von einem bis zu vier ganzjährigen Bewohnern. Und so kommt es, dass man im „hohen Dorf“ mehr Tiere hört und sieht als Menschen: Ziegenherden auf der Straße, eine Kuh, die nachts plötzlich schmatzend vorm Schlafzimmerfenster steht, sogar zwei Skorpione im Badezimmer, die ich sicherheitshalber zügig in den Hades befördere. Und natürlich das unvermeidliche Hundegebell – aber nur nachts, nicht

während der Nachmittags-Siesta, die offenbar sogar den radaufreudigsten Kläffern heilig ist. Tiere begegnen uns indirekt auch auf Schildern am Straßenrand wie „Jagen verboten“ und „Aufstellen von Bienenkästen verboten“. All das erinnert uns daran, wo wir uns eigentlich befinden: inmitten einer wilden, abgelegenen Berglandschaft am südlichen Ende der Balkan-Halbinsel – in den Vardoussia-Bergen.

In die frische Bergluft mischt sich ein mediterraner Duft von Nadelgehölzen, Kräutern und Blumen – und eine Ahnung des nahe gelegenen Ionischen Meers. Dunkelgrüne Wälder bedecken die Hänge rund ums Dorf, wilder Oregano und Bergtee warten darauf, von einer fleißigen Hand gepflückt zu werden. Und gegenüber steht der prächtige Hauptkamm der Vardoussia-Berge, eine über zehn Kilometer lange felsige Bergkette.

Auf der Suche nach einem bergsteigerischen Ziel fällt mein Auge schließlich auf den Vouno Kostaritsas, dessen flaches, vom Dorf aus sichtbares Gipfelplateau im Volksmund Feenwiese genannt wird. Die Idee, dort hinaufzusteigen, reift allmählich, als wir einen Ausflug zum malerischen Dorf Artotina im Nachbartal unternehmen. Artotina hat neben einem sehr schönen Dorfplatz mit Kirche sogar ein paar Tavernen und Cafés vorzuweisen – allerdings sollte man sichergehen und vorab telefonisch erfragen, ob es auch wirklich etwas zu essen gibt. Wir haben Glück, es gibt heute ein Gericht: Lamm. Und während wir dieses verspeisen, gehen meine Gedanken hinauf zum Vouno Kostaritsas, dessen breite, behäbige Westflanke sich vom Dorfplatz aus gut studieren

## Wilder Oregano und Bergtee warten darauf, von einer fleißigen Hand gepflückt zu werden.



Joachim Burghardt (33) ist Redakteur bei der »alpinwelt« und hat Griechenland als zweite Heimat in sein Herz geschlossen. Die Kombination aus Urlaub, Meer, kulinarischen Genüssen und abenteuerlichen Berg-erlebnissen ist einfach nicht zu überbieten.

lässt. Eine Infotafel mit Übersichtskarte verrät mir, dass eine unasphaltierte Piste in Richtung des Berges führt – so müsste der Zugang möglich sein. Weitere Informationen über den Berg besitze ich nicht.

Am nächsten Tag bin ich zurück, stelle den Wagen am Ortsrand von Artotina ab und marschiere los. Mein Begehungsstil ist spartanisch: Ich gehe allein, ohne Karte, Führer, GPS-Gerät – nur mit dem prüfenden Blick und der persönlichen Einschätzung, wie und wo ich hinaufkommen könnte. Und verlaufe mich gleich nach 50 Metern, indem ich bei einer Fahrstraßenverzweigung falsch abbiege. Als ich den Fehler bemerke, widerstrebt es mir so sehr, den ganzen Weg zurückzugehen, dass ich mich lieber zwei Kilometer weit durch ein dschungelartig verwachsenes Bachbett direkt zur richtigen Straße durchschlage. Nun geht es in der prallen Sonne weiter. Nach knapp zwei Stunden ist der Anmarsch geschafft, endlich kann ich einfach weglos den Hang hinaufsteigen: 800 Höhenmeter steil bergauf, technisch unschwierig, aber dennoch kein Spaziergang, denn die Hitze ist enorm und stachelige Pflanzen erschweren das Vorankommen. Doch schließlich sind alle Widrigkeiten überwunden, ich streife durchs hohe Gras der Feenwiese und stehe kurz darauf am Gipfel. Die Freude darüber, einen Berg nur „nach Augenmaß“ bestiegen zu haben, begleitet mich bald wieder ins Tal und steigert sich nach meiner abendlichen Rückkehr in den Kreis der Familie zu einem intensiven Glücksgefühl, denn mich erwarten literweise eisgekühlte Getränke und ein von der Uroma zubereitetes Festmahl.

Schnell vergehen die Tage, die Abreise naht. Wir ernten Zwetschgen, kaufen im Nachbardorf Honig und halten noch einen Plausch mit dem Nachbarn, der herüberkommt, um uns herzlich zu verabschieden, obwohl er uns nie zuvor gesehen hat. Und dann heißt es: „Adio, Psilo Chorio!“ Die Uroma steht am Straßenrand und winkt, ich spähe ein letztes Mal hinauf zur Feenwiese, dann liegen wieder 300 Kurven bis zum Stausee und weitere vier Stunden Fahrt nach Athen vor uns. Am Abend hat uns die Großstadt wieder, und wir erzählen, wie es war – im hohen Dorf in den wilden Vardoussia-Bergen.

# Neu im Regal

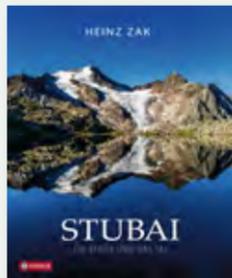
## Alpine Bildbände und Literatur

Jon Mathieu, **Die Alpen**. Raum – Kultur – Geschichte. 254 S. Reclam 2015. 38,80 € – [www.reclam.de](http://www.reclam.de)



Nicht weniger als die erste „überblicksartige, gleichsam von Hannibal bis in die Gegenwart reichende Geschichte des ganzen Alpenraums“ hat sich der Luzerner Historiker mit diesem ansprechend gestalteten Band vorgenommen. Das kann auf 250 Seiten freilich nur in Form einer Zusammenfassung des Forschungsstandes für ausgewählte Aspekte erfolgen. Die große Gesamtschau bleibt aus. Dennoch ist die Darstellung eine Materialsammlung für alle, die sich auch kulturell für dieses große europäische Gebirge interessieren. *fms*

Heinz Zak, **Stubai**. Die Berge und das Tal. 208 S. Tyrolia 2016. 34,95 € – [www.tyrolia-verlag.at](http://www.tyrolia-verlag.at)



Heinz Zaks Bildsprache ist ebenso eindrucksvoll wie unverwechselbar. Auch wer dachte, das Stubai nun wirklich gut zu kennen, wird hier noch neue Aspekte finden – sei es in Bildern aus oft ungewöhnlichen Perspektiven, die nicht nur die Schönheit, sondern immer auch die emotionale Wucht der Landschaft einfangen, sei es in den sehr persönlichen Texten, mit denen der Autor das Stubai und

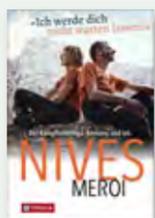
seine Bewohner vorstellt. Es ist der Blick für das ganz Große, der niemals das ganz Kleine aus den Augen verliert, es sind die langjährige Verbundenheit mit den Menschen und der tiefe Respekt vor ihrer Arbeit, die Zaks Bilder und Texte so authentisch und lebendig machen. Tipps für alle Bergsportarten gibt es selbstverständlich auch. Ein Buch zum Schauen, Lesen, Nachdenken und vor allem: Genießen! *js*



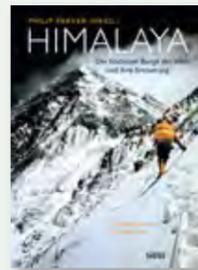
Norbert Rosing (Fotos), **Wildes Deutschland**. Bilder einzigartiger Naturschätze. 320 S. National Geographic 2016. 29,99 € – [www.nationalgeographic.de](http://www.nationalgeographic.de)



Bernd Ritschel, Tom Dauer, **Hütten**. Sehnsuchtsorte in den Alpen. 220 S. National Geographic 2016. 39,99 € – [www.nationalgeographic.de](http://www.nationalgeographic.de)



Nives Meroy, **Ich werde dich nicht warten lassen**. Der Kangchendzönga, Romano und ich. 176 S. Tyrolia 2016. 19,95 € – [www.tyrolia-verlag.at](http://www.tyrolia-verlag.at)



Philip Parker (Hg.), **Himalaya**. Die höchsten Berge der Welt und ihre Eroberung. 192 S. Theiss 2016. 29,95 € – [www.wbg-verlage.de](http://www.wbg-verlage.de)

Die unter dem Titel „Himalaya. Die höchsten Berge der Welt und ihre Eroberung“ versammelten Aufsätze von Historikern, Ethnologen und Extrembergsteigern widmen sich der Geschichte dieser Region und des dortigen Höhenbergsteigens. Es ist die große Leistung dieses Sammelbandes, die von der westlichen Welt ausgehende Erforschung und Kolonisierung der Bergriesen mit der kulturellen Authentizität der regionalen Ethnien nicht nur zu kontrastieren, sondern auch in ein sich wechselseitig erhellendes Verhältnis zu bringen. Die informativen Bebilderungen der einzelnen Beiträge vermitteln einen realistischen Eindruck von den ersten Besteigungsversuchen an den 14 Achttausendern. *kg*

## Wanderführer



Gottfried Eder, **Vergessene Pfade Bayerischer Wald**. 35 außergewöhnliche Touren abseits des Trubels. 160 S. Bruckmann 2016. 19,99 € – [www.bruckmann.de](http://www.bruckmann.de)



Andreas Happe, **Watzmann**. 128 S. Conrad Stein Verlag 2016. 10,90 € – [www.conrad-stein-verlag.de](http://www.conrad-stein-verlag.de)



Andreas Wiesinger, **Wanderungen zu den Steinböcken**. 28 Traumtouren in das Reich der Steinböcke. 160 S., mit GPS-Daten. Frischluftedition 2016. 20,95 € – [www.frischlufteition.de](http://www.frischlufteition.de)



Rainer D. Kröll, **Panoramaweg Gardasee und Trentino**. Die 37 schönsten Aussichtstouren. 160 S. Bruckmann 2016. 19,99 € – [www.bruckmann.de](http://www.bruckmann.de)

## Klettern



Massimo Cappuccio, Chiara Cianciolo, Giuseppe Gallo, **Di Roccia di Sole**. Klettern auf Sizilien. 528 S. Versante Sud 2015. 35 € – [www.versantesud.it](http://www.versantesud.it)



Roberto e Luca Parisse, **Magia di Calcare**. Boulder sul Gran Sasso. 256 S., it./eng./dt. Versante Sud 2015. 29 € – [www.versantesud.it](http://www.versantesud.it)

Viele dieser Bücher können Sie in den Leihbibliotheken der Sektionen München & Oberland ausleihen. [www.DAVplus.de/bibliotheken](http://www.DAVplus.de/bibliotheken)

## Unterwegs mit Kindern

BUND Naturschutz in Bayern e. V. (Hrsg.), **Trickkiste Natur**. 40 Naturwunder vor deiner Haustür: entdecken – staunen – ausprobieren. 90 S. Oekom Verlag 2016. 9,95 € – [www.oekom.de](http://www.oekom.de)



Elisabeth Göllner-Kampel (Hrsg.), **Kinderwagen- & Tragetouren um und in München**. Über 50 besonders lohnende Wege & Ausflugsziele vom Baby bis zum Schulkind. Mit (Lauf-)Radangaben. 208 S. Wanderverlag 2015. 14,90 € – [www.wandaverlag.com](http://www.wandaverlag.com)



Birgit Eder, **Wander- und Hüttenurlaub**. Trekking für ALLE in Bayern, Österreich und Südtirol. Von Hütte zu Hütte – mit der ganzen Familie auf traumhaften Wegen. 32 Mehrtagestouren. 296 S. Wanderverlag 2015. 18,90 € – [www.wandaverlag.com](http://www.wandaverlag.com)



Lisa und Wilfried Bahn Müller, Michael Prötzel, **Wanderverspaß mit Kindern Bayerische Alpen**. 40 erlebnisreiche Touren. 192 S. Bruckmann 2016. 14,99 € – [www.bruckmann.de](http://www.bruckmann.de)



Dominique und Martin Lurz, **Minis auf Tour im Chiemgau & Berchtesgader Land**. Mit Kinderwagen, Kraxe und zu Fuß unterwegs auf spannenden Wegen. 128 S. J. Berg 2016. 14,99 € – [www.bruckmann.de](http://www.bruckmann.de)

## DVD/Bluray

Meru. Ein Dokumentarfilm von Jimmy Chin und Elizabeth Chai Vasarhelyi. 87 Min. – [www.merufilm.com](http://www.merufilm.com)

Der Mittelgipfel des Meru im Himalaya ist ein gigantischer Granitpfeiler, hoch, steil, schön und extrem schwierig zu besteigen. Zahlreiche

Kletterer sind an ihm gescheitert, so auch die Protagonisten des Films – Conrad Anker, Jimmy Chin und Renan Ozturk – im Jahr 2008. Drei Jahre später kehren sie zurück und versuchen erneut das schier Unmögliche. Zarter besaiteten Zuschauern sollte klar sein, dass in dieser beeindruckenden Kletter-Doku trotz der Altersfreigabe von 10 Jahren nicht nur schwierige Kletterei in spektakulären Landschaften, sondern auch andere extreme Aufnahmen gezeigt werden: Lawinenglücke, eine schwere Kopfverletzung, Aussagen wie „dieser Berg ist es wert zu sterben“ und Füße, die nach Wochen im Expeditionstiefel Fäulniserscheinungen aufweisen. Wer noch kein Bergsteiger ist, wird nach diesem Film keiner mehr! *jb*



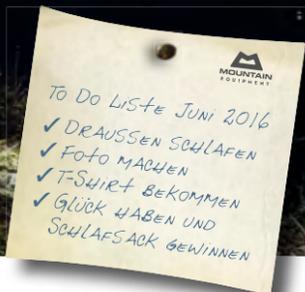
## Glacier SL Die neue Schlafsackserie

In alpiner Umgebung wird es im Biwak gleich viel gemütlicher, wenn die Ausrüstung stimmt. Die neuen Modelle sind superleicht, haben ein wasserabweisendes Außenmaterial und eine Füllung aus feinsten Daunen, die wie immer Down Codex® zertifiziert ist. [www.mountain-equipment.de/glacier-superlight](http://www.mountain-equipment.de/glacier-superlight)



## WildNight A Mountain Equipment Microadventure

Schnappt euch im Juni 2016 eure Freunde, Familie oder Kollegen, packt das Biwak-Equipment ein und dann raus mit euch unter den Sternenhimmel. Erlebt euer eigenes WildNight Microadventure! Hier könnt ihr mitmachen: [www.mountain-equipment.de/wildnight](http://www.mountain-equipment.de/wildnight)



## Geschützte Tiere und Pflanzen der Alpen

Eine symbiotische Lebensgemeinschaft suchen wir dieses Mal, deren Eigenschaften sich von jenen unterscheiden, aus denen sie sich zusammensetzt. Erst in der Symbiose bilden sich die typischen Wuchsformen heraus, die wir auf vielerlei Untergründen wachsen sehen, auf Bäumen ebenso wie auf Steinen, auf Böden oder gar auf altem Metall. Sie wachsen sehr langsam, manche nur wenige Millimeter im Jahr, gehören aber zugleich zu den langlebigsten Lebewesen auf der Erde.

Sie besitzen keine Möglichkeit, ihren Wasserhaushalt zu regeln, da sie keine Wurzeln bilden und auch keinen Verdunstungsschutz haben. Nur über die Oberfläche können sie, ähnlich wie ein Schwamm, für kurze Zeit Wasser aufsaugen. Viele ihrer Arten sind in der Lage, extreme Lebensräume zu besiedeln. So wurden bereits welche in fast 5000 Meter Höhe im Himalaya gefunden, aber genauso gibt es sie in der Antarktis oder in der Wüste. Von den fast 25.000 Arten weltweit leben ca. 2000 in Mitteleuropa. Manche von ihnen können gegessen werden. In Notzeiten wurden sie gekocht, und manche Expeditionen konnten nur dank ihrer überleben. Sie gelten auch als Indikatoren für die Umweltverschmutzung, besonders für die Luftqualität. Schwefeldioxid in der Luft setzt ihnen schon lange zu, noch vor dem Waldsterben und dem sauren Regen. Katalysatoren und andere Filter haben die Luft inzwischen so weit verbessert, dass man die Organismen wieder häufiger in Großstädten findet.

### Wie heißt die gesuchte Lebensgemeinschaft?

Schicken Sie die Lösung (auch den lateinischen Namen) bis spätestens 24.06.2016 wie immer an eine der beiden Alpenvereinssektionen oder direkt an die [redaktion@alpinwelt.de](mailto:redaktion@alpinwelt.de) (Absender nicht vergessen!).

Noch ein Tipp: Sie werden den Pilzen zugeordnet, auch wenn sie dort eine Sonderstellung einnehmen und eigentlich gar keine Pflanzen sind ...

Viel Spaß und viel Erfolg!

Ines Gnettner

Und das gibt es diesmal zu gewinnen:



2. Preis: ein Erste-Hilfe-Set

3. Preis: eine DAV-Trinkflasche aus Edelstahl

4. und 5. Preis: je ein DAV-Waschbeutel

6. und 7. Preis: je ein Paar Hüttenschlappen »DAVplus«

8. bis 10. Preis: je eine AV-Karte nach Wahl

Hauptpreis: eine PRO TREK PRW 3500Y-1ER von »Casio«

Gerade in extremen Bedingungen sind extreme Technologien gefragt. Die PRO TREK PRW-3500Y aus dem Hause Casio ist mit der neuesten Generation des Triple Sensors ausgestattet – Digital-Kompass, Höhenmesser und Thermometer/Barometer finden technisch hochausgereift auf kleinstem Raum Platz. Eine Besonderheit der PRW-3500Y ist die Wasserdichtigkeit bis 20 Bar, was sie zum idealen Begleiter für viele Outdoor-Sportarten wie Wandern, Klettern, Mountainbiken oder auch Angeln interessant macht. Weitere Funktionen: LED Light, kälteunempfindlich bis -10° C, Solarbetrieb, Ladekontrollanzeige, Funksignalempfang in EU, USA, Japan & China, Sonnenauf- und -untergangsanzeige, Weltzeit-Funktion, Stoppfunktion, 5 Tagesalarme & Snooze-Funktion, automatischer Kalender, Mineralglas, Resingehäuse und -armband. [www.casio-europe.com/de](http://www.casio-europe.com/de)

### Auflösung des letzten Rätsels aus Heft 1/2016

Im letzten Heft suchten wir die Gelbbauchunke (lat. Bombina variegata), auch Bergunke genannt. Sie gehört zu den Froschlurchen und war 2014 Lurch des Jahres. Die Deutsche Gesellschaft für Herpetologie und Terrarienkunde e. V., die sich für den Natur- und Artenschutz sowie die Erforschung von Amphibien und Reptilien einsetzt, hat ihr einen längeren Artikel gewidmet: [www.DAVplus.de/gelbbauchunke](http://www.DAVplus.de/gelbbauchunke)



Und das sind die Gewinner:

Hauptpreis (ein Atom SL Hoody von »Arc'teryx«): Stefanie Wolf, München

2. Preis (ein 2-Personen-Biwaksack »DAV München & Oberland«): Stefanie Rodler, Valley

3. Preis (ein kariertes Baumwoll-Hüttenschlafsack »DAV München & Oberland«): Johanna Fernengel, München

4. bis 6. Preis (je ein Paar Hüttenschlappen »DAVplus«): Peter Kampfhammer, Lochham; Renate Kellig, München; Melanie Uttendorfer, Freising

7. und 8. Preis: (je eine AV-Karte nach Wahl): Sebastian Lutter, München; Sven Meißner, Dachau

9. und 10. Preis (je ein Brotzeitbrettl „So schmecken die Berge“): Martin Fisch, München; Claudia Fischer, Puchheim

Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß mit den Preisen!

Zeichnung: [www.bildarchiv.kleinert.de](http://www.bildarchiv.kleinert.de)

## Leserbriefe

Vielen Dank für eure tolle Arbeit rund um das Magazin!

Andreas Schorr

### Heft 4/15 „Nacht am Berg“



Einige Ergänzungen zum Artikel von Michael Pröttel zum Thema Biwakieren in Frankreich: Ja, ein Biwak ist in Frankreich auch in Nationalparks und Naturschutzgebieten im Prinzip erlaubt, aber es gibt gaaanz viele Ausnahmen und Sonderregelungen. Im Allgemeinen gilt: Große Zelte, Campingwagen, Wohnmobile mit Dachzelten usw. sind verboten. Das Biwakieren unter freiem Himmel oder in einem Zelt, in dem man nicht stehen kann, ist maximal zwischen 19 und 9 Uhr erlaubt und nur für eine Nacht am selben Ort. Der Biwakplatz muss mindestens 1 Std. Fußweg innerhalb der Nationalparkgrenze liegen oder von der letzten mit dem Auto erreichbaren Stelle entfernt sein. Feuer ist verboten, kleine Rechauds/Campingkocher sind erlaubt, müssen aber unter ständiger Aufsicht sein.

In der Kernzone des NP Vanoise gilt zusätzlich: Biwakieren ist nur während der Bewirtschaftungszeit (ca. 1.7.–30.9.) für eine Nacht zwischen 19 und 8 Uhr im Umfeld einiger Hütten erlaubt; die Zahl der Zelte oder Biwakierenden ist limitiert.

In der Kernzone des NP Causses et Cévennes (Zentralmassiv) ist Biwakieren mehr oder weniger verboten. Ausnahme: in einer Entfernung von maximal 50 m beiderseits einiger Wanderwege mit der Markierung GR oder GRP zu den o.g. Bedingungen. Im NP Calanques sind Feuer, Rauchen, Biwakieren und Campen verboten.

Beatrix Voigt

### Heft 1/16 „Berg-Partnerschaften“

Ihre letzten beiden »alpinwelt«-Ausgaben haben mich riesig gefreut. Ihr Beitrag „Nacht am Berg/Gipfelbiwak“ hat meinen Spezl so inspiriert, dass er sich – obwohl ich ihm schon oft davon erzählt habe – nun entschlossen hat, heuer mit mir ein Gipfelbiwak zu machen.

Zum Heft „Berg-Partnerschaften“ und speziell zum Beitrag von Fr. Kučera: Bis ca. 1990 hatte ich zwei Partnerschaften, die jeweils an die 10 Jahre dauer-

ten, sich aber aus welchen Gründen auch immer aufgelöst haben. Aber die Erinnerungen bleiben für mich immer bestehen. Unsere derzeitige Partnerschaft oder wie wir sagen: Bergpartie besteht nun schon an die 15 Jahre – wir sind vier Schwager und jedes Jahr für ein paar Tage unterwegs.

Manfred Pock

### „Bergwärts“

Wie immer ist auch das letzte Heft sehr gelungen. Besonders interessant fand ich den Artikel von Herrn Beek über das Karakorum. Ich war dort mal auf Expedition, aber er beschreibt wirklich eine sehr abenteuerliche Tour in einem völlig entlegenen Winkel dieser Welt. Danke und weiterhin alles Gute!

Bernd Tarnosky

Der Michael Beek muss ja ein toller Kerl sein, wenn er schon im zarten Alter von < 11 Jahren an der Nanga-Parbat-Expedition teilgenommen hat und schon mit etwa 15 Jahren eine eigene Agentur in Pakistan gegründet hat. Respekt! :-)

Lilli @ Wolfgang Voepel

### Antwort der Redaktion:

Sie haben natürlich vollkommen recht, dass das nicht ganz stimmen kann! Hier ist uns aus Versehen eine Altersangabe aus dem vorhergehenden Heft nochmal mit reingerutscht. Herr Beek freilich fühlte sich eher geschmeichelt ...

### „Umwelt“

Da Sie sich in der letzten »alpinwelt« vornehmlich mit Eis- u. Alpinklettern, Skihochtouren, Karakorumtrekking und Alpencross mit Rad am Buckel befassen, war ich als älteres Mitglied sehr überrascht, dass Sie sich plötzlich mit dem Isartal beschäftigen. Aber beileibe nicht mit Fußwanderern, sondern mit Trails für Ihre größte Interessengruppe, die Biker. Seinerzeit hat der Isartalverein fürsorglich Wege markiert und gepflegt. Die Markierungen sind nur noch schwer zu finden, Tafeln zerbrochen, aber: Für Biker gibt es nagelneue Schilder. Diese leiten auf geräumte Forstwege, deren Benutzung dem irreführenden Wanderer keinen Spaß macht und ebenso den Bikern nicht! Sie hinterlassen ihre Bazspuren auf den Waldwegen. Mein Rat: Wandern ist wunderschön auf Isar-, Loisach- und Würmwegen, aber nur bei 20 cm Schnee, denn diese sind für Radler aus-

geschildert, und die sind im Winter beim Trekking im Karakorum oder in den Eiswänden.

Edith Voigt

### „Kinder & Jugend“

Diese Ausgabe hat mich an den Ausspruch erinnert: „Mit dem Hintern einreißen, was man vorher mit den Händen aufgebaut hat“. Auf Seite 62 steht ein wohlmeinender Artikel über die Wege des Alpenvereins und sein (lobenswertes) Bemühen um umweltschonendes Verhalten. Auf Seite 50 (im Teil „Kinder & Jugend“) ist als fette Zwischenüberschrift zu lesen: „Ich fahr gern mit Bergstiefeln. Da kostet's nicht so viel Kraft, Vollgas zu geben.“ Und weiter unten im Text: „Und schon ging es mit quietschenden Reifen die Serpentina hinunter. Schließlich sollen wir das Bergsteigen von Grund auf richtig lernen.“ So sagt man mit zwei prägnanten Sätzen der Leserschaft, wie es richtig geht, und hätte sich den langen Artikel auf Seite 62 eigentlich sparen können.

S. Straube

Ich musste mich erst nochmals vergewissern, dass ich keine Autozeitschrift in den Händen hielt! Sind Sie sicher, dass eine Überschrift: „Ich fahr gern mit Bergstiefeln. Da kostet's nicht so viel Kraft, Vollgas zu geben.“ richtig in einer »alpinwelt« und zusätzlich im Bereich „Kinder & Jugend“ platziert ist? Damit nicht genug: Nachdem diese Überschrift noch konkretisiert wird („... mit quietschenden Reifen die Serpentina hinunter. Schließlich sollen wir das Bergsteigen richtig lernen.“) kommt die nächste Überschrift: „Warum pädagogische Fortbildungen auch für Bergführer sinnvoll sind“. Offenbar war es nicht die richtige Fortbildung, oder was meinen Sie?

Michael Lebert

### Tourentipp „Stetinden“, Heft 2/2015

Beim Tourentipp zum norwegischen Stetinden wurde ich ja überrascht. Ein Leser hatte mich um weitere Auskünfte zur Besteigung und Logistik gebeten. Und dann komme ich eines Sonntagabends heim und das Telefon klingelt. Am Apparat besagter Leser. Er stünde jetzt überglücklich wieder am Parkplatz am Tysfjord und feiere soeben die gelungene Besteigung des Stetinden. Das war schon eine schöne Überraschung!

Elisabeth Busko

Text: Elke Senger-Wiechers, Petra Menhardt, Lars Friedel

Wer immer schon davon geträumt hat, einen romantischen Sonnenuntergang in den Bergen zu erleben und anschließend auf einer uralten Selbstversorgerhütte zu übernachten, ist auf der Gründhütte genau richtig. Denn nur knapp 500 Höhenmeter trennen die Hütte vom Gipfel des Hirschbergs – im Sommer wie im Winter ein beliebtes Tourenziel. Wer eine Stirnlampe im Gepäck hat, welche auf einer Selbstversorgerhütte ohnehin nicht fehlen sollte, kann sich eineinhalb Stunden vor Sonnenuntergang von der Hütte auf den Weg machen und die Aussicht genießen. Sie reicht an klaren Tagen bis zum Münchner Olympiaturm im Norden, auf Rofan- und Karwendelgebirge und bis zur Zugspitze im Süden.

Nach dem Abstieg empfangen einen in der kleinen Blockhütte der gemütliche Gastraum und ein kuschliges Lager für zehn Personen. Auf dem Holzherd mit Backrohr in der mit dem nötigen Zubehör ausgestatteten Küche lassen sich allerlei Köstlichkeiten zubereiten. Der Brunnen direkt vor der Hütte versorgt die Besucher mit Wasser, und Kinder freuen sich an heißen Sommertagen über eine willkommene Abkühlung. Ein ganz besonderes Schmankerl ist die nach Süden ausgerichtete Terrasse, auf der es sich nach einem gelungenen Tourtag herrlich in der wärmenden Sonne entspannen lässt. Wenn es dann dunkel wird, versorgen die großen Solarzellen die Hütte mit elektrischem Licht.

In dem Gebiet rund um die kleine Selbstversorgerhütte der Sektion Oberland kommen Bergsportler egal welchen Anspruchs auf ihre Kosten. Neben



Eine von unseren 25 Selbstversorgerhütten

## Die Gründhütte – urige Hütte unterm Hirschberg



Ein ganz besonderes Schmankerl ist die nach Süden ausgerichtete Terrasse.



dem Hirschberg sind Silberkopf und Leonhardstein schöne Tourenziele. Letzterer bietet auch ambitionierten Sportkletterern einige technisch anspruchsvolle, aber gut abgesicherte Routen. Mountainbiker freuen sich über sportliche Trails an Wallberg und Hirschberg und können von Bad Wiessee über den Bauer in der Au auf einer landschaftlich sehr schönen Anfahrtsroute durchs Söllbachtal zur Hütte radeln. Dank der großen Wiese mit vielen Spielmöglichkeiten direkt bei der Hütte und der ungefährlichen Umgebung ist die Gründhütte auch sehr gut für Familien geeignet.

Im Winter ist die auf einer sonnigen Lichtung gelegene Hütte über eine Skipiste in einer Stunde von Scharling/Point aus mit Tourenski erreichbar. Bei ausreichend Schnee und Liftbetrieb gelangt man mit dem Hirschberglift bequem bis direkt vor die Hütte. Das kleine Skigebiet unterhalb der Gründhütte ist für Kinder und Skineulinge im unteren Teil als Übungsgelände gut geeignet, allerdings wird der Hang zur Hütte hin immer steiler – Skianfänger sollten daher weder den steilen Pistenanstieg noch die Fahrt mit dem Schlepplift unterschätzen. Schneeschuhgeher sowie Familien können die Hütte über den etwas flacheren Sommerweg erreichen.

Noch ein Tipp: Wer gerne selbstversorgt und abseits des Trubels von Hütte zu Hütte unterwegs ist, dem sei der fünfeinhalbstündige Übergang zur Blankensteinhütte der Sektion Oberland empfohlen.

Weitere Informationen im Internet unter [www.DAVplus.de/gruendhuette](http://www.DAVplus.de/gruendhuette)

Fotos: 1 Thomas Heike 2-4 Julian Bückers



Regina Sampaio Arizaga  
Servicemitarbeiterin der Sektion Oberland



### Unsere Expertin Regina Sampaio Arizaga

Hüttentour mit dem Bike: Von Kreuth über die Schwarzentennalm und die „Alten Tennen“ hinauf zur Gründhütte. Am nächsten Tag den Hirschbergstrail hinunter, durch die Lange Au hinauf zur Bayerischen Wildalm und über die Blaubeerg-Trails zurück nach Kreuth – oder zur nächsten Hütte ...



Foto: Julian Bückers

Perfekt ausgerüstet für Touren & Trails – erhältlich in unserem

## DAV City-Shop



Maloja-Shirts & Shorts  
ab 54,- €



Erste-Hilfe-Set  
ab 25,95 €

Garmin Oregon 600  
inkl. AV-Karten ab 399,- €



Garmin Bike-Halterung  
ab 11,99 €



Garmin TransAlpin V4  
ab 177,- €



Bike-Handschuhe  
ab 28,90 €



z. B. Alpin-Lehrplan  
Mountainbiken



z. B. AV-Karte BY 13  
„Tegernsee, Hirschberg“

### Tourenführer und Karten leihen!

TIPP: Gut vorbereitet auf MTB-Tour mit Führern & Karten für 0,15 €/Tag!\*



z. B. Tourenführer  
Bayerische Hausberge



z. B. Supertrail Map  
Tegernsee/Schliersee

\* Leihgebühr pro Tag für Mitglieder

Servicestelle am Isartor im Globetrotter \*  
Isartorplatz 8–10, 80331 München  
Tel. 089/29 07 09-0  
service@dav-oberland.de  
DAVplus.de/isartor

Servicestelle am Hauptbahnhof \*  
Bayerstraße 21, 5. OG, Aufgang A  
80335 München  
Tel. 089/55 17 00-0  
service@alpenverein-muenchen.de  
DAVplus.de/hauptbahnhof

Servicestelle am Marienplatz  
im Sporthaus Schuster  
Rosenstraße 1–5, 5. OG, 80331 München,  
Tel. 089/55 17 00-500  
servicemarienplatz@alpenverein-muenchen.de  
DAVplus.de/marienplatz

Servicestelle Gilching im  
DAV Kletter- und Boulderzentrum Gilching  
Frühlingstraße 18, 82205 Gilching  
Tel. 089/55 17 00-680  
service@alpenverein365.de  
DAVplus.de/gilching

\* Servicestelle mit DAV City-Shop

## Jetzt geht's erst richtig los!

**W**er als Bergsteiger oder Bergwanderer in Ruhestand geht, hat auf einmal Zeit, seinem Hobby auch unter der Woche nachzugehen. Doch der Partner hat vielleicht keine Zeit, und nicht jeder wandert gern allein. Dafür gibt es eine Lösung: Gleichgesinnte Berg- und Naturfreunde finden schon seit 1979 bzw. 1982 in der Seniorengruppe der Sektion München und im Seniorenkreis der Sektion Oberland zusammen.

Beide Gruppen bieten unter der Führung versierter Wanderleiter ein umfangreiches und vielseitiges Programm von einfachen Wanderungen im S-Bahn-Bereich bis zu anspruchsvollen Bergwanderungen, Radtouren oder auch kulturelle Exkursionen, im

- 1 Wildseeloder, Kitzbüheler Alpen  
2 Es gibt kein schlechtes Wetter ...

### Die Einkehr in einer Hütte oder zu Kaffee und Kuchen nach der Tour im Tal ist obligatorisch.

Winter Pistenlauf, Langlauf und Winterwanderungen – ohne langfristige Vorplanung für die Teilnehmer oder langes Herumfragen, wer mitgeht.

Die Mitglieder (meist „Unruheständler“) im Alter von „55 plus“ haben für Aktivitäten unter der Woche Zeit. Sie lieben die Bewegung in der Natur und schätzen Humor und Kameradschaft in der Gruppe. Zum Ausgangspunkt der Touren geht es per Bahn oder in Fahrgemeinschaften. Die Einkehr in einer Hütte oder zu Kaf-



fee und Kuchen nach der Tour im Tal ist obligatorisch.

Aber nicht nur Tagestouren werden gemeinsam unternommen, auch Mehrtagestouren im Alpenraum oder im Mittelgebirge werden organisiert. Und einmal im Monat treffen sich die Gruppen zur Kontaktpflege und Tourenbesprechung – die Seniorengruppe der Sektion München jeweils am 1. Montag, der Seniorenkreis der Sektion Oberland am 2. Dienstag in einer Münchner Gaststätte. Darüber hinaus gibt es Gemeinschaftsveranstaltungen – bei den Münchnern gut besuchte Frühjahrs- und Adventssingen und eine alljährliche Andechs-Wanderung, bei den Oberländern Fischessen nach dem Fasching, Grillfest und Törggelen auf dem Oberländerhof Haunleiten sowie Kaffeetreffs im Kriechbaumhof. Plus-Mitglieder beider Sektionen sind herzlich willkommen! Programme, Teilnahmebedingungen und Tourenberichte gibt's im Internet unter [www.DAVplus.de/seniorengruppe](http://www.DAVplus.de/seniorengruppe) bzw. [/seniorenkreis](http://www.DAVplus.de/seniorenkreis), und Fragen beantworten die Gruppenleiter gerne auch telefonisch.

Ilse Distler (O),  
Manfred Kleeberger (M)



## † Brigitte Deymel



### Die Sektion Oberland und die Gruppe Prag trauern um Brigitte „Gitta“ Deymel.

Sie wurde vor 89 Jahren in Prag geboren und nach dem Krieg nach Bayern vertrieben. Ihrer

Heimat noch immer stark verbunden, trat sie 1973 in die Sektion Prag ein, eine der Gründersektionen des Deutschen Alpenvereins. Sehr bald engagierte sie sich dort auch ehrenamtlich als Schriftführerin. Als die Sektion Prag die immer höheren Kosten ihrer Hütten bei gleichzeitig zurückgehender Mitgliederzahl nicht mehr stemmen konnte, musste sie sich Anfang der 90er-Jahre auflösen und als Untergruppe Unterschlupf bei der damals

finanzstarken Sektion Oberland suchen. Nachdem der damalige Leiter der Gruppe der Prager genau einen Tag vor der Einweihung der neuen Stüdlhütte 1997 gestorben war, übernahm seine Stellvertreterin Gitta Deymel in diesen sehr bewegten Zeiten den Vorsitz, den sie fast 16 Jahre lang bis 2013 innehatte. Sie hat sich persönlich sehr um die einzelnen, meist älteren Mitglieder gekümmert – mehr, als man erwarten kann. Unsere Mitarbeiter in der Servicestelle hat sie bei ihren regelmäßigen Besuchen stets mit einer Blume, alle paar Wochen sogar mit einem Kuchen erfreut. Als aktives Beiratsmitglied hat sie die Sektion Oberland in guten wie in schlechten Zeiten immer loyal unterstützt. Für all ihre Verdienste haben wir ihr 2007 die sehr selten vergebene Ehrenmedaille der Sektion Oberland verliehen. Später wurde sie außerdem in den Ehrenrat berufen.

Gitta war eine allseits hochgeschätzte Persönlichkeit, die sich immer und von Herzen für die Prager engagiert hat. Wir werden Gitta Deymel stets ein ehrendes Andenken bewahren, denn wir verlieren mit ihr nicht nur ein besonders aktives Mitglied mit großem Engagement für unsere Gemeinschaft, sondern auch einen sehr liebenswerten Menschen.

Dr. Walter Treibel,  
1. Vorsitzender der Sektion Oberland

### Ältestes Mitglied verstorben



**Hermann Buchberger**, über 80 Jahre lang treues Mitglied der Sektion Oberland, ist am 12.01.2016 zwei Tage vor seinem 104. Geburtstag gestorben.

Fotos: 1 Christine Gangl 2 Heinrich Rößler 3 Markus Zinner 4 Privat

**PARAMO**  
DIRECTIONAL CLOTHING

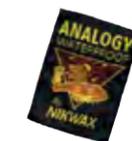


#### Men's Quito Jacket

- Reduziertes Gewicht
- 
- Große Ventilationsmöglichkeiten
- 
- Weiches Tragegefühl

## Extend your comfort zone

Der bewährte, PFC-freie Allwetterschutz von Paramo wird jetzt leichter. Das Quito Jacket aus dem neuen



Nikwax Analogy® Light Material verspricht einzigartigen Tragekomfort und optimales Körperklima, damit Sie über Ihre Grenzen hinausgehen können - egal bei welcher Outdoor-Aktivität.



Erfahren Sie mehr auf [paramo-clothing.de/alpinwelt](http://paramo-clothing.de/alpinwelt)

## Nepal-Trekking wieder heiß begehrt

Zusatztermine im Oktober – Sonderangebote „Visit Nepal“ in den Wintermonaten



Ob Annapurna- oder Everest-Gebiet: Die Trekkingreisen des DAV Summit Club in Nepal liegen im Trend. Besonders begehrt ist das Komfort-Trekking zum Sherpa-Kloster Tengpoche, wobei der Schlafsack zu Hause bleibt. Aber auch die einfacheren Lodge-Trekking-Reisen mit Unterkunft in einheimischen Gasthäusern erfreuen sich großer Beliebtheit. Die Leitung übernimmt immer ein vom DAV Summit Club ausgebildeter Kultur- und Bergwanderführer. Modernstes Sicherheitsequipment ist garantiert.

Weitere Informationen: [www.dav-summit-club.de/reiseziele/asien/nepal](http://www.dav-summit-club.de/reiseziele/asien/nepal), Persönliche Beratung: 089 64240196



Der steigenden Nachfrage begegnet der DAV Summit Club jetzt mit zusätzlichen Terminen im Oktober. Hierzu gehören die Annapurna- und die Manaslu-Runde ebenso wie ein Lodge-Trekking ins Everest-Basislager oder mit Bergführer zum Sechstausender Island Peak. Unter dem Motto „Visit Nepal“ werden in den Wintermonaten mehrere Trekkingreisen zu Vorzugspreisen angeboten. Die dreiwöchige Annapurna-Runde ist dann inklusive Flug ab Frankfurt schon für € 2.222,- zu haben.

## Winterbiwak-Touren mit Mountain Equipment

„Toll finde ich, dass es uns der DAV und Mountain Equipment durch die Leihrüstung überhaupt erst ermöglicht haben, so etwas mitzumachen.“

Im diesjährigen Winterprogramm der Sektionen München & Oberland fanden zwei Biwaktouren statt, die von Mountain Equipment unterstützt wurden. Einmal ging es auf Schneeschuhtour, einmal auf Skitour – gemeinsam war dabei die Nacht draußen im winterlichen Gebirge! Damit die Teilnehmer eine gemütliche Nacht verbringen konnten, wurden sie von Mountain Equipment kostenlos mit Testmaterial ausgestattet. „Die Ausrüstung selbst war perfekt. Superwarme

Schlafsäcke und dicke Isomatten. [...] Darin konnte ich wunderbar schlafen. Dazu die Gaskocher mit Wintergas, mit denen der Schnee ruckzuck geschmolzen war“, berichtete hinterher der begeisterte Andreas. Die zunächst skeptischen Gruppen wurden positiv überrascht: „Ich hatte es mir vorher ziemlich kalt und abenteuerlich vorgestellt. In Wahrheit war es zwar abenteuerlich, aber auch erstaunlich gemütlich.“ Das gute Wetter machte schon die Aufstiege zu einem tollen Bergerlebnis. Dann begannen die Teilnehmer unter Anleitung der Tourenleiter einen optimalen Standort für das Biwak zu suchen und die Schneehöhlen zu bauen, was ziemlich anstrengend war. „Wie herrlich kuschelig es darin ist, glauben einem die wenigsten Leute. Da kann man nur Mut zum Ausprobieren zusprechen“, meinte Teilnehmerin Moni. Alle haben in den dicken Schlafsäcken und auf den Isomatten gut geschlafen und waren so fit genug, am nächsten Morgen weiter durch den Schnee zu ziehen. „Sehr schön war es auch, morgens zum Sonnenaufgang in der Schneehöhle aufzuwachen und mit der Gruppe ganz allein am Berg zu sein. Die Stille und die Stimmung waren perfekt!“, schwärmt Andreas, der sich sicher stellvertretend für alle Teilnehmer bedankt: „Toll finde ich, dass es uns der DAV und Mountain Equipment durch die Leihrüstung überhaupt erst ermöglicht haben, so etwas mitzumachen.“ Fazit: zwei gelungene Touren, die es wert sind, wiederholt zu werden!



Fotos: Johannes Obermaier, Christian Schwietz

17. - 20. SEPTEMBER 2016



ZUGSPITZE, GERMANY

## HANWAG ALPINE EXPERIENCE

EXPLORE GERMANY'S HIGHEST MOUNTAIN  
1 GIPFEL // 4 ROUTEN



BEWIRB  
DICH JETZT

WWW.HANWAG.COM



OUTDOOR FOOTWEAR  
SINCE 1921

## Das Sellraintal – Bergsteigerdörfer mit vielen Attributen

Nur 20 Dörfer in Österreich dürfen das Prädikat „Bergsteigerdorf“ tragen. Darunter befinden sich die knapp 20 bis 30 Kilometer von Innsbruck entfernten Feriendörfer Sellrain, Gries im Sellrain und St. Sigmund-Praxmar. **INNS' BRUCK**

**Das Sellraintal in den Stubaier Alpen** wird von unzähligen markierten Wegen und Steigen durchzogen. Hier genießt man ausgedehnte Wanderungen, Familienwanderpfade, Wildbeobachtungen und Gipfelsiege. Neben erlebnisreichen Tageswanderungen und anspruchsvollen Bergtouren sind besonders mehrtägige Rundtouren oder Höhenwanderungen von Hütte zu Hütte zu empfehlen – so kommt man den Menschen, der Natur und der traditionellen Hüttenwirtschaft besonders nah. Denn die Bergsteigerdörfer liegen bereits mitten in den schönsten Gipfelwelten – auf über 1.200 bis 1.500 Metern Höhe!

**Der schluchtähnliche Eingang** in das Sellraintal lässt anfangs noch wenig erahnen, dass sich dieses Hochtal ab der Gemeinde Sellrain langsam weitet und die Blicke erstmals auf eine imposante Bergszenerie der Stubaier Alpen freigibt. Vom Haupttal dringen mit dem Fotschertal, dem Lisensertal, dem Gleirschtal und dem Kraspestal vier tief eingeschnittene und von steilen Bergflanken geprägte Täler tief in den Süden und somit in das Herz der Stubaier Alpen vor, wobei die wunderschönen Talschlüsse mit weit ausladenden, vom Gletscher geformten Karen, türkisfarbenen Gletscherseen und von den weißen Gletscherfirnen umflossenen steilaufragenden Gipfeln einen unvergesslichen Kontrast in die wilden Berglandschaften zeichnen.

**Es ist aber nicht nur die dominierende Bergwelt**, die die Menschen in ihren Bann zieht, es ist vor allem auch die Authentizität und Bodenständigkeit der Orte Sellrain, Gries im Sellrain mit dem Weiler Juifenau sowie St. Sigmund mit den Weilern Praxmar, Lüsens und Haggen. In den kleinen Orten und Weilern mit ihren traditionellen Gasthöfen und einem funktionierenden sanften Tourismus spielt auch die Berglandwirtschaft immer noch eine wichtige Rolle, und prägt in den Sommermonaten das Landschaftsbild mit den schon selten gewordenen Stanggen.

**Dass das Sellraintal mit seinen Seitentälern** bis heute so ursprünglich geblieben ist, liegt wohl daran, dass die Menschen durch ihre tiefe Verbundenheit mit diesem Tal schon sehr früh den Wert ihrer Landschaft erkannt und geplante Erschließungsprojekte abgelehnt haben. Seit 1983 sind die Berglandschaften ein Teil des 352 km<sup>2</sup> großen Ruhegebietes Stubaier Alpen sowie des 77,7 km<sup>2</sup> großen Ruhegebietes Kalkkögel.

**„Bergsteigerdorf“ sein bedeutet:** alpiner Charakter, ursprüngliches Ortsbild, archaischer Charme – und damit Regeneration, Naturbelassenheit und Erdung. Hier darf Natur einfach Natur sein. Und die Besucher schätzen genau das.



**Mit günstigen Pauschalen das Sellraintal erwandern und erleben: Sellrainer Bergsteigerdörfer Wanderwoche**

**7 Nächte inklusive Frühstück ab 182,- Euro p.P.**  
gültig in der Zeit von 02.07. bis 09.07. und 27.08. bis 03.09.2016  
inkl. Willkommensmappe, Buch Alpinesgeschichte Sellraintal, geführte Wanderungen, ausgearbeitete Wandervorschläge, Tiroler Abend

**Hirschbrunft im Sellraintal**  
**4 Übernachtungen inklusive Frühstück ab 112,- Euro p.P.**

gültig in der Zeit von 29.09. bis 03.10.2016  
inkl. Hirschbrunft erleben, Grüner Abend, Morgenpirsch und naturkundliche Wanderung, Jägerschießen oder Fischen, Leihferngläser der Firma Swarovski Optik während Ihres Aufenthalts



**Kontaktadresse:**

Regionsbüro Kühtai – Sellraintal, Gries 17, A-6182 Gries im Sellrain, Tel. +43 5236 / 224, E-Mail: gries@innsbruck.info, www.sellraintal.at

## Salzburger Sportwelt – Tritt in die Pedale

**Verlassene Talschlüsse, abgelegene Almen** und idyllische Berggipfel. Knackige Serpentin, herrliche Aussichten und zünftige Brettljausen. Geselligkeit, Gaudi und High Society. Was zunächst ein wenig widersprüchlich klingen mag, wird in der Salzburger Sportwelt zu einer einzigartigen Kombination für Biker, die auf sportliche Hochspannung und eine geballte Ladung Unterhaltung stehen.



**1.500 Kilometer Bikestrecken**, von den leichten Genuss- und Familienrunden mit wenig Höhenmetern und kaum Ansprüchen an die Fahrtechnik bis zu den herausfordernden, schweren Touren, die auf über 2.000 Meter führen, ziehen sich durch die Orte der Salzburger Sportwelt. Von Filzmoos im Westen über Radstadt, Altenmarkt-Zauchensee, Flachau, Eben, Wagrain-Kleinarl und St. Johann-Alpendorf im Osten ist ein Siegerlächeln vorprogrammiert.

**Dank der abwechslungsreichen Touren** ist der perfekte Biketag in der Salzburger Sportwelt ganz leicht zu planen. Für Biker, die stets auf der Suche nach neuen Herausforderungen sind und längere Anstiege lieben, um sich so richtig auszupowern, ist die Ganztagestour zum Oberhüttensee genau richtig. Wer es lieber etwas gemütlicher angehen will, wählt die Tour zum Sattelbauer, eine leichte Mountainbike-Tour mit atemraubendem Ausblick auf das Dachstein-Massiv und die umliegende Bergwelt, die auch ideal für eine Ausfahrt mit dem eMountainbike ist. Die Küche der Wirtin und die Witze von Wirt Leo sorgen für eine gesellige Einkehr und jede Menge Gaudi beim Sattelbauer. Für die „wilden Biker“ bietet der Bikepark Wagrain, ein riesiger Spielplatz für Freerider und Downhill-Biker, einen gelunge-



nen Mix aus Trails und Obstacles. Highlights wie Slopestyles, Singletracks und North Shore Trails sorgen für Abwechslung und Action im Urlaub.

**Die jährliche Bike Night Flachau ist Pflichttermin** in der Region. Selten findet man wo-

anders diese gelungene Kombination aus Sport und Society. Kaum ein anderes Mountainbike-Rennen in Österreich kann mit einer derart hohen Promidichte glänzen und verbindet so gekonnt Biken, Sport und Bergwelt mit cooler Partystimmung. Einzigartig in Österreich!

Weitere Informationen unter

- Salzburger Sportwelt [www.salzburgersportwelt.com](http://www.salzburgersportwelt.com)
- Funsport- & Bikehotel Tauernhof Flachau [www.tauernhof.at](http://www.tauernhof.at)
- Alpines Gourmet Hotel Montanara [www.montanara.com](http://www.montanara.com)

**Infos zur Bike Night Flachau (13. – 14.08.2016) unter → [www.bike-night.at](http://www.bike-night.at)**



**ALPHA BIKES & SPORTS**  
Ingotstädter Str. 107, 80939 München  
Tel. 089/35 06 18 18, Fax 089/35 06 18 19



**Globetrotter.de**  
Ausrüstung  
Isartorplatz 8-10, 80331 München  
Telefon: 089 / 444 555 7-0  
shop-muenchen@globetrotter.de



**KIKO SPORT**  
VERKAUF SERVICE BERATUNG  
Fürstenrieder Str. 206, 81377 München  
Tel. 089/714 36 59  
www.radkiko.de



**smartino**  
berg . sport . outdoor  
funktionelles.de  
Bayrischzell Str. 11, neben Styrn-Destillerei  
83727 Schliersee / Neuhaus  
Mo-Sa 9-18 Uhr



**schuster**  
Rosenstr. 1-5, 80331 München  
Tel. 089/237 07-0  
Fax 089/237 07-429  
www.sport-schuster.de



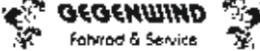
**2wheel**  
BICYCLES  
VERKAUF & REPARATUR  
Landsbergerstraße 234 | 80687 München  
Tel.: 089 / 512 618 02 | www.2-wheel.de



**BIKESCHMIEDE MÜNCHEN**  
St.-Anna-Str. 18, 80538 München  
www.bikeschmiede.de



**STATT AUTO**  
CARSHARING - MÜNCHEN  
Spezialumfeld Online  
Tel. 089/202 05 70  
www.stattauto-muenchen.de



**GEGENWIND**  
Fahrad & Service  
Thalkirchnerstr. 145, Ecke Brudermühlstraße  
Tel. 089/723 28 60, Fax 089/723 28 10



**Schuhmacher Ewald Bauch**  
www.ewald-bauch.de  
Der Spezialist für Kletter- und Bergschuhbesohlung sowie orthopädische Schuheinlagen  
81539 München Bayrischzellstr. 2  
Telefon (089) 89 28 35 0



**WÖRLE.OPTIK**  
SehkraftCentrum München  
Augustenstraße 6  
80333 München  
Tel. 089/55 22 43-0  
www.worle.de



**Fahrrad ZIMMERMANN**  
Filiale Trudering, Hafelhofweg 6, 81825 München  
Tel.: 089/426221, Fax.: 089/425607  
Filiale Unterschleißheim, Carl-v.-Linde-Str. 28,  
85716 Unterschleißheim Tel. 089/310 95 07  
www.fahrrad-zimmermann.de



**SEBIS**  
SEBIS-SPORT.DE  
Landsberger Str. 62, 82205 Gilching  
Tel. 08105/77 58 77  
info@sebis-sport.de



**INTERSPORT SPORT PETER**  
In der Fußgängerzone,  
83646 Bad Tölz  
Tel. 08041/87 68



**NLP STATION MÜNCHEN**  
Gaißbacher Str. 18, 81371 München  
Tel. 089/76 77 66 66  
muenchen@nlpstation.com



**Bergfreunde kennen GEOBUCH**  
Rosental 6, 80331 München,  
Tel. 089/26 50 30, Fax 26 37 13



**KLETT- und HOCHTOURENECKE**  
Ihr Bergsportladen seit 1978  
Wörther Straße 1  
82380 Peißenberg  
Tel. 08803/488 58-48,  
Fax 08803/488 58-71  
bergsport@web.de



**SportScheck**  
Neuhauser Str. 19-21, 80331 München  
Tel. 089/21 66-1219  
www.sportscheck.com



**2-rad**  
Georgenstraße 39, 80799 München  
Tel. 089/271 63 83  
Geöffnet tägl. 9:00-19:00 Uhr  
Sa 9:00-14:00 Uhr



**SALEWAWORLD**  
SALEWA  
Tel. 21 | 80331 München  
+49 (0) 89 / 23 23 61 90  
www.bergzeit.de  
Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 19.00



**Radsport Ullmann**  
Blutenburgstr. 122  
80634 München, Tel. 089/168 80 88  
info@radsport-ullmann.de



**Bergsporthütte**  
Pfadergasse 1, 86150 Augsburg  
Tel. 0821/15 27 77, Fax 0821/31 48 97  
www.bergsporthuette.de



**griesbeck**  
ZWEIRÄDER  
Lerchenfeldstr. 11, 80538 München  
Tel. 089/22 41 13, Fax 089/22 56 26  
www.fahrrad-griesbeck.de



**LAUCHE & MAAS**  
Alte Allee 28  
81245 München/Pasing  
Tel. 089/88 07 05



**Velo**  
am Ostbahnhof  
Weißburger Str. 44, 81667 München  
Tel. 089/448 49 79, Fax 089/447 04 16  
www.velo-muenchen.de



**RADLMARKT**  
Paul & Sailer GmbH  
Chiemgaustr. 142, 81549 München  
Tel. 089/68 43 98  
Nymphenburgerstr. 24, 80335 München  
089/123 54 44  
www.radlmarkt.de



**INTERSPORT UTZINGER**  
Egerlandstr. 56, 82538 Geretsried  
Tel. 08171/620 40



**Samberger**  
stuetzpunkt für gesundes Laufen, Gehen und Stehen!  
Landsberger Str. 209 | Tel. 089-517777-0  
www.wanderfreude24.de



**bitti**  
UNSER HERZ SCHLÄGT FÜR SPORT  
Georg-Reismüller-Str. 5, München-Allach  
Fürstenrieder Str. 18, München-Laim  
Kurt-Huber-Ring 5, Fürstenfeldbruck  
sport-bitti.de



**Jack Wolfskin STORE**  
Tal 34, 80331 München  
Tel. 089/22 80 16 84



**munich-bikes**  
and more...  
Dachauer Str. 340  
80993 München  
Tel.: 089 / 141 41 21  
Fax: 089 / 141 41 25  
www.munich-bikes.de



**INTERSPORT HAINDL**  
Bahnhofstr. 22, 82152 Planegg  
Römerstr. 13, 82205 Gilching  
Tel. 089/850 15 81 089/859 85 81, 08105/4400  
www.intersport-haindl.de



**SKI + BIKE**  
Häberlstr. 23, 80337 München  
Tel. 089/53 10 47



**THE NORTH FACE**  
NEVER STOP EXPLORING!  
Sendlinger Str. 11, 80331 München  
Tel. 089/23 70 24 68  
tnfstore\_munich@vfc.com



**SUMMIT**  
Bergreisen weltweit  
dav-summit-club.de  
Am Perlacher Forst 186, 81545 München  
Tel. 089/642 40-0, Fax 089/642 40-100



**alpenkind**  
Oberanger 40/42, 80331 München  
www.alpenkind-muenchen.de



**KARSTADT Sport**  
Karlstor, Neuhauser Str. 18  
80331 München  
Tel. 089/29 02-30  
Fax 089/29 02-33 00



**Outdoorschuhe**  
Kapuzinerplatz 1, 80337 München  
Tel. 089/74 66 57 55  
Fax 089/74 66 57 54



**Sport Sperrk**  
Isar-Center, Daimlerstr. 1, 85211 Ottobrunn,  
Tel. 089/609 79 23  
PEP, Thomas-Dehler-Str., 81737 München,  
Tel. 089/637 14 38  
OEZ, Riesstr. 59, 80993 München, Tel. 089/140 70 60  
www.sport-sperk.de



**INTERSPORT REISER**  
Bürgermeister-Finsterwalder-Ring 3  
82515 Wolfraatshausen  
Tel. 08171/781 56, Fax 08171/99 76 84  
www.intersport-reiser.de



**RADLMARKT**  
Untere Bahnhofstr. 53a, 82110 Germering  
Tel. 089/89 42 89 00



**SPORT 2000 SPORTHaus isartal**  
IM SPORT DAHOAM  
Tel. 08171/408015  
Föhrenwaldstraße 2 82515 Wolfraatshausen



**Därr**  
Alles für Entschleunigen  
Schertlinstr. 17, D-81379 München  
Tel. 089/28 20 32



**WANDER WASTL**  
www.wanderwastl.de  
Outdoor Vergnügen mit dem besten Freund des Menschen.  
Herzvergnügen, Trekking und Wanderausrüstung  
für die ganze Familie



**PRO RAD**  
Fäustlestr. 7, 80339 München  
Tel. 089/502 99 00, Fax 089/502 99 10  
www.pro-rad.de



**VERTIKAL-SHOP**  
Wangener Weg 9, 82069 Hohenschäftlarn  
Tel. 08178/95 50 12, Fax 08178/95 50 11  
www.vertikal-shop.de



**RADHAUS STARNBERG**  
Hauptstr. 6, 82319 Starnberg  
Tel. 08151/167 14  
Baierplatz 2, 82131 Stockdorf, Tel. 089/89 74 49 49  
www.radhaus-starnberg.de



**CONRAD**  
WIR RÜSTEN SIE AUS  
SPORT  
82377 Penzberg • 82407 Wielenbach  
82418 Murnau • 82467 Garmisch-P.



**ausrustungslager.de**  
jdav



**DANIEL'S FACH SPORT**  
Lochhauser Str. 33, 82178 Puchheim  
Tel. 089/89 02 67 27  
www.daniels-fachsport.de



**INTERSPORT Becke**  
Pucher Str. 7, 82256 Fürstenfeldbruck  
Tel. 08141/188 88  
www.sport-becke.de



**radschlag X**  
Einsfeinstr. 48 Fon 089/47 98 46  
81675 München info@radschlag-x.de



**wild mountain**  
wildwasser telemark bergsport



**BIKE IT**  
Bahnhofstr. 1, 82319 Starnberg  
Tel. 08151/74 64 30



**RADL-WELT**  
Landsberger Str. 42  
80687 München  
Tel. 089 23 69 82 83  
Tel. 089 21 82 82 84  
www.radl-welt.de

**Wollen auch Sie Partner der Sektionen München & Oberland werden?**  
Tel. 089 551700-0



**RADSPORT LANG**  
Radsport Lang GmbH  
Flößmannstraße 20, 85560 Ebersberg  
Tel. +49 (0) 8092 861-666, Fax. -667  
info@radsportlang.de, www.radsportlang.de



**RABE BIKE**  
EINFACH GUTE RÄDER  
RABE Bike - jetzt 5x in Bayern  
www.rabe-bike.de



**sauter**  
Foto Video Media  
Sonnenstr. 26, 80331 München  
Tel. 089/55 15 04-0, Fax -53



**www.raddiscount.de**  
Aidenbachstr. 116  
81379 München  
Tel. 089/724 23 51  
Trappentreustr. 10  
80339 München  
Tel. 089/50 62 85



**ALPINSPORT**  
BERATUNG • VERKAUF • SERVICE  
SKI/SNOWBOARD VERLEIH  
Röntgenstr. 1a, 82152 Martinsried  
Tel. 089/856 23 79



**skinfit**  
SIMPLY MULTISPORT.  
Skinfit Shop München, Implerstr. 7  
81371 München, Tel. 089/89 99 88 65  
skinfit.muenchen@skinfit.eu



**DAV**  
Deutscher Alpenverein  
München & Oberland

Impressum

**alpinwelt**  
Das Bergmagazin für München und Oberland  
Mitgliederzeitschrift der Sektionen München und Oberland  
www.alpinwelt.de

**Inhaber und Herausgeber:**  
Sektion München des Deutschen Alpenvereins e. V.  
Bayerstraße 21, 80335 München  
Tel. +49 89 551700-0, Fax +49 89 551700-99  
service@alpinverein-muenchen.de  
und  
Sektion Oberland des Deutschen Alpenvereins e. V.  
Tal 42, 80331 München  
Tel. 049 89 290709-0, Fax +49 89 290709-515  
service@dav-oberland.de  
www.DAVplus.de

**Chefredakteur (verantwortlich):**  
Frank Martin Siefarth -fms  
Redaktionsbüro DIE WORTSTATT  
Herzogstraße 88, 80796 München  
Tel. +49 89 45249735, Fax +49 89 45249734  
redaktion@alpinwelt.de

**Redaktion:**  
Joachim Burghardt -jb, Jutta Siefarth -js, Werkstu-  
denten: Kevin Galow -kg, Anna Würfl -aw, Sekti-  
ongeschehen München: Patricia Ebenberger,  
Sektionsgeschehen Oberland: Tanja Heidtmann

**Jugendredaktion:**  
Berthold Fischer, Stephanie Gronau  
**Redaktionsbeirat:**  
Peter Dill, Harry Dobner, Berthold Fischer, Dr. Ines  
Gnettner, Stephanie Gronau, Herbert Konnerth,  
Andi Mohr, Reinolf Reisinger

**Mitarbeiter dieser Ausgabe:**  
Tom Dauer, Peter Dill, Lars Friedel, Gaby Funk,  
Dr. Ines Gnettner, Alois Herzig, Axel Jentzsch-Rabl,  
Petra Menhardt, Christian Rauch, Andreas Roth,  
Elke Senger-Wiechers, Jürgen Siegarth, Maxi-  
milian Witting

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser,  
nicht unbedingt die der Redaktion wieder. Nach-  
druck nur mit Genehmigung der Sektionen Mün-  
chen und Oberland gestattet. Für Richtigkeit und  
Vollständigkeit aller Angaben wird keine Gewähr  
übernommen.

**Anzeigenmarketing:**  
MediaAgentur Doris Tegethoff  
Anzeigenleitung: Doris Tegethoff (verantwortlich)  
Am Kirchenhölzl 14, 82166 Gräfelfing  
Tel. +49 89 74689906, Fax +49 89 72959778  
info@agentur-tegethoff.de  
Anzeigenpreisliste Nr. 17 (ab 01.01.2016)

**Konzeption, Gestaltung, Produktion:**  
Agentur Brauer GmbH, München

**Kartografie:**  
Rolle Kartografie, Holzkirchen

**Litho:**  
Teipel & Partner, München

**Druck und Verarbeitung:**  
Mayr Miesbach GmbH, Miesbach

**Auflage:** 102.000

**Erscheinungsweise:**  
Viermal jährlich plus 1 Veranstaltungsprogramm-  
Sondernummer pro Jahr.  
Die Bezugsgebühr ist für Mitglieder der Sektionen  
München und Oberland im Mitgliedsbeitrag  
enthalten.

Heft 3/2016 erscheint am 22.08.2016  
Redaktionsschluss: 24.06.2016

## Alpen-Profi: der neue ARC'TERYX Hochtourenstiefel

**Dicht und warm wie ein Hartschalen-Expeditionstiefel, bequem wie ein Bergschuh:** ARC'TERYX stellt mit dem Acrux AR GTX einen alpinen Gamaschen-Stiefel neuer Generation vor. Mit seinem geringen Gewicht von unter 1.000 Gramm ist er der perfekte Schuh für Hochtouren in den Alpen!

Der Acrux AR GTX Alpine Boot ist ein Liner-Boot mit Gore-Tex® Gamasche und herausnehmbarem Gore-Tex®-Innenschuh, spezialisiert auf technische Routen in Eis, Schnee und Fels. Die Gamasche ist aus dreilagigem Gore-Tex®, mit TPU-Film verstärkt. Dank der verstärkten Sohle ist der herausnehmbare Liner aus 4 mm-Polyäthylen und Gore-Tex® auch als Hüttenschuh zu tragen. Die robuste Sohlenkonstruktion des Acrux AR GTX Alpine Boot bietet viel Performance: Die leichte EVA-Mittelsohle wird durch TPU-Zehen- und Fersenelemente umschlossen. Eine Karbonfaser-Lage mit Zonen aus geschäumtem PU sorgt für Steifigkeit, Wärmeisolation und Dämpfung.

Der neue Acrux AR GTX Alpinistiefel ist leicht, robust und wasserdicht – und damit ideal gebaut für alpines Bergsteigen, Eis- und Mixed-Routen, UVP: 600 Euro.



## Gib Dir fünf: 24h Trophy erweitert Programm

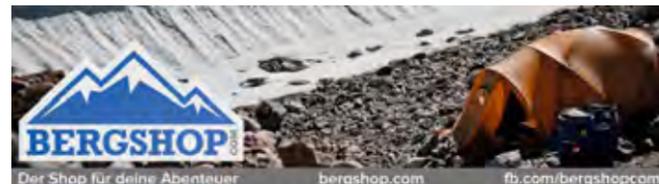
**Tegernsee-Schliersee:** Wandern ohne Limit heißt es ab Mai bei der zweiten 24h Trophy. Vom Watzmann bis zum Brocken schnüren vorerst fünf deutsche Wander-Regionen die Rundum-Sorglos-Pakete mit bewährten und neuen atem(beraubenden) Langzeitrouten. Ghefreudige Gäste finden auf einer Gesamtstrecke von mehr als 300 Kilometern und über 12.000 Höhenmetern echte Herausforderungen. „Dabei sind die Leistungsparameter weniger entscheidend als das unbeschwertere Naturerlebnis in unterschiedlichen Landschaften und Lichtverhältnissen“, weiß Veranstalter Toni Grassl. Neben Baiersbrunn (10.-12. Juni), Berchtesgadener Land (1.-3. Juli) und Oberstaufen (22.-24. Juli) sind 2016 erstmals auch die Alpenregion Tegernsee-Schliersee (27.-29. Mai) und Wernigerode im Harz (5.-7. August) mit im Programm. Das Paket „Trophy-König“ ist mit drei 24h-Wanderungen in frei wählbaren Destinationen komplett für 299 Euro buchbar, inklusive Streckenplanung, erfahrenen Begleitern, Getränken, Stärkungen und weiteren Extras. Die Teilnahme an einer einzelnen 24h-Etappe kostet 119 Euro. Für alle, die erst ins Langzeit-Wandern einsteigen möchten, bieten die Regionen jeweils 12h-Pendants an, die einzeln für 79 Euro, im Trio für 209 Euro erlebbar werden.



Infos und Preise unter [www.24h-trophy.de](http://www.24h-trophy.de)

**Bergans**  
OF NORWAY

HIGH QUALITY OUTDOOR EQUIPMENT SINCE 1908



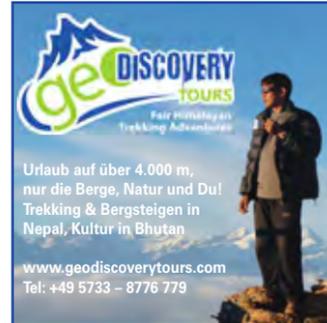
Funktionsbekleidung und Ausrüstung

fürs Extreme **xtrym.de**

[www.xtrym.de](http://www.xtrym.de) | [info@xtrym.de](mailto:info@xtrym.de) | +49 (0)6207 470 89 09

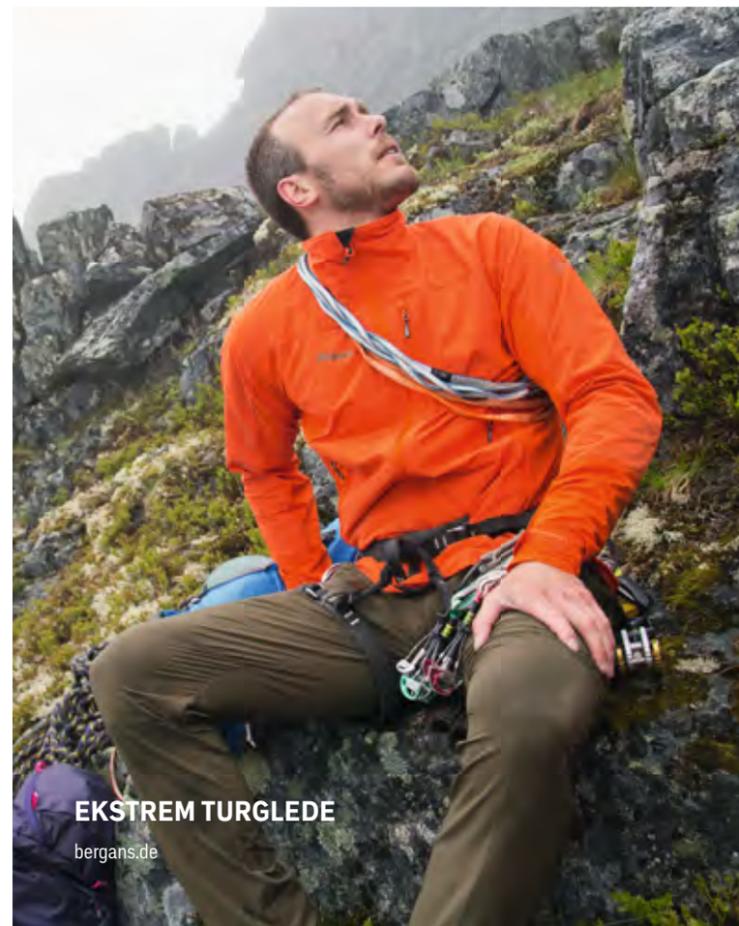


Berhütten Österreich  
[www.berghuetten.com](http://www.berghuetten.com)



Hochtouren	Skitouren
Klettern	Freeriden
Klettersteig	Eisklettern
Trekking	Schneeschi-
Bergreisen	wandern
Heliskiing	Kurse und
	Führungen

Wandern mit den Profis!  
150 Touren in den Alpen  
[alpenschule-oberstdorf.de](http://alpenschule-oberstdorf.de)



EKSTREM TURGLEDE  
bergans.de

Slingsby

Von der Geschichte inspiriert – für moderne Bergsportler entwickelt

SKITOUR & BERGSPO

Slingsby, unsere Produktreihe für Skitourengänger und Alpinisten, wurde in enger Zusammenarbeit mit professionellen Bergführern entwickelt. Sie zeichnet sich durch geringes Gewicht und den Verzicht auf jegliche unnötige oder gar störende Ausstattungsdetails bei gleichzeitiger Wahrung der Funktionalität aus.



Torfinnstind Jacket



Torfinnstind Pants



Istinden 18 L

Unsere gesamte Kollektion finden Sie unter [bergans.de](http://bergans.de)





## Alpe-Adria-Trail: Wandern im Garten Eden.

Vom Gletscher bis zum Meer auf einem einzigartigen Weitwanderweg, der Ihnen eine der schönsten und vielfältigsten Landschaften der Erde eröffnet: Den Alpen-Adria-Raum! Wo auf 750 km drei Kulturen zu einem einzigartigen Wandererlebnis verschmelzen. Bei geselligen Gastgebern die köstliche Alpen-Adria-Küche genießen und sich ausruhen für die nächste Etappe. Ganz ohne Ballast des Alltages. Denn darum kümmert sich das Alpe-Adria-Trail-Buchungszentrum.