

Bergauf

05.2019

 www.instagram.com/alpenverein

 www.facebook.com/alpenverein

Tourentipps

Kärnten, Steiermark, Italien ...

Ausrüstungstipps

Alles für den Wintersport

ROL IT

Inklusive Transalp

alpenverein
österreich



Österreichische Post AG
MZ 02Z030032 M

Österreichischer Alpenverein, Olympiastr. 37, 6020 Innsbruck, Retouren an Postfach 555, 1008 Wien



DYNAFIT BINDINGS
LIFETIME GUARANTEE



100% HANDMADE IN GERMANY
DYNAFIT.COM



Foto: norbert-freudenthaler.com

Unsere virtuelle Welt

Die Ausgewogenheit macht es aus

Brauchen wir unmittelbare Naturerlebnisse und launige Wetterbedingungen, anstrengende Wanderungen und unausweichliche Risiken am Berg heute noch? Ist „Draußensein“ noch zeitgemäß?

Ich stelle diese provokanten Fragen, da wir uns mitten in einem bemerkenswerten Wandel unserer Gesellschaft befinden. Leben wir doch inzwischen in einer Welt, die zunehmend von der faktischen Realität unabhängig wird, deren Wirklichkeit sich immer mehr in der virtuellen Realität abspielt.

Viele denken bei virtueller Realität an Computerspiele. Aber nicht nur Spaß und Freizeit, auch wesentliche Tätigkeiten finden heute oft in der virtuellen Welt statt, etwa die Ausbildung von Flugpiloten, das Training für polizeiliche Spezialeinheiten oder der therapeutische Einsatz von virtueller Realität bei Traumpatienten. Auch der Alpenverein muss sich dieser durchaus positiv nutzbaren Technologieentwicklung stellen!

Ich möchte heute nicht auf Anwendungen eingehen, die wir nutzen können – dazu findet im Moment ein eigener Strategieprozess statt, dessen Ergebnisse wir berichten werden.

Zum einen sind gesundheitliche Aspekte bei Betrachtung der virtuellen Welt zu berücksichtigen. Es gibt unzählige Untersuchungen, die belegen: Je weniger Naturkontakt wir haben, desto „unrunder“ läuft der Mensch. Die Auswirkungen der Naturentfremdung sind ein höheres Maß an körperlichen und emotionalen Erkrankungen. Gerade die Zivilisationskrankheiten – von Haltungsschäden, Übergewicht und Depressionen bis hin zum Burn-out – sind bereits heute sichtbare Manifestation dieses Lebensstils. Wir brauchen die Bewegung draußen, sie ist wertvoll für Seele und Körper.

Wie passt der Alpenverein mit seiner über 150 Jahre alten Tradition, mit seinen Werten in diese „schöne neue Welt“?

Wolfgang Schnabl, Vizepräsident

Zum anderen wachsen unsere Kinder in einer Welt auf, die immer virtueller wird, die bei falschen Entscheidungen einen Reset-Knopf bietet und so einfach einen Neustart erlaubt oder in der man ohnehin, wie in Computerspielen, mehrere Leben hat. Dadurch reifen zukünftige Entscheider, Politiker und Firmenchefs heran, die jeden Bezug zur Realität verloren haben.

Jugendliche brauchen für ihre gesunde Entwicklung Freiräume in der Natur. Freiräume, in denen sie selbsttätig die Welt erkunden, sich auf eigene Faust erproben und Verantwortung übernehmen können. Sie dürfen auch vom Apfelbaum fallen und so Risikoeinschätzung hautnah erlernen.

Die Idee des Alpenvereins ist es – und dies ist seit der Gründung unverändert –, Menschen sicher in die Berge zu bringen und ihnen unverfälschtes Naturerleben mitzugeben.

Brauchen wir daher den Alpenverein und seine Ideen heute noch? JA, wir brauchen diese Werte, wir brauchen die Vielfalt der Natur, die unberührten Schätze, die körperliche Anstrengung am Berg, um uns in der heutigen Realität nicht zu verlieren. Wir sollten die Vorteile der virtuellen Realität integrieren, müssen dabei aber auf eine ausgewogene Mischung aus virtueller und echter Wirklichkeit achten. Wir dürfen den gesunden Umgang mit realem Risiko nicht verlernen, denn einzig dadurch können wir Eigenverantwortung erlernen. Nur wer eigenverantwortlich handelt, kann auch Verantwortung für andere übernehmen.

Unsere Sektionen und Ortsgruppen mit all ihren unermüdeten Händen sind es, die es mit ihren vielfältigen, bunten und abwechslungsreichen Veranstaltungen ermöglichen, dass wir auch in Zukunft mit beiden Beinen gesund am Boden der Realität stehen können. 🌿



6



36



94



104

Inhalt Bergauf 05.2019

Editorial

Unsere virtuelle Welt 03

Thema – Wintersport

Skitourenausrüstung 06
 5 Tipps für den Skitouren-Winterstart 22
 Notfall Lawine 24
 20 Jahre risk'n'fun 28

Berichte

Sportklettern – Rückblick 2019 32
 ROL IT – inklusive Transalp 36
 Was ist Sport? – Teil 2 40
 Symposium für Alpin- und Höhenmedizin 44
 Clevere Ideen aus Leidenschaft 48
 Klimakrise 52
 Alpendohlen – im Porträt 55
 Nachhaltiger Tourismus 56
 Bergsteigermaier Gustav Jahn – Alpenverein-Museum 60
 Schattenrisse – Alpenverein-Museum 64
 Fremdenbuch – Alpenverein-Museum 66

Kommentar

Ermacoras „Berg-Spitzen“ 67

Kooperationen

Alpenverein und Almdudler – 10 Jahre Partnerschaft 68
 Aus Liebe zur Natur – Swarovski-Fernglasaktion 72

Touren / Reisen

Bergsteigerdörfer – Best Practice 80
 Jukbichl – Bergtour 84
 Hüttenporträt – Karl-Lechner-Haus 86
 Asiago – Spätherbsttouren 90
 Val Müstair – Skitouren 94
 Balkan – Skitouren 96
 Ostgrönland – Schlittenhund-Abenteuer 100

Berg 2020

Alpenvereinsjahrbuch – Arlberg 104

Rubriken

Produktneuheiten 78, 79
 Alpenvereins-Shop 106
 Infos 109
 Chronik 109
 Leser für Leser 110
 Literatur 111
 Impressum 114



BLIZZARD

TECNICA



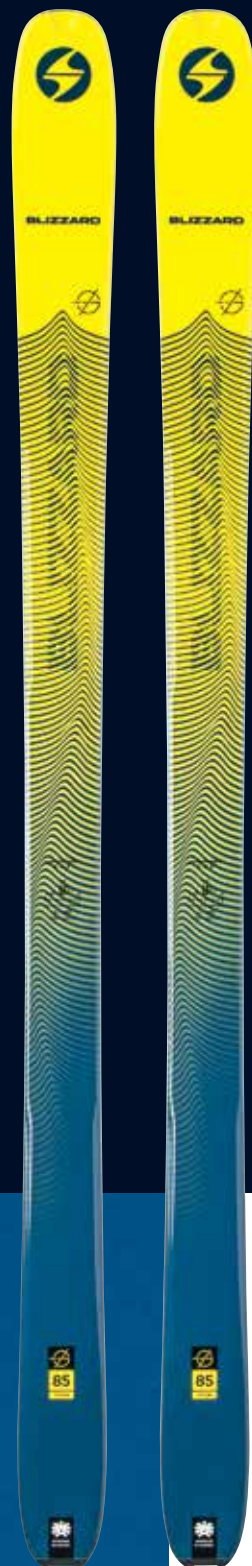
LIVE THE MOMENT

ZERO G TOUR PRO SKISCHUH
ZERO G 85 SKI

Für Bergliebhaber.

Nicht nur das Gewicht macht jeden Schritt beim Aufstieg zum absoluten Vergnügen. Die unerreichte Performance & Sicherheit machen die Abfahrt einzigartig.

#LIVETHEMOMENT





Skitourenausrüstung

Was der Wintersportler braucht

Klar, viele von uns scharren schon in den Startlöchern für die neue Tourensaison. Da und dort ein kleines Upgrade bei der Ausrüstung gehört klarerweise auch dazu. Hier die Neuheiten für die anstehenden geplanten Unternehmungen.

Andreas Lercher



Dieser bietet unmittelbare und direkte Rückmeldung beim Fahren.

Skibreite

Vor allem der Einsatzzweck (Gelände und Schneebeschaffenheit) steht hier im Vordergrund.

Mit 85 +/- 5 mm ist man immer dabei: (fast) alles ist damit fahrbar und der Abfahrtsspaß ist im Normalfall größer als bei schmalen Brettern – vor allem im Weichschnee.

Richtig breite Ski sind im Weichschnee und Powder unschlagbar.

Skipflege

Ein ungepflegter Ski macht schlichtweg weniger Spaß! Hin und wieder ein professionelles Skiservice zahlt sich allemal aus.

Angerostete Kanten (feuchter Keller als Lagerraum) sind nicht nur ästhetisch pfui, sondern mindern die Fahreigenschaften spürbar.

Racer –

Hauptsache leicht! Etwas für Könnerninnen und Könnern. Die Abfahrtsperformance ist sehr überschaubar im Vergleich zu schwereren Modellen.

Touring Leichtgewicht –

alles was rund 2 kg/Paar wiegt. Hier finden wir Skimodelle mit Allroundeigenschaften und solider Abfahrtsperformance, die aber doch deutlich unter jener der etwas schwereren Allrounder liegt. Gutes bis sehr gutes skifaherisches Können ist bei schwierigen Schneeverhältnissen allerdings gefragt, wenn die Abfahrt trotzdem noch Spaß machen soll.

Aufstiegsorientierte, sportliche Tourengerinnen und Tourengerher, Gewichtsfetischisten sowie anspruchsvolle Hochtourengerher sind die Zielgruppe dieser Modelle.

Touring Allround –

sind die Alleskönner. Aufgrund der verwendeten Materialien und aufwendigen Bauweise schwerer und in der Abfahrtsperformance ganz vorne, oft auch etwas breiter sind die Ski dieser Kategorie.

Jedes Gelände und jede Schneebeschaffenheit sind damit sicher bewältigbar. Vor allem auf hartem Untergrund heben sie sich von Leichtmodellen sehr deutlich ab.

Meist werden damit kurze bis mittellange Schwünge gezogen und die Geschwindigkeit hält sich ebenfalls noch in Grenzen.

Touring Perform + Freetour –

die wahren Könnern. Die Bauweise ist ähnlich jener der Freeride-Ski. Sie sind aber immer noch um einiges leichter als diese und damit auch tourentauglicher. Lange Turns und höhere Geschwindigkeiten sollten kein Problem darstellen und im Powder macht's auch mehr Spaß.

Touring Freeride –

100 mm und mehr. Weite und schnelle Turns – vielleicht noch der eine oder andere Sprung und ordentlich Spaß bei der Abfahrt in unterschiedlichstem Gelände. Vor allem im zerfahrenen Schnee eine Klasse besser als alles andere.

Tipps zum Schuhkauf

Modell

Ähnlich wie bei der Wahl des richtigen Skis spielen auch hier Eigenkönnen und Einsatzzweck die wichtigste Rolle.

Passform

Den Schuh unbedingt anprobieren und damit ca. 10 Minuten herumspazieren – erst dann passt der Eindruck.

Tipps zum Skikauf

Skilänge

Einsatzzweck und Fahrkönnen sind dabei mitentscheidende Faktoren.

Etwas längere Ski (Körpergröße + 5 bis 10 cm) bieten mehr Stabilität bei flotter Fahrweise und mehr Auftrieb im Weichschnee, erfordern aber ein sehr gutes bis ausgezeichnetes fahrerisches Können – dies vor allem bei widrigen Schneebedingungen. Im feinen Powder spielt das Ganze wohl keine große Rolle.

Ein zu kurzer Ski (Körperlänge – 15 cm) hat wenig Auftrieb im

Weichschnee und wird beim Geradeauslauf auf hartem Untergrund schnell unruhig. Auch für skitechnische Greenhorns gilt Körpergröße minus 10 cm als Richtwert bei der Auswahl der richtigen Skilänge.

Sportlich oder Easy Handling?

Anfänger wählen am besten einen Ski mit einem weichen Flex (Härte des Skis) mit leichter Schwungauslösung und -kontrolle. Diese Ski reagieren auf Fahrfehler weniger empfindlich.

Fortgeschrittene und Experten greifen zu einem härteren Flex.

→ Unterwegs in den Tuxer Alpen. Foto: Mottis

Ferse und Sprunggelenk müssen für eine gute und effiziente Kraftübertragung gut sitzen.

Blasen gibt's, wenn der Schuh zu groß ist oder die Socken nicht passen.

Wer grundsätzlich eher mit der Passform der Schuhe zu leiden hat, sollte an ein professionelles Schuhfitting denken – wirkt oft Wunder!

Der ausgesuchte Fachhandel bietet im Normalfall die beste Beratung und Unterstützung.

Racer

Superleicht, superbequem im Aufstieg – die Porsches unter den Schuhen – auch preislich.

Leichtgewichte

Hervorragender Gehkomfort bei rund 2 kg/Paar gepaart mit guten Abfahrteigenschaften. Skihochtouren mit Trage-, Geh- oder Kletterpassagen machen damit mehr Spaß und die Sicherheit leidet auch nicht darunter.

Allrounder + Performer

Der bestmögliche Kompromiss zwischen Gewicht, Aufstiegskomfort und Abfahrtsperformance. Sportlich enge Passform, direkte Kraftübertragung und folglich sportliche Fahrweise sind damit möglich.

Freeride

Es geht in erster Linie um die Abfahrtsperformance. Aktuell bieten die meisten Modelle auch einen entsprechend guten Aufstiegskomfort.

Tipps zum Bindungskauf

Ski und Bindung sollten zusammenpassen – schwerer Freerider mit Race-Bindung geht überhaupt nicht!

Natürlich mag das Gewicht eine Rolle spielen – aber das lässt sich ja bekanntlich durch entsprechendes Training recht gut kompensieren.

Sicherheit

Zu Saisonbeginn die Bindungen auf Schäden und Funktionsstüchtigkeit prüfen (am besten am Prüfstand), denn nur eine korrekt eingestellte Bindung arbeitet auch exakt.

Nicht immer liegt der Fehler ausschließlich bei der Bindung. Beschädigte Tech-Inserts, abgetragene oder beschädigte Schuhsohlen oder Materialermüdung der Schuhe beeinflussen die Auslösewerte und damit die Sicherheit ganz wesentlich.

Die neuen Schuhe

Bei den Schuhen hat sich einiges getan. Einerseits stehen Modelle im Vordergrund, die aufstiegsorientiert sind – also leicht, mit hoher Schaftbeweglichkeit, kurzer Sohlenlänge für hohen Aufstiegs- und Gehkomfort –, aber trotzdem noch eine gute Performance in der Abfahrt bieten. Dieser Spagat ist den Herstellern schon recht gut gelungen.

Andererseits ist der Trend in Richtung Freetouring spürbar mit Schuhmodellen, die in erster Linie zwar ordentliche Aufsteiger sind, aber der Fokus doch eindeutig auf der Abfahrtsperformance liegt. Die Neuen erfüllen diesbezüglich die Erwartungen voll. **Atomic** hat seinen ohnedies schon tollen Hawx weiterentwickelt und verbessert. Die Backland-Serie wurde runderneuert und damit ist ein Modell am Markt, das sich hinsichtlich Performance (superbequem im Aufstieg und sehr gute Abfahrteigenschaften) ohne weiteres mit den Besten messen kann.



Dalbello bringt mit dem Lupo Air einen Schuh, der ohne Schallzunge auskommt, und kann daher beim Aufstiegskomfort voll punkten. Nichtsdestotrotz zeigt der Schuh auch beim Abfahren, dass er nicht ein reiner Tourenschuh ist, sondern auch sehr gute Freetourer-Qualitäten besitzt.

Dynafit zeigt gleich mehrere neue Modelle. Mit TLT 8 und TLT SPEEDFIT PRO zwei Modelle, die im Vergleich zu ihren Vorgängern deutlich leichter geworden sind. Verbessert wurde auch die Passform. Dann gibt's noch den HOJI FREE: jetzt wieder mit klassischer Nase für die Kompatibilität mit Bindungen ohne Pins und bei der Abfahrtsperformance hat sich auch was getan.

Ab der Wintersaison 19/20 gibt es für alle DYNAFIT Pin-Bindungen bei online-Registrierung lebenslange Garantie. Sollte eine Reparatur nicht möglich sein, so wird die Bindung kostenlos ersetzt.

Fischer bietet sein Erfolgsmodell Ranger jetzt auch mit der bekannten Vacuum-Technologie an, also was für Problemfüße oder deren Besitzer.

Auch die Leichtmodelle der TRAVERSE-Serie wurden up-

gedatet und performancemäßig aufgewertet.

FullTilt kennt man eigentlich aus der Freeskier-Szene. Wenngleich etwas schwer, in der Performance aber sehr gut dabei.

K2's MINDBENDER ist ein rasziger Freerider mit Freetourerqualitäten.

La Sportiva bringt einen wunderschönen, aber sündhaft teuren Racer und mit dem SKORPIUS einen sehr tollen Tourenschuh.

Movement hat seinen Tourenschuh ebenfalls spürbar überarbeitet und vor allem die Abfahrtsperformance verbessert.

Scarpa's Klassiker ALIEN ist neu (leicht! toll! erschwinglich!) und der MAESTRALE XT sollte eigentlich alles bieten können, was fürs Freeriden nötig ist.

Was tut sich bei Tourenbindungen?

Zunächst zu den Neuheiten.

Race: Bei den Race-Bindungen passiert nicht mehr wirklich viel. Das Thema scheint ausgereizt zu sein. Einzig Dynafit hat bei seiner neuen Bindung noch eins draufgelegt. Die Torsionssteifigkeit konnte um ein Fünftel er-



höht werden, der Fersenbacken ist stabiler – das Ganze bei 10 g Gewichtersparnis/Paar gegenüber dem Vorgängermodell.

Tour: Fritschi und Trab bringen wirkliche Neuheiten.

Fritschi mit der neuen Xenic scheint technisch – obwohl ohne TÜV-Zertifizierung – aufzeigen zu wollen, wohin die Entwicklung gehen könnte. Das Ganze hat in ersten Praxistests einwandfrei funktioniert.

- Der neue Vorderbacken mit seiner innovativen Lösung bei den Pins und die hohe Elastizität des Hinterbackens machen ungewollte Auslösungen bei Schlägen extrem unwahrscheinlich.
- Frontal- und Seitwärtsauslösemechanismus am Hinterbacken sind nicht nur getrennt einstellbar, sondern arbeiten durch zwei getrennte Sicherheitsmechanismen wirklich unabhängig.
- Frei drehende Pins am Hinterbacken sollen verhindern helfen, dass es immer an denselben Punkten der Pins zu Verschleißerscheinungen/Beschädigungen kommt.
- 10 mm aktiver Längenausgleich sorgen dafür, dass die

Biegung des Skis nicht eingeschränkt wird und damit Kraftübertragung auf die Kante und Sicherheit gegeben sind.

Trab's Vario Titan 2 – eine klassische, leichte Pin-Bindung probiert am Skistopper eine denkbar einfache Lösung aus, um das Thema Reibungswiderstand zwischen Schuh- und Skistopper bei der Seitwärtsauslösung in den Griff zu bekommen. Um den Bügel des Skistoppers wird eine Art bewegliche Feder gewickelt.

Marker optimiert seine King Pin mit edlen Materialien und reduziert das Gewicht.

Freetour: auch hier keine bahnbrechenden Entwicklungen.

ATK stattet seine Topmodelle R12 und FR14 mit neuen Vorderbacken aus und der Skistopper ist nun wie bei der Konkurrenz in den Hinterbacken integriert und die Umstellung Walk/Ski spürbar verbessert worden. ❄️

Andreas Lercher ist Pädagoge und Bergführer. Er nutzt im Winter jede Gelegenheit, mit Skiern im Gelände unterwegs zu sein.

Kernkompetenz aus Österreich!

Setkonfigurator

Live Chat

Professionelle Beratung

Unschlagbare Preise

Foto: Atomic Austria GmbH

DEIN SPEZIALIST FÜR SKITOUREN



SKI-WILLY.COM

Modellübersicht 2019/20

Alles für das Tourenvergnügen: Ski, Schuh und Bindung

Die Produktvorstellungen sind seitenweise von links nach rechts und von oben nach unten zu lesen.

Modellübersicht/Ski Racer

Letztendlich geht's um möglichst wenig Gewicht. Eine Entwicklung ist beim Ski-Race allerdings beobachtbar: Nachdem das Leistungsniveau im Spitzenbereich immer ausgeglichener wird, entscheiden sich doch einige Rennläufer für etwas längere und vor allem breitere Modelle mit spürbar besserer Abfahrtsperformance (schneller und laufruhiger) und haben damit in der Abfahrt die Möglichkeit, sich einen Zeitvorteil herauszufahren. Reinrassige Racer verlangen eine solide Skitechnik



BLIZZARD ZERO G RACE

T: 98-65-78 mm
R: 24 m
L: 161 cm
G/Paar: 1.370 g
EUR 700,00
www.blizzard-ski.com
Niveau: ■■■■■■■■ ■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■■■■■■■■■

DYNAFIT CARBONIO 76

T: 113-76-100 mm (167 cm)
R: 17 m (167 cm)
L: 149 cm, 158 cm, 167 cm, 176 cm
G/Paar: 1.860 g (167 cm)
EUR 850,00
www.dynafit.com
■ zwar kein reiner Race-Ski, aber nahe dran
■ für ambitionierte Skibergsteiger
■ durchgehende Seitenwangenkonstruktion
■ klassischer Shape
Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■■■■■■■■■

MOVEMENT RACE PRO 85

T: 116-85-100 mm (169 cm)
R: 18 m (169 cm)
L: 154 cm, 161 cm, 169 cm, 177 cm
G/Paar: 1.980 g (169 cm)
EUR 800,00
www.movementskis.com
■ sehr aufwendig verbaute Topmaterialien
■ beste Abfahrtsperformance bei einem Skigewicht von weniger als 1.000 g
■ auch ein idealer Skibergsteiger
Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■■■■■■■■■

Legende

Niveau: 1 ■■■■■■■■■■ 10
Speed: slow ■■■■■■■■■■ fast

Modellübersicht/Ski Tour-Leichtgewicht

Dynastar bietet die ausgewogenste Abfahrtsperformance, gefolgt von Trab, der nicht ganz so sportlich ist. Atomic und Hagan punkten mit einem sehr ausgewogenen, leicht zu fahrenden Ski und dem günstigeren Preis in dieser Kategorie.

ATOMIC BACKLAND 78

T: 114-78-103,5 mm (175 cm)
R: 18 m (175 cm)
L: 151 cm, 157 cm, 163 cm, 169 cm, 175 cm
G/Paar: 2.400 g (169 cm)
EUR 349,99
www.atomic.com

- ein Ski für die Klassiker- und Hochtourenliebhaber
- unkompliziert und drehfreudig
- Toppreis

 Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■



10 Jahre QuickSlip
unverwechselbar wechselbar!



DER hochfunktionelle Sportslip mit beidseitigem Schnellverschluss für Damen und Herren!

- Slipwechsel kinderleicht ohne Ausziehen von Hose und Schuhen
- Sekundenschnell durch Klettverschluss
- Die Patentlösung für Ihre Wohlbefinden

Bitte bestellen Sie direkt bei:
QuickSlip®
Pfleger-Rothut-Weg 20
D-87645 Hohenschwangau
Tel. +49 (0) 83 62 - 93 09 566
info@quick-slip.de

www.quick-slip.de

DYNASTAR VERTICAL F-TEAM 87

T: 118-87-106 mm
R: 21 m (178 cm)
L: 162 cm, 170 cm, 178 cm
G/Paar: 2.100 g (178 cm)
EUR 769,99
www.dynastar.com

- beeindruckende Abfahrtsperformance in dieser Gewichtsklasse
- sehr guter Grip auf hartem Untergrund
- nur für gute bis sehr gute Fahrer, dann aber top

 Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

HAGAN CORE 84 LITE

T: 121-84-104 mm
R: 17 m (162 cm)
L: 148 cm, 156 cm, 162 cm, 170 cm
G/Paar: 2.300 g (162 cm)
EUR 549,99
www.hagan-ski.com

- easy Schwungeinleitung und gut kontrollierbar
- für Fahrerinnen bis 70 kg Körpergewicht
- Allrounder

 Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

TRAB MAESTRO 2.0

T: 108-76-94 mm (178 cm)
R: 24,1 m (178 cm)
L: 157 cm, 164 cm, 171 cm, 178 cm
G/Paar: 2.000 g (178 cm)
EUR 949,90
www.skitrab.com.com

- extrem leicht und drehfreudig
- ideal bei soften Schneeverhältnissen
- bis in den mittleren Geschwindigkeitsbereich sehr gut beherrschbar

 Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

Modellübersicht/Ski Tour-Allround

Atomic, K2 und Movement fahren sich spielerisch leicht und sind somit auch für skitechnisch nicht ganz so versierte Fahrer bestens geeignet. Dynafit, Hagan, Scott und Trab bieten für derart leichte Ski viel Performance. Wer's sportlich anspruchsvoll mag, für den ist mit Blizzard, Dynastar und Zag was dabei. Blizzard, Dynastar und Zag heben sich bei der Abfahrtsperformance von der Konkurrenz ab.

ATOMIC BACKLAND 85

T: 118-85-106,5 mm (179 cm)
R: 19 m (179 cm)
L: 158 cm, 165 cm, 172 cm, 179 cm
G/Paar: 2.480 g (172 cm)
EUR 449,95

- www.atomic.com
- für die KlassikliebhaberInnen
 - unkompliziert und drehfreudig
 - Toppreis
 - außerdem: auch als Freetourer mit 95 mm Mittentaillierung im Handel (EUR 549,95)
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

BLIZZARD ZERO G 85 2.0

T: 117-85-101 mm (178 cm)
R: 22 m (178 cm)
L: 150 cm, 157 cm, 164 cm, 171 cm, 178 cm
G/Paar: 2.360 g (178 cm)
EUR 600,00

- www.blizzard-ski.com
- stabil, wendig und sicher in jeder Situation
 - sehr stark auf hartem Untergrund
 - für kurze bis mittlere Kurvenradien und moderate Geschwindigkeit
 - außerdem: Freetourer ZERO G 95 mm Mittentaillierung (EUR 700,00)
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■



DYNAFIT SPEEDFIT PRO 81

T: 116-81-102 mm (173 cm)
R: 18,5 m (173 cm)
L: 158 cm, 165 cm, 173 cm, 179 cm
G/Paar: 2.300 g (173 cm)
EUR 600,00

- www.dynafit.com
- klassisches Modell mit durchgehender Seitenwangenkonstruktion und guter Torsionssteifigkeit
 - auch für Trainingstouren und -abfahrten auf der Piste geeignet
 - klassischer Shape
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

DYNASTAR VERTICAL PRO

T: 114-82-102 mm
R: 20 m (170 cm)
L: 154 cm, 162 cm, 170 cm, 178 cm
G/Paar: 2.330 g (170 cm)
EUR 519,99

- www.dynastar.com
- toller Allrounder
 - leicht zu kontrollieren mit Easy-Schwunganleitung
 - auch für skitechnisch weniger Versierte geeignet
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

HAGAN CORE 89

T: 127-89-108 mm
R: 16 m (170 cm)
L: 156 cm, 164 cm, 170 cm, 176 cm, 182 cm
G/Paar: 2.560 g (170 cm)
EUR 599,99

- www.hagan-ski.com
- etwas breiterer, sportlich ambitionierter Tourer
 - sehr ausgewogene Fahreigenschaften
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

K2 TALKBACK 84

T: 118-84-105 mm
R: 16 m (160 cm)
L: 153 cm, 160 cm, 167 cm
G/Paar: 2.352 g (160 cm)
EUR 399,95

- www.k2skis.com
- preisgünstiges Einsteigermodell
 - Easy Handling
- Niveau: ■■■■■■■■■■
Speed: ■■■■■■■■■■

LEKI

MOVEMENT APPLE 80

T: 117-80-106 mm (169 cm)

R: 20 m (169 cm)

L: 161 cm, 169 cm, 177 cm

G/Pair: 2.700 g (169 cm)

EUR 550,00

www.movementskis.com

- immer sehr gut und leicht beherrschbar
- für alle skifahrerische Niveaus bestens geeignet
- wendig und agil

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

SCOTT SPEEDGUIDE 89

T: 124-89-113 mm (176 cm)

R: 19 m (176 cm)

L: 156 cm, 163 cm, 169 cm, 176 cm

G/Pair: 2.720 g (176 cm)

EUR 649,90

www.scott-sports.com

- leicht drehend und trotzdem laufruhig bis in den mittleren Geschwindigkeitsbereich
- sehr vielseitiger und ausgewogener Klassiker
- guter Kompromiss zwischen Vielseitigkeit und Abfahrtsperformance

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



TRAB MAGICO 2.0

T: 116-84-104 mm (178 cm)

R: 23,2 m (178 cm)

L: 157 cm, 164 cm, 171 cm, 178 cm

G/Pair: 2.200 g (178 cm)

EUR 949,90

www.skitrab.com

- sehr guter Kompromiss zwischen Leichtigkeit im Aufstieg und guter Abfahrtsperformance
- ideal bei soften Schneebedingungen und mittlerer Geschwindigkeit

■ leicht im Handling

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

ZAG UBAC 89

T: 108-89-123 mm (176 cm)

R: 20 m (174 cm)

L: 171 cm, 177 cm, 183 cm

G/Pair: 2.500 g (177 cm)

EUR 649,90

www.zagskis.com

- sehr guter Allrounder ohne Schwächen
- vermittelt viel Sicherheit in jeder Situation
- stark auf hartem Untergrund

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

GET CLOSER to freedom.

Photo © Torsten Wenzler



GUIDE EXTREME V

Packmaß: 42 cm

Gewicht: 257 g

Länge: 115 - 135 cm

TRIGGER 2.0
VERTICAL



www.leki.com

Modellübersicht/Ski Tour-Perform und Freetour

Alles tolle Modelle, wenn's darum geht, die Abfahrt bei unterschiedlichsten Schneeverhältnissen und auch etwas flotterer Fahrweise zu genießen. Dynastar, Hagan und Movement sind am spielerischsten zu fahren. Trab ist der mit Abstand leichteste Freetourer. Mit Black Diamond, Fischer und Stoeckli lässt sich das Ganze am besten sportlich angehen.

DYNASTAR MYTHIK 97 PRO

T: 133-97-113 mm
R: 15 m (177 cm)
L: 171 cm, 177 cm, 184 cm
G/Pair: 2.800 g (177 cm)

EUR 849,99

www.dynastar.com

- sehr gut in allen Schneearten
- sehr einfaches, spielerisches Handling
- auch zum Kurzschwingen bestens geeignet

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

BLACKDIAMOND HELIO RECON 95

T: 123-95-113 mm (173 cm)
R: 19 m (173 cm)
L: 163 cm, 173 cm, 183 cm
G/Pair: 3.100 g (173 cm)

EUR 550,00

www.blackdiamondequipment.com

- sehr ausgewogener Freetourer
- im Powder sehr gut, auf hartem Untergrund gut
- sehr stabil auch bei flotter Fahrweise
- außerdem: auch mit Mittentailierung 88 mm (EUR 550,00) und 105 mm (EUR 600,00) erhältlich

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



FISCHER HANNIBAL 96 Carbon

T: 126-96-114 mm (176 cm)
R: 21 m (176 cm)
L: 162 cm, 169 cm, 176 cm, 183 cm
G/Pair: 2.600 g (176 cm)

EUR 649,95

www.fischersports.com

- rundum gelungener, sehr harmonischer Tourenfreerider
- sehr gut auf hartem Untergrund
- für sportlich Orientierte

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

HAGAN BOOST 99

T: 131-99-116 mm
R: 22 m (168 cm)
L: 168 cm, 178 cm, 188 cm
G/Pair: 2.840 g (168 cm)

EUR 639,99

www.hagan-ski.com

- ein richtiger Freetourer mit Easy handling
- sehr gut bis zu mittlerer Geschwindigkeit
- stark auf hartem Untergrund
- außerdem: BOOST 94 (EUR 599,99)

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

MOVEMENT Session 89 W

T: 126-89-114 mm (169 cm)
R: 17,5 m (169 cm)
L: 154 cm, 161 cm, 169 cm
G/Pair: 2.600 g (169 cm)

EUR 720,00

www.movementskis.com

- Top-Level, wenn's um die Abfahrtsperformance geht
- extrem stabil und viel Sicherheit vermittelnd
- gleichermaßen im Gelände und auf der Piste sehr gut zu fahren

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

STOECKLI EDGE 100

T: 136-100-125 mm (177 cm)
R: 18,8 m (177 cm)
L: 159 cm, 168 cm, 177 cm, 186 cm
G/Pair: 3.560 g (177 cm)

EUR 899,00

www.stoeckli.ch

- der stabile perfekte Begleiter auf jeder Tour und abseits der Piste
- meistert bravourös jede Gelände- und Schneebeschaffenheit
- ideal bei mittlerer Geschwindigkeit und mittleren bis langen Turns

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

TRAB MISTICO

T: 121-90-110 mm (178 cm)
R: 20,5 m (178 cm)
L: 164 cm, 171 cm, 178 cm, 185 cm
G/Pair: 2.300 g (178 cm)

EUR 899,90

www.skitrab.com

- einer der leichtesten Tourenfreerider
- ideal bei soften Schneeverhältnissen
- sehr cool bei langen Touren, ohne Abstriche beim Fahrspaß machen zu müssen

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

Modellübersicht/Ski Tour-Freeride

Sportlich: Blizzard Rustler, Dynastar, Elan, Line
Supersportlich: Fischer Ranger 99 ti, Kästle, Stoeckli
und Vökl

Easy going, aber immer noch sehr sportlich: alle anderen

ATOMIC BACKLAND 107

T: 137-107-124 mm (182 cm)
R: 18,5 m (182 cm)
L: 175 cm, 182 cm, 189 cm
G/Pair: 3.100 g (182 cm)

EUR 699,95

www.atomic.com

- mächtiger Auftrieb im Powder
- bestens geeignet für Einsteiger in 100+
- sehr gut bei wechselnden Schneeverhältnissen
- Top-Preis-Leistungs-Verhältnis
- neu auch mit 95 mm Mittentaillierung im Handel

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



BLIZZARD RUSTLER 10

T: 133-102-122,5 mm (180 cm)
R: 17,5 m (180 cm)
L: 164 cm, 172 cm, 180 cm, 188 cm
G/Pair: 3.600 g (180 cm)

EUR 550,00

www.blizzard-ski.com

- richtig sportlich, ohne allzu aggressiv zu sein
- stabil und laufruhig auch bei hoher Geschwindigkeit
- top bei wechselndem Gelände und unterschiedlichster Schneebeschaffenheit

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

BLIZZARD ZERO G 105 2.0

T: 134-105-120 mm (188 cm)
R: 24 m (188 cm)
L: 164 cm, 172 cm, 180 cm, 188 cm
G/Pair: 3.060 g (180 cm)

EUR 800,00

www.blizzard-ski.com

- kompromisslose Abfahrtsperformance
- stabil und immer gut kontrollierbar
- macht bei ordentlich Speed am meisten Spaß

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

DPS WAILER A 100 RP

T: 132-100-117 mm (179 cm)
R: 15 m (179 cm)
L: 171 cm, 179 cm, 184 cm, 189 cm
G/Pair: ca. 3.440 g (179 cm)

EUR 1.299,00

www.dpsskis.com

- sehr spielerisch und drehfreudig
- im Powder und bei wechselnden Schneebedingungen am besten

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

DYNASTAR LEGEND 96

T: 132-96-112 mm
R: 15 m (178 cm)
L: 171 cm, 178 cm, 186 cm
G/Pair: 3.400 g (178 cm)

EUR 579,99

www.dynastar.com

- stabil, sicher und doch spielerisch
- bei allen Schneeverhältnissen bei den Besten – besonders stark in zerfahrenem Schnee
- dämpft Schläge super ab

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**ELAN
RIPSTICK 88 W**

T: 130-88-105 mm (170 cm)
R: 15,4 m (170 cm)
L: 149 cm, 156 cm, 163 cm,
170 cm, 177 cm
G/Paar: 2.920 g (166 cm)

EUR 549,00

www.elanski.com

- sehr stabil und viel Sicherheit vermittelt und trotzdem kinderleicht zu fahren
- richtig stark in zerfahrenem Schnee und auf hartem Untergrund
- sehr spritzig
- außerdem: gibt's auch als Herrenmodell

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**FISCHER
RANGER 102 FR**

T: 136-102-126 mm (177 cm)
R: 18 m (177 cm)
L: 170 cm, 177 cm, 184 cm, 191 cm
G/Paar: 4.000 g (177 cm)

EUR 499,95

www.fischersports.com

- mit seinem leichten Twin-Tip spielerisch leicht bei jedem Schwung
- einer der besten Geländeski mit einem mehr als fairen Preis
- supertoll in jeder Schneearart

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**FISCHER
RANGER 99 TI**

T: 130-97-121 mm (181 cm)
R: 18 m (181 cm)
L: 174 cm, 181 cm, 188 cm
G/Paar: 3.900 g (181 cm)

EUR 599,95

www.fischersports.com

- extrem stabil auch bei hoher Geschwindigkeit
- skitechnisch Versierte werden ihn mögen
- perfekter Ski fürs Gelände

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**KAESTLE
FX 96 HP**

T: 133-96-119 mm
R: 18,1 m (180 cm)
L: 172 cm, 180 cm, 188 cm
G/Paar: 3.780 g (180 cm)

EUR 849,00

www.kaestle.com

- ein wendiger, agiler und trotzdem laufruhiger Ski
- Universalist bei allen Verhältnissen
- am besten bei mittlerer Geschwindigkeit oder etwas flotter gefahren

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



**K2
MINDBENDER 99 TI**

T: 138-99-123 mm
R: 18,5 m (184 cm)
L: 170 cm, 177 cm, 184 cm, 191 cm
G/Paar: 4.252 g (184 cm)

EUR 649,95

www.k2skis.com

- schnell, agil, kraftvoll und stabil
- prima in jedem Gelände und in jedem Schnee
- aufgrund des hohen Gewichts etwas für Konditionsstarke

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**LINE
VISION 98**

T: 131-98-119 mm
R: 18 m (179 cm)
L: 172 cm, 179 cm, 186 cm
G/Paar: 3.330 g (179 cm)

EUR 599,95

www.lineskis.com

- unheimlich vielseitig, agil und viel Sicherheit vermittelt
- sehr stark in zerfahrenem Schnee und bei wechselnden Bedingungen
- ideal bei mittlerer bis flotter Fahrweise

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**MOVEMENT
GO 100**

T: 132-100-120 mm (177 cm)
R: 19 m (177 cm)
L: 177 cm, 185 cm
G/Paar: 3.200 g (177 cm)

EUR 670,00

www.movementskis.com

- sehr stabil und präzise
- fährt sich prima auch bei schwierigen Schneeverhältnissen
- sehr gut bei mittlerer und hoher Geschwindigkeit

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**SCOTT
SCRAPPER 95**

T: 131-95-121 mm (178 cm)
R: 19 m (178 cm)
L: 168 cm, 178 cm, 184 cm
G/Paar: 3.000 g (178 cm)

EUR 549,90

www.scott-sports.com

- leichte Schwungeinleitung
- guter Kantengrip auf hartem Untergrund
- sehr gut in unterschiedlichen Schneearten

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

**STOECKLI
STORMRIDER 105**

T: 137-105-130 mm (179 cm)
R: 20 m (179 cm)
L: 170 cm, 179 cm, 188 cm
G/Paar: 3.920 g (179 cm)

EUR 899,00

www.stoeckli.ch

- maximal sicher und stabil mit mächtig Auftrieb
- absorbiert Schläge phänomenal
- mag am liebsten flott bis sehr flott gefahren werden

Niveau: ■■■■■■

Speed: ■■■■■■

**VÖLKL
MANTRA 102**

T: 140-102-123 mm (177 cm)
R: 20,1 m (177 cm)
L: 170 cm, 177 cm, 184 cm, 191 cm
G/Paar: 4.280 g (177 cm)

EUR 800,00

www.voelkl.com

- besonders gut in zerfahrenem Schnee und unheimlich stabil
- dämpft Schläge super weg
- je anspruchsvoller das Gelände, umso besser fährt sich der Ski

Niveau: ■■■■■■

Speed: ■■■■■■



Modellübersicht/Schuh
Racer | Touring-Leichtgewichte

**LA SPORTIVA
STRATOS V CARBON
(Racer)**

F.: k. A.
Schaftrotation: 80°
Leistenbreite: k.A.
Gr.: 24–29,5 (Unisex)
G/Paar: 1.080 g bei Gr. 27
Material: Carbonfibre + Schoeller® stretch (Gamasche)
Innenschuh: Stratos V Liner
EUR 1.800,00

www.lasportiva.com

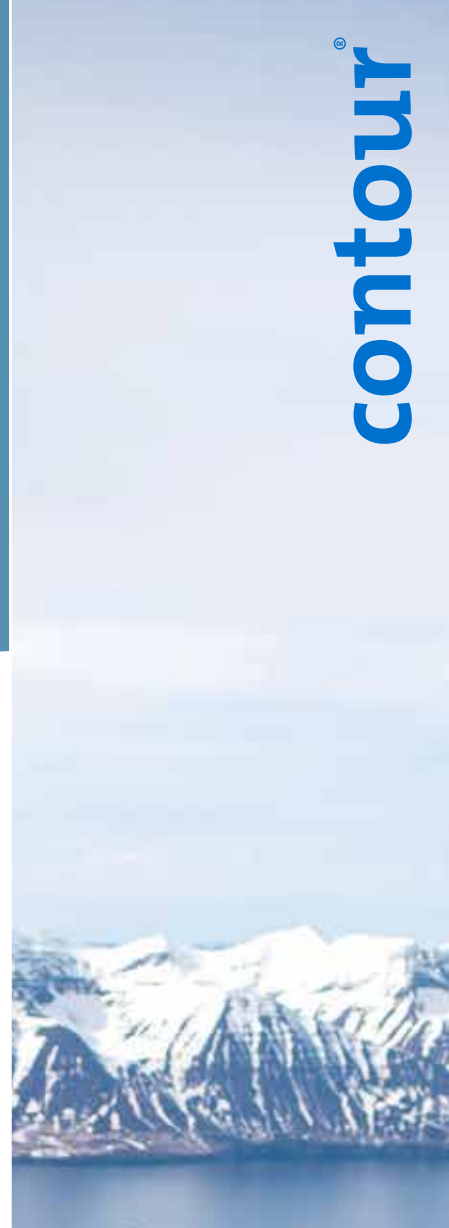
- der ultimative Racer in Top-Verarbeitung
- S4-Inserts ermöglichen den Bindungseinstieg auch bei geschlossener Bindung
- minimalistische Vibram®-Lite-Base-Sohle

**ATOMIC
BACKLAND CARBON**

F.: k. A.
Schaftrotation: 74°
Leistenbreite: 98 mm (Gr. 27–27,5)
Gr.: 24–30,5
G.: 2.198 g/Paar bei Gr. 26
Material: PA carbonverstärkt
Innenschuh: Memory Fit 3D Platinum Light
EUR 699,99

www.arcteryx.com

- 3D-Schnürsystem für mehr Halt und optimale Kraftübertragung in der Abfahrt
- Carbonspine für beste Abfahrtsperformance
- BOA-Verschlussystem
- superbequem im Aufstieg
- der beste Abfahrer in dieser Gewichtsklasse
- neben dem Topmodell Carbon auch die Modelle Sport, Expert und Pro (EUR 429,29–599,99) im Handel erhältlich
- vom Backland Pro und Backland Expert gibt's auch die entsprechenden Damenmodelle



**hybrid
Steigfelle**

innovative
Klebertechnologie
für dein Bergerlebnis

DYNAFIT TLT8 EXPEDITION CL

F.: k. A.
Schaftrotation: 60°
Leistenbreite: 103 mm
Gr.: 25–30,5 (Männer) 23–27,5 (Frauen)
G/Pair: 2.040 g bei Gr. 27,5
Material: Grilamid® (glasfaserverstärkt im Schaftbereich)
Innenschuh: Custom light

EUR 600,00

www.dynafit.com

- 15 % Gewichtsreduktion zum Vorgänger
- neues Ultra-Lock-4.0-Verschlussystem (die obere Schnalle fungiert als Hebel für den Ski-Walk-Mechanismus und aktiviert in geöffneter Position die Schaftbeweglichkeit)
- durchaus sehenswerte sportliche Abfahrtsperformance
- verbesserte sportliche und unproblematische Passform (die Schale lässt sich leicht und einfach anpassen)
- superbequem im Aufstieg und bei Gehpassagen ohne Ski
- auch CR-Version mit Custom-Ready-Innenschuh und ca. 200 g/Pair schwerer

DYNAFIT TLT SPEEDFIT PRO

F.: k. A.
Schaftrotation: 60°
Leistenbreite: 103 mm
Gr.: 22,5–30,5 (Unisex)
G/Pair: 2.080 g bei Gr. 27,5
Material: Grilamid® Titantex Fiber (Schaft)

Innenschuh: Custom light

EUR 680,00

www.dynafit.com

- auf das Notwendigste reduzierter Tourenskischuh
- äußerst bequem im Aufstieg
- recht solider Abfahrer
- sehr gute unproblematische Passform

FISCHER TRAVERS CC

F.: k. A.
Schaftrotation: 80°
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 25,5–30,5

G.: 1.860 g/Pair bei Gr. 27,5

Material: Grilamid®/Carbon

Innenschuh: Lace Liner Thermo

EUR 749,95

www.fischersports.com

- perfekter Skibergsteiger, der auch abfahren kann
- perfekter Gehkomfort
- top bei Kletterpassagen



FISCHER TRAVERS TS

F.: k. A.
Schaftrotation: 80°
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 23,5–30,5
G.: 2.380 g/Pair bei Gr. 27,5
Material: TPU
Innenschuh: Lace Liner Thermo

EUR 449,95

www.fischersports.com

- rund 500 g/Pair schwerer als das Topmodell des Travers
- perfekter Gehkomfort
- top bei Kletterpassagen

LA SPORTIVA SKORPIUS CR

F.: k. A.
Schaftrotation: 68°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 23–31,5 (Unisex)
G/Pair: 2.440 g bei Gr. 27
Material: Pebax®RNew®
Innenschuh: Skorpius CR Liner

EUR 579,00

www.lasportiva.com

- Tourenmodell mit gewaltigem Aufstiegskomfort und neuem Ski-Walk-Mechanismus
- sehr gute Abfahrtsperformance
- kompatibel mit allen gängigen Pin-Bindungen, Rahmenbindungen und TR2 von Trab
- La-Sportiva-Grip-Guard™-Sohle

MOVEMENT PERFORMANCE BOOTS WM

F.: 98–110
Schaftrotation: 62°
Leistenbreite: k. A.
Gr.: 24–26
G.: 2.160 g bei Gr. 24,5
Material: Grilamid®
(Zunge: Grilamid®/Pebax
Innenschuh: Palau light touring thermo)

EUR 560,00 mit Palau-Liner

EUR 540,00 mit Ultralon-Liner

www.movementskis.com

- leichter, äußerst komfortabler Tourenschuh mit sehr solider Abfahrtsperformance
- durch die hohe Schaftbeweglichkeit auch für anspruchsvolles Skibergsteigen geeignet

SCARPA ALIEN

F.: 95
Schaftrotation: 72°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 24–30 (keine ½ Größen)
G.: 1.740 g/Pair bei Gr. 27

Material: Carbon Grilamid LFT®
Karbonfaser

Innenschuh: Cross Fit Tour Lite

EUR 600,00

www.scarpa.com

- Top-Leichtschuh zu einem fairen Preis
- guter Abfahrer in dieser Gewichtsklasse
- BOA-Verschlussystem, das direkt auf den Innenschuh wirkt und speziell in der Abfahrt die Sensibilität erhöht

Modellübersicht/Schuh Touring-Allrounder und -Performer

DALBELLO LUPO AIR 130

F.: 130
Schaftrotation: k. A. (auf alle Fälle mehr als ausreichend)
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 24,5–29,5
G/Pair: 2.598 g bei Gr. 27
Material: Grilamid® + Polyamidecomposition
Innenschuh: Lupo Air Light
EUR 700,00
www.dalbello.it

- Dalbello verzichtet auf die klassische Schälzunge – dadurch ist der Einstieg in den Schuh supereasy und der Aufstiegskomfort enorm, das Gewicht sehr reduziert
- die neue Interlock funktioniert prima und ist sehr einfach zu bedienen
- sehr sportliche Abfahrtsperformance
- absolut stimmiger Tourenschuh, der sich auch als Tourenfreerider bestens eignet
- außerdem: Lupo Air Flex 110 (EUR 650,00)



Modellübersicht/Schuh Touring-Freeride

ATOMIC BACKLAND HAWX ULTRA XTD 130

F.: 130
Schaftrotation: 54°
Leistenbreite: 100 mm (Gr. 27–27,5)
Gr.: 24,5–29,5
G.: 2.860 g/Pair bei Gr. 26
Material: Grilamid® (Memory Fit)
Innenschuh: Memory Fit 3D Platinum Light
EUR 699,99
www.arcteryx.com

- mit dem Hawx Ultra XTD 130 setzt Atomic neuen Maßstäbe bei der Abfahrtsperformance
- Bombensitz im Fersen- und Knöchelbereich und damit beste Kraftübertragung
- thermoanpassbare Schale
- GripWalk-Sohle
- den HAWX ULTRA XTD gibt es zudem mit Flex 120, Flex 100 und als Damenmodell

DYNAFIT HOJI FREE

F.: 130
Schaftrotation: 55°
Leistenbreite: 102
Gr.: 25–29,5 (Unisex)
G/Pair: 3.100 g bei Gr. 27,5
Material: Grilamid® Titantex Fiber (Schaft)
Innenschuh: Hoji Thermo Free Liner
EUR 750,00
www.dynafit.com

- sportlich-enge Passform
- kompromisslos in der Abfahrtsperformance
- alleine auf weiter Flur beim Aufstiegskomfort
- der neue Hoji Free hat seine Nase wieder vorne und ist folglich mit den gängigsten Bindungsmodellen kompatibel
- Formula Pomoca Free Sole
- außerdem: Hoji PU wahlweise als Damen- oder Herrenmodell (EUR 490,00)

SCHITOUREN-ATLAS Österreich Ost
Über 500 Schigipfel mit über 1.000 Abfahrten!



Der beliebte, große Klassiker und Bestseller des Schall-Verlages bereits in **9. Auflage** - nochmals stark erweitert und aktualisiert! Eine neue Dimension von Schitourenführern. Niederösterreich/Wr. Hausberge, Oberösterreich, Steiermark, Salzkammergut, Lungau. **Mit 580 Seiten der bisher umfangreichste Führer über Schitouren in Ost-Österreich!**, ca. 1.000 Farbfotos, Ringbuch-System.
EUR 39,90 ISBN: 978-3-900533-68-7

SCHITOUREN-ATLAS Österreich West
Über 400 Schigipfel mit über 600 Abfahrten!



Das bewährte Standardwerk für den Westen Österreichs in **4. Auflage** - erweitert und aktualisiert! Vorarlberg, Tirol und Salzburg. 448 Seiten, ca. 700 Farbbabb., Ringbuch-System. EUR 38,00 ISBN: 978-3-900533-78-6

KLETTERARENA DACHSTEIN West & Süd
Über 400 der besten Kletterrouten

Stark erweitere, komplett aktualisierte Neuauflage (2019) des überaus beliebten Kletterführers!
Mit vielen neuen Gebieten und Kletterrouten, welche bisher noch nie veröffentlicht wurden! Topinfo zu jeder Kletterroute, präzise Farbtopos, Historie, Farbleitungssystem, usw. Mit einzigartigen Flugaufnahmen vieler Wände! **528 Seiten!** Ca. 1.000 Farbfotos!
EUR 46,00 ISBN: 978-3-900533-87-8



Und Vieles mehr: Bergwander-, Kletter-, Klettersteig- und Schitouren-Atlanten, Abenteuer, Alpingeschichte
Mit der Erfahrung von Jahrzehnten!

www.schall-verlag.at

FULL TILT BOOTS ASCENDANT

F.: 120
Schaftrotation: 60° ohne Zunge
(40° mit Zunge)
Leistenbreite: 102 mm
Gr.: 24,5–30,5
G.: 3.720 g/Pair bei Gr. 26,5
Material: Grilamid®
Innenschuh: Evolution Pro Tour
EUR 499,95
www.fulltiltboots.com

- kein Leichtgewicht, dafür ohne Zunge mit sehr gutem Aufstiegscomfort
- gute Abfahrtsperformance
- herausnehmbare Schalenzunge für den Aufstieg
- Grip-Walk-Sohle

FISCHER RANGER ONE 130 PBV- WALK DYN

F.: 130
Schaftrotation: 55°
Leistenbreite: 101 mm
Gr.: 25,5–30,5
G.: 3.580 g/Pair bei Gr. 27,5
Material: Vacu-Plast (Schale)
TPU (Manschette)
Grip-Walk-Sohle
Innenschuh: AFZ Thermo
EUR 549,95
www.fischersports.com

- mit Fischer-Vacuum-Technologie optimal anpassbar
- guter Gehkomfort
- perfekter Schuh für Gelände und Piste
- sensationeller Abfahrer

K2 MINDBENDER 130

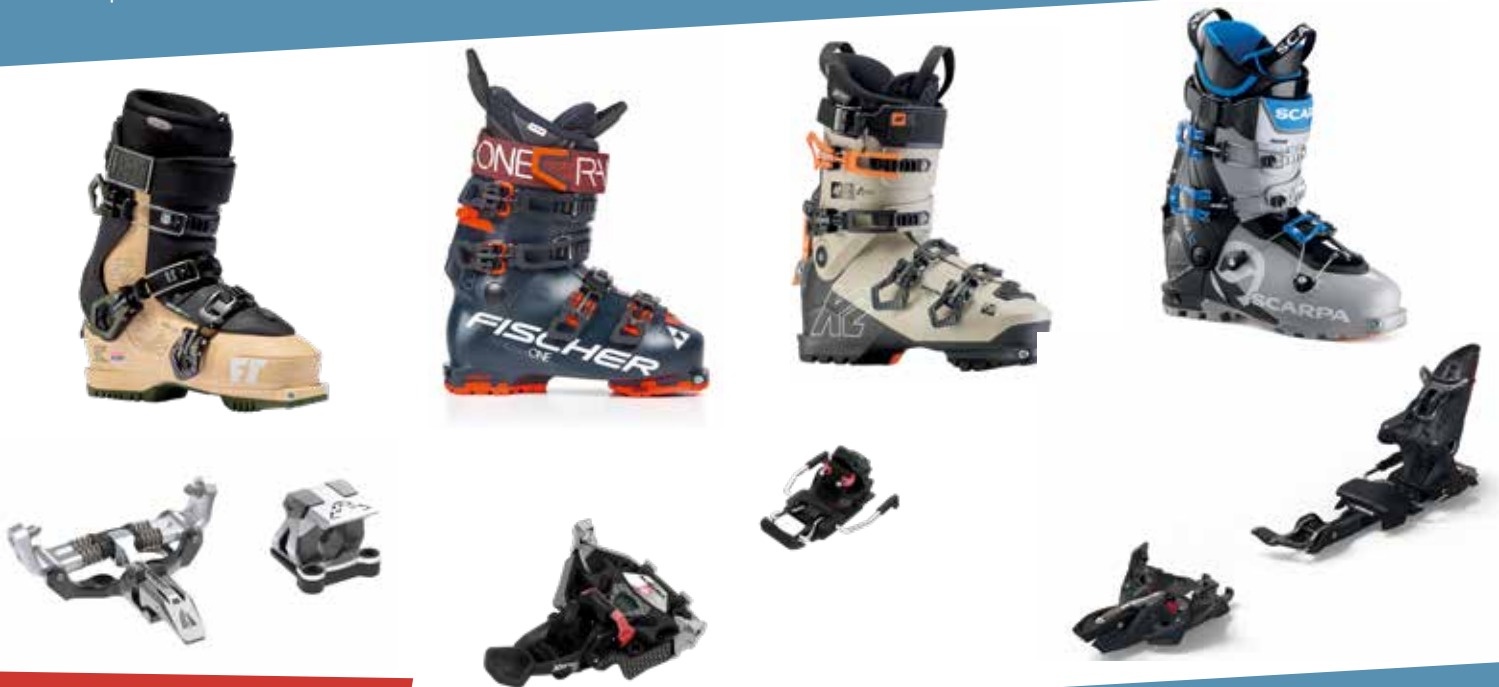
F.: 130
Schaftrotation: k. A.
Leistenbreite: 98 mm
Gr.: 24,5–30,5
G./Paar: 3.400 g/Pair bei Gr. 26,5
Material: Pebax/Powershell/
Carbon
Innenschuh: PrecisionFit Pro Tour
EUR 649,95
www.k2skis.com

- kompromissloser Abfahrer mit ordentlichem Aufstiegscomfort
- super Innenschuh
- bequem anzuziehen
- Damenversion „Alliance“ wahlweise mit Flex 110 (EUR 549,95) oder 90 top

SCARPA MAESTRALE XT

F.: 130
Schaftrotation: 56°
Leistenbreite: 101 mm
Gr.: 24,5–32
G.: 2.980 g/Pair bei Gr. 27
Material: Carbon Grilamid LFT®
Karbonfaser
Innenschuh: Cross Fit Pro Flex Ride
EUR 700,00
www.scarpa.com

- zur Gänze auf Abfahrtsperformance getrimmtes Modell
- toller Innenschuh
- sehr gut arbeitender Booster™ Power Strap
- als Kombination von Aufstiegscomfort und Abfahrtsperformance



Modellübersicht/ Bindungen Racer | Tour

DYNAFIT LOW TECH RACE 105 AUTO (Race)

Gewicht/Pair: 210 g
EUR 450,00
www.dynafit.com

- superleichte Race-Bindung
- auch ohne automatisch verriegelnden Vorderbacken erhältlich (EUR 400,00)

FRITSCHI XENIC 10

Gewicht/Pair: 560 g (inkl. Stopper)
DIN: 4–10
Stopperbreiten: 85/95/105 mm
EUR 330,00 (EUR 380,00 inkl. Stopper)
Harscheisen: 85/95/105 mm (EUR 66,00–70,00)
www.fritschi.swiss

- frei drehende Pins am Hinterbacken
- hohe Seitwärtselastizität am Hinterbacken bietet Schutz vor ungewollten Auslösungen
- neues Pin-System am Vorderbacken mit Horizontalverschiebung der Pins ohne Hebel und damit wohl kaum ungewollte Auslösungen bei Schlägen
- getrennte Auslösemechanismen für Frontal- und Seitenauslösung – arbeiten voneinander unabhängig
- aktiver Längenausgleich von 10 mm
- 25 mm längenverstellbar (+/- 12,5 mm)
- einstufige Klappsteighilfe
- Steighilfe dient als Hebel bei der Umstellung des Hinterbackens für den Ski-Walk-Mechanismus
- superkomfortabler Einstieg

MARKER KING PIN M-Werks 12

Gewicht/Pair: 1.240 g (inkl. Stopper)
DIN: 5–12
Stopperbreiten: 75–100 mm;
100/125 mm
Harscheisen: 105/120 mm
(EUR 70,00)
EUR 550,00 (inkl. Stopper)
(75–100 mm)
www.marker.net

- 28 mm längenverstellbar (+/- 14 mm)
- dynamischer Längenausgleich (6 mm)
- zweistufige Klappsteighilfe
- eng anliegender Stopper, verriegelt automatisch im Aufstiegsmodus, automatische Aktivierung im Abfahrtsmodus
- neuer Ski-Walk-Hebel
- Kunststoff-Karbon-Materialmix

TRAB TITAN VARIO 2.0

Gewicht/Paar: 436 g (598 g inkl. Stopper)

DIN: 5-7, 7-9, 9-11

Stopperbreiten: 65/78/85/94 mm

Harscheisen: keine eigenen – kompatibel mit Dynafit und ATK

EUR 449,90 (inkl. Stopper)

www.skitrab.com

- 24 mm längenverstellbar
- dreistufige Steighilfe
- eng anliegender Stopper, mit einfachem Ver- und Entriegelungsmechanismus
- die Pins am Vorderbacken können sich unabhängig voneinander bewegen
- aktive Längenkompensation bei Skiflex und damit bessere Kraftübertragung
- Drop-in-Einstieg am Vorderbacken (den Verriegelungshebel nach unten drücken – die Pins wandern seitwärts – einsteigen und den Verriegelungshebel loslassen. Lässt sich alles prima mit dem Skistock machen!



Modellübersicht/Bindungen Tour-Freeride

ATK

R 12

Gewicht/Paar: 660 g (inkl. Stopper)

DIN: 5-12

Stopperbreiten:

86/91/97/102/108/120 mm

Harscheisen:

86/91/97/108/120/135 mm,

ca. EUR 60,00-65,00

EUR 555,00

(Stopperbreite < 100 mm)

EUR 560,00

(Stopperbreite > 100 mm)

www.atkrace.it

- automatisch arretierender Stopper am Hinterbacken
- neu konstruierter Vorderbacken mit merklich verbessertem Einstiegskomfort
- 3 verschiedene Härtegrade beim Auslösemechanismus am Vorderbacken im Aufstiegsmodus
- 25 mm längenverstellbar
- zweistufige Klappsteighilfe
- beste Verarbeitung

ATK

FR 14

Gewicht/Paar: 720 g (inkl. Stopper)

DIN: 8-14

Stopperbreiten: 97/102/108/120 mm

Harscheisen: 97/108/120/135 mm,

ca. EUR 60,00-65,00

EUR 595,00

www.atkrace.it

- Stopper am Hinterbacken
- superleicht
- zweistufige Klappsteighilfe
- beste Verarbeitung
- Einstiegskomfort wie bei Marker und Fritschi



Landhotel Lindenhof

für Alpin-Genussmenschen fernab vom Skizirkustrubel

Hier erwartet Euch ein Winterangebot abseits der Massen. Klein und fein – etwas für Individualisten. Eine mehrfach prämierte Slow-Food-Küche, ein einzigartiges regionales Frühstück Radius 55 km, kuschelige Zimmer und Wellness mit Quellenpool, Sauna Dampfbad ... Dazu geführte Schneeschuhwanderungen, Skitourenvorschläge, Eislaufen am Brennsee, Nachtrodelabenteuer aber auch 100 km Skipisten im nur 10 km entfernten Weltcup Skigebiet Bad Kleinkirchheim.

Familienzuckerl

Kinder-Skipass um € 1 pro Tag, Details siehe Website

Winter Kennenlernbonus für Alpenvereinsmitglieder

ab 3 Nächte € 39,-

ab 4 Nächte € 49,-

Buchung inkl. Halbpension für 2 Personen

sowie Alpenvereins-Christkindtage

25.-28.12.2019, 3 Nächte zum Preis von 2 Nächten

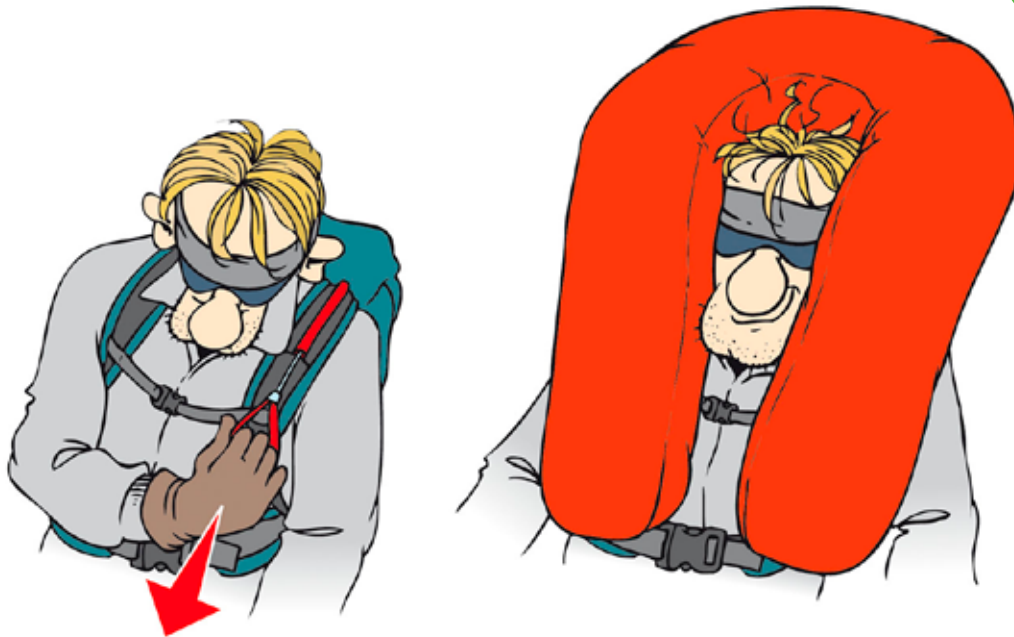
www.landhotel-lindenhof.at

urlaub@landhotel-lindenhof.at

T +43/4246/2274

Dorfstraße 8 | 9544 Feld am See





Sicherheitstipps der Bergsport- experten

5 Tipps für den Skitouren-Winterstart

„Bevor wir uns in den Schnee stürzen, wird die Ausrüstung gecheckt und erneuert. Auf Tour ist es zu spät!“

LVS-Gerät

Die Batterien sollten am Ende des Winters aus dem Gerät entfernt werden, um einem Auslaufen und dadurch entstehenden Beschädigungen des LVS vorzubeugen. In jedem Fall aber werden die Batterien am Saisonstart erneuert. Achtung: Nicht alle LVS-Geräte sind für den Betrieb mit Lithiumbatterien geeignet! Ein Blick in die Gebrauchsanweisung bringt Gewissheit.

Kartuschencheck beim Lawinenairbag

Die Kartuschen beim Lawinenairbag sollten am Winteranfang immer gecheckt werden. Mit einer Küchenwaage wird das exakte Gewicht der Kartusche gemessen. Dieses muss mit der Angabe auf der Patrone übereinstimmen. Alle 2 Jahre sollte der Airbag ausgelöst werden, um die Funktion des Gesamtsystems zu überprüfen. Airbags mit Düsen-System müssen vor der ersten

Tour ebenfalls aufgeladen und getestet werden.

Check der Schaufel und Sonde

Schaufel und Sonde sind unempfindlich, wenn sie ein paar Monate im Keller liegen. Allerdings ist man gut beraten, die Schaufel einmal zusammen- und auseinanderzubauen, um zu sehen, ob alle Teile beieinander sind. Das Gleiche gilt für die Sonde. Diese wird ebenfalls gespannt und

wieder zerlegt. Dabei wird die Funktionstüchtigkeit überprüft und ob die Arretierung hält. Außerdem gewöhnt man sich wieder an das Handling und weiß nach dem Verstauen im Rucksack sicher, dass man diese beiden wichtigen Dinge mit dabei hat.

Illustrationen: G. Sojer

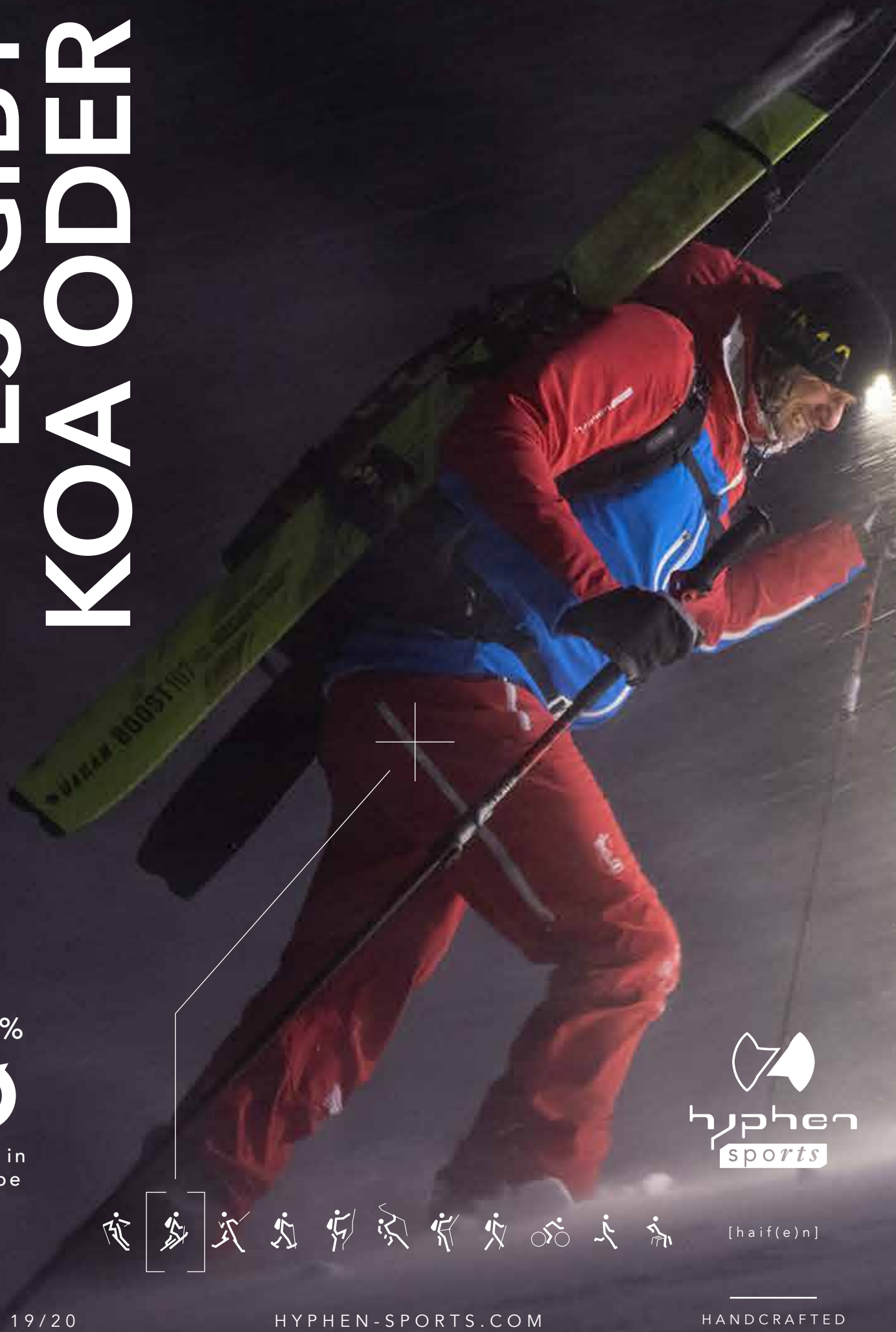
Erste-Hilfe-Paket ergänzen

Beim Erste-Hilfe-Paket checken wir das Ablaufdatum der verschiedenen Verbände und Wundauflagen und nützen diese Gelegenheit, um das Paket zu vervollständigen. Alurettungsdecke, Einmalhandschuhe, Tape, Pflaster und diverse persönliche Dinge wie Tabletten oder Schmerzmittel sollten wieder nachgefüllt werden. Ein sehr smartes Ausrüstungsteil, die sogenannte „Israeli-Bandage!“ sollte im Erste-Hilfe-Paket ebenfalls nicht fehlen. Durch die wasserdichte Verpackung hält sie bis zu 15 Jahre und ist ein extrem praktisches und vielseitiges Verbandstool für die Wundversorgung (erhältlich im AV-Shop).

Fellkleber kontrollieren

Je nach Lagerung, Alter und Hersteller kann es schon vorkommen, dass das Fell nach dem Sommer nicht mehr klebt. Klassische Klebefelle sind am stärksten betroffen. Verunreinigungen wie Wachsreste oder Schmutz und das zusätzliche Austrocknen über die Sommermonate können die erste Skitour leicht zur Tortur werden lassen. Achtung beim Wiederbekleben der Felle! Kleber verschiedener Hersteller sind oft nicht kompatibel und führen zu noch mehr Problemen, wie lästige Kleberückstände an Skibelag und Kleidung. ❄️

ES GIBT KOA ODER



100%



Made in
Europe



[haif(e)n]

Winter 19/20

HYPHEN-SPORTS.COM

HANDCRAFTED



Foto: norbert-freudenthaler.com

Wer **A** sagt ...

Notfall Lawine

Der richtige Umgang mit LVS-Gerät, Schaufel und Sonde kann zweifellos nicht oft genug – egal ob in Form von Artikeln, Videos oder in Ausbildungskursen – thematisiert werden. Meistens ist dann aber leider genau dort Schluss, wo es wirklich ans Eingemachte geht: bei der Ersten Hilfe im Notfall Lawine. *Gerhard Mössmer*

Die Berge sind weiß angezuckert, die Tage werden kürzer und die Werbung für Lawinennotfallausrüstung in den einschlägigen Medien wird mehr: Ein untrügliches Zeichen dafür, dass wieder einmal der Winter vor der Tür steht und es höchste Zeit ist – wie jedes Jahr

–, mit dem LVS-Gerät im tiefen Herbstlaub die Verschütteten-suche zu trainieren. Das ist auch gut so, aber leider ist bei fast allen Übungen – sei es im Rahmen einer Vereinausbildung oder in Kursen professioneller Bergsteigerschulen – Schluss, wenn der als Verschüttetendummy eingesetzte

Rucksack schnell und mit festem Ruck aus dem Laubhaufen oder dem Schneeloch gerissen wird. Bravo! Und dann? Dann kommt die Bergrettung! Allerdings wissen wir alle, dass es am Berg leider nicht so schnell geht: Kameradenrettung UND die darauffolgende Erste Hilfe müssen – in lebensbedrohlichen

Fällen ausnahmslos – von uns selbst durchgeführt werden. Nur leider wird das nicht oder nur sehr unzureichend thematisiert, geschweige denn trainiert.

So schnell wie möglich zum Kopf

Klar, dieses Ziel hat oberste Priorität und ist hoffentlich allen bekannt. Im Training sind wir aber fast immer mit einem Rucksack und nicht mit einer Reanimationspuppe als „Opfer“ konfrontiert, weshalb wir uns schwer tun, dieses Szenario richtig zu trainieren.

Im Ernstfall ist es relativ unwahrscheinlich, dass wir sofort auf den Kopf stoßen. Am Körper teil ziehen, um so den Verunfallten aus dem Schnee zu bergen, funktioniert leider nur beim Rucksack oder der Puppe, aber sicher nicht in der Realität.

Sind wir – entlang der Sonde – bei einem Körperteil angelangt, müssen wir deshalb schnell, aber behutsamer weiterschaulen, bis wir beim Kopf sind. Die letzten Schneereste vor dem Gesicht können wir vorsichtig mit den Händen entfernen. Jetzt müssen wir den Notfall-Algorithmus nach dem (Cr*)ABCDE-Schema, der uns allen aus Führerscheinzeiten noch bekannt sein sollte, abrufen und anwenden. Alles klar?

Bewusstsein vorhanden

Lagerung und Wärme

Ist die Person ansprechbar und reagiert sie auf Weckreize wie Zwicken etc., ist sie bei Bewusstsein. Damit sind die Punkte A wie Airway (Atemwege), B wie Breathing (Atmung) und C wie Circulation (Kreislauf) bereits automatisch abgehandelt.



Wir graben den Verunfallten weiter aus und checken anschließend D wie Disability (neurologischer Status). Dabei wird abgeklärt, ob Verletzungen, z. B. an der Wirbelsäule oder am Kopf, vorhanden sind: Können Zehen und Finger bewegt werden? Ist Empfindlichkeit in Armen und Beinen vorhanden? Funktionieren die Pupillen? Mögliche Anzeichen für Probleme können Kribbeln oder Bewegungsstörungen in Armen und/oder Beinen sein, Erbrechen, Übelkeit und Schwindel. Ist dies der Fall, müssen wir besonderes Augenmerk auf einen vorsichtigen Umgang mit dem Patienten und auf eine schonende Lagerung legen. Zum Abschluss kontrollieren wir noch E wie Exposure, ob noch weitere Ver-

letzungen sichtbar sind, und versorgen diese im Fall.

Ist der Check abgeschlossen, setzen wir alles daran, dass die Person bis zum Eintreffen der organisierten Rettung nicht weiter auskühlt. Dafür verwenden wir die Alurettungsdecke, die wir – möglichst zentral und körpernah unter der Bekleidung – über Kopf, Rücken und Bauch wickeln. Anschließend stülpen wir den Biwacksack so über die Person, dass sie – möglichst im Lee – vor Wind und Nässe geschützt ist, und setzen bzw. legen sie schonend auf eine isolierende Unterlage, wie z. B. den Rucksack. Selbstverständlich kümmern wir uns dabei so lange um die Person, bis die Rettungskräfte eintreffen.



➤ Ist kein Bewusstsein, aber normale Atmung vorhanden, drehen wir Oberkörper und Kopf zur Seite und überstrecken dabei den Kopf. Wichtig: Die Person muss unbedingt vor weiterer Auskühlung geschützt werden. Dies gelingt mittels Alu-Rettungsdecke, Biwacksack, Kopfbedeckung, Jacken und Rucksäcken als Unterlage.

↖ Durch Berühren und – falls nötig – Weckreiz setzen überprüfen wir, ob die Person ansprechbar ist oder nicht. Illustrationen: G. Sojer

Atmung vorhanden

Stabile Seitenlage und Wärme

Ist die Person nicht ansprechbar, müssen wir die Atemwege (A – Airways) kontrollieren. Befindet sich kein Schnee in den Atemwegen, war eine sogenannte Atemhöhle vorhanden, befindet sich Schnee in den Atemwegen, müssen wir sie davon befreien, indem wir den Kopf zur Seite drehen,

den Mund öffnen und vorsichtig mit unseren Händen Schnee herausräumen. Erst jetzt wird der Kopf überstreckt und mit dem eigenen Ohr nahe am Mund des Verunfallten kontrolliert, ob eine Atmung (B – Breathing) vorhanden ist. Zudem beobachten wir mit aufgelegter Hand, ob sich der Brustkorb hebt und senkt. Ist die Atmung normal, können wir die Person weiter ausgraben, sie wiederum vor Auskühlung

Alpenvereins-Shop-Publikationen



SICHERamBerg Booklet Skitour

Sicherheitsrelevante Aspekte zum Thema Risikomanagement Stop or Go und Notfall Lawine. Alle wesentlichen Schritte werden beschrieben und anhand anschaulicher Illustrationen und Fotos genau erklärt. Aus der SICHERamBerg-Publikationsreihe des Alpenvereins.

€ 13,90



KLETTERSPIELE, 5. AUFL.

Basierend auf der Grundidee von „Check your Line“ bündelt das risk'n'fun-Booklet auf 108 Seiten begleitende Texte zu den einzelnen Ausbildungslevels, die Stop-or-Go-Strategie des Alpenvereins und viele atemberaubende Freerideimpressionen.

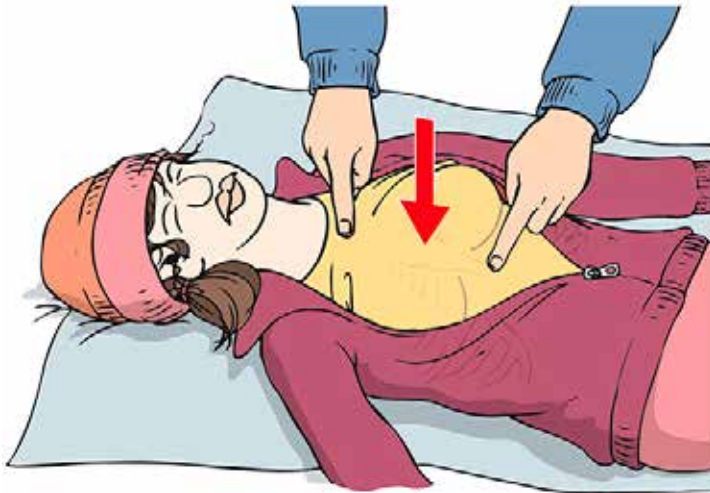
€ 30,90



SEILTECHNIK neu

Mit der „Seiltechnik“ hat der Alpenverein als Herausgeber ein Standardwerk geschaffen, das als Lehrschrift für den kompetenten Einsatz des Seiles in allen Bergsportbereichen gilt. Die regelmäßige Überarbeitung im Zweijahresrhythmus garantiert Aktualität und Qualität. 8. überarbeitete Auflage 2019.

€ 13,90



↑↑ Stellen wir bei der Atemkontrolle fest, dass keine Atmung vorhanden ist, bleibt der Kopf überstreckt und wir beginnen mit der Beatmung. Im Idealfall sind wir zu zweit und der Partner kann die Herzdruckmassage durchführen.

↑ Bei der Herzdruckmassage müssen dicke, weiche Schichten entfernt werden, der Druckpunkt liegt in der Mitte des Brustkorbs. Reanimiert wird im Rhythmus 30:2 mit einem Takt von 100 Schlägen pro Minute. Dabei ist auf eine vollständige Entlastung des Brustkorbes zwischen den Massagen zu achten.

schützen und in die stabile Seitenlage bringen. In diesem Fall ist es umso wichtiger, dass eine Person beim Verunfallten bleibt, um allenfalls bei Atemstillstand sofort mit der Reanimation beginnen zu können.

Keine Atmung

Sofortige Beatmung und anschließende Herz-Lungen-Wiederbelebung

Können wir keine Atmung feststellen, beginnen wir – noch bevor wir weiter ausschaukeln – sofort mit 5 initialen Atemspenden. Dazu bleibt der Kopf

überstreckt und mittels Mund-zu-Mund-Beatmung wird in der eigenen Atemfrequenz so viel Luft in die Lungen geblasen, dass sich der Brustkorb deutlich hebt und senkt. So schnell wie möglich schaufeln wir weiter und sobald es die Situation zulässt und wir den Körper auf hartem Untergrund lagern können, beginnen wir mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung** – auch CPR (Cardiopulmonary Resuscitation) genannt – im Rhythmus 30 Thorax-Kompressionen zu 2 Atemspenden. Dabei liegt der Druckpunkt – schnell und einfach zu finden – in der Mitte des Brustkorbs

und die Drucktiefe beträgt ca. 5 cm. Um effizient und tief genug komprimieren zu können, müssen dicke, weiche Bekleidungsschichten geöffnet werden. Bei einer Frequenz von 100 Kompressionen pro Minute (das entspricht bezeichnenderweise dem Takt von „Staying alive“ von den Bee Gees) ist in den Pausen auf eine vollständige Entlastung zu achten. Idealerweise können wir uns bei der Reanimation abwechseln, da diese sehr anstrengend ist. Die Herz-Lungen-Wiederbelebung wird so lange durchgeführt bis: der Betroffene wieder normal atmet, die organisierten Rettungskräfte eintreffen oder die Ersthelfer am Ende ihrer Kräfte sind.

Resümee

Nicht nur in den Köpfen der Skitourengeher und Freerider, sondern auch in jenen der Multiplikatoren muss fest verankert sein, dass wir und nicht die Bergretter im echten Notfall diejenigen sind, die mit unserem Wissen

und Tun – sei es vorbereitend in Kursen oder letztendlich als Ersthelfer am Berg – Leben retten können. Also: Wer A zur Ausbildung im Bereich Bergsport sagt, muss auch B wie bereit zur Ersten Hilfe sagen. ☼

DI Gerhard Mössmer ist Berg- und Skiführer, Bergretter und in der Abteilung Bergsport zuständig für Publikationen.

* Dem vollständigen Notfallalgorithmus ABCDE ist noch ein Cr für Critical Situation vorangestellt. Diese kritische Situation bezieht sich auf lebensbedrohliche Blutungen, die sofort versorgt werden müssen. Im Beitrag wird dieses vorangestellte Cr aber vernachlässigt, da im „Notfall Lawine“ in der Regel keine kritischen Blutungen zu erwarten sind.

** Da wir in der Kameradenrettung im Umgang mit unserer Notfallausrüstung versiert sind, gehen wir davon aus, dass die Verschüttungsdauer weniger als 60 Minuten beträgt. Bei einer Verschüttungsdauer von mehr als 60 Minuten und einer mit Sicherheit fehlenden Atemhöhle wird auf die Reanimation verzichtet.



MAMMUT
SWISS 1862



WHEN TIME IS YOUR ENEMY,
FAST IS YOUR FRIEND.

LAWINENRETTUNG AUF EINEM NEUEN LEVEL

POWERFUL. EASY. FAST. – DAS NEUE BARRYVOX®S.



20 Jahre risk'n'fun

Eigenverantwortliches und umsichtiges Handeln im Fokus

„risk“ und „fun“. Zwei Worte, mit denen vor 20 Jahren das erste sogenannte „Peerprojekt“ für junge Snowboarder und Kletterer entstanden ist. Erstmals wurden alpine technische Skills und Softskills gleichwertig in ein Konzept für Outdoorsportarten eingeflochten. Das Ziel war die Vermittlung von Risikokompetenz und Risikooptimierung für junge Snowboarder im freien Gelände.

Dani Tollinger

Risk+Fun war damals als ein zweijähriges Projekt angelegt, das zu 90 Prozent fremdfinanziert war und in Tirol, Südtirol, Salzburg und Vorarlberg umgesetzt wurde. Für dieses Projekt war der Rahmen von 2000 bis 2002 angelegt und den Abschluss dieser Phase markierte die Veröffentlichung des Manuals „PEERGROUP EDUCATION – Risikoprävention für jugend-

liche Snowboarder und Sportkletterer“.

Zahlenspiele

Im ersten Projektwinter 2000/2001 waren es 50 Teilnehmer, damals noch alles Snowboarder im Alter von 14 bis 18 Jahren, und fünf Veranstaltungen mit 13 Veranstaltungstagen. Werfen wir einen Blick auf das letz-

te Jahr. Im Winter 2019 fanden 45 Veranstaltungen mit 114 Veranstaltungstagen statt, an denen es 750 Teilnehmer gab. Auch im Sommer 2019 waren es weit über 100 Kinder und Jugendliche, die bei risk'n'fun BIKE, bike'n'climb oder bei Veranstaltungen in einer Sektion mit risk'n'fun draußen unterwegs waren.

risk'n'fun in Zahlen zu messen, ist an und für sich ein ungewöhn-

licher Zugang – weil uns immer die Qualität wichtiger war als die Quantität –, doch greifen wir jetzt für unsere Spurensuche gerne darauf zurück. Denn wie konnte es gelingen, dass aus dem Projekt ein Ausbildungsprogramm wurde? Was waren die richtungsweisenden Faktoren dafür?

Doch dazu nochmals zurück zu dem 2002 erschienenen Manual. Heute, 18 Jahre später, ha-

darüber hinaus ein „Spirit“ entstanden, der auch heute immer noch spürbar ist.

Arbeit auf Augenhöhe

Vieles hat sich in den vergangenen Jahren verändert, einiges ist neu dazugekommen, es ist aber auch vieles gleich geblieben. Definitiv gleich geblieben ist die Begeisterung, mit der das Team und auch die Teilnehmer immer wieder mit dabei sind. Sei es, wenn es darum geht, ein neues inhaltliches Konzept zu entwickeln, ein Training zu begleiten oder eine Strategie fürs Freeriden zu entwickeln. Nach wie vor nehmen wir uns Zeit, um Dinge zu entwickeln, sie auszuprobieren und dann sinnvoll in die Praxis zu integrieren. Nach wie vor arbeiten wir gespannt und interessiert mit den Feedbacks und Anregungen aller Teilnehmer.

Beispielsweise wurde von den Teilnehmern beim „Chill out“ 2018 im März im Rahmen der Abschlussrunde mit dem „DROP IN“ ein neues Programmsegment zum Saisonauftakt präsentiert – wir haben den Auftrag angenommen, es dann in der weiteren Folge konzipiert und im Dezember 2018 erstmals erfolgreich umgesetzt.

risk'n'fun ist biografiebegleitend

In Bewegung bleiben wir auch in Hinblick auf unsere Sportarten und die Altersgruppen, mit denen wir bei risk'n'fun arbeiten. Heute ist risk'n'fun das Ausbildungsprogramm der Alpenvereinsjugend für die Sportarten FREERIDE, KLETTERN und BIKE.

Seit einigen Jahren ist es auch schon für Kinder ab acht Jahren möglich, bei risk'n'fun im Rah-

Es gibt Momente, die sind an Intensität kaum zu überbieten. Gesehen und gelebt bei risk'n'fun.

Foto: S. Scheitl/www.stef-art.com

Fahrer: Viktor Somogyi

ben wir es wieder einmal aus dem Bücherregal geholt. 240 Seiten stark gibt es Einblick in das theoretische Konzept, liefert Informationen zu den Rahmenbedingungen und Trainingsabläufen, klärt Begrifflichkeiten, ein umfassend recherchiertes Grundlagenwerk, das die Begeisterung, Motivation und viel Know-how von zwei intensiven Projektjahren bündelt. Es wird damit auch verständlicher, warum risk'n'fun sich auf Basis dieser fundiert recherchierten Grundlage so erfolgreich entwickeln konnte. Da wurde sehr viel Zeit in eine intensive Konzeptentwicklung inklusive Evaluation und Dokumentation gesteckt. Und es ist





men von Angeboten der Sektionen einzusteigen. Mit altersadäquaten Konzepten begleiten wir die Kids im Winter und Sommer beim Skifahren, Snowboarden oder Biken und geben ihnen das notwendige Werkzeug mit, um verantwortungsbewusst im Hinblick auf sich selbst, die Umwelt und die Gruppe handeln zu können.

risk'n'fun aktuell

Im Winter sind es aktuell vier Ausbildungslevels, die es allen Wintersportlern ab 16 Jahren ermöglichen, sich im Rahmen der Trainings das notwendige Werkzeug für eigenverantwortliches und umsichtiges Handeln und Entscheiden am Berg zu holen. Was beim Level 1 im pistennahen Gelände beginnt, endet hochalpin beim Level 4.

Parallel dazu werden jeden Winter zahlreiche Tage gemeinsam mit den Sektionen organisiert. Dabei kommen Trainer und Bergführer zu einer Sektion und je nach Alter wird dann auf oder auch abseits der Piste nach dem Konzept von risk'n'fun gearbeitet.

Im Sommer gibt es für alle 12- bis 15-Jährigen das Sommercamp „bike'n'climb“ auf der

Ferienwiese, dem Kinder- und Familienzeltplatz der Alpenvereinsjugend in Weißbach bei Lofer, YOUNG GUNS BIKE für alle 15- bis 18-Jährigen und risk'n'fun-BIKE für alle Interessierten ab 16 Jahren.

Handlungsräume öffnen und so Verantwortung ermöglichen, das ist der rote Faden von allen Formaten.

Abschließend bleibt noch die Frage, was wir uns für die kommenden Jahre vornehmen wollen. Innovativ weiterdenken, kritisch gegenüber unserer Arbeit bleiben und uns die erforderliche Zeit nehmen, die es für eine seriöse Auseinandersetzung immer wieder braucht. Und bei allem sollten wir auch nicht vergessen, um was es eigentlich geht: möglichst viel Zeit draußen verbringen und mit neuen Ideen an den Schreibtisch zurückzukehren. ❄️

Mag. phil. Daniela Tollinger ist seit 2000 im risk'n'fun-Team dabei und seit 2002 Teamleiterin.

Alle weiteren Infos und Termine zu risk'n'fun FREERIDE | KLETTERN | BIKE gibt es unter www.risk-fun.com

Meinungen

Die bei risk'n'fun entwickelte Methodik hat inzwischen Einzug in viele andere Bereiche gehalten. Von Anfang an gab es durch das internationale Netzwerk rund um risk'n'fun die Verbindung zur Suchtprävention. Aber auch in der Begleitung junger Verkehrsteilnehmer oder der Arbeit mit Eltern und Familien war einiges übertragbar. Vor allem diese Netzwerke sind es, die den für die permanente Weiterentwicklung wichtigen Austausch ermöglicht haben.

Jürgen Einwanger, Leitungsteam risk'n'fun

Methodik und Didaktik von risk'n'fun ermöglichen die Übernahme von Verantwortung und LERNEN auf verschiedenen Ebenen: Alpinetechnik, Persönlichkeitsbildung und Einblicke in die Chancen, was Risiko für unser Leben bedeuten kann, finden gleichberechtigt Raum. Dazu ein stabiles Team, das innovativ und zeitgemäß jede pädagogische Herausforderung annimmt und immer noch Freude und Spaß dabei hat.

Michele Gallonetto, Leitungsteam risk'n'fun

risk'n'fun wurde als eigenes kleines Projekt gestartet, das vom Alpenverein viel Freiraum zur Entwicklung bekommen hat. Nach nun fast 20 Jahren ist aus dem Projekt ein Ausbildungsprogramm geworden, das die kindliche Freiheit voll ausgenutzt hat und nun auch mitten im Verein, in den Sektionen angekommen ist. Damit haben wir es geschafft, neue Wege in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aufzuzeigen und gemeinsam dem Alpenverein als innovativen Partner für natur- und umweltbewusste, aktive Menschen bekannt zu machen.

Hanna Moser, ehemalige Leiterin der Abteilung Jugend

NORTHLAND
PROFESSIONAL



Die Marke aus Österreich
www.northland.at





Sportklettern

Rückblick auf die Großereignisse 2019

Das Jahr eins nach der sowohl aus sportlicher wie auch aus organisatorischer Sicht so erfreulichen Heim-WM in Innsbruck bot für die österreichischen Wettkletterer gleich mehrere Herausforderungen. So gab es heuer die Jugend-Weltmeisterschaft, die Weltmeisterschaften bei den Erwachsenen, die Paraclimbing-Weltmeisterschaft und vielleicht das wichtigste Ziel, die Olympiaqualifikation für 2020.

Markus Schwaiger

Über lange Jahre waren wir sehr erfolgsverwöhnt, was Titel und andere Siege im Klettern angeht, in den letzten Jahren ist es aber immer schwieriger geworden, konstant vorne mit dabei zu sein.

Gründe dafür gibt es einige, sei es durch Rücktritte äußerst erfolgreicher Athleten, Umstrukturierungen, geänderte Anforderungen wie der für die Olympiaqualifikation wichtige Kombinationsmodus, aber auch die immer stärker werdende Konkurrenz gleich aus mehreren

Ländern. Nichtsdestotrotz können Österreichs Athleten immer noch ganz vorne mitmischen und zeigten auch heuer wieder, was sie draufhaben.

Paraclimbing-WM

Briançon

Sicher sensationell war heuer die erste je für Österreich erkletterte Paraclimbing-WM-Medaille durch Edith Scheinecker aus Linz. Vor allem auch nachdem es nach einer Verletzung gar nicht sicher war, ob sie bei der WM überhaupt

an den Start gehen wird können. An den Start ging sie und wie!

Jugend-WM und Rockmaster

Arco

Nicht ganz so gut wie „gewohnt“ lief es heuer bei der Jugendweltmeisterschaft in Arco. Die österreichischen Athleten erreichten mit zahlreichen 4., 5. und 6. Plätzen oft gerade nicht die Medailenränge, zeigten aber dennoch sehr gute Leistungen. Ganz ohne Medaille mussten unsere jungen

Athleten aber dann doch nicht abreisen. Genau im wichtigen olympischen Kombiformat konnte Julia Lotz in der Klasse Jugend A die Silbermedaille und Nicolai Uznik bei den Junioren die Bronzemedaille holen.

Am letzten Abend nach den Jugend-WM-Finali fand auch heuer wieder der berühmte Rockmaster in Arco statt. Der einzige Vorstiegswettkampf, der noch im Duellmodus geklettert wird. D. h. die Athleten klettern gegeneinander und der Schnellere gewinnt. Im Gegensatz zum Speed findet

← Die Kletter-WM in Tokio, mit der Show und Stimmung in Innsbruck nicht zu vergleichen, aber sehr erfolgreich für Jakob Schubert. Fotos: M. Liebhaber

→ Für Jessica Pilz reicht es beim WM-Kombinationsbewerb gerade nicht fürs Finale, aber die Olympiaqualifikation ist fixiert.

↘ Jakob Schubert holt sich 3 Medaillen und die Olympiaqualifikation bei der WM in Tokio.

↓ Jana Rauth gibt alles bei der WM in Arco.

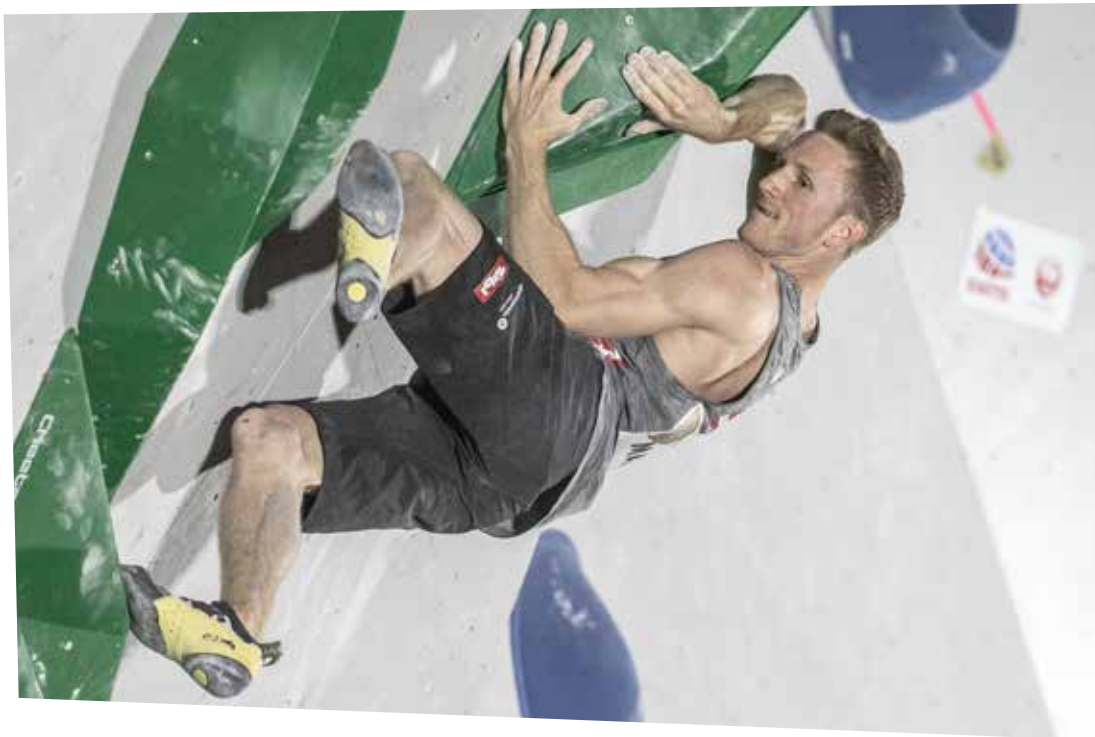
dieser Wettkampf aber nicht auf der genormten Speedwand und im Toprope statt, sondern an zwei identischen Wettkampfrouten an der Vorstiegswand.

In einem an Spannung kaum zu überbietenden Finale konnte sich Jakob Schubert hauchdünn gegen den Seriensieger in Arco, Adam Ondra, durchsetzen und krönte sich so zum Rockmaster 2019!

WM und Olympiaqualifikation

Tokio

Die diesjährige Weltmeisterschaft stand ganz im Zeichen der Olympiaqualifikation. Dieser Bewerb war die erste Möglichkeit, sich direkt einen der heiß begehrten 20 Olympiastartplätze zu sichern. Für Spannung bis zum Schluss sorgte dabei Jessica Pilz. Die 22-jährige Niederösterreicherin verfehlte zwar auf Platz 10 den Einzug ins Finale der besten acht Damen und damit die direkte Olympiaqualifikation. Nach Bewerbsende durfte sie sich überraschend aber doch noch über das letzte der sieben bei der WM zu vergebenden Tickets freuen. →





↑ Das Paraclimbing-Nationalteam hier bei der Staatsmeisterschaft in Innsbruck. Foto: H. Wilhelm

Das Prozedere sieht nämlich vor, dass Japan sich entscheiden kann, ob es 2 Plätze direkt an seine Athletinnen bei der WM vergibt oder nur einen und für den zweiten Olympiaplatz die „Host-Country-Quota“ in Anspruch nimmt. Nimmt Japan die Host-Country-Quota in Anspruch, fallen drei von vier Japanerinnen, die in der WM-Kombinationswertung vor Pilz liegen, aus der Wertung und Pilz rückt vom 10. auf den notwendigen 7. Platz vor. Nimmt Japan die Host-Country-Quota nicht in Anspruch und vergibt die 2 Olympiaplätze an zwei der vier Japanerinnen, die im WM-Kombinationsfinale stehen, fällt die Host-Country-Quota komplett weg. Der dadurch freiwerdende Olympiastartplatz wird an die Achteplatzierte in der WM-Kombinationswertung bei der diesjährigen Kletter-WM vergeben. Zwei von vier Japanerinnen fallen dann noch aus dem um Nationen bereinigten Kombinationsranking und Pilz rückt von Platz 10 auf

den notwendigen 8. Platz vor. Alles also ganz einfach.

Also ganz einfach ...

Jessica meinte zu ihrer schon so gut wie sicheren Qualifikation:

„Ich kann es noch gar nicht recht glauben, es fühlt sich noch ein wenig unwirklich an. Vielleicht auch deshalb, weil ich noch auf die schriftliche Bestätigung warten muss. Das war heute eine Achterbahnfahrt der Gefühle. Ich habe alles gegeben und in allen drei Disziplinen richtig gut abgeliefert. Dass im Vorstieg auf die Zeit zurückgegriffen werden musste, um uns Athleten auseinanderzuidividieren, ist äußerst bitter und sollte bei so einem wichtigen Bewerb nicht passieren. Von den Routenbauern war das keine Glanzleistung. Wenn man dreimal gut klettert und es dann im ersten Moment so aussieht, als wäre alles umsonst gewesen, ist das schon extrem hart. Dass es nun aber doch noch nach einem Happy-End aussieht, ist dafür umso schöner!“

Drei Medaillen für Schubert

Noch erfolgreicher war Jakob Schubert. Er holte sich als erster österreichischer Kletterer bei einer Weltmeisterschaft drei Medaillen. Gleich bei seiner ersten Disziplin konnte er sich, durchaus überraschend, über den Vizeweltmeistertitel freuen. In seiner Paradedisziplin, dem Vorstieg, holte er sich als Titelverteidiger die Bronzemedaille. Am spannendsten machte er es aber in der Kombination.

Mit dem Einzug ins Finale sicherte er sich souverän das Olympiaticket für Tokio 2020, sein wichtigstes Ziel bei dieser WM.

„Mir geht es gerade unglaublich gut. Es gehen mir sehr viele Emotionen durch den Kopf. Heute war der wichtigste Tag bei der WM für mich und es war extrem nervenaufreibend. Ich war sehr nervös, ich wollte unbedingt das Olympiaticket. Dass das nun gleich im ersten Anlauf geklappt hat, ist genial. Die WM ist jetzt schon erfolgreicher, als ich es mir je vorgestellt habe. Zwei Medail-

len und die Olympiaqualifikation, damit hätte ich nicht gerechnet. Das Kombi-Finale übermorgen ist jetzt eine Zugabe. Ich kann komplett befreit klettern. Aber ja, wenn man im Finale steht, will man eine Medaille!“ So sein Kommentar zur Qualifikation.

Wahnsinn

Im Finale schaute es dann nach Speed und Bouldern so aus, als wäre der Medaillentraum gepplatzt. Mit einer Wahnsinnsvorstellung und dem einzigen Top in der Vorstiegsroute katapultierte sich der starke Tiroler noch von Platz 7 vor zum Vizeweltmeistertitel! Dementsprechend emotionsgeladen auch seine Reaktion unmittelbar nach dem Finale:

„Wahnsinn. Ich habe eigentlich schon vor dem heutigen Finale mehr erreicht, als ich mir vorgenommen habe. Dass es jetzt noch mit der dritten Medaille geklappt hat, ist unglaublich. Vor allem, da es nach den ersten beiden Disziplinen nicht so gut ausgeschaut hat, wie ich mir das vorgestellt habe. In meiner allerletzten Route hier im Finale wollte ich allen noch einmal zeigen – inklusive mir selbst – was ich drauf habe. Dass das dann so aufgeht, ist natürlich genial. Mit drei Medaillen und dem Olympiaticket im Gepäck geht's morgen dann nach Hause. Besser geht's nicht. Danke ans gesamte KVÖ-Betreuersteam um mich herum, die Betreuung hier war einfach nur perfekt!“ 🌟

Markus Schwaiger ist Mitarbeiter der Abteilung Bergsport und betreut den Aufgabenbereich Sportklettern.

#adventurelife



MAMMUT
SWISS 1862



MAMMUT/GORE-TEX
EUROPEAN
OUTDOOR
FILM |||||
TOUR 19/20

**JETZT TICKETS
SICHERN!**

www.eoft.eu

06.11.2019 STEYR
STADTTHEATER STEYR | 20:00 UHR
07.-09.11.2019 SALZBURG
MOZARTKINO SALZBURG 7 | 20:15 UHR
10.11.2019 INNSBRUCK
DOGANA | 19:00 UHR
11.11.2019 KUFSTEIN
STADTSAAL | KUFSTEIN 20:00 UHR

12.11.2019 WOLFURT (BEI DORNBIRN)
CUBUS WOLFURT | 20:00 UHR
17.11.2019 KLAGENFURT
KONZERTHAUS KLAGENFURT | 19:30 UHR
18.11.2019 WIEN
GARTENBAUKINO | 20:00 UHR
19.11.2019 WIENER NEUSTADT
SPARKASSESAAL | 19:30 UHR

20.11.2019 WIEN GARTENBAUKINO
TICKETS KAUFEN | 20:00 UHR
21.11.2019 ST. PÖLTEN HOLLYWOOD
MEGAPLEX | 20:00 UHR
22.11.2019 LINZ
BRUCKNERHAUS | 19:00 UHR
23.11.2019 ST. MAREIN IM MÜRZTAL
KULTURHALLE ST. MAREIN | 19:00 UHR

24.11.2019 VILLACH
BAMBERGSAAL | 19:30 UHR
25.-27.11.2019 GRAZ
UCI KINOWELT ANNENHOF | 20:30 UHR
01.02.2020 Waidhofen a.d. Ybbs
PLENKERSAAL | 20:00 UHR



PRODUCED BY **MOVING**
MEDIA ADVENTURES

© Eliott Schoenfeld



ROL IT – inklusive Transalpen

Durch Kälte und Schnee
zu Sonne und Palmen

Mit dem „Team ROL IT Radeln ohne Limits Inklusive Transalpen“ will die Österreichische Alpenvereinsjugend weiterhin Maßstäbe zum Thema Inklusion setzen. Ziel des Projektes ist es, sich gemeinsam in einem sehr heterogenen Team ein Ziel zu setzen und das bestmöglich gemeinsam zu erreichen. Und das Ziel war eine Alpenüberquerung von Scharnitz nach Torbole in 9 Tagen, welche im September 2019 durchgeführt wurde.

Adrian Wiewiora und Andrea Szabadi Heine



← Die Etappe Brenner-Grenzkamm war eine der Königsetappen.
Fotos (2): M. Emprechtinger

↓ Tag zwei – Start bei Regen Richtung Achensee. Foto: M. Presslaber

↘ Tag drei – Die härteste Etappe. Schnee am Geiseljoch. Es geht nur noch im Team.

Am Samstag, den 15. 9. um ziemlich genau 16 Uhr ist es endlich so weit: Der Moment, auf den die 16 Mitglieder des Teams ROL IT eineinhalb Jahre lang hingefiebert haben, ist auf einmal da. Noch etwas ungläubig und völlig überwältigt werden Sektgläser geschwungen. Menschen fallen sich in die Arme. Glückwünsche werden ausgetauscht. Und so langsam dringt diese wunderbare Erkenntnis zu uns durch: Wir haben es wirklich geschafft! Wir haben die Alpen überquert und stehen an unserem lang ersehnten Ziel, dem Gardasee!

Hochmotiviert ins Karwendel

Intensive und volle Tage liegen hinter uns, extreme Bedingungen,

anstrengende und lange Tage. Alles, was zwei Tage zuvor passiert ist, scheint irgendwie fern und verworren. Ganz klar ist aber noch der bewölkte Freitagmorgen, als wir unser Abenteuer in Scharnitz begonnen haben. Völlig unaufgeregt startet hier unsere Gruppe Richtung Karwendelhaus bei nicht optimalen Verhältnissen. Das sonst stark besuchte Karwendelgebiet scheint menschenleer. Bis auf uns. Hochmotiviert und mit lachenden Gesichtern geht es auch schon los, übers Karwendelhaus und durch die Ahornböden in die Eng, wo wir mit erstaunten Blicken begrüßt werden. Denn so eine Gruppe und bei so einem Wetter sieht man nicht alle Tage. Tag eins ist geschafft. Von dort aus fahren wir weiter über den Achensee hinab ins Inntal und verbringen unsere

zweite Nacht in Weerberg, um in der folgenden Etappe die Tuxer Alpen mit der Überquerung des Geiseljochs in Angriff zu nehmen.

Ungetrübt gut gelaunt

Die ersten beiden Tage ist uns das Wetter noch so einigermaßen wohl gesonnen – wir kommen zwar durchnässt bei unserer Unterkunft an, sind aber guter Dinge und der Regen kann die gute Laune nicht trüben. Die Bewährungsprobe folgt dann an Tag drei: Wir starten pünktlich um halb neun, doch schon nach kurzer Zeit kommt unsere Fahrradkolonne zum Stehen. Regenkleider werden übergezogen und Reißverschlüsse zugezogen. Wir setzen den Weg fort und es wird langsam kälter. Am Straßenrand steht ein Mann und schaut uns interessiert zu. Als wir ihm erzählen, was wir an diesem Tag vorhaben, bekommen wir Geschichten von einem halben Meter Neuschnee mit auf den Weg und dass dieses Vorhaben mit unseren Fahrrädern auf keinen Fall möglich wäre. Wir setzen unseren Weg dennoch fort und diskutieren angeregt über unser Vorha-

ben. Nach und nach verwandelt sich der Regen langsam in Schnee. Unsere Reifen knirschen durch den Schnee und wir müssen an den Mann an der Straße denken: „Recht hatte der nicht!“ – es sind nämlich nur 30 Zentimeter Schnee, durch die wir unseren Weg bahnen. Trotzdem: Leicht haben wir es an diesem Tag nicht und müssen schnelle und auch unangenehme Entscheidungen treffen.

Extrembedingungen getrotzt

Auch die darauffolgende Etappe steht im Zeichen des Schnees: Für die Überquerung des Tuxer Jochs entscheiden wir uns, die Gruppe aufzuteilen, ein Versuch mit den Handbikes scheint unmöglich. Wieder mal keine leichte Entscheidung, aber sie erweist sich als die richtige, als die Mountainbiker Stunden später knietief im Schnee versinken. Eine kleine Gruppe von Handbikern und eine Mountainbikerin haben sich diese Etappe auch nicht einfach gemacht und sind ohne Transfer zur nächsten Unterkunft. Das Zillertal raus, das Inntal entlang





← Kurz vor dem Geiseljoch immer mehr Schnee und Kälte.
Foto: M. Emprechtinger

↙ Endlich Sonne und Weinberge. Fotos (2): M. Presslaber

↓ Tag neun – Überglücklich am Gardasee, unserem Ziel.



und hoch Richtung Brenner nach Nösslach über 100 km und 1.300 Hm. Kurz vor Dunkelheit wurden sie vom Rest des Teams, welches schon da war, herzlich empfangen.

Nach diesen Extrembedingungen waren alle dankbar für die Sonne, die von nun an unsere stete Wegbegleiterin sein wird. Die folgenden Tage fühlen sich nach diesen Strapazen um einiges leichter und entspannter an und schon bald ist der Alpenhauptkamm überwunden. Bei strahlendem Sonnenschein rollen wir den wunderschönen Brenner-Grenzkamm entlang, der unsere Königsetappe werden sollte, und genießen den gemeinsamen Triumph. Bis uns ein Achsenbruch wieder aus den kurzen Glücksmomenten herausreißt.

Ohne Ruhetag ans Ziel

Auch den Jaufenpass lassen wir hinter uns und erreichen an Tag

sechs Meran. Unser Ziel rückt nun in greifbare Nähe und die letzten Tage vergehen wie im Flug.

Das Resultat des Projekts lässt sich durchaus sehen: 500 Kilometer, 10.000 Höhenmeter, neun Tage auf dem Bike. Kein Ruhetag. Extreme Bedingungen und Gruppendynamik.

Doch Höhenmeter und Strecke sind nur ein Thema von ROL IT. Vielmehr geht es um die Fra-

ge, wie wir Inklusion aktiv leben können, sowohl in einer kleineren Gruppe am Berg als auch im gesamtgesellschaftlichen Rahmen. Während unserer gemeinsamen Alpenüberquerung ist klargeworden, wie herausfordernd so ein aktives Leben inklusiver Werte sein kann – aber auch welche besondere Gemeinschaft entsteht, wenn uns das gelingt. Gemeinsam durften wir unglaublich wertvolle Erfahrungen machen, die wir gerne teilen möchten. Viele unterschiedliche Betrachtungsweisen haben einige Fragen aufgeworfen, die wir an unserem letzten Step im Dezember weiter diskutieren wollen.

Mehr von uns gibt es voraussichtlich in einer weiteren Ausgabe zu lesen.

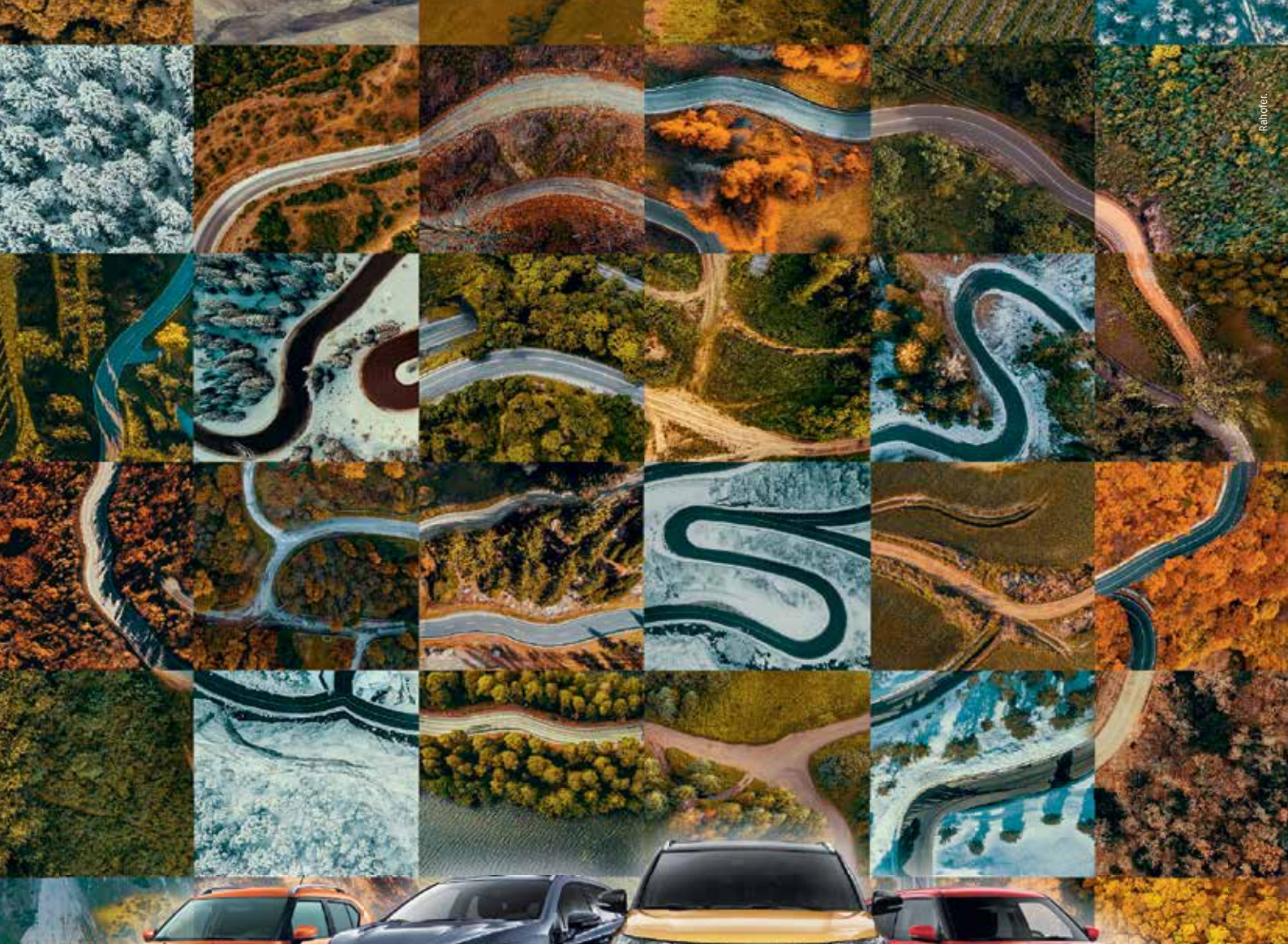
Eins ist aber sicher: Wir dürfen mächtig stolz sein! Mit diesem Projekt ist ein wichtiger Schritt getan, um zu zeigen, dass Inklusion auch abseits der üblichen

Wege funktionieren kann. All das wäre natürlich nicht möglich gewesen ohne die Unterstützung vieler engagierter Menschen im Hintergrund. Deswegen sei an dieser Stelle allen sichtbaren und unsichtbaren Helfern im Namen des ganzen Teams nochmal ein riesiges Dankeschön mit auf den Weg gegeben! ✨

Andrea Szabadi Heine, Trainerin und Beraterin und Projektleiterin bei ROL IT. Seit einem Unfall 1999 ist die Autorin inkomplett querschnittsgelähmt und möchte an der Vision einer inklusiven Welt mitwirken. Hierbei verknüpft sie ihre Erfahrung als Trainerin und Sportlerin und darf dank der Plattform Alpenverein außergewöhnliche Wege gehen.

Adrian Wiewiora ist als Jugendleiter beim Alpenverein Innsbruck tätig und studiert Soziologie. Am ehesten trifft man ihn in den Bergen, beim Klettern oder Biken.





Rehner



Suzuki ALLGRIP. Das intelligente Allradsystem.

Mehr Suzuki News auf wayoflife.at

Erleben Sie mehr Grip auf jedem Untergrund.
Suzuki ALLGRIP passt sich konstant den Fahrbahnverhältnissen an und verteilt das Drehmoment immer ideal auf alle vier Räder. Das bedeutet nicht nur mehr Sicherheit, sondern auch mehr Fahrspaß. Alle Infos auf suzuki.at

Verbrauch „kombiniert“: 4,4-6,3 l/100 km, CO₂-Emission: 101-143 g/km ¹⁾

F Suzuki Finanzierung	5 Bis zu 5 Jahre Garantie	V Suzuki Versicherung	FIX Suzuki Fixpreis
------------------------------------	--	------------------------------------	----------------------------------



1) WLTP-geprüft, auf NEFZ zurückgerechnet. 2) IGNIS und SWIFT auch als HYBRID erhältlich. Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Abbildung zeigt Modelle in Sonderausstattung. Symbolfotos. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei allen teilnehmenden Suzuki Händlern.

Way of Life!



Was ist **Sport**?

Teil 2 – Training für Ambitionierte

Im zweiten Teil der Sportserie geht es um die Verbesserung der Fitness und was man dafür tun muss. Training heißt die Zauberformel, aber richtig! Dabei sollte man aber vor allem am Beginn Vorsicht walten lassen. Anhand von Beispielen wird Sinn und Nutzen erläutert. *Karl Mulac*

Stretching

Vor jedem Training sollte aus Gründen der Verbesserung der Flexibilität und als Verletzungsprophylaxe der Muskelsehnenapparat gedehnt werden.

Zwei Dehnungstechniken sollen erwähnt werden. Beim akti-

ven dynamischen Dehnen wird durch schwingende oder federnde Bewegungen der Muskulatur der Dehnungsreflex ausgelöst.

Diese Form hat sich vor allem vor Sportarten, wo es auf Schnelligkeit und Explosivkraft (Sprinter, Werfer, Springer) ankommt, etabliert.

Beim passiv statischen Dehnen wird die Endposition langsam eingenommen und für ca. 30 Sekunden gehalten (Stretching).

Bei allen Dehnstechniken sollte ein spürbares Ziehen, aber keine Schmerzen in der zu dehnenden Muskulatur auftreten. (Beispiele im Anhang, Teil 3)

Superkompensation – Leistungsverbesserung

Da jedes Training zu Umbau- und Anpassungsvorgängen sowohl im Muskel als auch im Stoffwechsel führt, sind nach Trainingseinheiten Regenerationszeiten einzuhalten. Kurz nach

jedem belastenden Training sinkt das Leistungsniveau unter den Ausgangswert ab. Nach Ablauf der Regenerationsphase steigt das Leistungsniveau über den Ausgangswert (Superkompensation) an. In dieser Phase soll der nächste Trainingsreiz erfolgen, um das Leistungsniveau zu steigern. Erfolgt der Trainingsreiz zu früh (Übertraining), sinkt die Leistungsfähigkeit ab, da die Anpassungsvorgänge noch nicht abgeschlossen sind. Für ein Ausdauertraining gilt daher üblicherweise eine Pause von einem Tag zwischen den Einheiten. Zwischen zwei anstrengenden Krafttrainingseinheiten sollten 48 bis 72 Stunden liegen.

Leistungsparameter

Durch den zur Verfügung stehenden Raum kann auf Dinge wie Makrozyklen, Mikrozyklen oder Laktat, maximale Sauerstoffaufnahme, respiratorischer Quotient usw. zur Trainingssteuerung nicht eingegangen werden. Als Steuergröße wird daher, mit allen Vorbehalten, die maximale Herzfrequenz (Cave: vorbestehende Herzerkrankung, Medikamente) herangezogen. Die jeweils maximale Herzfrequenz wird mit 220 minus Lebensalter errechnet.

Ausdauertraining

Dieses Training wird durch die Dauer und Intensität der Belastung bestimmt. Um einen Trainingseffekt zu erreichen, muss Ermüdung auftreten. Wenn z. B.

eine Belastung 10 Stunden dauern müsste, um zu ermüden, aber schon nach 2 Stunden das Training beendet wird (= 20 % der Dauer, a), ist keine Ermüdung aufgetreten. Es ergibt sich daraus kein Trainingseffekt. Selbst wenn eine Belastung mit ca. 40 % bis 60 % der Dauer bis zur Ermüdung ausgeführt wird, ist keine Ermüdung (Leistungsabfall, b) eingetreten, allerdings kann das Leistungsniveau damit gehalten werden. Erst ab einer 60- bis 75%igen Belastungsdauer bis zur Ermüdung tritt eine geringe Superkompensation (c) und damit ein geringer Leistungszuwachs auf. Eine Trainingspause sollte danach ca. 24 Stunden dauern.

Eine maximale Belastung mit deutlichen Zeichen der Ermüdung bis hin zum Leistungsabfall/Leistungsabbruch führt zu einer signifikanten Superkompensation (d). Diese tritt nach ca. 48 Stunden Erholungszeit auf. Das wäre der geeignete Zeitpunkt für ein neuerliches Training. Erfolgt ein neuerliches Training zu spät, dann sinkt die Leistung wieder auf den Ausgangswert ab.

Zur Leistungssteigerung muss ein Training so gestaltet werden, dass Ermüdung auftritt.

Formen des Ausdauertrainings Die kontinuierliche Dauermethode

Dabei werden keine Pausen eingehalten und mit konstanter höherer Belastung trainiert. Die Dau-

er beträgt mindestens 30 min bis zu mehreren Stunden. Die Belastungsintensität soll sich zwischen 50 % und 85 % der maximalen Herzfrequenz (max. HF, Pulsuhr!) bewegen. Als Beispiele können Laufen, Radfahren, eine anstrengende Bergtour oder eine Skitour usw. angeführt werden.

Trainingsbeispiele

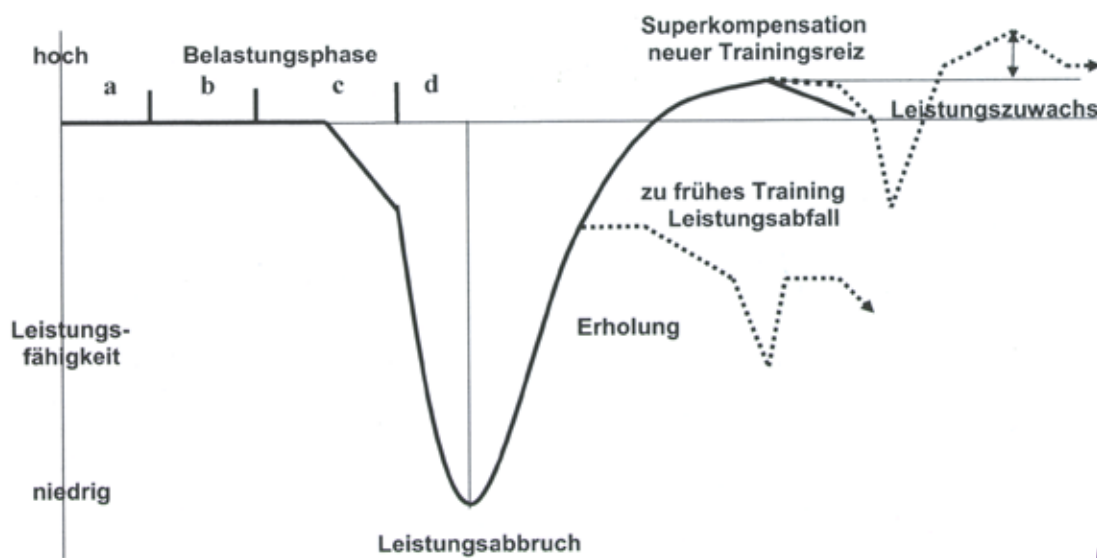
Laufen > 30 min: Auf einer Strecke zwischen 6 km und 8 (10) km in der Ebene soll mit einer Ge-

schwindigkeit, die 50 % bis 80 % der max. HF beträgt, gelaufen werden. Je besser man wird, desto mehr wird das Tempo erhöht. Ist der Zuwachs nur mehr gering, sucht man ein Gelände mit Steigungen. Wenn auch dies ausgereizt ist, legt man Gewichtsmanschetten (½ bis 1 kg) im Bereich der Knöchel an (bei höherem Gewicht → höhere Laufschuhe tragen, eventuell Reizung der Achillessehne). Vorsicht mit Gewichten am Oberkörper (Rucksack, Ge-

☞ Angekommen am Gipfel des Strahlhorns, 4.190 m, Wallis, Schweiz. Foto: M. Heissenberger

→ Erst durch langes und konsequentes Training sind Bergläufe, über mehrere tausend Höhenmeter für den Körper unbeschadet zu bewältigen. Foto: norbert-freudenthaler.com





↑ Ausdauertraining-Belastungskurve, die Superkompensation.

wichtswesten), dies belastet stoßartig die Wirbelsäule, die Hüft- und Kniegelenke. Solange man jung ist, geht dies vielleicht.

Die Belastungswechsellmethode

Dabei wird während des Laufens über bestimmte Wegstrecken das Tempo erhöht und dann wieder reduziert. Man erhöht dadurch die muskuläre Belastung und verbessert den Trainingserfolg. Weniger häufig durchgeführte Dauermethoden sind die Intervallmethoden, Pyramidenform, Fahrtspiel usw.

High Intensity Intervall Training (HIIT)

Diese Trainingsform kann in vielen Bereichen angewendet werden und besteht aus kurzen (< 1 min bis maximal 8 min) hochintensiven Belastungsphasen, die durch aktive Pausen (1 min bis 5 min) unterbrochen werden. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass damit mit deutlich geringerem Zeitaufwand im Vergleich zu Dauermethoden und auch schneller eine höhere Ausdauerleistungsfähigkeit erreicht wird. Da in den kurzen Belastungsphasen eine Sauerstoffschuld (Defizit) eingegangen wird und es zu zahlreichen metabolischen Ver-

änderungen im Muskelstoffwechsel kommt, sieht sich der Körper gezwungen, auf diesen Reiz mit Anpassungs- und Umbauvorgängen zu reagieren, woraus eine bessere Fitness resultiert. Es hat sich auch gezeigt, dass es zu einer höheren Fettverbrennung selbst nach Trainingsende und damit zu einem Gewichtsverlust kommt (Nachbrenneffekt).

Da die Belastung hoch ist, sollte eine Grundlagenausdauer vorhanden sein. Jemand, der mit Sport beginnt, sollte zuerst mit Dauermethoden trainieren und dann zusätzlich mit HIIT seine Leistungsfähigkeit steigern. Obwohl diese Trainingsform in der Rehabilitation (Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lungenerkrankungen, Diabetes mellitus) eingesetzt wird, sollten diese Personen vorher einen versierten Arzt um Rat fragen, da gewisse Erkrankungen (z. B. Herzrhythmusstörungen) und Medikamente (z. B. Betablocker) die Herzfrequenz als Referenzwert beeinflussen.

Trainingsbeispiele

Je nach Fitness beginnt man zuerst vorsichtig. Einsteiger können nach einer Aufwärmphase von 5 bis 10 min mit Laufen über 15 sec bis 30 sec eine hohe Belastung

von 80 % bis 90 % der maximalen Leistungsfähigkeit (\approx bis 90 % der max. HF) folgen lassen. Anschließend sollte man 45 sec bis 1 min langsam auslaufen (nicht stehen). Diese Form der Belastung kann bis zu 10-mal wiederholt werden.

Fortgeschrittene erhöhen nach der Aufwärmphase die Laufzeit auf 45 sec bis 60 sec mit an die 100 % („volle Pulle“) der möglichen Belastbarkeit. Es folgt eine aktive Pause (Auslaufen) über 1 bis 2 min. Diese Belastungsform kann bis zu 8-mal wiederholt werden.

Da sich der Körper relativ rasch an dieses Training gewöhnt, kann die Belastungszeit erhöht (nicht > 4 min) und die Pausenzeit (2 bis 3 min) angepasst werden. Die Wiederholungen sollten über 8- bis 10-mal nicht hinausgehen.

Die Effizienz kann noch gesteigert werden, wenn man dasselbe Training auf einer leicht bis mäßig ansteigenden Laufstrecke und weiters noch zusätzlich mit Gewichtsmanschetten über den Knöcheln ausführt.

Eine solche Trainingseinheit soll 2- maximal 3-mal/Woche erfolgen. Sind am Wochenende schwere Bergtouren geplant, reichen 1 bis 2 Einheiten.

HIIT im Alter

Aus den beschriebenen Belastungen soll nicht geschlossen

werden, dass HIIT nur für junge Sportler geeignet ist, im Gegenteil. Studien mit Teilnehmern bis 83 Jahre zeigten die gleiche relative Zunahme an Fitness bei den Älteren. Da die maximale Belastbarkeit subjektiv ist, hört ein älterer Sportler eben früher auf oder läuft an seine Belastbarkeit angepasst. Die Trainingseinheiten können auch mit schnellem Gehen z. B. bergauf absolviert werden.

Wichtig ist bei allen Ausdauerformen, dass Ermüdung eintritt. Ohne Ermüdung gibt es keine Superkompensation. Ohne Superkompensation gibt es keinen Leistungszuwachs (Regenerationszeiten beachten!). Ein HIIT-Training kann mit verschiedenen Sportarten ausgeführt werden. Wer nicht laufen will, benutzt ein Ergometer, einen Crosstrainer oder führt verschiedene Übungen nur mit dem Körpergewicht aus.

Wichtig ist zu erwähnen, dass HIIT keinen Ersatz für ein Ausdauertraining darstellt, sondern ein Kombinationspartner zur Steigerung der Fitness ist. Sehnen, Bänder und Knochenstrukturen wären sonst nicht an längere Belastungen angepasst. ❄️

Dr. Karl Mulac, Facharzt für Innere Medizin, Zusatzfacharzt für Kardiologie, Internistische Intensivmedizin, Nephrologie, Angiologie, Mitglied des Nukleus der Arbeitsgruppe Kardiovaskuläre Grundlagenforschung der Österr. Kardiolog. Gesellschaft.

MY LIGHT MY NIGHT RUN

PIERRE-MICHEL ARCAND // Warum ich nachts laufe? Der Nachlauf hat viel mit dem Trailrunning gemein. Das ist wie das Henne-Ei-Problem, man weiß nicht, was zuerst da war: die Lust nonstop lange Strecken zu laufen oder die Freude, nachts fernab von Menschenmengen und Lärm auf einsamen Wegen zu laufen? #petzlnightrunning



SWIFT RL

Kompakte, extrem leistungsstarke, aufladbare Stirnlampe mit mehreren Lichtkegeln und REACTIVE LIGHTING Technologie. 900 Lumen. www.petzl.com



Access
the
inaccessible®



Symposium

für Alpin- und Höhenmedizin – Salzburg

Am 4. und 5. Mai 2019 fand im Auditorium der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität das 2. Salzburger Symposium für Alpin- und Höhenmedizin statt. Das Salzburger Symposium für Alpin- und Höhenmedizin ist eine Plattform zur Förderung der Gesundheit und zur Vorbeugung von Krankheiten und Unfällen am Berg. Es richtet sich an alle, die sich für Gesundheit am Berg interessieren. Das Thema für 2019 lautete „Alpinsport in allen Lebensaltern“. *Peter Paal und Marc Moritz Berger*

Drei Vortragsblöcke spannten am Samstag den Bogen vom Alpinsport in der Schwangerschaft bis hin zu Alpinsport beim alten Menschen.

1. Von der Schwangerschaft bis zum Jugendlichen

Der erste Block „Von der Schwangerschaft bis zum Jugendlichen“ bot die Vorträge „Alpinsport in der Schwangerschaft“ und „Am Berg mit Kindern und Jugendlichen“, und zwar aus Sicht des Mediziners, des Psychologen und des Pädagogen.

Alpinsport in der Schwangerschaft ist positiv und emp-

fehlenswert bei wohldosierter Menge und bei Vermeidung von Risikosportarten. Wichtig sind die Beratung beim Frauenarzt und die Anpassung der Belastung an die Schwangerschaft. Beim Auftreten von Problemen sollte man den Sport umgehend abbrechen. Langsame Anpassung ist das Zauberwort.

Für **Kinder** ist der Berg ein Spielplatz, nicht der Gipfel ist das Ziel, sondern das Abenteuer entlang des Weges zählt. Wenn die Erwachsenen dies verstehen, kann ein Frust der Erwachsenen über das Nichterreichen des Gipfels beim gemeinsamen Wandern

vermieden werden. Kinder sind grundsätzlich schon mit wenigen Jahren gut belastbar. Mit Motivation fällt das Bewegen um vieles leichter. Die Bergtour sollte für die Kinder geplant sein und nicht für die Eltern. Jugendliche suchen nicht nur das Abenteuer, sondern versuchen gezielt die persönlichen Grenzen des Möglichen auszuloten. Ein Restrisiko für einen Unfall bleibt am Berg immer. Wichtig ist es, einen Rahmen zu schaffen, wo Jugendliche sich verwirklichen können und ihre Ziele auch gegen äußere Widerstände erreichen können. „Begeisterung ist Dünger fürs Hirn

– egal, ob in den Bergen oder anderswo.“

Was lernen **Kinder und Jugendliche** am Berg für das Leben und wie lernen sie? Bergsport schult die Fähigkeit, im Leben mit Unwägbarkeiten zurechtzukommen und die selbst gesteckten Ziele gegen äußere Widerstände zu erreichen. Das Erlebnis am Berg fördert außerdem die Fähigkeit, „Vieldeutigkeit und Unsicherheit zur Kenntnis zu nehmen und zu ertragen“. Kinder haben das Recht auf Risiko und die damit verbundene Selbstverantwortung. Entwicklung braucht Freiraum: Schritt



- ↖ Behelfsmäßige Erste Hilfe inkl. Herz-Lungen-Wiederbelebung und Abtransport am Berg (Naturfreunde und SMMRG).
- ↑ Jan Mersch, Erlebnis Berg, beim Vortrag „Am Berg mit Kindern und Jugendlichen – die Sicht des Psychologen“.
- ↗ Michael Larcher (Alpenverein) referiert zum Thema „Trends im Bergsport“. Fotos: L. Schiefer

für Schritt, vom Leichten zum Schweren. Eine gesunde kindliche Entwicklung braucht eine anregende Umgebung, positiv begleitet durch die Familie.

2. Alpinsport im Erwachsenenalter

Ist Alpinsport nun gesundheitsförderlich oder -schädlich? „Altersbedingte Aspekte des Körpers“ wurden aufgezeigt. Jeder Körper altert und es kommt unter anderem zu Verlust der Muskelmasse und Abnahme der Ausdauerleistungskraft. Die gute Nachricht ist, dass man dem Altern mit regelmäßigem Sport und gesunder Ernährung entgegenwirken kann.

Gesundheitsfördernde Aspekte des Bergsports. Bergsport in mittleren Höhen (1.500–2.500 Hm) wirkt sehr positiv, z. B. auf Körperfett, Gleichgewicht, Stimmung, Thrombose, Zucker- und Blutfettstoffwechsel, Risiko, Herz-Kreislauf-System.

Alpinsport mit Gelenksbeschwerden. Überlastung, aber auch Unterforderung belastet den Bewegungsapparat. Die Trainingsintensität sollte abhängig von Muskel- und Knorpelzustand, Gewicht, Alter und Verletzungen gewählt werden. Wichtig ist ein langsames und systematisches Aufbautraining über Jahre. Bei der Tourenplanung helfen eine gesunde Selbsteinschätzung und moderate Wege für den Abstieg. Wanderstöcke sind richtig eingesetzt positiv. Alpinsport ist mit Gelenksbeschwerden bis auf wenige Ausnahmen zu empfehlen, die speziellen Risiken einer Sportart müssen vermieden werden und für die Sportart gezielt und moderat trainiert werden.

Alpinsport im Alter aus praktischer Sicht. Die Altersstruktur in den alpinen Vereinen hat sich in den letzten Jahren massiv gewandelt. Immer mehr Senioren sind aktiv, das Kursan-

gebot wird entsprechend erweitert. Alpinsport hat mehr positive als negative Effekte und sollte bis ins hohe Alter betrieben werden. Wichtig ist eine alters- und leistungsgemäße Intensität, dann steht dem Bergsport bis 70+ nichts im Weg.

3. Grenzen und Möglichkeiten im Alpinsport

Gesundheitsrisiko durch Alpinsport. Die meisten Einsätze der Bergrettung sind Pisteneinsätze, gefolgt von Einsätzen im Rahmen einer Hochtour, Wanderung und MTB-Tour. Die Hauptgefahr liegt beim Sturz im Abstieg häufig aufgrund von Erschöpfung. Häufige Einsatzgründe sind zudem Blockierung im Gelände (man kommt nicht mehr vor oder zurück) und Erkrankung.

Alpinsport inklusiv, gelungene Inklusionsprojekte, mit und ohne Behinderung in die Berge und Natur zu gelangen.

Vom Alpenverein unterstützte Initiativen für einen barrierefreien Alpinraum und gemeinsame Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung wurden vorgestellt, z. B. ROL IT – Radeln ohne Limits (inkl. Transalp), Team Insieme (10-tägige Reise durch Schweden mit Booten) und IN-Klettern. Inklusion bietet eine Chance zur Weiterentwicklung aller Menschen.

Hautschäden im Bergsport. Eine hohe UV-Licht-Dosis, helle Haut und Haut mit vielen Muttermalen sind Risikofaktoren für Hautschäden (Sonnenbrand bis Hautkrebs). Drei Säulen des Sonnenschutzes für Augen, Lippen und Haut sind wichtig: 1. Expositionsschutz (Mittagssonne meiden), 2. Bekleidung und 3. Sonnenschutzmittel. Nachcremen und dickes Auftragen sind wichtig. Für Kinder sollte ein Lichtschutzfaktor von 50+ verwendet werden. Es gibt keine Hautbräu-



Foto: norbert-freudenthaler.com

Vortrag Peter Habeler

„Klettern und Bergsteigen lebenslang“

Peter Habeler schilderte auf sehr persönliche Weise, wie er als kleiner Bub zu Hause im Zillertal Erstkontakt mit dem Alpinsport hatte und diese Freude ihn sein ganzes Leben nicht mehr loslassen und sein Leben prägen sollte. Dieser atmosphärisch und emotionell sehr dichte Vortrag wird wohl etlichen Zuhörern noch viele Jahre in lebendiger Erinnerung bleiben.

Workshops

Am Sonntag wurden Workshops und die Theorie des Vortrages vertieft:

- Bergsport mit Kindern und Jugendlichen. Der Fokus lag auf Klettersteigen inkl. Ausrüstung und Tourenplanung.
- Inklusion im Alpinsport. Was bedeutet Inklusion und welche Chancen und Hindernisse gibt es?
- Behelfsmäßige Erste Hilfe inkl. Herz-Lungen-Wiederbelebung und Abtransport. Die behelfsmäßige Versorgung und der Abtransport wurden vermittelt.
- Hubschrauber-ABC. Einsatzfähigkeit des Notarzt-Hubschraubers, richtiges Absetzen eines Notrufes und Einweisung eines Hubschraubers wurden beleuchtet.

schraubers wurden beleuchtet.

- Orientierung am Berg mittels Karte und App. Mit Karten und App wurden Kartenlesen und Orientierung geübt und Unterschiede von analog und digital herausgearbeitet.

Videos der Vorträge

www.mountain-symposium.org

Zusammenfassung

Eine detaillierte Zusammenfassung erschien in „Bergundsteigen“ #108, Herbst 2019

www.bergundsteigen.at

Vorschau 2020

Das 3. Salzburger Symposium für Alpin- und Höhenmedizin findet am 24. und 25. April 2020 statt und befasst sich am Freitag für medizinische Vorgebildete mit alpiner Notfall- und Höhenmedizin und am Samstag stehen Themen für die Allgemeinbevölkerung unter dem Motto „Bergsport und Gesundheit“ mit „Die Bedeutung des Gehens“ und „Gesundheit – Lebensqualität – Verantwortung“ auf dem Programm. Ein bunter und spannender Mix an Vorträgen und Workshops wird geboten. Weitere Informationen finden Sie unter: www.mountain-symposium.org

nung ohne Schaden. Im Gebirge sollte man niemals ohne UV-Licht-Schutz unterwegs sein.

Trends im Bergsport. Die Mitgliedszahlen des Alpenvereins haben sich seit 1980 verdreifacht, die Unfallzahlen sind dank besserer Ausbildung nicht im gleichen Verhältnis gestiegen. Bewegung als Ausgleich zum Alltag ist immer wichtiger. Die Kommunikationskanäle wandeln sich von analog zu digital. Es findet eine Urbanisierung des Alpinsports statt: Über 150 neue Kletterhallen in Österreich, Fels wird zu Plastik, Seilklettern zu Bouldern und Outdoor zu Indoor. Geschlechterspezifische Unterschiede im Bergsport nehmen ab. Das Klettern gewinnt immer mehr an Artistik und wird zunehmend extremer. Via-Ferrata-Begehungen haben sich zum Trendsport entwickelt: der große Kick bei vermeintlicher garantierter Sicherheit. Die Ausrüstung ist superleicht und wird immer spezieller. Die Skitour im freien Gelände wird zur Pistentour auf Zeit. Eigenverantwortung wird zur Vollkasko mentalität. Hatte man früher Angst vor Unfällen, dominiert heute die Angst vor Haftung. In mancherlei Hinsicht wäre eine Rückkehr zu alten Werten wünschenswert. ☼

Prim. PD Dr. Peter Paal, Krankenhaus Barmherzige Brüder Salzburg, und **Prof. Dr. Marc Moritz Berger**, Universitätsklinik Salzburg, haben zusammen mit dem Österreichischen Alpenverein das Symposium für Alpin- und Höhenmedizin veranstaltet.

Mitglieder **werben**

zahlt sich aus.



Begeistern Sie Freunde und Bekannte von den Vorteilen des Alpenvereins und holen Sie sich Ihre Prämie ...

... für ein neues Mitglied

erhalten Sie eine Alpenvereinskarte* Ihrer Wahl.



... für fünf neue Mitglieder

erhalten Sie einen Gutschein von **SPORTLER**** im Wert von € 70,-.



... für zehn neue Mitglieder

erhalten Sie einen Gutschein von **SPORTLER**** im Wert von € 160,-.



Mitgliederwerbung

Aktion gültig von 1. September bis 31. August des Folgejahres.
Einsendeschluss: 1. Dezember. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Werber können für die Dauer dieser Aktion nur jeweils eine 10er-Prämie, eine 5er-Prämie und maximal vier Stück AV-Karten in Anspruch nehmen.

Beitragsfreie Mitglieder können nicht berücksichtigt werden!

Weitere Info: +43/512/59547

Melden Sie uns Ihre neu gewonnenen Mitglieder und schicken Sie uns deren Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) und Ihren Prämienwunsch an:

mitglied.werben@alpenverein.at

bzw. per Post an den
Österreichischen Alpenverein
„Mitglieder werben“
Olympiastraße 37
6020 Innsbruck

SPORTLER
BEST IN THE ALPS

* Expeditions- und Sportkletterkarten sind von dieser Aktion ausgenommen.

** Der Warengutschein von Sportler kann im Onlineshop www.sportler.com, in allen Sportler-Filialen oder telefonisch unter +39/0471/208202 eingelöst werden.

MOUNTAIN ADDICTED

23 stores & online shopping sportler.com

SPORTLER
ALPIN



Edelschmiede

Black Diamond – clevere Ideen aus Leidenschaft

Von handgeschmiedeten Kletterhaken zu elektronischen Hightech-Lawinen-Airbags. Der amerikanische Bergsportausrüster ist mittlerweile auch in Österreich verwurzelt und bietet Kletterern, Trailrunnern und Skitourengehern durchdachte Ausrüstungsjuwelen. *Christian Penning*

Ein Berg wie eine gigantische Pyramide. Gespickt mit riesigen Seracs, Hängegletschern und einer imposant steilen, ebenmäßigen Nordflanke – das Shimshal Weißhorn im Karakorum. Der Gipfel trägt seinen zur Hälfte deutsch klingenden Namen wegen seiner verblüffen-

den Ähnlichkeit mit einem der imposantesten Gipfel der Schweiz – dem Weißhorn im Wallis. Hier findet sich eine der anspruchsvollsten Steilwandabfahrten der Alpen. Zusammen mit drei Bergkameraden will der österreichische Bergführer, Alpinist und Steilwandfahrer Thomas Gais-

bacher im Frühjahr 2018 noch einen draufsetzen und die gut 1.800 Meter höher gelegene, noch unbestiegene Flanke des Shimshal Weißhorns mit Ski abfahren. In einer Zeit, in der scheinbar so ziemlich alle alpinistischen Großprojekte gelöst sind, wäre das eine Pioniertat. Eine Leistung,

die gut zur Historie von Gaisbachers Sponsor Black Diamond passen würde. Denn Ende der 1950er-Jahre setzte Kletterlegende und Black-Diamond-Urvater Yvon Chouinard mit den ersten aus Stahl geschmiedeten Kletterhaken, die er per Hand selbst am Amboss fertigte, einen Mei-



← Thomas Gaisbacher mit Bergkameraden auf dem Weg zum Shimshal Weißhorn.
Foto: A. Vigl

↘ Die neueste Airbagtechnologie. Ski „made in Austria“. Ausrüstung, die begeistert!
Fotos (2): A. Earl

↓ Vertrauen in Qualität. Auch in steilem Eis.

Klettersport in den USA und damit auch die aufstrebende Marke kurz vor dem Aus standen. Doch mit der gleichen Hartnäckigkeit, mit der der langjährige Firmenchef und ehemalige Kletter-Bum Peter Metcalf und seine ebenfalls vom Klettervirus infizierten Mitarbeiter schon kniffligste Routen bezwungen haben, schafften sie es, immer neue, innovative Ausrüstung zu entwickeln. Damit haben sie nicht nur Zitterpartien am Abgrund überstanden, sondern das Unternehmen Seillänge für Seillänge weiter aufgebaut. Der schwarze Doppeldiamant im Firmenlogo steht nicht nur als Zeichen für sehr schwere Skiabfahrten. Er ist auch ein Symbol für Unzerstörbarkeit und Widerstandsfähigkeit.

Aktuellster Coup der Entwickler von Black Diamond: die neuen JetForce-Lawinen-Airbag-Rucksäcke. Denn längst ist Black Diamond nicht mehr nur eine von Kletterern für Kletterer. Das Portfolio umfasst auch Ausrüstung und Bekleidung für Skitourengänger und Freerider, ebenso auch für Trailrunner und Bergwanderer.

Entwicklung von Wintersportausrüstung

Steigfelle, Skistöcke, Handschuhe, Lawinensonden und -schaukeln – ähnlich wie zu Chouinards

Pionierzeiten sind Haltbarkeit, Qualität und ein cleveres, durchdachtes Design auch die Basis für die Entwicklung von Wintersportausrüstung. Bereits seit 20 Jahren ist das Black Diamond Avalung System auf dem Markt. Schlauch, Mundstück und

eine Trennung der Luftkanäle für sauerstoffreiche Einatemluft und CO₂-reiche Luft beim Ausatmen machen es möglich, im Falle einer Lawinenverschüttung länger unter den Schneemassen zu atmen. Ein wichtiger Faktor, der die Überlebenschancen



lenstein in Sachen funktioneller Kletterausrüstung.

Rückschläge wurden überwunden

Gaisbachers Vorhaben zeichnet ein treffendes Bild der Tugenden, die Black Diamond zu einer unter Bergsportlern weltweit bekannten und geschätzten Marke gemacht haben: Hartnäckigkeit, Leidenschaft, Innovation und der Wille, Vorhaben ganz neu zu denken. Am Ende schlägt der Versuch des Osttirolers wegen einiger unüberwindbarer Hürden und Missgeschicke fehl. Doch das ist kein Beinbruch. Auch Black Diamond musste Rückschläge wegstecken, etwa als in den 1980er-Jahren wegen einer Verschärfung des Haftungsrechts der

keit bis zur Bergung signifikant erhöhen kann. So haben viele Ausrüstungsteile aus der Entwicklung von Black Diamond zu einem Plus an Sicherheit in den Bergen geführt.

Dieser Tradition folgten auch die JetForce-Lawinen-Airbags. Bei der neuesten Gerätegeneration haben sich die Produktentwickler einiges einfallen lassen, um das Gewicht zu senken und die Bedienungsfreundlichkeit und Zuverlässigkeit zu erhöhen. Das Topmodell JetForce Pro basiert auf einem elektronischen Ventilationssystem. Es bläst den Airbag im Notfall innerhalb von 3,5 Sekunden auf. Nach einer Verschüttung entleeren sich die Airbags automatisch, was für zusätzlichen Atemraum unter den Schneemassen sorgt. Bei jedem Start wird automatisch eine Selbstdiagno-

se des elektronischen Systems durchgeführt. Nach einer Auslösung kann der Airbag sofort wieder gefaltet und neu aktiviert werden. Eine Akkuladung reicht für mehrere Auslösungen. Für flugreisende Skifahrer bietet der JetForce Pro noch einen klaren Vorteil mehr: Im Gegensatz zu mit Kartuschen betriebenen Airbags können die JetForce-Pro-Modelle problemlos auch im Flugzeug transportiert werden. Software-Updates lassen sich bequem per Bluetooth-Schnittstelle installieren.

Entwickelt wird seit 2016 in Tirol

Der Jetforce UL ist einer der leichtesten Lawinen-Airbags und basiert auf einem System mit zwei Kanistern, die mit komprimiertem Argon und CO₂ gefüllt

sind. Bei einer Auslösung füllt sich der 150-Liter-Airbag in weniger als fünf Sekunden. Komplett wiegt der Airbag-Rucksack gerade mal 1.991 Gramm. Ergänzt wird die Notfalleusrüstung durch die Black-Diamond-Guide-BT-Verschüttetensuchgeräte. Die wurden ebenso wie die JetForce-Rucksäcke zusammen mit den österreichischen Sicherheitsexperten der Schwestermarke Pieps entwickelt.

Und damit ist Black Diamonds Leidenschaft für innovatives Equipment noch lange nicht zu Ende. Seit 2016 geschieht ein Teil der Entwicklungsarbeit im europäischen Headquarter in Innsbruck. In und um die Alpinmetropole werden unter anderem Kletterschuhe neu gedacht: zum Beispiel der Momentum Vegan, ein Schuh, der mit nahtloser Verarbeitung punktet und

sich so harmonisch an den Fuß anschmiegt. Obendrein wird er ohne tierische Bestandteile hergestellt. Das Beispiel zeigt: Die Ideen für hochkarätige Ausrüstung werden Black Diamond wohl auch in Zukunft nicht ausgehen – nicht zuletzt dank der Mitarbeiter, die den Bergsport mit Leidenschaft leben. „Diamonds are a girl's best friend“, sang Marilyn Monroe ein paar Jahre, bevor Yvon Chouinard seinen ersten Haken schmiedete. Mittlerweile müsste sie ihren Text ändern. Die Diamanten sind auch ziemlich beste Freunde der Bergsportler – zumindest, wenn sie schwarz sind. ✪

Christian Penning ist leidenschaftlicher Skitourengeher und Bergsportler. Seit über 25 Jahren arbeitet er für namhafte Outdoor- und Bergsport-Magazine.



Foto: A. Earl

Meilensteine

Black Diamond

- 1957–59 Entwicklung der Chouinard-Karabiner
- 1968 Die Chouinard-Steigeisen werden eingeführt
- 1972 Hexcentrics und Stopper ergänzen das Sortiment
- 1992 Vorstellung des Prophet Ice Tool
- 1994 Das FlickLock-System setzt neue Standards bei mehrteiligen Ski- und Trekkingstöcken
- 1997 Die Express Ice Screw ist eine der am schnellsten arbeitenden Eisschrauben
- 1999 Entwicklung des AvaLung-Systems, das im Falle einer Lawinenverschüttung eine CO₂-Vergiftung verhindert
- 2001 Das Sortiment wird um Stirnlampen mit LEDs erweitert
- 2008 Markteinführung von Freeride-Skischuhen
- 2012 Black Diamond übernimmt den steirischen LVS-Geräte-Hersteller Pieps
- 2013 Einführung von Black-Diamond-Bekleidung
- 2014 JetForce ist das erste Lawinen-Airbag-System mit einem wiederaufladbaren elektronischen System
- 2017 Black Diamond präsentiert erstmals Kletterschuhe
- 2019 Neue JetForce-Lawinen-Airbag-Generation und Partnerschaft zusammen mit Pieps bei der Freeride World Tour



30 € Buchungsrabatt
p. a. für ÖAV-Mitglieder

UNSERE SCHÖNSTEN REISEN WELTWEIT

JETZT
UNSERE KATALOGE
ANFORDERN!



GEMEINSAM
100% GEBEN

Wir kompensieren den CO₂-Ausstoß
unserer Flugreisen zu 100 %

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



ÖSTERREICH

KOMBINIERTER TIEFSCHNEE- UND SKITOURKURS IN DEN HOHEN TAUERN

Skigebiet und Skitourengebiet direkt nebeneinander – dazwischen das Drei-Sterne-Berghotel Rudolfshütte auf 2315 Metern, komfortabel mit der Seilbahn erreichbar. Das ruhige Skigebiet in der Granatspitzgruppe ist ideal für Tiefschnee- und Skitourtraining. Im Pistenbereich wird die Technik geübt, die im Gelände wichtig ist. Dazu Gipfelziele, die man in drei bis vier Stunden Aufstieg erreicht. Also ideal für Skitouranfänger, die die Aufstiegstechnik und das Interpretieren des Lawinenlageberichts erlernen wollen. Auf den Abfahrten kommt Freude auf. Die Videoanalyse zeigt Ihre Fortschritte.

Technik Abfahrt ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

7/8* Tage
ab 860,-

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 oder 7 × Hotel*** •
6 oder 7 × Halbpension mit Touretee • Leihhausrüstung: LVS-Ge-
rät, Schaufel, Sonde, Gletscherausrüstung • Versicherungen*

7 oder 8* Tage | 4 – 8 Teilnehmer

Termine: 21.12.2019 und 05.01. | 12.01. | 19.01. | 26.01. | 02.02. |
09.02. | 16.02. | 23.02. | 01.03. | 08.03. | 15.03. | 29.03. | 12.04.2020
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.at/ **KTRUD**



TOP-ANGEBOT

RUNDREISE UND TREKKING – MARRAKESCH, HOHER ATLAS, SIROUA-GEIRGE

MAROKKO

Historische Pascha-Paläste, quirlige Souks, karge Gebirgslandschaften und grüne Oasen. Von der Küstenmetropole Casablanca geht es in die Königsstadt Marrakesch mit seiner wunderschönen Altstadt. Am Horizont erspähen wir schon die Berge des Hohen Atlas. Auf einem Tagesausflug erkunden wir die Bergwelt mit ihren verschachtelten Berberdörfern. Auf dem Weg nach Ouarzazate an der „Straße der Kasbahs“ besichtigen wir natürlich das Weltkulturerbe Ait-Ben-Haddou. Aber auch das Wandern kommt nicht zu kurz bei unserem zweitägigen Trekking durchs vulkanisch geprägte Siroua-Gebirge.

Technik ▲▲▲▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲▲▲▲

8 Tage inkl. ✈️
ab 795,-

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Wien
• 5 × Hotel*** im DZ • 2 × Hütte im MBZ • 7 × Frühstück, 5 × Mittagessen, 2 × Abendessen • Gepäcktransport • Busfahrten und Besichtigungen lt. Detailprogramm • Versicherungen*

8 Tage | 10 – 20 Teilnehmer

Termine: 04.11. | 11.11. | 18.11.2019 und 16.03. | 23.03. | 30.03.2020

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-125

www.davsc.at/ **MATOPWI**



BHUTAN, INDIEN ODER NEPAL – MIT FLUG AB WIEN ODER SALZBURG

HIMALAYA

Unterwegs sein zu Füßen der Achttausende auf leichten oder anspruchsvollen Routen. Komfort-Unterkünfte mit Bett & Dusche, klassisches Zelt-Trekking oder Wanderung von Lodge zu Lodge. Qualität ist unser Markenzeichen. Wählen Sie aus über 35 Angeboten:

Lodge-Trekking Aussichtsberg Poonhill	HITOPANN	11 Tage	ab € 1399,-
Everest-Gebiet: Komfort-Trekking Tengpoche	HIKTE	13 Tage	ab € 2595,-
Ladakh: Sechstausender im Doppelpack	INMAR	17 Tage	ab € 2445,-
Lodge-Trekking rund um den Manaslu	HIAHM	19 Tage	ab € 2495,-
Nepal und Bhutan: Kulturwanderungen	BHKUL	10 Tage	ab € 3095,-
Annapurna-Runde mit dem Mountainbike	RAMANA	16 Tage	ab € 2895,-

Geheimtipp Jordanien, 12 Tage

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

ab Wien ab € 2145,-
www.davsc.at/ **JOWIE**



Klimakrise

Was ist nötig, um ihr zu begegnen?

Wenn nicht drastische Maßnahmen getroffen werden, gefährdet der Klimawandel das Überleben der Zivilisation. Die Dramatik der Situation wird von Jahr zu Jahr deutlicher. Die Klimakrise ist inzwischen in aller Munde – aber was muss international, was national geschehen, um die totale Katastrophe abzuwenden? *Helga Kromp-Kolb*

Mit dem Pariser Klimaabkommen haben sich die Staaten verpflichtet, die globale Erwärmung auf höchstens 2 °C gegenüber dem vorindustriellen Niveau zu begrenzen und Anstrengungen zu machen, 1,5 °C nicht zu überschreiten. In einem Bericht des IPCC 2018 wurde seitens der Wissenschaft dargelegt, dass die Fol-

gen des Klimawandels schon bei geringeren Temperaturen einsetzen als erwartet und dass der Unterschied zwischen 1,5 °C und 2 °C hinsichtlich der Auswirkungen sehr groß ist, d. h., dass z. B. um einige 100 Millionen mehr Menschen unter Hitzestress leiden und doppelt so viele unter Wasserstress. Bisher ist die globale Mitteltemperatur bereits um

1,1 °C gestiegen, das nächste Grad bedeutet nicht eine Verdoppelung der Folgen, sondern eine Vervielfachung, weil die Prozesse nicht linear, sondern exponentiell verlaufen. Es komme jetzt auf jedes halbe Grad, auf jedes Jahr und auf jede Entscheidung an, soll verhindert werden, dass selbstverstärkende Prozesse ein Einbremsen des Klimawandels unmöglich machen.

Jedes halbe Grad entscheidend

Die Summe aller von den Staaten vorgelegten Reduktionsmaßnahmen reicht allerdings bei Weitem nicht aus, um den Temperaturanstieg auf 2 °C oder gar 1,5 °C zu begrenzen. Es besteht eine Lücke von rund 25 % bzw. 35 % der 2030 zu erwartenden Emissionen. De



auch die Forderungen von NGOs wie den Fridays for Future oder den Extinction Rebellion deutlich über dieses Mindestmaß hinaus.

Nachbesserung erforderlich

Österreich hat sich in seinem Ende 2018 nach Brüssel geschickten Entwurf zu einem Klima- und Energieplan (NEKP) als Ziel gesetzt, minus 36 % bis 2030 zu erreichen, weitab vom Pariser Vertrag. Selbst dafür waren weder die erforderlichen Maßnahmen noch die finanziellen Mittel vorgesehen. Zugleich sind Bodenverbrauch und Bodenversiegelung pro Person und Jahr in Österreich die höchsten in Europa – mit Konsequenzen nicht nur für die landwirtschaftliche Produktion und die Biodiversität, sondern auch für die Möglichkeit der Kohlenstoffspeicherung. In einem Ranking der Qualität der eingereichten NEKP-Pläne figuriert der österreichische Plan in letzten Drittel. Entsprechend kritisch war die Reaktion der Kommission. Bis zum Jahresende 2019 muss nun ein verbesserter Plan erstellt und nach Brüssel geschickt werden. Die Expertenregierung hätte nun die Chance, abseits parteipolitischer Überlegungen das breite Interesse der Öffentlichkeit für einen wirklich ambitionierten NEKP zu nutzen.

Maßnahmen auf allen Ebenen

Wie ein von Wissenschaftern des Climate Change Center Austria

im Rahmen des Projektes UniNETZ der Allianz Nachhaltiger Universitäten erstellter „Referenz-NEKP“ zeigt, ist die Herausforderung enorm. Es geht nicht mehr darum, welche Maßnahmen ergriffen werden – also z. B. ökosoziale Steuerreform ja oder nein –, denn alle Maßnahmen werden gebraucht. Es geht lediglich darum, wie sie ausgestaltet werden. In die Ausgestaltung sollte jedoch die Bevölkerung z. B. in Form von Bürgerräten, einbezogen werden.

Jedenfalls werden Maßnahmen auf allen Ebenen gebraucht – von der globalen und europä-

ischen über die nationale und Länderebene bis zu den Gemeinden, den Betrieben und Institutionen und den Einzelnen. Die Politik steht vor allem in der Verantwortung, zeitnah die notwendigen Rahmenbedingungen für das Handeln auf den unteren Ebenen zu schaffen. Insbesondere muss klimafreundliches und nachhaltiges Handeln einfach und kostengünstig werden, klimaschädigendes Handeln hingegen unattraktiv und teuer (z. B. durch wirksame CO₂-Preise, Einstellung von Subventionen für klimaschädliche Handlungen und Produkte, Effizienzvorschriften

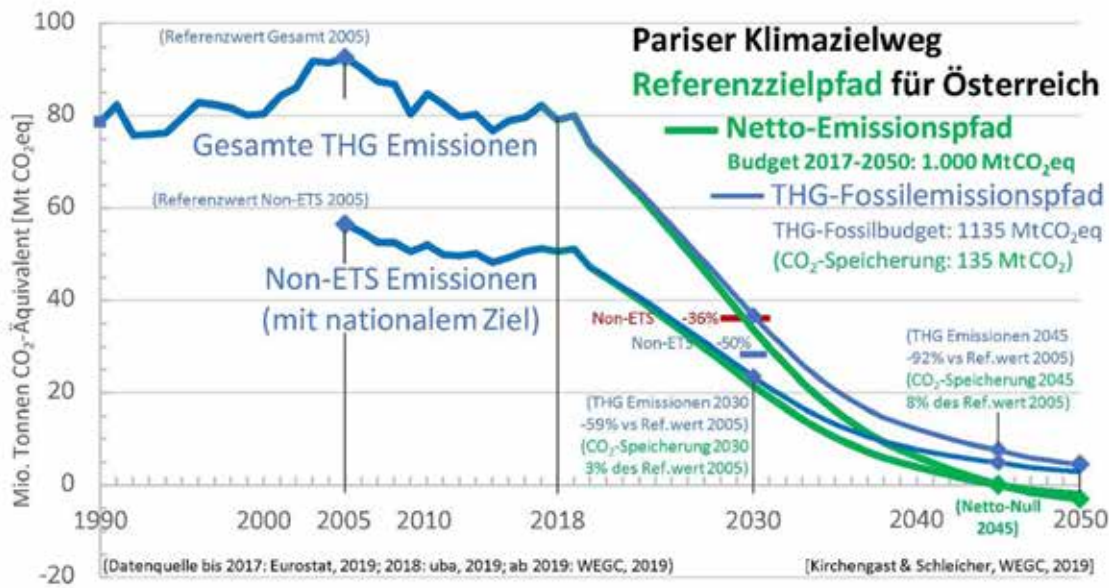
facto müssen die Emissionen bis 2030 auf 50 % und bis 2050 auf netto null reduziert werden, sollen die Ziele erreicht werden. Da für Österreich die Möglichkeit, Treibhausgase in Böden und Biomasse (vor allem Wäldern) zu speichern, mit 5 % bis maximal 10 % abgeschätzt wird, bedeutet es, dass die Emissionen bis 2050 um mindestens 90 %, eher 95 % reduziert werden müssen. Fairerweise müssten aber die Industriestaaten mehr leisten, um den Entwicklungsländern, die zum bisherigen Klimawandel wenig beigetragen haben, mehr Spielraum für Entwicklung zu geben und um unter Beweis zu stellen, dass sie die Klimakrise ernst nehmen. Dementsprechend gehen

↑ Gletscherschmelze – wie in den Alpen, so auch in der Welt.

→ Verkehr ist Teil der Ursache und Lösung der Klimakrise – die Gesellschaft hat es in der Hand, richtige Entscheidungen zu treffen.

Fotos: norbert-freudenthaler.com





← Pariser Klimazielweg – ein beispielhafter Referenzzielpfad (Musterzielpfad) für Österreich, der im Einklang mit den EU-Zielen bis 2050 und mit dem globalen 1,5-Grad-Ziel ist.

Quelle: Ref-NEKP Kap.1

↓ Earth Strike Linz – eine Generation macht mobil und fordert konkrete Handlungen.

Foto: Fridays for Future Linz

und soziale Innovationen). Eine sozial ausgewogene Verteilung von Kosten und Nutzen des Wandels ist dabei unerlässlich.

Was wird vom Einzelnen erwartet?

Man kann zeigen, dass etwa 50 % der Emissionen der Einzelnen im eigenen Einflussbereich liegen: Wie bewege ich mich fort, was esse ich, was kaufe ich, wie stark beheize ich meine Wohnräume, wie lange dusche ich, etc. Der Rest hängt von vorhandener Infrastruktur und Angeboten ab. Da man aber nicht erwarten kann, dass alle Menschen um des Klimaschutzes willen die unbequemen und teureren Lösungen wählen, muss die Politik dafür sorgen, dass das richtige Handeln das attraktivere ist. Wenn der günstigste Flug mit wenigen Clicks im Internet identifiziert und gebucht ist, während das Bahnticket wesentlich mühsamer zu erstehen ist, und noch dazu deutlich teurer, kann man nicht erwarten, dass die Menschen mit der Bahn reisen.

Der Einzelne muss allerdings durch sein Handeln und durch seine Wahlentscheidungen signalisieren, dass er bzw. sie Klimaschutzmaßnahmen wünscht und mitträgt – und zwar nicht

nur im Prinzip, sondern auch im Konkreten. Das bedeutet, dass er eben Bus oder Bahn oder Wochenmarkt der Bauern etc. nutzt, dass er sich auf Carsharing einlässt, effiziente und reparierbare Produkte kauft und umgekehrt keinen automatischen Rasenmäher ständig kreisen lässt, keine Erdbeeren im November verspeist, sich als Stadtmensch keinen SUV zulegt, usw.

Es mangelt an Verantwortung

Im Großen und Ganzen wissen die Österreicher, was richtig wäre, aber es hapert an der Verantwort-

ung, d. h. selber auch das tun, was als richtig erkannt wurde. Dennoch: Es gibt zahlreiche Pioniere und klimabewusste Menschen, Firmen, Gemeinden und Regionen in Österreich. Gäbe es diese nicht, würden unsere CO₂-Emissionen deutlich stärker anwachsen, als sie es derzeit tun.

Das Positive an der Klimakrise ist, dass sie Gelegenheit bietet, vieles von dem zum Besseren zu verändern, was ohnehin vielen ein Dorn im Auge ist, wie z. B. die aufgehende Schere zwischen Arm und Reich (Individuen und Staaten), und dass viele Maßnahmen sehr positive Nebeneffekte, z. B. für die Gesundheit, haben.

Menschen, die zu Fuß oder mit dem Rad in die Arbeit fahren, sind nachweislich gesünder; das gilt auch für Menschen, die weniger Fleisch und mehr regionale und saisonale Produkte aus biologischer Landwirtschaft essen. Es geht nicht um Verzicht, es geht um das Ändern von Gewohnheiten, um Maßstäbe für ein gutes Leben, abseits von Geld und Prestige. ☘

Em. Univ.-Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb, Meteorologin und Klimaforscherin, Universität für Bodenkultur.





Alpendohlen

Akrobaten der Lüfte

Pyrrhocorax graculus

Birgit Kantner

Die Alpendohlen, schon seit dem 16. Jahrhundert als „bergdol“ bekannt, gehören zu den Rabenvögeln. Diese werden trotz ihres meist heiseren und wenig melodiosen Gekrächzes zu den Singvögeln gezählt. Im Anzeiger der ornithologischen Gesellschaft Bayerns 1/7 aus dem Jahre 1924 findet sich ein spannender Artikel über den Ruf der Alpendohle. Darin ist zu lesen, dass „... Alpendohlen je nach ihrer Stimmung und je nach der Jahreszeit“ unterschiedlich rufen. Der Frühlingsgesang im Flug wird darin sogar „als angenehm klingendes, nicht zu lautes Zwitschern“ beschrieben.

Im Gegensatz zu anderen Vögeln, bei denen die Männchen oft im schillernden Prachtkleid gut von den Weibchen zu unterscheiden sind, kleiden sich beide

Geschlechter der Alpendohle in ganzheitlichem Schwarz. Auffallend an ihnen sind die roten Beine und der gelbe Schnabel – auch bei beiden Geschlechtern gleich.

Alpendohlen sind „Kulturfolger“, das heißt, sie ziehen Vorteile wie günstige Entwicklungsmöglichkeiten aus dem menschlichen Kulturbereich und sind deshalb im alpinen und hochalpinen Raum oft nahe bei Berg- und Skihütten oder auf Gipfeln anzutreffen. Jausen- oder Essensreste werden ohne Scheu unmittelbar neben den Bergsteigern vom Boden aufgenommen, im Flug aufgefangen oder manchmal sogar direkt vom Teller geklaut, um den Speiseplan etwas aufzubessern. ❄️

www.alpenverein.at/vielfaltbewegt
vielfalt.bewegt@alpenverein.at





Nachhaltiger Tourismus



2017
INTERNATIONAL YEAR
OF SUSTAINABLE TOURISM
FOR DEVELOPMENT

Was blieb vom Internationalen Jahr 2017?

Wissen Sie, welches „Internationale Jahr“ die Vereinten Nationen für 2019 ausgerufen haben? 2017 war das „Internationale Jahr des nachhaltigen Tourismus für Entwicklung“. Für uns eine Motivation, etwas daraus zu machen. *Günter Mussnig*

←↘ Fair Trails: Nachhaltiger Trekkingtourismus für den Himalaya. Fotos (2): Trail Angels

Um es vorwegzunehmen: Die Initiative der Vereinten Nationen für „Internationale Jahre“ dient in erster Linie der Bewusstseinsbildung und daraus folgend dem Setzen von Impulsen. Dabei werden sich diese „Internationalen Jahre“ kaum in das Gedächtnis einer breiten Öffentlichkeit einprägen. Sicherlich könnten die Vereinten Nationen damit – abseits der internationalen Konferenzen und publizierten Broschüren – mehr bewirken, doch es obliegt ja immer noch jedem Einzelnen, einfach selbst aktiv zu werden.

Ein gutes Beispiel dafür war das „Internationale Jahr der Ber-

ge 2002“. Damals noch für den Nationalpark Hohe Tauern tätig, bildeten wir – die Nationalparkverwaltung in Kärnten und der Österreichische Alpenverein, insbesondere die Abteilung Raumplanung und Naturschutz – ein tatkräftiges Team, um dem traditionellen Tourismus in den Hohen Tauern zu einer Renaissance zu verhelfen. Mit einem ganzen Bündel an Projekten, die bei moderatem finanziellen Aufwand bis heute eine nachhaltige Wirkung zeigen. Wie das Wanderbüchlein über den Wiener Höhenweg, das bisher so vielen Bergbegeisterten die herbe Schönheit der Schobergruppe wiedereröffnet hat.

„Engel“ für die Nachhaltigkeit

In der Zwischenzeit hatte ich mich mit den Trail Angels – meinem Bruder Werner und Nathalie Reichhold – selbständig gemacht

und ganz und gar der Entwicklung und dem Buchungsmanagement eines nachhaltigen Weitwandertourismus verschrieben. Gemeinsam mit unserem tollen Team zeichnen wir für Projekte, wie den inzwischen berühmten, grenzüberschreitenden Alpe-Adria-Trail oder den gleich mehrere Schutzgebiete verbindenden Luchs-Trail verantwortlich. Und fühlen uns bestätigt, dass gerade die naturschonendsten Formen unserer Wanderreisen am gefragtesten sind: Mit Bahnreise, regionaler „Null-Kilometer“-Kulinarik und den mit demselben Geist beseelten Partnerherbergen.

Als wir dann 2016 vom bevorstehenden „Internationalen Jahr des nachhaltigen Tourismus für Entwicklung 2017“ erfuhren, haben wir spontan den Entschluss gefasst, unser Know-how für nachhaltigen Tourismus in die Entwicklungsarbeit ein-

zubringen. Dabei lag uns Nepal – ob unserer zahlreichen Reisen dorthin – besonders am Herzen. Hier wollten wir ansetzen, denn wir wussten um die großen sozialen und ökologischen Probleme in diesem Land, die gerade auch ein oft ungezügelter Tourismus nach sich gezogen hat.

Fair Trails® Himalayas

Gesagt, getan: Die Austrian Development Agency (www.entwicklung.at), Österreichs offizielle Agentur für Entwicklungszusammenarbeit – sie unterstützt dieses Projekt auch finanziell –, spannte uns mit Ennovent (www.ennovent.com), einem Unternehmen, das innovative Businessideen in unerschlossene, einkommenschwache Märkte in Entwicklungsländern bringt, zusammen. Gemeinsam gründeten wir dann die Initiative „Fair Trails Himalayas“, deren Ziel schnell erklärt





↑ Auf den Spuren des Schneeleoparden: Der 1. offizielle Fair Trail, der Snow Leopard Trail, eröffnet atemberaubende Einblicke in den Lebensraum dieser mystischen Großkatze.

Foto: Snow Leopard Conservancy

ist: Die Entwicklung und Umsetzung eines nachhaltigen und fairen Trekkingtourismus im Himalaya.

Mag das Ziel leicht erklärt sein, es zu erreichen ist schwierig! So haben wir dafür einen neuen und auch anspruchsvollen Weg gewählt, den die folgenden Eckpfeiler markieren:

■ **Transparenz:** Das ist uns wichtig! Das Fair-Trails®-Geschäftsmodell ist transparent und lässt niemandem Raum für Vorteilsnahmen etc. Auch mit Hilfe unseres Online-Trail-Managers.

■ **Eigenverantwortung:** Die lokale Bevölkerung wird von Beginn an in unsere Projekte einbezogen und mit der Fair-Trails®-Akademie entwickeln wir – auf partnerschaftlicher Augenhöhe – ein einzigartiges Kompetenzzentrum für nachhaltigen Tourismus im Himalaya.

■ **Regionale Wertschöpfung:**

Unsere Trekkingagenturen in Nepal sind Fair Trails® zertifiziert und sichern faire Löhne und optimalen Versicherungsschutz ihrer Trekking-Crews, eine faire Partnerschaft mit den Lodges und höchste ökologische Standards.

■ **Ökonomische Partnerschaft:**

Internationale Reiseveranstalter, wie wir Trail Angels, verpflichten sich, das Fair-Trails®-Geschäftsmodell vollinhaltlich anzuwenden.

■ **Projekte mit Wirkung:** Ein definierter Prozentsatz des Buchungsumsatzes ist ökologischen oder sozialen Projekten gewidmet. Ausgewählt und umgesetzt mit nepalesischen Experten und der Bevölkerung entlang der Trails.

Entlang dieser fünf Eckpfeiler entwickeln wir einerseits neue Trails, insbesondere in entlegenen, wenig entwickelten Regionen (siehe Snow Leopard

Trail), oder gestalten bestehende Trekkingrouten (wie in der Everest-Region) nachhaltig um.

Snow Leopard Trail

So sind wir auf den Snow Leopard Trail, den ersten offiziellen Fair Trail im Himalaya, besonders stolz. Er erstreckt sich vom nördlichen Annapurna Himal bis in die isolierte Nar-Phu-Region, denn hier befindet sich noch eine der größten erhaltenen Schneeleoparden-Populationen. Dennoch ist diese von vielen Mythen umrankte Großkatze akut bedroht, weshalb wir mit Fair Trails® ihren Schutz aktiv unterstützen wollen. Verantwortlich dafür zeichnet Tashi Ghale von der Third Pole Conservancy. Tashi ist ein renommierter Naturfotograf und Wildbiologe und wie kein anderer mit dem Schneeleoparden auf Du und Du. Er begleitet die Fair Trails® Expeditions am Snow Leopard Trail, um so ein spektakuläres Himalaya-Trekking in eine atemberaubende Reise in das Reich des Schneeleoparden zu verwandeln. Der Autor hat sich davon selbst überzeugt!

Nachhaltige Trekkingreisen

Wer also eine ebenso unvergessliche wie nachhaltige Trekkingreise in den Himalaya unternemen und sich auch sicher sein will, dabei wirklich Gutes zu tun, ist mit unseren Fair Trails® bestens beraten. Die Fair-Trails®-Programme – mit dem Snow Leopard Trail, dem gerade entstehenden Buddhismus-Trail, sowie vielen weiteren attraktiven und auch sanften Angeboten – sind auf unserem Reiseportal für faire Wanderreisen abrufbar. Und wer mehr über die Fair Trails® und die dadurch unterstützten Projekte erfahren will, ist herzlichst eingeladen, sich mit uns – den Trail Angels – direkt in Verbindung zu setzen. ✨

Mag. Günter Mussnig, Diplom-geograf, 25 Jahre sowohl für den Nationalpark Hohe Tauern wie die Nationalparkregion tätig. Mitbegründer von Trail Angels (Obervel-lach, Kärnten).
info@trail-angels.com
www.trail-angels.com/fair-trails



Der Mitgliedsbeitrag ist für vieles gut.

Erstmals seit 5 Jahren wieder angepasst.

13%

Personal & Verwaltung

prof. Unterstützung der Ehrenamtlichen und Mitglieder, IT, Mitgliedskarte, Alpenvereins-Archiv, ...

21%

Bergsport

Sektionsveranstaltungen, Touren, Ausbildungen, SicherAmBerg (Publikationen, Lehrschriften, Videos, Alpenvereinswetter), Alpenverein Akademie, Garant für die Wegefreiheit, ...

15%

Mitglieder-versicherung

inkl. Alpenverein Weltweit Service

7%

Mitglieder-service

Bergauf, Sektionsmagazine, Touren-App, alpenvereinaktiv.com, Alpenvereinskarten, Onlineservices, PR, ...

4%

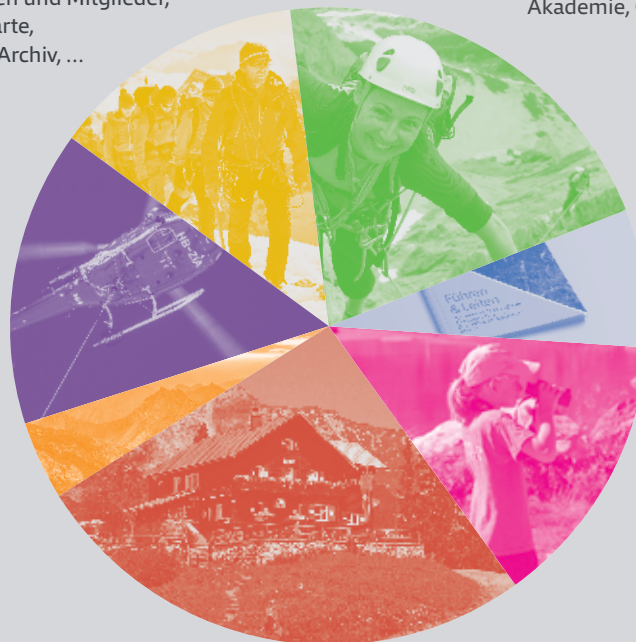
Schutz der alpinen Natur

„Anwalt“ der Alpen, umweltgerechte Ver- und Entsorgung von Hütten, Bergwaldprojekte und Umweltbaustellen, Erhaltung der Artenvielfalt, Gletscherschutz, ...

14%

Jugendarbeit

Kinder- u. Familienprogramm, Kindermagazin 4U, Sommercamps, risk'n'fun, Junge Alpinisten, 3D, Ferienweise, Alpenverein Akademie, ...



26%

Hütten, Wege und Kletteranlagen

Erhaltung der Hütten & Wege, Betrieb von Kletterhallen, Geschäftsstellen und Kletteranlagen, ...

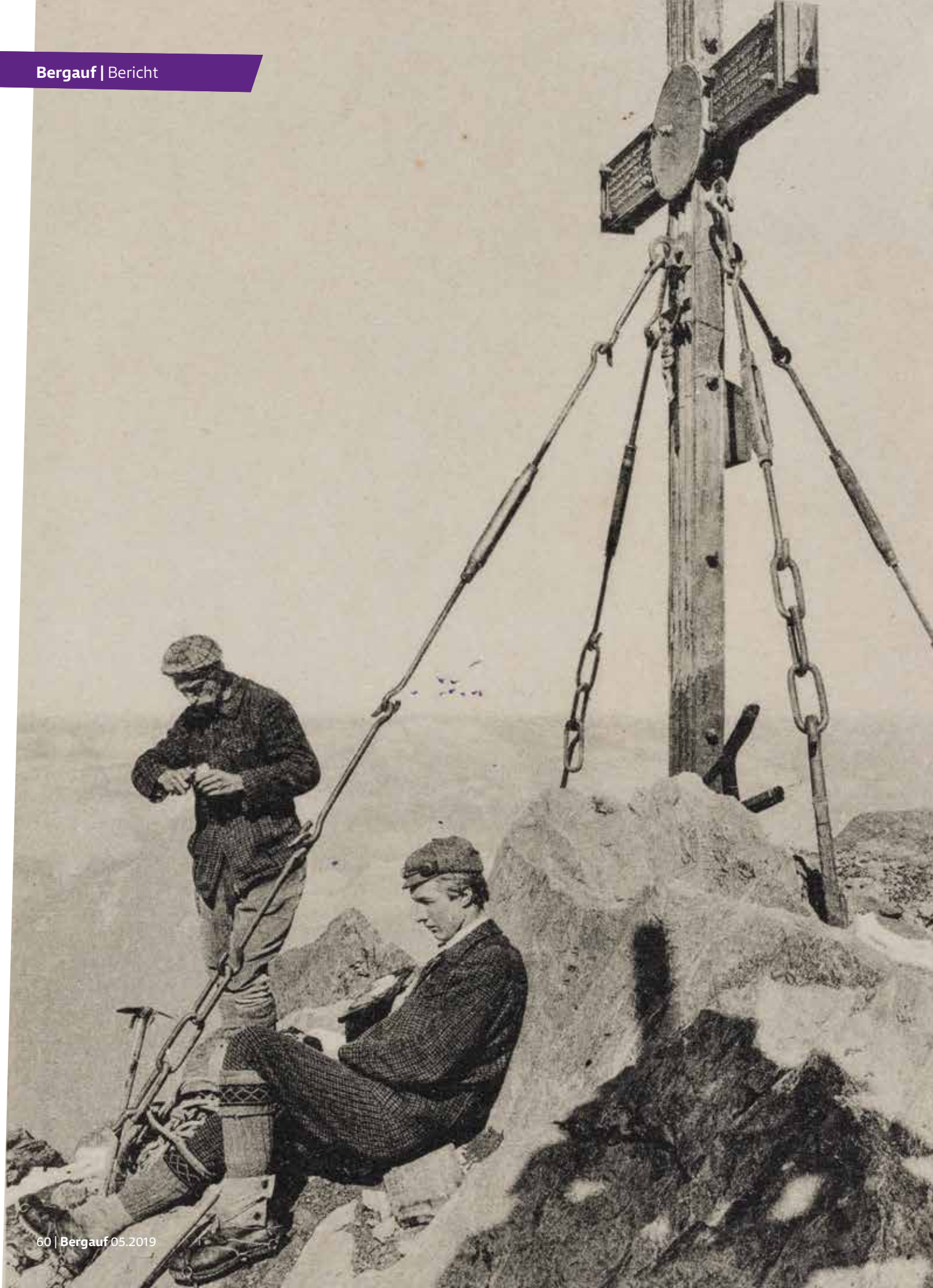
Mit Ihrer Mitgliedschaft beim Alpenverein leisten Sie einen wertvollen Beitrag zum Schutz unserer Alpen, zum Erhalt der Hütten, Wege und Kletteranlagen sowie zur Förderung des Bergsports und der Jugendarbeit.

Auf Grund einer notwendig gewordenen Inflationsangleichung sowie einer Erhöhung des Versicherungsanteiles werden wir im Jahr 2020 – erstmals seit fünf Jahren – den Mitgliedsbeitrag anpassen.

Wir freuen uns, wenn wir Sie auch in Zukunft zum Kreise unserer Alpenvereinsmitglieder zählen dürfen!



Ihre neue Mitgliedskarte erhalten Sie in den nächsten Tagen per Post!



Einer der ganz Großen

Der Bergsteigermaler Gustav Jahn (1879–1919)

Heuer jährt sich der 100. Todestag des bekannten Wiener Malers, Grafikers und Alpinisten. Seine eigentliche Leidenschaft war das Bergsteigen, seine Lieblingsklettergebiete waren Rax und Gesäuse, Dachstein und Dolomiten. Auch beim Malen galt sein Hauptaugenmerk den Gebirgslandschaften. *Wolfgang Krug*

Dieses Bekenntnis entstammt einem der raren Tourenberichte Gustav Jahns, in diesem Fall von der Erstbesteigung des Großen Murfreiturnes über die Nordostwand, abgedruckt am 1. Mai 1919 in der „Österreichischen Touristenzeitung“. Es ist ein Bekenntnis zu seiner Leidenschaft für das Klettern, wiewohl auch zur damit verbundenen Gefahr, und es sollte sein letztes sein. Wenige Wochen später fand man Jahn zerschmettert am Fuße der Ödsteinkante im Ennstal. Er hatte sein 40. Lebensjahr gerade erst vollendet. Der Schock im Freundeskreis saß tief. Jahn galt als besonders sicher und erfahren im Umgang mit den schwierigsten Gegebenheiten. Er nahm „keine einzige ‚Stelle‘ [...] mit Kraft, sondern schien dem spröden Fels Meter um Meter abzuschmeicheln. Mit ruhiger Gelassenheit und unglaublicher Geschmeidigkeit bewegte er sich im allerschwierigsten Gelände so sicher, als ob er auf blumiger Matte lustwandeln würde. Ihm klettern zuzusehen war geradezu ein schönheitlicher Genuß.“ (Karl Sandtner, 1932)

„Nun geht es hinaus in die freie Wand. So etwas ist spannend, ganz kleine Tritte, zweifelhafte Griffe und unter den Fersen Luft – hier genießt man! Nicht oben auf dem Gipfel, wenn der Angschwweiß getrocknet ist, soll man sich freuen; die Kletterei selbst ist ja das schöne, das allerschwerste ruhig und sicher anzupacken, darin liegt doch der wahre Wert der Tour.“ (Gustav Jahn, 1919)

Der Berg- und Wintersportler

Seine ersten Erfahrungen im Klettern hatte Gustav Jahn als 16-Jähriger auf den Wiener Hausbergen gemacht, damals noch vielfach in Begleitung seines älteren

Bruders Otto. 1898 wurde er Mitglied der Akademischen Sektion Wien des Österreichischen Alpenvereins, später des Elite-Alpenklubs Österreich. 1901 gelang ihm gemeinsam mit seinem Künstlerfreund Otto Barth die Erstbegehung des nach ihnen be-

nannten „Malersteiges“ in der Königsschusswand auf der Rax. 1903 erstieg Gustav Jahn als Erster die Südwand der Bischofsmütze in der Dachsteingruppe, was der Bewältigung des höchsten damals vorstellbaren Schwierigkeitsgrades gleichkam. Bergtouren führten ihn in die französischen und schweizerischen Alpenregionen und in die Dolomiten, denen seine besondere Liebe gehörte. Jahn war Verfechter einer traditionellen Klettertechnik. „Die Anwendung von künstlichen Hilfsmitteln, wie Stiften, Haken, Karabinern usw. verschmähte er nicht nur, sondern hielt sie vom bergsteigerischen Standpunkt aus als geradezu unzulässig.“ (Karl Sandtner, 1932)

← Gustav Jahn und Otto Barth am Großglockner.
© Landessammlungen NÖ

→ Gustav Jahn, Monte Pelmo.
© Alpenverein-Museum, 2824





Auch als Wintersportler war Jahn erfolgreich. Bei Schirennen und -sprungbewerben errang er nicht weniger als 28, darunter mehrere erste Preise. Er zählte zu den Mitbegründern und später Ehrenmitgliedern des „Wintersport-Klubs“ (WSC) des Österreichischen Touristenklubs.

Spezialisierung als Hochgebirgsmaler

Jahns Begeisterung für alle Arten des Berg- und Wintersports hatte schon während seines Studiums an der Wiener Akademie der bildenden Künste auch in seiner künstlerischen Arbeit Ausdruck gefunden. Bezeichnend war es, dass er das ihm im letzten Studienjahr verliehene Kenyon-Reisestipendium, den so-

genannten „Rom-Preis“, nicht etwa für eine Italienreise, sondern für eine Bergfahrt zum Mont Blanc einlöste. Im selben Jahr, 1904, wurde Jahn auf der Weltausstellung in St. Louis für eine Serie von zwölf großformatigen Genrebildern aus den Alpenländern, die er im Auftrag der k. u. k. Österreichischen Staatsbahnen für die Warteräume des Wiener Westbahnhofes geschaffen hatte, mit einer Bronzemedaille ausgezeichnet. Zwei Jahre später errang er auf der Internationalen Verkehrsausstellung in Mailand

eine goldene Medaille. „Nach diesen Erfolgen zog sich Jahn in seinen künstlerischen Leistungen von der Öffentlichkeit zurück und spezialisierte sich als Hochgebirgsmaler. [...] In künstlerischen Kreisen war man oft geneigt diesen Weg Jahn's als Abweg eines Genies zu bezeichnen, denn keine Ausstellung zeugte mehr von dessen künstlerischer Tätigkeit.“ (Julius F. Ziegler, 1920) Jahn, der sein Leben ganz seiner Leidenschaft unterwarf, sollte einer der bedeutendsten „Bergsteigermaler“ seiner Zeit werden. Seine Sammler waren Bergbegeisterte wie er, die seine Art der Darstellung des Hochgebirges aus eigenem Erleben kannten und schätzten. Die Gemälde wanderten direkt aus dem Atelier in die Hände von Freunden und Liebhabern.

Arbeiten für den Fremdenverkehr

Abgesehen von den erwähnten Landschaftsbildern für den ehemaligen Westbahnhof schuf der Künstler auch Ausstattungsbilder für die Ankunftshalle des Südbahnhofes, darüber hinaus eine Reihe viel beachteter lithographierter Werbeplakate. Der Aufschwung mancher Regionen zu Zentren des Wintertourismus wurde von den k. u. k. Staatsbahnen besonders gefördert und beworben, barg die bislang „tote“, kalte Jahreszeit doch enormes Potenzial als Reisezeit. Jahns Plakate „Arlberg“ oder „Murau“ gehören

heute zu den „Klassikern“ österreichischer Plakatkunst. Neben den k. u. k. Staatsbahnen zählte das Touristenausstattungs-geschäft der bekannten Alpinistin und Schiläuferin Mizzi Langer-Kauba zu seinen wichtigsten Auftraggebern. Jahn malte für den Verkaufsraum in der Wiener Kaiserstraße um 1906/07 vier großformatige Gemälde und illustrierte durch viele Jahre die Verkaufskataloge des Geschäfts, wodurch er ebenfalls Maßstäbe setzte. Daneben entwarf er Schulwandtafeln, „Alpinen Wandschmuck“ und Künstlerpostkarten. Jahn wirkte nicht nur durch seine künstlerische Arbeit fördernd auf den Fremdenverkehr, er stellte auch sein Fachwissen zur Verfügung, etwa um das Rax-Massiv für Bergbegeisterte zu erschließen. 1910 regte er bei Kamillo Kronich, dem legendären Pächter des Ottohauses auf der Rax, den Bau des Alpenvereinssteiges an. Bald darauf half er bei der Anlegung des Jahnsteiges (1911) und des Hans-von-Haid-Steigs (1913). 1911 wurde übrigens auch die Liechtenstein-

↑ Gustav Jahn, Mizzi-Langer-Katalog. © Alpenverein-Museum, 3368

→ [...] Bergsteigerin am Bismarcksteig auf der Rax.

© Landessammlungen NÖ, KS-16217



schanze am Semmering nach Jahns Plänen errichtet.

„Trainingslager“ in den Dolomiten

Der Erste Weltkrieg brachte zwar eine Einschränkung seiner künstlerischen Tätigkeit mit sich, nicht aber seiner sportlichen. Dreieinhalb Jahre, von März 1915 bis November 1918, war Gustav Jahn als Ausbilder in seinen geliebten Dolomiten stationiert, unter anderem am Pordoijoch als Leiter des Brigadeskikurses oder später in St. Christina in Gröden als „Instruktionsoffizier“ der Bergführerabteilung. Jahn errang während dieser Zeit nicht nur militärische Ehren, er krönte auch seine bergsteigerische Karriere mit etwa 150 weiteren Gipfelerstigungen, darunter rund 20 neuen in der Geisler-, Langkofel- und Sellagruppe. Einige seiner hier entstandenen Landschaftsbilder wurden 1918 in der Ausstellung „Die Kaiserjäger im Weltkriege“ in Innsbruck gezeigt.

Den Krieg, der Millionen Menschen das Leben gekos-

tet hatte, und auch die „Spanische Grippe“, die diese Verluste weltweit sogar noch übertreffen sollte, überstand Gustav Jahn unversehrt. Das Schicksal hatte für ihn einen anderen, wenn nicht glorreicheren, so doch spektakuläreren Abgang von der Bühne des Welttheaters vorgesehen. Gemeinsam mit seinem Gefährten Michael Kofler verunglückte er am 17. August 1919 beim Aufstieg an der Nordwestkante des Großen Ödsteins tödlich. Er wurde am Bergsteigerfriedhof in Johnsbach zur letzten Ruhe gebettet. ❁

Mag. Wolfgang Krug, geb. 1965 in Wien, Kunsthistoriker, Kustos der Landessammlungen Niederösterreich, Ausstellungskurator und Autor. Für eine in Planung befindliche Alpinismus-Ausstellung werden sowohl Werke als auch unbekanntes dokumentarisches Material zu den Bergsteigermalern Gustav Jahn und Otto Barth gesucht. Für Informationen dankt wolfgang.krug@noel.gv.at.



Wennst das Echte suchst. Werde Tyroler!



- ✓ Aus bestem österreichischem Schweinefleisch mit dem AMA-Gütesiegel
- ✓ Ohne Zusatz von Geschmacksverstärkern und Aromen
- ✓ Ohne Zusatz von Farbstoffen
- ✓ Laktose- und glutenfrei



Das Echte, das heißt für uns unberührte Berglandschaften, klare Bergluft und unsere original Tiroler Spezialitäten. Diese werden bei HANDL TYROL seit 1902 in traditionellen, handwerklichen Verfahren hergestellt. Natürlich aus besten Rohstoffen und mit ausgesuchten Naturgewürzen.

Ihre HANDL TYROL Speckmeister

alpenverein
österreich



Offizieller Partner des Alpenvereins
zur Erhaltung der Wege und Hütten



Schattenrisse

Ein geheimnisvolles Gipfelfoto

Aus der Sammlung des Alpenverein-Museums, Teil 33

Anton Holzer

Wie viele Männer sind im Bild zu sehen? Und wie viele Frauen? Nach meiner Zählung sind es acht Männer und drei Frauen. Elf Personen insgesamt. Auf den ersten Blick könnte man die schwarzen Gestalten, die sich messerscharf vom Hintergrund abheben, womöglich für die Protagonisten eines amerikanischen Film Noir aus den 1940er Jahren halten. Einige Männer tragen einen langen Mantel, auf den Köpfen sind etliche Schiebermützen zu erkennen, einer der Herren trägt einen Hut, wie ihn Gangster und Kommissare im Film getragen haben. Doch halt: Wir blicken nicht auf eine Gruppe amerikanischer Filmhelden, die den nächsten Coup planen, sondern auf eine Freundesgruppe, die auf einem österreichischen Berg-

gipfel die letzten (oder die ersten?) Sonnenstrahlen erhascht.

Fotografieren bei Nacht

Es ist schon fast dunkel. Nur aus dem Hintergrund erstrahlt noch die helle Aura der auf- oder untergehenden Sonne. Es ist dies ein merkwürdiges und zugleich überaus suggestives Bergbild, das sich deutlich abhebt von den gängigen Inszenierungen im Gebirge. Wieso? Zunächst einmal, weil 99 Prozent aller Bergfotografien bei helllichem Tage aufgenommen wurden und werden. Wie könnte es anders sein? Sich nächstens im Hochgebirge zu bewegen, ist lebensgefährlich. Ein unbedachter Schritt, ein Ausrutscher – und es folgt der Absturz. Das Foto unterscheidet sich von anderen Berg-

bildern aber auch durch seine ausgefallene Inszenierung. Die Menschen im Bild sind reine Silhouetten, sie werden nicht als wiedererkennbare Personen gezeigt, sondern als anonyme Schattenrisse. Wir kommen darauf noch zu sprechen. Und schließlich: Bemerkenswert ist das Foto auch aus technischer Sicht: Im Halbdunkel zu fotografieren ist schwierig. Jeder, der einigermaßen kameraerfahren ist, weiß das aus eigener Erfahrung. Die Hindernisse der Nachtfotografie sind einfach zu benennen und schwer zu meistern: viel zu wenig Licht, ewig lange Belichtungszeiten, verwackelte Objekte ...

Klare Umrisse

„Ich sehe die Sonne hinter den Bergen untergehen. Und die

dunklen Zacken der Berge sind wie das Gebiß eines mystischen Raubtieres, das den Tag zerfleischt hat.“ Kein anderer Autor hat den Sonnenuntergang anschaulicher und zugleich bildlicher (aber auch kitschfreier) beschrieben als der ungarischstämmige Feuilletonist und Schriftsteller Béla Balázs, der Anfang der 1920er Jahre in Wien lebte. „Nach Sonnenuntergang“, beobachtete Balázs in einem seiner Zeitungsfeuilletons aus den frühen 1920er Jahren, „wird die Gegend deutlicher“. Konkret bedeutet das: „Die Konturen der Hügel werden so scharf, dass man die einzelnen Bäume auf dem Grat zählen kann“. Er vergleicht die Landschaft kurz vor dem Dunkelwerden, deren Umrisse in besonders deutlichen Konturen erscheinen, mit einer Handschrift, „in der etwas ganz Bestimmtes geschrieben steht, an mich adressiert“. Wir können seine Analyse fast eins zu eins auf unser Bild umlegen. In unserem Fall treten nicht die Zacken der Berge hervor, sondern die Schattenrisse von elf Gestalten. Aber auch sie regen uns zu Fragen an. Wer sind sie, was machen sie da?

← Sonnenuntergang, vermutlich in der Ötscher-Gegend, 1937 bis 1940. Foto: Alpenverein-Museum Innsbruck, OeAV GB 5.681

Scherenschnitt und Fotografie

Es gibt ein Vorläufermedium, das die Faszination für den Schattenschnitt auf die Spitze trieb: der Scherenschnitt. Um 1800, in den Jahrzehnten vor der Erfindung der Fotografie im Jahr 1839, erfreute sich dieser Scherenschnitt als populäre Form der Kunst und Unterhaltung großer Beliebtheit. Zusammen mit dem Schattentheater übersetzte er die Starre einer Umrisszeichnung in ein überaus lebendiges Medium. Lebendig? Ja, denn dadurch, dass nur die Ränder einer Gestalt gezeigt werden, wird die Phantasie in Schwingungen versetzt. Je mehr Form und je weniger Inhalt erscheint, desto mehr sind wir gezwungen, unsere Vorstellungskraft zu bemühen.

Im vorliegenden Fall: Wir wissen nicht, wer genau die elf Gestalten sind. Was tun sie da? Wo genau haben sie sich versammelt? Alle blicken in die Ferne, dorthin, wo in wenigen Augenblicken die letzten hellen Sonnenstrahlen verschwinden werden.

Eine Schenkung

Nehmen wir unsere Fotografie noch einmal zur Hand und lassen wir den magischen Sog für einen Augenblick beiseite. Wenn wir die Oberfläche genau betrachten, erkennen wir, dass das Bild Kratzer aufweist. An einigen Stellen ist der zu den Rändern hin immer dunkler werdende Nachthimmel mit winzigen hellen Fäden, Schlieren und Löchern durchsetzt. Auch die schwarzen Ge-

stalten sind an einigen Stellen mit winzigen Punkten durchlöchert. Solche Beeinträchtigungen finden wir immer wieder auf alten Fotografien. Fotos, mit denen hantiert wird, tragen die Spuren des Gebrauchs in sich. In unserem Fall handelt es sich um Rollfilmbegative, die jahrelang im Archiv der Wiener Familie Tomaschek zugebracht haben. Karl Tomaschek betrieb in der Martinstraße in Wien Währing ein Geschäft für „Parfümerie und Wirtschaftsartikel“. Nebenbei betätigte er sich als passionierter Alpinist und Fotograf. Seine Fotos sind 2015 als Schenkung des Alpenverein Edelweiss, des großen Wiener Zweigvereins, in das Innsbrucker Archiv des Österreichischen Alpenvereins gekommen. Unser Sonnenuntergang

(oder ist es ein Aufgang?) findet sich in der Papiertasche mit der Aufschrift „Ötscher Betrieb“ in der Schachtel „Hans (ledig) 1937–1940“. Wer ist Hans? Ist er einer der elf Gestalten? Dann wäre unser Bild ein Selbst- und zugleich Gruppenporträt, aufgenommen zur Stunde der Dämmerung. ❄️

Dr. Anton Holzer ist Fotohistoriker, Ausstellungskurator und Herausgeber der Zeitschrift „Fotogeschichte“, er lebt in Wien. Zuletzt erschienen seine Bücher: „Rasende Reporter. Eine Kulturgeschichte des Fotojournalismus“ (Darmstadt 2014, Primus Verlag), „Fotografie in Österreich. Geschichte, Entwicklungen, Protagonisten 1895–1955“ (Wien 2013, Metro Verlag) sowie „Die erkämpfte Republik. 1918/19 in Fotografien“ (Wien, Salzburg 2018, Residenz Verlag). www.anton-holzer.at


Edelweiss
 PFLÜCK DIR EINS!

LADESTATION
 auf gut österreichisch.


Edelweiss
 ALKOHOLFREI

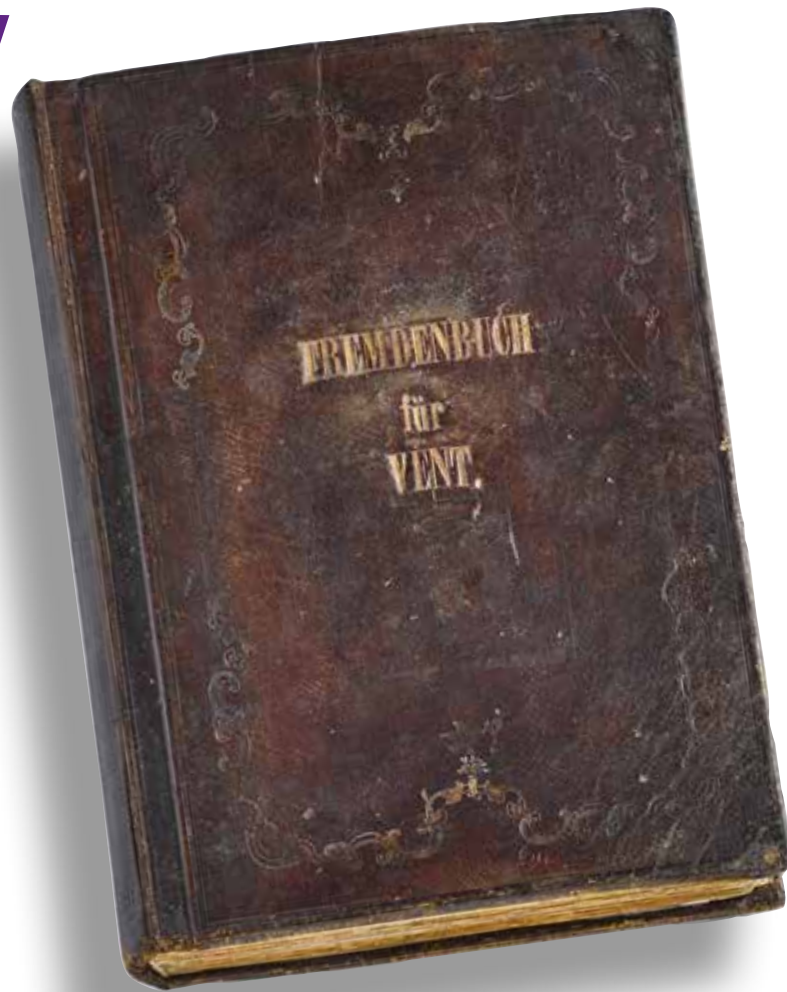


Foto: WEST.Fotostudio

Fremdenbuch

Begegnungen im Widum von Vent

Im Schaukasten, Teil 20

Martin Achrainer, Historisches Archiv des Alpenvereins

Wer traf wen? Welche historischen Folgen hatte die Begegnung? Woher wissen wir das?

Wie im beliebten Rätsel einer Tageszeitung könnte jetzt eine Geschichte umschrieben werden, die uns zum heutigen Objekt des Schaukastens führt.

Hunderte Namen von Touristinnen und Touristen der 1860er und 1870er Jahre finden sich in dem abgebildeten Fremdenbuch

von Vent. Kurze Worte des Dankes, ausführliche Berichte über unternommene Touren, auch Zeichnungen füllen den großformatigen Band.

Für die Gründung des Deutschen Alpenvereins vor 150 Jahren waren persönliche Begegnungen bergbegeisterter Menschen mit organisatorischem Weitblick ausschlaggebend. Im Widum von Vent, wo Franz Senn als Seelenhirt und Gastwirt zugleich wirkte,

trafen Männer wie J. J. Weilenmann vom SAC und Johann Stüdl, Mitglied des OeAV, aufeinander, weitere, ungeplante Treffen mit späteren Alpenvereins- und Sektions-Gründern folgten.

Fremdenbücher sind Zeugen dieser Begegnungen. Eingelesen haben die Gäste nicht ihre vereinspolitischen Gespräche, sondern ihre Bergtouren. Entscheidend aber waren diese Zusammenkünfte in den ge-

mütlichen Standquartieren der Hochtouristen für den Alpenverein auf jeden Fall.

Das Fremdenbuch von Vent ist derzeit als Leihgabe in der Ausstellung im Alpinen Museum in München zu sehen, digitalisierte und transkribierte Ausschnitte daraus in der Schau des Naturparks Ötztal im Widum in Vent. ❄️

„Berg-Spitzen“

Recht auf Naturgenuss

Foto: norbert-freudenthaler.com

Der Österreichische Alpenverein sieht es als eine seiner Kernaufgaben an, die Forderung nach Verankerung des Rechtes auf Naturgenuss in der Verfassung zu stellen. Ein Blick auf die rechtlichen Grundlagen zeigt, dass die österreichische Rechtsordnung kein allgemeines Recht auf einen freien Zugang zur Natur kennt. Weder durch die Bundesverfassung noch auf bundesgesetzlicher Ebene oder auf Ebene einzelner landes-(verfassungs-)gesetzlicher Bestimmungen wird ein derartiges grundsätzliches bzw. allgemeines Recht auf freien Zutritt zur Natur oder ein allgemeines Recht auf Naturgenuss eingeräumt.

Der Aufenthalt in und das Betreten der Natur erfolgen so gut wie immer auf fremdem Grund und Boden, sodass es jeweils einer entsprechenden Legitimation bedarf, um das Eigentumsrecht einzuschränken. Dem stehen zunehmend Privatisierungstendenzen gegenüber. Die Bandbreite dafür ist groß und wird immer größer. Beispielhaft aufgezählt nenne ich dazu die Forderungen der Jägerschaft nach Wildruhe- und Wildschutzzonen sowie jagdlichen Sperrgebieten, der Seilbahnwirtschaft im Rahmen der Diskussion zu Pistentouren oder privaten Waldbesitzern, die zunehmend gegen eine freie Betretbarkeit argumentieren. So hat der OGH kürzlich ausgesprochen, dass die Nutzung eines Waldweges für ein gewerbsmäßig veranstaltetes Canyoning nicht vom Recht auf Gemeingebrauch des Waldes umfasst ist.

Diese Tendenz ist anhaltend und wird auch nicht vor den Tätigkeiten des Alpenvereins und seiner Sektionen Halt machen. Des-

Die Natur geht uns alle an, der Zutritt zu ihr ist aber nicht selbstverständlich. Dies zeigte sich vor allem, als der Österreichische Alpenverein vor zwei Jahren in der Öffentlichkeit die Forderung erhob, Forststraßen auch für die Mountainbiker zu öffnen. Die Forderung zur Öffnung dieser Forststraßen, die überwiegend von der öffentlichen Hand finanziert werden, führte zu einem Aufschrei der Eigentümer, die sogleich von Enteignung sprachen. Dies ist wohl bestes Beispiel dafür, dass der Zugang zur Natur keinesfalls selbstverständlich ist.

Andreas Ermacora, Alpenvereinspräsident

erhoben worden. Auch in Spanien, Schottland, in den skandinavischen Ländern und eingeschränkt in der Schweiz bestehen umfangreiche gesetzlich abgesicherte Betretungsrechte der Natur zugunsten der Allgemeinheit.

Unsere Forderung sollte daher lauten, eine bundesverfassungsrechtliche Absicherung des Rechtes auf Naturgenusses weiter zu verfolgen, aber auch gleichzeitig darauf hinzuwirken, dass auf Ebene der jeweiligen Landesverfassungen entsprechende Rechte eingeführt werden. Wir sind davon überzeugt, dass dies ganz im Sinne unserer Mitglieder ist und auch dem Interesse des natursportausübenden und naturliebenden Teils der Bevölkerung entspricht. Erfreulicherweise hat die Tiroler Landesregierung schon einen Schritt in die richtige Richtung unternommen, indem der Klimaschutz ausdrücklich in die Tiroler Landesverfassung aufgenommen werden soll. Dies stimmt mich positiv, dass auch das Anliegen des ÖAV nicht auf taube Ohren stößt.

In den nächsten Monaten werden die Gremien des Österreichischen Alpenvereins über die weitere Fortsetzung der Bemühungen und konkrete Umsetzung dieser Forderung beraten. Wir werden Sie selbstverständlich darüber auf dem Laufenden halten. 🌿

Alpenverein & Almdudler

10-Jahr-Jubiläum einer wertvollen Partnerschaft

Ein Jahrzehnt schon kooperieren Almdudler und der Österreichische Alpenverein. Grund genug, den Fokus auf diese langjährige Partnerschaft zu richten. Gerhard Schilling, Geschäftsführer von Almdudler, im Gespräch mit der Bergauf-Redaktion.

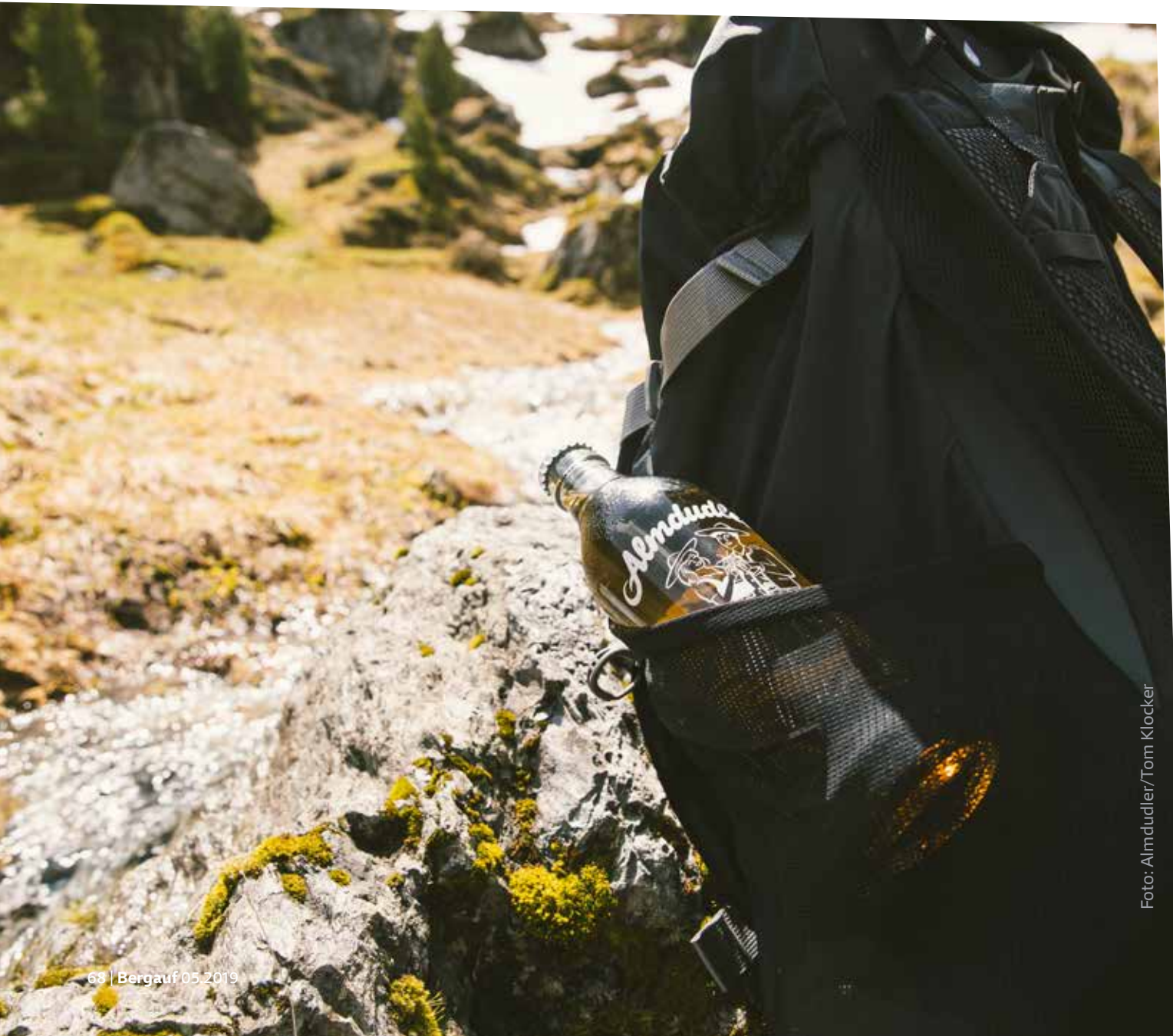


Foto: Almdudler/Tom Klockner



→ Peter Habeler, „Saubere Berge“-Botschafter, Ingrid Hayek, Vizepräsidentin, und Gerhard Schilling, Almdudler-Geschäftsführer, unterzeichneten auch 2019 wieder das Manifest der Sauberen Berge.

Foto: Almdudler/Tom Klocker

Was verbindet Almdudler und den Alpenverein? Warum gibt es diese Partnerschaft?

Gerhard Schilling: Seit mittlerweile einem Jahrzehnt setzen wir uns bei Almdudler durch unsere Partnerschaft mit dem Österreichischen Alpenverein für den Schutz der heimischen Bergwelt ein. Wir unterstützen die Projekte der Alpenvereinsjugend und leisten einen wertvollen Beitrag zum Schutz der österreichischen Alpen.

Gemeinsam wurde von uns im Jahre 2010 die Ausstattung von Alpenvereinsshütten mit Müllsackspendern und Biobeuteln im Rahmen der Initiative „Saubere Berge“ ins Leben gerufen. Dabei zeigen wir, wie einfach es ist, die Umwelt bei Ausflügen und Aktivitäten in den Bergen zu schonen. Unsere Aktion wird seit Beginn von Alpinlegende und Botschafter Peter Habeler und seit 2016 vom Umweltprogramm der Vereinten Nationen (UNEP) unterstützt.

Wir möchten damit zur permanenten Bewusstseinsbildung für die Müllvermeidung in den Alpen beitragen und über eine sachgerechte Müllentsorgung aufklären. Sämtliche Alpenvereinsshütten wurden im Zuge der Initiative „Saubere Berge“ mit Müllsackspendern ausgestattet. Die darin enthaltenen Biobeutel aus leicht verrottbarer Maisstärke stehen allen Wanderern und Bergsteigern kostenlos zur Entnahme

auf den Alpenvereinsshütten zur Verfügung. Sie sollen dazu anregen, den eigenen und hinterlassenen Abfall anderer mit ins Tal zu nehmen.

Warum ist Almdudler das Thema Saubere Berge so wichtig?

GS: Das Umweltbewusstsein hat im österreichischen Familienunternehmen Almdudler eine langjährige Tradition und zeigt sich in vielen Facetten. Eines unserer großen Anliegen ist der Schutz unserer Alpenwelt. Was wären unsere Natur – und unsere Alpenkräuter – ohne ihre grüne Bergwelt? Deshalb haben wir uns gemeinsam mit dem Alpenverein dem Schutz unserer Alpenlandschaft und Almen verschrieben und setzen uns aktiv dafür ein.

Woher kommen eigentlich die Kräuter für die Limonade und sind dort tatsächlich Kräuter enthalten?

GS: Ja, unsere natürlichen Kräuter beziehen wir direkt aus dem Alpenraum. Unsere gesamte Wertschöpfungskette liegt in Österreich. Wir sind als Unternehmen biozertifiziert und all unsere Produkte sind zudem veganzertifiziert.

Die vielfältigen Alpenkräuter, wie z. B. Sonnenhut, Melisse, Salbei, Enzian und Holunderblüte, werden für die Herstellung

von Almdudler gesammelt und sorgfältig verarbeitet, bis das unverwechselbare Almdudler-Geschmackserlebnis entsteht.

Was sind die aktuell größten Herausforderungen für ein Unternehmen wie Almdudler?

GS: Die größte Herausforderung im Lebensmittelbereich ist sicherlich, den Geschmack möglichst vieler Personen zu treffen.

Unsere Konsumenten schätzen die „Unternehmens-DNA“ von Almdudler und dass wir ihr seit der Gründung der Marke treu bleiben. Wir wollen das Bewährte bewahren und sind dennoch offen für Veränderungen. So gelingt der Spagat zwischen Tradition und Moderne. Innovation bedeutet für uns neue kreative Wege zu gehen, um die immer individuelleren Bedürfnisse der Konsumenten zu erfüllen.

Über die Jahrzehnte hinweg ist es uns gelungen, ein Naheverhältnis zum Kunden aufzubauen, genau zuzuhören und zu wissen, was er möchte. Einer der zentralen Gründe für diese Beständigkeit ist unsere Flexibilität und Offenheit gegenüber Neuem. Wir beschäftigen uns ständig damit, was unsere Kunden wollen, und stehen auch über soziale Medien eng mit ihnen in Verbindung.

Dadurch merken wir zum Beispiel, wenn sich die Konsumge-

wohnheiten und -präferenzen ändern. Das Bewusstsein für eine gesündere Ernährung ist gestiegen, der Umgang mit Zucker und künstlichen Süßstoffen wird kritischer. Außerdem gibt es immer wieder neue Superfood-Trends. All diese Entwicklungen haben wir bei Almdudler in den Rezepturen unserer neuen Produkte berücksichtigt.

Welchen Beitrag leistet Almdudler zur Schonung der Umwelt bzw. zur Reduzierung der negativen Auswirkungen des Klimawandels?

GS: Neben der Veredelung von Alpenkräutern hat sich Almdudler dem Schutz der österreichischen Alpen und der Almen verschrieben. Daher verbindet uns seit vielen Jahren die Partnerschaft mit dem Alpenverein zum Schutz der österreichischen Bergwelt. Auch auf unseren Flaschen regen wir mit dem Hinweis „Schützt die Alpen“ dazu an, sich der Eigenverantwortung für die Umwelt bewusst zu werden und gemeinsam die Alpenwelt zu schützen.

Nachhaltigkeit kommt im österreichischen Familienunternehmen Almdudler auch in vielen weiteren Aspekten eine zentrale Bedeutung zu:

Wir sind klima:aktiv-Projektpartner des Lebensministeriums, das Almdudler-Haus wurde nach Green Building Standards (2009)

errichtet und zertifiziert. Es wird ausschließlich Ökostrom eingesetzt. Die Heizung erfolgt über Erdwärme.

Wir engagieren uns bei der Umsetzung von Green-Event-Kooperationen und sind mit dem Umweltzeichen zertifiziert.

Seit 2012 leben zwei Bienenvölker bei uns am Dach des Almdudler-Hauses. Sie beschenken uns jedes Jahr mit köstlichem Biohonig und teilen unsere Leidenschaft für vielfältige Kräuter.

Für unsere Mitarbeiter gibt es einige „Zucker!“ im Nachhaltigkeits Sinne: Beispielsweise werden ihnen E-Bikes für den Büroweg zur Verfügung gestellt und Monatskarten für öffentliche Verkehrsmittel ausgegeben.

Bei der Herstellung unserer Produkte achten wir auf die Einhaltung höchster Umweltstandards. All unsere Almdudler-Produkte und auch die gesamte Sortimentsfamilie unserer zweiten Marke Spezi Cola-Mix sind vegan zertifiziert. Unsere Bioprodukte im Sortiment werden von der Austria Bio Garantie zertifiziert.



Foto: norbert-freudenthaler.com

Wir bieten unsere Marken für alle Vertriebskanäle auch in Mehrweg-Glasflaschen an. Unseren Konsumenten wird dadurch die Wahl gegeben. Natürlich muss der Handel als Absatzmittler dafür aber auch „mitspielen“.

In der Gastronomie hat Almdudler einen Mehrweganteil von mehr als 80 Prozent. Insgesamt liegt der Mehrweganteil bei über 1/3, was für die AF-Getränkebranche in Österreich vorbildlich ist. Wir haben das Glasgewicht bei Mehrwegflaschen reduziert und sparen so rund 1.200 Tonnen Transportgewicht pro Jahr und über 60 Tonnen CO₂/Treibhausgas ein. Unsere ikonische

Almdudler-Mehrweg-Glasflasche ist seit 1957 das Herz der Marke und in der Form unverändert – lediglich das Flaschengewicht wurde im Sinne der Nachhaltigkeit optimiert.

Gibt es etwas, was Almdudler durch die Kooperation mit dem Alpenverein anders macht als vorher?

GS: Vor unserer Zusammenarbeit mit dem Alpenverein war das Wissen unseres Teams über den Schutz der heimischen Bergwelt und die Abfallvermeidung in der Natur teilweise abstrakt. Nun konnte es vertieft werden und konkrete Maßnahmen sind

greifbar geworden. All die Jahre hinweg habe ich von unserem Team stets positives Feedback zu unserer Kooperation erhalten.

Wo sieht sich Almdudler in fünf Jahren?

GS: Weiterhin mitten im Leben. Ich wünsche mir, dass Almdudler weiter da sein wird, wo Menschen zusammenkommen. Genauso wünsche ich mir aber, dass jede leere Flasche Almdudler sachgerecht entsorgt wird und kein Müll in unserer wunderschönen Natur zurückgelassen wird. ❄️



AV Visitenkarten

Ein ideales Geschenk für Mitglieder

Zwei verschiedene Ausführungen. | Bestellmenge 100 oder 300 Stück | EUR 39,90 / 52,90; inkl. Versand
Wählen Sie aus nebenstehenden Mustern und ordern Sie Ihre persönliche Visitenkarte mittels Bestellschein oder via Internet.

- Design und Menge** (Zutreffendes ankreuzen):
- Grüne Variante
 - Bunte Variante
 - 100 Stück **41,90 €**
 - 300 Stück **54,90 €**



Titel: _____ Vorname: _____

Name: _____

Beruf/Funktion: _____

Straße/Nr.: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Tel.: _____

Mobil: _____

Mail: _____

URL: www. _____

Datum: _____ Unterschrift: _____ Mitgliedsnummer: _____

Falls die Lieferadresse von der angegebenen abweicht, geben Sie diese bitte bekannt!
Bestellung an: Alpenvereins-Betriebe GmbH, „Visitenkarten“, Olympiasstraße 37, 6020 Innsbruck, Tel.: +43/512/59547-18, shop@alpenverein.at, www.alpenverein.at/shop

Design for Recycling – Plastik sinnvoll nutzen

Aufgrund der Relevanz und der Dringlichkeit der Plastikmüllproblematik werden nachhaltige Verpackungen mit einem hohen Anteil Recyclat – also recyceltem Plastik – immer gefragter. Die Recyclat-Initiative von Werner & Mertz, das Unternehmen hinter der Bio-Marke Frosch, setzt sich für ein effektives Recycling ein: Das gemeinsame Ziel ist es, nachhaltige Materialkreisläufe zu entwickeln und dafür den Wertstoff aus dem Gelben Sack zu nutzen.

Das entscheidende Slogan lautet: Design for Recycling. Es beschreibt die Idee, Verpackungen so herzustellen, dass sie tatsächlich gut zu recyceln sind. Dafür muss sich die Konsumgüterbranche auf gewisse Standards einigen. Man müsste weniger verschiedene Plastiksarten verwenden und sich auf diejenigen beschränken, die sich gut im Kreislauf führen lassen. Außerdem sollten Verpackungen aus Monoplastik bestehen, heißt: Sie enthalten nur eine einzige Sorte Plastik. Bei PET-Flaschen funktioniert beides schon ganz gut.

Recyclat – Umweltschutz aus dem gelben Sack

Nur so ist gewährleistet, dass der Plastikmüll aus dem Gelben Sack wieder und wieder verwendet wird und aus einer alten Verpackung immer wieder eine neue werden kann. Wenn wir Plastik als wertvollen Rohstoff behandeln, landet es auch nicht als Müll an Land und im Meer.

Mit der Recyclat-Initiative verfolgen Werner & Mertz und seine Partner diesen Ansatz bereits seit 2012 sehr erfolgreich. Dank neu entwi-

PET, PE und PP findet man in jedem Haushalt. Lebensmittelverpackungen bestehen daraus, aber auch Kanister, Flaschen, Folien und zahlreiche andere Gebrauchsgegenstände. Um diese Mengen an Plastik herzustellen, wird sehr viel Rohöl verarbeitet. Gleichzeitig braucht man zweimal mehr Energie dafür, neues PET herzustellen, als altes für die Wiederverwendung aufzubereiten. Von verlustfreiem Recycling, bei dem Plastik ähnlich wie Glas oder Altpapier in einem geschlossenen Wertstoffkreislauf geführt wird, profitiert die Umwelt also gleich doppelt: Zum einen vermeidet es die Vermüllung von Landschaft und Meer, zum anderen schon es die natürlichen Ressourcen, weil nicht permanent neues Plastik aus Rohöl nachproduziert werden muss.

ckelter Verfahren bestehen die PET-Reinigerflaschen der Marke Frosch heute zu 100 Prozent aus Altplastik, wobei ganze 20 Prozent mit Recyclat aus dem Gelben Sack hergestellt werden. Die HDPE-Verpackung der Frosch-Duschgelflaschen und weiteren bestehen sogar



zu 100 Prozent aus Altplastik – gewonnen aus dem Gelben Sack. Werner & Mertz wurde für diese Innovation, ein am Standort in Hallein bei Salzburg produziertes und abgefülltes Frosch-Duschgel, mit dem deutschen Verpackungspreis in der Kategorie „Nachhaltigkeit“ ausgezeichnet. Eine weitere Auszeichnung in der Kategorie „Neues Material“ gab es für einen komplett recycelbaren Nachfüllbeutel. Beide Verpackungen wurden von Grund auf für die Kreislaufwirtschaft entwickelt. Der Mono-Beutel lässt sich so gut recyceln, dass fast das komplette Recyclat für funktionsgleiche

Neuprodukte genutzt werden kann. Als sich das Unternehmen damals in der Branche nach technischen Möglichkeiten erkundigt hat, hieß es von allen Seiten: Das ist nicht machbar. Trotzdem wurde viel Zeit und Energie in das Vorhaben gesteckt – und siehe: **Es ist machbar.**

Warum machen Unternehmen das nicht schon lange?

Ohne ökonomischen Zwang wirft man einen sehr gut laufenden und effizienten Produktionsprozess nicht über den Haufen und justiert ihn völlig neu. Plötzlich hat man es mit einer anderen Druckbildwiedergabe zu tun, muss Maschinen neu einstellen, vielleicht sogar eine neue Anlage kaufen. Es besteht also ein großes kommerzielles Risiko. Die meisten winken da einfach ab und denken: Wofür denn? Aber diese Hürden zu überwinden zeichnet Werner & Mertz schon immer aus. Fortschritt entsteht nicht, indem man sich am Minimum entlang hangelt.

→ Der Recycling-Check der Initiative Frosch bewertet, ob Aktivitäten nur gut aussehen, oder ob sie auch wirklich helfen, Plastik im Wertstoffkreislauf zu halten.
initiative-frosch.de/recycling-check/

Aus Liebe zur Natur

SWAROVSKI OPTIK spendet für den Erhalt der Wanderwege

See the Unseen: Inspiriert von der Liebe zur Natur und angetrieben vom Bestreben, den Menschen die Kostbarkeit des Augenblicks nahezubringen, wurde SWAROVSKI OPTIK 1949 gegründet. Seitdem setzt sich der Hersteller hochpräziser Fernoptik dafür ein, die Menschen für die Schönheit der Natur zu begeistern und sie zu motivieren, ihr mit Achtung und Respekt zu begegnen. Anlässlich des 70-jährigen Bestehens unterstützt das Tiroler Familienunternehmen den Alpenverein für den Erhalt der Wege mit einer Spende bei jedem verkauften CL-Pocket-Mountain-Fernglas.





←↑ Raus aus dem Alltag, hinein in die Bergwelt! Die Natur ist für viele Outdoor-Enthusiasten nicht nur Kraft- und Inspirationsquelle, sondern auch Zufluchtsort, um dem Alltag zu entfliehen, und Experimentierfeld für Entdeckungen bzw. Abenteuer.
Fotos: SWAROVSKI OPTIK

Naturerlebnisse als Unternehmensantrieb

Ob Wandern, Klettern, Bergsteigen oder Skitouren – eigentlich alle Bergsportarten bieten den Reiz, in die Natur einzutauchen und sie mit allen Sinnen aufzusaugen. Physisch sind die Aktivitäten meist anstrengend, dennoch dienen sie der Erholung und lassen Raum, Neues zu entdecken und faszinierende Ausblicke zu erspähen. Um auch Details in der Ferne genau beobachten zu können, ist das Fernglas für viele ein ständiger Begleiter auf dem Berg.

Auch Wilhelm Swarovski sah die Natur als Zufluchtsort, Inspirationsquelle und Experimentierfeld. Der Sohn von Daniel Swarovski, Gründer des weltweit bekannten Kristallunternehmens, entwickelte bereits mit 17 Jahren sein erstes Fernglas. Im Jahr 1949 gründete er SWAROVSKI OPTIK – heute eines der weltweit führenden Unternehmen für fernoptische Geräte.

Mit Ferngläsern, Teleskopen, Zielfernrohren und Zubehör für die Zielgruppen Jagd, Vogelbeobachtung und Outdoor bringt der Tiroler Familienbetrieb seit nun 70 Jahren Naturbegeisterten die Vielfalt von Flora und Fauna nahe und unterstützt sie, ihre Schönheit zu erleben. „Unser Antrieb ist es, durch unvergessliche Einblicke in die Natur die Menschen zu inspirieren, ihr mit Achtung und Respekt zu begegnen“, erklärt Florian Kreißl, Vertriebsleiter Österreich, und ist sich sicher: „Wer die Schönheit der Natur erkennt und zu schätzen weiß, der bewahrt und schützt sie auch.“

Innovation „Made in Tirol“

Die heimische Bergwelt beeinflusst das weltweit agierende Unternehmen von Beginn an. Der Unternehmenshauptsitz Absam in Tirol ist Teil der Markenidentität. „Damals wie heute ist die

edelweiss BERGSport
alpenverein edelweiss
Programm 2020

www.alpenverein-edelweiss.at

welt bewegend
Das Reisebüro im Alpenverein

BERG & TREKKING

USBEKISTAN
TADSCHIKISTAN

Zelt-Trekking im Pamir-Gebirge
inkl. Highlights der Seidenstraße
10.06. – 27.06.2020 | ab € 2.570,- | Flug ab € 700,-

BERG & TREKKING
PERU
Trekking in der majestätischen Cordillera Huayhuash
15.05. – 31.05.2020 | ab € 2.490,- | Flug ab € 1.000,-

WANDERN & KULTUR
FRANKREICH
Wandern und Kultur im Norden Korsikas
24.05. – 31.05.2020 | ab € 1.625,- | inklusive Flug

SPORT & AKTIV
NORDMAZEDONIEN
Skitourenwoche „aktiv“ in Nordmazedonien
21.03. – 29.03.2020 | ab € 1.490,- | Busanreise

www.weltbewegend.at



← Seit 1949 entwickelt, konstruiert und produziert SWAROVSKI OPTIK in Absam.

Lage am Wasser wichtig für den Produktionsbetrieb“, erläutert Kreißl, warum die Ansiedlung am Eingang des wasserreichen Halltals für Wilhelm Swarovski nahe lag. „Doch auch für die Kreativität und das Wohlbefinden unserer Mitarbeiter ist der Standort optimal. Oft genügt schon ein kleiner Ausflug in die Umgebung, um sich für die Arbeit inspirieren zu lassen und neue Energie zu tanken.“ Entwicklung, Konstruktion und Produktion finden in Tirol statt. SWAROVSKI OPTIK stellt nach höchsten Qualitätsstandards her. Durch das Zusammenspiel aus Qualität, Präzision, Formschönheit und Funktionalität wird jedes Produkt zum Meisterstück.

Ganz im Sinne eines Familienunternehmens denkt SWAROVSKI OPTIK beim Wirtschaften in Generationen, entsprechend ist nachhaltiges Handeln ein integraler Bestandteil der Unternehmensphilosophie. Dazu gehört neben dem sparsamen Umgang mit Energie und Rohstoffen bei der Herstellung von Ferngläsern, Teleskopen und Zubehör auch die energieeffiziente und ressourcenschonende Gestaltung des Stand-

ortes. Ein Beispiel hierfür sind begrünte Dachflächen, die Lebensraum für Pflanzen und Tiere bieten. Die gesamte Architektur ist darüber hinaus so angelegt, dass sie sich gut ins Landschaftsbild einfügt.

Jubiläumsaktion

Zum 70-Jahr-Jubiläum möchte SWAROVSKI OPTIK mit einer besonderen Aktion einen Beitrag leisten, um zum Erhalt der österreichischen Wanderwe-

ge in der heimischen Bergwelt beizutragen. Für jedes verkaufte CL Pocket Mountain, das Alpenverein-Mitglieder zu einem rabattierten Preis beziehen können, spendet das Unternehmen 25 Euro für die Sanierung und Instandhaltung der Alpenvereinswege. Diese Spendenaktion trägt dazu bei, dass Naturliebhaber auch weiterhin die Einzigartigkeit der österreichischen Berge genießen können. Als kompaktes Fernglas mit sehr guter optischer Leistung und hohem Sehkomfort ist das CL Pocket Mountain ideal für Entdeckungen auf Reisen und für Aktivitäten wie Bergsteigen, Klettern oder ausgiebige Wanderungen. Kontrastreiche, scharfe Bilder sorgen für unvergessliche Erlebnisse, dabei ist das robuste Fernglas staub- und wasserdicht. 🌿

Das Produktdesign des CL Pocket Mountain besticht passend zur Themenwelt durch seine in Schwarz und Anthrazit gehaltene Farbgebung. Eine orange Funktionstasche sowie ein Trageriemen in Kletterseiloptik runden das Paket ab.



-15
PROZENT
LIMITIERTE
ONLINE-AKTION



CL POCKET
MOUNTAIN
FÜR BLICKE,
DIE WEITER
GEHEN

SEE THE UNSEEN

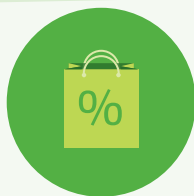


SWAROVSKI
OPTIK

EXKLUSIV FÜR ALPENVEREINSMITGLIEDER: Limitierte Auflage im Onlineshop von SWAROVSKI OPTIK erhältlich. Unter SWAROVSKIOPTIK.COM und mit dem Code ALVP70 ist das CL Pocket Mountain, um 15 Prozent günstiger. Von jedem verkauften Fernglas spendet SWAROVSKI OPTIK € 25,00 an den Österreichischen Alpenverein.

Mitglieder profitieren!

Was die Mitgliedschaft noch alles bietet



Wer der großen Alpenvereinsfamilie angehört, genießt zahlreiche Vorteile. So beinhaltet die Mitgliedschaft nicht nur eine weltweite Bergungskosten- und Rückholkostenversicherung oder Ermäßigung bei Hüttennachtungen. Was die wenigsten wissen, ist, dass der Alpenverein zahlreiche Vorteilspartner hat, bei denen Mitglieder Vergünstigungen erhalten.

Die jeweiligen Rabattcodes bzw. Ermäßigungshinweise finden Sie unter:
www.alpenverein.at/vorteilspartner

TAUERN SPA Kaprun

Ein exklusives 4-Sterne-Superior-Resort mitten im Salzburger Land am Fuße des Kitzsteinhorns samt moderner SPA-Wasser- & Saunawelt mit Indoor- und Outdoorbereich auf rund 20.000 m².

Ihr Vorteil: 15 % Rabatt auf den Eintritt in die Therme und Sauna bzw. 10 % Rabatt im Hotel auf tagesaktuelle Preise (nach Verfügbarkeit).



Bergsteigerdörfer

In den Bergsteigerdörfern der Alpenvereine schlägt das Herz eines jeden Bergliebhabers höher. Bei den über 100 Partnerbetrieben wird auf die Bedürfnisse von Alpinisten eingegangen. **Ihr Vorteil:** Alpenvereinsmitglieder erhalten mit ihrem gültigen Ausweis 10 % Ermäßigung pro Person auf den regulären Preis von Übernachtung und Frühstück bei Direktbuchung im Betrieb.



PanoramaKnife

Mit Österreichs Bergen ein Brot, den Käse, das Gemüse, den Speck u. v. m. schneiden? Alles möglich mit den PanoramaKnife-Messern! Produziert in einem kleinen Dorf in Oberitalien, von Hand und mit Liebe fürs Detail gefertigt.

Ihr Vorteil: 11 % Rabatt auf jeden Einkauf sowie eine versandkostenfreie Zustellung in Österreich (Gutscheincode: pköav2018). www.panoramaknife.at



Sportgigant

Sportgigant ist ein österreichischer Spezialist für Bergsport und Fitness in Pasching bei Linz mit einem großen Onlineshop unter:

www.sportgigant.at
Ihr Vorteil: 15 % Ermäßigung auf alle Artikel

Ompura

Natürlich, individuell und fair. Maßanpassung und individuelle Farbkombination in hochwertiger österreichischer Qualität.

Ihr Vorteil: 10 % Rabatt und keine Versandkosten.

Gestalten Sie auf www.ompura.at Ihr individuelles Kleidungsstück – made in Austria.



JUFA Hotels

JUFA Hotels bieten Ihnen qualitätsvolle Unterkünfte mit sportlicher sowie familien- und kinderfreundlicher Ausstattung von der Ostschweiz bis hin zu den Ybbstaler Alpen. **Ihr Vorteil:** 10 % Rabatt auf die tagesaktuellen Listenpreise aller JUFA Hotels.



HYPOXIA MEDICAL CENTER

Höhentherapie - Höhenttraining

seit 1955

Hypoxia Medical Center

Das erste Zentrum für Höhenkuren, Höhentherapien und Höhenttraining in Österreich bietet Höhentherapien für Menschen mit chronischen Problemen der Atemwege an sowie auch für Sportler oder Expeditionsteilnehmer, die ihre Leistungsfähigkeit steigern wollen.

Ihr Vorteil: 15 % Rabatt auf alle Leistungen



ArtRock climbing systems

Ob zuhause ein kleiner Kletter-/Boulderbereich für Sie und Ihre Kinder oder ein ganzes Kletterzentrum im großen Stil; mit 30 Jahren Erfahrung sind wir die Richtigen für Ihre Kletterprojekte. In Zusammenarbeit mit dem Alpenverein entstand eine tolle Griffserie – erhältlich in unserem Onlineshop.

Ihr Vorteil: 15 % Rabatt für Mitglieder (gültig auf die Alpenvereinsgriffserie; mittels Eingabe des Gutschein-codes: ALPENVER-EIN1862). Besuchen Sie uns unter: www.artrock.at

SUNNYBAG* LEAF PRO



SUNNYBAG Solarladegeräte

Laden Sie Ihr Smartphone, Ihren Kameraakku und vieles mehr auf langen Wanderungen oder Ausflügen ganz einfach mit Sonnenenergie.

Ihr Vorteil: -20 % auf alle Produkte auf www.sunnybag.at



Alpenvereins-Vertragshäuser

sind Gast- und Beherbergungsbetriebe, die Mitgliedern des Alpenvereins und Gleichgestellten gegen Vorlage des gültigen Mitgliedsausweises einen Nachlass gewähren.

Ihr Vorteil: mindestens 10 % auf den jeweiligen Nächtigungspreis

alpensepp

Beste Bergkäse aus Vorarlberg auf Reisen!

Nutzen Sie Ihre Vorteile:

- Bequeme Bestellmöglichkeit im deutschsprachigen Raum
- Direkt vom Erzeuger – Rehmer Sennhus
- Frischegarantie – vom Reifekeller auf den Küchentisch

Ihr Vorteil: 10 % Rabatt auf jeden Einkauf



TRAILDOG RUNNING

Wir führen eine riesige Auswahl an Laufschuhen für Trailrunning, Berglauf, Straße, aber auch Schuhe für Barefoot/Naturalrunning sowie Laufsandalen!

Ihr Vorteil: 10 % Rabatt gegen Vorlage der gültigen Mitgliedskarte bzw. online durch Eingabe des Vorteilscodes „Alpenverein“. Dein Laufshop in Wien: www.traildog.at

BERGWELTEN

Das Abo (8 Ausgaben/Jahr) gibt's für alle Alpenvereinsmitglieder zum Vorteilspreis von nur € 30,- statt € 39,-. Gleich bestellen und die Schönheit der Natur entdecken. Außerdem gibt's ein Willkommensgeschenk zum Abo.

Ihr Vorteil: Neun Euro Ersparnis beim Jahresabo.

www.bergwelten.com/alpenverein



BERG WELTEN

Junge Hotels Austria

Mitglieder der Alpenvereinsjugend (< 30 Jahre) erhalten EUR 5,- Ermäßigung auf den internationalen Jugendherbergsausweis. Er ist Voraussetzung, um in Jugendherbergen auf der ganzen Welt vergünstigt übernachten zu können: über 5.000 Hostelling-International-Hostels weltweit; in Österreich gibt es über 90 Jugendherbergen. Bevor du einen Jugendherbergsausweis beantragst, informiere dich über Aktuelles zu den Mitgliedschaftsbedingungen unter www.junghotels.at



ZERUM www.zerum.at

ZERUM – ausschließlich fair und nachhaltig

ZERUM ist ein junges Modelabel, das ausschließlich unter fairen und nachhaltigen Bedingungen produziert. Nachhaltiger Lifestyle für faire Individualisten ist ihr Ziel!

Ihr Vorteil: 15 % Rabatt auf ZERUM-T-Shirts (ausgenommen Sale-Ware). www.zerum.at



THERME LAA
WOLFGANGS-PLATZ 1
1020 WIEN

Therme Laa – Hotel & Silent Spa

Energie tanken, erholen oder eine Auszeit genießen im malerischen Weinviertel. Thermal- und Massagebecken innen und außen, das Solebecken sowie die großzügige Saunawelt laden zum Verweilen ein.

Ihr Vorteil: Gegen Vorlage der Alpenvereins-Mitgliedskarte exklusiv 10 % Rabatt auf die Eintritte der Therme Laa. www.therme-laa.at

Neu am Markt

Erhältlich im Fachhandel



Evo 5 | Arva

Das neue Evo 5 ist mit 70 x 110 mm das kleinste und mit 170 g auch leichteste LVS-Gerät von Arva. Die Leistungsdaten und der Bedienkomfort sind dennoch auf einem hohen Niveau. 50 m Suchbandbreite, Markierfunktion und Interferenzmanagement für Smartphones und andere elektronische Geräte stehen bei diesem 3-Antennen-LVS zur Verfügung.

www.arva-equipment.com

€ 235,-

Guide Extreme V | Leki

Der faltstock besteht aus zwei Carbonelementen, wodurch eine Gewichtsreduktion erreicht wird (257 g), und aus einem hochfesten Alu-Element, um gegenüber Skikanten robust zu sein. Der Verstellbereich beträgt 115–135 cm und zusammengelegt misst er 42 cm. Der Stock wirkt von der Handschlaufe (Trigger-Vertical-Strap-System) bis zum Schneeteller, mit dem man optimal die Bindung bedient und dank flacher Stelle vereiste Felle abziehen kann, äußerst durchdacht!

www.leki.at

€ 219,95



ANITO-MICROLOFT-JACKE |

Northland

Leicht und warm geht auch ohne Daune! In diesem Fall mit einer Microloft-Hohlfaser-Füllung für besonders viel Lufteinschluss und damit optimaler Isolierung bei geringem Gewicht. Ideal für sämtliche Outdooraktivitäten.

www.northland.at

€ 149,95



Snowshoe Carbon Air Frame |

Komperdell

Dank Carbon sind diese Schneeschuhe um 50% leichter als herkömmliche Modelle. Anstatt einem Rahmen und einem Deck wird der Carbon Air Frame in einem Guss gefertigt. Das spart nicht nur Gewicht, sondern macht den Schuh auch extrem widerstandsfähig. Die Easy-Step-In-Bindung mit dem Schnellverschluss passt für jede Schuhgröße und normales Outdoor-Schuhwerk und bietet besonders guten Halt.

www.komperdell.com

€ 349,95

Vision Down Parka |

Black Diamond

Der Parka hat ein extrem reißfestes Obermaterial aus einer besonderen Ripstop-Konstruktion mit Flüssigkristallpolymer. Dieses wird sogar im Black-Diamond-Vision-Klettergurt verwendet. Die Füllung besteht aus RDS-zertifizierter HyperDRY-Gänsedaune mit einer Bauschkraft von 800 Cuin. Durch die Feuchtigkeitsresistenz hält der Parka bei extrem kalten Temperaturen warm wie ein Schlafsack.

www.blackdiamondequipment.com

€ 400,-



Riffel | Hyphen

Die in Kroatien produzierte Damenjacke eignet sich dank ihres Hybridaufbaus perfekt für intensive Aktivitäten wie Ski- und Bergtouren oder zügiges Wandern. Im oberen Körperbereich bringt das neue Isolationsmaterial Climashield®-CONTUR hervorragenden Schutz vor Kälte, Wind und Nässe. An der Rumpfseite ist elastisches, gut atmendes und wärmendes 4-Wege-Stretch-Material verbaut. Belüftungsöffnungen sorgen für maximale Atmungsaktivität.
www.hyphen-sports.com € 299,95



Pro X Removable Airbag 35 I | Mammut

Der mit dem Removable Airbag System 3.0 ausgestattete Pro X ist ein absoluter Allrounder – ideal beim Freeriden oder auf Tages-Ski- und Snowboardtouren. Der komplett zu öffnende Rückenreißverschluss ermöglicht einen raschen Zugriff zum Hauptfach, selbst mit frontal befestigtem Snowboard.
www.mammut.com € 699,-



Merino-Funktions-Shirt |

Merino & More

Die Kombination macht es aus. Das 2-Schichten-System aus verstärkter superfeiner Merinowolle und dem technisch hergestellten Hochleistungsgarn Polycolon transportiert Schweiß nach außen und hält den Körper trocken und warm, ohne ihn dabei zu überhitzen. Durch die antibakteriellen Eigenschaften der Merinowolle und die spezielle Produktionsweise ohne Schulter- und Seitennähte ist die Wäsche ideal für mehrtägige Gebirgstouren oder lange Trainingseinheiten geeignet. Entwickelt in Vorarlberg, produziert in der EU!

www.merino-more.com € 69,90



„zua“ | Doghammer

Was macht der Tiroler Fellhersteller Contour mit den Abschnitten in der Fellproduktion? Er schickt sie zu Doghammer. Die produzieren in Handarbeit lustige Hausschuhe aus den Resten, die sonst weggeschmissen werden. Alles freilich made in Europe!

www.doghammer.de € 57,90



Dryflex® + Schlauchschal | Buff

Der neueste Schlauchschal von Buff besteht aus dem einzigartigen Dryflex-Garn, das sich durch herausragende Performanceeigenschaften auszeichnet: ultraleicht, extrem saugfähig und elastisch. Die Körpertemperatur wird konstant gehalten und Silikonpads sorgen für perfekten Sitz, ohne zu verrutschen!

www.buff.com € 39,95



Die Zukunft ist, was wir daraus machen

Bergsteigerdörfer als regionale Entwicklungskerne

„Bergsteigerdörfer sind vorbildhafte regionale Entwicklungskerne im nachhaltigen Alpentourismus“, ist auf der Bergsteigerdörfer-Website zu lesen. Eine gewagte Positionierung? Wagen wir den Blick hinter den Vorhang und schauen, wie diese Vision von den Bergsteigerdörfern umgesetzt wird.

Zusammengestellt von Marion Hetzenauer

Zwanzig Orte und Regionen in Österreich dürfen sich Bergsteigerdorf nennen, weitere neun in Deutschland, Südtirol, Italien und Slowenien. Während manche Ausgangspunkt für langersehnte Besteigungen oder Touren sind, bestechen andere mit ihrer alpinen Kulturlandschaft, in der kleinräumige Berglandwirtschaft eine große Rolle

spielt. Das Bergsteigerdorf Vent zieht mit Wildspitze, Similaun und Weißkugel Alpinisten beinahe magisch an. Wanderer mit Vorliebe für Erd- und Zeitgeschichtliches werden von Mauthen begeistert sein und Skitourengeher finden im Villgratental Ruhe und sensationelle Abfahrten. So unterschiedlich diese Orte sind, gemeinsam ist ihnen ein Bezug zur Natur und

Kultur und die Verbundenheit mit den Bergen, da Alpentourismus wesentlich zu ihrer Entwicklung beigetragen hat.

Bergsteigerdörfer stehen für ihre Kleinheit und Ruhe, ihr harmonisches Ortsbild und ihren alpinistischen Anspruch – Qualitäten, die es zu erhalten gilt. In Zusammenarbeit mit den Alpenvereinen setzen sich diese Orte

für einen sanften Alpentourismus ein. Dabei soll aber kein Glassturz über sie gestülpt und sie so zu Museen gemacht werden – vielmehr soll die Auszeichnung zum Bergsteigerdorf Anregung für neue und innovative Wege sein.

Geleitet von der Alpenkonvention, die eine gesamtheitliche nachhaltige Entwicklung des Alpenraums im Blick hat, stellen

← Das Bergsteigerdorf Mauthen. Foto: S. Lederer

sich Bergsteigerdörfer den Herausforderungen, um für zukünftige Gegebenheiten vorbereitet zu sein. Um nur wenige zu nennen: Abwanderung und Überalterung sind Schreckensszenarien für den ländlichen Raum. Vielerorts wird es notwendig sein, Kräfte zu bündeln, z. B. in der Verwaltung, der Vermarktung landwirtschaftlicher und touristischer Produkte, der Nahversorgung oder der öffentlichen Erreichbarkeit. Auch der vielzitierte Klimawandel wird mit zunehmenden Extremereignissen dafür sorgen, dass sich das Urlaubsverhalten der Alpenbesucher ändert – sei es, dass sie in den heißen Sommern vermehrt die Alpen besuchen, sei es, dass sie ihren Alpenbesuch stark von Vorhersagen abhängig machen oder Regionen meiden werden. Die zunehmende Digitalisierung verspricht Chancen, auch in entlegenen Gebieten dezentrale oder hochqualifizierte Arbeitsplätze zu schaffen, geht aber ebenso einher mit der Entkoppelung sozialer Beziehungen in unmittelbarer Umgebung.

Damit die Verbundenheit der Bevölkerung zur alpinen Region nicht verloren geht, ist es gerade den Bergsteigerdörfern ein An-

liegen, regionale Besonderheiten hervorzuheben und den Bewohnern ein Bewusstsein für diese zu geben. Nicht nur Tradition, auch neue Ankerpunkte tragen dazu bei, eine regionale Identität zu definieren – dabei ist Innovation wichtig. Neue Modelle entstehen, alternative Methoden kommen zum Einsatz, der Kreativität wird Raum gegeben, um die Entwicklungen in den Bergsteigerdörfern mitzugestalten.

Klar ist, die Bergsteigerdörfer sind nur so kreativ und innovativ wie die Menschen, die dort leben, arbeiten oder ihren Urlaub verbringen. Wie sich ihr Engagement auswirkt, ist hier beispielhaft nachzulesen.

Facetten des Bergsteigerdorfs Mauthen

Der jährliche Erfahrungsaustausch im Rahmen der Jahrestagung ist eine wahre Ideenfundgrube ähnlich strukturierter Dörfer im Alpenraum. Zugleich ist das regelmäßige Zusammentreffen auch eine ganzjährige Motivation, im eigenen Bergsteigerdorf Neues auszuprobieren. Im Bergsteigerdorf Mauthen wurden

in den letzten Monaten folgende Projekte begonnen und realisiert:

Menschenporträts in den sozialen Medien

Wir zeigen Close-ups der Bewohner, um einerseits unseren Respekt vor den Menschen im Ort offenzulegen, andererseits sind es genau diese Menschen, die das Ursprüngliche und Charaktervolle eines Bergsteigerdorfs ausmachen. www.facebook.com/bergsteigerdorf

Häusertafeln

An den straßenseitigen Außenwänden „interessierter“ Häuser bringt der Kulturverein Mauthen seit 2018 laufend Infotafeln an, die ihre Geschichte in Deutsch und Italienisch erzählen. Kurz und prägnant, mit ein bis zwei historischen Bildern versehen, sind die glasartigen Tafeln in einer Alufassung montiert, die als Silhouette das Bergpanorama von Mauthen darstellt.

Alpingeschichtliches Archiv

Das Lebenswerk von Robby Peters, einem Freund des Ortes und nunmehr pensionierten Jour-

nalisten aus Aachen, ist die historische Aufarbeitung der Alpingeschichte unserer Region. Sein Archiv wird ab Jahresende von Deutschland nach Mauthen übersiedelt und umfasst historische Bücher und Druckwerke, Devotionalien, Ausrüstungsgegenstände, Bilder und Möbel der Region. Das Gebäude ist zweistöckig und wird im ersten Stock als Archiv und ebenerdig als Geschäftsstelle, Ausstellungs- und Versammlungsraum genutzt werden. Die Einweihung fand im Rahmen der 125-Jahr-Feierlichkeiten am 26. Oktober statt.

Slow-Food-Travel-Region – bis zur Hütte

Über die Aufnahme unserer Schutzhütte am Zollnersee in den erlesenen Kreis der Slow-Food-Travel-Region-Partner sind wir als Sektion besonders stolz. „Gut, sauber und fair“ lautet das Motto der internationalen Slow-Food-Bewegung. Unsere Hüttenwirtsleute Maria und Toni Taurer leben und arbeiten mit vollster Überzeugung regional und traditionell und wurden zu Recht als erste Alpenvereinschütte mit dem Slow-Food-Siegel ausge-



DRY BACK

ENGINEERED
IN THE DOLOMITES

SALEWA.COM



R A N D O N N É E



↑ Innervillgraten. Foto: TVB Osttirol Villgraten

↓ Vent, Bergsteigerkapelle. Foto: ARTeVENT

↓ ↓ Vent, Kunstweg auf der Bartebe'ne. Foto: ARTeVENT



zeichnet. Eine schöne Ergänzung zur Initiative „So schmecken die Berge“ des Alpenvereins. Zum Wohl und Genuss der Wanderer entlang des Karnischen Höhenwegs werden hier regionale Produzenten und regionstypische Verarbeitung gestärkt.

Grenzgänger Marathon

In Anlehnung an den Sellraintaler 24-Stunden-Marsch haben wir 2019 zum bereits vierten Mal den Grenzgänger Wandermarathon (40,4 km, 2.273 Hm Aufstieg) in und rund um das Bergsteigerdorf Mauthen erfolgreich durchgeführt. Vom Ort geht's durch den Nöblinger Graben rauf zum Zollnersee und weiter zu unseren italienischen Nachbarn. Über die Promosalml entlang der Traversale Carnica zum Plöckenhaus, über die Untere Valentalalm und den Römerweg zurück nach Mauthen.

Ingo Ortner ist stv. Obmann der Sektion Obergailtal-Lesachtal und u. a. mit den Agenden des Bergsteigerdorfs betraut. Nach 25 Jahren in Wien lebt er seit 2012 mit seiner Familie wieder in der Heimat und pendelt regelmäßig in die Stadt. Beruflich ist er in der Werbung tätig und nutzt sein berufliches Netzwerk mit Vorliebe für zukunftsfähige regionale Projekte. www.koemau.com

Kunst und Kultur im Bergsteigerdorf

Das Bergsteigerdorf Vent im Ötztal avanciert jährlich im Sommer zu einem alpinen Ort der Kunst und Kultur und geht damit einen einzigartigen Weg des sanften Tourismus. Gestartet wurde vor über zehn Jahren mit einem internationalen Bildhauersymposium, aus dem der „Kunstweg auf Bartebe'ne“ entstanden ist. Über die Jah-

re kamen Vorträge, Exkursionen, Ausstellungen und literarische Veranstaltungen hinzu. 2019 nahm ARTeVENT das 150-Jahr-Jubiläum des Deutschen Alpenvereins zum Anlass, in die Vergangenheit und Zukunft des Lebens in den Alpen zu blicken. Eine Ausstellung im renovierten Widum zeigt seither als Leihgabe des Alpenvereinsmuseum Innsbruck das Fremdenbuch von Vent aus der Zeit von Franz Senn. Gemeinsam mit der Initiative Bergsteigerdörfer wurden in einem Dorfrundgang sowie Abendvortrag die bestehenden und zukünftigen Möglichkeiten des nachhaltigen Tourismus in den Bergsteigerdörfern diskutiert. In Vent, das lange Zeit von außen – durch Alpinismus, Wissenschaft und Naturkunde – geprägt wurde, sollen auch weiterhin mit ARTeVENT Kunst und Kultur sowie spannende Themen ihren Platz finden. Und manch einer wird auch in Zukunft von diesem unerwarteten touristischen Zusatzangebot auf 1890 m Seehöhe überrascht sein.

Ursula Scheiber aus Umhausen im Ötztal ist promovierte Politikwissenschaftlerin und Bergwanderführerin. Seit acht Jahren koordiniert sie die Kulturinitiative ARTeVENT im Bergsteigerdorf Vent. vent.at/artevent

Bürgerbeteiligung: Neue Impulse für Innervillgraten

In einem mehrteiligen moderierten Prozess denken und gestalten Bürgerinnen und Bürger die Zukunft von Innervillgraten. Über die naturnahe und nachhaltige (Weiter-)Entwicklung des Bergsteigerdorfs gibt es breiten Konsens.

→ Auftakt „Neue Wege“.

Foto: RaumGis

„Die zahlreichen Teilnehmer, die zum ersten Workshop gekommen sind, die Diskussionen und die Ergebnisse haben gezeigt, dass der Weg des naturnahen, behutsamen Tourismus, der im Villgratental schon vor Jahren eingeschlagen wurde, von den Menschen auf breiter Basis mitgetragen wird“, fasst Christof Schett, Obmann des Ausschusses für Dorferneuerung, Kultur und Umwelt sowie Mitinitiator des Bürgerbeteiligungsprozesses, zusammen.

Ziel ist es, in Workshops zwei konkrete Projekte zu entwickeln und diese ab Herbst 2019 umzusetzen. Der Bürgerbeteiligungsprozess wird von Petra Wolfhardt und Thomas Kranebitter moderiert, die sich als „Raum-

schmiede“ und Wegbegleiter sehen. „Der Wunsch nach Teilhabe und aktiver Mitgestaltung ist deutlich zu erkennen, alle Generationen sind vertreten, vom Bauern über den Hotelier bis hin zum Handwerker“, freut sich Wolfhardt über den gelungenen Start. Ideen und Gedanken der Teilnehmer werden öffentlich sichtbar gemacht – für die Projektbegleiter ist das entschei-

dend für das Gelingen der Projekte. Dabei will man auch auf Kooperationen setzen, die sich bereits in der Vergangenheit bewährt haben, wie mit dem Alpenverein und den Bergsteigerdörfern. „Klasse statt Masse ist dabei unser Leitfaden“, skizziert Schett den weiteren Weg.

Regina M. Unterguggenberger ist Kommunikationsentwicklerin

und Bergwanderführerin. Christof Schett hat viele Jahre seiner Kindheit auf der Oberstalleralm in Innervillgraten verbracht. Die Ursprünglichkeit und Ruhe auf der Alm inspirieren ihn bis heute und haben seinen Weg zum Umwelt- und Automatisierungstechniker und Profisnowboarder begleitet. Heute führt er als Reiseveranstalter Menschen an besondere Plätze abseits der Touristenpfade. ❄️



LEIDENSCHAFT UND EHRliche QUALITÄT AUS ÖSTERREICH

Die besten Bergsteiger
der Welt vertrauen auf
Komperdell.

Auch heute noch werden
alle Stöcke zu 100% in
Österreich gefertigt.



3 YEAR
SERVICE

Carbon C2 Ultralight
Ab 194 Gramm

www.komperdell.com

Extrembergsteigerin
Gerlinde Kaltenbrunner
vertraut seit über 20
Jahren auf Komperdell

Gerlinde Kaltenbrunner

KOMPERDELL



Jukbichl – zwischen Drau und Gail

Vom Gailbergsattel abwechslungsreich und leicht auf den schönen Aussichtsgipfel.

Der Jukbichl ist vielleicht nicht der höchste Berg, aber seine Lage macht ihn zum Aussichtsthron. Das Panorama am Gipfel reicht vom Karnischen Hauptkamm über die Lienzer Dolomiten bis hin zur Venedigergruppe und dem Kreuzeck. Die Tour selbst teilt sich in zwei Teile: Zuerst geht es gemütlich auf einer breiten Forststraße durch die Wälder auf der Ostseite des Berges hinauf. Dann kommt ein schmaler Wanderweg, der behutsam in die Landschaft gelegt wurde und über Almen bis zum Gipfel führt. *Georg Rothwangl*

Direkt bei der Bushaltestelle bzw. dem Parkplatz auf der Passhöhe startet der Wanderweg entlang des Gailtaler Höhenwegs und führt zuerst etwas steiler über

eine schmale Forststraße höher. Bald kommt eine ebene Fläche und nach ein paar Schritten bergab trifft der Weg auf eine breite Forststraße. Dieser bergauf folgend über mehrere Keh-

ren. Die rot-weiß-roten Markierungen geben die Richtung immer klar vor. Bei einer Weggabelung (mit Holzhütte) rechts hinauf, bis nach weiteren Kehren die Abzweigung des Wander-

wegs (gelbe Schilder) erreicht ist. Hier wird die Forststraße verlassen. Nun dem schmalen und abwechslungsreichen Wanderweg bis zur Marktalm folgen und weiter zu den ersten große-

← Blick vom Jukbichl nach Osten zum Jauckenstöckl. Foto: G. Rothwangl

ren Almen. Hier gibt es im Sommer Weidevieh. Bei einer großen Viehtränke geht es über die Wiese rechts höher (nicht geradeaus in den Wald) und schließlich wird die Ochsenalm erreicht. Von dort ist der Gipfel bereits sichtbar und in kurzer Zeit entweder über die südliche oder die nördliche Wegvariante erreichbar. Wer möchte, kann eine Variante im Aufstieg und die an-

dere im Abstieg verwenden. Auf der Ochsenalm gibt es eine aktive Murmeltierkolonie, die sich gut beobachten lässt. Der Rückweg folgt entlang des Aufstiegs. Waren die Blicke beim Aufstieg meist in Richtung Osten gerichtet, sehen wir nun nach Westen. Nach der Tour warten im Bergsteigerdorf Mauthen ein paar gemütliche Gasthäuser zur Stärkung mit Speis und Trank. ❄️

Toureninfos

Anreise

Mit dem Zug nach Oberdrauburg oder mit dem Bus nach Kötschach-Mauthen. Von beiden Orten mit dem Bus bis auf den Gailbergsattel.

Talort/Ausgangspunkt

Kötschach-Mauthen oder Oberdrauburg.

Tourendaten

930 Höhenmeter, 5 h Dauer, 14,6 km (für die gesamte Tour).

Tourenbeschreibung auf alpenvereinaktiv.com:
www.alpenvereinaktiv.com/de/tour/20488434/

Autor

Georg Rothwangl

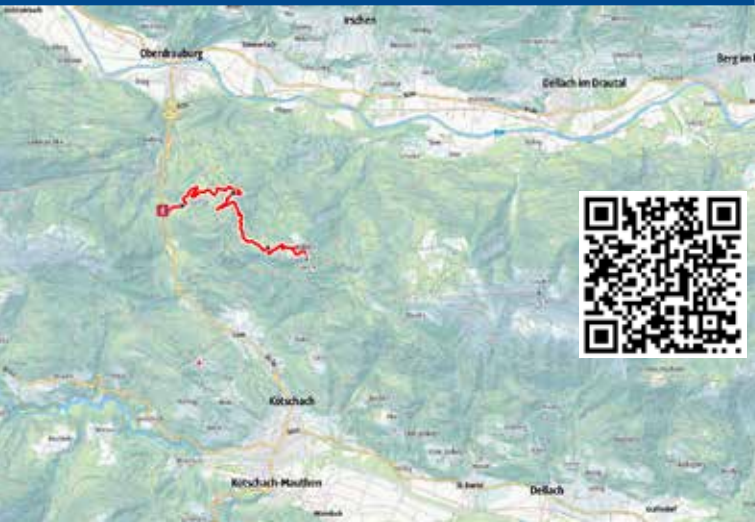
Empf. Kartenmaterial

TBEV 1:25.000: Die Tour verläuft über zwei Kartenblätter: 3109 Ost (Oberdrauburg) und 3110 West (Kötschach-Mauthen)

Freytag & Berndt 1:50.000: WK 223 Naturarena Kärnten Gailtal – Gitschtal – Lesachtal – Weissensee – Oberes Drautal

Kartenausschnitt

outdooractive GmbH&CoKG ©
1996–2019 NAVTEQ



Nockberge-Trail

Die Wildnis & Wellness Skidurchquerung



**4 Tagesetappen /
5 Skigebiete:**

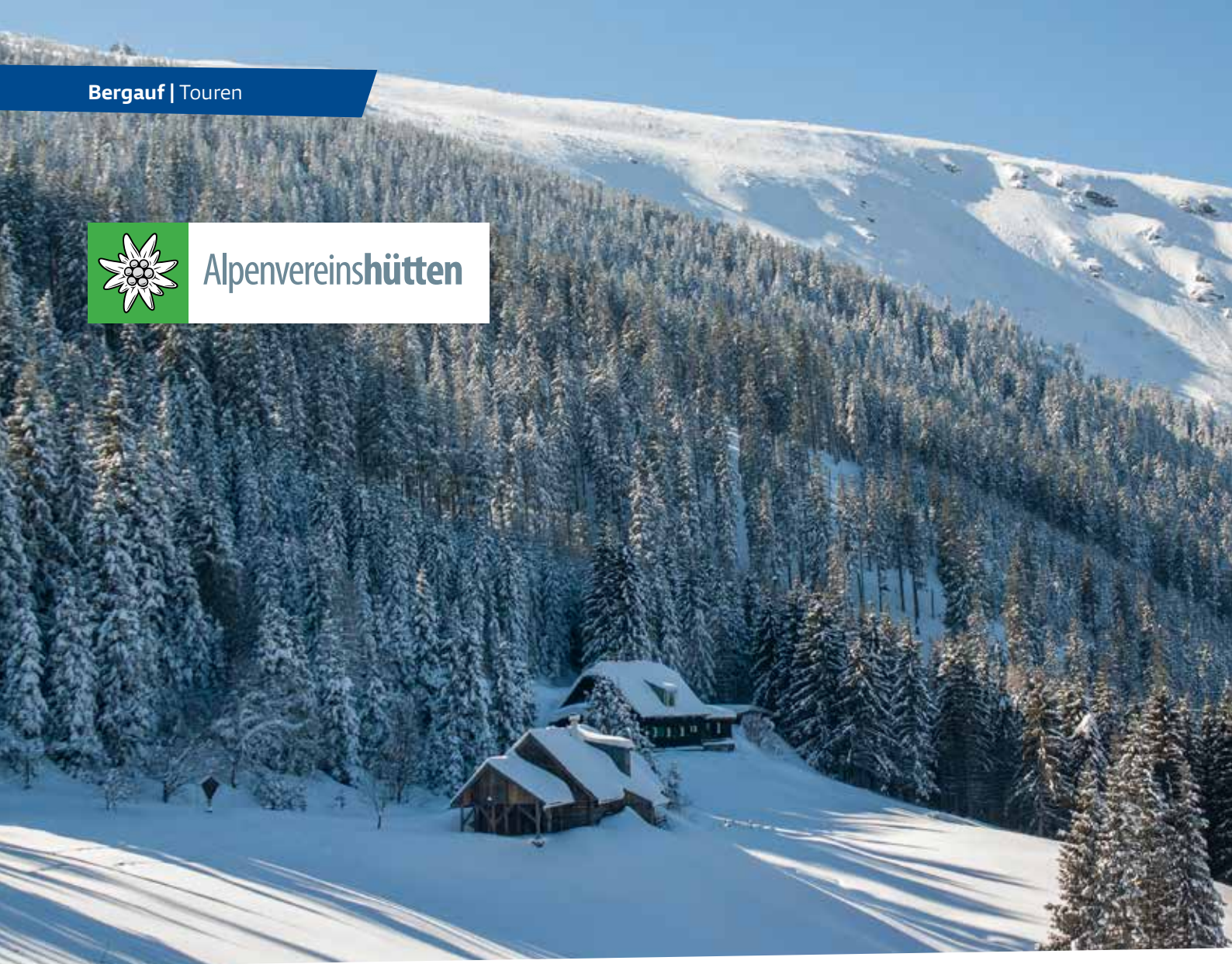
*Katschberg –
Innerkrems –
Turracher Höhe –
Falkertsee – Bad
Kleinkirchheim*



- Für genussorientierte Skitourengeher
- Im Kärntner Biosphärenpark Nockberge
- Max. 6 h Gehzeit und 1.000 Hm pro Etappe
- Erste Auffahrt des Tages immer mit der Seilbahn
- Übernachtung in komfortablen Hotels
- Online Buchbar – Trail Hotline – Gepäcktransfer

www.nockberge-trail.com

KÄRNTEN
Nockberge-Trail



Karl-Lechner-Haus

Von Männern und Mäusen

Mit dem Semmering verbindet man eigentlich Sommerfrische, die Eisenbahn und ein Skigebiet für Wien. Wir verraten hier ein kleines Tourenger-Geheimnis: Dank Toni Pillar hat das Karl-Lechner-Haus am Stuhleck jetzt auch im Winter geöffnet. *Lene Löwenherz*

Im Kaltenbachgraben ist es kalt. Ein verirrter Sonnenstrahl bringt die Eiskristalle am Bachbett zum Glitzern. Bei jedem Ausatmen steigen kleine Dampfwolken auf, unter den Skiern knirscht der Schnee. Schon nach wenigen Metern ha-

ben die beiden Tourengerinnen den Rummel am Liftparkplatz hinter sich gelassen und genießen die Stille im Winterwald. Da taucht zwischen den Bäumen ein Gebäude auf, wie aus einer anderen Zeit: Die von den Besitzern liebevoll in Schuss gehalten-

ne Gaisschlagler Mühle. Sie mahlt seit 1671 im Sommer Korn. Der Aufstieg zum Karl-Lechner-Haus wird gemütlich und kurz. Nur 600 Höhenmeter durch den lawensicheren Graben und ein etwas steileres Waldstück trennen die Damen vom Objekt ih-

rer Begierde: Toni Pillars gebackene Mäuse.

**Nur „Eminenzen“
nächtigen**

„Jo do seid's jo endlich“, entfährt es freudig dem Toni, der gerade



← Das Karl-Lechner-Haus mit Blick aufs Stuhleck.

Fotos: L. Löwenherz

entzündet die Petroleumlampe. Das ist gemütlich. Das Stromaggregat hinterm Haus wird nur gestartet, wenn man es wirklich braucht.

Der andere Ski-Doo

Mit dem Auto kommt man der Hütte auf dem Pfaffensattel am nächsten. Von dort führt ein verschneiter Wanderweg in leichtem Auf und Ab in etwa eineinhalb Stunden zum Karl-Lechner-Haus. Alles, was Toni hier auschenkt, kocht und bäckt und nicht im Herbst einlagern konnte, schleppt er mit einem selbstgebauten Schlitten aus alten Schiern vom Pfaffensattel zur Hütte. „Ich könnt’ wohl das Ski-Doo nehmen, aber der Schlitten is besser für mei Figur“, lacht Toni. Außerdem könnte der Lärm des Ski-Doos die hier lebenden Birkhühner, Auerhühner, Gämsen, Rehe und Hirsche aufscheuchen. So eine Flucht kostet die Tiere viel Kraft, die sie zum Überstehen des Winters brauchen. Freitag vormittags ist der Toni auf Tourenskiern anzutreffen: Streckenbesichtigung. Denn am Wochenende kommen viele Gäste mit den Schneeschuhen oder zu Fuß vom Pfaffensattel zum Karl-Lechner-Haus.

Etwas ein Drittel der Gäste kommt aus Tschechien, Ungarn und der Slowakei. Am Abend kommen gern die Einheimischen mit Lichtern herauf. „Da, schau, 50 Tagesgäste“, erklärt Toni stolz, während er aus einem Haufen Zettel die handschriftliche Abrechnung für den Tag macht. Der Wirt ist selbst Einheimischer aus Steinhaus und Lokführer im Ruhestand. Sicher fünfzehntausendmal sei er dienstlich über den Semmering gefahren, jene Stre-

in der Küche den Abwasch vom Mittagsgeschäft erledigt. Graumeliertes Haar, rot-blau-weiß kariertes Hemd, um den Hals baumelt die Stirnlampe. Der stattliche Endfünfziger trocknet sich die Hände an der Schürze ab und sagt: „Griaß eich. I bin da Toni.“ Die „Eminenzen“, wie Toni Damen gerne nennt, sind heute seine einzigen Übernachtungsgäste und werden gleich in die Küche gesetzt. „Da kann i zsammräumen und plaudern gleichzeitig“, erklärt er und bald zeigt sich, dass Zweiteres beim Toni zuerst kommt. Während der Glühwein am Tischherd zieht, wird’s langsam dunkel. Zwei Gedichte und drei Buchteln später ist der Glühwein fertig und Toni



LUPO AIR #GET2GETHER TO GET THE BEST



LUPO AIR

Innovatives Grilamid-Material mit hohlen Glaskügelchen - reduziert das Gewicht auf nur 1.299 g // Sichere und stabile Verriegelung // Intuitives Kabel-Verschlosssystem // Leichte und griffige Vibram® Sohle



Hüttensteckbrief

Das Karl-Lechner-Haus steht auf 1.450 m Seehöhe am Stuhleck, einem der östlichsten Gipfel der Alpen, der noch über die Waldgrenze hinausragt. Geografisch gehört die Gegend zur Grauwackenzone, was einerseits die mit dem Erzabbau verbundenen Flurnamen erklärt, andererseits auch die durch Wassereinschlüsse entstandenen Verzögerungen beim Bau der Semmeringbahn. Das Karl-Lechner-Haus existiert und gehört seit 1907 der heutigen Wiener Sektion „Stuhlecker“ und wird seit 1977 ehrenamtlich bewirtschaftet. Die Hütte ist gut ausgestattet mit Gastraum, Küche, Sanitäranlagen und Lagern. Insgesamt 20 Gäste können gleichzeitig übernachten. Im Sommer gibt es Strom über eine Photovoltaikanlage, ein Kanal leitet das Abwasser ab und mit etwas Geduld gibt es um die Hütte Handyempfang.

Empfehlenswert für Familien ist der Spazierweg vom Pfaffensattel zur Hütte, der auch im Winter gut begehbar ist. Durch den Kaltenbachgraben verläuft eine schöne Anfängerskitour mit Gipfeloption und leichter Abfahrt über die Piste oder eine Forststraße.

Öffnungszeiten im Winter: Von 29. Dezember 2018 bis 3. März 2019 durchgehend geöffnet von Dienstagabend bis Sonntag.

Kontakt

Pächter: Toni Piller: M 0664/4332621

Anschrift: 8684 Spital am Semmering

Telefon: 0676/4464643

Öffnungszeiten

Von Juni bis Oktober hat das Karl-Lechner-Haus an den Wochenenden und Feiertagen geöffnet. Hüttenwart ist Martin Viehberger.

Zustiege von Spital am Pyhrn (650 m)

■ Pfaffensattel (1.372 m), Gehzeit 1 Std. 20 min.

■ Spital/Semmering (778 m), Gehzeit 2 Std.

■ Steinhaus (800 m), Gehzeit 2 Std. 30 min.

Nachbarhütten

„Alois-Günther-Haus“ (1.782 m), Gehzeit 1 Std.

Rohrauerhütte (1.308 m), Gehzeit 50 min.

Gowil-Alm-Hütte (1.375 m), Gehzeit 2 Std.

Touren

Stuhleck (1.783 m), Gehzeit 1 Std.

Pfaffensattel (1.372 m), Gehzeit 1 Std.

Stuhleck – Peter-Rosegger-Haus – Pretulalpe (1.783 m), Gehzeit 2 Std. 30 min.

← Nur die Eingangstür trennt den Tourengerher noch von Tonis köstlichen gebackenen Mäusen.

→ Die verschneite Rax, davor der Tratenkogel, einst Front im Zweiten Weltkrieg.

cke, die auf dem alten 20-Schilling-Schein verewigt war.

1907 wurde es eröffnet

Ein Schlaganfall mit 42 Jahren hat sein Leben verändert. Er musste neu sprechen und sich bewegen lernen und auch die Lokführerprüfung wiederholen. „Meine ehrenamtliche Arbeit als Hüttenwirt ist ein Dankeschön an alle, die mir geholfen haben, dass es mir heute gut geht.“ Um das Lernen zu lernen, hat Toni damals begonnen, Gedichte zu rezitieren. Und so kommen alle Wintergäste am Karl-Lechner-Haus in den Genuss von Tonis launig vorgetragenen Reimen.

Das Karl-Lechner-Haus kennt der Toni schon sein ganzes Leben. Seine Eltern hätten hier heroben ihre erste gemeinsame Nacht verbracht, erzählt er grinsend. Die Anfänge der Hütte reichen noch viel länger zurück: 1889 gerieten zwei Wiener Alpinisten am Stuhleck in einen Sturm und suchten vergeblich einen Unterschlupf. Zurück in Wien gründeten sie die „Alpine Gesellschaft D’Stuhlecker“ mit dem Ziel, das Stuhleck touristisch zu erschließen. 1907 eröffnete das nach dem damaligen Obmann benannte Karl-Lechner-Haus. Heute sind die Stuhlecker eine Alpenvereinssektion und bewirtschaften das Karl-Lechner-Haus ehrenamtlich. Im Sommer

teilen sich mehrere Familien die Wochenendbewirtschaftung. Im Winter hält neuerdings der Toni die Stellung – ebenfalls für Gottes Lohn, aber das ist okay für den Pensionisten. „I werd guat unterstützt von der Sektion. Da macht mir der Einsatz, ob kochen oder Gschichtln erzählen, a Freud.“

Gespicktes Buchenholz

Der Glühwein ist leer und im Rohr brutzelt der Schweinsbraten. „Wenn der zu zwei Drittel durch ist, schneid ich ihn auf und lass ihn im Saft fertig garen, dann ist er nicht so trocken“, fachsimpelt Toni. Der Mann hat Recht. Schweinsbraten, Kraut und Knödel schmecken sehr gut. Plötzlich macht es einen Pumperer, als würde der Ofen explodiere-

ren. Im Buchenholz aus dem Semmering-Gebiet stecken gelegentlich noch Patronen aus dem Zweiten Weltkrieg, erklärt der Hüttenwirt entspannt. Am Semmering verlief zu Kriegsende die Front und in der Besatzungszeit die Demarkationslinie zwischen England und Russland. Die von den Alliierten beschlagnahmte Hütte holten sich die Stuhlecker aber schon 1946 zurück. Und seit letztem Winter ist der Toni da. So. Die Eminenzen sind beim Nachschick endlich die gebackenen Mäuse raus. Dazu gibt's hausgemachten Schnaps. Aber nicht weiter-sagen. ❄️

Lene Löwenherz ist freischaffende Journalistin und organisiert Nepalreisen für den Alpenverein: www.weltbewegend.at



Offizieller Partner des Verbandes der Österreichischen Berg- und Skiführer



Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Fachhändler. Händlernachweis Österreich: www.SAILSURF.at



FRITSCHI
SWISS BINDINGS

YOUR PASSION. OUR MISSION.



TECTON

Pure Emotion. Maximale Kraftübertragung. Jedes Terrain unter Kontrolle. Der einzigartige Alpin-Fersenbacken sorgt für die komplette Kraftübertragung vom Schuh auf den Ski.



VIPEC EVO

Perfekter Tag. Optimale Sicherheit. Unvergleichliche Technologie der Seitwärtsauslösung vorne. Sicherheit auf höchstem Niveau, maximaler Komfort und leichter Einstieg.



XENIC

Schnell hoch hinaus. Kompromisslos leicht. Innovative Lösungen vereinen die hohen Ansprüche an Sicherheit, Kraftübertragung und Komfort bei nur 280 g pro Einheit.



Spätherbsttouren in Asiago

Der Lethargie im Süden ein Schnippchen schlagen

Mit den ersten markanten Schneefällen auf den Bergen beginnt für viele Bergsportbegeisterte eine entbehrungsreiche Zeit. Während höhere Gipfel zu Fuß rasch unerreichbar sind, fehlt für Skitouren in felsigem Terrain oft die nötige Auflage. An den südlichen Ausläufern der Alpen treffen wir im Spätherbst dagegen auf optimale Bedingungen. Hier lässt sich der Leidenschaft Berg oft bis Weihnachten nachgehen. *Gerhard und Isabelle Stummvoll*

Maria-Grazia rührt besonnen die Polenta nochmals um, ehe sie eine ordentliche Portion auf den Teller schöpft. Hinzu kommt eine dicke Scheibe Käse von der familieneigenen Malga, also Alm, eine jener Hartkäsesorten, für die

Asiago in ganz Italien berühmt ist. Auch die Pilze stammen von den umliegenden Wäldern und sind nicht etwa Champignons. „Selbstverständlich nicht!“, betont sie energisch. „Die haben meine beiden Onkel Antonio und Lucca im Spätsommer gesammelt.“

Sturm auf Asiago

Maria-Grazias Familie betreibt einen kleinen Stand am sympathischen, ausgelassenen Weihnachtsmarkt von Asiago, der sich um das Rathaus gruppiert. Unter der Woche wirken die Buden be-

schaulich ruhig und bleiben mehr oder weniger den 6.500 Einwohnern vorbehalten.

Das ändert sich jedoch an den Wochenenden und Feiertagen, wenn Asiago richtiggehend gestürmt wird von „denen dort unten“. Die Rede ist von den Vene-

← Blick von der Cima Dodici ins Valsugana. Fotos: G. Stummvoll

↓ Kurz vor dem Schlusssanstieg zur Cima Dodici.

zianern, die unweit des Meeres in der Ebene rund um Venedig wohnen. Aus Vicenza kommen sie ebenso wie aus Padua und Venedig, einige sogar aus der Gegend um Verona oder Udine. Ihnen allen ist gemein, dass sie dem meist hartnäckigen Nebel, dem scheinbar undurchdringlichen Grau-in-Grau des Herbstes entfliehen und ein paar Sonnenstrahlen tanken möchten auf dem Altopiano, der Hochebene von Asiago auf etwa 1.000 Metern Seehöhe.

Doch nicht nur das: Viele kommen in hypermodernen Outfits, die aus den neuesten Katalogen entsprungen scheinen. Italien, das Land der Mode, zelebriert sich in Asiago selbst. Und so spazieren an den Nachmittagen und Abenden unzählige Besucher den Corso und den Weihnachtsmarkt auf und ab und verwandeln Asiago in einen Ort des Sehens und Gesehenwerdens, aber auch in einen Ort der Begegnung, denn nicht selten treffen sich hier die gleichen Ausflügler stets von neuem. Man plaudert ein bisschen, man trinkt ein Gläschen des dorfeigenen Aperitifs in der Bar, das miteinander wird von jeher großgeschrieben.

Das Dorf der Gegensätze

Die Einheimischen ticken anders. Sie sind sehr naturverbunden, zurückhaltender und etwas mäßiger in der Selbstdarstellung. Viele von ihnen fühlen sich auch mehr dem Trentino zugehörig als Venetien, was in einer Abstimmung 2007 zum Ausdruck kam, als sich die Mehrheit der Bevölkerung für einen Wechsel der Region aus-

sprach. Indes, politische Mühlen mahlen langsam, auch hier.

So manchen zöge es noch weiter in den Norden. Stefano zum Beispiel, Architekt von Beruf. Er wird nicht müde, von den sagenhaften Palladio-Villen in und um Vicenza zu schwärmen. Doch noch leidenschaftlicher erzählt er von seiner Familie, die im Ersten Weltkrieg auf Seiten der Monarchie kämpfte und letztendlich alles verlor. „Wir fühlen uns zu-

mindest als Trentiner, wenn nicht als Österreicher, obwohl wir Italienisch sprechen. Mit denen dort im Süden [Rom, Anm.] haben wir nichts am Hut.“

Der Erste Weltkrieg – 100 Jahre danach

In Asiago, im Ersten Weltkrieg genau an der Front gelegen und infolgedessen völlig zerstört, ist „La Grande Guerra“ auch 100 Jah-



THE NORTH FACE

DIE WELTBESTEN KLETTERFILME

REEL ROCK 14

03.12.2019 **WIEN** CINEPLEX DONAU PLEX | 20:30 UHR
 04.12.2019 **GRAZ** UCI KINOWELT ANNEHOF | 20:30 UHR
 05.12.2019 **VILLACH** KLETTERHALLE VILLACH | 20:30 UHR
 06.12.2019 **LINZ** VOLKSHAUS DORNACH-AUHOF | 20:00 UHR
 14.12.2019 **DORNBIERN** K1 KLETTERHALLE | 20:30 UHR
 17.12.2019 **INNSBRUCK** METROPOL KINO | 20:00 UHR
 18.12.2019 **SALZBURG** MOZARTKINO | 20:00 UHR
 19.12.2019 **WIEN** VHS WIENER URANIA | 20:00 UHR
 08.02.2020 **FREINBERG** GRENZENLOS KLETTERN | 20:00 UHR

VERGÜNSTIGTE TICKETS FÜR
ÖAV MITGLIEDER

WWW.REEL-ROCK.EU



re danach allgegenwärtig. Unweit des Zentrums liegt das imposante Militärdenkmal, in dem Tausende von Namenstafeln Gefallener der beiden Weltkriege einen schauerhaften Eindruck hinterlassen.

Etwas südwestlich von Asiago, am Monte Cengio, führt ein Wanderweg über eine ehemalige schmale Militärstraße, welche direkt an der Abbruchkante des Berges hinab in die Ebene hineingeschlagen wurde. Auch dies ein beeindruckendes Überbleibsel jener dunklen Tage.

Und wer auf den Monte Castelgomberto steigt, dem fällt neben dem dortigen Gedenkstein auch der Schützengraben auf, der sich durch den gegenüberliegenden Hang zieht. Er ist in seiner Länge und Dominanz in der Landschaft unfassbar.

Wandern im Spätherbst

Indes, nur wenige Einheimische zieht es jetzt in die Berge.

Dabei warten in unmittelbarer Nähe wunderbare Touren auf den spätherbstlichen Gipfelstürmer. Vom Pizzo di Levico am Passo Vezzana über die Cima Dodici hin zum Monte Castelgomberto etwas östlicher weisen sie alle eine traumhafte Sicht auf die schroffen Gipfel der Dolomiten im Norden und die tief liegende Ebene im Süden auf. Zudem ist es auch in der Höhe oft noch warm genug, um die eine oder andere Stunde in den trockenen Grasmatten zu verträumen.

Mit einem Kulturausflug nach Vicenza oder Bassano del Grappa lässt sich der Aufenthalt in Asiago noch abwechslungsreicher gestalten. Beide Städte bieten dazu ein reiches Repertoire. Zurück auf dem Altopiano verspricht der abendliche Weihnachtsmarkt einen gelungenen Tagesausklang und vielleicht das eine oder andere Mitbringsel für die nahenden Feiertage.

Für Maria-Grazia stellt der Wechsel von der Einsamkeit auf der Malga hin zum Trubel auf dem Weihnachtsmarkt alljährlich eine Herausforderung dar. Mitunter schwirre ihr schon der Kopf, gibt sie nachdenklich zu. Viel wichtiger sei jedoch, meint sie weise, dass die stimmungsvolle Beleuchtung, die friedliche Atmosphäre und auch ein Glas Glühwein ein frohes Strahlen nicht nur in Kinderaugen zaubern. „So lässt sich Frieden schließen mit all der Geschichte und den regionalen Unterschieden. Zumindest einen Abend lang.“ ❄️

Gerhard Stummvoll (48, selbstständig, Innsbruck) ist seit Jahren auch beruflich in Italien unterwegs und hat mehrere Wanderführer und Artikel in namhaften Outdoor-Magazinen verfasst.



Reiseinfos

Basiswissen

An-/Rückreise

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: mit der Bahn von Wien/Bruck/Klagenfurt Richtung Mailand bis Vicenza, von Innsbruck Richtung Venedig nach Vicenza. Von Vicenza Buslinie 23 nach Asiago, ca. 10 x täglich.

Mit dem Auto: von Wien über A2 nach Villach, dann über Udine Richtung Mailand nach Vicenza und über Thiene nach Asiago. Von Innsbruck über A13 nach Trient, dann auf der SS47 nach Levico und über SP133 und SS349 nach Asiago.

Empfohlene Unterkünfte

Hotel Europa Residence ****
www.hoteleuroparesidence.it
 Hotel Croce Bianca ***
www.hotelcrocebianca.it
 Relax Hotel Erica ***
www.relaxhotelasiago.it

Tourenvorschläge

Vom Passo Vezzana auf den Pizzo di Levico (1.908 m)

Zeit: 4:00 h

Länge: 9,4 km

Höhenmeter Aufstieg/Abstieg: 479 Hm

Kategorie: rote Tour

Charakter: Nicht allzu langer, teils knackig steiler Anstieg auf einen tollen Aussichtsgipfel an der Grenze zwischen dem Trentino und Venetien. Zu Beginn schmale Straße, dann Waldsteig, zuletzt Bergsteig zum Gipfel. Unschwierig.

Ausgangspunkt: Passo Vezzana

Einkehr: Restaurant am Ausgangspunkt

<http://out.ac/elfzp>

Von der Malga Galmarara auf die Cima Dodici (2.337 m)

Zeit: 5:30 h

Länge: 13,7 km

Höhenmeter Aufstieg/Abstieg: 775 Hm

Kategorie: rote Tour

Charakter: Abwechslungsreicher sanfter Anstieg in ein Hochtal, wahlweise auf gutem Karren- oder Bergweg, zuletzt steilerer Anstieg zum Gipfel mit Traumblick ins Tal.

Ausgangspunkt: Malga Galmarara nach langer Schotterstraße

Einkehr: keine

<http://out.ac/elauM>

Zum Monte Cengio (1.354 m)

Zeit: 4 h

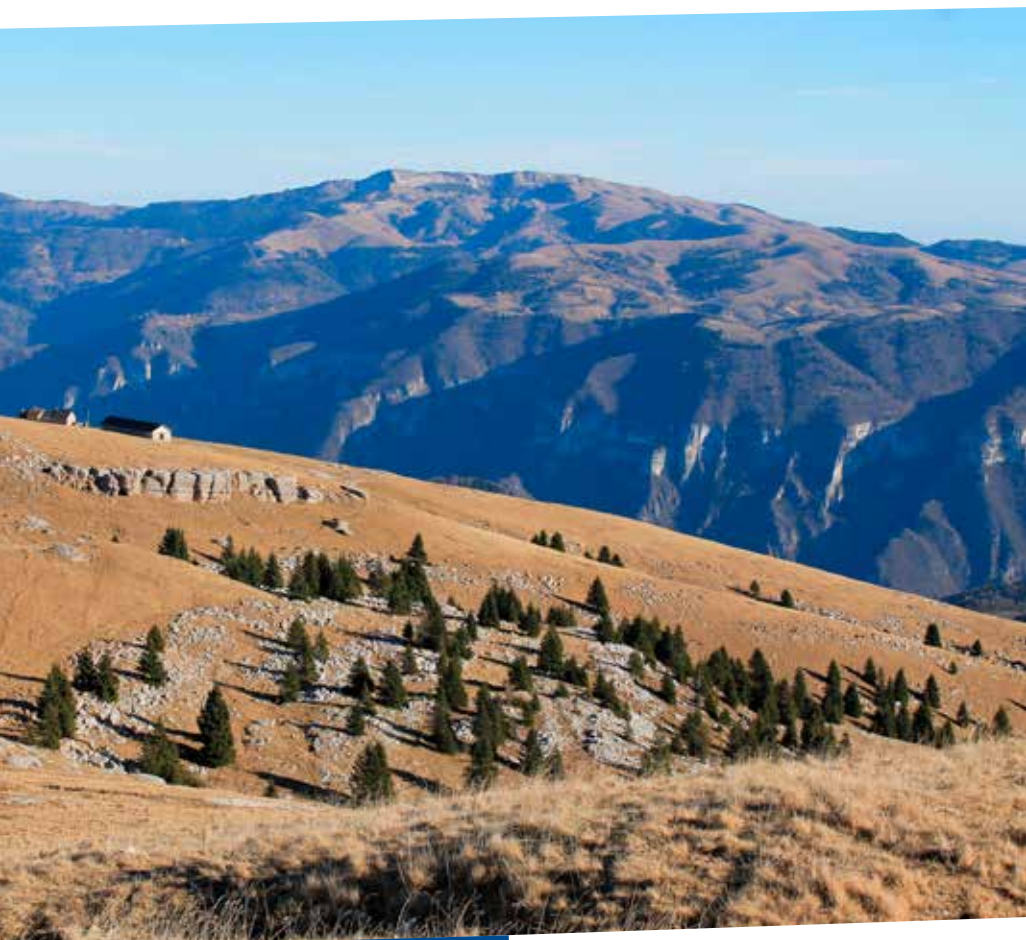
Länge: 12,4 km

Höhenmeter Aufstieg/Abstieg: 330 Hm

Kategorie: blaue Tour

Charakter: Idyllische Rundtour durch die bewaldeten Hügel von Asiago, teils auf kaum befahrenen Sträßchen, teils auf Güterwegen im Wald. Am Monte Cengio kurzer Anstieg auf Bergweg, unschwierig, danach auf Militärstraße durch den Abbruch. Tolle Aussicht auf die Ebene.

Ausgangspunkt: Asiago, Tresche' Conca,



↑ Bizarres Farbenspiel am Monte Spil.

Parkplatz bei La Fonte degli Elfi.

Einkehr: in der Saison Rifugio Al Granatiere am Monte Cengio. <http://out.ac/elbRX>
3-Gipfel-Rundtour am Monte Castelgomberto (1.771 m)

Zeit: 5:15 h

Länge: 11,2 km

Höhenmeter Aufstieg/Abstieg: 770 Hm

Kategorie: rote Tour

Charakter: Beeindruckende Bergtour im Nordosten von Asiago. Der Anstieg erfolgt wahlweise auf einer Waldstraße oder einem guten Bergweg. Oben finden sich saftige Grasmatten, der Abstieg ist auf steilem, schmalen Pfad und bei Nässe unangenehm rutschig.

Ausgangspunkt: Asiago, Foza, Parkplatz neben Kirche

Einkehr: keine

<http://out.ac/eIFdv>

Wanderkarte

Kompass-Karte 623: Altopiano di Asiago

Beilagenhinweis

In einer Teilaufgabe dieses Heftes ist folgende Beilage enthalten:

Mammut Stores Österreich

2334 Vösendorf –
Shopping City Süd, Top G 171

4020 Linz – Hauptplatz 32

6020 Innsbruck – Wilhelm-Greil-Straße 15
www.mammut.com

ENTDECKE DEIN NEPAL



© Boyliso/shutterstock.com



LIEBLINGSORT NEPAL

Auf dem Königsweg des Everest erwartet dich das ultimative Trekking-Abenteuer! 22 Tage inkl. Flug und deutschsprachiger Wikinger-Reiseleitung ab 3.850 €

Reise-Nr. 3345T

Beginne deine Reise mit der
Buchung im **Reisestudio Ikarus!**

 **WIKINGER
REISEN**

Urlaub, der bewegt.

Infos, Buchungen und Kataloge:

Reisestudio IKARUS
Langwiesgasse 22 · 1140 Wien
Tel.: 01 4924095
www.ikarus-dodo.at



Val Müstair

Ein Juwel für den naturnahen Urlaub

Das im Kanton Graubünden liegende Val Müstair hat sich bis zum heutigen Tage eine selten zu findende Ursprünglichkeit bewahrt. Dieser Weg wurde bewusst eingeschlagen, nach dem Motto „Armonia jaura“, was die Landschaft, Kultur, Lebensqualität und Gesundheit, aber auch Wirtschaft umfasst. So wurde es zu einem UNESCO-Biosphärenreservat der Schweiz. *Florian Kluckner*

Vielleicht liegt es aber auch an der abgeschiedenen geografischen Lage des Tals, welches sich in einer Länge von 18 km erstreckt. Es beginnt an der Grenze des Schweizer Nationalparks, am Ofenpass, 2.149 m, und zieht sich in drei Ebenen hinab Richtung Südosten bis zum Hauptort Santa Maria auf 1.375 m. Hier zweigt die im Winter gesperrte Umbrail-Passstraße, eine Verbindung nach Bormio, ab. Das Tal macht eine Krümmung und der Fluss Il Rom geht bei der Ortschaft Müstair über die Grenze nach Südtirol, vorbei an Taufers im Münstertal, bevor er nach dem sehenswerten mittelalterlichen Glurns in die Etsch einmündet.

Das Val Müstair ist von den großen Städten der Schweiz etwas mühsam zu erreichen und der natürliche Zugang bietet sich über Südtirol an. Sobald man von hier aus die Staatsgrenze überschreitet und in die Ortschaft Müstair einfährt, bemerkt man sogleich, dass man wie eine andere Welt betritt. Dies beginnt mit dem 1.200 Jahre alten Benediktinerinnenkloster St. Johann, welches UNESCO-Weltkulturerbe ist. Es folgen schmale Gassen, zwar gut erhaltene, jedoch alte Häuser mit dicken Steinmauern, bei denen über Fenster und Türen mystische, oft geometrische Symbole in den Putz eingeritzt sind und kunstvoll mit Farben bemalt wurden. Man fühlt sich

wie um Jahrhunderte zurückversetzt. Auch die Sprache wechselt in die bündnerromanische Mundart Jauer und man wird mit einem freundlichen Lächeln und „Allegra“ begrüßt (Rätoromanisch ist eine der vier Landessprachen der Schweiz).

Im Alpine Astrovillage

Einmal im Tal angekommen sind alle Ortschaften mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder einem kostenlosen Skibus zu erreichen. Dies hat den Vorteil, dass man bei einer Tour nicht wieder zum Ausgangspunkt zurückkehren muss. Darüber hinaus sind über die Wiesen im Talgrund Langlaufloipen und Winterwanderwege

angelegt, welche die Ortschaften miteinander verbinden. Hier ist der 4-fache Olympiasieger im Langlauf, Dario Cologna, zu Hause und allgegenwärtig.

Ein Ausgangspunkt für Touren mit Ski oder Schneeschuhen ist die Sonnenterrasse von Lü mit 1.920 m, dessen Name sich vom Licht herleitet. In der dritthöchsten Gemeinde der Schweiz wurde wegen der geringen Lichtverschmutzung das „Alpine Astrovillage“ zur Himmelsbeobachtung und Astrofotografie gegründet. Der gemütliche Aufstieg geht durch den lichten Lärchenwald zur Alp Valmorain, 2.194 m. Hier ist die Waldgrenze erreicht und es zeigt sich ein selten schönes Panorama über das

← Die lange Nordabfahrt von der Kuppe des Piz Chalderas verspricht pulvrigen Schnee.

↘ Aufstieg zum Piz Daint. Fotos: F. Kluckner

Tal. Auf der gegenüberliegenden Seite hat man Einblick auf die oft pulvrigen Hänge des Piz Chazforà (2.783 m, WS) und die zwei wie Geschwister nebeneinander liegenden, regelmäßigen Pyramiden des Piz Dora (2.951 m, WS+, Dora = äußere) und des felsigen Piz Daint (2.968 m, WS+, d'Aint = innere).

Der gemütliche Schneeschuhwanderer wird den ausichtsreichen Höhenweg über den Lei da Valpaschun (2.170 m) einschlagen, um über Terza Sura (2.070 m) das Bergrestaurant Terza (1.943 m) zu erreichen. Auf der Sonnenterrasse kann man sich bei einem Tschliner (Engadiner) Bier und einer kräftigen Gerstensuppe aus dem Münstertaler Bio-Anbau stärken. Als Nachtmahl darf die Engadiner Nusstorte nicht fehlen. Der Abstieg führt vorbei an den steilen Wiesen der immer noch ansässigen Bergbauern nach Santa Maria.

Die Mühen werden belohnt

Den ambitionierten Skitourengänger zieht es über freie Weiden hinauf zum Piz Terza (2.907 m, WS-) oder man zweigt schon davor zur Kuppe des Muntet (2.763 m, L) ab. Am Gipfel werden die Mühen mit einer weiten Aussicht auf den nahen Ortler bis in die Ötztaler Alpen mit der markanten Weißkugel belohnt. Nördlich ist wie ein Hügel das familienfreundliche Skigebiet Minschuns zu erblicken. Es verzichtet bewusst auf Schneekanonen und Erweiterungen. Bei sicheren Verhältnissen kann man die Nordabfahrt wagen, welche in Richtung Val S-charl führt. Hier befindet sich auch der größte zusammenhängende Zirbelkiefernwald (Arve)

der Schweiz. Über eine Rodelbahn ab der Alp Champatsch gelangt man zurück nach Lü, wo man in die Ustaria Tschieriv einkehren kann. Es ist auch möglich, über die Rodelbahn weiter bis nach Tschieriv (1.660 m) ab zu fahren. Nach dem Schweizer Motto „*www.respektiere-deine-grenzen.ch*“ sollten die Wildschutzgebiete beachtet werden.

Zwei sehr lohnende Ziele sind von der gesperrten Umbrail-Passstraße aus zu erreichen. Dies ist der Piz Chalderas mit 2.794 m (WS+), bei dem die Nordabfahrt bei sicheren Verhältnissen sehr zu empfehlen ist. Vom Punt Teal (1.883 m) aus bietet der Piz Umbrail (3.031 m, ZS) eine entlegene, landschaftlich einmalige Rundtour über das Val Vau oder über hindernislose Hänge zurück zur Passstraße, welche oftmals auch Schneeketten erfordert. Der einzige Nachteil dieser Touren ist, dass der Schrankenschlüssel in St. Maria beim Hotel Alpina gegen Bezahlung bereitliegt.

Es locken verschiedene Varianten

Der beliebteste Ausgangspunkt ist auf dem Ofenpass, beim Bergrestaurant Buffalora (bufera = Sturm, Schneegestöber), 1.968 m. Hier gibt es verschiedene Varianten sowohl für den Schneeschuh- als auch für den Skitourengänger. An der Grenze zum Nationalpark erhebt sich rechts der Munt Buffalo (2.627 m, L), welcher sich als kürzere Tour für den ersten oder letzten Tag eignet. Links ist der lange, exponierte Rücken des Aufstiegs zum Piz Daint (2.968 m, WS+) sichtbar. Als alleinstehender Berg hat man vom Gipfel mit Kreuz eine umfassende Aussicht auf die Ortlergruppe und bis in das Berninamassiv. Je nach Ver-

hältnissen bieten sich verschiedene Abfahrtsvarianten durch die nordseitigen oder westseitigen Flanken an.

Für den Schneeschuhgeher bietet sich die mit Jufplaun bezeichnete Hochfläche, welche zwischen diesen beiden Gipfeln liegt, an. Hier kann die Wanderung bis über das Chasa da Cunfin (Grenzhaus, 2.289 m) ausgedehnt werden. Eine sehr schöne Rundwanderung ergibt sich, wenn man durch den wildromantischen Teil des Val Murtaröl beim P. 2.087 m geht, um zum Ausgangspunkt zurückzukehren.

Dem abfahrtsorientierten Tourengänger ist der Piz Vallatscha (3.021 m, WS+) zu empfehlen. Der durchwegs steile Anstieg durch seine Südmulde wird vom Skigebiet Minschuns aus erreicht. Um die interessante Nordabfahrt zu erreichen, müssen die Ski meist über den mäßig ausgesetzten Gipfelgrat getragen werden. Nach

einer Reihe von schönen Hängen kann man mit einem kurzen Gegenanstieg wieder in das Skigebiet zurückkehren, oder man weitet die Tour bis zum bereits erwähnten Muntet (2.763 m) aus.

Das Münstertal bietet viele abwechslungsreiche Möglichkeiten, um sich in einer kultivierten und intakten Natur zu bewegen. Ein unaufdringlicher Tourismus ist wohl das Ergebnis einer ausgeprägten Naturverbundenheit der Bevölkerung, die sich ihrer Werte bewusst ist. Darüber hinaus hinterlässt die Begegnung mit der offenen Freundlichkeit der Bewohner und ihrer Kultur schöne Erinnerungen. A revair in Val Müstair! ❄️

Florian Kluckner, Tiroler Berg- und Schiführer und für eine Schweizer Alpenschule tätig. Wohnhaft bei Arco am Gardasee.
www.florian-kluckner.com



Reiseinfos

Val Müstair

Zeit: Dezember bis Anfang April

Karten/Führer:

Landeskarte der Schweiz 258S, Skitourenkarte Ofenpass, 1:50 000;
Landeskarte der Schweiz 1239, Sta. Maria, 1:25 000;

Karten zum Ausdrucken: map.geo.admin.ch

Skitourenführer: U. Kössler, Skitouren im Dreiländereck, Tappeiner Verlag

Unterkunft: Hotel Central, Valchava, www.centralvalchava.ch

Weitere Hotels unter: www.val-muestair.ch



Im Grenzgebiet

Balkan-Tours auf Ski

Wenn Čika Wanja von den Anfängen von Brezovica erzählt, holt der Ingenieur, Jahrgang 1943, weit aus, reichen doch seine Geschichten zurück in die 40er Jahre. Heute ist der Ort auf 1.750 Metern das höchstgelegene Skigebiet im Balkan und Startpunkt unserer Skitourenreise durch das Sharr-Gebirge. *Dagmar Nedbal*

Im semifunktionalen Skiresort mit dem Charme der 70er Jahre, unweit der serbischen Enklave Štrpce, stoßen Schneestürme auf schroffe Grate und windgeschützte, ausladende Grasrücken und zu unseren Füßen breitet sich die Dukagjin-Ebene bis zur Landeshaupt-

stadt Pristina aus. Hier findet sich auf liebenswerte Weise einfach alles nebeneinander: Verkäufer von Second-Hand-Skiausrüstung, gemütliche Imbissbuden oder Ski-Doo-Verleiher. Die Hotelkategorien reichen von ex-staatlich-jugoslawisch (Tourismuskonzern INEX) bis hin zu

europäischem Komfort. Willkommen im Balkan.

Nationalpark Sharr-Gebirge

Bereits nach der ersten kurzen Eingehntour am Nachmittag des Ankunftstags auf den 2.034 Me-





← Steile Rinnen beim Aufstieg zum Konjushka.

Fotos: Angelo Razeto

↘ Schwingend der Jause entgegen.

nächsten, dem ersten richtigen Tourentag, die noch menschenleere Piste Layija Vrata auf, um in einer Höhe von 2.000 Metern Richtung Piribreg ins freie Gelände abzudrehen. Immer höher und weiter südöstlich ziehen wir unsere Spuren, bevor wir mit Ski auf der Gipfelpyramide des Crni Kamen mit seinen 2.536 Metern stehen. Der Panoramablick ist gewaltig und unser morgiger Ausgangspunkt, der Pevalla-Pass, bereits in Sicht. Davor kommt freilich noch die Abfahrt, die es in sich hat, fahren wir doch ein 40 Grad steiles, nordseitiges Couloir ab, das mit feinstem Pulverschnee aufwarten kann. Sanftere Hänge und

steilere Rinnen wechseln sich bis hinunter zum Parkplatz ab.

Der Gipfel, den wir vom Pevalla-Pass (1.515 Meter) aus ansteuern, sieht aus wie eine Sahnehaube. Ist im unteren Teil noch lichte Vegetation vorhanden, so eröffnen sich ab einer Höhe von 1.900 Metern schier unendliche weiße Weiten. Wir schieben uns zunächst auf eine Hochebene. Aus der Schneedecke spitzen Wacholderbüsche heraus. Das Gelände ist flach, die Sonne brennt, der Gipfel scheint kilometerweit entfernt. Kurz vor dem höchsten Punkt des Konjushka, der es auf 2.571 Meter bringt, ragen ein paar Felsen in den blauen Himmel. Selten habe ich eine solche

Monotonie des Skibergsteigens erlebt, eigentlich kontemplativ. Wieder erwartet uns ein atemberaubendes 360-Grad-Panorama, das uns Deni erklärt: Im Westen blicken wir zurück zur Šar Planina, nach Süden zu den Bergen Mazedoniens und nach Südosten in die albanischen Gebirgszüge. Wir schwingen über sanfte Hänge zum Pass hinunter, einer landestypischen Jause entgegen.

Ost-West-Trip

Nach einer komfortablen Nacht im nahen Prizren setzen wir unsere Reise fort, fahren durch die ethnisch und kulturell gemischte Opoja-Region und steuern das Lumbardhi-Tal an. Ziel ist der Gipfel Skarpa, 2.474 Meter hoch. Im Dorf auf 1.200 Metern angekommen heißt es wegen der Schneelage zunächst einmal durch lichten Wald, entlang eines Gebirgsbaches: Ski tragen. Oberhalb der Baumgrenze, inmitten alpiner Weiden, schauen wir hinauf zu unserem Ziel. Die klassische Route führt ent-

ter hohen Hausberg Crna Chuka steht fest: Unser einheimischer Tourenleiter Deni Hameli hat ein untrügliches Gespür für Schnee und Gelände. So steigen wir am





Reiseinfos

Anreise: Flug nach Pristina (div. Fluggesellschaften)
Kontakt: Deni Hameli, deni_ski@web.com
Reiseveranstalter: DAV-Summit-Club, www.dav-summit-club.de
Prizren: kk.rks-gov.net/prizren/en
Beste Jahreszeit: Februar/März

lang eines Rückens zum grenzformenden Grat. Von oben sind die umliegenden Gipfel, Shremetica und Karanikolla, sichtbar, an der Grenze mit Albanien das Zhupa-Tal und gegenüber, durch die tief eingeschnittene Veshalla-Schlucht getrennt, die höchsten Berge Mazedoniens. Die Abfahrt bietet heute steileres Skigelände, wieder mit Pulverschnee. Dass wir ganz alleine sind – mal abgesehen von vereinzelt Vierbeinerspuren von Bär, Wolf, Luchs oder Gämse –, ist mittlerweile Programm. Auf der 30-minütigen Autofahrt durch die Goranen-Region erreichen wir das Hotel „Meka“ in Dragash. Vor uns steht ein architektonisch interessantes „Multifunktionshotel“ mit angeschlossenem Supermarkt.

Es wird, nach einem Abendessen nach „Halal-Tradition“, unser Quartier.

Die Hauptverkehrsader des Karawanenhandels im Balkan verlief bis in die Neuzeit durch diese Täler und verband die osmanischen Provinzhauptstädte Prizren und Skopje. Auf unserer Reise dämmert uns langsam, was den Schmelztiegel Kosovo so ausmacht, am Schnittpunkt der Völker mit ihren unterschiedlichen Ethnien, Religionen und Kulturerbe. Von Dragash erreichen wir in wenigen Minuten das Dorf Radesh. Eine gute Stunde zwängen wir uns durch Nadel- und Laubwald, ein Bachtal entlang und hinauf über steile Wiesenhänge – mal mit Ski unter den Füßen, mal auf der Schulter. Der

↖ Aufstieg zum Crni Kamen mit 2.536 Metern.

↓ Blick auf das Leshnica-Tal und Titov Vrh, 2.747 Meter.



schweißtreibende Aufstieg endet auf einer Hochebene, die im Sommer eine kahle und felsige Weidefläche bildet. Wir gleiten über ein von vielen Wasserläufen gespeistes Meer aus Gras, das jetzt unter Schnee und Eis liegt, und wollen weiter auf den Kleq mit seinen 2.467 Metern. Vom Gipfel blicken wir auf das Leshnica-Tal, den zweithöchsten Gipfel Nordmazedoniens, Titov Vrh, 2.747 Meter, und seine nicht minder beeindruckenden Nachbarn. Die Abfahrt auf den ideal ausgerichteten Nordhängen bietet uns viele Möglichkeiten. Eine perfekte Auswahl für uns zu treffen, fällt Deni dennoch nicht schwer. Eine lange Autofahrt über die Grenze nach Albanien und an den Fuß unseres letzten Bergzieles folgt.

Für die 92 Kilometer nach Radomire benötigen wir ganze drei Stunden, geht es doch nach einem kurzen Autobahnstück über enge Bergstraßen und schließlich unbefestigte Staubstraßen. Wir kommen im Gästehaus Korabi (1.900 Meter) spät an.

Wieder sind wir die einzigen fremden Gäste hier oben. Aufgrund des einsetzenden schlechten Wetters erreichen wir anderntags den höchsten Gipfel von Albanien und Mazedonien und den höchsten Punkt unserer Reise (Großer und Kleiner Korabi, 2.764 m/2.683 m) nicht. Starker Schneefall, schlechte Sicht und eine Kaltfront zwingen uns, das Ziel zu ändern, und so steigen wir nur auf eine unbedeutende Erhebung (Guri i Pellumbž,

2.335 Meter). Die weitläufigen, felsdurchsetzten alpinen Hochtäler lassen sich nur erahnen. Nach einer Stärkung im Gästehaus schmeißen wir den Plan um und machen uns auf den Weg nach Prizren.

Kunst- und Kulturzentrum

Die Stadt am Fuß der Šar Planina ist ungeheuer lebendig und beeindruckt mit ihren historischen Kulturstädten und Kunstschätzen, aber auch mit modernen Restaurants und Cafés. Zu den Hauptattraktionen zählen die Steinbrücke, die Sinan-Pascha-Moschee und auf dem Berg die Festung, 120 Höhenmeter über der Stadt thronend. Oben

angekommen blicken wir über die Dächer und Türme zahlreicher Moscheen, orthodoxer und katholischer Kirchen.

Čika Wanja interessiert das alles wenig, denn der ehemalige Miterschließer und -erbauer des Skiresorts Brezovica genießt seinen „lebenslangen“ Skipass und die phänomenale Aussicht auf die Šar Planina. Faleminderit! ❄️

Dagmar Nedbal ist die Leiterin der Pressestelle der Bayerischen Landesärztekammer und Chefredakteurin des Bayerischen Ärzteblatts und Internet. Die Journalistin lebt in München.

HAGAN
WWW.HAGAN-SKI.COM

TOUR ALLMOUNTAIN
CORE 89

WorldSkitest.com
Testsieger 2019
Skitour Men 1

© DANIEL ESCHER

ATK BINDINGS

Neu
RAIDER 12 330 GRAMM

Leicht, Intuitiv und Leistungsstark

Verfügbar in 3 Farben:
White, Orange, Lightblue

www.atkbindings.com

MADE IN ITALY

photo: Steiner Ulrich



Ostgrönland

Welcome to Tasiilaq

Nur das Knirschen der Kufen und das Hecheln der Hunde dringt in mein Bewusstsein. Der Wind trägt meine Gedanken in das weite weiße Land.

Günter Valda

Der rostrote Air-Greenland-Hubschauber schlägt seine riesigen Rotorblätter trotzig in die arktische Winterluft. Das mechanische Pfeifen und Surren im Inneren der Maschine ist so ohrenbetäubend, dass ich mein eigenes Wort nicht mehr verstehe. Simultan mit dem Lärm nehmen auch die Vibrationen im Inneren des Fluggerätes zu. Alles wackelt, scheppert und dröhnt. Bockig wie

ein Rodeopferd kämpft sich die amerikanische Bell 242 über das offene Meer. Eingeklemmt zwischen dem Fluggepäck der anderen Passagiere, überlege ich, ob das Verb „reiten“ die holprige Fortbewegung in der Luft nicht besser beschreiben würde.

Nichtsdestotrotz versuche ich meine neugierige Nase an das feucht angelaufene Kabinenfenster zu quetschen. Unendliche Weiten, unterbrochen vom An-

thrazit der zerklüfteten Gebirgsketten. Der graue Himmel geht nahtlos in das Weiß der Erde über. Der Horizont verschwimmt. Ein erstes perfektes Schwarzweißbild entsteht in meinem Kopf.

Ein Bild entsteht

Es ist kurz vor Ostern, und während in meinem Garten zu Hause die ersten Krokusse ihre Köpfe durch die Erde stecken, wachsen





hier in Ostgrönland die Schneewehen in den Himmel. Falls hier am Heliport Blumen wachsen sollten, haben sie noch einen langen Weg vor sich.

Meine Freundin Marion hat mich mit meiner Kamera zu sich nach Tasiilaq eingeladen. Als CEO vom Verein „Robin Hood“ entwickelt sie mit der indigenen Bevölkerung vor Ort regionale Tierschutzprojekte und kümmert sich nicht nur um die medizinischen Belange der Tiere. Ihr Improvisationstalent und Engagement eröffnet den Menschen auch alternative Perspektiven im aufkeimenden Tourismus. Nach dem Motto „Help yourself“ sammelt sie für ihre Projekte weltweit Spenden und kann somit rasch und unbürokratisch agieren.

Früh am nächsten Morgen brechen wir auf. Mein Atem kondensiert in der kalten Luft zu kleinen Wölkchen.

Die ersten Sonnenstrahlen des Tages tauchen die Landschaft in warmes, weiches Licht. Meine Beine kämpfen sich Meter für Meter durch hüfthohen, weichen Pulverschnee. Erste Schweißtröpfchen sammeln sich unter meiner

↑ Mit der Kraft von vierzehn Schlittenhunden.

↓ Grönländisches Kleingartenidyll.



risk'n'fun

ALPINE PROFESSIONALS

freeride

alpenvereinsjugend
österreich

IN KOOPERATION MIT
Almdudlee



WAHRNEHMEN. BEURTEILEN. ENTSCHEIDEN.

AUSBILDUNG & KNOW-HOW
FÜR FREERIDER*INNEN
IM BACKCOUNTRY

TERMINE 2019/2020

**START / DROP IN
MOBIL UND SPONTAN**
VORARLBERG & STEIERMARK 21.12.2019
TIROL & SALZBURG 22.12.2019

LEVEL 1 / TRAININGSSSESSION
KAUNERTAL 02.01. – 06.01.2020
SERFAUS-FISS-LADIS 18.01. – 22.01.2020
SAALBACH-HINTERGLEMM 29.01. – 02.02.2020
HOCHKÖNIG 03.02. – 07.02.2020
SERFAUS-FISS-LADIS 09.02. – 13.02.2020
KÜHTAI 16.02. – 20.02.2020
TAUPLITZ 23.02. – 27.02.2020
SAALBACH-HINTERGLEMM 11.03. – 15.03.2020

LEVEL 2 / NEXT LEVEL
HOCHKÖNIG 03.02. – 07.02.2020
KITZSTEINHORN-KAPRUN 10.02. – 14.02.2020
SONNENKOPF 16.03. – 20.03.2020

LEVEL 3 / BACKCOUNTRY PRO
DACHSTEIN 05.02. – 09.02.2020
TUXER ALPEN 16.03. – 20.03.2020

LEVEL 4 / ALPINE PROFESSIONALS
HOHE TAUERN 22.03. – 29.03.2020

FINAL / CHILL OUT
FIEBERBRUNN 20.03. – 22.03.2020

Terminänderungen vorbehalten.

INFOS & ANMELDUNG
risk-fun.com

@RISKNFUN_ALPINEPROFESSIONALS #RISKNFUN





Reiseinfos

Tasiilaq

Tasiilaq liegt mit seinen rund zweitausend Einwohnern wunderschön abgelegen im Süden der Ammassalik-Insel in Ostgrönland und kann Sommer wie Winter bereist werden. Verkehrstechnisch ist Tasiilaq per Helikopter von Kulusuk aus erreichbar. Diese vorgelegerte Insel besitzt einen Flughafen, welcher von Island aus angefliegen wird.

Bei Interesse kann ich gerne persönlich mit Kontakten vor Ort und näheren Infos weiterhelfen.

www.valda.at
www.airgreenland.com
www.airicelandconnect.com

- ↑ Skyline von Tasiilaq.
- ↗ Ostgrönländisches Hinterland.
- ↓ Grönlandhunde im Flowervalley.

Skimütze. Das Dorf haben wir längst hinter uns gelassen, als Marion abrupt stehen bleibt. Vor uns erstreckt sich ein kleines Seitental mit hunderten von Schlittenhunden. Die scheinbar willkürlich verteilten, weiß gestrichenen Hundehütten wirken wie Kokostreusel auf einem riesigen Kuchen. Um den Tieren Schutz vor den Elementen zu ermöglichen, baut Marion mit den einheimischen Jugendlichen in einem ih-

rer Projekte diese kleinen Hütten aus Holz.

Explosionsartiger Start

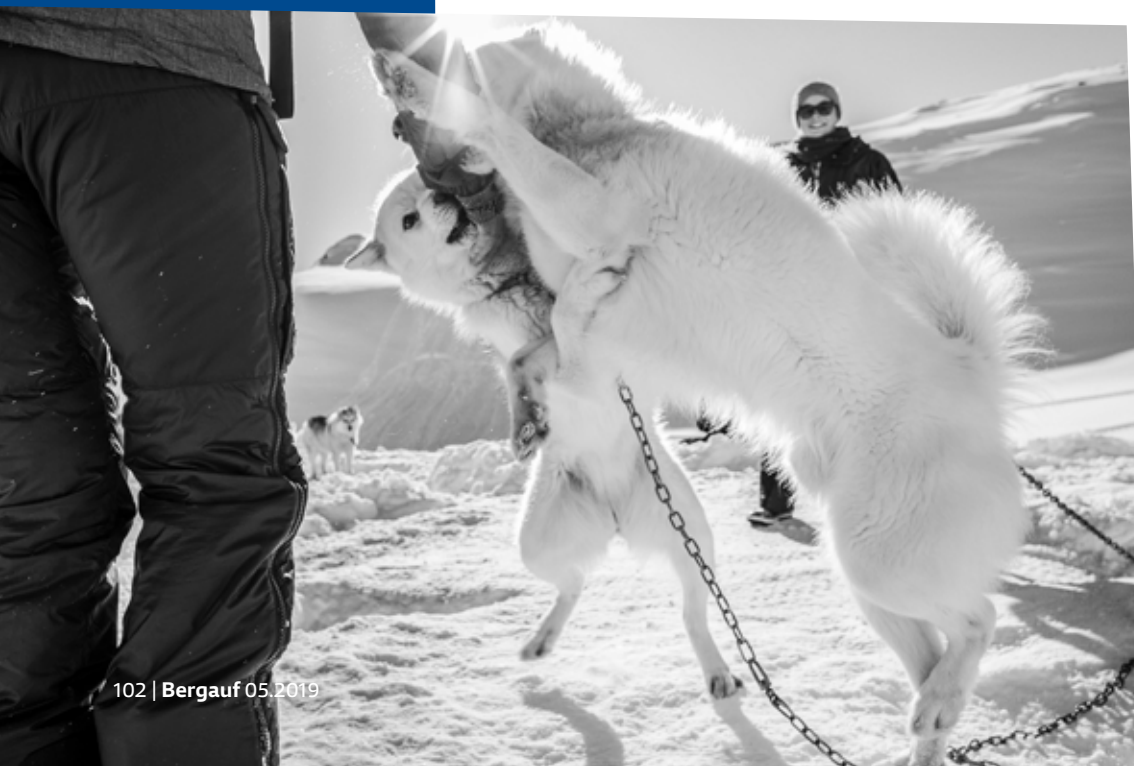
Freudig werden wir von Egon, unserem Guide, erwartet. Er ist an die dreißig und einer der bekanntesten Schlittenhundeführer in Ostgrönland. Seine schwarzen Augen leuchten vor Freude, als er uns seine Hunde vorstellt. Auf die Frage, was ihn hier in die-

ser einsamen Gegend hält, meint er trocken: „Nature calms me“. Immer wieder hält er inne und streicht seiner Leithündin durchs Fell. Endlich sind alle Tiere angeleint. Die Meute ist kaum noch zu halten. „Hurry, hurry“, ruft Egon energisch und stemmt sich dabei mit seinem kräftigen Körper auf den Stahlanker, der dem Hundeschlitten als Bremse dient. Im selben Moment, als ich auf den Schlitten springe, löst Egon den Anker und wir schießen explosionsartig nach vorne. Meine Hände suchen verkrampft nach Halt. Schneekristalle spritzen mir ins Gesicht. Wie wild springt der Holzschlitten mit seiner Last über die pickelharte Piste.

Unglaublich, wie viel Energie man aus vierzehn kräftigen Hunden abrufen kann, und das nahezu abgasfrei. Eine nachhaltige Antriebsform mit Kuschelfaktor. Insgeheim überlege ich mir schon, meinen Beruf zu wechseln. Ähnlich der Landschaft gleitet die Zeit an uns vorbei. Konzentriert auf das Wesentliche, stellt sich eine innere Ruhe ein. Fast meditativ.

Nur das Knirschen der Kufen und das Hecheln der Hunde dringt in mein Bewusstsein.

Lange Schatten begleiten uns zurück ins Basecamp. Kälte dringt in meine müden Knochen. Bevor sich die Hunde in ihre weißen Hundehütten verkriechen, verzehren sie noch gierig ihr Abend-





mahl. So langsam, wie sich das fahle Mondlicht über das Tal ausbreitet, ziehen auch wir uns in unsere Unterkünfte zurück.

Wohlig warm empfängt mich mein Schlafsack in der Hütte. Wie

ein gefälltter Baum liege ich regungslos am Rücken. So intensiv sind die Eindrücke, dass mir, trotz des narkotisierenden Geruchs meiner feuchten Schafwollunterwäsche, meine Augen nicht

zufallen wollen. Lange betrachte ich noch die funkelnden Sterne durch das milchige Fensterglas, bis schlussendlich die letzte Zelle in meinem Körper zur Ruhe kommt. ❄️

Günter Valda arbeitet seit 2010 als freier Fotograf und lebt in Kirchschlag in der Buckligen Welt.



**MOUNTAINS
NEVER RUN
OUT OF
CHALLENGES.**



Die Berge bieten uns schier unendliche Möglichkeiten – wer sie überqueren will, braucht eine zuverlässige Ausrüstung, die selbst bei härtesten Belastungen das hält, was sie verspricht. Der Transalp 90 Carbon garantiert höchste Stabilität bei geringem Gewicht und sorgt somit für optimale Performance unter allen Bedingungen.

**SKIING IS NOT
A LIFESTYLE.
IT'S LIFE.**

FISCHERSPORTS.COM

Ski: Transalp 90 Carbon
Boot: Travers CC



Schneesperling. Foto: H. Werth

Leben im Eis

Tierische Kuriosa der kalten Welt

Anders als für manche Kleinstlebewesen gelten Gletscher und Schnee für höher entwickelte Tiere und Pflanzen als eher lebensfeindlich. Optimale Anpassung sichert ihr Überleben. *Martin C. Roos*

Als mächtigstes alpin vorkommendes Säugetier, das sich mit Schnee zu arrangieren hat, gilt der Steinbock. Weil er Pflanzenfresser ist, aber (anders als zum Beispiel skandinavische Bären) keinen Winterschlaf hält, braucht er besondere Strategien während der kalten Jahreszeit. „Überleben auf Sparflamme“ nennen das Tierforscher aus Wien und Chur in einem Fachbeitrag. Sie fanden he-

raus, dass Steinböcke im Winter ihre Herzschlagrate um rund 60 Prozent senken. Zudem sinkt die Körpertemperatur ab, was Fettverbrauch und Nahrungsbedarf mindert. Zu guter Letzt suchen Steinböcke morgens jede Möglichkeit eines Sonnenbades, um Wärme zu tanken. „Die normale Bewegungsaktivität wird erst wieder aufgenommen, wenn die Körpertemperatur entsprechend angestiegen ist, etwa um die Mit-

tagszeit“, erklärt Walter Arnold, Leiter des Forschungsinstituts für Wildtierkunde und Ökologie der Veterinärmedizinischen Universität Wien.

Wie aus dem Kühlschrank

Für Winterschläfer (Fledermäuse) und „Winterruher“ (Murmeltiere) gehört das Herabsenken von Puls und Körpertemperatur zum Stan-

dard während der kalten Jahreszeit. Murmeltiere erwachen, anders als vielfach der Volksmund vermutet, im Winter etwa alle zwei Wochen. „Arousal“ heißt das und ist tatsächlich eine Art der Erweckung. Mittels Braunfett heizen sie ihren Leib von schlappen sechs auf 36 Grad Celsius auf – und schlafen dann erst, tief und fest! In Abgrenzung zum Arousal heißt der Zustand der Winterruhe lateinisch „Torpor“, was sich

Alpenvereinsjahrbuch Berg 2020

Das Jahrbuch BERG bietet mit erstklassigen Beiträgen namhafter Autoren und Fotografen einen einzigartigen Überblick über die wichtigsten Themen und Trends aus der Welt der Berge und des Bergsports.

Der BergWelten-Schwerpunkt widmet sich dem Arlberg-Gebiet. Alpenvereinsmitglieder erhalten dazu gratis die neu aufgelegte **AV-Karte 3/2 Lechtaler Alpen/Arlberg** im Maßstab 1:25.000.

BERG 2020
ist für EUR 20,90 bei Ihrer
Sektion erhältlich
(ISBN 978-3-7022-38110-0).

BergWelten: Arlberg
Herausgeber: Deutscher Alpenverein (DAV), Österreichischer Alpenverein (ÖAV) und Alpenverein Südtirol (AVS)



Bestellschein Berg 2020

Ich bestelle zum Mitgliederpreis von EUR 20,90 zzgl. EUR 5,40 Versand
... Exemplar(e) des AV-Jahrbuchs BERG 2020

Name: _____

Sektion: _____

Straße: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Bitte ausschneiden od. kopieren u. im Kuvert (bitte frankieren) senden an:
Österreichischer Alpenverein, Shop, Olympiastraße 37, 6020 Innsbruck
Bei Auslandsbestellung werden EUR 9,00 Portospesen verrechnet.

Redaktion: Anette Köhler, Tyrolia-Verlag
Innsbruck, 256 Seiten, ca. 280 farb. und
ca. 50 sw. Abb., 21 x 26 cm, gebunden.

mit Erstarrung oder Lethargie übersetzen lässt.

„Eines der größten Wunder ist, dass die Organe diesen langen Ausnahmezustand unbeschadet überstehen“, so Lisa Warnecke, „BioZ“-Wissenschaftlerin an der Uni Hamburg und Autorin des Buchs „Das Geheimnis der Winterschläfer“. Zum Arousal meint sie: „Die Gründe dafür sind nach wie vor unbekannt. Denkbar ist, dass es die Immunabwehr aktiviert oder die Organe regeneriert.“ Die über den Marmota-Winterschlaf promovierte Sylvia Ortmann vom Leibniz-Institut für Zoo- und Wildtierforschung, Berlin, urteilt übrigens plakativ: „Ein winterschlafendes Murmeltier fühlt sich an wie ein Stück Schweine-

braten, das man gerade aus dem Kühlschrank holt.“

Ruhezeit wird kürzer

Laut Warnecke hat das Murmeltier seine Ruheperiode zwischen 1976 und 2000 bereits um 38 Tage verkürzt. Schuld sind die höheren Frühlingstemperaturen. Ob dieser Klimateffekt als gut oder schlecht zu bewerten ist, bleibt zunächst offen. Das gilt auch für den Schneesperling. Dieser früher als Schneefink bezeichnete alpine Dauergast fliegt im Sommer inzwischen bis weit über 3.000 Meter Höhe hinauf, weil er dort genügend Krabbeltiere zum Essen findet. Der Gletscherweberknecht zum Beispiel, der seinen Namen von der Un-

erschrockenheit bekommen hat, mit der er zur Nahrungssuche sogar Eis überquert, siedelt im Gesteinsschutt von Moränen und im Gletschervorfeld. Dortige Biotope weiten sich im Zuge zunehmenden Schmelzens fulminant aus, so die Innsbrucker Ökologin Birgit Sattler. In den Vorfeldern siedeln sich demnach vermehrt Spinnen und Käfer an, die von all dem Leben, „was der Wind verfrachtet und anweht, wie Insekten oder Vegetationsreste“, so Sattler. Im Gletschervorfeld des Rotmoostales in den Ötztaler Alpen wurden Springschwänze, Milben, Borstenwürmer sowie Käfer- und Schmetterlingsraupen als Erstsiedler verortet.

Typischerweise mehrt sich im Zuge der Gletscherschmelze

das Wasser – häufig auch in neu entstehenden oder sich ausweitenden Seen. Dort reichert sich erstens Plankton an, also Kleinstkrebse. Zweitens finden sich dort Mikroorganismen. Das können Einzeller und Bakterien, Algen und sogar Viren sein. Ein Großteil davon gelangt hierher aus den „Wasserspendern“ der Seen: den Gletschern. ❄️

Dr. Martin C. Roos ist ein deutscher Autor und Journalist.

Mehr zum BergFokus „Eis“ können Sie im Alpenvereinsjahrbuch BERG 2020 lesen.

Alpenvereins-Shop



NEU

Langarmshirt Edelweiß

Großer Edelweißdruck, Lyocell/Tencel-Baumwoll-Mischung, toller weicher Tragekomfort, äußerst hautfreundlich, Damenmodell leicht tailliert.

Da.-Gr.: 34-44 (pink)

€ 37,90

He.-Gr.: XS-XXL (dunkelblau)

€ 37,90

Mehr Artikel online:

www.alpenverein.at/shop · Bestelltelefon: 0512/59547-18

Alle Preise sind Mitgliederpreise, inkl. UST, zzgl. Porto. Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.



NEU

Bauchtasche

Aus strapazierfähigem, gewaschenem Canvasstoff in Vintageoptik, größenverstellbarer Gurt mit Schnappschließe, Edelweiß-Badge, zwei getrennte Taschen mit Reißverschlüssen (ca. 24 cm).

€ 34,90



Tourenhandschuh Zanier

Tourenhandschuh mit Softshell-Neopren-Außenmaterial, Zanier-Windblockerlaminat, 100 % winddicht, atmungsaktiv, innen Merinowolle, Innenhand mit rutschfestem Silikonprint, Daumen- und Zeigefingerbereich mit Verstärkung aus Ziegenleder, Karabinerlasche. Gr. XS-XXL

€ 41,90



NEU

NEU

Strickmützen

100 % Wolle, mit Edelweiß-Badge, innen mit kuschelig weichem Fleecefutter, wärmend und anschiemgsam.

Damenmodelle: Rosa mit grauem Bommel und rosa Ringloptik mit Bommel.

€ 29,90

Herrenmodelle: Blau mit Grau und blaue Ringloptik ohne Bommel.

€ 26,90



Jersey-Beanie

Leichte Übergangs- bzw. Ganzjahresmütze, 95 % Baumwolle, 5 % Elasthan, Farben: Pink, Dunkelgrau

€ 20,90



Klappmesser Opinel

8,5 cm Klinge, fixierbar, rostfreier Edelstahl, Buchenholzgriff mit Lederriemen, 47 g

€ 12,90

Kindermesser Opinel

7,5 cm Klinge, fixierbar, abgerundete Spitze, rostfreier Edelstahl, Buchenholzgriff grün, 36 g

€ 11,90



Plasfun y & y Sicherheitsbrille

Ideal zum Sichern beim Klettern und Sportklettern, aus leichtem und robustem Kunststoff. Einheitsgröße, Prismengläser, inkl. Etui, 36 g.

€ 44,90



Merinosocken/Merinstutzen

Wrightsock

Doppellagig mit Anti-Blasen-System, klimaregulierend, Mischgewebe Merinowolle, Polyester, Nylon, Elasthan. Gr.: S (34-37) | M (37,5-41) | L (41,5-45) | XL (>45)

Socken € 24,90

Viertelsocken € 28,90



Jubiläumsshirt

100 Jahre Alpenvereinsjugend! 100 % Biobaumwolle, Aufdruck vorne und hinten (100-Jahre-Logo), limitierte Auflage, dunkelblau. Da./He.-Gr.: XS-XXL Kinder (in 5 Gr.)

€ 19,90

€ 15,90



BINDI®-Stirnlampe Petzl

Ultraleicht (35 g), wasserdicht, über Micro-USB aufladbar, drei Leuchtmodi + Rotlicht, dünnes, schnell anpassbares Kopfband, 200 Lumen, Akku 680 mAh, bis zu 50 Std. Leuchtdauer.

€ 45,90



Edelweiß-Collier

Crystalp

Collier bestehend aus drei Edelweiß – mit Swarovski-Kristallen und Ankerkette (Zinn-Rhodium matt), 45 + 2 cm, Karabinerverschluss.

€ 48,90



Edelweiß-Anhänger

Crystalp

Edelweiß (Ø 22 mm) mit Swarovski-Kristallen und Schlangenkette (Zinn-Rhodium matt), 42 + 5 cm, Karabinerverschluss.

€ 37,90



Edelweiß-Ring

Crystalp

Edelweiß (Ø 17 mm), Ring mit Swarovski-Kristallen, Einheitsgröße (passt sich dem Finger an), Zinn-Rhodium matt.

€ 42,90



Edelweiß-Ohrstecker

Crystalp

Edelweiß (Ø 15 mm) mit Swarovski-Kristallen, nickelallergiefrei, passend zum Edelweiß-Anhänger mit Kette, Zinn-Rhodium matt.

€ 37,90



Erste-Hilfe-Set

Kompaktes und leichtes Erste-Hilfe-Set, das den Anforderungen für einen Familienwandertag entspricht. Mit 154 g ein Leichtgewicht im Rucksack, 13,5 x 10 x 3,5 cm.

€ 18,90



Rucksack Deuter

24-l-Deuter-Tagesrucksack, Aircontact-Tragekomfort, gute Belüftung, verstaubare Hüftflossen, geeignet für Trinksysteme, 1.100 g, Regenhülle.

Farbe: Papaya/Ocean

€ 94,50



Biwaksack Pieps

2-Personen-Biwaksack, kleines Packmaß, zwei Kopfföffnungen, Belüftungsschlitze, auch als Sitzpolster verwendbar, ca. 500 g.

€ 82,90



Spikes Snowline

Optimaler Grip in jedem Gelände, ideal zum Winterwandern, Rodeln, Trailrunning oder Nordic Walking auf Schnee sowie in der Stadt, 1 cm lange Spikes, nur 210 g/Pair, Edelstahl und Gummi, passt auf jeden Schuh.

Gr. M: 35–39 | Gr. L: 39–43 | Gr. XL: 43–46

€ 42,90



ohne Inhalt

Geldbörse Edelweiß

Praktische Geldbörse aus PET-Upcycling-Filz mit fünf nützlichen Karten-Steckfächern und einem Reißverschluss-Münzenfach. 10 x 13 cm.

€ 19,90



Trinkflasche Brotzeit

Flasche mit 750 ml Fassungsvermögen, aus reinem Edelstahl, absolut dicht, keine Farbzusätze, schadstofffrei. H 25 cm, Ø 7 cm

€ 19,90

Jausenbox Brotzeit

Jausenbox aus Edelstahl, gut schließender Deckel, absolut schadstofffrei, 16 x 11 x 5 cm

€ 18,90



Outdoorhandtuch LACD

Weiches Mikrofasermaterial, leicht, saugfähig, schnell trocknend, mit Aufhängeschleufe und Packbeutel, winziges Packmaß, 40°-Wäsche, 45 x 90 cm, 88 % Polyester, 12 % Nylon.

€ 20,90



Umhängetasche Edelweiß

Wasser- und schmutzabweisende Umhängetasche aus 100 % PET-Recycling-Filz. Geringes Gewicht, verstellbarer, robuster Tragegurt, Hüftgurt, 3 große Innenfächer und 2 Extrafächer mit Reißverschluss, zwei Farbvarianten.

€ 69,90

Mehr Artikel online:

www.alpenverein.at/shop

Bestelltelefon: 0512/59547-18

Alle Preise inkl. UST, zzgl. Porto. Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Infos

Wir trauern um ...

... Peter Haßlacher

Der Österreichische Alpenverein trauert um seinen langjährigen Mitarbeiter Peter Haßlacher, der am 17.10.2019 im 70. Lebensjahr verstorben ist. Peter Haßlacher war von 1980 bis 2014 als Leiter der Abteilung Raumordnung und Naturschutz im Alpenverein tätig. In der ersten Dekade seines Wirkens ging es vor allem um die Schaffung des ersten Österreichischen Nationalparks in den Hohen Tauern. Der Alpenverein als größter privater Grundbesitzer im vorgesehenen Areal nahm eine wesentliche und gestaltende Rolle ein, die insbesondere von Peter Haßlacher im Zusammenspiel mit DI Anton Draxl überzeugend und mit großer Leidenschaft umgesetzt wurde. Aus dieser für die alpine Raumordnung und den alpinen Naturschutz so innovativen Zeit des Aufbruchs stammten auch seine exzellenten Verbindungen in die politischen Kreise und waren Grundstein für sein späteres österreichweites Netzwerk. Innerhalb dieser Zeit baute er die Abteilung im Gesamtverein zu einem schlagkräftigen Instrument für die Belange der Umwelt auf und aus. Er pflegte stets gute Kontakte zum wissenschaftlichen Bereich insbesondere zur Raumordnung. Die Serie der Hefte zur Alpinen Raumordnung (ARO) wird auch heute noch fortgesetzt. Große Weitsicht und sozialpolitisches Gespür bewies Peter Haßlacher auch mit dem Gedanken der Bergsteigerdörfer als menschenzentrierte und umweltbewusste Alternative zum Hardcore-Tourismus. Über die Jahre wuchs die Zahl der Dörfer auf ins-



Foto: Privat

gesamt 20 in Österreich und 9 weiteren in Deutschland, Italien und Slowenien. Peter Haßlacher war eine leidenschaftliche, durchsetzungskräftige und charismatische Persönlichkeit. Mit ihm verlieren der Alpenverein aber auch Österreich eine bedeutende Stimme des Naturschutzes.

Robert Renzler, Generalsekretär

... Hans Mariacher, Vorstandsmitglied und langjähriger Schatzmeister des Alpenverein Wattens, Mitglied der Bergrettung Wattens, verstorben am 29.9.2019 im 71. Lebensjahr.

Kärnten

Malta hautnah

Von 23. bis 26. Jänner 2020 wird das beliebte „Bergsteigerdörfer-hautnah“-Programm erstmals auch im Winter stattfinden. Das Bergsteigerdorf Malta in Kärnten lädt ein, Winterluft im Nationalpark Hohe Tauern zu schnuppern. Am Programm stehen Skitouren, Schneeschuh- und Winterwandern mit Nationalparkrangern und vor allem Wintergenuss.

Die Bergsteigerdörfer-hautnah-Programme sind speziell auf bergbegeisterte und naturverbundene Alpenvereinsmitglieder zuge-



Foto: Anatol

schnitten. Das Bergsteigerdorf Malta und das Bergsteigerdörfer-Team freuen sich auf eure Teilnahme.

Programm: Im Bergauf 2-2019, S. 68–69 und unter:

www.bergsteigerdoerfer.org

Angebote, Info und Buchung:

www.maltatal.at

Oberösterreich

Kalkalpen Diafestival

Das Kalkalpen Diafestival 2019 wartet mit einem Berg-Spezial über den Himalaya und die Anden auf.

Programm:

Sa., 9.11.2019, Steyr, Stadttheater

16:30 Uhr: Grönland: Abenteuer am Polarkreis (Hans Thurner)

19:30 Uhr: Himalaya: Nepal – Bhutan – Ladakh – Tibet (Pascal Violo)

So., 10.11.2019, Steyr, Stadttheater

15:00 Uhr: Sri Lanka: Im Reich der Elefanten (Barbara Vetter)

18:00 Uhr: Die Anden: 7.000 km längs durch Südamerika (Heiko Beyer)

Kartenvorverkauf in Steyr: Foto Grünwald, Intersport Winninger, Thalia (Hey Steyr), VK Bank Stadtplatz Steyr und www.kalkalpendiafestival.at

Urlaubsangebot

Ski total am Arlberg

Skiurlaub in einem der schönsten Skigebiete der Ostalpen (St. Anton vom 14.03.–21.03.2020). In Höhen zwischen 1.300 und 2.800 m stehen 94 Bahnen und Lifte zur Verfügung. Sie erschließen ca. 340 km Skiabfahrten in allen Schwierigkeitsgraden und ca. 200 km Abfahrten im unpräparierten freien Schiraum zwischen Hochtannberg (Warth – Schröcken) und St. Anton.

Unser Angebot:

Begrüßungscocktail, Halbpension mit reichhaltigem Frühstücksbuffet, nachmittags Skifahrerjause und abends ein 4-Gang-Menü oder Themenbuffets sowie ein Fondueabend im Hotel Nassereinerhof in St. Anton im Ortsteil Nasseerein, Zimmer mit Du., WC, TV, Haarföhn und Wi-Fi. Zum Relaxen der Wellnessbereich mit dem Alpenpanorama-Schwimmbad, verschiedene Saunen, Dampfbad, eine Infrarotkabine sowie Bademantel, Saunatuch und Badeschuhe.

Einstieg in die Skiarena direkt vor dem Haus, Variantenskilauf mit Tief- oder Firnschneeabfahrten (je nach Schneelage) im weitreichenden Gelände abseits der Pisten ihrem Wunsch und Können entsprechend. Bei Gruppenwunsch wird auch die eine oder andere Skitour durchgeführt.

Vermittlung der Grundregeln über das Verhalten im freien Skiraum, Einführung in die Handhabung eines Verschüttensuchgerätes (Pieps), Pistenskilauflauf, auch für Genießer, mit Wahl der günstigsten Abfahrten, Tipps und Tricks für die Verbesserung des eigenen Skifahrkönnens, Betreuung durch staatlich geprüfte Skilehr- und Skitoureninstructoren mit langjähriger Arlberg-Erfahrung in Kleingruppen von 6–8 Personen.

Kosten: Pauschalpreis für Alpenvereinsmitglieder für 7 Tage Halbpension je nach Zimmerkategorie, 6-Tages-Skipass und Skibetreuung, DZ zw. EUR 1.350,00 und EUR 1.530,00

Info u. Anmeldung: Klaus Seyr, Thal 22, 4663 Laakirchen, Tel.: 0664/1842557, Fax 07613/8274; seyr.klaus@gmx.at oder Karl Robatscher, Tel.: 0664/1214399, karl.robatscher@gmail.com

Chronik

Alpenverein Hall

Tag der offenen Tür

Ende September konnten zahlreiche Mitglieder und interessierte Haller am „Tag der offenen Tür“ den Alpenverein Hall in der Geschäftsstelle besuchen. Ein Kletterteam betreute ab 10 Uhr den Kletterturm am Oberen Stadtplatz. Dieser wurde von den Kindern geradezu gestürmt. Interessierte hatten die Möglichkeit, die Räumlichkeiten der Sektion zu besichtigen und das kleine Museum mit historischer Bergausrüstung zu besuchen.

Die Besucher konnten sich bei den Informationsständen im In-

nenhof der Sektion ein Bild von der vielseitigen Arbeit der Wege- und Hüttenwarte, der Tourenführer, Kletter- und Jugendbetreuer machen. Für Speis und Trank sowie für den Verkauf von Vereinsartikeln war dank der vielen freiwilligen Helfer bestens gesorgt.

Romed und Marie-Luise Giner

Umwelttag

Der diesjährige Umwelttag der Alpenvereinsjugend Tirol – organisiert vom Alpenverein Hall – begeisterte Groß und Klein. Im Halltal machten die Kinder und ihre Begleiter aufregende Entdeckungen zu den Tiroler Elementen Wasser, Erde, Luft und dem Untergrund.

110 Teilnehmer, 90 Kinder und 20 Erwachsene, erfreuten sich

trotz drohendem Schlechtwetter am Umwelttag der Alpenvereinsjugend.

Vier Stationen luden dort unter dem Motto „3 Elements meets the underground“ zur Entdeckung der spannenden Themenwelten Wasser, Erde, Luft und Untergrund ein. Ein Shuttleservice brachte die Abenteurer vom Bahnhof Hall zum Karwendelparkplatz ins Halltal. Feine regionale Karotten, Radieschen und Äpfel standen als gesunde Stärkung bereit. Beispielhaft eröffnete die Station Wasser einen Blick auf die Bachwelt des Halltals. Mit größter Behutsamkeit wurden die Krebse, Larven und anderen Kleintiere von Steinen im Bachbett gehoben und unter dem Mikroskop genau begutachtet. Nicht zuletzt führte die Station Untergrund in den Trinkwasserstollen des Halltals. Nach einem interessanten Kurzfilm über die Hintergründe des Stollenbaus wurde eine geführte Expedition in den Stollen selbst unternommen. Seinen Abschluss fand der diesjährige Umwelttag bei Speis und Trank im Rahmen des Tages der offenen Tür in den Räumlichkeiten der Sektion Hall in Tirol.

Anna Giner

Alpenverein St. Pölten

Wegbetreuung am Felbertauern

400 km liegen zwischen St. Pölten und dem alpinen Arbeitsgebiet im Bereich der St. Pöltner Hütte zwischen Salzburg und Osttirol. Trotzdem wird das Wegenetz durch engagierte Mitglieder jährlich regelmäßig begangen und betreut.

Eine dreitägige arbeitsintensive Aktion fand letzten Juli statt. Am Weg vom Hintersee zur St. Pöltner Hütte wurde ein massiver Holzsteg durch Schneedruck so stark beschädigt, dass er erneuert werden musste. Um vier Uhr morgens ging es für das fünfköpfige Team in St. Pölten los. Nach dem Aufstieg mit Werkzeug zum Arbeitsplatz auf 2.000 m Seehöhe Entfernung des alten Stegs, ehe am Nachmittag ein Hubschrauber den vorgefertigten neuen Steg auf die vorbereiteten Fundamente absetzte. Nach dessen Verankerung Aufstieg und Übernachtung auf der St. Pöltner Hütte. Am nächsten Tag wurden die veralteten Seilsicherungen der Steilstufe östlich des Weinbichls ausgetauscht, ehe das erfolgreiche Team am Folgetag die weite Heimreise antrat.

Leser für Leser

Verloren

Helm und Klettersteigset – Im August wurde beim Gipfelkreuz am Mahdlgupf ein grauer Kletterhelm und ein Klettersteigset liegen gelassen. Finder können sich unter 0650/78923334 tel. melden.

Gefunden

Brille – Am 5.10.2019 habe ich auf dem AV-Weg 689 zwischen der ehemaligen Zolhhütte und dem Gipfel des Steinbergs (Gemeindegebiet Arnoldstein) eine Brille gefunden. Kontakt: Helmut Lang, Tel. 04242/433263.

Kamera – Am 8.8.2019 wurde auf der Wiese neben dem See bei der Reichenberger Hütte/Osttirol eine Canon S 100 Kamera gefunden. Infos tel. unter: +43/664/75100078.

GPS-Gerät – Am 19.8. wurde am Gipfel des Križ ein Garmin-GPS-Gerät gefunden. Der Besitzer kann

unter udanelon@libero.it Kontakt aufnehmen.

Sonnenbrille – Ich habe am 20.8. am Bärensattel (Abzweigung Frauenmauer-Neuwaldeggsattel) eine Sonnenbrille (schwarze Metallbügel, verspiegeltes Glas) gefunden. Infos unter oberbeat@gmail.com

Gesucht

Bergpartner – An eine gläubige u. sportliche Kameradin: Österreicher, Dipl.-Ing. Dr., 76, 176, kath., verwitwet, schlank, im Raum München lebend, sucht warmherzige Akademikerin (ca. 65–70 J.) zum Wandern, Radeln, Skilanglaufen und für einen Lebensabend, den wir gemeinsam schön gestalten wollen. Antwort bitte mit Bild an: radeln.wandern@t-online.de

Verwall-Woche 15.–20.9.2019 ... Servus Peter und Wolfgang ... solltet ihr mal wieder ein Konzert dort droben geben ... bin dabei ... Danke für eure „Karte“. LG Tane +49/170/1883707 ... meldet Euch mal ...



Der richtige Katalog für Sie

Die Welt entdecken im Einklang mit der Natur – zu Fuß, auf dem Rad oder in einer Karawane.

Die Welt und sich selbst entdecken #1werden





Mehr als 400 Touren weltweit entdecken:

Gratis Kataloge anfordern unter:
wien@hauser-exkursionen.at oder Tel.: (01) 505 03 46

Literatur



Gabriel Seitlinger

Salzburg Summits Wandern, Radeln, Skibergsteigen

368 Seiten, Abb. durchgehend farbig, 11,5 x 18 cm, französische Broschur, ISBN 978-3-7025-0929-3, Verlag Anton Pustet, 2019, EUR 24,00

Ein Muss für Gipfelsammler! Unter dem Motto „Salzburg Summits“ sind in diesem Buch die geografisch höchsten Punkte aller 119 Gemeinden des Bundeslands Salzburg versammelt – von namhaften Hochgebirgsgipfeln bis zu unscheinbaren Geländekuppen. Die Bandbreite reicht dabei vom Wasserreservoir bei Maria Bühel als höchstem Punkt Oberndorfs über die leicht mit dem Fahrrad erreichbaren Moränenhügel des Alpenvorlandes und anspruchsvolle Touren oder den einen oder anderen Kletteranstieg bis zum höchsten Salzburger Gipfel, dem Großvenediger.

Dieser Berg-, Wander-, Skitouren- und Radfahrer ist ein Begleiter für die Erkundung aller 119 „Salzburg Summits“. Variantenreiche Anstiege, zumeist von den Standortgemeinden mit Foto und Karte beschrieben, sowie eine Gemeinde- und eine Gipfelliste eröffnen garantiert neue Ausflugsziele!



Susanna Muhar, Andreas Muhar, Gregory Egger, Dominik Siegrist (Hrsg.)

Flüsse der Alpen – Vielfalt in Natur und Kultur

512 Seiten, 21,5 x 26,5 cm, durchgehend farbig illustriert, Hardcover, ISBN 978-3-258-08114-4, Haupt Verlag, 2019, EUR 50,40

Tosende Wasserfälle, geheimnisvolle Schluchten, reißende Stromschnellen, weite Flussauen: Die Landschaften der Alpen sind wesentlich von Fließgewässern geprägt und die menschliche Nutzung des Alpenraums ist eng mit den Flüssen verbunden. Dieses Buch bietet erstmalig eine umfassende Dokumentation der vielfältigen Bedeutung der Alpenflüsse aus zahlreichen fachlichen Blickwinkeln: Von Geologie, Wasserhaushalt und Morphologie über Flora und Fauna bis hin zu Mythologie und künstlerischer Reflexion werden Entstehung und Funktion von Flüssen beschrieben sowie deren ökologische, gesellschaftliche und wirtschaftliche Bedeutung in Geschichte und Gegenwart.

Dargestellt werden auch Ausmaß und Folgewirkungen menschlicher Nutzungen sowie der Abstimmungsbedarf zwischen Schutz- und Nutzungsinteressen. Porträts von mehr als fünfzig Flüssen geben einen alpenweiten Überblick, präsentieren die

jeweiligen Besonderheiten und laden ein zum Besuch der einmaligen Flusslandschaften der Alpen.



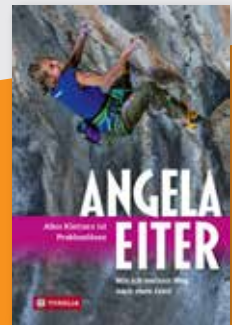
Dominik Siegrist

Alpenwanderer Eine dokumentarische Fußreise von Wien nach Nizza

229 Seiten, 16 x 21 cm, durchg. farbig, gebunden mit Softcover, ISBN 978-3-258-08122-9, Haupt Verlag, 2019, EUR 29,00

Unter dem Projektnamen whatsalp wanderte im Sommer 2017 eine Gruppe von Alpenfachleuten in 119 Tagen durch den gesamten Alpenbogen von Wien nach Nizza. whatsalp war aber viel mehr als „nur“ eine Weitwanderung. Es ging in diesem Projekt schlichtweg darum, den aktuellen Zustand der Alpen zu dokumentieren und sich mit verschiedenen Menschen vor Ort und unterwegs auszutauschen. Entlang der 1.800 km langen Route wurde die Kerngruppe, bestehend aus den Schweizer Geografen Dominik Siegrist und Harry Spiess sowie den österreichischen Alpenexperten Christian Baumgartner und Gerhard Stürzlinger, etappenweise von rund 200 Mitwandernden begleitet. Dabei fanden in Österreich, der Schweiz, Italien und Frankreich rund siebzig Ortstermine und Veranstaltungen mit mehreren hundert Beteiligten

statt. Die Wandergruppe sprach mit Alpenbewohnern, diskutierte mit Umweltaktivisten, traf Tourismusmanager und befragte Forscherkollegen zu den aktuellen Problemen des Alpenraums. Dabei ging es immer wieder um Fragen wie: Müssen Natur und Tourismus Gegensätze sein? Wie lässt sich die Zerstörung des Alpenraums durch Verkehr und Klimawandel aufhalten? Haben junge Menschen noch eine Zukunft in ihrer Heimat? Wie werden die Alpen in 25 Jahren aussehen?



Angela Eiter

Alles Klettern ist Problemlösen

Wie ich meinen Weg nach oben fand

160 Seiten, 47 farb. Abb.; 15 x 22,5 cm, Hardcover, geb. mit Schutzumschlag, ISBN 978-3-7022-3806-3, Tyrolia, 2019, EUR 16,99

Sportkletterer wissen: Klettern heißt Bewegungsprobleme knacken, die einen die Wand stellt. Der Faszination dieses Geist und Körper gleichermaßen fordernden Spiels in der Vertikalen ist „Angy“ seit ihrer Kindheit verfallen. Das kleine Mädchen war talentiert, extrem motiviert, gab immer sein Bestes. Bald war ein gefeierter „Rockstar“ geboren, der boomende Klettersport hatte ein frisches, junges Gesicht.

Doch auf dem Weg ganz nach oben kämpfte die junge Sportkletterathletin mit viel größeren Problemen, als sie in der Wand je vorfand. Es gab Phasen der Magersucht, Mobbingattacken, tragisches Verletzungspech. Von Licht und Schatten ihres Lebens für den Klettersport erzählt sie nun als erwachsene Frau zum ersten Mal in diesem Buch: authentisch, offen und ehrlich.



Mark Synnott

Free Solo im Yosemite
 Alex Honnolds unglaubliche Begehung am El Capitan

480 Seiten, 14,8 x 21 cm, gebunden, Hardcover, ISBN 978-3711-2000-75, Bergwelten, 2019, EUR 24,00

Nur wenige wagen sich an die Freerider-Route am El Capitan im Yosemite Nationalpark. Alex Honnold klettert die senkrecht abfallende Granitwand in Rekordzeit. Ohne jede Sicherung. Free Solo zu klettern ist ein Balanceakt: zwischen Luft und Fels, Hängen und Fallen, Leben und Tod. Mark Synnott begleitet in diesem Buch den jungen Kletterer Alex Honnold auf seiner Mission, eine Route zu begehen, die im Free Solo-Stil als unschaffbar gilt. Dabei zeichnet er ein feinfühliges Porträt dieses Ausnah-

mesportlers und öffnet Türen für ein tieferes Verständnis des Klettersports, der selbst im gesicherten Zustand ein mitunter großes Verletzungsrisiko birgt.



Gernot Patzelt

Gletscher
 Klimazeugen von der Eiszeit bis zur Gegenwart

264 Seiten, 147 Abb., 24 x 31 cm, Halbleinen, ISBN 978-3-7757-4535-2, Hatje Cantz Verlag, 2019, EUR 52,00

Die Landschaftsmaler waren die Ersten, die die Erhabenheit von alpinen Gletschern anschaulich machten. Doch waren sie auch Pioniere der Forschung: Neben dem künstlerischen Aspekt offenbaren ihre Gemälde wertvolle Informationen über Aussehen und Verbreitung der Gletscher noch vor dem Beginn der systematischen Beobachtung. Insbesondere die Bilder von Thomas Ender und Ferdinand Runk aus dem frühen 19. Jahrhundert zeigen die Gletscher der Alpenregionen in großer Detailtreue. Das Buch des österreichischen Geografen und Hochgebirgsforschers Gernot Patzelt (*1939) arbeitet nun die Gletscherbilder von Ender und Runk auf, stellt sie fotografischen Aufnahmen von heute gegenüber und macht die Folgen der Klimaerwärmung sichtbar. Es

fasst Patzels Forschungsergebnisse aus Jahrzehnten zusammen und bietet eine Chronologie der Gletscher- und Klimaentwicklung der letzten 50.000 Jahre.



Bertram Schneck

22 perfekte Skitourenwochenenden
 vom Engadin bis zum Dachstein

192 Seiten, 185 Fotos, 22 Tourenkärtchen im Maßstab 1:50.000, eine Übersichtskarte und eine Tourenmatrix, 16,3 x 23 cm, Klappenbroschur, ISBN 978-3-7633-3184-0, Bergverlag Rother, 2019, EUR 25,60

Tiefschnee, Sonnenschein, eine stilvolle Unterkunft und ein gutes Abendessen – das sind die Zutaten für ein perfektes Skitouren-Wochenende! Dieser Rother-Selection-Band präsentiert eine breite Auswahl von abwechslungsreichen und sinnvoll zusammengestellten „Wochenendpaketen“. Vom Engadin bis zum Hohen Dachstein und vom nördlichen Alpenrand bis nach Südtirol werden hier großartige Skitouren vorgestellt, für die sich eine längere Anreise und eine ganze Wochenendauszeit lohnen. Am Abend sorgen ein gutes Abendessen und eine Übernachtung in ansprechendem Ambiente für perfekte Erholung und Genuss. Dazu braucht es weder

ein Luxushotel noch ein Sterne-menü, sondern guten Geschmack, individuellen Stil und regionale, ehrliche Küche, und das zu einem bezahlbaren Preis.

Die Skitouren sind nach Schwierigkeitsniveaus zusammengestellt: Von einfachen Genusstouren für Einsteiger bis hin zu anspruchsvollen, langen Unternehmungen inklusive Gletscherkontakt ist für jeden etwas dabei. Jeder Tourenvorschlag wird mit einer klaren Wegbeschreibung und mit einem Kartenausschnitt vorgestellt. Die praktische Umschlagklappe liefert einen Überblick über alle Touren mit ihren wichtigsten Eckpunkten. Die großzügige Ausstattung des Selection-Bandes und exzellente Farbbilder machen Lust auf Schmökern und noch viel mehr auf eine kurze Auszeit im Winter.



Beaver Brook
 (Zusammenstellung)

Hütten
 Einsame, ruhige, magische Orte jenseits der Zivilisation

336 Seiten, durchg. farbig, 17,1 x 22,9 cm, ISBN 978-3-7104-0118-3, Servus, 2016, EUR 28,00

Jedes Kind träumt von einem Baumhaus oder einer Hütte im Wald, ganz für sich allein. Und

dieser Traum hört nie auf. In jedem von uns gibt es noch dieses Kind und dieses Haus, fertig gesponnen, im Kopf konstruiert und eingerichtet. Es muss nur noch gebaut werden.

Seit vielen Jahren versammelt Zach Klein, selbst passionierter Hüttenbauer, auf cabinporn.com die Geschichten von Menschen, die sich diesen Traum von der eigenen Hütte draußen in der Natur erfüllt haben. Entstanden ist ein Buch, das von den Orten, den Materialien und den Träumen, die dahinterstehen, erzählt.



Sabine Neuweg, Alois Peham

Genusswandern in Oberösterreich

Die 40 schönsten Wege zu den besten Einkehrstationen

168 Seiten, 4-farbig, 11 x 21 cm, Softcover, Spiralbindung, ISBN 978-3-99062-442-5, Oberösterreichische Nachrichten (Hg.), 2019, EUR 14,90

Vom Böhmerwald bis zum Dachstein durchziehen unzählige Wanderwege das Land. Mit den 40 beschriebenen Touren im Buch kann man die gesamte Vielfalt Oberösterreichs entdecken. Die Wälder und Flüsse des Mühlviertels, die Hügelketten im Inn- und Hausruckviertel, die Donauregion, die Vorberge des Traunviertels und als Höhepunkt noch aussichts-

reiche Wege am Dachstein. Tipps für die besten Einkehrstationen am Weg machen das Genusserlebnis komplett. Herrliche Bilder und zahlreiche Zusatzinformationen ergänzen die detaillierten Beschreibungen.

Nach „Wandern in Oberösterreich“, „Genuss-Biken in Oberösterreich“, „Bergwandern in Oberösterreich“ und „Skitouren in Oberösterreich“ widmen sich die Freizeit-Aktiv-Autoren der OÖNachrichten-Beilage „was ist los?“ nun den schönsten Wanderwegen Oberösterreichs. Auf zu neuen genussvollen Erlebnissen in Oberösterreich, denn Wandern macht glücklich!



Heinz Grill, Florian Kluckner

Kunst und Klettern Klettern im Sarcatal vom V bis VII Grad

240 Seiten, Deutsch und Italienisch, 4-farbig, Topos, 15 x 21 cm, ISBN 978-88-85468-41-2, Idea Montagna, 2019, EUR 24,00

Für die 92 vorgestellten Routen um das Klettermekka Arco ist der Titel vielsagend: Kunst und Klettern. Wunderschöne Bilder, künstlerische farbige Topos und detaillierte Beschreibungen lassen die Charakteristik und damit den Wesenszug jeder einzelnen Route zur Geltung kommen. Die Grafiken bringen nicht nur das Licht, die Farben und die Formenviel-



Naturwunder Marokko

4. - 14.4.2020 Flug ab Wien, Geländewagen, meist *** und ****Hotels/HP, Eintritte, RL **€ 2.360,-**

Naturerlebnis Uganda

Auf den Spuren von Berggorillas u. Schimpansen

22.12.19 - 5.1.20, 13. - 27.7., 7. - 21.8.20 Flug ab Wien, Geländefahrzeuge, *** und ****Hotels und Lodges/HP, Bootsfahrten, Tracking-Permits, Wildbeobachtungsfahrten, Eintritte, RL **ab € 5.450,-**

Große Israel Rundreise

Natur und Kultur erleben

22.4. - 3.5., 21.10. - 1.11.2020 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, meist ****Hotel/HP, RL **€ 2.770,-**

Sri Lanka intensiv

+ Wildtierbeobachtungen in den Nationalparks

25.1. - 9.2.20, 29.2. - 15.3.2020 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, meist *** und ****Hotels/HP, Eintritte, RL **ab € 2.790,-**

Westkanadas Höhepunkte

Mit den großartigen Nationalparks Pacific Rim, Banff, Jasper und Yoho sowie dem Icefields Parkway

14. - 27.6.2020 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, ***Hotels/NF, Eintritte, Fähren, Schifffahrten, Gletschertour, RL **€ 4.990,-**

Naturerlebnis Costa Rica

21.12. - 5.1.20, 15.2. - 1.3.20 Flug ab Wien, Kleinbus/Bus, *** u. ****Hotels u. Lodges/HP u. 2x VP, Eintritte, RL **ab € 3.690,-**

Ursprüngliches Bolivien

InsiderReise mit Michael Dirninger

15.4. - 1.5., 30.9. - 16.10.2020 Flug ab Wien, Bus, ****Hotels u. 3x in der Ecolodge/HP, tw. VP, Eintritte, RL **€ 4.650,-**

Kneissl Touristik Zentrale, zentrale@kneissltouristik.at
☎ 07245 20700, www.kneissltouristik.at

Wien 1 ☎ 01 4080440 + St. Pölten ☎ 02742 34384 + Salzburg ☎ 0662 877070

falt der südlichen Felsen lebendig zum Ausdruck, sondern erleichtern darüber hinaus die Orientierung in der Wand. Die Autoren sind bekannt als die wesentlichen Erschließer des Sarcatals in den letzten 13 Jahren und präsentieren ihre Erstbegehungen und die von ihnen dezent sanierten Klassiker. Dabei werden neueste Erschließungen wie das Gebiet am Pezoul und an der Parete Ir vorgestellt. Für heiße Tage eignen sich die Touren an der wenig bekannten Parete dos Casina. Ein Kletterführer für all jene, die Mehreistrecken-Routen im unteren und mittleren Schwierigkeitsgrad suchen, welche bei einem leichten alpinistischen Anspruch beginnen.



Tim Shaw

Ossola

Zw. Lago Maggiore, Monte Rosa und Nufenenpass

256 Seiten mit 199 Farbbildungen, 50 Höhenprofile, 50 Wanderkärtchen im Maßstab 1:50.000/1:75.000, zwei Übersichtskarten im Maßstab 1:500.000 und 1:700.000, GPS-Tracks zum Download, 11,5 x 16,5 cm, kartoniert mit Polytex-Laminierung, ISBN 978-3-7633-4538-0, Bergverlag Rother, 2019, EUR 15,40

Ein echter Geheimtipp – der Rother Wanderführer Ossola entführt in eines der abwechslungsreichsten und gleichzeitig einsamsten Wandergebiete der Alpen: die

se kleine Ecke Italiens zwischen Tessin und Wallis. Die überwältigende Berglandschaft vermittelt zwischen dem mediterranen Lago Maggiore und dem ewigen Eis des Monte Rosa. Viele Wanderungen sind ganzjährig möglich ...

50 lohnende Unternehmungen hat Tim Shaw, im Ossola ansässiger Wanderleiter, als ausgewiesener Kenner dieser Region zusammengestellt. Vom Dorfspaziergang auf historischen Maultierpfaden bis zur wilden Gipfelbesteigung ist alles dabei: italienische Berglandschaften, wie sie schöner kaum sein könnten. Verlässliche Wegbeschreibungen, detaillierte Informationen zu Verkehrsanbindung und Anforderungen sowie aussagekräftige Höhenprofile und detaillierte Kartenausschnitte machen alle Tourenvorschläge leicht und sicher nachvollziehbar. Ergänzend stehen GPS-Daten zum Download bereit. Zahlreiche Fotos stimmen auf ein erlebnisreiches Wandern ein.



Max Bosse,
Kathrin Bosse-Steinweg

Albanien

Küstenwanderungen, Hirtenpfade und Gipfeltouren

232 Seiten mit 179 Farbbildungen, 44 Höhenprofile, 44 Wanderkärtchen im Maßstab 1:50.000/1:75.000,

zwei Übersichtskarten im Maßstab 1:2.000.000 und 1:3.500.000, GPS-Tracks zum Download, 11,5 x 16,5 cm, kartoniert mit Polytex-Laminierung, ISBN 978-3-7633-4530-4, Bergverlag Rother, 2019, EUR 15,40

Berge und Natur, die begeistert – beides gibt es in Albanien im Überfluss! Tiefblau ist das Meer an der Albanischen Riviera, wo hohe Gipfel über den Sandstränden wachen. In den Tälern des Südens wachsen wilde Feigenbäume. Und in den Albanischen Alpen im Norden ist die Natur von einer wilden Schönheit. Jedes Bergmassiv ist wie eine eigene kleine Welt für sich. Nach den Jahren der Isolation wächst die Zahl der markierten Wanderwege langsam, aber stetig.

Mit 44 abwechslungsreichen Touren bietet der Rother Wanderführer Albanien einen umfassenden Überblick über die schönsten Wandermöglichkeiten des Landes. Genusswanderer kommen dabei ebenso auf ihre Kosten wie ambitionierte Bergfexe. Das Tourenspektrum reicht von Küstenwanderungen am Ionischen Meer über alte Hirtenpfade zu pittoresken Bergdörfern bis hin zu anspruchsvollen Besteigungen der höchsten Gipfel wie Korab mit 2.764 Metern Höhe und Jezerca mit 2.694 Metern Höhe.

Dieser Rother Wanderführer liefert alle nötigen Informationen für einen perfekten Wanderurlaub: ausführliche Wegbeschreibungen, Wanderkärtchen mit eingezeichnetem Routenverlauf, aussagekräftige Höhenprofile und GPS-Daten zum Download. Hinzu kommen detaillierte Angaben zur Infrastruktur wie Einkehr- und Nächtigungsmöglichkeiten sowie Verkehrsanbindung.

Bergauf

Impressum

Mitgliedermagazin des Österreichischen Alpenvereins Nr. 5 | 19, Jg. 74 (144)

Herausgeber und Medieninhaber: Österreichischer Alpenverein www.alpenverein.at

ZVR-Zahl: 989190235

Redaktion: Gerold Benedikter

Redaktionsbeirat: Präsident Dr. Andreas Ermacor; Generalsekretär Robert Renzler, 6020 Innsbruck, Olympiastraße 37 Tel. +43/512/59547, Fax 59547-50 E-Mail: redaktion@alpenverein.at

Druck: Walstead Leykam Druck GmbH & Co KG Bickfordstraße 21 | 7201 Neudorf

Alleinige Anzeigenannahme: Werbeagentur David Schäffler, Garnei 88, 5431 Kuchl, office@agentur-ds.at

Tarife: www.bergauf.biz

Design: Alexander Peer, Rainer Brandl, office@prodesign.cc, www.prodesign.cc

Gestaltung & DTP: Norbert Freudenthaler

Titelfoto: Grant Gunderson Scott Atheltin Kirsten Rowley's hatte die richtige Entscheidung getroffen. Die erste Spur im unverspurten Pulver am Mt. Baker (USA).

Die grundlegende Richtung des ÖAV-Mitgliedermagazins wird durch die Satzungen des Österreichischen Alpenvereins bestimmt. Abgedruckte Beiträge geben die Meinung der Verfasser wieder. Für unverlangte Sendungen wird keine Haftung übernommen; Retournierung nur gegen beiliegendes Rückporto.

Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Adressänderungen bitte bei Ihrer Sektion bekannt geben.

Aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit wird in Bergauf auf eine geschlechtsspezifische sprachliche Differenzierung – wie zum Beispiel BergsteigerInnen – verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten nach Auffassung der Redaktion und im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für beide Geschlechter.

Bergauf Nr. 1/20 erscheint Anfang Jänner

Gefördert durch



PEFC-zertifiziert. Dieses Papier stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen. www.pefc.at

Sportliche Steppjacken in tollen Farben!

- Ultraleicht, bequem, bei kalten Temperaturen angenehm warm
- Mit praktischer Kapuze
- Pflegeleicht und funktionell
- Obermaterial: 100% Polyamid
- Futter und Wattierung: 100% Polyester

Herrenjacke Nordcap

schwarz	Art.-Nr. 62.241.494
blau	Art.-Nr. 62.241.508
grün	Art.-Nr. 62.241.511
rot	Art.-Nr. 62.241.524

Größen				
M	L	XL	XXL	3 XL

Für Herren


blau

rot

grün

schwarz


Damenjacke Nordcap

schwarz	Art.-Nr. 62.241.537
blau	Art.-Nr. 62.241.540
grün	Art.-Nr. 62.241.553
rot	Art.-Nr. 62.241.566

Größen							
36	38	40	42	44	46	48	50

Für Damen

blau



schwarz

grün

rot

 UVP*-Preis 99,-
Personalshop-Preis 29,99

JUBILÄUMS-PREIS
€ 22.49

 Sie sparen € 76,51
gegenüber dem UVP*

Bestellen leicht gemacht!

bestellung@personalshop.com

0 512 / 34 33 44

FAX 0 512 / 34 33 44-400

BESTELLSCHEIN A30127 mit 30 Tage Rückgaberecht
**25% Rabatt auf ALLES erhalten Sie auf
www.personalshop.com**

25%
**Jubiläums-Rabatt
auf ALLE Artikel!**

SO SPAREN SIE 25%:

1. Loggen Sie sich mit Ihrem Code **A30127** im Shop ein.
2. Wählen Sie Ihre Wunschartikel
3. Geben Sie Ihren Code unten im Warenkorb ein für 25% Rabatt!

Widerrufsrecht: Sie haben das Recht, 14 Tage lang ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag gegenüber der Servus Handels- und Verlags-GmbH schriftlich, telefonisch, per Fax oder per E-Mail an A-6404 Polling in Tirol, Gewerbezone 16, Tel: 0 512 / 34 33 44, Fax: 0 512 / 34 33 44-400, office@personalshop.com, zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt ab dem Tag, an dem Sie die Waren in Besitz genommen haben. Senden Sie uns die Ware spätestens 14 Tage nach Ihrem Widerruf zurück. Wir gewähren Ihnen neben dem gesetzlichen Widerrufsrecht eine freiwillige Rückgabegarantie von insgesamt 30 Tagen ab Erhalt der Ware, sofern die Ware sich in ungebrauchtem und unbeschädigtem Zustand befindet. Impressum: Servus Handels- und Verlags-GmbH, Gewerbezone 16, A-6404 Polling in Tirol.

5-Sterne-Personalshop-Garantie

- ★ 2 Jahre Garantie ohne „Wenn und Aber“
- ★ Schnelle Lieferung
- ★ Höchster Qualitätsstandard
- ★ Bestpreis-Garantie
- ★ 30-tägiges Umtausch- und Rückgaberecht**

**Gleich entsenden an:
Servus Handels- und
Verlagsgesellschaft m.b.H.
Postfach 2, A-6050 Hall in Tirol**

Menge	Art.-Nr. 62.	Größe	Artikelbezeichnung	JUBILÄUMS- PREIS
			Nordcap Herren Steppjacke	€ 22,49
			Nordcap Damen Steppjacke	€ 22,49

 Absender (Bitte deutlich ausfüllen): Frau Herr

Bearbeitungs- und Versandkostenanteil € 5,90

Name, Vorname: _____

Straße / Nr.: _____

PLZ / Ort: _____

Geb. Datum: _____

E-Mail: _____

* Stappreise beziehen sich auf unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (UVP). Solange der Vorrat reicht.
 ** Detaillierte Angaben zum Rücktrittsrecht und Informationen zum Datenschutz finden Sie auf: www.personalshop.com

Wir verwenden Ihre E-Mail-Adresse, um Sie über Aktionsangebote zu informieren. Dem können Sie jederzeit widersprechen.

MAGICO.2 &
TITAN VARIO.2



EMOTION & CONTROL

MAGICO.2 | 14 LAYER CONTROL

Die Skispitze und das Skiende wurden verlängert, wodurch die Schwungauslösung erleichtert und das Fahrvergnügen deutlich erhöht wird.

Neue Radien, ein nach vorne versetzter Schwerpunkt und ein spezieller Flex verleihen dem Ski eine Struktur, welche die Kontrolle und Steuerung des Skis verbessert.

TITAN VARIO.2 | QUALITY OF RELEASE

Leichte und funktionelle Skitourenbindung. Vorderbacken mit Titanfeder und unabhängigen Pins sowie Hinterbacken auf einer Flexplatte mit 8 mm Längenausgleich für höchste Auslösezuverlässigkeit der Bindung in jeder Situation.