

3/2026
Das Bergmagazin für
München & Oberland

alpinwelt

Respekt am Berg

Leicht gefordert, schwer verdient?

Berchtesgaden *Biken auf Probezeit*
Valle Maira *Im stillen Westen*
Grundwissen *Höhenangst*
Jugend *Die Kunst des Umkehrens*

 **DAV**
Deutscher Alpenverein
München & Oberland



TIBET

14 Tage inkl. Flug
ab 3077,—

TOP-ANGEBOT CHINA: „SIEBEN TAGE IN TIBET“ INKL. FLUG

- Kulturreise mit leichten Tageswanderungen
- Nonstop-Flüge ab/bis Frankfurt od. Wien (je nach Termin)
- Beijings „Verbotene Stadt“ und die Große Mauer
- Blick auf den Siebentausender Nychentangla

Deutsch sprechende*r Bergwanderführer*in in China und in Tibet
• ab/bis Frankfurt od. Wien (je nach Termin) • Bahnfahrt Lhasa–Xian im Vierbett-Abteil
• 11 × Hotel **** im DZ • Übernachtung mit Frühstück an allen Tagen mit Ausnahme
Tag 12, 5 × Abendessen • Bus- und U-Bahn-Fahrten, Besichtigungen und Eintritte
lt. Programm • Gepäcktransport • Versicherungen

14 Tage | 10 – 16 Teilnehmer*innen

EZZ ab € 399,—

Termine: 31.10. | 07.11. | 05.12. | 25.12.2026 | 27.01. | 27.02.2027 u.v.m.

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-129

www.davsc.de/ **TITOP**



NEPAL

11 Tage inkl. Flug
ab 1495,—

TOP-ANGEBOT NEPAL: LODGE-TREKKING ZUM POON HILL, 3194 M INKL. FLUG

- Technisch leichte Bergwanderungen zum Poon Hill
- Lodge-Trekking zu Füßen von Annapurna und Machapuchare
- Nepal abseits der Hauptsaison
- Traumhafter Panoramablick vom Dhaulagiri bis zum Machapuchare

Deutsch sprechende*r Bergwanderführer*in • ab/bis München nach Kathmandu
• 3 × Hotel****(*), 1 × Hotel***, 5 × einfache Lodge, jeweils im DZ • 9 × Frühstück, 7 × Abend-
essen • Busfahrten lt. Programm • Gepäcktransport • Permit (wird vom DAV Summit Club für
Sie beantragt und vor Ort ausgegeben), Nationalparkgebühr und Ausreisesteuer in Nepal
• Versicherungen

11 Tage | 10-20 Personen | ab 12 Personen gibt es zwei Gruppen

EZZ ab € 95,—

Termine: 16.11. | 23.11. | 09.12.2026 | 27.01. | 03.02. | 10.02. | 17.02.2027

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-128

www.davsc.de/ **HITOPANN**

ÜBER 600 WANDER- UND TREKKINGREISEN WELTWEIT ZUR AUSWAHL.

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 64240-196



Eugen fährt Bahn

→
Respekt nur für den, der's selber macht?
Seit 100 Jahren fahren Bahnen auf die Zugspitze.

Weil das 100. Jubiläum der ersten Zugspitzbahn – als Bayer ziehe man nun bitte respektvoll den Hut, denn die Tiroler waren 1926 schneller – gar so lautlos vorübergezogen ist, nachgereicht die Zeilen eines berühmten Zugspitzbahn-Passagiers:

„Um meinen Geburtstag herum fahre ich jetzt mit meiner Gattin gewöhnlich mit der Bergbahn auf und ab. Zuletzt auf den Zugspitzgipfel, genau am 78. Geburtstag (...), ein herrliches Göttergeschenk für das alte sehnsüchtige Herz.“

Das alte sehnsüchtige Herz gehört Eugen Guido Lammer. Dass ein Lammer, auch wenn seine Hüften da schon kaputt waren, mit der Bahn auf die Zugspitze fährt, ist ungefähr so, als würde sich Reinhold Messner mit dem Hubschrauber auf den Everest fliegen lassen. Lammer war der Prototyp des „führerlosen“ Alpinisten. Einer, der solo aufs Weisshorn stieg, um seinen heiligen Dreiklang aus Angst – Mut – Freude zu durchleben. Ein Ödlandverfechter, dem jeder Eisenbügel im Fels zuwider war. In Lammers Schriften (Untertitel: „Durst nach Todesgefahr“, Herausgeber: Reinhold Messner) kann man lesen, wie Lammer den Bau des Münchner Hauses anno 1895 als „übelste Barbarei“ geißelte, die den Zugspitzgipfel in einen „Wurstelprater“ verwandele.

Lammers Gondel-Geständnis ist für mich immer ein Reminder, dass Leistung nicht alles ist im Bergsport. Egoismus und elitäres Gehabe, beides kann Treibstoff sein, aber auch den Bergsport vergiften. Niemand bleibt ein Leben lang in seiner Sturm-und-Drang-Phase. Es gibt andere Motive und Gründe, Ziele und Wünsche neben den eigenen – und selbst die ändern sich. Auch davor gilt es, Respekt zu haben: Memento mori, hätte Lammer gesagt.

Dr. Thomas Kuhn bringt es im Wegweiser der Sektionsvorstände auf den Punkt: „Fast jeder ist überzeugt, selbst längst vorbildlich unterwegs zu sein.“ Fast jeder nimmt also fremden Müll mit, statt darüber zu motzen, hält an Marterln inne, statt sie zu bekleben, hat einen Plan B, falls der Parkplatz schon voll ist. Fast jeder reserviert nicht in fünf Hütten fürs gleiche Wochenende. Und fast jeder reagiert nachsichtig, wenn jemand den Berg als Sportgerät versteht – früher oder später fahren ja alle mit der Bahn.

Dass dem nicht so ist, liegt vielleicht (auch) daran, dass heute mehr denn je um Rücksicht gebeten, für Verständnis geworben, für allerlei Dinge sensibilisiert wird. Wo Freiheit unter Druck gerät, und sei es nur gefühlt, wird aus Respekt Toleranz, oder ihre missverstandene Variante, Ignoranz. Vielleicht wird Respekt heute zu oft verwechselt mit: Lasst mich in Ruhe mein Ding machen. Mit Scheuklappen lässt sich am Berg so mancher Konflikt ausblenden. Dem Miteinander zuträglich sind sie aber auch nicht.

Thomas Ebert



Foto: A. Bleichert & Co. / Wikimedia

ZUR PERSON



Thomas Ebert

Chefredakteur alpinwelt

Schwerpunkt Respekt

14

Leicht gefordert, schwer verdient?
Über Respekt am Berg

16 Isartrails

Ein Update zu den Fortschritten im Isartal – und ein Kommentar, warum sich dabei nicht nur eine, sondern etliche Fragen des Respekts stellen

20 „Eine Zauberformel gibt es nicht“

Was macht Trailprojekte erfolgreich? Ein Blick über den Tellerrand, von Freiburg über die Würm-trails bis nach Graubünden

24 Bitte lächeln (oder klingeln)

Warum gilt das Verhältnis von Wanderern und Bikern als angespannt – und wie lässt es sich verbessern? Nachgefragt bei unserer Gruppe „Happy Trail Friends“

26 Der Berg als Reifeprüfung

Das Schlagwort „alpine divorce“ hat Debatten über Zusammenhalt im Bergsport entfacht. Welche Grundsätze bei uns gelten und wie in Ausbildung und auf Tour gehandelt wird – lange bevor Gruppen unter Druck geraten

30 Respekt vor der Vielfalt

Unser Projekt „Bergsport für alle!“ soll Zugänge schaffen und Teilhabe ermöglichen – was 2026 passiert ist und noch bevorsteht.

32 Kletterethik: von Stil und Diebstahl

Felskletterrouten entstehen in einem Raum, in dem es wenige Gesetze gibt, aber umso mehr Ethik und Moral. Ist das Selbstverwaltungsprinzip der Kletter-Community am Limit?

36 Dilemma Doppelrolle?

Berge erleben, Berge erhalten – wie passt das zusammen? Ein Interview mit unseren Ressorts Natur, Umwelt und Klima

Rücksicht Respect



Rispetto Resguard

Foto: Walter Treibel

6 Blickfang

Besondere Momente und einzigartige Ausblicke

10 Wegweiser der Sektionsvorstände

Nicht fordern, sondern tun: Respekt am Berg ist Übungssache, findet Dr. Thomas Kuhn.

12 Ehrensache

Olga Boiarova hilft dabei, Geflüchtete in den Alpenverein und die Bergwandergruppe (BWG) zu integrieren.

38 Bergwacht-Blick

Mit den Bergen lässt sich nicht verhandeln – Respekt braucht daher jeder, der im Gebirge unterwegs ist.

39 Bergführer-Blick

Über echten, mangelnden und falschen Respekt am Berg – und warum geführte Touren nicht weniger „wert“ sind

52 Grundwissen: Höhenangst

Sie verstärkt sich selbst, kann aber auch verlernt werden: über Ursachen, Folgen und Therapieansätze von Höhenangst.

56 Bücher und Medien

Gelesen, gesehen, gehört:
Neues vom Bücherberg

96 Produkte und Markt

98 Vorschau

Ab 4. Dezember: alpinwelt 4/2026,
Schwerpunkt „Smartphone“

Touren und Reportagen

- 40 **Biken auf Probezeit**
Auf zwei Rädern unter Watzmann & Co.: Bike & Hike-Touren im Nationalpark Berchtesgaden
- 78 **Langes Wochenende: Rofandurchquerung**
Weil Bayreuther und Erfurter Hütte lange geöffnet sind, kann man den goldenen Herbst für die Drei-Tage-Traverse des Rofans nutzen.
- 80 **Tourentipps**
Angerlkopf-Runde – Scheinbergspitze – Wildbarren – Bike & Hike Roßstein – Tuftlalm und Grüner Ups – Gotzenalm und Feuerpalfen
- 86 **Hüttenporträt: Haunleiten**
Tief gelegen, hoch im Kurs: Unsere niedrigste Hütte ist eher ein Bauernhof. Dafür eignet sie sich auch für rauschende Feste.
- 90 **Im stillen Westen**
Optisch fast wie im Karwendel, aber ungleich abgeschiedener: Warum sich die weite Reise ins Valle Maira lohnt

Neues vom Alpenverein München & Oberland

- 11 **Unser 200.000stes Mitglied**
- 58 **Gruppenporträt: Die Gipfelstürmerinnen**
- 59 **Müllsammelaktion & Patenschaft Targobank**
- 60 **Bergvisionen 2026**
- 62 **Verschmelzung: Save the date!**
- 63 **Sektion München: Delegiertenversammlung**
- 64 **Sektion Oberland: Jahresbericht 2025**
- 67 **Sektion Oberland: Mitgliederversammlung**
- 68 **Neue Servicestelle Thalkirchen**
- 69 **Boulderhalle Gilching: Baustellen-Update**
- 70 **Cleanup-Aktion an der Knorrhütte**
- 71 **Sektion München: Baumaßnahmen**
- 72 **Nachrufe**
- 74 **mitklettern-Preis und „Stille Stars“**
- 75 **DEGREE4ALPS-Austausch in München**
- 77 **Aus unseren Servicestellen**
- 96 **Impressum**

Wandern im Valle Maira

Näher an Monaco als an Turin liegt das Valle Maira. In Sachen Landflucht hat das lange Tal alles erlebt – nun wird mit sanftem Tourismus gegengesteuert. Ein Münchner ist schon zugewandert.



Foto: Christian Penning



Foto: Ilka Kothle

Kinder und Jugend

Die Mobears (und ihr MoBert) im Steckbrief, die Kunst des Umkehrens im Tessin, und zwei JDAV-„Verwaltungsbergsteiger“ im Porträt

Hang zum Herbst

„Gib ihnen noch zwei südlichere Tage“, fleht Rilke in seinem berühmtesten Werk. Natürlich hat er mit „ihnen“ die letzten Früchte gemeint. Aber Bergsteiger haben ihre ganz eigene Interpretation, wenn im September noch nicht alle Wunschgipfel im Buche stehen. Und weil die heutigen Sommer nicht mehr „sehr groß“ sind, sondern nur noch brüllend heiß (die Winter außerdem zu trocken und das Frühjahr zu nass), hat sich der Herbst mit Schmeicheleien wie Fernsicht, buntem Laub und Südseitensonne längst zur alpinen Lieblingsjahreszeit gemausert. In diesem Fall aber ist es zu spät: Gatterlköpfe und Plattspitzen haben den ersten Schnee der neuen Saison abbekommen, das Saisonende naht unweigerlich, auch zwei südlichere Tage werden Zugspitzaspiranten nun nichts mehr helfen. Oder, um ein letztes Mal Rilke zu verunstalten: Wer jetzt noch Gipfel braucht, muss tiefer suchen.

Foto: Anton Brey

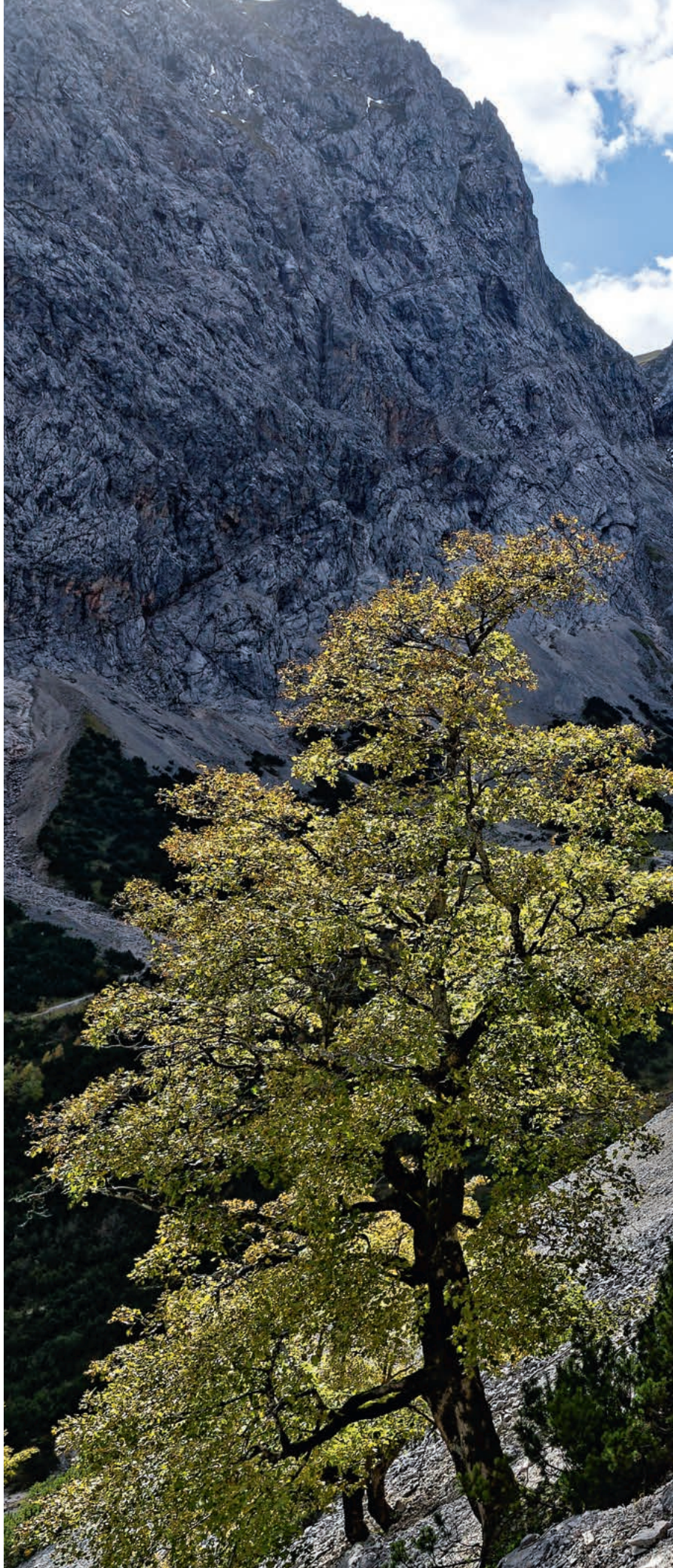








Foto: Sebastian Frölich

Hau rein

Dösen vor der Glotze, nach einem langen Tag am Berg. Die einzig brauchbare Sendung: eine Murmeltier-Doku auf Arte. Plötzlich bleiben Fetzen hängen: „Sich um die Jungtiere einer anderen Mutter zu kümmern, ist Energieverschwendung.“ Huch? Erste Kratzer in der vermeintlich heilen Murmeltierwelt, in der man einander vorm heranzischenden Adler warnt und dem Winter im Bau mit Gruppenkuscheln trotzt. Stattdessen: „Auch sonst machen die dominanten Murmeltiere bei jeder Gelegenheit klar, wer das Sagen hat“ – und zwar, so muss man nun vollends entsetzt erfahren, mittels „strategischem Mobbing, denn Stresshormone machen die Rangniederen gefügig“.

Wie gut, dass wir keine Tiere sind. Kein Mensch muss müssen – was sich so schön anhört, stimmt bestimmt. Schon gar nicht müssen wir in unserer Freizeit Rang- und Revierkämpfe in den Bergen ausfechten. Ausgenommen natürlich Prügeleien um Plätze im Eibseebus, Gewaltattacken am Mittenwalder Höhenweg oder Angriffe auf Naturschutzbeauftragte in der Valepp. Aber das waren ja bestimmt schwarze Schafe. Die müssen. Oder?

Nicht fordern, sondern tun



Foto: Christian Planzelt

← So kann's gehen: respektvolle Begegnung am Berg

Respekt und Rücksicht sind Übungssache, findet Dr. Thomas Kuhn im Wegweiser der Sektionsvorstände. Vor allem, weil die meisten glauben, selbst vorbildlich unterwegs zu sein.

Text: Dr. Thomas Kuhn

Respekt – das Wort hat Konjunktur, und jetzt hat es auch die alpinwelt erreicht. Herkunft: lateinisch respectus, wörtlich: der Rückblick. Sich noch mal umdrehen, nach dem anderen schauen. Über Umwege durchs Französische wurde daraus im Deutschen die Hochachtung. Zwei Bedeutungen, ein Wort – beide sind wichtig im Bergsport.

Achtung steht jedem Menschen zu, unabhängig von Geschlecht, Hautfarbe, sozialem Status oder sexueller Orientierung. Kein Verhandlungsgegenstand, sondern schlicht Ausdruck der Menschenwürde! Und so ist es bei alpinen Unfällen ganz selbstverständlich, dass sich die Rettung nur um den Menschen kümmert, nicht um die alltäglich den Blick verstellenden Äußerlichkeiten um diesen herum; gleichermaßen tritt bei alpinen Notlagen der Mensch in den Vordergrund: Neben Verlässlichkeit, Empathie, Tatkraft und Ruhe ist für Vorurteile kein Raum mehr, die Achtung gewinnt.

Ist rücksichtslos immer das, was die anderen tun?

Rücksicht verwirklicht sich im Alltagsleben, sie muss jeden Tag neu geübt werden: am Trail, auf der Hütte, am Fels. Auffällig dabei: Ständig ist Jammern zu hören, wie jemandem der verdiente Respekt verweigert wurde. Kaum je räumt jemand ein, selbst rücksichtslos gewesen zu sein. Rücksichtslos ist offenbar immer das, was die anderen tun. Genau darin liegt der Kern dessen, worum es in dieser Ausgabe geht: Am Berg treffen viele unterschiedliche Vorstellungen von Rücksicht aufeinander – und fast jeder ist überzeugt, selbst längst vorbildlich unterwegs zu sein. Und doch geht es

nur gemeinsam mit dem wechselseitigen Blick auf die Interessen der jeweils anderen.

Zum zwischenmenschlichen Respekt gesellt sich noch eine weitere Dimension: der Respekt vor der Schöpfung. Wer im alpinen Gelände unterwegs ist, bewegt sich in einem Lebensraum, der nicht für den Menschen gemacht wurde, sondern lange vor ihm da war – mit eigenen Regeln, eigener Verletzlichkeit, eigenem Recht auf Bestand. Natur- und Umweltschutz sind insofern keine Einschränkung der Freiheit am Berg, sondern deren Voraussetzung: Nur eine intakte Bergwelt lässt sich auch morgen noch respektieren. Den Berg selbst zu respektieren, ist ohnehin gesund, er ist kein Sportgerät, sondern ein komplexes Gebilde mit nicht verhandelbaren Regeln zu Wetterumschwüngen, Steinschlag, Lawinen und technischen Schwierigkeiten.

Ob beim Trailbiken, in der Seilschaft oder gegenüber der Natur: Respekt zeigt sich nicht darin, ihn für sich zu beanspruchen, sondern darin, was in entscheidenden Momenten getan wird. Kurz bremsen, kurz zurückstecken, kurz genauer hinschauen. Was das im Bergsportalltag konkret bedeutet, zeigen die nächsten Seiten – hoffentlich mit dem einen oder anderen Erkenntnisgewinn.

ZUR PERSON



Dr. Thomas Kuhn

ist im Vorstand der Sektion München zuständig für Rechtsfragen und die Umsetzung neuer Strukturen.

Unser 200.000stes Mitglied

Nur drei Sportvereine in Deutschland sind größer als der Alpenverein München & Oberland

Text: Markus Block



Foto: Laura Betzler

Mit Julia Ohnesorg konnten wir im Sommer unser 200.000stes Mitglied begrüßen. „Ich wohne erst seit knapp eineinhalb Jahren in München und möchte verstärkt klettern. Da war es naheliegend, in den Alpenverein München & Oberland einzutreten“, schilderte die 25-jährige angehende Notfallsanitäterin ihre Motivation. „Ich freue mich auf viele schöne Erlebnisse, spannende Kurse und herausfordernde Touren.“

Immer jünger und weiblicher

Kristina Frank, Vorständin der Sektion Oberland des DAV, gratulierte Ohnesorg in der Servicestelle der Sektion München mit einem Hüttengutschein und konstatierte: „Wir freuen uns, mit Julia eine begeisterte Alpinistin als 200.000stes Mitglied begrüßen zu dürfen. Sie steht stellvertretend für zwei bedeutende Trends in unserem Verein der letzten Jahre – der Alpenverein München & Oberland wird jünger und weiblicher! Und das ist gut so.“ Aktuell liegt der Anteil von Frauen an der Gesamtmitgliedschaft bei 47,3 Prozent, die der jungen Menschen bis 25 Jahre bei 25,8 Prozent – jeweils mit seit Jahren steigender Tendenz.



Kristina Frank (re.), Vorständin der Sektion Oberland, gratuliert Julia Ohnesorg – sie ist unser 200.000stes Mitglied.

Im Jahr 2000 erreichte der Alpenverein München & Oberland das 50.000ste Mitglied, 2007 waren es bereits 100.000, 2014 stieg die Zahl der Mitglieder auf 150.000. Nach Mitgliedern ist der Alpenverein München & Oberland der viertgrößte Sportverein Deutschlands – nach dem FC Bayern, Borussia Dortmund und dem FC Schalke 04. „Unser Anspruch ist nicht, möglichst schnell zu wachsen, sondern als Bergsport- und Naturschutzverein ein möglichst gutes Angebot zu haben. Wenn das Leute anzieht, umso besser“, so Kristina Frank.

Übrigens: Eine Mitgliedschaft bei uns lässt sich auch verschenken.



Olga Boiarova zeigt, wo es langgeht: als Tourenleiterin und für geflüchtete Menschen als „Wegelotsin“ zum Alpenverein.

„Es gibt immer jemanden, der Gesellschaft braucht.“



Foto: privat

Seit über einem Jahr hilft **Olga Boiarova** dabei, russische und ukrainische Geflüchtete in den Alpenverein und die Bergwandergruppe (BWG) zu integrieren. Ihr Engagement reicht dabei weit über den Alpenverein hinaus.

Interview: Hanna Bär

Du engagierst dich sehr für ukrainische und russische Geflüchtete. Was genau machst du?

Olga: Angefangen hat alles im März 2022 mit GOROD, als der Krieg in der Ukraine begann. Ich wollte mich einbringen, denn Geld zu spenden ist für mich als Rusin nicht sicher. Da bin ich auf das Wanderangebot des Münchner Kulturzentrums GOROD der Gesellschaft für Integration und Kultur in Europa e. V. gestoßen. Außerdem organisiere ich seit 2022 auch Wanderungen über eine private Telegram-Gruppe. Zur Bergwandergruppe (BWG) der Sektion Oberland bin ich dann vor gut eineinhalb Jahren gekommen.

Wie das?

Nach einem Jahr, in dem ich Wanderungen bei GOROD angeboten hatte, merkte ich, dass es mir gefällt und ich mich in diesem Bereich ausbilden lassen möchte. So bin ich auf die Ausbildung beim Alpenverein gestoßen. Als ich diese Ende 2024 abgeschlossen hatte, folgte ich dem Aufruf der BWG nach neuen Tourenleitern. Ich wollte in kleinem Rahmen starten, bevor ich Touren im *alpinprogramm* anbiete. Davor hatte ich ein bisschen Respekt, auch weil ich nicht wusste, wie die Kommunikation klappen würde und ob ich es schaffen würde, wirklich diese Brücken zwischen den Leuten zu bauen.

Und dieser Plan ist offensichtlich aufgegangen?

Ja, auf jeden Fall. Inzwischen bin ich stellvertretende Gruppenleitung in der BWG und starte ab diesem Jahr auch im *alpinprogramm* mit zwei Veranstaltungen. Ich

habe gemerkt, wie die Leute ticken. Und genau das versuche ich jetzt weiterzugeben. Mein Ziel ist es, dass die Leute zum Alpenverein kommen, damit sie sich sicherer fühlen – sowohl in der Gemeinschaft als auch mit der Bergeversicherung –, die Sprache lernen und integriert werden.

Wie viele geflüchtete Menschen sind denn mittlerweile der *BWG* beigetreten?

Nicht so viele, wie ich mir wünsche, weil es doch recht umständlich ist. Zunächst müssen sie Mitglied im Alpenverein werden. Da Geflüchtete oft nur wenig Geld haben, ist der Mitgliedsbeitrag für viele zu teuer. Deshalb konnten wir Menschen mit Aufenthalt in Deutschland nach § 24 einen kostenlosen Versicherungsschutz beim Alpenverein sowie die Aufnahme in die *BWG* ermöglichen, und ich unterstütze auch dabei, dass andere zumindest von dem vergünstigten Sozialtarif wissen. Schwieriger ist da fast noch die Anmeldung zu Touren: Menschen aus der Ukraine oder Russland sind einfachere Anmeldeverfahren, etwa über Telegram-Gruppen, gewohnt. Bei den vielen Schritten im Intranet geben viele einfach auf.

Liegt es nur an der Website oder ist auch die Sprache ein Faktor?

Zunächst ist es die Sprache, aber auch die Auffindbarkeit des Gruppenprogramms im Intranet. Oft muss ich Interessierte mit einer Schritt-für-Schritt-Anleitung mit Screenshots durch die Website lotsen. Teilweise sind es Menschen, die in Russland oder der Ukraine Alpinisten waren, die dann hier aufgrund der Sprachbarriere nicht einsteigen können.

Wie viel Zeit investierst du dafür?

Mit all meinen Angeboten bin ich jedes Wochenende mindestens einmal wandern und unter der Woche organisiere ich auch Kletter- oder Laufrunden. So 500 Stunden im Jahr, also gut 40 Stunden im Monat, dürften es schon sein. Ich bin eigentlich nie allein am Berg. Es gibt immer



↑

Ein Anblick, der Olga glücklich macht: Teilnehmende, die sich unter ihrer Leitung zunehmend anspruchsvollere Touren zutrauen.

jemanden, der gerade Gesellschaft braucht. Wenn man gemeinsam wandert, muss man als Team denken und aufeinander aufpassen. Man passt etwa die Geschwindigkeit aneinander an, fragt, ob jemand eine Pause braucht, oder teilt die Brotzeit. So erfährt man in der Gruppe Unterstützung.

Unterstützung, die du in deiner Anfangszeit hier vielleicht nicht hattest? Ist das ein Grund, wieso du dich jetzt dafür engagierst?

Es gibt viele Gründe. Mit der Zeit habe ich einfach gemerkt, dass ich Menschen gut zusammenbringen kann. Ich mag auch die Rolle, eine Atmosphäre zu schaffen, in der gelacht wird und in der sich alle willkommen fühlen. Gerade geflüchtete Menschen kommen so für ein paar Stunden gedanklich vom Krieg weg und können Gemeinschaft erleben. Außerdem möchte ich den Leuten zeigen, was es hier alles gibt. Man kann so viel mit dem Zug oder Bus erreichen und braucht dafür nicht viel Geld – und dafür möchte ich ein Vorbild sein. Ich habe immer nach meiner „Sache“ im Leben gesucht. Mit dem Wandern und den Gruppen habe ich sie gefunden. Das erfüllt mich absolut.



Die Wirtschaftsinformatikerin Olga Boiarova kam 2012 für ein Freiwilliges Soziales Jahr nach Bad Kissingen – und lernte die Alpen kennen und zu schätzen. Drei Jahre später zog die gebürtige Russin ganz nach Deutschland – etwa zwei Wochen später war die 42-jährige schon Alpenvereinsmitglied. Ihr Ziel bei ihrem Engagement: „Passende Menschen zusammenbringen, weil dadurch die Gesellschaft besser wird.“

EHRENSACHE EHRENTAMT?

Ohne Ehrenamt kein Alpenverein. Wenn du mit dem Gedanken spielst, dich bei uns zu engagieren – ganz egal, ob regelmäßig oder punktuell –, findest du auf unserer Website unter „Ehrenamt“ weitere Informationen.

Alle Infos auf
unserer Website







Respekt

Kein Wanderer im Weg? Aus eigener Kraft und ohne Akku-Unterstützung hinaufgestrampelt? Keinen Waldboden beim Bremsen wegradiert, keine Abkürzer benutzt, keine Tiere aufgeschreckt und auch sonst lautlos und unsichtbar unterwegs gewesen? Selbst dann findet sich bestimmt noch jemand, der in diesem Bild einen Missbrauch des Bergs als Sportgerät beklagt. Wer mit dem Radl am Berg unterwegs ist, muss sich Respekt besonders hart erarbeiten.

Einen kleinen Schwerpunkt im Schwerpunkt bildet deshalb das Thema Mountainbiken. Wir schauen auf den aktuellen Stand bei den Isartrails – ein Projekt, das hochgradig vom gegenseitigen Respekt abhängen wird – und hören uns um, wie bereits etablierte Biketrails genau das geschafft haben. Außerdem teilt unsere Bike-Gruppe „Happy Trail Friends“ ihre Erfahrungen zum Thema „Wanderer vs. Biker“.

Gegenseitiger Respekt ist aber auch im Klettersport nötig. Denn wenn Fels neu erschlossen oder alte Routen saniert werden, ist die Chance, sich unbeliebt zu machen, gar nicht so klein. Groß ist auch der Wirbel um den Trendbegriff „alpine divorce“. Wir fragen deshalb bei Verantwortlichen aus unserem *alpinprogramm* nach, wie es um den Respekt in Gruppen bestellt ist. Und natürlich geht es auch um Respekt gegenüber der Natur – und davor, dass der DAV als Bergsport- und Naturschutzverband eine Doppelrolle innehat.



Auf den Karten ist so weit alles geplant – aber wie sieht es mit dem Respekt in der Praxis aus?

Selbst in der Hand

Die Isartrails – nicht nur eine, sondern viele Fragen des Respekts. Ein Kommentar

Text: Bea Draese, Fotos: Laura Betzler

Als ich vor über zwei Jahren bei der Sektion München im Ressort Natur, Umwelt und Klimaschutz angefangen habe, kam die Sprache auf „noch so ein Radprojekt im Isartal“, aber ob es zustande käme, sei ungewiss. Heute, im Herbst 2026, nimmt dieses „Radprojekt“ längst den Großteil meiner Arbeitszeit ein. Ganz häufig geht es dabei schlicht und einfach, wie einige Beispiele zeigen sollen, um Respekt – als Grundvoraussetzung und zugleich Ziel des gesamten Vorhabens „Isartrails“.

Die große Herausforderung bei den Isartrails, die kein reines Bauvorhaben, sondern ein Naturschutzprojekt zur Lenkung des MTB-Verkehrs im Isartal sind, liegt in der schieren Größe des Vorhabens. Im Isartal erholen sich die Einwohner einer

im Wachstum befindlichen Millionenstadt. Sie genießen dort ihren Spaziergang, haben Spaß auf dem Rad oder joggen mit ihrem Hund. Tausende von Menschen mit ebenso vielen Interessen, die alle Respekt verdient haben, solange sie niemandem schaden. Die geplanten Isartrails kreuzen auf einer Fläche von ca. 1700 Hektar mehr als 500 einzelne Flurstücke mehrerer Eigentümerinnen und Eigentümer. Es gibt forstwirtschaftliche Interessen, FFH-Richtlinien und natürlich Haftungsfragen. Und auch wenn die Bürokratie uns dabei an den Rand des Wahnsinns treibt, ist natürlich zu respektieren, dass man an ihr nicht vorbeikommt. Also holen mein Team und ich Stempel für Stempel und eine Unterschrift nach der anderen ein, um die Isartrails wahr werden zu lassen.

Stempel um Stempel, Meter um Meter

Groß sind bei den Isartrails auch die Bedenken und das Frustpotenzial. In meiner Position als neue Projektleiterin hatte ich gerade zu Beginn Probleme damit, gehört zu werden, wenn ich mal wieder die einzige Frau in der Besprechung war. Liegt es an meinem Geschlecht, dass ich in meiner Funktion und Verantwortung erst Respekt „erarbeiten“ muss? Oder daran, dass ich im Durchschnitt 20 Jahre jünger bin als die anderen Personen im Raum? Es hat auf jeden Fall gedauert, bis meine Leitung akzeptiert wurde und ich das Vertrauen der Beteiligten so weit gewonnen hatte, dass das destruktive „Bringt ja eh alles nichts“ und brüllend vorgetragene Wünsche nach Totalsperrungen echtem Interesse an Sachfragen wich. Hier hätte ich mir mehr Respekt vor

dem eigentlichen Ziel gewünscht: in allen Interessen einen gemeinsamen Nenner zu finden, die geschützte Natur im Isartal zu bewahren und stadtnahe Erholung möglich zu machen. Auf MTB-Trails, die kein Funpark sind, aber auf der Feierabendrunde Laune machen.

Am Anfang und am Ende dieses Vorhabens steht der Respekt vor der Natur und voreinander.

Wir können Routen planen, Schilder aufstellen, ein Rettungskonzept entwickeln und alle Genehmigungen einholen, die nötig sind. Letztlich entscheiden nur die Menschen auf den Trails im Isartal, ob die Lenkung funktioniert. Ich war mehrmals wirklich niedergeschlagen und wortlos, wenn mir Anwohnerinnen oder Eigentümer berichteten, wie respektlos mit ihrem Grundstück umgegangen wird oder wie egoistisch die Menschen sich verhielten, wenn

sie sich im Wald begegnen. Und obwohl man sich manchmal nur noch ein Schild mit dem simplen Aufdruck „Sei kein Depp!“ wünscht, gilt es, kompromissbereit zu bleiben. Schnittmengen zu finden, alle Bedenken, Sorgen und Wünsche miteinzubeziehen. Zu respektieren, dass die Grundstückseigentümerin ein anderes Interesse hat als der Naturschutzverband. Zu respektieren, dass Nutzungsdruck Lenkung braucht. Damit die Isartrails funktionieren und ökologisch sensible Bereiche beruhigt werden, müssen alle ihren Teil dazu beitragen.

Mein Appell an alle, die so gerne ihr Feierabendbier an der Isar trinken, sich zu einer Partie Spikeball am Flaucher treffen oder ihr neues MTB im Matsch der Isarhänge runterbremsen: Ihr entscheidet am Ende mit eurem Respekt vor der Natur und voreinander, mit eurem Handeln, ob das Isartal solch eine Perle der Natur bleibt.

Fifty-fifty: Von den insgesamt 58 Isartrail-Kilometern werden 28 Kilometer reine Trails sein, der Rest verbindende Forstwege bzw. Straßen.



„Die geplanten Isartrails kreuzen mehr als 500 einzelne Flurstücke mehrerer Eigentümer.“



ZUR PERSON



Bea Draese

ist Projektleiterin der Isartrails und Leiterin des Ressorts Natur-, Umwelt- & Klimaschutz bei der Sektion München.

Isar-Trails München Segment IW-1

Maßnahmen

- Rückbau
- Entwässerung
- Hangsicherung
- Trailverankerung
- Freischnitt
- Materialeintrag
- Holzelemente
- Steinarmierung
- Trailbau
- Streckenelemente
- Beschilderung



Projekt Isartrails: Update zum Fortschritt

Text: Bea Draese, Ressort Natur, Umwelt und Klimaschutz

← Meter für Meter: Für weite Teile der künftigen Isartrails ist vorbehaltlich geplant, wo Wege beschildert, rückgebaut, neu gebaut oder zu sichern sind.

Zwei Jahre nach dem großen Schwerpunktthema zu den Isartrails in der alpinwelt 3/2024 steht das Projekt unter der Trägerschaft der Sektion München jetzt auf der Startlinie. Hinter den Kulissen wird intensiv verhandelt und geplant. Der aktuelle Projektstand im Überblick:

> Finanzierung gesichert

Die 2025 geschlossene Kooperation zwischen Landkreis München, Landeshauptstadt und Sektion sichert die Vorfinanzierung. Bis 2029 entstehen unserer Sektion keine finanziellen Belastungen. Wegen der Haushaltslage in Bayern/EU wurde die Förderung gesplittet; die ersten bewilligten 102.000 EUR flossen direkt in die Detailplanung.

> Die neue Route

Als Aktualisierung zum Konzept von 2017 umfasst die Strecke nun 58 km (statt 70 km): 28 km MTB-Trails und 30 km verbindende Forstwege/Straßen. Die finale Planung wird nach der Genehmigung samt Kartenausschnitt online gestellt.

> Grundstücke & Gespräche

Die Route führt über mehr als 500 einzelne Grundstücksflurnummern, die 16 Eigentümern gehören. Die Gespräche mit Gemeinden, Bürgermeisterinnen und Bürgermeistern, Institutionen, Forstamt, Vereinen und privaten Eigentümern laufen auf Hochtouren – teils sehr positiv, teils in harter Arbeit und noch nicht final abgeschlossen.

> Naturschutz

Die naturschutzfachlichen Prüfungen (inkl. FFH-Verträglichkeitsprüfung) gaben „grünes Licht“. Der minimale Flächenverbrauch macht keinen naturschutzfachlichen Ausgleich nötig. Die Genehmigung durch die Untere Naturschutzbehörde und die Regierung von Oberbayern steht noch aus.

> Hangsicherung

Zwischen Großhesseloher Brücke und Grünwald liegt ein erstes Konzept vor. Da der Hang zuerst gesichert werden muss, liegt der Ball beim Baureferat der Landeshauptstadt; wir haben unsere Planung daran angepasst.

> Korrektur zu 2024

Für die Vergabe an die Baufirma ist keine öffentliche Ausschreibung erforderlich, sondern eine Direktvergabe möglich, da wir uns im Unterschwellenbereich (Volumen unter 5 Mio. EUR) befinden.

> Team & Kommunikation

Ein neu gegründeter Beirat, in den alle externen, am Projekt beteiligten Institutionen und Interessengruppen Vertreter entsenden, wird bei Entscheidungen eingebunden. Zudem bringt Lou Habermann als Projektmitarbeiterin seit Dezember 2025 mit ihrer Erfahrung kräftig Schub ins Projekt. Unsere Website informiert laufend über Neuigkeiten zum Projekt und das Trailmanagement. Nutzt die neue Isartrails-E-Mail (isartrails@alpenverein-muenchen.de) für Feedback und abonniert den Newsletter – das nächste Update folgt bald!

Zum Isartrails-Newsletter und dem aktuellen Projektstand



Blick über den Tellerand

Die Isartrails sind in ihrem Umfang sicher eines der größten Trailprojekte weit und breit, aber längst nicht das einzige. Wir haben uns bei Verantwortlichen anderer Trailprojekte umgehört, was ihre Trails auszeichnet: von Freiburg im Breisgau über die Würmtrails bei Gauting bis ins schweizerische Graubünden.

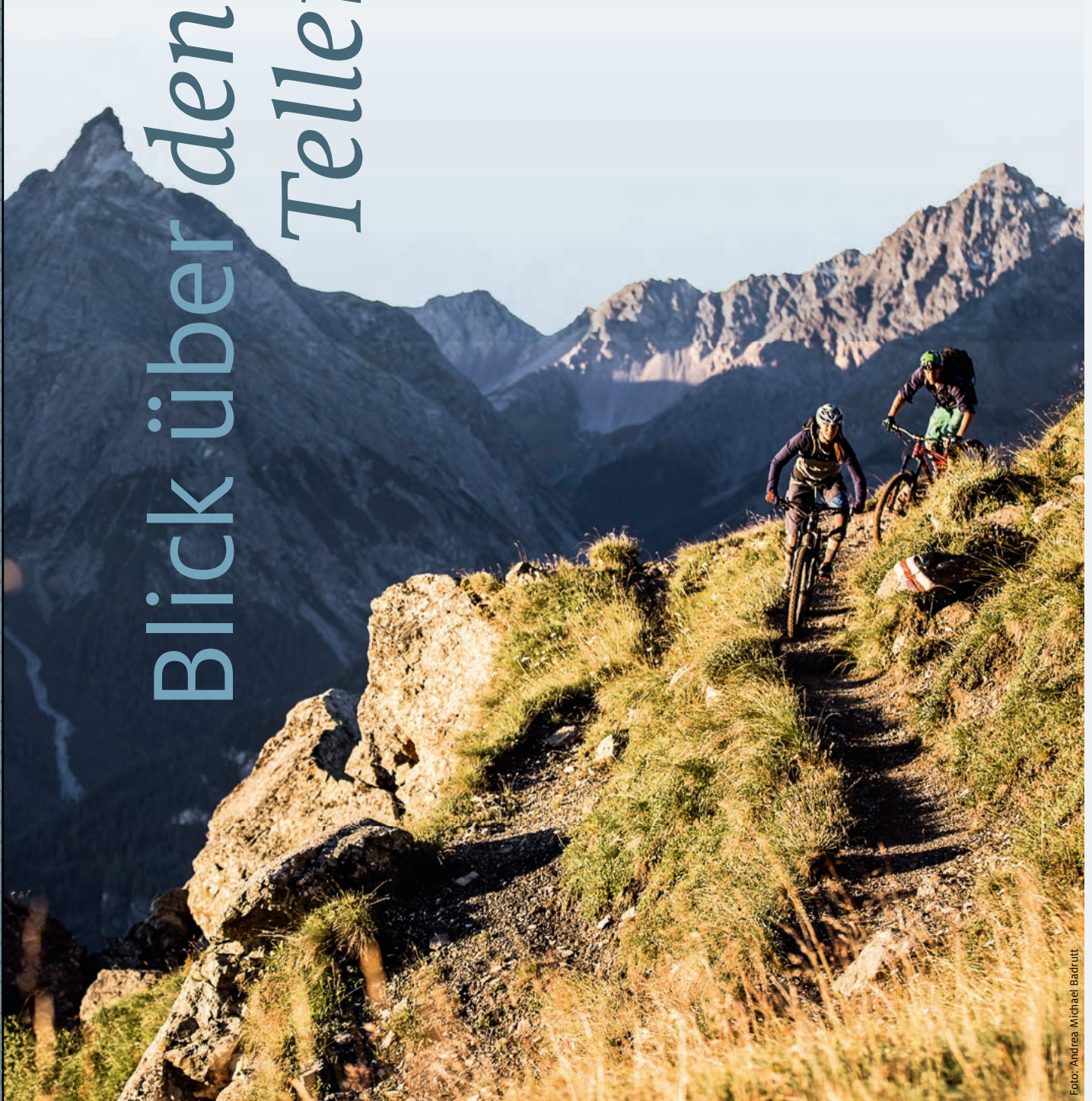


Foto: Andrea Michael Badrutt

← Gelobtes Land? Das dichte Trailnetz der Schweiz und die hohe Akzeptanz für das Mountainbiken kommen nicht von ungefähr.



Text: Sonja Schreiter, Fachreferentin Advocacy & Infrastructure, Deutscher Interessenverband Mountainbike e. V. (DIMB)



Foto: DIMB Würmtal
SCHWERPUNKT RESPEKT



Win-win-Situation: Die neuen Trails im Würmtal sind attraktiv, wild gebaute Trails wurden renaturiert.

Die DIMB Würmtal Trails südlich von Gauting zeigen, wie ein attraktives und zeitgemäßes wohnortnahes MTB-Angebot im Einklang mit Natur und Gesellschaft gelingt. Das Erfolgsrezept basiert auf einem abgestimmten und bedarfsgerechten Wegeangebot, das unter der Leitung des Deutschen Interessenverbands Mountainbike e. V. (DIMB) in Zusammenarbeit mit dem Forstbetrieb München, der Naturschutzbehörde und der lokalen MTB-Community realisiert wurde.

Durch die hohe Qualität und Vielfalt der offiziellen Strecken – vom einfachen Flowtrail für Einsteiger, Familien und Handbiker bis hin zum schwarzen Trail für ambitionierte Bikerinnen und Biker – wird eine effektive Lenkungswirkung erzielt. Im Gegenzug werden wild entstandene Wege zurückgebaut und gezielt renaturiert. Dadurch entsteht eine klassische Win-win-Situation: Naturschutzfachlich sensible Bereiche an den Hängen des Würmtals (FFH-Gebiet) sowie forstwirtschaftliche Belange werden wirksam geschützt, während Bikerinnen und Biker ein attraktives naturnahes Trailangebot zusätzlich nutzen können.

Eine zentrale Rolle spielt dabei der gegenseitige Respekt aller Nutzer. Das Würmtal ist ein seit Jahrzehnten etabliertes Naherholungsgebiet für Spaziergänger, Wanderer, Nordic Walker und Radfahrer. Die offiziellen Trails sorgen für eine Entflechtung von den viel genutzten Hauptwegen, um Konflikte gar nicht erst aufkommen zu lassen. Durch Erosionsmanagement und nachhaltigen Trailbau wird die Natur geschont. Das Projekt

zeigt, dass sich die Freude an der Bewegung und der Schutz von Flora und Fauna nicht ausschließen. Begleitet wird das Projekt von einer Kommunikationskampagne und entsprechender Beschilderung. Sie sensibilisiert für eine naturverträgliche Verhaltensweise und ein respektvolles Miteinander aller Erholungssuchenden.

Das Projekt zeigt: Wenn die Mountainbike-Community aktiv eingebunden wird und alle Interessengruppen auf Augenhöhe zusammenarbeiten, entsteht eine nachhaltige Lösung, die Gemeinschaft fördert und den Wald als gemeinsamen Erholungsraum für alle Beteiligten sichert.

Klein, aber fein: die Würmtrails südlich von München

Die DIMB Würmtal Trails bei Gauting im Landkreis Starnberg wurden nach einem knapp einjährigen Planungs- und Genehmigungszeitraum und dreimonatiger Bauphase im Juni 2025 offiziell eröffnet. Das offizielle Streckennetz umfasst sechs spezielle MTB-Trails mit rund 3,5 Kilometern Gesamtlänge. Die Beschaffenheit reicht von schmalen, naturbelassenen Abschnitten über einen gebauten Flowtrail mit Wellen bis zu technisch schweren Linien mit Sprüngen. Zum Einzugsgebiet zählen primär die Region München und das Fünf-Seen-Land.

Infos: dimb.de/trails/dimb-wuermtal-trails

Freiburg: Eine Zauberformel gibt es nicht.



Text: Lucas Landenberger,
Geschäftsführer Mountainbike Freiburg e. V.

Der Mountainbike Freiburg e. V. hat seit 2011 insgesamt 16 Trails mit rund 27 km Länge in und um Freiburg geschaffen und ist mit rund 3000 Mitgliedern einer der größten Mountainbikevereine im deutschsprachigen Raum. Oft werden wir nach dem Freiburger Erfolgsrezept gefragt. Eine Zauberformel gibt es auch in Freiburg nicht. Im Austausch mit anderen Vereinen zeigt sich immer wieder: Die Herausforderungen sind überall ähnlich. Warum also sind Trails in Deutschland so ungleich verteilt und warum ist Freiburg immer noch eine Ausnahme und nicht die Regel?

Sicher helfen die topografischen und kulturellen Voraussetzungen. Mit dem Schwarzwald vor der Haustür bietet Freiburg seit Jahrzehnten beste Bedingungen fürs Mountainbiken und andere Natursportarten. So ist eine große Bike-Community entstanden und auch in Behörden und Ämtern arbeiten Menschen, die selbst in der Natur Sport treiben. Das kann Genehmigungsverfahren erleichtern – wenn auch längst nicht immer. Hinzu kommt, dass es rund um Freiburg große zusammenhängende Waldflächen im Besitz von Kommunen und dem Land gibt. Auch das macht die Abstimmung deutlich einfacher, als wenn der Waldbesitz kleinteilig ist und mit vielen Eigentümern verhandelt werden muss.

Entscheidend sind aber drei andere Punkte. Erstens die Organisation innerhalb der Bike-Community: Behörden und Waldbesitzer wollen verlässliche Ansprechpartner. Deshalb müssen sich Mountainbiker organisieren, gemeinsame Ziele entwickeln und unterschiedliche Interessen zusammenbringen. Auch im Mountainbike Freiburg e. V. wird seit jeher intensiv diskutiert. Gerade das hat aber dazu beigetragen, Kompromisse zu finden und mit einer gemeinsamen Stimme aufzutreten. Zweitens: alle Beteiligten einbeziehen. Erfolgreiche Trailprojekte entstehen nur gemeinsam mit Waldbesitzern, Förstern, Naturschutz, Jägern und Erholungssuchenden. Oft ist dabei die größte Heraus-

forderung, überhaupt eine gemeinsame Sprache zu finden. Offene Kommunikation auf Augenhöhe hilft, Vorbehalte abzubauen und Vertrauen zu schaffen. Und drittens: Eine gute Planung sorgt dafür, dass Trails ökologisch, rechtlich und langfristig tragfähig sind und mit vertretbarem Aufwand unterhalten werden können. Es lohnt sich also, in eine gute Planung zu investieren und Fachleute hinzuzuziehen. In Freiburg haben wir dabei oft Unterstützung durch das örtliche Forstamt erfahren, aber auch viel Know-how innerhalb des Vereins aufgebaut.

Läuft in Freiburg deshalb alles reibungslos? Natürlich nicht. Auch wir befinden uns in einem ständigen Lernprozess. Und am besten lernt man bekanntlich aus Fehlern. Der wichtigste Rat, den man aus Freiburg also lernen kann: einfach machen!

Das leuchtende Beispiel: MTB-Trails rund um Freiburg

Die Trails werden vom Mountainbike Freiburg e. V. in überwiegend ehrenamtlicher Arbeit gebaut und unterhalten. Alle Vereins-Trails sind öffentlich zugänglich, der erste Trail „Borderline“ wurde 2011 legalisiert. Heute umfasst das Trailangebot rund 27 km, dazu gehören zwölf angelegte MTB-Strecken, vier Shared Trails und ein Dirtpark. Die Freiburger Trails bestehen zum Großteil aus handgebauten „Enduro-Trails“ im mittleren Schwierigkeitsbereich (rot). Auf mehreren Trails gibt es Jumphines, teils maschinengebaut. Ergänzt wird das Trailangebot durch einige einfachere Strecken und Shared Trails (blau).

Infos: mountainbike-freiburg.com

Brücken bauen: In Graubünden sensibilisiert seit 2019 die groß angelegte „Fairtrail“-Kampagne für eine gute Koexistenz von Wanderern und Bikern.



Foto: Florian Breitenberger

Foto: Filip Zuan

Graubünden: Gute Sensibilisierung beginnt lange vor dem Trail.



Text: Kevin Suhr, Projektleiter ALLEGRA Trails GmbH, externe Gesamtprojektleitung Fairtrail Graubünden

Ein offizieller Trail allein zieht niemanden an. Ein Angebot wird erst erfolgreich, wenn es attraktiv ist, leicht gefunden wird und nachvollziehbar zeigt, wo man fahren darf – und wo nicht. Angebotskommunikation und Sensibilisierung sind deshalb untrennbar miteinander verbunden. Menschen entscheiden selten rein rational, beim Einkaufen ebenso wenig wie auf dem Biketrail. Lenkung funktioniert deshalb nicht allein durch offizielle Angebote. Sie entsteht durch eine Haltung, mit der sich Menschen identifizieren.

Sensibilisierung muss deshalb früh beginnen. Wer erst an der kritischen Abzweigung kommuniziert, kommt zu spät. Dort bleibt nur noch die schnelle Entscheidung: links oder rechts, erlaubt oder nicht. Die Grundeinstellung wurde längst vorher geprägt – durch Bilder, Geschichten, Vorbilder und die Community.

Wie wirkungsvolle Sensibilisierung funktioniert, zeigt Fairtrail Graubünden. Reichweitenstarke Kampagnen, glaubwürdige Botschafter und Geschichten aus unterschiedlichen Perspektiven schaffen die Grundlage. MTB-Ikone Nino Schurter schafft Aufmerksamkeit. Reportagen und Perspektivwechsel zeigen die Bedürfnisse von Tieren, Landwirtschaft und anderen Wegnutzenden. Kodex, Signalisation und Trailrules übersetzen diese Haltung in konkretes Verhalten. Die Fairdinands suchen vor Ort das Gespräch, hören zu und nehmen Rückmeldungen auf. So verstärken sich die Maßnahmen gegenseitig.

Fairtrail zeigt, dass dieser Ansatz Wirkung entfaltet. In der Gästebefragung 2025 sagten 81 Prozent, die Kampagne motiviere zu fairem Verhalten. 74 Prozent fanden, das respektvolle Miteinander funktioniere bereits sehr gut. Gleichzeitig gingen die Reklamationen zu Konflikten zwischen Bikenden und Wandernden weiter zurück. Die Fairdinand-Einsätze werden mehrheitlich positiv bewertet und liefern laufend Hinweise für Verbesserungen. Der Austausch mit allen involvierten Akteuren liefert zudem laufend Hinweise, um Angebot und Kommunikation zu verbessern.

Für die Isartrails heisst das: Sensibilisierung wirkt nicht von heute auf morgen. Sie braucht Zeit, Wiederholung und verlässliche Botschaften. Das offizielle Angebot muss deshalb von Beginn an sichtbar, verständlich und emotional anschlussfähig sein – bei der Tourenplanung, in der Community und im Gelände. Erst wenn Menschen dieselbe Haltung immer wieder erleben, wird daraus Gewohnheit. Und aus Gewohnheit entsteht langfristig eine neue Trailkultur.

Graubünden: Mit Fairdinand zu mehr Respekt und Toleranz auf den Trails

Als kantonale Kampagne fördert Fairtrail seit 2019 in Graubünden Respekt und Toleranz zwischen den Wegnutzenden sowie gegenüber Wald, Wild und Alpwirtschaft, damit das bestehende Wegenetz weiterhin gemeinsam genutzt werden kann. Zur Kampagne gehören Grundlagenarbeit, Schulungen, Kommunikationsmaßnahmen, Fairdinand-Einsätze sowie die Entwicklung von konkreten Lösungen und Leitfäden zur Verbesserung der Koexistenz. Kennzeichnend ist, dass vom Tiefbauamt über das Amt für Wirtschaft sowie die Destinationen und vom Wanderleiter bis hin zum Bikeguide alle beteiligten Institutionen eingebunden sind. Die Initiative wird inzwischen von anderen Kantonen übernommen.

Infos: graubuenden.ch/fairtrail



„Auf Shared Trails gibt es viel weniger Probleme.“

Warum gilt das Verhältnis von Wanderern und Bikern als angespannt – und wie lässt es sich verbessern?
Nachgefragt bei **Judith Sturm**, Leiterin unserer Bike-Gruppe „Happy Trail Friends“

Interview: Thomas Ebert

Warum ist man bei den Begriffen Respekt und Verhalten so schnell beim Thema Mountainbiker vs. Wanderer? Wird das Thema aufgeblasen oder bestätigt sich das in der Praxis?

Judith Sturm: Es gibt Regionen, in denen Mountainbiker wissen, sie werden hier Wanderern begegnen, weil es kein reiner MTB-Trail ist, und umgekehrt. Schwierig kann es werden, wenn keiner damit rechnet. Da ist es schon die Pflicht des Mountainbikers, Rücksicht zu nehmen. In touristisch sehr beanspruchten Regionen mit vielen Wanderern macht das Mountain-

Wanderern ins Gespräch, die dann interessiert gucken, wie wir da so runterkommen – ein ganz angenehmes, offenes Verhalten miteinander. Weil wir in moderatem Tempo an solche Stellen herangehen. Sobald man breitet, wird man als Rowdy wahrgenommen.

In einer der letzten Ausgaben des bike-Magazins gab es einen Artikel mit dem Titel „Halt's Maul“, der eine aus dem Ruder gelaufene Begegnung von Bikern und Wanderern schildert. Hast du solche Feindseligkeiten auch schon erlebt?

Weite Trails, gute Sicht, wenig los:
So macht Mountainbiken Spaß.



biken eh keinen Spaß, weil sich alle zehn Meter die Frage stellt, wer lässt wen vor. Ich stelle schon fest, dass auf als „Shared Trail“ ausgewiesenen Wegen die Wanderer besser darauf gefasst sind, da gibt es viel weniger Probleme.

*Ist das der klassische Konflikt:
Der Wanderer, der vor dem Mountainbiker erschrickt?*

Ja, egal, ob von vorne oder von hinten. Wie gesagt, sind da die Mountainbiker in der Pflicht, nicht von hinten anzubrettern, zu schreien oder Vollbremsungen hinzulegen. Einige von uns, auch ich persönlich, nutzen die Trailbells. Damit wird man gehört, so gibt es schon mal keinen Schreckmoment. Und Geschwindigkeit ist natürlich immer ein Thema. Auf anspruchsvolleren Trails halten wir als Gruppe öfters an, inspizieren Passagen, warten auf alle. Da kommt man oft mit

Persönlich hatte ich das jetzt noch nicht, dass man wirklich aneinandergerät. Was solche Sachen aber begünstigt, sind Graubereiche – ist Biken erlaubt oder nicht? Man kann dann das Gespräch suchen, aber ich finde, das ist so ein bisschen wie im Alltag auch: Es gibt Charakterköpfe, bei denen du auch mit Argumenten und gutem Reden nicht weit kommst. Ich versuche einfach, keine Angriffsfläche zu bieten, und schaue, dass ein Miteinander am Berg entsteht, damit nicht noch mehr verboten wird.

Wie finde ich heraus, wo ich im Gebirge biken darf?

Im deutschsprachigen Raum unterscheiden sich die Regelungen je nach Land. In Deutschland ist Mountainbiken auf den meisten Wegen grundsätzlich erlaubt, sofern keine Verbote bestehen. In Südtirol und vielen Regionen Italiens gibt es ebenfalls ein dichtes

Netz legal befahrbarer Strecken, allerdings sind nicht automatisch alle Wege freigegeben. In Österreich darf man dagegen grundsätzlich nur auf ausdrücklich freigegebenen und beschilderten Mountainbike-Routen fahren. Ich empfehle aber grundsätzlich, dass man sich vor der Tour gut informiert. Offizielle Tourismus-Websites oder regionale Trailportale zeigen in der Regel schnell, welche Strecken legal befahrbar sind.

In eurem Selbstverständnis steht der Satz: „Wir sehen unsere Interessen aber auch als gleichberechtigt mit denen all der anderen Naturnutzer an.“ Seid ihr es manchmal leid, dass sich immer die Mountainbiker rechtfertigen müssen?

Eigentlich nicht. Es gibt schwarze Schafe, und ich kann verstehen, dass da manche allergisch darauf reagieren. Mich als Wanderer würde es auch stören, wenn jemand mit Karacho runterkommt und sich nicht bemerkbar macht. Das Wandern ist einfach schon ewig da, das Mountainbiken ist noch am Zunehmen, wird populärer. Es ist immer noch ein Entwicklungsprozess. Je mehr offizielle Trails es gibt – und die machen viele Regionen, weil sie darin ein Sommergeschäft sehen –, desto eher werden sich solche Konflikte hoffentlich auflösen. Wie die ganze E-Bike-Entwicklung dabei reinspielt, ist nochmal eine andere Frage.

Inwiefern?

Wir sind in der Gruppe zu 99 Prozent Bio-Biker und stellen fest, dass wir von Wanderern inzwischen auch viel Lob und Zuspruch bekommen, weil wir ohne Akku hochstrampeln.

Teilst du den Eindruck, dass mit dem Boom des E-Bikes alte, eigentlich befriedete Konfliktlinien wieder neu aufbrechen?

Ja, das glaube ich schon. Es nimmt einfach überhand. Es ist ja schön, dass sie vielen Leuten die Berge zugänglicher machen, aber ich finde es in manchen Fällen auch unverantwortlich. Nur weil man mit dem E-Bike einen Berg hochkommt, heißt es nicht, dass man auch sicher runterkommt, und das wird einfach unterschätzt. Und mit dem E-Bike ist auch ein gewisses Anspruchsdenken einhergegangen, etwa was Ladestationen auf Hütten angeht. Diese Entwicklung ist nicht mehr aufzuhalten, und da muss man schauen, wie man das wieder gut vereint bekommt.

Klingt so, als wäre zwischen den Bio-Bikern und den E-Bikern auch nicht alles ganz grün?

Da muss man schon differenzieren. Wer technisch gut mit seinem E-Bike umgehen kann und damit seinen Tourenradius erweitert – alles fein. Es geht eher um die Fälle, wo man schon auf breiten Forstwegen – von Trails will ich gar nicht sprechen – sieht, dass das ein Mismatch ist. Erstaunlich viele wissen



Foto: privat

↑

Judith Sturm ist Leiterin der Gruppe „Happy Trail Friends“ – die zu 99 Prozent aus „Bio-Bikern“ besteht.

nicht, wie man ein schweres E-Bike dosiert zum Stehen bekommt. Da ist das E-Bike teilweise wirklich eine Gefahr für die Person selbst, und für andere.

Besteht die Chance, dass ein wachsender Bikesport auch für mehr Gewöhnungseffekte auf Wandererseite sorgt? In der Schweiz oder in Südtirol funktioniert es ja nicht so schlecht.

Das ist denkbar, aber mancherorts ist die Masse schlichtweg zu groß, das hat nichts mit Biker vs. Wanderer zu tun. Wir haben zu Saisonbeginn nochmal versucht, mit den Rädern und per Bahn an den Tegernsee zu fahren, und das werden wir leider nie mehr machen. Die Region ist zu voll, deine Chancen, dass du zurückkommst, sind minimal, weil du einfach nicht in den Zug passt. Auch wenn jeder von uns happy wäre, wenn es gehen würde.

Wie verhält sich eigentlich der perfekte Wanderer?

Aus meiner Sicht ebenso respektvoll, genau wie sie es von uns erwarten. Das wenigste Konfliktpotenzial hat es, wenn am Beginn eines Wegs sichtbar wird, dass hier eine gemeinsame Nutzung besteht. Das bringt schon sehr, sehr viel, weil zumindest die umsichtigen Wanderer dann eben auch mit Mountainbikern rechnen.

Was ist deine Prognose für die Isartrails? Wird das was?

Ich hoffe sehr, dass es klappt, denn die Alternative wäre ja eine Komplettspernung. Die Pläne versprechen ja schon, dass es nicht nur eine bessere Forststraße im Wald wird, sondern Trailcharakter hat. Was im Würmtal umgesetzt worden ist, ist grandios: Die Ausschilderung ist top, die Trails machen Spaß – perfekt. Auf jeden Fall müssen wir von der unregelmäßigen Lage, wie sie jetzt ist, weg. Mit semioffiziell ist niemandem gedient.

„Nur weil man mit dem E-Bike einen Berg hochkommt, heißt es nicht, dass man auch sicher runterkommt, und das wird einfach unterschätzt.“

– Judith Sturm, Gruppenleitung „Happy Trail Friends“

Der Berg als Reifeprüfung – wie gemeinsamer Bergsport gelingt

Unter dem Schlagwort „alpine divorce“ wird derzeit viel über **Zusammenhalt, Verantwortung und Respekt auf Bergtouren** diskutiert. Drei Mitarbeitende geben Einblick, welche Grundsätze beim Alpenverein München & Oberland gelten und wie in Ausbildung und Tourenwesen kommuniziert und gehandelt wird – lange bevor Gruppen unter Druck geraten.

Text: Nadine Regel

Am K2 steigen Bergsteigerinnen und Bergsteiger an einem schwer verletzten pakistanischen Höhenträger vorbei zum Gipfel. Am Broad Peak entscheidet sich der Extrembergsteiger Lukas Wörle gegen den Gipfel und für die Rettung eines erschöpften pakistanischen Höhenträgers, den eine andere Gruppe bereits passiert hatte. Und am Mount Everest kämpft sich Hillary Dawa Sherpa nach sechs Tagen allein von rund 7600 Metern Höhe zurück in den Khumbu-Eisfall, nachdem er von seiner Expedition am Berg zurückgelassen worden war.

Solche und andere Fälle haben Schlagzeilen gemacht. Sicherlich auch, weil sie an den medienwirksamen Achttausendern stattfanden. Aber auch in den Alpen sorgte zuletzt der Tod einer 33-jährigen Frau für intensive Diskussionen. Sie war im Januar 2025 mit ihrem Partner unter schwierigen Bedingungen am Stüdlgrat des Großglockners unterwegs. Rund 30 Meter unterhalb des Gipfels konnte sie aufgrund extremer Erschöpfung nicht mehr weiter. Am Ende überlebte nur ihr Partner, der ohne sie den Rückzug antrat. Unter dem Schlagwort „alpine divorce“, auf Deutsch „alpine Scheidung“, berichteten daraufhin vor allem Frauen von ähnlichen Erfahrungen: wie sie mit ihrem Partner am Berg in Konflikt geraten und im schlimmsten Fall allein zurückgelassen werden.

Am Berg fällt die Maske, heißt es so schön. Bergtouren sind soziale Ausnahmesituationen: Körperliche Anstrengung, Wetter, Höhe und Unsicherheit beeinflussen Kommunikation, Entscheidungen und das Miteinander. Die entscheidende Frage lautet: Was entscheidet darüber, ob Seilschaften oder Gruppen unter Belastung zusammenhalten oder auseinanderbrechen?

„Die Ehrenamtlichen führen ihre Gruppen eigenverantwortlich, sind dabei aber nicht auf sich allein gestellt.“

– Tobias Zehetmeier

1. Professionelle Ausbildung und Betreuung: Tobias Zehetmeier

Unser *alpinprogramm* ist das größte Bergsport-Angebot in und um München. Rund 600 ehrenamtliche Tourenleiterinnen und Tourenleiter begleiten die Mitglieder jedes Jahr auf etwa 2000 Touren und Kursen. Der staatlich geprüfte Berg- und Skiführer Tobias Zehetmeier arbeitet seit fünf Jahren für den Alpenverein München & Oberland und verantwortet das *alpinprogramm* mit. Der 41-Jährige betreut die Auswahl und Ausbildung neuer Tourenleiterinnen und Tourenleiter, unterstützt sie bei sicherheitsrelevanten Entscheidungen und ist Mitglied im Bundeslehrteam Bergsteigen des DAV.



Foto: Archiv Zehetmeier

Bergführer Tobias Zehetmeier berät und betreut die Auswahl und Ausbildung unserer Tourenleiterinnen und -leiter.

→
Transparente Entscheidungen und offene Kommunikation sind die Grundsätze von Tourenleiter Ralf Mansour-Agather (re.).

„Die Ehrenamtlichen führen ihre Gruppen eigenverantwortlich, sind dabei aber nicht auf sich allein gestellt“, sagt Zehetmeier. Dahinter steckt ein bewusstes System. Während staatlich geprüfte Berg- und Skiführer eine rund dreieinhalbjährige Ausbildung mit umfassender Prüfung absolvieren und gezielt auf „alpine Worst-Case-Szenarien“ vorbereitet werden, engagieren sich Tourenleiterinnen und Tourenleiter im DAV ehrenamtlich. Ihre Ausbildung für eine C-Lizenz dauert insgesamt etwa zwei Wochen und umfasst neben alpinen Grundlagen auch Führung, Kommunikation und Gruppendynamik. Ergänzt wird sie durch regelmäßige Fortbildungen (alle vier Jahre) und viel Praxiserfahrung.

Die Leiterinnen und Leiter übernehmen Verantwortung für ihre Gruppen, können sich bei komplexen Fragen jedoch auf die Unterstützung der hauptamtlichen Bergführer verlassen. Vor jeder Veranstaltung erhalten sie ein Tourenkonzept. Bei Bedarf stimmen sie sich bei Fragen zu Wetter, Route oder Sicherheit mit Zehetmeier oder seinem Bergführerkollegen Winni Kurzeder ab. Bereits in der Planung werden Risiken berücksichtigt – etwa Lawinenlage, Schlechtwetteralternativen oder Ausstiegsoptionen. Bei schwierigen Verhältnissen werden Touren abgesagt.

Jährlich starten etwa 30 bis 50 neue Tourenleiterinnen und Tourenleiter in ihr Ehrenamt. Neben der fachlichen Qualifikation spielen vor allem die persönliche Eignung eine zentrale Rolle, betont Zehetmeier. Entscheidend sei, ob jemand Verantwortung übernimmt, auch unter Druck Entscheidungen treffen kann und die Bedürfnisse der Gruppe über eigene Ziele stellt. „Diese intrinsische Motivation, wirklich mit Menschen arbeiten zu wollen, hat man oder man hat sie nicht“, sagt Zehetmeier.

Auch das Feedback zu Veranstaltungen wird systematisch erhoben. Rückmeldungen von Teilnehmenden werden ernst genommen und gemeinsam ausgewertet. Ziel ist es nicht, Fehler zu bestrafen, sondern daraus zu lernen. Gleichzeitig gibt es klare Grenzen. Wer wiederholt respektlos handelt oder Sicherheitsregeln missachtet und keine Bereitschaft zeigt, sein Verhalten zu ändern, kann künftig keine Touren mehr leiten.

Foto: Archiv Mansour-Agather



SCHWERPUNKT RESPEKT

„Menschen wollen wissen, warum ich eine Entscheidung treffe.“ – Ralf Mansour-Agather

2. Die Gruppe als „Safe Space“: Ralf Mansour-Agather

Wie diese Prinzipien in der Praxis gelebt werden, zeigt Ralf Mansour-Agather. Der 59-jährige arbeitet hauptberuflich im Mitgliederservice der Sektion München und ist als Internationaler Bergwanderführer (UIMLA) für unser *alpinprogramm*, aber auch für Bergschulen unterwegs.

Für ihn beginnt eine gelungene Sektionstour lange vor dem ersten Schritt am Berg. Bei einem Videocall lernen sich die Teilnehmenden kennen und besprechen Erwartungen, Anforderungen sowie offene Fragen, etwa zur Ausrüstung. Am Tourentag nimmt er sich bewusst Zeit für eine Vorstellungsrunde. „Wer gemeinsam unterwegs ist, muss zunächst Vertrauen aufbauen“, sagt er. Deshalb fragt er nach den persönlichen Beweggründen und Erwartungen der Teilnehmenden und macht deutlich: „Ich möchte, dass die Menschen wissen: Sie können jederzeit auf mich zukommen, auch außerhalb der Gruppe.“ Dieses Vertrauen bildet für Mansour-Agather die Grundlage guter Kommunikation.

Aus seiner Sicht habe sich der Führungsstil im Bergsport grundlegend verändert. Das Bild des wortkargen Anführers, der schweigend vorausgeht und dessen Entscheidungen nicht hinterfragt werden, passe heute kaum noch zur Realität. „Menschen wollen wissen, warum ich eine Entscheidung treffe“, sagt er. Werden Wetterentwicklung, Schneeverhältnisse oder andere Risiken nachvollziehbar erklärt, tragen die Teilnehmenden Entscheidungen eher mit.

Dazu gehört auch, Menschen mit ihren Erwartungen, Unsicherheiten und Ängsten ernst zu nehmen. Gerade in den Bergen stoßen Menschen ans Limit ihres Könnens. Umso wichtiger sei es, eine Atmosphäre zu schaffen, in der Sorgen offen ausgesprochen werden

alpinwelt 3/2026

können. „Die Gruppe sollte ein Safe Space sein“, sagt Mansour-Agather. Wer Angst hat, umkehren möchte oder eine Pause braucht, muss das ohne negative Konsequenzen äußern können.

Zu seiner Aufgabe gehört auch, unterschiedliche Leistungsniveaus bewusst einzubinden. Stärkere Teilnehmende bittet er manchmal, am Ende der Gruppe zu gehen oder andere zu unterstützen. „Entscheidend ist, dass jede Person ihren Platz findet und sich weder über- noch unterfordert fühlt“, sagt er.

Mindestens ebenso wichtig wie alpine Kompetenz sei deshalb Menschenkenntnis. Tourenleiterinnen und Tourenleiter müssen schwierige Situationen früh erkennen, Konflikte einordnen – und gleichzeitig ausreichend Distanz wahren. „Die Leute erleben mich in erster Linie in meiner Funktion, nicht als Privatperson Ralf“, sagt Mansour-Agather.

Konflikte lassen sich dennoch nicht immer vermeiden. Besonders herausfordernd sind Teilnehmende, die wiederholt Absprachen missachten oder die Gruppe gefährden. In solchen Fällen setzt Mansour-Agather zunächst auf Gespräche und versucht, Verständnis für die Situation zu schaffen. Reicht das nicht aus, muss er konsequent handeln. „Am Ende geht es immer um die Sicherheit der ganzen Gruppe“, sagt er. Im Ausnahmefall kann das bedeuten, eine Person von der Tour auszuschließen oder sie von einer vorzeitigen Abreise zu überzeugen.

3. Respekt durch Perspektivwechsel: Marlies Schurz

Wenn Zusammenhalt am Berg davon abhängt, andere wahrzunehmen und Verantwortung füreinander zu übernehmen, stellt sich die Frage, wo solche Kompetenzen entstehen. Für Marlies Schurz beginnt dieser Lernprozess lange bevor Menschen gemeinsam einen Berg besteigen.

Die 59-Jährige ist bei der Sektion München für Inklusion sowie die Qualität der Kinder- und Jugendtrainings im Klettern verantwortlich. Seit mehr als zehn Jahren arbeitet sie für den Deutschen Alpenverein. Die Initiative „mItklettern“ begann als kleines Projekt und ist heute fester Bestandteil. Ein rund 20-köpfiges Team betreut mehrere inklusive Klettergruppen mit Menschen mit sehr unterschiedlichen körperlichen und geistigen Voraussetzungen.

Als Schurz die Aufgabe übernahm, hatte sie kaum Erfahrung mit Menschen mit Behinderung. „Das war für mich eine komplette Blackbox“, sagt sie. Fortbildungen, der Austausch mit erfahrenen Kolleginnen und Kollegen sowie die praktische Arbeit mit den Gruppen halfen ihr, das Team aufzubauen und das Kursangebot

Wer sich zu sehr auf eigene Ziele konzentriert, verliert sein Gegenüber aus den Augen: Klettertrainerin Marlies Schurz plädiert für Perspektivwechsel.



weiterzuentwickeln. Heute ist die Nachfrage groß. „Wir suchen inzwischen eher Kinder und Jugendliche ohne Behinderung, die Teil einer inklusiven Gruppe werden möchten“, sagt sie.

Was Schurz dabei immer wieder beobachtet, ist ein Perspektivwechsel – vor allem bei Menschen ohne Behinderung. Viele erleben zum ersten Mal, wie unterschiedlich Leistung aussehen kann. Manche Kinder mit geistiger Behinderung brauchen Wochen, bis sie sich überhaupt trauen, einen Klettergurt anzuziehen. Andere wagen es zunächst nur wenige Sekunden, in einem eingehängten Seil zu schaukeln. Ein Teilnehmer benötigte eineinhalb Jahre, bis er sich zutraute, in einer leichten Route vorzusteigen. „Für Außenstehende mögen das kleine Schritte sein, für die Betroffenen sind sie gewaltige Erfolge“, sagt Schurz. Gerade dieser Respekt vor den individuellen Fortschritten anderer sei aus ihrer Sicht der wichtigste Effekt inklusiver Gruppen.

Davon profitieren alle Beteiligten. Kinder und Jugendliche ohne Behinderung lernen in den inklusiven Gruppen nicht nur Rücksichtnahme, sondern auch Ausdauer, Beharrlichkeit und, besonders wertvoll, einen differenzierten Blick auf Leistung. Denn wer sich im Bergsport stark auf die eigenen Ziele konzentriert, dem geht der Blick für das Gegenüber leicht verloren. „Wenn dieser Perspektivwechsel gelingt und man sich fragt: Wo steht der andere gerade? Was braucht er? Dann passieren unglaublich schöne Dinge“, sagt Schurz.

Diese Erfahrungen versucht sie inzwischen auch auf ihre regulären Kinder- und Jugendgruppen zu übertragen. Entstehen Konflikte oder setzen sich Kinder



Foto: Archiv Schurz

„Wir sind soziale Wesen. Kooperation ist unser Evolutionsvorteil.“ – Marlies Schurz

gegenseitig unter Druck, hält sie die Situation bewusst an und fragt: Was ist gerade passiert? Wie geht es euch damit? Wie können wir das gemeinsam lösen und es beim nächsten Mal besser machen?

„Wir sind soziale Wesen“, sagt Schurz. „Kooperation ist unser Evolutionsvorteil.“ Soziale Lernräume zu schaffen, hält sie daher für eine wichtige Aufgabe der Alpenvereine, die sich nicht nur auf die Kurse und Touren im *alpinprogramm* beschränkt. Denn am Berg zeigt sich nicht nur, ob Menschen technisch bestehen – sondern ob sie Verantwortung für sich und andere übernehmen.

ZUR PERSON



Nadine Regel

weiß aus eigener Erfahrung, wie stark Emotionen eine Bergtour beeinflussen können. Am liebsten ist sie mit ihrem Hund Ralfi unterwegs. Sein Wohl steht stets an erster Stelle, eigene Ambitionen rücken in den Hintergrund und Konflikte spielen keine Rolle.

Tipps für private Touren

Wer nicht auf geführten oder geleiteten Bergtouren unterwegs ist, muss mehr Verantwortung selbst übernehmen. Acht Tipps, an was man dabei denken sollte:

1. Tourenpartner bewusst auswählen

Die Zusammensetzung der Gruppe hat großen Einfluss auf die Sicherheit und das Tourenerlebnis. Erfahrung, Können und Erwartungen sollten zueinander passen. Bei neuen Tourenpartnern ist es sinnvoll, sich auf einfachen Touren kennenzulernen, um Fähigkeiten zu entdecken und Vertrauen zu entwickeln.

2. Eigene Kompetenz entwickeln und Verantwortung übernehmen

Sicherheit entsteht, wenn alle Beteiligten grundlegende Fähigkeiten selbst beherrschen und Entscheidungen nachvollziehen können. Kenntnisse wie Orientierung, Wetterkunde, Tourenplanung und Verhalten in Notfällen lassen sich durch Ausbildungskurse oder durch gemeinsame Tourenerfahrungen gezielt aufbauen.

3. Ziele und Erwartungen vorab klären

Ob sportliche Herausforderung oder gemeinsames Naturerlebnis – die persönliche Motivation hinter einer Bergtour sollte für alle klar sein. Wenn sich Ziele nicht gut vereinbaren lassen, kann auch ein bewusst getrenntes Vorgehen eine faire Lösung sein.

4. Flexibilität durch Alternativen schaffen

Eine gute Tourenplanung berücksichtigt immer mögliche Anpassungen. Dazu gehören leichtere Varianten, verkürzte Ziele oder ein klar definierter Umkehrzeitpunkt. Solche Optionen helfen, unterwegs ohne Druck Entscheidungen zu treffen.

5. Risiken systematisch einschätzen mit dem 3x3-Prinzip

Das 3x3-Schema unterstützt dabei, Risiken systematisch zu beurteilen. Die drei Faktoren Verhältnisse, Tour und Mensch werden zu drei Zeitpunkten (vor, während und nach der Tour) überprüft. Mehr dazu unter *alpenvereine.de*.

6. Rollen und Erfahrungen in der Gruppe transparent machen

In privaten Gruppen bleiben Verantwortlichkeiten oft unausgesprochen. Deshalb früh klären, wer welche Erfahrung mitbringt, wer sich im Gebiet auskennt oder wer im Notfall unterstützen kann. Das stärkt die Entscheidungsfähigkeit und reduziert Missverständnisse.

7. Aufeinander achten und gemeinsam entscheiden

Eine Tour gelingt dann, wenn bei Tempo, Pausen und Entscheidungen alle mitgenommen werden. Dazu zählt auch die Gruppendynamik: Wenn Unsicherheiten nicht mehr ausgesprochen werden oder einzelne Stimmen dominieren, beeinträchtigt das die Entscheidungsqualität. Offene Kommunikation ist deshalb zentral für Sicherheit und Respekt.

8. Umkehren als selbstverständliche Option verstehen

Eine gemeinsam beschlossene Umkehr ist kein Zeichen von Scheitern, sondern Ausdruck von Umsicht und gegenseitigem Respekt. Wenn diese Möglichkeit vor der Tour gemeinsam akzeptiert wird, fällt es unterwegs leichter, sie ohne Druck umzusetzen.

Respekt vor der Vielfalt: Der DAV ist bunt.



Das Projekt **„Bergsport für alle!“** soll Zugänge schaffen und Teilhabe ermöglichen – was 2026 passiert ist und was noch bevorsteht

Text: Anna Schöwel

Bergsport steht für Fairness, Respekt, Inklusion und persönliches Engagement. Als größter Bergsportverein des Landes setzen wir uns klar und aktiv für Offenheit, Vielfalt und gegenseitige Akzeptanz ein. Unser Ziel ist es, allen Menschen – unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Alter oder physischen oder psychischen Voraussetzungen – den Zugang zum Bergsport zu ermöglichen. Mit gezielten Angeboten und Kooperationen wollen wir noch mehr Menschen für den Bergsport begeistern und ihn als Raum für Begegnung, Teilhabe und Zusammenhalt gestalten.

„Menschen mit Flucht- oder Migrationsgeschichte, insbesondere Frauen, sind im Vereinskontext des Alpenvereins München & Oberland deutlich unterrepräsentiert.“



In der Thalkirchner Kletterhalle brachte unser Angebot gezielt geflüchtete Frauen und Vereinsmitglieder zusammen.

Das Projekt *„Bergsport für alle! Zugänge schaffen, Teilhabe ermöglichen“* schafft Beteiligungsmöglichkeiten und öffnet den Verein interkulturell. Es bietet Menschen mit Flucht- oder Migrationsgeschichte, insbesondere Frauen – eine Gruppe, die im Vereinskontext des Alpenvereins München & Oberland deutlich unterrepräsentiert ist – niedrigschwellige Zugänge zum Bergsport. Auf gemeinsamen Wanderungen oder beim Klettern werden durch Sensibilisierung, Prävention, Vernetzung und respektvollen Austausch Räume geöffnet, die Begegnung und Dialog ermöglichen. Kooperiert haben wir dabei mit der Sozialeinrichtung *„JUNO – eine Stimme für geflüchtete Frauen“*. Gefördert wird das Projekt durch das Bundesprogramm *„Integration durch Sport“* im Rahmen des DOSB-Sonderfondsprojekts 2026 – dem ein besonderer Dank gilt.

Den Auftakt des Projekts bildeten zwei Veranstaltungen im Rahmen der Internationalen Wochen gegen Rassismus 2026 der Stadt München. Unter dem Motto *„Gemeinsam Berge erleben – Wandern verbindet“* nahmen 25 Frauen sowie ein Kleinkind an einer leichten Rundwanderung über idylli-



Foto: Anna Schöwel

„Die Erfahrungen aus beiden Angeboten zeigen deutlich: Es entstehen echte Begegnungen auf Augenhöhe, neue soziale Kontakte und eine konkrete Teilhabe an der Gesellschaft.“



Foto: Andreea Welser



Auch beim Benefizlauf „Giro di Monaco“ waren wir aktiv vertreten.



Echte Verbindungen (und sogar eine Gruppengründung) schuf die gemeinsame Wanderung im Wettersteingebirge.

sche Waldwege mit beeindruckendem Blick auf das Zugspitzmassiv bis zur Tannenhütte oberhalb von Garmisch-Partenkirchen teil. Im Mittelpunkt standen die gemeinsame Bewegung in der Natur, die Begegnung und der persönliche Austausch. Gleichzeitig legte der Tag am Berg auch die Grundlage für eine zukünftige Gruppengründung. Die zweite Veranstaltung, „*Brücken bauen durch Bewegung – Klettern verbindet*“, brachte im DAV Kletter- und Boulderzentrum München-Süd in Thalkirchen gezielt geflüchtete Frauen mit Vereinsmitgliedern zusammen. Die Erfahrungen aus beiden Angeboten zeigen deutlich: Es entstehen echte Begegnungen auf Augenhöhe, neue soziale Kontakte und eine konkrete Teilhabe an der Gesellschaft.

Im Mai beteiligte sich der Alpenverein München & Oberland zudem am Benefizlauf „*Giro di Monaco*“ des Bellevue di Monaco, einem Wohn- und Kulturzentrum für Geflüchtete und Münchnerinnen und Münchner. Durch den gemeinsamen Aufruf und die Teilnahme von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden setzten die Sektionen ein sichtbares Zeichen für Vielfalt, Demokratie und gesellschaftlichen Zusammenhalt. Für

das dritte Quartal 2026 ist das Seminar „*Fit für die Vielfalt*“ des Bayerischen Landes-Sportverbands (BLSV) geplant. Die Qualifizierungsmaßnahme für Mitarbeitende des Vereins, bei der es u. a. um die Reflexion von Vorurteilen im Vereinsalltag geht, soll ein diskriminierungssensibles Miteinander fördern.

Aufgrund der großen Nachfrage ist für Sonntag, den 4. Oktober eine weitere Wanderung für Frauen geplant, eine Anmeldung ist auf unserer Website möglich. Auch das Kletterangebot wird mit einem kombinierten Grund- und Aufbaukurs im Kletter- und Boulderzentrum München-Süd fortgeführt. Außerdem sind eine „*Bergtour für Demokratie*“ sowie ein Frauengründungsabend geplant, um die bisherige Projektarbeit langfristig und strukturell zu verankern.

Am Berg entstehen Verbindungen, die weit über den Sport hinausreichen: Aus Fremdheit wird Vertrautheit, aus Zurückhaltung Selbstvertrauen und aus Einzelnen Gemeinschaft. Damit leistet der Alpenverein München & Oberland einen aktiven Beitrag zu einer offenen und vielfältigen Gesellschaft und übernimmt gesellschaftliche Verantwortung.

Weitere Infos und Anmeldung zu den geplanten Veranstaltungen auf unserer Website unter „Engagement“



ZUR PERSON



Anna Schöwel

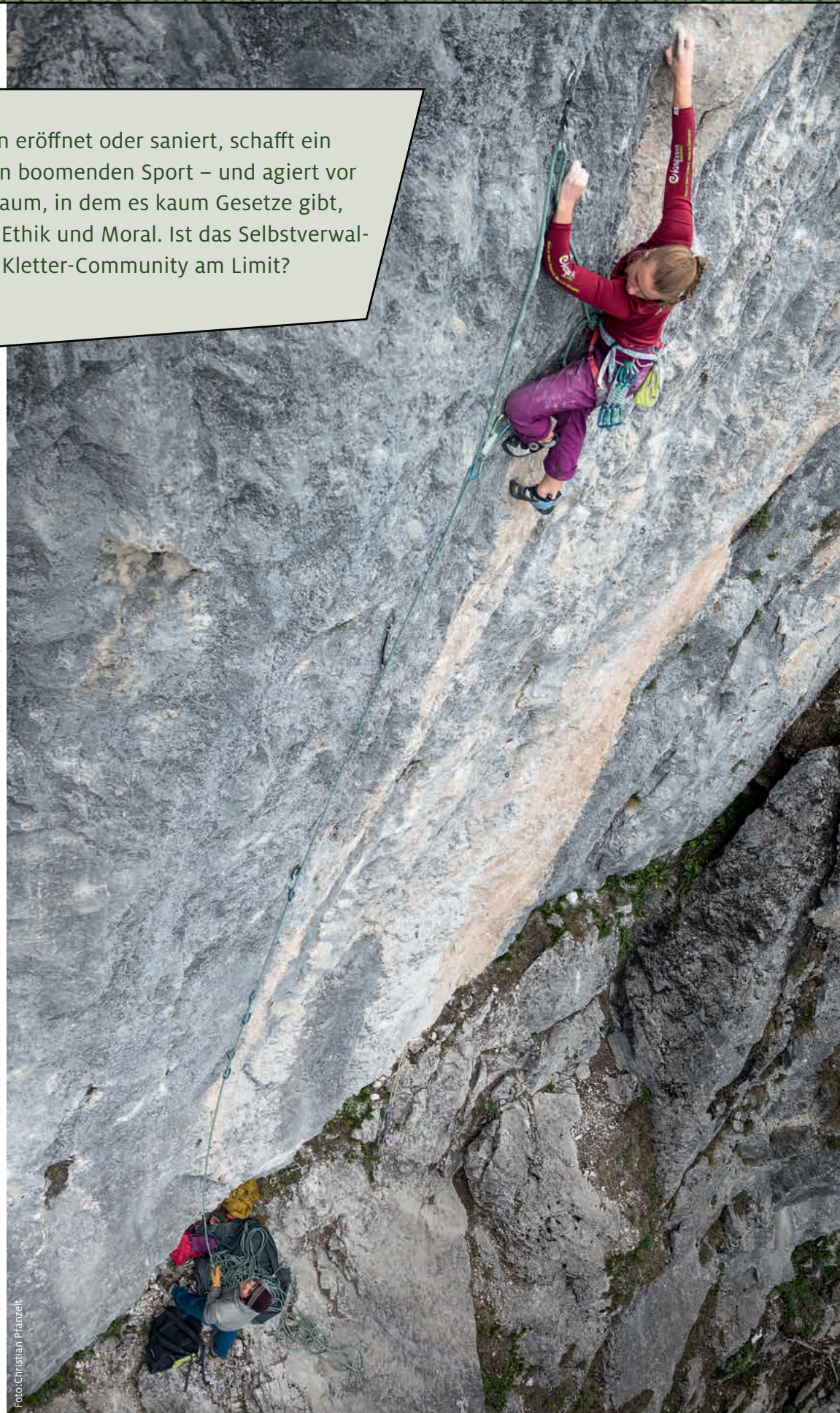
ist bei der Sektion Oberland Leiterin des Projekts „Integration durch Sport“.

Kletterethik: *von Stil und Diebstahl*

Wer Kletterrouten eröffnet oder saniert, schafft ein Angebot für einen boomenden Sport – und agiert vor allem in einem Raum, in dem es kaum Gesetze gibt, aber umso mehr Ethik und Moral. Ist das Selbstverwaltungsprinzip der Kletter-Community am Limit?

Text: Klara Palme

Foto: Christian Pfanzelt



Mit Hakenabständen wie in der Halle lassen sich auch im Alpinklettern Grenzen verschieben. Fehlt der Respekt vor dem Abenteuer?

Kletterer haben bekanntlich Nerven aus Stahl und geraten nicht so schnell aus der Fassung. Zumindest nicht, wenn es um die Suche nach dem nächsten Griff oder Tritt geht. Hitzig kann es jedoch werden, wenn der Stil beim Erschließen oder Sanieren von Kletterrouten diskutiert wird. Konflikte darüber sind so alt wie der Klettersport selbst und reichen vom „Mauerhakenstreit“ Anfang des 20. Jahrhunderts über den „Mord am Unmöglichen“ bis zu den heutigen Fehden zwischen Plaisir-Verfechtern und Bohrhaken-Gegnern. Ein prominentes Beispiel: Als die Sektion Oberland in den 90er-Jahren Bohrhaken an den Standplätzen der berühmten „Herzogkante“ an der Laliderer-Nordwand im Karwendel setzen ließ, dauerte es nicht lange, bis die Hakenlaschen durch Umschlagen unbrauchbar gemacht wurden.

Hinter den emotionalen Debatten und Taten stecken grundlegende Fragen: Wie viel Veränderung am Fels darf sein? Welche Verantwortung haben Erstbegeher, und wie weit darf man beim Sanieren bestehender Routen gehen?

Meinungen zu diesem Thema gibt es vermutlich so viele, wie es Kletterer gibt. Das Gleichgewicht zwischen Sicherheit und Ethik ist nicht schwarz oder weiß, es ist eine Nuance von grau. Auch wenn einige Erschließungsdebatten im Netz oder alpinen Zeitschriften stattfinden, werden die Regeln zu korrektem Verhalten am Fels oft mündlich weitergegeben. Die wenigsten Kletterer wissen, dass es einen „ethischen Wertekompass“ gibt: Im September 2002 wurde auf dem „Future of Mountain Sports“-Kongress in Innsbruck die sogenannte „Tirol Deklaration“ verabschiedet. Beteiligt am Kongress waren nicht nur 23 Bergsportverbände (natürlich auch der DAV), sondern auch namhafte Größen aus dem Bergsport, wie Alexander Huber, Reinhold Messner oder Chris Bonington. Dass man einen solchen Wertekompass als notwendig erachtete, lag u. a. an den Auswüchsen des kommerziellen Expeditionsbergsteigens (Everest-Tragödie 1996) und am immer dringlicheren Naturschutz, aber

eben auch an den zunehmenden Diskussionen um das richtige Maß an Erschließung und Sanierung von Kletterrouten. Die bedeutenden Gipfel der Alpen sind bestiegen, die offensichtlichen Linien der großen Wände geklettert. Herausforderungen für kommende Generationen werden immer knapper, weshalb der Stil bei Neuerschließungen zunehmend im Vordergrund steht.

Unfallprävention oder Geschichtsverfälschung?

Die Tirol Deklaration besteht im Kern aus zehn kurzen Artikeln, wobei zwei sich dem Erschließungsthema konkreter widmen. Artikel 8 hat den Titel „Guter Stil“ und bestätigt in der Maxime nur, dass Stil im Bergsport unter Selbstverwaltung steht: „Was guter Stil ist, wird (...) von den Aktiven definiert.“ Ein paar Leitplanken immerhin setzt der Artikel noch: Guter Stil ist eine „hochwertige Durchführung“, um die „sportliche Herausforderung, das Naturerlebnis und die individuelle Grenzerfahrung zu ermöglichen“. Und Artikel 9 der Tirol Deklaration hält fest, dass Erstbegehungen und Erstbesteigungen „in einem Stil durchgeführt werden (sollten), der zumindest der in der jeweiligen Region üblichen ‚Kletterethik‘ entspricht“. Aber was bedeutet das konkret?

Eine zentrale Stilfrage beim Klettern ist, ob eine neue Route traditionell „von unten“ eröffnet wird. Die Erstbegeher klettern dabei im Vorstieg in unbekanntes Gelände und bringen währenddessen ihre Sicherungen an. Linien entstehen aus der direkten Auseinandersetzung mit dem Fels, was Mut, Überwindung und selbstverantwortliches Handeln fordert. Demgegenüber steht die, bergsportethisch gesehen, minderwertigere Erschließung von oben, bei der die Felswand im Abseilen geputzt und mit Bohrhaken ausgestattet wird. Sicher im Seil hängend bleibt genügend Zeit, um Hakenpositionen und -abstände gezielt festzulegen und sportlich attraktive Routen zu schaffen. In kurzer Zeit können so zwar viele oder lange Routen entstehen, aber Stil

Die Tirol Deklaration – ein Papiertiger?

Anlässlich 20 Jahre Tirol Deklaration hat Alpinjournalist Andi Dick 2023 im Alpenvereinsorgan *bergundsteigen* die Hintergründe und die Wirksamkeit der Tirol Deklaration aufgearbeitet. Der Volltext ist frei verfügbar im bergundsteigen-Archiv und direkt unter dem QR-Code.



Und Friede auf Bergen:
20 Jahre Tirol Deklaration

und Leistung hängen nicht zwingend mit Geschwindigkeit und Menge zusammen. Und tatsächlich urteilt die Tirol Deklaration in ihrer Langfassung diesbezüglich scharf und konkret: „Das vorherige Erkunden einer Route von oben (...) reduziert die sportliche Leistung“ (Art. 8, Abs. 5); und: „Erstbegehungen von alpinen Routen werden ausschließlich ‚von unten‘ durchgeführt.“ (Art. 9, Abs. 2.)

Auch die Wahl der Sicherungsmittel spielt eine wichtige Rolle. Bohrhaken, Schlaghaken oder mobile Sicherungen? Viele Alpinisten bevorzugen letztere, denn Keile und Klemmgeräte werden wieder entfernt und hinterlassen keine dauerhaften Spuren. Die Verantwortung für eine gute Absicherung, aber auch das Gefühl der Erstbegehung, gehen auf die Wiederholer über, die entsprechende Erfahrung und solides Können mitbringen müssen. Dies gilt auch für Schlaghaken, die zwar meist in der Wand verbleiben, aber oft durch mobile Sicherungen ergänzt werden müssen. Andere sehen Bohrhaken als einzig legitimes Mittel, um Routen sicher und vor allem nachhaltig begehbar zu machen. Ob der Fels möglichst unberührt bleibt oder zugunsten des Sports technisch verändert wird, bleibt dem Erschließer überlassen. Ein klares Tabu ist zumindest das Abschlagen von Griffen, das Vergrößern von Tritten oder andere künstliche Veränderungen am Fels.

Untrennbar damit verbunden die Frage nach der Zahl von fixen Sicherungen. Wann ist eine Route ausreichend gesichert, wann ist sie übersichert? Während im modernen „Plaisirklettern“ eng gesetzte

Auszüge aus der Tirol Deklaration 2002, DAV-Fassung:

Artikel 1 Eigenverantwortung

Artikel 2 Teamgeist

Artikel 3 Die Gemeinschaft der Bergsteiger und Kletterer

Artikel 4 Zu Gast in fremden Ländern

Artikel 5 Pflichten von Bergführern und anderen Gruppenleitern

Artikel 6 Notsituationen, Sterben und Tod

Artikel 7 Zugangsfragen und Naturschutz

Artikel 8 Guter Stil

MAXIME

Für viele Bergsteiger und Kletterer ist es wichtiger, wie sie ein Problem lösen, als dass sie es lösen. Was „Guter Stil“ ist, wird für jede einzelne Disziplin des Bergsports von den Aktiven definiert, wobei es erhebliche regionale und nationale Unterschiede gibt. Um die sportliche Herausforderung, das Naturerlebnis und die individuelle Grenzerfahrung zu ermöglichen, streben Bergsportler eine stilistisch hochwertige Durchführung von Unternehmen in der von ihnen jeweils betriebenen Disziplin an. Dabei beachten sie die oben formulierten sozialen und ökologischen Standards. (...)

5. Die allgemein angestrebte Form der Durchsteigung einer Freikletterroute – sowohl im Plaisir- als auch im Abenteuermodus – ist die Rotpunkt-Onsight-Begehung. Das vorherige Erkunden einer Route von oben sowie das Einüben der Bewegungen reduziert die sportliche Leistung. Eine mit Ruhen oder Sturz durchgeführte Begehung gilt als nicht vollwertig. (...)
7. Wir sind bestrebt, den ursprünglichen Charakter aller Kletterführer zu erhalten, vor allem jener mit historischer Bedeutung. Dies heißt, dass Kletterer darauf verzichten sollten, die Zahl der fixen Sicherungen in einer Route zu erhöhen. Hiervon kann abgesehen werden, wenn man sich auf örtlicher Ebene einig ist – dazu gehört auch die Zustimmung der Erstbegeher –, dass die Zahl der Sicherungen durch das Hinzufügen oder Entfernen von Fixpunkten geändert werden soll. (...)

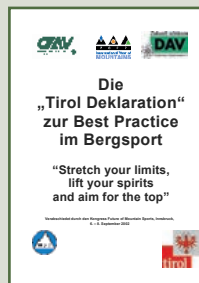
Artikel 9 Erstbegehungen und Erstbesteigungen

MAXIME

Die Erstbegehung einer Route ist wie die Erstbesteigung eines Berges ein kreativer Akt. Sie sollte in einem Stil durchgeführt werden, der zumindest der in der jeweiligen Region üblichen „Kletterethik“ entspricht und Verantwortung zeigen gegenüber der örtlichen Bergsportgemeinschaft sowie den Bedürfnissen kommender Generationen.

1. Erstbegehungen und Erstbesteigungen sollten nur durchgeführt werden, wenn dies naturverträglich möglich ist und sie im Einklang stehen mit den örtlichen Regelungen, den Wünschen der Grundbesitzer und dem religiösen Empfinden der lokalen Bevölkerung.
2. Wir verzichten darauf, den Fels durch das Schlagen und Anbringen von Haltepunkten zu verändern.
3. Erstbegehungen von alpinen Routen werden ausschließlich „von unten“ durchgeführt.
4. Solange sie die lokalen Traditionen in vollem Umfang respektieren, steht es den Erstbegehern frei, selbst über den Absicherungsstandard ihrer Führe zu entscheiden (unter Beachtung der unter Artikel 8 formulierten Empfehlungen). (...)
7. Abenteuerführer sollten so weit wie möglich im Naturzustand belassen werden. In diesen Routen sollten wir möglichst mobile Sicherungsmittel zum Einsatz bringen, Bohrhaken äußerst sparsam einsetzen und die lokalen Traditionen respektieren. (...)
10. Es ist wichtig, über Erstbegehungen und Erstbesteigungen so detailliert wie möglich zu berichten. Die Ehrlichkeit und Integrität eines Kletterers und Bergsteigers wird nicht in Zweifel gezogen, solange keine eindeutig belastenden Beweise vorliegen. (...)

Artikel 10 Sponsoring, Werbung und Public Relations



Die gesamte Tirol Deklaration, die auch zu Fragen von Religion, Müll, Körperpflege und Unterhaltungselektronik Stellung bezieht, findet sich auf der DAV-Website oder direkt hinter dem QR-Code.



Foto: Georg Bollinger



Früher hat's die Köpfelschlinge getan, aber doppelt hält eben besser: Bohrhaken können den gesamten Charakter einer Kletterroute ändern.

Bohrhaken selbstverständlich sind, ist bei traditionellen alpinen Routen mehr Selbstverantwortung gefragt. Weite Hakenabstände fordern nicht nur körperliches Können, sondern auch eine gute Selbsteinschätzung, Selbstüberwindung und eine starke Psyche. Werden solche Passagen nachträglich mit zusätzlichen Bohrhaken versehen, verändert sich der gesamte Charakter einer Kletterroute. Besonders bei der Sanierung historischer Linien ist das extrem heikel. Alte Haken korrodieren und müssen irgendwann ersetzt werden. Doch soll man dabei lediglich die vorhandenen Sicherungen erneuern oder die Gelegenheit nutzen, um Routen an moderne Sicherheitsstandards anzupassen? Befürworter zusätzlicher Haken argumentieren mit Unfallprävention, Gegner sprechen von einer Verfälschung der Alpingeschichte, denn Mut und Risikobereitschaft sind zentrale Bestandteile der damaligen Leistung. Die Tirol Deklaration bezieht auch hier klar Stellung: „Der ursprüngliche Charakter einer Kletterroute muss bewahrt werden, eine nachträgliche Erhöhung von Fixpunkten ist ohne Absprache mit den Erstbegehern tabu.“ Ähnliches gilt auch bei der Erschließung, die an den Stil der bestehenden Routen angepasst und mit der lokalen Gemeinschaft abgesprochen sein sollte.

Was zählt die Tirol Deklaration heute in der Praxis?

So weit die Theorie. Als selbst erarbeitetes Wertefundament sind diese Regeln der Tirol Deklaration zwar in Kletterführern, DAV-Empfehlungen und teilweise in regionale Vereinbarungen eingeflossen. Aber wer hält sich daran? Wer nimmt freiwillig das Risiko in Kauf, dass eine Erschließung eingeschränkt oder sogar verboten wird? Im Klettersektor „Traumfängerwand“ in Kochel war die Freude über neue Routen kurz, denn nach der Veröffentlichung wurde der Erschließer aufgrund naturschutzrechtlicher Vorgaben sanktioniert. Ein für diese Region von DAV, IG Klettern, Behörden und Naturschutzverbänden gemeinsam erarbeitetes Kletterkonzept sollte solche Konflikte vermeiden. Als Konsequenz unseres Verhaltens entstehen Regeln, die gerade bei Kletterern extrem unbeliebt sind. Aber wie können wir sonst respektvollen Umgang durchsetzen? Positive Beispiele – auch die

existieren im Oberland – gibt es dann, wenn alle Beteiligten frühzeitig eingebunden und ihre Bedürfnisse respektiert werden, von Behörden über Ranger bis hin zu den Almbauern und der lokalen Kletterszene. Das kostet zwar Zeit, aber durch den respektvollen Umgang miteinander und eine sinnvolle Zutrittsbeschränkung, beispielsweise durch den Verzicht auf Veröffentlichung, lassen alle wohlwollend Raum für Neues. Nur so kann der Erhalt empfindlicher Lebensräume und Arten auf Augenhöhe mit der Entwicklung des Klettersports stehen.

Der Klettersport ist in den 2010er-Jahren explodiert und boomt bis heute. Leider blieb der unter Kletterern weitergegebene Wertekodex dabei auf der Strecke. Was zählt, ist die Kletterschwierigkeit, nicht ethisch-moralisches Verhalten. Aufgrund der Klimaerwärmung und des vermehrten Einsatzes von E-Bikes werden höhere Lagen und Nordwände im alpinen Raum zunehmend attraktiver. Es ziehen Kletterer in historische Gebiete, denen Ethik am Fels unbekannt ist. Akkubohrer und (rostende) Haken sind billig, warum also nicht neue Herausforderungen schaffen und Anerkennung sowie Follower ernten? In einer kompetitiven Erlebnisgesellschaft geht Quantität vor Qualität. Hauptsache viel, Hauptsache schwer, Hauptsache möglichst bequem. Was wir in den Alpen vielerorts erleben, ist Konsum-Erschließen par excellence und weit entfernt von strenger Ethik wie im Yosemite, wo jegliche Erschließung von unten erfolgt und alle Haken mit der Hand gebohrt werden müssen. Wir bewundern solche Regelwerke, leben aber nicht das, was wir uns mit der Tirol Deklaration selbst gegeben haben. Natürlich muss es für Kletteranfänger, Plaisir- und Extremkletterer ein Angebot geben. Zwischen gut abgesicherten Plaisirrouten und anspruchsvollen Abenteuerlinien existiert ein breites Spektrum, in dem sich

„Wer nicht den besten Stil anstrebt, bestiehlt sich selbst.“

jeder Bergsportler finden und entwickeln kann. Bedenklich ist aber, wenn, wie an der Benediktenwand, historisch hakenfreie Linien nachträglich mit Bohrhaken ausgestattet werden. Was die einen freut, versetzt anderen einen tiefen Stich ins Herz. Und zur Wahrheit gehört auch, dass nicht alle Alpenvereinssektionen, die aufgrund ihrer Hütten eine gewisse Verantwortung für benachbarte Wände tragen könnten, diese auch wahrnehmen. Sicherheit durch technische Mittel geht vor Sicherheit durch Erfahrung und Können.

Es kommt also auf jeden Einzelnen von uns an: Ist der Fels ein Sportgerät, das den Bedürfnissen der jeweiligen Generation angepasst werden darf, oder ist er Teil eines kulturellen und historischen Erbes, dessen ursprünglicher Charakter bewahrt werden sollte? Die Antwort liegt irgendwo dazwischen. Doch nur mit Ehrlichkeit, Respekt und Eigenverantwortung schaffen wir es auch in der Zukunft. Wer nicht den besten Stil anstrebt, bestiehlt sich selbst und zukünftige Generationen um eine Möglichkeit der individuellen Grenzerfahrung. Die wertvollste Spur sollte auch weiterhin nicht jene sein, die dauerhaft im Fels zurückbleibt, sondern das Erlebnis und die Veränderung in unserem Inneren.

ZUR PERSON



Klara Palme

will dazu anregen, die persönliche Weiterentwicklung und das tiefe Erleben wieder über Selbstdarstellung und das bloße Abhaken von Routen zu stellen.

„Sonst entziehen wir dem Bergsport die Grundlage.“

Berge erleben, Berge erhalten – wie gut passt das zusammen? **Franziska Vogel** (Sektion München) und **Ulrike Lierow** (Sektion Oberland) von unseren Ressorts für Natur, Umwelt und Klima zur Frage, wie es um den Respekt vor der berühmten Doppelrolle des Alpenvereins bestellt ist.

Interview: Thomas Ebert



„Liebe allein scheint nicht zu reichen.“

– Franziska Vogel

↑
Abwägen zwischen Hot
und Cold Spots: an der
Baumgartenschneid über
dem Tegernsee

Berge erleben. Berge erhalten – das ist das Motto des Alpenvereins München & Oberland. Wo erlebt ihr Konflikte zwischen diesen beiden Ansprüchen?

Franziska Vogel: Wir haben schon Ecken in unseren Arbeitsgebieten, die sehr überlaufen sind. Da stoßen viele Interessen aufeinander: Wunsch nach Erholung in allen Formen, aber auch die Almwirtschaft. Und auch der Erhalt der Artenvielfalt funktioniert ja nur, wenn nicht überall Kühe drübertrampeln und Hunde draufbieseln. Wildtiere und Pflanzen brauchen ruhige Rückzugsbereiche. Viele Menschen können irgendwann schon zum Störfaktor werden. Unsere Daseinsberechtigung ist die Umweltbildung, damit wir dieses Paradoxon – Fördern des Bergsports, Schutz der Bergwelt – gelöst bekommen.

Ulrike Lierow: Einerseits sehe ich steigende Ansprüche nach immer mehr Unterhaltung und Infrastruktur. Es fehlt häufig das Bewusstsein, dass wir uns hier oben in einer anderen, viel sensibleren Welt befinden, obwohl wir da eh schon alles haben, vom WLAN bis zum 4-Gänge-Menü. Da müssen wir gute Kompromisse finden. Auch Abkürzer über Wiesen, Müll in der Natur, Ruhezeiten von Tieren – da gibt es noch viel Aufklärungsbedarf. Andererseits

„Naturschutz ist unmittelbarer als Klimaschutz. Ein zertretenes Edelweiß sieht jeder sofort, beim Autofahren lassen sich die Auswirkungen leichter verdrängen.“

– Ulrike Lierow

glaube ich auch, dass die Schönheit und Mächtigkeit der Gebirgslandschaft unglaublich Respekt und Demut schaffen kann. Man kriegt einen anderen Blick auf die alpine Welt, wenn man sich direkt in ihr bewegt, und sie nicht nur aus dem Fernsehen kennt.

Übernachtungsplätze auf Hütten sind knapp, neue Schutzgebiete beschränken Tourenoptionen, die engagierten Klimaziele des DAV werden bisweilen als Bevormundung empfunden. Kommt der Bergsport beim DAV zu kurz?

Franziska Vogel: Vielen Neumitgliedern wird diese Doppelrolle nicht so klar sein, weil erst mal die sportlichen Interessen im Vordergrund stehen. Aber für unsere Naturschutzaktionen, vom Schwenden bis zur Müllsammeltour, finden sich problemlos genügend Leute. So erlebt man Gemeinschaft am Berg, während man etwas für den Naturschutz macht. Da löst sich die Doppelrolle dann auf – es gibt kein Entweder-Oder.

Ulrike Lierow: Weil das Stichwort Bevormundung gefallen ist: Das nehmen wir in erster Linie beim Klimaschutz wahr. Wir wollen aber nicht mit dem Zeigefinger wedeln, sondern Offenheit und Motivation in den Menschen freikitzeln. Der ÖPNV zum Beispiel ist ja nicht nur negativ, er macht auch Überschreitungen möglich oder eine Anreise jenseits von Stau und Parkplatzsuche. Ganz generell: Wenn wir die Themen Natur, Umwelt und Klima aus den Augen verlieren, dann kommt der Bergsport langfristig in jedem Fall zu kurz – denn dann entziehen wir ihm die Grundlage.

Nur was man liebt, schützt man – glaubt ihr an diese These?

Franziska Vogel: Ein Stück weit schon, ja. Es gibt doch kaum etwas Schöneres, als in einer Gruppe gemeinsam die Natur zu entdecken – fleischfressende Pflanzen im Ammergebirge oder Tiere in freier Wildbahn, die man sonst nur im Streichelzoo sieht. Da weiß man diesen besonderen Naturraum vor unserer Haustür direkt zu schätzen, das geht nicht nur mit Powerpointfolien. Die These hat aber auch Grenzen. Alle lieben Murmeltiere, aber dass Autofahrten in die Berge zum Klimawandel beitragen und dieser früher oder später Murmeltiere ausrottet, ist nicht so gut greifbar. Liebe allein scheint nicht zu reichen.

Ulrike Lierow: Menschen engagieren sich sicher mehr für etwas, woran sie Freude haben. Ich finde es gut, dass wir mit unseren Mitgliedern über unsere Klimaschutzziele debattieren. Wo man eingebunden ist, trägt man auch mehr Verantwortung, das ist wie beim Gemeinschaftsbeet. Leute mit in die Verantwortung nehmen, von der Zielsetzung bis zur Umsetzung, an dieses Prinzip glaube ich. Trotzdem kann es gar nicht genug Umweltbildung geben.

Fehlt es euch manchmal am Respekt für die Doppelrolle des DAV, der ja Bergsportverband und zugleich Naturschutzverband ist?

Franziska Vogel: Es fehlt eher am Bewusstsein, dass der DAV sich auch dem Naturschutz verschrieben hat und sich nicht nur um die Wege kümmert. Auf unseren Aktionstagen in Schutzgebieten oder zur Hüttenversorgung führen wir auch Listen, wie die Ansprache vor Ort war. Das sind zu 99 Prozent positive Reaktionen. Da wird dann mit großer Freude Kaffeepulver auf die Schönfeldhütte getragen. Mit solchen Themen kann man die Menschen abholen. Beim Klimaschutz schaut das schon ein bisschen anders aus.

Ulrike Lierow: Ich erlebe sehr viel Zustimmung für diese Doppelrolle. Viele Bergsportler haben verstanden, dass sie mit Umweltschutz die Grundlage für ihre Leidenschaft bewahren. Ich nehme aber auch die Position „Nervt uns nicht mit Klimawandel“ wahr – vor allem auf Social Media. Naturschutz ist unmittelbarer als Klimaschutz. Ein zertretenes Edelweiß sieht jeder sofort, beim Autofahren lassen sich die Auswirkungen leichter verdrängen. Vieles muss man erst spüren, bevor man aktiv wird – uns fehlt ja noch nicht die Luft zum Atmen.

Woran liegt es, dass Bergsport und Naturschutz oft als Gegensätze verstanden werden, die, wenn überhaupt, nur mit großen Spagaten in Einklang zu bringen sind? Geht nicht auch beides zugleich?

Franziska Vogel: Wichtig ist, nicht alles schwarz-weiß zu sehen. Wenn wir als DAV gegen eine Fahrstraße zu einer Alm argumentieren, weil diese ein bisher kaum berührtes Gebiet erschließen würde, werden uns natürlich die Fahrwege zu unseren Hütten vorgehalten. Manchmal ist Bergsport und Naturschutz ein Widerspruch. Ich erlebe aber auch, etwa von Behörden, dass unsere Doppelrolle geschätzt wird: Weil wir in beide Richtungen vermitteln können und wissen, wie man ein Schutzgebiet effektiv ausschildert – nämlich nicht erst dort, wo man mit den Tourenski schon im Traumhang steht.

Ulrike Lierow: Vielleicht müssen wir die Wirkungszusammenhänge noch stärker aufzeigen und damit auch, dass Bergsport und Naturschutz zwingend zusammengehören. Besucherlenkung wird in Zukunft noch wichtiger sein, auch das Abwägen zwischen Hot und Cold Spots. Ich vermute aber auch, dass wir allein mit Freiwilligkeit nicht genug erreichen werden. Vielleicht müssen wir an manchen Stellen normativ an Komfort und Angebot herangehen. Das könnte Parkraum und -kosten betreffen, aber auch unsere Hütten. Es muss nicht jeden Tag Dusche und Fleisch sein. Wir haben nicht mehr endlos Zeit.



Die Bergwacht wartet nicht, sie hilft – und hat deshalb auch Respekt verdient, findet **Peter Eisenlauer**, Vorsitzender der Bergwacht Bayern.

„Entscheidend ist dabei nicht, welche Rettung sich jemand wünscht, sondern welche unter den jeweiligen Bedingungen verantwortbar und möglich ist.“



möglich zu helfen und gleichzeitig die Sicherheit aller Beteiligten zu gewährleisten.

Dazu gehört auch der Respekt vor dem Ehrenamt. Die Bergwacht Bayern lebt vom Engagement ihrer Einsatzkräfte. Sie investieren unzählige Stunden in Ausbildung und Training und stehen rund um die Uhr für Einsätze bereit. Dieses Engagement ist nicht selbstverständlich.

Respekt gilt schließlich auch der Bergwelt selbst. Die Berge sind kein Freizeitpark. Gerade ihre Ursprünglichkeit macht ihren Reiz aus. Sie verlangen Eigenverantwortung, Umsicht und die Bereitschaft, Grenzen zu akzeptieren. Wetterumschwünge, Stein Schlag oder Lawinen lassen sich nicht verhandeln.

Auch Berggretterinnen und Berggretter sind keine Helden oder Übermenschen. Sie verfügen über Erfahrung und eine fundierte Ausbildung, sind aber denselben Naturgefahren ausgesetzt wie alle anderen. Gerade deshalb wägen sie Risiken sorgfältig ab und treffen ihre Entscheidungen mit großer Verantwortung – gegenüber den Verunglückten ebenso wie gegenüber den eigenen Kameradinnen und Kameraden.

Vielleicht ist genau das die eigentliche Botschaft: Respekt vor den Bergen, Respekt vor den eigenen Möglichkeiten, Respekt vor den Menschen, die Hilfe brauchen, und Respekt vor denen, die helfen. Dieser gegenseitige Respekt gehört seit jeher zum Bergsport – und prägt unsere Arbeit Tag für Tag.

Ausdruck von Respekt sind natürlich auch Spenden, auf die die Bergwacht Bayern angewiesen ist.



Mit Bergen lässt sich nicht verhandeln

Respekt bedeutet aber auch, die Verantwortung der Einsatzkräfte anzuerkennen. Ein Notruf setzt häufig eine komplexe Rettungskette in Gang. Ehrenamtliche verlassen ihre Arbeit, ihre Familien oder ihre Freizeit. Einsatzleitungen und Rettungsteams treffen unter Zeitdruck Entscheidungen, Hubschrauber werden alarmiert und Mannschaften steigen oft in anspruchsvolles Gelände auf. Entscheidend ist dabei nicht, welche Rettung sich jemand wünscht, sondern welche unter den jeweiligen Bedingungen verantwortbar und möglich ist. Diese Entscheidungen dienen immer zwei Zielen: den Betroffenen best-

ZUR PERSON



Peter Eisenlauer

Der ehemalige aktive Bergwachtler der Bereitschaft Sonthofen ist seit 2025 Vorsitzender der Bergwacht Bayern.

Respekt – die wichtigste Ausrüstung



Respekt als Kompass



Bergführerpräsident Michael Schott über echten, mangelnden und falschen Respekt am Berg – und warum geführte Touren nicht weniger „wert“ sind

Respekt ist ein großes Wort. Im Gebirge begegnet es uns ständig, und doch versteht jeder etwas anderes darunter. Bewunderung? Vorsicht? Angst? Die Grenzen sind fließend. Wenn Gäste mich fragen, ob ich Respekt vor einer Tour oder einem Berg habe, lautet die Antwort: Ja. Aber nicht im Sinne von Ehrfurcht oder Einschüchterung. Respekt bedeutet für mich, Dinge ernst zu nehmen – den Berg, die Natur, die Bedingungen, die eigenen Fähigkeiten und die des einzelnen Teilnehmers und der Gruppe.

Respekt ist die Grundlage jedes Risikomanagements. Die Berge sind weder Freund noch Feind. Sie sind einfach da. Gewitter interessieren sich nicht für Gipfelziele, Steinschlag nicht für Erfahrung oder Ehrgeiz. Respekt bedeutet, diese Realität anzuerkennen und das eigene Handeln daran auszurichten.

Gerade heute, wo Touren bis ins Detail digital geplant werden können, entsteht leicht die Illusion von Kontrolle. Wettermodelle, GPS-Tracks und Livebilder sind wertvolle Hilfsmittel, ersetzen aber weder Erfahrung noch Urteilsvermögen. Die Natur bleibt komplex. Respekt beginnt dort, wo wir die Grenzen unserer Kontrolle erkennen.

Bergführer sind keine Magier

Respekt hat aber auch eine menschliche Seite. Als Bergführer erleben wir großes Vertrauen. Gäste folgen unseren Entscheidungen oft über viele Stunden hinweg. Dieses Vertrauen verpflichtet. Respekt gegenüber dem Gast bedeutet deshalb nicht nur, für Sicherheit zu sorgen. Es bedeutet auch, seine Leistung anzuerkennen.

Immer wieder begegnet mir die Vorstellung, eine geführte Tour sei weniger wert als eine selbstständig durchgeführte. Das halte ich für einen Irrtum. Wer sich

← „Trittbrettfahrer“ bei einsetzendem Nebel kennen die meisten Bergführerinnen und Bergführer.

vorbereitet, trainiert, früh aufsteht, durchhält und einen Gipfel erreicht, hat eine Leistung erbracht. Die Tatsache, dass Planung oder Risikomanagement gemeinsam mit einem Profi erfolgen, schmälert diese Leistung nicht. Wer sich Unterstützung holt, zeigt oft ein realistisches Verständnis der eigenen Möglichkeiten – und damit ebenfalls Respekt.

Respekt verdient auch die Arbeit der Bergführer selbst. Viele Kolleginnen und Kollegen kennen die Situation: schlechte Sicht, Nebel oder schwierige Verhältnisse. Hinter der eigenen, geführten Gruppe finden sich plötzlich einzelne Bergsteiger oder ganze Gruppen, die ungefragt die Orientierung, die Spur und die Entscheidungen der Bergführer nutzen. Natürlich besitzt niemand eine Route. Dennoch zeigt sich hier eine oft übersehene Form professioneller Arbeit. Spurwahl und laufende Risikoabwägungen entstehen nicht zufällig. Sie beruhen auf Erfahrung, Ausbildung und Verantwortung. Respekt bedeutet hier vor allem, diese Leistung wahrzunehmen.

Zuletzt noch ein Wort zum falschen Respekt. Lange hielt sich ein Bild, das Bergführer als eine Art „Magier der Grauzone“ zeigte – ausgestattet mit geheimnisvollem Wissen und besonderen Fähigkeiten. Ein wenig wie Ärzte, den „Halbgöttern in Weiß“. Aber Bergführer sind keine Magier. Sie können Gefahren nicht beseitigen und Naturgesetze nicht außer Kraft setzen. Sie verfügen über eine lange Ausbildung, viel Erfahrung und umfassendes Handwerkszeug, um Risiken möglichst gut einzuschätzen und verantwortbare Entscheidungen zu treffen.

Respekt sollte deshalb nicht mit blinder Bewunderung verwechselt werden. Weder gegenüber Bergen noch gegenüber Menschen. Echter Respekt erkennt die Realität an, akzeptiert Grenzen. Wer keinen Respekt hat, wird leichtsinnig. Wer zu viel Respekt hat, wird handlungsunfähig. Dazwischen liegt jener Bereich, in dem gute Entscheidungen entstehen.

ZUR PERSON



Michael Schott

ist seit 1989 als Bergführer unterwegs und seit 2024 Präsident des VDBS.

Biken auf Probezeit

Auf gute fünfzig Kilometer summieren sich die Strecken auf, die Mountainbiker im **Nationalpark Berchtesgaden** fahren dürfen. Ein paar sind noch ganz jung und in der „Probezeit“. Schön sind sie alle. Auf zwei Rädern unter Watzmann & Co.

Text: Andrea Strauß, Fotos: Andreas Strauß



Großes Kino für Mountainbiker gibt es bei der Abfahrt vom Stahlhaus: Der Watzmann steht gegenüber.

Es geht bergauf. Und das auch noch rasend schnell. Viel schneller als bei den Wanderungen die Jahre zuvor. Hatten wir da rund vier Stunden gebraucht für den Weg von Hinterbrand zur Gotzenalm, so sind wir diesmal in gut einer Stunde am Ziel. Die letzte steile Rampe der Almstraße noch, dann sind wir oben im flachen Wiesengelände der größten und ältesten Berchtesgadener Alm. Die Gipfel des fernen Hochkönig, des Funtenseetauern und des Großen Hundstod nehmen in meinem Kopf schon Gestalt an, die Almwiesen stehen bestimmt in voller Blüte und den frischen Kaffee an der Gotzenalm kann man fast riechen. Wir sind wirklich gleich da.

Die phänomenale Geschwindigkeitssteigerung liegt nicht etwa am neuen Superfood oder an der teuren Spezial-Gummimischung der Bergschuhsohle. Erst recht nicht an der besseren Kondition. Sondern daran, dass im Nationalpark Berchtesgaden seit 2024 eine Reihe von Almstraßen probenhalber für Radfahrer freigegeben wurden und darüber hinaus durch eine klare Beschilderung vor Ort und einen Flyer mit einer Karte

Vorrang für Wanderer

Gute dreißig Jahre später hat sich bei den freigegebenen Strecken zwar ein wenig getan, viel mehr aber noch in Sachen Kommunikation. Und so setzen wir diesmal mit reinem Gewissen auf „Carbon statt Kondition“ und besuchen die Gotzenalm auf zwei Rädern. Wie bei geschätzten drei Vierteln der anderen Biker kommt auch bei uns ein Teil der Kraft aus der Steckdose. Für die zwölf Kilometer lange Strecke wäre das nicht nötig, für die 1300 Höhenmeter ist es ausgesprochen angenehm, und für die letzte rassige Rampe mit ihren 25 Prozent Steigung ist die zusätzliche Power – für mich zumindest – eine Frage des „Überlebens“. Wie heißt es in der Werbung? Respekt, wer's selber macht.

Von einem Meter zum nächsten wird es flach. Bis sich der Puls beruhigt hat, dauert es länger. Erst einmal atmen, schauen und entscheiden, ob die Reihenfolge für die nächsten zwei, drei Stunden lautet: Schorle – Kaffee – Kuchen – Feuerpalfen oder erst Feuerpalfen und dann



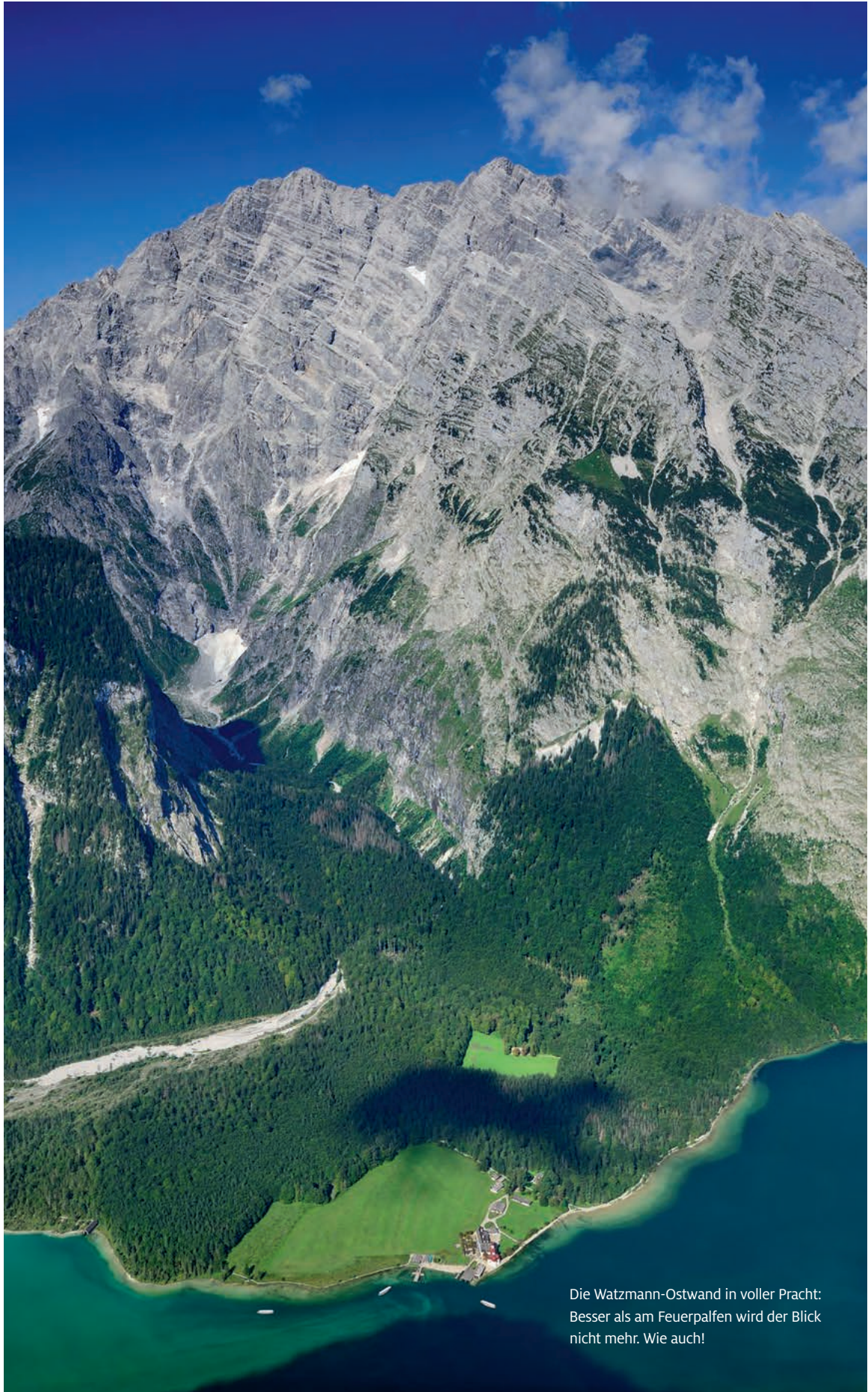
→ Was wären die Berchtesgadener Alpen ohne ihre Almen? Einkehrglück, hier an der Litzlalm.

deutlicher als zuvor erkennbar ist, wo man darf und wo nicht. Das Streckennetz im Nationalpark hat somit jetzt gute fünfzig Kilometer, ein kleiner, aber feiner Teil der 700 Radkilometer im Berchtesgadener Land.

Hatte es in den Anfangsjahren nach der Gründung des Nationalparks noch keine ausdrückliche Regelung zum Radfahren gegeben, so war 1992 das Fahren eindeutig verboten worden – bis auf ein paar wenige Ausnahmen, etwa auf der asphaltierten Straße vom Hintersee zum Hirschbichlpass, hinauf zur Kührointalm unter dem Watzmannkar oder eben auch zur Gotzenalm im Hageengebirge.

der Rest. Der Feuerpalfen (ca. 1700 m) schließt das geneigte Gelände der Gotzenalm im Nordwesten ab und bietet die wohl beste Aussicht auf Königssee und Watzmann-Ostwand. Für ein paar Minuten Fußweg ab dem Sattel bekommt man mehr Panorama als sonst an einem langen Wochenende. Der Feuerpalfen ist daher ein Muss.

Danach rollen wir hinab zu jenem Kaser des Gotzenalmplateaus, der bewirtschaftet ist. Vormittags haben wir noch freie Sitzplatzwahl. Die Übernachtungsgäste sind schon weg, die Wanderer noch nicht da. Die vier Stunden – wir erinnern uns! – wollen gegangen werden, und im Gegensatz zum Mountainbiker kann



„Die Reihenfolge für die nächsten zwei, drei Stunden:
Schorle – Kaffee – Kuchen – Feuerpalfen.“

Die Watzmann-Ostwand in voller Pracht:
Besser als am Feuerpalfen wird der Blick
nicht mehr. Wie auch!

der Wanderer ja an jeder Stelle stoppen ohne umzukippen, kann sich umschauen und sagen „Mei, schee!“. In der prächtigen Landschaft des Nationalparks summieren sich diese Stopps auf.

Zur Mittagszeit schwingen wir uns wieder in den Sattel. Alle anderen Biker sind da schon weg. Zumindest an diesem Tag scheint es für Tagesgäste eine klare Reihenfolge zu geben: morgens Biker, mittags Wanderer, abends wieder Biker. In der Abfahrt gibt es deshalb viel Gegenverkehr. „Fußgänger haben Vorrang!“, ordnet der Bike-Flyer des Nationalparks daher an. Und zur Erinnerung steht vor dem ersten Steilstück zusätzlich ein Schild, auf dem ein Biker mit einem Auto kollidiert – autsch!

Tatsächlich gestaltet sich die Abfahrt für uns ganz problemlos. An den allersteilsten Stellen kommen uns ohnehin keine Wanderer entgegen, an dem Pärchen mit Hund fahren wir mit „Unter-Schritt-Geschwindigkeit“ vorbei und bei jedem Fußgänger, der zur Seite geht, bedanke ich mich freundlich. Auch Lächeln hab ich mit Mengenrabatt gekauft. Konflikte mit Wanderern? Nein, morgen bin ich ja selber wieder einer.

5000 Halbe Freibier

Auch drüben unterm Jennergipfel gibt es Neues für alle, die auf zwei Rädern unterwegs sind. Mit gleichem Ausgangspunkt wie zur Gotzenalm starten wir wahlweise unten am Königssee oder in Hinterbrand. Jenseits des Weidbachgrabens weist uns die Beschilderung schon vor der Mittelstation der Jennerbahn hinab

zum Speicherteich und weg vom eher etwas schmalen Fußweg, der über die Strubalm zum Stahlhaus führt. Auf der breiten Forststraße der Hochbahn sausen wir hinab, hinab, hinab. Glücklicherweise, wer die kostbaren Höhenmeter, die gerade im Fahrtwind hinter uns bleiben, locker in den Beinen hat! Was wir jetzt verlieren, müssen wir zusätzlich hinauf und später als Gegenanstieg nochmals. An den Tischen und Bänken der Königsbachalm könnte man zumindest Flüssigkeit und Kalorien nachfüllen. Die ersten Gäste haben es sich schon gemütlich gemacht.

Statt nun rechts Richtung Gotzenalm abzubiegen, radeln wir diesmal hinauf zum Schneibsteinhaus. Das darf man, durfte man schon immer. Die nächsten 348 Längenmeter vom Schneibsteinhaus bis aufs Carl-von-Stahl-Haus oben im Torrener Joch dagegen gibt es für Biker erst seit gut zehn Jahren. Wer sich vorher am Stahlhaus mit dem Bike erwischen ließ, riskierte den Gegenwert von 5000 Halben Bier für den Verstoß gegen die Nationalparkregeln. Während wir also heute ganz legal zum Stahlhaus radeln, bekommen wir 5000 Halbe Freibier geschenkt. Reden wir uns zumindest ein.

Neu ist, dass wir kurz nach der Königsbachalm auch rechts abbiegen könnten zur Priesbergalm, um dort mit perfektem Watzmannblick Almbuttermilch und Käsebrozeit zu probieren. 1304 zusätzliche Längenmeter, die nur mäßig steil über das schöne Almgebäude dahingehen, im Vergleich wenig Kraft brauchen, aber umso mehr Spaß machen. Man kann sie sogar vor oder nach dem Stahlhaus als kleinen Abstecher noch anhängen. Das ist nun wirklich ein schönes Geschenk!



→

Die letzten gemütlichen Meter durch die Almwiesen zur Gotzenalm



„Konflikte mit Wanderern?
Morgen bin ich selber wieder einer.“



← Auch außerhalb des Nationalparks gibt es für Biker viel zu tun.



→ „Fußgänger haben Vorrang!“, heißt es im Nationalpark – und auch den Almverkehr gilt es als Radler im Auge zu behalten.

In der offiziellen Version des Nationalparks spricht man natürlich nicht von einem Geschenk an die Radfahrer, sondern in bestem Behördendeutsch davon, dass auf den „testweise freigegebenen Routen die Verordnung der Unteren Naturschutzbehörde versuchsweise ausgesetzt“ ist. Spricht nach der dreijährigen Testphase nichts gegen die Radler, „können diese Wege nach einem entsprechenden naturschutzrechtlichen Verfahren dauerhaft (...) freigegeben werden.“ Wir sind gespannt!

Von den Zielen östlich des Königssees abgehen, gibt es einen zweiten Schwerpunkt für Radfahrer, der nördlich unter dem Watzmann liegt. Vollblutbiker steuern die Kührointalm an und freuen sich auf Bier und Brotzeit nach den 750 Höhenmetern Auffahrt von der Wimbachbrücke. Ein kurzer Bike & Hike-Abstecher geht zur Archenkanzel, einem Aussichtspunkt auf den Königssee hinunter. Für die allermeisten ist dann Schluss. Mehr Hike zum Bike muss nicht sein.

Drüben, auf der Westseite des Watzmannkars, ist das anders. Da steht auf einem Sporn das Watzmannhaus der Sektion München, Ziel für Hüttenwanderer, Zwischenziel für Watzmann-Aspiranten. Die 1300 Höhenmeter Hüttenzustieg sind für manche schon ein erster Konditionstest, bevor die eigentliche Tour Richtung Watzmann losgeht. Dass wir jetzt testweise bis zur Stubenalm radeln dürfen, ist neu. In den Jahren von 1992 bis 2024 konnte man sich den Aufstieg zum Watzmannhaus nur in der Form erleichtern, dass

man von der Wimbachbrücke bis kurz vor die Schapbachalm fuhr und dann zu Fuß über Stubenalm und Falzalm aufstieg. Jetzt kann man auch die knapp zwei Kilometer zur Stubenalm noch hinauffahren. Rund 800 Höhenmeter sind es dann noch zum Watzmannhaus.

Neben unseren Rädern parken bereits mehrere zusammengeschlossene Bikes, die klar sagen: Unsere Besitzer sind unterwegs aufs Hocheck. Um die Duathlon-Einlage waren sie sehr froh.

Im Westen was Neues

Was dürfen wir noch? Die 400 Höhenmeter zur Eckaualm unter der Hochalmscharte sind nett, aber nicht mehr. Für die gut 100 Höhenmeter Richtung Blaueshütte lohnt es sich kaum, in den niedrigeren Gang zu schalten, dann ist's schon vorbei mit dem Bike-Teil von Bike & Hike. Ganz im Westen dagegen, da gibt es Neues und bewährtes Altes: Zwischen Reiteralm und Hochkalter zieht das Klausbachtal nach Südwesten zum Hirschbichlpass. Jenseits geht es ins Salzburgerische hinab. Einst wurde über den Pass Salz transportiert, in diversen Kriegen marschierten die Truppen, später auch die Pilger nach Maria Kirchenthal, und wer etwas weniger weit gehen wollte, blieb gleich oben am Grenzposten beim Wirt sitzen.

Für Biker gibt es attraktive Ziele. Da ist die Ragertalm, eine der jüngsten Radstrecken. Wenige Kilometer später kann man links abbiegen auf ein schmales Sträßchen zur Bindalm. Und auch die Weiterfahrt zum Schlagbaum ist möglich, vorausgesetzt, man hat den letzten, wirklich steilen Stich in den Waden. Schieben darf man natürlich immer. Kurz vor Bushaltestelle, Gasthof und Kapelle passiert man die Grenze nach Österreich und die Nationalparkgrenze. Die Weiterfahrt rechts hinauf zur Litzlalm ist ein Klassiker. Für die zwei Räder sind wir hier sehr dankbar.

Unterm Strich ist es nicht zu erwarten, dass der Nationalpark Berchtesgaden zum Bikepark mutiert. Das wäre auch gar nicht nötig. Aber es ist schön zu sehen, dass zumindest etwas Bewegung in das Mit- und Nebeneinander von Wanderern und Bikern kommt. ☺

ZUR PERSON



Andrea Strauß

geht zwar nach wie vor lieber auf zwei Beinen durchs Gebirge, aber die MTB-Möglichkeiten in Berchtesgaden findet sie trotzdem prima.

Der Flyer zu den Radstrecken im Nationalpark Berchtesgaden ist abrufbar unter nationalpark-berchtesgaden.bayern.de.

Den Tourentipp zur Gotzenalm findet ihr auf Seite 85 oder direkt unter dem QR-Code.



SERVUS!



Foto: Sebastian Straub

← Ein großes Lagerfeuer krönte die Sonnwend-Tour mehrerer JDAV-Bezirke.

Text: Fabia Krefer

Willkommen auf den Jugendseiten der alpinwelt. Hier schreibt die Jugend der Sektionen München und Oberland.

Auch für uns ist Respekt am Berg ein großes Thema. „Leave no trace behind“ (lass keine Spuren zurück) ist das Ideal, an dem wir uns immer orientieren, wenn wir unterwegs sind. Das gelingt uns ganz gut – selbst wenn wir mit einer großen Gruppe Kinder und Jugendlichen unterwegs sind.

Aber zu Respekt zählt nicht nur Müll zu sammeln und auf befestigten Wegen zu bleiben. Wir glauben: Jede*r hat in unseren Gruppen etwas beizutragen. Bei uns zählt nicht, wer die schwersten Routen beim Klettern schafft und am schnellsten auf dem Berg ist. Am wichtigsten ist doch, dass wir gemeinsam etwas erleben und am Ende alle das Gefühl haben, in der Jugendgruppe willkommen zu sein.

Wie ihr vielleicht mitbekommen habt, steht die Verschmelzung der Sektionen (in Jugendkreisen auch Fusion genannt) an und wir freuen uns auf die Zusammenarbeit. In den letzten Monaten haben viele motivierte Aktive der Jugend sich stundenlang zusammengesetzt und einen Fahrplan für diesen Prozess geschrieben.

Außerdem waren wir gemeinsam mit anderen Gruppen des Bezirks zusammen auf Sonnwend-Tour. Dort haben wir ein großes Geländespiel gespielt und saßen bis spät in die Nacht am Lagerfeuer. Bei einer legendären Wasserschlacht haben wir uns alle miteinander ganz schön nass gemacht.

Unsere Jugendgruppen waren im Sommer fleißig unterwegs. Die Jugend U erzählt beispielsweise von ihrer Tour im Tessin und warum es manchmal auch okay oder sogar wichtig ist, auf Tour umzudrehen.

In unserer Reportage werfen wir einen Blick hinter die Kulissen des Ehrenamts und zeigen, wie Max und Henri als Landes- und Bundesjugendleiter den Verband mitgestalten. Wie viel Engagement, Gemeinschaft und Mitbestimmung hinter der JDAV stecken, erfahrt ihr dort.

Bis dann!



Foto: Johanna Schödel

Zur Sonnwend-Tour gehörten auch Spielestationen mit verschiedenen Kostümierungen.



Foto: Johanna Schödel

WER SIND

JUGEND



EIGENTLICH DIE MOBEARS?

Foto: Sebastian Ambach

Name	MoBears (MountainBears) <i>steht für:</i> Bergsportlich aktive Jugendgruppe
Geburtstag	2023
Jahrgänge	2008 bis 2011
Jugendleiter*innen	Amelie, Finn, Basti
Besondere Touren	Istrien Kletterausfahrt, Skitouren an der Lizumer Hütte
Bestes Essen	Pfannkuchen
Durchschnittliche Personenanzahl auf Tour	6 – 9
Gesamte Tourentage	40
Beste Hütte	Lizumer Hütte
Entferntestes Reiseziel	Istrien
Anzahl unterschiedlicher Länder	5
Mitgliederzahl	21
Längste Tour	Kroatien
Tourenaktivitäten	Klettern, Wandern, Skitour, Skifahren
Bestes Klettergebiet	Arco
Bester Tourensnack	Gouda
Lieblingstier	MoBert (überdimensionaler Stoffbär, der auf jede Tour mitkommt)



Foto: Sebastian Ambach

↑
Maskottchen MoBert ist
auf jeder Tour dabei.



Foto: Sebastian Ambach

←
„Bester Tourensnack“ ist zwar der
Gouda, aber Eis in Torbole tut's auch.



Die Jugend U durchquert (fast) das Tessin

Text: Fabia Krefer

Zu Beginn der Pfingsttour lief noch alles nach Plan: Die Jugend U war auf dem Weg zu ihrer Durchquerung ins Tessin, dem schönen Schweizer Kanton an der Grenze zu Italien. Im Gegensatz zum Vorjahr waren alle Züge pünktlich und wir verloren nicht einen Teil der Gruppe am Züricher Hauptbahnhof.

Die Pfingst-Durchquerungen der letzten Jahre – in der Toskana und im Val Grande – liefen so perfekt, dass fast alle Kinder aus der „U“ sie zu ihren Lieblingstouren zählen. Wir Jugendleiter*innen dachten uns dieses Jahr daher, dass wir den Kindern ruhig etwas mehr zutrauen könnten. Ein etwas alpinerer Abschnitt des beliebten „Alta Idra“-Wegs, mit bis zu 1200 Höhenmetern am Tag und kurzen Abschnitten über Grate sollte es sein.

Wir erwarteten und erhofften, dass wir viel allein am Berg wären. Die Hütten sollten erst eine Woche nach Pfingsten öffnen, der Plan war also, mit unseren Tarps vor den Hütten zu biwakieren. Nervös checkten wir in den Wochen vor der Tour die Schneelage auf sämtlichen Apps und Satellitenbildern. Die Infos waren jedoch alles andere als eindeutig und machten es sehr spannend, ob wir die Tour wie geplant durchführen können. Letztend-

lich redeten wir uns aber Mut zu – die Bilder im Internet sahen atemberaubend schön aus und wir dachten uns, dass wir es zumindest versuchen sollten.

Wenn alles gut laufen würde, wären wir mit einem Tag Puffer rechtzeitig zurück am Lago Maggiore und hätten noch genug Zeit, dort die Seele baumeln zu lassen und jede Menge Eis und Pizza zu futtern. Da wussten wir noch nicht, dass wir am Lago noch viel mehr Zeit verbringen würden.

Erste Option: Stufen schlagen

Am ersten Tag der Durchquerung liefen wir also mit schweren Rucksäcken und viel Motivation die ersten Höhenmeter hoch in die Berge. Das Wetter war hervorragend und nach der ersten Nacht waren alle ausgeruht. Schon am nächsten Tag erreichten wir eine Höhe, in der sich beeindruckende Felslandschaften mit Wäldern abwechselten, die nach Sommer dufteten. An einem glasklaren Gebirgssee konnten wir uns bei der Mittagspause abkühlen und die erste Anspannung fiel ab. Die Grate um uns herum sahen weitestgehend schneefrei aus, kurze Passagen mit Schnee an einem Nordhang konnten wir leicht überwinden.

Als wir am Nachmittag erste, etwas ausgesetztere Wege mit Drahtseil entlanggingen, waren zwar einige von uns ganz schön erschöpft, wir alle meisterten die Etappe trotzdem leicht. An der Hütte fiel uns allerdings auf, dass in der Richtung unseres weiteren Weges eventuell größere Schneefelder auf uns zukommen könnten.

ÜBER DIE KUNST DES UMKEHRENS

... bald jedoch zwangen immer
steilere Schneefelder die Jugend U
zur Umkehr.



Zum Auftakt der Tour war
noch alles grün ...



Foto: Fabia Krefer



Foto: Ika Roth

Foto: Fabia Krefer

Am nächsten Tag sollten wir dann endlich den Grat erreichen. Wir Jugendleiterinnen hatten am Tag zuvor nochmal alle Optionen und Szenarien durchgesprochen und waren uns einig: Wir mussten uns erst mal ansehen, wie es oben aussieht. Leider trafen wir nach einem flotten Anstieg doch relativ schnell auf ein Schneefeld, das dazu auch noch ziemlich steil war. Indem wir Leiterinnen Stufen in den Schnee traten, konnten wir dieses allerdings überwinden.

Zweite Option: Pizza und Kletterpark

Alle Kinder waren nun vollkommen konzentriert und ein großes Abenteuer lag in der Luft. Wir beschlossen weiterzugehen, mussten uns nach kurzer Zeit aber eingestehen, dass ein weiterer Abschnitt mit Schnee auf uns wartet. Im Nachhinein wäre das der richtige Zeitpunkt für eine Umkehr gewesen. Irgendwie schafften wir es aber auch noch über dieses zweite Feld hinweg. Zwei Leiterinnen gingen vor und erkundeten den Felsgrat, der unmittelbar vor uns lag. Dort mussten wir final feststellen: Hier geht gar nichts weiter. Auch der Grat war ordentlich eingeschnitten.

Als wir verkündeten, dass wir zur Hütte (und über die zwei Schneefelder) zurückkehren müssen, war die Stimmung zwar etwas gedrückt. Ziemlich tapfer und nur mit kurzen Rutschpartien schafften wir es allerdings über den Schnee zurück. Danach waren alle erst mal ziemlich fertig. Die Müdigkeit machte sich auch an unseren Körpern bemerkbar und alle Füße wa-

ren ganz schön nass. Irgendwie quälten wir uns zurück zur Hütte, von der aus wir den Tag begonnen hatten.

Am Abend stellten wir die Kinder vor die Wahl: Sie konnten sich entscheiden, spontan noch eine etwas kürzere Mehrtagestour im Tessin zu planen oder direkt auf einen Campingplatz am Lago Maggiore zu gehen. Wie wir vielleicht hätten erwarten können, entschieden sich die Kinder für die zweite Option – unter der Bedingung, dass sie für das Tagesprogramm verantwortlich wären. Beim Abstieg ins Tal am nächsten Morgen und im Bus zum See fühlte sich der Abbruch dennoch ein kleines bisschen nach Versagen an. Allerdings sprachen wir uns auch alle gegenseitig Mut zu, dass wir die richtige Entscheidung getroffen hatten.

Die Kinder hielten ihr Versprechen: In den nächsten Tagen erkundeten wir bei bestem Wetter einen Kletterpark, liehen Fahrräder, gingen Klippenspringen und machten einen Ausflug zum Fluss. Nebenbei war auch noch viel Zeit für das versprochene Baden im See und Eisessen.

Das Highlight der letzten Tage war aber unser Ausflug in die nächste italienische Stadt Luino. Dort waren die Pizza-Preise günstiger als in der Schweiz und die Kinder hatten eine ausgeklügelte und witzige Stadtrallye organisiert.

Bei der Abschlussrunde am letzten Abend war das Feedback für die Tour ziemlich gut. Wir hatten das Gefühl, das Beste aus der Situation gemacht zu haben – und nebenbei eine wertvolle Erkenntnis gewonnen: Der Mut zur Umkehr ist wichtiger, als eine Tour um jeden Preis zu Ende zu bringen.

„Nervös checkten wir in den Wochen vor der Tour die Schneelage auf sämtlichen Apps und Satellitenbildern.“

Das Alternativprogramm am Lago Maggiore: Fahrradfahren, Kletterpark ...

... Pizzeessen und Klippenspringen. Die Umkehr war für alle die richtige Entscheidung.



Foto: Ilka Rothé



Foto: Ilka Rothé



MEHR ALS NUR BERGE: WIE DIE JUGEND DEN ALPENVEREIN TRÄGT

Henri Meyer-Gauen (stellvertretender Bundesjugendleiter, JDAV) und **Maximilian Leser** (Landesjugendleiter Bayern, JDAV) sind „Verwaltungsbergsteiger“ in einem Jugendverband, der sich selbst verwaltet. Was treibt sie um, was treibt sie an? Und was ist eigentlich „Youthwashing“?

Text: Marlon Geißler, JUMA Oberland

Der Kriechbaumhof, ein dreihundert Jahre altes Holzhaus in Haidhausen, bot früher eine Herberge für Reisende, die es abends nicht mehr durch die Stadtmauer schafften. Heute ist es der Treffpunkt einer Jugend, die ehrenamtlich Touren in den Bergen plant, Kinder ausbildet – und politisch etwas bewegen will.

Im Garten hinter dem Haus ist von der Stadt kaum noch etwas zu hören. Ein Eichhörnchen läuft über die Äste, irgendwo summt eine Hummel, fast so, als wäre man auf einer Alm im Allgäu und nicht in der Münchner Innenstadt. Maximilian Leser sitzt entspannt im Garten. Er ist Landesjugendleiter der JDAV Bayern und weiß genau, was dieser Ort bedeutet. „Das ist unser Raum, den gestalten wir“, sagt er. „Wir sagen, wann welche Themen besprochen werden und wer da ist. Und das ist wichtig.“ Das Haus gehört nicht dem Deutschen Alpenverein. Die JDAV mietet es selbst, aus eigenen Mitteln.

Max Leser kam mit elf Jahren über einen Kletterkurs zur JDAV. Aus dem Halenklettern wurde bald das Klettern am Fels, dazu kamen Skitouren und schließlich die Hochtouren und das Alpinklettern. „Mit 16 habe ich gesagt: Ich will das zurückgeben“, erzählt er. „Ich will selbst Jugendleiter werden, eine eigene Jugendgruppe haben und die nächste Generation von Bergsteigern prägen.“ Ihn selbst geprägt haben Erlebnisse wie beim JDAV-Jugendaustausch nach Südamerika, als man sich mit einer ecuado-

rianischen Jugendgruppe kulturell, sprachlich und politisch austauschte. Gemeinsam kämpfte man sich schließlich „bei vielen Minusgraden und sehr wenig Sauerstoff“ auf den Chimborazo – was einen Zusammenhalt erzeugte, der durch Fortbildungsstunden nicht möglich sei. „In den Bergen gibt es Situationen, wo du nicht sagen kannst, es funktioniert halt nicht, sondern es muss funktionieren“, so Max. Wer klitschnass aus dem Gewitter kommt und gemeinsam bis zur Hütte durchhält, vergisst das nicht.

Wasser- und Sauerstoffmangel: Wie Bergsport bildet

Bei Henri Meyer-Gauen lief es ähnlich, nur führte sein Weg früh nach Berlin. Heute ist er, mit zwanzig, stellvertretender Bundesjugendleiter der JDAV. Seine Jugendleiter-Ausbildung machte er im Alter von 16. Schon ein Jahr später besuchte er das erste Mal den Bundeskanzler. „In der JDAV haben wir einen ganz, ganz hohen Bildungsauftrag“, erklärt Henri. „Wie bekommt man junge Menschen zu einem gesunden Verhältnis zu Wagnis und Risiko?“

Ob Lawinentraining, Spaltenbergung oder Sicherungskurse: Die JDAV bildet nicht nur ihre eigenen Jugendleiter*innen aus, sie geht mit Programmen wie „Check Your Risk“ auch in Schulen. Henri erinnert sich an seine damalige Jugendgruppe und an den anspruchsvollen Aufstieg zu einer Hüt-

te durch eine Steinschlagzone. „Die ganze Zeit haben wir nur herumgealbert. Dann haben wir zu hören bekommen: Jetzt bitte den Mund halten, ruhig und achtsam sein!“ Er denkt kurz nach. „Das ist ein wichtiger Punkt. Man muss sich dafür sensibilisieren, dass man sich in einem Raum befindet, in dem Aufmerksamkeit erforderlich ist.“ Henri geht es dabei nicht nur um die Gefahr, sondern auch um den Respekt vor der Umgebung. „Mit Wasserknappheit auf einer Hütte konfrontiert zu sein und wie autark sie sein kann. Das ist eine Erfahrung, die ich wertzuschätzen gelernt habe.“

Max' Bildungsauftrag beginnt im Kleinen: Als Jugendleiter spricht er mit den Kindern über die Müllbelastung in den Bergen und versucht, sie für dieses Thema zu sensibilisieren. „Das sind Sachen, die passieren einfach. Es sollte das Selbstverständnis jeder verantwortlichen Person sein, das weiterzugeben.“ Sein größeres Ziel für die Bildungsarbeit formuliert Max so: „Ziel ist es, die Kinder sich zu mündigen und reflektierten jungen Bergsteigern entwickeln zu lassen. Keiner hat die Weisheit mit Löffeln gefressen. Themenfelder und Krisen werden sich verändern. Entscheidend ist es, dass diese junge Generation später mit eigenen Ideen und Herangehensweisen arbeiten kann.“

Max und Henri kennen sich nur flüchtig. Sie sind auf verschiedenen Ebenen der JDAV tätig, der eine in Bayern, der andere auf Bundesebene. Dennoch greifen beide





↑ Maximilian Leser, Landesjugendleiter in Bayern, im Garten des Kriechbaumhofs

→ Henri Meyer-Gauen im Gespräch mit Bundespräsident Steinmeier



spontan zu dem selben Wort, wenn sie ihre Arbeit beschreiben: „Verwaltungsbergsteigen“. Es beschreibt den Widerspruch, in dem die JDAV lebt. Ein Verband, der für den Bergsport brennt und trotzdem einen Großteil seiner Zeit in Sitzungsräumen verbringt. Henris Minimum sind zehn Sitzungen der Bundesjugendleitung, vier Präsidialausschüsse und Sondertermine im Jahr. Es gibt Wochen, in denen er in alpines Gelände fährt, Abgeordnete trifft, Sitzungen leitet und trotzdem auf keinen einzigen Berg steigen kann. „In manchen Wochen sind es 40 Stunden. Es ist so viel, dass du keinen Job nebenbei machen könntest.“ Alles ehrenamtlich, keine Bezahlung, kein Ausgleich. Max sieht seine ehrenamtliche Arbeit pragmatisch und vor allem nicht als Aufwand: „Man überlegt sich, was man mit seiner Zeit macht. Man kann Bergsport machen, Jugendarbeit oder Vereinspolitik vorantreiben. Die Themen schließen sich per se nicht aus und ermöglichen eine gesunde Balance.“

Man kann nicht nicht politisch sein

„Junge Menschen sind stark von politischen Entscheidungen betroffen, werden aber aufgrund ihres Alters oftmals überhört“, konstatiert Henri. Seine Ambition ist es, dass sich Ministerien am Ende jedes Gesetzesentwurfs die Frage stellen: Haben wir die Jugend bedacht? „Das passiert aktuell jedoch nicht“, so Henri. Die JDAV versucht, daran etwas zu ändern, mit Abgeordnetengesprächen im Bundestag, mit Terminen

beim Bundesumweltminister und beim Bundeskanzler. Manchmal bleibt davon nur ein Foto. Und genau das bringt Henri auf. „Youthwashing“ nennt er es. „Es regt mich total auf, wenn ich nach Brüssel fahre, drei Tage bei einem Event bin, das vom EU-Parlament organisiert wird, wir lediglich eine Mindmap malen und mit keinem einzigen Mitglied des Europäischen Parlaments reden. Das ist einfach lächerlich.“ Die JDAV hat gelernt, echte Gespräche von solchen zu unterscheiden, die nur so aussehen sollen.

Für Max ist das politische Engagement grundsätzlicher. „Wir können gar nicht nicht politisch sein“, sagt er, „weil wir sonst unsere Existenzgrundlage verlieren.“ Wenn die Gletscher schmelzen, die Natur schwindet und die nächste Generation die Probleme aufarbeiten muss, dann betrifft das die JDAV unmittelbar. Klimaschutz, Mobilität, Naturschutz und Aufklärung sind für den Verband keine abstrakten Politikfelder, sondern Alltag. Und wenn die JDAV als „Ableger der Grünen in Wanderhosen“ bezeichnet wird, wie es ein Leserbrief im Vereinsmagazin Panorama formuliert, dann nimmt Henri das zur Kenntnis. Einen wahren Kern erkennt er an. Den Vorwurf der Parteinähe teilt er aber nicht. „Der DAV ist einfach nicht so politisch wie wir. Und dadurch, dass wir ein Jugendverband sind, ist es mehr in unserer Verantwortung, uns für die Jugend zu positionieren.“

Für die Jugend Partei zu ergreifen, ist für Max auch aus finanziellen Gründen logisch. Während politische Entscheidungen häufig an kurzen Wahlperioden ausgerichtet

sind, nimmt die JDAV künftige Generationen und nachhaltige Entwicklungen stärker in den Blick. „Den Euro, den man jetzt in die Jugend reinsteckt, der kommt um ein Vielfaches wieder raus“, behauptet Max. „Den größten Hebel für wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Erfolg hast du, wenn du in die Jugend investierst. Das ist halt leider nicht sofort messbar und das ist das Problem.“

Im Garten ist das Eichhörnchen noch da. Es springt von Ast zu Ast über das Holz des Kriechbaumhofs. Der Hof wirkt wie ein alpiner Rückzugsort, der sich in die Stadt verirrt hat. „Wir brauchen Optimismus und progressiven Mut, Sachen zu verändern“, sagt Max, als das Gespräch zu Ende geht. „Und das kann man am besten, wenn Leute noch jung und unvoreingenommen sind und Zeit und Energie haben. Deswegen die Jugendarbeit.“

Dreihundert Jahre hat dieses Haus überstanden. Heute beherbergt es eine Jugend, die in seinen Räumen immer wieder von vorn anfängt.

Die JDAV

Die JDAV ist mit rund 378.000 Mitgliedern einer der größten Jugendverbände Deutschlands. Angehörig sind alle Mitglieder des DAVs bis einschließlich 27 und Ehrenamtliche. Auch wenn der DAV mit seinen 1,64 Millionen Mitgliedern hinter ihr steht, ist die JDAV keine Unterabteilung, kein Jugendreferat, keine Alibiveranstaltung. Sie hat eigene Gremien, eine eigene Geschäftsführung und führt eigene politische Beschlüsse. Der DAV gibt ihr Raum und Geld und lässt ihr freie Hand.



Sie ist nicht angeboren, kann aber verlernt werden.
 Sie ist kein Anfängerproblem, verstärkt sich aber
 selbst. Ein Grundwissen über Ursachen, Folgen und
 Therapieansätze von **Höhenangst**.

Text: Lubika Brechtel

Ein technisch einfacher Grat, breit genug für beide Füße. Der Weg ist trocken, das Wetter stabil. Links und rechts ziehen Hänge hinunter ins Tal. Was für viele Bergsportler eine gewöhnliche, ja reizvolle Wegpassage ist, kann für Menschen mit Höhenangst zur unüberwindbaren Hürde werden. Die Knie werden weich, das Herz rast, die Gedanken kreisen nur noch um eine Frage: Was, wenn ich abstürze?

Höhenangst zählt zu den häufigsten Sorgen im Bergsport. Und ist dennoch ein Thema, über das viele Betroffene nur ungern sprechen. Dabei betrifft es keineswegs nur Unerfahrene. Auch langjährige Alpinisten, ambitionierte Kletterer oder Hochtourengeher können von Furcht vor der Höhe eingeholt werden. Wer von Höhenangst spricht, denkt erst mal an Panik bei schwindelerregenden Tiefblicken. Tatsächlich liegt die Ursache jedoch tiefer: „Nicht die Höhe ist das Problem, sondern die Sorge, dass etwas Schlimmes passieren könnte“, erklärt der Schweizer Höhencoach David Elsasser, der auf hoehencoach.ch seit Jahren Kurse zum Thema anbietet und früher selbst unter dem Problem litt. Höhenangst – medizinisch als Akrophobie bekannt – gilt als spezifische Angststörung. Teil der Symptomatik ist, dass Betroffene eine Situation als deutlich gefährlicher bewerten, als sie objektiv ist. Dabei kreisen die Gedanken meist nicht um konkrete Verletzungen oder den Tod. Viel häufiger berichten Betroffene von der Angst vor Kontrollverlust. Diese Sorgen lösen einen regelrechten Teufelskreis aus: Das Gehirn registriert vermeintliche Gefahr, der Körper schaltet in Alarmbereitschaft und reagiert mit Herzasen, Muskelanspannung, Schwindel oder Atemnot. Die körperlichen Symptome wiederum bestätigen scheinbar die ursprüngliche Gefahreinschätzung. Die Angst verstärkt sich sozusagen selbst.

Sind Höhenangst und Höhengschwindel dasselbe?

Im Sprachgebrauch werden Höhenangst und Höhengschwindel oft identisch verwendet: Tatsächlich sind es zwei Phänomene, die sich gegenseitig verstärken können, aber auf unterschiedlichen Mechanismen beruhen. So hat Höhengschwindel in erster Linie neurobiologische Ursachen: Er entsteht, wenn das Gehirn widersprüchliche Informationen verarbeiten muss. Die Füße melden sicheren Stand, während die Augen Schwierigkeiten haben, einen Orientierungspunkt zu finden – zum Beispiel auf einer hohen Leiter. Das kann zu Unsicherheit, Schwindel und Übelkeit führen. Höhenangst hingegen entsteht vor allem durch die fehlerhafte Bewertung einer Situation. Das Gehirn lernt, eine Situation als bedrohlicher einzustufen, als sie objektiv betrachtet ist. Das „Fatale“ daran: Wer nun ausgesetzte Stellen gänzlich meidet, festigt diese vermeintliche Erkenntnis auch noch.

Rückfall auf Instinkte: Kampf oder Flucht

Wer Höhenangst erlebt, spürt sie nicht nur im Kopf. Die Angst aktiviert uralte biologische Programme im Gehirn, das den Körper auf Kampf, Flucht oder Erstarrung vorbereitet. Am Berg zeigt sich das oft sehr deutlich. Manche Betroffene kehren sofort um. Andere bleiben wie festgefroren („blockiert“) auf dem Weg stehen. Wieder andere versuchen, hektisch weiterzugehen, um die Situation möglichst schnell hinter sich zu bringen. Stefan Duscher ist langjähriger Tourenleiter beim Alpenverein München & Oberland. Er erkennt solche Momente häufig schon, bevor Teilnehmer sie selbst ansprechen. „Der Mensch kommuniziert zu einem großen Teil über Körpersprache“, erklärt der ausgebildete Sportmentalcoach, der für unsere Sektionen regelmäßig den Kurs „Trotz Höhenangst entspannt auf den

Höhenangst im Überblick

1. Höhenangst kann sich unbehandelt selbst verstärken und wird durch bloßes Vermeiden von Exposition gefestigt.
2. Höhenangst lässt sich nicht gänzlich ausschalten, kann aber „verlernt“ werden, was viele Freiheiten ermöglicht.
3. Niemand wird mit Höhenangst geboren, sie ist kein „Anfängerproblem“. Mit zunehmendem Alter steigt die Anfälligkeit.

Gipfel“ anbietet. Veränderungen in der Stimme, eine verkrampfte Schulterhaltung oder weiche Knie seien oft deutliche Hinweise darauf, dass jemand an seine Grenzen komme.

Warum das Gehirn diese Angst überhaupt entwickelt

Niemand wird mit Höhenangst geboren. Darin sind sich Psychologie und Angstforschung weitgehend einig. Aus evolutionsbiologischer Sicht ist die Angst vor dem Fall zunächst einmal sinnvoll. Wer Gefahren an steilen Abhängen rechtzeitig erkennt, erhöht seine Überlebenschancen. Forschende gehen deshalb davon aus, dass Menschen mit einer angeborenen Sensibilität für Absturzsrisiken ausgestattet sind. Eine eigentliche Höhenangst entsteht jedoch erst durch Lernen und Erfahrung. „Das Einzige, was wir biologisch mitbringen, ist ein Warnsender“, erklärt David Elsasser. Im Laufe des Lebens lerne das Gehirn dann, welche Situationen tatsächlich gefährlich sind und welche nicht.

Warum etwa fünf Prozent der Bevölkerung ausgeprägte Höhenangst entwickeln, hat vielfältige Gründe. Eine Rolle spielen etwa persönliche Erfahrungen, eine protektionistische Erziehung (das Entziehen altersgerechter Herausforderungen) oder Beobachtungen im Elternhaus. Höhenangst wird nicht vererbt, aber Kinder beobachten sehr genau. „Wenn wir Eltern oder Geschwister haben, die auf einem Wanderweg Angst zeigen, dann lernen Kinder: Wandern ist etwas Gefährliches“, beschreibt David Elsasser den Mechanismus. Persönlichkeitseigenschaften wie ein ausgeprägtes Kontrollbedürfnis, eine hohe Sensibilität oder ein starkes Sicherheitsdenken können die



Foto: Höhencoach.ch



Mit richtiger Bewegungstechnik verliert die Angst an Macht.



„Vermeidung macht die Angst immer größer.“ – David Elsasser

Entwicklung ebenfalls begünstigen. „Oft können Betroffene gar nicht genau sagen, wann es begonnen hat“, berichtet Elsasser aus seiner langjährigen Erfahrung. Häufig lasse sich im Rückblick jedoch ein negatives Schlüsselerlebnis erkennen.

Hinzu kommt: Mit zunehmendem Alter steigt oftmals die Anfälligkeit. So berichten viele Menschen, dass sie als junge Erwachsene problemlos schwierige Touren unternommen haben, später aber zunehmend Ängste entwickelten. „Wir haben erstaunlich viele Teilnehmer, die früher anspruchsvolle Hochtouren gemacht haben und die erst später betroffen waren“, berichtet Elsasser von seinen Höhenangst-Trainings. Als möglichen Grund nennt er das gestiegene Risikobewusstsein. Mit zunehmendem Alter werden die Folgen eines Fehltritts realistischer eingeschätzt, gleichzeitig verändern sich körperliche Voraussetzungen wie Gleichgewicht, Beweglichkeit oder Reaktionsfähigkeit. Auch Stress, familiäre Verantwortung oder belastende Lebensphasen können die psychische Widerstandsfähigkeit beeinflussen. Höhenangst ist deshalb keineswegs ein Problem von Anfängern. Das macht das Thema in der Bergszene auch schambesetzt. Wer jahrzehntelang als souveräner Bergsteiger galt, tut sich oft schwer damit, offen mit dem Thema umzugehen.

Ein Tabuthema in der Bergszene?

Obwohl Höhenangst weit verbreitet ist, ist sie im Bergsport eher ein Randthema. Noch immer fällt es vielen schwer, über ihre Ängste zu sprechen. Besonders ausgeprägt ist dies laut Elsasser im Klettersport, wo lieber von „Sturzangst“ die Rede sei. Psychologisch betrachtet handle es sich jedoch um sehr ähnliche Mechanismen. Sowohl Elsasser

als auch Duscher beobachten allerdings, dass sich das Thema langsam enttabuisiert. In den Kursen finden sich etwa zunehmend Männer, die offen über ihre Sorgen sprechen. Während Höhenangst früher oft als persönliches Versagen wahrgenommen wurde, wächst laut den Experten zunehmend das Bewusstsein dafür, dass Angst eine normale menschliche Reaktion ist.

Beide Mentaltrainer sind sich einig, dass die Mehrzahl der Betroffenen Angstsituationen meidet, statt sie aufzuarbeiten. Wer einmal eine Panikattacke am Berg erlebt hat, zieht oft die scheinbar logische Konsequenz: In so eine Situation will ich nicht nochmal geraten. Genau darin liegt jedoch das Problem. „Die Vermeidung macht die Angst immer größer“, erklärt Elsasser. Wer schwierige Passagen konsequent umgeht, gibt dem Gehirn nie die Gelegenheit, zu lernen, dass die Situation möglicherweise gar nicht so gefährlich ist wie befürchtet. Viele Betroffene verzichten zunehmend auf ganze Disziplinen wie Bergtouren, Klettersteige oder am Ende sogar einfache Wanderungen. Die Folge: Der Handlungsspielraum wird immer kleiner.

Warum nicht der Berg das Problem ist

Viele Betroffene scheitern nicht an der tatsächlichen Situation, sondern an ihrer Vorstellung davon. Sie berichten, dass sie bereits Tage vor einer geplanten Tour unruhig werden. Während andere erst vor Ort beurteilen, ob eine Situation anspruchsvoll ist, befinden sich Menschen mit Höhenangst oft schon lange vorher in einem gedanklichen Ausnahmezustand. „Sie sind schon Tage zuvor im Tunnel“, bringt es Elsasser auf den Punkt. Psychologen sprechen in diesem Zusammenhang von der „Angst vor der Angst“. Gemeint ist die Furcht vor Kontrollverlust und Panikgefühlen, die man von früheren Situationen kennt. Gerade dieses „Vorwegnehmen“ führt dazu, dass viele Touren gar nicht erst begonnen werden.

Im Gelände zeige sich das häufig an einer gedanklichen Voreingenommenheit: Wer eine ausgesetzte Passage erreicht, blickt zum nächsten Felsaufschwung und ist überzeugt, dass der Weg dort noch schwieriger werden müsse. Ob das tatsächlich stimmt, wird oft gar nicht mehr überprüft. „Sie machen sich Sorgen um etwas, das noch gar nicht eingetroffen ist“, beschreibt Elsasser dieses Muster. Sein Ansatz besteht deshalb darin, die Teilnehmer neugierig werden zu lassen. Nicht sofort umkehren, sondern genauer hinschauen. Oft stelle sich heraus, dass die befürchtete Gefahr deutlich kleiner sei als angenommen. Dieser Perspektivwechsel gehört für den 49-Jährigen zu den wichtigsten Schritten im Umgang mit Höhenangst: weg von der Katastrophenfantasie, hin zur tatsächlichen Situation.

Der Werkzeugkasten gegen die Angst

Kann man die Angst verlernen? Die gute Nachricht lautet: Ja, in den meisten Fällen. In der psychologischen Forschung gelten spezifische Phobien als gut behandelbar. Eine zentrale Rolle spielt dabei die sogenannte Expositions- oder Konfrontationstherapie. Das Prinzip ist einfach: Betroffene setzen sich ihrer Furcht bewusst aus, lernen Methoden zur Angstregulation und sammeln neue Erfahrungen. Die Teilnehmer lernen, die Angst nicht zu bekämpfen, sondern auszuhalten und zu regulieren. Entscheidend ist die Erkenntnis, dass die befürchtete Katastrophe nicht eintritt. Das Gehirn beginnt dadurch, neue Erfahrungen abzuspeichern und die Situation realistischer einzuschätzen. Die Wirksamkeit dieser Methode ist gut erforscht: Fachgesellschaften wie die deutsche Gesellschaft

Findet das Auge keinen Anhaltspunkt, kann Höhengwindel entstehen.



Foto: Höhencoach.ch

für Psychiatrie und Psychotherapie sowie zahlreiche internationale Studien berichten von hohen Erfolgsquoten.

Auch Stefan Duscher setzt auf eine schrittweise Annäherung, die er „Salamitaktik“ nennt. Die Teilnehmer lernen zunächst Grundlagen wie Blickführung, Körperhaltung, Gleichgewicht und Atmung. Viele Übungen zielen darauf ab, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zurückzugewinnen. Besonders wichtig ist für Duscher die richtige Bewegungstechnik. Wer etwa beim Bergabgehen den Körperschwerpunkt zu weit nach hinten verlagert, verliert leichter die Kontrolle und sammelt negative Erfahrungen. „Das sind die, die zuerst auf dem Hosenboden sitzen“, sagt er. Dies wiederum verstärke die Angst.

Ein weiteres zentrales Element in Duschers Kursen ist der Umgang mit dem visuellen System. Viele Menschen verlieren an ausgesetzten Stellen die Orientierung, weil dem Auge ein stabiler Anker fehlt. „Du brauchst aber immer einen Referenzpunkt“, erklärt der erfahrene Alpinist. Als Beispiel nennt er das Treppensteigen: Niemand beobachtet beim Hinuntergehen jede einzelne Fußbewegung. Stattdessen suche sich das Auge die nächsten Stufen, während der Körper die Bewegung automatisch ausführt. Ähnlich funktioniert es im alpinen Gelände. Wer lernt, seinen visuellen Fokus bewusst zu steuern, gewinnt Kontrolle zurück. Das Gehirn erhält wieder verlässliche Informationen – und die Angst verliert an Macht. Atemtechniken helfen zusätzlich, das Stressniveau zu senken. Gerade vor ausgesetzten Passagen könne eine bewusste Atmung den Körper aus dem Alarmmodus holen. Aus neurowissenschaftlicher Sicht entstehen durch solche Neubewertungen frische „Gedächtnisspuren“. Das Gehirn lernt, dass die Situation anders eingeordnet werden kann als bisher. Zwar verschwindet die Angst dadurch nicht vollständig, verliert jedoch in den meisten Fällen ihre beherrschende Wirkung.

Wie kann man als Tourenpartner unterstützen?

Auch Begleitpersonen können viel dazu beitragen, dass Menschen mit Höhenangst positive Erfahrungen sammeln. Das Wichtigste: keinen Druck ausüben. Sätze wie „Stell dich nicht so an“ oder „Da musst

du jetzt einfach durch“ verschärfen das Problem meist nur. Sinnvoller ist es, Zeit zu geben, Verständnis zu zeigen und kleine Erfolge anzuerkennen. Ein überraschender Aspekt in Duschers Arbeit ist die Bedeutung der Sprache. „Wichtig ist, mit wertschätzenden Worten zu arbeiten“, sagt er. Worte können Menschen stärken oder verunsichern. Deshalb achtet er bewusst darauf, respektvoll und motivierend zu kommunizieren. Das rät er auch Tourenpartnern. Wer Menschen mit Höhenangst unter Druck setzt oder ihre Sorgen abwertet, verschärft das Problem meist. Fortschritte entstehen eher dort, wo Betroffene sich ernst genommen fühlen und in ihrem eigenen Tempo lernen dürfen.

Höhenangst: Was Tourenpartner tun können

1. Ruhe vermitteln, wertschätzend sprechen, keinen Druck ausüben
2. Entscheidungen respektieren
3. kleine Fortschritte loben
4. gemeinsam Pausen machen

Fazit: Die Angst verschwindet nicht – aber ihre Bedeutung verändert sich

Wer lernt, Angst als normale Reaktion zu akzeptieren, schafft die Grundlage dafür, langfristig besser mit ihr umzugehen. Sowohl Duscher als auch Elsasser warnen allerdings vor unrealistischen Erwartungen: Kein Kurs könne garantieren, dass Höhenangst innerhalb weniger Stunden verschwindet. Vielmehr gehe es darum, Werkzeuge zu vermitteln. „Das Entscheidende ist die Bereitschaft, alte Denkmuster loszulassen und neue anzunehmen“, sagt Duscher. Auch Elsasser spricht bewusst nicht von Heilung. Ein Praxistag mit professioneller Begleitung liefere Werkzeuge – anwenden müssten sie die Teilnehmer anschließend aber selbst.

Vielleicht ist das die wichtigste Erkenntnis: Ziel ist nicht, die Höhenangst vollständig verschwinden zu lassen. Angst gehört zum Bergsport. Sie schützt vor Risiken und hilft, Gefahren realistisch einzu-

Die „Salamitaktik“ von Stefan Duscher gegen Höhenangst

Schwierige Situationen nicht als Ganzes betrachten, sondern in kleine Schritte zerlegen:

1. bis zum nächsten Wegweiser gehen
2. dann bis zur nächsten Kurve
3. danach bis zur Felsstufe
4. Situation neu bewerten

Dadurch bleibt die Aufgabe überschaubar und das Gehirn wird weniger schnell überfordert.

schätzen. Problematisch wird sie erst, wenn sie Entscheidungen bestimmt und Erlebnisse verhindert. Menschen, die ihre Angst verstehen und lernen, mit ihr umzugehen, berichten häufig von einem neuen Gefühl der Freiheit. Nicht weil das Gefühl völlig verschwunden wäre, sondern weil es nicht länger das Steuer übernimmt. David Elsasser bringt es auf den Punkt: „Die Angst soll nicht bekämpft werden. Sie darf weiterhin warnen. Sie soll nur wieder lernen, wann eine Warnung tatsächlich nötig ist.“

Zum Workshop „Entspannt auf den Gipfel trotz Höhenangst“ im alpinprogramm



ZUR PERSON



Lubika Brechtel

litt in ihren ersten Bergjahren selbst unter Höhenangst. Ihr Endgegner war die Marienbrücke bei Schloss Neuschwanstein. Aus purem Trotz begann sie mit dem Klettern – mit Erfolg! Heute sind luftige Grate ihre liebste alpine Spielwiese.

Berg-Bibliothek

Gelesen, gesehen, gehört:
empfehlenswerte Neuheiten und Netzfunde

Neu erschienen

Weiter wandern. 25 Mehrtagestouren in und um Deutschland

Kathrin Heckmann, Romy Robst



Eine Ode an die deutschen Mittelgebirge ist dieser Trekkingführer der beiden Erfolgs-Bloggerinnen. Vom Heidschnuckenweg in der Lüneburger Heide über den Harzer Hexenstieg bis zum Mullerthal Trail: Es müssen ja nicht immer die Alpen sein – vor allem mit Zelt ist an den Orten deutlich mehr möglich.

2026, 296 S., 29,90 EUR
rother.de

Kletterführer Bayerische Alpen Band 3.

Von Bayrischzell bis Mittenwald

Markus Stadler



Panicos Kletterführer sind für die Bayerischen Alpen unverzichtbar, egal, ob Alpin- oder Sportklettern. Fürs Münchner Einzugsgebiet ist Band 3 am spannendsten: Blankenstein, Brauneck, Benewand – al-

les mit Rang und Namen ist vertreten, auch die Klettergärten. Die Neuauflage des Führers reicht sogar bis Mittenwald und in die Leutasch.

3. Aufl. 2026, 480 S., 44,80 EUR
panico.de

Wanderführer Tuxertal und Umgebung.

34 Tageswanderungen

Carolin Köhne



Das Tuxertal schließt die Tuxer Alpen am südlichen Ende ab – die meisten Touren in diesem Führer bringt man eher mit den Zillertalern in Verbindung. Dessen ungeachtet ein lohnender Führer mit 34 vielseitigen Touren rund

um Mayrhofen, Hintertux und Finkenberg, die von einfachen Familienwanderungen bis zu anspruchsvollen Dreitausender-Touren reichen. Inkl. GPS-Tracks zum Download.

2026, 160 S., 15,00 EUR
conrad-stein-verlag.de

Keep off the grass. Ein Knigge für die Berge

Sylvia Rier



In Südtirol sind offenbar Kippunkte überschritten: Mit staatlicher Unterstützung gibt der Bozner Verlag Edition Raetia diesen Knigge mit „Beobachtungen von Menschen, die oft müde geworden sind“ heraus. Die 28 kurzen Kapitel wie „Nehmen Sie Reservierungen ernst“, „Radeln Sie achtsam“ oder „Verirren Sie sich nicht“ dürften den ein oder anderen Leser erlächeln.

2026, 102 S., 16,00 EUR
raetia.com

Tatort Alpen. Elf Kurzkrimis

Leonhard F. Seidl (Hrsg.)



Nicht immer wird in diesen elf Alpenkrimis ermittelt, manchmal wird auch einfach nur gemordet. Und die Tatorte sprechen für sich: Ein Brudermord auf dem Zugspitzplatt, Schuld und Sühne am Kocher Felsenkeller, ein Eifersuchts-Doppelmord auf

dem Funtenseetauern. Für Fans von Alpenkrimis sicher eine Pflichtlektüre.

2026, 270 S., 16,00 EUR
arsvivendi.com

Einsame Spitze. 14 Achttausender in 92 Tagen:

Mein Weltrekord und die Folgen

Kristin Harila



Wohnung verkauft, frisch verliebt, und nur ein Ziel: den Rekord für alle 14 8000er zu brechen. In ihrem Buch schildert Harila, wie (und mit welchen Verlusten) ihr dieses (auch logistische) Meisterstück gelungen ist. Und sie bezieht Stellung zu den Vorwürfen, die im Fall Muhammad Hassan am K2 gegen sie erhoben wurden.

2026, 296 S., 23,00 EUR
imaginebooks.de

Cabin Wild. Alpine Bivouac Huts

Ben Tibbetts, Valentine Fabre



Der englische Wahl-Chamoniarde Ben Tibbetts hat die edelsten Biwakschachteln der Alpen erkundet. Als Bergführer erreicht er auch die abge-

legensten Standorte, und als Profifotograf versteht er es meisterlich, sie in Szene zu setzen. Die zwei Bände (Westalpen/Ostalpen) sind nur auf Englisch erhältlich, aber absolut lohnend.

2026, 216 S., jeweils 37,00 EUR
bentibbetts.com

Gesteine. Das Quartett-Spiel

Jürg Meyer



Feldspat, Quarz und Glimmer, die drei vergess ich nimmer. Wer tiefer in Gesteinsarten einsteigen will, spielt am besten Jürg Meyers Gesteins-Quartett: 32 alpine Gesteine aus acht Gruppen treten u. a. in den Kategorien Alter, Härte, Dichte und höchster Aufschluss gegeneinander an. Lustig und lehrreich.

2026, 32 Quartett-Karten, 12,90 EUR
haupt.ch

Übrigens: In unseren drei Servicestellen könnt ihr euch Gebiets- und Spezialführer, Karten, Lehrbücher, alpine Literatur, Bildbände sowie außeralpine Reise- und Wanderführer für weltweite Bergsportaktivitäten ausleihen.



bei uns ausleihbar

Rezensionen

Bergführer Bayerische Voralpen & Nordtirol.

Gipfel & Grate, Normalanstiege, Alpine Klettertouren, Überschreitungen

Sebastian Steude



Nach seinem „Bergführer“ für die heimatlichen Berchtesgadener und Chiemgauer Alpen (*alpinwelt* 4/2022) hat Sebastian Steude nun in den Bayerischen Voralpen und im Karwendel recherchiert. Sein Auswahlführer konzentriert sich auf das seit Einstellung der Alpenvereinsführer stark vernachlässigte, schwarze Loch zwischen reinen Wandertouren und modernen alpinen Kletterrouten. Steudes Fokus gilt Schrofenskraxeleien im II. und III. Grad, langen Gratüberschreitungen, die stellenweise im IV. und V. Grad ansiedeln, und kaum begangenen T5- und T6-Wegen, über die man höchstens im Netz ein paar zweifelhafte Angaben findet. Steude gebührt großer Respekt, sich dieser Aufgabe gestellt zu haben – alle Touren hat er binnen drei Jahren selbst begangen –, und ein noch größerer Dank, sie mit Beschreibungen in Text, Bild und Topos in Erinnerung zu rufen oder für Aspiranten sicherer zu machen. Anspruch auf Vollständigkeit kann der Führer, vor allem im Karwendel, naturgemäß nicht erheben. Und, bei allem Lob für die Tourenauswahl: In falsche Hände sollte dieser Führer nicht gelangen. Den Maximiliansweg durch die Nordwand der Benewand (III-) beispielsweise als Schnellabstieg zur Tutzingen Hütte zu empfehlen, ist an einem vielbesuchten Voralpenwanderberg an der Grenze zur Fahrlässigkeit. Die Leserschaft sollte, in Bezug aufs Vorwort, nicht nur im Karwendel wissen, „worauf man sich einlässt und was man tut“. Trotzdem bleibt zu hoffen, dass es für Wetterstein, Ammergau und vielleicht auch die Allgäuer Alpen eine Fortsetzung nach demselben Schema geben wird. Denn auch wenn die Zielgruppe nicht die größte ist, die Touren sind es zweifellos wert, beschrieben zu werden.

2026, 240 S., 24,80 EUR

panico.de

Fernwandern für Frauen. Ein Leitfaden rund um Mehrtagestouren

Nina Rühlig



Das illustrierte Buch richtet sich an Frauen, die mit dem Gedanken spielen, eine Mehrtageswanderung zu unternehmen, und soll sie zum Aufbruch motivieren. Nach einem kleinen Exkurs zur Geschichte von Frauen im

Wandersport werden Vorbereitung und Planung, die passende Ausrüstung sowie das Verhalten unterwegs thematisiert. Vieles davon ist für Trekkingneulinge unabhängig vom Geschlecht sinnvoll. Hinzu kommen (scheinbar) geschlechtsspezifische Themen wie Ängste und Hemmnisse. Hier steckt noch Potenzial, wenn diese nicht nur benannt, sondern auch die teilweise durch Stereotypen geprägten Muster stärker aufgebrochen würden. Hilfreich sind zudem die persönlichen Erfahrungen der Autorin, die sie immer wieder teilt, etwa zur Unterkunftssuche, die Erfahrung von Einsamkeit, das Mittragen von Essen und den Umgang mit unvorhergesehenen Ereignissen. Die konkreten Tourentipps am Ende des Buches könnten ausführlicher sein. So würde es Wanderanfängerinnen noch leichter fallen, sich daran zu orientieren und einzuschätzen, welche Art von Fernwanderung sich am besten für den Einstieg eignet. Dem Appell des Buches kann man sich aber nur anschließen: Traut euch und geht los!

2026, 160 S., 19,00 EUR

conrad-stein-verlag.de

Beinahe schiefgegangen. Risiken und Fallstricke in der handlungsorientierten Pädagogik

Andreas Bedacht, Bernhard Streicher



„Aus Fehlern kann man lernen“, auch beim Leiten von Gruppen. Anhand zahlreicher realer Fallbeispiele zeigen die Erlebnispädagogen Andreas Bedacht und Bernhard Streicher – Letzterer gab in

alpinwelt 2/2025 ein großes Interview zum Thema Gruppendynamik –, wie sich die eigene pädagogische Leitungskompetenz verbessern lässt. Die ersten 50 Seiten über den Begriff der Risikokultur (und ihre Geschwister, die „Sicherheits- und Eventkultur“) sind bereits sehr lesenswert. Anschließend geht es um Lernvorstellungen im Wandel, das richtige Maß an Herausforderung, Planungsgrundsätze nach dem Zwiebelprinzip und vieles mehr. Das alles ist auch für Nicht-Pädagogen interessant, richtig spannend wird es aber bei den konkreten, von Gruppenleitern geschilderten Fällen: „Da fehlt doch einer!“ beim Wildnistraining, verirrt auf Klassenfahrt im Erzgebirge, Steinschlag beim Pinkeln, ein Blackout im Wildwasser, „plötzlich ungesichert“ beim Führungskräfte-Training im Hochseilgarten – nur einige von vielen realen Fällen, die geschildert und gewinnbringend analysiert werden. Dank dieser Fallbeispiele erinnert das Buch an eine sanfte (und pädagogisch wertvollere) Variante des legendären „Der Tod als Seilgefährte“ aus den 60er-Jahren.

2025, 153 S., 33,00 EUR

reinhardt-verlag.de

Webtipp



Zur Schattenkarte von AlpineMeteo



Schattenkarte von AlpineMeteo

Das private Web-Projekt AlpineMeteo aggregiert primär die Wetterdaten verschiedenster Wetterstationen im Alpenraum. Mit der „Schattenkarte“ ist nun noch ein geniales Tool dazugekommen. Aus zwei Gründen: Erstens kann man über einen frei wählbaren Zeitregler im Viertelstundentakt die Schattenbildung im Gebirge nachvollziehen –

nicht nur für Skitouren ein wichtiger Baustein der Tourenplanung. Zweitens liegt dieser Schattenlayer über der Basiskarte vom „Skitouren-guru“, die wiederum die amtlichen Karten von Bayern, Österreich und der Schweiz nahtlos zusammenfügt. Alles frei und ohne Login im Browser verfügbar. alpinemeteo.com/shadow

› UNSERE SEKTIONSGRUPPEN
IM PORTRÄT

Ganz frisch gegründet:
Nach etwas Anlaufschwierigkeiten
bei der Namensfindung ist die
Sektionsgruppe **Gipfelstürmerinnen**
an den Start gegangen.

Text: Katharina Boxberg und Lisa Winter

Gipfelstürmerinnen

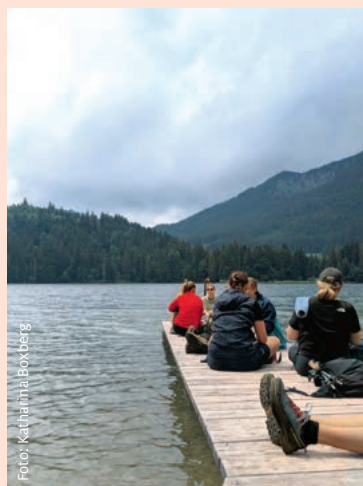


Foto: Katharina Boxberg

Wie kamt ihr auf euren Namen?

Nach einigen Namensideen, die es leider alle
schon gab (u. a. die berühmten „Bergfreundinnen“),
haben wir uns für „Gipfelstürmerinnen“ entschieden.
Der Name steht für unsere Begeisterung für die Berge
und die Gemeinschaft unter Frauen.

Was verbindet euch als Mitglieder?

Uns verbindet die Freude an den Bergen und
daran, Zeit gemeinsam in der Natur zu verbringen.
Bei unseren Touren geht es nicht darum, möglichst
schnell oder weit zu kommen – wichtiger sind ein
schöner Ausblick, eine Hütteneinkehr und dass jede
sich wohlfühlt.

Wo und wie seid ihr am liebsten unterwegs?

Bisher waren wir vor allem mit Bus und Bahn in
den Voralpen wandern. Künftig können wir uns auch
Skitouren, Klettersteige oder Hüttenwanderungen vor-
stellen.



Foto: Katharina Boxberg

Zwischen Berg und Tal, Gipfel und See:
Bei den Gipfelstürmerinnen gilt „alles kann,
nichts muss“.

Wer sollte sich eurer Gruppe anschießen?

Frauen zwischen 25 und 35 Jahren, die Lust auf
gemeinsame Bergtouren und neue Kontakte haben.

Was ist euer Gruppenmotto?

Alles kann, nichts muss. Wir probieren auch
gerne Neues aus ohne Leistungsdruck, aber mit viel
Freude an der gemeinsamen Zeit.

› DIE GIPFELSTÜRMERINNEN IN ZAHLEN

Gegründet	2026
Mitglieder	laut Intranet über 50, aktiv ca. 20 Personen
Touren pro Jahr	wir versuchen, alle 4-6 Wochen eine Tour zu machen, und haben dazwischen Gruppentreffen

Zur Gruppenseite der
Gipfelstürmerinnen



Targobank setzt Zeichen für alpine Umwelt.



Müllsammelaktion und Spenden-Patenschaft für ein Mitfahrbankerl

Text: Ulrike Lierow, Leiterin Ressort Natur und Umwelt

Wir danken der Targobank München herzlich für ihr Engagement: Mit der eigenständig organisierten Müllsammelaktion in den bayerischen Voralpen und der Patenschaft für eines unserer Mitfahrbankerl am Wanderparkplatz Geigelstein in Sachrang setzt sie ein starkes Zeichen für aktiven Natur- und Umweltschutz. Solche Initiativen zeigen, wie viel wir gemeinsam bewegen können – für saubere Berge und eine nachhaltige Mobilität.



Die Plakette der Targobank am Mitfahrbankerl am Wanderparkplatz Geigelstein in Sachrang.



Mitarbeitende der Targobank München beim Müllsammeln im Isarwinkel

Den Spendenscheck der Targobank für die Bankerl-Patenschaft überreichten Marian Zitterbart, Leiter Vermögensberatung, und Anlageberaterin Susanne Stauche (li.) an Ulrike Lierow von der Sektion Oberland.



Wir freuen uns über weitere Spenden-interessierte, die unsere Mitfahrbankerl unterstützen und sich mit einer Plakette an ihrer Bank verewigen möchten.



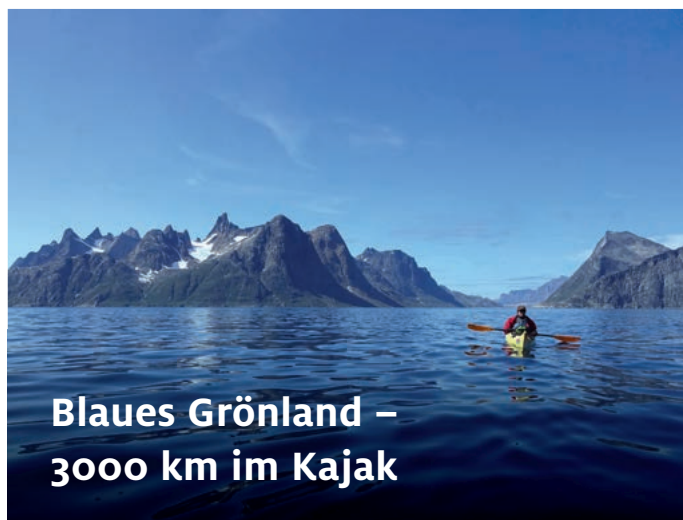
Die alpine
Vortragsreihe
26/27Berg
visionenAlle Infos zu den Vorträgen und
das gesamte Programm auf bergvisionen.deWir feiern ein Jubiläum –
10 Jahre Bergvisionen!

Im Herbst 2016 wurde erstmals ein Vortrag im Augustiner-Keller unter dem neuen Namen Bergvisionen gehalten. Nach dem Aus der kostenpflichtigen Vorträge im Rahmen der „Alpinen Highlights“ im Gasteig hat sich der Alpenverein München & Oberland auf die Vorträge im Augustiner-Keller konzentriert. Dort wurden schon seit Ende der 1970er-Jahre in den Wintermonaten Vorträge über Bergtouren und -reisen gehalten. Da lag es nahe, diese Tradition fortzuführen. Unter dem neuen Namen „Bergvisionen“ – für die Münchner Bergszene, auf Augenhöhe, als Netzwerk-Veranstaltung, für unsere Mitglieder. Und das Ganze kostenfrei.

Die Jubiläums-Vortragsreihe findet heuer ausschließlich im Augustiner-Keller und dem Gilchinger Rathaus statt. Onlinevorträge, seit der Corona-Pandemie Bestandteil der Bergvisionen, gibt es künftig keine mehr. Unser Fokus liegt auf der persönlichen Begegnung, dem direkten Austausch und dem unmittelbaren Erlebnis.

Wir freuen uns auf euren Besuch bei den anstehenden Bergvisionen!

PS: Der Saal im Augustiner-Keller öffnet an den Vortragsabenden bereits um 18 Uhr für Speis und Trank!

Blaues Grönland –
3000 km im Kajak

Ingrid & Björn Klaassen

Splitternde Eisberge, Nebel, Sonne, Sturm und einsame Fjordlandschaften. Grönland ist die größte Insel der Erde. Ingrid und Björn bereisen seit vielen Jahren die Küste mit ihren Seekajaks, um in unzugängliche Gebiete zu gelangen und einsame Berge zu besteigen. Vom Kap Farvel bis nach Nordgrönland – 3000 Kilometer echtes Abenteuer. Mit dabei: ein Zelt, eine Angel, eine Kamera, zwei Packrafts, ein Gleitschirm und regelmäßig zu wenige Lebensmittel.

Di., 13. Oktober 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller

Ultimative Wanderungen
in den Alpen

Michael Pröttel

In seinem „opus magnum“ hat Journalist und Fotograf Michael Pröttel seine schönsten Bergrunden und Gebirgsdurchquerungen zusammengestellt. Das weite Spektrum der mehrtägigen Bergwanderungen reicht von leichten Hütentouren am bayerischen Alpenrand und beeindruckenden Durchquerungen in den Nördlichen Kalkalpen bis zu sonnenverwöhnten Treks auf der Alpensüdseite. Wir freuen uns auf massig Inspiration für eigene, künftige Bergtouren!

Di., 20. Oktober 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller



1000 km mit dem Rad durch Tibet

Peter Baumeister

Die zwei Freunde Peter und Stefan sind mit dem Fahrrad 1000 Kilometer durch Tibet gefahren. Im Vortrag stellen sie exklusiv erste Ausschnitte aus ihrem Film über diese Reise ans Ende der Welt vor. Auf ihrer Route durchfahren sie spektakuläre Landschaften und dringen in abgelegene Regionen vor, wo die häufigste Reaktion der Menschen vor Ort war: „Ihr seid die ersten Ausländer, die ich in meinem ganzen Leben gesehen habe.“

Di., 27. Oktober 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller



Durch die Wildnis bis nach Feuerland

Tobias Schorcht

Arbeit oder Abenteuer? 2019 kündigt Tobias Schorcht seinen Job als Lehrer und startet zu einer waghalsigen Solo-Expedition nach Südamerika, von der er uns berichtet. Acht Monate lang wandert er durch Chile und Argentinien und schleppt ein aufblasbares Boot mit. Zu Fuß läuft er über das patagonische Eisfeld und steht in der Pampa plötzlich vor einem ausgewachsenen Puma. Nach über 3000 Kilometern Wildnis erreicht er die Magellanstraße.

Di., 03. November 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller



Im Bann der Wildnis – Begegnungen am Rand der Welt

Beate Oswald

Beate Oswald führt uns nach Kanada, Island und in die Mongolei und erzählt Geschichten, die man nur weit abseits der Komfortzone erlebt. Über einen Zeitraum von sechs Jahren ist Beate mehrmals nach Kanada gereist. Anschließend tauschte sie die minus 40 Grad in Kanada gegen die Schneestürme Islands ein. In der Mongolei führen Adlerjäger im äußersten Westen des Landes ein entbehrungsreiches Nomadenleben.

Mo., 09. November 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller



Der Expedkader in Patagonien

Luis Funk & Florian Frank

Wind, Weite und eindrucksvolle Berge: In ihrem Vortrag nehmen euch Luis und Florian mit auf den Weg des letzten DAV-Expeditionskaders der Männer (2023–2025), der Talentschmiede für Profibergsteiger. Sie geben Einblicke in ihre ursprüngliche Expeditionsplanung in Westnepal und deren Änderung: Innerhalb von nur zwei Wochen wurde aus der geplanten Himalaya-Expedition ein spannendes Abenteuer in Patagonien.

Mo., 23. November 2026, 19:30 Uhr, Augustiner-Keller

Gemeinsam die Zukunft denken



Unser Weg zur gemeinsamen Sektion nimmt Fahrt auf – und an allen Ecken und Enden spüren wir, wie viel Freude darin steckt, aufeinander zuzugehen und die Zukunft gemeinsam zu denken. Auch der Termin für die Verschmelzungsversammlung steht fest.

Text: Manfred Zink und Matthias Ballweg

Seit über 25 Jahren arbeiten die Sektionen München und Oberland eng zusammen. Im Herbst 2025 haben die Mitgliederversammlungen beider Sektionen ein klares Zeichen gesetzt: Wir wollen diesen Weg gemeinsam zu Ende gehen und zu einer Sektion zusammenwachsen. Nicht aus Not, sondern aus Stärke.

Seither sind wir die ersten Schritte gegangen. In Workshops, Fokusgruppen und offenen Formaten haben sich Ehrenamtliche, Mitarbeitende und die Sektionsjugenden über die zentralen Fragen gebeugt: Wie soll unsere gemeinsame Identität aussehen? Welche Strukturen brauchen wir, um auch morgen stark und lebensnah zu arbeiten? Und wie führen wir die Kultur beider Sektionen wertschätzend zusammen?

Was uns dabei am meisten freut: Die Rückmeldungen sind fast überall positiv. Mitarbeitende, Gruppenleiterinnen und -leiter, Ehrenamtliche, Spenderinnen und Spender sprechen uns an und sagen: „Toll, dass ihr

das endlich macht mit der Verschmelzung.“ Man spürt, wie gern die Menschen aus beiden Sektionen aufeinander zugehen, wie neugierig sie sind und mit wie viel Energie sie miteinander an unserer gemeinsamen Zukunft arbeiten. Genau darum geht es – nicht darum, Bewährtes einzuschränken, sondern Strukturen zu schaffen, die das Herzblut in unseren Gruppen und Abteilungen weiter und sogar besser ermöglichen.

Insbesondere im Kreise der Mitarbeitenden haben viele auch Respekt vor den anstehenden Veränderungen. Das nehmen wir sehr ernst, weshalb in den folgenden Monaten ein starker Fokus darauf liegen wird, mögliche Veränderungen gemeinsam mit allen Beteiligten zu besprechen.

Wie es weitergeht

Am 30. September 2026 tagen die Delegiertenversammlung der Sektion München und der Beirat der Sektion Oberland in einer gemeinsamen Sitzung zum erarbeiteten Strukturkonzept. Auf dieser Grundlage starten wir mit der Ausarbeitung des neuen Satzungsentwurfs. Im Herbst folgt das nächste große Beteiligungsformat: Am Montag, 19. Oktober 2026, dreht sich unter dem Titel „Sektionsleben gestalten“ alles um die Frage, wie wir unsere Gemeinschaft künf-

tig mit Leben füllen. Gemeinsam wollen wir an diesem Abend kreative Ideen für das Vereinsleben von morgen sammeln.

Ein großes Dankeschön

In den vergangenen Wochen haben die verschiedenen Fokusgruppen getagt. Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich hier so engagiert eingebracht haben! Ihre Ergebnisse sind Gold wert, denn sie stellen das Fundament für den Verschmelzungsvertrag. Was jetzt vor uns liegt, ist mehr als ein Verwaltungsakt. Es ist ein gemeinsamer Aufbruch – getragen von Menschen, die für den Bergsport, für Gemeinschaft und für eine starke Zukunft stehen. Wir freuen uns darauf, sie gemeinsam zu gestalten.



Das Edelweiß, Wappenblume der Sektion München, und der Enzian der Sektion Oberland – auch die beiden werden sich im Laufe der Verschmelzung finden müssen. Mit dem oben abgebildeten Logo – M & O werden eins – begleiten wir den Verschmelzungsprozess.

Save the Date

Der wohl wichtigste Termin unseres gesamten Projekts steht fest – der Tag der Verschmelzungsversammlung ist Samstag, der 19. Juni 2027, also in weniger als einem Jahr. Trag dir diesen geschichtsträchtigen Termin bitte schon heute fest im Kalender ein.



Alles zur Verschmelzung
auf unserer Website

10. Outdoor Sportfestival



Probiert neue Sportarten am 27. September 2026 im Münchner Olympiapark

Rund um den Hans-Jochen-Vogel-Platz zwischen Olympiastadion und Olympiahalle kann man am 27. September wieder neue Outdoor-Sportarten ausprobieren – vom Bob-Simulator über Crossminton bis zum Drachenboot. Natürlich sind auch wir mit einem Stand vor Ort und bringen zudem unseren Boulderwürfel mit! Außerdem beantworten wir all eure Fragen und Anliegen rund um Mitgliedschaft, Bergsport & Co. Wir sehen uns!

Alle Infos: outdoorsportfestival.de

Sektion München: Delegiertenversammlung 2026

Text: Markus Block

Am 2. Juli fand die ordentliche Delegiertenversammlung 2026 der Sektion München im Haus des Sports in München statt. 59 Delegierte waren vor Ort anwesend.

Nach der Ehrung von insgesamt vier langjährig tätigen Ehrenamtlichen stellten die Vorstandsmitglieder die Highlights des Geschäftsjahres 2025 vor. Anschließend berichtete das für Finanzen zuständige Vorstandsmitglied Harry Dobner über den Haushaltsvollzug sowie die Jahresrechnung 2025. Nach dem Bericht der Rechnungsprüfer wurde der Vorstand, auf Antrag des Ehrenmitglieds Günther Manstorfer, durch die Versammlung für das Jahr 2025 einstimmig entlastet.

Der vorliegende Antrag der beiden Ehrenmitglieder Günther Manstorfer und Peter Dill auf Fortführung der Vereinschronik wurde von den Anwesenden ebenfalls einstimmig begrüßt.

Im Anschluss informierte Manfred Zink ausführlich über den aktuellen Stand der Vorbereitungen zur Verschmelzung mit der Sektion Oberland. In der sich darauf anschließenden intensiven Diskussion wurde über das weitere Vorgehen sowie die Vor- und Nachteile diskutiert.

Die Versammlung wurde mit der Wahl der Wirtschaftsprüfungsgesellschaft für die Prüfung des Geschäftsjahres 2026 sowie der Vorstellung und Erläuterung des Haushaltsplans für 2026 abgeschlossen.



Foto: Felix Mänchler



Die Delegiertenversammlung
2026 der Sektion München im
Haus des Sports

Sektion Oberland: Jahresbericht 2025



Foto: Antonia Schwendtje

Das Jahr 2025 war für die Sektion Oberland ein Jahr voller Engagement, Bewegung und wichtiger Weichenstellungen. In den Gruppen, auf den Hütten und Wegen, im Ausbildungs- und Tourenwesen, in der Jugend, im Service und in der Öffentlichkeitsarbeit wurde erneut sichtbar, wie lebendig und tragfähig unsere Gemeinschaft ist. Zugleich war 2025 geprägt von großen Infrastrukturprojekten, nachhaltigen Mobilitätsinitiativen, einer starken Mitgliederentwicklung und dem Prozess zur Verschmelzung mit der Sektion München.

Ehrenamt und Gruppen

Das Fundament unserer Sektion bleibt das Ehrenamt. Neben dem traditionell starken Engagement in Hütten, Wegen und Gruppen unterstützen rund 80 ehrenamtliche Kolleginnen und Kollegen aktuell die Geschäftsstelle und verschiedene Projekte, u. a. im Upcycling-Projekt, im Skiservice, in der Digitalisierung sowie im Gruppen-Intranet. Es freut uns sehr, dass die Ehrenamtsbörse weiterhin auf großes Interesse stößt. Daneben zählten wir 45 Gruppen mit rund 6000 Mitgliedern. Neu gegründet wurden die Familiengruppe „Alpenwichtel“ sowie das FLINTA* Bergkollektiv. Der Singkreis unter der Leitung von Helmut Keim hat sich leider aufgelöst. Ein besonderer Anlass war außerdem das 30-jährige Jubiläum der Kajakgruppe. Vielen Dank euch allen für euer außergewöhnliches Engagement!



Die große Sanierung der Vorderkaiserfeldenhütte hielt uns 2025 auf Trab und wurde mit über 300.000 Euro an Spenden bedacht – herzlichen Dank!

Umwelt, Natur und Klima

Im Bereich Natur- und Umweltschutz stand 2025 die nachhaltige Mobilität im Mittelpunkt. Als besonderes Projekt zeichneten sich die mehr als 50 errichteten DAV-Mitfahrbankerl aus, die zur Bildung von Fahrgemeinschaften anregen und so zum Klimaschutz beitragen. Das Projekt soll weiter ausgebaut werden, u. a. im Rißtal, im Ostallgäu und im Berchtesgadener Land.

Rund um unsere Hütten wurden über 40 Nistkästen für Insekten und Vögel installiert. Ergänzend fand der zweite Mobilitätstag im Graswangtal statt, die EUREGIO-Machbarkeitsstudie im Rißtal mit Mobilitätskonzept wurde finalisiert sowie rund zwölf Müllsammelaktionen und Arbeitstouren durchgeführt.

Mitgliederentwicklung und Mitgliederservice

Die Mitgliederentwicklung blieb auch 2025 positiv. Zum Jahresende zählte die Sektion 198.837 Mitglieder. Gegenüber dem Vorjahr entspricht das einem Wachstum von 3,11 Prozent. In der Ausrüstung verzeichneten wir 38.247 Verleihtage und in der Servicestelle besuchten uns 21.300 Bergbegeisterte – eine erfreuliche Steigerung. Die Nutzung der Medien unserer Bücherei hat wie die Jahre zuvor leider weiter abgenommen. In der Servicestelle am Isartor wurde die Be-

sucherlenkung erfolgreich abgeschlossen: Glasflächen, Treppe und Aufenthaltsbereich wurden neu gestaltet und eine einladende Lese- und Sitzcke ist entstanden.

Ausbildungs- und Tourenwesen, Kletterteam

Das Ausbildungs- und Tourenwesen war auch 2025 ein tragender Pfeiler unseres Vereinslebens. Insgesamt wurden 16.766 Teilnehmertage mit rund 7000 Teilnehmenden verzeichnet – ein sehr hohes Niveau und ein langjähriger Höchststand.

Große Erfolge konnte auch unser Kletterteam verzeichnen: Mit insgesamt 571 Wettkampfteilnahmen und 24 Bronze-, 30 Silber- und 41 Goldplatzierungen glänzte es in der Kletterszene. Herzlichen Glückwunsch! Im Sommer fand mit zahlreichen Teilnehmenden und toller Stimmung der traditionelle Oberlandcup statt, der als der größte Kletterwettbewerb im Freizeitbereich bekannt ist.

Zudem beteiligten wir uns an den „Internationalen Wochen gegen Rassismus“ der Stadt München in Kooperation mit dem Verein JUNO, der geflüchtete Frauen unterstützt. Unter dem Motto „Brücken bauen durch Bewegung – Klettern verbindet!“ fand ein Schnupperkletterkurs sowie eine Wanderung für Frauen statt (siehe auch S. 30 – 31). Von unseren FSJlern initiiert und durchgeführt wurde der „Family Fun Cup“ im Kletterzentrum Freimann; der Erlös ging an die Organisation „Climbers Against Cancer“.

Ende November veranstaltete die Sektion zum zweiten Mal das Übungsleiter-Symposium an der ZHS in München, bei dem sich unsere vielen Engagierten aus den Bereichen Gruppen, Touren und Trainings in Theorie und Praxis fortbilden konnten.

Hütten und Wege

Der Bereich Hütten und Wege war 2025 erneut von großem Einsatz geprägt. Die Sektion betreibt sechs bewirtschaftete Hütten, fünf Arbeitsgebiete und zehn Selbstversorgerhütten. Für die Wegearbeiten wurden 2025 insgesamt 1284 ehrenamtliche Stunden geleistet: darunter ca. 329 Stunden fürs Kontrollieren, ca. 299 Helferstunden, ca. 543 Stunden Arbeitstouren sowie zusätzlich rund 113 Stunden administrative Arbeit. Die Maßnahmen reichten u. a. vom Arbeitsgebiet Zahmer Kaiser über die Brücke im Lahngraben und den Stüdlgrat bis zur Wegsanierung Lucknerhütte – Viehböden. Unser großer Dank gilt hier allen Helfenden, der Bergrettung Schwaz und der Sektion Matrei.

Auch im Hüttenbereich wurden wichtige Projekte weitergeführt. Auf der Vorderkaiserfeldenhütte kam die Generalsanierung samt neuem Selbstversorgerhaus gut voran; im Oktober 2025 konnte die Firstfeier durchgeführt werden. Weitere Maßnahmen gab es u. a. auf

der Lamsenjochhütte (PV-Anlage, Erneuerung BHKW), der Oberlandhütte (neue Kühlzelle), der Bayerischen Wildalm (neuer Brunnen) und der Blankensteinhütte (Vogelschutzmaßnahmen, Wasserleitung).

Jugend

Die Jugendarbeit blieb auch 2025 lebendig und aktiv. Rund 90 Jugendleiterinnen und -leiter engagieren sich in 16 Gruppen; durchschnittlich sind wöchentlich etwa 18 Kinder pro Gruppe unterwegs. Die Jugendarbeit richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von etwa acht bis achtzehn Jahren.

Die Gruppe „Gipfelwürmchen“ wurde verabschiedet und ist nun als Erwachsenengruppe „AlMa“ unterwegs. Die Jugendgruppe „Blaubären“ ist seit Herbst aktiv und richtet sich an Kinder der Jahrgänge 2013/14. Fortgeführt wurde, gemeinsam mit der Sektion München, der Jugendaustausch mit Ecuador. Weitere besondere Aktivitäten waren eine Sarek-Durchquerung der Jungmannschaft sowie Fortbildungen im Bereich Hochtouren, Alpinklettern, Skitechnik u. Ä. Das jährliche LVS-Training fand mit über 100 Teilnehmenden gemeinsam mit der Sektion München statt.

Auch personell wurde der Jugendvorstand weiter gestärkt: Mit Christian Bormann kam ein neues Mitglied hinzu.

Öffentlichkeitsarbeit und Digitalisierung

Die Öffentlichkeitsarbeit verband auch 2025 bewährte Formate mit digitalen Angeboten. Das viermal jährlich erscheinende Mitgliedermagazin „alpinwelt“ bleibt eines der meistgenutzten Angebote; die digitale „alpinwelt“ erreicht rund 33.000 Abonnentinnen und Abonnenten. Zahlreiche Veranstaltungen trugen zur Sichtbarkeit und Begegnung bei, darunter 13 exklusive Mitgliederevents, die Vortragsreihe Bergvisionen, der Frühjahrs- und Herbstalpinflohmart und das Munich Mash Festival.

2025 standen einige Projekte zur nachhaltigen Mobilität, aber auch die Umgestaltung unserer Servicestelle am Isartor auf dem Programm.

↓



Foto: Mark Kawohl



Der Family Fun Cup in Freimann war eines von vielen Events aus dem Vereinsjahr 2025.

Die App „Mein DAV+“ wurde weiterentwickelt und wird mit 104.000 Downloads sowie rund 600 aktiven Usern pro Woche gut genutzt. Zu den neuen Funktionen zählen CO₂-Rechner, Packlisten für alle Bergsportarten, Push-Notifications innerhalb der App und Single-Sign-on für die Website; die Integration der alpinwelt ist in Planung. Auch die Social-Me-

dia-Kanäle (Facebook, rd. 21.000 Follower, Instagram, rd. 37.000 Follower, TikTok und LinkedIn, jeweils rd. 2000 Follower) dienen weiterhin zunehmend als Plattform für die Kommunikation mit unseren Mitgliedern. Ebenso blieb der Newsletter ein wichtiges Instrument für eine transparente und direkte Mitgliederkommunikation. 2025 wurden 27 Newsletter versendet mit 36.000 Abonnentinnen und Abonnenten.

Spenden und Förderungen

Für die Erneuerung der Vorderkaiserfeldenhütte wurden seit Beginn der Spendenaktion über 300.000 Euro gespendet; mehr als 1000 Spenden sind eingegangen – eine überwältigende Unterstützung! Auch die Veranstaltungsreihe zu Testament und Nachlassgestaltung startete erfolgreich: Die beiden Infoabende im Kriechbaumhof waren ausgebucht und erreichten insgesamt 60 Teilnehmende. Ein besonderer Dank gilt außerdem den 38 dauerhaft Unterstützenden. Ihre regelmäßige Hilfe schafft Planungssicherheit und eröffnet Freiraum für den Erhalt von Hütten und Wanderwegen, Kinder- und Jugendförderung, verantwortungsvollen Bergsport und neue Umweltprojekte.

Im Bereich Förderungen lief von 2023 bis 2025 das Projekt „Nachhaltige Mobilität im Alpenraum“ mit dem Ziel der Mobilitätswende im alpinen Raum, es wurde mit rund 214.000 Euro gefördert. Weitere Stiftungs- und Projektförderungen kamen unter anderem von der Merck Finck Stiftung, der Alex Danhuber Stiftung, der Edith Haberland Wagner Stiftung und von der Firma Bad Heilbrunner, sowie, im Zusammenhang mit Kletterkursen, eine Kooperation mit JUNO e. V. und eine Förderung durch den BLSV.

Immer mehr Downloads und Nutzer verzeichnet unsere App „Mein DAV+“, in der Ausweis, Buchungen und vieles mehr verwaltet werden können.

Wir danken allen Mitgliedern, Ehrenamtlichen, Unterstützerinnen und Unterstützern sowie Mitarbeitenden für ihr Vertrauen, ihre Zeit, ihre Ideen und ihren Einsatz. Nur mit euch bleibt unsere Berggemeinschaft lebendig, verantwortungsvoll und zukunftsgerichtet.

Finanzen und Jahresabschluss

Trotz eines von hohen Investitionen geprägten Jahres verfügt die Sektion Oberland weiterhin über eine solide finanzielle Basis. Zum 31. Dezember 2025 lag der Netto-Liquiditätsbestand bei rund drei Millionen Euro. Gegenüber dem Vorjahr bedeutet dies zwar einen deutlichen Rückgang, die finanzielle Situation der Sektion ist jedoch weiterhin stabil. In der Gewinn- und Verlustrechnung weist die Sektion für 2025 einen steuerlichen Überschuss von rund 646.000 Euro aus. Für die Steuerung der Vereinsfinanzen ist jedoch vor allem die tatsächliche Liquiditätsentwicklung maßgeblich. Hier zeigt sich ein Mittelabfluss von rund 3,4 Millionen Euro. Ursache dafür waren vor allem die umfangreichen Investitionen in Hütten, Infrastruktur und weitere Zukunftsprojekte.

Positiv entwickelte sich die Einnahmenseite. Dazu beigetragen haben insbesondere höhere Beitragseinnahmen aufgrund von Mitgliederwachstum, das Spendenaufkommen sowie zusätzliche Erlöse aus Serviceleistungen und nicht eingelösten Hüttengutscheinen. Gleichzeitig blieben die Ausgaben in nahezu allen Bereichen unter den Planansätzen. Gründe hierfür waren u. a. geringere Personalkosten, zeitliche Verschiebungen von Projekten sowie später umgesetzte Investitionen, insbesondere im Hüttenbereich.

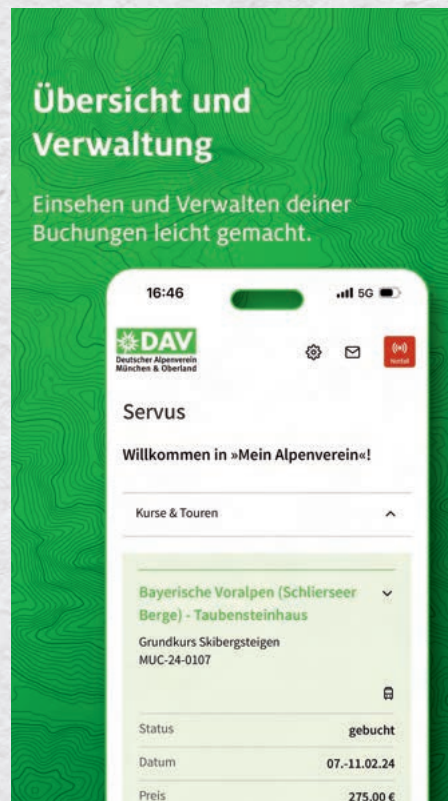


Bild: iStock.com / igoriss

Rückblick, Verantwortung, Engagement – und der Blick auf eine **gemeinsame Zukunft**

Text: Tanja Heidtmann

Am 19. Mai 2026 fand im Kolpinghaus München die ordentliche Mitgliederversammlung 2026 der Sektion Oberland statt. Der Vorsitzende Matthias Ballweg eröffnete die Versammlung und begrüßte die anwesenden Mitglieder, Ehrenmitglieder sowie Gäste, darunter die Ehrenmitglieder Andreas Roth und Walter Treibel sowie die Vertreter der Sektion München Thomas Kuhn und Harald Dobner.

Zu Beginn gedachte die Versammlung der 180 Mitglieder der Sektion Oberland, die im Jahr 2025 verstorben sind. Stellvertretend wurden mehrere langjährig engagierte Weggefährtinnen und Weggefährten genannt, darunter Werner Koch, Konrad Ott, Franz Leckenwalter, Willi Schröttle, Nikolaus Rohrmoser und Peter Weisel. Ihnen und allen weiteren Verstorbenen wurde ein ehrendes Andenken bewahrt.

Im Geschäftsbericht für das Jahr 2025 wurde deutlich, wie vielfältig, aktiv und engagiert die Sektion Oberland auch im vergangenen Jahr unterwegs war. Matthias Menke, Gerhard Wagner (Hütten und Wege) sowie Fabian Elsner (Finanzen) führten im Namen des Vorstands durch die wichtigsten Entwicklungen, die auf den vorangegangenen Seiten im Jahresbericht 2025 zusammengefasst sind.

Besondere Aufmerksamkeit erhielt erneut das Thema Verschmelzung der Sektionen München und Oberland. Grundlage des weiteren Prozesses ist das auf der außerordentlichen Mitgliederversammlung im Februar 2026 beschlossene Beteiligungskonzept. In drei Themenfeldern – Struktur der zukünftigen Gremien, Rolle und Organisation der Gruppen sowie gemeinsame Identität der neuen Sektion – arbeiten Fokusgruppen zentrale Fragestellungen aus. Die Ergebnisse sollen in mehreren Beteiligungsveranstaltungen vorgestellt werden. Die endgültigen Entscheidungen sind für das Jahr 2027 vorgesehen.

Anschließend stellte Fabian Elsner den Jahresabschluss vor. Trotz hoher Investitionen, insbesondere im Hütten- und Infrastrukturbereich, verfügt die Sek-

tion weiterhin über eine stabile finanzielle Basis. Die Rechnungsprüfer bestätigten eine ordnungsgemäße und wirtschaftliche Mittelverwendung und empfahlen die Entlastung des Vorstandes, die von der Mitgliederversammlung einstimmig beschlossen wurde.

Im Rahmen von Ehrungen und Verabschiedungen dankte die Sektion zahlreichen Engagierten für ihren Einsatz. Gewürdigt wurden u. a. Helmut Keim für sein langjähriges Engagement im Singkreis, Adolf Ballweg für die Leitung der Bergwandergruppe, Anneliese Ramsauer als Leiterin des Seniorenkreises, Johannes Waßmann für seine Tätigkeit als Hüttenreferent der Stüdlhütte sowie Toni Rest für ihre 50-jährige Tätigkeit als Schatzmeisterin der Ortsgruppe Fürstenfeldbruck, für die sie die Ehrenmedaille erhielt.

Im Anschluss standen die Nachwahlen zum Beirat auf der Tagesordnung. Neu und jeweils einstimmig gewählt wurden:

- > Mathias Meier für die *Bergwandergruppe*
- > Peter Proebster und Eva Berger als *Leitungsteam des Seniorenkreises*
- > Judith Greil für das *FLINTA Bergkollektiv*
- > Manuela Holzer für die *Familiengruppe Spanische Alpenkinder*
- > Linda Sauer für die *Familiengruppe Alpenwichtel*
- > Stephan Keiss für die *Stüdlhütte*
- > Johannes Waßmann für die *Brunntalhütte*
- > Martin Graßl für die *Alte Urschla Hütte*
- > Diana Hägele für die *Jugendvertretung*

Zum Abschluss erläuterte Fabian Elsner den Haushaltsvoranschlag 2026. Der Etat ist erneut deutlich investiv geprägt, mit Schwerpunkten in der Hütteninfrastruktur, technischen und organisatorischen Strukturen sowie IT- und Systemprojekten. Ziel ist die langfristige Sicherung der Leistungsfähigkeit der Sektion.

Der Vorsitzende dankte allen Mitgliedern, Ehrenamtlichen und Mitarbeitenden für ihr großes Engagement und betonte die Bedeutung des gemeinsamen Weges in die Zukunft der Sektion.

Servicestelle Thalkirchen



Foto: Stefan Jahn

Öffnungszeiten Service Point Thalkirchen

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag
14 bis 19 Uhr

Neues **Service-Angebot** im Kletter- und Boulderzentrum Thalkirchen

Wer gerne in Thalkirchen klettert, hat uns sicher schon gefunden. Für alle anderen: Seit Anfang Juni haben wir einen Servicecounter im DAV Kletter- und Boulderzentrum München-Süd in Thalkirchen. Gerne helfen euch unsere Mitarbeiter bei Fragen rund um unseren Verein, unsere Angebote und Möglichkeiten der Mitgliedschaft weiter. Der Schwerpunkt am Servicecounter wird zunächst auf persönlicher Beratung liegen. Unser Ziel ist es, unsere Mitglieder und alle, die es werden möchten, direkt in der Kletterhalle vor Ort kompetent, unkompliziert und persönlich zu beraten. Wir freuen uns sehr über die Möglichkeit, regelmäßig in der Kletterhalle Thalkirchen präsent zu sein.

Zamanand Festival



Foto: Stefan Jahn

Klettern auf der Ludwigstraße:
Das geht am 12. und 13. September
beim Zamanand Festival



Am 12. und 13. September findet auf der Meile zwischen Odeonsplatz und Siegestor das beliebte Zamanand Festival statt. 1500 Mitwirkende verwandeln die Mitte Münchens in einen Ort des Austauschs, der Inspiration und des Miteinanders. Alle Gäste können sich aktiv an der temporären „Umnutzung“ beteiligen – ob bei Musik- oder Kunstperformances, Workshops oder Präsentationen von Initiativen und Projekten. Das Zamanand Festival ist für alle zugänglich und kostenlos. Auch wir sind das erste Mal mit dabei – mit unserem Kletterturm und Infostand vor Ort.

Mehr Boulderfläche für Gilching

Crowdfunding-Aktion für neue Boulderhalle Gilching

Text: Thomas Urban

Seit dem 24. Juni entsteht in Gilching, als Ergänzung zur bestehenden Anlage, eine neue, moderne Boulderhalle. Vielseitig, barrierefrei und mit einem zukunftsorientierten Energiekonzept. Die Fertigstellung ist für Februar 2027 geplant.

Der große Andrang auf die Boulderflächen im DAV Kletter- und Boulderzentrum München-West in Gilching zeigt deutlich, wie stark der Sport in der Region wächst. Mit dem Neubau entsteht noch mehr Raum für Bewegung, Training und Gemeinschaft. Ob für Neulinge, Familien oder ambitionierte Boulderinnen und Boulderer – hier wird ein zeitgemäßer Treffpunkt verwirklicht für alle, die wohnortnah aktiv sein möchten. Gleichzeitig wird das gesamte Kletterzentrum barrierefrei weiterentwickelt – inklusive Aufzug und besserer Zugänglichkeit für Menschen mit Behinderung – und damit zu einem Ort für Bewegung, Gemeinschaft und Teilhabe für alle.

Die neue Boulderhalle wird in Holzständerbauweise an das bestehende Kletterzentrum angebaut. Es entstehen dabei zusätzlich rund 750 m² neue, vielfältige

Boulderfläche, von Platte bis Überhang. Im bestehenden Boulderraum wird ein neuer Familien- und Kursbereich mit ca. 220 m² geschaffen.

Vielen Dank für eure Geduld und eure Unterstützung auf dem Weg zur neuen Boulderhalle. Im Bautagebuch halten wir euch regelmäßig auf dem Laufenden. Alle Infos auf kbgilching.de

Crowdfunding-Aktion: Wir brauchen deine Unterstützung

Die Gesamtkosten für den Neubau belaufen sich auf über sechs Millionen Euro – eine enorme Summe, die wir komplett aus eigenen Mitteln finanzieren. Unser Spendenziel liegt bei 250.000 Euro, um einen Teil dieser Kosten zu decken und die Halle optimal auszustatten. Jede Spende fließt direkt in die neuen Wände, Griffe, Volumen und Matten. Du spendest nicht für uns – du spendest für dein nächstes Projekt!



Foto: Dominik Arnold

Umzug der Servicestelle
Während der Bauphase findet ihr die DAV-Servicestelle Gilching im Container neben dem Haupteingang des Kletterzentrums. Dort sind wir wie gewohnt für euch da: mit Mitgliederberatung, Bibliothek und Outdoor-Verleih.



Visualisierung: Sektion München



Visualisierung: Sektion München

Noch Visualisierung, bald Realität:
In Gilching entsteht neben dem bestehenden Kletterzentrum (weißes Gebäude) eine neue Boulderhalle (rotes Gebäude) mit 750 m² Fläche.



←

Elf Helferinnen und Helfer sammelten Ende Juni insgesamt sieben Big Bags an Abfall rund um die Knorrhütte.

Müllhalde

ade

Team von **Freiwilligen** beseitigt alten Müll an der Knorrhütte

Text: Franziska Vogel und Markus Block, Fotos: Franziska Vogel

Gutes Wetter, die Tage so lang wie nur möglich: Im Juni herrschten ideale Bedingungen, um einen Beschluss der Delegiertenversammlung vom Juli 2024 endlich in die Tat umzusetzen. Gemeint ist die Entsorgung von Müll aus alten Zeiten, der noch immer im Umfeld von sektionseigenen Hütten liegt.

Zwischenzeitlich wurde im Sommer 2025 eine Begutachtung des Mülls im Umfeld der Knorrhütte durchgeführt – mit dem Ergebnis, dass die Schadstoffwerte im Boden zwar erhöht sind, aber keine Gefährdung für das Grundwasser zu erwarten ist. Daher entschied sich die Sektion München, mit der Entsorgung der Abfälle an der Knorrhütte ohne großes Gerät zu starten.

Und so ging es am Sonntag, dem 21. Juni, ganz früh in München los. Insgesamt elf freiwillige Helferinnen und Helfer begleiteten Franziska Vogel, die bei der Sektion München für dieses Projekt verantwortlich ist. Mit der Zahnradbahn ging es zum Zugspitzplatt und zu Fuß weiter zur Knorrhütte. Nach einer kurzen Einweisung begann das Müllsammeln im direkten Umfeld der Hütte. Insgesamt etwa 7,5 Kubikmeter Metall- und Glasmüll (und ein Kühlschrank) wurden in sieben Big Bags gepackt, die später in der Saison per regulärem Hubschrauberflug entsorgt wurden.

Diese Aktion war ein voller Erfolg. Zum einen haben wir mehr Müll entfernen können als erwartet. Zum anderen konnten wir wertvolle Erfahrungen sammeln, die uns für das weitere Vorgehen dort und an anderen Standorten helfen werden. Unser Ziel ist, eine Art Handbuch für die sichere Durchführung weiterer Sammelaktionen zu erstellen.

Herzlichen Dank an die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer für ihr unglaubliches Engagement und an das Team der Knorrhütte für die hervorragende Bewirtung!

←

Kuriosester Fund war ein alter Kühlschrank – er wurde, wie der restliche Müll, per regulärem Flug zur Entsorgung ins Tal gebracht.



Sektion München: Baumaßnahmen

Auf der Reintalangerhütte wurden
die Betten rundum erneuert.



Auch einige Brücken und
Stege galt es zu sanieren.



AUS DEN SEKTIONEN

Überblick der **Bau- und Sanierungsmaßnahmen** an Hütten und Wegen im ersten Halbjahr 2026

Text: Markus Block, Fotos: Sektion München

Im ersten Halbjahr 2026 führte die Sektion München rund um ihre Hütten und in ihren Wegegebieten zahlreiche Bau- und Sanierungsmaßnahmen durch. Allein von Januar bis Juni investierte die Sektion rund 1,1 Millionen Euro. Die Maßnahmen im Überblick:

Reintalangerhütte

- > Einbau der über den Winter generalüberholten Turbine im Wasserkraftwerk
- > Austausch aller Matratzen, Kissen, Decken, Bezüge und Regale sowie Neubau der Betten
- > Vorbereitungsarbeiten für die Generalsanierung der Sanitärräume im Herbst 2026 inkl. des neuen Pächterbades im 1. Obergeschoss
- > Generalüberholung des Notstromaggregates

DAV Haus Spitzingsee

- > Fertigstellung der Außenanlagen (Spielplatz, Grünanlage)

DAV Haus Hammer

- > Erweiterung des Spielplatzes inkl. neuer Rutsche und neuem Sandkasten

Taubensteinhaus

- > Renovierung der Zimmer für die Mitarbeitenden inkl. neuer Wärmedämmung

Knorrhütte

- > Einbau neuer Wasserpumpen und dadurch mögliche Inbetriebnahme der neuen Wassertanks

Heinrich-Schwaiger-Haus

- > neue Schalldämmung des Pächterbereichs
- > Austausch des Ofens im Winterraum

Taschachhaus

- > Austausch von Zug- und Tragseil der Materialseilbahn

Höllentalangerhütte

- > Installation eines neuen Kochkessels in der Küche
- > Einbau eines neuen Notstromaggregates

Jubiläumsgrat-Biwak

- > Austausch aller Matratzen und Kissen

Wegegebiete

- > Renovierung der Hohen Brücke am Stangensteig zur Höllentalangerhütte
- > Sanierung des oberen Einstieges in den Stangensteig
- > Renovierung der drei Brücken im Reintal
- > Einbau neuer Seilversicherungen auf dem Zustieg zum Heinrich-Schwaiger-Haus



Höchste Baustelle:
Auch die Biwakschachtel am Jubiläumsgrat
wurde auf Vordermann gebracht.

Reiner Knäusl

1946 – 2026

Foto: Walter Treibel

Text: Andreas Mohr

Mit großer Trauer nehmen wir Abschied von Reiner Knäusl, einem langjährigen Weggefährten, engagierten Oberländer und guten Freund vieler Mitglieder unserer Sektion und darüber hinaus.

Zu uns gefunden hat Reiner über seine tiefe Liebe zu Osttirol. Die Berge, die Menschen und unsere Hütten in Osttirol waren für ihn weit mehr als ein Reiseziel. Sie wurden zur Brücke in die Sektion Oberland und schließlich zum Ausgangspunkt eines außergewöhnlichen ehrenamtlichen Engagements, das unsere Gemeinschaft über mehr als zwei Jahrzehnte bereichern sollte.

Von 2003 bis 2019 gehörte Reiner dem Vorstand der Sektion Oberland an. All diese Jahre und darüber hinaus brachte er seine Erfahrung, seine Umsicht und sein großes Verantwortungsbewusstsein in die Arbeit der Sektion ein. Besonders als Rechtsreferent stand er der Sektion bei zahlreichen Fragestellungen und Entscheidungen mit Rat und Tat zur Seite. Viele Entwicklungen und Weichenstellungen dieser Jahre tragen auch seine Handschrift.

Ein Türöffner mit feinem Humor

Wer mit Reiner zusammenarbeitete, erinnert sich aber nicht nur an seinen Sachverstand, sondern auch an sein außergewöhnliches Netzwerk, gerade auch in der Politik. Wenn die Sektion nach einem besonderen Ort für ihre Jahresauftaktfeier suchte, schien für Reiner kaum etwas unmöglich. Ob Allianz Arena, BMW Welt, Münchner Feuerwehr oder andere außergewöhnliche Veranstaltungsorte: Mit seiner offenen Art und seinen vielfältigen Kontakten eröffnete er immer wieder Möglichkeiten, an die wir sonst nicht herangekommen wären. Dabei ging es ihm nie um Prestige. Er hatte Freude daran, Menschen zusammenzubringen und der Sektion Türen zu öffnen.

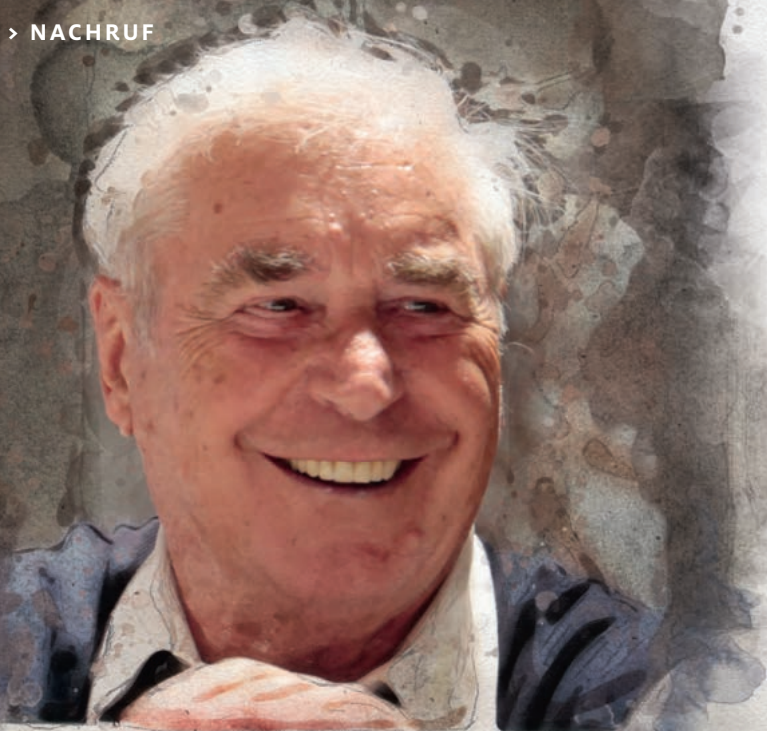
Mit großem Engagement setzte sich Reiner auch für die Anliegen der Sektion ein. Gemeinsam wurde um die Zukunft der Wegscheidalm gerungen, leider ohne den erhofften Erfolg. Umso mehr freute ihn ein anderes wichtiges Projekt: Die langfristige Sicherung von Haunleiten als Selbstversorgerstandort für die Sektion Oberland. Solche Erfolge entstehen nur durch Menschen, die fachliche Kompetenz mit Beharrlichkeit und Herzblut verbinden. Reiner besaß beides!

Neben all seinem Wissen werden viele von uns vor allem seinen besonderen Humor vermissen. Reiner war kein lauter Mensch. Sein Humor war tiefgründig, feinsinnig und oft hintergründig. Seine Gedanken waren klug, seine Beobachtungen treffsicher und seine Pointen kamen meist leise daher. Gerade deshalb waren sie so wirkungsvoll.

Nach seinem Ausscheiden aus dem Vorstand wurde Reiner für seine langjährigen Verdienste mit der Ehrenmedaille der Sektion Oberland ausgezeichnet. Eine Ehrung, die aus Respekt und Anerkennung für seine langjähriges Engagement hochverdient war.

Mit Reiner verlieren wir einen engagierten Bergfreund, einen klugen Berater, einen verlässlichen Mitstreiter und einen Menschen, der unsere Sektion mit seiner Persönlichkeit geprägt hat. Die Erinnerung an ihn wird bleiben: in den Geschichten, die wir von gemeinsamen Erlebnissen erzählen, in den Projekten, die er mitgestaltet hat, und in der Dankbarkeit für die Zeit, die wir mit ihm verbringen durften.

Mit Reiner geht ein echter Oberländer von uns. Unser Mitgefühl gilt seiner Familie, seinen Freunden und allen, die ihm nahestanden. Die Sektion Oberland wird Reiner Knäusl ein ehrendes Andenken bewahren.



Prof. Dr. Johann Maximilian Sonnenbichler 1932 – 2026

Foto: Archiv Sektion München

Text: Günther Manstorfer

Die Sektion München trauert um ihr Ehrenmitglied Prof. Dr. Johann Maximilian Sonnenbichler, der am 6. Juni 2026 im 93. Lebensjahr verstorben ist. Mit Hans, wie er freundschaftlich in Alpenvereinskreisen genannt wurde, verlässt uns eine Persönlichkeit, die hochgeehrt und anerkannt in der Sektion München und im Alpenverein gewirkt hat.

Schon 1948 kam Hans über die Sektionsjugend zum Bergsteigen und lernte dieses sozusagen von der Pike auf. Diese Zeit des alpinen Lernens, vor allem aber auch die Freundschaft mit Gleichgesinnten, waren prägend für die weitere ehrenamtliche Sektionslaufbahn von Hans.

Als Skilehrwart, Skikursleiter und Spezialist für Tiefschnee übernahm er 29 Jahre lang die Leitung der Skischule. Als damit kein Unbekannter mehr, wählte ihn 1987 die Mitgliederversammlung zum 2. Vorsitzenden der Sektion München. Eine besondere Wahl, um das damals etwas in Turbulenzen geratene „Sektionsschiff“ mit einer neuen Vorstandschaft unter Hannes Ther wieder in ruhigeres Fahrwasser zu bringen.

1990 erhielt Hans Sonnenbichler das Ehrenzeichen für besondere Verdienste.

1996 schließlich übernahm Hans den 1. Vorsitz. Bis 2004 führte er dann zusammen mit seinem Vorstandsteam und Geschäftsführer Harry Dobner die Sektion zielsicher und souverän durch, um mit alpinen Begriffen zu sprechen, manch „ausgesetzte“ und „steinschlaggefährdete“ Stelle. Mit dem Namen Hans Sonnenbichler verbunden bleiben die Errichtung der neuen Servicestelle Nähe Hauptbahnhof mit der Priorität Mitgliederfreundlichkeit, ein erweiterter Ausrüstungsverleih, der kompetente Internetauftritt, eine Neukonzeption der Mitgliederzeitschrift als „alpinwelt“, die Wiederbelebung der Vortragskultur mit den „Alpine Highlights“ im Gasteig und der Aufbau eines professionellen Veranstaltungsprogramms. Bei aller Servicebetonung war ihm aber der Erhalt des Vereinswesens durch die Förderung und Neugründung von Sektionsgruppen wichtig; beispielsweise neu die Mountainbiker M97, die Munich Wanderers oder eine Sportklettergruppe.

Ein Leben für die Sektion München und den DAV

Für ihn selbstverständlich war dann auch der Blick über den Tellerrand der Sektion hinaus bzw. sein Wirken für die Bedeutung der Sektion München nach außen, im Besonderen im Bundesverband des DAV. So war Hans viele Jahre im Vorstand des Trägervereins zur Kletterhalle Thalkirchen. Er war der Gründer des Albert-Link-Kreises, einer Arbeitsgemeinschaft mit dem Ziel, die Interessen der größeren bayerischen Sektionen mit Hüttenbesitz zu vertreten. Man berief ihn in die Arbeitsgruppen für das neue DAV-Leitbild und eine Umstrukturierung des DAV. Konsequenterweise wurde Hans Sonnenbichler dann für die erste Amtsperiode des neu geschaffenen DAV-Verbandsrats gewählt und konnte in diesem zentralen Gremium maßgeblich die Geschicke des DAV mitbestimmen.

Nicht unerwähnt bleiben darf seine entscheidende Mitwirkung beim Eingehen in die Kooperation mit der Sektion Oberland im Jahr 2000, was zu einem grundlegenden Wandel in der Zusammenarbeit und im Verhältnis der beiden Sektionen bis hin zu den heute laufenden Prozessen einer Verschmelzung geführt hat. 2006 wurde Hans zum Ehrenmitglied der Sektion ernannt.

Die Sektion München kann ihm für sein großes ehrenamtliches Engagement nur ein herzliches Vergelt's Gott sagen. Hans' Tatkraft und seine außergewöhnliche Bergkameradschaft werden in den Annalen der Sektion stets in Erinnerung bleiben.

Auszeichnungen für Menschen und Projekte
beim Alpenverein München & Oberland

Bayerischer Jugendpreis 2026 für *mItklettern-Schulprojekt*

Text: Marlies Schurz, mItklettern-Koordinatorin Sektion München

Wer hätte das gedacht: Aus einer forschen Anfrage der Franziskusschule Starnberg (dort lernen Kinder mit geistiger Behinderung der Lebenshilfe e. V.) wurde dank der klettersportlichen Unterstützung unserer mItklettern-Trainer schnell eine regelmäßige Sporteinheit am Mittwochmorgen im DAV Kletter- und Boulderzentrum München-West in Gilching. Weil es spontan so gut lief, bewarb sich die Lebenshilfe mit diesem Projekt beim Bayerischen Jugendpreis 2026. Und zack: Wir haben gleich den zweiten Preis gewonnen! Preisverleihung war am 22. Juni 2026 im Literaturhaus München. Bayerns Familienministerin Ulrike Scharf und Ex-Skistar Felix Neureuther übernahmen die Siegerehrung, bei der auch viele Kletterschülerinnen und

-schüler, Lehrer und Betreuer des mItklettern-Projekts dabei sein konnten. Es war für die Kinder gar nicht so einfach, die vielen langweiligen Reden auszuhalten. Für uns Erwachsenen auch nicht. Nach unserem Bewerbungsfilm hieß es: Alle auf die Bühne! Die Kinder gaben Interviews wie die Profis, ließen sich feiern und gingen mit einem Preisgeld von 1000 EUR von der Bühne. Das wird hoffentlich im nächsten Schuljahr wieder in ein neuerliches Kletterprojekt in Kooperation mit der Sektion München investiert.



↑ Platz 2 beim Bayerischen Jugendpreis für das inklusive Kletterprojekt der Franziskusschule Starnberg – geleitet von unserer mItklettern-Trainerin Marlies Schurz (*hinten, 1. v. l.*)



← Der Bayerische Landes-Sportverband zeichnete „Stille Stars“ aus – fünf davon aus der Sektion Oberland

Unsere „Stille Stars“

Text: Martha Urban

Eine besondere Freude ist die Auszeichnung unserer fünf nominierten „Stillen Stars“ durch den BLSV (Bayerischer Landes-Sportverband). Mit Andreas Matzke, Walter Friedrich, Thomas Funck, Michael Krupika und Markus Dangelmayer wurden alle unsere vorgeschlagenen Kandidaten ausgewählt. „Stille Stars“ sind Menschen, die oft im Hintergrund wirken, kein offizielles Amt innehaben und dennoch mit großem Engagement

sowie vielen Stunden ehrenamtlicher Arbeit Woche für Woche das Vereinsleben bereichern und unterstützen. Unser besonderer Dank gilt Andreas für seine kontinuierliche Unterstützung bei der Verwaltung der Gruppendaten. Walter, Thomas und Michi haben in den vergangenen zwei Jahren mit großem Einsatz die Ausbildungs- und Touren dokumente digitalisiert und deren Weiterentwicklung maßgeblich vorangetrieben. Gemeinsam mit Markus konnte ein Nistkastenprojekt an unseren Hütten ins Leben gerufen und erfolgreich umgesetzt werden.

Unser herzlicher Glückwunsch gilt allen Geehrten. Vielen Dank für euren Einsatz – ihr seid das Herz unseres Vereins! Und hinter den Kulissen gibt es viele weitere „Stille Stars“, die mit ihrem Einsatz, ihrer Zeit und ihrer Verlässlichkeit einen unverzichtbaren Beitrag für unseren Verein leisten. Ohne euch wäre vieles nicht möglich.



Alpenländer vernetzen sich für den Natur- und Umweltschutz

Text: Elena Grohmann, Sabrina Grimwood

←
DEGREE4ALPS-Treffen in München: Partnerorganisationen aus mehreren Alpenländern zu Gast bei der Sektion Oberland



Seit September 2024 ist die Sektion Oberland Partner im EU-Mobilitätsprojekt DEGREE4ALPS. Ziel des Projekts ist es, die Erreichbarkeit peripherer und ländlicher Gebiete im Alpenraum durch umweltfreundliche und digitale Lösungen zu verbessern.

Seit Projektstart arbeitet das Natur- und Umweltschutzteam der Sektion Oberland gemeinsam mit Partnerorganisationen aus Italien, Slowenien, Österreich und der Schweiz in sechs Regionen daran, konkrete Pilotprojekte zu entwickeln und zu testen. Dazu zählen etwa App-gestützte Buchungssysteme für Mitfahrgelegenheiten, neue E-Busrouten oder regionale Mobilitäts-Apps. Unser eigener Pilotversuch konzentriert sich dabei auf die Digitalisierung der DAV-Mitfahrbankerl. Wir wollen die Tourenplanung damit so einfach wie möglich gestalten, die Mitfahrbankerl bekannter machen und damit eine Option für die „letzte Meile“ bei der ÖPNV-Anreise bieten. Auf alpenvereinaktiv, Google Maps und Komoot sind die Mitfahrbankerl bereits integriert.

Neben solchen Pilotprojekten geht es bei DEGREE4ALPS auch um internationalen Austausch und Vernetzung. Halbjährlich finden deshalb Partnertreffen statt. Im Mai 2026 fand eines dieser Treffen bei der Sektion Oberland in München statt. 23 Personen aus

sechs Ländern kamen für zwei Tage zusammen, um ihre Projekte weiterzuentwickeln, Kontakte zu knüpfen und Wissen zu teilen. Zum Abschluss führten wir die Gruppe außerdem durch das Alpine Museum auf der Praterinsel. Die aktuelle Ausstellung zu den Folgen des Klimawandels in den Alpen verdeutlicht eindrücklich, dass die Bewältigung der Klimawandelfolgen nur durch die Zusammenarbeit über Ländergrenzen hinweg möglich ist und unser größter Hebel dabei in der Förderung von Mobilitätsalternativen liegt.

Mitfahrprämie sichern!

Unsere Mitfahrbankerl funktionieren – das haben wir am ersten Infotag im „Gelände“ festgestellt. Am 14. Juni waren wir auf den gut besuchten Wanderparkplätzen am Ettaler Sattel, der Laber Bergbahn, der Wank Bergbahn und in Hammersbach mit Infoständen präsent. Was vielleicht noch nicht jeder weiß: Wer jemanden mitnimmt oder selber mitfährt, hat sich eine unserer Prämien verdient. Als „Mitfahrchampion“ kannst du ab zwei gesammelten Fahrten die Prämien auch gebündelt einlösen.



So holst du dir Mitfahrprämien



→
Kommt gut an:
Für das Nutzen der Mitfahrbankerl
gibt's ein Prämienprogramm.



Dein Start ins Bouldern

Videos anschauen, Leihschuhe anziehen
und los geht's – der **Einstieg ins Bouldern**
ist einfacher als gedacht.

Du hast Lust auf Bouldern – Klettern ohne Seil und Gurt, nur mit Schuhen, Chalk und viel Bewegungsfreude? Dann bist du bei den **DAV Verbundkletter- und Boulderzentren** genau richtig. In den Hallen in München und Umgebung – Thalkirchen, Freimann, Gilching und Bad Tölz – wartet ein spielerischer und unkomplizierter Einstieg für alle Alters- und Fitnessstufen. Vorkenntnisse braucht es keine.

- > Bouldern bedeutet: kurze Kletterprobleme in Absprunghöhe lösen. Die farbigen Griffe markieren unterschiedliche Boulder und Schwierigkeitsgrade. Jede Linie ist ein kleines Bewegungsrätsel, bei dem Technik, Balance und Körperspannung oft wichtiger sind als reine Kraft. Dicke Weichbodenmatten sorgen dabei für Sicherheit. Genau deshalb eignet sich Bouldern ideal für Neulinge im Klettersport.
- > Auch die Ausrüstung ist unkompliziert: Leih-Kletterschuhe, bequeme Sportkleidung und etwas Chalk reichen für den Anfang völlig aus.
- > Bouldern verbessert Kraft, Beweglichkeit und Koordination, stärkt das Körpergefühl und sorgt oft schon nach kurzer Zeit für erste Erfolgserlebnisse.
- > Wer neu startet, beginnt am besten mit leichten Bouldern der Level 1 bis 3, nimmt sich Zeit für saubere Bewegungen und fragt gerne nach „Beta“ – also Tipps von anderen Bouldernden. In der Halle helfen viele sofort weiter, feuern an oder teilen ihre Erfahrungen.

Hilfreich für die ersten Schritte ist die sechsteilige Video-Serie der Verbundkletter- und Boulderzentren. Die Serie begleitet Boulder-Neulinge von den Grundlagen bis zu ersten Trainingstipps: Was ist Bouldern überhaupt? Wie wärmt man sich richtig auf? Worauf sollte man bei der ersten Session achten? Außerdem werden wichtige Basistechniken wie sauberes Greifen und Treten, eine gute Hüftposition oder erste Hooks verständlich erklärt. Auch Themen wie Kraftaufbau und abwechslungsreiches Training kommen nicht zu kurz. Die Videos findet ihr einfach unter verbundklettern.de

Bouldern ist der einfachste Einstieg
in den Klettersport – und lebt von der
entspannten Atmosphäre.



Zur Videoserie
„Start ins Bouldern“



Foto: Oligosport

Aus den Servicestellen

Das bekommt ihr bei uns: Ausrüstungsverleih, Tourenberatung, Bücherei, DAV City-Shops, Mitgliederbetreuung und vieles mehr!

Rücksicht mit Rotlicht

Viele Stirnlampen verfügen neben der weißen Leuchte auch über eine Rotlichtfunktion. Diese erhält bei nächtlichen Touren die Nachtsicht des menschlichen Auges, verhindert ein Blenden von Tourenpartnern und stört auch Wildtiere weniger. Auch die Mitschlafenden im Lager auf Hütten werden den Einsatz des Rotlichts beim nächtlichen Gang zur Toilette danken.



Neue Rucksäcke im Verleih

Wir haben unser Sortiment an Rucksäcken im Ausrüstungsverleih am Marienplatz erweitert: Acht Modelle der Marke Klättermusen stehen zum Mitgliederpreis von drei Euro pro Tag zur Ausleihe bereit. Die unterschiedlichen Modelle mit einem Volumen von 25 bis 40 Litern decken ein Spektrum von Trekking- über leichte Wander- und Skitouren- bis hin zu technischen Alpinrucksäcken ab. Dazu gehören beispielsweise der Höner 32 L (links) und der Bergelmer 30 L (rechts).



Höner 32 L



Bergelmer 30 L



Zum Online-Katalog des
Ausrüstungsverleihs

Abverkauf von unserem Büchereibestand

In unserem Antiquariat in der Servicestelle am Isartor verkaufen wir aussortierte Karten und Bücher für kleines Geld. Die Literatur ist zwar etwas älter, eignet sich aber nach wie vor sehr gut zur Inspiration. Die Erlöse fließen wieder in die Anschaffung neuer Literatur. Gerne nehmen wir auch Spenden an – maximal fünf Bücher pro Person.



Foto: Archiv Alpenverein München & Obertland

Auf wen trifft ihr in den Servicestellen? Wir stellen unser Team vor!

Hauptsache Klettern: Die gelernte Physiotherapeutin **Stefanie Geißler** hat ihr Hobby mehr in den Beruf integriert. Seit drei Jahren arbeitet sie nun in den **Servicestellen am Marienplatz und in Gilching**. Schon in ihrer Kindheit war sie mit der Familie viel am Fels unterwegs und bewegt sich heute in der Bandbreite zwischen Sport-, Alpin-, Bigwall- und Eisklettern. In der Servicestelle betreut sie am liebsten den Ausrüstungsverleih und berät gerne zu allen Themen rund ums Klettern. Privat mag sie es, immer neue Spots anzusteuern, fühlt sich aber auch im heimischen Wetterstein- und Kaisergebirge sehr wohl.



Foto: privat

Auf der Sonnenseite durchs Rofan

Die dreitägige Durchquerung **vom Inn zum Achensee** ist bis Anfang Oktober möglich. Mit Sonnwendjoch und Hochiss geht es über zwei herausragende Aussichtsgipfel.

Text und Fotos: Michael Pröttel

Klein, aber fein. Mit seinen steil nach Norden abbrechenden Felsgipfeln, grünen Hochtälern und glitzernden Bergseen hat das recht überschaubare Rofangebirge viel zu bieten. Die meisten genießen die Tiefblicke zum Inn oder das Zillertaler Panorama im Rahmen einer Tagestour. Viel schöner ist es, sich drei Tage Zeit zu nehmen und das ganze Gebirge von Osten nach Westen zu durchqueren. Das geht auch gut mit Öffis: Die schnellste Verbindung von Münchner Hauptbahnhof zum Ausgangspunkt Münster dauert nicht einmal zwei Stunden, und vom Ziel am Achensee kommt man auch gut wieder weg – sofern man das überhaupt noch will.

Einem ziemlich einsamen Anstieg aus dem Inntal zur urigen Bayreuther Hütte folgt am zweiten Tag mit der Überschreitung des Vorderen Sonnwendjochs eine Panoramatour im XXL-Format. Einziges Manko: Wegen der Nähe zur Rofanseilbahn ist an der Erfurter Hütte tagsüber ziemlich viel Betrieb. Doch spätestens wenn die letzte Bahn ins Tal gefahren ist, genießt man als Hüttengast die großartige Abendstimmung hoch über dem Achensee quasi exklusiv. Am letzten Tag wird mit der Hochiss auch noch der höchste Gipfel des Rofan bestiegen. Am Schluss der Tour kann man eine eventuelle Wartezeit auf den Bus mit einem Sprung in den Achensee verkürzen.



Der Abschlusstag des Mini-Trekkings durchs Rofangebirge führt über die Hochiss (im Bild) zum Achensee hinab.



TOURISTINFORMATION

Welcome-CENTER Achensee, Achenseestr. 63, 612 Maurach, Österreich Tel. +43 5 95300-0, achensee.com



BAYREUTHER HÜTTE (1600 M), DAV

Pächter: Anton Hermann

geöffnet von Ende Mai bis Anfang Oktober

45 Schlafplätze

Essen à la carte, keine Halbpension

Tel. +43 6643 425103, bayreuther-huette.de



ERFURTER HÜTTE (1835 M), DAV

Pächter: Familie Pranger

geöffnet von Pfingsten bis Mitte Oktober

94 Schlafplätze

Essen à la carte, keine Halbpension

Tel. +43 5243 5517, erfurterhuette.at



AN- UND RÜCKREISE MIT BUS UND BAHN

Mit dem Zug von München Hbf über Kufstein nach Jenbach und mit Bus 601 bis Haltestelle „Münster/Inn Gemeindeamt“. Zurück von Bushaltestelle „Schwarzenau“ (um 16:15 Uhr) mit Bussen 390 und 8332 zum Bahnhof Jenbach und von dort nach München. Oder (um 17:35 Uhr) mit MVV Bus 390 nach Tegernsee und dort mit dem Zug nach München.



KARTE

AV-Karte 6 „Rofan“, 1:25.000



LITERATUR

R. Wutscher: „Achensee. 50 Touren – mit Rofan und Brandenberger Tal“, *Bergverlag Rother*, 2025



Alle Touren inklusive GPX-Track
zum Download findet ihr hier.



TAG 1: VON MÜNSTER ZUR BAYREUTHER HÜTTE (1600 M)

↑ 1030 hm, 3:30 Std., Strecke 6 km

ANSPRUCH: Technik leicht (T2), Kondition mittelschwer

Von der Bushaltestelle folgt man der Dorf-, Zausach- und Höllensteinstraße nach Norden und biegt im Ortsteil Höllenstein in den beschilderten Aufstieg zur Bayreuther Hütte rechts ab. An einer Gabelung den linken, steileren Pfad nehmen. Nach knapp zwei Stunden wird das Gelände flacher und man quert das Ende einer Forststraße. Auf der anderen Seite geht es wieder etwas steiler empor. Abermals stößt man auf einen Fahrweg, dem man ein Stück nach links folgt. An einer Kehre verlässt man die Forststraße wieder und folgt einem Fußweg in den Wald. Nachdem das Gelände flach wird, kommt man aus dem Wald und sieht die Hütte, die man zuletzt über eine Fahrstraße erreicht.



TAG 2: ÜBERS VORDERE SONNWENDJOCH (2226 M) ZUR ERFURTER HÜTTE

↑ 760 hm, ↓ 460 hm, 4:30 Std., Strecke 8 km

ANSPRUCH: Technik mittelschwer (T3), Kondition gering

Von der Bayreuther Hütte folgt man der Beschilderung zum Sonnwendjoch. Der Weg führt zu einem Sattel hinauf. Auf der anderen Seite geht es ein Stück lang flacher weiter. Hinter einem Wiesenabsatz kommt man zu einer Gabelung. Holzstangen leiten in einen Wiesenpfad ab. Über breite Wiesenhänge geht es zum Vorderen Sonnwendjoch hinauf. Dort folgt man dem breiten Bergrücken nach Norden. Den Sagzahn umgeht man auf seiner Westseite. Dabei ist Trittsicherheit erforderlich. Auf einem Rücken geht man auf die Rofanspitze zu, dann nach links und quert unterhalb zur Grubascharte. Nun in südwestlicher Richtung wandernd in eine weite Mulde. Man erreicht die Latschen, wo sich der Weg nach rechts wendet und über die Grubastiege in den Kessel östlich des Gschöllkopfes hinabführt. Von hier geht es leicht ansteigend zur Mauritzalm hinauf, hinter der man die Hütte sieht.



TAG 3: ÜBER DIE HOCHISS (2300 M) ZUM ACHENSEE

↑ 450 hm, ↓ 1300 hm, 4:30 Std., Strecke 9,5 km

ANSPRUCH: Technik mittelschwer (T3), Kondition mittelschwer

Von der Erfurter Hütte geht es zur Mauritzalm hinauf. Dahinter zweigt man links in einen schmalen Weg ab, der zum östlich des Gschöllkopfes gelegenen Sattel führt. Eine Abzweigung nach rechts in Richtung Spieljoch ignorierend steigt man weiter nach Norden und zuletzt steil auf den scharfen Kamm, der Spieljoch und Hochiss verbindet. Es geht nach links und unterhalb der Hochiss nach Westen. Man erreicht den westlich der Hochiss gelegenen Sattel. Der Gipfel-Abstecher lohnt sich. Zurück am Sattel folgt man der Beschilderung zur Dalfazalm. Der Weg quert nach Westen, wobei eine drahtseilversicherte Rinne Trittsicherheit erfordert. Dann geht es ansteigend zum Streichkopf, dahinter zum Kotalmsattel hinab. Am markanten Felsriegel geht es rechts entlang und am Steinernen Tor wieder rechts, über den Hoch- und Mittelleger zum Niederleger der Kotalm. Hier zweigt nach links der Abstieg zur Bushaltestelle Schwarzenau ab.



STALLAUER ECK (1215 M) UND ANGERLKOPF (1262 M) VON BAD HEILBRUNN

WEGBESCHREIBUNG Vom Startpunkt geht es einige Hundert Meter durch eine Siedlung, bevor der eigentliche Wanderweg beginnt. Gleich an der ersten Weggabelung geht es am Wegweiser links. An der nächsten Gabelung rechts abbiegen und gleich danach wieder links halten. Anschließend den Wegweisern in Richtung Stallauer Eck folgen. Nach knapp 90 Minuten erreicht man den ersten Gipfel – das Stallauer Eck. Hier steht auch das einzige Gipfelkreuz der Tour. Von dort südlich zum unscheinbaren Stallauer Kopf. Hier hält man sich rechts und folgt dem Weg weiter zum Angerlkopf. An dessen Gipfel lohnt sich eine ausgiebige Brotzeit. Nach einem Gatter-Durchschlupf rechts bergab Richtung Bad Heilbrunn. Dem Weg teilweise recht steil folgen. Nach einem kurzen Gegenanstieg ist mit dem Enzenauer Kopf der vierte und letzte, bewaldete Gipfel erreicht. Von dort aus geht es weiter der Beschilderung nach Bad Heilbrunn folgend bergab zurück zum Ausgangspunkt.



ANSPRUCH Technik leicht, Kondition mittel



HÖHENMETER ↑↓ 720 hm



WEGSTRECKE 9,1 km



DAUER 4 Std.



BUS & BAHN Vom Münchner Hbf mit der RB 55 in Richtung Lenggries bis nach Bad Tölz. Dort umsteigen in den Bus 392 Richtung Kochel bis zur Haltestelle Birkenallee in Bad Heilbrunn. Erste Fahrt am Wochenende 07:02 Uhr, Rückfahrt bis 20:25 Uhr; Dauer: 01:19 Std.



EINKEHR Unweit der Bushaltestelle lockt die Ende 2025 eröffnete Tagesbar „RamsAu“. Geöffnet Di. bis So., Wörnerweg 4, am Kräuterpark. @ramsau_tagesbar, ramsau-das-gasthaus.de



KARTE AV-Karte BY11 „Isarwinkel, Benediktenwand“, 1:25.000

Im Aufstieg zum Angerlkopf verlässt man den Wald, der weite Teile der Tour prägt.

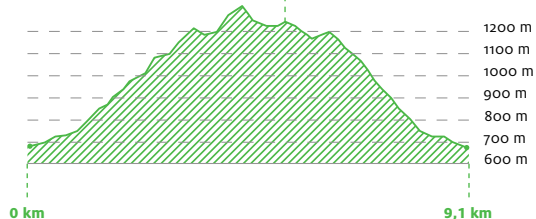


Bad Heilbrunner Gipfelquartett

Text und Foto: Markus Block

Im nördlichen Schatten der Benediktenwand gibt es viele kleine und mittlere Gipfel, die oft nur den Einheimischen bekannt sein dürften. Oder wer ist schon mal auf dem Windpässel, dem Buchenauer Kopf oder dem Hochtannenkopf gestanden? Zugegeben, die meisten davon sind bis oben hin bewaldet und nur dann eine Besteigung wert, wenn man direkt von der Haustür starten kann. Guten Gewissens empfehlen lässt sich dagegen das Gipfelquartett bei Bad Heilbrunn, bestehend aus Stallauer Eck, Stallauer Kopf, Angerlkopf und Enzenauer Kopf, das unweit vom überlaufenen Blomberg und Zwiesel liegt und sich ideal für schöne Spätsommertage oder für eine erste Herbsttour eignet. Die Wege liegen größtenteils im Wald, die Gipfel sind nahezu menschenleer und im Herbst strahlen die Blätter in den schönsten Farben. Zwar ist auf drei von vier Gipfeln kaum Aussicht geboten, was aber kein Nachteil sein muss, denn somit greift der alte Spruch „Wo nix zu sehen ist, ist auch nix los.“ Selten hat man die Bayerischen Voralpen so sehr für sich. Eine Ausnahme bezüglich Aussicht gibt es dann aber doch: Der Wiesengipfel am Angerlkopf eignet sich perfekt für eine ausgiebige Brotzeit. Von dort hat man eine wirklich respektable Aussicht, die vom Spitzinggebiet bis zur Zugspitze reicht.

Der beste Brotzeitplatz ist am Angerlkopf, dessen Wiesengipfel eine respektable Aussicht vom Spitzinggebiet bis zur Zugspitze bietet.



Dank südseitiger Ausrichtung geht die Scheinbergspitze auch im Herbst noch gut, wenn die Nordseite schon angezuckert ist.



AUS DEM GRASWANGTAL AUF DIE SCHEINBERGSPITZE (1929 M)



WEGBESCHREIBUNG Von der Haltestelle aus überquert man einen Bach und wandert zunächst auf einer Forststraße weiter. Diese verlässt man an der zweiten großen Kehre nach rechts (Wegweiser „Scheinbergspitze“). Auf einem schmalen, steilen Bergpfad gewinnt man nun schnell Höhe. Nach einer Querung in freierem Gelände geht es noch einmal im Wald über Serpentin bergan. Langsam lösen Latschen den Fichtenbergwald ab, und die ersten Ausblicke öffnen sich. Der Steig wird teils etwas felsiger und an ein, zwei kurzen Stellen muss man vielleicht auch einmal die Hände zu Hilfe nehmen. Hinter einem Latschenaufschwung legt sich das Gelände zurück und man wandert über einen Rücken, von dem man den Gipfel bereits vor sich aufragen sieht. Es geht ein kurzes Stück zu einem Sattel bergab und zum Schluss über den freien, südseitigen Gipfelhang der Scheinbergspitze zum höchsten Punkt empor. Abstieg wie Aufstieg.



ANSPRUCH Technik leicht (T1), Kondition mittel



HÖHENMETER ↑↓ 850 hm



WEGSTRECKE 6,7 km



DAUER 4 Std.



BUS & BAHN Vom Münchner Hbf mit der Regionalbahn RB 6 nach Oberau, dort umsteigen in den Bus 9624 bis zur Haltestelle „Parkplatz Stock“. Der Bus verkehrt von 01.05. bis 30.09. samstags sowie sonn- und feiertags. Erste Fahrt 07:32 Uhr, Rückfahrt bis 17:35 Uhr; Dauer 1:52 Std.



KARTE AV-Karte BY6 „Ammergebirge West“, 1:25.000

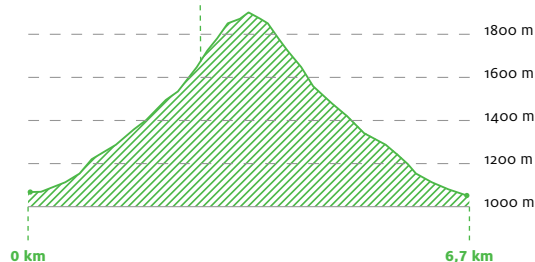
Südseitiger Herbstgenuss im Graswangtal

Text und Foto: Michael Prötzel

Bei Skitourengähern steht der Nordanstieg auf die Scheinbergspitze wegen seiner Lawinensicherheit hoch im Kurs. Dieser endet aber gut einhundert Höhenmeter nördlich des Gipfelkreuzes. Wer ganz nach oben will, wandert daher am besten über die schöne Südseite auf die Scheinbergspitze. Nach dem – zum Glück überschaubaren – Forststraßenstart geht es durch schönen, immer lichter werdenden Bergwald in die Latschenzone hinauf, von wo aus man tolle Tiefblicke ins Lindertal und zur gegenüberliegenden Kreuzspitze genießt. Am Gipfel selbst kommt dann hinter der felsigen Hochplatte im Westen der Forggensee zum Vorschein.

Die hier und auch in der meisten Literatur verwendete Bezeichnung Scheinbergspitze lässt eingefleischte Altbayern übrigens verzweifeln. Für sie heißt der Berg seit jeher (der) Scheinbergspitz, und so steht er bis heute in der amtlichen topografischen Karte. Egal, ob mit oder ohne „e“: Dank der Südexposition ist die Tour im Herbst besonders zu empfehlen – mit Öffis machbar ist sie allerdings nur bis Ende September.

Im Bereich der Stocklahne öffnen sich schöne Weitblicke in die umliegenden Ammergauer.





VON OBERAUDORF AUF DEN WILDBARREN (1448 M)

WEGBESCHREIBUNG Vom Bahnhof Oberaudorf geht es anfangs entlang der Landstraße in Richtung Niederaudorf. Dort folgt man den Wanderschildern vorbei am Waldfriedhof und den letzten Häusern, bis ein Abzweig in den Wald hineinleitet. Über Forstwege, Weideflächen und schmale Steige geht es stetig dem Gipfel entgegen. Wem die Zeit nicht im Nacken sitzt, der kann im Aufstieg zum beschilderten Aussichtspunkt „Grauer Stein“ oder etwas später zum kleinen Felix-Köpfl abzwiegen. Nach dem optionalen „Gipfelchen“ erreicht man die Lichtung der unbewirtschafteten Felixalm. Ab hier folgt man wieder einem breiten Forstweg, bis ein letzter Schilderbaum den Gipfel des Wildbarrens ausweist. Über einen stellenweise schmalen und steilen Steig geht es vorbei an der Wildbarrenhöhle zum breiten, bewaldeten Gipfelrücken. Ein weiteres Schild weist hier den Weg und nur wenige Minuten später erreicht man das breite Gipfelplateau. Eine Bank lädt hier bei schönem Wetter zur gemütlichen Rast. Anschließend kann man entweder über den Aufstiegsweg absteigen (empfiehlt sich bei spätem Start oder an sehr kurzen Tagen) oder man wählt die Runde vorbei an der Dreifaltigkeitskapelle und dem kleinen Bichlersee. Beide Wege führen in Niederaudorf wieder zusammen, von wo es unschwierig zurück zur Einkehr in Oberaudorf oder zum Bahnhof geht.

ANSPRUCH Technik leicht (T2 nach SAC-Skala), Kondition mittel

HÖHENMETER ↑↓ 1100 hm

WEGSTRECKE 17,3 km

DAUER 6:30 Std. (als Rundtour, bei Abstieg auf gleichem Weg etwa eine Stunde kürzer)

BUS & BAHN Von München Hbf fährt die erste Direktverbindung nach Oberaudorf um 6:27 Uhr (RB 54). Die letzte Rückfahrt (mit Umstieg in Rosenheim) um 23:08 Uhr, Gesamtfahrzeit: 1:22 Std.

EINKEHR Die Bäckerei Ratschiller in der Ortsmitte hat einige Sitzgelegenheiten draußen und drinnen und hat auch sonntags geöffnet! Direkt am Bahnhof gibt es ein Lokal für deftige Speisen.

KARTE AV-Karte BY16 „Mangfallgebirge Ost“, 1:25.000



Das Gipfelplateau des Wildbarren ist gemütlich und bietet Weitblicke ins Inntal und ins Kaisergebirge.

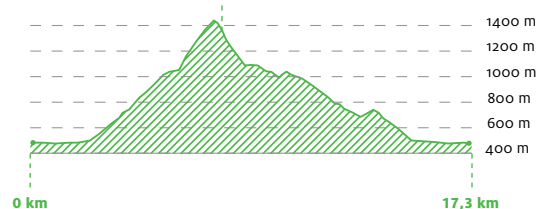
Chiemgauer Herbstsprint

Text und Foto: Lubika Brechtel

Der Wildbarren ist einer der unbekannteren Berge im östlichen Mangfallgebirge. Wer für die kürzer werdenden Herbsttage eine schnell mit Öffis erreichbare, aussichtsreiche und gleichzeitig un-aufgeregte Tour sucht, wird an dem 1448 Meter hohen Gipfel fündig. Schon im Anstieg sorgen lichte Bergwälder und Almflächen für tolle Ausblicke ins Inntal. An wenigen Stellen müssen kurz die Hände zu Hilfe genommen werden, bevor man schließlich unschwierig den höchsten Punkt mit Holzbank und Rastmöglichkeiten erreicht. Die Weitsicht von hier oben ist großartig: Der Zahme Kaiser rückt zum Greifen nah, im Vordergrund schlängelt sich der Inn und am Horizont zeichnen sich die Chiemgauer Bergspitzen ab. Gerade an klaren Herbsttagen, wenn sich der Wald schon bunt färbt und die Fernsicht besonders weit reicht, ist diese Tour perfekt. Wer früh startet oder noch Kraft in den Beinen hat, kann die Route nach Belieben verlängern und z. B. beim sehenswerten Dreifaltigkeitsstein vorbeischaun. Schließlich wartet in Oberaudorf noch die verdiente Einkehr vor der Heimfahrt.



Kurz nach der kleinen Kapelle Dreifaltigkeit sollte man sich den Abstecher zum Aussichtspunkt am Dreifaltigkeitsfelsen nicht entgehen lassen.





Die letzten Meter zum Roßstein-Gipfel mit Tegernseer Hütte im Hintergrund



VON LENGGRIES PER BIKE & HIKE AUF DEN ROSSSTEIN (1698 M)

WEGBESCHREIBUNG Vom Bahnhof Lenggries über Karwendel- und Sylvensteinstraße zur B13 und auf dem Radweg bis Fleck. Hier an der Kirche St. Anna links abbiegen. Ab dem Wanderparkplatz dem Fahrweg Richtung Röhrmoosalm folgen. Über freie Wiesen führt die geteerte Fahrstraße in den Bergwald. Mit mehreren steilen Rampen gewürzt, erreicht sie einen Sattel mit einer Kapelle und wird im Kessel zur Röhrmoosalm zur Kiesstraße. Vor dem Almgebäude folgt man links der Beschilderung Richtung Roßsteinalm. Der kurvenreiche Fahrweg beinhaltet ein paar bisige Rampen. Die Abzweigung Richtung Amperthalalm wird links liegen und das Rad an der Roßsteinalm stehen gelassen. Ab dem Hüttenensemble kann man nicht mehr viel falsch machen und folgt der Beschilderung Richtung Tegernseer Hütte bzw. Roßstein. Stahlseile erleichtern den zum Teil etwas ausgesetzten Aufstieg. Zum Schluss macht die Route noch einen Linksknick und schon steht man auf dem aussichtsreichen Gipfel. Abstieg wie Aufstieg.

ANSPRUCH Technik Bike und Technik Hike mittelschwer, Kondition mittel

HÖHENMETER ↑ ↓ 1000 hm (davon 750 hm per Rad)

WEGSTRECKE 31,4 km (davon 29 km per Rad)

DAUER 5 Std.

BUS & BAHN Mit der Regionalbahn (RB 56) nach Lenggries. Erste Fahrt um 06:02 Uhr, Rückfahrt bis 22:47 Uhr. Dauer: ca. 1:30 Std.

EINKEHR Tegernseer Hütte, Tel. 08029-827, geöffnet Mitte Mai bis Anfang November, tegernseerhuette.de

KARTE AV-Karte BY13 „Mangfallgebirge West, Tegernsee, Hirschberg“, 1:25.000

LITERATUR Arnold Zimprich: Bike & Hike in den Bayerischen Alpen, Bruckmann Verlag, 2026

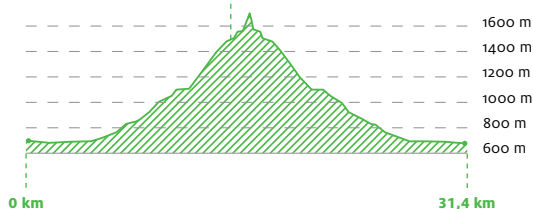
Steiles Strampeln zum Adlernest

Text und Foto: Arnold Zimprich

Roß- und Buchstein: Diese Kombi lässt den Puls bei Kletterern in die Höhe schnellen. Wanderer zieht vor allem die zwischen die beiden Gipfel gequetschte Tegernseer Hütte mit ihrer Adlernest-Lage an. Man kann dem Duo allerdings auch im Rahmen einer Bike & Hike-Tour auf die Pelle rücken. Sinnvollerweise startet man schon am Bahnhof Lenggries mit dem Rad, die ersten Kilometer eignen sich perfekt zum Aufwärmen. Hinter Fleck führt der Weg durch einen mit großen Kalkmonolithen durchsetzten, an Ronja Räubertochter erinnernden Wald. Spätestens ab der Röhrmoosalm ist es vorbei mit der Romantik und es geht zur Sache – wer kein E-Bike hat, kommt durchaus an die Grenzen des Mach- bzw. Fahrbaren.

An der Roßsteinalm wird das Rad endlich stehen gelassen. Doch Obacht: Bei Nässe kann der Roßsteinsteig, den es nun zu Fuß zurückzulegen gilt, glitschig werden. Wen es nach der Aussicht vom Roßstein noch juckt, darf noch ein Erfrischungsgetränk auf der Terrasse der Tegernseer Hütte zu sich nehmen und den drei Meter höheren Buchstein erkraxeln – allerdings ist dafür etwas Schwindelfreiheit und Trittsicherheit gefragt.

An der Roßsteinalm wird das Radl abgestellt, ab hier geht es zu Fuß weiter.





BERGWANDERUNG ÜBER DIE TUFTLALM AUF DEN GRÜNEN UPS (1852 M)

WEGBESCHREIBUNG Vom Bahnhof Lermoos geht man hinab und durch die Bahnunterführung. Dahinter beginnt die Beschilderung zur Tuftalm. Sie führt hinauf zum Schwimmbad und an ihm vorbei. Oberhalb des Bads kann man von der Forststraße rechts auf einen Steig abweichen (Stand 2025 kein Schild, man kann auch auf der Forststraße bleiben!) Die Tuftalm-Schilder leiten dann, auf Steigen die Forststraße abkürzend, hinauf. An der Verzweigung, die rechts zur Aussichtsplattform führt, bleibt man links und erreicht die bewirtschaftete Tuftalm. Von dort folgt man dem Wegweiser „Grüner Ups“. Es geht erst über ein Almsträßchen, dann bald rechts ab auf einen Steig und auf ihm zum Gipfelkreuz. (Weiterer Abstecher zur Upsspitze beschildert, 1,5–2 Std. und 500 Höhenmeter extra, Trittsicherheit und Kondition erforderlich). Man steigt den gleichen Weg ab zur Tuftalm. Dann folgt man erst dem Hinweg Richtung Lermoos hinab. Bald teilt sich der Weg. Der linke Wegweiser lenkt auf den Steig durch den „Bösen Winkel“ Richtung Lermoos-Unterdorf. Nach diesem Abstieg geht es vor dem Bahnübergang erst rechts, später links über die Gleise und zum Bahnhof zurück.

ANSPRUCH Technik leicht (T2), Kondition mittel

HÖHENMETER ↑ ↓ 870 hm

WEGSTRECKE 9,3 km

DAUER 5:15 Std.

BUS & BAHN Vom Münchner Hbf je nach Verbindung mit dem RE 62, der RB 6, der RB 60 und ggfls. der S7 über Garmisch-Partenkirchen zum Bahnhof Lermoos. Erste Fahrt am Wochenende um 05:27 Uhr, letzte sinnvolle Rückfahrt um 19:25 Uhr; Fahrtzeit rund 2 Std.

EINKEHR Tuftalm, bis Ende Oktober täglich geöffnet. tuftalm.com, aktuelle Öffnungszeiten via Facebook

KARTE AV-Karte 4/1, „Wetterstein- und Mieminger Gebirge West“, 1:25.000

An der Tuftalm: Links der Zugspitzstock, rechts die Mieminger mit der markanten Ehrwalder Sonnenspitze



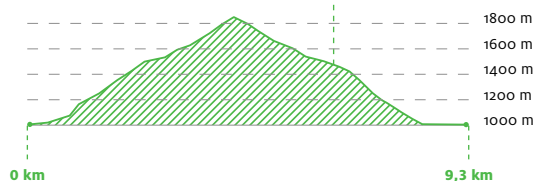
Auf eine uralte, aussichtsreiche Hochalm

Die Upsspitze ist der zweithöchste Gipfel der Ammergauer Alpen, mit 2332 Metern nur acht Meter niedriger als der benachbarte Daniel. Südlich des Gipfels schließt eine grüne Hochalm mit kleinem Gipfel an: der Grüne Ups. Wer ihn besteigt und anschließend an der Tuftalm Rast macht, erlebt ab dem Bahnhof Lermoos eine schöne aussichtsreiche Rundwanderung. Die Upsspitze bietet sich für konditionsstarke Schrofenliebhaber dann noch als Abstecher an. Doch schon vom Grünen Ups bietet sich eine großartige Aussicht, die beim Zugspitzstock im Osten beginnt und über die Mieminger mit Sonnenspitze und Hochwand bis zum Hochwannig reicht. Dahinter gucken die Stubaier Vorberge heraus, auch die Lechtaler zeigen sich. Der Name „Ups“ entstand übrigens nicht aus dem neuzeitlichen Überraschungsruf. In der indogermanischen Sprachfamilie vor über 5000 Jahren gab es die Präposition „upó“ für „unter etwas“, „von unten her“ oder „hinauf“. Auch das englische „up“ und das lateinische „super“ beruhen letztlich darauf. Der Namensforscher Karl Finsterwalder sah dies als Beleg, dass am Grünen Ups und unter der Upsspitze schon in vorchristlicher Zeit Almwirtschaft betrieben wurde!

Text und Foto: Christian Rauch



Der Name Tuftalm stammt vom Kalktuff, der früher dort abgebaut wurde. Einige Felsformationen sieht man unterhalb der Alm am Weg.



Die Gotzenalm, darüber der Watzmann,
links der Große Hundstod



Zur besten Aussicht auf die Watzmann-Ostwand

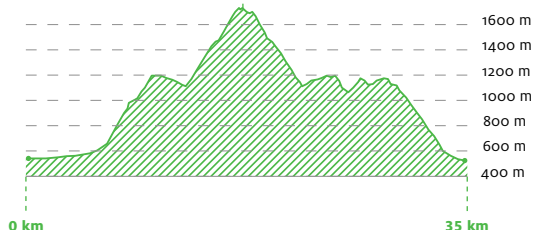
Text: Andrea Strauß, Foto: Andreas Strauß

Eine Tour mit viel Bike und wenig Hike geht hinauf von Berchtesgaden zur Gotzenalm und zum Feuerpalfen. Die erste besticht durch ihre Größe: Das Almgelände östlich über dem Königssee ist die älteste und größte Alm in den Berchtesgadener Bergen. Seit mindestens 800 Jahren kommen Almbauern hier herauf. Der Feuerpalfen dagegen ist ein ganz „Kleiner“. Aus dem Sattel, über den man das Almgelände erreicht, sind es nur 40 Höhenmeter zu Fuß über einen Hang, danach steigt man ein paar Meter ab zu dem kleinen Aussichtspunkt. Was für ein Blick! Tief unten der Königssee, jenseits die Wallfahrtskirche St. Bartholomä und darüber die Watzmann-Ostwand. Einen besseren Blick wird man lange suchen müssen.

Auf der Gotzenalm kann man sich stärken. Nach der langen und teils recht steilen Auffahrt wird man darauf nicht verzichten wollen. Immerhin: Auf dem Weg hinab kann man die einfachere Abfahrt über Hinterbrand nehmen.

Die verhältnismäßig lange Anfahrt von München lohnt sich vor allem dann, wenn man zusätzlich zur Gotzenalm-Tour noch mindestens eine weitere in der Region plant. Die Auswahl ist groß (Reportage S. 40–45), sowohl im Nationalpark (Stahlhaus oder Kühroint) wie auch außerhalb (Litzlalm oder Kallbrunnalm).

Der kurze Abstecher von der
Gotzenalm zum Feuerpalfen
ist absolut obligatorisch.



VON BERCHTESGADEN ZU FEUERPALFEN UND GOTZENALM (1685 M)

WEGBESCHREIBUNG Vom Kreisverkehr vor dem Bahnhof Berchtesgaden gelangt man auf dem Bodensee-Königssee-Radweg nach Süden bis zum Parkplatz Königssee. Über die Hochbahnstraße geht es steil hinauf zu zwei Aussichtspunkten im Wald, dann etwas flacher zur Königsbachalm. Hier rechts auf der Almstraße zur Gotzenalm (beschildert), ab der Gotzentalm in steilen Serpentin. Über eine steile Rampe kommt man in den Sattel am Gotzenalmplateau. Hier Raddepot. Der Fußweg zum Feuerpalfen geht rechts den Hang hinauf und kurz fallend zum Aussichtspunkt. Zurück am Rad erreicht man fallend in ein paar Minuten die Gotzenalm. Der Rückweg folgt der Auffahrtstrasse, bis man kurz nach der Königsbachalm rechts hinauffahren kann bis knapp unter die Jenner-Mittelstation (Speicherteich) und zum Parkplatz Hinterbrand. Über die geteerte Faselsbergstraße geht es hinab nach Berchtesgaden und zum Bahnhof.

ANSPRUCH MTB-Technik mittelschwer, Kondition groß

HÖHENMETER ↑ ↓ 1600 hm

WEGSTRECKE 35 km

DAUER 4–5 Std.

BUS & BAHN Bahnverbindung BRB RE5 nach Freilassing und BLB S4 nach Berchtesgaden. Erste Fahrt ab München 5:46 Uhr, Rückfahrt bis 18:19 Uhr. Fahrzeit: 2:52 Std.

EINKEHR Königsbachalm, Mai–Oktober geöffnet, Tel. +49 8652 5551, koenigsbachalm.de, nur Einkehr, Gotzenalm, 1685 m, Ende Mai–Mitte Oktober geöffnet, Tel. +49 8652 6019998, gotzenalm.de

KARTE AV-Karte BY21 „Nationalpark Berchtesgaden, Watzmann“, 1:25 000



> HÜTTENPORTRÄT HAUNLEITEN



Foto: Maik Kawohl



Mehr Hof als Hütte: Das Selbstversorgerhaus Haunleiten liegt mit 702 Metern von all unseren Hütten am niedrigsten.



Bilderbuch-Bayern: Haunleiten liegt oberhalb der Isar bei Bad Tölz und ist von ruhiger Bauernhof-Atmosphäre geprägt.



Foto: Malik Kawohl

Tief gelegen, hoch im Kurs

Das **Selbstversorgerhaus Haunleiten** bei Bad Tölz liegt von all unseren Hütten am niedrigsten. Was an alpinem Flair fehlt, macht der alte Bauernhof unweit der Isar mit einem Alleinstellungsmerkmal wett, denn auf Haunleiten dürfen Partys und Hochzeiten stattfinden.

Text: Christian Rauch

Berge hat man im Blick, wenn man in Haunleiten vor dem Haus oder auf dem Balkon sitzt. Den Blomberg im Süden zum Beispiel oder den Rechelkopf im Südosten, hinter Bad Tölz. Auch das Brauneck ist nicht weit. Und direkt um das Haus lässt sich prima spazieren, wandern, klettern und radeln.

„Doch vor allem an den Wochenenden kommen die meisten hierher zum Feiern“, weiß Eva, die seit 2019 Hüttenreferentin ist. Geburtstagsfeiern, Jungesellenabschiede und gelegentlich auch Hochzeiten sind seit jeher fester Bestandteil im Selbstversorgerhaus. 1978 pachtete die Sektion Oberland den ehemaligen Bauernhof von der Gemeinde Wackersberg, vom Tölzer Stadtrand in fünf Minuten auf kleiner Straße mit dem Auto erreichbar. Seither können Mitglieder für sich und Freunde Übernachtungsplätze buchen und sich selbst verpflegen. Direkt angeschlossen an die große geräumige Stube liegt die Küche. Zwei Elektroherde und ein Holzofen stehen hier. „Letzteren wollten wir schon abbauen“, erzählt Eva. „Aber es gibt viele Mitglieder, die protestierten, da sie den Ofen und vor allem sein Backrohr sehr schätzen. Und ich weiß aus eigener Erfahrung: Im Holzofen wird ein Braten so gut,

dass ein E-Herd niemals mithalten kann!“ Brennholz für den Ofen muss allerdings jeder selbst mitbringen.

Zwischen Grillplatz und Bienenwiese

Die Stube, die vor vielen Jahrzehnten ein Kuhstall war, ihre Tische und Stühle sind in dunklen Holz gehalten – Nostalgie der Siebzigerjahre. Im ersten und zweiten Stock aber erstrahlen die Zimmer seit einigen Jahren in frischem, hellem Holz. Die insgesamt 27 Schlafplätze verteilen sich auf zwei Doppel- und zwei Dreibettzimmer, ein Siebener- und ein Achterlager, jeweils mit Waschbecken und Zugang zum umlaufenden Balkon. Ganz oben unter dem Dach befindet sich noch die „Suite“ des Hauses: ein Zwei-Bett-Appartement mit eigener Küchenzeile und Dusche/WC. Vom Balkon schweift der Blick auf die hofeigene Kapelle, über Wiesen und den nahen Wald. Da die kleine Straße in Haunleiten endet, gibt es kaum Verkehr und viel ungefährliche Natur: ideal für Familien mit Kindern. Die können auch das Hügelbeet erkunden, auf dem Eva zusammen mit der Umweltabteilung der Sektion bienenfreundliche Blu-

men angepflanzt hat. Im kleinen Bauerngarten, der sich an die Hauswand schmiegt, gedeihen Kräuter wie Majoran, Thymian und Salbei und sogar eine „Bayern-Kiwi“. Auch ein Grillplatz kann genutzt werden. Zwei kleine Grills sind im Haus; wer in größerer Gruppe grillen will, sollte selbst ein Gerät mitnehmen.

Auch Hochzeiten sind hier möglich

Bei einer Buchung, die für Haunleiten wie bei allen Hütten online erfolgt, sollten Familien aber beachten: Ist das Haus am Wochenende schon größtenteils belegt, ist das ein Hinweis auf eine größere Gruppe, die wahrscheinlich feiern wird. Extra gekennzeichnet ist das nicht. Zwar herrscht auf Haunleiten wie bei anderen Hütten ab dem späten Abend die offizielle Hüttenruhe. „Aber bei Feiern tolerieren wir, dass die Leute ab 23 Uhr drinnen mit geschlossenen Fenstern weiterfeiern können“, erklärt die Hüttenreferentin. Daher empfiehlt sich für Familien und für Paare, die Ruhe suchen, auf die Wochentage auszuweichen oder vorher nachzufragen. Bei Feiern im Selbstversorgerhaus gilt das, was für alle Gäste gilt: Alle Räume sind sauber zu hinterlassen, keine Speisen im

Haus lassen, und allen Müll in die Tonnen vor Ort leeren! Musik darf nur drinnen bei geschlossenen Fenstern gespielt werden. Denn unweit vom Haus befinden sich ein Wohnhaus und ein Bauernhaus. „Ich habe zu unseren Nachbarn ein wirklich gutes Verhältnis und sie tolerieren auch, dass im Haus gefeiert wird“, sagt Eva. „Aber das geht nur, wenn Regeln eingehalten werden und der Lärm nicht zu groß wird!“ Hochzeiten finden auf Haunleiten nicht mehr so häufig statt wie früher. „Das Problem war, dass viele schon sechs oder acht Monate vorher das Haus für Hochzeiten reserviert haben“, erzählt Eva. „Dadurch wurde der Freiraum für andere Gäste unverhältnismäßig klein.“ Mittlerweile kann das Haus für eine Hochzeit oder ein Fest maximal vier Monate vorher reserviert werden.

Ausflugsoptionen: Von Dachshöhle bis Brauneck

Die Hüttenreferentin besucht Haus Haunleiten ein- bis zweimal die Woche, kümmert sich um die Balkonblumen und den Garten. „In regelmäßigen Abständen sauge oder putze ich auch alles durch.“ Das ersetzt jedoch nicht die Verpflichtung jedes Besuchers, Lager, Stube und Küche sauber zu hinterlassen. Kochen muss man

→
Für Familien ist Haunleiten der perfekte Ort zum Toben, Ausspannen – und für Feierlichkeiten.



aber nicht unbedingt auf Haunleiten. Verschiedene Restaurants aus Tölz, die man dank gutem Handynet und hauseigenem WLAN einfach kontaktieren kann, liefern zum Selbstversorgerhaus. Oder man fährt, radelt oder wandert selbst die drei Kilometer in das Städtchen. Ein Tipp von Hüttenreferentin Eva: Der Langasthof Fischbach ist nur anderthalb Kilometer entfernt, ein ruhiger Fuß-/Radweg führt durch Wälder Richtung Nordwesten dorthin.

Und auch wenn Haunleiten nicht unbedingt ein „Bergdomizil“ ist: Ausflugsziele, auch bergige, gibt es vor der Haustür viele. Isar und Isarstausee sind direkt zu Fuß erreichbar. Wer eine Viertelstunde mit dem

> HÜTTENSTECKBRIEF

Haunleiten

Höhe 702 m

Öffnungszeiten ganzjährig

Plätze 27 Schlafplätze

Preise (jeweils für erwachsene Sektionsmitglieder)

19 EUR Appartement

16 EUR Zimmer

14 EUR Lager

Alle Infos und Buchung auf unserer Hüttenwebsite



Vor dem Haus haben wir 2023 eine Bienenwiese angelegt, die sich inzwischen prächtig entwickelt hat.



Foto: Sophia Deihart



Auto oder etwas länger mit dem Fahrrad fährt, kommt zum Kloster Reutberg mit seinem traditionellen Bräustüberl. Unweit davon lädt der Kirchsee zum Baden und Wandern im benachbarten Zeller Wald ein. Oder man fährt von Haunleiten ein kurzes Stück gen Süden zur Steinsäge und spaziert von dort zur Dachshöhle, einer eindrucksvollen großen Halbhöhle im Nagelfluhgestein. Auch der Blomberg, der „Ganzjahresberg“ mit Sessellift, Sommer- und Winterrodelbahn, Themenwegen und Steigen bis hinüber zum 1348 Meter hohen Zwiesel, ist nicht weit. 20 Autominuten entfernt liegt die Brauneckbahn mit ihrem Touren-, Kletter- und Wanderrevier sowie Skipisten und Loipen, die ab Mitte Dezember noch immer relativ schneesicher sind. Ähnlich weit ist es zum Bad Heilbrunner Klettergarten. Und innerhalb eines 40-Minuten-Autoradius ab Haunleiten erreicht man den Tegernsee, Sylvensteinsee, Kochelsee, das Walchenseekraftwerk und den Walchensee.

Und auch mit den Öffis ist einiges möglich: Zur nächstgelegenen Bushaltestelle „Hoheneck Valtl Abzw. Haunleiten“ geht man ab Haus gut zehn Minuten. Der Bus fährt rasch nach Bad Tölz mit Einkaufsmöglichkeiten, Lokalen und Kletterhalle. Mit weiteren Bussen oder der Bahn geht's zum Blomberg, nach Lenggries zum Brauneck und unkompliziert bis Bad Heilbrunn, Benediktbeuern und Kochel.

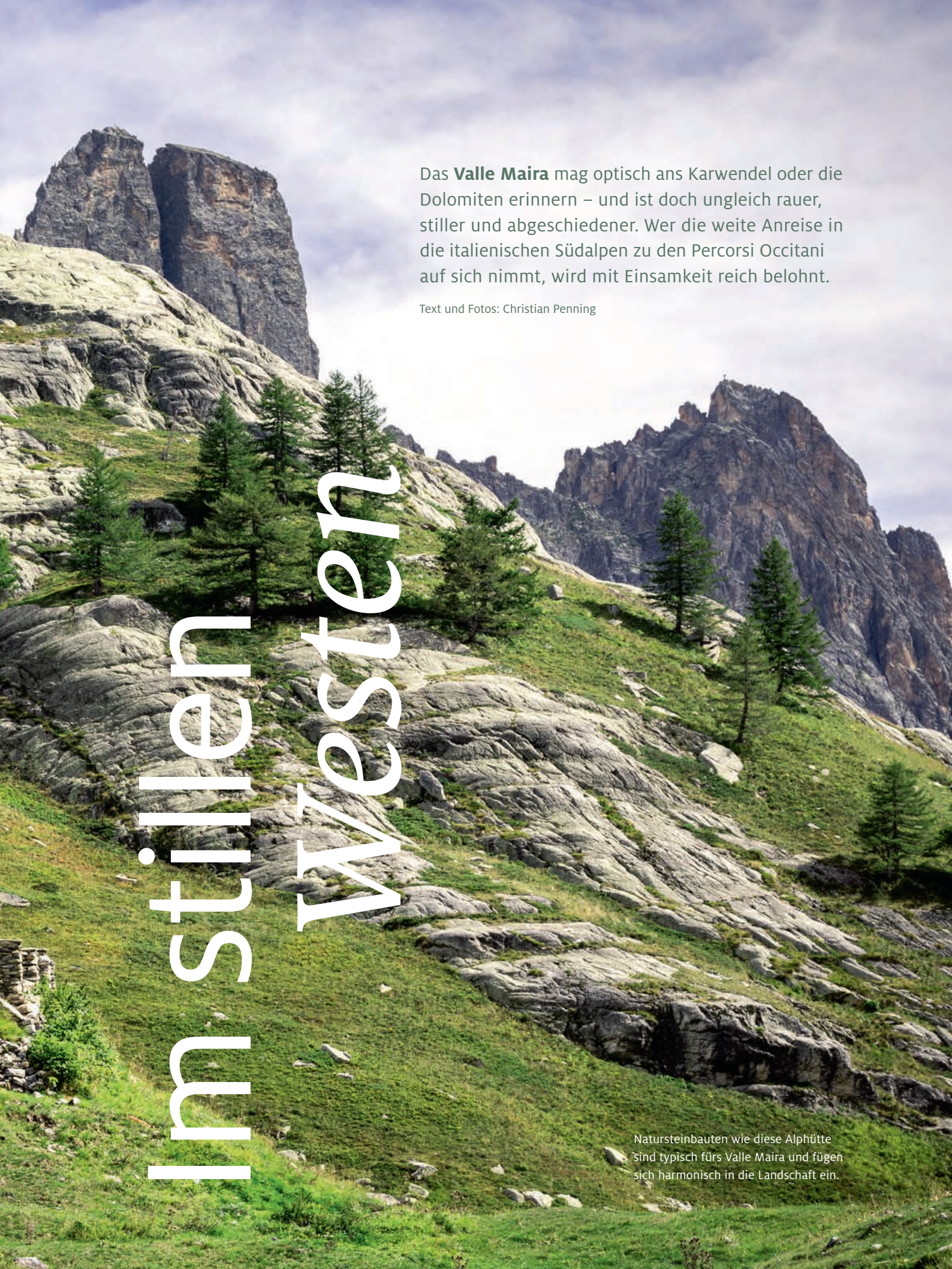


Infos und Hüttenregeln

Das Haus Haunleiten ist zwar gut an die „Zivilisation“ angeschlossen, wichtige Hüttenregeln gelten jedoch auch hier:

- > Immer die Anmeldebestätigung mitführen!
- > Einzug in die Zimmer am Anreisetag ab 11 Uhr. Abreise am letzten Tag spätestens bis 11 Uhr. Wenn Sie länger als 11 Uhr im Haus bleiben, ist die Servicestelle zu informieren. Die Zimmer müssen ab 11 Uhr bezugsfertig sein.
- > Haunleiten hat eine gut ausgestattete Küche. Geschirr, Besteck, Gläser usw. sind für 28 Personen vorhanden. In der Besenkammer sind Putzutensilien und diverse Putzmittel. Bitte eigene Geschirrhandtücher, Spülmittel und Spüllappen mitnehmen.
- > Übernachtung nur mit Hüttenschlafsack oder eigener Bettwäsche.
- > Im Haus gilt striktes Rauchverbot.
- > Hüttenruhe ist um 23 Uhr. Ab 22 Uhr Garten verlassen und Fenster schließen.
- > Hunde und andere Haustiere sind nicht gestattet.
- > Auch wenn das Haus an das öffentliche Wasser- und Stromnetz angeschlossen ist (Heizung dezentral über Pellets), gilt es, mit den Ressourcen sparsam umzugehen.
- > Wegen der großen Feuergefahr sind offene Lichtquellen (z. B. Kerzen) in den Zimmern und im Lager sowie Lagerfeuer, Fackeln, Feuerschalen im Umfeld des Hauses verboten.
- > Übernachtungen in Campingbussen vor dem Haus sind nur nach Absprache mit der Hüttenreferentin zulässig.
- > Das Haus stellt kein Brennholz mehr zur Verfügung. Für den Holzofen in der Küche bitte eigenes Brennholz mitbringen.
- > Getränke (Wasser, Limo, Spezi, Apfelschorle, Biere) sind begrenzt vorhanden. Diesen Service bietet die Hüttenreferentin auf eigenes Risiko.
- > Auf Haunleiten kann jedes volljährige Mitglied der Sektion für sich als verantwortlichen Hüttenbesucher und Begleitpersonen Schlafplätze buchen.





im stillen westen

Das **Valle Maira** mag optisch ans Karwendel oder die Dolomiten erinnern – und ist doch ungleich rauer, stiller und abgeschiedener. Wer die weite Anreise in die italienischen Südalpen zu den Percorsi Occitani auf sich nimmt, wird mit Einsamkeit reich belohnt.

Text und Fotos: Christian Penning

Natursteinbauten wie diese Alphütte sind typisch fürs Valle Maira und fügen sich harmonisch in die Landschaft ein.

→
Je tiefer man ins Valle Maira vordringt,
desto hochalpiner wird die Landschaft,
so wie hier am Col de Maurin nahe der
französischen Grenze.



Sieben Stunden sind es mit dem Zug ab München, mindestens. Auch mit dem Auto wäre es eine volle Tagesreise. Die Anfahrt ins Valle Maira ist lang, die Cottischen Alpen liegen eben nicht um die Ecke. Doch die Reise ist es wert. Denn am Ende wartet etwas, was lauter vermarktete Regionen kaum noch bieten können: Stille. Ursprünglichkeit. Und die Möglichkeit, wirklich zu sich zu finden.

60 Kilometer lang ist das Haupttal des Valle Maira, und damit in etwa so groß wie das Ötztal. Viel mehr Gemeinsamkeiten gibt es nicht. Frisch wie die

Grande Traversata delle Alpi. In den teils renovierten, teils verfallenden Weilern und Dörfern am Weg ist, wenn man überhaupt auf Menschen trifft, teils noch Okzitanisch zu hören, ein ins Mittelalter zurückreichender, gallo-romanischer Mix aus Italienisch, Französisch und Spanisch.

Vom Lago Nero mäandert ein Pfad hinüber zum Rifugio La Meja. Die Landschaft erinnert an die Dolomiten: wellige Wiesen, ringsum verklüftete Felsmassive. Die Hüttenchefin serviert Polenta mit hauseigenem Alpkäse. Pikant, kräftig. „Jede Alp ist eine eigene Mikrowelt. Je nach Flora der Wiesen schmeckt der Käse anders“, erzählt Ludovica. Die Familie Colombero lebt den ganzen Sommer hier oben, auf knapp 2100 Metern. Lange Tage, harte Arbeit.

Was für Schulen, Läden und Ärzte den Kollaps bedeutete, ist für Wanderer ein Schatz.

Tautröpfchen an den Spinnweben ist der Morgen im Seitental Valle del Preit. Goldenes Licht im Lärchenwald, der Lago Nero liegt da wie ein schwarzer Diamant. Die Glocken der Piemonteser Rinder läuten in allen Tonlagen den Tag ein, hier und da zirpt eine Grille. Es ist so ruhig, als hätte jemand die Welt auf stumm gestellt. Nicht einmal Kondensstreifen stehen am Himmel. „Ein Ort, an dem die Seele atmen kann“, sagt Ludovica Scaletti. Die Wanderführerin lebt im Tal und begleitet mich an diesem Tag.

Wer das Valle Maira wirklich begreifen will, absolviert am besten die „Percorsi Occitani“. In 14 Etappen führt die Wanderroute durch das Tal, von Posto Tappa zu Posto Tappa, ohne große alpinistische Herausforderungen. Eine Art kultureller Jakobsweg. Perfekt, um den urbanen Trubel hinter sich zu lassen. Anfang der 1990er-Jahre angelegt, sollten die Percorsi Occitani dem verlassenen Tal mit sanftem Tourismus neue Impulse geben. Auf Teilstücken überschneidet sich die Route mit der berühmten

Neues Leben auf alten Saumpfaden

Reich waren die Menschen im Valle Maira nie. Immer galt es, der Natur das Nötige abzutrotzen. Neben dem Vieh wurden Terrassen angelegt, für Kartoffeln und Getreide, wo immer es ging. „Wegen dieses harten Lebens haben viele das Tal verlassen, als die Fabriken in Turin mit gutem Geld und einem bequemerem Leben lockten“, erzählt Ludovica. Der Exodus begann vor rund 100 Jahren. Bis dahin war das Valle Maira lebendig und relativ dicht besiedelt. 1871 zählte die Gemeinde Marmora 1071 Einwohner. Heute sind es 25. Was für Schulen, Läden und Ärzte den Kollaps bedeutete, ist für Wanderer ein Schatz. Geblieben ist ein gigantisches Netz aus Wegen und Saumpfaden, auf denen die Percorsi Occitani heute verlaufen.

Ihren Wert hat auch der Schweizer Peter Vogt erkannt. Nach seiner Karriere als Manager wurde der Weiler Ceaglio seine zweite Heimat. Dort half der Rentner der Familie Galliano, die vom Verfall bedrohten Steinbauten in eine moderne Herberge zu verwandeln. In jahrelanger Arbeit haben Fulvia und Alberto Galliano die Mauern renoviert und



↑ Die Felszacken von Rocca Croce Provencale und Rocca Castello nahe Chiappera zählen zu den landschaftlichen Marksteinen des Valle Maira.

neu belebt – ein Basislager in altem Gemäuer, das an ein schmuckes Heimatmuseum erinnert. „Wir wollen kein Hotel sein“, sagt Fulvia. „Unsere Gäste sollen Teil des Dorfes werden. Die Geschichte des Tals spüren.“ Abends, nach den Wanderungen, tischt die Familie auf, was Alberto in der Küche zaubert. Bagna Cauda als Antipasto, eine cremige Sauce aus Sardellen und Knoblauch. Als Hauptgang Polenta nera con patate, Buchweizenpolenta mit Kartoffeln. Nachschlag gibt es immer. „So oft du willst“, grinst Fulvia. Keiner soll hungrig vom Tisch, wie zu kargen Bergbauernzeiten.



Ein Abstecher von den Percorsi Occitani führt vom Sackgassen-Dorf Chiappera hinauf zum Col de Maurin, an die Grenze zu Frankreich. Verfallene Alphütten tauchen auf, eine Herde weißer Kühe zieht ein Seitental hinauf, die Landschaft wird hochalpiner. Mächtige Felsmassive, weite Kare. Und plötzlich, mitten in der Wildnis, ein Boot. La Barca – ein Flüchtlingsboot aus Stein, ein Werk des deutschen Land-Art-Künstlers Christof Schröder.

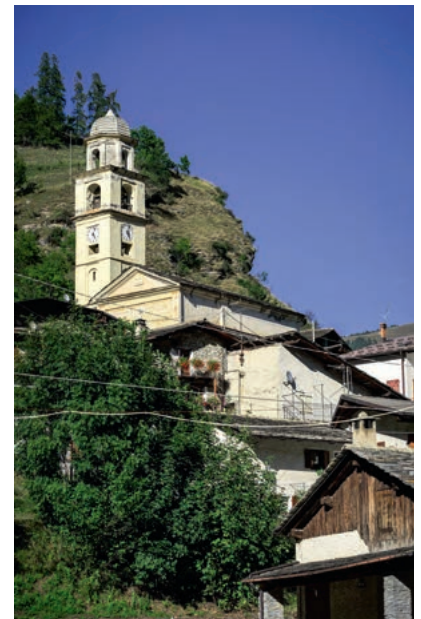
Das Tal als Kontrapunkt zur Stadt

Seit Jahren nutzen Geflüchtete aus Afrika den Weg über die Berge – in der Hoffnung auf ein glücklicheres Leben jenseits der Grenze. „Die Route über den Col de Maurin war jahrhundertlang eine hochalpine Handelsstraße“, erklärt Alessandro Carucci, der mich auf diesem Teil der Route begleitet. „Migration scheint ein Dauerthema im Valle Maira“, sinniert Alessandro im Aufstieg. Die Sonne scheint, selbst auf den Jöchern weht nur ein milder Wind. Ein Traumtag, an dem die Sorgen der Welt verblasen. Alessandro stammt aus der Großstadt, hat in Mailand Soziologie studiert und untersucht, was Menschen heute zurück in entvölkerte Regionen wie diese zieht. Da seien Pull-Faktoren wie Nähe zur Natur, enge Bindungen, ein langsames Leben

fernab globaler Beschleunigung. Und von Push-Faktoren: soziale Entfremdung, das Tempo der Stadt. Heute lebt Alessandro in Dronero am Taleingang. Im Slow-Tourism sieht er eine Chance, das Tal wiederzubeleben. „Aber Wanderer allein reichen nicht. Es bräuhete Investitionen – Schulen, Ärzte, Läden.“ Solange die fehlen, bleibt Chiappera der Vorposten zum Ende der Welt. Trotzdem ist Alessandro optimistisch. „Das Valle Maira als Kontrapunkt zur Hektik der Städte: Das schätzen immer mehr Menschen.“ Er weiß, wovon er spricht. „Seit ich raus bin aus der Stadt, fühle ich mich geerdeter“, sagt er.

Eine weitere Etappe der Percorsi Occitani führt durch steile Wälder hinauf nach Elva, auf 1630 Metern gelegen. Darüber zieht sich jenseits der 2000er-Marke ein Kammweg über einen langen, baumlosen Grat. Auch Elva wirkt verlassen. 1901 lebten hier 1319 Menschen. Heute sind es rund 80. „Du wirst Elva lieben, das Dorf hat etwas Anarchisches“, hatte Ludovica Tage zuvor prophezeit. Sie behält recht. Die Dagebliebenen wirken auf den ersten Blick herb. Doch sie haben das Herz am rechten Fleck. So wie ihre Vorfahren. 1943, unter deutscher Besatzung, war das Valle Maira ein Zentrum des Widerstands. Im Mai 1944 riefen die Partisanen die Repubblica Valle Maira aus, eine befreite Zone.

Kreativität zeigten die Bewohner von Elva auch schon zuvor im 19. und frühen 20. Jahrhundert. Damals reisten die sogenannten „Cavie“ durch halb Europa, um langes Haar zu erstehen. Daheim fertigten sie daraus Perücken – und lieferten sie bis ans britische House of Lords und an noble Adressen in Paris. Im aufziehenden Nebel des Abends klingt das wie ein Märchen vom einsamen Tal und der reichen Welt. Ein paar Windstöße geben den Blick frei auf wilde Gipfel und tiefe Täler. Dann verschwindet die Landschaft hinter einem weißen Vorhang. Als wäre alles nur ein Traum. ☼



→ Zeugen längst vergangener Tage: Im Valle Maira gibt es viele historische Weiler, mit wenigen permanenten Bewohnern.



Foto: Archiv Göttler



Fand im Valle Maira sein zweites
Zuhause: der Münchner Ernst Göttler



Traumhaft ruhig:
der Lago Nero im Valle del Preit

Raus aus dem System, rein in die Natur

ZUR PERSON



Christian Penning

Der Autor und Fotograf kam tiefenentspannt aus dem Valle Maira zurück, einer irritierend ruhigen Welt mit einem Lebensrhythmus, der im Digitalzeitalter fast vergessen scheint.

Der Münchner **Ernst Göttler** liebt die Abgeschiedenheit des Valle Maira. Der Vater von Höhenbergsteiger David Göttler lebt seit vielen Jahren hauptsächlich im Tal. Der Ortswechsel ist für ihn auch gelebter Umweltschutz.

Du bist vor mehr als zwei Jahrzehnten ins Valle Maira gezogen. Wie hat sich das Tal seither verändert?

Ernst Göttler: Als ich mit meiner Frau Marlies vor über 25 Jahren ins Tal gezogen bin, standen noch ganze Dörfer leer. Seitdem wurden sehr viele Häuser renoviert, die meisten als Ferienwohnungen. Doch die Akzeptanz der Einheimischen ist wesentlich größer, wenn jemand das ganze Jahr im Tal wohnt.

Wie viel Tourismus verträgt das einsame Bergtal?

In Summe könnte es noch mehr sein, aber er ist übers Jahr sehr ungleich verteilt: Im August ist es voll, auch Mitte September hat man Probleme, nach der Tour ein Bier zu bekommen.

Welche Art von Tourismus will das Tal?

Einen sanften. Bergwandern und Bergsteigen sind bisweilen bis in den Winter möglich. Im März sind die Herbergen voll mit Skitouren- und Schneeschuhgehern. Lifte gibt es keine. Hier musst du dir jeden Höhenmeter selbst erarbeiten. Für Mountainbiker und Gravelbiker gibt es ein weites Netz an Schotterstraßen und Saumpfad. Wegen der Vielzahl an Wegen und der kleinen Zahl an Gästen stören sich Wanderer und Biker meist nicht gegenseitig.

Was zieht Auswärtige wie dich ins Tal?

Ein Innsbrucker Geografieprofessor hat neben jenen, die in der Landwirtschaft oder im Tourismus arbeiten, eine Gruppe ausgemacht, die er „New Highlander“ nennt: Menschen, die zwischen sich und dem System – was immer das auch ist – einen größtmöglichen Abstand bringen wollen. Die wollen auch keine staatliche Förderung für die Restaurierung der Häuser in Anspruch nehmen, denn damit würde sie das System wieder einholen. Mit ihnen kann ich mich sehr gut identifizieren. Ein Rentner, der dreimal pro Woche ins Gebirge fährt, sollte, um die Umwelt zu schonen, ins Gebirge ziehen. Wir haben hier maximal 15 Minuten Anfahrt zu 300 Skitouren und unzähligen Wandertouren – da ist man in München noch nicht einmal an der Stadtgrenze.

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.
Rindermarkt 3-4, 80331 München
Tel. +49 89 55 17 00-0
service@alpenverein-muenchen.de
und

Sektion Oberland des Deutschen Alpenvereins e. V.
Tal 42, 80331 München
Tel. +49 89 29 07 09-0, Fax +49 89 29 07 09-515
service@dav-oberland.de
alpenverein-muenchen-oberland.de

Chefredakteur (verantwortlich)

Thomas Ebert -te-
Outkomm GmbH, Kistlerhofstraße 170, 81379 München
Tel. +49 89 14 34 69 00, redaktion@alpinwelt.de

Redaktion

Hanna Bär -hb-, Jürg Buschor -jb-
Sektionsgeschehen München: Patricia Ebenberger, Laura Betzler, Markus Block
Sektionsgeschehen Oberland: Tanja Heidtmann

Jugendredaktion

Fabia Krefer, Jonathan Visbeck

Redaktionsbeirat

Patricia Ebenberger, Tanja Heidtmann, Matthias Ballweg,
Sajana Eschler, Fabia Krefer, Jonathan Visbeck

Mitarbeiter dieser Ausgabe

Lubika Brechtel, Klara Palme, Christian Penning, Michael Pröttel,
Christian Rauch, Nadine Regel, Andrea Strauß, Arnold Zimprich

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht unbedingt die der Redaktion wieder.
Nachdruck nur mit Genehmigung der Sektionen München und Oberland gestattet.

Für Richtigkeit und Vollständigkeit aller Angaben wird keine Gewähr übernommen.

Lektorat

münchen lektorat, Anna Singer

Gestaltung

Neue Formation GmbH, Ringstraße 18, 82279 Eching am Ammersee
neueformation.com

Anzeigenmarketing

MB Mediaagentur Marion Brandl
Anzeigenleitung: Marion Brandl (verantwortlich)
Roggensteiner Straße 30, 82275 Emmering
Tel. +49 8141 5292060, info@mb-mediaagentur.de
Anzeigenpreisliste gültig ab 1. Januar 2026

Kartografie

Rolle Kartografie, Holzkirchen

Litho

Marc Teipel GmbH, Augsburg

Druck und Verarbeitung

Mayr Miesbach GmbH, Miesbach

Auflage 80.000 Druckexemplare zzgl. 35.000 Digitalabonnenten

Erscheinungsweise viermal jährlich

Die Bezugsgebühr ist für Mitglieder der Sektionen
München und Oberland im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Heft 4/2026 erscheint ab dem 4. Dezember 2026

Redaktionsschluss 9. Oktober 2026



www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- aus 100 % Altpapier



TATONKA®

HIKING. TATONKA.



FAIRE &
TRANSPARENTE
PRODUKTION

TATONKA - OUTDOOR EQUIPMENT SEIT 1993

ENTDECKE DIE
NORIX-SERIE



Unsere Partner



Premiumbikes
BY RADDISCOUNT

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



Globetrotter
« NEUE HORIZONTE »

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



skinfit

Skinfit Shop München, Implerstr. 7 81371 München
Telefon 089 / 89 99 88 65
skinfit.muenchen@skinfit.eu



bittl
sport-bittl.com



Velo

Velo am Ostbahnhof
Ihr Fahrradspezialist in Haidhausen
Weissenburgerstr. 44 81667 München
Tel: 089/4484979
laden@velo-am-Ostbahnhof.de



2wheel
★ GT BIKE STORE ★

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



ausruestungslager.de
jdav
Bezirksverband München



DECATHLON
MÜNCHEN
SPORT FOR ALL - ALL FOR SPORT



funktionelles.de
berg sport outdoor

Der Shop für Deine besten Bergsport- & Outdoor-Produkte

15% Rabatt*
für DAV-Mitglieder | Code: **DAVIS**

83727 Schliersee - Neuhaus | Mo - Sa 9 - 18 Uhr
* auf die UVP des Herstellers. Bedingungen: www.funktionelles.de/rabatte



WÖRLE.OPTIK
SehkraftCentrum München

Augustenstraße 6, 80333 München
Telefon 089 / 55 22 43-0
www.woerle.de



schuster
1913

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



SUMMIT
Bergreisen weltweit
dav-summit-club.de

SUMMIT
summit-bike.de

DAV Summit Club GmbH
Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München
Telefon +49 89 64240-0 **www.davsc.de**



ALPHA BIKES
MÜNCHEN

Ingolstädter Str. 12, 80807 München
Tel.: 089/35061818, info@alpha-bikes.de



Orthopädienschuhmacher
Schuhmacherei Egzon Osmani
www.egzon-osmani.de

Der Spezialist für Kletter- und Bergschuhbesohlung sowie orthopädische Schuheinlagen

Bayrischzeller Str. 2, 81539 München

Telefon (089) 69 28 35 0



münchenbike
BIKES & SERVICE
CITY • TREKKING • MTB • EBIKE • CROSS

Dachauer Str. 340, 80993 München
Telefon 089 / 1414121
munich-bikes.de



RABE BIKE
EINFACH GUTE RÄDER

RABE Bike – jetzt 7x in Bayern
www.rabe-bike.de



STATT AUTO
München • CarSharing
Spectrum Mobil GmbH
Bildung Beruf Verkehr

Aidenbachstraße 36, 81379 München
Telefon 089 / 20 20 57 0, Fax 089 / 20 20 57 57
www.stattauto-muenchen.de



BIKE IT
SINCE 1999

BIKE IT, Radsport – Skitouren, Frank Sterzenbach,
Bahnhofstraße 8, 82340 Feldafing,
Telefon 08157 / 9993899

Wollen auch Sie Partner der
Sektionen München & Oberland werden?
Telefon 089 / 551700-0

› VORSCHAU



Wisch und weg: noch ein Foto mehr, das in digitalen Abgründen landen wird

alpinwelt 4/2026: Schwerpunkt „Smartphone“

Wer steckt eigentlich hinter unserer „Mein DAV“-App, und was haben wir damit noch vor? Wie funktioniert Handyortung im Gebirge, und wo sind die größten Funklöcher? Welche Apps sind in den Bergen unverzichtbar? Und wie haben 20 Jahre Smartphone den Bergsport verändert? In der nächsten Ausgabe wollen wir versuchen, diese Fragen zu klären.

Die nächste alpinwelt erscheint ab dem 4. Dezember 2026.

› UMFRAGE



Foto: Unsplash / Fili Santillan

Für die kommende alpinwelt mit dem Schwerpunkt „Smartphone“ sind eure Meinungen und Erlebnisse gefragt! Hat euch das Handy schon mal das Leben gerettet? Oder einen gemütlichen Hüttenabend ruiniert? Lasst ihr das Smartphone am Berg bewusst in der Tasche (oder sogar daheim), oder geht gar nix ohne Gipfelf selfie? Und wer hat sein Handy schon auf Tour verloren? Wir wollen eure Geschichten in der alpinwelt teilen – Mail an redaktion@alpinwelt.de genügt.

› SOCIAL MEDIA

Bis zur nächsten Ausgabe halten wir euch mit unseren Newslettern sowie auf Instagram, Facebook & Co. auf dem Laufenden. Dort bekommt ihr frische Tourentipps, exklusive Events und Gewinnspiele, freie Plätze im *alpinprogramm* und vieles mehr.

- › aktuelle Infos aus unseren Hütten, Wegen und Kletteranlagen
- › saisonal passende Tourentipps
- › exklusive Events & Gewinnspiele
- › freie Plätze im *alpinprogramm*, in unseren Gruppen oder in der Ehrenamtsbörse
- › Neues aus Service & Sektionen
- › Umwelt- und Klimaschutzaktionen



Jeden zweiten Donnerstag hält euch unser Newsletter auf dem Laufenden.

alpinverein münchen oberland



Wo geht's lang?

Erste Anlaufstelle für alle Fragen rund um die Berge sind unsere Servicestellen am Isartor, am Marienplatz sowie in Gilching.

Servicestelle am Isartor im Globetrotter

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

Öffnungszeiten

Mo–Sa 10–19 Uhr

Servicestelle am Marienplatz im Sporthaus Schuster

Rosenstraße 1–5, 4. OG, 80331 München
U-/S-Bahn, Bus Marienplatz
Tel. 089 / 55 17 00-0
service@alpenverein-muenchen.de

Öffnungszeiten

Mo–Sa 10–20 Uhr

Servicestelle Gilching im DAV Kletter- und Boulderzentrum Gilching

Frühlingstraße 18, 82205 Gilching
S 8, Station Gilching-Argelsried
Tel. 089 / 55 17 00-680
service@alpenverein-muenchen.de

Öffnungszeiten

Mo–Fr 14–19.30 Uhr
Sa / So 9–18 Uhr
(Kletterbetrieb: Mo 14–23 Uhr, Di 7–23 Uhr,
Mi–Fr 9–23 Uhr, Sa, So, Feiertag 9–21 Uhr)

Bitte beachten! Aktuelle und gegebenenfalls geänderte Öffnungszeiten der Servicestellen findet ihr auf unserer Website.



Mehr als Ausrüstung: Unsere Services bringen dich höher hinaus.



Click & Collect

Bestelle im Onlineshop und hole deine Wunschprodukte direkt am Marienplatz ab.



Schneiderei

Ob Hose kürzen oder Jacke flicken: unsere Schneiderei passt alles an.



GORE Repair Service

In unserem Repair Center wird repariert und die Funktionalität wieder vollständig hergestellt.



Bergschuhwerkstatt

Ob Neubesohlung oder Passformkorrektur, dein Schuh ist bei uns in besten Händen.



Skiservice

Langlauf-, Alpin- oder Tourenski, unser Skiservice schleift Kanten und bessert aus.



Bootfitting

Mit der richtigen Technik zum perfekten Schuh, angepasst auf deinen Fuß.



Kinderski-Tauschsystem

Jedes Jahr passende Ski für deine Kids und so immer günstig auf die Piste.



Laufanalyse

Mit professioneller Videoanalyse und Beratung zum perfekten Laufschuh.



Schuster Team 1913

Wenn du gerne in der Gruppe sportlich aktiv bist, solltest du unsere Events nicht verpassen.



Gipfelstürmer

Mit unserem Bonusprogramm profitierst du von Angeboten und exklusiven Vorteilen.



Schnupperklettern für Kinder

Immer Samstags, immer kostenfrei: Kinder können gesichert die Kletterwand testen.



DAV-Servicestelle

Hier findest du alpine Beratung, Ausrüstungsverleih und DAV-Hüttenbuchung.



Entdecke hier alle Infos
und viele weitere Services.

Ankommen war noch nie so leicht

Mach, was du liebst.

KÄRNTEN
It's my life!

Zollnersee, Karnische Alpen © Franz Gerdl



Tipp:
Weitwandern
in Kärnten
Broschüre

Wandere auf Traumpfaden in Kärnten

Wonach dir auch der Sinn steht: In Kärntens vielfältigen Erlebnisräumen erwartet dich dein Lieblingsplatz. Ob auf kontrastreichen Weitwanderwegen oder in artenreichen Schutzgebieten – erlebe die Natur so, wie du sie gerade brauchst.



kaernten.at/wandern


Im Süden
Österreichs

Hier kostenlos ansehen
oder bestellen

