



150 JAHRE DAV Alpinismus als Kultur
NORWEGEN Auf dem Olavsweg
HOHE TAUERN Dreiländer-Hüttenrunde
SICHERHEITSFORSCHUNG Notfall-Kommunikation
FITNESS & GESUNDHEIT Alpenheilpflanzen

LOWA
simply more...

Der Moment,
wenn einfach
alles stimmt ...



Foto: © Benjamin Pfirscher



BADIA GTX® Ws | Trekking www.lowa.com    

Vereinskultur

Spätestens mit dieser Ausgabe dürfte es allen Leserinnen und Lesern klar sein: Der DAV feiert einen besonderen Geburtstag. Dafür haben wir uns sogar von der gewohnten landschaftsgeprägten Titelgestaltung verabschiedet und das Jubiläums-Edelweiß prominent in Szene gesetzt. Am 9. Mai 1869 gründeten deutsche und österreichische Bergsteiger in München den Deutschen Alpenverein, der von Anfang an dezentral organisiert war – im selben Jahr gab es bereits Sektionen von der Elbe bis in den Chiemgau.

Was uns fast 1,3 Millionen Mitglieder deutschlandweit verbindet? Die Liebe zu den Bergen. Und das Bekenntnis zum im Leitbild definierten Alpinismus als „sämtliche Aktivitäten, die im Zusammenhang mit dem Besteigen, Erleben, Erkunden, Darstellen und Bewahren der Berge und Bergregionen stehen“. 150 Jahre Deutscher Alpenverein geht also weit über das „auf die Berge steigen“ hinaus. 150 Jahre Deutscher Alpenverein ist Zeitgeschichte – samt dunkler und erst spät aufgearbeiteter Kapitel –, Erschließungsgeschichte der Alpen und Kulturgeschichte; das **Jubiläums-THEMA** (S. 22 ff.) gibt Einblicke und zeigt, dass eine lange Vereinsgeschichte auch einen gewissen Kulturwandel bedingt. Meint: Seinen Traditionen und Werten verbunden sein und doch das eigene Tun und Handeln regelmäßig reflektieren und an gegebene Notwendigkeiten anpassen.

Für den DAV kann das bedeuten: Engagement im Klimaschutz und eine entsprechende Positionierung als Naturschutzverband oder auch neue Anspruchsgruppen am Berg mitdenken und ein gutes Miteinander finden.

Und auf uns Einzelne heruntergebrochen? Eine wertvolle Auszeit vom hochtechnisierten und ressourcenintensiven Alltag – zum Beispiel beim **Pilgerwandern in Norwegen** (S. 44 ff.). Oder eine ganz klassische Hüttentour im **Rätikon** (S. 84 ff.) oder am **Tauernhauptkamm** (S. 108 ff.) als Alternative zu an- und abfahrtsintensiven Tagestouren ins Gebirge. Und nicht zuletzt ein Perspektivenwechsel, der uns vor Augen führt, dass nicht immer alles selbstverständlich ist – wie bei drei besonderen **Menschen** (S. 60 ff.), die sagen: „Bergsport – trotzdem“.

In diesem Sinne: Gehen wir in uns – und in die Berge!



Ihre

Christine Frühholz
Redaktion DAV Panorama

TOP-TIPP

PITZTALER BERGSOMMER

Genießen Sie den schönsten Bergsommer und 4 geführte Wanderungen mit Wanderführer Seppi
www.sportalm.net

NEU: Pitztal Sommer Card
Erleben Sie jeden Tag freien Zutritt zu den Bahnen und Attraktionen des Pitztals.

BERGSOMMER FAMILIEN-SPECIAL
KINDER
unter 6 Jahren im DZ (Zustellbett) **gratis!**

Für DAV-Mitglieder gilt der Frühbucherbonus bis 01.05.2019!
1 TAG 1 PERSON GRATIS!

Die Sportalm-Inklusive-Extras

- **4 geführte Wanderungen:** Sportalmchef Seppi führt Sie zu den schönsten Almen und die Welt der Eisriesen
- 1 x pro Woche Tour zur Wildspitze dem höchsten Berg Tirols (Unkostenbeitrag € 109,00)
- 3/4 Verwöhnspension mit 4-Gang-Feinschmecker-Wahlmenü
- Begrüßungscocktail am Sonntag
- köstliches Frühstücksbuffet & Nachmittagsjause ab 15 Uhr
- Sportalm-Gala-Diner und Freitags herzhafter Grillabend
- Dienstag herrliches Dessertbuffet
- Freie Nutzung der Bade- und Saunalandschaft
- Sport- und Vitalpackung small, 1 x Teilmassage
- Mountain-Bike, Walkingstöcke, Klettergurte und Steigeisen werden kostenlos verliehen
- **NEU: E-BIKE-Verleih** gegen Gebühr, direkt im Hotel.

Unsere Angebote gültig vom 7.7. bis 28.9.2019

Verwöhntage: 4 Tage**	€ 420,-
Bergfestwoche: 7 Tage ab*	€ 690,-
DAV Vorteilswoche: 7 Tage ab*	€ 545,-

*Alle Angebote im DZ Bergliebe. Preise pro Person

Familie Schwarz
 A-6481 Plangeroß · Pitztal
 Tel.: +43(0)54 13/86203
info@sportalm.net



22

60
Anke Hinrichs, Katja Müller, Thomas Meier



Titelthema: Von Wissenschaft bis Unterhaltung – Kultur ist integraler Bestandteil des Alpinismus



150 Jahre DAV –
Alpinismus als Kultur

Pustertal – Nachhaltig in die Berge:
Familienurlaub mit der Bahn

Pilgerwandern in Norwegen –
Auf dem Olavsweg

Menschen – Bergsport – trotzdem!
Anke Hinrichs, Katja Müller, Thomas Meier

Wie funktioniert das? – Trailrunningschuhe:
Auf weichen Sohlen

So geht das! – Gehtechnik:
Im Gleichgewicht

22

30

44

60

64

66

Sicherheitsforschung – Satelliten-
kommunikation: Notruf im Funkloch

Fitness & Gesundheit –
Alpenheilpflanzen

Knotenpunkt – Themen: Jugendfahrt ohne
Geld, E-MTBs, Sponsored Posts und mehr

Mehrtageswandern im Rätikon –
Tour der steilen Grenzgänge

Bergwandern auf Bergbau-Spuren –
In den Berg

Zillertaler Alpen – Dreiländerrunde
am Tauernhauptkamm

68

72

75

84

90

108



Norwegen **44**

Rätikon **84**



Photo © Atelier Busche

MICRO VARIO CARBON



WARUM LEKI TREKKING STÖCKE?

Entlastung

- der Gelenke des kompletten Bewegungsapparats
- bei jedem Schritt [bis zu 8 kg Ihres Körpergewichts]
- bis zu 250 Tonnen während einer mehrstündigen Tour

Trittsicherheit

- in schwierigem, anspruchsvollem Gelände
- auf eisigem, nassem oder rutschigem Gelände
- 4 Beine sind besser als 2 Beine

Ausdauer

- Hält Ihren Körper in aufrechter, ergonomischer Position
- Dies ermöglicht eine freie, unbeschwernte Atmung
- Stockeinsatz als Aufstiegshilfe, besonders während des Tragens eines Rucksacks

Standards

Editorial: Vereinskultur	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	32
Leserpost	83
Promotion: Reisenews	95
Promotion: Produktnews	98
Outdoorworld	101
Alpenverein aktuell	114
Vorschau und Impressum	122



Titelbild: Am 9. Mai war das 150. Gründungsjubiläum des DAV – deshalb blüht unser Titel in Gold.

Im Element

Was ist der Unterschied zwischen bergaffinen Menschen und Bergaffen in Menschenpose? Die hippere Kleidung der Aufrechtgeher? Oder dass unsereins die messerscharfen Karstfelsen Tsingy de Bemaraha auf Madagaskar kaum anfassen möchte, während die Larvensifakas eine tierische Gaudi am dreidimensionalen Spiel zu haben scheinen? Das ist nur eines von Hunderten Bildern, die das Fotojournalistenpaar Bernadette Gilbertas und Olivier Grunewald von ihren Suchen nach dem „Wie“ der Evolution mitgebracht hat – von Vulkanen, Gletschern und Nordlichtern, Wüsten und Urwäldern, Blüten und Wildtieren; große Landschaften, feinste Details, animalische Bewegung. Der Knesebeck Verlag hat die schönsten 200 Aufnahmen in dem großformatigen Band „Von Chaos zu Eden“ angemessen präsentiert – wir schauen bewundernd, fasziniert, auch mal eingeschüchtert. Und die Frage nach dem „Warum“ bleibt zauberhaft unbeantwortet.



Olivier Grunewald, Bernadette Gilbertas:
Von Chaos zu Eden, Knesebeck Verlag,
240 S., € 50,-

red



Die Berge und wir

„Wir lieben die Berge“ heißt das Motto des DAV. Das „Wir“ steht auch im Zentrum seiner kulturellen Aktionen im Jubiläumsjahr: Eine neu gestaltete Ausstellung samt Begleitband im Alpen Museum und eine spannende Veranstaltungsreihe spüren den Empfindungen nach, die entstehen, wenn Menschen und Berge sich begegnen.

Text: Friederike Kaiser

Die Berge sind überall. Allein unter dem Hashtag #nature finden sich 380 Millionen Posts, 87 Millionen unter #wanderlust. Überwältigende Landschaften und die Begegnung mit der Natur scheinen – zumindest am Bildschirm – fest zu unserem heutigen Leben zu gehören. Mit Kletterhallen und Boulderzentren

penverein, seine Sektionen und Mitglieder anlegten: Gemälde und Fotos, Utensilien des Bergsteigens und Alben zur privaten Erinnerung machen deutlich, wie breit das Interesse an den Bergen von Anfang an war. Sie lassen gleichzeitig die Wellen und Moden erkennen, die oft von gesellschaftlichen Entwicklungen getragen waren. Zeugnisse ambitionierter Bergfahrten finden sich dabei ebenso wie liebevoll gestaltete Skizzenbücher zu Wanderungen in den bayerischen Voralpen oder das Gästebuch des Pfarrhofs von Vent im Ötztal, in dem Alpenreisende der 1860er und 1870er Jahre Erlebnisse und Anregungen festgehalten haben.

Schon die Gründer des Alpenvereins hatten unterschiedliche Ziele. Doch sie einigten sich auf gemeinsame Maßnahmen, um die Alpen für den Bergtourismus zu erschließen und einen

Beitrag zur Erforschung und Vermittlung ihrer faszinierenden Geologie, Fauna und Flora zu leisten. Der Verband sollte für möglichst viele Menschen attraktiv sein; jeder sollte im Rahmen seiner Fähigkeiten

und Neigungen mitmachen können. Die über die österreichische Monarchie und das ganze spätere

Alpines Museum: Praterinsel 5, 80538 München, geöffnet Dienstag - Sonntag und an Feiertagen, 10-18 Uhr alpines-museum.de

Deutsche Reich zerstreuten Sektionen legten in wenigen Jahren ein umfangreiches Hütten- und Wegenetz an, ihre Mitglieder veröffentlichten Erlebnisse und Ergebnisse in der Vereinszeitschrift oder schufen (wie der erste Vereinspräsident Georg von Bezold und die bayerische Königin Marie Theresé) Panoramen, die zur Orientierung dienen sollten.

Von den Mitgliedern gingen auch die ersten Richtungsänderungen im Verein aus. Ab etwa 1890



Foto: Bettina Warnecke

Eine Vielfalt von Exponaten zeigt, wie die Alpenfreunde die Region ihrer Leidenschaft erforscht und erhalten haben.

ist der Bergsport zudem längst in die Städte eingezogen und die Werbung mit den Bergen ist allgegenwärtig. Der Rolle der Berge in unserer Gesellschaft und der Frage, in welcher Weise der Alpenverein daran gestaltend beteiligt war und ist, widmen sich 2019 die Jubiläumsausstellung, eine Vortragsreihe und ein neues Buch des Alpen Museums.

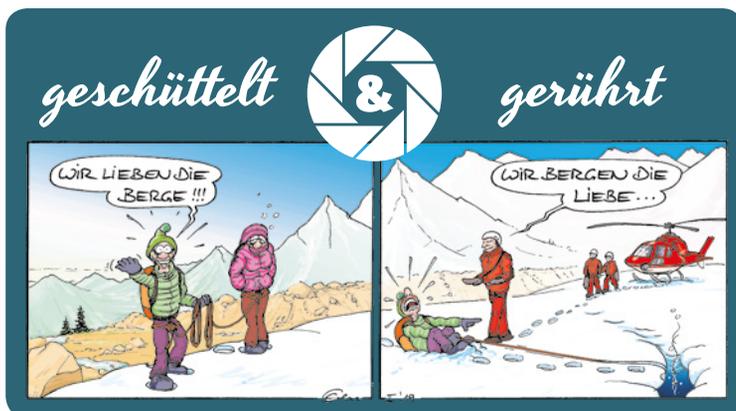
Aus Perspektive der Menschen

Die Ausstellung im Alpen Museum legt ihren Fokus auf die Menschen. Wie hat sich ihr Verhältnis zu den Bergen in den vergangenen 150 Jahren gewandelt und wie damit auch der Verein? Auskunft darüber geben die Sammlungen, die der Al-

penverein gewinn das leistungs- und risikoorientierte Bergsteigen immer größere Bedeutung und zog Forderungen nach Winterräumen und der Ausbildung des Nachwuchses nach sich. Nach dem Ersten Weltkrieg lösten Erschließungs- und Staudammprojekte erste große Aktionen für den Naturschutz aus. Doch ähnlich wie später das Sport- und Wettkampfklettern dauerte es Jahre, bis sich die neuen Aufgaben dauerhaft im Verein etablierten.

Eine Vereinsgeschichte muss sich auch jener vergewissern, die dort keinen Platz fanden oder nicht das Wort führten. Der frühe Alpenverein war vor allem vom Bürgertum und vom Adel geprägt; Handwerker und Arbeiter wurden erst nach 1918 zu einer wahrnehmbaren Gruppe. Auch Frauen gingen zwar in die Berge,

Illustration: Erbse



waren aber als Mitglieder kaum präsent. Eine eigene Geschichte ist die der Jüdinnen und Juden, die seit Anfang der 1920er Jahre massiver Missachtung, Einschränkung und Ausgrenzung ausgesetzt waren. In der Ausstellung werden einzelne Personen beispielhaft mit einigen wenigen Zeugnissen vorgestellt. Auf dem Weg zum lebendigen Verein von heute spielte die Frage der Kontinuitäten eine besondere Rolle. Was änderte sich nach 1945 im Verein, der dem Nationalsozialismus zugearbeitet hatte, was blieb gleich? Exemplarisch zeigen das die Lebensläufe von Mitgliedern der Leitungsgremien und die Bildsprache der Publikationen des Alpenvereins. Gleichzeitig reformierte sich der Verein kontinuierlich, beispielsweise mit der Neuausrichtung des Naturschutzes und einer stärkeren Eigenständigkeit der Jugend in den 1960er und 1970er Jahren. Neue Personengruppen kommen heute im Verein und in der Ausstellung zu Wort und geben ihren Anliegen eine Stimme. Sie werden für weitere Richtungsänderungen sorgen.

Mehr als nur Begleitprogramm

Erstmals finden Führungen durch die Ausstellung auch in Einfacher Sprache und Gebärdensprache statt. Kinder und Familien erwartet ein umfangreiches Programm wie etwa eine „Wanderkarte“, mit der Kinder Ausstellung und Garten des Alpines Museums auf besondere Weise erkunden können. Im reich bebilderten, großformatigen Buch, das zur Ausstellung erscheint, ist die DAV-Geschichte mit vielen Hintergründen und historischen Forschungsergebnissen attraktiv aufbereitet – eine anregende Ergänzung zur Ausstellung und zum Nachlesen. Und im Jubiläumsjahr werden an sechs Veranstaltungsabenden prominente Experten aktuelle Themen für Alpinismus und Gesellschaft diskutieren (s. rechts).



Friederike Kaiser ist Leiterin des DAV-Geschäftsbereichs Kultur und begeisterte Bergsteigerin. Sie war wesentlich an der Konzeption und Erarbeitung der Ausstellung und des Begleitbuches beteiligt.

Die Alpen. Der gefährdete Traum

Vortragsreihe zum Jubiläum



In Zusammenarbeit mit der Bayerischen Akademie der Wissenschaften (BAW) widmet sich eine hochkarätig besetzte Vortragsreihe aktuellen Herausforderungen. Mit soziologischen und ökonomischen Ansätzen werden Erklärungen für die Bergleidenschaft unserer Gesellschaft gesucht und die Ergebnisse in die Diskussionen um Lösungsansätze eingebracht. Mehr Info zu Inhalten und Diskutanten plus Livestream, der auch archiviert wird:

alpenverein.de/vortragsreihe-2019

Der Ruf der Berge – eine resonanztheoretische Deutung Vortrag von Prof. Dr. Hartmut Rosa und Gespräch mit Prisca Straub.

Donnerstag, 16. Mai, 19 Uhr, BAW

Versportlichung des Bergsteigens Prof. Dr. Robert Gugutzer im Gespräch mit Prof. Dr. Helga Peskoller und Alexander Huber, moderiert von Michael Pause.

Dienstag, 21. Mai, 19 Uhr, Alpines Museum

Medialität und Vermarktung des Bergsports Dr. habil. Jens Badura im Gespräch mit Mesi Tötschinger und Ines Papert, moderiert von Michael Ruhland.

Donnerstag, 6. Juni, 19 Uhr, Alpines Museum

Alpenvereinskultur – eine „andere“ Ökonomie? Prof. Dr. Monika Schnitzer im Gespräch mit Roland Stierle und Prof. Dr. Bernd Siebenhüner, moderiert von Silvia Liebrich.

Donnerstag, 27. Juni, 19 Uhr, BAW

Raumordnungskonzepte und Naturschutz im Alpenraum Dr. Raimund Rodewald im Gespräch mit Prof. Dr. Gerlind Weber und Dr. Roland Kals, moderiert von Dr. Georg Bayerle.

Donnerstag, 4. Juli, 19 Uhr, Alpines Museum

Herausforderung Klimawandel Dr. Christoph Mayer im Gespräch mit Rudi Erlacher, Thorsten Glauber und Dr. Michael Staudinger, moderiert von Miriam Stumpfe.

Montag, 15. Juli, 19 Uhr, BAW

Alpenverein im Ötztal Wo der Vereinsgründer Franz Senn wirkte, haben heute neun DAV-Sektionen ihre Arbeitsgebiete und Hütten. Zum Vereinsjubiläum haben sie ein vielfältiges Veranstaltungsprogramm aufgestellt, mit Ausstellungen, Vorträgen und Bergbesteigungen.

Faltblatt zum Download: alpenverein.de/150-oetztal

Geburtstag in Hamburg Wohl kaum ein Gemälde packt die Faszination der Bergnatur so emotional wie Caspar David Friedrichs „Wanderer über dem Nebelmeer“ (1817). Seine Museumsheimat, die Hamburger Kunsthalle, feiert in diesem Jahr auch ihren 150. Geburtstag – und DAV-Mitglieder zahlen nur 11 statt 14 Euro Eintritt.

hamburger-kunsthalle.de



Foto: SHK/Hamburger Kunsthalle/bpk

„Ein Scherflein Klugheit und Weitsicht“

Zum 150. DAV-Jubiläum veranstaltet das Alpine Museum des DAV gemeinsam mit der Bayerischen Akademie der Wissenschaften eine sechsteilige Vortragsreihe (s. S. 9) und setzt damit die aktuelle Bergbegeisterung in einen gesellschaftlich-historischen Kontext. Georg Hohenester befragte den DAV-Vizepräsidenten Rudi Erlacher zu den Hintergründen.

Warum braucht es eine Vortragsreihe mit dem Titel „Die Alpen. Der gefährdete Traum“?

Seit 150 Jahren sind die Alpen im Fokus der Wissenschaft und des Tourismus. Das meint die Alpen „als Traum“. Welcher Traum? Lange war das Nachdenken über die Faszination des Gebirges geprägt von einer mehr oder weniger expliziten Kritik an der Moderne: Mit der Moderne kommt eine Art Entzweiung des Menschen mit seinen kulturellen Wurzeln in die Welt. Das ist quasi die Schattenseite zu den Erleichterungen, die gerade die Industrie den Menschen

bringt. Diese Entzweiung sucht sich eine kulturelle Kompensation für dieses Defizit und erfindet die Alpen als Fluchtraum. Diese Sichtweise wandelt sich. Wozu auch die Entwicklung in den Städten beiträgt: Sie werden immer lebenswer-

ter – was soll man da noch kompensieren? Und doch strömen die Leute begeistert in die Berge, so dass man schon von Over-Mountaineering spricht.

Der Soziologe Hartmut Rosa bringt es in seinem neuesten Essay über die „Unverfügbarkeit“ als basale Ressource für ein gelingendes Leben auf den Punkt: „Die Moderne ist darauf ausgerichtet, möglichst viel ‚Welt‘ verfügbar zu machen, um die Möglichkeit und Wahrscheinlichkeit unverfügbarer, aber ersehnter und erfüllender Resonanz Erfahrungen zu erhöhen.“ Erfüllende „Resonanz Erfahrungen“ wären demnach nicht eine Kompensation für ein

Defizit, sondern die Moderne ermöglicht in besonderem Maß einen Naturbezug als Selbstzweck – das ist „der Traum“. Aber die Moderne ist maßlos und schüttet das Kind mit dem Bade aus. Rosa weiter: „Unablässig versucht der moderne Mensch, die Welt in Reichweite zu bringen: sie ökonomisch verfügbar und technisch beherrschbar, wissenschaftlich erkennbar und politisch steuerbar und zugleich subjektiv erfahr-

Fotos: Jürgen Winkler, DAV



Hat unsere Zivilisation den Durchblick verloren? Wo finden wir Rückhalt und Orientierung? Nur beim Bergsteigen ist die Realität etwas Einfaches.

Rudi Erlacher

Der Diplomphysiker und gestandene Bergsteiger kümmert sich als Vizepräsident im DAV vor allem um Themen, die mit Naturschutz und kulturellen Zusammenhängen im Alpinismus zu tun haben.



bar zu machen. Dabei droht sie uns jedoch stumm und fremd zu werden: Lebendigkeit entsteht aus der Akzeptanz des Unverfügbaren.“ Das ist „die Gefährdung“!

Wir verstehen damit besser, was uns motiviert und wie wir es zugleich gefährden – das verlangt nach einer erneuten Vertiefung, wie sie die Alpenvereine übrigens immer wieder geleistet haben: die Selbstreflexion des eigenen Tuns aus dem Wissen der Zeit heraus.

Weshalb sind gerade die sechs behandelten Themen relevant?

Wir beginnen mit einem Vortrag des eben zitierten Hartmut Rosa, in dem es genau um den „Alpinismus als ‚Projekt‘ der Moderne“ in seiner Ambivalenz geht. Der zweite Termin behandelt den Megatrend einer „Versportlichung der modernen Kultur“ und wie sich dies auf den Umgang mit der Bergwelt auswirkt. Der Sport benötigt ja in der Regel ein Sportgerät und eine Infrastruktur, das ist oft heikel für den alpinen Naturraum. Wir sehen eine Verdichtung auch im Bergsport. Zum Beispiel im E-MTB-Sektor: Zuerst sah man hier eine Art „helfende Hand“, um Senioren ein paar Jahre mehr im Gebirge zu gönnen – jetzt entsteht mit dem Uphillen eine neue Sportart, wo Mensch-Maschine-Einheiten artistisch steile Bergpfade hochklettern. Daneben gibt es Free-Solo-Kletterer wie Alex Honnold, der im Fokus der Medien steht. Der Film über seine Begehung der Route „Freerider“ am El Capitan erhielt den Oscar für den besten Dokumentarfilm.

Doch was wird dokumentiert? Nur die sportliche Tat oder die Faszination dieses Grenzgangs in der modernen Welt? Ein Moment, das allen alpinen Grenzgängen von Anfang an innewohnt.

Auch dieses „Potenzial der Medien“ als Welt sich ständig wandelnder Optionen nehmen wir in den Fokus. Die Chancen und die prekären Seiten, wenn zum Beispiel die hintersten Winkel der Natur als Kulisse für das Selfie erhalten müssen.

Schließlich erinnern wir daran, dass der alpine Raum für einen ganzen Strauß unterschiedlicher Erfahrungen ökonomisch betrachtet ein Allgemeingut ist. Eine Allmende, die niemandem gehört, aber von vielen aufgesucht wird. Seit 150 Jahren

„bespielt“ der Alpenverein diesen Raum mit einer spezifischen Ökonomie, die versucht, das, was Hans Magnus Enzensberger 1958 in seinem berühmten Essay (Vergebliche Brandung der Ferne. Eine Theorie des Tourismus, Red.) prophezeit hat, nicht Wirklichkeit werden zu lassen: „Der Tourismus zerstört, was er sucht, indem er es findet“. Mit der „Ressourcenspende der Sektionen“ für den Ausbau und Erhalt von Hütte und Arbeitsgebiet hat man der vom Alpenverein ins Gebirge gebrachten Infrastruktur weitgehend den Stachel des Profits gezogen. Jetzt erhält man diese Infrastruktur auf einem zeitgemäßen Niveau. Diese defensive Hintergrunds-Ökonomie ist den meisten nicht bewusst. Und sie ist gefährdet, sobald

andere Player den alpinen Raum in Wert setzen, die sich um diese Einschränkung nichts scheren.

Die zwei letzten Themen kreisen um „Raumordnung und Naturschutz“ und den Klimawandel. „Raumordnung und Naturschutz“ fassen das bisher Gesagte zusammen, indem sie ein Koordinatensystem für den alpinen Raum entwerfen und in eine an Nachhaltigkeit orientierte Politik übersetzen – eine Politik, die oft von Interessen bedrängt wird, die mit Nachhaltigkeit wenig am Hut haben. Und der Klimawandel brennt uns am meisten auf den Nägeln: Überproportional steigende Temperaturen erodieren eine Infrastruktur, von der man früher meinte, sie wäre auf festem Fels gegründet und würde den Alpinisten das ewige Eis etwas zugänglicher machen – aber alles ist in Bewegung.

Das Buch für alle, die die Berge lieben:

„Die Berge und wir“ reflektiert umfangreiche Forschungen im Vorfeld. Die Texte des Buches behandeln Facetten der Geschichte des Alpenvereins, die erstmals seit Jahrzehnten in ihrer Gänze dargestellt wird. Zahlreiche großformatige Fotos und Bildstrecken bieten ein besonderes optisches Erlebnis.

„Die Berge und wir. 150 Jahre Deutscher Alpenverein“; 320 Seiten, 400 Abbildungen, Prestel Verlag München. Erhältlich im Buchhandel für € 39,- (Hardcover), für Mitglieder zu € 34,- (Softcover) im Alpinen Museum und im dav-shop.de



Welche Ergebnisse versprechen Sie sich für den DAV?

Ein Scherflein beizutragen für ein kluges, weitsichtiges Handeln – und keine Scheu, auch von der Politik ein solches Handeln einzufordern, gerade in der Klimapolitik.



OCK
Softshelljacke Herren

€59⁹⁵

SCHLAUER
FUCHS?
ODER COOLER
HUND?

Softshelljacken in allen Preisklassen und für jede Gelegenheit.
Jetzt in unseren Filialen und auf
SPORTSCHECK.COM

MADE FOR MORE
SportScheck

MAMMUT ULTIMATE V
Softshelljacke Herren

€259⁹⁵



Berg-Auto-Zukunft?

Wie werden wir künftig zum Bergsport fahren? Korrekt betrachtet, sind derzeit Batterie-Elektroautos kein echter Gewinn für die Umwelt – während die attraktive Alternative Erdgas quasi totgeschwiegen wird. Ein Vergleich der Systeme kann bei der Kaufentscheidung helfen.

Wir wollen nicht diskutieren, was eher gerechtfertigt ist: an 250 Tagen im Jahr 12 Kilometer zur Arbeit pendeln; an zehn Wochenenden von Stuttgart oder Ingolstadt 300 Kilometer in die Alpen zu fahren; oder im Urlaub ans Rote Meer zu fliegen (3000 km).

Aber wenn wir als Ziel ansetzen würden, mit den „klima-akzeptablen“ 2,3 Tonnen CO₂ pro Kopf und Jahr auszukommen,

ren die Fahrzeuge andere Leute zum Einkauf, Kinder zum Kindergarten, Pakete zu Ausgabestellen oder füllen Energie aus dem Strom- oder Gasnetz nach. Parkplatz- und Stauprobleme würden reduziert, weil die Autos geteilt werden. Das braucht eine gewisse innere (statt karosseriegestützte) Größe und Datenschutz-Aufmerksamkeit, aber es könnte sogar am Berg funktionieren: Anfahrt mit der Bahn, vom Bahnhof mit dem autonomen Taxi in den Talschluss, und nach der Tour wird man wieder abgeholt. Wenn man viel Gepäck hat oder etwas deponieren muss, kann man das Auto auch für die Tourendauer exklusiv mieten.

Zukunftsmusik, klar – und nicht für jeden wohlklingende. Aber ohnehin gibt es zu solchen Ideen höchstens erste zaghafte

Versuche. Das Bahn- und Busnetz ist für längere Touren meist zu lückig (räumlich und zeitlich) – wer in die Berge fährt, braucht und nutzt meist ein Auto. Heute, und höchstwahrscheinlich auch noch in den nächsten zehn bis zwanzig Jahren. Um dabei den CO₂-Ausstoß zu reduzieren, gibt es zwei allererste Punkte: a) Wähle dein Auto so klein wie möglich und nur so groß wie unbedingt nötig. Jedes Kilo Gewicht, jeder Qua-



Foto: Jürgen Winkler

So arg weit vorwärts gekommen ist die Verkehrspolitik nicht in den letzten zwanzig Jahren – wer schafft es, die Leitplanken zu durchbrechen?

muss man für jede Autofahrt und Reise, die man nicht vermeiden kann oder will (1. Priorität), überlegen, wie man den ökologischen Reifenabdruck reduzieren könnte (2. Priorität) – was übrig bleibt, ließe sich zuletzt noch kompensieren. Werfen wir dazu einen Blick in eine Mobilitätszukunft, die ungefähr so viel an politischer und weltbürgerlicher Verantwortung verlangen würde, wie der Weltklimarat gefordert hat („beispiellose Veränderungen“ seien nötig, um katastrophale Klima-Wirkungen zu verhindern). Autos besitzt man nicht mehr, man benützt sie, wenn es nötig ist. Dafür steht flächendeckend eine Flotte autonomer, klimaneutraler Fahrzeuge bereit, die man per App bestellt und die uns von A nach B bringen. Wahrscheinlich steigen unterwegs Mitfahrer ein oder aus – und während die einen im Büro sind, transportie-

ren die Fahrzeuge andere Leute zum Einkauf, Kinder zum Kindergarten, Pakete zu Ausgabestellen oder füllen Energie aus dem Strom- oder Gasnetz nach. Parkplatz- und Stauprobleme würden reduziert, weil die Autos geteilt werden. Das braucht eine gewisse innere (statt karosseriegestützte) Größe und Datenschutz-Aufmerksamkeit, aber es könnte sogar am Berg funktionieren: Anfahrt mit der Bahn, vom Bahnhof mit dem autonomen Taxi in den Talschluss, und nach der Tour wird man wieder abgeholt. Wenn man viel Gepäck hat oder etwas deponieren muss, kann man das Auto auch für die Tourendauer exklusiv mieten.

Zukunftsmusik, klar – und nicht für jeden wohlklingende. Aber ohnehin gibt es zu solchen Ideen höchstens erste zaghafte Versuche. Das Bahn- und Busnetz ist für längere Touren meist zu lückig (räumlich und zeitlich) – wer in die Berge fährt, braucht und nutzt meist ein Auto. Heute, und höchstwahrscheinlich auch noch in den nächsten zehn bis zwanzig Jahren. Um dabei den CO₂-Ausstoß zu reduzieren, gibt es zwei allererste Punkte: a) Wähle dein Auto so klein wie möglich und nur so groß wie unbedingt nötig. Jedes Kilo Gewicht, jeder Quadratzentimeter Luftwiderstand kostet Treibstoff, ein überproportionierter SUV erzeugt zwei- bis dreimal soviel CO₂ wie ein Kleinwagen (der schöne Campingbus leider auch ...). Und b) Teile deine Fahrt. Die Pro-Kopf-Emission ergibt sich aus der Ökobilanz des Fahrzeugs geteilt durch die Zahl der Insassen. Wie aber reduziere ich die Ökobilanz des Autos selbst? Dazu zuerst noch eine Zukunftsaussage: Treibstoffe aus fossilen Quellen sollten tabu sein. Allein schon, weil Erdöl ein wichtiger Rohstoff für Kunststoffe ist, ohne die unsere Welt nicht funktioniert. Wir brauchen „regenerative Treibstoffe“. Also nicht etwa „Biodiesel“, der per Industrielandwirtschaft der Welternährung Konkurrenz macht. Sondern beispielsweise Biogas aus Reststoffen, organischen Abfällen, Mist. Oder regenerativen Strom – also nicht den deutschen Braunkohlemix aus dem Hambacher Forst, sondern Ökostrom aus eigens dafür neu gebauten Windrädern oder Solarfeldern. Zur

Mach's einfach! ist eine Kampagne des Projekts „Bergsport mit Zukunft“, das vom Bayerischen Umweltministerium (StMUV) gefördert und von Vaude unterstützt wird.
alpenverein.de/Haltung-zeigen;
[#machseinfach](https://twitter.com/machseinfach)

Dimension: Um die deutsche Pkw-Gesamtfahrleistung 2017 (630 Mrd. km) elektrisch anzutreiben, müsste die deutsche Stromversorgung um rund 20 Prozent zusätzlichen Ökostrom erweitert werden. Beim derzeitigen Strommix dagegen verursacht ein E-Auto rund 100 Gramm CO₂ pro Kilometer, nicht weniger als Erdgasautos oder sparsame Diesel. Genügend regenerativen Strom zu erzeugen und zu verteilen, ist die erste schwierige Aufgabe, solange es Leute gibt, die Windräder und Stromtrassen blockieren. Das zweite Problem ist die Speicherung, denn Sonne und Wind sind nicht so leicht regelbar wie ein Kraftwerk. Und auch beim Autofahren muss der benötigte Strom mitgeführt werden; Oberleitungen werden derzeit nur für Lkw diskutiert. Die allseits gepriesenen Elektroautos speichern ihre Energie in Akkus. Deren größter Nachteil für Bergsportler ist die Reichweite und die langsame „Betankung“: Nach 200 bis 400 Kilometern muss der Wagen für mindestens 15-30 Minuten an die Ladestation – da wird die Südfrankreichfahrt zum Geduldsspiel. Die Technik wird sich verbessern – aber auf Gefahr der Ökobilanz, denn die

Akkuerstellung ist derzeit noch aufwändig: Pro 100 Kilometer Reichweite hat ein Elektroauto 1,5 Tonnen CO₂ mehr auf dem Buckel; das sind bei durchschnittlichen Modellen (rund 300 km Reichweite) circa neun statt vier Tonnen. Um diesen Start-Nachteil gegenüber einem Benziner auszugleichen, muss ein Durchschnitts-Elektroauto mit deutschem Strommix mindestens 150.000 Kilometer fahren, steht im renommierten „Spektrum der Wissenschaft“.

Wasserstoff, E-Fuels oder Biogas?

Eleganter als die Batterie-Speicherung ist es, den Strom umzuwandeln, etwa per Elektrolyse: Die spaltet Wasser in Sauerstoff und Wasserstoff; mit diesem kann man dann per Brennstoffzelle einen E-Motor antreiben, und aus dem Auspuff kommt nur wieder Wasser. Nachteil: Wasserstoff ist schwierig zu handhaben, es gibt kein Tankstellennetz, und die Brennstoffzellen-Technologie haben die deutschen Autobauer seit Jahrzehnten zurückgehalten. Toyota und Hyundai machen derzeit die Pionierarbeit. ▶



Rauszeit in den JUFA Hotels

Mehr als nur Wanderurlaub: Regionale Köstlichkeiten zum Mitnehmen in der Rauszeit Jausenbox, Leih-Wanderausrüstung und eine Vielfalt an Hotels, die alles bieten, was man für sein Abenteuer in den schönsten Wanderregionen Österreichs und Bayerns braucht.

„Rauszeit in den JUFA Hotels ist, wenn man den Fernseher gegen die Fernsicht tauscht und das Brot auf der Rastbank nach Sommer duftet.“

Diesen Sommer gönnt man sich Rauszeit zu zweit oder mit der ganzen Familie in einer von **23 Regionen** zwischen dem Montafon und den Nockbergen, im Salzburger Land oder Allgäu. Über **30 JUFA Rauszeit Hotels** bieten Insider-Tipps, Outdoor-Kompetenz, Leih-Wanderausrüstung sowie ein vielfältiges Programm und zahlreiche Angebote für einen erlebnisreichen Wander- und Aktivurlaub in den Bergen. Immer inklusive: die regionale JUFA Frühstücksvielfalt und die **Rauszeit Jausenbox** zum Selbstbefüllen.

Ihr Rauszeit-Angebot

- 2 oder 4 Übernachtungen
- Halbpension
- Wandertipps und -karten
- Leih-Wanderausrüstung
- Rauszeit Jausenbox zum Selbstbefüllen

ab € 198,- pro Doppelzimmer

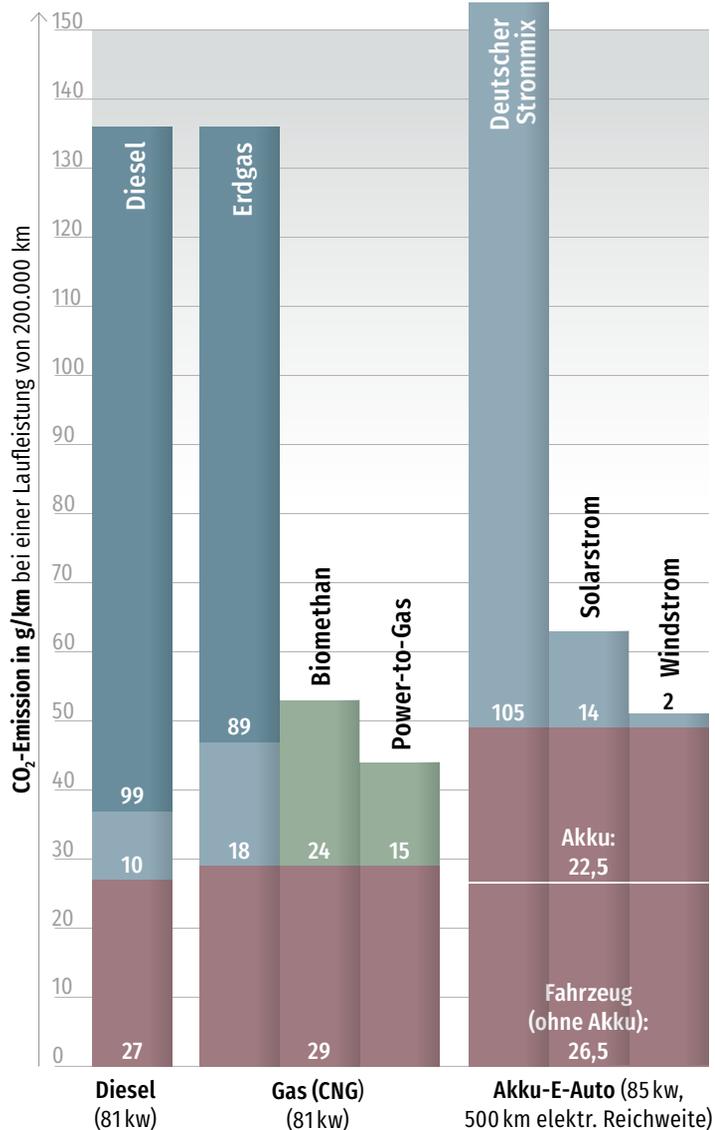
Jetzt buchen



jufa.eu/rauszeit



Emissionen im Vergleich Achillesfersen Strommix und Akku



Quellen: Audi, VW, div. Testberichte

Kompaktklasse, Fahrleistung 200.000 km

- Fahrzeug-Herstellung
- Fahrmission
- Kraftstoffbereitstellung
- Kraftstoffbereitstellung + Fahrmission

Wie „ökologisch“ ein Auto ist, zeigt nur die **Betrachtung über den gesamten Lebenszyklus**, der auch die „Vorkette“ von Auto-(und Batterie-)Herstellung und Treibstoffbereitstellung erfasst. Batterie-E-Autos treten wegen des aufwändigen Akkubaus mit einem besonders großen Rucksack an, der sich erst nach vielen Fahrkilometern mit eigens erzeugtem, regenerativem Strom ausgleicht.

Die Verbrauchsangaben sind die Herstellerangaben. Erfahrungsgemäß liegen die Praxiswerte 15 bis 30 Prozent darüber, je nach Hersteller-Ehrlichkeit und Fahrstil. Das gilt allerdings auch für E-Autos – dort ganz besonders (laut VCD + 70 Prozent), denn Zusatzverbraucher (Heizung, Klimaanlage, Licht) brauchen Extrastrom und sind nicht im Fahrverbrauch enthalten, genauso wenig wie Unregelmäßigkeiten beim Laden (Füllzustand, Temperatur). Hybrid-Autos wurden nicht aufgenommen, weil keine überzeugenden Verbrauchs-Angaben zu finden waren. Diesel und Benzin können theoretisch mit „E-Fuel“ wesentlich besser abschneiden (Reduktion des Fahr-Verbrauchs um 70 bis 75 Prozent).

Einfacher und schon teils etabliert ist das Konzept „power to fuel“, also Treibstoff aus Strom zu erzeugen. Dazu treibt man den Prozess noch etwas weiter und verbindet den Wasserstoff mit CO₂ zu Methan (Erdgas). Dieses lässt sich über das normale Pipeline- und Tankstellennetz verbreiten – beim Autofahren entsteht nur das CO₂, das vorher der Atmosphäre entnommen wurde, ein Kreislauf. Theoretisch lassen sich sogar Benzin und Diesel auf diese Weise herstellen, aber Erdgas ist das praktischste „power to fuel“-Speichermedium. Erdgas ist aber auch schon jetzt eine hervorragende Alternative, zumindest bis die E-Entwicklung richtig Fortschritte macht. Fossiles Erdgas erzeugt gegenüber Diesel 25 Prozent weniger CO₂, 90 Prozent weniger Stickoxide und 99 Prozent weniger Feinstaub. Und wer Biomethan (aus organischen Abfällen) tankt, fährt beispielsweise einen Golf mit 24 Gramm CO₂ pro Kilometer, gerade ein Viertel dessen, was ein E-Auto mit deutschem Strommix erzeugt (und eben der kommt noch oft aus den Ladesäulen, selbst wenn man im Haushalt Ökostrom bezieht). Schwer zu verstehen, warum die Alternative Erdgasauto in Politik, Medien und öffentlicher Diskussion quasi totgeschwiegen wird.

Zukunft geht heute schon – auch ohne Strom

Denn sie ist sicher (Erdgas explodiert genauso wenig wie Benzin), preiswert (die Autos kosten kaum mehr, der Sprit ist günstiger und energiereicher) und sie funktioniert. Rund 1000 Tankstellen findet man in Deutschland, eine ähnlich gute Abdeckung bieten Österreich, Italien und die Schweiz. Eine persönliche Erfahrung: Seit knapp einem Jahr fahren wir ein Erdgasauto. Der Kleinwagen mit 11-Kilo-Tank bringt uns rund 350 Kilometer weit; bei längeren Strecken muss man sich per App informieren und ein bisschen planen, wo man tanken kann; wenn dann mal die Säule besetzt oder kaputt ist, bringt uns ein 10-Liter-Benzintank auf jeden Fall zu einer anderen Tankmöglichkeit. Manche Tank-Konstruktionen sind etwas hakelig, aber man kriegt's hin, und dass es etwas länger dauert als bei Diesel, nehmen wir gerne in Kauf – im Bewusstsein, mit langfristiger realen 90 Gramm CO₂ pro Kilometer zu fahren. Oder mit noch viel weniger, wenn wir die Biomethan-Säule ansteuern. Auch mit meiner Ausbildung als Umwelt-Ingenieur ist mir klar: a) Wenn Verbrennungsmotor, dann Erdgas. b) Wenn „Bio“-Kraftstoff, dann Biomethan. c) Wenn regenerativer Strom exklusiv für den Autoverkehr verfügbar ist, dann wäre die Speicherung in Strom-Gas eine elegante Lösung. Und was auch schön ist: Unser kleines Auto verführt nicht zu schnellem Überholen, sondern zu entspannt-achtsamem Fahren. Mitdenken; vom Gas gehen statt bremsen; vor roten Ampeln kein Gas geben – ein bisschen Hirn statt Bauch am Steuer ist ein letzter Punkt zu ökologischer Mobilität. ad



Welche Richtung? Ins Abenteuer!

Durchdachter, schlanker Alpinrucksack für den Bergprofi oder die Wandertour mit der ganzen Familie – perfekt für den ganzjährigen Einsatz:

DAV Alpinrucksack 35 + 8 L von Deuter, puristisch, funktionell und robust.

Art.-Nr. 430197

€ 149,95

Mitglieder
€ 134,95



Artikel wird ohne Karte und Kompass geliefert

K&R Kompass Alpin „DAV Edition“, unverzichtbares analoges Orientierungs-Backup auf anspruchsvollen Berg- und Trekkingtouren.

Art.-Nr. 430300

€ 64,00

Mitglieder
€ 58,00



Die praktische, hochwertige, robuste **FERRINO Kartentasche „DAV Edition“** schützt verlässlich vor Feuchtigkeit.

Art.-Nr. 190030

€ 22,00

Mitglieder
€ 18,50



ORIENTIERUNG

Das Standardwerk zum Thema Orientierung. Umfangreich, jedoch verständlich erklärt.

Art.-Nr. 329017

€ 16,90

Einer der leichtesten seiner Art:

PRIMUS Express Spider II Gaskocher mit kleinem Packmaß, niedrigem Gewicht und tiefem Schwerpunkt für einen optimalen Stand.

Art.-Nr. 430237

€ 74,00

Mitglieder
€ 68,00



Artikel wird ohne Kartusche geliefert

Praktische Komplettlösung für einen frisch gebrühten Kaffee am Gipfel mit dem

Stanley Mountain Coffee System

0,5 Liter.

Art.-Nr. 430236

€ 70,00

Mitglieder
€ 65,00



Der atmungsaktive 4-Jahreszeiten-Biwacksack **Twilight Bivy** von **BLACK DIAMOND**

bietet zuverlässigen Schutz vor Wind und Wetter bei minimalem Gewicht und Packmaß.

Art.-Nr. 490031

€ 135,00

Mitglieder
€ 125,00

Das **Ranger Wood 55** vom Schweizer Traditionshersteller **VICTORINOX** vereint höchste Funktionalität mit perfektem Design und liegt hervorragend in der Hand.

Mit eingraviertem Jubiläumslogo.

Art.-Nr. 9JU081

€ 99,00

Mitglieder
€ 94,00



Die neue **GARMIN Version V4** unserer Alpenvereinskarten mit 75 für den GPS-Einsatz optimierten AV-Kartenblättern. Neu ist die Zusatzabdeckung durch BEV Rasterkarten der Nordostalpen.

Art.-Nr. 490454

€ 129,99

Mitglieder
€ 99,99



Robust, zuverlässig, mit hellem Display: **GARMIN GPSMAP 66s Outdoor-**

Navigationsgerät. In Verbindung mit den Alpenvereinskarten die perfekte Navigationslösung für alle Bergabenteuer in den nördlichen Alpen!

Art.-Nr. 490409

€ 399,99

Mitglieder
€ 369,99

Bestellen Sie online unter dav-shop.de oder per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie in den Servicestellen der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10 und der Sektion München am Marienplatz im Sporthaus Schuster, Rosental 3-5 in München.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.

50 %

der Alpengletscher werden bis 2050 verschwunden sein. Darauf weisen Schweizer Forscher in der Fachzeitschrift „The Cryosphere“ hin. Diese Schmelze ist Folge unserer bisherigen CO₂-Emissionen und unvermeidbar. Unser Verhalten von heute entscheidet darüber, ob bis 2100 fast alle (94,4 %) oder nur zwei Drittel (63,2 %) der alpinen Schaustücke und Trinkwasserspeicher verloren sein werden. *red*

+ ticker +

preiswürdig nachhaltig Jährlich dokumentiert der offizielle DAV-Ausrüster Vaude sein Bemühen um umwelt- und sozialverträgliches Wirtschaften. Nun errang der Nachhaltigkeitsbericht 2017 Platz eins im Ranking des Instituts für ökologische Wirtschaftsforschung und der Unternehmensvereinigung „future – verantwortung unternehmen“ in der Kategorie „kleine und mittlere Unternehmen“. Die Jury lobte unter anderem die Information „über ökologische und soziale Ansprüche an die Lieferkette“ und deren Umsetzung.

ranking-nachhaltigkeitsberichte.de

geschickt einkaufen Für Besitzer der DAV-Globetrotter-Clubkarte hat der Handelspartner von DAV und JDAV wieder etwas Besonderes: Am Dienstag, 2. Juli, ist DAV-Tag, und jeder Einkauf in Filialen oder online gibt die dreifache Bonuspunktezahl.

globetrotter.de/kooperationen/dav-tag

nachdenklich wandern Seit 1986 bietet Harald Weber in der DAV-Sektion Bergfreunde Saar Bergexerziten an – genau genommen sind das durchaus anspruchsvolle Wanderungen oder Hochtouren, bei denen aber der Blick nicht nur zum Gipfel, sondern vor allem nach innen geht. Im Oktober startet er zur 100. Woche, auf der Lavarellahütte in Südtirol. Ein bemerkenswertes Jubiläum. bergfreunde-saar.de/index.php?id=105 (S. 11, 31)

alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Geschichte/n aus dem Eisgebirge

Vier aktuelle Biografien zeichnen in jeweils unterschiedlicher sprachlicher Form große Legenden aus dem Himalaja nach: die Expedition der Brüder Schlagintweit; Alexandra David-Néels Fußmarsch nach Lhasa; das Leben von Peter Aufschnaiter, der Heinrich Harrer nach Tibet führte; und das Wirken von Hermann Buhl – vor und nach seinem Tod.



Wissenschaft am Berg

Die dreijährige Reise (1854-57) der Brüder Hermann, Adolf und Robert von Schlagintweit durch den Himalaja ist eine der berühmtesten frühen Expeditionen. Was es bedeutete, sich in dieser Welt zu be-

wegen, das lässt der Autor Rudi Palla in journalistischer Erzählung lebendig werden. Wie Alexander von Humboldt als Drahtzieher wirkte; wie die Brüder zwischen Blutegele-Dschungeln, Gletschergipfeln und viktorianischen Kolonialbauten unzählige wissenschaftliche Sammelstücke anhäufte; wie Wissenschaft, Politik und Alpinismus auf den höchsten Bergen aufeinandertrafen. Ein unterhaltsam und erhellend geschriebenes Stück Alpingeschichte. *red*

Rudi Palla: **In Schnee und Eis – Die Himalaja-Expedition der Brüder Schlagintweit**, Galiani Verlag, 2019, 192 S., € 20,-

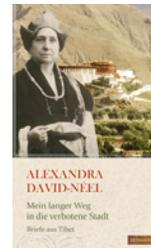


Vom Flüchtling zum Entwicklungshelfer

Dass Peter Aufschnaiter dem bekannteren Heinrich Harrer „vorausging nach Lhasa“, stellt diese intensiv recherchierte Biografie nun klar. Sie

zeichnet den verschlungenen Lebensweg des studierten Agrarwissenschaftlers, der Hindi, Nepali und Tibetisch sprach, detailreich und informativ nach. Trotz Aufschnaiters NS-Begeisterung begegnet man in ihm einem interessierten und beliebten Menschen, der sich als Kartograf, Bauplaner und Entwicklungshelfer verdient machte und in seinen Tagebuch-Aufzeichnungen warmes Empfinden für die Menschen und die Kultur der Himalaya-Länder zeigt. *hho/red*

Nicholas Mailänder: **Er ging voraus nach Lhasa – Peter Aufschnaiter. Die Biographie**, Tyrolia Verlag, 2019, 416 S., € 29,95

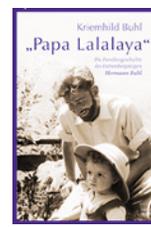


Mit dem Willen einer Frau

„Würde man mir eine Million bieten, damit ich das Abenteuer ... wiederhole, dann würde ich wohl ablehnen.“ So schreibt Alexandra David-Néel (1868-1969) über ihren dreijährigen Fußmarsch, der

sie als wohl erste weiße Frau ins verbotene Lhasa führte. Die „Edition Erdmann“ gibt nun ihre Briefe heraus, in denen sie ihrem Mann von unterwegs berichtet. In klaren, meist nüchternen Worten, aber mit einer Prise Humor und genau beobachtet. Sie berichtet freizügig von ihrem rigorosen Umgang mit den „Wilden“, von der Angst vor Räubern, von Krankheit, Kälte und Mühsal – und legt damit eindrucksvoll Zeugnis ab, „was der Wille einer Frau vermag“. *red*

Alexandra David-Néel: **Mein langer Weg in die verbotene Stadt – Briefe aus Tibet**, Edition Erdmann, 2018, 192 S., € 20,-



Vom Leben nach dem Tod

„Ist es nicht viel heldenhafter, den Alltag mit Würde zu bewältigen, ohne zu fallen?“ Diesen Gedanken legt Kriemhild Buhl ihrer Mutter „Generl“ in den Mund – er trägt

uns Leser durch ihr Buch „Papa Lalalaya“. So nannte das Mädchen seinen Vater Hermann Buhl. Hautnah, ja bis unter die Haut gehend, schildert sie seine „Familiengeschichte“: die große Liebe zweier junger Menschen; ein strahlendes Paar im Glanz des Nanga Parbat; eine einsame Witwe mit drei kleinen Mädchen. Ehrlich und tieferschürfend, packend und humorvoll, poetisch und ergreifend erzählt sie von Leben, Liebe und Tod. Ein etwas anderes Bergbuch. *red*

Kriemhild Buhl: **„Papa Lalalaya“**, Edition Tandem, 2019, 360 S., € 22,-

Neue Karte

Langtang neu

Zur Langtang-Region hat der DAV eine besondere Beziehung: Nach dem Erdbeben wurden dort mit Spenden von Mitgliedern und Bundesverband neue Wege angelegt. Seit vielen Jahren schon ist das Gebiet durch eine Alpenvereinskarte abgedeckt; diese ist allerdings mittlerweile nicht mehr auf dem neuesten Stand. Hier schaffen nun die Arbeitsgemeinschaft für vergleichende Hochgebirgsforschung und die Hochschule München Abhilfe: Nach Solu Khumbu und Shorong Hinku haben sie nun auch dieses schöne Tal mit Dörfern und Sechstausendern, Aussichtspunkten und Teehäusern im Maßstab 1:50.000 erfasst. red



Die Karte ist für 16,80 Euro über den Nelles Verlag erhältlich.

Fotos: SBB



So wie links soll's aussehen: Klare Symbole helfen Kletterern, der Natur nicht zu schaden. Dass Zeichen samt Baumrinde abgekratzt werden (r.), entzieht sich dem Verständnis.

Naturfrevl im Elbsandsteingebirge

Abgekratzt

Kletterer wollen der Natur nicht schaden. Deshalb markieren sie Zugangswege und Kletter- bzw. Nichtkletterbereiche am Fels mit klaren, aber zurückhaltenden Pfeil- und Kreuzsymbolen. Nun berichtet die DAV-Sektion Sächsischer Bergsteigerbund (SBB), dass im Nationalpark Sächsische Schweiz 450 solcher Markierungen entfernt wurden: Baumrinde wurde abgekratzt, Felsoberfläche abgehackt oder mit schwarzer Lackfarbe übermalt. Und man fragt sich, wer der Natur einen solchen doppelten Bärendienst antut. Teilweise waren sogar frische Markierungen schon nach wenigen Tagen verschwunden. Der SBB, in dem zwölf Ehrenamtliche allein im letzten Jahr 850 Stunden für die Markierung gearbeitet haben, ruft nun alle Kletterer und Wanderer auf, Beobachtungen zu melden – um die Natur und den Klettersport nicht zu gefährden. Denn nur intakte Markierungen entfalten ihre Naturschutz-Wirkung. SBB/red

Von hier. Von uns.

Gelingt bei 170° C.



Schmeckt bei 11° C.

Wahre Grillmeister.

Wenn draußen der Sommer erwacht, freut man sich auf Leckeres vom Grill. Am besten mit frischen Produkten von hier. Von uns kommen dazu die Roséweine, die das Grillvergnügen auf frische und fruchtige Weise perfekt abrunden. Entdecken Sie das Beste aus Württemberg: Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger.

Württembergischer Weingärtnergenossenschaften
wein-heimat-wuerttemberg.de



Württemberg ist eine geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.) der Europäischen Union.
www.wein-heimat-wuerttemberg.de/gU-wuerttemberg



Mons Inaccessibilis

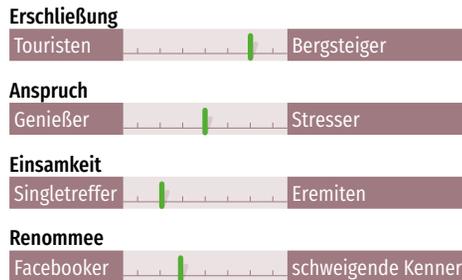
Wie wär's?

Die normale Route: Der Mont Aiguille ist von keiner Seite einfach zu besteigen. Nur der Normalweg durch die Nordseite ist teilweise versichert (8 SL, III A0 oder IV-, 250 m). Der Fels ist stellenweise poliert, trotzdem Steinschlaggefahr durch andere Bergsteiger oder Gämsen. Zustieg via Col de l'Aupet (1627 m). Der Abstieg verläuft auf anderer Linie durch steiles Schrofengelände (bis II) mit einer 45-Meter-Abseilstelle. – *Die zweite Besteigung des Mont Aiguille gelang erst 342 Jahre später, im Jahr 1834, dem Schafhirten Jean Liotard, einem Nachfahren eines der Erstbesteiger.* **Die schöne Route:** Im Jubiläumsjahr 1992 legten die notorischen Brüder Remy die Route „Trilio“ (11 SL, 300 m, IX- oder VIII- A0) über den klassischen Nordostpfeiler, eine beeindruckende Säule, die das Trièves-Tal dominiert. Zumindest in den ersten vier Seillängen soll der Fels ziemlich gut sein. – *Im August 1957 landete Henri Giroud seine Piper J-3 auf dem Gipfelplateau des Mont Aiguille.* **Die berühmte Route:** Die Südpfeiler-Route (VI+, 180 m, 10 SL) an der kurzen Südwand des Mont Aiguille ist sehr exponiert. Die Route schlängelt sich im Zickzack durch die Wand und nutzt die Schwächen aus. Der Fels ist stellenweise brüchig, die Absicherung durchwachsen – kein Wunder, dass sie als „großer Klassiker“ bezeichnet wird. – *Die erste Abfahrt auf Ski gelang 1992, im Jahr der Feierlichkeiten zum 500. Jubiläum der Erstbesteigung, über die Route Tubulaires, die klassische Abstiegsroute.*

Daten und Fakten

Höhe: 2087 m
Prominenz: 465 m
Erstbesteigung: 26. Juni 1492 durch Antoine de Ville und zehn weitere Expeditionsteilnehmer
Normalweg: Von Westen (PD, III)
Talort: Chichillianne
Hütte/n: Unterkünfte im Ausgangsort La Richardière (1057 m)

Charaktercheck



Der Mont Aiguille, ein Tafelberg südlich von Grenoble, gilt als Wahrzeichen des Vercors, des westlichsten Gebirgsstocks der Alpen. Er gehört zu den sagenumwobenen sieben Wundern der Dauphiné. Wegen seiner 300 Meter hohen, steil abfallenden Felswände, mit denen er das Trièves-Tal überragt, galt er noch im Mittelalter als unbesteigbar. Heute führen 30 Kletterrouten bis zum neunten Grad durch seine Wände. Etwa 1000 Bergsteiger stehen jährlich auf seinem 500 Meter langen und etwa 100 Meter breiten Gipfelplateau, wo viele endemische Blumen gedeihen.



Foto: Wikipedia/Musée Conde

Der Mensch am Berg

„Du musst da rauf“, sagte der französische König Karl VIII. (Bild) zu Antoine de Ville, einem Söldner an seinem Hof. Der stürmte den Gipfel mit einer Expedition inklusive zwei Priestern und einem Notar – und blieb gleich sechs Tage oben.

„1492 – das Jahr der Entdeckung Amerikas, aber auch das Jahr der ersten Klettertour ‚mit künstlichen Mitteln‘.“

Walter Pause in seinem Buch „Im leichten Fels“, weil die Erstbesteigung mit Leitern und anderen künstlichen Hilfsmitteln gelungen war.

EXPLORE MORE.



ENTDECKEN SIE DIE NEUEN GIANT EXPLORE E+ MODELLE

Ob durch die Innenstadt oder über holprige Seitenstraßen: Dieses vielseitige E-Bike sorgt dafür, dass du jede Fahrt genießen wirst. Unser Explore E+ GTS kombiniert urbanen Fahrstil mit vielseitiger Allround-Performance. Kernstück unseres Explore E+ GTS ist sein ALUXX-Aluminiumrahmen mit SyncDrive-Sport-Motor powered by Yamaha. Ein Dream-Team, das dir hervorragendes Handling und geschmeidige Beschleunigung bei unterschiedlichsten Straßenbedingungen bietet. Einstellbare Unterstützungs-Modi liefern bis zu 350 Prozent deiner Pedalkraft und du kannst exakt wählen, wie viel Motor-Unterstützung du haben möchtest. Breitere Tubeless-Reifen sorgen für mehr Komfort und Fahrstabilität – eine hervorragende Wahl, um neue Routen zu entdecken.

Zum 150. DAV-Jubiläum: Genuss-Gruß aus der Hütte



VORSPEISE

Tiroler Graukassuppe

von der Lizumer Hütte in den Tuxer Alpen

Ein cremig-würziger Auftakt aus der Tiroler Küche.

Zwiebel, Kartoffeln und Käse würfeln. Die Butter in einem großen Topf zerlassen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Die Kartoffeln hinzugeben und andünsten. Mit Rinderbrühe aufgießen und den Käse dazugeben. Die Suppe köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Dann die Sahne hinzufügen und alles mit dem Pürierstab glatt rühren. Noch einmal kurz aufkochen lassen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Das Brot in etwa ein Zentimeter große Würfel schneiden und rösten, den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Suppe in tiefen Tellern servieren und mit den gerösteten Brotwürfeln und Schnittlauchröllchen garnieren.

Für 4 Portionen:
 1 Zwiebel
 2 Kartoffeln
 200 g Tiroler Graukas (oder Bergkäse)
 2 EL Butter
 1 l Rinderbrühe
 250 g Sahne
 Salz, Pfeffer, frisch geriebene Muskatnuss
 2 Scheiben Holzofenbrot
 Schnittlauch zum Garnieren



HAUPTGERICHT

Tafelspitz mit Salsa verde

von der Oberretteshütte (Südliche Ötztaler Alpen)

Ein feiner Fleischgericht-Klassiker mit pffiffiger Saucen-Begleitung.

Die mit der Schale halbierte Zwiebel anbräunen. In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen, das Fleischstück mit dem Salz, den Pfefferkörnern, Lorbeerblättern, Petersilienstängeln und Zwiebelhälften hineingeben. Die Hitze sofort reduzieren und alles etwa eineinhalb Stunden köcheln lassen. Die Karotte und den Lauch grob zerkleinern und mit der Tomate hinzugeben, weitere 60 Minuten garen. Für die Salsa verde die klein gehackten/gewürfelten Zutaten vermischen, mit Essig und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch aus der Brühe heben, kurz ruhen lassen, gegen die Faser in Scheiben schneiden und in der durchgeseihten Brühe warm halten. Den Tafelspitz mit dem Gemüse und etwas Suppe servieren. Die Sauce dazu reichen. Als Beilage passen Salz- oder Ofenkartoffeln.

Für 4-5 Portionen:
Für den Tafelspitz:
 800 g Tafelspitz (alternativ Schulterschnitt oder Nuss)
 1 EL Salz, 5 Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter, 3 Petersilienstängel, 1 Karotte
 80 g Lauch, 1 Tomate, 1 Zwiebel
Für die Salsa verde:
 4 EL Petersilienblätter, 2 EL Essiggurken, 1 EL Zwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 1 TL Kapern, 1-2 Sardellenfilets, 1 TL Senf, 1 EL Weißweinessig, 50 ml Samenöl, 50 ml Olivenöl
 Salz, Pfeffer



NACHSPEISE

Topfenkiachl

von der Pfeishütte im Karwendel

Ein süßes Schmankerl aus Omas Rezepte-Sammlung.

Die Kartoffeln kochen, schälen und noch warm durch eine Kartoffelpresse drücken. Den Topfen, das Mehl, den Zucker und Vanillezucker, das Eigelb, den Zitronenabrieb und nach Belieben Rosinen zugeben und zu einem gleichmäßigen Teig verkneten. Reichlich Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Aus dem Teig kleine Kugeln formen, in die Pfanne legen und etwas platt-

drücken. Bei mittlerer Hitze die Topfenkiachl von beiden Seiten goldgelb backen. Die warmen Topfenkiachl mit Puderzucker bestäuben und mit Vanillesauce und Preiselbeeren servieren.

Für 4 Portionen:
 500 g mehligkochende Kartoffeln
 500 g Topfen (abgetropft)
 150 g Mehl
 70 g Zucker
 2 Pck. Vanillezucker
 1 Eigelb
 abgeriebene Schale von ½ Zitrone
 4 EL Rosinen (nach Belieben)
 Butterschmalz
 Puderzucker

Ja so schmeckt's!

Weitere leckere „So schmecken die Berge“-Rezepte von 15 AV-Hütten in den Ostalpen stellt das neue „Original-Hüttenkochbuch. Bergrezepte und alpine Lebensart“ vor. Erschienen im BLV-Buchverlag, zu beziehen über den DAV-Shop und im Buchhandel, € 20,-



WENDEPUNKTE Marmolada-Südwand: „Moderne Zeiten“ (1982)

Alpines Freiklettern ohne Bohrhaken

Mitten durch die schönste Wand der Dolomiten, schwierig und ohne Bohrhaken: ein Statement für Stil. Anfang der 1980er Jahre war das Yosemite das Mekka der Freikletterei. Heinz Mariacher, 1955 in Wörgl bei Innsbruck geboren, hatte die obligatorische Reise ins Yosemite absolviert, aber warum sollte er da jetzt noch einmal hin? Er liebte die Dolomiten, das große Felsenparadies, und seine Freundin Luisa Iovane. Sie durchstiegen Wand um Wand, es war ein endloser Sommer wie in den alten Surfer-Filmen. Was sollten sie in diesen neuen Hotspots wie Buoux, Verdon, Frankenjura? Heinz Mariacher war der König der Dolomiten und Luisa seine schöne Königin, reihenweise gelangen erste freie Begehungen der alten Hakenrasseln. Aber: Erstbegehungen frei klettern, ohne Bohrhaken-Absicherung, das wäre natürlich das Allerschärfste. Mit puristisch abgesicherten Neutouren wie „Charlie Chaplin“ (VI+) an der Lälidererspitze und „Abrakadabra“ (VII) an der Marmolada tastete er sich vor. Dort, an der Marmolada, war der Fels am besten, der feine geologische Unterschied: kein Dolomitgestein, sondern Kalk. Nachdem ihm 1981 zwei Tschechen den „Weg durch den Fisch“ vor der Nase wegschnappten, visierte er die größte Linie an, die die Marmolada noch bot: die achthundert Meter hohe Südwand der Punta Rocca mit ihrer steilen, geschlossenen Gipfelwand. Ohne offensichtliche Risslinien, das pure unvorhersehbare Plattengelände. Bestimmt fantastische Kletterei, aber man konnte nicht wissen, wann wieder ein Keil oder Normalhaken reinging. Die Nerven würden entscheidend sein.

Fotos: Archiv Mariacher, Dolomiti Unesco/M. dell'Agnoia



Für Luisa Iovane und Heinz Mariacher war die Marmolada-Wandflucht ein Traumland.

Im ersten Anlauf kamen sie nur bis Wandmitte, beim zweiten Go vollendeten sie ihren großen Weg. Die Route war ein Statement, bis heute gültiger Maßstab, dass die Schwierigkeit nie vom Stil zu trennen ist, ja, dass Stil immer wichtiger war, ist und bleiben wird als die Schwierigkeit allein. Der großartige Name war natürlich ein Statement für sich: An diesem Maßstab, Freunde, müsst ihr euch messen lassen. „Moderne Zeiten“ ist heute einer der begehrtesten Klassiker der Alpen, wenn nicht der Welt. Mit dem Verzicht auf Bohrhaken stand Mariacher in der Tradition von Messner, der 1969 in seinen Solo-Direktausstieg zur Vinazerföhre ebenfalls ohne Bohrset eingestiegen war. Die Marmolada, ja die Dolomiten insgesamt, blieben eine Trutzburg der strengen Kletterethik. An der Westlichen Zinne nahm Alexander Huber später mit „Bellavista“ und „Pan Aroma“ die Fackel auf; er verwendete zwar Bohrhaken, aber so wenige, dass niemand je behaupten kann, er würde die Tradition aufweichen. Heinz Mariacher und Luisa Iovane leben und klettern noch immer zusammen. Das Wandfoto der „Modernen Zeiten“ hat in ihrem Häuschen einen Ehrenplatz.



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

Nächster Wendepunkt: **So schön und schwer kann Klettern sein.**
Gullivers Reisen: Sportklettern in den Alpen (1982)



DESIGN?

„ICH BAUE SO, WIE ICH LEBE.
NATÜRLICH, NACHHALTIG
UND ANSPRUCHSVOLL.“



NACHWEISLICH
UNERREICHTE WOHN-
GESUNDHEIT UND PREIS-
GEKRÖNTES DESIGN – **DAS
KANN NUR BAUFRITZ.**

www.baufritz-pa.de



BAUFRITZ
WIR BAUEN GESUNDHEIT

DAV-Jubiläum: Alpinismus als Kultur

150 Jahre DAV – Kultur und Alpinismus

Spiegel und Flügel





Wozu braucht ein Alpenverein „Kultur“? Gegenfrage: Was wäre ein un-„kultivierter“ Alpenverein wert? Informierend, dokumentierend und reflektierend haben seine verschiedenen Kultur-Aktivitäten die Menschen im Verein seit jeher gespiegelt und beflügelt – und ihre Antriebe der Gesellschaft verständlich gemacht.

Was ist Kultur überhaupt? Vielleicht etwas, das den Menschen zum Menschen macht? Der Begriff ist schillernd und vielfältig, es gibt jede Menge Definitionsversuche. Der vielleicht älteste sieht Kultur als Gegensatz zur Natur, die menschlich unbeeinflusst ist: Kultur bedeutet erforschen und erschaffen, verarbeiten und dokumentieren, durchdenken und vermitteln. Insofern sind auch der Bergsport, Hütten und Wege und unsere gesamte Beschäftigung mit den Alpen eine Form von „Kultur“.



Dem unbedarften Betrachter mag der Bergsport als primäre Aufgabe des Alpenvereins erscheinen. Kultur ist seine Vorbedingung und sein Forum. Die alpine Forschung erkundet Landschaft, Gletscher, Wetter, Bergmedizin, stellt Karten, Führer und elektronische Information zur Planung der Aktivität bereit. Hinterher berichten die Akteure in Zeitschriften, Büchern, sozialen Medien oder Vorträgen, mehrten damit das Wissen – und regen an zu weiterem Tun, aber auch zum Austausch über Stil, Ethik und Werte, nicht zuletzt in puncto Umgang mit Natur und Menschen.

Bergsport lebt von der elementaren „Naturerfahrung“: Am Berg wird der Mensch zurückgeworfen auf seinen animalischen Kern, am deutlichsten in Bewährungssituationen, Anstrengung, Notlagen. Kultur ist das Gegengewicht dazu – der erlernte Umgang mit der Gefahr, die Reflexion und geistige Sublimierung des Erlebten und das „Rüberbringen“ der intensiven Emotionen. Und in ihrem Auftrag, nicht nur zu forschen und dokumentieren, sondern auch zu vermitteln und zu diskutieren, hat sie eine gemeinschaftsbildende Aufgabe für das Animal sociale Mensch.

ALPINISMUS: KULTUR, NICHT NUR BERGSPOURT

Der DAV hat den Begriff „Alpinismus“ nie primär als die Extrem- und Reinform des Bergsteigens gesehen, wie er oft verstanden wird; eher wurde einst der Bergsport als „ausübender Alpinismus“ bezeichnet. Im DAV-Leitbild ist „Alpinismus“ heute übergreifend definiert als „sämtliche Aktivitäten, die im Zusammenhang mit dem Besteigen, Erleben, Erkunden, Darstellen und Bewahren der Berge und Bergregionen stehen“. So wird der „Alpinismus“ selbst zur Kultur – erblühend auf dem Erlebnisfeld der Natur.

Seine kulturelle Aufgabe definiert der Verein heute so: „Der DAV setzt sich mit der Geschichte, der Kultur und aktuellen Themen des Alpinismus auseinander. Er dokumentiert diese, bereitet sie auf und bringt sie in die öffentliche Diskussion ein.“ Diese geistige Verarbeitung hat die „alpine Tat“ seit jeher begleitet, schon vor Gründung der alpinen Vereine. Und immer fand beides auf dem Hintergrund des Zeitgeistes statt, immer spiegelte die alpine Kultur das alpine Tun und gleichzeitig die Kultur der Gesellschaft.

Verschiedene kulturbedingte Antriebe prägen die Marksteine der alpinistischen Frühgeschichte. Francesco Petrarca pflegte 1336 auf dem Mont Ventoux die Selbstbetrachtung des Individuums an der Schwelle zur Renaissance. 1555 verband Conrad Gessner am

MENSCHEN

Theodor Trautwein (19.12.1833 - 2.7.1894)

Der Buchhändler und Führerautor war einer der vier Gründerväter des DAV und langjähriger Redakteur der „Zeitschrift“ und der „Mitteilungen“. In der ersten Zeitschrift skizzierte er die kulturelle Aufgabe des Vereins: „Der Deutsche Alpenverein solle alle Verehrer der erhabenen Alpenwelt in sich vereinigen, ... mag sie ernste Forschung ... [an-] treiben, mögen sie ... nur offenen Sinn mitbringen für die unvergesslichen Eindrücke der Hochgebirgsnatur. Für sie alle soll der Deutsche Alpenverein das gemeinsame Band sein; er soll durch Wort und Schrift die Resultate der Forschung allgemein verbreiten, jene Eindrücke bleibend fixieren, zu neuer Thätigkeit anregen. Überall wo sich Alpenfreunde finden, soll ein Mittelpunkt für diese geschaffen werden.“

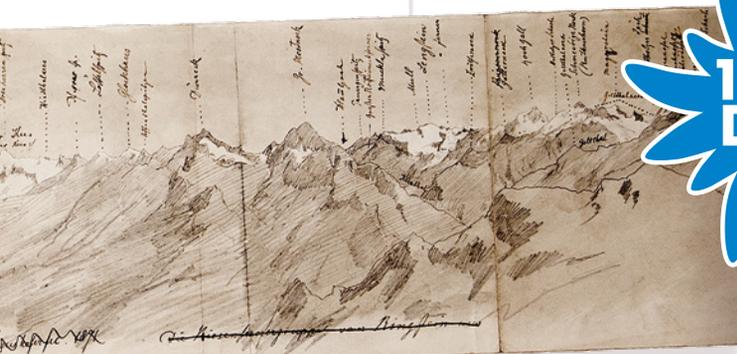


Hermine Tauscher-Geduly (19. Jh. - 24.11.1923)

Die Alpinistin aus Pressburg (Bratislava) bestieg über 140 Hochgipfel, unter anderem Dent Blanche, Finsteraarhorn und Piz Bernina, war die erste Frau auf dem Hochjoch-Anstieg zum Ortler und auf der Pala di San Martino und Ehrenmitglied der SAC-Section Rhätia. Sie veröffentlichte als erste Frau Beiträge in der DuOeAV-Zeitschrift und beim SAC und ÖAK. Wirklich großen Einfluss auf die „Kultur“ des Vereins und des Alpinismus hatten aber weder sie noch andere Frauen – ob der DAV unter mehr weiblicher Lenkung andere Wege gegangen wäre, bleibt eine interessante hypothetische Frage.



Fotos: DAV-Archiv



„Erweitern und Verbreiten ...“

... der Kenntnis der Alpen. Das schrieb sich der junge DAV als Ziel in die Satzung. Handgezeichnete Panoramen mit Gipfelbestimmung, veröffentlicht in der „Zeitschrift“, sollten dazu beitragen. „Die Südseite der Zillerthaler Gruppe“ vom Hochfeiler bis zum Hochgall zum Beispiel skizzierte Karl v. Haushofer (1839-1895), Mineralogieprofessor und Direktor der Technischen Hochschule München, der bei der Vereinsgründung das Edelweiß-Symbol erfunden hatte und von 1872-76 die Zeitschrift redigierte.

Solche Panoramen und Karten liefern Bergsteigern bis heute Informationen für die Tourenplanung und -durchführung; zu ihrer Erstellung muss aber erst mal jemand in die Berge gehen – Kultur als Vorbedingung und Verarbeitung des alpinen Tuns.

1786

Erstbesteigung Mont Blanc

1869/70

Schon im ersten Jahr des DAV erscheint die „Zeitschrift“ (Jahrbuch) mit Tourenberichten und Kartenskizzen

1874

Herausgabe von Karten für Bergtouristen wird beschlossen

1875

Ergänzend zur „Zeitschrift“ erscheinen 6 x jährlich die „Mitteilungen“

1880

Der DuOeAV initiiert die Gletscherforschung

1902

„Zentralbibliothek“ in München gegründet

1911

Alpines Museum in München eröffnet

1922

„Jungborn“ – Eugen Guido Lammers Buch schwärmt vom Gefahrenbergsteigen

1923

Erstes Radioprogramm in Deutschland

1929

Film „Die weiße Hölle vom Piz Palü“ – Arnold Fanck Berg-Epos

Pilatus forscherische Naturbeschreibung und leiblich-sinnliche Erfahrung. Für die Erstbesteigung des Mont Blanc 1786 hatte der Wissenschaftler Horace Bénédict de Saussure einen Preis ausgesetzt, im Jahr drauf erforschte er auf dem Gipfel unter anderem den Luftdruck in der Höhe. Großglockner (1800) und Ortler (1805) wurden zum Ruhme der herrschenden Monarchen erobert, und im „golden age“ der 1850er Jahre wurden die Alpen zum „playground of europe“ für englischen Sportsgeist.

DIE ALPEN VERSTEHEN LERNEN

Der 1862 gegründete ÖAV setzte seine Schwerpunkte traditionell wissenschaftlich und ließ damit eine Lücke für andere Motivationen: Der DAV steckte sich bei seiner Gründung 1869 als wesentliche Vereinsziele, einerseits „die Kenntnis der Alpen zu erweitern und zu verbreiten“, gleichzeitig aber auch „ihre Bereisung zu erleichtern“. Das zweite Ziel förderten maßgeblich die Sektionen mit dem Bau von Hütten und Wegen; der Gesamtverband gab einen großen Teil seines Budgets für kulturelle Aufgaben aus, etwa für die „Zeitschrift“, das heutige Jahrbuch. Sie war in den frühen Jahren die zentrale Austauschplattform im Verein, und sie lieferte Berichte von Bergtouren, bildnerische und kartografische Information, Beiträge über Pflanzen und Tiere, Gesteine und Gletscher und weitere Erkenntnisse der alpinen Forschung. Auf dem Sonnblick in den Hohen Tauern entstand eine Forschungsstation, und von 1878 bis 1882 gab der Verein ein vierbändiges Werk „Anleitung zu wissenschaftlichen Beobachtungen auf Alpenreisen“ heraus.

Der DAV sah sich dabei in der Tradition von Theodor Trautwein als „kein Verein von Bergsteigern“, sondern aller Alpenfreunde; die „Zeitschrift“ war für den Mit-Vereinsgründer: „... ein Brennpunkt alpiner Forschung, ein Sprechsaal für ruhigen Austrag von Streitfragen, eine Fundgrube für praktische Winke und Rathschläge“. Daneben etablierte der Verband eine Vielzahl kultureller Aufgaben, die großteils bis heute lebendig sind. 1874 wurde die Herausgabe von touristischen „Specialkarten“ für die Ostalpen beschlossen, 1875 erschienen die ersten „Mitteilungen“ (heute DAV Panorama), 1880 begannen einige Sektionen mit Gletschermessungen. Ein Geschenk von 5000 Büchern durch Willy Rickmer Rickmers war die Grundlage für die Alpenvereins-Bibliothek, die 1902 eröffnet wurde. Und 1911 entstand das Alpine Museum; die Stadt München hatte das ehemalige „Cafe Isarlust“ auf der Praterinsel zur Verfügung gestellt, König Ludwig III. spendierte eine selbstgeschossene weiße Gams, seine Frau Marie Therese ein selbst gemaltes Panorama vom Latparipass im Karakorum. Das Museum solle „auch den der Alpenwelt noch nicht Nähergetretenen fesseln“, wünschten sich die Initiatoren, und den Alpinismus als „hohe Kulturerrungenschaft von ästhetischem Einfluss und ethischem Wert“ auch der Außenwelt vermitteln. ▶



ÜBERMENSCHEN UND KULTURPESSIMISTEN

Während der Alpenverein bürgerliche Kultur zelebrierte und die Alpen mit Hütten und Wegen zähmte, zeichnete sich ab den 1880er Jahren ein Umbruch ab: Nietzsches Zarathustra predigte den „Übermenschen“; Eugen Guido Lammer schwärmte von Willenskraft und der Lust an Todesgefahr bei seinen haarsträubenden Bergabenteuern; Hermann von Barth, Georg Winkler und später Paul Preuss trieben als Alleingehende den „Schwierigkeitsalpinismus“ voran.

Die Multivalenz des Begriffs Kultur zeigt sich in dieser Zeit deutlich: Einerseits priesen die „Kulturpessimisten“ die persönlichkeitsbildende Wirkung des Alpinismus gegenüber einer überzivilisierten Verweichlichung: „Darin liegt die kulturelle Bedeutung des Alpinismus, dass er der Kraft, der Schönheit und der Freiheit des Menschen dient. Er ist kein Sport, sondern ein Bekenntnis“, war in einem Lehrbuch zu lesen. Die leistungsmotivierten Bergsteiger und Kletterer der neuen Generation sahen sich dagegen als Sportler („des Bergsteigers Leidenschaft ist das Interesse an der Lösung eines Problems“ hatte Emil Zsigmondy geschrieben), diskutierten aber intensiv über die Berechtigung von Seil und Haken, also technisch/kulturell entwickelten Werkzeugen. Für die schriftlichen Debatten waren die Vereinsmedien das ideale Forum; auf die Entwicklung der Sport-Ethik nahm der Verein selbst aber ähnlich wenig Einfluss wie später beim Sportklettern.

VON DER NATURFREUDE ZUR UNMENSCHLICHKEIT

Nach dem Ersten Weltkrieg zeigt sich einerseits ein Aufatmen in Mitteleuropa – die Menschen tanzen durch die „Wilden Zwanziger“, die Kultur erblüht: Expressionismus, Bauhaus, Jazz. Massen besuchen die Vorträge, für die der Hauptverein schon seit 1899 „Laternenbilder“ (Dia-Vorläufer) verleiht; Massen strömen auch in die Berge, pflücken Pflanzen und zeigen Haut – und gegen die „Verwilderung der Sitten“ wird 1919 die Bergwacht gegründet. Ihren Rettungszweck entwickelt sie erst später, als die schlecht vorbereiteten Alpenbesucher in Bergnot geraten.

Das Bergsteigen selbst wird auch für die „Arbeiterschaft“ zugänglich; Wandervogel-, Jugend- und Naturfreundebewegung sozialisieren den Sport, der an der Spitze den sechsten Grad erreicht, vielleicht getrieben von einem „Überlebt“-Gefühl, das Todesgefahr leichter ertragen lässt. Ebenfalls 1919 – über 30 Jahre nach Lammer's ersten Schriften – stärken die „Nürnberger Leitsätze“ das Bergsteigen im Verein; 1927 wird es Satzungsziel – allerdings auch, „um die sittliche Kraft des deutschen Volkes wiederherzustellen“. Denn präsent ist auch noch das männlich-kriegerische Bild vom Helden der Berge, das dazu beiträgt, den Verein nach rechts zu verleiten. 1924 wird die überwiegend jüdische Sektion Donauland ausgeschlossen, der deutschvölkisch geprägte Verein nähert sich



1 Ernst Platz (1867-1940) dokumentierte Reiz und Risiko der alpinen Pioniertage.

2 Auch der frühe Alpinismus kannte schon romantische Beschaulichkeit, wie sie Otto Bauriedl (1879-1961) festhielt.

3 Oskar Wiedenhofer (1889-1987) zeigte Franz und Toni Schmid als starke Männer.

4 In den 1970ern war Bergsteigen und Klettern Jugendrevolte, Aufstand, Selbstfindung – und herrlich freies Spiel; festgehalten von Reinhard Karl (1946-1982).

5 Jürgen Städtner (* 1967) zeigt Adam Ondra in Harmonie mit „La Dura Dura“ (XII-), der 2013 schwierigsten Kletterei der Welt.



Fotos: DAV-Archiv (3), DAV-Archiv/Reinhard Karl, Jürgen Städtner



1932

Paul Bauers Buch über die Kangchendzönga-Expedition gewinnt bei den Kunstwettbewerben der Olympischen Spiele (gab's von 1912-1948) Gold in der Kategorie Literatur

1935

In Berlin ist ein regelmäßiges Fernsehprogramm in hochauflösender Qualität empfangbar

1936

„Junger Mensch im Gebirg“ – Leo Maduschkas romantisch inspiriertes Kultbuch

1943

Die Zentral-Bibliothek und das Alpine Museum in München werden bei einem Luftangriff zerstört

1948

Die „Mitteilungen“ erscheinen erstmals wieder (ab 1999 „DAV Panorama“), 1951 wieder das „Jahrbuch“ unter DAV-Beteiligung

1949

Die Publikationsreihe „Alpenvereinsführer“ wird entworfen von Walther Flaig

1950

Die neue Zentral-Bibliothek wird eröffnet

1951

Erstes Bergfilmfestival Trient

1955

„Jugend am Berg“ erscheint als eigene Zeitschrift der JDAV. Ab 1967 Bestandteil der Mitteilungen, seit 2006 Knotenpunkt

1958

DAV und OeAV machen die Kartografie zur gemeinsamen Aufgabe

spätestens 1933 der NS-Führung an, wird 1938 gleichgeschaltet und dadurch ein Teil der Nazi-Unkultur, die neben Millionen Menschen auch aktuelle Kulturschätze als „Entartete Kunst“ zerstörte. Und im Zweiten Weltkrieg gingen gemeinsam mit dem Verein auch seine Publikationen, die Bibliothek und das Museum unter.

AUS DEN RUINEN IN DIE MODERNE

So wie der Verein nach dem Krieg allmählich wieder zu sich kam, die Bergsteiger sich wieder in die Berge aufmachen konnten, wurde auch die Kultur wiederbelebt. Die Bibliothek, wie das Museumsgebäude 1943 verbrannt, öffnete 1950 wieder; viele Sektionen brachten ihre Buchbestände ein und Rickmer Rickmers spendete nochmals 2000 Bücher. Die „Mitteilungen“, 1944 eingestellt, wurden in Deutschland 1948 von Fritz Schmitt wiederbelebt, der als Redakteur und Verleger wie als Vereinspolitiker gegen das deutschnationale Denken im Verein arbeitete. Das Jahrbuch, 1942 eingestellt, wurde ab 1951 gemeinsam mit dem ebenfalls wiedergegründeten OeAV herausgegeben, ab 1958 betrieb man die Kartografie gemeinsam. Nur die Aufgabe Museum überließ der DAV dem OeAV, bei dem die im Krieg ausgelagerten Sammlungen geblieben waren. Das Gebäude auf der Praterinsel wurde umgenutzt zur Geschäftsstelle des „Hauptvereins“.

Dass dies nicht ganz der ursprünglichen Abmachung entsprach, wurde Anfang der 1990er Jahre ruchbar und die Stadt München drohte mit Kündigung. Dr. Helmut Zebhauser nutzte die Gunst der Stunde. Als Kulturreferent seit 1981 hatte er schon diverse Symposien und Kunstausstellungen organisiert, die Buchreihe „Alpine Klassiker“ herausgegeben, ein Buch zur Vereinsgeschichte geschrieben, gemeinsam mit dem Bayerischen Nationalmuseum ein erstes Alpines Museum in Kempten aufgebaut. Für München kaufte er nun eine Reihe von Kunstwerken an und konzipierte eine Ausstellung der „Ideengeschichte des Alpinismus“. Also genau diese kritische Spiegelung der wechselnden Motivationen und Werte im Lauf der Geschichte, die eine der wichtigsten Aufgaben von „Kultur“ ist.

Der Alpinismus hatte einiges erlebt seit Kriegsende. In den Wirtschaftswunderjahren mit Achttausender-Eroberungen und Direttissimas herrschte noch ein eher klassisches Bild des „Bergsteigens schärferer Richtung“ – auch wenn Walter Bonatti daran erinnerte, dass „die eigentliche Bestimmung des Menschen darin läge, humaner zu werden“. Ab Ende der 1960er brachten die Hippie-, Studenten- und Friedensbewegung frischen Wind in die Gesellschaft – und der Rote Punkt und der Siebte Grad veränderten die Welt des Bergsports. Eine wichtige kulturelle Rolle spielten damals die „Mitteilungen“ (heute DAV Panorama): Der langjährige Schriftleiter (1971-1998) Elmar Landes entwickelte sie zu einem Forum für Austausch, Diskussion und Selbstverortung von Verein und Szene. Sein größter Coup war die clevere Lancierung von Helmut Kienes Bericht über die Pumprisse, der dem Siebten Grad den Weg öffnete.

EINE INSEL FÜR DIE BERGE

Das „Haus des Alpinismus“ auf der Münchner Praterinsel ist das kulturelle Zentrum des DAV-Bundesverbandes, mit Museum, Archiv und Bibliothek.



KULTUR IN (GERUNDETEN) ZAHLEN

MENSCHEN



Fritz Schmitt

(20.9.1905 - 20.7.1986)

Als „Verfolgter des Naziregimes“ erhielt der Wilder-Kaiser-Experte früh eine Verlagslizenz und gab ab 1948 die „Mitteilungen“ des wieder entstehenden Alpenvereins heraus, ab 1951 auch die „Zeitschrift“ und ab 1955 „Jugend am Berg“. In den Publikationen zeigte Schmitt ein Bild vom Bergsteigen „schärferer Richtung“, schrieb aber auch „Der europäische Geist ist der alpine Geist!“ und setzte sich gegen Personen mit NS-Vergangenheit im wieder gegründeten DAV ein.




70.000
Bücher kann man
in der DAV-
Bibliothek
ausleihen


25.000
Besuche jährlich zählt
das Alpine Museum
mit Bibliothek und
Archiv in
München


143
Ausgaben der Zeit-
schrift/Jahrbuch
erschieden seit
1869/70

Fotos: DAV-Archiv, DAV/Birgit Breun



- 1973**
„Der siebte Grad“ – Reinhold Messner gibt dem Zeitgeist Worte
- 1990**
Alpines Museum Kempten eröffnet, in Kooperation mit dem Bayerischen Nationalmuseum
- 1993**
Der Webbrowser Mosaic macht das Internet sinnvoll nutzbar, alpenverein.de startet 1998
- 1996**
Das Alpine Museum München öffnet wieder als DAV-Kulturzentrale, samt Bibliothek und Archiv
- 2001**
Google Earth zeigt die Welt aus dem All, 2004 wird Facebook gegründet, 2006 Twitter, 2010 Instagram
- 2003**
Bergfilmfestival Tegernsee, gemeinsam mit BR und Stadt Tegernsee
- 2004**
Erste Version „Alpenvereinskarten Digital“
- 2007**
„Historisches Alpenarchiv“, gemeinsam mit OeAV und AVS, erschließt digital die Sammlungen
- 2011**
Ausstellung und Buch „Berg Heil“ zur Geschichte des DAV 1918-45
- 2019**
Die neue Ausstellung „Die Berge und wir“ öffnet im Alpinen Museum München

te, aber Landesgriff auch andere Themen rund um Verein und Alpen diskursiv auf und bot Künstlern und Fotografen wie etwa Reinhard Karl Bühne und Sprungbrett.

KULTUR: D(IGITAL) A(NALOG) V(IELFALT)

Und heute? Wo die Welt auf Klimakatastrophen, Migration und Krieg zusteuert, gesellschaftlicher Zusammenhalt auseinanderbricht und Individuen sich im Internet verlieren, Präsidenten per Social Media Eigeninteressen favorisieren? Ist da nicht jedes Stückchen Kultur willkommen? Auch im Bergsport – wo man die Wahl hat zwischen Bahn und SUV, zwischen Smartphone und Landkarte, zwischen Selfie und Selbsterkenntnis, zwischen All-Inclusive-Bergkonsum, Kletterhalle und der Suche nach verbleibender, umso fragilerer Wildnis.

Viele der altbewährten Kultur-Elemente werden heute noch gepflegt, prägen den Verein nach innen wie außen und bieten den Aktiven Information, Dokumentation und Reflexion. Neue sind dazugekommen, vor allem im Zeichen der Digitalisierung – oder verdrängen alte, wie das Tourenportal alpenvereinaktiv.com die ehrwürdigen gedruckten Alpenvereinsführer. Passend zum Jubiläum thematisiert das Alpine Museum in München mit seinem neuen Konzept (s. S. 8) die Facetten der Begegnung von Berg und Mensch – und bietet in Diskussionsveranstaltungen Anregung zum Weiterdenken.

Kultur lebt aber – heute wie schon immer – nicht nur im Bundesverband, mit Publikationen, Museum, Archiv und Digitalpräsenz. Fast jede der 354 Sektionen hat ein gedrucktes Programm- und Mitteilungsheft, viele veranstalten Vorträge, Filmfeste oder Ausstellungen, manche haben Bibliotheken, Chöre oder Tanzgruppen, einige haben wie der Bundesverband ihre Geschichte aufgearbeitet – vor allem auch den frühen Antisemitismus und die Zusammenarbeit mit dem NS-Staat. Denn Kultur ist überall, wo Menschen sich im Zeichen des Edelweiß und der Berge treffen und ihren Sport tun – oder auch mehr. ad/red

Mehr Info zu 150 Jahre DAV: alpenverein.de/150

150 Jahre DAV: DIE THEMEN

- Panorama 1/19:** Der Verein in der Gesellschaft
- Panorama 2/19:** Bergsport und Bergsteigen
- Panorama 3/19:** Alpinismus als Kultur
- Panorama 4/19:** Hütten, Wege, Kletteranlagen
- Panorama 5/19:** Natur- und Umweltschutz
- Panorama 6/19:** Bildung als Aufgabe

Happy Birthday Alpenverein! 

Nachhaltig ins Pustertal

Familienurlaub mit der Bahn



Das Auto stehen lassen und per Bahn in den Urlaub fahren – wer auf Schienen in die Alpen startet, erlebt die Berge aus anderer Perspektive.

Text und Fotos: [Arnold Zimprich](#)

Das Auto stellen wir hinter der österreichischen Grenze im tirolerischen Gießenbach ab, um mit der Bahn weiter in den Bergurlaub nach Südtirol zu fahren – für uns eine Premiere. Doch Kinder und Eltern freuen sich gleichermaßen aufs Zugfahren, beladen den zweisitzigen Thule-Kinderjogger, der als Kinderwagen und Transporthilfe fungiert, und stehen schnell am Bahnsteig. Ein moderner Zug des Verkehrsverbunds Tirol braust he-

Wir schweben hinab nach Innsbruck

ran, mit etwas Schwung heben wir den Thule durch den Eingang und bugsieren ihn in den Abstellbereich. Die 1912 eröffnete „Mittenwaldbahn“ gehört zu den Schmäckerln alpiner Bahntrassen, und wir schweben bald hinab nach Innsbruck, genießen den Sonnenschein durch die großen Panoramascheiben, haben ein wenig Aufenthalt und machen Brotzeit.

Der Zug hinauf zum Brenner ist gut gefüllt, wir finden jedoch einen Platz und kommen mit einem 90-Jährigen ins Gespräch, der uns von seiner Karriere als Mathematiker erzählt, die ihn bis ans CERN in Genf brachte. Solche Begegnungen gibt es nur im Zug. Am Brenner kaufen wir für nur 56 Euro zwei „Mobilcards“ für sieben Tage. Unsere beiden Kinder – zweieinhalb und gut vier Jahre alt – sind kostenlos an Bord, inklusive Kinderwagen. Damit können wir das ganze Strecken-



Mit der Familie von Oberbayern nach Südtirol; ab Österreich mit der Bahn über Innsbruck und Brenner und zuletzt mit der Pustertalbahn, die bis Innichen (r.) fährt.

netz der Südtiroler Öffis nutzen, dazu diverse Seil- und Trambahnen um Bozen. Ein Angebot, von dem man in Bayern nur träumen kann. Positiv fällt auch das kostenlose, stabile WLAN auf – ein Vorteil, wenn die Ideen ausgehen, die Kids über längere Zeit zu unterhalten.

Nach einem letzten Zugwechsel in Franzensfeste kommen wir nach knapp vier Stunden Zugfahrt und fünf Stunden Gesamtreisezeit im Zielort Bruneck an. Mit dem Auto hätten wir – ohne Stau – etwa eineinhalb Stunden weniger gebraucht. Die Zugreise indes war dank diverser Spiele, Bücher und Youtube erstaunlich entspannt. Das etwas mühsame Gepäck-Umladen machte das gute Gewissen wett, umweltfreundlich unterwegs zu sein.

Unsere Ferienwohnung liegt bewusst in etwa zehnmütiger Gehentfernung vom (Bus-)Bahnhof, so dass wir zunächst Brunecks sehenswerte Altstadt und das Messner Mountain Museum Ripa besuchen. Am nächsten Tag gibt es Schnürlregen, weshalb wir mit der Bahn ins pittoreske Brixen ausweichen. Da es weit herunter geschneit hat, fallen die geplanten Wanderungen im Ahrntal und um St. Vigil leider aus – Verzicht gehört eben auch zu einem Bergurlaub. Stattdessen bringt uns die Pustertalbahn nach Innichen und wir machen einen Ausflug mit der Seilbahn auf den „Helm“. Dort oben versammeln sich die lokalen Bergrettungsverbände zum Saisonauftakt. Durch Schneematsch drehen wir eine kleine Panoramarunde, wobei immer wieder der Blick frei wird auf hohe Dolomitengipfel wie den Haunold, die Dreischusterspitze und auf die gegenüberliegenden, ebenmäßigen Gipfel nördlich des Drau- bzw. Pustertals.

Als wir nach fünf Tagen wieder abreisen, zeigt sich der Kronplatz tief verschneit. Die Sonne taucht die Bergriesen um das Pustertal in blassgelbes Licht. Im Zug haben wir erneut freie Platzwahl, die Rückfahrt über Brenner und Innsbruck verläuft komplikationslos.

Unser Kurzurlaub war Herausforderung, weil das Unterwegssein ohne Auto auch Kompromissbereitschaft verlangt, und Bestätigung, weil es Spaß gemacht und neue Einsichten eröffnet hat. Nur Bergtouren gab es leider kaum.

INFO

mehr: alpenverein.de/panorama

FAMILIENURLAUB PER BAHN

Verzicht auf das Auto bedeutet auch Verzicht auf Komfort, möchte man meinen – doch birgt das Reisen mit dem Zug einige Vorteile, die man gerne übersieht. Im Zug bleibt – so man reserviert hat bzw. rechtzeitig da ist – mehr Zeit, sich den Kindern zu widmen, zu lesen und zu faulenzen – und ausreichend Platz, sich die Füße zu vertreten. Die Südtiroler Bahnhöfe sind größtenteils barrierefrei, modern und mit Aufzügen ausgestattet. Kompromissbereitschaft bleibt jedoch das A und O, da nicht jeder Ausgangspunkt und nicht jede Sehenswürdigkeit mit Bus und Bahn erreichbar sind.

Öffentliche Anreise

Von Deutschland und Österreich nach Südtirol mit Fern- und Nahverkehr. EC-Verbindung ab München nach Bozen, Nahverkehrszüge von Südbayern (Garmisch-Partenkirchen) mit Umsteigen in Innsbruck zum Brenner, nach Brixen, Bozen und weiter nach Meran. Ab Innsbruck Taktzeiten von z.T. unter einer Stunde. Die Pustertalbahn verkehrt ab Franzensfeste im Halbstundentakt Richtung Bruneck und Innichen.



Informationen zu den Zugverbindungen unter bahn.de, oebb.at und trenitalia.com

Alle Informationen zur Mobilcard und weitere Infos unter mobilcard.info. Ein Must-have für Öffi-Nutzer in Südtirol ist die App Südtirol2Go, die App Südtirol Guide bietet zudem viele Informationen der Tourismusorganisationen Südtirols. Weitere Informationen für Familien mit Kindern unter suedtirolerland.it/de/freizeit-aktiv/kinder-familie/

Informationen und Unterkünfte in und um Bruneck unter suedtirol.com/kronplatz/bruneck und kronplatz.com/de/bruneck, Informationen zu Wanderungen, Bergtouren und Unterkünften auch unter pustertal.net/sport/sommer-aktiv/wandern-bergsteigen/

Geräumige Appartements für Familien mit 1-2 Kindern im Appartement Mühle, Bruneck-Stegen, St.-Silvester-Straße 14 (zehn Gehminuten ab Bahnhof). Das Family Hotel Lido Ehrenburgerhof bei Bruneck bietet gehobenen Standard direkt am Bahnhof Ehrenburg wenige Kilometer vor Bruneck.

Karte und Führer

- › Mark Zahel: **Leichte Wanderungen Südtirol Ost**, Bergverlag Rother, erscheint im Juli 2019
- › Topographische Wanderkarte Tabacco 033, Pustertal/Bruneck, 1:25.000



Arnold Zimprich (bergtexterei.de) war als Alpinjournalist erstmals per Bahn in Familien-Bergurlaub, was in Südtirol dank guter Angebote problemlos funktionierte.

Es muss nicht immer Gedränge sein

Hütten für Kenner

Es gibt Menschen, die „Hüttenzauber“ mögen. Viele nehmen auch Überfüllung, Gedränge und Stress auf manchen Berghütten in Kauf, weil sie ein bestimmtes Ziel reizt. Aber es gibt auch Alternativen: wenig besuchte Alpenvereinshütten, die Kennern stille Bergfreuden versprechen.

Muss das sein? Schon von Weitem war der Lärm von der vollbesetzten Terrasse zu hören, man drängelt sich durch, quetscht die Bergschuhe noch irgendwie ins Regal, steht eine Viertelstunde vor dem Tresen für die Anmeldung. Der Wirt ist genervt, weil ständig Beschwerden kommen, dass am Salatbuffet das French Dressing aus ist, das WLAN Aussetzer hat, der Boden in der Dusche überschwemmt sei ... Beim Abend-

gesungen. Dass die Nachtruhe unter so vielen Leuten nicht optimal ist und das ebenso beengte Frühstück keinen perfekten Bergtag einläuten kann, liegt auf der Hand – vielleicht wär's besser gewesen, wenn die Reservierung gar nicht erst geklappt hätte?

Clevere Wahl erspart die Qual

Vielleicht wär's besser gewesen, von vornherein woanders zu reservieren. Auf einer Hütte, wo Reservierung eigentlich gar nicht nötig wäre, weil eh genügend Platz ist. Wo man aber trotzdem vorher anruft, weil man den Wirt nicht als bloßen Dienstleister betrachtet, sondern als Partner, der

Eine schützende Unterkunft in den menschenfeindlichen Hochalpen, von der man zu Gipfeln und Durchquerungen starten kann.

Es gibt sie noch, solche Relikte der „guten alten Zeit“. Es gibt auch noch die Möglichkeit, Bergerlebnisse von Einsamkeit, Ruhe und Wildnis zu genießen. Das Rezept dafür ist einfach:

> **Meide die Ziele aus Instagram, Facebook** und den „Die 100 schönsten ...“-Führern.

> **Besonders stark besucht** sind die niedrigeren Lagen der Bayerischen Alpen und die Dolomiten.

> **Und, wenn möglich:** Gehe antizyklisch und lieber nicht am Wochenende oder in den Ferienzeiten.

Der letzte Punkt ist natürlich nicht ganz einfach zu befolgen, wenn man nicht gerade Rentnerin, Teilzeitjobber oder Freiberuflerin ist. Aber wenn es um die Auswahl

des Tourenziels geht, könnte man sich die Frage stellen: Muss man wirklich dort gewesen sein, wo alle gewesen sein wollen? Oder findet sich das bessere Erlebnis nicht dort, wo Kenner unter sich sind? Konkret: Wenn die Etappen-Unterkünfte auf dem E5 wie etwa die Memminger Hütte zur Saison so überlaufen sind, dass die Wirte ein zusätzliches Zelt in die Wiese stellen müssen – warum klügelt man nicht seine eigene Alpen-Überquerung aus?

Beispielsweise durch die Hohen Tauern, die schließlich nach ihrer einstigen Transitfunktion benannt sind? Gerade in den reizvollen, aber etwas unwegsameren Gebieten am Alpenhauptkamm wie Tauern, Zillertaler oder Ötztaler hat man abseits der höchsten Gipfel gute Chancen auf erfüllende Einsamkeit.



Mit Hütten wie diesen haben Bergfreunde immer einen Trumpf in der Hand: echt, einsam, freundlich.

essen hockt man aufeinander wie in der U-Bahn zur Rushhour, die Gruppe am Nachbartisch unterhält mit Telefonieren, Selfie-Schießen, Posten und Videospiele ihre Umgebung, einen Tisch weiter wird fröhlich

sich bemüht, seinen Gästen einen schönen Aufenthalt zu beschern, und dem man dabei mit der Anmeldung hilft.

Also auf einer Hütte, wie sie wohl die Alpenvereinsgründer einst im Sinn hatten.

Abseits des Mainstreams: die stillsten Hütten

Rätikon: Mannheimer Hütte und Oberzalimhütte unter der Schesaplana.

Lechtaler Alpen: Augsburgener Hütte unter der Parseierspitze.

Berchtesgadener Alpen: Purtschellerhaus am Hohen Göll.

Öztaler Alpen: Bielefelder Hütte im Sellrain; Erlanger und Ludwigsburger Hütte am Wildgrat, Rüsselsheimer Hütte am anschließenden Geigenkamm. Ascher Hütte im Seilbahngebiet des Paznaun. Hohenzollernhaus und Rauhekopfhütte im Kaunertal. Hochstubaier- und Siegerlandhütte auf „Söldens stiller Seite“.

Zillertaler Alpen: Richterhütte und Plauener Hütte in der Reichenspitzengruppe – siehe auch Seite 108 ff. in diesem Heft.

Rieserferner-Gruppe: Barmer Hütte unter Hochgall und Lenkstein.

Hohe Tauern: Gleiwitzer Hütte am Hohen Tenn. Neue Thüringer Hütte in der Venediger-Gruppe. Sudetendeutsche Hütte am Muntanitz-Kamm bei Matrei. Niedersachsenhaus und Hagener Hütte oberhalb Sportgastein. Gießener, Kattowitz und Osnabrücker Hütte rund ums Maltatal.

Die Liste beruht auf den Übernachtungszahlen 2017.
Touren-Ideen: alpenverein.de/panorama

Im Online-Reservierungssystem der alpinen Verbände sieht man genau, wenn eine Hütte ausgebucht ist. Eine Schnellsuche nach „leeren Hütten“ oder freien Schlafplätzen auf einen Blick ist technisch noch nicht umgesetzt. Aber jedes Jahr stellen die Verantwortlichen in der Bundesgeschäftsstelle eine Liste zusammen, auf welchen Häusern im Vorjahr viele

Plätze frei geblieben sind. Und auf Panorama Online haben wir eine Reihe von Tourenideen skizziert, die sich rund um diese Geheimtipps unternehmen lassen. Wochenendtouren, Rundwanderungen, Durchquerungen. Unsere Vorschläge sind

nur grobe Gerüste, die man mit AV-Karte und -Führer plus Internet-Infos variieren und ergänzen kann – auch eine vom Aussterben bedrohte Kunst, die aber doch irgendwie zum Bergsteigen dazugehört. Wie angedeutet: Es sind nicht immer die klin-

genden Namen, und oft ist die Anfahrt etwas aufwändiger, das Gelände anspruchsvoller. Aber das Erlebnis stimmt. Man wird seine Ruhe haben. Und gute Chancen auf eine gute Zeit mit entspannten, freundlichen Wirtsleuten. ad

AUF GEHT'S ZUR BLUTSPENDE!

Täglich werden 15.000 Blutspenden für Kranke und Verletzte benötigt.

Aktuelle Blutspendetermine finden Sie unter:
www.drk-blutspende.de

Deutsches Rotes Kreuz 
DRK-Blutspendedienste

termine

Klettern

- 7./8.6. WC Bouldern, Vail (USA)
- 22.6. Deutsche Meisterschaft Speed
- 29.-30.6. Deutsche Meisterschaft Bouldern
- 4.-6.7. WC Lead/Speed, Villars (FRA)
- 11.-13.7. WC Lead/Speed, Chamonix (FRA)
- 19./20.7. WC Lead, Briançon (FRA)
- 11.-22.8. Weltmeisterschaft, Hachioji/Tokyo (JPN)
- 28.11.-1.12. Olympisches Qualifikations-event, Toulouse (FRA)

ergebnisse

Skibergsteigen

Weltcup-Gesamtwertung

- Frauen:** 1. Claudia Galicia Cotrina (ESP),
2. Nahia Quincoces Altuna (ESP),
3. Alba de Silvestro (ITA),
29. Susi von Borstel (Immenstadt)

- Männer:** 1. Robert Antonioli (ITA),
2. Anton Palzer (Berchtesgaden),
3. Michele Boscacci (ITA)

Weltcup-Disziplinwertungen – die Sieger

- Individual:** Axelle Gachet Mollaret (FRA), Robert Antonioli (ITA) –
4. Anton Palzer (Berchtesgaden)

- Vertical:** Victoria Kreuzer (SUI),
Werner Marti (SUI) –
2. Anton Palzer (Berchtesgaden)

- Sprint:** Marianne Fatton (SUI),
Iwan Arnold (SUI) –
6. Anton Palzer (Berchtesgaden)

Weltmeisterschaft Kombinationswertung

- Frauen:** 1. Axelle Gachet Mollaret (FRA),
2. Claudie Galicia Cotrina (ESP),
3. Lorna Bonnel (FRA),
28. Susi von Borstel (Immenstadt)

- Männer:** 1. Robert Antonioli (ITA),
2. Werner Marti (SUI),
3. Michele Boscacci (ITA),
22. Toni Lautenbacher (Tölz),
26. Anton Palzer (Berchtesgaden)

Erfolgreicher Winter für das Skimo-Team Germany

Jugend olympisch, Palzer zweimal Vize

In der Saison 2018/2019 bewährte sich die Skibergsteiger-Mannschaft unter dem neuen Bundestrainer Dr. Thomas Bösl – und nahm Abschied von einer ganz besonderen Athletin.

Den 7. und 8. April 2019 wird Anton „Toni“ Palzer (Berchtesgaden) wohl nicht mehr vergessen: Beim letzten Weltcup der Saison im italienischen Madonna di Campiglio steht er gleich zwei Mal auf dem Podium und bekommt je eine Kristallkugel überreicht. Eine prämiert ihn als Vize-Gesamtsieger aller Weltcup-Disziplinen (Vertical, Sprint und Individual). Die andere bestätigt seine überragende Form in diesem Jahr im Vertical: zweiter Platz im Gesamtweltcup. „Mit dem Endergebnis bin ich mehr als zufrieden“, resümiert er nüchtern.

So war Toni Palzer wieder einmal der Athlet im deutschen Team, der sich international am besten profilieren konnte. Besonders beim ISMF Weltcup in China sammelte der Ramsauer seine wichtigsten Punkte der Saison: Zwei erste Plätze im Individual und Vertical und eine Silbermedaille im Sprint legten den Grundstein für die beiden Kristallkugeln.

Bei der darauffolgenden Weltmeisterschaft im französischen Villars-sur-Ollon zählte der Athlet daher zum erweiterten Favoritenkreis bei den Senioren (Alter 21 bis 45). Leider lief es dort für den Ausnahmeathleten weniger gut: Im Individual konnten weder er noch Toni Lautenbacher das Rennen beenden. Im Sprint landete Lautenbacher auf Platz 18, Palzer nahm an dem Rennen nicht teil. Im Vertical erreichten Palzer und Lautenbacher Platz fünf und sechs – eine insgesamt durchwachsene Bilanz für die deutschen Herren.

Dafür erlebte Susi von Borstel ihr ganz persönliches Highlight: Beim letzten internationalen Rennen ihrer Karriere lief sie im Vertical auf Platz elf – und erreichte damit ihr bestes internationales Ergebnis. „Nun ist es Zeit für den Ruhestand“, erklärte die Athletin danach. Die 38-Jährige blickt auf eine erfolgreiche Skimo-Rennkarriere zurück: Sie gewann sechs Deutsche-Meister-Titel in verschiedenen Disziplinen. In ihrer letzten Saison räumte sie noch einmal alle drei deutschen

Meistertitel 2019 ab. Stefan Knopf (Berchtesgaden) sicherte sich den DM-Titel im Vertical, Toni Lautenbacher (Bad Tölz) im Sprint und Individual – damit zeigten die



In Madonna di Campiglio konnte Toni Palzer nochmals richtig gut zuschlagen.

Bergsport heute

Fotos: Maurizio Torri



Die letzten Jahre dominierte Susi von Borstel die deutschen Skimo-Wettkämpfe; jetzt beendete sie ihre Karriere.

Athleten des Nationalteams, dass der Trainer Dr. Thomas Bösl die Richtigen ausgewählt hat.

Für die Stars von morgen war die WM in Villars-sur-Ollon besonders wichtig: Dort wurden die letzten Punkte für die Qualifikation zu den Youth Olympic Games 2020 in Lausanne vergeben, wo Skibergsteigen erstmalig Teil des olympischen Programms sein wird. Dank der Teamleistung der Cadets (Alter 15 bis 17) belegte der DAV den achten Rang der Nationenwertung und darf mit je zwei Starterinnen und Startern in Lausanne antreten. Konstant liefen Sophia Wessling (Lindau), Finn Hösch (Bergland München) und Antonia Niedermaier (Bad Aibling) auf die vorderen Ränge. Antonia

Niedermaier bremste auch vor dem Podium nicht ab! Sensationell präsentierte sich die frisch zum Team gestoßene Kadettin im Vertical: Beim zweiten Skibergsteigen-Wettkampf ihres Lebens holte die Rosenheimerin mit Bronze die einzige Medaille für das Skimo-Team des DAV. Damit zeigte sich auch Dr. Thomas Bösl zufrieden: „Für mich ist die Entwicklung unseres Nachwuchses und die Qualifikation für die Youth Olympic Games inklusive der vollen Anzahl an möglichen Startplätzen sehr erfreulich. Das war ein wichtiges Ziel für uns und das haben wir erreicht.“

Nach einer kurzen Pause geht es für die Athletinnen und Athleten, den Betreuerstab im Hintergrund und die Trainer weiter. Denn wie sagt der Nationaltrainer Bösl so treffend: „Winterstars werden im Sommer gemacht!“

fg/red

Das Skimo-Team Germany wird unterstützt vom Offiziellen Ausrüster Maloja und den Poolpartnern Roeckl Sport, Atomic Ski, Fischer Ski, Kohla Tirol, Kästle Ski, Leki, Pieps, Power Bar, Plum, Riap Sport, Ski Trab, Scarpa.

maloja

Foto: Wolfgang Ehm

Spaß
ohne
Limits

Sauber!
Kletterbürste
DAV Edition
Art.-Nr. 490092
€ 9,50
Mitglieder
€ 8,50



Schwitzige Hände
bei der
Schlüsselstelle?
Mit Lächeln und
etwas Chalk
geht's leichter.
DAV Chalk Bag
Art.-Nr. 450340
€ 25,00
Mitglieder
€ 22,50

Ausgewogenes
60-m-Sportkletterseil
BOA von Edelrid.
Dank 9,8 mm
Durchmesser
und Thermo-Shield-
Behandlung
vielseitig einsetzbar.
Art.-Nr. 490086
€ 140,00
Mitglieder
€ 130,00



Sicherungsgerät
mit Bremsunter-
stützung und
Anti-Panik-Hebel
für Einfachseile
GRIGRI®+
Art.-Nr. 490090
€ 99,95
Mitglieder
€ 94,95



Den passenden
Karabiner finden
Sie ebenfalls
bei uns
im Shop



Jayne III Klettergurt
für Frauen von Edelrid.
Der perfekte Allrounder
in Pink-Türkis,
in den Größen S, M, L.
Art.-Nr. 490084
€ 64,00
Mitglieder
€ 58,00

Jay III Klettergurt
für Männer von Edelrid.
In Blau-Grün,
in den Größen S, M, L.
Art.-Nr. 490083
€ 64,00
Mitglieder
€ 58,00



DAV
Deutscher Alpenverein

Bestellen Sie online unter dav-shop.de oder per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie in den Servicestellen der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10 und der Sektion München am Marienplatz im Sporthaus Schuster, Rosental 3-5 in München.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.

DAV
SHOP

#CLIMB TO TOKYO

Bergsport heute

Das DAV-Fokusteam für Tokyo 2020

Fünf im Fokus

Auf ihnen ruhen die Olympiahoffnungen des DAV: Drei Jungs und zwei Mädels bilden das „Fokusteam“. Gudrun Regelein hat sie für alpenverein.de interviewt; hier einige ihrer Aussagen. *red*



1 | Alma Bestvater

(* 27.3.1996, DAV Weimar), wohnt in Weimar und München, studiert Sportwissenschaften

Highlights: 2018 Deutsche Meisterin Bouldern, 5. und 6. Platz bei Boulder-Weltcup (Tokyo, Vail)

Wie bist du zum Klettern gekommen?

Über meine Schule: Wir haben einen Kletterausflug in den Thüringer Wald gemacht und ich fand das voll cool. Danach bin ich in eine DAV-Klettergruppe gegangen.

Stichwort Olympia: Was kommt dir als Erstes in den Sinn?

Das Zusammentreffen vieler verschiedener Athleten und Sportarten: Das stelle ich mir total interessant und spannend vor.

Hast du ein Ritual, bevor du an die Wand gehst?

Ich habe eine ganz feste Aufwärmroutine: Ich beginne mit Yoga und Stretching, bringe den Kreislauf in Schwung, mobilisiere die Gelenke und wärme mich dann gründlich an der Wand auf.

2 | Jan Hojer

(* 9.2.1992, DAV Frankfurt/M.), wohnt in Köln, Profikletterer

Highlights: 2014 Bouldern-Gesamtweltcup Sieger. 2015 Bouldern-Europameister. 2017 Bouldern-Europameister. 2018 Combined WM 3. Platz. 2018 Es Pontas (XI+/XII-), 3. Begehung

Road to Tokyo: Wie trainierst du?

Bei mir liegt der Fokus beim Bouldern und beim Speed – dort kann ich am meisten punkten. Der Kopf spielt in dieser Saison eine besonders große Rolle, da ich nicht weiß, wie lange sie für mich dauern wird. Vielleicht muss ich noch im kommenden Frühjahr bei den Europameisterschaften an den Start, um mich für Tokyo zu qualifizieren. Da ist es besonders wichtig, nicht den Spaß zu verlieren und nicht nur physisch, sondern auch mental stark zu bleiben.

Du hattest laut deiner Facebook-Seite kein so tolles Verhältnis zum Speedklettern?

Ich werde diese Griffe nie wieder anrühren, wenn Olympia vorbei ist. Doch seit mir unser Trainer Danyil Boldyrev gezeigt hat, welche Fehler ich immer noch mache, bin ich inspiriert und freue mich drauf, Zeit in etwas zu investieren, von dem ich nie geglaubt hätte, dass ich es genießen kann.

Deine Ziele für 2019?

Mein einziges Ziel ist, mich für Tokyo zu qualifizieren. Selbst wenn ich sechs Weltcup gewinne, aber die Quali nicht schaffe, habe ich mein Ziel nicht erreicht.

3 | Yannick Flohé

(* 14.8.1999, DAV Aachen), wohnt in Aachen, Sportsoldat

Highlights: 2018 Bouldern-Jugend-WM 2. Platz, Deutscher Meister Bouldern und Speed, „Cordée de choc“ (XI-)

Wie bist du zum Wettkampfklettern gekommen?

Ich habe spontan bei einem Kids-Cup in Essen mitgemacht, vor ungefähr acht Jahren – und gewonnen. Über die Landesmeisterschaften bin ich dann immer mehr in das Wettkampfklettern reingerutscht.

Wie gehst du mit Niederlagen um?

Ich denke nicht ewig darüber nach, sondern sage mir, dass es nicht so schlimm war, diesen Wettkampf verkackt zu haben. Ich wechsele schnell in meinen Alltag und trainiere ganz normal weiter. Meistens läuft es beim nächsten Wettkampf dann ja auch wieder viel besser.

Und in zehn Jahren: Halle oder Fels?

Da werde ich eher am Fels zu finden sein. Die Halle werde ich dann wahrscheinlich satt haben.



ALLES GEBEN IST UNSER STIL

Klettern wird in Tokyo 2020 erstmals olympisch sein. Das ist eine einmalige Chance. Wir werden sie nutzen.

alpenverein.de/climbtotokyo



4 | Hannah Meul

(* 13.4.2001, DAV Rheinland-Köln), wohnt in Frechen, Schülerin

Highlights: 2018 Jugendolympiade (Combined) 4. Platz, 2017 Deutsche Meisterin Lead

Wie kamst du zum Wettkampfklettern?

Früher wollte ich eigentlich nie Wettkämpfe klettern. Als ich dann neun oder zehn Jahre alt war, trainierte ich in einer Kinderwettkampfgruppe – und es hat mir dann sofort so Spaß gemacht, dass ich danach immer weitermachen wollte.

Bist du auch am Fels unterwegs?

Ja – wenn die Schule und die Wettkämpfe es zulassen. Bislang war ich noch nie länger als eine Woche am Fels. Nach dem Abi ist es für mich deshalb auch ein großes Ziel, zum Bouldern in die Rocklands oder nach Hueco Tanks zu reisen.

Wie stimmst du dich auf den Wettkampf ein?

Ich versuche, in eine Art Blase zu schlüpfen, in der ich mich nur noch auf mich selber konzentriere und fokussiere. Ich habe mir dafür bestimmte Atemtechniken antrainiert und meistens klappt es auch.

Hast du schon mal daran gedacht, danach von deinem Sport – als Profikletterin – zu leben?

Vom Klettern zumindest eine Zeitlang leben zu können, wäre natürlich ein Traum. Aber das ist sehr schwierig, gerade auch als Frau.

5 | Alexander Megos

(* 12.8.1993, DAV Erlangen), wohnt in Erlangen, Profikletterer

Highlights: 2018 Weltcup Lead Briançon 1. Platz, WM Lead 3. Platz, „Perfecto Mundo“ (XII-) Erstbegehung. 2013 „Estado Critico“ (XI), weltweit erstes Onsite einer 9a.

Hast du ein Vorbild?

Mein absolutes Vorbild ist Alma Bestvater. Die zieht locker drei Einarmlige, das würde ich auch gerne schaffen.

Stichwort Olympia: Was kommt dir als Erstes in den Sinn?

Sushi – und Wettkampfklettern. Und der Umweltschutz, der ist mir wirklich wichtig. Ich bin Kletterer und für mich spielt die Natur eine große Rolle – und damit auch die Frage, wie sich dieser Sport mit dem größten Sportevent überhaupt vereinbaren lässt.

Wie trainierst du? Und wie wichtig ist der Kopf dabei?

Na ja, ich trainiere verstärkt meine Schwächen: Speed und Doppel-Dynos. Angeblich sind die Boulder beim Worldcup ja nicht sonderlich schwer, aber es ist leicht, Fehler zu machen. Du brauchst im richtigen Moment nicht nur physische Stärke, sondern musst auch mental stark sein, um es auf den Punkt bringen zu können.

Deine Ziele für 2019:

In diesem Jahr möchte ich eine 9c klettern – und mich für die Olympischen Sommerspiele qualifizieren. Und eine Speedzeit unter zehn Sekunden schaffen.

Nach Redaktionsschluss lief die Boulder-Weltcupssaison an und endet am 7./8. Juni in Vail (USA); die ersten Möglichkeiten für die deutschen Starter, Punkte für das Olympic Quali Event in Toulouse (FRA, 28.11.-112.) zu sammeln.

Die vollständigen Interviews: alpenverein.de/olympia-fokusteam

Beste Aussichten für Klimaschützer

- ▶ 100% Ökostrom aus Deutschland
- ▶ Prämierter Kundenservice
- ▶ Förderung von DAV-Klimaschutzprojekten
- ▶ Finanzielle Unterstützung deiner Sektion
- ▶ Klean Kanteen Flasche als Geschenk



Edelweiß®
STROM
 Energie mit Weitblick

150 Jahre  Happy Birthday Alpenverein!



Klimaschützer wechseln jetzt!
edelweiss-strom.de

+ ticker +

belaying correctly Mit elf Videoclips informiert die DAV-Sicherheitsforschung darüber, wie „gutes Sichern“ mit aktuellen Sicherungsgeräten funktioniert. Beschrieben werden die gängigen Halbautomaten, ein klassischer Tube und Generelles wie



Schlappseil oder Gewichtsunterschiede. Mit einem einfachen Umschalt-Button sind die Videos sogar in englischer Sprache verfügbar.

alpenverein.de/videos-sicher-klettern

Bigwall ausprobieren

Rissklettern, Klemmkeile legen, Haken schlagen, in Trittleitern stehen, im Portledge pennen – all das kann man lernen



beim DAV-Nachwuchscamp Bigwallklettern im Göschenertal vom 31.8.-8.9. Expeditionserfahrene Ausbilder wie der Leiter Fritz Miller verraten Basics und Geheimtipps. Voraussetzung: Du bist 14 bis 22 Jahre alt, kletterst im oberen siebten Grad und bist auch alpin unterwegs.

alpenverein.de/Bergsport/Expeditionen

Ziel ausgewählt Die Mädels vom Expedkader machen sich auf den Endspurt zu ihrer Abschlussexpedition. Am 28. August wird es losgehen; im Kange Valley in Zanskar (Indien) warten Fels-, Eis- und kombinierte Wände und Gipfel auf sie. Nach ihrer Rückkehr am 2. Oktober werden sie wie gewohnt in DAV Panorama über ihre Erlebnisse berichten.



Fotos: Oriol Baró, DAV (2)

Trauer um Auer, Lama, Roskelley

Memento mori

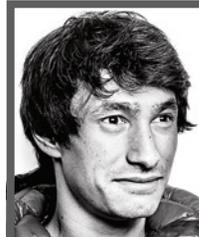
Der Tod gehört zum Bergsteigen wie zum Leben. Doch nun hat er auf einen Schlag drei Menschen genommen, die den Alpinismus inspiriert haben wie wenige: Wahrscheinlich nach der ersten Wiederholung von „M16“ (VI, WI 7+, A2) am Howse Peak in Kanada wurden die Tiroler Hansjörg Auer und David Lama und der Amerikaner Jess Roskelley von einer Lawine verschüttet.

Auer hatte 2007 mit der Free-Solo-Begehung des „Fisch“ (IX-) an der Marmolada-Südwand die Szene geschockt; es folgten Alpinrouten bis zum oberen zehnten Grad und schwierige Siebentausender im Himalaya; für die Erstbesteigung des Kunyang Chhish Ost erhielt er 2013 einen piolet d'or. David Lama kletterte den elften Grad und war Europameister im Bouldern und Lead, wurde aber spätestens durch die erste freie Begehung der Kompressorroute (IX+/X-) am Cerro Torre zum großen Alpinisten, dem kein Gelände wild genug sein konnte; 2018 stieg er solo als Erster auf den Lunag Ri (6895 m) in Nepal. Und Jess Roskelley, Sohn von John Roskelley, der 2014 den piolet d'or für seine Lebensleistung bekam, war schon gut in den Fußstapfen des Vaters unterwegs – unter anderem mit der Erstbegehung des kompletten Südgrats am Mount Huntington (Alaska).

Wie es scheint, haben die drei die legendär schwierige Route schnell durchstiegen, die Lawine im Abstieg kam bei „Frühjahrsverhältnissen“. Pech? Restrisiko? Oder logische Statistik, wenn man fürs Extreme brennt? Auf solche Fragen gibt es keine gültige Antwort. Wir können nur mit größter Anteilnahme Davids Eltern zitieren: „Er folgte stets seinem Weg und lebte seinen Traum. Das nun Geschehene werden wir als Teil davon akzeptieren.“



Hansjörg Auer
18.2.1984 - 16.4.2019



David Lama
4.8.1990 - 16.4.2019



Jess Roskelley
13.7.1982 - 16.4.2019

Fotos: The North Face

alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Wanderziele für den Frühling

Spätestens im Mai zieht es die Wanderschuhe ins Freie – vielleicht nicht unbedingt in die Berge, vor allem nicht, wenn man weit weg wohnt. Zum Glück gibt es in Deutschland viele Mittelgebirge und andere Regionen, die wunderbare

Wanderziele en masse bereithalten. Und zum Glück gibt es viele fleißige Autoren, die für engagierte Verlage solche Tourenoptionen erkunden und beschreiben. Im Online-Bücherberg haben wir für Sie 16 Wanderführer im Kurzcheck zusammengestellt: von der Pfalz bis Leipzig, vom Schwarzwald bis zur niederländischen Küste.



Interview mit Mirco Wolf Wiegert

Panorama
nachgefragt

Kola für Kletterer

Warum passen DAV und fritz-kola so gut zusammen?

Mirco Wiegert: Die etwa 200 Kletter- und Boulderhallen der DAV-Sektionen sind die erste Anlaufstation für viele bergsportbegeisterte Menschen im urbanen Raum. fritz-kola trinkt man dort gerne. Wir haben hochwertige Rezepte für unsere Kola, Limonaden und Schorlen, das passt gut zu einem authentischen Sport. Gute Produkte herzustellen reicht uns aber nicht: Wir unterstützen soziale Projekte wie den Kältebus oder die Initiative „Pfand gehört daneben“. Zudem spielt das Thema Nachhaltigkeit für uns eine große Rolle – wie auch im DAV.

Wie sieht euer nachhaltiges Engagement aus?

Die Reduzierung von Müll und nachhaltiges Wirtschaften sind uns besonders wichtig. Darum gibt es fritz-Getränke nur in Glasmehrwegflaschen. Glas ist nicht nur gesundheitlich besser als PET, sondern auch ökologischer: Die Flaschen können bis zu 50 Mal wiederverwendet werden. Dadurch vermeiden wir eine Menge Abfall und Recycling. Unsere Produkte haben kurze Wege, das spart auch CO₂: Wir lassen sie dezentral in fünf Betrieben in ganz Deutschland abfüllen. Der Alpenraum wird zum Beispiel aus unserem Standort in Siegsdorf bedient.

Das ist ja bereits eine ganze Menge. Wie macht ihr weiter?

Wir arbeiten noch nicht zu 100 Prozent nachhaltig, doch wo es nur geht, machen wir uns auf den Weg. Wir positionieren uns bei den Getränken klar gegen Plastik, das ziehen wir auch bei unseren Werbemitteln durch. Strohhalme haben wir bereits aussortiert! Wir setzen auf Werbemittel, die erst mal langlebig und dann irgendwann recycelbar sind. Auch bei der Auswahl unserer Produktionspartner möchten wir noch nachhaltiger werden. Zwar nutzt unser Hauptabfüller im Norden eine der wahrscheinlich effizientesten Glas-Abfüllanlagen Europas, das gilt aber noch nicht für alle Partnerbetriebe. Zudem wollen wir bei unseren Produkten noch weitere Zeichen setzen: Letztes Jahr haben wir die erste Bio-Kola mit Fairtrade-

fritz-kola ist der neueste Partner des Deutschen Alpenvereins. Was den jungen Hamburger Getränkehersteller mit dem DAV verbindet, erklärt Geschäftsführer Mirco Wolf Wiegert.



Vor 17 Jahren gründeten Mirco Wolf Wiegert (Foto) und Lorenz Hampl fritz-kola in Hamburg. Ihre Gesichter zieren auch heute noch (fast) jede Flasche.

Zucker auf den Markt gebracht. Auch unsere Schorlen sind bio-zertifiziert und haben einen besonders hohen Direktsaftanteil. Die Entwicklung von Bio-Limonaden ist ein wichtiges Anliegen für fritz und wird zunehmend ausgebaut.

Wer an Cola denkt, hat häufig übergewichtige Menschen im Kopf, die in Fast-Food-Läden aus 1,5-Liter-Eimern trinken. Ist eure Kola da anders?

Klar, Kola, Limonaden und Schorlen sind Genussmittel und enthalten Zucker. Aber wer zum Beispiel nach dem Klettern mit Freunden zusammensitzt, trinkt gerne mal ein Bier – oder eben etwas Süßes. Wir setzen auf bewussten Konsum: fritz-Getränke gibt es daher nur in kleinen 0,2-, 0,33- und 0,5-Liter-Flaschen – den Verkauf in „Eimern“ lehnen wir ab. Auch qualitativ leben wir andere Standards: Das Koffein in der fritz-kola ist natürlichen Ursprungs. Außerdem beinhalten alle Kolas echten Kolanussextrakt. Und natürlich überarbeiten wir ständig unsere Rezeptur – da ist zum Beispiel die Zuckerreduktion auch ein Thema.

KOMM AUF TOUREN!

 alpenvereinaktiv.com

Bergwandern will gelernt sein. Im Tourenportal der Alpenvereine finden Sie Bergziele von leicht bis schwer – jedes verspricht grandiose Erlebnisse. Die DAV-Wegekategorien helfen Ihnen bei der Auswahl des passenden Zieles. Und wenn Sie im Lauf der Jahre reflektierte Berg-Erfahrung gesammelt haben, können die Aufgaben mit Ihrem Können mitwachsen. Diesmal: drei Bahn-Touren im Werdenfelser Land.



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

HÖLLENTALANGERHÜTTE (1391 m), Wetterstein

Durch die Klamm zur neuen Hütte

Ausgangspunkt: Bahnhof Hammersbach (768 m) bei Garmisch-Partenkirchen
Einkehrmöglichkeit: Höllentalangerhütte (1391 m), der Umkehrpunkt der Wanderung
Gehzeit: Ca. 650 Hm, Gesamtzeit 4 ½ Std.
Charakter: Zuerst Forststraße, dann betonierter, aber steiler und enger Klammsteig, zuletzt steiler Wanderweg im Wald (T2).

Besser geht's fast nicht per Bahn: Direkt vom Bahnhof Hammersbach startet man zur berühmten Klamm am Fuß der Zugspitze. Das großartige Wasserschauspiel ist gut zugänglich gemacht, und nach anschließender Bergwanderung lockt die Terrasse der neu gebauten Traditionshütte.



Mit Beton und Geländer geht's durch die Klamm.

SCHELLSCHLICHT (2041 m), Ammergauer Alpen

Gipfelrunde mit Zugspitzblick

Ausgangspunkt: Bahnhof Griesen (820 m) zwischen GAP und Ehrwald
Einkehrmöglichkeit: Fehlanzeige! Genug Getränk mitnehmen!
Gehzeiten: Ca. 1250 Hm, Gesamtzeit 6 Std.
Charakter: Nach kurzem Eingehstück auf einer Forststraße sind beide Wege zum Gipfel schmal, teils ausgesetzt und fordern stellenweise leichte Kraxelei (T3-4).

Obwohl man direkt vom Bahnhof startet, muss man mit den Zugverbindungen genau hinschauen. Besonders gute Aussichten hat man dafür vom Gipfel, der genau gegenüber der Zugspitze steht. Beim Auf- wie Abstieg dagegen sollten die Blicke dem Weg gelten: Es ist steil!



Am Gipfel geht's schmal und felsiger zu.

FREIUNGER HÖHENWEG (2322 m), Karwendel

Der lange Gang am felsigen Kamm

Ausgangspunkt: Reith bei Seefeld (1130 m), Endpunkt Bahnhof Hochzirl (927 m)
Einkehrmöglichkeit: Nördlinger Hütte (2239 m) am Start, Solsteinhaus (1806 m) am Ende des Höhenwegs.
Gehzeiten: Aufstieg 1550 Hm, Abstieg 1750 Hm, Gesamtzeit ca. 9 Std.
Charakter: Den Anstieg zur Nördlinger Hütte kann man per Seilbahn von Seefeld verkürzen, dann wartet ein langer Gang durch eine wilde Felsenwelt, teils gesichert (T4).

Wer die Tour mit öffentlicher Anreise als Tagestrip machen will, muss sich sputen. Sinnvoller ist es, auf der Nördlinger Hütte (grandiose Aussicht) oder am Solsteinhaus zu übernachten – von dort kann man am nächsten Tag noch weitergehen zum Hafelekar über Innsbruck.



Auf und ab durch die Schrofen, den ganzen Tag lang.

Der EXPERTENTIPP
zu alpenvereinaktiv.com

MIT BAHN UND BUS ZUM BERG
Startseite > Menü Touren > Untermenü
Alle Touren. Option „Suche verfeinern“
rechts oberhalb der Karte > mit Bahn
und Bus erreichbar.

Mit der Bahn
 
in die Berge

Schöffel
Ich bin raus.

Sitzt, egal ob Du
gehst oder stehst.

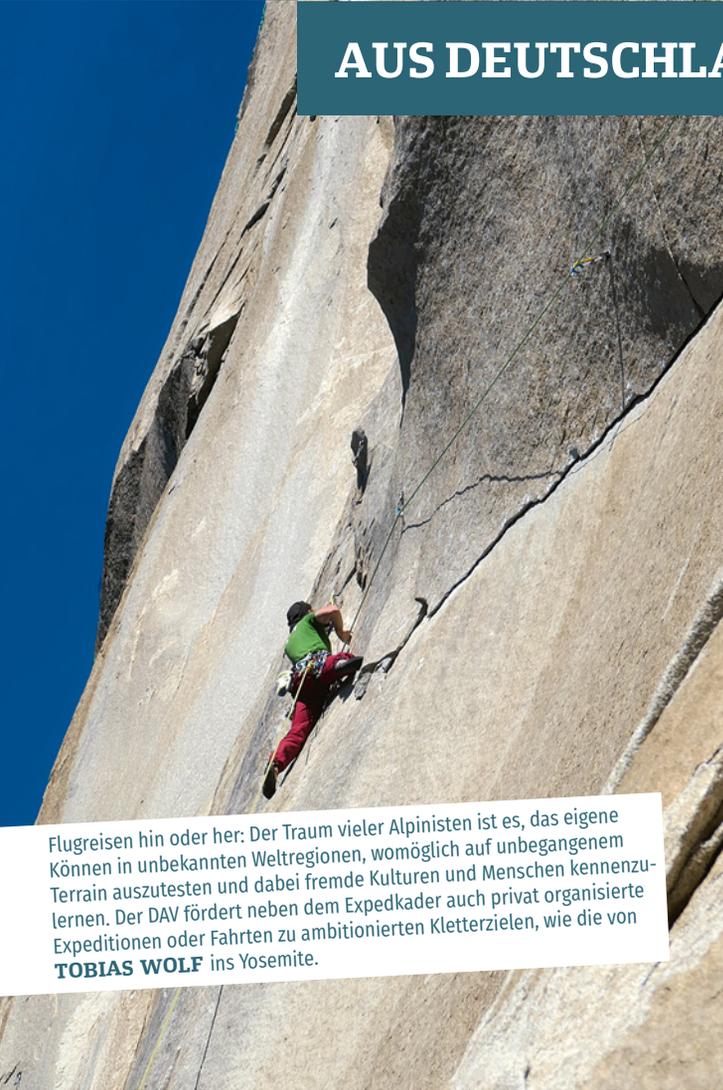


Damen
PANTS ASCONA

- | Verstellbarer Bund
- | Hoher Feuchtigkeitstransport
- | Optimale Passform durch vorgeformte Knie



AUS DEUTSCHLAND IN DIE WELT



Flugreisen hin oder her: Der Traum vieler Alpinisten ist es, das eigene Können in unbekanntem Weltregionen, womöglich auf unbegangenen Terrain auszutesten und dabei fremde Kulturen und Menschen kennenzulernen. Der DAV fördert neben dem Expedikader auch privat organisierte Expeditionen oder Fahrten zu ambitionierten Kletterzielen, wie die von **TOBIAS WOLF** ins Yosemite.



Viele der einst Geförderten ziehen immer wieder aus zu neuen Zielen; oft übernehmen sie später Funktionen in ihren Sektionen oder im DAV-Bundesverband und geben so der Gemeinschaft etwas zurück. Andere wie das Team um **PHILIPP BANKOSEGGER** finanzieren sich ihre Bergträume ganz allein – Hauptsache man jung und fit ist, darf man sich erleben und beweisen. Später natürlich auch ...

Vom DAV unterstützt Christof Nettekoven und Bruce Normand hatten sich mit weiteren Briten zusammengetan, um einsame Gipfel in der westnepalischen Grenzregion Nalakankar zu erkunden: Julian Freeman-Attwood, Nick Colton, Ed Douglas. In unterschiedlichen Teams wurden fünf Sechstausender erstbestiegen; die drei höchsten (bis 6613 m) erledigte Normand solo, weil die andern mit Erfrierungen ausfielen. /// Das Cochamotal in Chile bietet Bigwallfreunden noch Neuland genug. Dominique Wülfling, Sebastian Brand und Sandra Krause fanden es in der Nordwand des Gorilla. Nach Dschungelkampf im Zustieg und in der Wand sattelten sie um und konnten in einer schon von anderen versuchten Route acht Seillängen (bis VIII) freiklettern. /// Der Zugang zum

Keketuohai National Geopark in China ist streng reguliert. Arne Ohlsen und Oliver Schmidt ließen sich davon nicht abhalten und kletterten in drei Wochen fast zwanzig Routen bis IX, darunter vier Erstbegehungen. /// Wieder einmal waren Tobias Wolf und Thomas Hering im Yosemite Valley – und nutzten die vier Wochen Hochdruckwetter mit neun großen Freikletterrouten; Highlight war die zweite Begehung von „The Direct Line/Platinum Wall“ (1000 m, 39 SL, X, 12 Tage) am El Capitan.

Auf eigene Faust Als „Paradies für Offwidth-Liebhaber“ bezeichnen Alexandra Schweikart, Christopher Igel, Nils Ohlendorf und Jörg Helfrich das afrikanische Land Simbabwe – etwas beschwerlich klingen auch ihre Anmerkungen zu Stra-

ßen, Tankstellen, Einkaufsmöglichkeiten und Moskitos. In gut drei Wochen erschlossen sie 31 Seillängen, oft traditionell mit Cams bis Größe 6. /// Dank ordentlichem Wetter kamen Philipp Bankosegger, Alexander Wick und Chris Rudolph mit prall gefülltem Tourenbuch zurück aus Patagonien: Sieben große Touren gelangen ihnen, unter anderem gleich zweimal der Fitz Roy (Franco-Argentinien, Afanassieff) und die Ragniroute am Cerro Torre. /// Ines Papert ist eine „übliche Verdächtige“ im Alpinismus, ihr jüngster Coup ist „The Sound of Silence“ (1100 m, M8, WI5) in der Ostwand des Mount Fay in den kanadischen Rockies, die sie zusammen mit Brette Harrington (USA) und Luka Lindic (SLO) mit einem Biwak eröffnete. Lindic hatte die Route schon einmal mit Marc-André

/// AUFGESCHNAPPT

Leclerc versucht, dem Verlobten von Harrington, der 2018 ums Leben kam.

Noch mehr Alpinismus In 15:30 Stunden stieg der Amerikaner Jim Reynolds über die Via Afanassieff (1550 m, VII-) auf den Fitz Roy und wieder runter. Auch den Abstieg kletterte er free solo – weil er Gurt und Abseilgerät vergessen hatte. /// Fünf Tage verbrachten Alessandro Baù, Daniele Geremia und Giovanni Zaccaria in der Nordostwand der Civetta (die Nächte im Portaledge), dann war die neue Mixedlinie „Zuita Patavina“ (650 m, M8, AI 6, A2) vollendet. /// Auch nördlich des Hauptkamms hielt der Winter neue Optionen bereit: In „Die Abenteuer des Augie March“ (11 SL, M7, WI 6-) konnten Thomas Bubendorfer und Max Sparber (AUT) die Schwierigkeiten auf dünnem Eis und schlechtem Fels kaum absichern. /// Noch kompakter sind die Granitplatten in der Schweizer Schöllenschlucht. Deshalb

setzte Dani Arnold in seinem „Uristier“ (9 SL, WI6+, M8) Bohrhaken – trotzdem machen zentimeterdicke Eisglasuren den „Unterschied zwischen einfach und unmöglich“ aus.

Und was geht am Fels? „Tribes“ nennt Jacopo Larcher (ITA) seine Trad-Erstbegehung in Cadarese, an der er sechs Jahre arbeitete. Einen Grad gibt er nicht aus, nennt sie aber seine schwerste Route – und er hat schon 9a+ (XI+) geklettert. /// „Prinzip Hoffnung“ (X/X+) von Beat Kammerlander ist ein neoklassisches Trad-Testpiece. Nun erhielt sie ihre zweite und dritte Frauenbegehung: zuerst durch Nadine Wallner, Freeride-Weltmeisterin 2013 und 2014, die erst seit vier Jahren klettert, dann durch die Britin Madeleine Cope. Vorher war Michi Wohlleben durchgestiegen. /// Margo Hayes (USA) kletterte mit

„Nach dem letzten Überhang hab ich vor Freude geschrien wie ein Verrückter.“ Luka Lindic (SLO) am Mount Pay „Am Anfang fühlte es sich komplett unmöglich an, aber ich war besessen von der Schönheit der Linie.“ Jacopo Larcher (ITA) über seine Tradroute „Tribes“ „Es war ein harter Kampf, aber die harten Kämpfe machen uns stärker.“ Edu Marin (ESP) nach dem ersten Versuch in „Valhalla“

„Papichulo“ schon ihre dritte 9a+ (XI+); das hat noch keine andere Frau geschafft. /// „Valhalla“ (14 SL, XI+) im großen Felsbogen von Getu (China) ist die wohl schwierigste Mehrseillängenroute der Welt; im zweiten Anlauf gelang Edu Marin (ESP) in neun Stunden der Durchstieg.

Disclaimer: Die Rubrik „spitz & breit“ richtet einen offenen Blick auf alle Zweige und Blüten, Spitzen und Auswüchse, die der Baum des Bergsports weltweit hervorbringt. Sie will dokumentieren, kommentieren und zum Nachdenken anregen – nicht unbedingt zum Nachmachen. Sondern: Denken Sie nach – klären Sie Ihre Risiken – entscheiden Sie selbst, was Sie tun und lassen!



aja.de

ANGEBOT
ZUR NEU-
ERÖFFNUNG

40 €*
pro Zimmer/Nacht
sparen

Entspannung für Gipfelstürmer und Genusswanderer

Auf in Ihr Urlaubsabenteuer in den Alpen! Im aja Ruhpolding erwartet Sie der perfekte Mix aus Naturgenuss und Entspannung. Während draußen traumhafte Ausblicke und viel Platz für Ihre Outdoor-Aktivitäten warten, finden Sie drinnen die verdiente Erholung. Pool mit Ausblick, herrliches Sauna-Paradies oder eine wohltuende Massage im NIVEA Haus: Sie entscheiden, wie Sie am liebsten entspannen. Ob im Restaurant, Biergarten oder an einem der Outdoor-Grillplätze – Ihren Urlaub genießen Sie bei uns auch kulinarisch. **Aktiv, genussvoll und entspannt: Das passt in Ruhpolding bestens zusammen.**



Jetzt buchen unter **+49 (0)40 696352-580** oder auf **aja.de**
Folgen Sie uns auf **Instagram** und **Facebook**.





Eine Seele von Weg

Pilgerwandern
in Norwegen



Als langer, sanft ansteigender Weg führt der Olavsweg durch das weite Dovrefjell und seine nordische Landschaft. Er lässt genügend Zeit, die Blicke und auch die Gedanken schweifen zu lassen.

Von Oslo nach Trondheim führt der Olavsweg, durch unendliche Wälder und über einsame Gebirge, auf über 600 Kilometer Strecke. Wer auf dieser langen Route pilgert, hat gute Chancen, dabei etwas Einsicht und Ruhe zu finden.

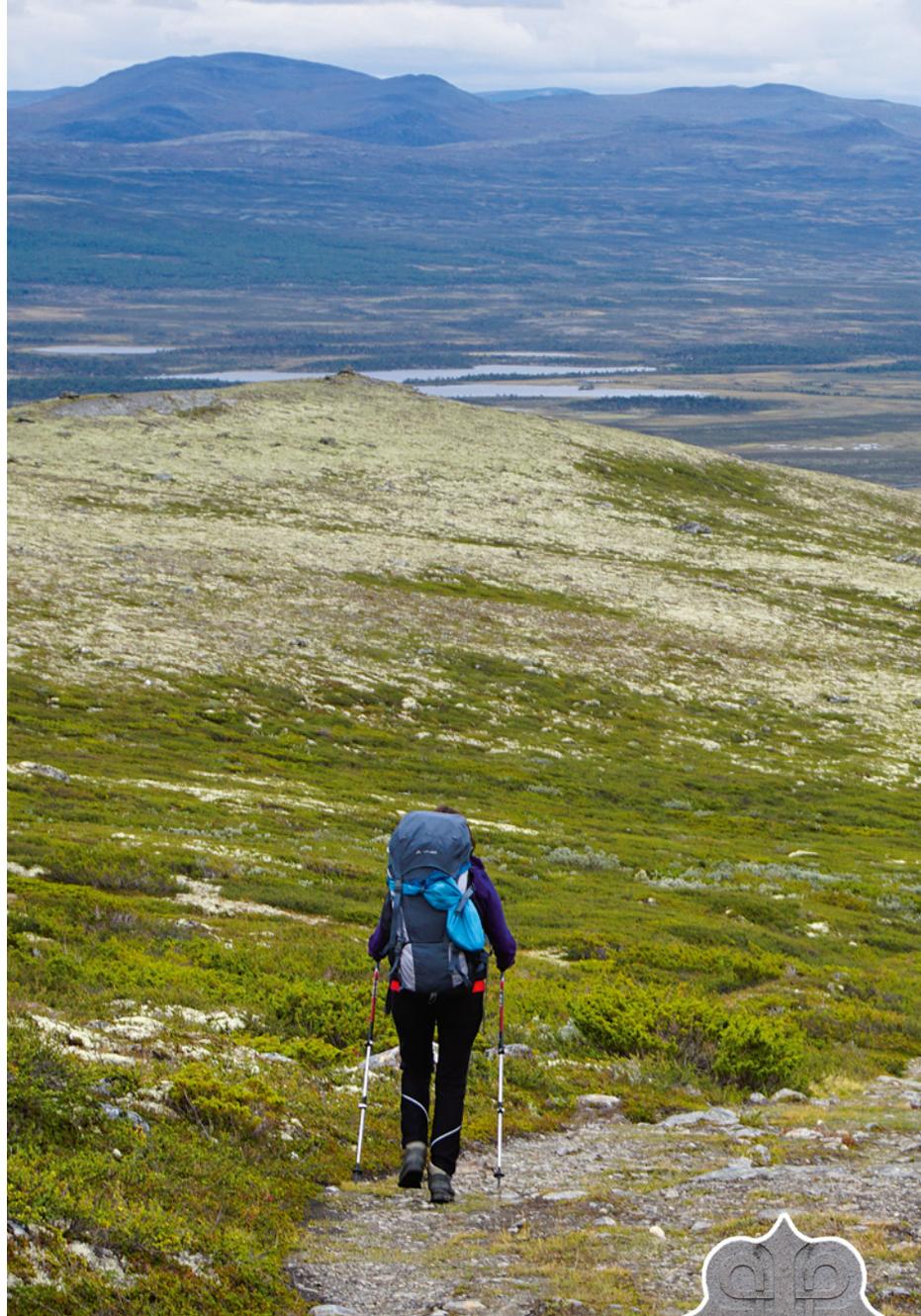
Text und Fotos:
Joachim Chwaszcza

Schade. Sehr schade. Wir sind fast am Ziel. Trondheim liegt vor uns, ausgebreitet in seiner ganzen Schönheit. Der Blick streift über die Stadt, das Meer glitzert in der Sonne. Was für ein schönes Licht, was für ein perfekter Tag. Sind wir auf der heutigen Etappe etwas schneller gegangen, nur für diesen Augenblick? Und wird jetzt das Herz eher schwerer denn leichter, weil wir mit jedem Schritt dem Ziel endgültig näher kommen? Und weil wir wissen, dass die schönen, anstrengenden Tage vorbei sind?

Der Olavsweg oder Gudbrandsdalsweg führt von Oslo nach Trondheim und ist eigentlich ein Konglomerat aus verschiedenen Wanderwegen. Unter den europäischen Pilgerwegen gilt er als ein echter Königsweg, mit 639 Kilometer Strecke von Süd nach Nord, quer durch die weite, oft menschenleere Landschaft Norwegens. Durch schier endlose Wälder zieht dieser besondere Fernwanderweg, kaum durch Dörfer geschweige denn Städte, über die Höhenzüge des Dovrefjell und die sanft auslaufende Hügellandschaft vor Trondheim. Auf dem Olavsweg unterwegs zu sein bedeutet, Ruhe zu finden. Zu sich zu kom-

men, reduziert zu leben. „Omnia mea cum porto“ – „All das Meine trage ich mit mir“ – hier passt der geflügelte Spruch. Mit magischer Kraft zeigt der Olavsweg, dass Reduktion doch ein Weg ist, um zufriedener und stärker in sich ruhend zu leben. Was kann man mehr von einem so weiten Weg verlangen?

Es beginnt in Oslo, der malerischen norwegischen Hauptstadt. Statt durch die quirlige Stadt zu schlendern, tingeln wir mit dem Linienboot über die kleinen Inseln im Fjord. Inselhopping zum Wanderauftakt. Wenige Meter hinter der Olavskirche besuchen wir das Pilgerzentrum, in dem man uns in gepflegtem Deutsch noch



Der Weg über den Hardbakken – nicht schwer, aber erfüllend – ist die Königsetappe im Dovrefjell; das Olavskreuz markiert als ständiges Zeichen den Weg von Oslo nach Trondheim.



wichtige Tipps mit auf den Weg gibt. Wie so oft weiß man die Dinge aber erst einzuordnen, wenn man vor Ort ist. Ob wir denn einen Segen wollen? Gerne. Ob wir einen Stempel in unseren Pilgerpass möchten? Nein. Gut, meint der nette Herr Pastor

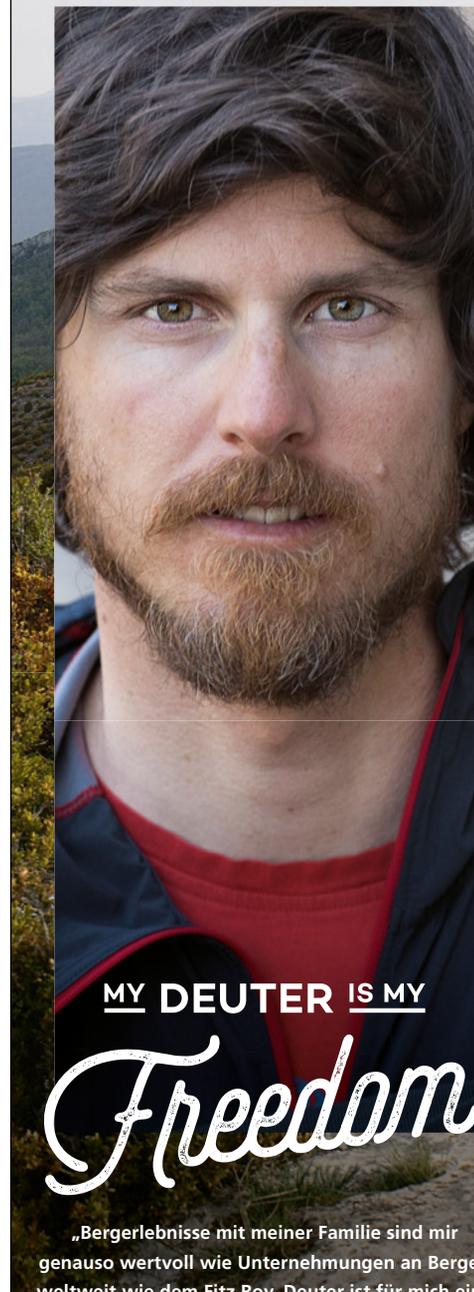


schmunzelnd, das sei ja auch nicht so wichtig. Wobei der Pilgerpass de facto das Gipfelbuch der Olavswanderer ist. Menschen sind eben verschieden ...

Die ersten Tage sind mühsam. Und Wälder können auch auf den Geist gehen. Zumindest am Anfang. Wo sind die Weitblicke, die markanten Formationen, die beeindruckenden Silhouetten? Im sanften Auf und Ab einer geschliffenen Gletscherlandschaft durchqueren wir auf bestens markierten Pfaden Wälder, Gestrüpp, Felder.

Der Geist hängt noch an profanen Dingen

Noch sind wir nahe an Oslo und noch nicht in die weiten, sich verlierenden Landschaften eingetaucht. Auch der Geist hinkt hinterher, hängt noch an profanen Dingen wie Genuss und Funknetz. Der Rucksack drückt von Anfang an, was vorherzusehen war. Natürlich haben wir sparsam gepackt, aber doch hier noch eine kleine Notration oder da ein unnützes Gimmick mit eingesteckt. Schnell ler-



MY DEUTER IS MY
Freedom

„Bergerlebnisse mit meiner Familie sind mir genauso wertvoll wie Unternehmungen an Bergen weltweit wie dem Fitz Roy. Deuter ist für mich eine Marke mit Vergangenheit – und Zukunft!“

MICHI BÜCKERS MIT DEM NEUEN TRAIL 30



Islandmoos und die karge Landschaft des Fjells reduzieren die Gedanken beim Wandern auf die wesentlichen Dinge; die Vitaminzufuhr erfolgt unterwegs – Beerenzeit; die Pilgerunterkünfte sind einfach, aber meist sehr gemütlich und traditionell.

nen wir, dass weniger mehr ist und wir die meisten Dinge nicht brauchen. Also reduzieren wir unseren Ballast ein ums andere Mal, und mit jedem artig entsorgten Teil aus den Rucksäcken werden wir leichter und freier. So einfach ist das.

Um einige Etappen mit dem Zug zu überbrücken, greifen wir zwischendurch auf die Segnung der Zivilisation zurück. Das moderne E-Ticket macht's möglich, denn 32 Tagesetappen sind bei begrenztem Zeitkontingent einfach nicht wanderbar. Wir fahren nach Dombås, zum Dovrefjell. Hier beginnen die Königsetappen, die für uns das Herzstück der Weitwanderung bilden. Am frühen Mittag kommen wir an und laufen los. Raus aus dem Wald, rein in die schroffe Bergwelt. Mit jedem sanft ansteigenden Schritt über den Hardbakken, einen Bergrücken, öffnen sich der Blick und das Herz. Wir sind im weiten Nichts, und plötzlich packt uns der Olavsweg richtig. Ein paar Schafe, unendliche Weite, fein skaliert und beeindruckend schön gemalt in den herbstlichen Farben des Nordens. Islandmoos und Flechten, die an den wenigen Bäumen hängen, Schneeereste auf den fernen Gipfeln und ein Weg, der sich in der Weite des Gebirges verliert.

Für viele Wandernde ist der Olavsweg ein spiritueller Weg, ein wirklicher Pilgerpfad. Das passt gut, denn viele der Her-

bergsleiterinnen und -leiter betreiben ihre Pilgerunterkunft mit einer starken religiösen Bindung. Die Brücke zu dieser besonderen Orientierung ebnet uns im

Was für ein herzlicher Empfang

Dovrefjell die Herberge in Fokstugu. Wer durch das weiße Tor des Gehöfts tritt, wird von Christiane mit Namen begrüßt. Was für ein herzlicher Empfang nach einem harten Wandertag über den

Hardbakken und durch die Steinwüste des Gebirges. So herzlich und freundlich wie begrüßt werden wir auch aufgenommen und bewirtet: mit Blaubeerkuchen und Tee. In Fokstugu kümmert man sich mit viel froher Herzlichkeit um die Olavswan-

dernden. Wir sitzen am großen Familientisch in dieser Seelenstation und unterhalten uns über Pilgerwesen und Wandern, über die Nöte, die viele Menschen auf dem Weg mit sich tragen, und ihre Hoffnungen, dass sich so manches ändern möge, wenn sie zu Fuß den weiten Weg gehen. Christiane und ihr Mann Lauritz haben im ältesten Gebäude des Gehöfts eine kleine Kirche gebaut, in der morgens und abends die Pilger zusammenkommen und gemeinsam beten. Fokstugu ist auf alle Fälle ein grandioser Platz und vielleicht das Herz des Weges. Doch wir müssen weiter, denn ab Ende August hat die Herberge geschlossen. Lauritz muss sich mit seinem Sohn und Christiane um die 800 Schafe kümmern, die sie





seit zwei Wochen aus dem Fjell zurückholen. Gut so, denn der Winter kündigt sich an, und am übernächsten Tag schneit es tatsächlich weit herunter. Aus dem lästigen Regen – irgendwann ist auch Regen egal – wird Schnee, und am Morgen leuchtet die Snøhetta weiß in der eiskalten Morgensonne. Auch wenn der Weg eigentlich weit an der 2286 Meter hohen Snøhetta vorbeiführt – immerhin dem höchsten Berg außerhalb Jotunheimen –, kann man sich diesen Blick nicht entgehen lassen. Ein Umweg ist angesagt.

Wir lassen das Dovrefjell hinter uns und tauchen wieder ein in die Wälder und Täler vor Trondheim – noch liegen mehr als 140 Kilometer Strecke vor uns. Inzwischen

sind uns auch die Wälder, die nur so strotzen vor Pilzen und Beeren, lieb geworden. Unseren Vitaminbedarf decken wir unterwegs mit Blau- und Preiselbeeren. Bei den Pilzen sollte man sich schon auskennen: Ob Steinpilz oder Gallenröhrling, das bedeutet einen großen Unterschied! Jetzt heißt es vor allem wieder Strecke machen statt steigen, der Fjord rückt näher. The long and winding road ... nicht jeder Wandertag kann spektakulär und einzigartig sein, etwas Normalität tut auch gut. Nach den eindrucksvollen Tagen im Dovrefjell geht es jetzt etwas gemächlicher zu. Gottseidank, oder besser Olavseidank, führt der

Weg nicht allzu lange entlang von Straßen. Wenn man am späteren Nachmittag endlich an das Etappenziel kommt und wieder so herzlich empfangen wird, wie wir etwa von Ingrid in Meslo Gård mit Kaffee und fantastischem Waldbeerenkuchen, dann sind die Mühen des Tages bald vergessen. Feinschmecker können sich in Meslo übrigens freuen, denn hier legt man Wert auf gute Kost. Nur beim Frühstück fällt mir die Wahl zwischen Nutella und Sürsild, süßsaurem Hering, nicht schwer.

Der Weg zum ersten Fjord beginnt mit dem Besuch der Kirche in Skaun – wenn

Jetzt heißt es wieder Strecke machen



Ein willkommener Rastplatz am See – wer hetzt und weiterwandert, verpasst die schönsten Momente. Der Genuss liegt in der Natur und der Zeit auf dem langen Weg bis Trondheim (u.).

eine Kirche in Norwegen geöffnet ist, sollte man das ausnutzen, denn es ist nicht selbstverständlich. Es handelt sich um eines der vielen uralten Kirchlein mit mächtigen Mauern und schlichter Schönheit. In Skaun, wo normale Norwegenbesucher wohl kaum vorbeikommen, gibt es einen original erhaltenen und nicht restaurierten Altarsockel aus dem 12. Jahrhundert. Links und rechts vom Eingang sind zwei

Ein Altarsockel aus dem 12. Jahrhundert

kleine Kammern angebracht – das waren die Waffenkammern. Denn betreten durfte man die Kirche nur unbewaffnet, was den wehrhaften Wikingerrecken sicherlich schwergefallen sein dürfte. Wie selbstverständlich führt der Weg zum Fjord erst einmal durch Wald. Und zwar ganz schön lange bergauf. Schon seltsam, zum Meer aufzusteigen. Doch dann kommt er doch, der Abstieg, und unvermittelt liegt der Fjord mit seiner strahlend blauen





AUF DEM OLAVSWEG

Der Olavsweg ist der bekannteste Pilgerweg im hohen Norden und führt auf mehreren Routen zum Nidarosdom in Trondheim. Die Variante Oslo-Trondheim über den 639 Kilometer langen Gudbrandsdalsweg wurde 1997 als Fernwanderweg (wieder-)eröffnet, 2010 zum europäischen Kulturweg deklariert und hat sich als offizieller Olavsweg etabliert – mit seinen 32 Etappen ist er inzwischen der wichtigste Pilgerweg Skandinaviens.

Durchgehend gut markiert, führt die Strecke durch die verschiedensten Natur- und Kulturlandschaften, verzweigt sich hinter Oslo in zwei Routen, streift Lillehammer, steigt hinunter ins Gudbrandsdal und überquert das weitläufige Dovrefjell. Danach ist die Provinz Fylke Sør-Trøndelag zu durchqueren, sind noch einige Flüsse zu überqueren, bevor man nach Trondheim am Trondheim Fjord gelangt.

Literatur und Info

- › Hanna Engler: *Norwegen – Olavsweg*. Outdoor Handbuch, Conrad Stein Verlag 2018
- › Susanne/Walter Elsner: *Olavsweg*, Rother Wanderführer, Bergverlag Rother (ab Ende Mai 2019 im Handel)

Für alle Themen und Fragen rund um den Olavsweg und als Planungsgrundlage ist die offizielle Webseite pilgrimsleden.no/de unersetzlich. Hier gibt es auch sehr detaillierte Karten kostenfrei zum Herunterladen.

Weitere Bilder, Informationen und Autoren-Tipps zum Olavsweg auf alpenverein.de/panorama

Wucht vor uns. Ein Traumblick und ein Traumtag, der mit einer wildromantischen Kahnfahrt über den Fluss Gaula zur Pilgerherberge in Sundet Gård seine Krönung findet. John Wanviks Familie lebt seit 1659 auf dieser Farm. Seit dieser Zeit setzt seine Familie die Pilger über. Dass Johns Frau den seltenen Vornamen Karon trägt, die norwegische Variante von Charon (Altgriechisch für „Fährmann“), unterstreicht die Mystik des Ortes und der Fahrt über den dunklen Fluss.



Joachim Chwaszcza ist als Reiseleiter, Fotograf und Journalist seit vielen Jahren weltweit unterwegs (tentdeckertouren.com); für den Olavsweg reiste er zum ersten Mal nach Skandinavien.

Olavsweg

Abends sitzen wir ein weiteres Mal im engsten Kreis bei Karon und John zusammen, denn wir treffen auf den Etappen die immer gleichen wandernden Menschen. Das liegt in der Natur des Weges. Aber keine Sorge: Olav ist nicht der neue Jakob. Gerade einmal 657 Pilger hat Christiane in Fokstugu im Jahr 2018 begrüßt, und jeder kommt bei Christiane vorbei. 350 dieser Pilgerwandernden kamen übrigens aus Deutschland. Auf dem Jakobsweg dagegen waren 2018 über 327.000 Pilger und Wanderer aus 177 Nationen unterwegs. Im Vergleich dazu geht es auf dem Olavsweg wirklich sehr überschaubar zu. Schade nur, dass wir morgen am Ziel ankommen, am Nidarosdom in Trondheim. Dort liegt der heilige Olav begraben, jener norwegische König, der eine mehr als schillernde Figur in der komplizierten Geschichte Norwegens war und in der Schlacht von Stiklestad im Juli 1030 getötet wurde. Schnell erhob man ihn zum Märtyrer und sprach ihn wohl schon wenige Jahre später heilig. Und ebenso bald nach seinem Tod gab es auch bereits die ersten Pilgerfahrten zu seinem Grab im Nidarosdom.

Im größten Kirchenbau Skandinaviens endet auch unser Weg morgen, zumindest was die Wanderung anbelangt. Was die Seele betrifft, so hat sich der Olavsweg bei uns unvergesslich eingegraben. Es gab Tage, an denen wir keinem Menschen begegneten, Tage, an denen uns der peitschende Regen die letzten Nerven raubte, Tage, an denen die Rucksäcke schwer drückten und abends die Mahlzeiten eher karg ausfielen. Dennoch waren es seit Jahren die vielleicht schönsten und am meisten erfüllenden Tage, die wir erlebt haben.



UNSERE SCHÖNSTEN REISEN WELTWEIT



JETZT UNSERE KATALOGE ANFORDERN!

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Am Perlacher Forst 186 | 81545 München | Telefon +49 89 64240-0 | www.dav-summit-club.de



VON GARMISCH AN DEN GARDASEE IM TWIN-KONZEPT
DEUTSCHLAND | ÖSTERREICH | ITALIEN

Eine Transalp von Garmisch an den Gardasee ist der Klassiker unter den Alpenüberquerungen. Ob gemütlich entlang der Via Claudia Augusta oder über hochalpines Gelände, jeder Biker findet seinen favorisierten Weg an den Lago. An unserem Twin-Termin haben Sie die Möglichkeit, jeden Tag neu zu entscheiden, ob Sie die anspruchsvollere oder die einfachere Alternative wählen möchten. Eine Tour ideal für Biker, die unterwegs flexibel bleiben möchten oder sich vor der Reise noch nicht festlegen können. Auch Partner und Freunde auf unterschiedlichen Leistungsniveaus profitieren von diesem Konzept.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲

DAV Summit Club Bike Guide • 6 × Hotel im DZ • 6 × Halbpension • täglicher Gepäcktransport • Bustransfer inklusive Radtransport zurück nach Garmisch • Versicherungen

7 Tage | 6 – 12 Teilnehmer (pro Gruppe)

Termine: 02.06. | 23.06. | 07.07. | 21.07. | 28.07. | 01.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 1050,-

EZZ 160,-

www.summit-bike.de/ **RAMTWIN**



ALPNER BASISKURS – MIT SPASS UND FREUDE IN FELS UND EIS

ÖSTERREICH

Der Alpine Basiskurs ist für alle gedacht, die noch nie im Gebirge waren oder die bisher nur auf leichten Wanderwegen unterwegs waren. In der Silvretta lernen Sie das Gehen im alpinen Gelände, am Gletscher und am Klettersteig. Ein Klettergarten in Hüttennähe ist ideal für die ersten Erfahrungen in der Senkrechten. Mit der richtigen Anseil- und Sicherungstechnik ist die Gletschertour zum Gemspitze, 3114 m, ein Erlebnis. Ebenso die Spaltenbergung an einer geeigneten Gletscherspalte. Der Klettersteig auf den Pfannknecht, 2822 m, ist wieder eine neue Erfahrung. Die Jamtalhütte ist eine der modernsten Hütten der Alpen mit komfortabler Ausstattung. Auf ins Hochgebirge – es macht richtig Spaß!

Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Touren-tee und Suppe am Nachmittag • Rucksacktransport am An- und Abreisetag • Leih-ausrüstung: Alpinausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

Termine: 30.06. | 07.07. | 21.07. | 04.08. | 11.08. | 01.09. | 08.09. | 15.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 830,-

www.davsc.de/ **ABJAM**



SANFTER EINSTIEG VOM WANDERN ZUM KLETTERN – BASISKURS FELS IN DEN DOLOMITEN

ITALIEN

Vorkenntnisse im Klettern müssen Sie nicht mitbringen. Das Gehen im weglosen Gelände und die dazugehörige Trittschulung bei einer Rundtour wird Ihnen genauso erlebnisreich vermittelt wie das richtige Verhalten und Sichern auf einem Klettersteig zum Gipfel der Cima Cadin, 2790 m. Im nah an der Hütte gelegenen Klettergarten lernen Sie das An-treten und Greifen am Fels und elementare Klettertechniken. Dann sind Sie bereits so fit, um zum Abschluss am Südgrat der Cima Cadin del Rifugio, 2436 m, in eigenständigen Seilschaften eine Route zu begehen.

Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Touren-tee • Rucksacktransport zur Hütte und zurück • Leih-ausrüstung: Kletterausrüstung • Ver-sicherungen*

7 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

Termine: 16.06. | 23.06. | 30.06. | 07.07. | 14.07. | 21.07. | 28.07. |

04.08. | 11.08. | 18.08. | 25.08. | 01.09. | 08.09. | 15.09. | 22.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 675,-

www.davsc.de/ **GFDOL**



GRUNDKURS EIS AUF DER ALPENSÜD-SEITE MIT PALON DELLA MARE, 3703 m

ITALIEN

Der Umgang mit Pickel und Steigeisen sowie die richtigen Sicherungstechniken am Gletscher – das sind die wesentlichen Ziele der intensiven Eisausbildung im Ortlergebiet auf der Alpensüdseite. Das Gelernte wird auf einer ersten großen Gletschertour zur Punta San Matteo, 3678 m, umgesetzt. Für die Spaltenbergung ist ein extra Übungstag vorgesehen. Tipps zur Gletscherkunde und Tourenplanung machen Sie fit für die Besteigung des Palon de la Mare, 3703 m, dem Höhepunkt der Woche. Umrahmt von mehreren Dreitausendern ist die Brancahütte ein hervorragender Kursstützpunkt, bekannt für hervorragendes Essen und komfortabel mit Zweibettzimmern und Duschen ausgestattet.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 4 – 6 Teilnehmer

Termine: 07.07. | 14.07. | 04.08. | 18.08. | 01.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 960,-

www.davsc.de/ GEBRA



BERGWANDERUNGEN FÜR DREITAUSENDER-SAMMLER AUF DER GASTLICHEN ZUFALLHÜTTE

ITALIEN

Die Zufallhütte befindet sich am Ende des Martelltals, einem Seitental vom Vinschgau in Südtirol. Sie thront auf einer Aussichtskanzel auf 2264 Metern und ist gemütlich in einer Stunde zu erreichen. Hier fühlen sich unsere Gäste wohl und viele kommen gerne wieder; und das lohnt sich, denn hier stehen Wander-Dreitausender Spalier: Vordere Rothspitze, 3031 m, Hintere Schöntaufspitze, 3325 m, Eisseespitze, 3230 m, und Madritschspitze, 3265 m. Grandios: das Top-Ziel Cima Marmotta, 3330 m, ganz nahe am Cevedale.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Bergführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee und Tourenbrot • Gepäcktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 6 – 10 Teilnehmer

Termine: 30.06. | 14.07. | 21.07. | 04.08. | 18.08. | 25.08. | 15.09. | 22.09. | 29.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 630,-

www.davsc.de/ HRZUF



EIN TRAUM FÜR ALLE KLETTERSTEIGGEHER – AUF KLASSISCHEN STEIGEN DURCH DIE BRENTA

ITALIEN

Die Brenta-Dolomiten sind bekannt für ihre Vielzahl berühmter Klettersteige durch eine atemberaubende Landschaft. Der Benini-Steig ist der ideale Einstieg. Der Klettersteig der Superlative bietet alles, was das Herz eines Klettersteiggehers höher schlagen lässt. Nach der gemütlichen Brentei-Hütte wartet der Sentiero SOSAT, sicher der bekannteste der Brenta-Klettersteige. Vorbei an der Tuckett-Hütte führt der Weg zurück zum Grosse-Pass und mit der Seilbahn hinunter nach Madonna di Campiglio, dem Startpunkt Ihres Abenteuers. Eine Bergwoche, die es in sich hat, mit überwältigenden Landschaftseindrücken und fordernden Klettersteigen durch senkrechte Felswände.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 5 × Hütte • 5 × Halbpension • Leihhausrüstung: Klettersteigausrüstung • Versicherungen*

6 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

Termine: 30.06. | 07.07. | 14.07. | 21.07. | 28.07. |

04.08. | 11.08. | 18.08. | 25.08. | 01.09. | 08.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 775,-

www.davsc.de/ KSBRE



GLETSCHERTOUR ZUM ZUCKERHÜTL – DEM HÖCHSTEN BERG DER STUBAIER ALPEN

ÖSTERREICH

Vier Tage, die es bringen: erst die Eingehurtour zur Schaufelspitze, 3333 m, mit Techniktraining und einer grundlegenden Gletscherausbildung. Anseilen am Gletscher wird geübt, das Gehen mit Steigeisen und der Einsatz des Pickels. Dann sind Sie fit für die Besteigung des höchsten Berges der Stubai-Alpen. Das markante Zuckerhütl, 3505 m, ist auch einer der schönsten. Am letzten Tag wird noch ein kleiner Klettersteig in Hüttennähe begangen, mit Tipps zur richtigen Technik und Sicherung. Stützpunkt Ihrer Bergtage ist die gastliche Hildesheimer Hütte, 2899 m.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 3 × Hütte • 3 × Halbpension mit Tourentee • Rucksacktransport zur Hütte und zurück • Leihhausrüstung: Gletscherausrüstung • Versicherungen*

4 Tage | 4 – 6 Teilnehmer

Termine: 27.06. | 11.07. | 18.07. | 01.08. | 08.08. | 22.08. | 05.09. | 12.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 590,-

www.davsc.de/ 9HTHIL



WANDERUNGEN IN DEN JULISCHEN ALPEN MIT BESTEIGUNG DES TRIGLAV, 2864 m

SLOWENIEN

Das die Julischen Alpen in dem kleinen Land Slowenien etwas Besonders sind, hat sich schon herumgesprochen. Auf der einen Seite schroffes Kalkgestein, auf der anderen liebliche Alm- und Seenlandschaften in einsamer und unberührter Natur! Der Ausgangsort für die Tagestouren ist Kranjska Gora. Durch seine typische Form ist der Triglav aus über 100 Kilometern sichtbar und eines der slowenischen Nationalsymbole. Doch vor der Besteigung dieses markanten Gipfels locken noch andere Gipfelziele wie Mangart, 2679 m, und Slemenova Špica, 1909 m. Das Vier-Sterne-Hotel Kranjska Gora liegt in einem schönen Park und bietet zur Entspannung Hallenbad und Whirlpool.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Technik 3. und 6. Tag ▲▲▲▲▲

Bergführer • 5 × Hotel****, 1 × Hütte • 6 × Halbpension • Busfahrten lt. Detailprogramm • Leihusrüstung: Klettersteigausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 5 – 8 Teilnehmer

Termine: 28.07. | 18.08. | 08.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab 1180,-

www.davsc.de/ **HHJUL**



WANDERUNGEN IM SCHNALSTAL ZWISCHEN TEXELGRUPPE UND ÖTZI-FUNDSTELLE

ITALIEN

Der Vinschgau gehört zu den bekanntesten Ferienregionen in Südtirol. Die Lage zwischen den hohen Bergkämmen, die durchwegs dreitausend Meter überschreiten, als auch der Einfluss des milden Klimas von Süden geben diesem Landstrich eine besondere Note. Unser Hotel liegt im kleinen Ort „Unser Frau“ unweit des Vernagt-Stausees. Wanderungen entlang des Meraner Höhenwegs oder zur Ötzi-Fundstelle gehören zu einen der vielen Höhenpunkte dieser konditionell fordernden Wanderreise. Abends können Sie im schönen Wellnessbereich des familiär geführten Hotel entspannen.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 6 × Hotel*** • 6 × Halbpension • Bustransfers ab Hotel im Rahmen des Wanderprogramms • Versicherung*

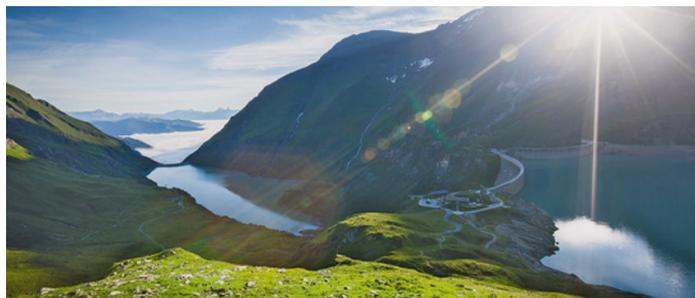
6 Tage | 5 – 10 Teilnehmer

Termine: 15.09. | 22.09. | 29.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 730,-

www.davsc.de/ **HHTYROL**



DIE SCHÖNSTEN WANDERUNGEN RUND UM ZELL AM SEE IM SALZBURGER LAND

ÖSTERREICH

Berge, Gletscher, Seen – die Region Zell am See-Kaprun vereint die gesamte Vielfalt der Alpen in einem wunderbaren Naturparadies, in dem Aktivurlauber voll auf ihre Kosten kommen. Der Ausgangspunkt zum ersten Ziel, der Schwalbenwand, 2011 m, wird per Schiff erreicht, die Erkundung des Kitzsteinhorns, 3000 m, und ein aussichtsreicher Höhenweg zum Maiskogel dürfen natürlich ebenso wenig fehlen wie die Stausee-Region am Mooserboden mit der Aussichtskanzel Kleiner Grießkogel, 2689 m. Der „Pinzgauer Spaziergang“ beginnt an der Schmittenhöhe und ist alles andere als ein Spaziergang. Das Vier-Sterne-Romantikhotel ist eine Oase der Ruhe und Entspannung im Zentrum von Zell am See und nur wenige Schritte vom trinkwasserklaren Zeller See entfernt.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 6 × Hotel**** • 6 × Halbpension mit Tourentee • Seilbahnen und Transfers • Versicherungen*

7 Tage | 5 – 12 Teilnehmer

Termine: 14.07. | 28.07. | 23.08. | 29.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab 1050,-

www.davsc.de/ **HHZELL**



TOPANGEBOT – HERBSTLICHE WANDERUNGEN IM HERZEN DER DOLOMITEN

ITALIEN

Sellajoch, Langkofel, Pordoijoch und Marmolada bieten eine spektakuläre Kulisse für unsere Wanderungen im Val di Fassa. Von unserem Hotel in Canazei begeben wir uns auf die schönsten Routen der Dolomitenregion. Und so werden bei besten Aussichten täglich bis zu 1000 Höhemeter im Anstieg gemeistert. Und soll es mal höher hinaus gehen, hilft uns auch mal ein Lift ein paar Höhenmeter nach oben. Abends genießen Sie schmackhafte Trentiner Küche und genießen ein Gläschen Wein in der untergehenden Herbstsonne.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 5 × Hotel*** • 5 × Halbpension • Versicherung*

8 Tage | 8 – 15 Teilnehmer

Termine: 10.09. | 15.09. | 20.09. | 25.09. | 30.09. |

05.10. | 10.10. | 15.10. | 20.10. | 25.10.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

ab € 375,-

www.davsc.de/ **HHTOPCAN**



DER BERNINA-TREK – DURCH DAS HÖCHSTE GEBIRGE DER OSTALPEN

SCHWEIZ

„Festsaal der Alpen“ wird die Bernina genannt. Glitzernde Seen, grüne Lärchenwälder, mächtige Gletscherströme, eisüberwallte Gipfel – auf phantastischen Wanderungen bieten sich einzigartige Aussichten. Von Hütte zu Hütte durchquert der Bernina-Trek die Region am Fuße des einzigen Viertausenders der Ostalpen und lässt ihre ganze Vielfalt etappenweise erlebbar werden. Technisch nicht schwierig, aber mit einzelnen Tagesetappen von bis zu 1200 Höhenmetern und acht bis zehn Stunden Gehzeit konditionell anspruchsvoll.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Transfers und Seilbahnen lt. Programm • Rückfahrt zum Ausgangspunkt mit der Rhätischen Bahn • Versicherungen*

7 Tage | 5 – 10 Teilnehmer

ab € 795,-

Termine: 30.06. | 14.07. | 28.07. | 25.08. | 08.09. | 22.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ HWBERNI



VENEDIGER HÖHENWEG MIT BESTEIGUNG DES GROSSVENEDIGER, 3674 m

ÖSTERREICH

Der Venediger Höhenweg ist die denkbar attraktivste Annäherung an den höchsten Berg im Salzburger Land. Der fünfhöchste Gipfel Österreichs, der Großvenediger, 3674 m, ist unter Leitung des DAV Summit Club Bergführers auch für Bergwanderer ein erreichbares Gipfelziel. Die Wanderwoche startet im Virgental in Osttirol, das sich dem sanften Tourismus verschrieben hat. Herzlich empfangen werden wir auf der urigen Stabanthütte, 1800 m, die schon mit mehreren Preisen ausgezeichnet wurde. Komfortable Station am zweiten Tag ist die Sajathütte, auch „Schloss in den Bergen“ genannt. Über die Zopetscharte, 2780 m, wandern wir hinüber ins Dorfertal und bereiten uns auf die Besteigung des Großvenedigers vor. Eine hochalpine Wanderung mit gastlichen Hütten!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 6 × Hütte • 6 × Halbpension mit Tourentee • Transfer am 7. Tag • Leihusrüstung: Gletscher- und Klettersteigausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 6 – 10 Teilnehmer

ab € 690,-

Termine: 21.07. | 11.08. | 18.08. | 01.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ HWGRV



ALPENÜBERQUERUNG VOM BRENNER NACH MERAN

ÖSTERREICH | ITALIEN

Die Tour beginnt am Brenner im Nordtiroler Wipptal, führt hinauf ins Obernbergtal und über den Grenzkamm Brennerberge hinunter ins Südtiroler Pflerschtal. Von hier geht es wieder hinauf auf den Roskopf-Kamm bei Sterzing und hinab ins Ridnauntal. Am nächsten Tag erwandern Sie das Penser Joch, 2211 m, die Verbindung zwischen dem Südtiroler Wipptal und dem Sarntal. Der letzte Wandertag verläuft über die Sarntaler Alpen bis hinunter nach Klammeben, 1976 m. Per Lift schweben wir in Saltaus im Passeiertal ein. In einem gemütlichen Hotel im Meraner Land findet die Wanderwoche einen schönen Abschluss. Der Vormittag des letzten Tages kann noch für eine Stadtbesichtigung oder einen Einkaufsbummel in der Kurstadt genutzt werden.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲ bis ▲▲▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 6 × Hotel • 6 × Halbpension mit Tourentee • Transfers und Seilbahnen lt. Detailprogramm • Busrückfahrt am 7. Tag • Versicherungen*

7 Tage | 7 – 12 Teilnehmer

ab € 1120,-

Termine: 07.07. | 14.07. | 21.07. | 28.07. | 04.08. | 25.08. | 01.09. | 08.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ AQMATREI



ALPENÜBERQUERUNG KOMPAKT – VON MÜNCHEN NACH VENEDIG

DEUTSCHLAND | ÖSTERREICH | ITALIEN

Dieses Programm ist eine Ergänzung zur Wanderung auf dem legendären „Traumpfad“, die der DAV Summit Club seit 1987 erfolgreich durchführt. Auf dieser Variante überqueren Sie die Alpen in elf Tagen und erleben alle landschaftlichen Höhepunkte zwischen dem Münchner Marienplatz und dem Markusplatz in Venedig. Am Ende der Reise sind zwei Erkundungs- und Erholungstage in „La Serenissima“ geplant. Übernachtet wird in guten Hotels und in einer gemütlichen Hütte. Die täglichen Gehzeiten liegen bei durchschnittlich sechs Stunden.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲ bis ▲▲▲▲▲▲▲

Bergwanderführer • 11 × Hotel, 1 × Hütte • 12 × Halbpension • Transfers und Seilbahnen bis Venedig (außer 7. Tag) • täglicher Gepäcktransport (außer Hüttentag) • Urkunde • Versicherungen*

13 Tage | 8 – 12 Teilnehmer

ab € 2185,-

Termine: 14.07. | 28.07. | 25.08.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ AQVENKOM



TREKKING DURCH KORSIKAS WILDE BERGWELT – DER LEGENDÄRE GR 20

FRANKREICH

Wilde Gebirgslandschaften, bizarre Felsformationen und das türkisfarbene Wasser des Mittelmeers – Korsika ist ein Paradies für alle Wander- und Naturliebhaber. Die gebirgige Insel wartet mit mehr als 50 Gipfeln über 2000 Metern auf, dazwischen immer wieder wüdzige Macchia, duftende Kiefernwälder und der GR 20. Mit knapp 200 Kilometern Länge durchquert er Korsikas Hochgebirge. Aufgrund seines alpinen Charakters ist er eine der schwierigsten Fernwanderwege, aber auch eine der schönsten.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Deutschsprechender Bergführer • ab/bis Hotel in Bastia • 7 × Zweipersonenzelt • 5 × Hütte in MBZ • 2 × Hotel im DZ • Vollpension, an Tag 2 nur Halbpension (mittags Lunchpakete) • Busfahrten lt. Programm • Gepäcktransport • Versicherungen*

8 Tage | 7–15 Teilnehmer

15 Tage | 7–15 Teilnehmer

Termine 8 Tage: 30.06. | 14.07. | 25.08. | 08.09.2019

Termine 15 Tage: 23.06. | 07.07. | 18.08. | 01.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 1099,- EZZ 60,-

ab € 1985,- EZZ 180,-

www.davsc.de/ FRGRN

www.davsc.de/ FRGRV



Kombi-Tipp: Tageswanderungen im Cilento-Nationalpark www.davsc.de/ITCIL

AUF PANORAMAWEGEN HOCH ÜBER DER AMALFIKÜSTE UND IM GOLF VON SORRENT

ITALIEN

Die Costiera Amalfitana und der Sentiero degli Dei: traumhafte Blicke, azurblaues Meer, pastellfarbene Fischerdörfer und im Hintergrund die steil aufragenden Felswände. Der „Weg der Götter“ leitet uns hoch über dem Meer und belohnt uns mit traumhaften Ausblicken. Eine Woche wandern wir auf stillen Maultierpfaden, verwunschenen Terrassenwegen und alten Römerstraßen. Wir bummeln durch belebte Gassen, vorbei an mittelalterlichen Stadtpalästen, genießen auf der Piazza das Lebensgefühl des Südens. Highlight – die berühmte Felseninsel Capri mit dem Besuch der Blauen Grotte. Bella Italia!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • ab Hotel in Praiano/bis Hotel in Massalubrense; Zielflughafen Neapel • 4 × Hotel*** und 3 × Agriturismo, jeweils im DZ • Halbpension • Bus-, Bahn- und Bootsfahrten lt. Detailprogramm • Versicherungen*

8 Tage | 8–14 Teilnehmer

Termin: 27.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 1195,- inkl. Flug und Transfer ab € 1650,-

EZZ 230,-

www.davsc.de/ ITAMA



INSEL DES EWIGEN FRÜHLINGS – MILDES KLIMA STATT WINTERFROST

MADEIRA

Fernab der portugiesischen Küste herrschen auch im Winter perfekte Reisebedingungen. Salzige Atlantikluft, duftender Eukalyptuswald. Wir haben die schönsten Schmankerl Madeiras für Sie in eine Woche gepackt - zum Energie und Sonne tanken! Ihr Wanderführer zeigt Ihnen auf ausgesuchten Wegen die schönsten Tageswanderungen der Insel. Wir besteigen den Pico Ruivo, mit 1861 Metern der höchste Berg der Insel, genießen die atemberaubende Aussicht von der Halbinsel São Lourenço und wandern durch uralten Lorbeerwald – Madeira von seiner schönsten Seite!

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland • 7 × Hotel**** im DZ • Halbpension • Flughafentransfers und Busfahrten zu den Wanderungen • Versicherungen*

8 Tage | 10–15 Teilnehmer

Termine: 31.10. | 07.11. | 14.11. | 21.11. | 28.11. | 05.12. | 12.12.19

und Frühjahrstermine 2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

inkl. Flug und Transfer ab € 895,-

EZZ 190,-

www.davsc.de/ POTOPMA



DAS BESTE DER PYRENÄEN – MIT UNTERKUNFT IN KOMFORTABLEN HOTELS

SPANIEN

Die Pyrenäen, das sind tiefe Schluchten, sanfte Hügel, mächtige Dreitausender und idyllische Bergseen. Natur pur! Zum Auftakt die Tagestour im Nationalpark Aigües Tortes, dem Park der „stürzenden Wasser“, eine majestätische Seenlandschaft, umringt von grünen Tannenwäldern, schroffen Felszacken und gleißenden Schneefeldern. Höhepunkt: die Monrebei-Klamm, die als die schönste Schlucht Europas gilt – atemberaubendes Klettersteig-Feeling. Gewaltig ist auch der Ordesa-Canyon. Jetzt stehen noch die Mallos de Riglos auf dem Programm: 300 Meter aufsteigende Felsentürme. Ein Eldorado für Freeclimber und Kletterfreaks – wir umrunden die Türme.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland • 1 × Hotel****, 5 × Hotel***, 1 × Hotel**, jeweils im DZ • Halbpension (zum Teil Tischwein inklusive) • Busfahrten • Gepäcktransport • Versicherungen*

8 Tage | 11–14 Teilnehmer

Termine: 20.07. | 07.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

inkl. Flug und Transfer ab € 1595,-

EZZ 205,-

www.davsc.de/ ESPKW



DIE WILDE BERGWELT IM NORDEN ALBANIENS ENTDECKEN

ALBANIEN

Geschichtsträchtige Kulturstätten im ausgewogenen Wechsel mit Wanderungen auf dem Balkan vermitteln ein umfassendes Bild dieser jungen Tourismusdestination. Die Bootsfahrt auf dem idyllischen Koman-Stausee ist der erste Höhepunkt, ein weiterer die Passüberschreitung von Valbona nach Thet. Das Dorf liegt in einem eindrucksvollen Talkessel mit zahlreichen traditionellen Häusern und bietet eine unberührte Bergwelt mit saftigen Wiesen und beeindruckenden Wasserfällen. Weitere Highlights dieser Reise sind die historische Stadt Shkodra mit der Rozafa-Festung und das Nationalheiligtum Kruja.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • ab/bis Hotel in Tirana • 3 × Hotel*** im DZ, 4 × Gästehaus im MBZ • Vollpension (mittags teilweise Lunchpakete) • Fahrten und Besichtigungen lt. Programm • Gepäcktransport • Versicherungen*

8 Tage | 8 – 15 Teilnehmer

Termine: 30.08. | 06.09. | 13.09.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

ab € 730,- Flug und Transfer ab € 330,-

EZZ 75,-

www.davsc.de/ ABWAN



ARARAT-BESTEIGUNG, 5137 m, MIT AKKLIMATISATION AM MOUNT SÜPHAN, 4058 m

TÜRKEI

Hoch über der Steppe schwebt der Gipfel des Fünftausenders wie eine Krone aus Eis und Schnee. Der Mount Süphan ist mit knapp 4000 Meter Höhe akklimatisationstechnisch unser „Sprungbrett“, um den Ararat zu erklimmen, der Blick schweift über die Weite Anadolien! Bei der 14-tägigen Variante wird das Bergerlebnis durch eine Einsteigertour auf den Krater des erloschenen Vulkans Nemrut Dağı, 2935 m, und den Fischsee bereichert.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Bergführer • Flug ab/bis Deutschland, Inlandsflüge • 3 × bzw. 5 × Hotel*** im DZ, 4 × bzw. 8 × Zweipersonenzelte • Vollpension (mittags Lunchpakete) • Busfahrten • Trekking- und Gipfel-Permit • Gepäcktransport • Versicherungen*

8 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

14 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

Termine 8 Tage: 15.06. | 17.08.2019

Termin 14 Tage: 20.07.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

inkl. Flug und Transfer ab € 1460,-
inkl. Flug und Transfer ab € 1795,-

EZZ 130,-

EZZ 180,-

www.davsc.de/ TUARA



KULTURWANDERUNGEN IM REICH DER NABATÄER – Felsenstadt Petra und Wadi Rum

JORDANIEN

Vielfältig wie das Programm sind auch die Unterkünfte: von der Zeltnacht in der Wüste über schöne Unterkünfte in Naturparks bis zu angenehmen Hotels in den kulturellen Zentren des Landes. Herzstück der Reise ist die magische Felsenstadt Petra, die in der Antike Hauptstadt des Nabatäer-Reiches war. Durch den weltberühmten Felsenweg Siq gelangen Sie zum „Schatzhaus“ und sind umgeben von einer vollendeten Symphonie aus Felsarchitektur, Landschaft und Geschichte. Und Sie genießen ein Bad im Roten Meer!

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt oder Wien • 5 × Hotel*** im DZ, 3 × Hotel** im DZ, 1 × einfaches Hotel im DZ, 2 × Komfortzelt mit Betten • Übernachtung mit Frühstück, 1 × Mittagsverpflegung, 5 × Abendessen • Bus- und Jeepfahrten • Eintritte lt. Programm • Gruppenvisum • Versicherungen*

12 Tage | 6 – 14 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 2145,-

Termine ab Frankfurt: 18.11. | 01.12.2019 und 02.02. | 16.02. | 01.03.2020 EZZ 225,-

Termine ab Wien: 06.11.2019 und 29.01.2020

www.davsc.at/ JOWIE

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

www.davsc.de/ JOWAN



VON BEIJING NACH SHANGHAI – TAGESWANDERUNGEN MIT YANGTSE-KREUZFAHRT

CHINA

Intensive Reise durch das „Reich der Mitte“ von Beijing nach Shanghai. Zu Land und zu Wasser besuchen wir die wichtigsten Stationen des Jahrtausende alten Kaiserreiches mit Verbotener Stadt, Großer Mauer und Terrakotta-Armee und lernen das bäuerliche Leben ebenso kennen wie die pulsierende Metropole Shanghai. Dazwischen liegen schönste Wanderungen von zwei bis sechs Stunden Dauer. Sie führen uns in den Weltgeopark Yuntaishan oder zum berühmten Shaolin-Kloster im Song Shan. Höhepunkt ist die komfortable Kreuzfahrt mit der MS Century Sun auf dem Yangtse.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

Deutsch sprechende einheimische Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Frankfurt • 3 × MS Century Sun****(*) in Zweierkabine, 2 × Hotel****(*) im DZ, 10 × Hotel****(*) im DZ, 1 × Gästehaus*** im DZ • überwiegend Halbpension • Bus-, Bahn- und Bootsfahrten • Eintritte für Besichtigungen lt. Programm • Versicherungen*

18 Tage | 5 – 12 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 2895,-

Termine: 03.09. | 15.10. | 19.11.2019 und 28.01. | 31.03. | 28.04.2020

EZZ 845,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-125

www.davsc.de/ CHVAN



DER KLASSIKER IM KHUMBU HIMAL LODGE-TREKKING ZUM EVEREST BASECAMP

NEPAL

Berühmte Sherpaklöster im Solu und im Khumbu und der höchste Berg der Erde. Gleich einem Mandala zeigt sich das Weltkulturerbe Tengpoche unter dem eisigen Gipfel der Ama Dablam. Zehn Tage Lodge-Trekking (Schlafsack erforderlich) mit Gehzeiten bis sieben Stunden. Wir genießen die Sicht auf die Achttausender Everest, Cho Oyu und Lhotse. Eine Reise in die spektakulärste Hochgebirgsarena der Welt, die ohne Inlandflüge und Verspätungsrisiko auskommt. Ein Angebot, bei dem Service und Qualität stimmen. Das alles gibt es zu einem enorm günstigen Preis!

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland, Österreich oder der Schweiz • Bus- und Jeepfahrten • 3 x Hotel***** im DZ, 11 x einfache Lodge im DZ • Halbpension, 2 x nur Frühstück • Permit • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen*

16 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 1799,-

Termine: 21.11.2019 und 30.01. | 19.02. | 07.05. | 09.05. | 17.09. | 19.09.2020

EZZ 89,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

www.davsc.de/ HITOPEVE



DIE SCHÖNSTEN TREKKING-ROUTEN IM NOVEMBER UND FEBRUAR ZU SONDERPREISEN

NEPAL

Komfort-Trekking mit Unterkunft in den Everest Summit Lodges mit Bett, Dusche und WC oder Lodge-Trekking mit Übernachtung im Schlafsack. Mit kompetenter Führung durch unsere Kultur- und Bergwanderführer. In den Wintermonaten zum absoluten Vorzugspreis. Auch im Oktober stehen noch Restplätze zur Verfügung.

Komfort-Trekking Everest Summit Lodges

www.davsc.de/ HIKTE

13/14 Tage | 4 – 12 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 2499,-

Termine: 30.09. | 12.10. | 17.11. | 25.12.2019 und 16.02. | 26.02.2020

EZZ 533,-

Lodge-Trekking Langtang

www.davsc.de/ HIAHL

16/17 Tage | 4 – 12 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 1749,-

Termine: 04.10. | 15.11.2019 und 14.02.2020

EZZ 89,-

Lodge-Trekking Annapurna-Runde

www.davsc.de/ HIAHA

21/22 Tage | 4 – 14 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 2199,-

Termine: 30.09. | 07.10. | 23.10. | 14.11.2019 und 13.02. | 20.02.2020

EZZ 89,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117



LODGE-TREKKING IM ANNAPURNAGEBIET ZUM AUSSICHTSBERG POONHILL

NEPAL

Duftender Bergurwald, kultiviertes Bauernland, Rhododendren, Bambus, Orchideen. Vom Aussichtsberg Poonhill, 3194 m, genießen wir das Panorama der Achttausender: Es reicht vom Manaslu über die Eisdome der Annapurna bis zum Dhaulagiri. Sechs Tage Lodge-Trekking (Schlafsack erforderlich) mit Gehzeiten bis sechs, einmal bis sieben Stunden. Dazu die Königsstädte im Kathmandu-Tal und Pokhara am malerischen Phewa-See.

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einh. Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland, Österreich oder der Schweiz • Busfahrten • 3 x Hotel***** im DZ, 1 x Hotel**** im DZ, 5 x einfache Lodge im DZ • überwiegend HP • Permit • Gepäcktransport • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen*

11/12 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer nur € 1399,-

Termine: 22.11. | 27.11.2019 und 29.01. | 11.02. | 21.02. |

EZZ 99,-

06.05. | 13.05. | 15.05. | 19.05. | 16.09. | 18.09. | 25.09. | 27.09.2020

Restplätze für Termine 08.09. | 10.09. (ab Frankfurt) und 14.09. | 21.09.2019 (ab Wien)

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

www.davsc.de/ HITOPAFR



URLAUB NACH LUST UND LAUNE – AUF WUNSCH MIT GEFÜHRTEN BESICHTIGUNGEN

NEPAL

Ob individuell oder organisiert: Wir bieten Ihnen ein Grundgerüst aus Flug und ausgesucht schönen Hotels. So können Sie das Kathmandu-Tal mit seinen reichen Kulturschätzen und das ländliche Nepal in Eigenregie erkunden. Alternativ haben Sie die Möglichkeit, geführte Besichtigungstouren und Wanderungen zu schönen Aussichtspunkten dazubuchen. Das schafft Freiräume für eigene Unternehmungen und ermöglicht maximale Flexibilität. Zum Achttausender-Blick kommen die Begegnungen mit Pilgern und Mönchen, mit Bauern, Kunsthandwerkern und Marktleuten.

Technik ▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland, Österreich oder der Schweiz • Busfahrten lt. Programm • 8 x Hotel**** im DZ, 1 x Hotel*** im DZ • Übernachtung mit Frühstück, 1 x Abendessen • Versicherungen*

10/11 Tage | 6 – 14 Teilnehmer

inkl. Flug und Transfer ab € 1199,-

Besichtigungen: 5 x Kulturführung oder geführte Wanderung

119,-

Termine: 20.11.2019 und 12.02. | 03.05. | 20.09.2020

EZZ 99,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

www.davsc.de/ HITOPKUL



IM REICH DER INKA – AREQUIPA, TITICACASEE, CUSCO UND MACHU PICCHU

PERU

Peru – ein Land mit einem mächtigen kulturellen Erbe und atemberaubenden Landschaften. Von der kolonialen Perle Arequipa geht es zum Titicaca-See, dem höchsten schiffbaren See der Erde. Wir besuchen die berühmten schwimmenden Schilfinseln der Urus, wandern auf einer kleinen Felsinsel im See und fahren weiter über das Altiplano-Hochland zur ehemaligen Inka-Metropole Cusco. Als großes Finale wartet das Weltwunder Machu Picchu auf uns.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flüge mit Avianca ab/bis München nach Lima • Inlandsflüge • 8 x Hotel*** im DZ • 8 x Frühstück, 3 x Mittag (teilweise als Lunchpaket), 2 x Abendessen • Bus-, Boots- und Zugfahrten • Gepäcktransport • Versicherungen*

11 Tage | 10 – 20 Teilnehmer

Termine: 30.10. | 13.11.2019 und 25.03. | 01.04. | 08.04.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

ab € 1995,-

EZZ 265,-

www.davsc.de/ PETOP



TRAININGSEXPEDITION CORDILLERA BLANCA

PERU

Diese Trainingsexpedition mit drei attraktiven Gipfelzielen unterschiedlicher Schwierigkeit ist eine Mischung aus Ausbildungskurs und richtiger Expedition. „Learning by doing“ heißt hier die Devise. Für das Bergsteigen in großer Höhe erlernen Sie wichtige theoretische und praktische Inhalte, wie z. B. das Begehen von Fixseilen und die richtige Akklimatisierungstechnik. Anschließend haben Sie ausreichend Gelegenheit, das Ganze auf einer richtigen Expedition anzuwenden. Nevado Urus 5420 m, Nevado Ishinca 5530 m, und Nevado Tocllaraju, 6034 m sind interessante und abwechslungsreiche Gipfelziele.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • Flug ab/bis Frankfurt nach Lima • 3 x Hotel im DZ, 9 x Zelt • 12 x Vollpension, 2 x Halbpension • Gepäcktransport ins Basecamp • Hochträger • Expeditionswetterbericht • Versicherungen* • u. v. m.

16 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

Termin: 02.08.2019

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

inkl. Flug und Transfer ab € 3990,-

EZZ 195,-

www.davsc.de/ EXISH



HÖHEPUNKTE IN CHINA UND TIBET MIT GROSSER MAUER, XIAN UND LHASA-BAHN

CHINA | TIBET

Kulturreise mit leichten Tageswanderungen. Das „Reich der Mitte“ und das „Dach der Welt“ in den Wintermonaten erleben: Das Hochland von Tibet um die Städte Lhasa und Schigatse ist zu dieser Zeit geprägt von blauem Himmel und viel Sonnenschein. Die trockene Jahreszeit bietet gute Voraussetzungen, um den Kaiserpalast und die Große Mauer, das Hochland von Tibet mit seiner einmaligen Mönchskultur und Xian mit der berühmten Terrakotta-Armee kennenzulernen. Höhepunkt ist dann die Fahrt mit der Lhasa-Bahn.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Air China Flug ab/bis Frankfurt • Air China Flug Beijing–Lhasa • Bahnfahrt Lhasa–Xian im Vierbett-Abteil • 11 x Hotel**** im DZ • Übernachtung mit Frühstück an allen Tagen mit Ausnahme Tag 12 (Fahrt mit der Lhasa-Bahn), 5 x Abendessen • Bus- und U-Bahn-Fahrten • Besichtigungen und Eintritte laut Programm • Versicherungen*

14 Tage | 10 – 17 Teilnehmer

Termine: 01.11. | 17.11. | 01.12. | 22.12.2019 und 19.01. | 26.01.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-125

ab € 2295,-

EZZ 345,-

www.davsc.de/ TITOP

***DAS DAV SUMMIT CLUB VERSICHERUNGSPAKET**

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

UNSERE ÖKOLOGISCHE VERANTWORTUNG

Kompensieren Sie Ihre Reise und die dadurch entstandene CO₂-Menge mit atmosfair oder spenden Sie einen freiwilligen 30-Euro-Umweltbeitrag. Der DAV verdoppelt die von Ihnen gespendete Summe. Unterstützen Sie so Klimaschutzprojekte in den Bergen der Welt. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: www.davsc.de/nachhaltigkeit



DAV Summit Club GmbH

Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins

Am Perlacher Forst 186 | 81545 München

Telefon +49 89 642 40-194 (Alpen) | +49 89 642 40-196 (Europa und Fernziele)

info@dav-summit-club.de | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de



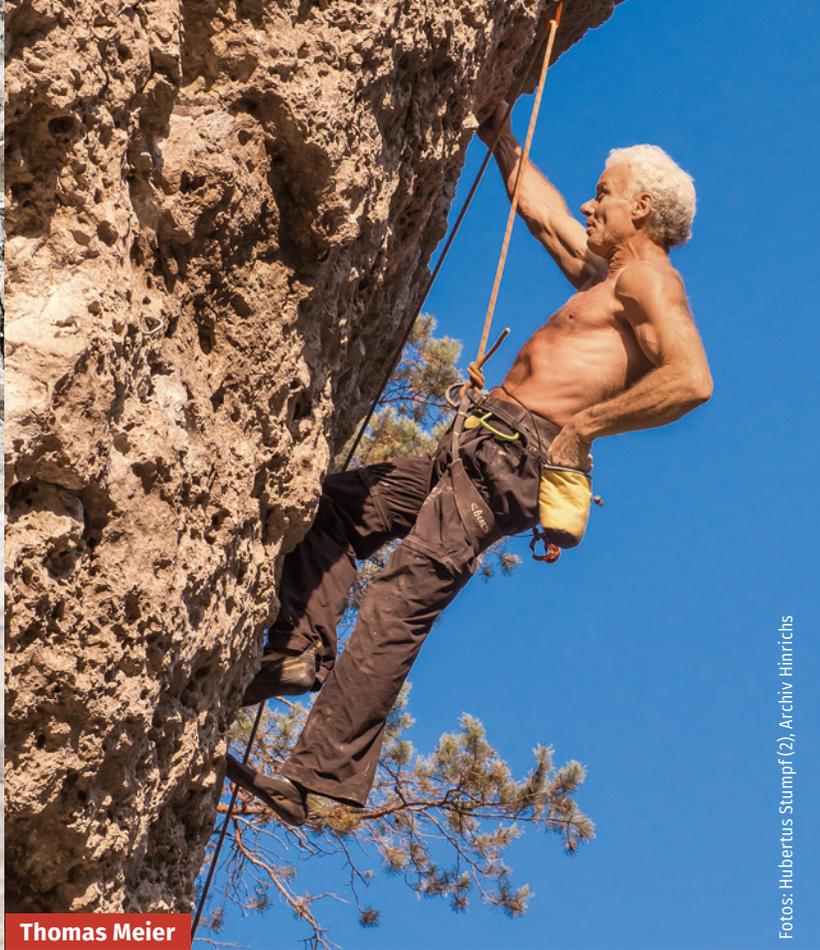
Katja Müller



Anke Hinrichs

Bergsport – trotzdem!

Barrieren überwinden und **Grenzen** verschieben



Thomas Meier

Fotos: Hubertus Stumpf (2), Arctiv Hinrichs

150 Jahre nach seiner Gründung ist der DAV ein Spiegelbild der Gesellschaft in all ihrer Vielfalt. Dazu gehört auch, dass Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam bereichernde Erlebnisse in den Bergen suchen. Drei ungewöhnliche Bergsportler machen seit Jahren vor, wie Inklusion im Alpinismus aussehen kann – in vielen verschiedenen Facetten und über das volle Spektrum von Breiten- bis Leistungssport.

Text: **Hubertus Stumpf**

Inklusion ist zum geflügelten Wort geworden. Doch wie sieht es beim Bergsport aus, wenn es um Teilhabe und Akzeptanz von Menschen mit Behinderungen geht? Im DAV hat sich mittlerweile die Erkenntnis durchgesetzt, dass bergsportliche Aktivitäten Behinderten große Erfolgserlebnisse beschern können. Realität ist aber leider auch, dass Menschen mit Handicap oftmals im Alltag noch auf Unverständnis stoßen, wenn sie sich aufmachen in die Berge. „Solche Vorbehalte wollen wir ausräumen. Menschen mit Behinderungen sollen einfach bei uns teilnehmen können. Wir wollen

sie dabei nicht therapieren, sondern ihnen ermöglichen, dass sie in den Sektionen eine Heimat finden“, erklärt Stefan Winter, Ressortleiter für Sportentwicklung beim DAV.

Denn es gelte zu verinnerlichen und zu akzeptieren, dass Bergsport nicht nur für uneingeschränkt gesunde, sondern eben auch für behinderte Menschen da sei. In einem Positionspapier wurden 2014 Richtlinien zur Inklusion im DAV festgelegt. Ein wesentlicher Punkt ist dabei die Bewusstseinsbildung: die Vermittlung der Erkenntnis, dass behinderte und nichtbehinderte Alpinisten eigentlich das Gleiche tun – nämlich Schwierigkeiten überwinden.

Anke Hinrichs

„Ich will da rauf!“

Eine Verfechterin des alpinistischen Inklusionsgedankens ist Anke Hinrichs aus Cloppenburg, die in den frühen 2000er-Jahren das JDAV-Projekt „No Limits“ initiiert hat. Die Idee dahinter: Jugendliche mit und ohne Behinderung gehen gemeinsam in die Berge und testen dabei ihre Grenzen. Die Diplompädagogin, die von Geburt an körperbehindert ist, entwickelte das Konzept für „No Limits“ aus ihren eigenen Erfahrungen. Die Liebe zu den Bergen hat sie von ihren Eltern geerbt, mit denen sie als



ANKE HINRICHS

Die am 22.4.1974 in Oldenburg geborene Anke Hinrichs ist Mitglied der dortigen DAV-Sektion und wohnt in Cloppenburg. Durch Sauerstoffunterversorgung bei der Geburt ist ihr Gleichgewichtssinn gestört und die Koordinationsfähigkeit eingeschränkt. Zu ihren alpinen Aktivitäten zählen vor allem Klettern, Skilaufen und Mehrtagestouren. Die Diplom-Pädagogin hat auch einen Mastergrad in Sozialmanagement (FH) und ist ausgebildete Feldenkrais-Pädagogin. Im DAV machte sie sich als Initiatorin des JDAV-Projekts „No Limits“ und des DAV-Projekts „Transalp Inklusiv“ einen Namen. Für ihre Arbeit erhielt sie unter anderem einen Projektpreis beim „Erleben-und-Lernen-Kongress“ in Augsburg, den Jugendförderpreis des Lions Club Cloppenburg und den DAV-Preis 2018. Ihre Devise: „Warte nicht darauf, dass sich andere um dich kümmern, sondern komm auf eigene Füße.“

Kind oft im Allgäu war. Und sie erkannte irgendwann, dass der Weg aus Isolation und Einsamkeit auch über einen Gipfel oder eine Alm führen kann – trotz gestörtem Gleichgewichtssinn und eingeschränkter Koordinationsfähigkeit.

„Ich will da rauf“, sagte schon die kleine Anke zu ihrer Mutter, als sie als Zehnjährige zum 2592 Meter hohen Hochvogel hinaufblickte. Ihre Mutter, die ihr viele Gipfelerlebnisse ermöglichte, obwohl sie von anderen dafür als verantwortungslos gescholten wurde, machte also mit Freunden eine Erkundungstour auf den Hochvogel. Dabei erkannte sie aber, dass es unmöglich sein würde, bei einer solchen Besteigung die Sicherheit ihrer Tochter selbst zu gewährleisten, und sagte zu ihr: „Es wäre fahrlässig, mit dir auf den Hochvogel zu steigen. Wenn du da hoch musst, such dir jemand anderen, der mitgeht.“ Nie hat Anke Hinrichs die Idee mit dem Hochvogel aus den Augen verloren, und 2012 fand sie schließlich zwei Bergführer und sieben nichtbehinderte DAV-Mitglieder, die eine blinde Frau und sie zu diesem Sehnsuchts Gipfel begleiteten.

Ein Schlüsselerlebnis war ein Bergsportlager für Menschen mit Behinderung 1999 in der Schweiz. Die Begleitung übernahmen junge Alpenvereinsmitglieder mit wenig bis keiner Erfahrung in der Betreuung von Behinderten. Die unbekümmerte Devise war „Wir wollen einfach mal gucken, was da geht“. Es ging eine ganze Menge: Mehrseillängenrouten, Besteigung eines Dreitausenders und eine Hüttenübernachtung auf 3000 Metern mit einer Rollstuhl-

fahrerin. Danach unternahm Anke Hinrichs einige alpine Mehrtagestouren in der Schweiz, bei denen Insassen einer Strafanstalt Rollstuhlfahrer über die Berge trugen und Anke die nötige Unterstützung boten, ohne die sie in dem alpinen Gelände nicht zurechtgekommen wäre. Außenseiter der Gesellschaft unterstützten sich hier gegenseitig, beide Seiten waren zwingend aufeinander angewiesen – eine Erfahrung, die sie prägte.

„Das waren Dinge, die bis dahin unvorstellbar erschienen waren“, sagt Anke Hinrichs. In der rauen Welt der Gipfel fühlt sie weniger Einschränkungen als in der vermeintlichen Wohlfühlzone des Alltags im Tal: „In den Bergen spüre ich immer diese Stärke in mir, da habe ich immer die Bestätigung gefunden, die mir woanders gefehlt hat. Was ich an motorischer Entwicklung und Selbstsicherheit in den Bergen gewinne, erreicht keine Reha-Maßnahme.“ Anke Hinrichs wollte, dass auch andere Menschen mit Behinderungen dieses Gefühl nachempfinden können. „Wenn die das in der Schweiz können, dann können wir das in Deutschland auch“, dachte sie sich und wandte sich an die JDAV – die Idee zum Projekt „No Limits“ war geboren.

Katja Müller

Positives für den Alltag

Noch ein paar Grad(e) steiler geht es in Bad Aibling zu. Dort wird beim Verein Stützpunkt Inntal e.V. bereits seit zehn Jahren therapeutischer Klettersport angeboten, speziell zugeschnitten auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse von körperlich und geistig Behinderten. Gegenwärtig hat der Verein, der mit der DAV-Sektion Kampanwand kooperiert, rund 150 Mitglieder, bei steigender Tendenz. „Die positiven Erfahrungen beim gemeinsamen Klettern lassen sich in vielfältiger Weise in den Alltag übertragen“, weiß Katja Müller, die zusammen mit der Ergotherapeutin Natascha Haug und deren Ehemann, dem Bergwanderführer Achim Haug, den Vorstand des Vereins bildet.

Katja Müller, die die spezielle DAV-Trainerausbildung zur Arbeit mit behinderten Kletterern absolviert hat, weiß gut, wovon sie spricht: Seit einem Motorradunfall 1993 im Alter von 19 Jahren ist sie schwerbehindert, hat ein steifes Bein und eine Versteifung im unteren Bereich der Lendenwirbelsäule. Sie wollte sich jedoch nicht mit den damit verbundenen Einschränkungen abfinden und kam über Rad-Leistungssport im Paracycling-Nationalteam zum therapeutischen Klettern. Beim



KATJA MÜLLER

Katja Müller wurde am 8.7.1974 in Bergisch Gladbach geboren und lebt in Traunstein. Seit einem Motorradunfall im Jahr 1993 ist sie schwerbehindert und kann ein Bein nur noch sehr eingeschränkt gebrauchen. Die ausgebildete Garten- und Landschaftsbauerin machte nach ihrem Unfall eine Um-

schulung zur biologisch-technischen Assistentin und arbeitet nun als SAP-Consultant. Von 2008 bis 2011 gehörte sie zur deutschen Nationalmannschaft im Paracycling. Ab 2015 entdeckte sie das therapeutische Klettern. Seit 2016 ist sie als Trainerin beim Stützpunkt Inntal e.V. und seit 2017 auch als Vorstandsvertreterin im Verein tätig. Katja Müller absolvierte beim DAV die Ausbildung zum Trainer C Klettern für Menschen mit Behinderung. Seit Dezember 2016 arbeitet sie gemeinsam mit Natascha und Achim Haug an Planung und Realisierung der bundesweit ersten inklusiven Kletterhalle in Bad Aibling.

Stützpunkt Inntal e.V. fand Katja Müller ein Betätigungsfeld für die eigenen klettersportlichen Ambitionen und oben-drein viele Gleichgesinnte und Schicksalsgenossen.

Hauptklientel sind junge Menschen mit körperlichen oder geistigen Behinderungen, die hier beim Balanceakt in der Vertikalen ihre Grenzen austesten und Selbstbewusstsein aufbauen können. Neben Klettern an der heimischen Kunstwand gehören auch Kletter-Freizeiten in Arco, im Ötztal oder Pustertal zum Programm. Gerade solche „Intensivblöcke“ bewirken mitunter einen regelrechten Entwicklungsschub bei Katja Müllers Schützlingen: „Es kommt dann vor, dass mir Eltern danach sagen: ‚Ich habe mein Kind kaum wiedererkannt‘“, erzählt sie.

Katja Müller und ihre Mitstreiter stießen bei ihrer integrativen Arbeit aber auch immer wieder an Grenzen – und zwar nicht nur klettertechnisch, sondern auch, was die Möglichkeiten für behinderte Kletterer angeht: keine Barrierefreiheit, Ungleichbehandlung oder schlichtweg keine Angebote. Im Bestreben, das zu ändern, wurde die Idee zu einem ehrgeizigen Pilotprojekt geboren: der Bau einer integrativen Kletterhalle in Bad Aibling. Dort soll das Klettern als Therapieform im Vordergrund stehen, aber auch begabte Spitzensportler aus dem Special- und Paraclimbing-Bereich sollen hier trainieren können. „Und natürlich soll auch der nichtbehinderte, ambitionierte Sportkletterer hier seine Routen bis zum neunten Grad finden“, erklärt Katja Müller.

Etliche Hürden waren zu nehmen, ehe die Finanzierung des 4,7-Millionen-Projekts durch Stiftungen, Spenden und EU-Fördermittel gesichert und ein passender Standort im Sportpark Bad Aibling-Mietraching gefunden waren. Die Gemeinde stellte ein Pachtgrundstück zur Verfügung, im Sommer 2019 soll der erste Spatenstich erfolgen.

Thomas Meier

Mit Energie und Disziplin

Wozu Bergsportler mit schwerwiegenden körperlichen Beeinträchtigungen auch leistungssportlich fähig sind, zeigt eindrucksvoll seit Jahrzehnten der Amberger Thomas Meier. Als Mitglied des DAV-Paraclimbing-Kaders nahm der linksseitig Beinamputierte an vier Weltmeisterschaften teil, zuletzt im Juli 2018 in Innsbruck. Im heimischen Frankenjura ist er oft in schwersten Routen zu finden.

Thomas Meier ist in dreifacher Hinsicht eine Ausnahmeerscheinung in der Kletterszene: Zunächst einmal mit seiner Leistungsstärke, dann mit seiner Beinprothese und schließlich auch mit seinem Alter, gehört er doch mit 59 Jahren schon zur reiferen Generation. Daher rührt aber auch seine langjährige Erfahrung. Sie hilft ihm – neben Oberkörperkraft und Technik – auszugleichen, was die Beinprothese nicht leisten kann. Vor dem Verlust seines linken Beins bei einem Bergunfall im Jahr

1983 gehörte Thomas Meier zu den stärksten deutschen Kletterern. Auch der hohe Preis, den er für seine Leidenschaft bezahlen musste, konnte seinen Enthusiasmus nur kurzzeitig bremsen, ebenso wenig wie Sehnenanrisse in einer Schulter, die er sich bei einem Sturz zugezogen hatte. Seine über all die Jahre akribisch geführten Touren- und Trainingstagebücher legen beredtes Zeugnis ab von der Energie und Disziplin, mit der er an sich arbeitete – und den schweren Schicksalsschlag überwand: Bereits Anfang der 1990er-Jahre gelangen ihm wieder Routen bis zum Schwierigkeitsgrad 10+.

Man würde aber ein unvollständiges Bild von Thomas Meier zeichnen, würde man nur über ihn als Kletterer re-

den: Zahlreiche Hochtouren haben ihn an die großen Berge in aller Welt geführt, zum Beispiel in die Anden, den Himalaya, auf den Elbrus im Kaukasus, den Montblanc und anderswohin, um nur einige zu nennen. Im September 2018, nur ein paar Tage nach der Paraclimbing-WM in Innsbruck, überschritt er beispielsweise in den Stubai Alpen an einem Tag einige der höchsten Gipfel der Region: Zuckerhütl (3507 Meter), Wilder Pfaff (3456 Meter) und



THOMAS MEIER

Thomas Meier (* 12.7.1959 in Amberg) entdeckte schon mit 16 Jahren das Sportklettern und gehörte zu den stärksten deutschen Kletterern der frühen 1980er-Jahre. Als 24-Jähriger verlor er durch Steinschlag in den Berchtesgadener Alpen das linke Bein über dem Knie. Sobald es seine Verletzung zuließ, war er

zurück am Fels und erreichte wieder den zehnten Grad. 2001 bestieg er allein und selbstorganisiert den Aconcagua in Argentinien, mit 6961 Metern höchster Berg Amerikas, inklusive Biwak bei minus 20 Grad auf 6200 Metern. Neben weiteren Touren in Südamerika unternahm er Reisen nach Nepal und Russland mit zahlreichen 6000er-Besteigungen. Er gibt seit 1979 Kletterkurse, ist B-Trainer Sportklettern, Mitglied des DAV-Nationalkaders Paraclimbing und nahm viermal an Weltmeisterschaften teil. Zudem arbeitet er an der Entwicklung neuer Trainingsmethoden. Auch beruflich hat er sich dem Klettern verschrieben: Mit seiner in den 1990er-Jahren gegründeten Firma TDS Training Systems im Oberpfälzischen Amberg baut er Kletteranlagen und designt Griffe und Trainingsboards.

Wilder Freiger (3418 Meter). Bei dieser 16-stündigen Solotour bewältigte er 3000 Meter im Auf- und Abstieg und legte 25 Kilometer zurück, und zwar ohne Hüttenutzung, Bergführer und Bus im Tal.

Und mit all den anderen Alpinistinnen und Alpinisten mit und ohne Behinderung – seien es nun Leistungssportler oder nicht – teilt Thomas Meier die prägende und ermutigende Erfahrung, immer wieder gegen Grenzen angegangen zu sein und sie dabei verschoben zu haben.



Der Oberpfälzer Journalist **Hubertus Stumpf** war fasziniert, als er Thomas Meier kennenlernte. Die Begegnungen mit Anke Hinrichs und Katja Müller haben ihn nicht weniger beeindruckt.

Trailrunningschuhe fürs Gebirge

Auf weic

Wer beim Lauftraining Asphalt und Forstwege verlässt, wird zum „Trail“-Runner. Immer mehr Menschen schätzen auch im Gebirge die leichtfüßige, souveräne Fortbewegung mit dem gefühlvollen Schuhwerk. Das raue Gelände stellt spezielle Anforderungen an die Konstruktion der Fußbekleidung.

Text: Martin Prechtl
Illustration: Georg Sojer



Wie finde ich den richtigen Trailrunningschuh?

- › **Passform** geht vor Optik!
- › Die **teuersten** Schuhe sind nicht zwangsläufig die besten.
- › Lieber im **Lauffachgeschäft** beraten lassen (evtl. mit kamera-basierter Laufbandanalyse) als im Online-Shop nach Schnäppchen suchen!
- › **Alte Trailrunningschuhe** oder Laufschuhe mitnehmen. Der Verkäufer kann anhand der Abnutzung des Profils Rückschlüsse ziehen.
- › **Einsatzzweck** und Gewohnheiten formulieren: Bewegungspensum, Untergrund, Wetter, Jahreszeit, ...
- › **Genügend Zeit** für die Anprobe einplanen – am besten nachmittags, wenn die Füße etwas breiter sind.

hen Sohlen

Wie ist ein Trailrunningschuh aufgebaut?

1 Zehenbox: Nicht zu groß, häufig mit einer Kappe aus robustem Kunststoff zum Schutz der Zehen.

2 Obermaterial: Mit der Mittelsohle verklebt, bietet dem Fuß Halt. Atmungsaktives, dehnbare und reißfestes Netzmaterial, meist durch abriebfeste Einsätze verstärkt, unempfindlicher als bei normalen Laufschuhen. Für große Nässe evtl. mit wasserdichter Membran.

3 Fersenschale: Positioniert den Fuß sicher im Schuh und verhindert seitliches Verrutschen. Manche Modelle haben zusätzliche Fersenschalen an der Außenseite: für schwere Läufer und große Stabilität.

4 Einlegesohle: Passt sich im Idealfall dem Fuß an; vor allem leichte Modelle haben oft keine Einlegesohle. Achtung: Wer eine orthopädische Einlage braucht, kauft zuerst den passenden Trailrunningschuh; die Einlage wird später angepasst.

5 Mittelsohle (Zwischensohle): Oft aus Ethylen-Vinyl-Acetat (EVA) oder Polyurethan (PU-Schaum). Sie unterstützt die Fersenkappe bei der Fixierung des Fußes und hat weitere Funktionen. Noch vor wenigen Jahren war sie eher hart und mit hoher „Sprengung“ (Absatz höher als Vorfuß). Heute ist sie eher flexibler und mit einheitlicher Höhe – das soll einen natürlichen Laufstil unterstützen, das Gefühl für den Untergrund verbessern und die Gefahr umzuknicken verringern.

Die zweite zentrale Funktions-Option ist die Dämpfung des Aufpralls von Ferse und Vorfuß. Hier gibt es Gegner. Sie verweisen gerne auf Naturvölker wie die Tarahumara in Mexiko, die mit dünnen Sandalen schnell und weit laufen. Die These heißt: Ausgeprägte Dämpfungssysteme steigern die Anfälligkeit für Fehlhaltungen und Verletzungen, wenn sie das körpereigene Dämpfungssystem aus Muskeln, Sehnen und Gelenken zu sehr entlasten. Auf jeden Fall gilt: Bei Trailrunningschuhen ist die Dämpfung weniger wichtig als bei Laufschuhen für die Straße.

6 Stützelemente: Diese festen Verbindungen zwischen Mittelsohle und Obermaterial stabilisieren den Fuß: gegen übermäßige Bewegung des Fußes nach innen (Überpronation) oder außen (Supination). Ähnlich umstritten wie Dämpfungen.

7 Laufsohle: Ein noppenartiges Profil soll die Haftung am Boden verbessern, aber ohne dass sich Schlamm und Steinchen darin festsetzen können. Einkerbungen im Vorfußbereich steigern die Biegsamkeit und verbessern das Abrollverhalten.

8 Mittelfußbrücke: Dieses optionale Bauteil zwischen Vor- und Rückfußbereich soll eine anatomisch korrekte Verdrehung des vorderen Schuhteils ermöglichen. Aktuell setzen einige Hersteller bei ungestützten Laufschuhen lieber auf eine durchgängige Auflagefläche statt einer klassischen Mittelfußbrücke.

Wie pflege ich Trailrunningschuhe?

Nässe und Dreck gehören zum Trailrunning. Ohne Pflege gehen die Schuhe schnell kaputt.

- › **Schlamm** mit weicher Zahnbürste unter lauwarmem Wasser entfernen, evtl. mit Seifenlauge (Spülmittel).
- › Damit sich keine **Pilze** bilden, müssen die Schuhe rasch trocknen. Ausstopfen mit Zeitungspapier oder Küchenkrepp hilft. Einlegesohlen separat trocknen.
- › Zu große **Hitze** (Heizung, pralle Sonne) oder die Waschmaschine kann den Schuh beschädigen.

Wo sind die Grenzen für Trailrunningschuhe?

Trailrunningschuhe sind komfortabel, leicht und vielseitig. Sie stoßen konstruktionsbedingt allerdings an Grenzen ...

- › in steileren eisigen Passagen,
- › wenn der Schnee mehr als knöchelhoch liegt,
- › bei längeren Strecken in Blockwerk und losem Geröll,
- › wenn der Rucksack schwerer als 5-8 Kilogramm ist,
- › wenn Kletterpassagen mit kleinen Tritten zu meistern sind.

Welchen Schuhtyp man wählt und ob man läuft, schnell geht oder wandert, hängt von den individuellen koordinativen und konditionellen Fähigkeiten ab. Für zügiges Wandern gibt es eigens entwickeltes Schuhwerk. Die Unterschiede zu Trailrunningschuhen liegen zum Beispiel in einer etwas härteren, torsionsteiferen Sohle oder einem Schaft, der über den Knöchel reicht.



Martin Prechtl ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und lebt mit seiner Familie im Inntal.

So geht das: Auf Berge steigen

Im Gleichgewicht!

Gehen kann jeder? Von wegen! Das oft steile und unregelmäßige Gelände auf Bergwegen erfordert Gewöhnung und Training. Denn eine gute Gehtechnik senkt die Absturzgefahr, verringert die Ermüdung und erhöht die Freude am Berg-Steigen.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer

Gehen ist uns naturgegeben. Einmal gelernt, ist es Grundbestandteil der menschlichen Motorik. Die moderne Zivilisationsgesellschaft macht uns im Alltag das Gehen denkbar einfach – auf Kosten koordinativer Fähigkeiten, die wir uns für die Berge wieder aneignen müssen.

Gehen & Steigen: Während das Wandern auf breiten Talwegen unseren Alltagsbewegungen gleicht, werden auf „Bergwegen“ (blau, rot, schwarz) deutlich höhere Ansprüche an die Koordination gestellt. Der Untergrund ist oft rutschig und unregelmäßig, die Steilheit größer. Häufig ist das Gelände ausgesetzt, ab Kategorie „Rot“ kann Absturzgefahr bestehen. Das Gehen wird zum Steigen und erfordert hohe Präzision und Koordination. Die Hauptarbeit dabei leisten die Beine, während Hände und Arme allenfalls das Gleichgewicht unterstützen.

Im Gleichgewicht: Der Gleichgewichtssinn spielt beim (Berg-)Steigen eine essenzielle Rolle. Was so simpel aussieht, ist Höchstleistungsarbeit im Zusammenspiel von Gehirn, Muskeln und Nerven!

> **Tritt finden & fassen:** Mit unserem Blick antizipieren wir den nächsten Tritt im Gelände. Der Fuß wird unbelastet auf den gewählten Tritt gesetzt, das Bein ist in allen Gelenken leicht gebeugt. In Bruchteilen von Sekunden stimmen sich die Muskeln auf den neuen Untergrund ab.

> **Tritt belasten:** Durch Verschiebung des Körpergewichts wird der Tritt voll belastet. Hier ist guter



Gleichgewichtssinn und Vertrauen in den Halt des Fußes wichtig! Typisch ist der leicht nach vorne, über das Bein gebeugte Oberkörper.

> **Bein Strecken:** Durch Streckung des Beins wird die Hubarbeit bewältigt und der nächste Schritt kann kommen. Einer von Tausenden Schritten ist geschafft! Und das Ganze immer im Gleichgewicht!



Das Auge geht mit – und der Kopf ist der wichtigste Muskel. Bevor man den Fuß auf den Tritt stellt, antizipiert man mögliche Gefahren und platziert ihn dann exakt, bevor man ihn belastet.

Die wichtigsten Merkmale: Grundvoraussetzung in Auf- wie Abstieg ist eine aktionsbereite Grundposition: Hüft-, Knie- und Sprunggelenk sind leicht gebeugt, der Oberkörper leicht nach vorne geneigt. Schritthöhe und -länge werden an Steilheit und Untergrund angepasst. Ideal sind kurze und niedrige Schritte – ungefähr treppenhoch. Lange und hohe Schritte sollten die Ausnahme sein, sie sind weder ökonomisch noch gelenkschonend. Für die Tritte wählt man möglichst ebene und feste Stellen aus und setzt im Idealfall die gesamte Sohle auf. Auf anspruchsvollen Steigen können felsiger oder lehmiger Untergrund oder loses Geröll den Halt erschweren und im schlechtesten Fall zum Wegrutschen des Fußes führen. „Das Auge geht mit!“ – sehr bewusstes und langsames Trittfassen ist dann besonders wichtig. Nasses, glatt poliertes Gestein oder feuchte Baumwurzeln sollte man als Tritte am besten komplett meiden: absolute Rutschgefahr! Auf schweren Steigen findet manchmal nur die Sohlenspitze Platz – und weil schwierige Bergwege häufig schmal und ausgesetzt sind und Absturzgefahr bergen, sollten Gehtechnik und Koordination verinnerlicht sein. Wer beim Abstieg seine Gelenke schonen will, reduziert Schrittlänge und Tempo (Gefälle und Rucksackgewicht sind leider meist vorgegeben). Trekkingstöcke übertragen einen Teil der Belastung auf die Arme, fordern aber zusätzliche Koordination. Im Aufstieg ist ein gleichmäßiges und konstantes Gehtempo angesagt; auf anspruchsvolleren Steigen hat man des-

halb die nächsten zwei bis drei Schritte schon planend im Blick.

Wie üben? Wer auf normalen Wanderwegen und Steigen zumindest im Aufstieg auf Trekkingstöcke verzichtet, trainiert seinen Gleichgewichtssinn immens. Die DAV-Bergwegekategorien oder die T1-T6-

Sicher gehen

- › **Gleichgewicht trainieren** im Alltag und am Berg
- › **Trittwahl & Trittfassen:** Das Auge geht mit – langsam belasten
- › **Tritt belasten:** Oberkörper vorgebeugt – Gewicht verschieben
- › **Gehtechnik festigen** gegen Ermüdung und Stress
- › **Häufig üben** und allmählich an ernste und lange Touren herantasten

Skala helfen bei der Auswahl von geeigneten Steigen zum Herantasten an anspruchsvollere Passagen. Ein gutes Training für Koordination und Geländebewältigung ist auch, gelegentlich abseits des Weges unterschiedliche Untergründe zu begehen (Gras, Geröll, ungefährliche Schrofen) – natürlich nicht in erosionsgefährdetem Gelände oder trittempfindlichen Lebensräumen. Viele Sektionen und

kommerzielle Anbieter bieten auch Kurse zum Thema „Vom Wandern zum Bergsteigen“ an.

Kondition und Koordination: Gute Gehtechnik wirkt sich positiv auf die konditionelle Leistungsfähigkeit aus und andersherum. Wer fit ist, ermüdet langsamer und kann länger eine saubere Gehtechnik aufrechterhalten. Wer große und anspruchsvolle Bergtouren plant, sollte sowohl konditionell fit sein als auch koordinativ so solide, dass er auch unter Ermüdung noch sicher und präzise Fuß vor Fuß setzen kann.



Max Bolland ist Dipl.-Sportwissenschaftler, Staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Mitglied der DAV-Lehrteams Bergsteigen und Sportklettern und leitet die Bergschule erlebnisberg.de

Notruf im Funkloch

Nicht nur in fernen Gebirgen wie den Anden oder dem Himalaya, auch in den heimischen Alpen gibt es viele Gebiete ohne zuverlässigen Mobilfunkempfang. Wenn kein Notruf mit dem Handy möglich ist, schaffen satellitengestützte Kommunikationsgeräte Abhilfe. Astrid Därr gibt einen Überblick.

Illustrationen: Georg Sojer

Jeder kennt den Ärger mit den Funklöchern, nicht nur auf abgelegenen Gipfeln oder Hütten, auch im bayerischen Oberland. Da will man abends nach der Tour den Freunden die schönsten Bergbilder zuschicken oder kurz zu Hause anrufen und nichts geht. Einerseits kann „digital detox“ durchaus erholsam wirken, aber im Ernstfall – bei Verletzung, Blockierung oder Verirren – bedeutet ein fehlendes Mobilfunknetz ein echtes Problem. Ist man allein unterwegs, kann man nur auf Hilfe hoffen, die zufällig des Weges kommt. Zu zweit muss der Bergkamerad den Verunfallten zurücklassen und irgendwohin (auf)steigen, um nach Empfang zu suchen. Bei Touren in den Alpen wie bei längeren Unternehmungen in den Bergen der Welt können satellitengestützte Kommunikationsgeräte im Ernstfall Leben retten und generell ein gewisses Sicherheitsgefühl vermitteln. Doch wer durchschaut schon die verschiedenen Systeme? Dieser Artikel bietet eine Orientierung, das passende Gerät für verschiedene Einsatzbereiche zu finden.

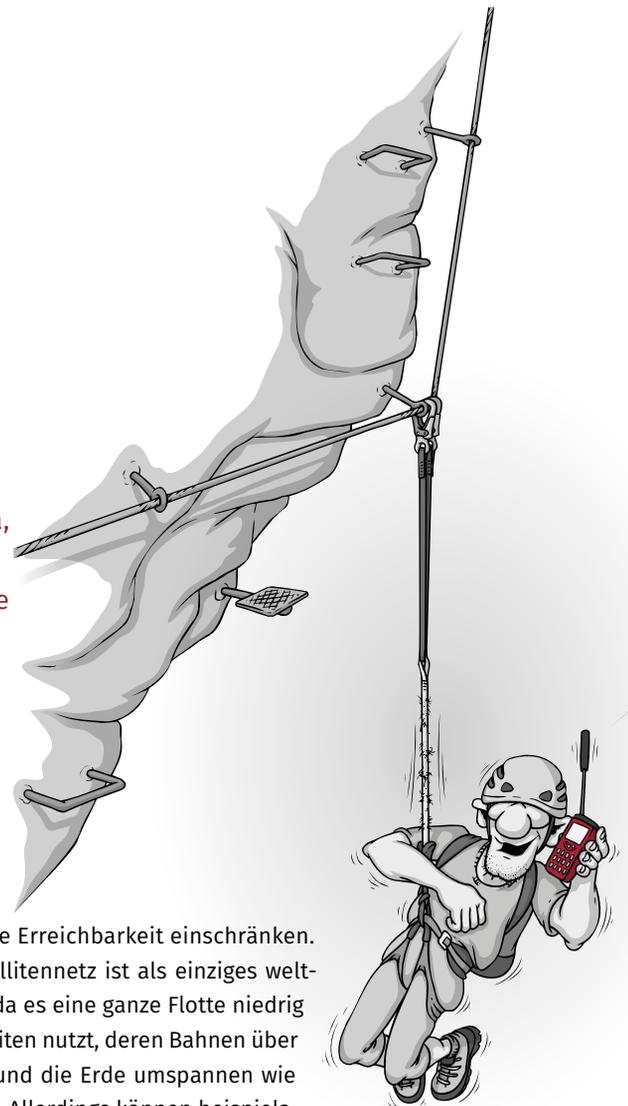
Netze und Erreichbarkeit

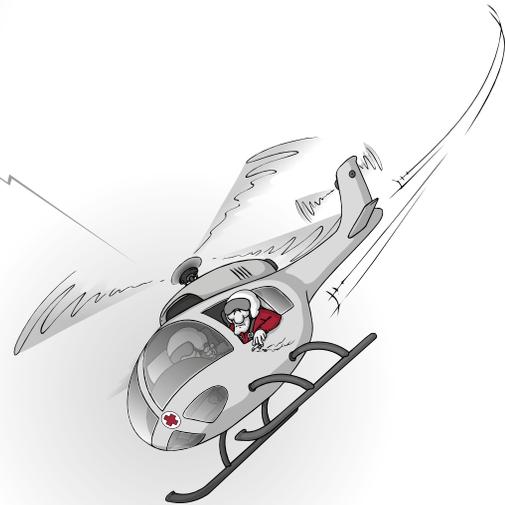
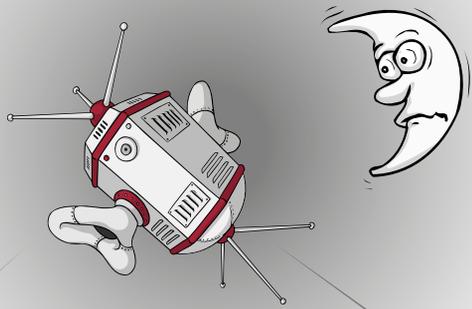
Egal, mit welcher Art von Gerät man auf Satelliten zugreifen will, man muss sich für einen von drei Anbietern entscheiden, die jeweils eigene Satellitennetze betreiben, die für Bergsteiger praxistauglich sind: Iridium, Inmarsat und Thuraya. Diese Entscheidung betrifft Netz und Gerät – Roaming wie beim Handy gibt es normalerweise nicht. Um den Service nutzen zu können, braucht es „Sichtkontakt“ zum Satelliten, also eine freie Verbindungslinie; Wolken stören nicht. Aber die Stellung der Satelliten über

der Erde kann die Erreichbarkeit einschränken. Das Iridium-Satellitennetz ist als einziges weltweit einsetzbar, da es eine ganze Flotte niedrig kreisender Satelliten nutzt, deren Bahnen über die Pole führen und die Erde umspannen wie Orangenschnitze. Allerdings können beispielsweise steile Berge die Sicht in Richtung Satellit verdecken, so dass einige Minuten Wartezeit entstehen, bis der nächste Satellit ins Sichtfeld kommt. Thuraya und Inmarsat dagegen nutzen „geostationäre“ Satelliten, die hoch über dem Äquator stehen und immer den gleichen Teil der Erdoberfläche „überblicken“. Inmarsat bietet eine weltweite Netzabdeckung ohne polarnahe Regionen, das Thuraya-Satellitennetz erfasst die größten Teile von Europa, Asien und Afrika. Auch bei diesen beiden Netzen kann die Erreichbarkeit scheitern: wenn der Blick in Richtung Äquator durch Hindernisse verstellt ist, etwa wenn man in einem eingeschnittenen Canyon oder einer steilen Bergwand unterwegs ist. Dann hilft Warten allerdings nichts, sondern man muss die Position verändern, um freie Sicht zum Satelliten (also in Richtung Äquator) zu bekommen.

Satellitentelefonie

Über Satellit zu telefonieren, ist die einfachste Möglichkeit, weltweit auch in abgelegenen Gebieten zu kommunizieren – und das zu wesentlich günstige-





rem Preis als beim Roaming mit der heimischen SIM-Karte außerhalb Europas (regulär 2,99 €/Min. in Ländergruppe 3): Telefonate mit Iridium kosten etwa 1,20 € pro Minute, bei Inmarsat 1,30 € und mit Thuraya etwa 1,35 € (jeweils für Postpaid-Verträge, siehe unten und Vergleichstabelle).

Daheimgebliebene Angehörige oder Freunde können kostenlose SMS an alle Netze aus dem Internet versenden und so einen Gesprächstermin vereinbaren, da das Satellitentelefon unterwegs nicht ständig eingeschaltet oder eingeloggt ist. Thuraya/Inmarsat/Iridium-Nutzerinnen können im Gegenzug SMS-Mitteilungen an beliebige E-Mail-Adressen senden. Eine praktische Zusatzfunktion bei einigen Geräten ist der eingebaute GPS-Empfänger, der einen Notruf per programmierbarem SOS-Knopf ermöglicht. Zudem bietet die ZAMG Innsbruck an, persönlich zugeschnittene Bergwetterinformationen per Textnachricht an das Satellitentelefon zu senden.

Satellitentelefone sind immer noch größer und klobiger als Smartphones – die leichtesten wiegen rund 200 Gramm. Da das Telefon eine Verbindung zum weit entfernten Satelliten aufbaut, wird der Akku stärker beansprucht als der eines Handys. Deshalb ist es wichtig, den Akku vor jeder Tour vollständig zu laden und bei längeren Unternehmungen ohne Stromnetz einen Ersatzakku mitzunehmen. Dafür bieten Satellitentelefone im Notfall den Vorteil des direkten Gesprächs: Rückfragen der Rettungsstelle sind möglich, etwa nach genauer Position, Zustand des Verletzten, Wetter und Gelände vor Ort. Dies kann die Rettung wesentlich vereinfachen und ermöglicht auch, organisatorische Dinge leichter zu regeln als per Textnachricht. Ein großer Nachteil der Satellitentelefone ist ihr hoher Preis.

Das outdoor-taugliche Thuraya XT-Pro kostet beispielsweise 829 €, das Inmarsat IsatPhone 2 momentan 719 €. Deshalb lohnt sich der Kauf hauptsächlich für Expeditionsreisende oder Bergführer, die regelmäßig länger in abgelegenen Regionen unterwegs sind. Je nach jährlicher Einsatzdauer muss man sich für eine Prepaid- oder Postpaid-Option entscheiden. Bei Prepaid-Optionen erwirbt man eine SIM-Karte mit einer bestimmten Zahl an Gesprächseinheiten, die dann zum Beispiel 30 Tage gültig sind und danach bei Nichtverbrauch verfallen. Bei Postpaid-Verträgen

bleibt das Telefon einsatzbereit, es fallen jedoch monatliche Gebühren an (vgl. Vergleichstabelle). Wer nur gelegentlich eine längere Auslandsbergreise unternimmt, kann ein Sat-Telefon für die Reisezeit günstig mieten (z. B. ab 4,50 € pro Tag für ein Thuraya XT-Pro bei satfon.de). Nach der Rückkehr zahlt man nur die Mietgebühr und die unterwegs verbrauchten Gesprächseinheiten.

Satellitentracking und -SOS

Für den Einsatz in den Alpen lohnt sich die Anschaffung eines Satellitentelefons eher nicht, außer man plant eine wo-

Tipps zur Anwendung:

- › Vor der ersten Tour mit dem Gerät beschäftigen: Wie versende ich eine Nachricht, wie lese ich die GPS-Position ab, wie bediene ich den SOS-Knopf?
- › Vor der Abreise die Rufnummern der möglichen Gesprächspartner und der Rettungsdienste ins Telefonverzeichnis einspeichern (inkl. jeweiliger Länder- und Ortsvorwahl).
- › Tracking-Adresse (Garmin InReach) oder Sat-Telefonnummer den Angehörigen mitteilen.
- › SOS-Knopf zu Hause programmieren, ggf. Anmeldung beim globalen Rettungsdienst GEOS Alliance.
- › Bei Umgebungsgeräuschen (z. B. Wind) ein Headset verwenden, dann kann man das Telefon auch in günstiger Position zum Satelliten ausrichten.
- › Das Gerät inkl. Zubehör zum Transport in einer stabilen, wasserdichten Box verstauen.



Klein, leicht, clever: Mit dem Iridium Extreme 9575 (l, 247 g) kann man weltweit telefonieren; das Garmin InReach Mini (r, 100 g) kommuniziert Aufenthaltsort (Tracking) und Notruf.

	SATELLITENTELEFONE			SMARTPHONE-ERWEITERUNGEN		
Gerät	Iridium Extreme 9575	Inmarsat IsatPhone 2	Thuraya XT Lite	Iridium GO! 9560	Thuraya SatSleeve Hotspot	Garmin InReach Explorer+
Satellitennetz	Iridium	Inmarsat	Thuraya	Iridium	Thuraya	Iridium
Preis (Frühjahr '19)	€ 1289	€ 719	€ 509	€ 809	€ 509	€ 429
Prepaid	€ 150 (75 Min.)	€ 55 (38 Min.)	€ 49 (10 Min.)	€ 150 (75 Min.)	€ 49 (10 Min.)	Ab € 19,99/30 Tage
Vertrag (Postpaid)	€ 48/Monat + (€ 1,20/Min.)	€ 39/Monat + (€ 1,30/Min.)	€ 30/Monat + (€ 1,35/Min.)	€ 48/Monat + (€ 1,20/Min.)	€ 30/Monat + (€ 1,35/Min.)	Abo € 24,99, dann ab € 14,99/30 Tage
Gewicht	247 g	318 g	186 g	300 g	290 g	213 g
Akkuleistung (Standby)	Bis zu 30 Std.	Bis zu 160 Std.	Bis zu 80 Std.	Bis zu 16 Std.	Bis zu 70 Std.	Bis zu 100 Stunden (10-Min.-Tracking)

chenlange Durchquerung und möchte von überall telefonieren können. Wer nur eine schnelle Notfallmeldung mit seiner Position absetzen möchte, dem bieten die Garmin-InReach-Geräte eine günstige Alternative. Garmin InReach Explorer+, Garmin InReach Mini und Garmin InReach SE+ arbeiten mit dem globalen Satellitennetz Iridium. Mit ihnen kann man Textnachrichten an E-Mail-Adressen versenden und SMS empfangen und senden. Zudem ermöglichen sie grundlegende GPS-Navigationsfunktionen und den Versand von SOS-Meldungen an den globalen Rettungsdienst GEOS Alliance. Die Geräte werden für den vollen Funktionsumfang online aktiviert (garmin.com). Es gibt auch Kurzzeit-Tarife für begrenzte Reisezeiträume. Neben dem Nachrichtenempfang und -versand kann man das Tracking nutzen, bei dem in bestimmten Intervallen (alle 10 Minuten bis 4 Stunden) die GPS-Position übertragen wird. Die Angehörigen können so auf einer Online-Karte mitverfolgen, wo man sich genau befindet oder hinbewegt. Auch die momentane GPS-Position lässt sich per Textnachricht versenden.

Mit vorheriger Online-Konfiguration im Garmin-InReach-Portal oder mit der zugehörigen Earthmate-App auf dem Smartphone ist es möglich, Karten (durch Garmin vorgegebene OpenStreetMaps) des Zielgebiets für das Tracking oder die Routen-Navigation auf das Gerät zu laden und Nachrichten vom Gipfelerfolg direkt auf Facebook und Twitter zu posten. Vorteile der InReach-Geräte sind die geringeren Kosten, der weltweite Einsatzbereich, die Tracking- und SOS-Funktion, das kleine Volumen und Gewicht (Garmin InReach Mini: 100 g) und die Robustheit (staub- und wasserdicht, schlagfest). Ein Nachteil: Es gibt sie nur im Abonnement mit monatlichen



IRIDIUM

Weltweites Netz (66 erdumlaufende Satelliten auf Bahnen über die Pole, ca. 780 km Abstand), auch für gebirgige Regionen geeignet; je polnäher, desto besser. In engen Tälern ggf. keine durchgehende Netzverbindung, aber kein Positionswechsel notwendig (Satellit bewegt sich z. B. außer Sicht, bevor der nächste hinter dem Berg auftaucht).



INMARSAT

Weltweite Abdeckung außer Polargebiete durch vier geostationäre Satelliten (über dem Äquator, ca. 36.000 km Abstand). Freier Himmel in Richtung Äquator notwendig, sonst Empfangsprobleme (z. B. in engen Bergtälern), dann Positionswechsel nötig.



THURAYA

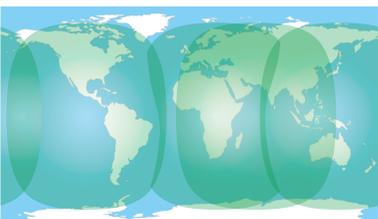
Netzabdeckung in 140 Ländern durch zwei geostationäre Satelliten (über dem Äquator, ca. 36.000 km Abstand); nicht erfasst sind Amerika, südliches Afrika, polarnahe Regionen, Seegebiete. Freier Himmel in Richtung Äquator notwendig, sonst Empfangsprobleme (z. B. in engen Bergtälern), dann Positionswechsel notwendig.

Kosten. Und im Notfall ist die Kommunikation auf kurze Textnachrichten beschränkt, die man auf der virtuellen Tastatur der InReach-Geräte ziemlich mühsam Buchstabe für Buchstabe eintippen muss, was einiges an Zeit kosten kann.

Seit April 2019 ist das Tracking- und SOS-Gerät ProteGear A*Live (protegear.de) auf dem Markt, das Iridium- und GSM-Netz kombiniert und weltweite Netzabdeckung für den Notfall verspricht. Bei Mobilfunk-Empfang läuft das Tracking über das GSM-Netz – steht für mehr als 10 Minuten kein GSM-Empfang zur Verfügung, wählt sich das Gerät ins Satellit-

TRACKING-GERÄTE		
Garmin InReach SE+	Garmin InReach Mini	ProteGear A*LIVE
Iridium	Iridium	Iridium und GSM/4 G
€ 389	€ 299	€ 489
Ab € 19,99/30 Tage	Ab € 19,99/30 Tage	Ab € 19/Monat (plus € 49/Jahr)
Abo € 24,99, dann ab € 14,99/30 Tage	Abo € 24,99, dann ab € 14,99/30 Tage	ALIVE-BASIC-Tarif € 99/Jahr
213 g	100 g	120 g
Bis zu 100 Stunden (10-Min.-Tracking)	Bis zu 90 Stunden (10-Min.-Tracking)	Bis zu 100 Stunden (5-Min.-Tracking)

Noch mehr Informationen zu den Geräten im Vergleich finden Sie unter: alpenverein.de/satellitenkommunikation
Außerdem Infos für Bergsportler unter: alpenverein.de/funk-im-Berg-sport



tennetz ein (mit zusätzlicher Tagesgebühr). Das ProteGear A*Live wird per Bluetooth und dazugehöriger App mit dem Smartphone gekoppelt, so dass der Versand und Empfang von E-Mails und SMS am Handy möglich ist. Das Gerät hat einen manuellen SOS-Button und versendet bei entsprechender Programmierung automatisch einen Notruf, wenn man eine definierte „Safe Zone“ verlässt, sich nach einem Sturz fünf Minuten lang nicht mehr bewegt oder der ABS-Rucksack auslöst. Bisher gibt es kaum Erfahrungswerte zu diesem neuen Gerät.

Smartphone-Erweiterungen

Seit einigen Jahren ist es möglich, das eigene Smartphone (Android- oder Apple-iOS-Betriebssystem) mit dem Iridium Go! oder dem Thuraya SatSleeve Hotspot zu einem Telefon mit Satellitennetzverbindung zu erweitern.

Das Iridium Go! ist ein kleines, staub- und spritzwassergeschütztes Kästchen (12x8x3 cm, mit kurzer Antenne und Display), das sich per WLAN und App mit dem Smartphone verbindet. Über die App kann man Textnachrichten an E-Mail-Adressen senden und kostenlose SMS (bei Versand über die Iridium-Webseite) empfangen. Außerdem sind mit dem gekoppelten Handy auch Telefonate über das Satellitennetz möglich, dabei kann man auf die eigenen Kontakte am Smartphone zugreifen. Über den SOS-Button am Gerät können Notfallmeldungen mit samt der GPS-Position an bestimmte Kontakte oder den GEOS-Notfall-Service versendet werden.

Auch für das Thuraya SatSleeve installiert man zunächst die zugehörige App auf dem Smartphone, dann koppelt man per Bluetooth die beiden Geräte. Nach erfolgreicher Einwahl ins Thuraya-Netz kann man am Smartphone telefonieren und Textnachrichten versenden und empfangen. Außerdem gibt es eine SOS-Taste zum Anrufen einer voreingestellten Nummer ohne das Smartphone (über Mikrofon und Lautsprecher am Gerät).

Nachteile der beiden Erweiterungen sind die Abhängigkeit vom Smartphone, dessen Akku (besonders bei Kälte) sich schneller entlädt und das meistens keinen so guten Witterungsschutz und kein so robustes Display bietet wie ein eigenständiges Satellitentelefon. Ist das Display kaputt oder der Akku des gekoppelten Smartphones leer, kann man mit dem Iridium Go! nicht telefonieren oder Nachrichten senden, mit dem Thuraya SatSleeve nur über die SOS-Taste zu einem Notrufkontakt.

Notrufnummern

Vom Satellitentelefon aus kann man alle regulären Rufnummern (immer mit Vorwahl) in terrestrischen Netzen anrufen – nicht aber nationale Notruf- und Service-Kurzwahlen aller Länder, wie etwa 112 in Deutschland oder 140 in Österreich! Zudem kann bei Anrufen vom Satellitentelefon an diese Notrufnummern die Position des Anrufers nicht festgestellt werden, im Gegensatz zu Fest- und Mobilfunknetz. Der Anruf lässt sich daher nicht an die lokale Leitstelle durchstellen.

Deshalb sollte man vor dem Aufbruch die lokalen Rufnummern samt Länder- und Ortsvorwahl der relevanten Stellen (Polizei, Krankenhaus, Rettungsdienst ...) im Internet, Reiseführer oder aus sonstigen Quellen recherchieren. Die einfachste Lösung bei Inmarsat- und Iridium-Geräten mit GPS-Empfänger ist der kostenpflichtige (und -intensive) weltweite Rettungsdienst GEOS, der mit dem Notruf direkt per SMS die Koordinate erhält (geotravelsafety.com). GEOS bietet zudem bei vorheriger Anmeldung weitere kostenpflichtige Services wie Reiseassistenten oder Rückholung an.

Die Berg- und Reisejournalistin **Astrid Därr** (daerr.net) ist rund sieben Monate des Jahres weltweit unterwegs. Sie schätzt die Vorteile der Satellitenkommunikation während zahlloser Touren in abgelegenen Regionen.



Weitere Informationen:
Satellitentelefonie, -tracking und -navigation: expeditionstechnik.de
Miete von Satellitentelefonen: satfon.de
Globaler Rettungsdienst GEOS Alliance: geotravelsafety.com
Protegear A*Live Tracking und Messaging: protegear.de

Apotheke aus den Bergen



Die Heilkräuterkunde gehört zum ältesten Wissen der Menschheit. Alpenpflanzen nehmen dabei eine herausragende Stellung ein und haben bis heute in der Phytotherapie einen festen Platz.

Text: Astrid Süßmuth



Gelber Enzian

Gentiana lutea,
Gentianaceae

Der Gelbe Enzian ist mit einer Größe bis zu ein-einhalb Metern die stattlichste aller Alpenblumen. In den Alpen und auf den Höhenzügen Südeuropas steigt er bis in Höhen von 2500 Metern. Die Wurzel kann bis zu einem Meter lang werden und einen Durchmesser von sechs

Zentimetern erreichen. Der Gelbe Enzian steht in den meisten Alpenregionen unter Naturschutz und darf nicht gesammelt werden; für arzneiliche Zwecke wird die Pflanze angebaut.

Anwendung: Die Wurzel des Gelben Enzians ist vor allem als Destillat zur Behandlung von Verdauungsbeschwerden bewährt. Durch Anregung der Bitterrezeptoren in den Geschmacksknospen werden Speicheldrüsen und der Magen angeregt, was den Appetit fördert und die Verdauungsleistung verbessert. Als Fiebermittel wirkt der Enzian, indem er das Immunsystem stärkt und auch den Appetit steigert. Vor der Einführung der Chinarinde galt der Gelbe Enzian als bestes Mittel bei Malaria.

Aufgepasst: In der Schwangerschaft ist die Einnahme des Gelben Enzians kontraindiziert, da er mutagene Wirkstoffe besitzt; auch bei Magenschleimhautentzündungen, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren darf er nicht eingenommen werden.

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Tinktur (Ceres)
- › Gentiana Magen Globuli velati (Wala)
- › Tropfen Metavirulent (Fackler)



Zirbe

Pinus cembra, Pinaceae

Knorrige, allein stehende Zirben oberhalb der Waldgrenze sind der Inbegriff von Wetterbäumen. Dabei wachsen sie so langsam, dass ein zehnjähriges Zirbenbäumchen gerade einmal zehn Zentimeter misst! Unterscheidungsmerkmal zur Waldkiefer sind die dreikantigen, in Büscheln zu je fünf angeordneten Zirbennadeln. Die Zirbe steht in vielen Alpenregionen unter Naturschutz, dort dürfen Zweige oder Zapfen nicht gesammelt werden. Für die Produktion von Zirbenprodukten werden gefällene oder kontrolliert gefällte Bäume verwendet.

Anwendung: Ätherisches Zirbenöl aus den Zweigen ist antibakteriell, wirkt entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, schmerzlindernd und schleimlösend. Inhalationen fördern eine vertiefte Atmung bei Erkältungen und Nebenhöhlenerkrankungen und damit die Sauerstoffaufnahme der Lunge. Sehr wohltuend bei Erkältungen ist eine Raumluftbefeuchtung mittels nasser Handtücher, auf die Zirbenöl aufgetropft wird. Bei Muskel- und Gelenkschmerzen kann Zirbenöl Einreibungen oder Bädern beigegeben werden.

Aufgepasst: Wie alle ätherischen Öle kann Zirbenöl Allergien sowie Haut- und Schleimhautreizungen hervorrufen und sollte vorsichtig dosiert werden. Eine innere Einnahme ist nicht ratsam, Kinder sind von ätherischen Ölen fernzuhalten.

Handelsprodukte (Auswahl):
› Ätherisches Öl (Maienfesler Naturkosmetik; Primavera)

Alpenpflanzen müssen die extrem kurze Vegetationsperiode trotz schwieriger Nährstoffversorgung und klimatischer Härten vollständig ausnutzen und reichern deshalb während ihrer Vegetationsphase einen wesentlich höheren Gehalt an Inhaltsstoffen an als die Pflanzen der Tallagen. Das macht sie zu hoch wirksamen Heilmitteln. Der Überblick stellt die interessantesten Alpenpflanzen und ihre medizinische Wirkung vor.



Rosenwurz

Rhodola rosea,
Crassulaceae

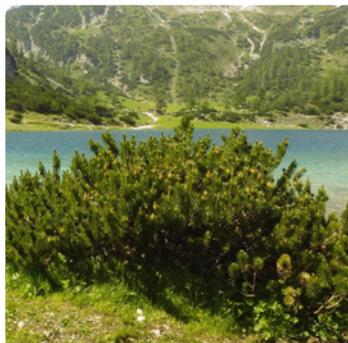
Obwohl überwiegend über ihr nordeurasisch-arktisches Verbreitungsgebiet berichtet wird, ist sie durchaus auch in den Zentralalpen und südlichen Randalpen anzutreffen. Je nach Höhenlage erscheinen die rötlichen oder gelben Blüten zwischen Mai und August, die Wurzel ist frisch innen weiß, im getrockneten Zustand rötlich.

Anwendung: Obwohl sie eine heimische Pflanze und in anderen Kulturen ein geschätztes Heilmittel ist, war die Rosenwurz im Alpenraum bislang wenig in Gebrauch. Doch mittlerweile gibt es einige Naturheilpräparate aus der Wurzel, die sich die positiven Eigenschaften der Rosenwurz zunutze machen: Sie stärkt den Organismus, lindert Stress-Symptome und verbessert die Erholung nach physischer Anstrengung.

Aufgepasst: Zur Verträglichkeit in Schwangerschaft und Stillzeit liegen noch keine gesicherten Erkenntnisse vor, von einer Einnahme ist abzuraten.

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Tabletten/Kapseln (rhodioLoges®, Dr. Loges; Kräuterhaus St. Bernhard)



Latsche

Pinus mugo subsp. mugo,
Pinaceae

Die immergrüne Latsche wächst als knorrig-geduckter Strauch in den nördlichen und südlichen Randalpen ab der Baumgrenze bis in Höhen von 2700 Metern. Die Latsche steht in vielen Alpenregionen unter Naturschutz und darf nicht gesammelt werden; das Öl wird über offizielle

Latschenbrennereien gewonnen. Topfpflanzen gedeihen jedoch auch gut in Balkonkästen.

Anwendung: Latschenöl wirkt krampflösend, auswurfördernd, schleimlösend und hautdurchblutungsfördernd. Traditionelle Anwendungsgebiete sind daher Atemwegs- und Erkältungskrankheiten sowie Muskel-, Nerven- und rheumatische Schmerzen. Bei Muskelkater, Verspannungen und Verkrampfungen ist die Latsche als Bestandteil des Franzbranntweins bekannt. Als Hausmittel werden frische Triebspitzen in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergossen und der Dampf unter einem Handtuch inhaliert oder als Badezusatz verwendet. Latschenöl befördert zudem durch seine Duftwirkung auf das limbische System im Gehirn die Stressbewältigung und physisch wie psychisch das Durchhaltevermögen.

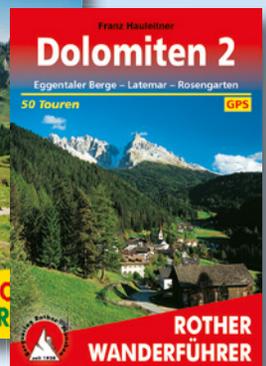
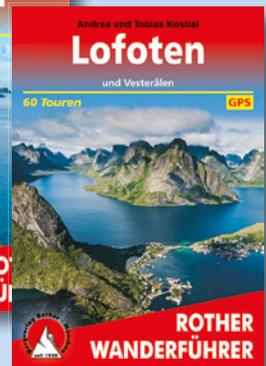
Aufgepasst: Wie alle ätherischen Öle kann Latschenöl Allergien sowie Haut- und Schleimhautreizungen hervorrufen und sollte vorsichtig dosiert werden. Eine innere Einnahme ist nicht ratsam, Kinder sind von ätherischen Ölen fernzuhalten.

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Ätherisches Öl (Bergila; Primavera)
- › Einreibung (Mack Natur; Allgäuer Latschenkiefer; Klosterfrau)

Fotos: Elisabeth Zacherl, Astrid Süßmuth

WANDERGLÜCK mit dem Bergverlag Rother



Aktuell & zuverlässig,
ausgewählte Touren,
alle Infos in einer Hand



Gleich loswandern! Tour
in der Lüneburger Heide:



ROTHER TOUREN APP:
geprüfte Touren, regelmäßig
aktualisiert, kein Abo
e-shop.rother.de



www.rother.de
Bergverlag Rother

Fotos: Astrid Süßmuth



Arnika

(*Arnica montana*,
Asteraceae)

Die gelben Blütenköpfchen der Arnika leuchten von Juni bis August bis in eine Höhe von 2800 Metern aus sauren Bergwiesen, Wiesen und lichten Wäldern. Arnika steht in den meisten Alpenregionen unter Naturschutz und darf nicht gepflückt oder gesammelt werden. Für die pharmazeutische Verarbeitung werden vor allem Arnikablüten aus wissenschaftlich begleiteten Wildsammlungen verwendet – bei denen sich herausgestellt hat, dass durch maßvolles Sammeln das Wachstum der Pflanzen angeregt wird, was zu einer deutlichen Vermehrung der Pflanzen führt.

Die gelben Blütenköpfchen der Arnika leuchten von Juni bis August bis in eine Höhe von 2800 Metern aus sauren Bergwiesen, Wiesen und lichten Wäldern. Arnika steht in den meisten Alpenregionen unter Naturschutz und darf nicht gepflückt oder gesammelt werden. Für die pharmazeutische Verarbeitung werden vor allem Arnikablüten aus wissenschaftlich begleiteten Wildsammlungen verwendet – bei denen sich herausgestellt hat, dass durch maßvolles Sammeln das Wachstum der Pflanzen angeregt wird, was zu einer deutlichen Vermehrung der Pflanzen führt.

Anwendung: Arnika ist die bekannteste Heilpflanze der Alpen und einzigartig zur Behandlung aller Weichteilverletzungen wie Verstauchungen, Prellungen, Quetschungen und Zerrungen.

Aufgepasst: In der Volksmedizin ist Arnikatinktur zur Wundversorgung weit verbreitet, jedoch kann diese Behandlung bei offenen Hautstellen zu allergischer Kontaktdermatitis führen. Alkoholische Auszüge führen bei innerlicher Anwendung in größeren Dosen zu inneren Blutungen. Während der Schwangerschaft ist die Einnahme von Arnika in homöopathischen Potenzen unterhalb D6 kontraindiziert.

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Arnikasalben (Weleda; Wala; Kneipp; profelan®arnika)
- › Arnikaöl (Lunasol; Weleda)
- › Arnikatinktur (Wala Arnika-Wundtuch; Salus; Weleda)



Augentrost

(*Euphrasia officinalis*,
Orobanchaceae)

Bis in Höhen von 2300 Metern steigt der Augentrost in den Alpen, je höher die Pflanze, umso größer die Blüte. Sie wirkt wie ein Auge mit langen Wimpern, die durch die violette Zeichnung auf der unteren Blütenlippe angedeutet werden.

Anwendung: Augenkompressen aus einem Absud von Augentrost und Baldrianblüten bei müden, überanstrengten Augen, allergischen Augenreizungen und entzündlichen Augenerkrankungen unterschiedlicher Ursachen. Im Handel erhältliche Einmalampullen von Augentrost-Augentropfen können zur Behandlung von Bindehautentzündungen, Lidrandentzündungen und Gerstenkörnern verwendet werden.

Aufgepasst: Von der Anwendung selbst zubereiteter Pflanzenauszüge am Auge ist dringend abzuraten!

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Augentrost Tinktur (Ceres; DHU)
- › Euphrasia Augentropfen (Wala; Weleda)
- › Euphrasia F Komplex Tropfen (Nestmann)



Mehr Alpenpflanzen und ihre naturheilkundliche Wirkung gibt es im „Lexikon der Alpenheilpflanzen“.

AT Verlag, 296 S., € 32,90.



Edelweiß

(*Leontopodium alpinum*,
Asteraceae)

Die berühmteste aller Alpenpflanzen ist erst nach der letzten Eiszeit aus den Steppengebieten Zentralasiens nach Mitteleuropa eingewandert und konnte sich auf steinigem Bergwiesen und felsigen Matten in Höhenlagen zwischen 1500 und 3000 Metern ansiedeln. Die weißen

Blütensterne mit fünf bis zwölf Strahlen sind Hochblätter, die bei intensiver UV-Bestrahlung leuchten. Innerhalb dieser Scheinblüten erscheinen zwischen Juni und September die eigentlichen, unauffälligen gelben Blütenkörbchen. Raubpflückungen Ende des 19. Jahrhunderts haben dazu geführt, dass heute nur noch Restvorkommen auf felsigen Abhängen zu bewundern sind. Das Edelweiß steht in freier Natur unter Naturschutz und darf nicht gepflückt oder gesammelt werden. Für die Produktion von Arznei und Kosmetika wird Edelweiß gezüchtet; große Edelweißfelder befinden sich bei Orsières im Kanton Wallis und im Engadin.

Anwendung: Im Alpenraum ist vor allem die heilkundliche Verwendung des Edelweiß bei Verdauungsbeschwerden bekannt. Für unspezifisches Bauchweh bei Kindern wird es in Milch gekocht oder als Haferschleim zubereitet. Nach neueren wissenschaftlichen Erkenntnissen bewirkt Leolinin aus der Edelweißwurzel eine Bindung der für erhöhte Blutfettwerte verantwortlichen Proteine und verringert so die Entstehungsrate von Gefäßwandverdickungen. Cremes mit Edelweißextrakten als Radikalfänger zeigen bereits nach kurzer Anwendungsdauer Wirkung, typische Anzeichen häufiger starker Sonneneexposition werden wesentlich gemildert.

Handelsprodukte (Auswahl):

- › Creme und Sonnencreme (Savogniner Edelweiss Cosmetics; Weleda)



Astrid Süßmuth ist Heilpraktikerin, passionierte Bergsteigerin und DAV-Wander- und Familiengruppenleiterin. Ihr Pflanzenwissen gibt sie in Artikeln, Büchern und Exkursionen weiter.



THEMEN DIESER AUSGABE:

**JUGENDFAHRT OHNE GELD
GEDANKEN ZUM E-MOUNTAINBIKE
ANTISEMITISMUS IM GEBIRGE
SPONSORED POSTS**

WORTSCHATZ



UPHILL-FLOW

Wörtlich: Bergauf-Fließen. Für alle, die schon mal auf einem Rad bergauf gehechelt sind, zunächst ein paradoxes Begriffspaar, das aus Werbekampagnen von E-Bike-Herstellern stammt. Dank Motor-Doping sind steile Wege jetzt auch gegen die Schwerkraft anstrengungslos befahrbar. Ob man dabei das Gefühl von Flow erleben kann? Kritische Stimmen sagen, das gäbe es nur mit guter Fahrtechnik. Vielleicht hatten die aber auch noch nicht den richtigen Motor unterm Hintern.

PWE

EDITORIAL

HEYHO!

Die Sonne brutzelt herunter und unter großer Mühe trete ich die steile Forststraße hinauf. Wie ein Wasserfall läuft mir der Schweiß an meinem von der Anstrengung verzerrten Gesicht herab. Durch mein eigenes Keuchen höre ich anfangs gar nicht, wie sich eine Gruppe anderer Mountainbiker*innen nähert und mich mit einer Leichtigkeit überholt, wie ich sie mir beim Fliegen vorstelle. Aha, E-Bikes ...

Was denkt ihr darüber? In diesem Heft haben wir uns Gedanken zum Thema E-Bike gemacht, ohne dabei aber eine Position einzunehmen – die muss jede*r selber finden.

In einem weiteren Artikel geht es um die Umbenennung eines nach Waldemar Titzenthaler (Antisemit und Vorsitzender einer Alpenvereinssektion) benannten Weges und die Reaktionen von Rechtsextremen, Angehörigen und der Öffentlichkeit.

Außerdem berichten wir über die Finanzierung von Medien – wie Panorama – mit so genannten „Sponsored Posts“ und über eine Jugendfahrt der Sektion Konstanz, die komplett ohne Geld verwirklicht werden konnte.

Viel Spaß beim Lesen!

SEPP HELL



GEDANKEN ZUM
E-MOUNTAINBIKE

E GUT, GAR NICHT GUT?



Elektrisch motorisierte Fahrräder fürs Gelände, kurz E-MTBs, sind in der Breite und der Höhe angekommen. Die Frage lautet eigentlich nicht mehr ob, sondern wie kann das gut gehen? Wir wollen niemandem die Entscheidung ab- oder vorwegnehmen zwischen den individuellen Argumenten für und den Bedenken gegen das Berg-Motor-Rad. Sondern wir liefern im klassischen Knotenpunkt-Style Gedanken für den inneren Diskurs.
Text: STEFANUS STAHL



Ach, wenn ein Kinder-Anhänger dran ist – dann ist das Bergmotorrad ja in Ordnung ... oder? © Stefanus Stahl

Wenn ein E-MTB Abgase und Lärm produzieren würde, käme niemand auf die Idee, es als legitimes Hilfsmittel am Berg anzusehen. Und mit Akku-Herstellung und -Ladung ist auch die Umweltbilanz nicht gerade super grün. Vor allem, wenn man den Akku auf der Berghütte lädt, aus einem Generator, für den Diesel auf den Berg geflogen wird – ist es dann ökologisch schlimmer, mit dem Lift auf den Berg zu fahren?

Und wenn Hütten das Laden des Akkus untersagen – wie werden die geneigten E-MTB-Pilot*innen wohl reagieren?

a) Sie laden auf einer anderen Hütte, die sie und ihren Geldbeutel mit offenen Armen empfängt.

b) Das Thema wird sie noch ein paar wenige Jahre wurmen, bis leistungsstarke Akkus für auch die längsten Touren bereit stehen werden.

E-MTBs heben „die Schranke der Schwerkraft“ auf – und sind so hip (auch dank aggressiver Vermarktung), dass sich niemand für fehlende Kondition und Motorhilfe schämt. Wie reagiert der sowieso schon überlastete, sensible Naturraum Alpen auf den höheren Nutzungsdruck?

Und wie geht es den frischgebackenen motorgetriebenen Berggradlern – vor allem auf der Abfahrt? Denn jedes Fahrrad verlangt Fahrkönnen, will man sich im Gelände bewegen. Daran ändert ein Motor absolut nichts, im Gegenteil: Die höheren Ge-

schwindigkeiten brauchen eher noch mehr Voraussicht und Technik.

E-(manzipations-)MTBs können Trainings- und Leistungsunterschiede ausgleichen. Schafft der E-Antrieb das, was manche Gruppenmitglieder an ihre Toleranzgrenze bringt? Und wenn die alte Regel „der*die Langsamste bestimmt das Tempo“ entfällt – was macht das mit unserem Gruppenverhalten? Oder mit Eltern, die nicht auf ihre längeren Touren verzichten wollen, weil der Nachwuchs nun mal erst sieben Jahre alt ist, und die Kinder aufs E-Kinderrad setzen?

Wer ganz kleine Kinder im Anhänger per E-MTB transportiert, wird kaum kritisiert. Erleben wir bald Alibi-Anhänger zur Image-Rettung? 

WAHRES ODER BARES?

Sponsored Post? Schon mal gehört? Die Bezeichnung bedeutet, dass ein Artikel auf einer Website, in einer Zeitschrift oder einer sonstigen Veröffentlichung kein redaktioneller Beitrag, sondern eben ein „gesponserter (also bezahlter) Beitrag“ ist. Ohne einen geeigneten Hinweis handelt es sich dabei um Schleichwerbung, die in Deutschland verboten ist. Besonders akut ist das Thema heutzutage im Internet – wo die Grenzen zwischen redaktionell aufbereitetem Inhalt und bezahlter Werbung teilweise verschwimmen.

Influencer*innen werden häufig dafür kritisiert, nicht ausreichend deutlich zu machen, dass sie dafür bezahlt werden, ein bestimmtes Produkt in die Kamera zu halten. Gern versuchen sie dann, das Thema mit einem unauffälligen #ad zu umgehen – was aber nach einem Gerichtsurteil meist nicht ausreicht: Der Hashtag fällt zwischen den vielen anderen nicht auf, der Beitrag wird weiterhin als Schleichwerbung gewertet.

Noch tückischer wird es dort, wo man gewöhnlich keine Schleichwerbung erwartet – etwa in Zeitungen und auf Websites, wo sonst größtenteils redaktionelle Inhalte zu finden sind. Sind dann Layout und Stil noch so gewählt, dass die Werbung dem redaktionellen Inhalt zum Verwechseln ähnlich sieht, bewegt man sich plötzlich in der Welt des „Advertorial“. Auch bei diesen redaktionell aufgemachten Werbeanzeigen muss ein eindeutiger Hinweis zu finden sein – so etwas kommt

auch in DAV Panorama manchmal vor. Für die „Panorama Promotion“-Seiten zum Beispiel gibt es eine eigens gekennzeichnete Titelseite.

Hier darf nicht unerwähnt bleiben: Auch der Knotenpunkt, also diese Seiten hier, verursacht Produktionskosten. Ein Teil davon wird aus Zuschüssen des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend finanziert. Die JDAV wird außerdem durch ihre Partner AOK Bayern, Mountain Equipment und Globetrotter Ausrüstung unterstützt. Diese bekommen dafür die Möglichkeit, sich im Kontext der JDAV zu präsentieren – zum Beispiel mit Gewinnspielen. Das ist dann aber auch erkennbar – den Hinweis „Sponsored Post“ sucht ihr neben den Knotenpunkt-Artikeln also zu Recht vergebens, denn: Die Knotenpunkt-Redaktion ist von der Finanzierung vollständig unabhängig, kann also schreiben, was und wie sie möchte – eine wichtige Grundlage des Journalismus.

SST

Nicht immer ist das E-MTB ein Vorteil – vielleicht war der Tourentipp ein Sponsored Post?
 © Stefanus Stahl



FORTSETZUNG

Was fühlt sich besser an? Mit Bio-Power einen Gipfel natürlich zu erklimmen, oder mit dem E-Bike doppelt so viele Höhenmeter zu schaffen?

Das Problem sind nicht die E-Bikes. Das Problem ist das Fahrverhalten der Draufsitzenden: Mit dem „Biobike“ ist man nur in der Abfahrt massiv schneller als Wanderer; mit dem E-MTB auch in flachem Gelände – darf man auf vernünftige Fahrweise und reduzierte Geschwindigkeit hoffen, wann immer (E-)Bike auf Fußgänger*in trifft?

Warum fahren eigentlich diejenigen, die durch ein E-Bike wirklich weniger Lärm und Emissionen als bisher in den Bergen verursachen könnten, so selten E-MTB? Forst-, Jagd- und Hüttenpersonal mit E-Rad statt Allrad?

Wie häufig muss man mit den eigenen Beinen ein E-MTB überholen, um über das Gefühl hinwegzukommen, ständig von E-MTBs überholt zu werden? 

ANTISEMITISMUS IM GEBIRGE

AUF IRRWEGEN

Die Zeiten menschenverachtenden Nationalismus sind nicht vorbei – und auch nicht aufs Tal beschränkt, wie *SILVAN METZ* berichtet.

Inmitten seiner Berge, denen seine Liebe u. Arbeit galt, ruht hier Waldemar Titzenthaler.“ So weit, so gut. Das klingt erst einmal wie auf anderen Gedenktafeln, die man häufig in den Alpen findet. Doch der nächste Satz stößt auf: „Ein Kämpfer für das Deutschtum, langjähriger Führer und Ehrenvorsitzender der Sektion Mark Brandenburg des D.u.Oe.A.V.“

Darf man einen Antisemiten ehren – mit solchen Worten?

© salto.bz

Was man auf dieser Bronzetafel auf einem Urnengrab in den Öztaler Alpen noch heute lesen kann, klingt nicht nur wie Sprache aus der NS-Diktatur, sie ist es auch. Titzenthaler war von 1922 bis 1937 Vorsitzender der Berliner Sektion „Mark Brandenburg“, die seit ihrer Gründung 1899 durch offen praktizierten Antisemitismus auffiel. Mitgliedschaft nur mit Ariernachweis. Titzenthaler führte die Sektion mit Begeisterung im Sinne des NS-Regimes, so gab es etwa 1933 einen Aufruf zum Boykott jüdischer Geschäfte.

Dass der Alpenverein in puncto Nazis und Antisemitismus keine saubere Geschichte hat, ist längst bekannt und in vielen Abhandlungen nachzulesen. Interessant ist aber vor allem ein Blick auf die Aufarbeitung dieses Kapitels bis in die heutige Zeit. Bleiben wir beim Beispiel von Waldemar Titzenthaler: Erst 2003 wird der Alpenverein auf diesen Antisemiten aufmerksam. Der Weg, der an der Tafel vorbeiführt und bis dahin sogar noch den Namen Titzenthalers trug, wird nun umbenannt. Noch einmal elf Jahre müssen verstreichen, bis nach zähem Ringen unter die Gedenktafel für den „Kämpfer des Deutschtums“ eine Infotafel angebracht wird, die auf seine Verbrechen hinweist. Doch nur wenige Wochen später reißen Unbekannte, deren politische Gesinnung sich leicht erahnen lässt, die Tafel herunter. Zudem droht ein Nachkomme Titzenthalers mit Klage, falls eine weitere Tafel angebracht würde. Ein Skandal? Nein, ein Aufschrei der Szene blieb aus.

Vergangenen Sommer wurde nun doch eine Mahntafel aufgehängt, auf der Titzenthaler als „aggressiver Deutschnationaler und radikaler Antisemit“ charakterisiert wird. Wir können gespannt sein, wie lange diese Tafel hängt. Denn auch heute noch treiben sich zu viele Bergsteiger*innen in den Alpen herum, bei denen nicht nur Gneis eine bräunliche Färbung hat. 2016 etwa, nachdem ein Unbekannter das Gipfelkreuz des Schafreuter (Karwendel) fällt, stellten Aktivisten der rechtsextremen und vom

Verfassungsschutz beobachteten „Identitären Bewegung“ ein neues Kreuz auf. Zwar wurde dieses wenig später von der örtlich zuständigen Alpenvereins-Sektion ersetzt, doch wurde das in erster Linie mit Bedenken ob der Standsicherheit des Nazi-Kreuzes begründet. Gab es diesmal einen Aufschrei der Bergszene? Ja, aber nur über das Umhacken des ersten Kreuzes. Dass Rechtsextremisten ein neues aufstellten, wurde kaum bemerkt, stattdessen wurde die Aktion von (zu) vielen sogar beklatscht. 



GEMEINSAM AUF IRRWEGEN

Die JDAV veranstaltet im Rahmen des Jubiläumsjahres die „Alpinen Irrwege“, eine Veranstaltung, die sich mit der Rolle der Jugend im Alpenverein während des Nationalsozialismus beschäftigt. Denn in Abwandlung der Parole, die man aus den Städten kennt, muss es in den Bergen heißen: „Keinen Höhenmeter den Faschisten!“

JUGENDFAHRT MAL ANDERS

Der Jugendleiter Krystian Podworny von der JDAV Konstanz ist mit seiner Gruppe in einer Woche unter dem Motto „fast ohne Geld“ von Konstanz nach Wangen im Allgäu getrampt. **LENA BEHRENDES** hat ihn dazu befragt.

Krystian, was hat euch zu dieser ungewöhnlichen Aktion motiviert?

Viele Ausfahrten kosten eine Menge Geld. Wir dachten uns, wir bieten einfach mal etwas an, was so wenig kostet wie möglich. Gleichzeitig wollten wir möglichst ressourcenschonend unterwegs sein. Also eben auch nicht in die Berge fahren, sondern vor Ort starten und das nutzen, was da ist.

Wie habt ihr eure Zeit letztlich verbracht?

Erst einmal hat das Trampfen viel Zeit gebraucht. Mit so vielen Leuten hat's öfter mal eine Weile gedauert, bis alle am nächsten Treffpunkt angekommen sind. Dann haben wir ja immer einen Ort zum Übernachten gebraucht und etwas zu essen. Wir haben Straßenkunst und -musik gemacht, um Geld zu verdienen. Das hat aber auch zu Diskussionen in der Gruppe geführt.

Um was ging's dabei?

Wir haben mehr Geld eingenommen, als wir brauchten, und auf Wochenmärkten viele Lebensmittel geschenkt bekommen. Da haben wir uns gefragt, ob wir nicht den Bettlern, die davon leben müssen, etwas wegnehmen. Dazu gab es sehr unterschiedliche Sichtweisen. Wir haben dann unser Essen oft mit den Obdachlosen geteilt und am Ende über 500 Euro an eine wohltätige Organisation gespendet.

Wie passt diese Jugendfahrt zur JDAV?

Für mich bedeutet Jugendarbeit in der JDAV viel mehr als Bergsport. Wir stehen ein für Nachhaltigkeit und für Vielfalt und wir haben in diesen Tagen ganz viel erlebt, was junge Menschen in ihrem Großwerden unterstützt.

Was hast du persönlich mitgenommen?

Vieles. Ich schaue zum Beispiel anders auf Menschen, die am Straßenrand sitzen. Und unsere Reise war eine wunderbare Bestätigung, wie offen Menschen sein können. Wir sind mit so vielen Leuten ins Gespräch gekommen; sonst läuft man doch nur aneinander vorbei.

Würdest du so eine Jugendfahrt zur Nachahmung empfehlen? Und was ist dein Tipp dafür?

(lacht) Ja, auf jeden Fall. Die Probleme, mit denen man konfrontiert wird, werden von Mal zu Mal total unterschiedlich sein – mit jeder Gruppe ist das ein neues Experiment. Mein Tipp? Lust haben, einfach loszuziehen. Und bereit sein, auf das zu reagieren, was kommt. 📖



Einfach mal ohne Geld – Krystian Podworny hatte die Idee.
© JDAV Konstanz

ZWISCHENTON

DIE GROSSE RUHE – LAUT VERMARKTET



Neulich erhielt ich von einer Destination in Tirol ein Werbegeschenk. Als Teilnehmer einer Mountainbike-Veranstaltung bekam ich eine Tasche in die Hand gedrückt. Abgesehen davon, dass ich Werbegeschenke wenig mag und mich schon ärgerte, nicht schnell genug abgelehnt zu haben, war ich über den Inhalt dann doch irritiert – ein Polyester-Kissen mit der Aufschrift: „Du liebst sie ... die Ruhe der Tiroler Natur.“

AUCH MAL RUHE GENIESSEN?

Das kannst du in der JDAV-Hängematte! Im Jubiläumsjahr gibt es exklusiv eine Hängematte mit JDAV-100-Jahre-Logo für € 49,90 (Nicht-Mitglieder: € 59,90) im dav-shop.de

Nun, das ist zunächst einmal natürlich wahr: Die Ruhe der Tiroler Natur gefällt mir ganz ausgezeichnet. Nur muss ich gerade ernsthaft überlegen, wann ich sie das letzte Mal getroffen habe, die Ruhe der Tiroler Natur.

Also ganz ruhig, ohne Lift, Jagertee und Remmidemmi. Bitte versteht mich nicht falsch, ich weiß um die Bedeutung des Tourismus für die Bergregionen, auch wenn sich Ruhe und Reklame für mich eigentlich ausschließen. Aber fällt einer Bergregion, die mit Ruhe wirbt, echt nichts Besseres ein? Paradoxer wäre eigentlich nur, die große Ruhe per Lautsprecherdurchsage zu bewerben.

Ein alternativer Vorschlag, der sogar mit einer gewissen Selbstironie glänzen könnte: Ohropax mit Bergmotiv darauf würde das Thema Ruhe im Skigebiet recht ehrlich beschreiben ... (SST)

Nach 13 Jahren der Krebs zurück!

Fernmetastasen! Nach großer OP die Frage:

Werde ich die Berge wiedersehen? Fünf Wochen später Hochfelln bestiegen! Nicht irgendeine Bergbesteigung! Vielmehr jeder Schritt eine Liebeserklärung an mein Leben!

Wer sagt dir, dass du noch viel Zeit hast?

Fang heute an, dein Leben und deine Wahrheit zu leben!

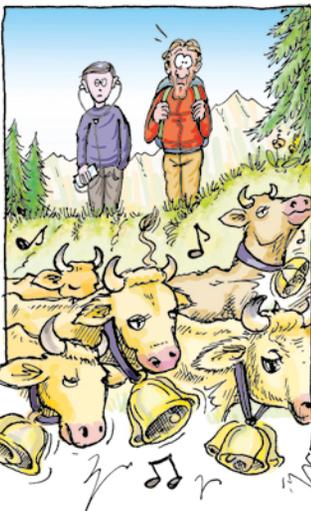
Danke an Simone Osteroth, dass du diesen intensiven Moment mit uns geteilt hast. Vom JDAV-Sponsor Mountain Equipment bekommst du dafür den Schlafsack Earthrise 400, der dich bei Temperaturen bis null Grad warm schlafen lässt, bei nur 850 Gramm Gewicht. Wert: 319,90 Euro. Und das Beste daran: Bezugstoffe und Daunenfüllung sind zu 100% recycelt. Professionelle Wiederaufbereitung lässt das wertvolle Naturmaterial Daune zu neuem Leben erwachen – mit dem Jubiläumsprojekt „DownUpCycling“ unterstützt die JDAV ihren Partner Mountain Equipment bei dieser Aufgabe.



UND DEIN BERGMOMENT?

Schick deinen Beitrag – Erlebnis, Ärger, Begegnung, Zwischenfall ..., im Format „280 Zeichen Text“ oder „Foto + 140 Zeichen Text“ – an bergmoment@alpenverein.de oder JDAV, Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München. In jedem Knotenpunkt prämiieren wir eine Einsendung – mehr davon findet ihr auf jdav.de/knotenpunkt

... RUHE !



HÖCHST INTERESSANT

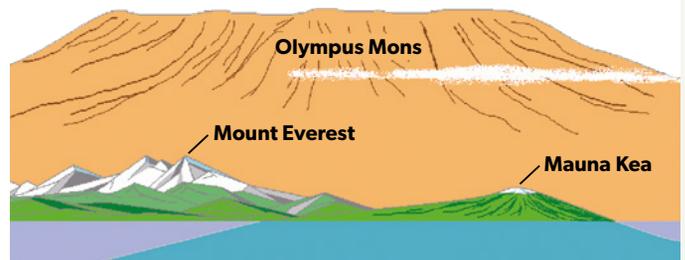
Wusstest du, dass ...

... **der Mount Everest** nur vom Meeresspiegel aus gemessen der höchste Berg der Erde ist? Vom Erdmittelpunkt gerechnet, wäre der Chimborazo in Ecuador die Nummer eins. Gemessen vom Bergfuß hat der Vulkan Mauna Kea auf Hawaii den Titel verdient: Er ist 10.203 Meter hoch – 6000 davon befinden sich unter Wasser.

... **es in Mecklenburg-Vorpommern** eine Erhebung gibt, die tatsächlich „Höchster Berg“ heißt? Mit 84 Metern über dem Meeresspiegel handelt es sich aber eher um einen Hügel.

... **der Gipfel des Feldbergs** im Schwarzwald auch der „Höchste“ genannt wird? Mit 1493 m ü. NN ist er zudem der höchste Gipfel Deutschlands außerhalb der Alpen.

... **der höchste Berg auf dem Mars** Olympus Mons heißt? Er ragt vom Bergfuß etwa 26.000 Meter in die Höhe.



Größenvergleich: Der Olympus Mons auf dem Mars ist a bissl größer als Everest und Mauna Kea. Wikimedia/stevy 76

GÄMSCHEN KLEIN

Sebastian Schrank



DAV-Jubiläumstour

Im falschen Film – Der DAV feiert sein 150-jähriges Bestehen mit einer großen Jubiläumstour. Als alter DAVler ist man irritiert und fassungslos. Kein einziger dieser Filme hat auch nur den geringsten Bezug zum Alpenverein! Nur drei Filme beziehen sich auf die Alpen. Aber vielleicht passt dies ja alles zu einem Verein, der vom Bergsteiger- zum Bergsport-Verein mutiert ist und dem eine Olympia-Beteiligung ein wichtigeres Anliegen scheint als die Instandhaltung des alpinen Wegenetzes. Diese Arbeit überlässt man den Sektionen mit ihren ehrenamtlichen Wege-Betreuern, welche zumeist schon mit den erforderlichen Kontrollgängen und Markierungen überlastet sind. Der Steig- und Wege-Erhalt ist neben dem Hüttenwesen (nicht Berghotels!) eine der prägnantesten Aufgaben des DAV! Dafür gilt es, die Mitglieder-Beiträge einzusetzen und nicht zweckentfremdet für „sündteuere“ Olympia-Wettkämpfe, welche in keiner Weise irgendetwas mit den ursprünglichen Vereinszielen des DAV zu tun haben.

Anderl Mannhardt

Anmerkung der Redaktion: Die Intention der Filmtour war, ein Unterhaltungsprogramm zusammenzustellen, das aus Bergfilmen unterschiedlicher Jahrzehnte besteht und auch zeigen soll, wie sich die Darstellung der Berge und des Bergsteigens geändert hat. Das Vereinsjubiläum ist somit eher Anlass als Inhalt.

Ein hohes Amt mit vielen Facetten

DAV Panorama 2/2019, S. 52 ff.

Rein ehrenamtlich? – Vielen Dank für das informative Porträt der drei DAV-Vizepräsidentinnen. Ich habe hohen Respekt vor dem großartigen Engagement dieser und der weiteren Präsidiumsverantwortlichen. In der Einleitung Ihres Beitrags heben Sie hervor: „Und das alles rein ehrenamtlich.“ Ich halte diese Hervorhebung für problematisch und tendenziell irreführend. Einerseits gibt § 11 Abs. 2 Satz 1 der Satzung die Ehrenamtlichkeit vor, weshalb sie „selbstverständlich“ und im Einzelfall unabdingbar ist. Andererseits sind das zeitliche wie fachliche Engagement und die Verantwortung der porträtierten Vizepräsidentinnen derart umfangreich, dass eine rein ehrenamtliche Wahrnehmung nur für wenige DAV-Mitglieder leistbar und zumutbar erscheint. Kritisch gefragt: Wer kann sich, solange die Satzung an der Ehrenamtlichkeit festhält, eine umfangreiche Leitungstätigkeit

„leisten“? Sollte nicht ein Verein mit deutlich über einer Million Mitgliedern zumindest auf der obersten Ebene von der „reinen“ Ehrenamtlichkeit Abschied nehmen? Ich empfehle, das DAV Panorama dafür zu nutzen, eine Debatte über Sinn und Grenzen der Ehrenamtlichkeit zu eröffnen.

Andreas Schreck, Göttingen

Anmerkung der Redaktion: Die Formulierung „rein ehrenamtlich“ bezieht sich auf die so genannte Ehrenamtpauschale, eine pauschalierte Aufwandsentschädigung von 720 Euro pro Jahr, die im Rahmen eines solchen Ehrenamts angesetzt werden darf. Das Präsidium, der Verbandsrat und alle weiteren DAV-Gremien im Bundesverband verzichten auf diese Aufwandsentschädigung. Lediglich die anfallenden Reisekosten werden erstattet.

Haltung zeigen: So gewinnen alle

DAV Panorama 1/2019, S. 8 f.

Lebenswichtig – Wir sind begeistert von der neuen Serie in DAV Panorama und dem ersten Artikel „So gewinnen alle“. Als Dankeschön senden wir Ihnen das Buch von Prof. Harald Lesch „Wenn nicht jetzt, wann dann“. [Anmerkung der Redaktion: Harald Lesch, Klaus Kamphausen: Wenn nicht jetzt, wann dann? Handeln für eine Welt, in der wir leben wollen. Penguin Verlag 2018, € 29,-]. Sofort praktikierbar fanden wir aus diesem Buch die Informationen in dem Artikel zu Atmosfair, wo es um den Klimaschutzbeitrag für Flüge geht – was Sie ja auch in Ihrem Artikel beschreiben. Wir finden es hervorragend, dass sich der Alpenverein dieser lebenswichtigen Themen so engagiert annimmt.

Wanda und Engelbert Schmölz

Haltung zeigen: Mobilität

DAV Panorama 2/2019, S. 8 ff.

Rahmenbedingungen schaffen! – Gerade auf Strecken von 500-1500 Kilometern könnte der (Nacht-)Zug eine tolle und umweltfreundliche Alternative zum Auto und zum Flugzeug sein. Tatsächlich war er das auch mal – bis die Nachtzüge abgeschafft wurden. Die wenigen übriggebliebenen (von der ÖBB betriebenen) sind völlig unattraktiv, da viel teurer als früher – und wer will schon die ganze Nacht sitzen? Hierfür sollte sich ein Verein wie der DAV, der sich – so war in den letzten Panorama-Ausgaben zu lesen – auch als Naturschutzverband versteht, aktiv und massiv einsetzen. Warum tut er das nicht? Als großer und anerkannter Verband hätte er dazu die (politischen) Möglichkeiten. Andere

„Bergvereine“ sind da deutlich weiter. Der STF (schwedisches Äquivalent zu DAV und Jugendherbergswerk) hat eine massive politische Kampagne gestartet, als in Schweden die Nachtzüge ins Jämtlandsfjäll (eine der beliebtesten Wander- und Ski-Regionen) abgeschafft werden sollten. Ergebnis? Die Nachtzüge fahren weiterhin! Warum engagiert sich der DAV nicht in ähnlicher Weise in Deutschland? Das würde wirkliche Alternativen schaffen! Aber es ist natürlich anstrengender und man macht sich potenziell mehr Feinde in der Politik als mit einem Artikel, mit dem man die Verantwortung auf den Einzelnen „ab-schieben“ möchte.

Jörg Isenberg

Gravierende Kluft – Ich finde es wirklich gut, wenn sich ein deutschlandweit verbreiteter und anerkannter Verein zum Thema „Nachhaltigkeit“ und Klimaschutz bekennt und auch bereits einige Taten folgen lässt. Stichworte: Hüttenausstattung und Aufforderung zur klimafreundlichen Anreise. Ein Ergebnis der DAV-Werkstatt (S. 28 f.) – „... Wir müssen Gewohnheiten durchbrechen, einen Wandel herbeiführen, Veränderer werden und mit gutem Beispiel als Vorbild vorangehen ...“, trifft genau das, was ab jetzt zwingend notwendig ist. Gleichzeitig bietet der DAV Summit

gesucht/gefunden



Ab sofort unter:
alpenverein.de/gesucht-gefunden

Club (Seite 58-63) 22 Reisen an, davon wird bei 15 Reisen das Flugzeug als Transportmittel genutzt. Für mich ergibt sich hier eine gravierende Kluft zwischen dem Anspruch des DAV und seinen Handlungen, die Erreichung der Klimaschutzziele zu unterstützen. Sicher gibt es auch hier Möglichkeiten, das Reiseangebot anzupassen: weniger Flugziele. Wenn ein Reiseziel mit Flug angeboten werden soll, kann die Kompensationszahlung an Myclimate oder Atmosfair (siehe Seite 10) direkt in den Reisepreis mit einkalkuliert werden. Dies könnte sogar als Werbeargument genutzt werden für Menschen, denen nicht nur die Gegenwart in Form der Fernreise, sondern auch die langfristige Zukunft dieser Erde ein Anliegen ist.

Klaus Gräbe

Hinweis: Leserbriefes geben die Meinung der Einsender wieder. Die Redaktion behält sich die Auswahl und das Recht der sinnwahren Kürzung vor.



Weitwandern
durchs Rätikon

Tour der steilen Grenzgänge

Rätikon



Für die Trans-Rätikon, eine abwechslungsreiche Mehrtageswanderung durch den kontrastreichen Gebirgszug von West nach Ost, sind Ländergrenzen kein Problem. Etwas komplizierter wird es bei der Idee eines länderübergreifenden Naturparks.

Text und Fotos: [Ute Watzl](#)



Über das schimmernde Türkis des Lünensees reicht der Blick beim Abstieg von der Schesaplana weit über das Brandnertal.

Manche Grenzen haben ihren Reiz. Wie die persönlichen, die hin und wieder ausgetestet werden wollen. Im Rätikon sind es diverse Länder- und Regionalgrenzen zwischen Liechtenstein, dem österreichischen Vorarlberg und dem Schweizer Graubünden, die man immer wieder überschreitet. Der Umsetzung des einen oder anderen touristischen Projektes und der Entwicklung der gesamten Region standen

diese Grenzen im Weg. So jedenfalls sahen es einige Prättigauer in Graubünden und gründeten die Initiative zu einem internationalen Naturpark Rätikon. Das Argument: Der Rätikon sei seit jeher – aus geologischer, kultureller und gesellschaftlicher Sicht – ein einheitlicher Raum. Ein Naturpark soll diese Natur- und Kulturlandschaft als Einheit gemeinschaftlich und nachhaltig entwickeln und würde die beteiligten Gemeinden bei neuen Projekten in Landwirtschaft, Tourismus, Natur, Bil-

dung und Kultur unterstützen. „Bisher gibt es hier und da mal eine Idee, mal ein Schulprojekt, mal eines zur Mobilität“, erzählt Georg Fromm, der Regionalentwickler der Region Prättigau/Davos. „Aber das ist keine Strategie. Mit dem Naturpark sollen solche Projekte fliegen lernen.“

Die Gemeinden dreier Länder sind dafür ins Boot zu holen, angefangen im Liechtensteiner Malbun, wo die Rätikon-Durchquerung ihren Anfang nimmt. Der Fürstin-Gina-Steig verläuft auf rund 2000 Meter Höhe als Grenzweg zwischen Liechtenstein und dem österreichischen Vorarlberg, Malbun auf der einen Talseite, der so genannte Nenzinger Himmel auf der anderen. Zwei Ortschaften und zwei Täler, die sich nicht unterschiedlicher hätten entwickeln können. Bergbahn, Hotels und Parkplätze prägen das Bild auf Liechtensteiner Seite. Malbun ist ein ganzjährig besuchter Touristenort. Der Nenzinger Himmel im Gamperdonatal dagegen gehört der Agrargenossenschaft Nenzing und hat sich stets allzu ambitionierter touristischer Vermarktung widersetzt: ein paar private Hütten, ein Gasthof, eine gro-

INFO

mehr: alpenverein.de/panorama



RÄTIKON-DURCHQUERUNG

Anreise: Mit dem Zug bis Feldkirch (Vorarlberg), weiter mit dem Bus (Nr. 11) nach Vaduz und Malbun (21). Zurück mit dem Zug ab Tschagguns nach Feldkirch.

Charakter: Die Rätikon-Durchquerung verläuft auf überwiegend leicht zu gehenden Steigen und Wegen mit Ausnahme des Schweizer Steiges hinauf zur Schesaplana. Durch das umfangreiche Netz aus Schutzhütten auf Vorarlberger und Bündner Seite lässt sich die Route beliebig anpassen.

Etappen:

Tag 1: Malbun Talstation Sareiser Bergbahn – Augstenberg – Pfälzerhütte, 3 Std., ↗ 750 Hm, ↘ 250 Hm

Tag 2: Pfälzerhütte – Naafkopf – Schesaplanahütte, 5 Std., ↗ 650 Hm, ↘ 850 Hm

Tag 3: Schesaplanahütte – Schesaplana – Totalphütte bzw. Douglasshütte am Lünensee, 4 Std., ↗ 1050 Hm, ↘ 580 Hm

Tag 4: Totalphütte bzw. Douglasshütte – Schweizer Tor – Carschinahütte, 5 Std., ↗ 600 Hm, ↘ 740 Hm

Tag 5: Carschinahütte – Sulzfluh – Tilisunahütte – Tschagguns, 8 Std., ↗ 820 Hm, ↘ 2300 Hm

Karten: Swisstopo, 1156 und 1157, Schesaplana und Sulzfluh, Landeskarte 1:25.000

Weitere Informationen:

- › Prättigau Tourismus, praettigau.info
- › Alpenregion Bludenz Tourismus, vorarlberg-alpenregion.at
- › Montafon Tourismus, montafon.at
- › Naturpark-Projekt: raetikon.net



ße Alpe, Wanderwege. Die Zufahrt mit dem Auto ist verboten, im Winter hält das Tal Winterschlaf. Am Fürstin-Gina-Steig stoßen Welten aufeinander. Ein grenzüberschreitender Naturpark fände hier seine Herausforderung.

„Naturpark Rätikon? Gehören wir da dazu?“ Die Pfälzer Hütte ist das erste Etappenziel – über ihr präsentiert sich der Gorfion (2308 m) wie eine Felskrone. Im Sommer 2018 weiß die Hüttenwirtin Elfriede von den Naturpark-Plänen noch nichts. Dabei wird an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften bereits eine Machbarkeitsstudie erstellt, die Nutzen und Sinnhaftigkeit eines Naturparks herausarbeitet. Doch auch die Reaktion unter den einheimischen Hüt-



Im steilen Schweizer Steig liegt den Wanderern das sattgrüne Prättigau zu Füßen. Unten steht die gemütliche Schesaplanahütte – auf der Graubündner Seite des Rätikons.

tengästen spricht Bände: „Naturpark? Da gibt's wieder Auflagen und Verbote. Die Jäger dürfen ja jetzt schon nirgendwo mehr jagen wegen der vielen Ruhezonen“, beschwert sich ein Gast. Aber der Wolf, der dürfe dann hier machen, was er wolle.

Sie hören Naturpark und verstehen Nationalpark. Dabei handelt es sich um ein Missverständnis. Während ein Nationalpark ein strenges Naturschutzprogramm mit einer Kernzone ist, die der wirtschaftlichen Nutzung und der Beeinflussung durch den Menschen entzogen wird, geht es beim Naturpark ganz bewusst um regionale Ent-

wicklungsförderung, die in naturverträglichem Rahmen verläuft, Tourismus und Wirtschaft aber grundsätzlich begrüßt.

Am nächsten Morgen steht der Naafkopf (2571 m) auf dem Programm, von der Pfäl-

zer Hütte ein kurzer Aufstieg entlang der Liechtensteiner und österreichischen Grenze.

Am Gipfel treffen wir nun auch auf die

Schweiz und schauen ins Bündner Prättigau. Der Blick vom Dreiländergipfel wandert entlang des Liechtensteiner und Prättigauer Höhenwegs bis zur Schesaplana (2965 m), dem höchsten Gipfel im Rätikon und unser Ziel des nächsten Tages. Zuvor wartet eine entspannte Höhenwanderung

über das Bartümeljoch und zur großen Furka; hier wechselt der Weg von der Vorarlberger Nord- auf die sonnenverwöhnte Südseite des Gebirgskamms und leitet uns hinab zur Schesaplanahütte (1908 m). Die steil aufragenden Felsen des Schesaplana-Massivs zur Linken schicken kühlende Bäche zu uns hinunter; die sammeln sich in Gumpen oberhalb des Weges. Weiter unten hockt die Hütte auf einem grünen Wiesen-sattel mit ihren weiß-gelben Schindeln, blauen Fensterläden und dem roten, überdachten Portal. Die Wirtsleute Jeannette und Didier haben von den Naturpark-Plänen auch noch nichts gehört. „Es gibt wenig Land, aber viele Ansprüche.“ So erklärt sich Didier die ablehnende Haltung einiger

Machbarkeitsstudie in Arbeit

Rätikon

Einheimischer. Die Skepsis gegenüber den Naturparkplänen resultiert aus Unkenntnis, und uns schwant, dass dem Projekt noch viel Aufklärungsarbeit bevorsteht, wenn es erfolgreich sein möchte. Georg Fromm kündigt an, die Informationsoffensive werde nach der Machbarkeitsstudie starten. Dann werde auch der Managementplan erarbeitet, um mögliche Projekte zu konkretisieren und die Finanzierung zu planen. Bis zur Abstimmung in den Schweizer Gemeindeversammlungen bleibt noch Zeit bis Herbst 2020.

Geländebands, bis das Terrain unvermittelt abflacht und wir uns auf einer Hochebene aus Geröll wiederfinden. Vor uns ein Grenzschild, hinter dem sich der flache Kegel der Schesaplana bis fast 3000 Meter auftürmt. Am Gipfelanstieg findet die Einsamkeit schlagartig ein Ende. Die meisten kommen über den leichteren Anstieg auf der Nordostseite, dessen Basislager Totalphütte leider eine Lawine Anfang 2019

Entlang des Lünnersees starten wir die vierte Etappe über das Schweizer Tor zu-

Das bringt die Region weiter

rück auf eidgenössisches Gebiet. Der Südwind bringt langsam Bewegung ins Gewölk, hier und da öffnet sich

der Blick auf die steilen, glatten Wände, die das Schweizer Tor bilden. Hier befinden sich legendäre Routen, mit denen Beat Kammerlander in den 1990er Jahren Klettergeschichte geschrieben hat. Der Weg steuert auf das Felsentor der Drusenfluh zu. Wir aber drehen ab zur Carschinahütte – und zu Stefan Bodenmann, der die Idee des Naturparks im Detail kennt und sie verteidigt. Der Bergführer und Hüttenwirt war von Beginn an in die Pläne einbezogen. Dass nicht jedes Land, jede Gemeinde und jede Region für sich „ihr Ding macht“, kann er nur gutheißen. Man setze sich zusammen und rede darüber, wie Wanderwege und Kletterrouten gestaltet würden, ob neue Klettersteige entstehen sollten. „Das bringt eine Gebirgsregion weiter, als wenn jeder für sich werkelt und ich als Wirt der Carschina sagen würde: Sulzfluh? Interessiert mich nicht.“

Uns interessiert die Sulzfluh (2818 m) schon, der in zwei Stunden über den Normalweg zu erreichende Gipfelabschluss unserer Trans-Rätikon-Tour. Er beschert einen weiten Blick bis zurück zum Naafkopf, kurz bevor die vom Tal aufsteigenden Wolken den Gipfel blickdicht einhüllen. An einer Gruppe Schneehühner vorbei wandern wir noch zur Tilisuna-Hütte über ein felsiges, weitgehend vegetationsloses Karstplateau, das entlang der auffälligen geologischen Grenze ganz unvermittelt in sattgrünen, grasbewachsenen Glimmerschiefer übergeht. Das Rätikon ist eben voller spannender Grenzgänge.



Blick von der Schweizer Carschinahütte. Die Hüttenwarte Stefan und Stefanie sehen im geplanten Naturpark viele Vorteile für die Region.



Thematisch passend steigen wir am nächsten Morgen hinter der Hütte in den Schweizer Steig ein. In ausgesprochen steiler Wegführung, selten seilversichert und nur hin und wieder mit leichten Kletterpassagen (I) bringt er uns in kürzester Zeit 700 Höhenmeter geradewegs hinauf. Das Prättigau liegt uns im Morgenlicht zu Füßen, wir queren entlang eines schieferigen

größtenteils zerstört hat. Am Gipfel bietet sich ein Blick auf die spärlichen Überreste des Brandner Gletschers. Beim Abstieg durch das grobe Geröll schimmert der Lünnersee türkis über dem Brandnertal. Für den Bau dieses Stausees errichtete man in den 1950er Jahren ein Arbeiterdorf, davon übrig geblieben ist die Voralberger Totalphütte.



Ute Watzl ist sich sicher, dass ein internationaler Naturpark die schlagenden Argumente auf seiner Seite hat – wenn man mit den Menschen redet.

Hörst Du die Berge rufen... geh hin!

Foto: Wolfgang Ehn



Leicht, clean
und vielseitig:
**DAV Wanderrucksack
24 L von Deuter**
mit Aircoract-System
und großem Frontzugang.
Art.-Nr. 430196
€ 99,95
Mitglieder
€ 89,95



Kompakte, leistungsstarke,
wasserdichte Stirnlampe
Black Diamond Spot 325
mit max. 325 Lumen
Leuchtstärke und stufenloser
Dimmfunktion.
Art.-Nr. 430263
€ 40,00
Mitglieder
€ 38,50



DAV Brotzeit-Set: Stilvoll,
sinnvoll, nachhaltig:
wiederverwendbarer Brot-
beutel für die Stärkung am
Gipfel, Taschenmesser von
Opinel mit Bergmotiven
und Emaillebecher im
DAV-Design.
Art.-Nr. 450211
€ 39,00
Mitglieder
€ 33,00



Sportlich, kompakt und
perfekt für Tagesstouren:
**DAV Damen-Wanderrucksack
22 L von Deuter**
mit dem speziell an die weibliche
Anatomie angepassten
Aircoract-Tragesystem.
Art.-Nr. 430195
€ 99,95
Mitglieder
€ 89,95



Die 2-lagige Konstruktion der
halbhohen Trekkingsocke in
mittlerer Stärke verhindert
zuverlässig Blasenbildung und
hält die Füße trocken.
**WRIGHTSOCK Escape Crew
„Edition DAV“ Trekkingsocke.**
Rot: Art.-Nr. 415302
Azur-Blau: Art.-Nr. 415303
Schwarz: Art.-Nr. 415300
€ 25,95
Mitglieder
€ 23,95



Leicht, weich und saugstark:
**DAV Superlight Towel M
„Jubiläums Edition“ Handtuch**
45 x 90 cm, aus Microfaser.
Art.-Nr. 450320
€ 17,00
Mitglieder
€ 15,00



Mobil Strom für Smartphone,
GPS oder digitale Kamera
selbst produzieren:
**WAKA WAKA Power+
Powerbank „Edition DAV“.**
Art.-Nr. 490302
€ 74,95
Mitglieder
€ 69,95

Der Drybag ist
in zwei weiteren
Größen bei
uns im Shop
erhältlich.



DAV Drybag Superlight
Wasserdichter Packsack aus
reißfestem Cordura-Material.
25 L: Art.-Nr. 450312
€ 21,99
Mitglieder
€ 20,00



Trekkingstock
für alle Fälle:
kompakt, mit
FlickLock-
Klemmsystem
**Trekkingstöcke
Trail von
Black Diamond.**

Für Männer
Art.-Nr. 490054
€ 90,00
Mitglieder
€ 88,00

Für Frauen
Art.-Nr. 490055
€ 90,00
Mitglieder
€ 88,00



**DAV Kinderrucksack,
18 L von Deuter**
mit ergonomischem
Rückenpolster und Airstripes-
Tragesystem. Der Rucksack in
den fröhlichen Farben kann
mit allem Überlebens-
wichtigen beladen werden.
Art.-Nr. 430194
€ 39,95
Mitglieder
€ 34,95



Bestellen Sie online unter dav-shop.de oder per E-Mail an: dav-shop@alpenverein.de

Teile des DAV-Sortiments erhalten Sie in den Servicestellen der Sektion Oberland am Isartor im Globetrotter, Isartorplatz 8-10 und der Sektion München am Marienplatz im Sporthaus Schuster, Rosental 3-5 in München.

Alle Preise inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versandkosten. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen des DAV. Irrtümer, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.





Schon im Mittelalter zählten Bergleute zu den ersten Bergsteigern, die in alpinen Höhen nach Salz und wertvollen Metallen schürften. Besonders im Mieminger Gebirge und Karwendel kann man ausgedehnte, schöne Bergtouren auf den Spuren der damaligen Knappen unternehmen.

Text und Fotos: [Christian Rauch](#)

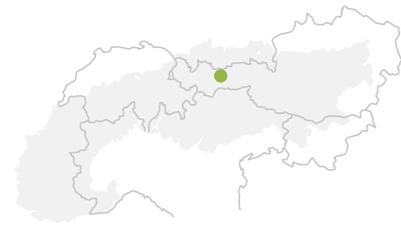
A bendstimmung vor der Pfeishütte im Karwendelgebirge: Wo die Sonne im Westen untergeht, taucht sie das Samertal und Gleirschtal in sanftes Licht. Viele, die auf der Hütte einkehren, sind durch diese langen Hochtäler gekommen. Einige

Stunden sind es per pedes von Scharnitz, entlang von Isar und Gleirschbach, vorbei an der Amtssäge und Flurpunkten wie „Bei der Sag“. Die Namen bezeugen, dass hier früher Holz gesägt wurde. Und das nicht zu knapp: Denn weit drüben im Osten, bei

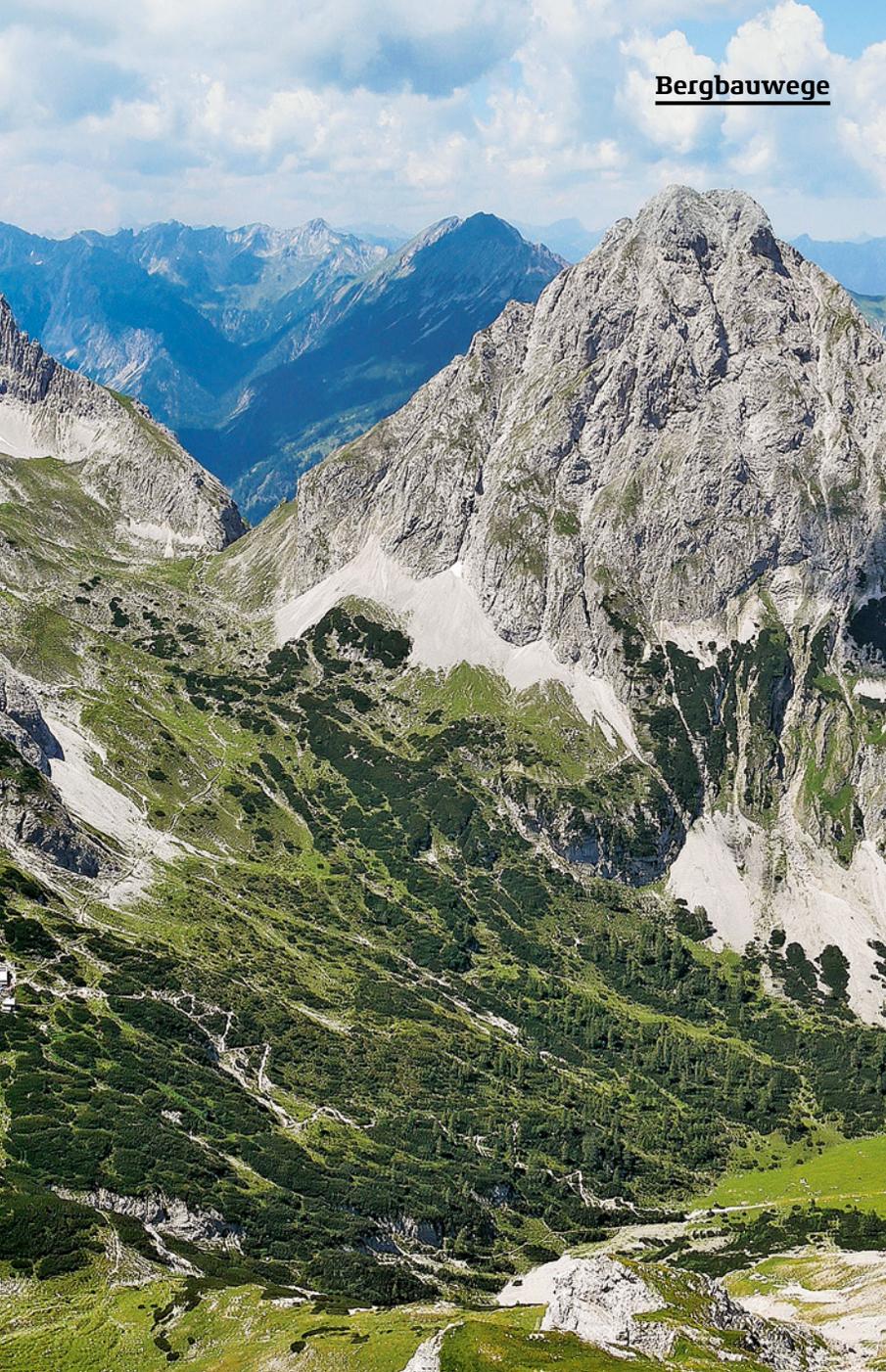
den Salzbergwerken im Halltal, brauchte man große Mengen Bauholz.

So schlug man das Holz rund um Hinterautal und Gleirschtal und zerkleinerte es in Sägewerken, von denen die „Amtssäge“ das größte war. Mit Saumtieren wurde das Holz dann viele Kilometer zum Stempeljoch hinaufgebracht, vorbei an der heutigen Pfeishütte, bis auf 2215 Meter Höhe! Seinen Namen hat das Stempeljoch von den geschnittenen Rundhölzern, die der Volksmund Stempel nannte. Zweita-geswanderer, die von Scharnitz kommend

Bergbauwege



**Der Drachensee unter
Grünstein und Ehrwalder
Sonnenspitze; Gold gab's
hier nicht, aber andere
Erze wurden geschürft.**



tritt hinter dem Issjöchel das Halltal. In diesem Hochtal zu Füßen der riesigen Bettelwurf-Flanken hatte man ab dem 13. Jahrhundert Stollen in den Berg gebaut – dort kam das Holz zum Einsatz. In die Stollen leitete man Wasser ein, um das im Gestein enthaltene Salz zu lösen. Das Salz-Wasser-Gemisch, die Sole, floss durch eine Leitung hinab nach Hall, wo es in Sudpfannen erhitzt wurde – das Brennholz dafür kam über den Inn. Das Salz kristallisierte aus und konnte weiterverarbeitet und verkauft werden. Als Wanderer erreicht man bald die Herrenhäuser in gut 1500 Meter Höhe, in denen die leitenden Bergoffiziere und -beamten logierten. Inmitten der teils verfallenen Gebäude laden heute noch das Knappenhäusl mit Getränken zur Rast sowie die hübsche Rupertikapelle, die in ihren Ursprüngen auf das 15. Jahrhundert zurückgeht und den Bergarbeitern Andacht gewährte. In den benachbarten König-Max-Stollen kann man einige Meter hineingehen und die dunkle Enge nachvollziehen, in der hier jahrhundertlang gearbeitet wurde. Rund 40 Kilometer sind alle Bergstollen im Halltal insgesamt lang. So kommt man am Weiterweg an weiteren Mundlöchern

auf der Pfeishütte die Nacht verbracht haben, können am nächsten Morgen zum Stempeljoch weitersteigen und von dort aus unschwierig die Stempeljochspitzen oder – schwieriger und piffiger – den Felszahn der Pfeiser Spitze ersteigen. Von dort blickt man nach Westen zurück auf die Strecke, auf der einst das Holz transportiert wurde. Schaut man dann hinüber nach Osten, erkennt man tief unten das Halltal, wo die Bergmänner auf das Holz warteten. Als Wanderer kann man nun

vorsichtig die Stempelreisen hinabsteigen und sich gleichzeitig fragen, wie denn die Holzknechte seinerzeit hier weiterkamen. Des Rätsels Lösung: Bis zum Herbst wurde Holz ein wenig unterhalb des Stempeljochs gesammelt, gelagert und im späten Frühjahr auf dem steilen Schnee der Stempelreisen hinabgetrifuft!

Zu Fuß hat man irgendwann die lange Geröllbahn hinter sich gelassen und be-

Holztransport per **Rutschpartie**

weiteren Mundlöchern vorbei, die aber abgesperrt sind. Nächste Station ist das ehemalige Kloster St. Magdalena mit seiner Kirche. Es war im späten Mittelalter bewohnt, doch bald übernahm die Berg-

ner Kirche. Es war im späten Mittelalter bewohnt, doch bald übernahm die Berg-



bauverwaltung die Gebäude, um regelmäßige Messen und Seelsorge für die Bergarbeiter zu gewährleisten. Heute kann man hier mit herrlichem Blick auf die das Tal überragenden Gipfel einkehren. Entlang des Weges von den Herrenhäusern hierher und entlang der weiteren Straße informieren elf Tafeln des „Solewanderwegs“ ausführlich über weitere Aspekte und Geschichten rund um den bedeutsamen Haller Salzbergbau, der erst 1967 ein Ende fand.

Das Salz, das man im Halltal gewann, geht auf die Entstehung der Alpengesteine vor gut 200 Millionen Jahren zurück. Damals lagerten sich im Urmeer Tethys auf dem Meeresboden Kalk und Schlamm ab, in Lagunenbereichen durch Verdunstung Salz. Kalk und Schlamm verfestigten sich zu Gestein und wurden schließlich durch die Kollision der afrikanischen mit der europäischen Kontinentalplatte nach oben gedrückt. Die Alpen entstanden und in ih-

Salzbergbau im Halltal

nen lagen die Salzablagerungen. Doch die Schlammablagerungen am Meeresboden enthielten auch wertvolle Metalle wie Silber, Blei, Zink, Chrom oder Vanadium. Mit der Auffaltung der Alpen wurden diese Metalle als glänzende Erzvorkommen an die Oberfläche gedrückt.

Im ausgehenden Mittelalter sollen Hirten an den Westflanken von Sonnenspitze und Wampertem Schrofen im Mieminger Gebirge solch glänzende Steine gefunden haben. Und so entstanden oberhalb von Bieberwier bald Tagebaue und später viele Untertage-Stollen. Rund um den Schachtkopf, wo die Erzadern nah an die Oberfläche gelangen, gab es am Ende bis zu 50 Stollen, die insgesamt 70 Kilometer in den Berg hineinführten. Heute führt der Montan-Wanderweg durch dieses Gebiet. Es lohnt sich, ihn von der Bergstation des Marienberglifts bergab zu gehen. So kann man oben einen aussichtsreichen Gipfel

wie den Höllkopf oder die Handschuhspitze mitnehmen. Der Montan-Wanderweg führt dann durch Bergwald und Schuttreisen leicht abfallend zum Schachtkopf und von dort an ehemaligen Stollen vorbei. Viele sind längst eingestürzt und auch die noch bestehenden dürfen keinesfalls betreten werden!

Man erfährt auf dem Themenweg unter anderem, dass hier in rund 500 Jahren Bergbaugeschichte, bis 1922, mehrere Hunderttausend Tonnen Silber, Zink und Blei führendes Roherz aus dem Gebirge geholt wurden. Am Ende erblickt man neben dem Weg eine lange kerzengerade Kiesgasse, die den Berg hinabführt und die Einheimische heute den „Strich“ nennen. Einst diente sie als „Bremsberg“ für die Transportwagen.

Auch weiter östlich, tief drinnen im Mieminger Gebirge, wurden die Bergknappen aktiv. Dort stiegen sie bis auf 2300 Meter Höhe – in einer Zeit, als es keine alpinistische Ausrüstung im heutigen Sinne gab und kaum ein Mensch in karge hoch-

INFO

mehr: alpenverein.de/panorama

WANDERN AUF BERGBAU-SPUREN

Karwendelgebirge

Zweitagestour: Von Scharnitz nach Hall in Tirol über Pfeishütte (1922 m) und Stempeljoch (2215 m). 5 + 4 ½ Std. ohne Gipfel, ↗ 1100 + 300 Hm

Familien-Tagestour: Im Halltal/Solewanderweg: Durch die Straße mit den Infotafeln, parallele Steige wie den Fluchtsteig und den etappenweisen Wanderbusverkehr viele Kombinationsmöglichkeiten. ↗ 2 ½ Std., ↘ 1 ½ Std.

Mieminger Gebirge

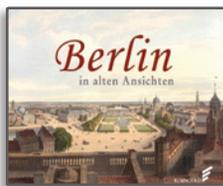
Tagestour: Marienbergjoch. 800 Hm (bergauf oder bergab, dank Seilbahn), ↘ 2 ½ - 3 Std. oder ↗ 3 - 3 ½ Std., mittelschwer

Tagestour: Ehrwalder Alm – Tajatörl (2259 m) – Coburger Hütte (1917 m) – Seebensee – Ehrwalder Alm: 6 - 6 ½ Std., 800 Hm, mittelschwer



Im König-Max-Stollen wurde das Grubenholz gebraucht, das vom Stempeljoch durchs langgezogene Halltal (o.) hinuntergebracht worden war.

Nur für
kurze Zeit!
GRATIS



01: 972 167

Sabine Lata
Berlin in alten Ansichten
Über 100 Berlin-Drucke, von 1600 bis 1900, die großformatig abgebildet und sachkundig erläutert sind. 224 S., 25 x 31 cm, geb.



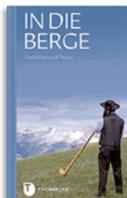
02: 956 579

M. Reich-Ranicki
Meine deutschen Klassiker
Eine Werkauswahl des großen Literaturkritikers. Kafka, Heine, Büchner, Kleist, Lessing. 1.072 S., 14 x 22 cm, geb.



03: 958 861

Hans-Ulrich Thamer
Der Erste Weltkrieg
Selten gezeigte Farbaufnahmen und Karten zeigen die Ereignisse an allen Fronten. 240 S., 22 x 9 cm, geb.



04: 954 528

In die Berge
Vom Waldbauernbub über Heidi bis zu Goethe und Rilke sind hier die schönsten Texte und Gedichte aus der Literatur versammelt, die kostbare Erinnerungen hervorrufen. 64 S., 11 x 18 cm, geb



Als Dankeschön für
Ihre Bestellung

erhalten Sie exklusiv eine hochwertige Uhr **GRATIS!** Wählen Sie Ihre drei Wunschtitel aus! Ohne Risiko, mit 14-tägigem Rückgaberecht. Solange der Vorrat reicht.



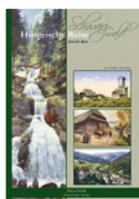
5: 945 367

Apfelglück
Vom Apfelstrudel über den Bratpfel bis zum Apfel-Rosmarin-Gelee. 64 S., zahlr. Fotos, 11 x 17 cm, geb.



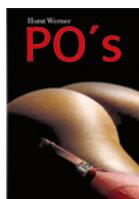
06: 932 407

Naturpark Texelgruppe
Der Naturpark Texelgruppe umfasst die ausgedehnte Hochgebirgslandschaft nordwestlich von Meran. 160 S., zahlr. farb. Abb., 14 x 21 cm, kart.



07: 933 269

Historische Reise durch den Schwarzwald
Entdecken Sie den Schwarzwald, wie er sich vor 100 Jahren präsentierte. 240 S., über 240 farb. Abb. u. Karten, 17 x 24 cm, geb.



8: 937 984

H. Werner
Pos
Dralle, runde Hintern für Liebhaber der Akt-Fotografie. 156 S., durchg. meist farb. Abb., 22 x 27 cm, geb.



09: 971 043

Goethes geheime erotische Epigramme
Geheimnisse des großen Dichters. Radierungen von Carl Heinz Roon. Sonderausgabe, 80 S., zahlr. Abb., 14 x 21 cm, geb.



10: 730 114

Jean-Baptiste Louvet de Couvray
Die galanten Erlebnisse des Chevalier de Faublas
Klassiker der Erotik! 284 S., 14 x 20 cm, Halbleinen

Gute
BÜCHER
kleiner Preis



Wählen Sie
3 Bücher
zusammen

für nur

€ **9,99**

versandkostenfrei

KEIN CLUB - KEINE BINDUNG



11: 953 963

Polt-Heinzl / Schmidjell
Wein
Gedichte von Ludwig Uhland, Hebbel, Hölderlin, Gernhardt und anderen durstigen Dichtern. 95 S., 10 x 16 cm, geb.



12: 931 488

E.G. Tange
Der boshafte Zitatenschatz
8.500 bissige Definitionen, charmante Gemeinheiten und treffende Bonmots für alle Gelegenheiten. 696 S., 16 x 22 cm geb.



13: 954 177

Duden Der Deutsch-Knigge
Der Ratgeber verhilft zu formvollendeter und stets angemessener Kommunikation. 479 S., 15 x 23 cm, geb.



14: 954 955

Dr. Anne Scheller
Allgemeinwissen - Das große Quiz für kluge Köpfe
Testen Sie Ihr Wissen mit 150 kniffligen Fragen. 192 S., 15 x 12 cm, Tb.



15: 954 277

Duden Rechnen und Mathematik
Begriffserklärungen der Grundrechenarten zur modernen Mathematik mit Formeln, Tabellen und Beispielen. 720 S., ca. 1.000 Abb., 13 x 19 cm, geb.



16: 933 722

PONS Die deutsche Rechtschreibung
Für Beruf, Schule und Allgemeinbildung - Auf der Grundlage der amtlichen Regeln. 1.167 S., 14 x 19 cm, geb.



17: 924 714

Olaf Schulz
Deutschlands Wälder
Gehen Sie auf einen Streifzug durch den deutschen Wald und seine Geschichte. 192 S., 30 x 24 cm, geb.



18: 969 879

Fred Neuner
Gutes aus dem Garten
Entdecken Sie die Vielfalt alter Gemüsesorten für Balkon & Kleingarten. 200 S., 100 farb. Abb., 20 x 22 cm, geb.



19: 938 714

Bildband Dresden
Dresden wurde wegen seiner prächtvollen Bauten, Kunstschätze und malerischen Lage beiderseits der Elbe als „Elbflorenz“ bezeichnet. 63 S., gebunden, zahlr. Abb., 28 x 22 cm

Coupon ausfüllen und absenden an: Rhenania Verlagsgesellschaft mbH C.-S.-Schmidt-Str. 7, 56112 Lahnstein **AD195**



JA, ich möchte Ihr Angebot testen und erhalte als Geschenk eine Uhr

GRATIS!

Scannen und sofort bestellen! Sie erhalten die passende App für Ihr Smartphone in Ihrem App-Store.
<https://rhenania-buchversand.de/grad195>



Tragen Sie hier Ihre drei Wunschtitel mit der Angebots-Nr. ein

zusammen für nur € **9,99**
versandkostenfrei

KEIN CLUB - KEINE BINDUNG

Vorname / Name

Straße / Nr.

PLZ / Ort



alpine Gefilde vordrang. Nachspüren kann man diesen frühen Bergsteigern auf der landschaftlich großartigen Runde vom Brendlsee hinüber zur Coburger Hütte. Wer vom oberen Brendlkar, kurz vor dem Tajatörl, nach rechts blickt, wird in den Schrofenflanken des Hinteren Tajakopfs hellere schottrige Zonen erkennen, durch die Reste eines alten Knappensteigs verlaufen. Christian Wolkersdorfer, heute international tätiger Experte für Grubenwasser, ist für seine Diplomarbeit vor fast 30 Jahren in diese Felsflanke gestiegen. „Ich entdeckte über 200 Reste von Stollen, die 1000 Meter Gesamtlänge im Tajakopf-Gipfelmassiv haben dürften. Wanderer sollten das jedoch nicht nachmachen, denn der Knappensteig ist verfallen, die Stollen einsturzgefährdet!“ In einem Stollen fand der Experte einen aktenordnergroßen Sandstein, der zum Schleifen von Werkzeugen gedient hatte. Auch am Südgrat des Hinteren Tajakopfs spürte Wolkersdorfer Stollen auf. Vom heutigen gut markierten Wandersteig, der Trittsichere vom Tajatörl auf den gut 2400 Meter hohen Gipfel führt, sind sie allerdings nicht zu sehen. Wie schweißtreibend und gefährlich in die-

Auf Suche nach Zink, Blei und Silber

sen Höhen die Arbeit war, die wohl schon ab dem späten Mittelalter begann, kann man dennoch nachfühlen.

Wer dann vom Tajatörl zur Coburger Hütte und weiter zum Seebensee absteigt, durchquert ab 2100 Meter Höhe schotterreiche Abschnitte. Auch wenn hier in jüngerer Zeit natürliche Bergrutsche die Landschaft prägten, bestanden hier Gruben, in denen man auf das oberflächennahe Erz geschürft hatte. Der tiefblaue Drachensee neben der Coburger Hütte lädt den heutigen Wanderer dann zur verdienten Pause – und erzählt eine grausige Geschichte: Einst sollen hier Bergleute Gold entdeckt haben und reich geworden sein. Einen alten Mann, der zum Bergwerksdorf am Drachensee gestiegen war, um Essen und einen Schlafplatz zu erbiten, wiesen sie harsch ab. Daraufhin sprach der Mann einen Fluch aus und das Dorf ertrank in einem fürchterlichen Regen. Seither soll ein Drache im See die verfluchten Dorfbewohner bewachen. Diese Sage enthält allerdings nur ein bisschen Wahrheit – nämlich, dass rund um den Drachensee auf Erz gegraben wurde. Hinweise auf Goldabbau oder gar ein ganzes Bergwerksdorf hier oben gibt es nicht.

Deutlichere Bergwerksspuren findet man im weiter östlich gelegenen Igels-

Der Montanweg über Biberwier (l.) informiert über die Geschichte des Bergbaus. Geschürft wurde sogar hoch oben in den Hängen des Tajakopfs.

kar. Allerdings sind die Steige dort zum Teil nicht offiziell beschildert, orientierungssichere Bergsteiger können sie mithilfe der Alpenvereinskarte aber gut finden. Der Zugang von der Ehrwalder Alm ins Igelskar führt an der Halde des einstigen Hermannstollens vorbei, der erst ab 1900 angelegt und bis 1913 betrieben worden war. Und an der Breitenkopfhütte, die am Ostrand des Igelskars unter einem Überhang an der Breitenkopfwand liegt (heute Selbstversorgerhütte der Alpenvereinssektion Coburg), beginnt ein Stollen, der mit dem Hermannstollen verbunden war – auf insgesamt mehr als 1000 Meter Länge im Berginneren.

Wer die Augen aufhält, kann Bergbauspuren auch in vielen anderen Gebirgen erkennen. So am Hupfleitenjoch im Wetterstein und am Schatzloch südlich des Hinteren Hörnle im Ammergebirge. Aber auch hier gilt: Die Pforten in die Tiefen der Berge sollte man nur von außen bewundern!



Der freie Journalist **Christian Rauch** reichert seine Wander-Erlebnisse besonders gerne mit kulturellen Hintergründen an – auch mit tiefschürfenden.

Panorama

promotion

Wandergenuss im Tal der Murg

Nationalparkregion Schwarzwald

**FÜR ALLE
BERGSPORT-
BEGEISTERTEN**

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



Kleines Raumwunder

Dieses Zelt ist ideal für alle,
die auf Touren lieber allein
schlafen



Parc Ela

Survival Experience – das ist
wilde Unberührtheit unter
freiem Sternenhimmel



Komfortabel

Isomatte Static V2™ wiegt
nur 470 Gramm und hat das
Packmaß einer Getränkedose

Wandergenuss im Tal der Murg

Willkommen in der Nationalparkregion Schwarzwald

Im Herzen des Nationalparks Schwarzwald, unterhalb des Schlifkopfs, entspringen Rot- und Rechtmurg, die sich bei Baiersbronn zur Murg vereinen. Von frischen Quellen und klaren Bergbächen gespeist, fließt die Murg durch eines der schönsten und vielfältigsten Schwarzwaldtäler – das Murgtal.

Dichte Nadelwälder, liebliche Heuhüttentäler, eiszeitliche Karsen, stille Moore sowie idyllische Rastplätze mit grandioser Aussicht begrüßen die Naturliebhaber rund um die Murgtalorte Baiersbronn, Forbach, Weisenbach, Loffenau, Gernsbach und Gaggenau. Ob auf einem der beiden ausgezeichneten Mehretappen-Wanderwege, bei einer Tageswanderung oder unterwegs auf dem Sattel – der Baiersbronner Wanderhimmel und das Murgtal sind ein Paradies für aktive Sportler und naturliebende Familien. Die prämierte Mehretappen-Wanderung Murgleiter führt auf 110 Kilometern parallel zur Murg von Gaggenau bis hinauf an den Schlifkopf. Wer es gemütlicher mag, kann die Murg auf der Erlebnisradtour Tour de Murg erfahren. Während oder nach der Wanderung kann man kulinarische Highlights der Extraklasse besuchen: Insgesamt neun Michelin-Sterne strahlen über dem Tal. Regionale Restaurantbetriebe wie die Naturpark- und Wildpflanzenwirte und gemütliche Wanderhütten laden zur Einkehr ein. Dabei darf ein Gläschen Wein vom Weingut Schloss Eberstein oder vom Gernsbacher Weingut Iselin nicht fehlen. Abenteuerlich und faszinierend sind die Geschichten, die Baiersbronn und das Murgtal

verbinden: Von der Kunst der Glasherstellung im Kulturpark Glashütte Buhlbach über die Geschichte der Flößer, Köhler und Papiermacher bis hin zur Entwicklung des Unimogs im Unimog-Museum reichen die kulturellen Highlights der Region. Imposante Bauwerke und Viadukte, wie die Schwarzenbachtalsperre oder die beeindruckende Holzbrücke in Forbach, und viele industriekulturelle Sehenswürdigkeiten können unterwegs bestaunt werden.

Die schönsten Touren vom Spaziergang für die ganze Familie bis zur Mehrtages-Etappen-tour für ambitionierte Wanderer vereinen die beiden Booklets „Murgtal Wanderguide“ und „Baiersbronner Wanderguide“. Die Guides im Taschenformat beschreiben alle Touren der Region ausführlich mit den wichtigsten Informationen. Kartenausschnitte mit Höhenprofilen sowie Angaben zu Länge, Dauer, ÖPNV-Info und Einkehrmöglichkeiten unterstützen die Wanderer bei der Auswahl der

TOURENPLANER UND TOURENGUIDE-APP

Interaktive Wanderkarte mit Wanderrouten und Beschreibungen: Hier können auch GPS-Tracks für alle gängigen GPS-Geräte für die jeweiligen Touren heruntergeladen werden: murgtal.org, baiersbronn.de

ANREISE

Das Murgtal und Baiersbronn sind erreichbar über die A5 Karlsruhe – Basel, die A8 Karlsruhe – München, die A81 Stuttgart – Singen sowie über die Schwarzwaldhochstraße (B500). Die S-Bahnlinie Karlsruhe – Freudenstadt, die so genannte Murgtalbahn, verbindet das vordere Murgtal mit Baiersbronn. Mit der KONUS Gästekarte ist die Fahrt im ÖPNV während des Urlaubsaufenthalts kostenfrei.

SCHWARZWALD PLUS GÄSTEKARTE

Über achtzig echte Schwarzwald-erlebnisse in der Nationalparkregion kostenfrei, wie beispielsweise der Besuch des Kulturparks Glashütte Buhlbach und des Unimog-Museums oder der Verleih von GPS-Geräten. Mehr unter: schwarzwaldplus.de



Der Schlifkopfgipfel gehört zu den Grinden, den waldlosen Gipfeln des Nordschwarzwalds.

Tour. Die Guides sind kostenfrei bei den Tourist-Informationen im Murgtal oder im Internet erhältlich.

Info: murgtal.org, baiersbronn.de

Naturerlebnis

Europas Urwald liegt in Finnland

Unberührte, atemberaubende Natur und spannende Kulturgeschichte: Dafür steht Finnland. Das Land, dessen Fläche zu etwa zwei Dritteln mit Wald bedeckt ist, bietet im Sommer und Herbst vor allem für Naturliebhaber eine Vielfalt an Eindrücken. Im Südosten Finnlands faszinieren die zahlreichen Seen und mehr als 10.000 Inseln der malerischen Seenlandschaft. Wer sich aufmacht, die Nationalparks zu erkunden, sollte unbedingt Ausschau nach den Saimaa-Ringelrobben halten. Sie wurden nach der Eiszeit im Saimaa-See vom Meer abgeschnitten und haben sich seither an das Leben im Binnengewässer angepasst. Doch nicht nur der Süden Finnlands ist ein faszinierendes Urlaubsziel. Wer weiß schon, dass man im Norden des Landes Braunbären, Elche und Luchse in freier Wildbahn beobachten kann? Neben der reichen Tierwelt ist hier vor allem die jahrtausendealte Tradition der hier lebenden Sami

allgegenwärtig. In Sami-Dörfern wie Vuotso oder Inari sind Kultur und Alltag des indigenen Volkes förmlich spürbar. Doch die Natur hält hier oben im Norden noch weitere Schauspiele bereit: endlose atemberaubend lange Sommernächte und im Herbst flackernde Nordlichter über dem Urwald Europas.

Info: Spannende Reiseideen bei norwayprotravel.de und nordic-holidays.de

Fotos: © Asko Kuitinen/Visit Finland



Parc Ela

Off the beaten track at Switzerland!

Der Parc Ela ist der größte Naturpark der Schweiz. Er liegt in Graubünden – die Orte Bivio, Bergün, Lenz bei Lenzerheide, Tiefencastel und Savognin kreisen das Gebiet des Parc Ela ein. Wer sich auf Tour abseits der Sehenswürdigkeiten und Pfade begeben möchte, um einen Abstecher in die wilde Unberührtheit zu machen,

dem sei die „Survival Experience“ empfohlen. Kurz gesagt: eine Biwak-Nacht unter freiem Sternenhimmel und zwei Wandertage mit Bergführer. Die Gruppe ist klein – maximal acht Personen. Dabei entsteht schnell eine freundschaftliche Atmosphäre. Es geht querfeldein im Schweizer Hochgebirge. Über Geröllfelder, entlang rauschender Bäche, vorbei an Plateaus mit kleinen Bergseen, an Blumen und Kräutern, die man in „freier Prärie“ fast nicht mehr zu Gesicht bekommt. Warum der Name Survival Experience? Im Zentrum stehen Kartenlesen, das Wissen über SOS-Maßnahmen, Einblicke in die Pflanzenwelt sowie rücksichtsvolles Verhalten gegenüber der Natur. Preis pro Person: CHF 290,-, Spezialpreis Zusatzübernachtung im Naturpark-Partnerhotel: ab CHF 75,-.



Info: parc-ela.ch/survival

Trentino-Südtirol

Die MTB-Saison 2019 ruft!

Die Tage werden länger, die Temperaturen milder und das bedeutet für alle passionierten Mountainbiker: Bikes aus dem Keller holen, entstauben und ab auf den Sattel. Am besten in Südtirol oder im Trentino, denn dort kann man bereits ab März beziehungsweise April wieder in die Pedale treten. Am nördlichen Teil des Gardasees im Trentino lädt das AktivHotel SantaLucia zum Saisonauftakt. Anfang März beendete es seine Winterpause und ist wieder Homebase für alle Bike-Liebhaber. Am Gardasee erwartet einen



dann mediterranes Flair gemischt mit alpiner Landschaft. Die Touren-Möglichkeiten dieser Region sind schier unendlich. Sie reichen von gemütlichen Touren ohne viele Höhenmeter bis hin zu schweißtreibenden Pässen. Das herrliche Blau des Gardasees hat man dabei stets im Blick. Auch die Südtiroler Weinstraße bei Tramin und am Kalterer See lockt mit einer besonders frühen Bike-Saison. Touren durch Weingärten und blühende Apfelbäume sowie sonnige Höhenwege machen den Saisonauftakt nahezu perfekt. Hier hat man ebenfalls die Möglichkeit, entweder ganz entspannt auf einfachen Touren zu starten oder sich sogleich in den nächsten Trail zu stürzen. Besonderes Erlebnis ist mit Sicherheit der Signature Trail „Monte-Roen“. Auf 18 Kilometern erwarten einen 1990 Tiefenmeter. Herrlich!

Info: bike-holidays.com
Hoteltipps: aktivhotel.it, traminerhof.it

Sommer, Sonne, aktiv sein

Sonnen- oder Zeckenschutz? Blasenpflaster oder Durstlöcher? Hier finden Sie eine kleine Auswahl entsprechender Präparate und Hilfsmittel für die Aktivitäten im Freien.

Trend-Tipp für Füße in Not

BLASEN-PFLASTER IM COOLEN DESIGN

Erst drückt es, später scheuert und brennt es. Eine Blase schmerzt am Fuß. Jeder kennt das quälende Gefühl, das alle Aktivitäten gnadenlos ausbremst. Deshalb ist es gut, immer ein Blasen-Pflaster zur Hand zu haben. Es deckt die schmerzenden Druckstellen oder Blasen sicher ab und verhindert, dass die Haut weiter gereizt wird. Die zuverlässigen Blasen-Pflaster von Hansaplast gibt es in zwei verschiedenen Größen in acht praktischen Boxen mit coolen Designs für jeden Style. Die trendigen kleinen Boxen sind nachfüllbar, passen in jede Handtasche, Sporttasche oder ins Reisegepäck und bieten unterwegs sofort schnelle Druck- und Schmerzlinderung.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 5,58, hansaplast.de



Sport Lavit Sun Screen 50

WEIL SPORT BEI SONNENSCHNEIN AM SCHÖNSTEN IST

Sport Lavit® Sun Screen 50 ist eine Premium-Sonnenschutzcreme. Die schnell einziehende, nicht klebende Creme ist besonders für Sportler und Outdoor-Begeisterte geeignet: Sie ist atmungsaktiv, wasserfest und schweißresistent. Durch den fotostabilen und leistungsstarken UVA- und UVB-Schutz platziert sie sich im Top-Leistungsbereich. Die Sun Screen 50 ist dermatologisch getestet, für alle Hauttypen geeignet und für Allergiker empfohlen – ohne Parfum und vegan.

PREISEMPFEHLUNG: € 9,95, sport-lavit.de



Schoenenberger® Natur Plus

DAS NATÜRLICHE PLUS FÜR IHR TÄGLICHES LEBEN!

Schoenenberger ist der Experte, wenn es um reine Pflanzensäfte geht. Die Klassiker im Sortiment sind die Heilpflanzensäfte. Unter dem Dach der neuen Marke Natur Plus sind besondere Highlights aus dem Schoenenberger-Sortiment vereint: Rote-Bete-Kristalle, Aloe-vera-Saft und die neu gestalteten Frucht- und Gemüsesäfte. Wer sich rundum wohlfühlen und seinen Organismus in Schwung bringen will, ist mit Natur Plus gut beraten – mit dem natürlichen Plus für das tägliche Leben!

PREISEMPFEHLUNG: € 2,85 (Rote-Bete Bio-Saft), schoenenberger.com



Anti Brumm

ZECKEN STOPP

Anti Brumm Zecken Stopp wird auf ungeschützte Hautstellen aufgesprüht und gleichmäßig verteilt. Die Anwendung ist bis zu dreimal täglich möglich, besonders nach starkem Schwitzen oder nach dem Baden. Zur Anwendung im Gesicht wird Zecken Stopp auf die Handfläche gesprüht und im Gesicht verteilt. Augen- und Mundpartie werden ausgespart. Bei sparsamer Verwendung kann es bei Kindern schon ab zwei Jahren angewendet werden. Die gute Hautverträglichkeit wurde dermatologisch getestet. Anti Brumm enthält keine zusätzlichen Konservierungsstoffe und kein Parfum und ist auch auf Textilien anwendbar. Es schützt bis zu acht Stunden.

PREISEMPFEHLUNG: € 10,50 (75 ml), € 17,25 (150 ml), antibrumm.com



Mit Magnesium fit und schlank

SPORTLER BRAUCHEN MEHR

Wer häufig Sport treibt, der verliert über Schweiß und Urin große Mengen Magnesium. Schätzungen zufolge leiden mehr als die Hälfte der Sportler an einem Magnesiummangel. Das Fehlen des wichtigen Mineralstoffes hat Konsequenzen: Die Muskel- und Nervenfunktion ist beeinträchtigt. Und nicht nur die Leistungsfähigkeit, auch das Regenerationsvermögen des Körpers kann unter dem Defizit leiden. Denn Magnesium entspannt die Muskeln und kann dazu beitragen, Muskelschäden entgegenzuwirken und die Muskelarbeit zu erleichtern.

PREISEMPFEHLUNG: € 8,90, verla.de

Deuter Fahrradricksäcke

TRANS ALPINE PRO

Der neue Deuter Trans Alpine Pro mit dem revolutionären Rückenpanel ist noch bequemer, bietet festen Halt und hohe Fahrsicherheit. Der Bikerucksack garantiert optimale Belüftung bei perfektem Sitz durch das neue, futuristische Airstripes-Pro-Rückensystem und durch den atmungsaktiven Meshbezug – auch bei anspruchsvollen Touren. Zusätzlich passen sich die rutschfesten Active-Fit-Schulterträger an den Fahrer an. Perforierte Hüftflossen mit hohem Ansatz umfassen den Biker und erlauben perfekte Lastkontrolle. Erhältlich in der 28-Liter-Version (Herren) oder



26-Liter-SL-Version (für die weibliche Anatomie).

PREISEMPFEHLUNG: € 179,95, deuter.com

Transalper Light 3L

DYNAFIT HERREN-JACKE

Die sehr leichte, atmungsaktive, wasserdichte Dynashell™-3L-Jacke ist der sichere Begleiter bei unbeständigen Wetterverhältnissen in den Bergen. Die besonders leichte und atmungsaktive 3-Lagen-Konstruktion hält dank der getapten Nähte auch bei starken Regeneinbrüchen trocken. Zwei große Fronttaschen bieten Stauraum, elastische Einsätze an Bund und Ärmelabschluss sorgen für perfekten Sitz. Highlights: Gewicht 199 Gramm, aktive Ventilation, verklebte Nähte, atmungsaktiv, elastische Bündchen, elastischer Saum, Full Zip, Reflektoren.



PREISEMPFEHLUNG: € 250,-, dynafit.com



Isomatte Static V2™

AUSSERGEWÖHNLICHER KOMFORT

Mit der Klymit Static V2™ perfekt beraten – ohne auf Luxus verzichten zu müssen: Sie bietet den gleichen Komfort wie die Original Static V™, wiegt aber nur 470 Gramm und hat das Packmaß einer Getränkedose. Das Gewicht wird durch die Verwendung eines leichten Stoffes auf der Oberseite reduziert, während die Unterseite extrem robust ist. Diese Matte ist ideal für Rucksacktouren in den Sommermonaten. Highlights: V-förmiges Kammerdesign zur Körperunterstützung, antimikrobielle Innenbeschichtung, schnelles Aufblasen und Entlüften, inklusive Reparatur-Set.

PREISEMPFEHLUNG: € 79,90, klymit.de

Norit 2.0

TECHNISCHE TREKKING-HOSE MIT NEUER BUNDLÖSUNG

Ambitionierte Wanderer und Bergtouren-Fans sind begeistert, besonders bei warmen Bedingungen. Der bi-elastische Stoff zeigt sich außen abriebfest und innen soft. Dank

der Struktur auf der Innenseite klebt

die leichte Hose auch bei schweißtreibenden Aktivitäten nicht auf der Haut. Die Norit 2.0 glänzt mit perfekt anliegender Bundlösung und schmalen, sportlich-dynamischem Schnitt. Sie verspricht höchsten Trage- und Klimakomfort und bietet PFC-freie Imprägnierung. Dabei besteht die Wahl zwischen langer Hose und variablem Zipp-Off in einem umfassenden Größenspektrum für Damen und Herren.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 119,95, maier-sports.com



Mammut Ducan Mid GTX®

DER FLEXIBLE SCHUH FÜR TAGESTOUREN, TREKKING UND TRAILS

Flextron Technology für natürlichen Bewegungsablauf und effiziente Energienutzung: Beim Ducan Mid GTX® ist eine Federstahlsohle in den Schuh eingearbeitet. Sie ist der Länge nach flexibel, unterstützt ein korrektes Abrollverhalten und verlangsamt die Ermüdung auch auf langen Touren. Die Sohle verhindert ein Durchdrücken des Fußgewölbes, erhöht Trittsicherheit und Kantenstabilität. Ein anatomischer Leisten, die flexible Monozunge und die asymmetrische Schnürung sorgen für minimale Reibung bei maximalem Komfort. Der Ducan Mid GTX® ist für Damen und Herren in je zwei Farbvarianten erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG: € 179,-, mammut.com



Ledro GTX MID

SO VIELSEITIG WIE DAS MITTELGEBIRGE

Das Mittelgebirge hat viele Gesichter und genauso vielseitig ist der neue Ledro GTX® MID. Wo auch immer die komfortablen Trekking-schuhe mit der multifunktionalen Außensohle Elika unterwegs sind, hinterlassen sie deutliche Spuren. Dank der flexiblen Passform und einem deutlich größeren Platzangebot im Vorfußbereich fühlen sich die Füße selbst bei ausgedehnten Touren ausgesprochen wohl. Highlights: Obermaterial aus Veloursleder, Futter aus Gore-Tex®-footwear, Gewicht 1200 Gramm (UK 8), Größe von UK 6-13.

PREISEMPFEHLUNG:
€ 200,-, lowa.de



Vielseitige Begleiter

FINDE DEIN ABENTEUER

Die neuen Herren- und Damen-Tagesrucksäcke Skarab und Skimmer von Osprey zeichnen sich durch ihr intuitives Design aus. Diese Wanderrucksäcke sind unglaublich vielseitig und der ideale Begleiter auf Tagesausflügen, egal zu welcher Jahreszeit. Das neue Noppenschäumstoff-Design der AirScape™-Kontakt-Rückenplatte bietet sehr guten Tragekomfort und Belüftung. Der obere Reißverschlusszugang ermöglicht extrem einfaches Packen, und die integrierte, abnehmbare Regenhülle schützt den Rucksackinhalt. Der Skarab ist mit 30 und 22 Liter und der Skimmer mit 28 und 20 Liter Volumen erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 80,-, ospreyeurope.de



XL – Richtig groß

ULTRALEICHT UND KLEINES PACKMASS

Kein anderes Outdoorhandtuch bringt es auf diese Maße und Gewichte. Bei einem Format von 66x140 cm wiegt es nur 104 Gramm. Das Packmaß ist 16,5x22 cm, extrem flach. Das schafft kein anderes Tuch am Markt. Die unschlagbaren Vorteile dieses Towels: super leicht, sehr schnelle und hohe Wasseraufnahme und sehr schnell wieder trocken, angenehm auf der Haut und von hoher Lebensdauer. Unser Super-Sommer-Angebot für DAV-Mitglieder: Beim Kauf von drei Stück XL-Tüchern – Farbe nach Wahl, minus 30% – bitte Gutscheincode eingeben: DAV 13503. Auf alle weiteren Produkte aus unserem Programm minus 20% – beim Kauf bitte Gutscheincode eingeben: DAV13501.

PREISEMPFEHLUNG: € 17,80 (66 x 140 cm) im praktischen Nylon-Mesh-Beutel, evonell.de



OGRE 33+

DURCHDACHER KLETTERRUCKSACK

Optimal für den alpinen Einsatz: Das Material ist wasserdicht und langlebig. Die patentierte Grappler™-Schnalle kann man auch mit Handschuhen bedienen. Die Deckelkonstruktion mit großer Öffnung erleichtert den Zugang zum Innenfach und bietet zuverlässigen Wetterschutz. Abnehmbare Komponenten reduzieren das Gewicht des Rucksacks von 920 auf 660 Gramm. Auch als Damenmodell erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG:
€ 139,90, mountain-equipment.de



Kleines Raumwunder: Exolight I

EXTRA LEICHT UND GANZ EASY AUFZUBAUEN

Dieses Zelt ist ideal für alle, die auf Touren lieber allein schlafen. Das Exolight I ist super leicht, einfach aufzubauen und bietet einer Person komfortabel Platz. Innen- und Außenzelt sind miteinander verbunden und werden mit Befestigungs-Clips einfach außen ins Gestänge eingehängt, so dass ein trockener Aufbau auch bei Regen gelingt. Das Außenzelt ist innen mit PU und außen mit Silikon beschichtet. Dadurch ist es nicht nur sehr reiß- und zugfest, sondern auch langfristig wasserdicht.

PREISEMPFEHLUNG: € 399,95, jack-wolfskin.de



HÄNDLERVERZEICHNIS

PLZ 00000-09999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Leipzig:
Nikolaistraße 47-51
04109 Leipzig
Tel.: 0341 - 308 586 50

PLZ 30000-39999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Bielefeld:
Obernstraße 38
33602 Bielefeld
Tel.: 0521 - 522 019 14

Höxter:
Weserstraße 12
37671 Höxter
Tel.: 05271 - 353 46

PLZ 60000-69999

Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuhe



**Wredestraße 10
Ludwigshafen am Rhein**

**Tel. 0800 / 5112233
bergschuh-keller.de**

PLZ 20000-29999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Flensburg:
Grosse Straße 69
24937 Flensburg
Tel.: 0461-295 16

Kiel:
Andreas-Gayk-Str. 23
24103 Kiel
Tel.: 0431-990 409 55

Celle:
Rabengasse 8
29221 Celle
Tel.: 05141-909 799

PLZ 40000-49999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Münster:
Rosenstraße 10-13
48143 Münster
Tel.: 0251-488 208 34

Duisburg:
Kasinostraße 13-15
47051 Duisburg
Tel.: 0203-285 280

Wesel:
Hohe Straße 18
46483 Wesel
Tel.: 0281-164 350 80

PLZ 90000-99999



**TEL. 09 41 - 64 66 36-0
HAIDPLATZ - KREBSGASSE 2
93047 REGENSBURG
WWW.LAUFUNDBERG.DE**

PLZ 50000-59999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Oldenburg:
Gaststraße 27
26122 Oldenburg
Tel.: 0441 - 99 87 666

Wilhelmshaven:
Parkstraße 2
26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 - 99 42 87

Bremen:
Domshof 14-15
28195 Bremen
Tel.: 0421 - 33 65 523



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Hamm:
Ritterstraße 2
59065 Hamm
Tel.: 02381 - 927 259

Bonn:
Wenzelgasse 17
53111 Bonn
Tel.: 0228 - 981 467 47

Mein Ausrüster Der Bergsportexperte

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

INTERNET



An der Hansalinie 17
48163 Münster
Tel. 71 93 66

Aegidiemarkt 4+7
48143 Münster
Tel. 45 777

-große Zeltausstellung- -Bergsportspezialist-
www.terraccamp.de



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

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

HOTELS | UNTERKÜNFTE



Unvergesslicher Wanderurlaub im Herzen der Dolomiten

Familiäres Berghotel an der Grenze zum Naturpark Puez Geisler auf 1.890 m. Kulinarische Köstlichkeiten und Überraschungen. Traumhaftes Panorama, Whirlpool, Sauna. Spannende Touren auch für Mountainbiker. *Wir freuen uns auf Sie!*

BERGHOTEL SCHLEMMER * I-39042 PLOSE/BRIXEN - SÜDTIROL • Tel. 0039 0472 521 306
www.berghotel-schlemmer.com
info@berghotel-schlemmer.com**

Hotel Schlemmer KG
d. Stemmer Alex & Co.

Pension Maria*** Antermoia im **Gadertal**; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter:** Skifahren & Schneeschuhwandern. **Sommer:** Wandern, MTB & Motorrad. HP ab € 51,- Fam. Erlacher. **www.pension-maria.it**

Wo es am schönsten ist: Dolomiten - Südtirol,
I-39050 Eggen/Deutschnofen, **Hotel Latemar ***** Pichler Arnold & Co.KG, Dorf 39

HP mit Frühst.-buffet, 4-Gänge-Abendessen, DZ, **pro Pers. u. Tag € 53,00** (10.-31.8 € 58,00). 22.4.-26.5. "Frühlingserwachen" **4 Tage € 195,00, 7 Tage € 341,00.** Kinder im Elternzim. stark ermäßigt/umsonst. Gemütlicher Familienbetrieb, große Zimmer, jeder Komf., Sauna, Wellness. Mehr Info: **www.hotel-latemar.it**, Tel. 0039/0471-615 740, Fax -618 054

Pension Fahrenkamm



Urlaub in Schenna im Herzen von Südtirol. Der perfekte Ausgangspunkt für unzählige Wanderungen. **Halbpension**, Hallenbad und Sauna. Direkt neben der Taser Talstation.

Pichlerstraße 33 • I-39017 Schenna
Telefon & Fax +39 0473 94 58 72
www.pension-hahnenkamm.com



ÖTZTALER BERGFRÜHLING

ab € 55,00 p.P. inkl. HP

HOTEL TAUFFERBERG

A-6441 Niederthai 12a +435255/5509
WWW.TAUFRBERG.COM

alpenchalets.net

Südtirol, Schweiz + F

Skihütten und Chalets online buchen beim Spezialisten, für 4-24 Personen.
**Tel. +49 721-4672475
alpenchalets.net**



Erholbarer Wanderurlaub im sonnigen Spinges / Südtirol

Herzlich willkommen in unserem familiengeführten Hotel für Wanderer, Wellnessliebhaber und Familien. Faszinierende Bergwelt, sattgrüne Almen, interessante Pfade und idyllische Plätze.

HP ab € 64,- pro Person / Tag

I-39037 Mühlbach / Spinges - Südtirol
**+39 0472 888 029
www.hotel-senoner.it**

Hotel Senoner d. Senoner Hansjörg, Georg-Stocker Platz 10-14

Anzeigenschluss für die am 23.7.2019 erscheinende Panorama 4/2019 ist der **14. Juni 2019.**

HOTELS

Rosengarten-Latemargebiet Das Wanderparadies in Südtirol



Gemütliches, ruhiges Haus mit familiärer Atmosphäre im Herzen der Dolomiten; traumhafte Kulisse für Wanderer und Bergsteiger. Zimmer mit SAT-TV, Du/WC/Balkon, Saunalandschaft. Die Gastgeberin verwöhnt Sie mit gediegener Südtiroler Hausmannskost.

HP ab € 61,- p.P./Tag Familie Mayr
I-39050 Oberreggen • Deutschnofen
Tel. +39 0471 61 57 50
www.hotel-mayr-obereggen.com
info@hotel-mayr-obereggen.com

Mayr Josef - Oberreggen 22

DIAMIR
Ergebnisreisen

Bergexpeditionen weltweit...

Reisen Sie in kleinen Gruppen mit max. 14 Gleichgesinnten.

www.diamir.de

REISEVERANSTALTER

MIT PROFIS AM BERG! SE7EN SUMMITS

AMICAL
DIE BERGSCHULE - TREKKS & EXPEDITIONS

Ihr Partner im Alpin-Trekking & Expeditionsbereich, seit mehr als 25 Jahren!

KATALOG ANFORDERN!

WIR L(I)EBEN BERGE

Walsersstraße 5 • 87561 Oberstdorf
Tel.: 083 22 98 74 788
www | info@amical-alpin.com

Alpenschule OBERSTDORF

Katalog anfordern!

15 Varianten zu Fuß über die Alpen

Tel: 08322-940750
www.alpenschule-oberstdorf.de

REISEVERANSTALTER

nepalwelt-trekking.com

GIVE YOUR DREAMS A CHANCE

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

Berghütten
in Österreich für Selbstvers.
zu verm. Tel. 08233/8498686
www.berghuetten.com

BOSS ADVENTURE NEPAL
TREKKS & EXPEDITIONS

www.boss-adventure.com

Wandern auf den Lofoten...
☎ 0351 - 422 62 62
www.ELCHTOURS.de

KORSIKA - GR20
0351 42 450 892 | www.rawakas.de

Donau Donau-Radreise
7 x ÜF, Leihrad, Gepäckservice uvm.
ab € 479,-

Touristik GmbH, www.donau-touristik.info
A-4010 Linz/Donau, Lederergasse 4-12

©Bernad Leubner - Fotolia.com

Aktivurlaub Schweden ...
Kanu | Rad | Trekking | Ski ...
Erwachsene | Familien | Jugendliche

aktiv. abenteuerlich. außergewöhnlich.

RUCKSACK REISEN
www.rucksack-reisen.de

FRANCE BIKE
Nicht Masse, sondern Klasse
0800 664 68 36 (gratis)

Radreisen in ganz Frankreich und in vielen Ländern Europas

www.france-bike.com | france-bike@france-bike.com | +49 2832 / 977 855

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

Gruppenreisen für Alleinreisende
naturnah
www.Natours.de

Anzeigenschluss für die am 23.7.2019 erscheinende Panorama 4/2019 ist der 14. Juni 2019.

TREKING & MEDITATION
In den Alpen, Nepal & Tibet
Tel. 07 61- 488 1664
www.roman-mueller-seminare.de

VERSCHIEDENES

BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

ERLEBE DEIN ABENTEUER MIT UNS!

www.bergschule.at

Antihydral®

Gegen starke Schweißabsonderung zur Anwendung auf der Haut

Reparatur von Funktionsbekleidung

Austausch defekter Reißverschlüsse, Rep. v. Löchern & beanspruchten Stellen

Tel. 0152/51426176
www.sa-macnotex.de

Fotohaus Heimhuber
- SEIT 1877 -

Bergbilder. Historisch. Einzigartig!

Leinwandbilder online bestellen!

www.historische-bergbilder.de

Sie möchten in der Outdoorworld inserieren?

Dann sprechen Sie mit Hans-Joachim Weber, +49 40-3703-6445.

VERSCHIEDENES

Venter Tage
IM HERZEN
DER ÖTZTALER ALPEN

Das Berg- und Skidorf Tirols

ÖTZTAL Vent

www.ventertage.at

@ventertage

Dein Ferienhaus in den Bergen

INTERCHALET
URLAUB IM FERIENHAUS

www.interchalet.de

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona

ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN

Bergschule Oberallgäu

www.alpinschule.de ☎ 083 21/49 53

Klettern & Hochtouren
Bergferien für Familien

bergfuehrer.com

KORODIN
Herz-Kreislauf-Tropfen

KLEINANZEIGEN

IMMOBILIEN

Sommer-Chalet in Traumlage bei Sion,
3 Schlafzimmer, komplette Ausstattung,
schöne Lage auf 1000m. 06022 7091877

Suche Ferienhaus/ Berghütte im Raum
Lindenberg (Allgäu) - Breitenzerwald
zu kaufen! Angebote bitte an e-mail
ib.glemser@gmx.net mit herzlichem Dank.

Kanada-British Colombia-Glenora,
Naturparadies, Grundstück mit Holzhaus
und Blockhütte zu verkaufen. Nähere
Infos: www.immobilienscout24.de
Scout-ID: 98397157

VERMIETUNGEN

CH-Randa/Zermatt: Komf. FeWo., 60 qm,
TV, Terrasse, ganzjährig geheizt, für 2-4
Pers. zu vermieten. Tel. 07331/9 41 417
ab 19.00 Uhr

Allgäu: 2 FeWo's (je 130qm)
in ehemaliger Berghütte.
www.kuckucksnest-allgaeu.de

TOSKANA-MEER Naturstein-FeHs, Blick
aufs Meer und die Inseln Elba+Korsika
www.toskana-urlaub.com / 08662/9913

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

LAGO MAGGIORE Traumblick-Steinhaus
Wandern, Rad, Erholen :-) ip70@arcor.de

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

Kroatien: Ferienhaus direkt am Meer auf
autofreier Insel. kaprije@gmx.de

Wohnen im Chiemgau: schöne
Ferienwohnung in ehem. Bauernhaus
langfristig zu vermieten, beste Lage,
Bergblick, Balkon Tel. 0151-50989883

Landgut in den Karpaten in Rumänien.
Naturschutzgebiet auf 750m Höhe,
Hochlandrinder, Gebirge, Nationalparks.
Außergewöhnlich schöne Feriendomizile.
Unser Anspruch ist Nachhaltigkeit
und Respekt vor der Schöpfung.
www.sesuri.com

Gardasee: Schönes Rustiko aus dem
16. Jahrh. mit Seeblick in Muslone 3
Schlafzimmer bis 6 Personen von privat
muslone@web.de 017623815812

Kitzbühler Alpen: Suche zur separaten
Nutzung Mieter/Mitmieter für Almhütte
auf 1290m.. Genußvoll Wandern, Skitour,
MTB, Hüttenleben eben... 0172 1607877

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

Eifel: Holzhaus sucht naturbegeisterte
Familie für Ferienhaus-Sharing.
Schönes Grundstück, alter
Baumbestand, Fernblick, Höhenlage im
Wandergbiet Wasserscheide Ahr/Erft:
number-10@web.de

Im Allgäu mittendrin, hochwertige, helle,
ausgeb. 3Zi. 120m² DG-Whg., Kachelofen,
Balkon, Garage, ganz. als Zweitwohnsitz
zu verm. PLZ 87466, info@urlaub-oy.de

VERSCHIEDENES

Der Hamoni® Harmonisierer - Ihr
Hochwirksamer Schutz vor Elektromog
www.elektromoghilfe.com

Geschenk-Idee: * Gipfelshirt.de *****
von * bergmaennle.de * bio & fair Qualität

BEKANNTSCHAFTEN

Rm 414: 62J/w sucht Begleitung m/w für
Tages- und Mehrtageswanderungen und
Reisen nah+fern:
ulrike.chiemsee@unitybox.de

Rm567: Zelttouren vor der Haustür,
MTB, Klettern u.v.m. W55/164/70.
0175/3478819

Allgäu: Paar (w45/m48) sucht nette Paare
für mittl. Wanderungen; jpa2019@gmx.de

Rm VS: Schwenningerin (38J./50kg/UIAA
6- bis 7-) sucht Boulder- &
Kletterpartnerin asterixidex@web.de

Fröhliche Sie, 66, 56 sucht Sie/Ihn in **Muc
und Umgebung** zum Wandern, Radln,
Museums- und Konzertbesuche, Reisen.
Bin kirchlich engagiert. Zuschriften an:
joitdiscovery@gmail.com

FO/ER naturverbundenes Duo (44, 4)
sucht Begleitung für Unternehmungen in
der Fränkischen. nichtswieraus@gmx.net

60j. Schwäbin, eigenständig, beruflich
noch aktiv, sucht männliche Begleitung für
Berge, Golf, Reisen... : funfortwo@gmx.net

Drittes Mal getroffen, Du, **Udo,** mit Sohn
Noah auf der **Brunsteinhütte** Freude mich
auf Deinen Anruf Edith 0176/80146969

REISEPARTNER/IN

Neuseeland: Natur-, Kultur-, Erlebnisreise
durch eines der schönsten Länder auf
dieser Erde. Mit Neuseelandprofi Harry
Dindorf in kleiner familiärer Gruppe, durch
faszinierende Landschaften reisen.
Tel. 07551/301166 www.harrytours.de

Paar (51/51 Raum Dresden) sucht
Mitstreiter für dreiwöchige Trekking- und
Kulturreise nach **Ladakh** (Mitte August bis
Mitte September) andreasdd00@gmx.de

Rm 6: Alpe-Adria-Trial, Mitwanderer
gesucht von W, 61J: job.new@gmx.de

Reisepartnerinnen für MTB & Yogareise an
die Soca gesucht. Max 8 Frauen. 4 Tage.
www.intensive-yoga.com

Marokko: Marrakesch und Kamel-
Trekking zu den Erg Chebbi-Dünen.
03.10.-17.10.2019, kleine Gruppe.
06762/4011538, Info@aktivunterwegs.de

KOMODO-Nationalpark und FLORES
Individuelle Mehrtagestouren Boot,
Trekking, Schnorcheln u.v.a.m.
kompetente Führung (engl.)
www.komodoskytour.com Info auch:
0173/6125737

Jugendliche Mitfünfingerin sucht kluge
Trekkingpartner(in) für Fernwanderwege/
Pilgerwege (**per pedes/velo**).
grow19@t-online.de

langes Calanques/Marseille wanderWE im
Juni/ Sep-Nov? bin 37. MH7x@gmx.de

KLEINANZEIGEN

Kapverden, 14.10.2019, traumhafte Wanderungen auf 4 Vulkaninseln mit Pico Fogo. 16 Tage, kleine Gruppen, privat organisiert. Tel. 08586-2905

Suche authentische Gefährtin für **Hüttentour in den Karnischen Alpen** und Ausspanntage Irgendwo. Zwei Wochen im August 2019, vielleicht wird mehr draus. BmB: 1964.Andreas@web.de

SIE SUCHT IHN

Niederrheinerin: joggen, schwimmen, wandern, Hüttentouren, jung geblieben und attr(aktiv), gebildet, sportlich, 62J/173/60, suche Dich mit Herz, Hirn, Humor und Lust auf mehr. BmB, waldrand2018@gmx.de

Mü - Amb. Kletterin, Boulderin, Bergsportliebhaberin (49/1,70/54) sucht ihn für weitere Abenteuer, Reisen und eine gemeinsame Zukunft? boulderlena@outlook.de

Sachsen/Bayr. Alpen- 28/165. Naturverb., vielseitige (Ski- & Bergtouren, Tanz & Kultur), natürl. Sie sucht bergbegeist., warmherz. Mann f. gemeins. Abenteuer & mehr. BmB: wgui.dav@gmail.com

Lebenslustige, nachdenkliche & sportliche Sie (Ende 40, 170), im mittleren Westen der Republik sucht Dich (bis 55, mit Herz, Hirn und Humor) zum Wandern und vielleicht auch mehr. **Schreibst Du mir?** derlenzistda@posteo.de

Gesucht wird Mann mit Herz und Verstand +/-57 J./ü.175 NR, der auch so gerne lacht wie ich von attr., sympath., reiselust. Frau (Mitte 50/163, Akad.) aus dem grünen Herz Deutschlands. Vertrauliche Infos mit Beweisfoto an ms-right@t-online.de

N/ER/BA: sportliche SIE 58/173/58 bevorzugt Wanderschuhe statt Highheels, Sternenhimmel statt Sterne-Hotel. Suche DICH für Berge und mehr. berg-hexe1961@web.de

Rm N: Mit mir (62/173) auf und davon - soweit die Füße uns tragen. Kommst Du mit? aufunddavon2@gmx.de

Sport verbindet - vielleicht fürs Leben!

Sie sind neugierig, männlich und suchen DIE LIEBE? Bei uns suchen attraktive, sportbegeisterte Frauen mit Niveau das passende Pendant. Ein unverbindliches, kostenloses Gespräch mit PV Christine Stegmann kann ihr Leben positiv verändern. MUC 089/32635867 oder 0176/20371708 info@cs-partnervermittlung.com

R70, **Suche Dich:** sportl. (Ski, Rad, Wandern), kulturell int., reisefr. für gem. Zukunft. Bin 41, NR. sternmx7@gmx.de

In/M: **email-Korrektur:** Lebenslustige Sie (59/163/schlank) sucht zum Wandern, Skifahren und gerne mehr nette Begleitung. BmB: ingrid-philipp@gmx.de

Rm 22: Akad., 62, NR, Bahnfahrerin, etwas sportlich, sucht in **Hamburg** warmherzigen Mann, der mit ihr alt werden möchte web.dove@t-online.de

Rm 7/8, Bergfee 61, mit Haltung, spontan und begeisterungsfähig freut sich auf einen sympathischen Berggeistes für Lustaufbergeundmehr@gmx.de BmB

Rm N/ER: Wanderschuh, Gr.42, 63J., 178cm und schlank, sucht „passenden“ Wanderschuh mit sympathischem Inhalt. wanderschuh42@gmail.com

Ms/o-w55,172schlank,erklimme viele Gipfel (Klettersteig, Skitour)-wenn du meine Hobbys teilst und kreativ, unkonventionell und humorvoll bist, dann schreibe mir bitte mit Foto: bingespannt1@gmx.de

Wir, w 33/37, sportlich, reflektiert, humorvoll-unterwegs zw. Dornbirn & Muc, würden uns freuen, wenn ihr, ebensolche, m+/-, uns schreibt, um gemeinsam Berg, Wasser, Leben unsicher zu machen. BmB. mutigseinlohntsich@gmx.de

Berlin, 21, 1,79. Liebe die Berge. Freue mich über Post von dir. patta1@web.de

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen. Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de.

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie Ihre Kleinanzeigen-Hotline unter der Telefonnummer: (040) 37 03-53 26 an.



KLEINANZEIGEN

Wenn sich in unserer Schnittmenge eine friedliche Vergangenheit, kompromissbereite Gegenwart & neugierige Zukunft gut anfühlt, Du (> 180,38, frei!) auf'm Klo länger TETRIS spielt als ich & bei genau dieser Vorstellung lachen musst :-), schreib mir (182,69,43) mB: wandlerfibelistin@gmx.net

FO/ER wandern, klettern, auf einer Wiese liegen Nase zur Sonne/ Lego, Laufrad, Stöcke sammeln/ Sie 44, Er 4, X? Lücke erkannt? Lueckegebannt@gmx.de

Rm 76: Sie, 63 Jahre, 157cm, schlank, NR sucht aktiv sportlichen und naturverbund. Lebenspartner zw. 60-65 Jahren. Meine sportl. Aktivitäten sind Wandern, Paddeln, Fahrradfahren, Tennis. sicado@web.de.

Rm6,sportl,naturverb.59/167/65,su.liebev. Partn.f.Reisen,Radeln,Klettern,WoMo/ Camper u.v.m. michel68211@web.de

Rm 77 und überall: Liebst du auch die Berge im Sommer wie Winter, egal ob zu Fuß, MTB, Ski Alpin, LL. Dann genieße doch mit mir zusammen die Bergwelt und vielleicht auch mehr. Ich (47/174) bin neugierig auf dich. Bmb: Bergtraume@gmx.net

RM97 attr sportl. Sie sucht naturverb. IHN zw 50-60 J ab 180cm für gem. Aktivitäten BMB Lebengenessenxxl@t-online.de

Rm79: Lust auf Draußen sein, Sport ohne Stress. Stille genießen und sich ins Leben stürzen? Ich(48), jung geblieben, mit Herz und Humor freue mich über deine Mail. draussensein71@gmx.de

Rm 7: Ende 50, sportlich, natürlich, bodenständig, liebe Natur im Sommer und Winter, suche Dich in gleichem Alter, intelligent, empathisch, Tiefgang, Nähe und Freiraum: er-lebenspartner@web.de

SÜW/LD/Umkreis: ich (41/184/70) sportlich, naturverbunden suche Dich für gemeinsame Aktivitäten und Beziehung, Vorliebe für MTB, Wandern, LL, Berge & Meer, Draußensein, Reisen im Camper, ist dir das sympathisch, dann freue ich mich auf deine Antwort BmB julialulu@gmx.de

IN/KEH: Sportlich aktive Witwe 59+/174 möchte nicht Single bleiben. Suche Ihn mit Niveau, sportlich, vielseitig interessiert für harmonische Beziehung. Pass.Pendant@t-online.de

Rm 7: Wer mag mit sportlicher, attraktiver Frau 66J./181cm Berge, Täler, Meer, Kultur & mehr genießen? bme10@web.de

Sportliche unkomplizierte Hessin, 58 J./1,68m liebt die Berge zum Wandern, Mountainbiken u. Skifahren und sucht den Mann, der ebenso die Natur und den Sport zum Leben braucht. Alpenrose@gmx.de

Rm NRW: Ich (46, 160, NR) suche Dich mit Interesse für Wandern, Radfahren, das Leben genießen und für alles, was zu zweit mehr Spass macht. BmB: duesseldorf73@gmx.net

Rm 53: Attraktive, aufgeschlossene, empathische Sie (50J, 165) sucht attraktiven, positiv denkenden Ihn (48-56J, 178-186) mit Tiefgang und Herz für Liebe und Partnerschaft und für gemeinsame Aktivitäten in der Natur (Wandern, Kanu, Radeln, Reisen uvm). BmB: mit-Dir-Natur-erleben@t-online

Rm72...Eins, zwei, drei nun ist es an der Zeit. Hübsche Sie (57) freut sich auf einen bodenständigen Mann mit Herz am richtigem Fleck.BmBSonnenstaub19@gmx.net

Rm 7: Raus aus dem Alltagstrott? Stehst du auch in den Startlöchern und hast Lust auf eine neue weibliche Herausforderung? Dann freu ich (Akad., 60, 163, schl.) mich auf deine Antwort: Berge58@web.de

KA 49/173: herzlich, pfiffig, humorvoll, jung, vielseitig, gerne draußen + aktiv? **passt_genau@web.de**

RM90: zusammen lachen und weinen, MTBën, RR-fahren, Wandern, Skibergsteigen, kochen, reden, reisen, das Leben genießen und vieles mehr! Wenn Du humorvoll, ehrlich, herzlich, tierlieb und naturverbunden bist und nicht nur jemand suchst, um nicht allein zu sein, sondern weil es zu zweit einfach schöner ist, dann melde Dich bei mir (49/165/50). BmB: zusammenbiken@web.de

RM 97: Wandern, Ski, MTB, T4, Berge, Reisen, Kultur, Musik.... gemeinsam auf Tour Sommer wie Winter. Outdoor-Mädel (57/175) sucht herzl. u. aktiven Partner m. Humor u. Verstand. PuraVida19@web.de

Rm 7: Mallorca* Südtirol* Wüste* Kabarett* Kultur* Leben* Lieben* Lachen* Alles, was zu Zweit viel schöner ist. Mädchenhafte, sportliche Sie Ende50/163/53 freut sich auf Deine Zuschrift BmB: herzenssache58@gmx.de

Rm 6: Würde gerne in Dein Leben passen: schlank/ 68J/ 172 mit RR, LL, MTB, Ski, Buch, USA, Canada. mtb2@gmx.de

HH: 56J/169. Freue mich auf gemeinsames Wandern und Genießen. Bin naturverbunden, attraktiv, humorvoll u.v.m. Hallo <58J. heidi007@icloud.com

Raum DD: Freche, kluge Brünette (44/NR) sucht charmanten Begleiter für den Alltag u. Spassiges wie (Weit)Wandern, Tanzen, Kanu.... Simbeg4@gmail.com

46, 170, wer hat Lust mich kennen zu lernen? Jackpot; suche nette, witzige, offene Leute + vielleicht auch einen Mann zum Lieben. bauwagen20@t-online.de

Rm 8: 63/168/schlank. Welcher Mann bis 67 sucht keine 45jährige, sondern eine jung gebliebene, sportliche, attraktive 63jährige Frau? Wenn Du Mut hast, melde Dich! BmB osklara@web.de

R2,56j (167/65) reflektierte, berufstätige, unternehmungslustige Frau (wandern, radeln, Berge, Nordsee und ein bißchen Kultur) sucht Gefährten mit Herz und Hirn. BmB: nordischundbergverruect@gmx.de

SIE SUCHT SIE

Sie, 64 J, 158 cm, 52 kg sucht sie für Wandern, Kultur, ev. mehr. Raum westl. MUC. Bildzuschrift: frau2019@gmx.de

Aus einem BALD sollte man viel öfter ein JETZT machen, bevor daraus ein NIE wird. Ich (w;51;1,85,NR) suche Dich (w;45-55,NR), wenn Du draußen, beim Wandern, Radeln, Yoga, Seele-baumeln-lassen, ins Lagerfeuer starren, barfuß laufen ebenso glücklich bist wie ich. Freue mich, von Dir zu lesen. strahlende_auge_2019@web.de

Suche kluge, attraktive Sie 50+ für **Reisen, Wandern** (Fernwanderwege, Trekking Nepal) und/oder die **Liebe und das Leben**. flow777@web.de

ER SUCHT SIE

Rm M: Er (51/184/NR) sucht Sie mit viel Herz, Humor und Lust auf Berge, Reisen, Kultur u.v.m. BmB an klettersteig@live.de

München, OBB, sportl. junggebl. ER, 73/ 175, NR, sucht unternehmungslustige, humorvolle, liebevolle Sie, 65+, f. gemeinsame Ski+Bergtouren, LL, Wandern, MTB, Reisen, Kultur und alles, was zu zweit Spaß macht. BmB an: chr.eich@arcor.de

Wandern + Klettern + ? im Schwarzwald? Hast Du Lust mit mir wandern und klettern zu gehen im sonnigen Schwarzwald, Schweiz oder sonst wo in dieser schönen Welt, dann melde Dich bitte bei mir (50J; 180; NR) schwarzwald-aktiv@web.de

Sportlicher, musikalischer, liebevoller Kerl(**Kempten**/36/183) mit Spaß an Kletter-, Ski- und Raddtouren (u.a.) sucht lebensfrohes, bergbegeistertes Mädel (-36) für sportliche und musikalische „Abenteuer“ – wenn's passt auch für mehr :-). Ich freue mich auf deine E-Mail. Bitte m.B. an klettern.berge@gmail.com

Wenn der Wind der Veränderung weht – bauen die einen Mauern die anderen Windmühlen.Suche Windmühlbauern (ab 55) die mit mir in ein neues, aufregendes und unbekanntes Leben aufbrechen möchte. Nachdem ich mich von fast all meinen unternehmerischen Aktivitäten getrennt habe, habe ich angefangen mein Leben neu gestalten. Hierbei sind für mich Ethik Umwelt und Gesundheit wichtige Bausteine auch in der Ernährung. Wir sollten uns nicht nur der Verantwortung bewusst sein, sondern auch danach handeln.Ich wohne seit 1 Jahr auf einen großen, ökologisch renovierten Bauernhof im Allgäu Nähe Kempten mitten in der Natur. Auf dem Hof leben noch 3 Familien, die ähnlich denken, in eigenen Wohnungen. Autark zu werden ist unser Ziel. Zukunftwertstatt Natur haben ich/wir das Projekt getauft.Bin 64 BA, 176, 68, NR, Romantiker, Lausbub, Träumer und Realist, bin sportlich MTB, Rad-Berg und Skitouren, leichte Klettersteige, Boot, Tanz, Kultur, Reisen, auch im 4x4 Wohnmobil . Die Welt auf nicht ausgetretenen Pfaden erkunden.Vielseitig interessiert, neugierig und begeisterungsfähig.Neugierig geworden? Wenn ja, dann melde dich und du erhältst von mir mehr Infos. Wer wagt, gewinnt! Träume nicht dein Leben – lebe deinen Traum. Vielleicht ist das der Anfang? leben.in.der.natur@gmx.de

Rm 79: Träumen vom Freiheitsgefühl mit VW Bus genauso wie einem gemütlichen Zuhause. Akademiker, 1,90 m, 47, sportlich, Naturfreund, ethisch interessiert mit Familienwunsch sucht Dich. Für die bunte Vielfalt im Leben. BmB an letter4U@gmx.de

RM 70 sehr attraktiver, charismatischer, humorvoller, sportlicher Macher und Wolkenstreicher 53J/179 NR junggeblieben,geerdet, mit großem Herz, wachem Verstand, achtsam, Tierlieb, romantisch, sucht ebensolche Bergfee ab 32 für eine intensive Partnerschaft auf Augenhöhe ohne Verfallsdatum. BmB ueberdenwolkenschweben@web.de

KLEINANZEIGEN

50,170,NR, schlank, sportlich, MTB, Ski, Wandern, Laufen, Couch, usw..., vielseitig interessiert, hess. Rhön/Fulda, **bin NICHT erstgebunden**, wodbmb@t-online.de

RM 785: Du suchst jemanden für die gemeinsame Zeit draußen Sommer/Winter und zu zweit? Naturfreund(27/181/80) offen, zuverlässig, engagiert würde gerne mit Dir seine Zeit verbringen. BmB gebirgsmensch@outlook.com

Garmisch: Süßes fröhl. Bergmädel gesucht von liebem m34 : kgap@gmx.de

RM38: sportl. junggeblieben(52/183,NR) mit Herz, Humor und Verstand, aber auch spontan und frei von Altlasten. Suche passende Partnerin zum Wandern, Biken, Skifahren, Surfen, Reisen, Leben, Lachen, gut Essen/Trinken aber auch Kino oder Kultur im Zelt erleben; schauinsland38@web.dei

Jungebl., ruhiger, abenteurl.,entspannter, verrückter, attr. Thüringer Normalo 54/189 sucht für sportl. Aktivitäten MTB, Klettern, Bergsteigen, Wandern oder einfach nur für das zweiseame Glücksempfinden, eine Frau die mit mir das Lebens teilt .berglove@gmx.net

Rm 92, Rgb, Nbg + X; so bin ich: lebensfroh, positiv, herzlich, naturverbunden, sportlich aktiv und vielseitig (MTB, Schwimmen, Kajak, Inliner, Slackline, Sauna, Skitour, LL...) jugendliche 55/179/79, selbstständig mit lebenswerten Kindern (14,18,22) Genießt Du ehrlich, wie ich, Gipfelglück und Meer, Sport, Natur, Reisen, Kochen, Alltag, Beruf, Freunde und Familie, Romantik und Zärtlichkeit..? Ich suche eine warmherzige, lebensfrohe, liebevolle, sportlich aktive Partnerin (42 – 52 J., NR), findest Du Dich in den Zeilen wieder..? trau Dich.. ich freu mich auf Dich. Ich zähle mit Dir die Sterne am Himmel und fange mit Dir die Sonne ein. BmB: lebensglueck-2019@web.de

Für meinen Bergspezl. 48 J., 176, 80, suche ich nach einer zukünftigen Freundin. Er ist total kameradschaftlich, ehrlich u. guat beinand bei Skitouren., Klettern, MTB etc.. Wenn sich eine nette Bergsteigerin für ihn findet, schreib bitte an Bergspezl1070@web.de, BmB.

Schwarzwald Bodensee Allgäu Sportlicher Er (34/167/NR) mit Herz,Hirn und Humor sucht lebenslustige Sie für gemeinsame Bergabenteuer und zum verlieben. Bist du dabei? BmB bergherz1@gmx.de

LL/OAL 37/178/schlank, Rad, Wandern, Musik, Natur, Familie, Freunde, Tiefgang, Offenheit, Interesse? andi.lobe@web.de

Rm88/87: Lebenslustiger, sportl. & humorvoller Er (31/180) mit Spaß in der Natur sucht Sie für die Tour des Lebens. alpinist88@gmx.de

Berliner 60/183/81, NR, Akad. Magst Du auch Sport, Kultur, Ostsee, Berge, Reisen, Reden, Zuhören, Lesen, Lachen, Musik, Kochen, Zsamkeit, Gemütlichkeit... in einer Liebe für's Leben? BmB an meer-berge@gmx.net

Rm72: Erfahrener Wanderer sucht Begleiterin für Hüttentour im Juli 4-5 Tage. Bin 58/180/75. Bei Sympathie gerne mehr. huettentour2019@t-online.de

Rm Sachsen: Kochen, waschen, bügeln kann ich (47 J., 180, NR) selbst. Ich suche Dich zum Wandern, Klettern, Radfahren, Joggen und vor allem fürs Herz. naturluftberge@web.de

Rm 88/87: Berge, Wandern, MTB und im Winter alles mit Skiern, darf auch sportlich sein, macht zu zweit mehr Spaß! Ich bin ein jung gebliebener neu Sechziger, NR, umgebunden auf der Suche nach Dir, +/- 50 J. mit Liebe zur Natur. Über ein Kennenlernen bei gemeinsamen Aktivitäten würde ich mich freuen, wer weiß, was daraus wird? nzeren@freenet.de

RM 96, meine Wander-, Radl-, Theater- und Tanzschuhe suchen weibl. Pendant; bin 62 u. schlank; bergleo@gmx.de

Sportlicher **Augsburger** 41/193 sucht humorvolle Frau für Natur+ Berge+ Reisen+ Mehr im Rm 82-87. BmB aux73@web.de

Rm 3+: Sportliches Murmeltier (47/ 197/ schlank) sucht Frau mit Herz und Humor für Berge& Meer, Musik& Theater und eine gemeinsame Zukunft. mut19@gmx.net

Rm89: Ich 36/180/sportl suche Dich zum Biken, Wandern, Chillen, Reisen, Leben und vielleicht mehr? 1ofakind@gmx.de

RheinMain 30/172 Wenn du gern draußen bist, wanderst, kletterst oder Rad fährst und über schlechte (Wort-)Witze lachst, sollten wir uns kennenlernen. draussen_unterwegs@web.de

Rm83/84: Humorvoller, geselliger Bergsportler (30) sucht Dich. Du bist auch gerne draußen unterwegs, bist fasziniert von Bergkulissen und Sonnenuntergängen? Gipfelglueck88@gmx.de

M: Symp. u. humorv. Er (49/1,73/70/NR), liebt Leben, Lachen, Berge, Tanzen, Sport (Schw., Radf., LL) und Kultur. Würde Dich (NR, natürl. u. sinnl.) gerne kennen lernen. B. m. B. an: tanzaufdemberg@gmx.de

Rm 81 - Richtung Berge: Gemeinsam das Leben genießen, auf n Berg und im Tal. VW - Bus Fahrer, 58/173, schlank, sportlich, bodenständig, authentisch, naturverbunden, lebensfroh und abenteuerlustig. Sucht Dich, schlank, sportlich, bergbegeistert, + / - 50, für Bergwandern, Schneeschuhgehen, Ski Alpin, Reisen, Essen, Zweisamkeit und alles was Spaß macht im Leben. Adlerhorst2018@gmx.de

Rm 7 LB: 50/ 182/ 67/ NR/ NT. Meine Art und Einstellung: Positiv, Ehrlich, Humorvoll, Alltagsstauglich, Bodenständig/ Respektvoll. Wünsche mir für Berg-/ Wand-/ Radtour uA gleichgesinnte (Lebens?) - Begleitung 35-45. Tel.: 07144 890712

Rm 5 + überall: Suche Frohnatur, cool + smart, hübsch + nett, sportlich + intelligent für Natur + Berge, Stadt + Land und alle Abenteuer des Lebens. Ich (50 gefühlte 40+) erwarte Deine Nachricht mit Spannung. projektfrohnatur@t-online.de

RM0-9 Ich 48 (170/75) suche eine neue Zukunft mit Liebe, Bergen, Reisen, Kochen und Sport. Du auch? Dann freue ich mich auf deine Antwort. hoga71@t-online.de

Rm Ulm/Allgäu: ER 55/184/80 Sportlicher, unternehmungslustiger und bodenständiger Naturliebhaber sucht Dich (- 45 ohne Altlasten) mit Interesse am Wandern, Kultur und Genuss. BmB an macbest@flirt.ms

RM87: Ich 39/180/NR suche dich für gemeinsame Wanderungen in der Natur und gemütliche Zweisamkeit. Freue mich auf deine Nachricht. grias_di@gmx.de

Rm 83: Komm mit mir (52/172) auf Berg-MTB-Ski.... Tour und wir entdecken Gemeinsamkeiten... Mit Spaß und Genuss durchs Leben. *derweg.ziel@gmx.de*

Münchner: 70+/180/72, gut aussehend, unkompliziert, sportlich, NR, sucht nette, sportliche Partnerin für Berge, MTB, Ski, Reisen (Reisemobil) und alles, was gemeinsam Spass macht. BmB an: montanara007@mail.de

FLOHMARKT

Meindl Air Revolution, Gr. 42. Nur 3x getragen. Sehr guter Zustand. Bilder vorhanden. Tel. 015118376995 VB € 150,-

Bergstiefel La Sportiva Gr 44/10, Neu, NP €260; FP €160. Tel 0176 95722314

Tecnica Zero G Guide Pro Woman, weiss, Gr. 24C 285mm, €150, Tel.: 01608445745

Obacht Sektionen & Hüttenwirte! Ich löse meine private Berg-Bibliothek auf und suche einen Ort, an dem die Bücher sinnvoll & willkommen sind. Es sind Bergbücher aus drei Jahrhunderten, darunter etliche Raritäten. Umfang ca. acht Umzugskartons. Ich will kein Geld für die Bücher. stefan@vsjb.de.

Völkl Amaruq 177cm + Fritschi-Freeride Pro + Felle **zus. 350,-€**; Rossignol Bandit B2, 180cm + Fritschi Freeride Plus, Felle, Harscheisen **zus. 250,-€**. Scarpa Jorasse, Gr 43, **150,-€**, Salomon Skischuhe, Gr 27, **65,-€** Tel.: 0179/7336438

Meindl Vakuum Lady GTX, Gr. 38, 1 Urlaub getragen, VB 120€, 02641 35342

Meidl Air Rev. Lady Grau/Brombeer, Gr. 7, Neu, €200,- noderin@gmx.de

Gregory Außengestell-Rucksack, FloForm, Gr. L, 65L, grün, Neu €125,- 01736129401

Lowa MT Expert GTX EVO; Gr. 9 1/2, 2x getragen; 180 Euro; SMS: 0175 164 0065.

Mittelungen D u. ÖAV von 1911-1920 gebunden: elfi.vogt@t-online.de

Boulderblock, 3,85m hoch mit ca. 50m² Kletterfläche, untersch. Neigungen, Bj. 2013 zu verkaufen. VB 3500€. Details gerne auf Nachfrage: hoiss@dandelions.at

Suche Antennen **LVS Gerät** 0172/8004346

Hilleberg-Zelt Nallo 3, Grün. 250,-€ Tel: 0160-91860746

Mammut Airbag Rucksack inkl. Kartusche. Zwei Mal benutzt; 300,-Euro quboklaus@yahoo.de

Steigeisen Unben. 30Euro 08142/14509

DAV Panorama 1980-2018 komplett, VB 150€ , Tel. 08638/73289

Hochtourenstiefel La Sportiva, Nepal Cube GTX Woman. Einmal 4 Stunden getragen. Kategorie D, voll Steigeisen tauglich, Farbe Gelb Größe 39 (UK 6) UVP 479€, VS, Telefon 0174 8292451

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de



Sie wollen Kleinanzeigen in einem geeigneten Umfeld schalten oder Ihren Katalog bewerben?

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen.

Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer:

(040) 37 03-53 26

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2019: bitte ankreuzen

Rubrik A	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
Rubrik B	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<input type="checkbox"/> Flohmarkt			

Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 35 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar. **Keine Rechnungsstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt.** Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.

	Rubrik A	Rubrik B	Rubrik C
	15,35	32,13	8,21
	30,70	64,26	16,42
	46,05	96,39	24,63
	61,40	128,52	32,84
	76,76	160,65	41,06

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Gläubiger-Identifikationsnummer DE31SAP00000031421, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr GmbH & Co KG, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

HINWEIS: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname: _____	IBAN: _____
Straße: _____	BIC: _____
PLZ/Ort: _____	Kreditinstitut: _____
Tel.: _____	Ort, Datum: _____
E-Mail: _____	Unterschrift: _____

Anzeigenannahme-
schluss ist am
14.6.2019
PANORAMA 4/19
erscheint am
23.7.2019

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 37 03 - 53 26, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de



Alpenvereinschütten

Die Plauener Hütte liegt unterhalb der Reichenspitzengruppe in den östlichen Zillertaler Alpen und präsentiert sich nach mehrfachem Umbau in gutem Zustand.





Dreiländerrunde

Weit weit weg

Im wilden Osten der Zillertaler Alpen finden Wanderer ein perfektes Wegenetz, einladende Hütten und fotogene Dreitausender. Überraschenderweise hat sich das noch nicht herumgesprochen, so dass man auf der Dreiländerrunde über weite Strecken alleine unterwegs ist.

Text und Fotos: [Stefan Herbke](#)

Vor dem Genuss steht der Trübel. Das heißt, auf dem Weg ins Krimmler Achenal ab den Parkplätzen der Wasserwelten Krimml den Landschaftsgenuss erst einmal mit Hunderten von Ausflüglern zu teilen. Denn die Krimmler Wasserfälle – mit einer Gesamtfallhöhe von 380 Metern über drei Stufen die größten in Europa – lösen einen unglaublichen Ansturm aus. Doch der lässt nach dem Wasserfallweg mit seinen Aussichtsplattformen schnell nach, und spätestens beim Anstieg zur Warnsdorfer Hütte mit Blick auf das immer noch

imposante Krimmler Kees hat man den Alltag weit hinter sich gelassen.

Der großartige Talschluss mit den zerrissenen Gletscherfeldern und den mächtigen Dreitausendern hat etwas von „Ende der Welt“, was weniger am fehlenden Handynetze liegt als an der abgeschiedenen Lage: Von Krimml aus beträgt die Wegstrecke knapp 20 Kilometer. Für Ernst Meschik aus Maria Alm, der die Warnsdorfer Hütte seit 1993 bewirtschaftet, ist dieser Platz das Paradies. Der Stützpunkt ist ein beliebtes Ziel für Ausbildungskurse,



die den modernen Seminarraum mit Kletterwand schätzen. Und den verhältnismäßig kurzen Zustieg zum Gletscher: „Als ich angefangen habe, warst du in zehn Minuten beim Eis – heute gehst du eine halbe Stunde“, berichtet Ernst.

Für Eiskurse oder die Wanderung zum Gamsspitzl, einem Aussichtsgipfel mit Traumblick auf den Großvenediger, ist die Lage perfekt, für Wanderer auf der Dreiländertour dagegen etwas ungünstig, weil nur mit Abstecher erreichbar. Deshalb lassen viele die Warnsdorfer Hütte auf der Durchquerung links liegen und gehen direkt vom Krimmler Achental zur Birnlückenhütte. Einerseits verständlich, andererseits schade, denn die Hütte ist den Abstecher wert. Auch aus historischen Gründen, denn letztlich geht die Dreiländerrunde auf die Aktivitäten der 1887 gegründeten nordböhmisches Sektion Warnsdorf zurück. Mit der 1891 erbauten Warnsdorfer Hütte entstand in ihrem Ar-



beitsgebiet der Krimmler Ache und der Wilden Gerlos rasch ein erster Stützpunkt, 1896 folgte die Richterhütte, 1901 die Zittauer Hütte und 1907 die heute von der italienischen Finanzwache genutzte Neugersdorfer Hütte – vier Hütten, die alle mit Wegen bestmöglich verbunden wurden.

Der Startpunkt für die sechstägige Rundwanderung durch die drei (Bundes-)Län-

der Tirol, Salzburg und Südtirol kann beliebig gewählt werden. Flexibel ist man auch auf der Tour – die Länge wie die Route lassen sich variieren. Perfekte Voraussetzungen also für eine kurzweilige Runde von Hütte zu Hütte, was sich noch nicht herumgesprochen hat. Deshalb ist auch die Wahrscheinlichkeit groß, beim Anstieg

Hüttentour: Dreiländerrunde



Die Richterhütte vor dem Gratkamm Richterspitze-Rainbachspitze wird bis Sommer 2019 saniert, aber ihren Charakter als urige Berghütte behalten; einige Passagen auf dem Lausitzer Weg sind mit Drahtseil gesichert; Hüttenwirt Michael Puntigam von der Plauener Hütte in seinem Element.

in die Birnlücke alleine unterwegs zu sein. Ein gut angelegter Steig führt hinauf in die Scharte, beim Blick zurück taucht am Horizont der Großvenediger auf, und oben freut man sich über neue Ausblicke Richtung Ahrntal – und den guten Espresso auf der Birnlückenhütte.

Den macht Alain Untergassmair, der hier quasi aufgewachsen ist. „Als Kinder haben wir Kristalle gesucht“, erinnert er sich, „für uns war das mehr Abenteuer, unser Vater hat aber gezielt gesucht, vor allem im September – da kam ja kaum jemand.“ Die Anfangsjahre waren sehr schwer, da die 1975 wiedereröffnete

Hütte anfangs in vielen Landkarten als verfallen eingezeichnet war. So blieb viel Zeit für Freizeitbeschäftigungen, etwa das Skifahren am eigens gebauten Lift Richtung Birnlücke.

Knapp drei Stunden benötigt man für den Weg von der Warnsdorfer Hütte über die Birnlücke, was für einen Tag natürlich etwas wenig ist. „Die meisten kommen direkt vom Krimmler Tauernhaus“, weiß der Hüttenwirt, „da sind sie rund sechs Stunden unterwegs.“ Für die folgende, gut achtstündige Etappe zur Plauener Hütte sollte man jedenfalls einen Tag einplanen. Der 1904 fertiggestellte Lausitzer Weg auf der Sonnenseite der Zillertaler Alpen geht jedes Kar in einem weiten Bogen aus. Kurze, teils gesicherte Passagen führen über die

trennenden Gratkämme und erfordern, wie bei der Teufelsstiege, abschnittsweise Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Dafür lassen sich die vielen Blockfelder dank aufwändig verlegter Platten problemlos queren.

Landschaft gibt es im Überfluss, ebenso traumhafte Ausblicke auf Dreiherrn- und Rötspitze vis-à-vis, Wanderer dagegen kaum. Bei einer Wegkreuzung unterhalb

Landschaft gibt es im Überfluss, ebenso traumhafte Ausblicke

des Heiligeistjöchls wechselt man auf die Alpennordseite und stellt fest, dass die Etappe noch lange nicht zu Ende ist. Schier endlos quert der Hannemannweg die Hänge im Auf und

Ab, und man muss schon die letzten Kräfte mobilisieren, bevor die Plauener Hütte vor einem auftaucht. Großartig ist der Blick auf die Reichenspitze mit ihren Gletschern, wunderschön der in der Sonne glitzernde Stausee und heiß ersehnt das kühle, mehr als verdiente Getränk.



Seit 2013 bewirtschaften Edith Haberl und Michael Puntigam die gut ausgestattete Hütte. Nach mehreren Umbauten war 2018 der erste Sommer, in dem sie



Alles Gute!

150 Jahre DAV – wir gratulieren im aktuellen Bergsteiger mit einer großen Reportage über den Deutschen Alpenverein.

Exklusiv für DAV-Mitglieder:
Gratisausgabe unter
www.bergsteiger.de/dav



Die Zittauer Hütte steht in unmittelbarer Nähe zum Unteren Gerlossee in aussichtsreicher Lage; hinter der Rainbachscharte zeigen sich Gabler und Reichenspitze (r. S.).

sich auf die Bewirtung konzentrieren konnten. „Wir wollen, dass unsere Gäste ein schönes Erlebnis mitnehmen“, erklärt Michael ihre Hüttenphilosophie, zu der auch der Umweltgedanke gehört. „Wir leben davon, dass die Hütte auf einem schönen Platz steht, und den wollen wir schützen“, erzählt Edith. „Wir möchten die Leute dafür sensibilisieren, dass es hier oben nicht alles gibt, dass man sich nicht die Haare föhnen kann, weil der Strom knapp ist, oder dass man den Müll mit ins Tal nimmt.“

In die Dreiländerrunde setzt Michael große Hoffnungen. Schon jetzt entfällt der Großteil der Übernachtungen auf die Hüttenwanderer, und in Zukunft sollen es noch viel mehr werden. Auch weil es zur ursprünglichen Route über die Gamscharte eine Variante gibt. „Wir wollen in

erster Linie das Wanderpublikum ansprechen“, betont Michael, „doch für die ist der Klettersteig zu schwer, daher lassen wir die Etappe in Zukunft über die Zillerplattenscharte und den Eisseersee laufen.“ Eine landschaftlich sehr schöne Tour. „Das Außergewöhnliche am Eisseersee sind die Far-

Das Außergewöhnliche am Eisseersee sind die Farben

ben“, schwärmt Michael, „vor allem morgens und am Abend.“ Alternativ wählt man die direkte Strecke über den kühn unter einen Überhang gebauten Klettersteig und nimmt mit der Richterspitze einen Dreitausender mit.

Eindrucksvoll führt der Abstieg von der Gamsscharte mit Blick auf unnahbare

Felsspitzen, in deren Flanken letzte Eisreste unter der sommerlichen Hitze leiden, zur Richterhütte. Der erste Bau fiel 1896 noch vor der Fertigstellung einer Staublehne zum Opfer, im Jahr darauf wurde die zweite Hütte, die neben einer überdachten Kegelbahn sogar eine Telefon- und Telegrammannahmestelle besaß, feierlich eröffnet – und 1916 erneut durch eine Lawine zerstört. „Das war immer schon ein schwieriger Standort“, weiß Martin Falkner, der seit drei Jahren die Richterhütte bewirtschaftet, „in diesem Sommer sind bisher zum Glück die Gewitter ausgeblieben, daher gab es nur zweimal Stromausfall. Die letzten Jahre hatten wir das alle zwei Wochen ...“

Martin nimmt diese Probleme gerne in Kauf. „Wir haben eine kleine, urige Hütte gesucht, die man mit der Familie betreiben kann“, erzählt er, „eine abgelegene Hütte

INFO

DREILÄNDERRUNDE AM TAUERNHAUPTKAMM

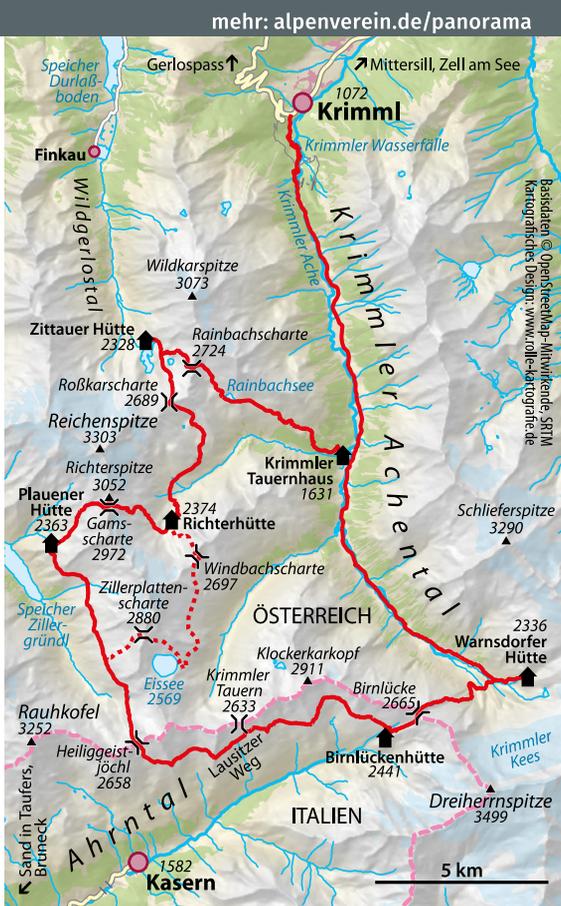
Konditionell teils sehr anspruchsvolle Mehrtagestour auf überwiegend sehr gut angelegten Steigen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich, kurze Stellen sind mit Drahtseilen gesichert. Die Variante über die Gamsscharte ist anspruchsvoll (Klettersteig, Schwierigkeitsgrad B/C) und erfordert Klettersteigausrüstung.

Beste Zeit: Juli bis Anfang Oktober, ein Start ist von allen Talorten möglich: aus dem Zillertal vom Speicher Zillergründl, vom Speicher Durlaßboden, von Krimml im Salzburger Land oder von Kasern im Südtiroler Ahrntal.

Achtung: Aufgrund von Umbauarbeiten ist die Richterhütte im Sommer 2019 voraussichtlich erst ab dem 3. August geöffnet.

Karten: Alpenvereinskarte 1:25.000, Blatt 35/3, Zillertaler Alpen Ost, und Blatt 36, Venedigergruppe

Infos zu den Hütten und Etappen und weitere Bilder auf alpenverein.de/panorama



was der Hüttenwirt Hannes Kogler nicht gerne hört: „Viele sagen, das ist ja keine Hütte mehr, aber das ist ja ein zweischneidiges Schwert. Das fast hundert Jahre alte Gebäude war in einem schlechten Zustand. Bei der Sanierung gab es behördliche Auflagen wie Brandschutz, Fluchtwege und Küche – und auf der anderen Seite sollte der Hüttencharakter erhalten bleiben“, erklärt er und wundert sich: „Die Gäste stellen oft die gleichen Ansprüche wie im Tal, erwarten aber eine Hütte – und fragen dann, ob wir WLAN haben.“

Zum Abschluss der Dreiländertour ist beim Übergang über die Rainbachscharte noch einmal Trittsicherheit gefragt. Direkt neben dem Weg fasziniert das glasklare Wasser des Rainbachsees, den weiche Wiesenpolster und warme Felsplatten umgeben – einen schöneren Rastplatz kann man sich kaum vorstellen. Schließlich taucht man in einen traumhaften Zirbenwald ein, durch den man gemütlich hinunter wandert zum bereits 1389 erwähnten Krimmler Tauernhaus. Damals bot es Säubern und Reisenden Quartier und Verpflegung, heute den vielen Ausflugs Gästen. Und natürlich den durstigen Dreiländertour-Wandernden, die sich nach einer Woche Auszeit in den Bergen wieder auf den Alltag freuen.

mit Übernachtungsgästen, die schon ein paar Tage unterwegs sind und sich eingestimmt haben auf die Natur und die Gegebenheiten.“ Für den begeisterten Mountainbiker ist die Richterhütte perfekt. „Ist ein schöner Platz hier“, schwärmt er, „erinnert mich an Nepal.“ 2018 begannen aufwändige Sanierungsarbeiten, die sich bis in den Sommer 2019 ziehen werden. „Die Hütte wird renoviert“, betont er, „aber so urig bleiben, wie sie ist – auch in Zukunft ohne Warmwasser oder Duschen.“ Die jungen Wirtsleute haben sich bewusst für diese Einfachheit entschieden. „Natürlich ist das anstrengend“, gibt er zu, „aber wir lieben die Herausforderung.“

Die Etappe zur Zittauer Hütte ist purer Genuss. Nach dem kurzen Abstieg ins Rainental beginnt der Anstieg über sonnige Hänge ins Roßkar. Anfangs dominiert die Farbe

Grün, auf rund 2200 Meter Höhe klammern sich sogar einige stattliche Zirben in den steilen Hang, doch dann wird es auf dem Weg in die Roßkarscharte immer karger. Noch wilder und grauer präsentiert sich die Nordseite, und man ist heilfroh, dass durch diese noch vor einigen Jahren unter Eis und Schnee begrabene Trümmerlandschaft ein guter Steig führt. Mit jedem Meter bergab wird es zaghafte grüner, an kleinen Wasserläufen und Tümpeln findet man Blumen und Wollgras, und mit dem Oberen und Unteren Gerlossee mischen sich zwei auffallend blaue Farbtupfer in die Landschaft. Gleich neben dem unteren See, in dem sich die Reichenspitzgruppe mit ihren Gletschern fotogen spiegelt, thront die Zittauer Hütte in außergewöhnlich schöner Lage auf einer Geländeterrasse.

Auch der erste Eindruck der im Jahr 2000 generalsanierten Hütte ist positiv. Sie sieht fast aus wie ein Berggasthaus,



Für **Stefan Herbke** (bergsuechtig.de) sind die einsamen Steige, grandiosen Ausblicke und schönen Hütten der Dreiländerrunde eine empfehlenswerte Alternative zum überlaufenen Berliner Höhenweg.

Ampel fürs Klettern

Wer schon einmal im berühmt-berüchtigten Elbsandsteingebirge klettern war, weiß um die Anfälligkeit der Felsen gegenüber Niederschlägen. Klettern an nassem Fels gefährdet die empfindlichen Sandsteinformationen und bringt gleichzeitig die Kletterer in Gefahr. Gründe dafür sind einerseits die verminderte

Reibung der Felsoberfläche und andererseits die Wasserlöslichkeit des Bindemittels im Sandstein. Der damit verbundene Festigkeitsverlust lässt sich nur mit viel Erfahrung oder oftmals überhaupt nicht einschätzen. Die Felsampel soll helfen.

Die strengen sächsischen Kletterregeln und die Nationalparkverordnung verbieten daher das Klettern an nassem oder feuchtem Gestein. Doch wann ist der Fels eigentlich nass oder feucht? Wann sollte man lieber die Finger vom Sandstein lassen und Kletterschuhe gegen Wanderschuhe tauschen? Um dieser Problematik zu begegnen, hat der Sächsische Bergsteigerbund (SBB) 2015 eine ehrenamtliche Projektgruppe ins Leben gerufen. Mit der so genannten „Felsampel“ sollte eine Entscheidungshilfe angeboten werden, ob und wann nach Niederschlägen wieder geklettert werden kann. Nach über vier Jahren Entwicklungszeit, einem wissenschaftlichen Forschungsprojekt und einer Menge Herzblut steht jetzt eine erste Version. Die sächsische Felsampel (felsampel.de) basiert auf einem weltweit einzigartigen Feuchtemodell, das eigens für die sensiblen Sandsteinfelsen entworfen wurde. Im Augenblick wird es von mehreren Wetterstationen in Echtzeit gespeist, um den Feuchtegrad der Felsen auf Klettergebietsebene abzubilden. Das Modell wird darüber hinaus mit meteorologischen Daten für eine Vier-Tage-Prognose versorgt.

Dem Namen entsprechend wird die Klettereignung in den Farben Grün, Gelb, Rot dargestellt, was eine intuitive Anwendung erlaubt. Darüber hinaus sieht eine

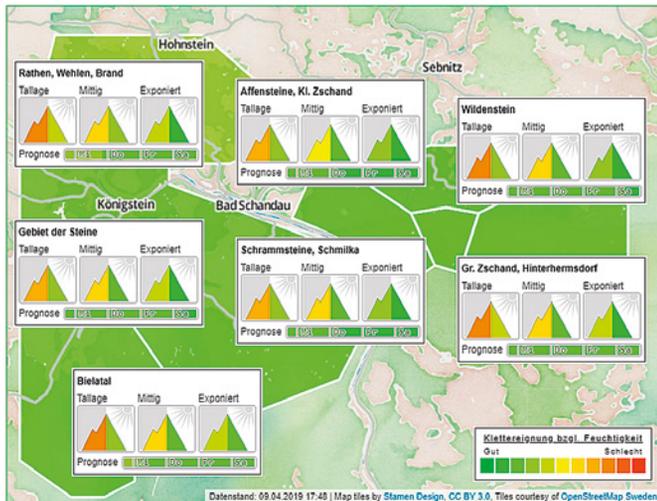
Achtung, Vogelbrut

Je nach Vogelart, örtlichen Begebenheiten und Brutverlauf gibt es noch bis Juni/Juli Felssperrungen. In fast allen Klettergebieten beraten Vogelkundler und Kletterer Jahr für Jahr über die notwendigen Sperrungen. Unter dav-felsinfo sind aktuelle Felssperrungen aufgelistet, sie sind über die erweiterte Suche nach einzelnen Klettergebieten einsehbar: felsinfo.alpenverein.de

Anspruchsvolles Bewegen an empfindlichen Strukturen – die sächsischen Regeln verbieten Klettern bei Nässe.

Fotos: Mike Jäger, Anke Wollbrink





Ob und wann nach Niederschlägen wieder geklettert werden kann, zeigt die Felsampel mit einer Mehrtagesprognose.

Detailkarte für sonnige und schattige Bereiche eine Einteilung in Tallage, mittige Lage und exponierte Lage der Gipfel vor. Interessant für Gebietskenner: Ein Online-Fragebogen ermöglicht die Eingabe der subjektiven Felsfeuchte-Empfindung, womit im Lauf der Zeit eine größere Detailtiefe erreicht werden soll. Der SBB betont jedoch, dass die Felsampel nie ihren Empfehlungscharakter verlieren wird. Durch das Zusammenspiel von wissenschaftlichen Messungen und persönlichen Erfahrungen wird die Felsampel nie eine rechtlich belastbare Objektivität entfalten. Der Einzelne trägt nach wie vor das Risiko, das beim Bergsport immer bestehen wird!

Peter Dutschek

Weitere Infos: felsampel.de

Volksbegehren Artenvielfalt in Bayern

Entscheidung pro Natur

Beim bisher erfolgreichsten bayerischen Volksbegehren im März 2019 haben 1,75 Millionen Bürgerinnen und Bürger ihre Stimme für mehr Natur- und Artenschutz abgegeben. Die Bayerische Staatsregierung hat den Gesetzesentwurf des Volksbegehrens Artenvielfalt angenommen, will zusätzlich weitere Maßnahmen ergreifen und hat ein Zusatzgesetz angekündigt. Bayern bringt damit eines der weitreichendsten Artenschutzgesetze auf den Weg und könnte (hoffentlich) weitere Initiativen in anderen Ländern und im Bund anstoßen. red

CO₂-Bilanzierung

FUSSABDRUCK VON HÜTTEN

321 Hütten betreibt der DAV in den Alpen und den Mittelgebirgen. Die oft entlegenen Standorte – auch in Nationalparks oder Naturschutzgebieten – erschweren die Ver- und Entsorgung und verlangen eine Bewirtschaftung nach ökologischen Kriterien. Seit Jahren wird der Einsatz erneuerbarer Energie vorangetrieben und ist bereits auf vielen Hütten Standard. Umfangreiche weitere Möglichkeiten zum Energiesparen gibt es trotzdem, daher werden für das DAV-Projekt „Bergsport mit Zukunft“ seit zwei Jahren sechs Hütten einer Öko-Bilanzierung unterzogen. In die Rechnung einbezogen werden viele Faktoren, die den CO₂-Abdruck der Hütte ausmachen, von der Spülmaschine in der Küche bis zu den Dämm-Materialien in der Wand oder zum Materialverbrauch eines Hüttenneubaus wie der Höllentalangerhütte. Beteiligt waren Hütten, die sich bei Höhenlage, Zahl der Übernachtungsplätze und Versorgung stark unterscheiden – vom Kleinwasserkraftwerk bis zum Anschluss an das öffentliche Stromnetz wie auf dem Hannoverhaus in Kärnten oder der Lindauer Hütte in



Exponierte Lage und doch gut erschlossen und technisch auf dem neuesten Stand: das Hannoverhaus

Vorarlberg. Dort stellt sich die Frage: Ist die CO₂-Bilanz besser, wenn mit Ökostrom geheizt wird oder mit Holz, das nach oben transportiert werden muss? Bei der Richterhütte in den Zillertaler Alpen wiederum ist die Materialseilbahn außer Betrieb, daher wird untersucht, ob ein Neubau der Bahn weniger CO₂

verbrauchen würde als eine Versorgung mit dem Hubschrauber. Aus den gewonnenen Daten werden jetzt Alternativen berechnet, wie auf den Hütten CO₂ eingespart werden kann. Die Ergebnisse werden in einem Praxisleitfaden zusammengefasst, der voraussichtlich diesen Sommer erscheint. jm

Landsberger Hütte

Saniert in den Saisonstart



Die Sektion Landsberg feiert dieses Jahr nicht nur 130. Jubiläum, auch die Landsberger Hütte (1810 m) im Tannheimer Tal steht seit 1929, also seit genau 90 Jahren über dem Vilsalpsee. Anfang Juni hat der Stütz-

punkt auf den beiden beliebten Allgäuer Weitwanderungen Jubiläumsweg und Grenzgängerweg nach umfangreicher Sanierung wieder für seine Gäste geöffnet und ist für die nächsten 90 Jahre gut gerüstet. Am Jubiläumswochenende vom 20. bis 22. September sind die Übernachtungsmöglichkeiten stark eingeschränkt. hmr dav-landsberg.de



Ab der Saison 2020 ist die Tölzer Hütte (1825 m) im Karwendel neu zu verpachten. Die Sektion Tölz sucht dazu eine/n engagierte/n

Hüttenwirt/-in

Die Hütte liegt unterhalb des Schafreuter, wird von Mitte Mai bis Mitte Oktober bewirtschaftet und bietet für 70 Personen Übernachtungsplätze. Eine umfangreiche Sanierung der Hütte (Neubau Küche, Heizungsumbau Trockenraum, Fassade, Fenster etc.) wird geplant und soll bereits im Jahr 2019 begonnen und Anfang 2020 abgeschlossen werden.

Wir suchen engagierte und bergerfahrene Hüttenwirtsleute, die in Zusammenarbeit mit der Sektion die Hütte betreiben. Erwartet werden Erfahrungen im Hüttenbetrieb, fundierte gastronomische Kenntnisse und technische Kompetenz zur Bedienung der Ver- und Entsorgungsanlagen. Ihre Bewerbung mit aussagefähigen Unterlagen senden Sie bitte bis 15. Juni 2019 an:

info@dav-toelz.de oder per Post an:
DAV Sektion Tölz,
Marktstraße 44, 83646 Bad Tölz

Mehr Informationen: dav-toelz.de -> Aktuelles, alpenverein.de/jobs

Natürlich klettern

NATUR- UND KLIMASCHUTZ BEIM KLETTERN

Arco, Siurana oder doch Kalymnos? Der Schnee ist in den Alpen noch nicht ganz weg, schon sehnen sich die Kletterer nach Sonne und Fels. Mit dem Flieger ist ein passendes Ziel schnell gefunden, genauso schnell ist dann aber auch der gute Vorsatz hinüber, weniger CO₂ zu erzeugen. Dabei muss man gar nicht so weitweg, um seinen Frühlingsgefühlen nachzugeben: Die deutschen Mittelgebirge bieten so einiges an kletterbarem Fels. felsinfo.alpenverein.de gibt einen guten Überblick, welches das nächste Klettergebiet und/oder einfach erreichbar ist. Mit dabei sind außerdem Tipps zum Einkehren und Übernachten sowie aktuelle Felssperrungen zum Schutz brütender Vögel. Denn die über 4000 deutschen kletterbaren Wände und Türme



sind nicht nur bei den Vertikalsportlern beliebt, sie sind Rückzugsgebiete für seltene und geschützte Tier- und Pflanzenarten.

Aber auch die Anliegen anderer Nutzergruppen aus Landwirtschaft, Forst und Jagd sowie von Anwohnerinnen und Anwohnern sind wichtig und müssen berücksichtigt werden. Daher sind Regelungen zum naturverträglichen Klettern sinnvoll und notwendig. Der DAV setzt dabei so weit wie möglich auf freiwillige Vereinbarungen (Kletterkonzeptionen), die einen ausgewogenen Interessenausgleich gewährleisten. Über die Kampagne „Natürlich Klettern“ erfahren Kletterinnen und Kletterer, welches die häufigsten Konflikte an den Felsen sind, und erhalten nützliche Tipps, um diese zu vermeiden. red

Mehr Infos: alpenverein.de/natuerlich-klettern, felsinfo.alpenverein.de

Fotos: Alex Brehm, Jacqueline Voigt



Regelungen für ein verträgliches Miteinander helfen den Felsbewohnern.

„Alpin“ und „Bergsteiger“ zum DAV-Jubiläum

Bergpodcast und Sonderartikel



EinsFünfNull – das ist der DAV-Bergpodcast zum 150-jährigen Vereinsjubiläum. Hier kommen unterschiedlichste Menschen zu Wort, die ohne Berge nicht leben können. Für die aktuelle Folge hat sich die Redaktion des Magazins „Alpin“ intensiv mit dem Schlagwort „Alpinismus“ auseinandergesetzt. alpenverein.de/bergpodcast

Das Magazin „Bergsteiger“ veröffentlicht in seiner Ausgabe 6 (Mitte Mai) ein großes Porträt zur Geschichte des DAV und dem nicht immer einfachen Weg zwischen Bergsport- und Naturschutzinteressen. Exklusiv für DAV-Mitglieder Gratisausgabe unter bergsteiger.de/dav

Landkarten für Bayern

Das ganze Land in der Hand

Haben Landkarten eine Zukunft? Es gibt doch Open Street Map im Internet! Auch wenn für markierte Wege keine riesige Genauigkeit nötig ist und die Navigationsfunktion von GPS-Tracks gerade beim Radeln das Leben leichter macht: Gedruckte Landkarten haben unabwiesbare Vorteile. Man hat die ganze Umgebung auf Handtuchgröße im Überblick, kann aber direkt auf kleine Details fokussieren – ohne viel Zoomen und Schieben auf dem Smartphone-Monitor. Felszeichnung und Landschaftsdetails können supergenau eingetragen werden, wo die Computerkarte oft nur Höhenlinien zeigt. Und alles funktioniert ohne Akku und auch bei Nacht (mit Stirnlampe) – nur bei Wind und Regen ist die Papierkarte ein bisschen widrig. Anspruchsvolle Bergfreunde kennen die Alpenvereinskarten, die die wichtigsten Ostalpenregionen präzise auf Papier bringen. Zu recht beliebt sind auch die „BY-Karten“, die der DAV gemeinsam mit dem Bayerischen Landesamt für Digitalisierung, Breitband und Vermessung (LDBV) herausgibt und die die Bayerischen Alpen abdecken. Ihre Grundlage ist die „ATK25“: In 237 Blättern, die jeweils ein Gebiet von 21x22 km zeigen, hat das LDBV ganz Bayern erfasst – seit August 2018 ist das Werk komplett. Im Maßstab 1:25.000 – wie bei den AV- und den BY-Karten – zeigen sie einzelne Häuser in Siedlungen, Rad- und Wanderwege und detaillierte

Landschaftsstrukturen, dazu Freizeiteinrichtungen und Sehenswürdigkeiten. Eine präzise Grundlage für jede individuelle Tourenplanung, von den Alpen über Frankenjura und Bayerwald bis in die Rhön.

Das Landesamt hat aber noch mehr in petto. Für den Überblick über ein größeres Gebiet sind die Karten im Maßstab 1:50.000 die beste Wahl. Auch hier ist ganz Bayern erfasst: Die „Rahmenblätter“ der TK50 zeigen es ohne Überschneidungen. Für Wanderer und Radfahrer interessanter sind die UK50-Karten – ihr Zuschnitt wurde mit Naturparkvereinen und Tourismusbüros abgestimmt, so dass sie eine komplette (auch berg-)touristisch interessante Region abbilden. Auch hier bieten Schummerung und Strukturzeichnungen einen guten direkten Landschaftseindruck, Wander- und Radwege sind enthalten. Und wer ganz große Touren austüfteln will, hat mit den 19 Blättern der ATK100 ganz Bayern im Maßstab 1:100.000 im Blick. Trotz des großen Ausschnitts von 85 x 90 km machen sie die Landschaft durch Schummerung plastisch vorstellbar und verzeichnen alle Hütten und Wege. Wer braucht da noch Open Source? *red*

Zuschnitte und Maßstäbe für jeden Bedarf



Verletzt, was tun?

profelan® arnika
nach Müller-Wohlfahrt



Soforthilfe bei

- ▶ Prellungen
- ▶ Verstauchungen
- ▶ Blutergüssen

Mit den natürlichen Wirkstoffen der Arnikablüten.



profelan.de

profelan® arnika nach Müller-Wohlfahrt.
Wirkstoff: Arnikablütentinktur. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Rezeptfrei in der Apotheke.
PZN: 00502434 (100 g Creme)

oxano® mobil
nach Müller-Wohlfahrt

Aktivkur für gesunde Knorpel und Gelenke mit

- ▶ Glucosamin
- ▶ Chondroitin
- ▶ Kollagenhydrolysat
- ▶ Ingwerextrakt

mobil.oxano.de

Nahrungsergänzungsmittel
PZN: 12420492 (60 Kapseln)

[formula] Müller-Wohlfahrt
Health & Fitness AG
München

Radler sanieren Bergwege

Viel wird geredet über die Radfahrer auf den Bergwegen. Dürfen und sollen sie da fahren? Beschädigen oder zerstören sie gar die Pfade? Tragen die Stollenreifen stärker zur Erosion bei als die Profilsohlen und Stöcke der Wanderer? Dem Mountainbike-Lehrteam des DAV war es ein Herzensanliegen, dass nicht nur diskutiert, sondern auch gehandelt wird. Seit drei Jahren gibt es deshalb Fortbildungen zum Thema Wegebau und Wegepflege für die MTB-Fachübungsleiterinnen und Fachübungsleiter des DAV – 2020 wird die Veranstaltung als freiwillige Fortbildung fortgesetzt und auch für interessierte radelnde DAV-Mitglieder geöffnet. Ganz im Zeichen eines guten Miteinanders geht es bei den Lehrgängen gerade nicht darum, Wege und Strecken anzulegen, die Radlerinnen und Radlern vorbehalten sind.

Ziel ist es, die vorhandenen Bergwege, die von Wandern und Mountainbikern gemeinsam genutzt werden, zu sanieren und sinnvolle Verbesserungen vorzunehmen. Von der Wegebauaktion sollen alle Bergsportler etwas haben, daher werden die Wege aus mehreren Perspektiven betrachtet. Beispiel vernässte Flächen: Wanderer und Wanderinnen sollen trockenen Fußes darüberkommen und brauchen Trittschneisen im richtigen Abstand, Radlerinnen und Radler brauchen eine stabile Fahrspur. Und für die Natur ist wichtig, dass alle Sportler auf dem Weg bleiben statt auszuweichen und die Trasse damit Stück für Stück zu verbreitern.

In den vergangenen Fortbildungen konnten DAV-interne wie externe Experten diesen „ganzheitlichen“ Ansatz erfolgreich vermitteln. Bei der Premiere 2016 stand den Teilnehmern ein Landschaftsarchitekt ehrenamtlich und tatkräftig zur Seite. In den beiden vergangenen Jahren wurden mit den ehrenamtlichen Wegewarten der Sektionen Köln und Heidelberg auf deren Arbeitsgebieten Projekte verwirklicht. Gemeinsam konnte 2017 ein Teilstück des Weitwanderwegs 712 zwischen Ischgl und Samnaun saniert werden, 2018 waren die Teilnehmer auf der Heidelberger Hütte in der Silvretta untergebracht und pflegten den Weg von dort hinauf Richtung Fimbapass. Auf beiden Strecken zeigte sich, dass Wasser die meisten Probleme bereitet. Oder andersrum: dass eine gute Entwässerung des Weges der Schlüssel zum nachhaltigen Erfolg ist. Deutlich zu se-



Fotos: Verena Stitzinger, DAV Ludwigshafen, DAV Herbruck, Marco Kost

hen war auch, dass durch unklare oder unattraktive Wegführung neue, wilde Wegvarianten entstehen; Abhilfe schaffen leitende Maßnahmen und eine Trockenlegung der Haupttrasse. Eines hatten die drei Fortbildungen gemeinsam: Neben der Probefahrt der sanierten Wegabschnitte war jedes Mal die Überraschung groß, mit welchen einfachen Mitteln wie Schaufeln

Eine durchdachte Wegführung erhöht die Akzeptanz und verhindert Abschnieder.

und Hacken und in einem kleinen Team in nur wenigen Stunden viel erreicht werden kann.

Verena Stitzinger

50 Jahre Ludwigshafener Hütte

Pfälzer Stützpunkt

Mitten im Klettergebiet Südpfalz liegt die Ludwigshafener Hütte, hier hat schon Wolfgang Güllich trainiert. 1969 vom pfälzischen Sektionenverband als Ersatz für die „Pfälzer Hütte“ im Rätikon erworben, übernahm 1981 die Sektion Ludwigshafen die Selbstversorgerunterkunft. Insgesamt 24 Übernachtungsplätze gibt es, die Hütte wird für Ausbildungs- und Kletterfahrten und von Wanderern genutzt. Das 50-jährige Jubiläum feiert die Sektion am 25. Mai.

fs

Infos zur Hütte: dav-lu.de



Klettern & Bouldern

Neue DAV-Hallen

Mit der Einweihung der neuen Boulderhalle macht die Sektion Heilbronn nach der Einweihung des Kletterturms im letzten Sommer einen weiteren großen Schritt zum neuen Alpinzentrum. Auf 760 Quadratmeter Gesamtfläche können seilfreie Kletterer über 150 Boulderprobleme auf Platten, im senkrechten Gelände oder leichten bis extremen Überhängen angehen. Nächste Schritte sind eine Außenboulderwand, eine vierte Wand in der Kletterhalle und die Räume für die Geschäftsstelle. Ende 2018 eröffnete das neue DAV-Kletterzentrum der Sektion Hersbruck, im Frühjahr kam zu den über 600 Quadratmetern der Außenbereich mit rund 30 Routen dazu. *red*

Mehr Infos:
dav-heilbronn.de,
raiffeisenbank-kletterwelt.de



Alles neu: die 14 Meter hohen Wände im Kletterzentrum Hersbruck

DAV-Haus Obertauern

Sommerbetrieb ab 2019

Obertauern ist einer der bekanntesten Wintersportorte Österreichs, hat sich in den vergangenen Jahren aber auch zu einem Geheimtipp für den Sommer entwickelt. Deshalb nimmt das DAV-Haus zum ersten Mal seit mehr als 30 Jahren wieder den Sommerbetrieb auf und öffnet am 26. Juni. Neben verschiedenen Tageszielen in den Radstädter Tauern ist das Haus für Weitwanderer auf dem Tauernhöhenweg interessant und auch für MTBler ein guter Stützpunkt – Räder können im örtlichen Sportfachgeschäft zu attraktiven Konditionen geliehen werden. Auf ihre Kosten kommen auch Feinschmecker, das DAV-Haus ist bekannt für seine gute Küche. Und nach der umfangreichen Renovierung 2017 haben alle Zwei- und Mehrbettzimmer ein eigenes Bad und sind noch gemütlicher. *mp*



Infos zur Hütte: alpenverein.de/DAV-Haus



**EIN
NATURWUNDER,
WENN DAVON
ETWAS ÜBRIG
BLEIBT.**



Seeberger.
Macht Appetit auf Natur.

#AppetitAufNatur

+ ticker +



Marathon mit DAV-Wertung. Auch im DAV-Jubiläumsjahr geht der Flensburg-liebt-dich-Marathon am 23. Juni mit einer

Sonderwertung für DAV-Sektionen an den Start. Für die Teilnahme an der Alpenvereinswertung können sich DAV-Mitglieder mit Nennung ihrer Sektion anmelden. Alle Infos und Anmeldung: flensburg-marathon.de

Jubiläumswanderung der Sektion. Einen Tag zuvor, am 22. Juni, findet auf der Flensburg-liebt-dich-Marathonstrecke anlässlich des 150-jährigen DAV-Jubiläums ein 150-Dezikelometer-Lauf statt. Gäste sind herzlich willkommen. dav-flensburg.de

Jugendzeltplatz Ith über Pfingsten belegt. Die Jugend des Deutschen Alpenvereins Landesverband Nord veranstaltet vom 7. bis 10. Juni mit über 100 Kindern ein Pfingstcamp auf dem Jugendzeltplatz Ith. Der Zeltplatz ist daher für das Pfingstwochenende vollständig reserviert. Ausweichmöglichkeiten: Ith – Campingplatz Capellenhagen. ithcampingplatz.de

Hüttenmeldungen

Bad Kissinger Hütte (Allgäuer Alpen). Wegen einer Sektionsveranstaltung mit Bergmesse stark eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten von 19. bis 21. Juli.

Kaufbeurer Haus (Allgäuer Alpen). Wegen Bauarbeiten aufgrund von Brandschutzauflagen ist die Hütte im Juni/Juli geschlossen und auch nicht mit AV-Schlüssel zugänglich.

Anhalter Hütte (Lechtaler Alpen). Wegen Generalsanierung ist die Hütte inklusive Winterraum bis auf Weiteres geschlossen.

Nördlinger Hütte (Karwendel). Wegen einer Sektionsveranstaltung mit Bergmesse stark eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten am 13./14. Juli.

Ingolstädter Haus. Wegen des 90-jährigen Jubiläums der Hütte stark eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten am 20./21. Juli.

Vernagthütte (Ötztaler Alpen). Wegen einer Sektionsveranstaltung stark eingeschränkte Übernachtungsmöglichkeiten von 5. bis 8. September.

„Unsere Alpen“

Kampagne geht weiter

Natur-Idyll Alpen. Tatsächlich? Kein Hochgebirge der Welt ist so stark mit der modernen Zivilisation verwoben wie die Alpen, die in vielfacher Hinsicht intensiv genutzt werden: wichtigste Wasserkraftregion Europas, 500 Millionen Übernachtungen pro Jahr und fast 40 Prozent aller weltweiten Skilifte. Die Alpen sind schön. Noch. Es lohnt sich, dafür zu kämpfen. Die Alpenvereine in Südtirol, Österreich und Deutschland vertreten insgesamt rund zwei Millionen Mitglieder, verteilt auf viele europäische Länder. Sie sehen es als ihre gesellschaftliche Verantwortung, sich für die Alpen einzusetzen und die große Bedeutung der Alpen einer breiten Öffentlichkeit deutlich zu machen. Mit ihrer gemeinsamen Kampagne #UnsereAlpen tun sie genau das. *red*

unsere-alpen.org



menschen



Fotos: D. Wolczynski /luxetumbra, Bernhard Schinn, Jann Kuratscher, DAV (2), Christoph Erd

Im April wurde **Otto-Hannes Ther** 90 Jahre alt. Der Oberstudienrat a. D. war von 1987 bis 1996 Erster Vorsitzender der Sektion München und wechselte anschließend bis 2003 in den Hauptausschuss des DAV. Dort konnte er dank seiner langjährigen Vereinerfahrung wichtige Entscheidungen mit anstoßen. Genauso aktiv war der leidenschaftliche Tourengeher und Tourenführer aber auch in den

Bergen unterwegs. 2002 wurde ihm die Ehrenmitgliedschaft der Sektion München verliehen.

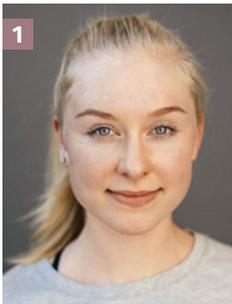
Ebenfalls im April wurde **Dr. Richard Goedeke**

80 Jahre alt. Seit über 50 Jahren ist der begeisterte Kletterer, Bergsteiger und Buchautor für den DAV aktiv. Stationen waren unter anderem Jugend- und Umweltreferent in seiner Sektion Braunschweig, Landesjugendleiter, auf Bundesebene Regionenvorteiler im Hauptausschuss, Vorsitzender des Bundesausschusses Kultur und Mitglied in der bundesweiten Kommission „Klettern und Naturschutz“. 2011 wurde Richard Goedeke mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet. *red*



Wir sind DAV!

Wir lieben die Berge! Seit 1869.



Die Bewegungskünstlerin

Lucia Dörffel

Sächsischer Bergsteigerbund (SBB)

In den Bergen war Lucia Dörffel mit den Eltern schon von klein auf unterwegs, mit etwa drei Jahren hat sie ihren ersten „Kletterweg“ in der Sächsischen Schweiz begangen. Beim Klettern ist sie geblieben, anfangs in der damals neu eröffneten Boulderhalle

in Chemnitz, mittlerweile ist sie regelmäßig zu nationalen und internationalen Meisterschaften unterwegs. Der Spaß am Klettern steht für Lucia, die aktuell beim SBB den Bundesfreiwilligendienst absolviert, dabei stets über dem Leistungsgedanken. Und wie sieht sie das Klettern als olympische Disziplin? Als Riesenschritt für die Geschichte des Kletterns, wobei sich ihrer Meinung nach der Fokus nicht nur auf Rekorde und den Konkurrenzgedanken richten sollte.

„Am liebsten bin ich draußen am Fels, dort kann ich in Ruhe und entspannt klettern.“



Der Zeichensetzer

Helmut Hainzmeier

Sektion Kelheim

18 Jahren lang hat Helmut Hainzmeier als Erster Vorsitzender die Geschicke des Kelheimer Alpenvereins mitbestimmt, davor war er bereits neun Jahre als Zweiter Vorsitzender maßgeblich am Vereinsgeschehen beteiligt. Unter seiner Führung hat sich im Verein einiges geändert. Er setzte mit der Aufnahme des Naturschutzreferenten und des Ausbildungsleiters in den Vorstand einen deutlichen Schwerpunkt, die Kelheimer Hütte bekam Ökostrom und eine biologische Kläranlage. In der Sektion wurden zwei Familiengruppen aufgebaut und das vielfältige Tourenprogramm beinhaltet spezielle Angebote für Senioren. Für sein langjähriges unermüdliches Engagement wurde Helmut Hainzmeier zum Ehrenvorsitzenden gewählt. *red*

Alle ansprechen und einbeziehen – Vorstandsarbeit als Herzensangelegenheit.



Die Erfahrenen

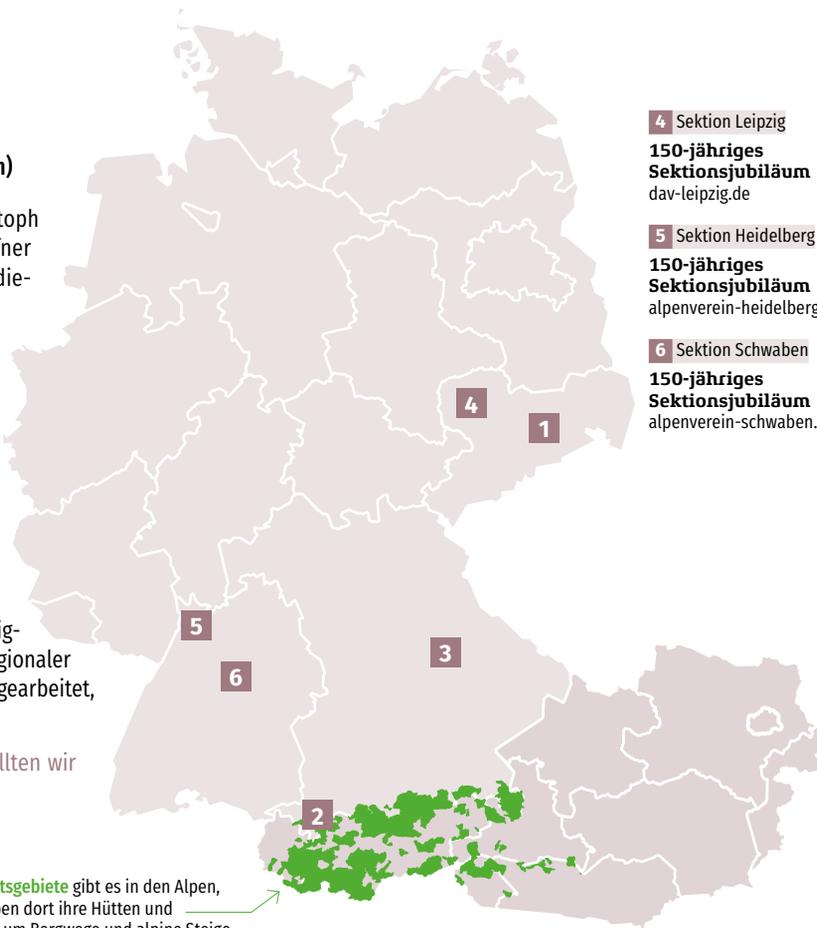
Christoph und Ulli Erd

Prinz-Luitpold-Haus (1846 m)

14 Jahre lang haben Christoph und Ulli Erd auf dem Staufner Haus am Hochgrat gewirkt, diesen Sommer ziehen sie ein Stück weiter zum Prinz-

Luitpold-Haus am Hochvogel. Und bewirtschaften damit eine Hütte mit mehr als dreimal so vielen Übernachtungsplätzen. Kein Problem für die erfahrenen Wirtsleute, die sich auf ihr neues Domizil am Allgäuer Hauptkamm freuen. Was sie an ihrer Arbeit lieben: selbstständig arbeiten in einer tollen Umgebung, weit weg vom „Alltagswahn“. Was sie auf die neue Hütte mitnehmen? Ihre drei Kinder, die praktisch auf einer Alpenvereinshütte groß geworden sind, die große Freude an der Gästebewirtung und Christophs kulinarische Fertigkeiten. Der gelernte Koch hat über die Jahre auf Basis regionaler Lebensmittel viele speziell hüttentaugliche Rezepte ausgearbeitet, die bei den Gästen großen Anklang finden.

„Hütten liegen meistens mitten in der Natur, daher sollten wir alle schonend mit den Ressourcen umgehen.“



4 Sektion Leipzig

150-jähriges
Sektionsjubiläum
dav-leipzig.de

5 Sektion Heidelberg

150-jähriges
Sektionsjubiläum
alpenverein-heidelberg.de

6 Sektion Schwaben

150-jähriges
Sektionsjubiläum
alpenverein-schwaben.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

Im nächsten DAV Panorama ab 23. Juli:



150 Jahre DAV: Hütten und Wege

Wo eine Hütte ist, da ist auch ein Weg, oder wie war das? Die Infrastruktur, mit der Unermülich-Ehrenamtliche aus den Sektionen die Alpen zugänglich machen, ist das Tafelsilber des Alpenvereins.



Vorschau & Impressum

Glarner Alpen: Wilde Berge für Kenner

Es ist nicht alles fest, was Fels – musste der Autor und Fotograf Ralf Gantzhorn auf seinen Hochtouren in der Zentralschweiz beeindruckt erfahren.

Weitere Themen:

Knotenpunkt: Mahlzeit!

Reportage: Auf dem Pilgerweg durch Osttirol

Alpi Orobie: Wandern bei Bergamo

Sicherheitsforschung: Wie Ausrüstung altert

Fotos: Ralf Gantzhorn, DAV-Archiv

DAV Panorama

Magazin des Deutschen Alpenvereins
71. Jahrgang, Nr. 3, Juni/Juli 2019
ISSN 1437-5923

Inhaber und Verleger

Deutscher Alpenverein e.V.
Von-Kahr-Str. 2-4, 80997 München
Tel.: 089/140 03-0
Fax: 089/140 03-98
dav-panorama@alpenverein.de
alpenverein.de/panorama

Redaktion

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) –
gh (Unterwegs, Reportage, Knotenpunkt)
Andi Dick – ad (Berg und Tal, Bergsport heute, Thema,
Sicherheitsforschung, Wie funktioniert das, So geht das,
Knotenpunkt, Reportage, Menschen)
Christine Frühholz – cf (Alpenverein aktuell, Fitness&Gesundheit,
Reportage, Leserpost)
Jonas Kassner – jk (Panorama online auf alpenverein.de)
Franz Güntner (Panorama nachgefragt)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV
Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von
„Knotenpunkt.“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam
in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV
(s. Impressum „Knotenpunkt.“).

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht des
Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und alle in
ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt.

Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die
Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von
Beiträgen und Leserbriefen vor. Für unverlangt eingesandte
Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen
jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung
erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts.

Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem
Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung
für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge
ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte,
Führer und aktuellen Informationsquellen.

Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe

Uli Berkmann (ub), Max Bolland, Joachim Chwaszcza, Astrid
Därr, Peter Dutschk, Stefan Herbeke, Tobias Hipp (th), Heribert
Hoven (hho), Friederike Kaiser, Julia Mrazek (jm), Markus
Pfaller (mp), Martin Prechtel, Christian Rauch, Nadine Regel
(nr), Gudrun Regelein, Malte Roeper, Hans-Martin Rummen-
hohl (hmr), Florian Seidl (fs), Verena Stitzinger, Hubertus
Stumpf, Astrid Süßmuth, Ute Watzl, Arnold Zimprich

Gestaltung und Produktion von DAV Panorama

Sensit Communication GmbH, 81543 München, sensit.de
Gestaltung und Layout des JDAV-Magazins „Knotenpunkt.“
sind eine Eigenentwicklung der JDAV; es wird getrennt von
DAV Panorama produziert (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

Verantwortlich für Anzeigen

Director Brand Solutions:
Daniela Porrman
G+J e|MS, Direct Sales
Brieffach 11, 20444 Hamburg
Tel.: 040/37 03-55 17
Executive Director Brand Solutions und
Direct Sales: Heiko Hager
Key Account Manager:
Beate Feldmann, Silvia Vieregg, Tel.: 040/37 03-64 48
Anzeigentarif Nr. 53 (ab 1.1.2019)
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter
gujmedia.de

Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 4/18: 706.422
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich
Innenteil gedruckt auf 100-Prozent-Recycling-Papier
Steinbeis Charisma Silk

Der Bezugspreis ist für A-Mitglieder, Kinder/Jugendliche mit
Einzelmitgliedschaft, Junioren und bestimmte B-Mitglieder
durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt
möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.



Die Jubiläumskollektion



DAV Damen Weste „Jubiläums Edition“
 Artikel-Nr: 9JU012
75,00 €
 Mitglieder **69,00 €**

DAV Damen T-Shirt „Jubiläums Edition“
 Artikel-Nr: 9JU024
35,00 €
 Mitglieder **30,00 €**

BUFF High UV „Jubiläums Edition“ Multifunktionsstuch
 Artikel-Nr: 9JU051
18,95 €
 Mitglieder **15,95 €**



...viele weitere Jubiläumsartikel ab sofort erhältlich unter www.dav-shop.de



Lucia Dörffel, Sektion Sächsischer Bergsteigerbund:
„Klettern ist mein Lebensinhalt. Der DAV hilft mir meine Grenzen auszutesten, immer weiter zu machen und mein Bestes zu geben.“

#wirsinddav

DAV-MITGLIEDER SPAREN 3-FACH MIT DER DAV-GLOBETROTTER-CLUBKARTE

**DAV-TAG
AM 2. JULI!**



Mit der DAV-Globetrotter-Clubkarte kannst Du am 2. Juli richtig sparen.
Alle KarteninhaberInnen erhalten an diesem Tag GlobePoints in dreifacher Höhe.
Je nach Kartenstatus entspricht das einer **Rabattgutschrift von 15, 21 oder 30%**.



Offizieller
Handelspartner

DU HAST NOCH KEINE DAV-GLOBETROTTER-CLUBKARTE?
JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN AUF: [GLOBETROTTER.DE/CLUB](https://www.globetrotter.de/club)