

Bergauf

05.2020

Skitourenwinter

Ausrüstungstrends und Tipps

Tourentipps

Kärnten, Trentino

Erste Hilfe

Anleitungen für Ersthelfer

alpenverein
österreich



Österreichische Post AG
MZ 02Z030032 M

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



LEICHTIGKEIT WAR NOCH NIE SO STARK



TECNICA ZERO G TOUR PRO

#LIVETHEMOMENT

TECNICASPORTS.COM



Foto: norbert-freudenthaler.com

Der Winter steht vor der Tür

Was wird uns erwarten?

Auch am Österreichischen Alpenverein ist natürlich die Pandemie nicht spurlos vorbeigegangen. Dennoch ist es gelungen, den abgelaufenen Sommer auf den Hütten positiv gestalten zu können. Dank einem Schulterschluss mit den zuständigen Ministerien konnten einfache und klare Regeln und Empfehlungen ausgearbeitet werden, um das Infektionsrisiko so gering wie möglich zu halten. Und das ist augenscheinlich gut gelungen. Gott sei Dank hat es keinen Cluster auf unseren Hütten gegeben. Natürlich gab es durch die vorgeschriebenen Reduzierungen der Schlafplätze Einschränkungen und verminderte Einnahmen. Andererseits hat die Anzahl der Tagesgäste insgesamt stark zugenommen. Unser Verein hat wieder mal gezeigt, dass er auch in Krisenzeiten gut bestehen kann. Besonders erfreulich ist die Tatsache, dass es wieder mehr Menschen in die Berge zieht. Auffällig dabei ist auch, dass es vor allem wieder viele junge Menschen sind, die die Berge wiederentdecken. Das Wandern in der Natur, die frische Luft, andere Gedanken abseits vom Alltag, abseits von Corona, den Masken, der Ansteckungsgefahr und den damit verbundenen Einschränkungen.

Dies gilt auch jetzt für den Winter. Ich bin überzeugt, dass die Bewegung in der frischen Natur wichtiger ist denn je. Die Kernwin-

Es wird kein Winter werden, wie wir ihn kennen. Die Coronazahlen steigen gerade wieder beunruhigend. Nachbarstaaten verhängen Reisebeschränkungen und warnen vor einer Einreise. Dies betrifft Österreich, das so stark vom Tourismus abhängig ist, natürlich schwer.

Andreas Ermacora, Alpenvereinspräsident

kungen, die Kurzarbeit und die hohen Arbeitslosenzahlen hatten die Menschen andere Sorgen, als gerade jetzt Mitglied in einem alpinen Verein zu werden. Dennoch – und darauf bin ich stolz –, konnten wir das Vorjahresergebnis in etwa halten. Eventuell ist sogar ein leichter Zuwachs zu verzeichnen, sodass wir vielleicht am Ende des Jahres die 600.000er-Marke erreichen.

Betrüblich ist natürlich, dass wir die heurige Hauptversammlung in Villach aus Sicherheitsgründen verschieben mussten. Die Hauptversammlung wird aber 2021 natürlich nachgeholt werden.

Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen hauptamtlichen Mitarbeiter*innen im Hauptverein und in den Geschäftsstellen der Sektionen sowie bei allen Funktionären, die in dieser doch so fordernden Zeit so viele positive Akzente für unseren Verein gesetzt haben.

Ich wünsche Ihnen somit einen unfallfreien Winter.

Bleiben Sie gesund! 🌿

tersportarten wie Skitourgehen und Schneeschuhwandern werden sicherlich verstärkt ausgeübt werden, was auch unseren Bergsteigerdörfern zugutekommt.

Natürlich musste auch der Österreichische Alpenverein in diesem Jahr Einbußen hinnehmen. Durch den Lockdown und die monatelangen Reisebeschränkungen,

Inhalt Bergauf 05.2020



6



44



80



82

Editorial

Der Winter steht vor der Tür 03

Thema – Wintersport

Ausrüstungstrends 06
 Startklar für die Skitourensaison 20
 Lust am Erlebnis 24
 risk'n'fun – Manuela Mandl im Gespräch 28

Berichte

Sicher klettern mit dem Sheriff 34
 Taktische Alpinmedizin – Wärmeerhalt 38
 Erste Hilfe am Berg – Anleitungen für Ersthelfer 40
 Das Schulprogramm der Alpenvereinsjugend 44
 P.U.L.S. – ORF-Korrespondentin erinnert sich 50
 Miteinander am Berg – ein Integrationskonzept 52
 Spenden für Projekte – Nationalpark-Patenschaft 56
 Im Visier der Wasserkraft – Öztaler Ache 60
 Ein starker Partner 64
 Gelbe Tartschenflechte – im Porträt 68
 Über dem Nebel – Alpenverein-Museum 70
 Diplommitglied – Alpenverein-Museum 72

Kommentar

Ermacoras „Berg-Spitzen“ 73

Touren / Reisen

Bergsteigerdörfer – Genuss mit allen Sinnen 76
 Hubertuskapelle – Schneeschuhwanderung 80
 Nockberge-Trail – Skidurchquerung für Genießer 82
 Skitouren am Gardasee 86

Berg 2021

Alpenvereinsjahrbuch – Karnischer Hauptkamm 90

Rubriken

Produktneuheiten 74
 Alpenvereins-Shop 92
 Infos 96
 Chronik 96
 Lesermeinung 96
 Leser für Leser 97
 Literatur 97
 Impressum 98



MAMMUT
SWISS 1862



BEST CHOICE
FOR THE
WORST CASE

MAMMUT AVALANCHE SAFETY PRODUCTS.

MAMMUT.COM

Skitourenupdate

Was der Wintersportler braucht

Der Winter und der Schnee werden kommen – fragt sich nur, wann! Wie gewohnt gibt es dazu ein Update zu den Neuheiten bei Ski, Schuh und Bindung für den Tourenbereich. Um sich dabei etwas leichter zurechtzufinden, scheint es angebracht, die Gruppen Race, Tour-Leichtgewicht, Tour-Allround, Tour-Perform + Freetour und Tour-Freeride zu unterscheiden. *Andreas Lercher*

Wie wurde ausgewählt und bewertet?

Vorge stellt wird lediglich eine kleine Auswahl der interessantesten neuen Modelle verschiedenster Hersteller. Es sollte also für jede/jeden etwas dabei sein in Abhängigkeit vom skifahrerischen Können und Vorlieben.

Das von den Herstellern zur Verfügung gestellte Material wird

über mehrere Wochen von verschiedenen Probandinnen und Probanden mit unterschiedlichem skifahrerischem Können bei Touren im Gelände, unterschiedlichsten Bedingungen und auf der Piste ausprobiert. Die Feedbacks werden ausgewertet und die Beschreibung eingebracht.

Ganz so umfangreich wie in den letzten Jahren war dies in der vergangenen Saison durch

den covidbedingten Lockdown allerdings nicht – gut genug aber, um ein Bild der Trends zu geben.

Tipps zum Skikauf

Skilänge

Fahrkönnen und Einsatzbereich sind die entscheidenden Faktoren. Bei mittlerem bis gutem Fahrkönnen liegt man bei Modellen in Körperlänge schon mal ganz gut.

Expertinnen und Experten können auch Körpergröße + 5 bis 10 cm fahren, speziell dann, wenn es im Gelände auch tempomäßig ordentlich zur Sache gehen soll.

Schwache Fahrerinnen und Fahrer legen sich am besten einen Ski zurecht, der 5–10 cm unter der Körpergröße liegt. Kürzer als Kinnlänge macht keinen Sinn.

Wer spitzkehrentechnisch noch Potential nach oben hat,

Kleiner oder großer Radius?

Der Radius eines Skis ist abhängig von seiner Taillierung. Je stärker tailliert, umso kleiner der Radius.

In sich gehen und überlegen, in welchem Gelände man sich meist bewegt, und dann entscheiden. Mit einem mittleren Radius von etwa 18–19 m liegt man meist sehr gut.

Gelände mit dichtem Baumbewuchs mit einem 28-m-Radius-Freerider zu befahren könnte hingegen schwierig werden.

Skibreite

- Mit 85 +/- mm liegt man im Mittelfeld und kommt damit überall sehr gut zurecht.
- Im Weichschnee und Powder bringt ein breiter Ski mehr Auflagefläche und damit Auftrieb – das Fahren ist meist einfacher, weniger ermüdend und macht viel mehr Spaß. Auf hartem Untergrund ist die Performance dieser Ski abhängig von der Bauweise. Aufwendige und schwerere Modelle zeigen auch auf der Piste, welches Potenzial in ihnen steckt.
- Tiefen Powder und Weichschnee fährt man am besten mit freerideorientierten Modellen mit mehr als 100 mm Mittentaillierung. Damit kommt dann mit entsprechender Geschwindigkeit so etwas wie Surfing auf.

Skipflege

Es ist wie beim Auto – regelmäßig gewartet läuft's besser als ohne!

Bei der Tourenausrüstung ist es genauso: Ab und zu ein professionelles Skiservice macht sich allemal bezahlt. Vor allem angerostete Kanten tragen nicht unbedingt zur Abfahrtsperformance des Skis bei.

Racer

Hauptsache leicht! Überschaubare Abfahrtsperformance für skitechnische Könnerninnen und Könnern und Racerinnen und Racer.

Tour-Leichtgewicht

Wo liegt die obere Gewichtsgrenze bei einem Leichtski? ... keine Ahnung!

Wir haben diese bei 2.400 g/ Paar bewusst großzügig angesetzt. Skimodelle mit Allroundeigenschaften für lange alpine Unternehmungen und solide Abfahrtsperformance finden sich hier. Um diese Modelle auch bei schwierigen Schneeverhältnissen sicher fahren zu können, ist skifahrerisches Können gefragt. Auch sportlich Aufstiegsorientierte werden sich in dieser Kategorie wiederfinden.

Tour-Allround

Die Alleskönner. Aufwendige Bauweise, schwerer und etwa 85 +/- 5 mm Mittentaillierung kennzeichnen diese Gruppe. Sehr gute, ausgewogene Abfahrtsperformance in jedem Gelände und bei jeder Schneebeschaffenheit sind damit sicher bewältigbar. Vor allem auf hartem Untergrund heben sie sich von Leichtmodellen sehr deutlich ab und sie sind für Pistentouren am besten geeignet. Meist werden damit kurze bis mittellange Schwünge gezogen und die Geschwindigkeit hält sich ebenfalls noch in Grenzen.

Tour-Perform + Freetour

Wahre Könnern. Gewichts- und breitenmäßig abgespeckte 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.

Tour-Freeride

100 mm und mehr. Weite und schnelle Turns – an diesen Modellen führt an Traum-Powder tagen kein Weg vorbei, wenn der Abfahrts Spaß im Vordergrund stehen soll.

Die neuen Schuhe

Bei den Schuhen gibt es nur von Dalbello und Scott und Tecnica absolute Neuheiten.

Die anderen Hersteller haben sich für die kommende Wintersaison darauf konzentriert, bereits bewährte Modelle in entscheidenden Punkten zu verbessern – und das ist auch sehr gut gelungen. Das Hauptaugenmerk wurde hierbei vor allem auf geringeres Gewicht, verbesserte Passform bei der Schalenkonstruktion, dem Innenschuh und die Walk-Ride-Mechanismen zur Maximierung des Aufstiegskomforts, ohne Abstriche bei der Abfahrtsperformance machen zu müssen, gelegt. Nichts Neues gibt's bei den Race-Schuhen.

Atomic hat seine Hawx-Modellreihe noch etwas „gepimpt“ und ein tolles Damenmodell in seiner Kollektion.

Dalbello bringt mit der Quantum-Serie einen Schuh im Segment der Leichtgewichte. Gehkomfort und Abfahrtsperformance passen richtig gut.

Dynafit zeigt mit dem Hoji Free 110, dass ein Erfolgsmodell im Tour-Freeride-Segment mit viel Tüftelei zu einem sehr guten Touren-Allrounder und -Performer werden kann.

Fischer hat vor allem an der Passform der Rangerserie gearbeitet und dazu tausende Füße vermessen und die Ergebnisse daraus in die Verbesserung der neuen Modelle einfließen lassen. Die ohnedies exzellente Abfahrts-

kommt mit kurzen Skiern erfahrungsgemäß leichter „um die Kurve“!

Sportlich oder easy handling?

Anfänger*innen wählen am besten einen fehlerverzeihenden Ski mit einem weichen Flex (Härte des Skis) mit leichter Schwingauslösung und -kontrolle.

Fortgeschrittene und Expertinnen/Experten wollen während der Fahrt mehr Feedback und bevorzugen Ski mit härterem Flex und Torsionssteifigkeit, damit auch bei anspruchsvollem Gelände und Speed Stabilität und Sicherheit gegeben sind.

performance ist noch einen Tick besser geworden.

LANGE hat seine Hausaufgaben bei Gewicht und Aufstiegskomfort sehr gut gelöst. Die neuen XT3-Modelle haben jetzt einen neuen Walk-Ride-Mechanismus und verfügen damit über einen deutlich besseren Aufstiegskomfort durch mehr Schaftbeweglichkeit. Bei der Abfahrtsperformance gab es schon bisher Bestnoten und das ist auch so geblieben.

La Sportiva zeigt den Vega (Nachfolgemodell des Spectre), einen abfahrtsorientierten Freetourer mit unheimlich viel Aufstiegskomfort. Ein neuer Innenschuh und Änderungen an der Schale bringen das nötige Plus bei der Abfahrtsperformance.

Movement hat den Leichtschuh CarbonPro aufgewertet – vor allem Passform und Abfahrtsperformance können jetzt deutlich mehr. Beim Aufstiegskomfort war er sowieso schon bei den Besten.

Scarpa F1 hat nun den F1 LT als Weiterentwicklung erhalten. Kraftübertragung und Flexverhalten bei der Abfahrt (etwas weicher und harmonischer) wurden stark verbessert

Scott bringt als Neuheit den Freiguide Carbon – einen abfahrtsorientierten Schuh mit ordentlich Schaftbeweglichkeit und Abfahrtseigenschaften eines Allrounders und Freetourers.

Tecnica zeigt aus der Zero-g-Serie den kostengünstigen Tour Scout und mit dem Cochise Light Dyn GW einen superleichten, exzellenten tourentauglichen Freetourer

Tipps zum Schuhkauf

Modell

Vor allem Ferse und Sprunggelenk müssen für eine gute und

effiziente Kraftübertragung gut sitzen. Eigenkönnen und Einsatzzweck sind ebenfalls mitentscheidende Kriterien. Skitechnisch weniger Versierte werden sich mit superleichten Modellen genauso schwer tun wie mit Freetourmodellen.

Passform

Anprobieren – anprobieren – anprobieren ist angesagt! Mit entsprechendem Sockenmaterial einige Minuten im Geschäft herumlatschen – das Gefühl, das man dabei hat, passt meist. Problemfüßlerinnen und -füßler sei ein professionelles Schuhfitting wärmstens empfohlen. Einige Hersteller bieten auch thermoverformbares Material bei ihren Modellen an. Nur ein von der Größe her gut sitzender Schuh ist auch ein guter Schuh – katastrophal wirkt sich ein zu großer Schuh auf die Abfahrtsperformance aus. Im Fachhandel gibt's übrigens persönliche und kompetente Beratung – wir pfeifen deshalb gerne auf den Preisvorteil im Online-Handel. Sehr eng anliegende Socken helfen dabei, unnötige Blasenbildung möglichst zu vermeiden. Auch im Aufstieg tragen zu großzügig geöffnete Schuhe zur Blasenbildung bei. Nur wo eine Bewegung zwischen Haut, Socken und Schuh möglich ist, kann auch eine Blase entstehen.

Racer

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

Leichtgewichte

Runde 2 kg/Pair, hervorragender Gehkomfort, ordentliche bis gute Abfahrtseigenschaften. Skihochtouren mit Trage-, Geh- oder Kletterpassagen machen da-



→ Aufstieg zur den Drei Zinnen – Dolomiten. Foto: A. Lercher

mit mehr Spaß und die Sicherheit leidet auch nicht darunter.

Allrounder + Performer

Ausgewogenheit zwischen Gewicht, Aufstiegskomfort und Abfahrtsperformance ist gefragt. Direkte Kraftübertragung und sportliche Fahrweise sind damit möglich. Die Passform ist eng und es fährt sich damit auch auf der Piste noch entsprechend gut.

Freetourer

Abfahrtsperformance über allem. Der Aufstiegskomfort bei diesen Modellen ist mittlerweile gut, aber nicht mit jenem der Allrounder zu vergleichen.

Was tut sich bei Tourenbindungen?

Nichts Neues ist bei den Race-Bindungen zu beobachten.

Bei den klassischen Tourenbindungen hat man vor allem darauf geachtet, die bisherigen Modelle zu verbessern, mit dem Hauptaugenmerk auf Bedienerfreundlichkeit und Auslösesicherheit. Einzig Marker bringt im Tour-Freetourer-Segment eine Neuentwicklung.

Tour: FRITSCHI und TRAB sind mit ihrem Sortiment gut aufgestellt und bleiben bei ihrer letztjährigen sehr erfolgreichen Kollektion.

ATOMIC setzt bei der neuen Backland Tour auf einen integrierten Stopper.

ATK zeigt 3 Modelle (Release 10 und C-Raider 12) mit optimiertem Vorderbacken. Die Front 12 hat einen komplett neuen Vorderbacken und Frontstopper mit automatischer Aktivierung.

DYNAFIT bietet die Superlite 150 – eine aufstiegsorientierte

Angebote nur bis 30.11.2020

Mit vitalen Abwehrkräften durch Herbst & Winter!

Jahres-Top-Angebot!



Sichere dir das Jahres-Top-Angebot unter:

www.sanct-bernhard-sport.de/OEAV

Sonderangebote nur online bis 30.11.2020

WEITERE ANGEBOTE IM NOVEMBER:



Whey-Protein 100%

1,2kg-Packung

statt € ~~19,50~~ nur 17,50

Glucosamin-Chondroitin-Plus-Drinkpulver

30 Portionsbeutel für 1 Monat

statt € ~~24,50~~ nur 21,-



Erstklassige Qualität direkt vom Hersteller!

Sanct Bernhard Sport

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG | Helfensteinstr. 47 | D-73342 Bad Ditzgenbach



Tourenbindung – an, die optional mit einem Stopper ausgestattet werden kann.

MARKER erweitert sein Tourenbindungsangebot mit der Alpinist 8 mit optimiertem Vorderbacken.

Freetour – hier setzt MARKER auf seine neue Hybridbindung Duke PT und bei ATOMIC gibt's die Shift 10MNC mit Z-Wert-Einstellungsmöglichkeit von 4–10.

Tipps zum Bindungskauf

Ski und Bindung müssen zusammenpassen! Erlaubt ist natürlich alles – macht aber oft keinen Sinn. Pistentouren ohne Skistopper sind grob fahrlässig und bei einem Unfall mit Personenschaden im Grunde schon kriminell.

Wer es gerne risikoreich mag, darf gerne auch im Winter 2020/21 wieder Fangriemen verwenden, damit einem bei ei-

nem Sturz die Ski so richtig um die Ohren sausen können – am besten auch ohne Helm.

Sicherheit

Zu Saisonbeginn die Bindungen auf Schäden und Funktionstüchtigkeit 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.

Bindungen mit einem aktiven Längenausgleich bieten deutlich besseren Schutz vor ungewollten Auslösungen. ❄️

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

Modellübersicht/Ski Tour-Leichtgewicht

VÖLKL ist der Ski mit der einfachsten Schwungeinleitung. FISCHER, MOVEMENT und TRAB sind die Sportler unter den Leichtgewichten. ATOMIC fährt sich für einen derart leichten Ski ausgesprochen gut und ist damit der perfekte Ski für alpine Unternehmungen.

ATOMIC BACKLAND 78 UL

T: 113-79-102 mm (177 cm)
R: 19,5 m (177 cm)
L: 149, 156, 163, 170, 177 cm
G/Paar: 1.800 g (170 cm)
EUR 699,99

www.atomic.com

- neuer Shape, neue Geometrie und Carbon-Konstruktion sorgen für eine gute Abfahrtsperformance, vor allem in Relation zum extrem geringen Gewicht
- toller Ski für hochalpines Ski-bergsteigen
- nichts für Anfängerinnen und Anfänger

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



10 Jahre QuickSlip
unverwechselbar wechselbar!



FISCHER TRANSALP 86 CARBON

T: 123-86-107 mm
R: 18,0 m (176 cm)
L: 148, 155, 162, 169, 176, 183 cm
G/Paar: 2.360 g (176 cm)
EUR 599,99

www.fischersports.com

- sehr gute Abfahrtsperformance in jeder Situation
- leicht genug für alpine Unternehmungen
- sehr gut und stabil auch auf hartem Untergrund
- Top-Allrounder

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

MOVEMENT ALP TRACKS 89

T: 128-89-116 (177 cm)
R: 18,0 m (177 cm)
L: 161, 169, 177, 185 cm
G/Paar: 2.260 g (177 cm)
EUR 1.000,00

www.movementskis.com

- neuer Karbonkomplex bringt zusätzliche Torsionssteifigkeit und damit bessere Kontrolle
- mit 89 mm Mittentaillierung ein superleichter Top-Allrounder
- zudem ein idealer Skibergsteiger mit guter Abfahrtsperformance

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

TRAB GAVIA 85

T: 118-85-104 mm (178 cm)
R: 23,1 m (178 cm)
L: 150, 157, 164, 171, 178 cm
G/Paar: 2.400 g (178 cm)
EUR 599,90

www.skitrab.com

- sehr drehfreudig
- sehr einfaches Handling
- sehr ausgewogene Fahreigenschaften bei unterschiedlichsten Schneebedingungen

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



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

VÖLKL RISE UP 82

T: 125-82-105 mm
R: 29/17/24 m (177 cm)
L: 156, 163, 170, 177 cm
G/Pair: 2.330g/Pair (170 cm)

EUR 500,00

www.voelkl.com

- aufstiegsorientierter Ski mit hoher Laufruhe auch bei flotterer Fahrweise
- erstaunlich gut auf Hartschnee
- sehr lebendiger Ski für kurze Schwünge
- auch für skitechnisch weniger Versierte sehr interessant

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

Modellübersicht/Ski Tour-Allround

Spielerisch fahren sich vor allem K2, KÄSTLE, SCOTT und VÖLKL. FISCHER, SCOTT und ZAG mögen es gerne auch sportlich und anspruchsvoll.

Alle Allroundmodelle fahren sich auf der Piste recht gut.

Tip für schwächere Fahrerinnen und Fahrer: WAYBACK 88 von K2, TX 87 von Kaestle und RISE ABOVE 88 von Völkl

DYNAFIT TOUR 88

T: 123-88-107 mm (174 cm)
R: 18,0 m (174 cm)
L: 158, 166, 174, 182, 189 cm
G/Pair: 2.640 g (174 cm)

EUR 550,00

www.dynafit.com

- der „One-for-all-Ski“ von Dynafit
- agiler im Handling als sein Vorgänger
- ausgewogene Fahreigenschaften
- gibt's auch als Damenmodell in den Längen 151, 158, 166, 174 cm

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



K2 WAYBACK 88

T: 121-88-109 mm
R: 20,0 m (174 cm)
L: 160, 167, 174, 181 cm
G/Pair: 2.540 g (174 cm)

EUR 549,95

www.k2skis.com

- wie immer von K2, unproblematisch und gut in jeder Situation
- Tourenallrounder mit easy Handling
- auch für skitechnisch weniger Versierte

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

KÄSTLE TX 87

T: 124-87-111 mm
R: 17,4 m (182 cm)
L: 150, 158, 166, 174, 182 cm
G/Pair: 2.640 g (182 cm)

EUR 749,00

www.kaestle.com

- ein wendiger und trotzdem stabiler Ski
- ideal im weichen Schnee
- passt sich dem skitechnischen Niveau auch auf hartem Schnee und Piste gut an

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

SCOTT SUPERGUIDE 88 Ws

T: 123-86-108 (168 cm)
R: 17,0 m (168 cm)
L: 144, 152, 160, 168 cm
G/Pair: 2.540 g (168 cm)

EUR 549,95

www.scott-sports.com

- toller Allrounder mit easy Schwungeinleitung
- steckt Schläge im schwierig zu fahrenden Schnee erstaunlich gut weg
- sehr guter Grip auf hartem Untergrund und daher auch auf der Piste gut fahrbar

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

HAGAN ULTRA 87

T: 121-87-107 mm
R: 19 m (162 cm)
L: 154 cm, 162, cm, 170 cm, 176 cm
G/Pair: 2.240 g (162 cm)

EUR 599,99

www.hagan-ski.com

- Allrounder, der sich auch auf der Piste gut fahren lässt
- ein guter Kompromiss zwischen Leichtigkeit im Aufstieg und guter Abfahrtsperformance
- skitechnisch Versierte werden überall gut damit zurechtkommen

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

ZAG UBAC 89

T: 123-89-108 mm (176 cm)
R: 20,0 m (176 cm)
L: 171, 176, 183 cm
G/Pair: 2.540 g (176 cm)

EUR 649,00

www.zagskis.com

- fühlt sich deutlich spritziger und mit mehr Grip an als der Vorgänger
- super Kombination aus Leichtgewicht und Performance für alle Könnensstufen
- sehr drehfreudig

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

Modellübersicht/Ski Tour-Perform + Freetour

Im Fokus steht der Genuss bei der Abfahrt – am besten im tiefen Powder, mit mehr Speed und größeren Kurvenradien. Auch Sprünge dürfen schon mal dabei sein. Bei der Stabilität ist MOVEMENT nicht zu schlagen, am spielerischsten fahren sich DPS und ATOMIC. DYNASTAR, FISCHER und MOVEMENT haben die Nase vorne, wenn's um Sportlichkeit geht. Tip für schwächere Fahrerinnen und Fahrer: BACKLAND 98 von Atomic und PAGODA TOUR 100 RP von DPS

ATOMIC FREETOURER BACKLAND 98 W

T: 128,5-99-119 mm (172 cm)
R: 17 m (172 cm)
L: 156, 164, 172 cm
G/Pair: 2.400 (164 cm)

EUR 599,99

www.atomic.com

- auftriebsstark, zuverlässig und spielerisch
- unkompliziert und drehfreudig
- sehr gut bei unterschiedlichsten Schneeverhältnissen
- auch für Freetouring-Einsteiger*innen

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



DPS PAGODA TOUR 100 RP

T: 131-100-116 mm (171 cm)
R: 15 m (171 cm)
L: 153, 163, 171, 179, 184 cm
G/Pair: ca. 2.660 g (171 cm)

EUR 1.299,00

www.dpskiskis.com

- klassisches DPS-Erbgut zeigt die neue Tourenlinie von DPS
- ideal für soften Schnee und zerfahrenes Gelände
- spritzig und sehr spielerisch zu fahren
- der Ski mit der einfachsten Schwungeinleitung und daher für skitechnisch weniger Versierte

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

DYNASTAR M-TOUR 99

T: 127-99-117 mm
R: 20 m (178 cm)
L: 162, 170, 178, 186 cm
G/Pair: 2.600 g (178 cm)

EUR 849,99

www.dynastar.com

- der Nachfolger des Mythik spielt mit seiner neuen Geometrie in der obersten Liga der Freetourer, der jede Schneebeschaffenheit meistert
- spielerisch, ohne jemals unruhig zu werden und damit in Körperlänge minus 5 bis 10 cm auch etwas für skitechnisch weniger Versierte
- gute bis sehr gute Fahrerinnen/Fahrer sollten den Ski in Körperlänge oder mehr fahren

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

FISCHER TRANSALP 90 CARBON

T: 125-89-108 mm
R: 19 m (176 cm)
L: 155 cm, 162 cm, 169 cm, 176 cm, 183 cm
G/Pair: 2.460 g (169 cm)

EUR 649,99

www.fischersports.com

- entweder als Einsteiger in Freetouren oder als klassischer Tourenski
- im Weichschnee und Pulver superleicht zu fahren
- bei wechselnden Verhältnissen will er geführt werden – dann aber gemessen an der Gewichtsklasse sehr gut
- passt sich dem skifahrerischen Niveau an, auch etwas für einen Abstecher auf die Piste

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

MOVEMENT SESSION 95

T: 132-95-116 (177 cm)
R: 18,5 m (177 cm)
L: 161, 169, 177, 185 cm
G/Pair: 2.900 (177 cm)

EUR 750,00

www.movementskis.com

- mit moderner Geometrie und neuen Materialien
- robust, sehr stabil und vor allem auch bei schwierigsten Schneebedingungen richtig gut
- Experten können aus dem Vollen schöpfen, aber auch weniger Versierte werden sehr gut damit zurecht kommen
- gibt's auch als Damenmodell
- sehr gut auf der Piste!!!

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

Modellübersicht/Ski Tour-Freeride

MOVEMENT und SCOTT sind die Ski mit der leichtesten Schwungeinleitung. BLACKDIAMOND und SCOTT sind beim Schweben im Powder nicht zu schlagen. Anspruchsvolle und Speedjunkies sind bei SCOTT und VÖLKL gut aufgehoben. Bei der Stabilität ist der VÖLKL nicht zu schlagen.

BLACKDIAMOND HELIO CARBON 115

T: 143-115-125 mm (177 cm)
R: 24 m (177 cm)
L: 177, 185 cm
G/Pair: 3.320 g (177 cm)

EUR 800,00

www.blackdiamondequipment.com

- sehr leicht für diese Breite
- im tiefen Powder und Weichschnee zuhause
- wie gemacht für lange Powderhänge im Freetour-Gelände

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

MOVEMENT

GO 98

T: 126-98-114 (178 cm)
R: 20,5 m (178 cm)
L: 162, 170, 178, 186 cm
G/Pair: 3.100 g (178 cm)

EUR 670,00

www.movementskis.com

- der Vorgänger war schon sehr gut – der neue Go ist besser!
- wir haben den 98er gewählt, da er am vielseitigsten einsetzbar ist, mit knapp über 3.000 g/Pair als Freetourer oder als Freerider
- richtig spielerisch zu fahren und trotzdem stabil – top im verspurten Gelände und auf der Piste

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■



Modellübersicht/Schuh Racer | Touring-Leichtgewichte

VÖLKL

BLAZE 106

T: 146-106-128 mm
R: 28/17/36 m (179 cm)
L: 165, 172, 179, 186 cm
G/Pair: 3.656 g (179 cm)

EUR 720,00

www.voelkl.com

- sehr gut in zerfahrenem Schnee
- dämpft Schläge super weg
- wendig und spielerisch für sportliches Fahrverhalten

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

SCOTT

SCRAPPER 115

T: 142-115-131 (182 cm)
R: 23 m
L: 182, 189 cm
G/Pair: 3.400 g (182 cm)

EUR 599,95

www.scott-sports.com

- am meisten Spaß macht der Scrapper sportlich gefahren – er kann aber auch gemütlich!
- easy Schwungeinleitung
- sehr stabil auch bei flotter Fahrweise und auf hartem Untergrund
- ideal bei weiten Turns und etwas flotter gefahren

Niveau: ■■■■■■■■■■

Speed: ■■■■■■■■■■

DALBELLO

QUANTUM ASOLO FACTORY

F: k. A.
Schaftrotation: 65°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 22,50–30,5
G/Pair: 1.820 g bei Gr. 26,5
Material: PU Composite Carbon/Polyamide
Innenschuh: ID Touring pro

EUR 700,00

www.dalbello.it

- innovative 2-teilige Schalenkonstruktion
- QLS-Schnürsystem über Drehrad justierbar, bietet sehr guten Halt
- sehr sportliche Abfahrtsperformance
- absolut stimmig, superbequem im Aufstieg und für eine Leichtgewicht exzellente Abfahrtsperformance

SCARPA

F1 LT

F.: k. A.
Schaftrotation: 72°
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 24,0–31,0 (keine ½ Größen)
G.: 1.980 g/Paar bei Gr. 27
Material: Carbon Grilamid LFT®
Innenschuh: Cross Fit Tour LT
EUR 650,00

www.scarpa.com

- Top-Leichtschuh mit herausnehmbarem Spoiler (+/- 2° Schaftneigung)
- 9°, 11°, 13° Schaftneigung in Abfahrtsposition einstellbar
- Mit dem BOA® FIT SYSTEM kann man den Schuh optimal an das Fußvolumen anpassen
- super Abfahrtsperformance mit direkter Kraftübertragung
- Velcro-Strap fixiert die Manschette optimal – und das spürt man angenehm bei der Abfahrt

MOVEMENT CARBON PRO

F.: 130
Schaftrotation: 75°
Leistenbreite: 101 mm
Gr.: 24,5–29,5 (nur ganze Größen)
G.: 1.798 g bei Gr. 26,5
Material: Grilamid® Carbon
Innenschuh: Palau thermofit
EUR 760,00 mit Palau-Liner
www.movementskis.com

- tolle neue wasserdichte Gamasche
- extrem leicht und trotzdem solide Abfahrtsperformance
- extreme Schaftbeweglichkeit und damit höchster Aufstiegskomfort
- nicht nur ein toller Racer, sondern auch ein exzellenter Skibergsteiger

Modellübersicht/Schuh Touring-Allrounder und -Performer

TECNICA

ZERO G TOUR SCOUT

F.: 120
Schaftrotation: 55°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 24,0–30,5
G.: 2.720 g/Paar bei Gr. 26,5
Material: Grilamid PU
Innenschuh: Tecnica Lightfit, anpassbar mit Schnürmöglichkeit
EUR 600,00

www.tecnicasports.com

- thermoverformbare Schale
- richtig toller Abfahrer
- ideale Kombination von Aufstiegskomfort und Abfahrtsperformance



DYNAFIT HOJI FREE 110

F.: 110
Schaftrotation: 55°
Leistenbreite: 102 mm
Gr.: 23,5–31,5
G/Paar: 3.100 g bei Gr. k. A.
Material: Grilamid® (glasfaserverstärkt im Schaftbereich)
Innenschuh: SIDAS Liner
EUR 690,00

www.dynafit.com

- progressiver, angenehmer Flex in der Abfahrt
- super Aufstiegskomfort
- toller Touren- und Freetourenschuh mit sehr guter Abfahrtsperformance
- mit dem 102-mm-Leisten auch etwas für breitere Füße

LANGE XT3 110

F.: 110
Schaftrotation: 53°
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 24,0–29,5
G/Paar: 3.500 g bei Gr. 26,5
Material: Polyurethane Dual Core/Lyferan Dual Core
Innenschuh: Dual 3D Pro Liner
EUR 499,99

www.lange-boots.com

- bequemer Freetourer mit etwas breiterem Leisten
- Lange-DNA bei der Abfahrt mit super Kraftübertragung
- günstiger als die Topmodelle und dennoch bei den Besten
- inkl. Gripwalk®-Sohle
- Im Vergleich zum Vorgänger komfortables An- und Ausziehen des Schuhs und viel mehr Aufstiegskomfort

LA SPORTIVA VEGA

F.: 125
Schaftrotation: 60°
Leistenbreite: k. A.
Gr.: 24,0–31,5
G/Paar: 2.800 g bei Gr. 27,5
Material: Grilamid® Carbon Reinforced
Innenschuh: Vega mit EZ-Flex-Technologie
EUR 529,00

www.lasportiva.com

- das neue Ausrufezeichen von La Sportiva im Freetour- und Tour-Freeride-Segment
- extrem bequem im Aufstieg
- deutlich direkter in der Kraftübertragung und damit verbesserte Abfahrtsperformance als der Vorgänger Spectre
- der neue Innenschuh und ein verbesserter Powerstrap machen den Unterschied
- auch als Damenmodell erhältlich (Gr. 24,0–27,5)

SCOTT FREGUIDE CARBON

F.: 130
Schaftrotation: 60°
Leistenbreite: 101 mm
Gr.: 25,0–29,5
G.: 2.910 g/Paar bei Gr. 26,5
Material: Powerfree Carbon Grilamid®
Innenschuh: Freeguide BOA
EUR 699,95

www.scott-sport.com

- Innenschuh mit BOA®-Verschlusssystem
- 2-teilige Zunge für sehr guten Gehkomfort im Aufstieg
- sehr hohe Schaftbeweglichkeit und damit enormer Gehkomfort im Aufstieg
- bequeme Passform – trotzdem kraftvoll und präzise

ATOMIC HAWX PRIME XTD 115 TECH GW (Women)

F.: 115
Schaftrotation: 54°
Leistenbreite: 100 mm
Gr.: 22,0–27,5
G.: 3.300 g/Paar bei Gr. 24,0
Material: Grilamid® (Memory Fit)
Innenschuh: Mimic Platinum W mit Touring Flex Zone
EUR 599,99

www.atomic.com

- ein Allrounder – Abfahrtseigenschaften eines sehr sportlichen Pistenkischuhs mit dem Aufstiegscomfort eines Tourenschuhs
- die Abfahrtsperformance verlangt aber einen kleinen Tribut – mit rund 3.300 g/Paar kein Leichtgewicht
- Innenschuh mit Touring Flex Zone
- Schaftneigung in Abfahrtsposition auf 13°/15° oder 17° einstellbar
- als Herren-Touren-Freeride-Modell HAWX PRIME XTD 130 TECH erhältlich (Gr. 24,0–29,5) EUR 699,99

FISCHER RANGER 130 WALK DYN

F.: 130
Schaftrotation: 55°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 24,5–30,5
G.: 3.200 g/Paar
Material: Grilamid® performance shell
Innenschuh: Active Fit Zones Liner – Ranger (mit Schnürung)
EUR 699,99

www.fischersports.com

- spürbar verbesserte Passform
- kompromissloser Abfahrer vom Feinsten
- Top-Innenschuh
- sehr direkt und gut in der Kraftübertragung



TECNICA COCHISE LIGHT DYN GW

F.: 130
Schaftrotation: 44°
Leistenbreite: 99 mm
Gr.: 22,0–31,0
G.: 2.980 g/Paar bei Gr. 26,5
Material: Grilamid/Triax 3.0
Innenschuh: Ultralight – Light Fit mit Schnürmöglichkeit
EUR 620,00

www.tecnicasports.com

- zur Gänze auf Abfahrtsperformance getrimmtes Modell
- das Ganze mit rund 3000 g/Paar
- gemessen an der Abfahrtsperformance so richtig bequem im Aufstieg
- toller Schuh für alle, die auch mal etwas länger aufsteigen können und bei der Abfahrt keine Kompromisse eingehen wollen

LANGE XT3 130 LOW VOLUME

F.: 130
Schaftrotation: 53°
Leistenbreite: 97
Gr.: 24,0–29,5
G/Paar: 3.580 g bei Gr. 26,5
Material: Polyurethane Dual Core/Lyferan Dual Core
Innenschuh: Dual 3D Full Liner
EUR 649,99

www.lange-boots.com

- Lange-DNA bei der Abfahrt – super Kraftübertragung und Kontrolle
- Abfahrtsperformance vom Feinsten
- Aufstiegscomfort um Welten besser als beim Vorgänger
- im Vergleich zum Vorgänger komfortables An- und Ausziehen des Schuhs und viel mehr Aufstiegscomfort
- gibt's auch als Pro Model mit Flexindex 140 und Dual 3D Liner Race (EUR 699,99)

Modellübersicht/Bindungen Race/Tour



ATK

RELEASE 10

Gewicht/Paar: 480 g

DIN: 5-10

Stopperbreiten: ohne

Harscheisen: 86/91/97/108/120/135 mm, EUR 60,00-65,00

EUR 369,00

www.atkrace.it

- einstellbarer Z-Wert
- dynamischer Längenausgleich (10 mm) minimiert die Gefahr ungewollter Auslösungen
- 20 mm längenverstellbar
- zweistufige Klappsteighilfe
- sehr sauber verarbeitet



ATK

C-RAIDER 12

Gewicht/Paar: 610 g (inkl. Stopper)

DIN: 5-12

Stopperbreiten: 86/91/97/102/108 mm

Harscheisen: 86/91/97/102/108 mm, EUR 60,00-65,00

EUR 489,00 (Stopperbreite 86/91/97 mm)

EUR 495,00 (Stopperbreite 102/108 mm)

www.atkrace.it

- neuer Vorderbacken (verhindert das Vereisen und Ansammlung von Schnee) mit breiterem Bohrmuster
- dynamischer Längenausgleich (je nach Modell 10-12mm) minimiert die Gefahr ungewollter Auslösungen
- CAM RELEASE SYSTEM garantiert konstanten Anpressdruck des Hinterbackens und damit für optimale Sicherheit
- 25 mm längenverstellbar
- 5 unterschiedliche Gehpositionen (flach +/- 49 mm) möglich
- sehr sauber verarbeitet

DESIGN ÄNDERT SICH.
WERTE
BLEIBEN.

1980

Unser Ursprung



1988

Gegen den Trend

Alle anderen setzen auf Synthetik - wir starten mit Wolle.



HEUTE

PIZ ZUPO JACKET

Natürliche Isolation mit nachhaltiger Swisswool.

FAIRE HALTUNG



WIR SIND VORREITER, WENN ES UM FAIRE WOLLE GEHT.

Angetrieben von unserer inneren Stimme, hat das Wohlergehen unserer Schafe den höchsten Wert. Es diktiert unser Handeln. Es ist unsere stabile Haltung – bei stetig veränderndem Design.

Entdecke unsere Werte ortovox.com

ORTOVOXX

ATK FRONT 12

Gewicht/Paar: 780 g (inkl. Stopper)

DIN: 5–12

Stopperbreiten:

86/91/97/102/108 mm

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

EUR 60,00–65,00

EUR 555,00

EUR 560,00 (Stopperbreite > 100 mm)

www.atkrace.it

- neues Easy Entry System erleichtert das Einsteigen
- neuer Frontstopper mit automatischer Aktivierung
- dynamischer Längenausgleich (12 mm) minimiert die Gefahr ungewollter Auslösungen
- CAM RELEASE SYSTEM garantiert konstanten Anpressdruck des Hinterbackens und damit für optimale Sicherheit
- 25 mm längenverstellbar
- 5 unterschiedliche Gehpositionen (flach +/- 49 mm) möglich
- sehr sauber verarbeitet

MARKER ALPINIST 8

Gewicht/Paar: 490 g (670 g/Paar inkl. Stopper)

DIN: 3–8

Stopperbreiten: 90/105/115 mm

Harscheisen: 80/90/105/120 mm, EUR 70,00

EUR 300,00 (ohne Stopper)

www.marker.net

- Anti-Eispads an Vorder- und Hinterbacken (nur ohne Stopper) verhindern ein Vereisen an sensiblen, sicherheitsrelevanten Stellen der Bindung
- Stopper in Aufstiegsposition arretiert beim ersten Einstieg in die Bindung
- das 38 mm breite Bohrmuster sorgt für eine sehr gute Kraftübertragung
- aktiver Längenausgleich
- 15 mm längenverstellbar (-/+ 7,5 mm)
- einfach zu bedienende Steighilfe (von neutral 0°, 5°, 9°)
- superkomfortabler Einstieg



ATOMIC BACKLAND TOUR

Gewicht/Paar: 398 g (inkl. Stopper)

DIN: 5–12

Stopperbreiten: 80/90/100/110/120 mm

Harscheisen: 80/90/100/110 mm, EUR 69,99

EUR 499,99 inkl. Stopper

www.atomic.com

- einfache Arretierung des Stoppers im Aufstiegsmodus
- 30 mm längenverstellbar
- Steighilfe mit Stufen 0°, 7°, 13°
- superleicht

DYNAFIT SUPERLITE 150

Gewicht/Paar: 300 g ohne Stopper

DIN: 4–13 (Seitenauslösung)

DIN: 8 (Frontalauslösung)

Stopperbreiten: 75/90/155 mm

Harscheisen: 78/80/90/100/110/120/130 mm

EUR 500,00 (ohne Stopper)

www.dynafit.com

- superleichte, minimalistische Tourenbindung für hochalpine Unternehmungen und Speedtouring
- DIN-Wert-Einstellmöglichkeit für Seitenauslösung
- optional gibt's für eine leichtere Frontalauslösung (DIN 6) einen extra Bügel
- Skistopper als Zubehör (EUR 80,00)

Modellübersicht/Bindungen

Tour-Freeride

ATOMIC

SHIFT 10 MNC

Gewicht/Paar: 1.760 g

DIN: 4–10

Stopperbreiten: 90/100/110/120 mm

Harscheisen: 100/120 mm, EUR 89,95

EUR 449,99 inkl. Stopper

www.atomic.com

- Hybridbindung
- dynamischer Längenausgleich wie bei Alpinbindungen
- längenverstellbar
- zweistufige Klappsteighilfe



MARKER

DUKE PT

Gewicht/Paar: DUKE PT 12 (2.300 g); DUKE PT 16 (2.700 g)

DIN: DUKE PT 12 (4–12); DUKE PT 16 (6–16)

Stopperbreiten: 100/125 mm

Harscheisen: 105/125 mm, (EUR 70,00)

DUKE PT 12 (EUR 500,00)

DUKE PT 16 (EUR 600,00)

www.marker.net

- Hybridbindung
- Komfort im Aufstieg mit der Pin-Technologie am Vorderbacken
- in der Abfahrt kompromisslos sichere Freeridebindung
- ein Vorderbacken-Teil (300 g/Paar) kann abgenommen werden und spart so Kraft beim Aufstieg – bei Einstieg im Abfahrtsmodus arretiert dieser automatisch
- 10°-Steighilfe



EIN
SCHÖNER
FLECK
ERDE.

Das ist doch der Gipfel Alpine Bio-Wäsche

In der Unterwäsche von EIN SCHÖNER FLECK ERDE finden Gipfelstürmer*innen immer den richtigen Weg auf ihren Lieblingsgipfel. Mit der Landkarte an den verführerischsten Stellen wird das Auffinden des Ziels zum wahren Vergnügen.

Die sportlichen Schnitte und anschmiegsame Stoffe aus Bio-Baumwolle sorgen für absolute Bewegungsfreiheit in alle Richtungen.

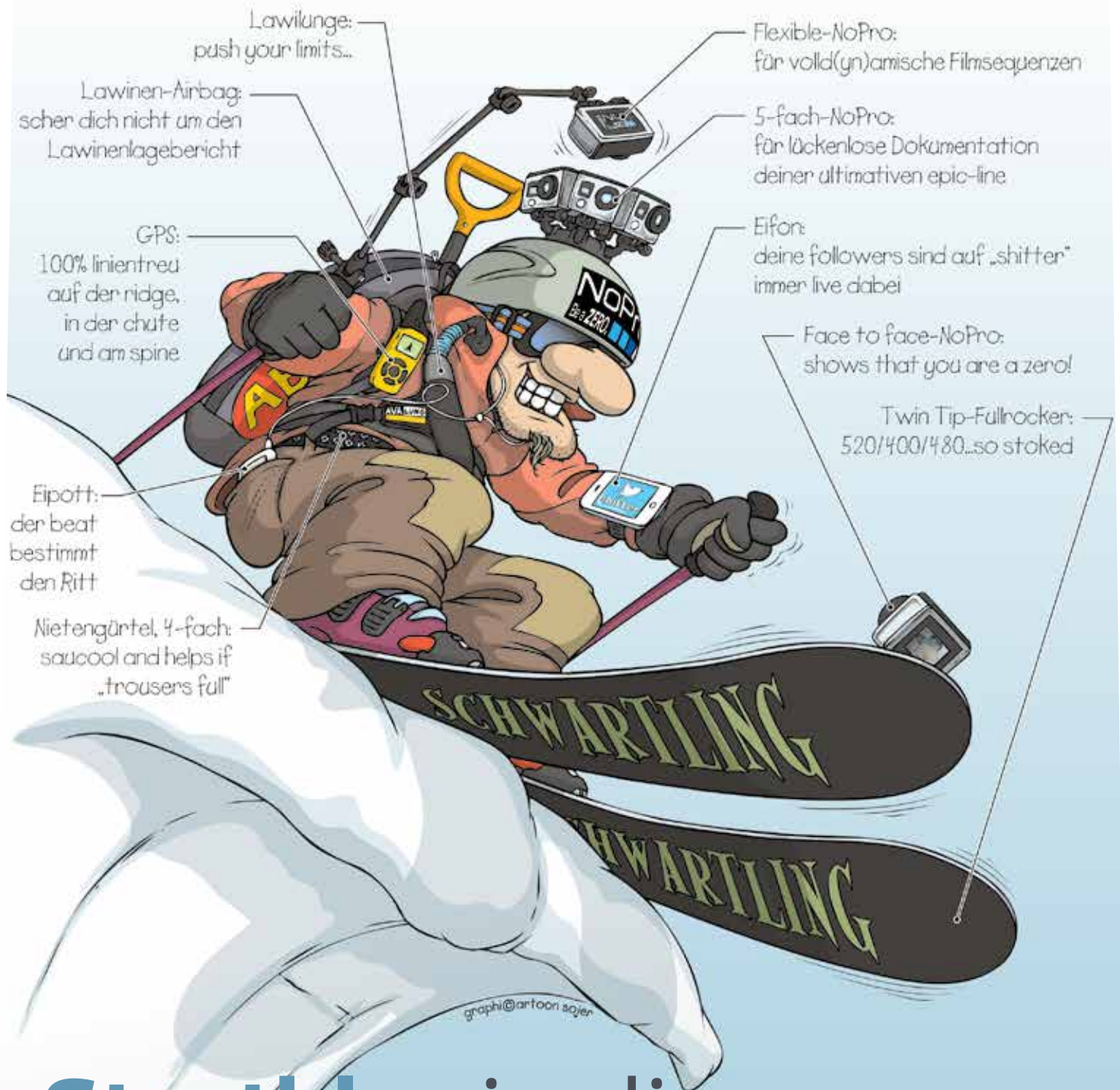
Die Unterwäsche wird in den Alpen entworfen, in der EU fair produziert und ist genial verpackt.

DRIN IST, WAS DRAUFSTEHT. Einfach zum Juchizen!

Preisempfehlung: ab € 26,90

www.esfe.at





Startklar in die neue Skitourensaison

Drei Tipps für einen gelungenen Start

Schneller als gedacht zieht die erste winterliche Kaltfront durchs Land und bringt den sehnlich erwarteten Schnee. Endlich sind die Berge wieder weiß, endlich geht's wieder auf Skitour. Hastig und – wie jedes Jahr – doch etwas überrascht ob der weißen Pracht kramen wir schnell den ganzen Skitourenkrepel aus dem Keller und starten los. Und spätestens am Parkplatz bereuen wir – wie jedes Jahr –, dass wir das Wachs nicht von den Skiern abgezogen haben ... *Gerhard Mössmer*

→ Nach der Lawine sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen die zweithäufigste Todesursache auf Skitour (Zehnjahresmittel in Österreich von Nov. 2008–Okt. 2018). Quelle: analyse:berg, Kurasi

Freilich sind solche kleinen Pannen nicht unbedingt verantwortlich für Unfälle, den Saisonauftakt können sie uns aber dennoch gehörig vermiesen. Damit uns in den ersten Tagen im Gelände keine weiteren nervigen – und unter Umständen auch gefährlichen – Stop-and-Gos passieren, wollen wir am Beginn der Skitourensaison Material, Körper und Geist für eine unfallfreie Zeit draußen durchchecken.

1. Ausrüstungscheck

Zum obligatorischen LVS-Training am Beginn der Saison gehört auch ein Materialcheck: Die alten Batterien haben wir im Frühsommer brav entfernt, um keine bösen Überraschungen durch auslaufende Batteriesäure zu erleben. Jetzt kommen selbstverständlich neue Batterien ins LVS-Gerät. Bei der Lawinenschaufel kontrollieren wir, ob alle Verschlussmecha-

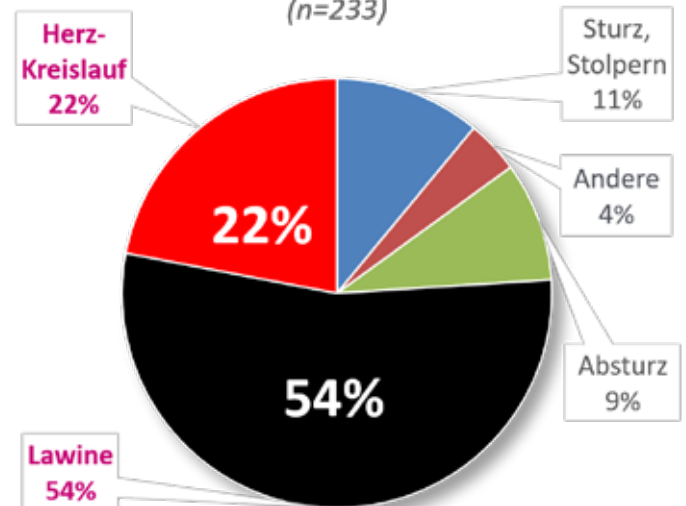
nismen einwandfrei funktionieren. Hier kommt es immer wieder vor, dass die Verriegelungsknöpfe verrostet sind und stecken bleiben – diese einfach reinigen und etwas schmieren, schafft Abhilfe.

Bei der Sonde stellt ebenso der Verschlussmechanismus die Schwachstelle dar. Nach dem Zusammenbau muss der Verschluss – oft ist bei textilen Zugschnüren der Knoten verschoben oder nicht fest genug – zuverlässig halten und die Sonde darf in den Segmentfugen kein Spiel haben. Zudem kontrollieren wir die Schnur im Inneren der Sonde auf Einrisse. Gerade bei elektronischen Sonden ist diese gern beschädigt, wenn beim Zusammenlegen der Sonde nicht darauf geachtet wurde, dass das Kabel genügend Spiel hat.

Haben wir einen Airbag-Rucksack, können wir entweder die empfohlene Probeauslösung machen, oder wir legen

↓ Nach den ersten Schneefällen im Herbst und einer darauffolgenden längeren Schönwetterphase bildet sich im Frühwinter eine bodennahe Schwachschicht mit großen, lockeren und kantigen Kristallen.

%-Anteil Unfallursache der Toten
(n=233)



die Kartusche auf eine Küchenwaage und kontrollieren, ob das tatsächliche Gewicht mit dem angegebenen noch übereinstimmt. Damit stellen wir sicher, dass die Kartusche intakt ist.

Das Erste-Hilfe-Packerl kontrollieren wir einerseits auf Vollständigkeit* und andererseits auf Funktionstüchtigkeit: Klebt das alte Tape noch? Sind die Schmerztabletten noch nicht

abgelaufen? Sind die in die Jahre gekommenen Wundaufgaben noch steril? Sind die alten, vergammelten Mullbinden endlich dort gelandet, wo sie hingehören, und durch vakuumverpackte Israeli-Bandagen oder Peha-Haftbinden ersetzt worden?

Neben der Notfallausrüstung verdienen natürlich Ski, Bindung und Schuhe besondere Aufmerksamkeit. Vor dem Start empfiehlt

↓ Steinige Skitouren sind nach den ersten Schneefällen im Frühwinter keine gute Idee, da die Verletzungsgefahr hoch ist. Besser wir beschränken uns auf Touren mit grasigem Untergrund oder auf Pisten (Regeln und Sperrzeiten beachten!). Foto: G. Mössmer



sich ein Skiservice im Fachhandel. Das Geld ist gut investiert, denn ein guter Belag und scharfe Kanten sind Sicherheitsfaktoren, insbesondere, wenn die erste Tour – wie so oft – über eine harte Kunstschnepiste führt. Dabei lassen wir gleich die Bindung einstellen und gehen sicher, dass der Schuh, den wir im Frühjahr noch schnell im Ausverkauf erstanden haben, auch in die Bindung passt. Apropos Schuhe: Sind die Schnallen und der Gehmechanismus noch o. k.? Kommt man erst am Gipfel drauf, dass es hiermit Probleme gibt, kann die Abfahrt sehr mühsam werden. Ein eigenes Kapitel sind die Felle: Alter Fellkleber und die häufig tiefen Temperaturen im Frühwinter vertragen sich nicht allzu gut. Bei Bedenken lassen wir die Felle besser gleich neu bekleben und wir haben die gesamte Saison Ruhe. Um lästiges Aufstollen zu verhindern, können wir die Haare mit einem einfachen Skiwachsblock behandeln. Zu guter Letzt verdienen auch die Stöcke einen

Check: Sitzen die Teller noch fest und funktioniert der Verschlussmechanismus?

2. Bodycheck

Ausnahmsweise nicht im Sinne der Ersten Hilfe checken wir, ob die erste Tour zu unserer momentanen Fitness passt. Frei nach dem Motto „weniger ist mehr“ gehen wir diese gemütlich an. Wir müssen nicht am Start alles zerreißen. Die Saison ist bestimmt noch lange genug, um uns Schritt für Schritt zu steigern. Überdrehen wir hingegen unseren Motor schon zu Beginn, könnte es tatsächlich sein, dass wir einen echten Bodycheck** brauchen: Herzinfarkte sind – nach der Lawine – die zweithäufigste Todesursache auf Skitour. Mit regelmäßigem Herz-Kreislauf-Training, wie dem abendlichen Waldlauf, dem intensiven, einstündigen Spaziergang in der Mittagspause oder dem wöchentlichen Ergometertraining im Fitnesscenter sind wir

gut vorbereitet. Ein gezieltes, Skisport-spezifisches Krafttraining*** im Herbst kann ebenfalls nicht schaden. Schließlich ist Skitourengehen kein reiner Ausdauersport – Skifahren erfordert auch Kraft und Koordination.

3. Braincheck

Oder anders: Hirn einschalten, denn zu einer guten Saisonvorbereitung gehört neben der körperlichen Fitness auch die geistige Komponente: Macht es Sinn, nach den ersten Schneefällen im Gelände mit steinigem Untergrund unterwegs zu sein? Nein. Ski, Oberschenkelhals und Kreuzband werden es dir danken. Und wie schaut's im Frühwinter am Gletscher – abseits der gesicherten Pisten – aus? Ebenfalls keine gute Idee, falls mit Spalten zu rechnen ist.

Neben der Verwendung unseres Hausverstandes macht es zu guter Letzt Sinn, sich von Anfang an ein Bild über die herrschen-

den Verhältnisse zu machen. Dabei hilft uns der Lawinenlagebericht. Verfolgen wir diesen von Anfang an – auch wenn wir noch nicht auf Tour waren –, haben wir einen besseren Überblick über die Gesamtsituation. Gerade zu Winterbeginn müssen wir oft mit einer länger anhaltenden, bodennahen Schwachschicht**** kämpfen. Herrscht – wie so oft – nach den ersten Schneefällen im Herbst eine lange, stabile Hochdruckphase mit tiefen Temperaturen in der Nacht, fördert das vor allem schattseitig die Bildung von kantigen, lockeren Kristallen. Das Trägerische: Je geringmächtiger die Schneedecke, desto schneller geht diese Bildung vonstatten. Also: Wenig Schnee im Frühwinter ist nicht gleichzusetzen mit geringer Lawinengefahr. ❄️

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

Alpenvereins-Shop

Publikationen



SKITOUREN. RISIKOMANAGEMENT STOP OR GO® UND NOTFALL LAWINE

Basiswissen für Einsteiger und wertvolles Know-how für Fortgeschrittene werden in dieser Lehrschrift des Alpenvereins vermittelt.

€ 15,90



SAISONBERICHT DER ÖSTERR. LAWINENWARNDIENSTE

Diese Gemeinschaftsproduktion der österreichischen Lawinenwarndienste ist inzwischen eine Pflichtlektüre für alle Statistiker unter den Skitourengehern. Daten, Zahlen und Fakten.

€ 14,00



BERGSPORT TRAININGSLEHRE

Leitfaden für moderne, zielorientierte konditionelle und koordinative Vorbereitung auf alpine Unternehmungen. Tipps zur praktischen Gestaltung des Trainings.

€ 26,90

→ Im Herbst ruft der Gletscher für die ersten Schwünge im Tiefschnee: Achtung vor verdeckten Spalten! Wenn abseits, dann nur mit Know-how, entsprechender Ausrüstung und keinesfalls alleine.



*Zu einem vollständigen, bergtauglichen (= wasserdicht) Erste-Hilfe-Paket gehören:

- Pflaster und Blasenpflaster sowie Butterfly-Pflaster für Schnittwunden
- sterile Wundauflagen und Peha-Haftverband (Fixierbinde) oder stattdessen all in one: eine Israeli-Bandage
- Tape, Schere und Einweghandschuhe
- Beatmungsfolie
- Alu-Rettungsdecke und Dreieckstuch

**Bodycheck nach (c)ABCD des Erste-Hilfe-Schemas: Siehe Bergauf-Serie „Taktische Alpinmedizin“

***Im Booklet „Alpine Trainingslehre“ von Kandolf/Mayrhofer erfährt man, wie's richtig geht.

****Gefahrenmuster 1 nach Nairz/Mair



C2 CARBON
 DER LEICHTESTE STOCK
NUR 193 GRAMM

Wir sind der Spezialist für Carbon Stöcke. Dank jahrelanger Erfahrung und größtem Know-How sind sie extrem leicht, weil am Berg jedes Gramm zählt. Das spürst du bei jedem Schritt.

Weitere Infos unter www.komperdell.com

KOMPERDELL
 DIE AUSSERGEWÖHNLICHSTE QUALITÄT
 100% MADE IN AUSTRIA

Die Lust am Erlebnis

Das Beispiel Skitouren

Ausgehend von einer riskanten und gescheiterten Skitour auf den Rührkübel im Salzburger Bergland stellt der Soziologe Raimund Haindorfer die Frage, warum auf diese Tour von den damaligen Teilnehmer*innen heute freudig zurückgeblickt wird. Eine soziologische Auseinandersetzung über die Lust am Erlebnis am Beispiel des Skitourensports. *Raimund Haindorfer*



Mit einer Seehöhe von 2.482 Metern erhebt sich der Rührkübel über dem Raurisertal. Mit seinen flach ansteigenden Almwiesen bis hin zu seinem luftigen Klettergrat bildet er das faszinierende Ziel unserer heutigen Skitour. Beim Gasthof Frohnwirt wird das Auto abgestellt, zu sechst machen meine Freund*innen und ich uns auf den Weg. Schon bald bäumt sich der imposante Gipfel des Rührkübels vor uns auf und wir machen einen ersten Halt, um uns zu stärken. Manche der Gruppe sehen kein Hindernis mehr auf dem Weg zum Gipfel, andere rufen in Erinnerung, dass Lawinewarnstufe 3 herrscht. Die Frage, ob und wie es heute gelingt, den Rührkübel zu erobern, sowie die lauerrnde Lawinengefahr bestimmen ab nun unsere Skitour. Wir sind nun seit circa drei Stunden unterwegs, haben den Gipfel bereits direkt vor Augen und müssten jetzt laut Skitourenführerbeschreibung (vgl. Jentzsch et al. 2011: 57) noch einen steileren Nordhang queren, um das Skidepot und den Gipfelaufbau zu erreichen. Obwohl wir den Skitourenführer dabei

← Die Gruppe im Aufstieg.

Foto: J. Stockinger

haben, gestaltet sich die Orientierung schwierig, und plötzlich stellen wir fest, dass wir schon länger zu weit westlich aufgestiegen sind und den Nordhang nun nicht mehr gut erreichen können.

Die Gruppe teilt sich auf

Aufgrund des teilweise aperen, rutschigen Geländes rund um den Gipfel sowie angesichts der erheblichen Lawinengefahr können wir uns in der Gruppe nicht auf einen gemeinsamen Weiterweg einigen. Ein Teil der Gruppe bleibt in sicherem Gelände zurück, während ein anderer Teil doch noch versucht, den Gipfel mehr oder weniger direkt zu erklettern. Dieser Versuch abseits der üblichen Route misslingt und führt zu heiklen Momenten:

Während ich noch relativ leicht zu den anderen absteigen kann, kann sich ein bereits etwas höher hinaufgekletterter Teilnehmer nur mehr mit Mühe und Not von einem Absturz retten. Seine Skischuhe geben auf dem steilen und rutschigen Untergrund nicht ausreichend Halt und es gibt auch keine Griffmöglichkeiten. Wir machen uns große Sorgen um ihn und versuchen, sinnvolle Ratschläge aus der Distanz zu geben. Nur mithilfe seiner Skistöcke, die er in das rutschige Grasgelände drückt, kann er sich schlussendlich den Weg zurück bahnen. Ein Sturz wäre hier wahrscheinlich nicht tödlich, aber doch mit mittleren bis schwereren Verletzungen ausgegangen. Wieder zusammen in der Gruppe folgen zum Teil hitzige

Diskussionen über vermeintlich alternative Aufstiegsrouten und damit verbundene Risiken, alles unter zunehmendem Zeitdruck. Solche Gruppendynamiken, welche die Soziologie sehr interessieren, werden in der alpinen Fachsprache schlicht unter dem Begriff Faktor Mensch zusammengefasst (Alpenverein). Nach einer Weile des Diskutierens siegt die Vernunft, die Mehrheit entscheidet sich für den Abstieg und wir gelangen unversehrt zurück.

Projekt des schönen Lebens

Die Skitour auf den Rührkübel ist jedenfalls für die damaligen Teilnehmer*innen eine prägende Unternehmung gewesen. Das zeigt sich darin, dass auch etwa

drei Jahre später, nachdem eine Vielzahl anderer Touren passiert sind, immer noch gerne über diese Tour gesprochen und sie als eine Vergleichsgröße für andere Touren herangezogen wird: „Wenn das nicht mal ein neuer Rührkübel wird“, wurde mir zum Beispiel erst kürzlich auf einen Tourenvorschlag von einem der damaligen Teilnehmer*innen geantwortet. Um mich der Frage dieses Artikels zu nähern, erscheint mir die Zeitdiagnose des Soziologen Gerhard Schulze (1992) zur Gesellschaft Deutschlands besonders aufschlussreich, die ich annehme, auf das Nachbarland Österreich übertragen zu können. Schulze vertritt die These, dass wir in der Gegenwart in einer sogenannten Erlebnisgesellschaft leben, in der das „Projekt des schönen Lebens“



Offizieller Partner des Verbandes der Österreichischen Berg- und Skiführer



Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Fachhändler.
Händlerverzeichnis 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.



← Im gescheiterten Versuch abseits der üblichen Route.
Foto: J. Stockinger

Freund*innen davon erzählen und die schönen Aspekte hervorstreichen, denn zumindest aus Sicht der Erlebnisgesellschaft scheinen schöne Erlebnisse der Sinn des Lebens zu sein. ❄️

im Vordergrund steht: „Der kleinste gemeinsame Nenner von Lebensauffassungen in unserer Gesellschaft ist die Gestaltungsidee eines schönen, interessanten, subjektiv als lohnend empfundenen Lebens“ (Schulze 1992: 37). Die Erlebnisorientierung der Gesellschaft ist laut Schulze eine Folge der Modernisierung: „Der Weg von der Pauperismuskrisis [Massenarmut] zur Sinnkrise lä[ss]t sich auch als Weg von der Überlebensorientierung zur Erlebnisorientierung beschreiben“ (ebd.: 55). Erst in der nach dem Zweiten Weltkrieg entstandenen Wohlstandsgesellschaft konnte durch die Veränderung der materiellen Lebensverhältnisse und die Vermehrung von Wahlmöglichkeiten (in Kleidung, Essen, Unterhaltung usw.), deren Gebrauchswertunterschiede fast immer bedeutungslos sind, die Erlebnisorientierung zur Selbstverständlichkeit werden. Kritisch muss erwähnt werden, dass damit auch ein Zwang entsteht, sein Leben erleben zu müssen (ebd.: 54 ff.), dem nicht alle Gesellschaftsmitglieder in gleicher Weise nachkommen können (z. B. durch Einkommensunterschiede) (vgl. Smudits et al. 2014: 107).

Ein tolles Erlebnis?

Erlebnisorientierung definiert Schulze als „das Streben nach psychophysischen Zuständen positiver Valenz, also nach Genu[ss]“ (Schulze 1992: 108). Körperliche und geistige Reaktionen werden

dabei zu einer Einheit, welche der/ die Erlebende als angenehm empfindet (ebd.: 105). Ja, diese Einheit aus Körper und Geist macht es vielleicht wirklich aus, warum uns das Skitourengehen so gut gefällt und uns so wichtig ist. Man ist in der freien Natur, atmet frische Luft, genießt die Ruhe und kommt durch das gleichmäßige Gehen in einen entspannenden Rhythmus. Diese angenehmen Momente gab es auch bei der damaligen Skitour. Aber warum wird auf die damalige Skitour trotz der unangenehmen Situation vor dem Gipfel heute freudig zurückgeblickt? Ist es im Rückblick gar ein schönes Erlebnis? Schulze würde wahrscheinlich antworten, dass der Mensch über seine Ursprungserlebnisse (wie jenes beim Rührkübel) reflektiert, unter Ursprungserlebnissen versteht er nämlich zunächst unreflektierte Erlebnisse. Durch Erinnern, Erzählen, Interpretieren und Bewerten von Ursprungserlebnissen werden sie als Erlebnisse angeeignet, können sich dabei allerdings auch verändern (ebd.: 45). Gelingt es uns also, Ursprungserlebnisse als schöne Erlebnisse zu reflektieren, dann haben wir das Projekt des schönen Lebens verwirklicht (ebd.: 61). Der Schlüssel zur Antwort auf die Frage dieses Beitrags liegt also darin, wie es der damaligen Gruppe gelungen ist, das eigentlich unangenehme Skitourenerlebnis Rührkübel als schönes Erlebnis zu deuten. Es fällt mir auch mit Blick auf die Überlegungen von Schulze schwer, da-

rauf eine voll zufriedenstellende Antwort zu geben. Aber wahrscheinlich erinnern wir uns heute gerne an die Erleichterung zurück, dass sich niemand verletzt hat und es gut ausgegangen ist, und manche finden es heute noch lustig, dass ich beim Abstieg sehr genervt war, weil wir einen Rückzug gemacht haben. Und vielleicht sollten Sie, wenn Ihnen der Alltag einmal langweilig erscheint, sich ein Erlebnis aus Ihrer Vergangenheit in Erinnerung rufen, Ihren

Dr. Raimund Haindorfer ist Soziologe und Kultur- und Sozialanthropologe, wohnt in Wien, hält sich aber am Wochenende bevorzugt in den Bergen auf. Seine Forschungsschwerpunkte umfassen Migration, Integration, Arbeitsmarkt, Lebensqualität, Werte und Einstellungen.
raimund.haindorfer@univie.ac.at

Dieser Beitrag ist eine gekürzte Version von Haindorfer (2019) aus dem Buch „Soziologische Momente im Alltag. Von der Sauna bis zur Kirchenbank“ (Haindorfer, Schlechter, Seewann Hg.) (siehe Literaturempfehlung).

Literatur zum Thema

Andreas Jentzsch, Axel Jentzsch-Rabl, Andreas Riesner (2011) **Skitourenführer Österreich** 1. Bd. Die schönsten Skitouren vom Großglockner bis Wien. Bad Häring: Alpinverlag.

Gerhard Schulze (1992) **Erlebnisgesellschaft. Kulturosoziologie der Gegenwart** Frankfurt/New York: Campus.

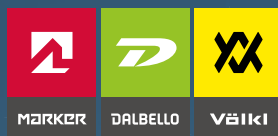
Alfred Smudits (2014) **Kunstsoziologie** München: Oldenbourg Verlag.

Leseempfehlung

Zu weiteren soziologischen Alltagsbeobachtungen (wie zu Toilette, Sauna, Online-Dating, Theater, Fußballplatz etc.)

Raimund Haindorfer, Maria Schlechter, Lena Seewann (Hg. alph.) (2019): **Soziologische Momente im Alltag** Von der Sauna bis zur Kirchenbank Wien/Hamburg: new academic press. Weitere Infos zum Buch und Bestellungen unter: bit.ly/soziologischemomenteimalltag





ABOVE THE CROWD

#THISISSKITOURING



VÖLKL RISE ABOVE 88

- / Hybrid Tourlite Holzkern
- / Smart Skinclip System
- / 3D Radius Bauweise
- / Leicht, stabil und lauffruhig

VOELKL.COM



DALBELLO QUANTUM ASOLO FACTORY

- / BONDED SHELL Konstruktion
- / Leichtgewicht von 950 Gramm
- / Mehr Steifigkeit und Halt
- / Bessere Kraftübertragung

DALBELLO.IT



MARKER ALPINIST 9

- / Ultraleichte Touren-Pinbindung mit 245g
- / Aktive Längenkompensation bei Skiflex
- / Mögliche Längen Anpassung +/- 7,5 mm
- / Z-Wert bis 9

MARKER.NET

risk'n'fun ALPINE PROFESSIONALS

Blickwinkel für einen anderen Alltag

Freeride-Weltmeisterin Manuela Mandl im Gespräch mit Dani Tollinger

Du bist heuer im Sommer bei risk'n'fun BIKE dabei gewesen. Mit welchen Erwartungen bist Du zum DROP IN nach Sölden gefahren?

Obwohl ich schon mehrere Jahre sporadisch am Biken bin, war ich mit der Technik nicht immer ganz so sicher. Besonders die Gewichtsverteilung in Kurven und beim Absprung war mir nicht ganz klar. Außerdem wollte ich lernen, den Hinterreifen zu versetzen, um enge Kurven auf Trails ohne Absteigen zu schaffen. Und gleichzeitig auch, wie man einen Biketag mit einer Gruppe plant.

Was hat Dir rückblickend der Tag im Ötztal gebracht?

Wir haben in kleinen Teams geübt, viel gelacht und uns gegenseitig gecoacht, voneinander und miteinander gelernt. Für mich war die Dynamik in der Gruppe sehr lehrreich und auch besonders gut. Seitdem bin ich auch mit einem ganz anderen Selbstbewusstsein am Bike unterwegs und übe einzelne Techniken bewusster.

Im Winter bist Du als professionelle Freeriderin bei Contests auf der ganzen Welt unterwegs. Was geht Dir durch den Kopf, wenn Du am Bec des Rosses in Verbier am Startgate

stehst, wo 45 Grad fast schon flach wirken?

Na ja, Angst hab ich nicht, aber ziemlich angespannt bin ich schon. Am Start gehe ich nochmals meine Line im Kopf durch. Also die Strategie für den Berg, das sogenannte Face, für diesen Tag und meine Startzeit. Wo sind die wichtigen Orientierungspunkte? Und dann freu ich mich, dass ich da oben im Startgate stehen darf, auf einem fabelhaften Berg mit großartigen Menschen, und lege los!

Generell – wie schaut Deine Vorbereitung auf einen solchen Event aus?

Bei der Freeride World Tour sitzen wir oft tagelang mit dem Fernglas am Gegenhang und sehen uns dann am Abend Fotos und Videos vom Berg an. Wir werden genau darüber informiert, wie der Schnee ist, wir sehen, woher der Wind gekommen ist und was die Sonne im Tagesgang macht. Der Hang wurde von den Bergführer*innen lawientechnisch durch verschiedene Maßnahmen gesichert und freigegeben. Das ist natürlich ganz anders als ein privater Tag mit der Crew am Berg.

Und wie planst Du einen Freeridetag mit Freund*innen?

Foto: M. Ablinger

also alle Gefahrenzeichen, die wir bei der Auffahrt sehen, auch miteinander ansprechen. Manchmal gibt's Diskrepanzen zwischen einem großräumigen Lagebericht und der lokalen Gefahr. Dann LVS-Check und mal mit einer leichten und sicheren Variante anfangen, bevor man sich in steileres Gelände vorarbeitet, das wir dann immer einzeln befahren und uns davor sichere Sammelpunkte ausmachen. Jeder sucht sich seine eigene Variante aus und ist da auch bewusst eigenverantwortlich unterwegs. Es gibt natürlich auch Situationen, wo wir diskutieren und dann umdrehen oder eine andere Variante wählen.

Schaut die Umsetzung mit allen gleich aus?

An Powdertagen mit Freund*innen, die unterschiedlich fit sind und vielleicht weniger Wissen über alpine Gefahren haben und Dinge lernen wollen, gehe ich sehr vorsichtig und pistenah ins Gelände. Da ist die Gruppendynamik eine ganz andere. Man kann dabei methodisch echt viel lernen und kaum Risiken eingehen.

Gleichzeitig betone ich, dass es vollkommen okay ist, wenn wir umdrehen, wenn sich jemand in der Situation nicht wohlfühlt. Allgemein finde ich wichtig, die Komplexität der Gefahreinschätzung im alpinen Gelände zu vermitteln, und auch, dass sich Menschen bewusst Wissen bei Camps wie risk'n'fun aneignen können, um eigenverantwortlich handeln zu können.

Was machst Du, wenn Du nicht gerade auf Contests unterwegs bist?

Ich verbringe so viel wie möglich meiner freien Zeit in den Ber-

↓ Manuela Mandl

Foto: C. Schöfegger



Was definitiv immer gleich bleibt: Ich sehe mir direkt nach dem Aufstehen den Wetter- und Lawinlagebericht an. Wir haben meistens schon gemeinsam am Vortag entschieden, wo wir hinfahren. Wir, das sind fast immer Freund*innen aus dem Open-Faces-Freeridecontest-Umfeld, also Sportler*innen, die über alpine Gefahren Bescheid wissen. Das sind dann sehr homogene Gruppen mit ähnlichen Skills und ähnlichem Risikoverhalten.

Wie geht es vor Ort weiter?

Ab auf den Berg, nochmals aufmerksam die Lage checken,

HAGAN

WWW.HAGAN-SKI.COM



ATK BINDINGS

Neu
RAIDER12 330 GRAMM

Leicht, Intuitiv und Leistungsstark

Verfügbar in 3 Farben:
White, Orange, Lightblue



www.atkbindings.com

MADE IN ITALY

Photo: Steiner Ulrich



gen, am liebsten Wandern, Klettern, Mountainbiken und essbare Dinge sammeln. Und um fit für den Winter zu sein, trainiere ich fast jeden Tag mit verschiedenen Schwerpunkten. Ich arbeite meistens an Filmprojekten, Events und bereite Kooperatio-

nen vor. Nebenbei bin ich leidenschaftliche Langzeitstudierende im Fach Architektur. Ich probiere immer, Projekte zu verwirklichen, die Menschen einen anderen Blickwinkel auf ihren Alltag geben. Es braucht echt nicht viel,

um jeden Tag kleine Glücksmomente zu erleben.

Du engagierst Dich für Initiativen wie POW, „Protect Our Winters“, die vor allem junge Menschen zu einem verantwortungsvollen und ressourcenschonenden Umgang mit unserer Bergwelt aufrufen. Wo siehst Du persönlich tendenzielles Veränderungspotenzial?

Im Privatbereich lebe ich so klimaneutral wie möglich, mit einer Ausnahme, die die Bilanz dann leider zunichtemacht: Reisen. Ich bin im Jahreschnitt gesehen für Wettbewerbe doch viel unterwegs, auch mit dem Flugzeug und viel mit dem Auto. Obwohl wir praktisch immer Car sharen und ich von Innsbruck nach Wien meist mit dem Zug fahre, gibt's da auf jeden Fall noch Potential, mehr mit den Öffis zu reisen.

Als Sportlerin arbeite ich bevorzugt mit Firmen zusammen, die ethisch handeln und auch in ihrer Produktionskette Verantwortung übernehmen. Aktuell hab ich da den Schwerpunkt auf Entwicklung und teilweise Produktion in der EU, damit die Wertschöpfung in der Region bleibt. Wir als Gesellschaft brauchen einfach immer wieder die Erinnerung, aufs Gemeinwohl zu achten. Klima und Raum im weitesten Sinne gehört zum „Gut gemeinsam leben“ dazu. Ich sehe es schon auch als meine Verant-

← risk'n'fun BIKE: Voneinander und miteinander lernen.

Foto: H. Düringer

↳ Alle Informationen und Termine zu risk'n'fun FREERIDE 2021 gibt es unter:

www.risk-fun.com

Foto: M. Ablinger

wortung, gute Initiativen, wo wir alle nur gewinnen können, zu unterstützen.

Wir sehen bei risk'n'fun immer wieder, dass es speziell für Mädels im Alter zwischen 12 und 18 Jahren oft schwierig ist, sportlich am „draußen sein“ dranzubleiben. Wie war das in deiner Jugendzeit? Wer waren deine Schlüsselpersonen, dass Du am Wochenende aus Wien rausgekommen bist und aktiv warst?

Ich hatte Glück mit meiner Familie – wir waren in den Ferien oft in den Bergen, im Winter Skifahren, im Sommer leichtes Wandern. Die Wochenenden haben wir in Niederösterreich bei den Großeltern verbracht, aber auch ich hatte in Phasen den klassischen sportlichen Einbruch zwischen 14 und 20 Jahren. Der Wendepunkt war eigentlich die Sommersportwoche in der Schule, wo ich Klettern belegt habe und dann regelmäßig in der Halle vom Gebirgsverein in der Lerchenfelder Straße am Bouldern war.

Generell hätte ich mir auch mehr weibliche Rollenmodelle im Outdoorsport gewünscht. Mit ein Grund, warum ich mich für Exploristas.at engagiere. Gesellschaftlich sollten wir zusätzliche Impulse für Mädels setzen, indem wir ein differenziertes Bild vom Outdoorsport vermitteln, mit Klischees brechen und auch die Pluralität von Individuen anerkennen. ❄️

Mag. Daniela Tollinger ist risk'n'fun-Teamleiterin.
www.risk-fun.com





Löffler
MADE FOR BETTER

N 47° 48'
29.079"

N 47° 48'
29.079"

ABKÜRZUNGEN NEHMEN ANDERE.

LÖFFLER geht den härteren Weg der verantwortungsvollen Produktion in Österreich/Europa.

SKI TOURING COLLECTION AT [LOEFFLER.AT](https://www.loeffler.at)

Mitglieder profitieren!

Was Dabeisein noch alles bietet



Bergsteigerdörfer

Über 100 Partnerbetriebe, die auf die Bedürfnisse von Alpinisten eingehen. **Ihr Vorteil:** Alpenvereinsmitglieder erhalten 10 % Ermäßigung pro Person auf den regulären Preis von Übernachtung und Frühstück bei Direktbuchung im Betrieb.



Hyroxia Medical Center

Das erste Zentrum für Höhenkuren, Höhentherapie und Höhenstraining in Österreich. **Ihr Vorteil:** 15 % Rabatt auf alle Leistungen.



Junge Hotels Austria

Mitglieder der Alpenvereinsjugend (< 30 Jahre) erhalten € 5,- Ermäßigung auf den internationalen Jugendherbergsausweis. Er ist Voraussetzung, um in Jugendherbergen auf der ganzen Welt vergünstigt übernachten zu können. Mitgliedschaftsbedingungen unter www.jungehoteles.at



Alpenvereins-Vertragshäuser

Nachlass für Mitglieder und Gleichgestellte gegen Vorlage des Mitgliedsausweises. **Ihr Vorteil:** mindestens 10 % auf den jeweiligen Nächtigungspreis.



Ompura

Maßanpassung und individuelle Farbkombination in hochwertiger österreichischer Qualität. **Ihr Vorteil:** 10 % Rabatt und keine Versandkosten. www.ompura.at



headstart

ist ein Fruchtsaftgetränk ohne Koffein und ohne Konservierungsmittel, unterstützt Ihr Immunsystem, körperliche Vitalität und Konzentrationsfähigkeit.

Ihr Vorteil: Auf alle Bestellungen unter www.headstart.at/shop erhalten Sie einen Sonderrabatt von 20 %.



JUFA Hotels

JUFA Hotels bieten Ihnen Unterkünfte mit sportlicher sowie familien- und kinderfreundlicher Ausstattung. **Ihr Vorteil:** 10 % Rabatt auf die tagesaktuellen Listenpreise aller JUFA Hotels.



TAUERN SPA Kaprun

Ein exklusives 4-Sterne-Superior-Resort mitten im Salzburger Land. **Ihr Vorteil:** 15 % Rabatt auf den Eintritt in die Therme und Sauna bzw. 10 % Rabatt im Hotel auf tagesaktuelle Preise (nach Verfügbarkeit).

Wer Teil der großen Alpenvereinsfamilie ist, genießt zahlreiche Vorteile. So beinhaltet die Mitgliedschaft nicht nur eine weltweite Bergungskosten- und Rückholkostenversicherung oder Ermäßigung bei Hüttennächtingungen. Aber kaum jemand kennt die zahlreichen Vorteilspartner des Alpenvereins, bei denen Mitglieder Vergünstigungen erhalten.

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



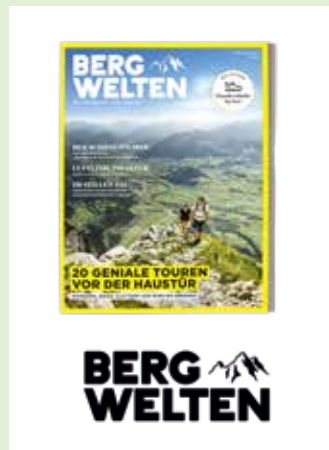
Sportgigant

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.



ArtRock climbing systems

Ob zuhause ein kleiner Kletterbereich 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).
 Besuchen Sie uns unter: www.artrock.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



SUNNYBAG Solarladegeräte
 Laden Sie Ihr Smartphone, Ihren Kameraakku und vieles mehr mit Sonnenenergie.
Ihr Vorteil: -20 % auf alle Produkte auf www.sunnybag.at

CEWE Fotobuch

Ihr Vorteil: € 5,- Gutscheine auf ein CEWE Fotobuch mit dem Gutscheincode, € 10,- auf ein CEWE Fotobuch mit Gutscheincode (ab Warenwert € 40,-), 20 % Ermäßigung auf alle restlichen CEWE-Fotoprodukte mit Gutscheincode (außer Fotobücher);
 Achtung: gilt ausschließlich online über den Vertriebspartner www.onlinefotoservice.at



TRAILDOG RUNNING

Riesige Auswahl an Laufschuhen sowie Laufsandalen!
Ihr Vorteil: 10 % Rabatt gegen Vorlage der Mitgliedskarte, online mit Vorteilscode.
www.traildog.at



PanoramaKnife

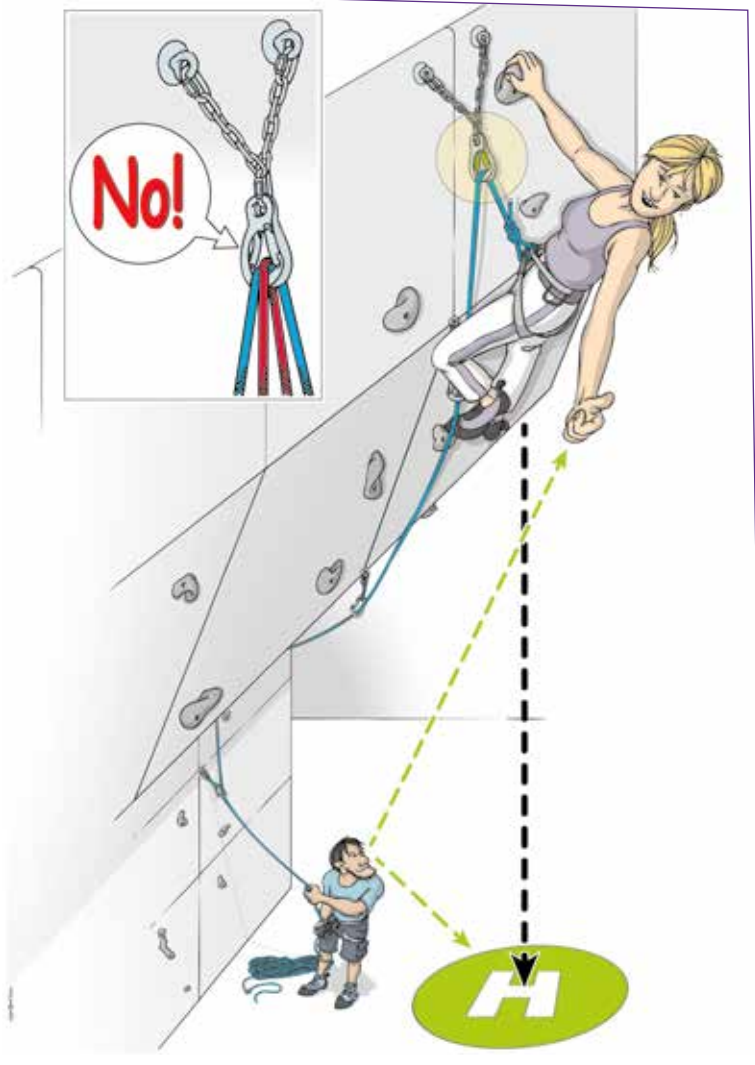
Mit Österreichs Bergen ein Brot, den Käse, das Gemüse, den Speck u. v. m. schneiden.
Ihr Vorteil: 11 % Rabatt auf jeden Einkauf sowie versandkostenfreie Zustellung. www.panoramaknife.at



ZERUM –

ausschließlich fair und nachhaltig
 ZERUM ist ein Modelabel, das ausschließlich unter fairen und nachhaltigen Bedingungen produziert.
Ihr Vorteil: 15 % Rabatt auf ZERUM-T-Shirts (ausgenommen Sale-Ware). www.zerum.at





Sicher klettern

Teil 4: Kletterregeln acht bis zehn

Die 10 Kletterregeln des Alpenvereins sind Empfehlungen, die Kletterer vor Fehlern bewahren sollen – Fehler, die andere Kletterer schon gemacht haben. In der vierten Folge geht es ums Ablassen und um die Verantwortung, die du für dich, deinen Körper, aber auch gegenüber deinen Mitmenschen hast.

8. Vorsicht beim Ablassen!

Am Top angekommen, gibt es für Kletter*innen noch zwei sicherheitstechnische Schlüsselstellen, bevor sie wieder – im wahrsten Sinne des Wortes – sicheren Boden unter den Füßen haben. Die

erste „Crux“ ist das Einhängen des Seiles. In der Halle sollten dazu beide Karabiner eingehängt werden. Ein wichtiger Punkt, der dabei beachtet werden muss: Nie Seil auf Seil einhängen! Wenn also schon ein Seil im Karabiner ist, muss man das eigene Seil in ei-

nen anderen Umlenker einhängen oder es in einen eigenen Karabiner dazuhängen, so, dass sich die Seile nicht berühren. Dies kann dann der Fall sein, wenn zwei Routen zum selben Umlenker führen.

Warum? Werden beide Kletterer gleichmäßig abgelassen, wird wahrscheinlich nicht viel passieren. Wenn sich aber eines der beiden Seile im Karabiner nicht bewegt, auch nur kurz, weil sich der Kletterer z. B. eine Stelle nochmals ansehen will, der andere Kletterer aber weiter abgelassen wird, entstehen durch Reibung und die Geschwindigkeit, mit der das Seil über das andere läuft, so hohe Temperaturen, dass das stehende Seil „durchbrennen“ kann, bis es schließlich reißt. Und das geht unheimlich schnell.

Die zweite Schlüsselstelle am Umlenker ist das richtige Seilkommando.

Was darf, muss oder soll ich am Umlenker sagen?

Grundsätzlich ist es egal, was man sagt, wichtig ist, dass der Sicherungspartner weiß, was gemeint ist. Ein Kommando darf aber beim Sportklettern nicht verwendet werden: „Stand“. Das Seilkommando „Stand“ kommt vom alpinen Klettern und heißt so viel wie: Ich bin am Standplatz, habe mich selbst gesichert, der Sicherer kann mich aus der Sicherung nehmen, damit ich das Seil einholen und ihn anschließend nachsichern kann.

Im Klettergarten und in der Kletterhalle gibt es diese Situation aber nicht. Dort will ich unter keinen Umständen, dass mein Sicherungspartner das Bremsseil loslässt oder mich aus dem Sicherungsgerät aushängt, bevor ich am Boden angekommen bin. Auch nicht im Klettergarten beim „Umbauen am Umlenkpunkt“ (ein

Umlenkring erfordert das Ausbinden aus dem Seil, um das Seil durchzufädeln). Ganz im Gegenteil, gerade dort ist der Sicherer die Redundanz des Kletterers und das Seil muss unbedingt eingehängt bleiben.

Außer das Kommando „Stand“ kann man für die Seilkommandos also alles verwenden, wenn es mit dem Partner vorab abgeklärt ist. Dies ist besonders bei neuen Partnern wichtig (siehe dazu auch die erste Folge unserer Serie mit der Kletterregel „Team-Setup zu Beginn!“).

Mit dem richtigen Einhängen und Seilkommando ist das Klettern abgeschlossen, der Sicherungspartner weiß, dass er jetzt zumachen muss und dann ablassen kann. Der Kletterer kann sich hineinesetzen und ist nur noch Passagier. Neuer Protagonist ist nun der Sicherer.

Meine Empfehlung für den Sichernden ist, die Sicherungsbrille jetzt abzulegen, damit der Fokus wieder auf die Umgebung erweitert werden kann und dadurch Hindernisse frühzeitig erkannt werden können.

Der Kletterer sollte gleichmäßig und langsam abgelassen werden, nicht zu schnell und nicht ruckartig. Dazu wird die Blockierunterstützung des Sicherungsgerätes vorsichtig gelöst. So kann die Geschwindigkeit dosiert werden.

Dabei muss auch die Umgebung immer im Auge behalten werden, um auf mögliche Hindernisse, wie Kanten, Volumen oder Personen am „Landeplatz“, rechtzeitig reagieren zu können.

9. Aufwärmen vor dem Start!

Die Kletterregeln zielen darauf ab, schwere Verletzungen beim

Klettern zu vermeiden. Dies in erster Linie, indem man Abstürze vermeidet. Verletzungen können aber auch Überlastungen sein, die nicht aus einem Sturz resultieren, sondern z. B. durch schlechtes Aufwärmen entstehen können.

Rein in die Kletterhalle und sofort – „kalt“ – in eine Route einsteigen ist keine gute Idee.

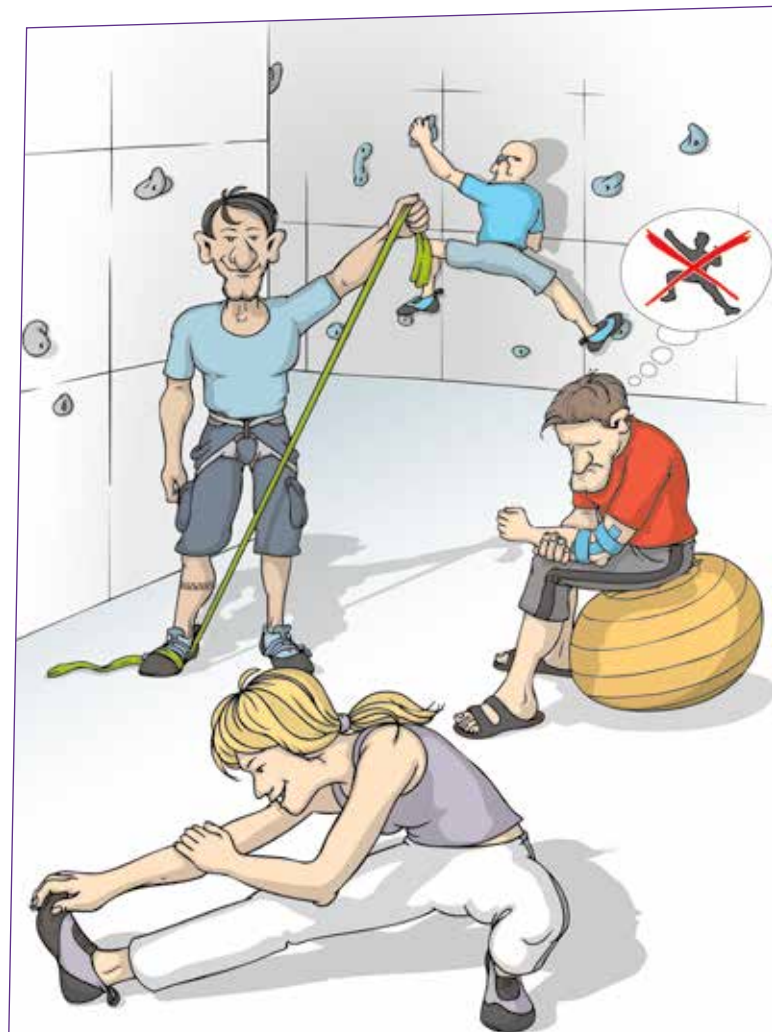
Nimm dir Zeit und steige sanft in deine Klettereinheit ein. Lass den Arbeitsstress, der deinen Kopf vielleicht noch nicht ganz losgelassen hat und dadurch Sicherheitsfehler provozieren kann, hinter dir. Schau auch, dass dein Körper langsam auf Touren

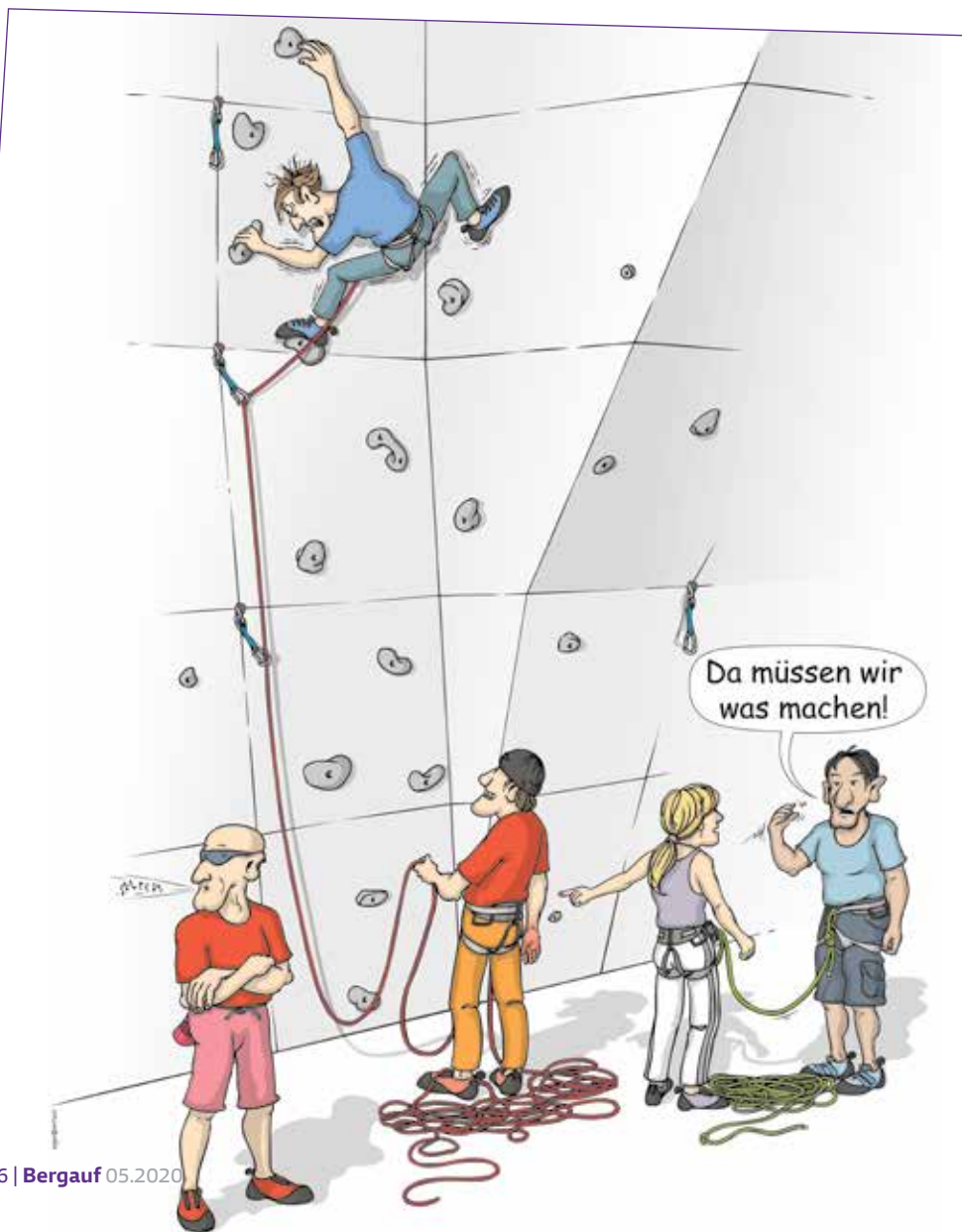
kommt. Beides geht am besten, wenn du dich richtig aufwärmst.

Bring zuerst deinen Kreislauf in Schwung und dann die wichtigsten Gelenke wie Schulter-, Hand-, Hüft-, Knie- und Sprunggelenke auf Betriebstemperatur. Danach solltest du mit leichtem Klettern starten und den Schwierigkeitsgrad langsam erhöhen.

Aber Achtung, nicht nur der Schwierigkeitsgrad alleine sagt dir, ob es sich um die richtige Aufwärmroute für dich handelt. Auch in vermeintlich leichten Routen können zu kleine Griffe oder zu kräftige Züge verbaut sein, die sich für das Aufwärmen nicht eignen.

→





Dein Klettertag sollte auch nicht mit der schwersten Route abschließen. Am besten noch eine leichte Route zum „Ausklettern“ und anschließend die Muskeln dehnen, um wieder zur Ruhe zu kommen und möglichen Verkürzungen vorzubeugen.

Bei Verletzungen gilt: Lass diese richtig ausheilen und starte nicht zu früh mit dem Klettern! Besprich mit deinem Physiotherapeuten, wann und wie du wieder ins Klettern einsteigen kannst.

10. Sei dir deiner Verantwortung bewusst!

Verantwortung – ein großes Wort. Leider ist es in unserer Gesellschaft oft so, dass Verantwortung abgegeben wird. Schlagwort „Vollkaskogesellschaft“ – es übernimmt immer jemand anderer die Verantwortung, man ist nie selber schuld.

Beim Klettern ist die Eigenverantwortung ein zentraler Bestandteil. Ich bin für mein Handeln selber verantwortlich, muss mein Risiko selber einschätzen. Z. B. können sich immer Griffe



← Dass es in einer Kletterhalle so viel Platz gibt, ist eher selten, daher muss beim Ablassen ganz besonders auf einen freien Sturzraum geachtet werden. Foto: norbert-freudenthaler.com

Illustrationen: G. Sojer

Gleichzeitig muss ich aber auch Verantwortung für meinen Partner übernehmen. Wenn ich sichere, liegt die Verantwortung in meinen Händen. Mein Partner verlässt sich zu 100 % auf mich.

Man trägt aber auch Verantwortung für andere Seilschaften. Nicht rechtlich, aber moralisch.

Wenn man gefährliche Fehler bei jemandem sieht, sollte man ihn darauf hinweisen. Auch auf die Gefahr hin, dass man nicht immer auf offene Ohren stößt.

Nicht jeder ist offen für Feedback oder gar Kritik, ja manche fühlen sich dadurch sogar angegriffen.

Dennoch, lieber etwas sagen und das Risiko eingehen, angeschnauzt zu werden, als zu schweigen und dann jemanden neben sich am Boden einschlagen zu sehen.

Auch hier ist es der Ton, der die Musik macht. Nicht belehren, sondern hinweisen – „Warum machst du das so?“, „Ich glaube

das ist nicht ideal so, weil ...“ oder „Wenn du das so machst, dann ...“.

Sei aber auch du selbstkritisch und offen für konstruktives Feedback von anderen. Man kann immer etwas dazulernen und jeder kann mal einen Fehler machen, das ist keine Schande. Schlecht ist nur, wenn man sich Fehler nicht eingesteht und nicht daraus lernen will.

Bleib also auf dem neuesten Stand, das Klettern entwickelt sich ständig weiter. Mach du das auch. Nimm Rücksicht auf andere Kletterer und lass dich nicht ablenken.

Hier schließen wir die „10 Kletterregeln“ ab. In der nächsten Folge geht es weiter mit den 5 internationalen Empfehlungen zum Bouldern indoor. 🌱

in der Halle drehen oder im Klettergarten besteht immer das Risiko eines Steinschlages, mal mehr und mal weniger.


MARKE
Frosch[®]
Reine Pflege

Hygienische Reinigung mit natürlichen Wirkstoffen

Die Frosch Lavendel Hygiene-Seife reinigt und pflegt die Haut bei jedem Händewaschen. Die pH-hautneutrale Formel mit Lavendel-Extrakt spendet wertvolle Feuchtigkeit und schützt die Haut vor dem Austrocknen.



WWF UND FROSCH
SCHÜTZEN DIE
UMWELT



Bio-Qualität zum Wohlfühlen – seit 1986.



Taktische Alpinmedizin

Wärmeerhalt

Unabhängig von der Jahreszeit ist der Wärmeerhalt bei Unfällen oder Notfällen im Gebirge immer ein Thema. Deshalb ist es auch notwendig, dass man im Ernstfall die richtigen Ausrüstungsgegenstände wie Biwaksack und Alu-Rettungsdecke dabei hat und diese auch einsetzen kann.

Markus Isser und Thomas Wanner

Die Unterkühlung kann in den Bergen sehr schnell fortschreiten. Wind, Nässe und hohe Temperaturschwankungen erleben wir nicht nur im Hochgebirge, sondern treffen uns auch in mittleren Höhenlagen bei Wanderungen oder bei Mountainbiketouren. Durch das Verdunsten von Schweiß auf unserer Haut wird dem Körper zusätzlich Energie entzogen. Das ist auch der Grund, weshalb wir uns bei einer längeren Rast oder am Gipfel ein frisches T-Shirt anziehen, um diesen Wärmeentzug zu stoppen.

Bei Unfällen kommt meist noch hinzu, dass sich die verunfallte Person in der Regel nur mehr geringfügig bewegt und die Auskühlung noch schneller voranschreitet. Bereits bei einem geringen Absinken der Körpertemperatur (Hypothermie) auf 35 Grad reagiert der Körper durch Zittern, schnelle Atmung und beschleunigten Herzschlag. Fällt die Körpertemperatur weiter ab, so spricht man von einer mittleren Unterkühlung. Die verunfallte Person wird teilnahmslos, entwickelt Bewusstseinsstörungen, das Zittern hört auf und Puls und Atmung verlangsamen sich.

Wie kann ich einer schnellen Auskühlung am Berg entgegenwirken?

- **Standortwahl:** Falls möglich, in windgeschützte Bereiche ausweichen und vor Niederschlag schützen.
- **Trockene Kleidung:** Feuchte oder durchgeschwitzte Bekleidung wechseln.
- **Bewegung:** Falls möglich, dann immer wieder bewegen. Arme kreisen, Kniebeugen, Liegestütze usw. können auch auf beschränktem Raum angewendet werden.
- **Nahrung:** Gezuckerter Tee und Riegel sind ideal, um

leichten Unterkühlungen schnell entgegenzuwirken.

- **Alu-Rettungsdecke:** Die Alu-Rettungsdecke je nach Möglichkeit und Erfordernis einsetzen.
- **Biwaksack:** Biwaksack frühzeitig anwenden, idealerweise in Kombination mit der Rettungsdecke.

Alu-Rettungsdecke

Die Alu-Rettungsdecke kommt ursprünglich aus der Raumfahrt und wurde erstmals zur Isolation der amerikanischen Apollo-Raumkapseln verwendet. Auf die extrem dünne Polyesterfolie wird dabei beidseitig Aluminium aufgedampft. Standardmäßig kommt die Decke in der Größe 210 cm x 160 cm und wiegt um die 50 Gramm. Der Grund, weshalb man die Rettungsdecke am Berg immer mithaben sollte, ist ihr universeller Einsatzbereich:

- Reflektor für die eigene Körperwärme
- Dampfsperre
- Behelfsmäßiger Tragering (verknötet)
- Behelfsmäßige Sonnenbrille (bei Hochtouren)
- Signalflagge (Anflug des Helikopters)

Damit die Rettungsdecke ihr ganzes Potential entfalten kann, muss sie auch richtig angewendet werden. Die klassische Verwendung als „Decke“ kann durchaus Sinn machen, vor allem bei verletzten Personen, die im Liegen betreut werden, oder bewusstlosen Verunfallten. In allen anderen Fällen ist es aber effektiver, die Rettungsdecke in der Windeltechnik zu verwenden. Dabei wird die Decke ÜBER die unterste Bekleidungsschicht gezogen. Man startet am Kragen und zieht die Decke

am Rücken bis unter das Gesäß und durch beide Beine hindurch und steckt das Ende dann vorne in den Hosenbund. Der Kopf wird ebenfalls eingepackt, die beiden Endzipfel werden unter dem Kinn zusammengeknötet. Hinterteil, Rücken, Nacken sowie Kopf sind dadurch eingepackt und reflektieren augenblicklich die eigene Körperwärme. Der große Vorteil der Wickeltechnik ist, dass man sich damit noch gut bewegen kann. Die Rettungsdecke selbst ist durch die äußeren Bekleidungsschichten geschützt. Verfügt man über eine weitere Rettungsdecke, so kann man auch die fehlenden Bereiche um Brust und Bauch einpacken und isoliert somit den gesamten Oberkörper.

Rettungsdecke zum Abtransport

Wie im Artikel „Gefahrenbereich“ (siehe Bergauf 1/2020)

bereits beschrieben, ist die Alu-Rettungsdecke sehr reißfest. Bei Zugversuchen (Bergrettung Tirol) kam man dabei auf Werte um die 400 kg. Das erlaubt uns, die Rettungsdecke auch für den provisorischen Abtransport verletzter Personen zu verwenden. Die beiden Enden werden mittels Weberknoten zusammengebunden. Den so erhaltenen Ring verwenden wir als Sitzring. Zwei Retter können damit eine verletzte Person schnell aus dem Gefahrenbereich bringen. Mit dem Verknöten von 2 Rettungsdecken erhalten wir 2 Trageringe. Damit können leicht verletzte Personen auch über etwas längere Strecken huckepack getragen werden.

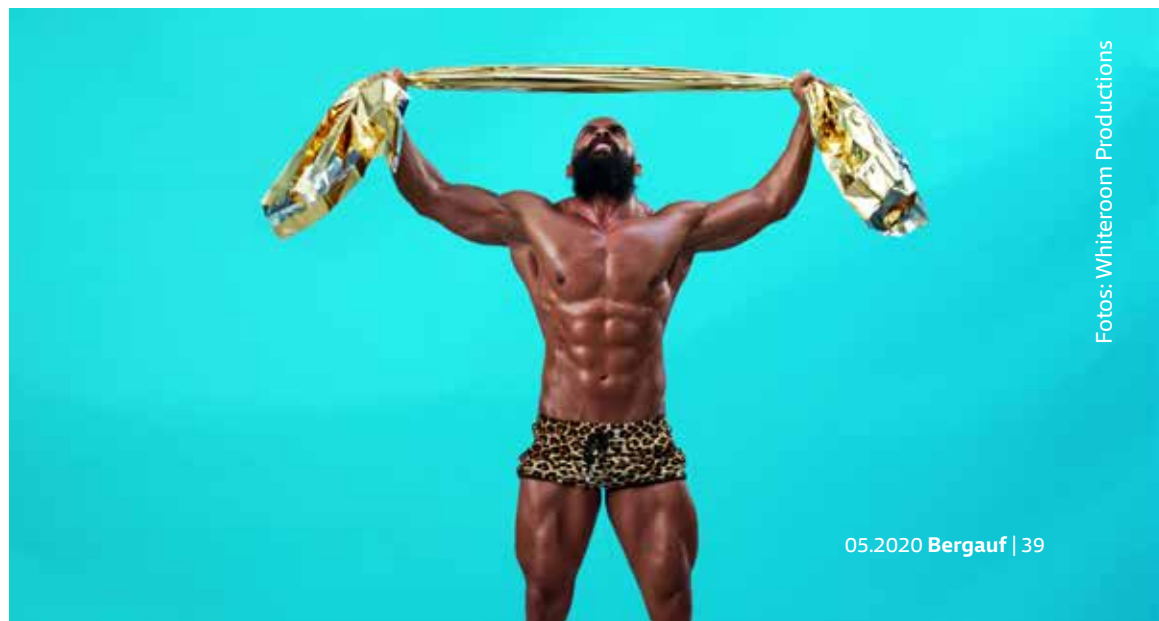
Der Biwaksack

Die Alu-Rettungsdecke ersetzt im Ernstfall einen stabilen 2-Personen-Biwaksack nicht! Jeder, der einmal in der Situation war,

eine Nacht oder auch nur ein paar Stunden im freien Gelände bei widrigen Witterungsverhältnissen auszuharren, weiß, wie wertvoll ein robuster Biwaksack in dieser Situation ist. Dabei wird der gesamte Körper vor Wind und eisigen Temperaturen geschützt. Auch die beste Goretex-Jacke ist früher oder später nass. Der Biwaksack hingegen hält Regen und Schneefall ab, fungiert als Dampfsperre und ist die einzige schnelle Möglichkeit, um sich effektiv vor Nässe und Kälte zu schützen. ☼

Mag. Thomas Wanner, Berg- und Skiführer, Abteilung Bergsport/Ausbildung und Sicherheit.

Markus Isser, Anästhesie- sowie Intensivpfleger und Mitglied und medizinischer Ausbilder im ÖBRD.





Erste Hilfe am Berg

Taktische Alpinmedizin – bestmögliche Anleitung für Ersthelfer

In den letzten Ausgaben des Bergauf wurde die „Taktische Alpinmedizin“ (TAM) bereits mehrfach beschrieben. Von der Österreichischen Bergrettung entwickelt, wird sie seit einigen Jahren sehr erfolgreich in deren Patientenversorgung zur Anwendung gebracht. Seit 2018 herrscht ein zunehmend reger und erfreulicher Austausch zwischen Bergrettung und Alpenverein (siehe Bergauf 1-20). Zuletzt wurden in enger Zusammenarbeit Lehrvideos erstellt und die wichtigsten Elemente des Konzepts vorgestellt (siehe Bergauf 2-20 und 3-20).

Klemens Fraunbaum und Tobias Huber

←→ Notfallmanagement nach dem 3 x 3-Schema® verbindet Erste-Hilfe-Leistung, Leitungskompetenz und Gruppeneinbindung. Foto li.: H. Düringer



Foto: witherroom productions

Nun wächst die Kooperation zwischen Alpenverein und Bergrettung weiter. Das angekündigte Kursprogramm zur Taktischen Alpinmedizin startet. Die ersten SicherAmBerg (SAB)-Kurse für Multiplikator*innen werden Anfang 2021 angeboten. Mit dieser Schulung können diese dann die Kurse für Mitglieder in den Sektionen umsetzen. Für alle, die verantwortlich Gruppen leiten, steht

weiterhin das bewährte Angebot für Erste Hilfe & Notfallmanagement in der Alpenverein-Akademie zur Verfügung.

TAM für Mitglieder

Die Bergrettung hat ihre medizinische Ausbildung vor einigen Jahren ganz auf das Konzept der Taktischen Alpinmedizin umgestellt. Dadurch wurde es möglich, die Vermittlung der Patientenver-

sorgung zum einen didaktisch zu vereinfachen, zum anderen an die dynamischen Rahmenbedingungen im alpinen Umfeld (Gefahrenbereiche, Wettersituation) anzupassen und damit zu optimieren. Die Taktische Alpinmedizin stellt einen Zusammenhang her zwischen Versorgungsoptionen und Gesamtsituation. Diese Ausbildung soll nun auch einer erweiterten Zielgruppe angeboten werden: dem Alpenvereins-

mitglied, also dem ambitionierten Bergsportler. Die inhaltlichen Elemente (Gefahrenzonen, Bodycheck – CrABCDE, Wärmerhalt etc.) wurden bzw. werden laufend als Serie in Bergauf vorgestellt und gehen Hand in Hand mit spezifischen Tools (Rettungsdecke, Israeli-Bandage etc.), die durch vielfältige Anwendungsmöglichkeiten ein optimales Reagieren auf vielerlei Notfallszenarien ermöglichen. →

Sportlich in den Herbst -11 Euro geschenkt + 5 Euro Gutschein für jeden Neukunden!

100%
Natur

Unser **Sport-Mix**, das Kraftpaket mit dem dunklen Gebäck (2x5 Kornspitz, 2x6 Dinkelweckerl, 2x6 Kürbiskernweckerl und 2x8 Vollkörndl) und unser **Kick-Start-Mix** (2x6 Kaisersemmel, 2x3 Handsalzstangerl, 2x5 Kornspitz, 2x6 Dinkelweckerl, 2x3 Mohnweckerl, 1x4 Zuckerreingerl) enthalten jeweils 50 Stück zum Aktionspreis von 28,99 Euro.

Unter 0463 310600 oder auf shop.lagler.at mit dem Aktionscode **Sport-2020** (Sport-Mix) oder **Kick-2020** (Kick-Start-Mix) bestellen. Kostenlose Lieferung innerhalb Kärntens durch den Lagler-Fahrer. Postversand in ganz Österreich möglich. Aktion gültig bis 31.12.2020.

NEU: Glutenfreie und
getreidefreie Backwaren!



LAGLER



← Verletzte zu versorgen und die Gruppe einzubinden ist eine komplexe Herausforderung. Foto: H. Düringer

SAB-Ausbildung

Die Taktische Alpinmedizin dient dazu, Ersthelfern im alpinen Gelände eine bestmögliche Anleitung für ihre Versorgungsoptionen zu bieten. Die oben genannten Inhalte werden, zusammen mit ausreichend Übungsmöglichkeiten der praktischen Anwendung, in einem SicherAmBerg-Erste-Hilfe-Kurs erstmals im Februar 2021 an entsprechend vorqualifizierte Funktionäre vermittelt. Die so ausgebildeten Trainer*innen werden dann in Zukunft in ihren Sektionen Kurse für Mitglieder anbieten. Weitere Inhalte sind Notruf, Hubschraubereinweisung und Notfallmanagement. Damit wird der Blick auf den Notfall erweitert und deutlich, was über die eigentlichen Erste-Hilfe-Maßnahmen hinaus notwendig ist, um so eine Situation zu meistern. Schließlich stellt eine Notfallsituation für eine Tourengruppe bzw. Tourenführer*innen eine Stresssituation dar, die über die rein medizinische Versorgung hinausgeht. Sie bringt viele Fragen und Unsicherheiten

mit sich und kann vor allem auch eine gruppenspezifische Herausforderung darstellen.

Komplexe Herausforderung

So wie die Elemente der Taktischen Alpinmedizin (TAM) einfache Handlungsschritte für jedes AV-Mitglied vermitteln und ihnen mit auf den Weg in die Berge gegeben werden sollen, ist es die „Mission“ in der Akademie des Alpenvereins, all jenen, die im Outdoorbereich Gruppen führen und mit Gruppen unterwegs sind, das erforderliche Know-how für Notfallsituationen mitzugeben: Jugendleiter*innen, Gruppenleiter*innen, Übungsleiter*innen verschiedener Sportarten, Erlebnispädagog*innen, Tourenführer*innen und Bergführer*innen.

Mit den Ausbildungen sollen also jene, die andere, oft alpinistisch weniger erfahrene und nicht so gut ausgebildete Menschen in Natur und Berge führen, ermutigt und befähigt werden, auch in schwierigen Situationen die

Kontrolle zu behalten und selbst komplexe Unfall- und Notfallsituationen zu meistern. Die Verantwortung für eine Gruppe bleibt nämlich auch oder noch besser gerade in Notfallsituationen in Leitungshand. Dafür bedarf es Ausbildung und dementprechender Vorbereitung.

Ausbildung Notfallmanagement

Einerseits muss die Handlungsfähigkeit trotz hohem Stresspotential erhalten und andererseits Abläufe, die medizinische „Laien“ im Gegensatz zu professionellen Rettungsdiensten nur äußerst selten anwenden, überschaubar und im Ernstfall zumutbar sein. Daher werden in den Ausbildungen die Konzepte zur Bewältigung einer Notfallsituation (Notfallmanagement = Erste Hilfe outdoor + Führungskompetenz in Stresssituationen + Umgang und Bewältigung der Gruppendynamik) vereinfacht und optimiert. Mit Hilfe des „3 x 3-Schemas“[®] gelingt diese Vereinfachung.

3 x 3-Schema[®]

In der Ausbildung der Akademie wird dieses System seit mehreren Jahren sehr erfolgreich vermittelt. Erste Schritte in Notfallsituationen (1), Sofortmaßnahmen im Gelände (2), weitere Versorgung (3) von Patient*innen. Aufbauend auf der gültigen Erste-Hilfe-Lehrmeinung (je nachdem, wie lange es bis zur Übernahme

des Einsatzes durch professionelle Rettungskräfte dauert), wird dieses Vorgehen in 3 Phasen mit jeweils 3 Bewältigungsschritten in den Basiskursen „Erste Hilfe outdoor & Notfallmanagement“ vermittelt und geübt. Die Elemente der Erstversorgung verletzter Menschen aus der Taktischen Alpinmedizin (TAM), aber auch weiterführende Versorgungsschritte sind hier genauso integriert wie vorbeugende Maßnahmen, Instruktion der Gruppe, Einbindung und Leitung der Gruppe sowie Nutzung der Ressourcen der Gruppe in Ausnahme- und Notfallsituationen, kompetenter Notruf im In- und Ausland, Kooperation mit Rettungsdiensten u. v. m.

Aufbau-, Vertiefungs- und Auffrischkurse


Im Aufbau- und Krisenmanagementkurs werden Leiter*innen zusätzlich auf die Herausforderungen vorbereitet, die nach der Verletztenversorgung noch auf die Leitung „warten“: sicherer Rückzug/Abstieg, Information und Kommunikation mit der Gruppe, Gruppendynamik in Notfallsituationen, Organisation professioneller Krisenintervention als akute Unterstützung und zur Nachbetreuung für Gruppe und Leiter*innen, der Umgang mit Polizei, Sachverständigen und Presse etc.

In den Vertiefungskursen werden je nach Thema aufbauend auf das Basiswissen die Versorgung

Verletzter und die Gruppenleitung unter besonderen Bedingungen vermittelt und trainiert: „im steilen Fels“, „im Winter“, „im Alter“ für „Senior*innen am Berg“.

Auffrischkurse runden das umfangreiche und abwechslungsreiche Programm ab und bieten so die Möglichkeit, sich in regelmäßigen Abständen einem speziellen Thema aus Erster Hilfe und Notfallmanagement outdoor zuzuwenden und die eigene Notfallkompetenz aktiv zu halten bzw. weiter zu verbessern.

Der Österreichische Alpenverein bietet also Erste-Hilfe-Basiswissen für jedes Mitglied im Rahmen der SicherAmBerg (SAB)-Kurse in den Sektionen an

und für alle Gruppenleiter*innen verschiedenster Aktivitäten und (Berg-)Sportarten findet sich im Akademieprogramm des Alpenvereins das passende Seminar aus dem Bereich „Erste Hilfe outdoor & Notfallmanagement“. 

Dr. Tobias Huber FRGS, Bundesarzt Stv. Bergrettungsdienst Österreich, Facharzt für Anästhesie und Intensivmedizin, Notarzt, Flugrettungsarzt, www.bergrettung.at

Klemens Fraunbaum M.Sc., Rettungssanitäter, Trainer für Notfall- und Krisenmanagement, gerichtlich beideter Sachverständiger, Mitglied im Bundeslehrteam „Erste Hilfe und Notfallmanagement“, www.limitedition.at

Alpenverein-Akademie

SAB Kursleiter*in Erste Hilfe – NEU

Mi. 24.02. bis Sa. 27.02.2021
Windischgarsten (OÖ)
Webcode 21-0007-01

Alle weiteren Erste-Hilfe- & Notfallmanagement-Kurse der Alpenverein-Akademie finden Sie im Internet unter www.alpenverein-akademie.at mit der Suchfunktion Erste Hilfe.



Foto: H. Düringer



Jetzt bis zu
75%
SPAREN

75
Jahre

Alles in einem.
Alles bei deinem Verein.

Zum 75-jährigen Jubiläum vom Alpenverein Edelweiss gibt es jetzt die Jubiläumspakete. Das sind unsere beliebtesten Veranstaltungen für jeden Schwierigkeitsgrad und jeden Geschmack. Einfach eines der Pakete buchen und bis zu 75 % sparen. Einfach entdecken, einfach erleben, einfach Alpenverein Edelweiss. Alles über die Jubiläumspakete und unsere 75-jährige Vereinsgeschichte findet man auf :

www.deinedelweiss.at

bewegt.



Days 4 Future – Tage draußen

Das neue Schulprogramm der Alpenvereinsjugend

Schulprogramme werden von vielen angeboten, mit unserem Expertenteam aus Pädagogen, Outdoortrainern, Bergführern und Coaches steht der Alpenverein sicherlich in der ersten Reihe! Erfahren Sie mehr über unser brandneues, zum aktuellen Thema passendes Schulprogramm! *Axel Tratter*

Wir alle können unsere Welt mitgestalten. Weltweit setzen sich immer mehr Jugendliche für eine (klima)gerechte und nachhaltige Zukunft ein und zeigen auf, dass es so nicht weitergehen kann.

Doch was heißt das genau? Unterwegs in verschiedensten Naturräumen möchten wir dieser Frage gemeinsam nachgehen und ermutigend Handlungsfelder eröffnen. In welchen Berei-

chen möchte die Klasse ihren ökologischen Fußabdruck verringern und wo möchte sie bleibende Spuren hinterlassen? Wie sind Mensch und Natur verbunden und was können Einzelne in diesem vernetzten System bewirken? Spielerisch und kreativ nähern wir uns dem Thema Nachhaltigkeit. Die Schüler*innen werden anschließend bei der Erarbeitung eigener Klassenprojekte unterstützt, die in der Schu-

le praktisch umgesetzt werden können. Packen wir's an!

Die Vision

Ausgehend von „Fridays for Future“ fiel uns das Interesse der Jugendlichen, Zukunftspolitik aktiv mitgestalten zu wollen, auf. Die Idee entstand, das Thema auch in unserem Angebot der Alpenverein-Schulprogramme mitzuentwickeln und zu bearbeiten. Gera-

de mehrtägige Schulprojektstage bieten sich idealerweise an, fern vom Schulalltag in einer ansprechenden Naturumgebung Ideen zu spinnen, Brainstorming zu betreiben und etwas Neues entstehen zu lassen. Als Basis oder Anregung können auch die 17 SDGs der Europäischen Union (17 Ziele für nachhaltige Entwicklung) dienen – sicherlich findet sich das eine oder andere Themenfeld, das interessant ist.

Du packst gerne an und lässt nichts anbrennen?
Du bist engagiert in deinen Interessen?
Du möchtest aktiv mitgestalten?

Das Programm

Wie kann das Ganze nun ablaufen? Konzipiert ist das Schulprojekt auf mindestens 4 Tage, um der Idee- und Projektentwicklung auch Zeit und Raum zu geben.

Der 1. Tag – Status quo

Zu Beginn, nach dem Kennenlernen und einer kurzen Vorstellung des Programms, geht es erstmal raus in die Natur! Mit unterschiedlichen Methoden schaffen wir einen Einblick in die Vernetzung von natürlichen Prozessen und spüren ein wenig der intelligenten Verzahnung von Ökosystemen nach. Mit dem Spiel „Magisches Dreieck oder Triang-

le“ erleben wir, wie unser Handeln Einfluss auf Personen und das Umfeld rund um uns nimmt.

Der 2. Tag – Vision/Inspiration

Nach einem guten Frühstück tauchen wir ein in die Welt der Naturwahrnehmung und Naturerfahrung – vielfältige und abwechslungsreiche Spiele und Übungen lassen die Zeit verfliegen. Nach dem Sammeln der Eindrücke und Ergebnisse tauchen wir tiefer ein: Ein Workshop im Wald zum Thema „Wie will ich leben, wie soll meine/die Zukunft aussehen?“ lädt ein, sich wesentliche Fragen zu stellen.

Der 3. Tag – Projektidee entwickeln

Mit einem Brainstorming und der abwechslungsreichen Methode des „World Café“ überlegen wir uns, welches Thema uns wichtig ist, welches Thema wir mitgestalten wollen. Mit der Bildung von Projektgruppen und Kleingruppenarbeit verdichten wir die Ideen vom Vormittag und es kristallisieren sich konkrete Punkte heraus, die wir umsetzen können!

Der 4. Tag – Verfeinerung & Ausblick

Der letzte Vormittag steht ganz im Zeichen konkreter nächster Schritte. Wer kann was bis wann machen. Eine Timeline gibt Überblick über die Umsetzungsmöglichkeiten in der Klasse/in der Schule oder auch zuhause im Ort, in der Familie! Packen wir's an!

Organisatorisches

Dieses Schulprogramm bieten wir österreichweit in allen möglichen Unterkünften an, in Jugend- und Familiengästehäusern genauso wie auf unseren Alpenvereinshütten. Ihr Lieblingsstandort ist sicherlich auch mit dabei!

In der Projektarbeit erfahrene Trainer*innen begleiten diese Programmtage und gestalten die Zeit mit den Schüler*innen kreativ und abwechslungsreich! Der Spaß kommt natürlich auch nicht zu kurz!

Was gibt es sonst noch zu sagen?

Kreativ geplante Tage lassen die alternative Schulveranstaltung zum Erlebnis werden. Neugierde zu wecken und die Schülerinnen und Schüler selbst Hand an-



Foto: H. Düringer

Urlaubs- angebot

Ski total am Arlberg

Skiurlaub in einem der schönsten Schigebiete der Ostalpen (St. Anton vom 13.3.- 20.3.2021). In Höhen zwischen 1.300 und 2.800 m stehen uns 94 Bahnen und Liftseile zur Verfügung. Sie erschließen ca. 340 km Skiabfahrten in allen Schwierigkeitsgraden und ca. 200 km Abfahrten im unpräparierten freien Skiraum 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 Nasserein, Zimmer mit Du., WC, TV, Haarföhn und Wi-Fi. Zum Relaxen der Wellnessbereich mit dem Alpenpanorama-Schwimmbad, verschiedene Saunas, Dampfbad, eine Infrarotkabine inklusive Bademantel, Saunatuch und Badeschuhe.

Einstieg in die Schiarena 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- u. Skitoureninstruktoren mit langjähriger Arlberg-Erfahrung in Kleingruppen von 6–8 Personen.

Kosten:

Im Angebot für Alpenvereinsmitglieder sind 7 Tage Halbpension, ein 6-Tages-Skipass und Skibetreuung enthalten. Preise je nach Zimmerkategorie zwischen EUR 1.395,- (DZ) und EUR 1.530,- (EBZ Superior)

Info und Anmeldung:

Klaus Seyr, Thal 22, 4663 Laakirchen, Tel.: 0664/184 2557, Fax 07613/8274; seyr.klaus@gmx.at oder Karl Robatscher, Tel.: 0664/1214399, karl.robatscher@gmail.com



Foto: H. Düringer



legen zu lassen, gepaart mit dem Selbstverständnis, dass wir alle Teil der Natur sind, lässt wieder jene kindliche Begeisterung entstehen, die mancherorts schon abhandengekommen ist. Da ist dann keine Rede mehr von unmotivierten Schüler*innen, die schwer zu führen und im Zaum zu halten sind. Wenn deren Energie auf Aktivitäten gebündelt wird, bei denen Eigeninitiative und Kreativität gefragt sind, so entstehen aus den unmotiviertesten Faulenzern neugierige Forscher, die mit einer Hingabe am Tun sind, welche in vielen Klassenzimmern undenkbar wäre. Sogar Begriffe, die in vielen Altersstufen als zu mystisch, langweilig oder „out“ gelten, wie „sich in ein Element hineinfühlen“,

„Emotionen den Elementen zuzuordnen“ oder „eigene Stimmungen mitzuteilen“, werden plötzlich cool und „urleiwand“.

Schwerpunkt soziale Trainings

Das absolute Highlight der letzten Jahre ist unser Programm „Team Experience“, mehrere individuell gestaltete soziale Trainingstage. Jede Schulklasse ist ja ein einzigartiges System aus Beziehungen und sozialen Wechselwirkungen. Dieser Komplexität wollen wir gerecht werden und stehen für ein maßgeschneidertes Programm, das sich gezielt an den Bedürfnissen der Gruppe orientiert.

Mit erlebnisintensiven Medienteuerspielen, Biwakieren oder Seilaufbauten, arbeiten wir an gruppenspezifischen Themen. Besonders intensiv erleben die Schulklassen die Selbstversorgervariante dieses Programms. Hier wird ihnen die Möglichkeit geboten, eigenverantwortlich für sich und andere zu sorgen. Natürlich spielt bei dieser Art des Lernens der gemeinsame Spaß eine ganz große Rolle! Viele Schulen sind mit „Team Experience“ zu unseren Stammkunden geworden und ermöglichen jedes Jahr ihren Schüler*innen ein erlebnisreiches Zusammenwachsen und eine nachhaltige Stärkung der Klassengemeinschaft.



Foto: E. Egger



Foto: I. Stefan

Schwerpunkt Naturbeziehung

Hinter „Team Experience“ braucht sich unser Naturprogramm „We are Nature“ nicht zu verstecken! Eintauchen in die vielfältigen Aspekte der Natur, Wahrnehmen und kreatives Gestalten der 4 Elemente Luft, Feuer, Erde und Wasser lassen uns wieder spüren, wo wir herkommen und wofür wir eigentlich gebaut sind. Zum stundenlangen Sitzen sicher nicht!

Ausgehend von den Interessen der Kinder und Jugendlichen gestalten wir spannende Tage mit und in der Natur, Forschung im Bach, Feuermachen ohne Feuerzeug, Essbares suchen und vieles mehr!

Du hast noch Fragen?

Schau rein auf www.alpenvereinsjugend.at/schulprogramme, schreib uns oder ruf einfach an! Wir freuen uns auf dich! ☁

Dipl.-Ing. Axel Tratter ist Koordinator der Alpenverein-Schulprogramme, ehrenamtlicher Ausbildungsleiter der Alpenvereinsjugend, Referent in unterschiedlichsten Lehrteams (risk'n'fun, Übungsleiter, Schulprogramme, Jugendleiter) in der Alpenverein-Akademie und lebt als staatlich geprüfter Berg- und Schiführer und Shiatsu-Praktiker mit seiner Familie in Graz.

Infos zu Schulprogrammen

Alpenvereinsjugend
T: +43/0512/59547-73
schulprogramme@alpenverein.at
www.alpenvereinsjugend.at
www.alpenverein.at/schule

risk'n'fun

ALPINE PROFESSIONALS

freeride

alpenvereinsjugend
österreich

IN KOOPERATION MIT
Almdudler



WAHRNEHMEN. BEURTEILEN. ENTSCHEIDEN.

AUSBILDUNG & KNOW-HOW
FÜR FREERIDER*INNEN
IM BACKCOUNTRY

START / DROP IN
VORARLBERG & STEIERMARK 19.12.2020
TIROL & SALZBURG 20.12.2020

LEVEL 1 / TRAININGSSSESSION
SAALBACH-HINTERGLEMM 27.01. – 31.01.2021
KÜHTAI 01.02. – 05.02.2021
TAUPLITZ 20.02. – 24.02.2021
TAUPLITZ 24.02. – 28.02.2021
SAALBACH-HINTERGLEMM 03.03. – 07.03.2021
OBERGURGL 03.04. – 07.04.2021

LEVEL 2 / NEXT LEVEL
HOCHKEIL AM HOCHKÖNIG 20.01. – 24.01.2021
KITZSTEINHORN 08.02. – 12.02.2021
SONNENKOPF 15.03. – 19.03.2021

LEVEL 3 / BACKCOUNTRY PRO
DACHSTEIN 03.02. – 07.02.2021
TUXER ALPEN 15.03. – 19.03.2021

LEVEL 4 / ALPINE PROFESSIONALS
HOHE TAUERN 22.03. – 28.03.2021

FINAL / CHILL OUT
FIEBERBRUNN 19.03. – 21.03.2021



#RISKNFUN
@RISKNFUN_ALPINEPROFESSIONALS

ALLE WEITEREN TERMINE, INFOS UND ANMELDUNG

risk-fun.com



Bundeskanzleramt
Bundesministerium für Frauen,
Familien und Jugend

pleasure

GoldenRide



alpenverein
akademie

Übungsleiter Skitouren

Mi 06.01. – So 10.01.21
 ➔ Webcode 21-0015-01

St. Jodok (T)


Mi 27.01. – So 31.01.21
 ➔ Webcode 21-0015-03

Rottenmann (Stmk)

Übungsleiter Eisklettern

Mi 13.01. – So 17.01.21
 ➔ Webcode 21-0065-01

Rauris (S)

Mi 20.01. – So 24.01.21
 ➔ Webcode 21-0065-02

Praxmar/Sellraintal (T)


Übungsleiter Freeride

Mi 13.01. – So 17.01.21
 ➔ Webcode 21-0060-01

Altenmarkt (S)

➔ Alle Termine sind online abzurufen und zu buchen
 unter www.alpenverein-akademie.at

Übungsleiter Sportklettern

Mi 13.01. – So 17.01.21
 ➔ Webcode 21-0061-01

Wolkersdorf (NÖ)

Mi 20.01. – So 24.01.21
 ➔ Webcode 21-0061-02

Saalfelden (S)

Übungsleiter Seniorenskitouren

Mi 24.02. – So 28.02.21
 ➔ Webcode 21-0013-01

Zederhaus (S)

English Speakers_ Übungsleiter Skitouring

Mi 24.02. – So 28.02.21
 ➔ Webcode 21-0016-01

Obernberg am Brenner (T)

Übungsleiter Bouldern

Fr 26.03. – So 28.03.21
 Fr 02.04. – So 04.04.21
 ➔ Webcode 21-0070-01

Graz (Stmk)
 Graz (Stmk)



Anregungen für Kurse im Winter

Schneeschuhwandern und Yoga

Fr 22.01. – So 24.01.21
➔ Webcode 21-0145-01

Krimml (S)

Spuren & Fährtenlesen

Fr 29.01. – So 31.01.21
➔ Webcode 21-0221-01

Grünau im Almtal (OÖ)



Tage draußen im Winter **KF**

Fr 19.02. – So 21.02.21
➔ Webcode 21-0004-01

Obernberg am Brenner (T)

Iglubau und Schneeschuhwandern **J**

Do 25.02. – So 28.02.21
➔ Webcode 21-0195-01

Obernberg am Brenner (T)



SAB-Trainer*in Erste Hilfe



Mi 24.02. – Sa 27.02.21
➔ Webcode 21-0007-01

Windischgarsten (OÖ)

Erste Hilfe Outdoor Basis

Do 11.03. – So 14.03.21
➔ Webcode 21-0163-01

Windischgarsten (OÖ)

alpenverein
akademie



Österreichischer Alpenverein
Alpenverein Akademie

Olympiastraße 37
6020 Innsbruck

T +43 / 512 / 59 547-45

akademie@alpenverein.at

www.alpenverein-akademie.at



← Mit Kameramann Kurt Lindner vom ORF Salzburg im Iran (2015).

↘ Vor dem EU-Ratsgebäude in Brüssel. Fotos: ORF

neue wissenschaftliche Ergebnisse gerne nachlese. Ich kann auch über das Leben von Borkenkäfern genauso leidenschaftlich diskutieren wie über außenpolitische Herausforderungen der EU. Das Wissen aus dem Forstwirtschaftsstudium, vor allem über Energie-, Klima- oder Umweltpolitik, kann ich auch bestens für meine Arbeit als Journalistin gebrauchen.

Was waren die besonders wichtigen Ereignisse, Glücksfälle, Rückschläge?

Ich habe 2013 als Redakteurin im ORF Salzburg begonnen, mit dem Ziel, irgendwann einmal ORF-Korrespondentin in Brüssel zu sein. Rückblickend ist mir das viel schneller gelungen, als ich gedacht hätte. An der Arbeit in Brüssel finde ich spannend, dass hier EU-Politik und österreichische Innenpolitik zusammenfließen. Denn was die Handelnden in Brüssel entscheiden, hat unweigerlich Folgen für das Leben der Menschen in Österreich.

Wie schaut „Tagesroutine“ bei dir aus?

Routine kommt in Brüssel kaum auf. Das Tagesgeschehen ist vielfältig. Wir produzieren Beiträge für viele ORF-Sendungen in Radio und TV. Die Hauptsendezeit des Radios ist die Früh, Primetime des Fernsehens ist der Abend. Dadurch können Arbeitstage auch sehr lang werden, wenn wir EU-Korrespondenten uns zum Beispiel live in den Nachrichtensendungen an das Publikum wenden, um ak-

„Vielfalt angetroffen“

ORF-Korrespondentin in Brüssel erinnert sich

Raffaela Schaidreiter berichtet als ORF-Korrespondentin aus Brüssel. In ihrer Studienzeit hat sie am Medienprojekt P.U.L.S. der Alpenvereinsjugend teilgenommen. Luis Töchterle, der damalige Leiter der Alpenvereinsjugend, fragt nach wichtigen Markierungen an ihrem Karriereweg und kramt mit ihr in Erinnerungen.

Luis Töchterle: Hallo Raffi, als Erstes wollen wir natürlich wissen, dass du ohne das P.U.L.S.-Projekt nie und nimmer das geworden wärst, was du heute bist.

Raffaela Schaidreiter: Was ganz sicher stimmt, ist, dass ich ohne das P.U.L.S.-Projekt und den Film, den ich dafür 2005 über die Umweltbaustellen des Alpenvereins gedreht habe, viele schöne Erfahrungen und Be-

kanntschaften nicht gemacht hätte.

War für dich der jeweils nächste Schritt immer recht klar, oder gab es knifflige Entscheidungen?

Die kniffligste Entscheidung musste ich nach meiner Studienzeit treffen. Ich konnte zuvor Journalismus und Forstwirtschaft verknüpfen, habe Praktika mal da und mal dort gemacht und in

beide Welten geschnuppert. Das war bereichernd und hat mich sehr geprägt. Ich habe danach versucht, eine Dissertation an der BOKU anzugehen und gleichzeitig im ORF-Landesstudio zu arbeiten. Das war aber zeitbedingt unmöglich, und ich habe mich für den ORF entschieden. Ich habe es nie bereut, obwohl mich mein geplantes Dissertationsthema, die Forstgenetik, nach wie vor interessiert und ich über

tuelle Ereignisse zu analysieren und einzuordnen. Dazu kommen Dienstreisen in das EU-Parlament nach Straßburg zu Ministertreffen nach Luxemburg oder in das jeweilige EU-Vorsitzland. Wegen Corona sind diese Reisen momentan sehr rar. Es haben sich auch viele Interviews und Pressekonferenzen in das Internet verlagert. Ein Umstand, der unsere Arbeit als Journalist*innen auch einschränkt, weil es schwieriger ist, unmittelbare, schnelle Fragen zu stellen.

Machst du deine Beiträge eher auf Bestellung, oder kommen sie auf deine Initiative zustande?

Sowohl als auch. Wir beobachten und gestalten Berichte über Ereignisse, die festgelegt sind. Wenn etwa die EU-Kommission neue Gesetzesvorschläge präsentiert oder wenn sich die 27 Landwirtschaftsminister*innen über neue Förderregeln für Bauern austauschen. Dazu kommen Produktionen, die wir selbst organisieren. Ich war beispielsweise kürzlich in einem belgischen Zementwerk. Dort wird versucht, umweltschädliches CO₂ während der Zementproduktion einzufangen und zu speichern. Ich bin zufällig während einer anderen Recherche auf diese Fabrik gestoßen. Die Versuche dort werden allerdings auch mit EU-Fördergeld finanziert, denn der Green Deal der EU soll dazu beitragen, die Industrie umweltfreundlicher zu machen.

Was möchtest du in Zukunft noch gerne tun?

Die Arbeit als EU-Korrespondentin in Brüssel macht mir sehr viel Freude, weshalb ich mir zurzeit gar nichts anderes vorstellen kann. Doch sollte der Moment einmal kommen, dann bietet der

ORF noch viele Herausforderungen, egal ob in Landesstudios, in Redaktionen in Wien oder in anderen Korrespondentenbüros.

Wie oft kommst du noch nach Hause, wie schauen solche Besuche aus?

Ich komme mindestens einmal im Sommer und einmal im Winter in den Pongau. Und dann heißt es ‚auffi muas i‘. Im Winter mit Fellen und Ski, im Sommer mit Bergschuhen. Meine Schwester und ich gehen sehr gerne mit unserem Vater in die Berge. Und wenn er einmal keine Zeit dafür hat, dann liegt das nicht selten am Alpenverein. Er ist Alpenvereinsobmann in unserer Heimatgemeinde und als solcher sehr engagiert und gefragt.

Beim P.U.L.S.-Projekt hast du einen Film zu einer Umweltbaustelle gemacht, den wir bei der Jahreshauptversammlung gezeigt haben. Ist Filmen weiterhin ein wichtiges Thema für dich?

Nur mehr indirekt. Die Interviews führe ich, aber die Bilder für unsere Fernsehbeiträge drehen professionelle Kameraleute. Aber bei diesen Dreharbeiten bin ich natürlich dabei und muss mitdenken und mitentscheiden, wie wir ein Thema bildlich aufbereiten können und wie ich Inhalte am besten transportiere, damit Bild und Text am Ende zusammenpassen.

Ich muss noch immer lachen, wenn ich daran denke, wie du mich mit einem Fake-Präsentationsfilm aufs Eis geführt hast. Haben solche Späße bei allem Ernst unserer Zeit noch immer ihren Platz?

Ich muss auch schmunzeln, wenn ich daran denke. Ich habe

für dich eine Witzversion gebastelt, mit verwackelten Bildern und Heavy-Metal-Musik. Ich hätte damit gerechnet, du wärst entsetzt oder würdest den Schwindel sofort erkennen. Aber du warst sehr gefasst und hast nur zaghaft gemeint: Ja, interessant geworden! Ich glaube aber, du warst sehr erleichtert, als ich gestanden habe, dass es nur eine Witzversion war und die richtige Version deutlich seriöser ausfällt. Und ja, solche Späße müssen auch weiterhin Platz und Zeit finden. Nur live auf Sendung sollten sie nicht passieren.

Wie schaust du heute auf dieses Projekt zurück? Was würdest du (als Anbieter und als Teilnehmerin) anders machen, weglassen, hinzufügen?

Es ist schon 15 Jahre her, aber ich kann mich noch an die Drehtage erinnern. Ich habe mehrere Umweltbaustellen besucht und Vielfalt angetroffen, die sich gut

in dem kurzen Film hat darstellen lassen. Das betrifft die Vielfalt der Arbeitsprojekte, Vielfalt der Teilnehmer*innen, aber auch die Vielfalt der Expert*innen, die mitgewirkt haben. Das P.U.L.S.-Medienprojekt hatte damals eigentlich zum Ziel, ein Gefühl für Presse- und Medienarbeit zu bekommen. Ich habe es aber sehr geschätzt, dass ihr offen gewesen seid für meinen Vorschlag, eben den angesprochenen Film zu machen.

Ganz lieben Dank und weiterhin viel Freude!

Vielen Dank, Luis! Auch dir alles Gute! ✨

Raffaella Schaidreiter ist seit 2013 Mitarbeiterin des ORF. Sie hat Forstwirtschaft an der BOKU Wien und an der ETH Zürich studiert sowie Theater-, Film- und Medienwissenschaft an der Uni Wien.



P.U.L.S.-Pressepraktikum

Als Teilnehmer*in an einer Umweltbaustelle oder an einem Bergwaldprojekt kannst du erste Erfahrungen im Bereich Pressearbeit machen und praktisch erlernen. Während des gesamten Praktikums steht dir ein Coach unterstützend zur Seite. Für den Abschluss gibt es ein Zertifikat des Umweltministeriums und einen Ausbildungsgutschein der Alpenverein-Akademie. Weitere Informationen unter www.alpenverein-akademie.at



Verein Miteinander am Berg



www.mab-verein.at
office@mab-verein.at
www.facebook.com/Miteinander-am-Berg-248324456104078
www.instagram.com/miteinander_am_berg/

Spendenkonto Erste Bank:
IBAN: AT63 2011 1828 9513 3000
BIC: GIBAATWWXXX



Am Fels sind alle gleich

Gemeinsam gegen die Schwerkraft

Seit vier Jahren befasst sich der Verein „Miteinander am Berg“ (MaB) mit Sportklettern als Integrationskonzept für geflüchtete Menschen. In mehr als 100 Kletterveranstaltungen konnten bisher Teilnehmer*innen aus über sieben Ländern für das Seilklettern und Bouldern begeistert werden. 2018 erhielt der Verein gemeinsam mit dem Alpenverein Edelweiss den Integrationspreis des Österreichischen Integrationsfonds. *Marilena Bertacco, Martin Lorenz, Georg Zimmermann*

Wir sind der Verein „Miteinander am Berg“ aus Wien. Wir sind ehrenamtliche Sportkletter-Trainer*innen und gehen das ganze Jahr mit geflüchteten Menschen Seilklettern und Bouldern, im Sommer an den Fels, im Winter in die Kletterhalle. Vor Covid haben wir zudem regelmäßig Schnupperklettern für Neulinge angeboten.

Bei unseren Kletterwochenenden kommen wir mal richtig raus. Wir klettern, bis uns die letzte Kraft aus den Fingern geflossen ist, und genießen abends beim gemeinsamen Essen eine kulinarische Reise in die Herkunftsländer unserer Teilnehmer*innen. Wir waren auf der Wurzeralm, wo wir den Weg zur Roten Wand hochgeschnauft sind und ein tolles Panorama genossen haben. Auf der Hohen Wand hat es uns eingeregnet, aber das war uns bei guter Hüttenstimmung fast egal. Im Ennstal waren wir tagüber am Fels und in der Nacht

„Machma heuer wieder ein Kletterwochenende?“
„Passt. Wohin soll's gehen?“

„Fahrma doch wieder ins Ennstal, zum Camp Sibley, so wie letztes Jahr. Das war doch perfekt.“

Es gibt genug Platz, der Fels ist ums Eck, ein chilliges Lagerfeuer und grillen ...“

„Voll! Machma das.“

Und dann kam Corona – gleich zweimal ...

am Grill. Dieses Jahr jedoch leider nicht. Nachdem wir unser Wochenende covidbedingt vorerst von Frühling auf den Herbst verschoben haben, mussten wir unsere Teilnehmer*innen heuer enttäuschen. Die Fallzahlen

waren im Herbst wieder stark gestiegen und ein mehrtägiger Ausflug mit einer Gruppe von 30 Menschen wäre nicht vertretbar gewesen. Schade, aber wir lassen uns nicht unterkriegen und tüfteln schon an Alternativen.

Der Verein

Angefangen haben wir 2016 mit einer Idee, zwar ohne Vereins erfahrung, ohne Material und ohne Geld, aber mit viel Leidenschaft und guter Organisation. Der Verein wird ausschließlich von Freiwilligen geführt, erwirtschaftet keine Gewinne und ist politisch und religiös unabhängig. Mittlerweile sind wir gewachsen, haben uns verändert, haben Willkommens- und Ablehnungskultur überstanden und sind motiviert wie zu Beginn. Wir werden von der mehrfachen Kletterweltmeisterin Anna Stöhr tatkräftig unterstützt und angefeuert. Der Aus-

← Der Kletterfels beim Camp Sibley bietet Routen unterschiedlicher Schwierigkeit. Fotos: „Miteinander am Berg“

→ Nach einem langen und erfolgreichen Klettertag im Klettergebiet Dürnstein.



rüster Salewa hat uns für unsere Outdoor-Abenteuer Helme, Seile und Gurte gespendet. Sogar schicke Vereinsshirts haben wir mittlerweile. Besonderer Dank gilt dem Alpenverein Edelweiss, mit dem wir seit Beginn unseres Projektes eng kooperieren und der uns von Anfang an vielfach unterstützt. Ohne ihn hätte sich das Projekt Miteinander am Berg nie so gut entwickelt.

Diversität im Klettersport

Kletter*innen reisen gern, auch zu entlegenen Orten der Welt. Doch als „multikulti“ kann man den Bergsport in Österreich derzeit nicht bezeichnen. Wir versuchen, einen Gegenpol zu setzen. Am Fels sind alle gleich: Es geht um Schwerkraft, Fingerkraft, Freiheit und Spaß. Bei uns ist daher jede*r willkommen.

Und wir fallen auf. Ob in der Kletterhalle, wo wir verwunderte Blicke ernten, wenn Teilnehmer*innen sich gegenseitig etwas auf Dari oder Tschetschenisch zuzurufen. Oder wenn wir auf einer Berghütte sitzen und auf einmal eine muslimische App zum Ge-

bet aufruft. Das haben die Hüttenwirte noch nicht erlebt. Und schon entsteht Raum, um sich authentisch kulturell auszutauschen. Denn wir zeigen: Was wir gemein haben, ist die Liebe zur Natur und die Freude am Klettern, egal woher jemand kommt.

Gemeinsam stehen wir für die Werte, die viele im Bergsport vertreten: Respekt vor der Natur, Toleranz, Gemeinschaft und Gleichheit. Wir stehen nicht nur dafür, wir leben und transportieren sie bei jedem unserer Events.

Integration

Integration bedeutet für uns, dass jede Person gleichbedeutend am gesellschaftlichen Leben teilhaben kann und soll. Wir wollen, dass sich jeder stark und sicher in der Gesellschaft fühlt und sich im Alltagsleben selbstbewusst behaupten kann. Als Verein Miteinander am Berg haben wir einen Platz geschaffen, in dem jede*r beim Klettern und im Umgang miteinander auch ihre/seine Kompetenzen entwickeln und erweitern kann. Wir schaffen Möglichkeiten, dass jede*r Verantwortung übernehmen kann,

beim Sichern, bei Aufgaben in der Vereinsorganisation oder sogar als Trainer*in. Selbstorganisation, Leitungskompetenz, Kommunikationsstrategien und vieles mehr sollen durch Vereinsaktivitäten trainiert werden.

Besonders freuen wir uns darüber, dass im letzten Jahr auch erstmals Teilnehmer*innen die Prüfung zum/r „Übungsleiter*in Sportklettern“ geschafft haben. Dies ist nicht nur eine tolle Leistung der Absolvent*innen, sondern auch ein weiterer Schritt zur Integration.

Bei unserem alljährlich stattfindenden interkulturellen Event „Culture Climb“ laden wir fremde Kletter*innen ein, uns bei einem gehillten Kletterfest mit Sportkletterwettbewerb kennenzulernen. Miteinander am Berg – ein Verein, der eine Gemeinschaft und ein Zuhause bieten will, der die Teilnehmer*innen mit der heimischen Klettercommunity zusammenbringen und die Entwicklung von Kompetenzen und die Steigerung des Selbstbewusstseins ermöglichen möchte.

Wir haben uns einiges vorgenommen und vieles schon erreicht. Manche Schlüsselstelle

wartet noch auf uns, doch die Begeisterung am gemeinsamen Klettern motiviert und gibt uns die Kraft, scheinbar Unmögliches mit einer Leichtigkeit zu bewältigen.

Schattenseiten

Immer wieder müssen wir erleben, dass Mitglieder plötzlich verschwinden. Jahrelang haben sie in Österreich gelebt, haben sich ein Leben aufgebaut, eine neue Sprache gelernt und waren mit uns klettern. Dann erhalten sie den negativen Asylbescheid und werden mitten im Leben gestoppt. Sie müssen das Land verlassen und hinterlassen eine Lücke bei uns. Wieder wird ein Mensch aus unserer Mitte gerissen, den wir lieb gewonnen haben. Es geht nicht spurlos an uns vorbei. Wozu Integration, wenn es doch keinen Unterschied macht?

Weil der Moment wichtig ist. Weil wir trotzdem diesen Menschen kennengelernt haben, weil uns die gemeinsame Zeit niemand mehr nehmen kann und weil wir von ihm gelernt haben: warum in Persien die Zubereitung von Spaghetti drei Stunden dauert, wie man in Afghanistan Karten spielt, was es heißt, ein hartes Leben zu leben und trotzdem nicht aufzugeben, nach einer besseren Zukunft zu streben. Und dankbar zu sein für jedes Mal, wenn die Geschichte gut ausgeht. ❄️

↓ Mit dem Bus des Alpenverein Edelweiss direkt zum Klettergebiet.



Marilena Bertacco ist Psychologin in einer Klinik für Unfallchirurgie.

Martin Lorenz ist Student der sozialen Arbeit.

Georg Zimmermann ist leitender Angestellter in einer Personalberatung.

Alle drei sind ehrenamtliche Mitglieder des Vereins Miteinander am Berg.

Du und deine Karte. Und die Berge schützen.

Wir sind Anwalt der Alpen. Wir sorgen dafür, dass die sensible Bergwelt bestehen bleibt. Und machen Bergerlebnisse weiterhin möglich.



www.alpenverein.at/deinekarte



Paten spenden für Projekte

Starke alpine Partnerschaft für den Nationalpark Hohe Tauern

Den Österreichischen Alpenverein und den Nationalpark Hohe Tauern verbinden nicht nur die Gründungskonflikte des ältesten und größten Nationalparks Österreichs, sondern seit dem Jahre 1982 die „Patenschaft für den Nationalpark Hohe Tauern“, durch die in enger Zusammenarbeit zahlreiche Projekte realisiert werden konnten. Ein Blick auf ausgewählte gemeinsame Projekte im Salzburger Anteil des Nationalparks.

Ferdinand Lainer

Das Werden des Nationalparks Hohe Tauern war eine Zeit, teilweise gekennzeichnet durch heftige Auseinandersetzungen um die energiewirtschaftliche Nutzung der Gewässer, die Erschließung der Gletscher und Tauerntäler für den Ski- und Massentourismus und die Wiederbelebung des Goldbergbaus. Der Alpenverein hat sich als maßgebliche NGO (Nichtregierungsorganisation) und auch als Grundbesitzer voll für die Interessen der Nationalparkidee engagiert.

Alpine Vereine leisten Wertvolles

Die alpinen Vereine Österreichischer Alpenverein (ÖAV),



Initiativen und Förderungen und die aktive Zusammenarbeit zwischen Alpinvereinen und ihren zuständigen Sektionen und den Nationalparkverwaltungen wird die alpine Infrastruktur in hoher Qualität erhalten.

Im Jahre 1982 hat der ÖAV die Aktion „Patenschaft für den Nationalpark Hohe Tauern“ initiiert. Mit dem symbolischen Verkauf von Quadratmetern wurden und werden vom ÖAV, durch den Patenschaftsfonds, gemeinsam mit den Nationalparkverwaltungen und regionalen Partnern viele Projekte zur Stärkung der Nationalparkregionen in Kärnten, Salzburg und Tirol gefördert und umgesetzt. In den Patenschaftsfonds fließen Zahlungen, die der ÖAV für seine Flächen aus dem Vertragsnaturschutz erhält, oder Anteile aus den Einnahmen für den Eintritt der Krimmler Wasserfälle wieder in Aktivitäten des Schutzgebietes zurück. Einen wichtigen Eckpfeiler der Finanzierung des Partnerschaftsfonds stellen die freiwilligen Spenden und Mitgliedsbeiträge der „Paten“ dar. Zahlreiche Projekte aus den Bereichen Bildung, Infrastruktur und Wissenschaft werden so ermöglicht.

Deutscher Alpenverein (DAV), Österreichischer Touristenklub (ÖTK), Österreichischer Alpenklub (ÖAK) und die Naturfreunde leisten im Nationalpark Hohe Tauern mit ihren Hütten und dem alpinen Wegenetz in ihren jeweiligen Arbeitsgebieten einen wertvollen Beitrag für das Naturerlebnis der Besucher*innen im Nationalpark – diese alpine Infrastruktur bildet das Rückgrat für das Naturerleben und aus Sicht des Schutzgebietes für die Besucherlenkung. Durch gemeinsame

Infopoints Wildnisgebiet Sulzbachtäler

Seit dem Jahre 2017 ist in den Talschlüssen des Ober- und Untersulzbachtales in der Nationalparkgemeinde Neukirchen am Großvenediger auf einer Fläche von 6.728 ha das Sonderschutzgebiet „Wildnisgebiet Sulzbachtäler“ ausgewiesen. Am 28. Oktober des Vorjahres wurde dieses Naturjuwel durch die Weltnaturschutzunion IUCN als „Wildnisgebiet Ib“ international anerkannt. Hier eröffnet sich die Chance, Wildnis aus erster Hand langfristig zu sichern, und hier kann sich die Natur auf großer Fläche frei von menschlicher Nutzung entwickeln. Durch den Gletscherrückgang werden Flächen in ihrer ursprünglichsten Form freigegeben, die über hunderte und teilweise tausende Jahre unter dem Eis verborgen waren. Diese bleiben nicht kahl und unwirtlich. Binnen weniger Jahre entsteht auf den schuttbedeckten Moränen neues Leben, Pionierpflanzen setzen sich auf winzigen Humusflächen und in Nischen fest. Ihre bunten Blüten locken Insekten und Schmetterlinge an. Jahre später können Sträucher

oder gar Bäume wachsen, wenn nicht durch andere Naturereignisse wie Felsrutsche, Hochwasser oder Lawinen diese Pionierpflanzen wieder verschwinden.

Erfahrung von Stille

Nach der Sonderschutzgebietsverordnung „Wildnisgebiet Sulzbachtäler“ sind die herkömmlichen Formen des Bergsteigens, des Wanderns, des Tourenskilaufes und dergleichen weiterhin zulässig. Zur Wissensvermittlung, Sensibilisierung und Bewusstseinsbildung für den Schutz und die Erhaltung dieses einzigartigen Wildnisgebietes mit seiner Naturnähe, Unberührtheit, Wildheit und Unerschlossenheit sowie seinen geschützten Arten, hochsensiblen Lebensräumen und seinen naturkundlichen Besonderheiten wurden unter Mitfinanzierung des Patenschaftsfonds Infopoints errichtet. Denn eine wichtige Aufgabe von Wildnisgebieten ist es neben den reinen Schutzmaßnahmen, Besucher*innen Naturerlebnisse besonderer Qualität zu ermöglichen: Erfahrungen von Stille, Abgeschiedenheit und Zivilisationsferne, die Begegnung mit unberührter und



↶ Wildnisgebiet
Sulzbachtäler.

Foto: NPHT Salzburg/Kaser

→ Hintersee.

Foto: NPHT Salzburg/Rieder

eigenwilliger Natur, eine unmittelbare und höchst intensive Auseinandersetzung mit der Natur und sich selbst. Neben speziell ausgeschriebenen Sondertouren in das Wildnisgebiet mit einem Nationalpark-Ranger, dabei ist die Teilnehmerzahl mit acht Personen beschränkt und eine Voranmeldung ist erforderlich, kann das Wildnisgebiet auch individuell erkundet werden. Zur Information dazu wurden an den Hauptzugängen bei der Kürsin-

gerhütte, der Warnsdorferhütte, der Hofrat-Keller-Hütte und der Aschamalm im Untersulzbachtal Infopoints aufgestellt.

Naturdenkmal Hintersee

Der Hintersee im Felbertal ist ein Naturdenkmal im Nationalpark Hohe Tauern, das aufgrund seiner guten Erreichbarkeit und seiner landschaftlichen Schönheit jährlich von ca. 80.000 Besucher*innen aufgesucht wird. Als

beliebtes Ausflugsziel und Ausgangspunkt von diversen Wanderwegen und Bergtouren übt er eine starke Anziehung auf Touristen und Bergsportbegeisterte sowie für Einheimische als Naherholungsgebiet aus.

Mit der steigenden Anzahl an Besuchern gingen auch Probleme einher, unter anderem hinsichtlich der Parkplatzsituation, Toiletten und Müllentsorgung sowie der Besucherlenkung. Nun soll im Zuge der Umsetzung des aus-

gearbeiteten Natur- und Landschaftspflegeplans das Modul zur Besucherlenkung gemeinsam mit der Stadtgemeinde Mittersill, mit dem Tourismusverband Mittersill und der Salzburger Nationalparkverwaltung mit nachstehenden Punkten umgesetzt werden:

- Anpassung der Größe des Parkplatzes, welcher knapp außerhalb der Nationalparkgrenze liegt
- Installation einer modernen, neuen WC-Anlage
- Errichtung einer zentralen, ausreichend dimensionierten Müllinsel; im Bereich des Hintersees werden dann keine Mülleimer mehr angeboten
- Errichtung einer neuen Nationalpark-Infohütte zur Information der Besucher. Während der Sommerferienzeit wird diese vom Nationalpark mit Feriapraktikanten personell betreut
- Ständiges Halte- und Parkverbot entlang der Zufahrtstraße

Die Umsetzung dieses Projektes ist erforderlich, um den Erholungswert dieses einzigartigen Naturjuwels weiterhin sicherzustellen, eine Aufwertung dieses wertvollen Gebietes zu ermöglichen und den Besuchern eine zeitgerechte Informationseinheit über das Naturdenkmal und den Nationalpark Hohe Tauern zu bieten sowie zur Bewusstseinsbildung für die Nationalparkidee beizutragen. ❄️

DI Ferdinand Lainer, Mitarbeiter der Salzburger Nationalparkverwaltung, zuständig für den Bereich Naturraummanagement.
 ferdinand.lainer@salzburg.gv.at
 www.hohetauern.at

Patenschaft für den Nationalpark Hohe Tauern

So werden Sie Pate/Patin

Mit einer Spende ab EUR 10,- können Sie Pate oder Patin werden – oder auch für jemand anderen ein nachhaltiges Geschenk machen. Die Spenden fließen in den Nationalparkfonds, aus welchem wichtige Projekte im gesamten Nationalparkgebiet finanziert und unterstützt werden!

Als Dank für Ihren Einsatz für den Nationalpark Hohe Tauern erhalten Sie

- eine Paten-Urkunde,
- eine Lageskizze des/der Quadratmeter im Nationalpark Hohe Tauern,
- einen Aufkleber „Ich fördere den Nationalpark Hohe Tauern“ sowie
- eine Auflistung aller geförderten Aktivitäten im Nationalpark Hohe Tauern von 1983 bis heute.

Im aktuellen Bergauf finden Sie einen Zahlschein zur Aktion Patenschaft für den Nationalpark Hohe Tauern. bit.ly/Pate_werden



Die neuen Alpenvereins-Artikel von Schöffel sind da!

Ganz nach dem Motto „Wege ins Freie.“ und „Ich bin raus“ hat Schöffel zusammen mit dem Alpenverein eine weitere Kollektion exklusiv für den Webshop des Österreichischen Alpenvereins entwickelt. Produkte, die dich auf deinem Weg ins Freie begleiten und dich „Ich bin raus Momente“ spüren und erleben lassen!



Diese speziell entwickelten Produkte können im Alltag, in der Stadt als auch auf dem Berg getragen werden und sind absolute Must-Haves für jeden Naturliebhaber! Natürliche Materialien gepaart mit Funktionalität, vermitteln ein angenehmes Tragegefühl und begleiten dich auf jedem Abenteuer in der Natur.



Bestehend aus einem 100% Bio-Baumwolle Shirt für jeden Anlass, ergänzt ein Funktions-Fleece die Kombination für kalte Tage. Für Freizeit und Büro überzeugt das neue alpenverein Polo Shirt mit Holzknopf-Optik. Formstabilität und Passform zeichnen dieses Produkt aus.

Als Accessoires und Sportbegleiter sind Stirnbänder und Mützen mit einem hohen Anteil an Schurwolle entstanden, die die Kollektion farblich und modisch abrunden



Ab sofort exklusiv im Webshop des Alpenvereins erhältlich!
www.alpenverein.at/shop



Alle Produkte sind unter den höchsten sozialen und ökologischen Standards produziert worden und erfüllen die Auflagen des Fair Wear Leader Status als auch die Richtlinien weiterer Umweltorganisationen.



Die Ötztaler Ache

Ein Gletscherfluss im Visier der Wasserkraft

Die frei fließende Ötztaler Ache und ihre Quellflüsse die Venter Ache und die Gurgler Ache zählen zu den letzten intakten Gletscherflüssen der Ostalpen. Großräumige historische Ausbaupläne der Wasserkraft wurden bis dato nicht verwirklicht, doch nun drohen dem Fluss erneut weitreichende Eingriffe.

Anna Schöpfer

Wenn im Frühjahr die Schneeschmelze einsetzt, schnellen die Pegel der Alpenflüsse nach oben. Auch kleinere Bäche verwandeln sich in dieser Zeit mitunter in rei-

ßende Ströme. Anders die Ötztaler Ache. Erst im Mai steigt ihr Wasserstand und erreicht über die Sommermonate das Maximum, um dann im Oktober wieder abzubauen. Gerade im ausklingenden

Sommer und im frühen Herbst wird der Unterschied zwischen der Ötztaler Ache und anderen Fließgewässern besonders deutlich: Die meisten Flüsse strömen bereits seicht und gemäch-



← Die Öztaler Ache bei Oetz (Mai 2020). Fotos: A. Schöpfer

↓ Der Zusammenfluss von Rofenache und Hochjochbach im Einzugsgebiet der Öztaler Ache. Die beiden Gletscherbäche entwässern den Hintereisferner bzw. den Hochjochferner. Links im Bild das Hochjoch-Hospiz (August 2020).

den Alpenhauptkamm an und liegt überwiegend in den Öztaler Alpen, umfasst aber auch einen östlich gelegenen Teilbereich in den Stubai Alpen. Beide Gebirgsgruppen zählen zu den höchsten Massenerhebungen der Ostalpen und sind durch starke Vergletscherung geprägt. Immerhin 13 % des Einzugsgebiets der Öztaler Ache sind von Gletschern bedeckt – das entspricht knapp einem Drittel der Gletscherfläche Tirols. Erst bei hohen sommerlichen Temperaturen speisen die Gletscher die Öztaler Ache mit ihrem Schmelzwasser und verleihen dem Fluss durch den im Wasser mitgeführten Gletscherschliff die markante grüne Farbe. Die Öztaler Ache ist einzigartig, denn sie zählt zu den letzten frei fließenden Gletscherflüssen der Ostalpen mit einem naturbelassenen Abflussregime.

Ausbaupläne in der NS-Zeit scheiterten

lich, während sich in der Öztaler Ache noch gewaltige Wassermengen stromabwärts wälzen. Dieses besondere Abflussregime ist auf das über weite Strecken vergletscherte Einzugsgebiet der Öztaler Ache zurückzuführen. Das Einzugsgebiet schließt direkt an

Dass die Öztaler Ache bis dato noch unverbaut ist, ist bemerkenswert, denn die augenscheinliche Kraft des Flusses weckte schon früh energiewirtschaftliche Begehrlichkeiten. So wurde nach dem Anschluss Österreichs

1938 an den NS-Staat eine Kraftwerkskette an der Öztaler Ache konzipiert. Einer dieser Kraftwerkspläne umfasste das Aufstauen des Gletscherflusses bei Längenfeld und die Errichtung eines großräumigen Speichers im hinteren Öztal. Ein Vorhaben, das mit der Zwangsumsiedelung der lokalen Bevölkerung einhergegangen wäre. Dem Kriegsende ist es zu verdanken, dass diese gewaltvolle Wasserkraftoffensive im Anfangsstadium abgebrochen wurde. Denn während des Zweiten Weltkriegs arbeiteten Zwangsarbeiter*innen bereits an der Errichtung der ersten Kraftwerksinfrastruktur am Talbeginn des Öztals. Noch immer findet man Zeugen dieser Zwangsarbeit in der Gebirgslandschaft: Im Fels zwischen Öztal und Nedertal gibt es verborgene Triebwasserwege und eine weitläufige Stollenanlage, die als Windkanal zur Weiterentwicklung von Militärflugzeugen hätte dienen sollen.

Öztaler Wasser im Fokus der Wasserkraft

Seit der ersten gescheiterten Wasserkraftoffensive in den 1940er-Jahren hat die Öztaler Ache, ab-

gesehen von vereinzelt kleinen Wasserkraftwerken an Zubringern, ohne Eingriffe in ihr natürliches Abflusssystem überdauert. Doch nun ist der Gletscherfluss mit gleich drei Kraftwerksprojekten konfrontiert, welche das Fließgewässerökosystem unwiederbringlich zu verändern drohen. Da gibt es einerseits das KW Tumpen-Habichen. Das Laufkraftwerk befindet sich seit Frühling dieses Jahres in Bau und seine Verwirklichung bedeutet die Fragmentierung des bisher frei fließenden Gletscherflusses. Zudem wird aktuell die Kraftwerksgruppe Sellrain-Silz erweitert: Der Plan ist, das Längental für einen Speicher zu fluten. Künftig soll über Wasserfassung in den Sommermonaten bis zu 80 % der Abflussmenge von sechs Gletscherbächen mittels eines Stollensystems in den neuen Speicher abgeleitet werden. Zu den betroffenen Gewässern zählen auch der Fischbach, der Schranbach und der Winnebach, allesamt Zubringer der Öztaler Ache. Der Bau der Wasserfassungen im Hochgebirge beginnt schon kommenden Sommer. Ein vergleichbares, aber in seiner Dimension für die Öztaler Ache noch verheerenderes Ableitungsvorhaben ist Teil des Ausbauplans des Speicherkraftwerks Kaunertal. In diesem Fall

betrifft die geplante Wasserab-
leitung die beiden gletscherge-
speisten Quellflüsse der Ötztaler
Ache, die Venter Ache und die
Gurgler Ache (sowie deren Zu-
bringer Königsbach und Ferwall-
bach). Ähnlich wie beim Ausbau
der Kraftwerksgruppe Sellrain-
Silz droht auch hier ein weite-
res nahezu unberührtes Hochtal,
das Platzertal, geflutet zu wer-
den. Die Umweltverträglichkeits-
prüfung für dieses Kraftwerks-
vorhaben wurde 2014 gestoppt,
aber im Sommer 2019 wiederauf-
genommen. Werden sowohl der
Ausbau der Kraftwerksgruppe
Sellrain-Silz als auch der Aus-
bau des Speicherkraftwerks Kau-
nertal realisiert, so wird künftig
bei insgesamt sieben gletscher-
gespeisten Zubringern der Ötz-
taler Ache Wasser abgeleitet. In
Sommermonaten fehlt der Ötz-
taler Ache dadurch durchschnitt-
lich eine Abflussmenge von
90 m³/s. Es scheint, als ob gerade
in Zeiten des Klimawandels und
der rasch abschmelzenden Glet-
scher der Zugriff auf die Wasser-
ressourcen der Ötztaler Ache an
Attraktivität gewänne. Gerade

wegen des Rückgangs der Glet-
scher handelt es sich jedoch um
eine zeitlich begrenzte Ressour-
cennutzung. Die naturbelassene
Ötztaler Ache bietet wertvolle Le-
bensräume für hochspezialisierte
Tiere und Pflanzen, welche auf
die natürliche Abflussdynamik
angewiesen sind. Der Gewinn
durch die temporäre Ressour-
cennutzung des Ötztaler Was-
sers steht in keinem Verhältnis
zum unwiederbringlichen Ver-
lust des natürlichen Ökosystems
dieses einzigartigen Gletscher-
flusses. Süßgewässerökosysteme
leiden unter dem größten Arten-
schwund. Deshalb ist es prioritär,
die letzten naturbelassenen Flüsse
in Österreich und insbesondere
diesen einmaligen Gletscherfluss
in seiner natürlichen Lebendig-
keit zu schützen. ❄️

Anna Schöpfer ist Limnologin und
Naturschutzreferentin der Sektion
Hohe Munde. Der Erhalt der letzten
naturbelassenen Alpenflüsse ist
das zentrale Anliegen der Inns-
bruckerin.



↑ Bauarbeiten im Längental. Das bisher nahezu unberührte
Hochtal verschwindet hinter einer 113 Meter hohen Staumauer
(August 2020).

Alpenvereins- Visitenkarten

Ein ideales Geschenk für Mitglieder

Zwei verschiedene Ausführungen. Bestellmenge 100 oder 300 Stk. € 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 Grüne Variante
 100 Stk. € 41,90

Bunte Variante
 300 Stk. € 54,90

Titel: _____ Vorname: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Nachname: _____

Tel.: _____

Beruf/Funktion: _____

Mail: _____ URL: www. _____

Straße/Nr.: _____

Unterschrift: _____ Mitgliedsnummer: _____

Falls die Lieferadresse von der angegebenen abweicht, geben Sie diese bitte bekannt!

Bestellung an: Alpenvereins-Betriebe GmbH, „Visitenkarten“, Olympiastraße 37, 6020 Innsbruck, shop@alpenverein.at, www.alpenverein.at/shop



Der Mitgliedsbeitrag ist für vieles gut.

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, ...

26%

Hütten, Wege und Kletter- anlagen

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

14%

Jugendarbeit

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



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.

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



„Am Berg braucht's starke Partner“

Was Wanderwege, Hütten und Speckspezialitäten verbindet – eine Spurensuche beim Familienunternehmen Handl Tyrol

Insgesamt 231 Alpenvereinshütten und ein Netz von 26.000 Kilometern Wanderwegen betreut der Österreichische Alpenverein in den heimischen Bergen. Ohne tatkräftige wie auch finanzielle Unterstützung zahlreicher Helfer und Gönner wäre diese gleichsam bedeutungsvolle wie auch kostspielige Aufgabe in diesem Ausmaß nicht zu stemmen.

Das Familienunternehmen Handl Tyrol ist einer der Partner des Alpenvereins, dem der Erhalt der Wege und Hütten besonders am Herzen liegt. Der österreichische Hersteller für Speck-, Rohwurst-, Schinken- und Bratenspezialitäten unterstützt den Alpenverein nun bereits seit zehn Jahren. In einem Gespräch in der Handl-Tyrol-Unternehmenszentrale im Tiroler Pians, wo man zum gemütlichen Get-together zusammengekommen ist, geben Firmenteilhaber Karl Christian Handl und Alpenvereins-Hüttenexperte Peter Kapelari Einblicke in diese langjährige Kooperation.

Das Interview führte Peter Neuner vom Österreichischen Alpenverein.

←↘ Freiwillige Wegewarte sind Jahr für Jahr gefordert, das heimische Wegenetz in Stand zu halten.

Fotos: norbert-freudenthaler.com

Seit 2010 unterstützt das Unternehmen HANDL TYROL nun den Alpenverein – heuer wird sozusagen das 10-jährige Kooperationsjubiläum gefeiert. Warum ist Handl Tyrol der Erhalt der Berginfrastruktur wichtig? Warum hilft hier Handl Tyrol mit?

Karl Christian Handl: Der Schutz der Natur und unserer Alpen ist für uns als Tiroler Familienunternehmen Ehrensache und zugleich Verpflichtung. Wir übernehmen unsere soziale Verantwortung gegenüber unseren Mitarbeitern und Familien in der Region. Wir übernehmen aber auch Verantwortung in Bezug

auf die einzigartige Natur, in der wir leben. Und es macht uns große Freude, den Alpenverein bei seiner wichtigen Arbeit entsprechend zu unterstützen. Denn der Aufstieg auf den Berg und das damit verbundene beeindruckende Naturerlebnis wäre ohne Wege und Schutzhütten nur einer kleinen Minderheit der Menschen vorbehalten.

Außerdem sind die Natur bzw. das spezielle Klima in Tirol auch unmittelbar für die Herstellung unserer Tiroler Spezialitäten sehr wichtig. Unsere Speck-, Rohwurst- und Schinkenprodukte reifen an der guten Tiroler Bergluft zu den weit über



Wennst die Heimat liebst.

Werde Tyroler!



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 – mit ausgesuchten Naturgewürzen und 100 % Fleisch aus Österreich.

Ihr HANDL TYROL Speckmeister

alpenverein 
österreich

Offizieller Partner des Alpenvereins zur Erhaltung der Wege und Hütten

JETZT GEWINNEN!

10x

Verwöhnurlaube

AQUA DOME
THERMAL SPA
LÖFFLER

10x

Skitouren-
Outfit

im Wert von je 1.000 €


Löffler
MADE FOR BETTER

Infos und Teilnahme auf handltyrol.at bis 31.01.2021



unsere Grenzen hinaus bekannten Tiroler Spezialitäten.

Der Österreichische Alpenverein betreut ein Wanderwegenetz durch ganz Österreich, das der Allgemeinheit unentgeltlich zur Verfügung gestellt wird. Wie wichtig sind dafür Partner, die den Alpenverein in dieser Aufgabe unterstützen?

Peter Kapelari: Am Berg braucht's starke Partner. Eine wichtige Säule in der Erhaltung der Alpenvereinswege sind dabei unsere freiwilligen Wegewarte. Jahr für Jahr sind sie gemeinsam mit zahlreichen Helfern gefordert, das heimische Wegenetz in Stand zu halten: Sie kontrollieren Seilversicherungen, malen Markierungen nach oder reparieren Übergänge. Für unvorhergesehene Schäden, verursacht beispielsweise durch häufiger werdende Windereignisse oder Felsstürze, können wir dabei auf unseren sogenannten „Katastrophenfonds“ zurückgreifen: eine Art finanzielle Soforthilfe für unaufschiebbare, sicherheitsrelevante Reparaturen. Dieser Fonds wird maßgeblich von unserem Partner Handl Tyrol dotiert, dafür sind wir sehr dankbar.

Welche Projekte hat der Alpenverein in den letzten 10 Jahren

gemeinsam mit dem Kooperationspartner Handl Tyrol umgesetzt?

Peter Kapelari: Mit der Unterstützung haben wir in den letzten Jahren etliche Schäden schnell und unkompliziert beseitigen können. Meistens handelte es sich bei solchen Sofortmaßnahmen um Arbeiten bei Hüttenzustiegen, wo wir natürlich immer rasch tätig werden müssen. Besonders nach den vergangenen großen Sturmereignissen konnten wir – auch dank Handl Tyrol – schnell Reparaturen vornehmen.

In letzter Zeit hatte man das Gefühl, vermehrt von Steinschlägen im alpinen Raum zu hören. Häufen sich solche Ereignisse? Was bedeutet dies für die Infrastruktur im alpinen Raum?

Peter Kapelari: Solche Ereignisse häufen sich eindeutig – wir spüren die Klimaveränderung in den Bergen immer mehr. Die Gletscher schmelzen und legen lose Gesteinsmassen frei – die Stützfunktion durch das Eis geht damit verloren. Oft machen Spalten die Übergänge vom Gletschereis auf den kompakten Felsen schwieriger. Auch Gewitter und Starkregenereignisse fallen eindeutig heftiger aus als früher

– auch diese können zu Steinschlägen und Veränderungen auf den Wegen führen.

Warum sind Sanierungsmaßnahmen am Berg oft um ein Vielfaches aufwändiger und dadurch auch kostspieliger als im Tal?

Peter Kapelari: Bauarbeiten kosten am Berg rund zweieinhalbmal mehr als im Tal. Grundsätzlich haben wir es im alpinen Raum mit weiten Zustiegen zu tun – Werkzeug und Materialien müssen vom Tal auf den Berg gebracht werden. Die Logistik am Berg muss daher perfekt abgestimmt und geplant sein. Auch das Wetter muss stimmen – bei gewissen Bedingungen kann am Berg nicht gearbeitet werden.

Ein besonderes Augenmerk bei der Erhaltung der Hütten legt der Alpenverein auf das Thema Umweltschutz: Alpenvereinshütten, die sich in diesem Bereich auszeichnen, tragen das sogenannte „Umweltgütesiegel“. Wie wichtig ist Handl Tyrol das Thema Umwelt- und Naturschutz?

Karl Christian Handl: Das sind Themen, die fix in unserer Unternehmensphilosophie verankert sind. Innovative Konzepte, die das große Ganze und nicht

nur einzelne Teilbereiche eines Unternehmens berücksichtigen, sind seit jeher die Basis unseres Erfolges. Bestes Beispiel dafür ist die Errichtung und der Betrieb unseres neuen Produktionsstandortes in Haiming. Diesen haben wir nach neuesten Standards sowie ökologisch nachhaltig umgesetzt. Energieeffizienz ist beim gesamten Herstellungsprozess das A und O. 100 % Ökostrom liefert die Energie für unsere Produktion. Das Werk wurde in die Natur eingebettet und wir haben großen Wert auf entsprechende Aufforstungsarbeiten und Ökologiezonen nach Fertigstellung des Bauprojektes gelegt.

Einer unserer größten Optimierungsansätze ist die Kälteerzeugung – hier arbeiten wir mit nachhaltigen Kältemitteln wie z. B. Ammoniak – 100 % umweltneutral und im Betrieb äußerst wirtschaftlich. Eine integrierte Wärmerückgewinnungsanlage führt zudem zu weiteren Reduktionen bei der Warmwasser-Nachheizung. Dadurch konnten wir bereits viele tausend Tonnen an CO₂ einsparen.

Die Reduktion der Folienstärken ist ein weiterer Schritt in die richtige Richtung. Beim Verpackungsmaterial suchen wir kontinuierlich nach neuen Möglichkeiten, das Verpackungsmaterial

← Im Gespräch: Handl-Tyrol-Firmenteilhaber Karl Christian Handl (li.) und Alpenvereins-Hüttenexperte Peter Kapelari (re.).

Fotos: P. Neuner

↓ In der Handl-Tyrol-Unternehmenszentrale im Tiroler Pians: Firmenteilhaber Karl Christian Handl (Mitte), ÖAV-Hüttenexperte Peter Kapelari (re.) und Peter Neuner (Abteilung Öffentlichkeitsarbeit im ÖAV).

zu verringern. Voraussetzung hierbei ist aber immer eine 100%ige Produktsicherheit. Immer geringere Folienstärken sowie optimale Verpackungsgrößen helfen, überflüssiges Plastik einzusparen. Auch bei den Papieretiketten verwenden wir nur PEFC- oder FSC-zertifiziertes Papier.

Eine Herzensangelegenheit für Handl Tyrol ist die Sanierung des Wanderweges zum Hohen Riffler in der Verwallgruppe. Was hat es mit diesem Weg auf sich? Was verbindet das Unternehmen Handl Tyrol mit diesem Weg?

Karl Christian Handl: Wandern ist in den Alpen ein Kulturgut, das wir durch unsere Kooperation mit dem Alpenverein einer großen Anzahl an Bergbegeisterten so einfach wie möglich machen möchten. Die Berge sind ja auch bei uns im Unternehmen entsprechend verankert. Die Verwallgruppe ist direkt neben Pians und der Hohe Riffler quasi der Hausberg von HANDL TYROL.

Zum 65. Geburtstag meines Vaters wurde ihm dann eine ganz besondere Ehre des Alpenvereins zuteil: Der bis dahin namenlose Weg von der Edmund-Graf-Hütte direkt

auf den Hohen Riffler (3.168 m) wurde feierlich auf den Namen „Karl-Handl-Steig“ getauft. Das war ein besonderes Erlebnis für die ganze Familie.

Zwei Jahre später hat die Geschäftsleistung inklusive aller weiblichen und männlichen Führungskräfte selbst Hand angelegt und an der Instandhaltung des Wanderweges von der Edmund-Graf-Hütte zum Hohen Riffler mitgearbeitet.

Herzlichen Dank für das Gespräch. 🌟



Foto: G. Benedikter

Personenbeschreibung

Karl Christian Handl leitet das Familienunternehmen Handl Tyrol mit Sitz in Pians/Tirol nun in vierter Generation. Handl Tyrol hat sich auf die Herstellung von Speck-, Rohwurst-, Schinken- und Bratenspezialitäten spezialisiert – die Traditionsfirma mit ihren 600 Mitarbeitern unterstützt den Alpenverein nun schon seit 2010 in der Erhaltung der Hütten und Wege.

Peter Kapelari ist Leiter der Abteilung Hütten, Wege und Kartographie im Österreichischen Alpenverein sowie Stellvertreter des Generalsekretärs und Mitglied der Geschäftsleitung.

Peter Neuner ist Mitarbeiter in der Abteilung Öffentlichkeitsarbeit im Österreichischen Alpenverein.



Wir danken HANDL TYROL für die 10-jährige Partnerschaft und bei der tatkräftigen Unterstützung zur Erhaltung der Wege und Hütten.



Read more and shop at:

www.chillaz.com



Foto: M. Becke



Gelbe Tartschenflechte

Die Pionierin

Vulpicida tubulosus

Birgit Kantner

Flechten sind eine spannende Lebensgemeinschaft (Symbiose) von einer Alge (meist Grün- oder Blaualge) und einem Pilz (Schlauchpilze), die ihre jeweiligen Stärken in diese Gemeinschaft einbringen. Gemeinsam können sie somit mehr leisten als allein und dadurch die höchsten Regionen der Erde besiedeln oder Jahre der Dürre oder Kälte unbeschadet überdauern.

Flechten begegnen uns auf unseren Wanderungen auf Schritt

und Tritt. Aus diesem Grund wurden sie auch für unser Projekt „Vielfalt bewegt! Alpenverein von Jung bis Alt“ ausgesucht.

Der Pilz gibt der Flechte Struktur und Form, speichert Energie und regelt den Wasserhaushalt. Die grüne Alge hingegen betreibt Photosynthese und beliefert den Pilz mit zuckerhaltigen Nährstoffen.

Flechten sind in Form und Farbe sehr variabel und auf den unterschiedlichsten Untergrün-

den zu finden: z. B. auf Rinde, hängend an Ästen, auf bloßer Erde oder direkt auf Felsen. Da sie aber über kein Wurzelsystem verfügen, dringen sie nicht in das Untergrundssubstrat ein, sondern „sitzen“ nur auf. Um Flechten zu unterscheiden, reicht das freie Auge oft nicht aus. Viele können nur mit Hilfe chemischer Methoden bestimmt werden.

Auch sind sie sehr anfällig gegenüber Luftschadstoffen und somit ist ihr Vorkommen ein Zei-

ger für gute Luftqualität. Genau aus diesem Grund konnte in den letzten Jahrzehnten ein starker Rückgang an Flechten erlebt werden, da die Schadstoffkonzentration in der Luft stetig steigt. Studien haben auch gezeigt, dass die Flechten bei Veränderungen des Klimas ihren Pilz wechseln können, um sich damit beispielsweise an die geänderten Temperaturen besser anzupassen.

Die Gelbe Tartschenflechte ist, wie der Name schon sagt, auffallend gelb gefärbt, liegt dicht auf kalkigem Untergrund auf und bildet eine kompakte Wuchsform. Im Gegensatz zu anderen gelben Flechten wächst unsere gesuchte Art nur am Boden und nie auf Bäumen. Bei Regen nimmt sie mit ihren Lappen Wasser auf und bekommt eine rutschige Oberfläche.

Die Gelbe Tartschenflechte wird auch heute noch Fuchsmörderflechte genannt. Die gelbe Farbe erhält sie nämlich durch die giftige Vulpinsäure. In skandinavischen Ländern wurde sie gerne zum Vergiften von Füchsen verwendet. ☠

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

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,- und zusätzlich ein Monatsabo für die alpenvereinaktiv.com-App von Edelweiss alkoholfrei.



... für zehn neue Mitglieder

erhalten Sie einen Gutschein von **SPORTLER**** im Wert von € 160,- und zusätzlich ein Jahresabo für die alpenvereinaktiv.com-App von Edelweiss alkoholfrei.



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!

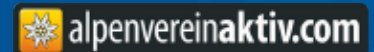
Weitere Info: +43/512/59547

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**



* 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

SPORTLER
ALPIN



Über dem Nebel

Unterwegs im Rätikon

Aus der Sammlung des Alpenverein-Museums, Teil 38

Anton Holzer

Wie wär's wohl, wenn man in die weiße Nebelwatte springt? Als Kind habe ich mir solche Sprünge in die dichten Wolken sehr oft vorgestellt. Sich fallen lassen, tief hinunter in das flauschige, weiße Meer. Und immer war ich

mir ganz sicher, dass die Wolken mich auffangen würden, dass ich in den sich hoch auftürmenden Wattewelten gut geborgen sei. Ich bildete mir ein, dass ich auf und in diesen Wolken wie auf einem Trampolin herumspringen könne. Vielleicht würde ich bei

einem dieser Wolkensprünge den Kopf ein Stück weit aus dem Weiß erheben und einen Blick hinaus auf den blauen Himmel wagen. Diese Erinnerungen stiegen bei mir auf, als ich das beiliegende Foto sah. Nebel, Wolken – nichts wie hinein.

Blick in die Ferne

Vom Nachhall der kindlichen Fantasie zurück zu unserem Foto: Wir sehen zwei Männer auf einem Felsvorsprung sitzen. Eine idyllische Szene inmitten der Berge. Die Mühen des Auf-

← Ernst Hanausek: Aus dem Album „Zimba“, Montafon, Oktober 1951. Foto: OeAV FOT 15.102.11

stiegs, der Schweiß und die Anstrengung scheinen wie weggeblasen. Die Männer sitzen einfach nur da und blicken in die Ferne – auf das Wolkenmeer unter ihnen und auf die dahinterliegende Gebirgskulisse. Es scheint warm zu sein, über ihren karierten Hemden tragen sie keine Jacke. Ein Hochsommertag. Doch halt: Die Beschriftung des Albums, in dem dieses Bild liegt, sagt etwas anderes: 6. bis 8. Oktober ist da zu lesen. Und dann das Jahr, in dem das Foto entstand: 1951. Anfang Oktober sind die Nächte meist schon empfindlich kühl, in den Hochtälern liegt oft Morgennebel, der sich gelegentlich, wenn die warme Mittagssonne durchkommt, noch auflöst oder auch nicht – wie hier.

Ein geübter Fotograf

Ganz allein sind die beiden Männer nicht. Noch ein Begleiter ist dabei. Es ist der Fotograf, der die Szene aufgenommen hat. Sein Name ist Ernst Hanausek. Er war schon knapp 60 Jahre alt, als er 1951 zusammen mit seinen Bergfreunden diese Tour unternahm. Der begeisterte Alpinist war auch ein geübter Amateurfotograf, der mit der Fototechnik ebenso gut vertraut war wie mit Fragen der Fotoästhetik und der Inszenierung. Wir sehen, dass er sich hier sorgfältig eine geeignete Kameraposition gesucht hat, von der aus sich die kleine Felsnase dramatisch über den Nebel im Tal zu wölben scheint. Und im Hintergrund reiht sich Berg an Berg, so weit das Auge reicht. Unser Bild stammt aus einem kleinformatigen, 10 x 15 cm großen Fotoalbum, das der Fotograf selbst aus Karton gebastelt hat. Eine ganze Reihe solcher Alben Hanauseks,

die teilweise mit maschinschriftlichen Fotolisten versehen sind, sind überliefert. Sie sind nach dem Tod des Fotografen in das Archiv des Alpenverein-Museums in Innsbruck gelangt.

Der Gipfelsammler

Ernst Hanausek muss ein sorgfältiger Mensch gewesen sein. Die präzise Handwerkskunst, mit der er seine Fotoalben anlegte und beschriftete, lässt darauf schließen. Geboren 1894 in einer gutbürgerlichen Familie in Baden bei Wien, Jus-Studium in Graz und Innsbruck, 1921 Heirat, danach eine zügige Karriere im öffentlichen Dienst: Rechtsanwalt im Dienst der Österreichischen Bundesbahnen, ab 1933 Sektionsrat im Verkehrsministerium. Man kann das Leben des Ernst Hanausek aber auch ganz anders beschreiben: Seit seiner Jugendzeit zog es ihn in die Berge, im Ersten Weltkrieg erlernte er unter Oberst Bilgeri das Skifahren, in der Zwischenkriegszeit verbrachte er jede freie Minute in den Alpen, sommers wie winters. Hunderte Gipfel zwischen Montblanc und Rax hat er im Lauf seines Lebens bestiegen. Stets hatte er seine Kamera dabei. Seine Ausbeute waren Eindrücke und haltbare Bilder: Dias, die er zu Vorträgen zusammenstellte. Als begabter und begeisterter Vortragender hat er über die Jahrzehnte viele hunderte (manche sprechen von über 1.000) Bergdiaabende vor großem (z. B. Wiener Urania) oder kleinem Publikum gehalten.

Im Dienst des Vereins

Man kann das Leben des Ernst Hanausek aber nochmals anders beschreiben: Seit seiner Jugend

gehörte er dem Alpenverein an. Als Jurist mit viel Tagesfreizeit hatte er nicht nur Zeit zum Wandern und Klettern, sondern er war auch ein begehrter und vielbeschäftigter Vereinsfunktionär, von den 1930er Jahren bis in die 1980er Jahre, über alle politischen Umbrüche hinweg. 75 Jahre gehörte er dem Alpenverein an, 41 Jahre lang, so heißt es in einem Nachruf, war er erster Vorsitzender und zwölf Jahre lang zweiter Vorsitzender des Zweiges Baden. Er gehörte dem Hauptausschuss des Alpenvereins an, war Ehrenvorsitzender diverser Untergruppen und vielfacher Preisträger. Als er am 4. Juni 1987 verstarb, war man bemüht, für sein Andenken Sorge zu tragen. Auf Betreiben der Alpenvereinssektion Baden gelangte sein Fotonachlass in das AV-Archiv nach Innsbruck.

Über den Westgrat

„Zimba, 6. bis 8. Oktober 1951“ ist auf dem Album zu lesen, in dem unser Foto aufbewahrt ist. Der im vorarlbergischen Montafon gelegene Gipfel ist zwar nur 2.643 Meter hoch, aber er stellt dennoch eine nicht zu unterschätzende alpinistische Herausforderung dar. Der Normalweg auf den Gipfel der Zimba führt (in der Regel nach einer Übernachtung in der Heinrich-Hueter-Hütte) über das Zimbajoch (2.387 Meter) und dann über den Westgrat zum Gipfel. Gemütlicher Wanderweg ist das keiner, vielmehr braucht es für die einigermaßen anspruchsvolle Klettertour Bergerfahrung, Können und Schwindelfreiheit. Erreichbar ist der Gipfel für gute Kletterer auch über den Nordostgrat und die Nordkante. Vom „Montafoner Matterhorn“ aus – so wird der Berg wegen seiner be-

sonderen Form oft auch genannt – bietet sich ein atemberaubender Blick auf die Bergwelt des Rätikons und weit darüber hinaus.

Beifall des Publikums

Ernst Hanausek wusste, dass seine fotografische Ausbeute nicht nur ihm, seiner Familie und seinen Freunden genügen musste. Vielmehr wollte er mit seinen Bergmotiven ein breites Vortragspublikum faszinieren. Dazu bedurfte es sorgfältig gestalteter Bilder und Bildfolgen. Als er im Dezember 1931 in der Wiener Urania, deren Diavortragssaal mehrere hundert Sitzplätze fasste, einen seiner Lichtbildervorträge zum Besten gab, war die Begeisterung groß. In der Presse wurde „der wohlwollende Beifall“ der Besucher besonders hervorgehoben, ebenso wurden seine „künstlerisch geschauten und photographisch ausgearbeiteten Bilder“ gelobt. Unser Foto ist ein gutes Beispiel für diese suggestive Ästhetik. Der dokumentarische Wert der Abbildung tritt zurück, an seine Stelle tritt das geschickt aufgebaute Genrebild. Die beiden Bergfreunde sitzen direkt über dem ausufernden Nebelmeer, jener Wattelandschaft, in die ich als Kind so gern gesprungen wäre. ☼

Dr. Anton Holzer ist 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



Foto: WEST.Fotostudio

Diplommitglied

Ernannt und beurkundet

Im Schaukasten, Teil 25

Martin AchRAINER, Historisches Archiv des Alpenvereins

W einranken zieren das „Diplom“, das die Mitglieder des Alpenvereins bei ihrem Eintritt erhielten. „Der österreichische Alpenverein beurkundet, daß Herr Carl Seitz, Apotheker, zum Mitgliede ernannt wurde.“ Unterzeichnet von Vorstand Leopold von Hofmann und Schriftführer Friedrich von Hellwald am „26. Juny 1868“,

hatte der Farbdruck (23 x 31 cm) für das Mitglied weniger praktischen Zweck als Folgen: Eine „Diplomsgebühr, deren Höhe seinem Ermessen überlassen ist“, war zu entrichten. Ein Gulden war die Regel, häufig wurden auch zwei oder drei Gulden (das war der jährliche Mitgliedsbeitrag) gespendet.

Die in der Initialie „D“ dargestellte Gebirgslandschaft ist

der einzige vereinspezifische Hinweis auf der Bildebene. Die mehrfarbige Grafik entsprach dem allgemeinen Geschmack. Ein Kalligraph wurde „für das Schreiben der Diplome“, nämlich des Namens und Berufs, entlohnt – alles andere ist vorge druckt.

Mit der Vereinigung zum Deutschen und Oesterreichischen Alpenverein verschwand

auch das Diplom. Als Urkunde zur Legitimation bringe es zu „große Beschweriß, sie mit sich zu führen“, und zuhause habe sie „noch weniger Werth“. Ein kleines Vereinsabzeichen dagegen würde als Erkennungszeichen dienen und bei den Wirten und Führern für Respekt sorgen. ❄



Foto: G. Benedikter

„Berg-Spitzen“

Eine Ära geht zu Ende

Über 30 Jahre für den Verein tätig, die letzten 18 Jahre als Generalsekretär. Die Bezeichnung Generalsekretär kann für Robert Renzler nicht treffender sein. Er war der unumstrittene General, gleichzeitig aber auch der perfekte Sekretär. Ich konnte die vergangenen acht Jahre der direkten Zusammenarbeit

mit ihm erleben und dabei sehen, wie er für den Verein lebt. Robert war absolut loyal zu seinem Präsidium und zu mir als Präsidenten. Mit viel Geschick, seinem enormen Wissen rund um den Verein und mit ungeheurem Arbeitseinsatz stand für ihn immer der Alpenverein und hier vor allem dessen Sektionen im Vordergrund. Dienst am Verein stand für ihn an erster Stelle. Als fairer und fürsorglicher Chef der Mitarbeiter*innen im Alpenvereinshaus in Innsbruck zeigte er vorbildhaft, was Fleiß, Arbeitseinstellung und Genauigkeit bedeuten.

Als 2003 der nach einem Hearing nominierte Kandidat zum Generalsekretär kurzfristig absagte, wurde Robert Renzler gefragt, ob er den Verein als Generalsekretär übernehmen möchte. Robert hatte sich nämlich nicht beworben, da er als damaliger Leiter des Alpinreferats (heute Abt. Bergsport) vorhatte, den K2 zu besteigen. Für alle, die es nicht wissen: Robert Renzler ist ein Spitzenalpinist, der 1985 als Leiter einer Alpenvereinsexpedition den 7.821 m hohen Masherbrum über die 3.500 m hohe Nordwand bestieg. Seit dieser Besteigung ist es keinem anderen Team mehr gelungen, die Nordwand zu erklettern.

Unglaublich, wie schnell die Zeit vergeht! Drei Jahrzehnte lang hat Robert Renzler im Alpenverein mitgewirkt und beinahe 20 Jahre lang das Alpenvereinschiff mit ruhiger und fester Hand zum Wohl des Vereins – nicht immer nur durch ruhiges Gewässer – gesteuert. Jetzt geht er in den verdienten Ruhestand. *Andreas Ermacora, Alpenvereinspräsident*

Schließlich ließ sich Robert davon überzeugen, dass der Alpenverein ihn brauche, und wir alle können uns glücklich schätzen, dass er dieses Angebot schließlich annahm. Unter seiner Ägide gelang es unter anderem, eine moderne Finanzverwaltung im Verein zu installieren.

Der Ankauf des neuen Alpenvereinshauses in der Olympiastraße erfolgte unter der Federführung des Generalsekretärs. Die von Robert Renzler entwickelte Alpenverein-Versicherung (AWS) wurde weiter ausgebaut. Der Mitgliederstand verdoppelte sich unter seiner Amtszeit von 300.000 auf 600.000.

Die besondere Stärke von Robert Renzler lag aber darin, durch persönliche Gespräche und Telefonate entstehende Konflikte rasch zu lösen und Dinge wieder ins rechte Lot zu rücken. Diese Bereitschaft, immer für die Funktionäre mit Rat und Tat zur Verfügung und zur Seite zu stehen, wurde im Gesamtverein sehr geschätzt.

Aufgrund seiner besonderen Verdienste um den Verein beschloss der Bundesausschuss, dem scheidenden Generalsekretär die Ehrenmitgliedschaft des ÖAV zu verleihen. Die Hauptversammlung 2021 in Villach wird für die Bekräftigung der Ehrung sodann den würdigen Rahmen dazu liefern

Wir wünschen Robert Renzler für seinen Schritt in den Ruhestand alles nur erdenklich Gute, Gesundheit und viele tollen Touren und Betätigungen, für die er nun die notwendige Zeit finden wird. 🌿

Neu am Markt

Erhältlich im Fachhandel



IKO CORE | Petzl

Petzl schafft mit dieser aufladbaren Stirnlampe eine Leuchtkraft von 500 Lumen bei einem Gewicht von nur 79 g. Der Lampenkörper ist extrem flach, die Energiequelle befindet sich hinten. Der Core-Akku lässt sich auch durch 3 AAA-Batterien ersetzen.

www.petzl.com

€ 79,95

Aenergy Pro SO Hooded Jacket | Mammut

Die elastische und sportlich geschnittene Softshelljacke erfüllt nicht nur die hohen Ansprüche von Skitourengehern, auch Berggeher kommen mit ihr voll auf ihre Kosten. Der Tragekomfort ist hoch und an exponierten Stellen ist die technische Jacke mit einem Windschutz ausgestattet. Die hohe Abriebfestigkeit deutet auf eine lange Lebensdauer hin. Erhältlich ist die Jacke für Damen und Herren.

www.mammut.com

€ 260,-



LASERZ.TW | Zanier

Eine Kombi aus 4-Wege-Stretch-Material, hochwertigem Ziegenleder und Neopren sorgt für Stabilität und Tragekomfort. Die natürliche Isolierung aus Tiroler Schafwolle ist nicht nur nachhaltig, sondern auch temperaturregulierend. Deshalb eignet sich das von der Tiroler Bergrettung mitentwickelte Modell im Sommer wie Winter für den Alpinisten.

www.zanier.com € 99,99

Kombipaket Hütte offen mit Skifell | Doghammer

Aus Produktionsabfällen von Contour-Skifellen werden die lustigen Hüttenschuhe in Portugal handgefertigt. Das Obermaterial besteht aus echtem Wollfilz, die Sohlen aus Kork. Neu ist das Kombipaket mit einem Contour-Hybrid-Mix-Skifell. Erhältlich auch als geschlossener Patschen mit kuscheliger Schafwolle.

www.doghammer.de

€ 182,65





Carbon C2 Ultralight |

Komperdell

Der C2 wurde 2019 ISPO Award Winner und zählt zu den leichtesten Tourenstöcken am Markt. Das Packmaß beträgt 98 cm, der Verstellbereich reicht von 110 bis 140 cm. Anhand des beweglichen Eisflankensystems passt sich der Teller bis zu 28° an die Hangneigung an. Ehrliche Qualität zu 100 % aus Österreich.

www.komperdell.com

€ 159,95

Haute Route | Ortovox

Vielseitiger, technischer und bequemer Skitourenrucksack für große Mehrtagestouren. Durch den Einsatz von Cordura® und PFC-freiem doppellagigem Nylon 420D Oxford ist der HAUTE ROUTE extrem abriebfest und dank PU-Beschichtung aller Stoffe zusätzlich wasserabweisend. Den extrem angenehm zu tragenden Rucksack gibt es in verschiedenen Volumen und Rückenlängen.

www.ortovox.com

ab € 170,-



Winter Community Mask | UYN

Wärmendes Schlauchtuch trifft ergonomische und atmungsaktive Maske. Die asymmetrische Form (vorne höher und im Nacken tiefer) macht es möglich, die Maske zum Beispiel beim Anstehen am Lift oder anderen Aktivitäten, bei denen Maskenpflicht herrscht, bequem und schnell über Mund und Nase hochzuziehen. Die in Europa produzierte Maske wird aus Texlyte-Nanofaser hergestellt, die thermoregulierend, feuchtigkeitsbeständig und hypoallergen ist.

www.uynsports.com

€ 14,95



M/W Hooded Jacket Speed Primaloft® Next | Löffler

Die PRIMALOFT®-NEXT-Füllung bietet das beste Gewicht-Wärme-Verhältnis und ist damit ein perfekter Ersatz für Daune, mit vielen Vorteilen! Der raffinierte Materialmix mit elastischem Stretch-Fleece erhöht den Tragekomfort. Das Füllmaterial wird ressourcenschonend aus 58 % Recyclingpolyester hergestellt und die Jacke ist in Europa gefertigt.

www.loeffler.at

€ 179,99

Herrenhose WILDER KAISER | ESFE

Sehr originelle Unterwäsche gibt es bei EIN SCHÖNER FLECK ERDE. Die Affinität zu den Bergen ist auf den ersten Blick erkennbar. Produziert wird die Wäsche aus Bio-Baumwolle fair in Europa und ist in unzähligen Bergvarianten für Herren und Damen erhältlich.

www.esfe.at

€ 31,90



Hoch im Kurs

Genuss mit allen Sinnen

„Genießen und Verweilen“ – dieser Leitsatz der Bergsteigerdörfer beschreibt einen entschleunigten Zugang zum naturnahen Bergurlaub und ist auch eine Einladung, die Orte und Regionen mit all ihrer Vielfalt zu genießen. Eine Facette sind regional produzierte Lebensmittel, denn Essen und Trinken sind ganz wesentliche Bestandteile des Genusses. *Projektteam der Bergsteigerdörfer*

Das Aroma von Kaspressknödeln in heißer Suppe verspricht Aufwärmen nach einem Tag im Schnee, der Duft eines frisch gebackenen Kärntner Reindlings eine Belohnung nach der tagfüllenden Bergtour. Mit Geruch und Geschmack

verbinden wir Empfindungen und Erinnerungen – sind diese positiv besetzt, können spezielle Produkte als Identifikations- und Werbeträger einer Region dienen. Stellvertretend stehen sie für deren gelebte Authentizität – gerade in den Bergsteigerdörfern ein wichtiges The-

ma. Denn Genießen steht hier hoch im Kurs: Die Besucher*innen der Bergsteigerdörfer sind eingeladen, mehr zu entdecken als spannende Bergtouren und ein ansprechendes Ortsbild. Genuss soll mit allen Sinnen erlebt werden, der visuelle ebenso wie die Gaumenfreuden,

die Ruhe ebenso wie Eindrücke der umliegenden Natur.

Genuss auf hohem Niveau

Heute lässt sich Genuss kaum mehr auf eine unreflektierte



BERGSTEIGER
DÖRFER



→ Das Friesenberghaus setzt auf regionale Produkte.

Foto: Hochgebirgsnaturpark Zillertaler Alpen



Sinnlichkeit beschränken, der Gerechtigkeitssinn muss ebenso mitbedacht werden – neben Hedonismus und Gönn-dir-Kultur steht ein hohes Bewusstsein für

Klimakrise, fairen Handel oder umweltfreundliche Produktion. Für Produkte mit Gütesiegel (z. B. Fairtrade oder Bio) sind wir bereit, mehr Geld auszugeben.¹

Bei regionalen Erzeugnissen – in der Region produziert, mit regionalen Rohstoffen weiterverarbeitet und dort abgesetzt – gilt Ähnliches. Mehr als 80 % der Österreicher*innen achten darauf, ob die Erzeugnisse aus der Region kommen oder ob Obst und Gemüse gerade Saison haben.²

Was im Zeitalter der Rückbesinnung auf das „Regionale“ nicht vergessen werden darf: Als Folge von Marktorientierung, betrieblicher Spezialisierung und Aufgabe der Selbstversorgung hat sich die im Alpenraum ohnehin schmale Palette der Agrarprodukte in den letzten Jahrzehnten deutlich verkleinert. Die größte Produktvielfalt findet man heute in der Nebenerwerbslandwirtschaft, die sich den Luxus „unrentabler“ Produkte erlaubt. Diese stellen ihrerseits wieder Besonderheiten dar, die vielleicht in der Region Tradition haben oder gut an die lokalen Bedingungen angepasst sind.

Nicht nur Herkunft ist bei den regionalen Produkten ein Faktor, um sie als Identifikationsträger

der Region zu sehen – sie sollen auch gut, sauber und fair produziert werden. Mit diesem Gedanken startete 1986 im Piemont die Slow-Food-Bewegung, bei der die Produkte regional und saisonal authentisch sein und traditionell produziert werden müssen. Nach Slow-Food-Kriterien angebaut, produziert, verkauft und verzehrt stärken diese Produkte regionale Wirtschaftskreisläufe und binden die Menschen wieder an ihre Region. Laut dieser Philosophie liegt die wahre Kultur in der Weiterentwicklung des Geschmacks, nicht in seiner Verarmung – das gelingt mit internationalem Austausch von Erfahrungen.

Nicht nur Gastronomiebetriebe wie der Stigenwirth in der Steirischen Krakau haben sich dieser kulinarischen Bewegung verschrieben, auch eine ganze Region kann sich damit touristisch positionieren. Als Teil der „Slow Food Travel Region Alpe Adria Kärnten“ beteiligen sich viele Produzenten und Gastronomiebetriebe in den Bergsteigerdörfern Lesachtal und Mauthen daran und verknüpfen so ein hochwertiges kulinarisches mit einem touristischen Angebot (z. B. das Bergsteiger Dorfhof

Erlenhof oder das Alpenhotel Wanderniki).

Auch im kleineren Stil gibt es vielerorts Initiativen zum Absatz regional erzeugter Lebensmittel. Ein einzelner Betrieb, wie das Hotel Rehlegg in Ramsau bei Berchtesgaden, kann mit der Verarbeitung von Fleisch ausgedienter Milchkühe den Transport zu weit entlegenen Schlachthöfen und den damit verbundenen Stress für die Tiere vermeiden und den Bauern die Gewissheit geben, dass aus ihren Nutztieren hochwertige Produkte entstehen. Gulasch und Rindsuppe werden den Gästen in diesem Bergsteigerdörfer-Partnerbetrieb mit genau dieser Geschichte serviert. Produkte kleiner, oft bäuerlicher Betriebe, finden im Naturpark Weißbach Absatz, wenn das Naturparkbüro freitags zum Naturparkladen wird. „Naturparkspezialitäten“ wie Kräutersalze, Sirup, Tee, Honig oder Marmeladen und nicht zu vergessen der Kallbrunner Almkäse werden hier angeboten. Sie werden nicht nur qualitativ hochwertig im Naturpark erzeugt, ihre Produktion trägt auch zum Erhalt der Kulturlandschaft bei. →



Foto: norbert-freudenthaler.com

Im Alpenverein wird mit der Initiative „So schmecken die Berge“ die Verbindung zwischen lokal produzierten, hochwertigen Produkten und ihrer Verarbeitung in der Gastronomie geschaffen. 119 Alpenvereins-Schutzhütten sind darin eingebunden (29 davon in Bergsteigerdörfern) und auf ihren Speisekarten findet man mindestens drei Gerichte und eine kleine Auswahl an Getränken aus heimischer Erzeugung. Im Friesenberghaus hoch über Ginzling wird mit Zillertaler Erzeugnissen gekocht – die Erdäpfel-Zieger-Suppe³ etwa beschert dem Gaumen ungewohnte Geschmackserlebnisse. In der Oberretteshütte in Matsch ist die Speisekarte immer auch eine Momentaufnahme der Natur, denn so saisonal und regional wie möglich zu kochen ist den Hüttenwirten Karin und Edwin Heinisch ein besonderes Anliegen. Gut, dass das Matscher Tal mit einer klimatisch begünstigten Zone aufwarten kann – auch Himbeeren werden dort auf über 1.500 m Seehöhe angebaut – so können viele Lebensmittel dort bezogen werden.

Vielfalt oder doch Gleichheit?

Die Vielfalt der Produkte und traditionellen Speisen im Alpenraum ist gar nicht so groß, wie man meinen möchte. In der alpinen Küche steht nur eine Handvoll Zutaten zur Verfügung, die im strengen Sinne als regional produziert gelten. Es sind zwar mehr als die berühmten „vier Elemente“ der Tiroler – Knödel, Nocken, Nudel, Plenten –, aber keinesfalls unüberschaubar viele. Das raue Alpenklima setzt natürliche Grenzen und die traditionelle Küche ist eine ländlich-bäuerliche, die auf die Hauptzu-

taten Milch und Milchprodukte, Mehl, Kartoffeln, Schmalz, Kräuter und Beeren setzt. Gemüse, v. a. Weiße Rüben oder Weißkraut, stand nur in untergeordnetem Maß zur Verfügung, Fleisch gab es nur zu besonderen Anlässen. Aus dem vermeintlich Wenigen lässt sich aber eine Reihe nahr- und schmackhafter Speisen hervorbringen, die im gesamten Alpenraum zwar sehr ähnlich sind, hinsichtlich ihrer Bezeichnungen und Zubereitung aber ein buntes Bild abgeben. Man denke hier nur an die Nudel, die nach ähnlichem Prinzip als Kärntner Nudel, Schlipfkrapfen, Zillertaler Krapfen und in anderen Variationen auftaucht. Einflüsse von außen gibt es natürlich – die Alpen sind seit jeher ein Transitraum und die Einflüsse der Nachbarländer werden besonders an den Hauptdurchgangswegen sichtbar. Je weiter man in die Seitentäler vorstößt – und viele der Bergsteigerdörfer befinden sich in solchen – umso undeutlicher werden sie und treten zugunsten einer recht einheitlichen alpinen Speisenpalette zurück, die dadurch gekennzeichnet ist, dass man mit Fantasie all das integrierte, was eben gerade zur Verfügung stand. Die regionalen Eigenheiten werden auch heute noch vielfach praktiziert und als lokales Wissen von Generation zu Generation weitergegeben. Für die Besucher immer auch ein Erlebnis, diese kleinen Unterschiede kennenzulernen. ☼

Projektteam der Bergsteigerdörfer

¹ bit.ly/Bedeutung_regionaler_produkte_D

² bit.ly/Erzeugnisse_aus_der_Region

³ Ein entwürterter, gekochter und gewürzter Topfen, der mindestens zwei Wochen gereift ist

Ein Alpenkulinarisches Reisebuch

Kleine und feine Orte zum Genießen und Verweilen

Eine kulinarische Reise durch die Bergsteigerdörfer – das war die Idee hinter diesem Büchlein, das mehr ist als nur ein Kochbuch. Neben vielen regionaltypischen oder ausgefallenen Rezepten aus den Partnerbetrieben und den Hütten der Bergsteigerdörfer werden auch die Betriebe vorgestellt. Bei einem echten Bergsteigeressen darf auch der Verdauungs-„Spaziergang“ nicht fehlen – Vorschläge dazu inklusive.

Download: www.bergsteigerdoerfer.org/kulinarik

Bestellung: info@bergsteigerdoerfer.org

Ausgewählte Projekte rund um Kulinarik in den Bergsteigerdörfern

- Schmecktakuläres Almtal: schmecktakulaeres.almtal.at
- Wipptaler Genussspechte: www.wipptal.at/genussspechte
- Wipptaler Bergfrühstück: www.wipptal.at/bergfruehstueck
- Slow Food Travel Region Alpe Adria Kärnten: www.slowfood.travel
- So schmecken die Berge: bit.ly/so-schmecken-die-berge
- Projekte im Biosphärenpark Großes Walsertal: bit.ly/Biosphaerenparkprojekte
- Naturpark Weißbach: www.naturpark-weissbach.at/naturparkprodukte
- Sachranger Dorfladen: www.der-sachranger.de
- u. v. m.



Foto: Großes Walsertal Tourismus, M. Chmara

GOLDMÜNZE „AM HÖCHSTEN GIPFEL“

SO WEIT DAS AUGE REICHT



Die erste Münze der Serie „Naturschatz Alpen“ will hoch hinaus, in die Berge, in die Hohen Tauern, auf der Suche nach dem höchsten Gipfel. Sie wirft einen Blick auf den Großglockner, kunstvoll für alle Zeit in Gold geprägt. Was könnte schöner sein? Nur die Alpen selbst. Erhältlich in Geldinstituten, in den Filialen des Dorotheums, in ausgewählten Filialen der Österreichischen Post AG, im Münzhandel, im Münze Österreich-Shop Wien sowie unter www.muenzeoesterreich.at.
MÜNZE ÖSTERREICH – ANLEGEN. SAMMELN. SCHENKEN.



↑ Wunderschöne Winterstimmung neben dem Wolayerbach. Foto: W. Flörl

Hubertuskapelle

vom Weiler Wodmaier

Wunderschöne einsame und flache Schneeschuhwanderung im Lesachtal, inmitten des Karnischen Hauptkamms. Einige herrliche Schneeschuhwanderungen sind vom Ausgangspunkt Wodmaier zu bewältigen. Nach Aigen oder über Nostra zur Nostraalm, oder wer es gerne länger hat, über Birnbaum zum Grifitzbühel. Für jeden Geschmack ist etwas dabei. *Werner Flörl*

Vom Parkplatz beim Alpenhotel Wolayersee der Beschilderung Hubertuskapelle folgen, den ersten Abschnitt kann man über ein Feld abkürzen, danach folgt man überwiegend der Forststraße ins Wolayertal. Vorsicht ist bei den Lawenstri-

chen der Plasseierschlucht und des Breitlahner geboten. Wir folgen der Forststraße, bis sich das Tal weitert. Von hier hat man herrliche Ausblicke rund um die Gipfel des Wolayersees. Der Monte Coglians ist der höchste Gipfel im Talschluss. Nach ca. 30 Minuten

verengt sich das Tal wieder und kurze Zeit später erreicht man einige große Felsblöcke. Hier biegt man nach rechts ab zur Hubertuskapelle. Beim Rückweg verwenden wir die Forststraße auf der orographisch linken Talseite und wandern wieder hinaus

zu den weiten Flächen. Bei der nächsten Forststraße biegen wir rechts ab und erreichen wieder unseren Aufstiegsweg. Von hier zurück zum Ausgangspunkt. ❄️



Toureninfos

Anreise

Mit den Öffis

Norden: Von Linz mit der Bahn bis Salzburg (eventuell umsteigen) und weiter über Bischofshofen nach Spittal/Millstätter See (umsteigen). Von Spittal weiter mit der Bahn nach Oberdrauburg. Mit dem Bus Nr. 5052 nach Kötschach, wo man in den Bus Nr. 5050 ins Lesachtal umsteigt.

Osten/Süden: Von Wien oder Graz mit der Bahn über Villach (umsteigen) bis nach Kötschach. Von dort mit dem Bus Nr. 5050 ins Lesachtal. Oder mit der Bahn bis Oberdrauburg und weiter mit dem Bus Nr. 5052 nach Kötschach, wo man in den Bus Nr. 5050 ins Lesachtal umsteigt.

Westen: Mit der Bahn von Bregenz/Innsbruck über den Brenner, Franzensfeste, Bruneck nach Tassenbach. Dort umsteigen in den Bus Nr. 4416 und weiter ins Lesachtal.

Mit dem Auto

Norden: Von Linz auf der A1 nach Salzburg und weiter auf der A10 bis zur Ausfahrt Spittal/Millstätter See. Auf der B100 weiter bis Oberdrauburg und dort in südlicher Richtung auf der B 110 über den Gailbergsattel nach Kötschach-Mauthen. Über die B111 erreicht man schließlich das Lesachtal.

Osten: Von Wien auf der A2 nach Graz und weiter bis zur Ausfahrt Hermagor. Nun auf der B111 bis Kötschach-Mauthen und in westlicher Richtung in das Lesachtal.

Westen: Von Bregenz/Innsbruck auf der A12 bzw. A13 zum Brenner und auf der A22 über Sterzing bis zur Ausfahrt Brixen. Nun auf der E66 über Bruneck und Innichen bis Sillian. Kurz nach Sillian zweigt die B111 in östlicher Richtung in das Lesachtal ab.

Anfahrt bis zur Ortschaft Podlanig, hier zweigt die Straße zum Wodmaier und dem Alpenhof Wolayersee ab.

Talort/Ausgangspunkt

Podlanig, von hier Richtung Wodmaier.

Tourdaten

450 Hm, 9,6 km, ca. 4:00 Std., Schwierigkeit: leicht

Autor

Werner Flörl

Empf. Kartenmaterial

NEUE AV-Karte „Karnischer Hauptkamm West“ 57/1, 1:25.000

Kartenausschnitt

Outdooractive-Kartographie

Tourenbeschreibung auf alpenvereinaktiv.com
www.alpenvereinaktiv.com/de/tour/9407738

Sicherheitshinweise für die Tour: Die Lawenstriche der Plasseierschlucht und des Breitlahner sind zu beachten, daher vor der Tour über die aktuelle Lawinensituation informieren.

Bergauf-Hinweis zu Tourentipps

So bunt wie die Leserschaft unserer Mitgliedszeitschrift, so unterschiedlich unsere Tourentipps. Im Bergauf finden Sie einfache Wanderungen genauso wie anspruchsvolle Bergtouren. Teilweise verlaufen die Routen auf breiten, markierten Wegen, teilweise auf schmalen, ausgesetzten Steigspuren oder sogar weglos. Sie, unsere geschätzten Leserinnen und Leser, bringen ganz unterschiedliche Könnenstufen mit und wir versuchen, dies in den Tourentipps abzubilden. Deshalb bitte die Beschreibungen auch auf der Webseite von alpenvereinaktiv.com aufmerksam lesen, die Fotos anschauen und auf der Karte selbst ein wenig recherchieren. So finden Sie heraus, ob der jeweilige Tipp für Sie passt und ob die aktuellen Wetter- und Schneebedingungen die Tour zulassen.



Roman Rohrmoser shot by Tom Klocker

hybrid Steigfelle



empfohlen vom
Verband der
Österreichischen
Berg- und Skiführer



Der Nockberge-Trail

Skidurchquerung für Genießer

Mehrtägige Wanderungen in freier Natur mit Übernachtungsmöglichkeiten entlang der Strecke erfreuen sich großer Beliebtheit. Das zeigt nicht nur die stetige Nachfrage nach Mehrtagestouren wie etwa dem Tiroler Adlerweg, den zahlreichen Themen- und Weitwanderwegen in den Alpen und dem Alpe-Adria-Trail zwischen Kärnten, Friaul-Julisch Venetien und Slowenien. Auch im Winter ist die Nachfrage nach mehrtägigen Outdoorerlebnissen groß und hier boomen besonders die Skitouren.

Peter Angermann

Aber keine Sorge, es müssen am Anfang nicht so herausfordernde Mehrtagestouren wie die Haute Route oder die Sellrainer Skirunde sein. Diese Hochtourenenerlebnisse in den Dreitausendern sind den Profis vorbehalten. Seit einigen Jahren gibt es für weniger Ambitionierte in den Kärntner Nockbergen eine sanfte Alternative. Und wer weiß, vielleicht steht schon in einigen Jahren die Weißkugel am Tourenprogramm.

Der „Nockberge-Trail“ führt in vier Tagesetappen von Katsch-

berg, einem Ortsteil der Marktgemeinde Rennweg an der Kärntner Landesgrenze zu Salzburg, über den UNESCO-Biosphärenpark Nockberge bis in den Wintersportort Bad Kleinkirchheim, wo die Tour in den dortigen Themen ihren entspannenden Ausklang finden kann.

Die Nockberge sind bekannt für ihre sanften Gebirgszüge, erinnert ja bereits der Name der Landschaft mehr an die zarten Salzburger Nockerln als an die steilen und schroffen Wände der Wildspitze in den Ötzta-

ler Alpen. Was den Nockberge-Trail aber besonders auszeichnet, ist die Möglichkeit, lange und kräfteaubende Anstiege auch mit dem Lift zu bewältigen und das Gepäck per online buchbarem Shuttle entlang der Tour mitreisen zu lassen. Tagsüber verbleibt dann nur das Tagesgepäck im Rucksack und es bleibt Raum für das Erleben von sanften und naturbelassenen Winterlandschaften, wie man sie sonst nur in den weiten Landschaften Nordnordens erwartet.

4x 1.000 Höhenmeter warten

Trotzdem ist der „Nocktrail“ nichts für Untrainierte. Die Tagesetappen haben es mit ihren durchschnittlich sechs Stunden reiner Gehzeit und – ohne Benutzung der Lifte – täglich rund 1.000 Höhenmetern im Anstieg in sich. Eine ausreichende Grundlagenausdauer sollte man in diesen Teil der Gurktaler Alpen daher schon mitbringen.

Die erste Etappe hat ihren Ausgang entweder direkt im



← Skitour Falkert und Hundsscharte. Foto: M. Steinhäler | tinefoto.com

links am Beschneigungsteich vorbei zum 75 Meter tiefer gelegenen Teuerlnockgipfel. Von hier dann weiter am Osthang des Teuerlnock in das rund 600 m tiefer gelegene Laußnitztal und nach Überquerung des Baches wieder leicht ansteigend zur Ebenwaldhütte. Danach geht es wieder bergab, um dann gleich wieder in rund 600 Höhenmetern zum Gipfel der Schwarzwand aufzusteigen. Überhaupt ist die ganze Tour ein ständiges Auf und Ab mit sanften Anstiegen und ziemlich unschwierigen, langen Abfahrten, die teilweise über unberührte Hänge führen und teilweise auch den Pistenbereich der nicht überlaufenen Familienskigebiete Innerkrems, Turracher Höhe und Falkert berühren. Allesamt ein abgerundetes Tourenskierlebnis

in den Heimatbergen der „Nockis“, besser bekannt unter ihrem Künstlernamen Nockalm Quintett. Nach den Gipfeln Gaipa- und Zechnerhöhe (rund 2.190 m Seehöhe) wartet nach 6 Stunden Skitourenerlebnis noch eine mehr als 600 Höhenmeter lange Abfahrt auf den präparierten Pisten der Talabfahrt Zechnerhöhe ins Tagesziel Innerkrems.

Am Königsstuhl im Dreiländereck

Am nächsten Morgen entweder knapp 600 Meter Aufstieg entlang der Skipiste über die Sauereggalm oder, bequemer, mit der 4er-Sesselbahn auf den Grünleitenock (2.160 m) zum eigentlichen Start der Etappe des zweiten Tages. Von hier in südöstlicher Rich-

Ort Katschberg auf rund 1.650 Metern Seehöhe oder am Aineck, nach einer Auffahrt mit der Sesselbahn bis in eine Höhe von 2.200 Metern. Von der Bergstation der Sesselbahn geht es zunächst in südlicher Richtung etwa 1 ½ Kilometer sanft abfallend,

**We focus
on 100%
CO₂ neutrality.**

#mymountainpassion





↑ Blick zum Königsstuhl, Etappe 2. Foto: F. Gerdl

tung zunächst auf der Skipiste zur rund 100 Meter tiefer gelegenen Grünleitscharte. Ab da geht's dann wieder mit den Fellen weiter in südöstlicher Richtung zum höchsten Punkt der Tagesetappe zum Königsstuhl auf 2.236 Metern. Der Königsstuhl liegt am Dreiländereck der Bundesländer Salzburg, Steiermark und Kärnten und der Gipfel bietet einen fantastischen Panoramablick in Richtung Westen zum Großglockner, zum nördlich gelegenen Dachsteingebirge, bis zu den Karawanken, den Steiner Alpen und dem markanten Felsmassiv des Triglav in den Julischen Alpen im Süden.

Nach einer Gipfelrast dann weiter am Höhenrücken in südlicher Richtung über den Karlnock – nach einer kurzen Abfahrt – zur Stangscharte. Von hier geht es dann wieder etwas über 200 Höhenmeter am Nordwestrücken zum Gregerlnock mit seinen beinahe 2.300 Metern Seehöhe. Dann am Bergrücken in nordöstlicher Richtung und 400 Höhenmeter abwärts zur Pregathütte und noch ein kurzes Stück weiter hinunter ins Tal zum Winkleralmbach. Über die Winkleralm erreicht man nach rund

200 Höhenmetern unschwierigen Anstiegs über ein Zirbenwäldchen das Skigebiet Turrach und den 1.800 Meter hoch gelegenen Ort Turracher Höhe zum Übernachten.

Ein ständiges Auf und Ab

Der dritte Tag führt von der Gemeinde Turracher Höhe auf den 400 Meter höher gelegenen Kornock. Auch hier besteht die Auswahl aus zwei möglichen Alternativen: entweder mit den Steigfellen entlang der Piste oder mit dem Lift, der Kornockbahn, auf 2.193 Meter bis knapp unter den Gipfel des Kornocks. Von dort dann kurze Zeit auf der Piste zurück zum gestrigen Einstieg in den Pistenbereich und entlang der Aufstiegsspur wieder zurück über die Winkleralm zum Grund des Tales, dem Winkleralmbach auf rund 1.700 Meter Seehöhe. Im Anschluss geht es dann mit den Fellen auf der Abfahrtsspur von gestern wieder zurück zur Pregathütte und nach insgesamt etwa 200 Metern Anstieg vom Talboden auf die Pregatscharte. Wie gesagt, ein ständiges Auf und Ab in den Nockbergen; da-

zwischen aber viel unberührte Natur im Biosphärenpark.

Weiter zunächst am Forstweg und dann auf der winterlichen Nockalmstraße – diese ist im Winter für den Kraftfahrzeugverkehr gesperrt – bis zur Höhe des Windebensees, wo man die Straße in westlicher Richtung verlässt. Weiter über Steinhöhe und Hundsfeldscharte ins Skigebiet Falkert zur dritten Nacht.

Bad Kleinkirchheim ist das Ziel

Nachdem wir uns jetzt schon daran gewöhnt haben, beginnt auch der vierte Tag mit einer gemütl-

chen Liftfahrt. Mit dem Falkertlift geht's beinahe ganz bis hinauf zum Falkertköpfl. Von hier wieder zurück zur Hundsfeldscharte und etwas weniger als 400 Hm hinunter zur Hundsfeldhütte (1.900 m). Weiter zum im Jahr 1950 vom Österreichischen Alpenverein erbauten Falkert-Schutzhaus – es steht seit rund 40 Jahren im Eigentum der früheren Pächter, der Familie Gritzner aus dem nahegelegenen Maltatal – auf 1.557 Metern Seehöhe.

Das Falkerthaus ist auch im Winter bewirtschaftet und lädt vor dem letzten großen Anstieg am Nockberge-Trail auf den 2.226 Meter hohen Mallnock zu einer Stärkung ein. Vom Mallnock führt die Abfahrt direkt bis zur Bergstation der Brunnachbahn ins Skigebiet Bad Kleinkirchheim. Und mit den Liften zum Wiesernock und über die Pistenabfahrten Priedröf und Sonnwiesen ist man beinahe schon in der Therme und am Ziel der Tour in Bad Kleinkirchheim. ❄️

Peter Angermann ist Obmann des Alpenvereins Mallnitz in Kärnten.

Nockberge-Trail

Infos für Skitourengeher

Die beste Zeit für den Nockberge-Trail ist der Hochwinter von Jänner bis März. Die Touren sind nicht schwierig, man sollte aber Skitourenenerfahrung und eine gute Kondition haben. Bei schlechter Sicht ist die Orientierung schon eine Herausforderung, daher sollte die Möglichkeit einer Tour mit Bergführer in Betracht gezogen werden. Die Details zu den Etappen und weitere Toureninfos findet man im Internet unter www.nockberge-trail.com (unter dieser Adresse kann die ganze Tour auch online gebucht werden).

Anreise mit Öffis auf den Katschberg ist möglich, aber nicht ganz einfach.

Anreise mit dem Auto: Über die Tauernautobahn zur Passhöhe am Katschberg (Rücktransport ab Bad Kleinkirchheim buchbar). Weitere Online-Infos zur Tour findet man im Internet unter zahlreichen Einträgen zu „Nockberge-Trail in Kärnten“.

**LIVE.
SKI.
REPEAT.**

PIEPS
TECHNOLOGY



Der neue JetForce Pro

Kleiner, leichter, raffinierter: Der JetForce Pro Lawinenairbag ist die nächste Evolutionsstufe unserer JetForce-Serie. Updates werden ab sofort über Bluetooth durchgeführt, und dank Modulsystem lässt sich der schlanke Rucksack flexibel als 10L, 25 L, 35 L oder 25 L Splitboard Rucksack verwenden. Fazit: ein vielseitiger Begleiter, der im Gelände für mehr Sicherheit sorgt.

BLACKDIAMONDEQUIPMENT.COM



Schneller und besser gefunden werden mit dem

PIEPS FASTEST RESCUE SYSTEM



PIEPS
MICRO BT sensor



Sensor-
Technologie



PIEPS
iPROBE BT



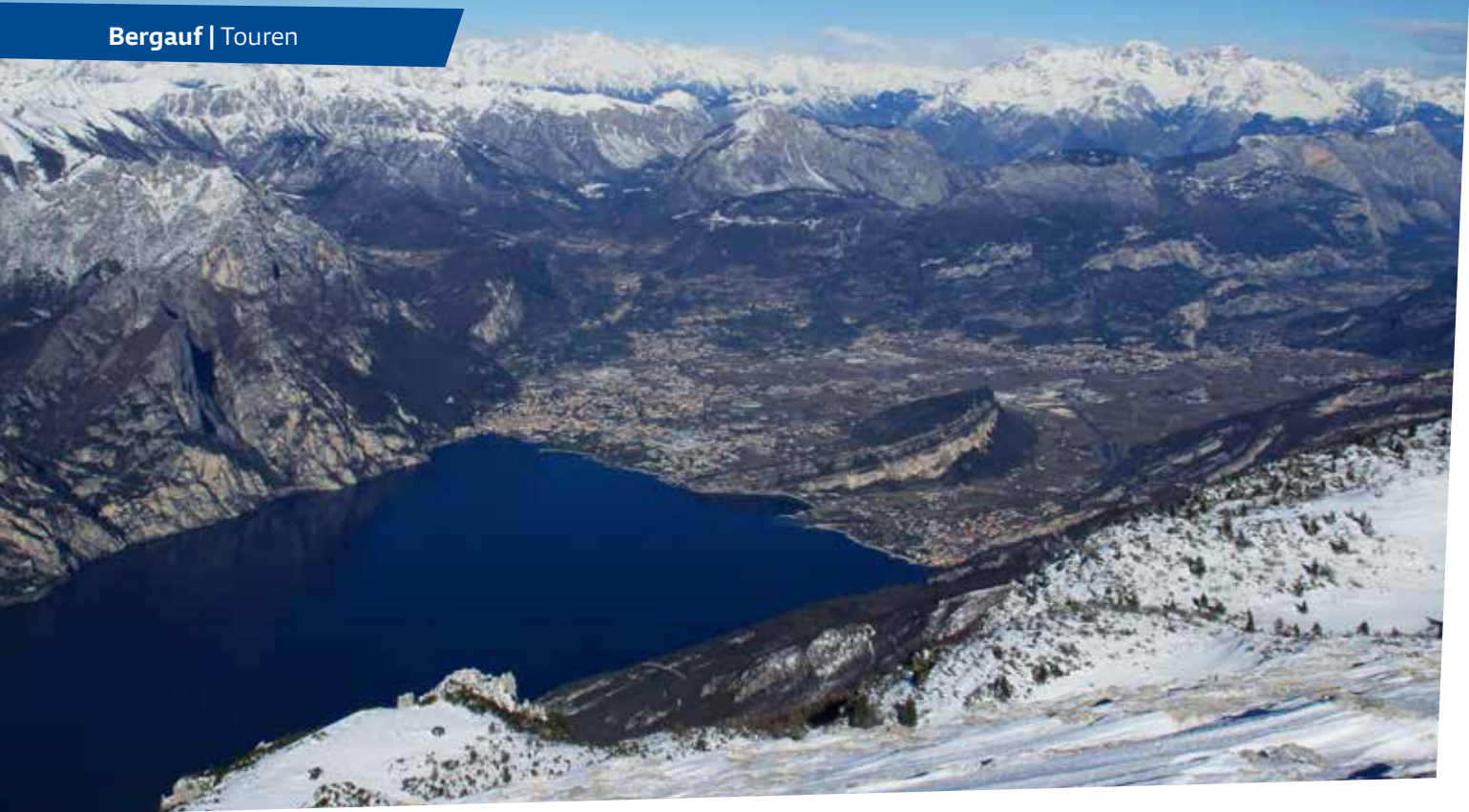
60% Zeitersparnis bei
Feinsuche & Sondieren



PIEPS
SHOVEL C 660



Quick-Lock-
System



Am Meer der Tiroler

Firnvergnügen „al Lago“

Sommer, Sonne, Strand. Das sind in Bezug auf den Gardasee wohl die Assoziationen schlechthin. Daneben bringen Sportbegeisterte noch athletische Schlagworte wie Klettern oder Surfen ein. Das war's dann aber. Entsprechend der grundsätzlichen Ausrichtung hin zur warmen Jahreszeit ist der Gardasee im Winter quasi passé. Leider! Kann man doch auch dort bestens ausleben, wonach man hierzulande bei Schnee frönt: Skitouren gehen. *Alexander Hundertpfund*

Die Idee, die Berge rund um den Gardasee per Ski unsicher zu machen, ist zwar auch bei uns kein Geheimtipp mehr. Dennoch ist es alljährlich nur eine Handvoll, die von jenseits des Brenners ein derartiges Unterfangen auch wirklich in die Tat umsetzt. Schade eigentlich, denn im Grunde spricht nichts dagegen, den blauen Wassern des Gardasees per Ski entgegenzugleiten. Ganz im Gegenteil: Ein Unterfangen, das überaus lohnend ist.

Kleiner Radius, tolle Auswahl

Schnee ist die Grundvoraussetzung. Klar. Und diesen gilt es natürlich abzuwarten. Im Zeitalter von Digitalisierung, Webcams und anderer moderner Kommunikation ist es jedoch ein Leichtes, zu eruieren, wann bzw. ob er auch dort im Süden ausreichend vorhanden ist. Im langjährigen Mittel hat sich besonders der Februar als jener Monat herauskristallisiert, in dem für „Skitouren al Lago“ die

beste Schneelage ist. Die Kombination mit den dann schon frühlinghaften Temperaturen sorgt oft für sensationelle Tourenbedingungen.

Will man möglichst viele der Skitourenberge um den Lago di Garda besteigen, eignen sich die Ortschaften an dessen Nordende als Stützpunkt am besten. Riva, Torbole oder Arco offerieren auch im Winter Unterkünfte jeglicher Kategorie. Die Fahrtstrecken zu den meisten Ausgangspunkten halten sich von dort in akzeptablem Rahmen.

Atmosphärisch einzigartig

Eine der landschaftlich beeindruckendsten Gardasee-Skitouren ist jene auf den Monte Stivo (2.059 m). Fast den gesamten Aufstieg über hat man einen fantastischen Blick auf den See. Gepaart mit den Skiern an den Füßen, verleiht die Szenerie regelrecht ein Gefühl des Surfens. Die eher geringen 900 Aufstiegshöhenmeter sowie das nur wenige Dutzend Meter unterhalb des Gipfels gelegene

← Beeindruckend kontrastreich: Weitblick über das Nordende des Gardasees zu den mächtigen 3000ern im Norden.

↘ Mit etwas Glück offenbaren die Osthänge oberhalb der Malga Campo bereits im Februar Firnvergängen. Fotos: A. Hundertpfund

Rifugio Marchetti locken zahlreiche Sportler an – ob per Ski, Schneeschuhen oder pedes. Der Ausblick ist herausragend: Monti Lessini, die Brenta, die Adamello-Gruppe und tief unten Rovereto, das Etschtal und natürlich der Gardasee.

Ein Schauspiel der Extraklasse, um nicht zu sagen ein Privileg, erhalten jene, die ihre Stivo-Tour auf den späteren Nachmittag legen: Während das Westufer des Sees bereits im Schatten verschwunden ist, wirft die untergehende Sonne ihr sanftes Licht auf das Wasser. Abendrot überzieht den Himmel und reflektiert an den schneebedeckten Bergen. In dieser Stimmung taucht man ein in die perfekt geeigneten Skihänge des Stivo und gleitet stets dem See entgegen. Ein unvergleichliches Erlebnis!

Höchstes Skitourenziel

Der Gebirgsstock des Monte Baldo am Ostufer des Sees besteht aus einer Aneinanderreihung unzähliger Gratkuppen und Gipfel. Der höchste davon,

die Cima Valdrizza (2.218 m), ist ob ihres schroffen Gipfelaufbaus im Winter kein Skitourenziel. Anders bei deren Nachbarin, der Punta Telegrafo (2.200 m). Diese zweithöchste Erhebung am Monte Baldo ist skitechnisch ein Highlight. Allerdings gilt sie als recht anspruchsvoll. Durch rinnenartige Talverläufe, vorbei

an sperrenden Felsriegeln, über steile Schuttkegel und mit Querungen, bei denen Abrutschen zwingend verboten ist, geht es an ihrer Westflanke empor. Sichere Lawinverhältnisse sind also Voraussetzung. Eine spektakuläre Abfahrt ist aber auf jeden Fall vorprogrammiert, ob bei Pulver oder Firn.

Will man es weniger herausfordernd und dennoch hoch hinaus, bietet sich der Monte Altissimo di Nago (2.079 m) als ideale Alternative an. Diese klassische Skitour auf den nördlichsten Baldo-Gipfel offenbart angenehm breite und nur mäßig steile Abfahrtshänge. Die Kombination mit dem atemberaubenden 2.000-Meter-Tief-



Guntamatic-Evolution

Die Sensation unter den Heizungen!

Guntamatic setzt mit einer bahnbrechenden Wohnraum-Hybrid-Technologie neue Heizungs-Maßstäbe. Das innovative Konzept verbindet die Vorteile einer komfortablen und energiesparenden Luftwärmepumpe mit der hohen Effizienz einer Biomassefeuerung bei tieferen Minusgraden. Gleichmaßen steht das automatisch einschaltende Kaminfeuer für besondere Behaglichkeit und Entspannung in der kalten Jahreszeit. Natürlich bietet das System EVO auch perfekten App-Bedienkomfort, es kann auf Wunsch überschüssige Photovoltaikenergie speichern und ist bereits „smart grid“ vorbereitet.

Qualitäts-Hybridssysteme, -Pelletkessel oder -Holzheizungen von Guntamatic stehen für „5-Sterne“-Kundenzufriedenheit, niedrigste Betriebskosten und geringsten Verbrauch bei fairen Preisen und nachhaltiger heimischer Produktion in Österreich.

Weitere Infos auf www.guntamatic.com bzw. bei: office@guntamatic.com



GUNTAMATIC





Tourensteckbriefe

Skitouren am Gardasee

Monte Stivo (2.059 m): Vom Passo Sta. Barbara (1.169 m) bei Ronzo aus. 890 Hm, 2–2,5 Std., leicht.

Monte Altissimo di Nago (2.079 m): Von Bretonico/St. Giacomo (1.205 m) aus. 874 Hm, 2,5 Std., mäßig.

Punta Telegrafico (2.200 m): Vom Parkplatz Baito Scale (1.145 m) an der Via Prada Alta aus. 3–4 Std., 1.100 Hm, anspruchsvoll, steil.

Monte Costabella (2.050 m): Von der Prada Alta (1.005 m), Talstation Korblift aus. 1045 Hm, 2,5–3 Std., mäßig.

Cima Cornetto (2.180 m): Von Bondone Hochebene/Centro Sportivo (1.550 m) aus. 630 Hm, 2 Std., mäßig.

Anreise

Mit Öffis: Mit der Bahn bis Rovereto und weiter per Bus an den Gardasee.

Mit dem Auto: Auf der Autobahn bis Rovereto Süd, weiter auf der SS240.

Talorte

Riva, Arco, Torbole (Hotels haben auch im Winter geöffnet)

Kartenmaterial

Kompass WK 101 Rovereto – Monte Pasubio

Lawineninfo

www.lawineninfo.report

Beste Tourenzeit

Je nach Schneelage, zumeist Jänner bis März.

blick auf Riva und den Gardasee macht den besonderen Reiz dieser Tour aus. Da spielt es auch keine Rolle, dass dieser erst zum Schluss, vom Gipfel aus, möglich ist.

Die Weite ganz nah

Sowohl die unmittelbare Felsumgebung als auch die Nähe zu den mächtigen Massiven von Brenta und Adamello verleihen den nördlichen Monte-Baldo-Touren ein klassisch alpines Flair. Völlig konträr dazu stellt sich die Tour auf den Monte Costabella (2.050 m) dar. Bei diesem südlichsten Gipfel des Gebirgsstocks eröffnet sich dem Bergsteiger unmittelbar die Weite der Poebene. Über vermeintlich endloses Flachland schweift der Blick. Lediglich in der Ferne zeichnen sich die sanften Erhebungen des Apennin ab. Und an klaren Tagen erkennt man sogar die Adria.

Abgesehen von diesem für uns zureichend ziemlich ungewohnten Ausblick, entzückt bei der Costabella-Skitour ebenso das un-

mittelbare Ambiente. So startet man über Felder mit verstreuten Dornbüschen und Wacholderstauden, bevor die Landschaft in einen lichten Laubwald übergeht. Erst mit Erreichen der Almböden ab rund 1.450 m stellt sich wieder eine gewohnte Umgebung ein. Offene Berghänge, die Trasse eines kleinen Sesselliftes mit einer vielleicht sogar dezent präparierten Piste daneben und eine „Skihütte“ – das Rifugio Chierigo – an der Bergstation. Nur Skifahrermassen ist man daheim erheblich mehr gewöhnt. Zu guter Letzt leitet ein relativ breiter Rücken unschwierig zum Gipfel. Kreuz ziert diesen leider keines. Dafür prangt ein steinernes Panorama-Rondell, das zumindest gegen Wind angenehmen Schutz bietet.

Auf der Bondone-Hochebene

Verlässt man den Stützpunkt Riva del Garda in nördliche Richtung, führt das Tal der Sarca Richtung Trient. Dessen Hausberg, der Gebirgsstock des Monte Bondone, bedient nicht nur eine ganzjährig befahrbare Straße, dort findet sich auch ein – für diese mediterrane Gegend sogar recht attraktives – Skigebiet. Eine Tour auf dessen höchsten Punkt, den



←← Mannigfaltig und abwechslungsreich, so zeigen sich die meisten Skitouren um den „Lago“.

← Ideal in Hangneigung und Panorama: Am Monte Stivo geben sich vielerlei Wintersportler ein Stelldichein. Fotos: A. Hundertpfund

kulinarischen Freuden anregend ist, die Cima Cornetto (2.180 m) als Gipfelziel zu wählen. Fakt ist jedenfalls: Es ist ihrer – noch relativ sanften – Topographie geschuldet, dass sich dieser höchste der Tre Cime am besten für eine Skibesteigung anbietet. Obwohl die Routenbeschreibung „sperrende Felsen, die kurzes Ausweichen in die Westflanke fordern“ und eine „ausgesetzte Querung unmittelbar vor dem steilen Schlussgrat“ inkludiert, sollte die Tour für versierte Tou-

rengeher ohne größere Schwierigkeiten umsetzbar sein – und nicht zuletzt wegen der Vielzahl an ungewohnten Impressionen ein „Grande Finale“ des Winterausfluges in die Berge am Gardasee bieten. ❄️

Mag. Alexander Hundertpfund studierte Geographie in Innsbruck. Heute ist er neben seiner Tätigkeit als Marketing-Fachmann als Alpinjournalist, Buchautor und Bergwanderführer tätig.

Il Palone (2.096 m), bietet sich sohin an. Ob der vorhandenen Pisten allerdings wohl lediglich als Schlechtwetterprogramm. Südlich der Bondone-Hochebene prangt ein weit schöneres Ziel. Die Tre Cime di Bondone sind ob ihrer Lage fern der Lifte nur

wenig frequentiert. Zudem sind sie landschaftlich immens reizvoll. Der durch ihr Felsoval umschlossene Talkessel erinnert an mächtige Pendants in den Pyrenäen oder Kanada.

Schwer zu sagen, inwieweit die Namensgleichheit zu eisig-

Gerade beim intensiven Laufen Open Window Effekt beachten



Laufen ist die ursprünglichste aller Sportarten. Ambitionierte Läufer können ihre Leistung durch maßgeschneiderte Mikronährstoffe kraftvoll unterstützen. Nicht nur während des Laufs, sondern auch danach.

Denn intensiver Sport kann Spuren in unserem Körper hinterlassen. Anspruchsvolle Routen, lange Trainingsläufe oder Wettkämpfe fordern unser Immunsystem besonders – bis hin zum berühmten „Open Window Effekt“, der ausgerechnet nach ausgiebigem Laufen die Abwehrkräfte schwächen kann. Bis sich das wieder legt, können oft mehrere Tage vergehen. Die maßgeschneiderten Nährstoffe in Ökopharm® SportAktiv sorgen mit

hochdosiertem Vitamin C aus der Acerolakirsche und den Spurenelementen Zink und Selen für die Stärkung und Aufrechterhaltung des hochaktiven Immunsystems des Sportlers.¹ Ökopharm® SportAktiv liefert aber auch den Muskeln essenzielle verzweigt-kettige Aminosäuren (BCAA) und L-Arginin. Duales Magnesium sorgt für die kurz- und langfristige Versorgung der Muskulatur² mit Magnesium, gleicht schweißbedingte Magnesiumverluste aus und

unterstützt so gezielt die Regeneration der Muskeln³. Die Plantovir®-Formel, ein wertvoller Extrakt aus der Zistrose, rundet den Wirkkomplex ab. So trägt der Magnesium-

Immun Komplex von Ökopharm® zur Unterstützung der Gesundheit und Fitness von Läufern bei und sorgt für den Vorsprung im Sport.

www.ökopharm.at WERBUNG

Wussten Sie, dass...

- ... ein durchschnittlicher Läufer pro Kilometer rund 102 Kalorien verbrennt. Eine Läuferin aber nur 89?
- ... Musik die Leistung beim Laufen um bis zu 15% steigern kann?
- ... dass ein Großteil der Läufer die Körperhaltung ändert, sobald ihnen ein attraktiver Läufer des anderen Geschlechts entgegenkommt?



Für Ihren Apotheker
PZN 5371787

**Ökopharm® SportAktiv
MAGNESIUM-IMMUN KOMPLEX**
Für starke Muskeln² und
ein starkes Immunsystem¹.

Erhältlich in Ihrer Apotheke.

¹ Vitamin C trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems während und nach intensiver körperlicher Betätigung bei. Dafür müssen täglich mindestens 200 mg Vitamin C zusätzlich aufgenommen werden. Zink und Selen tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. ² Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion. ³ Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei. Nahrungsergänzungsmittel. Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.



Mit ihren beiden Brüdern erlebte Ingeborg Guggenberger die Umgebung des Hochweißsteinhauses als einen „unendlich großen Spielplatz“. Foto: Archiv Familie Guggenberger

Hochweißsteinhaus

Liebe und Leidenschaft einer Familie

Generationenaufgabe am Karnischen Hauptkamm – früher der Vater, jetzt der Sohn. Zwischen beiden: Ingeborg Guggenberger, 36 Jahre lang Hüttenwirtin im Hochweißsteinhaus. Im Alpenvereinsjahrbuch BERG 2021 denkt sie zurück. *Ingeborg Guggenberger*

Für uns Pächterkinder war die Umgebung des Hochweißsteinhauses ein unendlich großer Spielplatz, dessen Radius sich jedes Jahr altersgemäß erweiterte. Als Kleinkinder reichte uns der umzäunte Garten bei der Hütte, später zog es uns an unser geliebtes „Hintobachl“, das wir mit Stauseen und Wasserrädern zu regulieren versuchten. Das Hausschwein war stets mit von der Partie, und unserer Aufgabe, die Milchkuhe zum abendlichen Melken von der Almweide zu holen, kamen wir meistens gerne nach.

Als Schulkinder lockten uns die Felsblöcke unter den steilen Wänden des Hochalpls. Unser Vater führte uns auf alle umliegenden Gipfel, bis wir selber Courage und genügend Sicherheit hatten und er sein Einverständnis zu selbständigen Exkursionen erteilte. Trotzdem mussten wir schon als Schüler unsere Dienste in Küche und Service pünktlich antreten.

Karnischer Höhenweg bringt Gäste

Als ich das Hochweißsteinhaus 1984 übernahm, war die Tech-

nik noch leicht überschaubar. Sie bestand aus einem Benzinmotor zum Betreiben des Aufzuges, einem Lärchenholztrog mit einem Sieb als Trink- und Brauchwasserfassung, zwei Durchlauferhitzern zur Heißwasserbereitung und einem Gasherd mit Backrohr.

Der Karnische Höhenweg war wenige Jahre alt und brachte immer mehr Gäste auf die Hütten. Mit diesem einfachsten Equipment war die Arbeit bald nicht mehr zu schaffen. Was mein Vater durch sein handwerkliches Geschick an Verbesserungen geschafft hatte, versuchte ich

nun durch Eigeninvestitionen zu erreichen. Ich kaufte moderne Geräte für die Küche, stattete die Zimmer der Mitarbeiter mit neuen Möbeln aus und versuchte durch Paravents, den Gästen beim Waschen an den Waschbecken am Gang ein wenig Privatsphäre zu ermöglichen.

Die junge Wirtin hatte es schwer

Als blutjunge Wirtin, mit meinem Vater an der Seite, war es unglaublich schwierig für mich, einen neuen Weg der Bewirtschaftung

Alpenvereinsjahrbuch

Berg 2021

Alpine Themen für Menschen, die die Berge lieben

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 den Karnischen Alpen, BergFokus dem Wandern. Alpenvereinsmitglieder

erhalten dazu gratis die neu erstellte **AV-Karte 57/1 Karnischer Hauptkamm West** im Maßstab 1:25.000.

BERG 2021

ist für **EUR 20,90** bei Ihrer Sektion erhältlich (ISBN 978-3-948256-00-5).

BergWelten: Karnischer Kamm

Herausgeber: Deutscher Alpenverein (DAV), Österreichischer Alpenverein (ÖAV) und Alpenverein Südtirol (AVS); **Redaktion:** Anette Köhler und Axel Klemmer, Tyrolia-Verlag Innsbruck, 256 Seiten, ca. 285 farb. und ca. 25 sw. Abb., 21 x 26 cm, gebunden.

Bestellschein Berg 2021

Ich bestelle zum Mitgliederpreis von EUR 20,90 zzgl. EUR 5,40 Versand ... Exemplar(e) des AV-Jahrbuchs BERG 2021

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.

zu gehen. Sein Verständnis für eine umweltgerechtere Bewirtschaftung hielt sich in Grenzen und Streit war vorprogrammiert. Allerdings kam in den 1980ern auch bei mir dieser Gedanke nur spärlich auf. Lediglich das Verheizen der Plastikkanister konnte ich verhindern, indem ich sie für wichtige Zwecke beanspruchte.

Endlich, Mitte der 1990er-Jahre, kümmerte sich der neue Hüttenreferent sehr um die

südlichsten Alpenvereinshöfen, und 2009/2010 erfolgte die lang-ersehnte Generalsanierung mit dem Anbau für die Sanitäranlage, für Kläranlage und Technik. Große Photovoltaikflächen versorgen Hütte und biologische Kläranlage heute mit elektrischem Strom, bei Bedarf starten wir das Rapsöl-Blockheizkraftwerk. 2019, im letzten Jahr meiner Bewirtschaftung, stellte ich noch den Einkauf

von Obst und Gemüse um: vom örtlichen Lebensmittelgeschäft auf einen Gemüsebauern in der Region. Bei unseren Almhirten bekommen wir Frischmilch und Butter, Joghurt und Buttermilch stellen wir daraus selbst her. Logistisch sind diese Einkäufe oft eine größere Herausforderung – aber gut geplant lassen sich so Kunststoffverpackungen vermeiden und Autofahrten einsparen. ❄️

Ingeborg Guggenberger wuchs im Hochweißsteinhaus auf, das ihr Vater Pepi von 1950 bis 1983 bewirtete. Von 1984 bis 2019 leitete sie selbst den Hüttenbetrieb, den seit diesem Jahr ihr Sohn Marian führt. Sie ist Obfrau der Ortsgruppe „Die Karnischen“ im Alpenverein Austria.

Mehr zur Rubrik „BergWelten“ können Sie im Alpenvereinsjahrbuch BERG 2021 lesen.



NEU - DicloAkut® 1% Gel

Cool bleiben

schmerzlindernd & kühlend

In Apotheken erhältlich

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.





NEU

Lieferbar ab Mitte November.

T-SHIRT TWILIGHT SCHÖFFEL

Superweiches Baumwoll-T-Shirt mit aufgedrucktem Bergmotiv, 100 % Bio-Baumwolle.

Da.-Gr.: 34-44 (Graublau)

Hr.-Gr.: XS-XXL (Moosgrün)

€ 29,90



NEU

KURZARM-T-SHIRT Tage draußen

T-Shirt aus 100 % Bio-Baumwolle in limitierter Auflage zum Film der Alpenvereinsjugend „Tage draußen!“

Da.-Gr.: 34-44
He.-Gr.: XS-XXL

€ 19,90



NEU

TOURENHANDSCHUH ZANIER

Softshell-Handschuh mit Ziegenleder am Zeigefinger, Innenhand aus Amara mit Silikonprint, Neoprenbund mit Velcroverschluss, Isolierung aus Tirol-Wool.

Gr.: XS-XXL

€ 49,90



NEU

Lieferbar ab Mitte Dezember.

ALPENVEREINS-POLO SCHÖFFEL

Atmungsaktives Polo für Büro und Freizeit, 43 % Lyocell, 34 % Wolle, 23 % Nylon.

Da.-Gr.: 34-44 (Graublau)

Hr.-Gr.: XS-XXL (Dunkelblau)

€ 40,90



www.alpenverein.at/shop

Alle Preise sind Mitgliederpreise, inkl. UST, zzgl. Porto, Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Alpenvereins-Shop



MERINO-BEANIE SCHÖFFEL

Stylische Strickmütze mit Merinowolle, 50 % Merino, 50 % recyceltes Polyester, Grau.

€ 22,90



NEU

Lieferbar ab Anfang Dezember.

MERINO-SCHLAUCHTUCH BUFF

Nahtloses Schlauchtuch aus 100 % natürlicher und weicher Merinowolle, optimales Feuchtigkeitsmanagement, natürliche Geruchsresistenz und vielseitige Tragemöglichkeiten.

€ 23,90

BIWAKSACK PIEPS

2-Personen-Biwaksack, kleines Packmaß, zwei Kopfföffnungen, Belüftungsschlitze, auch als Sitzpolster oder für den behelfsmäßigen Abtransport verwendbar, ca. 500 g.

€ 82,90



NEU

Lieferbar ab Ende November.

STRICK-STIRNBAND SCHÖFFEL

Wärmendes, fleecegefüttertes Stirnband, 60 % Polyester, 28 % Polyacryl, 12 % Schurwolle; Futter: 68 % Polyester, 24 % Schurwolle, 8 % Polyacryl.

Farben: Hibiskus-Rot, Petrol

€ 24,90



NEU

Lieferbar ab Ende November.

STRICKMÜTZE SCHÖFFEL

Damenmodell: HibiskusRot, Fleecefutter innen. 60 % Polyester, 28 % Polyacryl, 12 % Schurwolle; Futter: 68 % Polyester, 24 % Schurwolle, 8 % Polyacryl.

Herrenmodell: Petrol, 50 % Schurwolle, 50 % Polyacryl; Futter: 68 % Polyester, 24 % Schurwolle, 8 % Polyacryl.

€ 31,90



Mehr Artikel online:

www.alpenverein.at/shop

shop@alpenverein.at
+43/512/59547-18

Alle Preise sind Mitgliederpreise, inkl. UST, zzgl. Porto.
Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.



TRINKFLASCHE EDELSTAHL

Flasche mit 750 ml Fassungsvermögen, aus reinem Edelstahl, absolut dicht, keine Farbzusätze, schadstofffrei.
H 25 cm, Ø 7 cm

€ 19,90

NEU

JAUSENBOX EDELSTAHL

Jausenbox aus Edelstahl, Deckel mit Gummidichtung, absolut schadstofffrei, 16 x 11 x 5 cm.

€ 24,90

G13 TRF | G15 TRF-SONNENBRILLE GLORYFY

Unzerbrechliche Gloryfy-Qualität, für Freizeit und Sport, Transformer-Gläser (anpassende Tönung zw. 55 u. 88 %), 100 % UVA/UVB-Schutz, Hartschalenetui.

Modell G13: unisex, transparent Grau

Modell G15: ideal für Damen, matt Braun

€ 143,90



SPIKES SNOWLINE

Optimaler Grip in jedem Gelände, ideal zum Winterwandern, Rodeln, Trailrunning oder Nordic Walking auf Schnee, 1 cm lange Spikes, nur 210 g/Paar, Edelstahl und Gummi, passt auf jeden Schuh.

Gr. M: 35–39

Gr. L: 39–43

Gr. XL: 43–46

€ 42,90



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





Way of Life!

Jetzt ist die Zeit für die bessere Technologie.



Jetzt ist die Zeit für Suzuki HYBRID.

Der Umwelt und Fahrfreude zuliebe: die intelligente Kombination aus Elektro- und Verbrennungsmotor.

Die Mild Hybrid Modelle von Suzuki sind effizient und trotzdem durchzugsstark. Denn die Kombination aus dem integrierten Startgenerator und einer extrem effizienten Lithium-Ionen-Batterie unterstützt den Motor beim Anfahren und Beschleunigen. So erhält der Antrieb im niedrigen Drehzahlbereich mehr Leistung, ohne Treibstoff zu verbrauchen. Überzeugen Sie sich selbst, jetzt bei Ihrem Suzuki Partner. Mehr Infos auf www.suzuki.at



Selbstaufladend



Kraftstoffeffizient



Umweltfreundlich

1 Suzuki = 1 Baum*
 Für jedes verkaufte Fahrzeug pflanzt Suzuki in Zusammenarbeit mit den Österreichischen Bundesforsten einen jungen Baum.
 * Die Pflanzaktion gilt nicht als CO₂-Kompensation, da keine zusätzlichen Waldflächen geschaffen werden.

Verbrauch „kombiniert“: 5,6-6,2 l/100 km, CO₂-Emission: 127-141 g/km*



* WLTP-geprüft.

Irrtümer, Druckfehler und Änderungen vorbehalten. Abbildung zeigt Modelle in Sonderausstattung. Symbolfotos. Mehr Informationen auf www.suzuki.at oder bei allen teilnehmenden Suzuki Händlern.

F Suzuki Finanzierung	5 Bis zu 5 Jahre Garantie	V Suzuki Versicherung	FIX Suzuki Fixpreis	A Made for Austria
---------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	------------------------------



Foto: F. Keck

Infos

Wir trauern um ...

... *Hans Bily*, Ehrenmitglied und langjähriges Vorstandsmitglied des Alpenverein Liesing-Perchtoldsdorf, verstorben am 2. September im 91. Lebensjahr.

... *Daniel Michael Punz*, langjähriger Tourenführer, Skikursbegleiter und Hochtourenleiter des Alpenverein Euratsfeld, tödlich verunglückt bei einer Bergtour in den Haller Mauern am 13. September 2020 im 30. Lebensjahr.

Chronik

Kärnten

Glocknerbiwak neu errichtet

Das Glocknerbiwak, wie wir es kannten, ist Geschichte. Nun steht eine neue Biwakschachtel auf 3.205 Metern Höhe unterhalb des höchsten Gipfels Österreichs. Bergsportler, die den Großglock-

ner von der Nordseite erklimmen möchten, finden in dem durch ein 12-Mann-Team in wenigen Tagen zusammengesetzten Biwak im Notfall Schutz und Sicherheit. Die alte Biwakschachtel, erbaut im Jahr 1957, war zu klein geworden und sanierungsbedürftig. Probleme hat es beim alten Biwak vor allem durch Feuchtigkeitsschäden und Verletzungen der Aluminiumhaut gegeben, die im Laufe der Jahrzehnte entstanden sind. Außerdem waren die Betten dort zum Teil von Schimmel befallen. Einheimische Bergführer, die den Zustand des alten, maroden Biwaks kannten, hatten bereits seit einigen Jahren darauf gedrängt, die Notunterkunft zu renovieren und zu erweitern. Der Kaiser Vittorio Messini war in den vergangenen Wochen sowohl an der Planung als auch am Neubau persönlich beteiligt. Er emp-

fand die alte Biwakschachtel als „glocknerunwürdig“ und freut sich nun über das neue Polybiwak nach dem Modell von Architekt Helmut Ohnmacht. Die Biwakschachtel in Oktagonform, die durch den Wind stets freigeblasen wird, bietet im Normalfall 15 und im Notfall auch mehr Menschen Platz.

Die Gesamtkosten liegen bei insgesamt 85.000 Euro. Für dieses kostenintensive Projekt unterstützte uns vor allem unser Partner SALEWA. Mit der Aktion #salewa3000 leistet er einen wichtigen Beitrag für die Renovierung des Biwaks. Für jeden bestiegenen 3.000er in den Alpen spendet SALEWA 5 Euro für das Bauprojekt. Auch private Spender hatten sich beteiligt. Ohne diese finanzielle Unterstützung wäre eine Renovierung kaum möglich gewesen.

Leserbrief

Bergauf 3-20, S. 76 ff.)

Neue Klettersteige in Österreich

Schon die Einleitung ist ein Konzentrat von Anlässen zur Verwunderung. Österreich kürt der Autor zum „Weltmeister im Verdrachten von Felswänden“ und es sei „gut so“, dass jährlich neue Eisenwege hinzukämen. Seine etwas obskure Begründung: Es stauten sich bereits die Massen und „der Boom scheint noch nicht zu Ende zu sein“. Ja, das ist genau die lineare Logik ambitionierter Straßenbauer: Wenn die Autos immer mehr werden und es dauernd zu lästigen Staus kommt, dann baut man halt noch mehr und breitere Straßen. Ökologie? Ästhetik? Aber bitte, wir sind gestandene Macher mit Blick für das Große, keine kleingeistigen Romantiker! Schier grenzenlos drängen die Phantasien des Autors nach „höher, weiter, schwieriger“. Ja, da wird das Kraxeln so richtig zu einem „anspruchsvollen Ge-



RESPONSIVE TECHNOLOGY

SELLA RESPONSIVE SKITOUREN JACKE



santabenteuer“. Unerschrocken dringt er bei seinem „eisenhaltigen Streifzug“ in Höhen vor, dass einem beinahe schwindlig werden könnte. Geil, wenn Österreich sich mit dem „schwierigsten Klettersteig Europas“ schmücken kann. Ob die Hornvipern unterhalb der Südwand des Schlossberges diesen Enthusiasmus für Superlative teilen? Ich wage dies zu bezweifeln. Vielleicht gibt es sie dort gar nicht mehr, wozu auch? Und so geht es munter weiter in dieser flotten Schreibe: „Ganz im Trend“ sei „der Action-Klettersteig“ und damit ja nicht die Gefahr der Langeweile aufkommt, wartet als belebende Attraktion ein „Schwingpendel“. Halt alles künstlich, aber dafür „spektakulär“. Die Zeiten der „Klettersteig-Neubau-Muffel“ (man beachte mit gebotener Ehrfurcht diese imposante Wortschöpfung!) im rückständigen Süden Österreichs sind ja gottlob vorbei und selbst ein Naturdenkmal wie die Klamm am Fuße der Turracher Höhe konnte „komplett verkabelt“ werden. Ja, da werden keine halben Sachen gemacht und das Klettererherz

hüpft vor lauter Freude. Auch der „Wilde Westen“ Österreichs kann mit upgedateten Highlights aufwarten, „Crazy Eddy“ beweist es. Merke: Nix kann uns aufhalten! Mein Resümee: Die Berge verkommen zusehends zum Rummelplatz, wirtschaftlicher Profit geht sehr oft vor Ökologie und Ästhetik. In den Satzungen des Alpenvereins ist die Rede davon, „die Schönheit und Ursprünglichkeit der Bergwelt zu erhalten“ und dass er „dem alpinen Natur- und Umweltschutz verpflichtet“ ist. Ich denke, der Alpenverein sollte anregen zu einer ganzheitlichen Begegnung mit den Bergen – im Ineinander von körperlicher Erfahrung, sinnlicher Wahrnehmung und geistiger Inspiration. Ich sehe den Alpenverein in der Verpflichtung zu einer kritischen Haltung gegenüber zeitgeistigen Strömungen. Dazu gehört das Bekenntnis zu einem entsprechenden Welt- und Menschenbild, in dem das Werthafte verortet ist – in der Verantwortung darüber, welche Gesinnung wir unseren Kindern vorleben und welche Welt wir ihnen hinterlassen.

Klaudius Hartl

Leser für Leser

Verloren

Jacke und Sonnenbrille – Am 8. September 2020 wurde eine schwarze Skinfit-Jacke und eine Sonnenbrille zwischen der „Roten Furka“ und der „Tällispitze“ verloren. Infos erbeten an Astrid Bargehr, Tel.: 0664/3169983.

Kamera – Am 8. August 2020 wurde im Bereich nordöstlich des Zirmsees (am Weg vom Hocharn), eine Canon 5D MKII (SN: 1330800951) mit einem 16–35-mm-Objektiv (SN: 159817) verloren. Infos erbeten an +43/664/73222273.

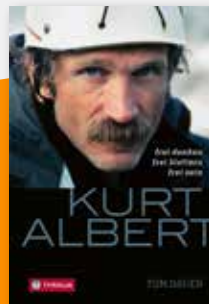
Brille – Optische Brille (Silhouette) mit leicht gebogenen Gläsern im Wald bei Gengsitsch/Glanz (Tamsweg) verloren. Infos tel. erbeten: +43/699/12171168.

Gesucht

Bergpartner – W, 40 sucht „multifunktionalen“ Begleiter für Tiefschnee, Firn, Grat, Loipe, Asphalt (RR/MTB), Wald- und Bergwege. Nicht aus Zucker, trotzdem genießbar ;-) stellato@gmx.at

Will mich verlieben ... darum sucht eine sportliche Frau einen humorvollen Mann zwischen 50 und 65 Jahren. Wohne im Raum Sbg./OÖ. Meine Aktivitäten sind Klettern, Skitouren, MTB, Reisen u. v. m. klettern.skitourenfreak@gmail.com.

Literatur



Tom Dauer

Kurt Albert

Frei denken – frei klettern – frei sein

336 Seiten, 109 farb. u. 34 sw. Abb., 22,5 cm x 15 cm, gebunden mit Schutzumschlag, ISBN 978-3-7022-3874-2, Tyrolia, 2020, EUR 29,95

Kurt Albert (1954–2010) war einer der größten und geistreichsten Kletterer und Bergsteiger aller Zeiten. Geboren in Nürnberg, zählte er zu den Pionieren der internationalen Freikletterbewegung, die im Frankenjura eines ihrer Zentren hatte. Mit der Erfindung des Rotpunkts schrieb Kurt Albert Klettergeschichte. Sein scharfer Verstand, seine Offenheit gegenüber Menschen und Ideen, seine Abenteuerlust und sein Witz machten ihn zum Mittelpunkt einer sportlich-gesellschaftlichen Subkultur, deren Einflüsse weit über das Klettern und Bergsteigen selbst hinausgingen. Mit ihr veränderten sich auch Traditionen, Werte und Denkmuster, Klettern wurde zum Breitensport, dessen ökonomische und ästhetische Bedeutung heute in vielen Teilen der Gesellschaft deutlich sichtbar ist. Mit zahlreichen Erstbegehungen hinterließ Kurt Albert seine Spuren in den Bergen der Welt.

NEU

NATURJUWEL GESÄUSE

Die Ennstaler Alpen mit den international anerkannten Schutzgebieten Nationalpark Gesäuse und Naturpark Steirische Eisenwurz sind ein besonderes Kleinod der Ostalpen. Denn was hier auf vergleichsweise engem Raum an Vielfalt und Lebensräumen kollidiert ist weithin einzigartig. Um dem Reichtum an Landschaftsformen und deren Fauna und Flora bildlich habhaft zu werden, bedurfte es eines Kollektivs zahlreicher Koryphäen: Nicht weniger als 30 Experten, darunter Berufsfotografen, semiprofessionelle Bildartisten und wissenschaftliche Berater, beteiligten sich an diesem einzigartigen Gemeinschaftsprojekt.

Auf 248 Seiten illustrieren rund 480 herausragende Bildkompositionen, was die Nationalparkregion Gesäuse zweifellos ist: ein wahrhaftiges Naturjuwel!
EUR 45,00 ISBN: 978-3-900533-91-5



NEU Juni 2020

KLETTERSTEIG-ATLAS ÖSTERREICH

Das beliebte und bewährte Standardwerk bereits in 6. Auflage (Juni 2020) - stark erweitert, mit vielen Aktualisierungen - jetzt ca. 470 Klettersteige u. gesicherte Steige in einem Band!

800 (!) Seiten, ca. 3.000 Fotos, präzise Topos, Ringbuch mit Tourenblättern zum Mitnehmen (inkl. Schutzhülle)!
EUR 49,95 ISBN: 978-3-900533-89-2

Und Vieles mehr:
Bergwander-, Kletter-, Klettersteig- u. Schitouren-Atlanten, Abenteuer, Alpinesgeschichte, Dokumentation,...
Mit der Erfahrung von Jahrzehnten!

www.schall-verlag.at



Thomas Hofmann

Abenteuer Wissenschaft Forschungsreise zwischen Alpen, Orient und Polarmeer

287 Seiten, mit 190 farb. Abb., 17,5 x 24,5 cm, gebunden, ISBN 978-3-205-21104-4, Böhlaus, 2020, EUR 27,99

Der Alltag von Naturforschern, ob auf hoher See, im Polarmeer oder im Hindukusch, ist reich an unerwarteten Erlebnissen und Ge-

fahren. Im Mittelpunkt steht die Frage nach der emotionalen, der menschlichen Seite der Forscher. Was erleben Naturforscher bei ihrer Arbeit vor Ort? Wie geht es Geologen, Geographen und Geodäten in den Bergen Afghanistans oder im Karakorum? Wie er- und überleben die Männer auf der Fregatte Novara Flauten und den Taifun zu Kaiser Franz Josephs Geburtstag am 18. August 1858 im offenen Ozean? Streikende Sherpas im Himalaya, reißende Gebirgsbäche, schlechte Straßen und Schwierigkeiten mit lokalen Behörden sind Überraschungen, die es immer gab und stets aufs Neue zu bewältigen sind. Neben Gefahren und Nöten gibt es auch feierliche Momente. Legendäre Äquatortauen auf hoher See werden ebenso lebendig wie das Zeremoniell beim Jahreswechsel im Polarmeer 1872/73, als der Champagner nur mehr ein Eisklumpen war.



Hans Egger

Bunte Steine Ausflüge in die Erdgeschichte zwischen Ybbs- und Trauntal

156 Seiten, durchg. farb. bebildert, 18,5 x 26 cm, Hardcover, ISBN 978-3-7025-0991-0, Verlag Anton Pustet, 2020, EUR 25,00

Spannend wie ein Krimi! Der geologische Bau der Alpen ist schon ein ziemliches Durcheinander. Gesteine, die räumlich und zeitlich weit voneinander entstanden sind, liegen heute nicht nur oft direkt nebeneinander, sondern auch übereinander und manchmal sogar verkehrt herum. Seit mehr als 200 Jahren arbeiten Geologen daran, die Geschichte dieser Gesteinsformationen in die richtige Reihenfolge zu bringen. Immer neue Beweise werden mit kriminalistischem Spürsinn gesammelt, um den Ablauf der Geschichte unserer Alpen noch genauer zu rekonstruieren. Die „Beweissicherung“ erfolgt in der freien Natur und hat schon früh das Interesse der Schriftsteller geweckt. Bereits 1857 beschrieb Adalbert Stifter in seinem Roman „Der Nachsommer“ zum ersten Mal in der Literaturgeschichte die Geländearbeit der Geologen. Der Titel des vorliegenden Buches ist dem Erzählband „Bunte Steine“ von Adalbert Stifter entlehnt.

Bergauf Impressum

Mitgliedermagazin des
Österreichischen Alpenvereins
Nr. 5 | 20, Jg. 75 (145)

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: Scott Sports
Italien, Aostatal, Courmayeur.

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.

Beiträge in Bergauf sollen nach Möglichkeit geschlechterneutral formuliert oder die Schreibweise mit dem „Gender Star“ (Autor*in) verwendet werden. Bei Texten, deren Urheberschaft klar gekennzeichnet ist, liegt es in der Freiheit der Autor*innen, zu gendern oder nicht.

Bergauf Nr. 1/21 erscheint
Anfang Jänner

Gefördert durch



PEFC-zertifiziert.
Dieses Papier stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen.
www.pefc.at



LÖFFLER

Klimaneutrale Produktion

Klimaschutz ist für Löffler schon seit jeher ein wesentlicher Bestandteil der Unternehmensstrategie.

Während für viele Unternehmen die Verlagerung vieler Produktionsschritte nach Fernost zur Norm geworden ist, produziert Löffler seit der Firmengründung verantwortungsvoll in Österreich und Europa. Nicht vermeidbare Emissionen werden über ein ausgewähltes – nach dem verified carbon standard (vcs) zertifiziertes – Klimaprojekt in Bulgarien kompensiert. Durch den vollständigen Ausgleich aller Emissionen produziert Löffler hochqualitative Funktionsbekleidung ab sofort klimaneutral und übernimmt Verantwortung gegenüber Mensch, Region und Umwelt.

www.loeffler.at



Warme Steppjacken in tollen Farben!

Die raffinierte, ultraleichte Alternative zur Daunenjacke



★★★★★
Das sagen Kunden:

„Superschicke Jacke!“
Eine tolle Jacke! Für jeden Zweck
einsetzbar! Gute Passform!
Mehr Bewertungen online

Obermaterial: 100% Polyamid
Futter/Wattierung: 100% Polyester



Damen

Damen Steppjacke

petrol	Art.-Nr. 62.246.503
beere	Art.-Nr. 62.246.516
türkis	Art.-Nr. 62.246.529
schwarz	Art.-Nr. 62.246.532

Größen						
36	38	40	42	44	46	48 50



beere

marine



Herren

Herren Steppjacke

marine	Art.-Nr. 62.246.545
blau	Art.-Nr. 62.246.558
anthrazit	Art.-Nr. 62.246.561
bordeaux	Art.-Nr. 62.246.574

Größen				
M	L	XL	XXL	3 XL

UVP*-Preis 99,-
Personalshop-Preis 29,99

NEUKUNDEN-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 A30220 mit 30 Tage Rückgaberecht

**25% Rabatt auf ALLES erhalten Sie auf
www.personalshop.com**



SO SPAREN SIE 25%:

1. Loggen Sie sich mit Ihrem PIN-Code **A30220** im Shop ein.
2. Ihr 25% Rabatt wird automatisch bei allen Artikeln berücksichtigt.
3. Schicken Sie Ihre Bestellung ab!

25%
**Neukunden-Rabatt
auf ALLE Artikel!**

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 einsenden an:
Servus Handels- und
Verlagsgesellschaft m.b.H.
Postfach 2, A-6050 Hall in Tirol**

Menge	Art.-Nr.	Größe	Artikelbezeichnung	NEUKUNDEN- PREIS
			Nordcap Damen Steppjacke	€ 22,49
			Nordcap Herren Steppjacke	€ 22,49

Bearbeitungs- und Versandkostenanteil € 5,99

Absender (Bitte deutlich ausfüllen): Frau Herr

Name, Vorname: _____

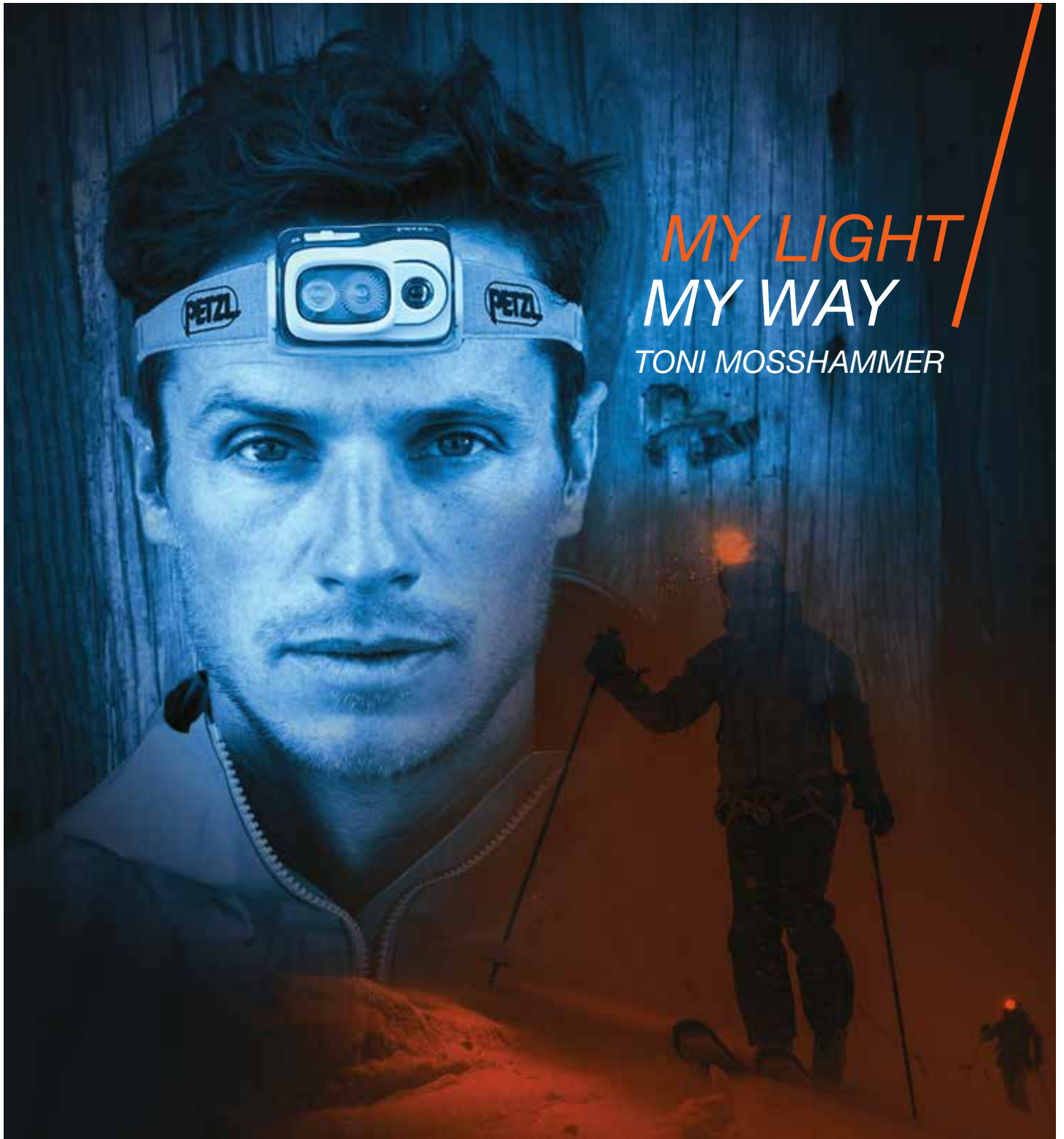
Straße / Nr.: _____

PLZ / Ort: _____

Geb. Datum: _____ E-Mail: _____

Wir verwenden Ihre E-Mail-Adresse, um Sie über Aktionsangebote zu informieren. Dem können Sie jederzeit widersprechen.

* Stattpreise 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



MY LIGHT
MY WAY

TONI MOSSHAMMER



Access
the
inaccessible®

SWIFT RL

900 Lumen



Reactive Lighting Technology



100 Gramm