

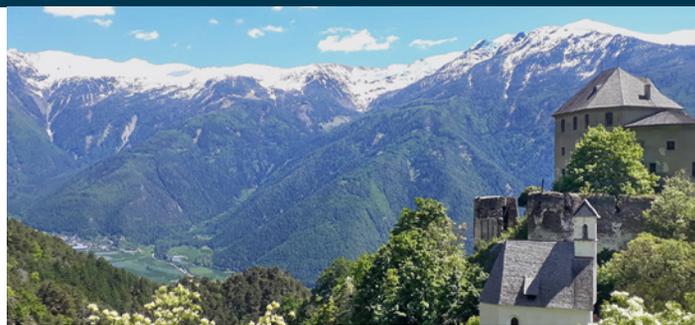
Kaunergrat

Hochalpin klettern

VANOISE Wandern im Nationalpark
DEUTSCHLAND Die große Runde
SICHERHEIT Standplatzbau
NATURWÄLDER Grüne Schätze
PORTRÄT Catherine Destivelle

REISE-HIGHLIGHTS IM HERBST 2021

DAV Summit Club GmbH
Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München
Telefon +49 89 642 40-0
info@dav-summit-club.de
www.dav-summit-club.de



WANDERTAGE IM VINSCHGAU – DIE SCHÖNSTEN TOUREN IM MARTELLTAL

ITALIEN

Genießen Sie ein paar wunderschöne Wandertage im Vinschgau, zwischen Apfelbäumen, Burgen und hohen vergletscherten Bergen. Interessantes erfahren Sie über die bergbäuerliche Kulturlandschaft im Nationalpark Stilfserjoch. Das 3-Sterne-Hotel Krone in Morter verwöhnt Sie mit internationaler und natürlich auch tiroler Küche.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

5 Tage
ab 595,-

Geprüfter Bergwanderführer • 4 x Hotel*** im DZ • 4 x Halbpension • Versicherungen*

5 Tage | 6 – 12 Teilnehmer

Termine: 15.09. | 22.09. | 29.09. | 06.10. | 13.10.2021

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ HHMORT



TRAUM-TRAILS IN UND UM LIVIGNO

ITALIEN

Livigno ist ein idealer Spielplatz für alle, die Auffahrten nicht scheuen und Abfahrten lieben, denn auf 1800 Metern Ausgangsniveau liegen die spektakulären Reviere in unmittelbarer Nähe. Diese Bike-Woche richtet sich an sportliche Biker und Trail-Fans, die Auffahrten bis zu 1200 Höhenmeter nicht scheuen und mittelschwere Trails in der Abfahrt suchen, um eindrucksvolle Landschaft und fahrerische Herausforderung optimal miteinander zu verbinden.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

7 Tage
ab 995,-

Deutsch sprechender einheimischer DAV Summit Club Bike Guide

• 4 x Hotel im DZ • 2 x Hütte im MBZ • 6 x Halbpension • Gepäcktransport zu den Hütten • abschließbare Bike-Garage mit Bike-Werkstatt im Hotel • Versicherungen*

7 Tage | 4 – 8 Teilnehmer

Termine: 22.08. | 12.09. | 26.09.21

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

EZZ € 150,-

www.davsc.de/ RAMLIV



GRUNDKURS FELS AUF DER MUTTEKOPFHÜTTE

ÖSTERREICH

Die sehr gut gelegene Mutteckpöföhütte bitte hierfür ein perfektes Ausbildungsgelände mit Klettergärten und auch längeren Mehrseillängentouren in der unmittelbaren Nähe der Hütte. Von der Trittschulung, Knotenkunde, Anseilen, Seilkommandos bis zu Standplatzbau und Sicherungstechnik wird Ihnen das notwendige Wissen vermittelt, um erste leichte Klettertouren anschließend selbstständig durchführen zu können.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

7 Tage
ab 945,-

Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer • 6 x Hütte • 6 x Halbpension mit inkl. Lunchpaket • Leihrüstung: Kletterausrüstung • Versicherungen*

7 Tage | 4 – 6 Teilnehmer

Termine: 01.08. | 08.08. | 15.08. | 22.08. | 29.08. |

05.09. | 12.09. | 19.09. | 26.09. | 03.10. | 10.10.2021

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

www.davsc.de/ GFLECH



NEU

ZWISCHEN FELSEN UND MEER – TAGESWANDERUNGEN AB FINALE LIGURE

ITALIEN

Die Blumenriviera südwestlich von Genua umarmt die gesamte Provincia Savona. Sie bietet atemberaubende Aussichten, eine üppige Natur und ist reich an Kultur und Geschichte. Unser Standort Finale Ligure ist bekannt als Eldorado für Outdoorsport und idealer Ausgangspunkt für unsere Wanderwoche. Vor der Tür funkelt das Meer, im Hinterland warten bis zu 1000 Meter hohe Berge. Wer Urlaub in den Bergen mit Meerblick liebt, ist auf dieser Reise genau richtig.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

8 Tage
ab 635,-

Deutsch sprechender Bergwanderführer • ab/bis Hotel in Finale Ligure • 7 x Hotel*** im DZ • Frühstück • Versicherungen*

8 Tage | 8 – 15 Teilnehmer

Termine: 04.09. | 25.09. | 17.10.2021

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

EZZ € 190,-

www.davsc.de/ ITFINA

Ausführliche Reisebeschreibungen und Buchung unter: www.davsc.de

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-194

„S ist wieder Sommer“ ...

... zwar nicht so völlig unbeschwert, wie es im Song der Spider Murphy Gang aus den 1980er Jahren anklingt, aber doch so erfreulich eindeutig, dass es richtig erleichtert. Das unterkühlte Frühjahr nach dem zähen Winter ist passé. Wir machen uns wieder lockerer, kehren zurück zum vermissten Leben, zur lieb gewordenen Normalität. Das gilt auch für Aktivitäten in den Bergen. Der viele Schnee ist selbst in den höheren Lagen gewichen, die Vorgaben für Berghütten wurden gelockert, die Reisebedingungen erleichtert. Schöne Sommertouren stehen bevor, zu denen viele aufbrechen werden. Damit das möglichst gedeihlich funktioniert, propagiert der DAV auch für diesen Sommer das **F.U.N.-Prinzip**, das neben dem freudigen Genuss an unsere Verantwortung appelliert – „freundlich“ zu den Mitmenschen, „umsichtig“ gegenüber den Gefahren des Bergsports und „naturverträglich“ da draußen (siehe auch S. 26/27). Wer seine Mobilität naturverträglich, klimafreundlich gestalten will, der wird sich über die aufwendig recherchierte Karte freuen,

Foto: Christof Herrmann



die einen Überblick über die **Anreiseoptionen mit Öffis** aus dem süddeutschen Raum in die Ostalpen bis zum Hauptkamm gibt (S. 8/9).

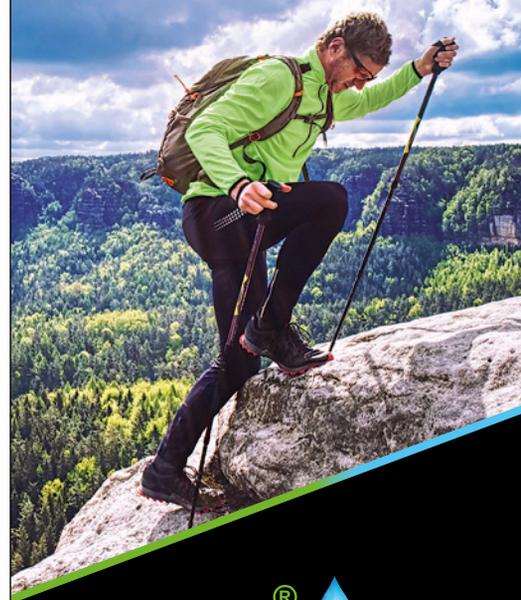
Unsere Anregungen für den Sommer reichen vom **alpinen Klettern am Kaunergrat** (S. 16) übers Bergwandern im Vanoise-Nationalpark (S. 34), vom Wandern im Fränkischen Bergland (S. 74), einer **außergewöhnlichen Deutschlandtour** (S. 68) bis zum Radausflug durch Württembergs Weinberge (S. 24) und einem Abstecher in die **Naturwälder Polens und Rumäniens** (S. 92). Ergänzt um relevante Informationen zum Gehen mit Stöcken, zu Bergseilen, Sportbrillen/Kontaktlinsen und zum Standplatzbau beim Klettern, wird in dieser Vielfalt hoffentlich Jede*r anregenden Lesestoff finden und sich inspirieren lassen.

Im DAV-Bundesverband schreiben wir künftig gendersensibel, das heißt vor allem kreativ, um kein bestimmtes Geschlecht herauszustellen, und nutzen dabei auch den Genderstern. Das hilft dabei, Vielfalt abzubilden und eigene Sichtweisen zu hinterfragen (siehe auch S. 100). Alles fließt, und nichts bleibt wie es war und ist. Machen wir uns locker und sind dabei aufmerksam, maßvoll, vernünftig. Damit dem schönen Sommer auch ein guter Herbst folgen möge. Das wünscht sich

Ihr



Georg Hohenester
Redaktion DAV Panorama



bioniedry
get your sportswear ready

**HOHE WASCHKRAFT
MIT GERUCHSSTOPP**



Erhältlich bei





DAV **Panorama**app

Im App Store und bei Google Play

alpenverein.de/
panorama-app



16

42

Catherine Destivelle

Titelthema: Klettern in den Öztalern? Am Kaunergrat gibt's grandiose Ziele.



Öztaler Alpen – Hochalpin klettern am Kaunergrat: Die Felsnadel im Schotterhaufen	16	Sicherheitsforschung – Standplatz (1): Der Standardstand für Plaisirrouten	50
Württemberg – Württemberger Weinradweg: Steile Lage, feine Strecke	24	Fitness & Gesundheit – Sportbrillen und Kontaktlinsen	56
Frankreich – Wandern im Nationalpark Vanoise: Ein Huhn der Sonderklasse	34	Knotenpunkt – Konsum: Was treibt uns dazu? Was er bewirkt. Wie kommen wir da raus?	59
Menschen – Catherine Destivelle: Eine Frau geht ihren Weg	42	Deutschlandtour – Anstößer, Auszogne und Abschneider	68
Wie funktioniert das? – Bergseile: Feiner Zwirn	46	Franken – Fränkischer Gebirgsweg: Glänzende Kleinodien	74
So geht das! – Wandern am Stock: Trekkingstöcke richtig einsetzen	48	Polen & Rumänien – Naturwald-Schutzgebiete: Nationalpark Białowieża und Făgăraș-Berge	92



Frankreich **34**

Deutschland **68**



Standards

Editorial: „S ist wieder Sommer“ ...	3
Augenblicke	6
Berg & Tal	8
Bergsport heute	26
Posteingang	67
Promotion: Reisenews	79
Promotion: Produktnews	84
Outdoorworld	86
Alpenverein aktuell	98
Vorschau und Impressum	106



Titelbild: **Silvan Metz**. Am Nordgrat der Verpeilspitze stecken fast unanständig viele Bohrhaken – Spaß macht's trotzdem. Oder deswegen.

% BERG RAUF PREIS RUNTER



CAMP Storm
Kletterhelm
„DAV-Edition“
Artikel-Nr:
490701 + 490702

~~69,95 €~~ ~~79,95 €~~
Mitglieder

59,95 € ~~75,95 €~~



CHIBA
Via Ferrata Extrem
Klettersteig-
handschuhe
„DAV-Edition“
Artikel-Nr: 415481

~~29,95 €~~ ~~34,90 €~~
Mitglieder

24,95 € ~~29,90 €~~



CAMP Energy CR 4
Klettergurt „DAV-Edition“
Artikel-Nr: 490735

~~49,95 €~~ **39,95 €**
Mitglieder

~~45,95 €~~ **34,95 €**



CAMP Kinetic Gyro
Rewind Pro
Klettersteig-Set
„DAV-Edition“
Artikel-Nr: 490721

~~119,95 €~~ ~~139,95 €~~
Mitglieder

99,95 € ~~129,95 €~~



CAMP Kinetic
Rewind Pro
Klettersteig-Set
„DAV-Edition“
Artikel-Nr: 490722

~~109,95 €~~ **89,95 €**
Mitglieder

~~99,95 €~~ **79,95 €**



Entdecken

Sich auf Unbekanntes, vielleicht auch Ungewisses einlassen; Neues entdecken; der Großartigkeit der Natur kompetent und mit offenem Herzen begegnen: Das gehört zu den Freuden, die uns der Bergsport schenken kann. Unser Titelfotograf Silvan Metz ist dafür ein bisschen früher aufgestanden als üblich – und hat diesen Reiz der Berge ergreifend schön eingefangen. Lesen Sie mehr von seinen

Erlebnissen am Kaunergrat ab Seite 16. *red*



Und lassen Sie sich persönlich davon erzählen in unseren Online-Extras:

alpenverein.de/panorama-4-2021

Mit Öffis zum Bergsport

Da geht doch was!

Mit dem Auto ist es am bequemsten? Mit Öffis ist Bergsport auf jeden Fall umweltfreundlicher – und ein dichtes Netz von Bahn- und Busverbindungen lädt ein zu kreativen Überschreitungen und Durchquerungen. Der ÖV-Aktivist Michael Vitzthum hat die Verbindungen zusammengestellt und gibt weitere Tipps.

Gut für Klima und Natur: Wer mit öffentlichen Verkehrsmitteln ins Gebirge fährt, leistet einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz. Ein großer Teil der CO₂-Emissionen des Bergsports entsteht durch die An- und

Abreise. Weniger Individualverkehr mit dem Auto bedeutet auch weniger Feinstaub, Mikroplastik, Lärm und Gestank in den Alpen.

Ein Herz für die Anwohner: In vielen alpinen Regionen ist die Belastungsgrenze durch den steigenden Verkehr längst überschritten. Staus und Parkplatzchaos stressen die Nerven der Einheimischen. Wer Öffis nutzt, senkt den Verkehrsdruck und beweist Rücksicht und Respekt.

Stärkung der lokalen Infrastruktur: Häufige Benützung lokaler Bahn- und Buslinien belegt die Nachfrage, dann bleiben sie auch für die Einheimischen erhalten und werden

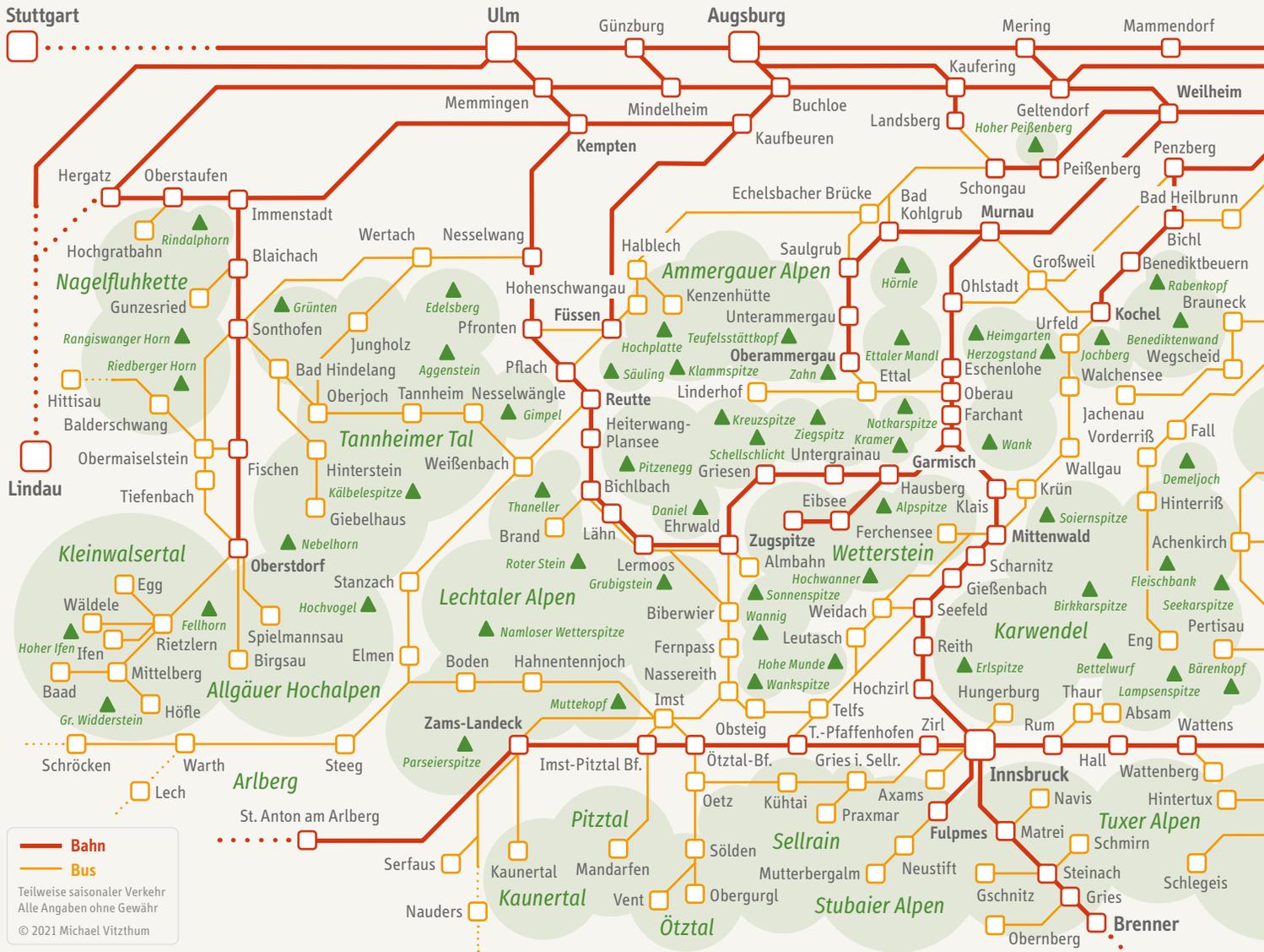
„Mach's einfach“ ist eine Kampagne des Projekts „Bergsport mit Zukunft“, die vom Bayerischen Umweltministerium (StMUV) gefördert und von Globetrotter und Vaude unterstützt wird.

alpenverein.de/Haltung-zeigen,
#machseinfach



in Zukunft ausgebaut statt eingestellt. Wer Geld in der Region lässt, stärkt die Akzeptanz des Tourismus – durch Übernachten statt Tagestrips, durch Nutzung der lokalen Gastronomie, durch Überbrückung von Wartezeiten per Einkehr oder Einkauf.

Kreative Tourenplanung: Warum immer nur die gleichen Touren ab Parkplatz, rauf und runter auf dem selben Weg? Öffis er-



Tipps & Tricks zum Abfahren

- > Apps erleichtern die Planung. Zur schnellen Buchung jeweils einen Account anlegen – und die Verbindungsvorschläge mehrerer Apps vergleichen. Bei Überschreitungen auch die Gegenrichtung checken – manchmal sind dann die Verbindungen günstiger.
- > Fahrpreise vergleichen: Bei grenzüberschreitenden Touren können jeweilige Inland-Tickets günstiger sein.
- > Zeitpuffer einplanen, vor allem zum Umsteigen und zur letzten Fahrt des Tages. Verspätungs- und Störungscheck vor dem Aufbruch.
- > Gepäck so reduziert halten wie möglich, dann geht man leichter. Bei gleichem Start- und Zielbahnhof Aufbewahrungsmöglichkeiten recherchieren.
- > Wartezeiten sind Chancen für Einkehr und Einkauf.

Mehr Tipps und die besten Apps auf alpenverein.de/panorama-4-2021

möglichen unterschiedliche Start- und Zielpunkte. So kann man antizyklisch oder in Gegenrichtung gehen und Hotspots vermeiden – und durch Überschreitungen und Durchquerungen selbst an bekann-

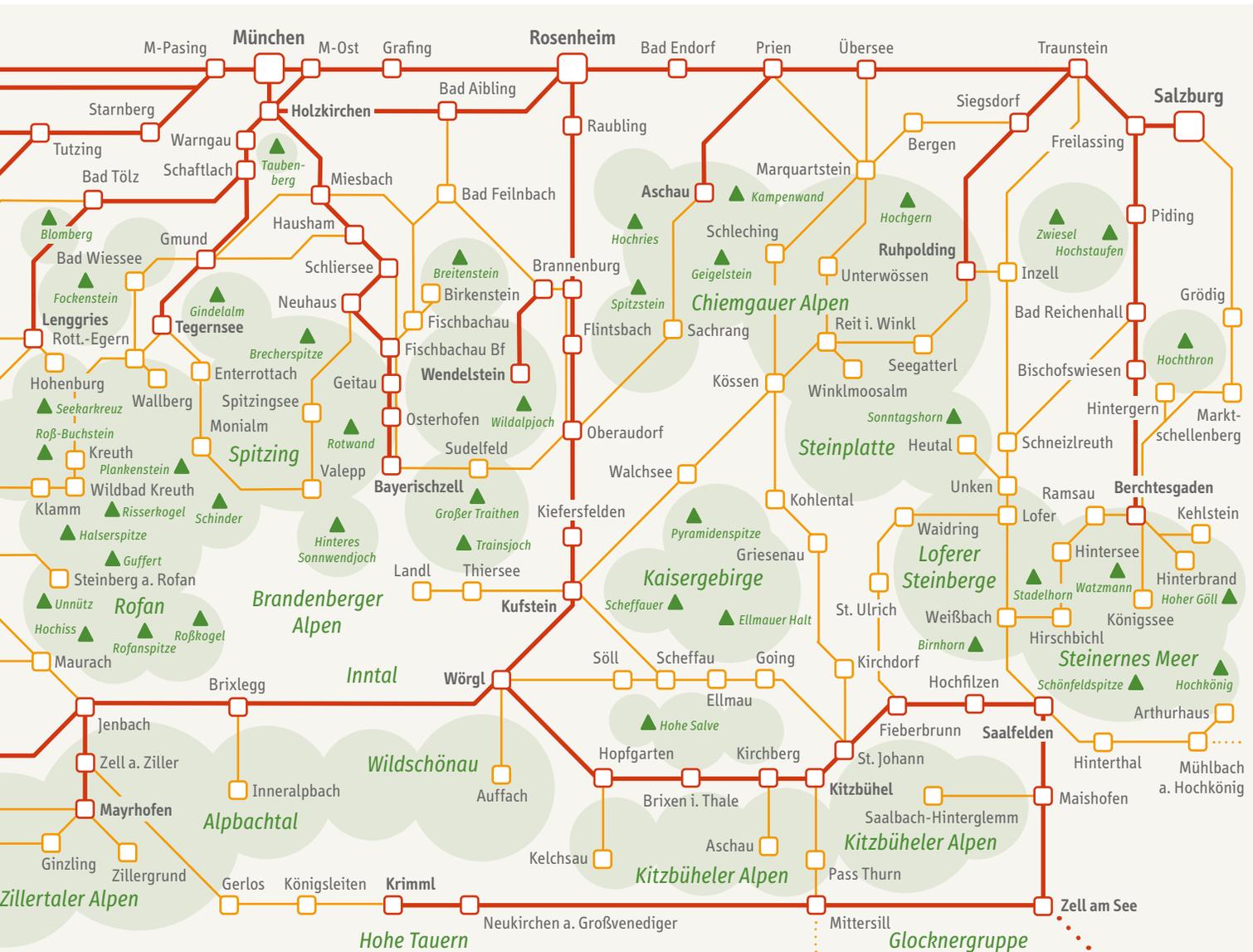
ten Gebieten ganz neue Facetten entdecken.

Günstiger als gedacht: In Bayern und Tirol gibt es viele Ticket-Angebote für Einzelreisende und Gruppen (Bayern-

ticket, Regiotickets, Gruppenfahrkarten ab 6 Personen, Sparpreise, ...). Generell gilt: Je mehr Personen zusammen reisen, desto günstiger. In vielen Regionen (z.B. Bergsteigerdörfer) können Übernachtungsgäste mit einer Gästekarte das lokale ÖV-Angebot umsonst nutzen. Immer danach fragen!
Die Tour wird zur Reise: Mit Öffis ist man schon mal etwas länger unterwegs, aber die Zeit ist nicht verschenkt. Im Gegenteil: Bei der gemeinsamen Zugreise mit Gleichgesinnten hat man Zeit für Detailplanung und genießt Brotzeit, Geselligkeit oder die Reflexion nach der Tour.



Michael Vitzthum erreicht seine Bergziele seit vielen Jahren praktisch ausschließlich per Bahn und Bus, sommers wie winters, von den Pyrenäen bis nach Norwegen.



menschen



„Mit Frack und Chapeau Clacque“ (170 m, VII+) war eine typische der rund 300 Erstbegehungen von **Darshano L. Rieser**. Mit Zylinder und gelbem Frack machte er

vogelwilde Erstbegehungen: ohne Vorerkundung, von unten, in flottem Tempo, freier Kletterei und oft nur mit Klemmkleinen und -geräten gesichert. So etablierte er in den Alpenwänden bohrhakenfreie Routen im achten („Mephisto“, 1979), neunten („Odyssee“, 1984) und zehnten („Steps across the border/Senkrecht ins Tao“, 1995) Grad. Sein neuestes Spiel heißt „QuickTrad“: Plaisirrouten im Zillertal, allerdings nur mit Normalhaken gesichert – wir wünschen viel Spaß dabei und gratulieren zum 65. Geburtstag am 17. Mai.

Ihren 60. Geburtstag konnte **Andrea Eisenhut** am 25. Mai feiern – und über 45 Jahre Klettern. Autodidaktisch erarbeitete sie sich als Jugendliche die Sicherungstechnik, und selbstständig verfolgte sie ihre eigenen Projekte – in den 1980er Jahren gehörte sie zu den stärksten deutschen Kletterinnen,



mit Routen bis zum unteren zehnten Grad, frühen alpinen Rotpunktbegehungen (bis IX- onsight) und regelmäßigen Siegen in den ersten Wettbewerben. Die lebenslange vertikale Leidenschaft treibt die Dozentin für angewandte Sportwissenschaft an der TU München noch heute an („mit Köpfchen geht's länger“); sie hat alpine Sportklettereien bis in den neunten Grad erstbegangen und konnte ihr Niveau bis heute halten – herzlichen Glückwunsch!

85 Jahre jung wurde **Manfred „Mani“ Sturm** am 7. Juli – heute noch ist er regelmäßig in der Kletteranlage München-Thalkirchen aktiv. Zu ihrem (Aus-)Bau hat er

jahrzehntelang beigetragen, neben vielen anderen Engagements, ob Bergführerverband, Herrligkoffer-Stiftung oder als DAV-Ausbildungsreferent und Mitgründer des Sicherheitskreises. Er stand als Erster auf dem Siula Chico in Peru, als Dritter auf der Shisha Pangma und kannte die Extremrouten der Alpen so umfassend, dass er bei der Auswahl der legendären Pause-Touren „Im extremen Fels“ entscheidend mitarbeitete. Oft war und bis heute ist er zusammen mit seiner Frau Christa unterwegs – wir wünschen beiden noch viele schöne Berg- und Sport-Tage.



Herzlichen Glückwunsch an **Patrick Garrou**, den vielleicht bedeutendsten Alpen-Erstbegeher der letzten Jahrzehnte, zum 70. Geburtstag am 21. Juli. Rund 300 extreme Neurouten in Fels und Eis an allen wichtigen Gipfeln der Alpen gehen auf sein Konto, darunter allein sechs an der Nordwand der Grandes Jorasses, drei am Matterhorn und fünf am Mont Blanc. Viele sind Extremklassiker, etwa die legendäre „Divine Providence“ („Göttliche Vorsehung“, 800 m, VIII-, A3) am Grand Pilier d'Angle. Und noch immer genießt der Sorbonne-Philosoph seine Biwaks oder auch Erstbegehungen mit seiner Tochter Heidi.



Ein strahlendes Lächeln ist erloschen. Die Sport- und Geografielehrerin **Chris Hupe** aus Halle (Saale) war dem Klettern rundum verbunden: Als stellvertretende Vorsitzende des DAV-Landesverbands Sachsen-Anhalt, als Geschäftsführerin der IG Klettern Halle-Löbejün, als Führer- und Lehrbuch-Autorin im Gequest Verlag und seit 2019 im DAV-Bundeslehrteam Sportklettern; vielfältig engagiert, mitreißend, inspirierend. Felsiges Neuland fand sie unter anderem in Kirgisien, Algerien oder Albanien – mit nur 39 Jahren verlor sie nun ihren einjährigen engagierten Kampf gegen den Krebs.



Ende April stürzte der 28-jährige Bergführer **Benedikt Saller** aus Oberau tödlich ab, als er den Aufstieg zum Grand Combin für einen Speedversuch von Benedikt Böhm vorbereitete. Der Feinwerkmechaniker-Meister stand als Mitglied



des DAV-Expeditionskaders 2018 auf dem Shivling (6543 m) in Indien, war dabei eine starke Stütze im Team und galt als kompetent und vorsichtig. Sein Enthusiasmus und seine Herzlichkeit lassen ihn seinem Freundeskreis unvergesslich bleiben – genauso wie die selbst formulierte Mahnung: „Risiko gehört zum Bergsport dazu.“

Fotos: DAV/Silvan Metz, Gerald Krug, privat (4)

10.000

Um rund das Zehntausendfache überhöht waren die Angaben zum „Infraschall“ von Windkraftanlagen, die die zuständige Bundesanstalt jahrelang vertreten hatte. Über ein Jahr lang kämpfte Dr. Stefan Holzheu vom Bayreuther Zentrum für Ökologie und Umweltforschung, der den Fehler entdeckte, bis er nun korrigiert wurde. Wegen des Fehlers habe, so Bundeswirtschaftsminister Peter Altmaier (CDU), die Akzeptanz von Windrädern wohl „ein Stück weit“ gelitten.

Interview mit Felix Kress

Panorama nachgefragt

Für welche Werte steht Bergader, gerade in schwierigen Zeiten?

Meiner Familie war es immer wichtig, die Dinge besonders zu machen, innovative Ideen im Rahmen unserer Firmenphilosophie zu wagen und Verantwortung für die Beschäftigten zu übernehmen. Nachhaltiges Wachstum mit Blick auf künftige Generationen hat bei uns schon immer einen hohen Stellenwert eingenommen. Wir kümmern uns um unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und bieten ihnen unter anderem eine Betriebskantine sowie ein vielfältiges Gesundheitsmanagement und investieren in ihre Weiterentwicklung. In den letzten Jahren haben wir unsere Unternehmensstrategie gezielt auf Marke ausgerichtet und unseren Fokus noch stärker auf Qualität und Kundenservice gelegt. Diese Wertausrichtung hat uns auch in der Coronapandemie geholfen, die uns natürlich – wie viele andere Unternehmen auch – vor ganz neue Herausforderungen gestellt hat.

Seit 2020 arbeiten Bergader und der DAV an gemeinsamen Projekten. Warum passen beide zusammen?

Als Familienunternehmen, das seinen wertvollen Rohstoff Milch aus der Alpen- und Voralpenregion bezieht, unterstützt Bergader die Kampagne des DAV. Mit dem Deutschen Alpenverein teilen wir vor allem die Nähe zur Natur, das besondere Lebensgefühl unserer einzigartigen Bergwelt und unserer Heimatregion. Der Wunsch, die Alpenregionen langfristig und lebenswert zu erhalten, ist letztendlich ein treibender Motor, gemeinsam Projekte anzugehen. Wie stark Bergader mit der Bergwelt verbunden ist, wird sowohl an unseren bergnahen Standorten wie am Firmennamen sichtbar.

Die DAV-Kampagne „Spüre dich selbst“ steht im Mittelpunkt der Kooperation. Was ist Ihnen im gesundheitsorientierten Bergsport besonders wichtig?

Dass Wandern eine positive Auswirkung auf Körper und Geist hat, ist unumstritten. Mit unseren Bergader Käsespezialitäten, welche

„Achtsamkeit bedeutet auch, zu fühlen und zu schmecken“

Die Bergader Privatkäserei unterstützt als Partner des DAV die Kampagne „Spüre dich selbst“. Darüber hinaus legt das Familienunternehmen aus dem Chiemgau großen Wert auf eine nachhaltige Entwicklung.



Felix Kress führt die Bergader Privatkäserei in vierter Generation.

aus bester Milch aus dem Alpen- und Alpenvorland hergestellt werden, stehen wir bei der Kampagne „Spüre dich selbst“ vor allem für den Genuss. Denn Achtsamkeit bedeutet auch, sein Umfeld aktiv wahrzunehmen, zu fühlen und zu schmecken. Dankbar sein, für die vermeintlich kleinen Dinge im Leben.

Sie haben Anfang 2021 die Geschäftsleitung in vierter Generation übernommen. Welche Schwerpunkte wollen Sie in den nächsten Jahren setzen?

Ich freue mich, die Familientradition in vierter Generation fortsetzen zu dürfen. Gemeinsam mit unseren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen, unseren 1250 Landwirten und vielen weiteren langjährigen Geschäftspartnern werde ich Bergader für die Herausforderungen der Zukunft aufstellen. Schwerpunkte setzen wir

hier im weiteren Ausbau der Digitalisierung, der Gestaltung einer modernen, familienfreundlichen Unternehmenskultur und in den Bereichen Nachhaltigkeit und Tierwohl. In einem unternehmensübergreifenden Nachhaltigkeitsteam arbeiten wir unter anderem an der Reduzierung von Verpackungsmaterialien, beschäftigen uns intensiv mit dem CO₂-Fußabdruck unserer gesamten Lieferkette und der Weiterentwicklung unserer Tierwohl-Maßnahmen in partnerschaftlicher Zusammenarbeit mit unseren Landwirten. Darüber hinaus müssen wir uns auch mit dem Strukturwandel und den sich verändernden Anforderungen in der Landwirtschaft auseinandersetzen. Unsere Bauern leisten einen wertvollen Beitrag der Kultur- und Landschaftspflege, zum Beispiel durch die Almwirtschaft. Dieses besondere Kulturgut gilt es zu bewahren und zu unterstützen. Unser Ziel ist es, gemeinsam mit Frank Forstmann, der seit 2017 Geschäftsführer bei Bergader ist, das Familienunternehmen auch für künftige Generationen zu erhalten und weiterzuentwickeln.

Donnerschlag am Big Stone

Richtig schwer, in kompromissloser Ausgesetztheit: Alex Honnolds atemberaubendes Free Solo am El Capitan ist ein Höhepunkt des modernen Alpinismus.

Es ist ein schöner Zufall, dass die Protagonisten der zwei allerletzten Wendepunkte miteinander befreundet sind, ihre zwei Meisterwerke liegen nur wenige hundert Meter entfernt nebeneinander am El Capitan: Tommy Caldwell, Kapitän der langen Reise durch die „Dawn Wall“ (Panorama 3/21), und Alex Honnold, der den El Cap erstmals free solo wagt. Fast nebenbei gelingt ihnen 2014 in Patagonien die Überschreitung der Fitz-Roy-Gruppe, was ihnen einen Piolet d’Or einbringt, im Jahr 2018 stellen sie gemeinsam einen neuen Speedrekord an der „Nose“ auf.

Aber jetzt zu Honnold, der blutjung und ehrfürchtig ins Valley pilgert: Lang lebt er so scheu und schüchtern in seinem Van, dass er irgendwann zu üben beginnt, andere Menschen zu umarmen (!). Er kennt und kann das nicht. Klettert er aber ohne Seil, verwandelt er sich in Superman, erreicht in dieser radikalsten und reinsten Form des Kletterns ein nie vorstellbares Niveau und wird zugleich als Charakter immer offener, souveräner, selbstbewusster. Am Fels bewegt er sich längst in einer vollkommen anderen Liga auch als etwa ein Hansjörg Auer (1984-2019), der 2007 mit seinem Free Solo im „Weg durch den Fisch“ (IX-) an der Marmolada für herabklappende Unterkiefer gesorgt hatte. Honnold bringt haarsträubende lange Solos wie die sechshundert Meter hohe Half Dome „Regular“ (VIII+) oder kurze



Fotos: Jimmy Chin, Wikimedia/Bengt Oberger

Ein paar hundert Meter über dem Talboden zeigte Alex Honnold, was Nerven sind.

wie „The Phoenix“ (IX+) hinter sich, irgendwann bleibt nur noch der El Cap. Soll er oder soll er nicht? Die Routenwahl wenigstens ist offensichtlich: „Freerider“, eine mit IX+ etwas leichtere Variante zur Salathé-Wall – alles andere wäre noch viel schwieriger, es ist eben der gewaltige, einmalige, fantastische El Cap! Honnold übt die Route minutiös ein, jahrelang. Aber selbst für ihn ist die Vorstellung, in dieser Wand ungesichert an den Fingerspitzen zu hängen, so haarsträubend, dass er mehrfach abbricht. Aber wie Helden eben sind: Er gibt nicht auf und 2017 endlich gelingt es. Schuhe, Chalkbag und sonst NICHTS für tausend Meter Granit im siebten, achten und neunten Grad! Ein Donnerschlag, ohne jeden Zweifel eine der größten Leistungen im Alpinismus – ich wage gar nicht mehr, das zu beurteilen, lieber zitiere ich andere. Alexander Huber: „Als Meilenstein vergleichbar mit der ersten Besteigung des Everest ohne künstlichen Sauerstoff 1978 – aber das wurde damals sehr schnell wiederholt. Bis jemand den El Cap free solo wiederholt, das wird dauern.“ Die „New York Times“: „Eine der größten sportlichen Leistungen in der Geschichte der Menschheit“. Dank ihrer atemberaubenden Bilder wird die Dokumentation FREE SOLO mit dem Oscar ausgezeichnet – der kleine Pilger Alex Honnold, der einst ins Valley zog und immer noch im Van lebt, ist jetzt sein Oberhaupt. So endet unsere Reihe der wichtigsten Besteigungen der Alpingeschichte mit einer der allerschönsten und allergrößten: welch würdiger Abschluss.

Foto: Stefan Wiebel



Malte Roeper (*1962), Bergsteiger, Autor und Filmmacher, skizzierte in seiner Kolumne „Wendepunkte“ Besteigungen, die den Alpinismus verändert haben. Alle Marksteine zum Nachlesen in ihren Zusammenhang gestellt hat er in seinem Buch: „Eine kleine Geschichte des Bergsteigens“, erschienen im Riva Verlag.



+ ticker +

Berge in Bewegung Mit dem „Bayerischen Outdoor Film Festival“ haben Tom Dauer und Sandra Freudenberg schon eine kulturelle Nische für individuelle kleine Bergfilmproduktionen geschaffen, nun werden sie international: mit dem „Alpen Film Festival“. Fünf sehr unterschiedliche Filme zeigen Porträts und Stunts, Natur und Sport, Freundschaft und den Alpinismus als Wert. alpenfilmfestival.de

Felsen im Netz Wo kann ich klettern? Was muss ich beachten? Neben klassischen Websites wie dav-felsinfo.de sind derzeit community-getragene Informationsplattformen wie thecrag.com oder crag27.com im Aufwind. Nun gesellt sich eine neue dazu: cruXle.org will Informationen „ohne Bezahlinhalte oder Premium-Modelle“ bereitstellen. Durch Mitmachen wird was draus! cruXle.org

Klettern in der Klinik Der 19. Kurs „Klettern in der Psychotherapie, Indoor“ des Psychotherapeuten Dr. Thomas Lukowski findet vom 17.-19.9.2021 in der Ameosklinik/Simbach statt, in Zusammenarbeit mit der DAV-Sektion Simbach am Inn. dr-lukowski.com

Musik im Dolomit Schon zum 26. Mal wird das Unesco-Welterbe Dolomiten zum Resonanzraum für internationale Musiker*innen. Das Festival „I Suoni delle Dolomiti“ umfasst über ein Dutzend Veranstaltungen zwischen 23.8. und 24.9. auf verschiedenen Almen und Hütten in den „bleichen Bergen“ – unter anderem mit Gidon Kremer, Antje Weithaas oder der Riot Jazz Brass Band. visittrentino.info/de/isuonidelledolomiti

Mitmachen in München Die „European Championchips Munich 2022“ sollen das größte Sportereignis in der Landeshauptstadt seit den Olympischen Spielen 1972 werden. 4400 Athletinnen und Athleten werden Europameisterschaften in neun Disziplinen austragen – darunter auch im Klettern. Wer diese nicht nur miterleben, sondern handfest unterstützen möchte, kann sich als Volunteer bewerben – freien Eintritt, Verpflegung und Bekleidung gibt's obendrein. munich2022.com/de/volunteers

Internationale Untersuchung

Müll am Berg

„Trägst du sie gefüllt hierher, trägst du abwärts auch nicht schwer“ – mit solchen Sprüchen warben die Alpenvereine schon vor Jahrzehnten dafür, dass man seinen Müll, etwa aus Essensverpackungen, aus den Bergen wieder mit heim nimmt. Die Realität enttäuscht immer noch, das ergab eine Untersuchung der norwegischen NGO Grid Arendal: Rund zwei Drittel der Teilnehmenden sehen meistens oder immer Müll, wenn sie am Berg unterwegs sind. Etwa die Hälfte hätte damit eine Rucksack-Deckeltasche (10 Liter) füllen können – fünf Prozent aber einen ganzen 60-Liter-Rucksack. Die Umfrage ging an Mitglieder von Bergführer- und Alpinverbänden; 1750 Menschen aus 74 Nationen antworteten darauf. 60 Prozent von ihnen empfanden, dass sich das Müllproblem in den letzten fünf Jahren verschärft habe, nur 14 Prozent sahen es im Rückgang. Der häufigste Müll war Kunststoff: Essensverpackungen, Erste-Hilfe-Material und Bergausrüstung. Flaschen und Tüten wurden seltener gesehen, 75 Prozent aber trafen auf Corona-Abfall wie etwa Masken. Und,

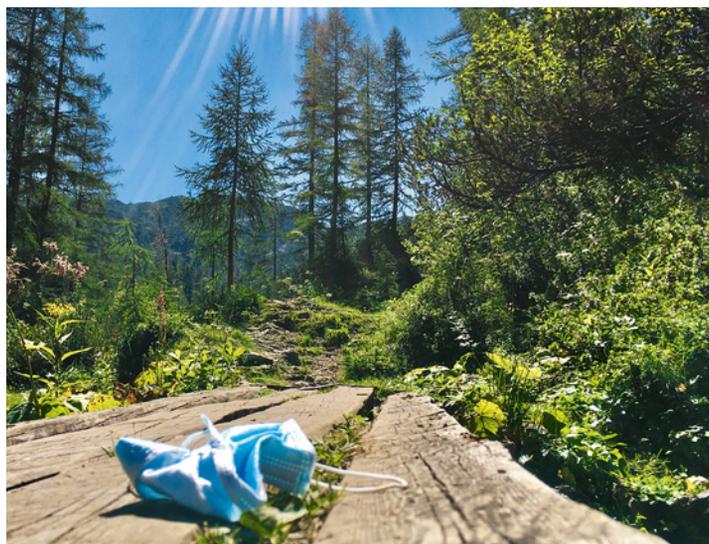


Foto: Roland Hangya

welch Wunder: Mit zunehmender Entfernung von Parkplätzen und Wegen wurde der Müll seltener. Wie das Problem zu lösen sei? Da herrschte Einigkeit – für eine traditionelle Methode: 90 Prozent der Antwortenden favorisierten die Maxime: Nimm wieder mit zurück, was du mitnimmst. Es könnte ja so einfach sein. red

Corona-Masken sind eine neue Art von Müll am Berg. Spitzenreiter sind Plastik, organischer Müll und Papier.

Aus Deutschlands größter Genießer-Region:

Württembergischer Sommerfrische.



Schön kühl!

Dazu: Ein herrlich kühler Rosé!

Eine der schönsten Begleiterscheinungen des Sommers sind die Momente, in denen man Leckeres auf den Grill legt. Die perfekte Kombination zu frisch gegrilltem Fleisch, Fisch oder auch nur Gemüse ist ein schön gekühlter Rosé aus dem „Land der Vielfalt“. Achten Sie einfach auf das Siegel unserer Erzeuger und entdecken Sie das Beste aus den Württemberger Weingärtnergenossenschaften.

Wir schaffen Genuss. Seit Generationen.
wein-heimat-wuerttemberg.de



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

Wie wär's?

Die normale Route: Die Herzogkante (1911, V-, 700 Hm, 20 SL) ist natürlich nicht der leichteste Weg auf die Laliderer Spitze, aber der am wenigsten schwierige Kletterklassiker. Dennoch darf man sie nicht unterschätzen: Die Schwierigkeiten sind anhaltend und „klassisch“ bewertet, der Fels stellenweise brüchig, die gelegentlichen Standbohrhaken teilweise abgeschlagen worden. Auch der Abstieg durch die Spindlerschlucht (4 Std. zur Falkenhütte) ist wild und ernst. – *Die Erstdurchsteigung der Nordwand (VI-) gelang 1911 Guido und Max Mayer, geführt von Angelo Dibona und Luigi Rizzi.*

Die schöne Route: Die Nordverschneidung (1947, VII oder VI/A0, 700 Hm, 27 SL) gilt als schönste und am besten absicherbare der klassischen Routen; ein Meisterstück von Hias Rebitsch, der sie wahrscheinlich schon damals zu großen Teilen frei kletterte. – *Ob Otto Herzog und Gustav Haber 1922 ihre „Ha-He-Verschneidung“ (VI/VI+) wirklich ganz frei geklettert haben, wird immer eines der Rätsel des Alpinismus bleiben.*

Die berühmte Route: Sakrileg im Tempel des Horrors: Seine „Magic Line“ (800 Hm, 26 SL, VIII 3pa oder VII/A0) sicherte Ralf Sussmann 2012 mit Bohrhaken ab. Der Proteststurm blieb dennoch überschaubar, denn auch bei guter Absicherung muss man hier echt klettern – und klassische Linien werden durch die Route nicht entschärft. – *Im Juni 1979 blieben zwei Kletterer in der Schmid/Krebs-Führe (VI-) wegen Schneefalls stecken; über 200 Bergwachtlern gelang eine der größten Rettungsaktionen der Geschichte.*

Daten und Fakten

Höhe: 2588 m
Prominenz: 89 m – nahe Schuster-Biwak
Dominanz: 0,54 km – Laliderer Wand
Erstbesteigung: 16. August 1870 durch Hermann von Barth
Normalweg: Von Süden aus dem Hinterautal (T3-4)
Talort: Eng (1227 m), Mautstraße von Hinterriss
Hütten: Falkenhütte (1848 m), Konrad-Schuster-Biwak (2495 m)

Charaktercheck



Die Karwendel-Wand

Die 800 Meter hohe Nordwandflucht von Dreizinkenspitze, Laliderer Wand und Laliderer Spitze, zwischen Grubenkarpfleiler und Herzogkante, ist eine der größten der Ostalpen. In diesen berüchtigt brüchigen Wänden haben viele alpine Größen Marksteine des Kletterns hinterlassen; heute werden die zudem noch anspruchsvoll gesicherten Routen eher selten begangen. Die futuristische Biwakschachtel knapp unter dem Gipfel wurde in Coronazeiten gerne als Partylocation missbraucht.



Foto: DAV-Archiv

Der Mensch am Berg

„Für mich waren diese Wände nur ungeheuerliche, abschreckende Felsabbrüche“, sagte Matthias Rebitsch (1911-1990), Kletterpionier aus Tirol, beim Anblick der Laliderer Nordwände. Trotzdem eröffnete er zwei Legenden: die „Direkte“ (VI/A0, 1946) und die „Nordverschneidung“.

„Diese gewaltige Wand (...) ließ kein frohes Gefühl aufkommen“

sagte Anderl Heckmair, als er im Sommer 1929 mit Wiggerl Gramminger die „Dibona-Mayer“ kletterte.

Lassen Sie es sich gut gehen!

Unsere Angebote zum Wohlfühlen

ReisenAKTUELL.COM
EHRlich GÜNSTIG VERREISEN!

Aktivurlaub im Naturpark Tiroler Lech

Kulinarische Gourmetstube



Lechtal

Österreich – Tirol

Hotel Resort Alpenrose in Elbigenalp



Reise-Code: apro

schon ab € **189,-** p.P.
3 Tage inkl. Halbpension Plus



Für Sie inklusive:

- ✓ 2/3/4/5 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet
 - ✓ 2/3/4/5 x Mittagssnack mit warmen und kalten Snacks sowie Kuchen (13:00 – 16:30 Uhr)
 - ✓ 2/3/4/5 x Abendessen als 5-Gang-Menü o. Buffet
 - ✓ Empfangsabend mit Willkommensgetränk (SA o. SO)
 - ✓ Kinderbetreuung (ab 3 Jahren; 6 x pro Woche)*
 - ✓ Wellnessbereich mit Hallenbad, Saunen, Dampfbädern und Außenanlage mit Schwimmteich
 - ✓ Nutzung des Fitnessraums ✓ Leihfahrrad (n. V.)
 - ✓ Teilnahme am Gymnastik-/Entspannungsprogramm sowie Abend-/Animationsprogramm* ✓ WLAN
 - ✓ Informationen über die Region ✓ Hotelparkplatz (n. V.)
- Die Verpflegung beginnt am Anreisetag mit dem Mittagssnack.
*lt. Hotelaushang

Herzlich Willkommen auf rund 1.040 Metern Höhe – umgeben von einem unvergleichlichen Alpenpanorama. Elbigenalp ist ein wirklich perfekter Ausgangspunkt für Wanderungen aller Schwierigkeitsgrade.

Ihr familiengeführtes Hotel ist modern, traditionell und eine wahre Wellnessoase. Lassen Sie sich auch kulinarisch so richtig verwöhnen und entspannen Sie im großzügigen und exklusiven Wellnessbereich mit Panorama-Hallenbad, Römischer Badelandschaft, Dampfbädern, Sauna, einem Bio-Naturschwimmteich und vielem mehr. Minigolf, Fahrradverleih und das Alps Kinderreich runden das Angebot ab.

Ihr Zimmer ist mit Doppelbett oder getrennten Betten, Bad oder Dusche/WC, Fön, Safe, TV, Kühlschrank, Telefon und teilw. Balkon oder Terrasse ausgestattet.

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/Person im DZ

Saison	Anreise	täglich				
		Nächte	2	3	4	5
17.11.-28.11.21*			189	289	378	469
27.07.-16.11.21			-	329	429	539

Zuschläge: Einzelzimmer: 10 €/Nacht

Doppelzimmer mit Zustellbett: 7 € pro Person/Nacht

Ermäßigungen: 1 Kind 0–2,9 Jahre FREI, 3–9,9 Jahre

Festpreis: 35 €/Nacht, 10–14,9 Jahre Festpreis: 50 €/Nacht

Im Doppelzimmer mit Zustellbett bei zwei Vollzahlern.

Hunde: ca. 12 €/Tag (mit Voranmeldung; nicht im Restaurant)

Kurtaxe: ca. 1,40 € pro Person/Tag, ab 15 Jahren

Eingerahmt von Hochgrat & Imberg

Exquisite Küche mit regionalen Spezialitäten



Nagelfluh, Hochgrat

Bayern – Allgäu

Golf & Alpin Wellness Resort Ludwig Royal in Oberstaufen



Reise-Code: goob

schon ab € **219,-** p.P.
3 Tage inkl. Halbpension Plus



Für Sie inklusive:

- ✓ 2/3/5 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet
 - ✓ 1/2/4 x Teatime mit Tee, Gebäck und Snack
 - ✓ 2/3/5 x Abendessen als 4-Gang-Menü oder Buffet
 - ✓ Willkommensgetränk ✓ 1 Flasche Wasser p. Zimmer
 - ✓ Wellnessbereich mit Hallenbad, Außenpool, Whirlpool, Saunen, Dampfbad, Fitnessstudio u. v. m.
 - ✓ Leihbademantel, -badetücher und Slipper
 - ✓ 30 € Gutschein für eine Wellnessmassage
 - ✓ 10 € Gutschein für eine Gesichtsbehandlung
 - ✓ 15 % Erm. auf Berg- und Talfahrt (Hochgratbahn)
 - ✓ 10 % Ermäßigung auf Textilien bei Sport Hauber
 - ✓ Upgrade in eine Junior Suite (nach Verfügbarkeit)
 - ✓ Sky-Sport ✓ WLAN ✓ Hotelparkplatz (nach Verfüg.)
- Die Verpflegung beginnt am Anreisetag mit dem Abendessen.

Genießen Sie Ihre Auszeit mit Blick auf den Hochgrat, dem Wahrzeichen des Westallgäus. Erkunden Sie die grünste Region Deutschlands und freuen Sie sich auf den größten Abenteuerspielplatz – die Alpen.

Ihr traditionsreiches Resort verwöhnt Sie mit Allgäuer Schmankerln und alpenländischen Leckereien im Restaurant oder in einem der zwei Stüberl. Die exquisite Küche wurde schon vom Guide Michelin empfohlen. Entspannen Sie auf der Sonnenterrasse oder im Wellnessbereich mit Hallenbad, Außenpool, Finnischer Sauna, Bio-Sauna, Dampfbad u. v. m.

Ihr Zimmer Deluxe verfügt über Bad oder Dusche/WC, Fön, Safe, TV mit Sky-Sport, Telefon, Minibar und einen Balkon. Die großzügigen Junior Suiten bieten zusätzlich einen getrennten Wohn- und Schlafbereich.

Eigene Anreise

TERMINE & PREISE in €/P. im DZ Deluxe

Saison	*letzte Abreise	Anreise	täglich		
			Nächte	2	3
04.11.-22.12.21*			219	329	539
01.08.-03.11.21			259	389	639

5% Ermäßigung bei Buchung bis 60 Tage vor Anreise!

Einzelzimmerzuschlag: 40 €/Nacht

Ermäßigungen: 1 Kind 0–1,9 Jahre FREI, 2–5,9 Jahre

Festpreis: 50 €/Nacht, 6–11,9 Jahre Festpreis: 70 €/Nacht,

12–15,9 Jahre Festpreis: 80 €/Nacht. Im Doppelzimmer

Deluxe mit Zustellbett bei zwei Vollzahlern.

Hunde: ca. 25 €/Nacht (auf Anfrage; nicht im Restaurant)

Kurtaxe: ca. 2,70 € pro Person/Tag, Kinder 6–15,9 Jahre: 1,35 €

Details vor der Buchung auf www.reisenaktuell.com. Bitte beachten Sie, dass es aufgrund der aktuellen Corona-Situation zu Einschränkungen der Inklusivleistungen kommen kann. Die angegebene Hotel-/Schiffskategorie entspricht einer Einschätzung der Reisen Aktuell GmbH. Nutzung der Hotel-/Zimmer-/Schiffseinrichtungen ggf. gegen Gebühr (ausgenommen Inklusivleistungen). Für Personen mit eingeschränkter Mobilität sind diese Reisen im Allgemeinen nicht geeignet. Änderungen von Leistungen durch Dritte, Verfügbarkeit, Irrtümer und Satzfehler vorbehalten. Mit Erhalt der Reisebestätigung und des Versicherungsscheines wird eine Anzahlung in Höhe von 20 % des Reisepreises fällig. Die Restzahlung ist 30 Tage vor Abreise zu tätigen.

Beratung & Buchung **0261-293519627**

Mo. – Fr. 8–19 Uhr sowie Sa., So. und Feiertage 10–19 Uhr

www.reisenaktuell.com

Veranstalter: Reisen Aktuell GmbH, In den Weniken 1, 56070 Koblenz



Hochalpin klettern
am Kaunergrat

Die Felsnadel im Schotter- haufen

Gar nicht weit weg von den umstrittenen Gletscherskigebieten von Pitz- und Ötztal sind die Berge wild und felsig – und bieten richtig schöne Klettereien, wie **Silvan Metz** (Text und Fotos) positiv überrascht feststellen durfte.

Hochtour, Schwierigkeit bis V, 6-8 Stunden reine Kletterzeit.“ Das lässt mich aufhören. Wallis oder Bernina? Nein, in den Ötztaler Alpen. Jetzt bin ich stutzig. Die Berge rund um Wildspitze und Weißkugel verbinde ich vor allem mit großzügigen Skitouren, in der Erinnerung tauchen Schotterwüsten auf, keine Kletterfelsen. Kein Wunder, dass diese Gegend im Sommer meist von meinem



Einfach Spitze: Die Parstleswand kombiniert Luxuskletterei mit spektakulärer Aussicht ins Pitztal.

Radar verschwindet. Andererseits sind die Öztaler Alpen verführerisch schnell erreichbar. Also gut, dann suchen wir mal diese Gneisnadel im Schotterhaufen!

Die erwähnte Tourenbeschreibung gilt dem Nordgrat der Verpeilspitze. Dieser erstaunlich steile Berg versteckt sich im Kaunergrat, einem Ausläufer der Öztaler Alpen zwischen Pitztal und Kaunertal. Hier tummeln sich noch einige andere

Felstürme. Neben Rofelewand, Gsallkopf, Hochrinnegg, Schwabenkopf und Madatschtürmen sticht besonders die etwas bekanntere Watzespitze hervor. Mehr als genug Terrain für eine ganze Woche.

Wir entscheiden uns für Feichten im Kaunertal als Ausgangspunkt. Der Zustieg zum Verpeilspitze-Nordgrat steht mit 1600 Höhenmetern den Westalpenpendants in nichts nach. Praktisch, dass die gemütliche Verpeilhütte auf halber Strecke liegt.

Bei Nebel und Regen kommen wir dort an. Die mystische Stimmung passt gut zu der Hütte, die auf einer Lichtung zwischen knorrigem und flechtenüberwucherten Lärchen steht. Nur von den Bergen sehen wir nichts.

Auch als wir mitten in der Nacht aufbrechen, verliert sich der Schein der Stirnlampen im Nebel. Der Weg zum Verpeil-

joch ist ausgezeichnet markiert und so leicht zu finden, dass ich bedenkenlos im Halbschlaf dahinstolpern kann. Ich bekomme nicht einmal mit, als wir aus der Nebelschicht herauskommen. 800 Höhenmeter später wird es Zeit aufzuwachen. Am Verpeiljoch angekommen, weitet sich der Blick nach Osten und die Dämmerung taucht den Himmel in zartes Lila. Diese Morgenstimmung wäre einige hundert Höhenmeter tiefer auch schön – hier oben ist sie gigantisch! 15 Minuten Fotografieren vergehen im Zeitraffer, jetzt bin ich hellwach.

Das ist auch gut so, denn ab dem Verpeiljoch beginnt der eigentliche Grat. Noch ist nichts von schwerer Kletterei oder gutem Fels zu sehen, stattdessen starten wir mit einem vorsichtigen Eiertanz über Mikadoblöcke. Aber das ist nur das Vorspiel.

Der Verpeilspitze-Nordgrat führte lange ein Dornröschendasein, bis er vor einigen Jahren eine wohlverdiente Renaissance erlebte. Diesem Comeback hatte der Kautertaler Bergführer Florian Schranz mit einigen Bohrhaken und vielen lobenden Worten nachgeholfen – bis hin zu einem Vergleich mit dem Schaligrat am Walliser Weißhorn. Gut, 130 Bohrhaken, das klingt eher wie ein fröhliches Exen-Gemetzel als nach einem ernstesten alpinen Klassiker.

Aber das soll nicht heißen, dass man hier keinen Spaß haben kann. Denn dank der Haken kann man nun direkt an der kompakten Gratkante klettern, statt der logischen klassischen Linie zu folgen, die oft in die brüchigen und gefährlichen Flanken führt. Beim Klettern habe ich gemischte Gefühle. Richtig alpines Flair mag angesichts der künstlichen Linie und der Edelstahlwegweiser nicht aufkommen. Andererseits können wir dadurch sehr ent-

spannt und flüssig über die Gratzacken cruisen und die Kletterei so genießen, wie es bei klassischen Hochtouren dieses Kalibers selten der Fall ist. Erstaunt muss ich feststellen, wie das die Wahrnehmung verändert und den Tunnelblick weitet. Statt Cam-Placements

und Köpfel sehe ich jetzt die Aussicht um mich herum.

Und was es da alles zu sehen gibt! Rund um die steilen Gratflanken erstrecken sich weite Wüsten aus groben Felsblöcken und schwarzem Schotter, ganz wie in meinen Vorurteilen. Ohne vereinzelte Grasflecken und tiefblaue Seen könnte diese Mondlandschaft auch als Mordor-Kulisse erhalten. Besonders faszinierend sind die vielen Blockgletscher: Sie wälzen sich wie ihre weißen Pendants als breite Ströme aus Felsbrocken ins Tal.

Exen-Gemetzel statt alpiner Ernst

Nach einem guten Drittel führt die Bohrhakenleiter immer anhaltender durch knackige Kletterstellen, die sogar einigermaßen obligatorisch gebohrt sind. Auch der Fels wird immer fester, kompakter und steiler. Und das Allerbeste: Der ganze Spaß ist nicht nach wenigen Seilängen vorbei, sondern zieht sich. So sehr, dass es später Nachmittag ist, als wir endlich an der Kaunergrathütte ankommen. Die liegt bequeme eineinhalb Stunden unter dem Gipfel, ein langer Abstieg bleibt uns also erspart.

Die Kaunergrathütte ist ein echter hochalpiner Stützpunkt. Das liegt auch am Hüttenwirt Michael: Er hält nicht nur die logistisch fordernde Hütte am Laufen, er engagiert sich auch sehr für ein immer größeres Angebot an seine kletterhungrigen Gäste. Direkt hinter der Hütte gibt es einen Klettergarten, einen Übungsklettersteig und perfektes Kursgelände. Vor allem aber wächst das Angebot an Klettertouren und sanierten Hochtouren rund um die Hütte. Michael hat dabei entweder selber seine Finger im Spiel oder unterstützt Erschließer so gut er kann. Der urige Topo-Ordner in der Gaststube quillt bereits jetzt über, doch das Potenzial der Gegend ist gerade erst angekratzt.

Nach dem frühen Hochtourenstart auf der Verpeilhütte ist jetzt (relatives) Ausschlafen angesagt. Ich mag Ironie, also steigen wir am nächsten Tag nach dem



Klettern am Kaunergrat



Wer den Sonnenaufgang am Verpeilspitze-Nordgrat erleben möchte, muss früh aufstehen – dafür ist es ruhig beim Frühstück auf der Verpeilhütte. An den etwas abgelegenen Madatschtürmen verstecken sich weitere Kletterziele.

Frühstück gemütlich zur „Early morning in the sun“ am Ostpfeiler der Watzespitze zu. Wobei zusteigen das falsche Wort ist, von der Hüttenterrasse aus ist dieser Felsklotz nur dreimal Umfallen entfernt. Kein Grund für einen early morning also, die Sonne dagegen nehmen wir gerne mit. Vier Klettertouren zwischen IV und VII gibt es hier. Alle enden früher oder später am Ostgrat der Watzespitze, eine Kombination mit diesem drängt sich direkt auf.

In der „Early morning in the sun“ ist es wegen der unzähligen Bohrhaken kaum möglich, sich zu verlaufen. Etwas gekünstelt versucht die Linie die steilsten Passagen der gestaffelten Aufschwünge zu verbinden. Allerdings stellen wir schnell fest, dass die benachbarte „Herbstwind“ offenbar statt der schwierigsten die schönsten Kletterstellen gefunden hat. Alle paar Seillängen kann man aber zwischen den Routen wechseln, sodass für jeden das Richtige dabei ist.

An der Ostgratroute herrscht viel Betrieb. Wegen der Gletscherschmelze verläuft mittlerweile hier der Normalweg auf den höchsten Gipfel des Kaunergrates –

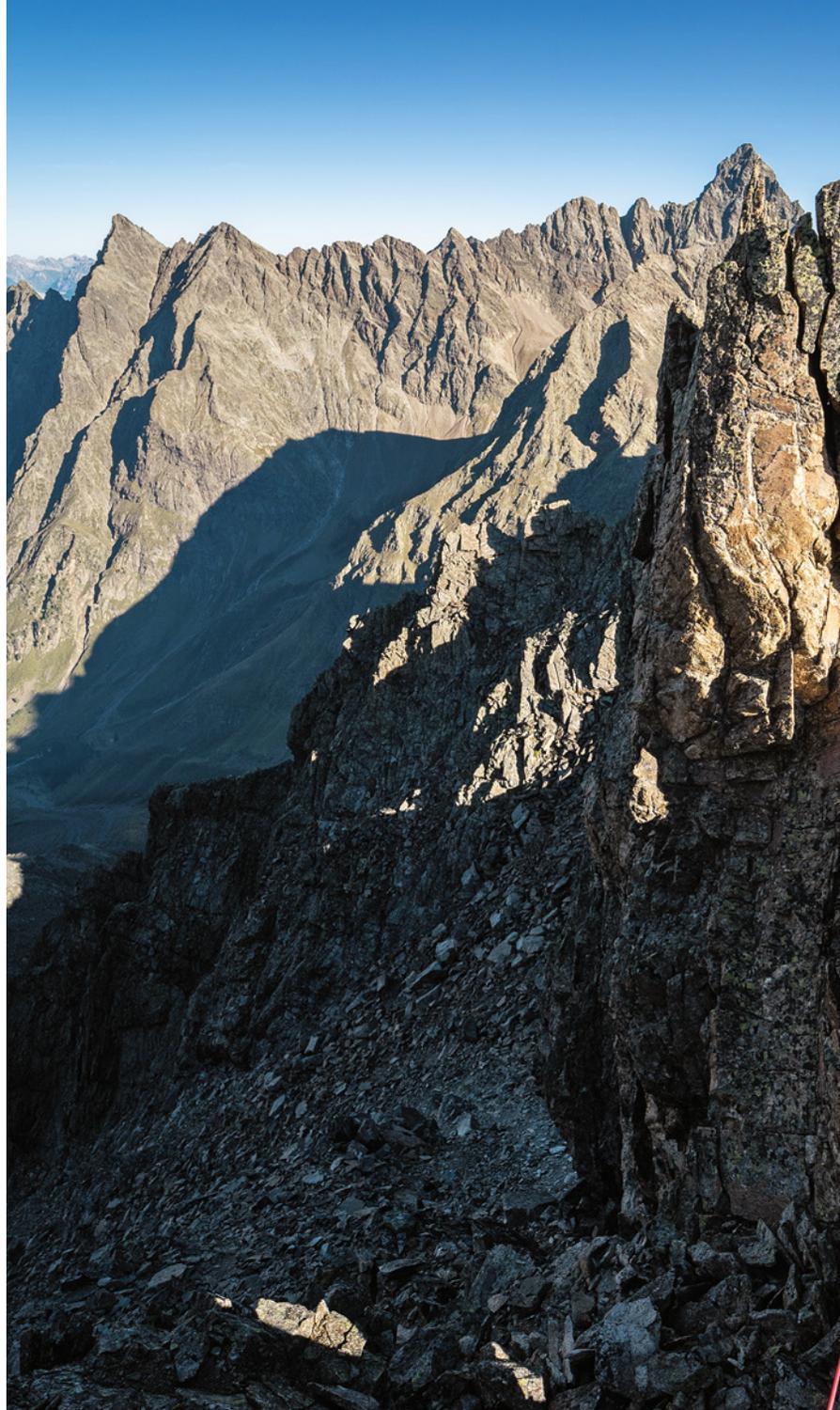
Kletterrausch an der Riesentreppe

mit Schwierigkeiten im vierten Grad und einer imposanten Kletterlänge von 700 Höhenmetern ein richtig ernsthaftes Stück Alpinismus. Gehgelände gibt es kaum. Wieder werden wir von warmem, rauem Gneis verwöhnt. Es ist ein Rausch, sich über diese Riesentreppe hinaufzuschrauben. Am Gipfel reicht die Aussicht von den Stubaier Alpen bis in die Bernina. Viel Zeit zum Genießen bleibt uns nicht, denn der Rückweg ist lang. 700 Höhenmeter ständig konzentriertes Abklettern stehen zwischen uns und dem Abendessen – an der Watzespitze ist der Gipfel buch-

stäblich nur der halbe Weg, einen leichteren Abstieg gibt es im Sommer nicht.

Die Crux des Tages kommt auf der Hütte: Wir müssen entscheiden, welche Tour wir morgen machen. Gar nicht so einfach, bei der Auswahl! Da wäre der Nordpfeiler der Watzespitze, der ebenfalls mit Bohrhaken saniert ist. Er verspricht eine ähnliche skurril-flowige Mischung aus alpiner Linie und bequemer Sicherheit wie der Verpeilspitze-Nordgrat. Etwas leichter und deut-

lich kürzer kommt der Westgrat der Verpeilspitze daher, ebenfalls eingebohrt. Oder soll's noch eine richtige Klettertour sein? Neben den Touren am Watzespitze-Ostpfeiler gibt es weitere Optionen am so genannten „zweiten Ostpfeiler“ etwas weiter südlich, inklusive einer mysteriösen Fingerrisslänge im achten Grad! Westlich des Madatschjochs steht mit den Madatschtürmen ein zackiger Gneisspielplatz



Klettern am Kaunergrat



mit verschiedenen Routen bis VII und einer spannenden Überschreitung. Kompletter uferlos ist die Liste klassischer Touren. Zwar ist die eine oder andere mittlerweile eingestürzt, aber ebenso viele warten darauf, wiederentdeckt zu werden.

Wir entscheiden uns für eine weitere Bohrhakentour: den Ostgrat der Parstleswand. Hüttenwirt Michael empfiehlt sie uns als „besten Fels der Gegend“ – das müssen wir uns anschauen! Ein ostseitiger Grat

Viele Bohrhaken verlegen den Routenverlauf des Verpeilspitze-Nordgrats in den besten Fels, der Schotter rund um die Kaunergrathütte ist nur Tarnung. Am gestaffelten Watze-Ostpfeiler ist der Tiefblick nicht ganz so eindrucksvoll wie die Kletterqualität.



INFO

mehr: [alpenverein.de/
panorama-4-2021](http://alpenverein.de/panorama-4-2021)



KLETTERN AM KAUNERGRAT

Ausgangspunkt: Feichten (1287 m) im Kaunertal (per Bus von Landeck über Prutz) oder Plangeross (1612 m) im Pitztal (Busverbindung von Imst).

Beste Zeit: Juni bis September. Spät im Sommer ist meist alles schneefrei.

Führer & Topos: Nur digital: neben alpenverein.de/panorama auf bergsteigen.com, berg-sein.at, kaunergrathuette.at und climbers-paradise.com. Weitere Topos gibt es auf der Kaunergrathütte.

Karte: Alpenvereinskarte 1:25.000, Blatt 30/3 Kaunergrat.

Tourismus-Info:

- › Tourismusverband Tiroler Oberland – Kaunertal Tourismus, Tel.: 0043/(0)50/22 52 00, kaunertal.com
- › Informationszentrale Tourismusverband Pitztal, Tel.: 0043/(0)5414/869 99, pitztal.com

Hütten:

- › Kaunergrathütte (2817 m, DAV-Sektion Mainz), 3 Std. von Plangeross, Tel.: 0043/(0)664/144 06 27, kaunergrathuette.at
- › Verpeilhütte (2016 m, DAV-Sektion Frankfurt/Main), 45 Min. von der Verpeilhütte oder 2 Std. von Feichten, Tel.: 0043/(0)650/565 66 50, verpeilhutte.at

Touren (Auswahl):

- › Verpeilspitze (3423 m) Nordgrat: AD+, Fels bis V; 2 Std. Zustieg von der Verpeilhütte, 6-7 Std. Klettern, 1-2 Std. Abstieg zur Kaunergrathütte, insgesamt 1600 Hm Aufstieg und 600 Hm Abstieg. Landschaftlich herausragend, sehr schöne Kletterei.
- › Watzspitze (3532 m) Ostpfeiler: verschiedene Mehrseillängenrouten; „Early morning in the sun“ (VII, ca 11 SL); „Herbstwind“ (V, ca 9 SL); „Sommerwind“ (IV, ca 4 SL); „Ostgrat Direkteinstieg“ (IV, ca 4 SL); 100-350 Hm, Abstieg über Ostgrat oder abseilen. Schöne Genussklettereien in gutem Fels.
- › Watzspitze (3532 m) Ostgrat: AD, Fels bis IV, 750 Hm; 15 Min. Zustieg, 4 Std. Klettern, mindestens ebenso viel für den Abstieg über die gleiche Route! Lang und nicht immer leicht zu finden.
- › Parstleswand (3096 m) Ostgrat: AD+, im Fels bis IV; 1 ½ Std. Zustieg, 2-3 Std. bis Ostgipfel, weiter (II) in ½-1 Std. zum Westgipfel, ½ Std. für den Abstieg, insgesamt ca. 450 Hm. Der beste Fels der Gegend, landschaftlich grandios.

ist prädestiniert als Sonnenaufgangstour, also stellen wir den Wecker noch einmal auf eine unmenschliche Uhrzeit. Nach einer guten Stunde Zustieg am Grat angekommen, ist alles vergessen: Der Himmel explodiert in einer spektakulären Lichtshow. Immer wieder ziehen Wolkenfetzen vorbei wie der Bühnenvorhang zwischen

einzelnen Akten und geben gerade genug Zeit für die nächste Seillänge.

So schnell wie die Lichtshow ziehen auch die Klettermeter an uns vorbei. Der Fels hier ist anders als in der Umgebung, richtiger Granit statt Gneis. Der Vergleich ist so alt wie Übertreibungen im Bergsport beliebt, doch hier kommt tatsächlich kurz Chamonix-Feeling auf! Leider ist der Grat viel zu kurz, am Ostgipfel haben wir das

beste hinter uns. Ich bin trotzdem begeistert, eine solche Felsqualität hätte ich in den Öztaler Hochalpen nicht erwartet. Was nun folgt, sind einfache Kletterstellen zum Westgipfel. Diesen Abschnitt kann man auch als eigenständige Tour angehen – einer der besten Blockgrate Tirols, um sich als Einsteiger in diesem Gelände sicher zu erproben.



Hinter Verpeil- und Watzespitze leuchtet die Wildspitze bis ins Allgäu (M.). Der Wätze-Ostgrat bietet weite Ausblicke und den besten Weg; die Route über den Gletscher schmilzt dahin.

Am Westgipfel fällt mir der Weiterweg zur Verpeilspitze auf, die Parstleswand ist eigentlich nur eine langgezogene Grat-schulter. Dummerweise haben uns die Bohrhaken dazu verleitet, bis auf ein paar Exen das meiste Klettermaterial in der Hütte zu lassen, also verwerfe ich diese Idee schnell wieder. Später erklärt Michael, dass ein Kurs der österreichischen Bergführerausbildung kurz zuvor diese Verlängerung sogar mit ein paar Bohrhaken ausgestattet hat, doch „der Fels ist nicht richtig schlecht, aber ... du weißt schon“ – nicht so gut wie auf den bisherigen Touren und keine optimale Ergänzung der anderen, objektiv recht sicheren

Hier kann man richtig Meter machen

und anfangergefreundlichen Touren in der Umgebung.

Das soll nicht heißen, dass der Kaunergrat kein Spielplatz für gehobene Ansprüche sein kann: Wer konditionsstark ist und sich im leichten bis mittelschweren Gratgelände wohlfühlt, kann hier richtig Meter machen. Michael erzählt von einer Kombination von Verpeilspitze-Nordgrat und Watzespitze-Nordpfeiler. Wem das nicht lang genug ist, der kann sich von Hansjörg und Matthias Auer inspirieren lassen: Die beiden kletterten über den ges-

amtlichen Kaunergrat-Hauptkamm vom Kleinen Dristkogel über Gsallkopf, Rofelewand, Verpeilspitze, Schwabenkopf und Watzespitze bis zum Rostizkogel. 38 Kletterstunden, vier Tage, im Winter.

Als wir über den neuen Weg am Aperen Madatschjoch zur Verpeilhütte und ins Kaunertal absteigen, können wir noch die Madatschtürme begutachten, deren Fels wie an der Parstleswand sehr an den grüngrauen Granit der Aiguilles von Chamonix erinnert. Nach Norden dagegen versperrt die mächtige Mauer von Schweikert und Hochrinnegg die Sicht. Auf deren Rückseite warten einige spannende Mehrseillängenrouten bis VII+ in vielversprechendem Urgestein. Wir müssen wiederkommen – sieht so aus, als gäbe es hier viel mehr Felsnadeln im Schotterhaufen als gedacht!



Silvan Metz ist Bergführer-aspirant und als freiberuflicher Fotograf am liebsten im alpinen Gelände unterwegs – gerne auch mit den DAV-Expedkadern.



Württembergischer Weinradweg

Steile Lage, feine Strecke

Frühmorgens das Fahrrad in den ICE packen (München-Stuttgart 2 h 17 min, Frankfurt-Stuttgart 1 h 30 min, Köln-Stuttgart 2 h 10 min), dann von Baden-Württembergs Hauptstadt noch zehn Minuten mit der S-Bahn nach Esslingen fahren und die Tour auf dem Württemberger Weinradweg kann beginnen. Der schlängelt sich insgesamt 382 Kilometer von Rottenburg nach Niederstetten. Die Königsetappe mit etwa 90 Kilometern verläuft von Esslingen nach Heilbronn und folgt streckenweise dem geschmeidigen Neckaradweg. Mehr Wein geht fast nicht, und hat man den Stuttgarter Kessel hinter sich gelassen, wird es auch fahrradtechnisch sehr fein.

Vor dem Start noch einen Cappuccino in Esslingen, dann geht es erst einmal steil los. Der Neckaradweg folgt dem Fluss – der Weinradweg aber führt in die Hänge. Also heißt es kräftig in die Pedale steigen und hinter der Frauenkirche der Route folgen. Sollte es für den Anfang doch zu steil und zu viel Kopfsteinpflaster sein, kann man sich ja wie früher die Weingärtner auf

Durch südliche Weinberge radeln und den Sommer genießen, nicht in der Toskana, sondern vor der Haustüre und mit klimafreundlicher Anreise – das klingt nach einem perfekten Radkurztrip. Joachim Chwasczka (Text und Fotos) hat den Weinradweg im „Ländle“ geteschtet.

einer der steinernen „Grubnbänke“ ausruhen und den Blick über das geschäftige Neckartal genießen. Bald ist die erste Steigung geschafft und es folgt eine der „Besonderheiten“ auf dem Radweg: So ganz schlüssig ist er nicht immer ausgewiesen. Lieber den alten Bergsteigerspruch „nicht an

Höhe verlieren“ berücksichtigen. Die Beschilderung führt nach unten, der Verstand sagt „oben bleiben“. Runter geht es schnell zur Hauptstraße nach Obertürkheim, während man oben ent-

spannt durch die Weinberge radelt, durch Trollinger-, Lemberger-, Riesling- und Schwarzrieslingtrauben. Die Weinzeilen malen das Landschaftsbild.

Die Strecke bis Fellbach ist Weinradeln vom Aller schönsten. Die Blicke verlieren sich in den Weingärten. Und weil die Wege allesamt befestigt sind, läuft es rund.

Weinzeilen malen das Landschaftsbild



Ein attraktiver Panoramablick auf den Neckar und ein spannendes Felslabyrinth für Jung und Alt: die Hessigheimer Felsengärten mit ihrer Abbruchkante.

INFO

mehr: alpenverein.de/panorama-4-2021

AUF DEM WÜRTTEMBERGER WEINRADWEG

Informationen und Material über den Württembergischen Weinradweg unter: weinwege-wuerttemberg.de/wege/weinradweg/ oder radfahren-bw.de/wuerttembergischer-weinradweg, GPS Tracks unter heilbronnerland.de/de/wein/weinwege/wuerttembergischer-weinradweg und auf den gängigen Apps wie Komoot oder Outdooractive. Hier gibt es auch Infos zu den Wanderungen und Aktivitäten in den Felsengärten. Hilfreich: radtouren-checker.de

Anreise: Esslingen mit ICE und Regio. Eine Fahrradkarte im ICE kostet € 8,- (mit Bahncard 25 sind es € 5,40) mit nummeriertem Stellplatz im Fahrradabteil. Rückfahrt ab Heilbronn nach Stuttgart 1 h/bwtarif € 7,40.

Klettern und Bouldern in den Hessigheimer Felsengärten: felsinfo.alpenverein.de/kletterfelsen/neckarland/hessigheim/hessigheimer_felsengarten.html

Wein:

- › Besigheimer Felsenkellerei felsengartenkellerei.de
- › Fellbacher Weingärtner fellbacher-weine.de



Ob mit dem Rennrad oder Mountainbike, mit oder ohne Kinderanhänger, es rollt dahin, und spätestens im schicken Verkaufsraum der Fellbacher Kellereien angelangt, kommen südliche Urlaubsgefühle auf. Eine kleine Degustation mit Winzersekt hält die Beine fit. In Fellbach scheiden sich die Geister oder Interessen. Wer an der Route des Weinradwegs festhalten will, folgt der Schleife ins Remstal nach Weinstadt und fast wieder zurück nach Fellbach. Die gut 25 Kilometer sind allerdings etwas mühsam und von der Autobahn geprägt. Die Alternative: der direkte Weg Richtung Bad Cannstatt und Neckar.

Dort ist Schluss mit den Anstiegen, und ein paar Neckarkurven weiter verliert sich auch die Stuttgarter Geschäftigkeit. Jetzt rollen die Radl entspannt flussabwärts, und man kann Strecke machen oder am Fluss bummeln, mal links, mal rechts. Immer wieder ziehen ellenlange Schleppkähne flussauf- und -abwärts. Ein spannendes Begleitprogramm für den familientauglichen Radkurzurlaub: Schritt halten mit Lastkähnen oder einfach mal in die Schleusen gucken.

In romantischem Ambiente rollt es sich durch die Neckarauen und durch historische Ortskerne mit liebevoll restaurierten Fachwerkhäusern. Am Neckar entlang heißt auch an steilen Weinbergen entlang. Die senkrechten Abbruchkanten des Muschelkalks bieten ideale Voraussetzungen für den Anbau in Steillagen. Spätestens in Besigheim, das 2010 zum schönsten deutschen Weinort gewählt wurde, lohnt es sich, einen Pausentag einzulegen. Vermeidet man das Wochenende, ist es geruhsamer. Die Winzereigenossenschaft Besigheimer Felsengartenkelle-

rei liegt am Fuß der Steillagen und kann inzwischen mit so vielen Prämierungen glänzen, dass nicht mehr die einzelnen Goldmedaillen auf der Webseite genannt werden, sondern ganz profan deren Zahl: 19. Die Palette der Weine und Sekte ist außergewöhnlich, die Qualität top. Rot oder weiß, trocken oder feinherb, als Wein, Secco oder Sekt. Die Kulinarik in Besigheim kommt auch nicht zu kurz. Im Restaurant in der Altstadt oder beim Italiener am Markt auf die Hand schmeckt's gut.

Besigheim und die benachbarten Hessigheimer Felsengärten sind ebenfalls einen Tag wert. Ob man durch die Felsengärten wandern, zum Bouldern oder Klettern gehen, sich nach dem Radeln anderweitig sportlich betätigen oder mit den Kindern auf Entdeckungstour gehen will: die Felsengärten sind ein absolutes Muss auf dieser kurzen Urlaubstour im Süden. Die Exkursion abschließen sollte man in einer der nahen Besenwirtschaften. So geht Weinradeln. Am nächsten Tag rollt man dann stressfrei nach Heilbronn und steigt in die Bahn nach Hause. Oder man radelt weiter: Am Neckar entlang nach Heidelberg oder im steten Auf und Ab dem Württembergischen Weinradweg folgend. Egal. Die Toskana kann warten.



Joachim Chwaszcza, Reiseführer und Journalist, freut sich, auch Deutschlands schöne Ecken zu entdecken, zu Fuß und gerne mit dem Rad.

Gemeinsam sind wir stark

Wer ist schon perfekt? Neulinge wie alte Hasen am Berg können durch Fehler sich selbst, die Natur oder das Miteinander gefährden. Wenn wir uns als Mitmenschen gegenseitig zum richtigen Verhalten motivieren, tun wir Gutes für die Zukunft.

Rettungswege zuparken, durch Wildschutzzonen gehen, Müll wegwerfen – viele Vorwürfe waren im vergangenen Jahr zu hören gegenüber den Menschen, die Erholung und Erlebnis in den Alpen und Mittelgebirgen suchten. Die Corona-Beschränkungen verstärkten den Trend zum Outdoorsport, der zunehmend als „Overtourismus“ kritisiert wird. Und wo viele Menschen sind,

unseren Sport wahrnehmen. Als Leitlinie dafür propagiert der Deutsche Alpenverein auch für den Sommer 2021 das F.U.N.-Prinzip, das eben nicht nur für freudigen Genuss steht, sondern auch für Verantwortung: „Freundlich“ zu den Mitmenschen, „umsichtig“ gegenüber den Gefahren des Sports und „naturverträglich“. Wenn jede und jeder von uns diese Haltung lebt, haben wir schon viel getan für eine gute gemeinsame Zukunft.

Wie werden wir besser?

Wir können aber noch mehr tun, über uns hinaus wirken – indem wir uns auch gegenseitig an der Nase packen mit Blick auf

für die Brutzeit benötigt wird. Zum Glück gibt es sehr viel weniger schwarze als weiße Schafe. Der Trick wäre nun, dass die weißen Schafe aktiv werden und die schwarzen darauf hinweisen, welche Gefahren und Überlastungen ihr Verhalten birgt und wie sie es besser machen können. Denn wir dürfen und sollten ja davon ausgehen, dass niemand böse Absichten hat, sondern dass alle für sich selbst, die Natur und die Mitmenschen das Beste wollen, sich aber vielleicht der Probleme nicht bewusst sind.

In den Kletterhallen haben wir schon gute Erfahrungen damit gesammelt, wie wir uns im Geist des Gemeinwohls gegenseitig hel-



Foto: Freepik - Freepik.com

Wenn wir, die wir die Berge lieben, uns als Gemeinschaft verstehen – und uns auch mal gegenseitig „am Riemen reißen“: Dann haben wir eine gute Chance, unsere Freude in intakter Natur und mit gut gelaunten Menschen noch lange zu genießen.

werden viele Fehler gemacht, selbst wenn die allermeisten guten Willens sind. Fehler aber gefährden nicht nur die Akteure selbst durch alpine Gefahren, sie gefährden auch die Natur und den sozialen Frieden untereinander und mit den Einheimischen. Und damit letztlich die Möglichkeit für Sport und Erholung überhaupt – denn wenn die Belastung für Menschen und Natur vor Ort zu viel wird, erscheinen oft strenge Regelungen oder Verbote als einzige Lösung. Deshalb müssen wir alle unsere Verantwortung für die Natur, die Menschen und

das Gemeinwohl, sozusagen „Schwarmhilfe“ anbieten. Denn bewusst oder unabsichtlich wird das F.U.N.-Prinzip nicht immer optimal beachtet. Das müssen nicht als ahnungslos verschrieene Neulinge sein, die zum Beispiel in der Dämmerung Wild irritieren oder den Weg verlieren. Auch „alte Hasen“ können zum Problem beitragen – und sei es nur, weil sie nicht verstehen (wollen?), dass sich Zeiten ändern. So dass der gewohnte Parkplatz nicht für den heutigen Massenzulauf taugt oder der Lieblingsfels vom Wanderfalken

fen können. Sicherheitsfehler sind relativ einfach zu erkennen und zu beurteilen, und die direkte Rückmeldung aus der Nachbarschaft ist leichter möglich als durch Hallenpersonal, das nicht überall sein kann. Wichtig dabei ist die Grundhaltung: Es geht nicht um ein „Ertappen“ oder um Vorwürfe; das würde einen offenen Austausch erschweren. Es geht darum, mögliche Konsequenzen zu skizzieren und bessere Alternativen anzuregen. Die Menschen, die Feedback geben, und die, die es nehmen, begegnen sich auf Augenhöhe und haben den Nutzen aller

im Blick. Entsprechend „macht der Ton die Musik“: Der „Sender“ bringt seine Botschaft an, drängt aber nicht unbedingt auf Beachtung – schließlich ist Eigenverantwortung einer der höchsten Werte im Bergsport. Wenn der „Empfänger“ diese Eigenverantwortung ernst nimmt, nimmt er oder sie die Botschaft an, reflektiert ihre Relevanz und dankt dem „Sender“ für das Engagement.

Wann soll ich was sagen?

Wann nun solche Intervention angebracht ist, auch dafür liefert das Beispiel aus den Kletterhallen eine Leitschnur. Es gibt Fälle, wo man als verantwortlicher Mitmensch etwas sagen (und auch auf Beachtung drängen) muss, nämlich wenn der Fehler unmittelbare schwere Folgen hätte – ein falscher oder unfertiger Einbindeknoten etwa führt beim Ablassen unweigerlich zum Absturz. Dann gibt es Fälle, wo man sich einmischen soll-

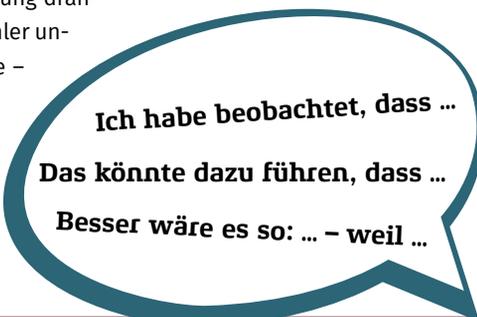
te, nämlich wenn ernstere Folgen mittelfristig zu erwarten sind – zum Beispiel bei gewohnheitsmäßigem „Hand oben“-Sichern mit Tube. Wer dagegen nur so sichert, dass sich störende Seilkrangel bilden, macht es sich schwerer als nötig – hier kann man einen Tipp geben, damit's der Mitmensch leichter hat.

Diese Abwägung kann man übertragen auf die F.U.N.-Felder, auch wenn da die Konsequenz eines „Fehlers“ nicht so leicht abzuschätzen ist. Es gibt klare Fälle, etwa wenn jemand bei Trockenheit im Wald ein Feuer anzündet oder auf einem Rettungsweg parkt. Oft aber wird es Ansichtssache sein,

ob man den Mut aufbringen will, einem anderen Menschen dreinzureden. Der Blick auf die Zukunft des Ganzen kann dabei beiden Seiten helfen.

Und natürlich funktioniert diese „Schwarmhilfe“ auch nur in aktueller Situation. Wenn das Auto quer über den Weg geparkt dasteht oder wenn die Plastiktüte auf dem Weg liegt, kann ich niemanden ansprechen. Ich könnte höchstens eine freundliche Hinweisnotiz an den Scheibenwischer klemmen – oder den fremden Müll mitnehmen, einen unnötigen Abkürzer mit Ästen verlegen. Es spricht schließlich nichts dagegen, fremde Fehler selbst wiedergutzumachen.

Wir sind viele, hieß einmal ein DAV-Slogan. Wenn wir Vielen auch gut sind – und wenn wir die paar weniger Guten zum Besseren motivieren können: Dann sind wir eine starke Gemeinschaft, die auch eine gute Zukunft vor sich hat. ad



Wann sag ich was?

	Freundlich -> soziale Rücksicht	Umsichtig -> bergsportliche Kompetenz	Naturverträglich
„muss“: > Gefahr/Überlastung gegeben > essenzielle Regeln verletzt	Parken auf Rettungsweg, Kleinkind unter Kletternden platzieren, Steine werfen in uneinsehbares Gelände, andere durch Steinschlag gefährden, andere durch Überholen gefährden, mit MTB Wandernde gefährden, Corona-Abstände nicht einhalten	Fehler beim Einbinden, Sicherungsgerät falsch eingelegt, Warnung vor beschädigten Wegstücken (Klettersteig), Warnung vor Wettersturz (Frontgewitter), Warnung vor aktueller Steinschlaggefahr, vereistem Schneefeld o.Ä.	Geschützte Pflanzen pflücken, Feuer bei Trockenheit, Klettern an gesperrtem Fels, Missachtung von Schutzgebieten, langlebigen Müll (Plastik, Dosen, ...) hinterlassen, Weidetiere mit dem Hund in Bedrängnis bringen
„soll“: > Gefahr/Überlastung möglich > deutlich ungünstiges Verhalten	Parken behindernd, Kleinkind am Wandfuß platzieren, bei Steinschlag-Auslösung kein Warnruf, Seil unnötig in Route hängen lassen, andere durch Überholen behindern, mit MTB Wandernde stören/erschrecken, Corona-Hygiene-Regeln ignorieren	Knoten nicht festgezogen, Sicherungsgerät nachlässig bedient, Warnung vor Wetterverschlechterung/Wärmegewitter, zu alte PSA (Seil, Gurt ...), ohne Helm in Steinschlagzone, unangemessene Ausrüstung (Trailrunningsschuh bei hartem Altschnee)	Seltene Pflanzen pflücken, Feuer im Freien, Aufbruch in sensible Gebiete in der Abenddämmerung, Wegabkürzer durch empfindliche Vegetation, Weidetiere belästigen, streicheln oder für Fotos verfolgen, Müll hinterlassen
„kann“: > suboptimal > unerfreulich > unpraktisch -> Lernen fördern	Parken platzverschwendend (längs statt quer), Wandfuß mit Material zustellen, unnötig schreien, Musik per Lautsprecher am Fels, Motor unnötig laufen lassen, Schnellere nicht überholen lassen, beim Rasten den Weg blockieren, unfreundlich zu anderen sein	Sicherungsgerät unpraktisch bedienen (z.B. mit HMS krangelzeugend ablassen), mit ungünstigen Schuhen unterwegs (etwa in nassen Wiesen), zu spät dran, Hinweis auf überfüllte Rastplätze/Gipfel/Hütten, auf schlechten Wegzustand o.Ä.	Pflanzen pflücken, Rauchen/Gaskocher im Wald, Pflanzen an Kletterfels ausreißen, massiv Chalk und Tickmarks verwenden, verrottenden Müll (Taschentuch, Schalen) hinterlassen, Wege abkürzen oder parallele Wege begehen

ergebnisse

Deutsche Meisterschaft Speed

Frauen:

1. Franziska Ritter (Wuppertal)
2. Sandra Hopfensitz (Augsburg)
3. Julia Koch (Rheinland-Köln)

Männer:

1. Linus Bader (Augsburg)
2. Thorben Perry Bloem (Braunschweig)
3. Sebastian Lucke (Konstanz)

Deutsche Meisterschaft Bouldern:

Frauen:

1. Afra Hönig (Landshut)
2. Hannah Meul (Rheinland-Köln)
3. Anna Lechner (München & Oberland)

Männer:

1. Yannick Flohé (Aachen)
2. Jan Hojer (Frankfurt/Main)
3. Max Kleesattel (Schwäbisch Gmünd)

termine

- 4./5.9. Weltcup Lead, Ljubljana (SLO)
- 15.-22.9. Weltmeisterschaft Lead, Bouldern und Speed, Moskau (RUS)
- 2./3.10. Deutsche Meisterschaft Lead, Augsburg
- 1.-3.10. Weltcup Bouldern, Speed, Seoul (KOR)
- 15.-17.10. Weltcup Lead, Speed, Xiamen (CHN)
- 22.-24.10. Weltcup Bouldern, Speed, Wujiang (CHN)

Franziska Ritter verbesserte gleich zweimal den deutschen Speed-Rekord – und Yannick Flohé gewann seine Meisterschaft makellos mit vier Tops im Finale.

DM Bouldern und Speed

Spannend bis zum Schluss

Anfang Juni fanden im Vonovia Ruhrstadion in Bochum im Rahmen der Ruhr Games und gefördert vom Land NRW die Deutschen Meisterschaften Speed und Bouldern statt. Obwohl Publikum erlaubt war, bekamen die Wettkämpfe die größtmögliche Bühne: Als Bestandteil des Multisport-Events „Die Finals 2021“ wurden sie teilweise von ARD und ZDF übertragen.

Speed: Ritter und Bader gewinnen

Bei den Frauen siegte die Favoritin: Die 18-jährige Franziska Ritter unterbot sogar zweimal den bisherigen deutschen Rekord: Die neue Bestmarke liegt nun bei 8,162 Sekunden. Sie sicherte sich damit verdient zum dritten Mal in Folge die Goldmedaille – zum dritten Mal vor Sandra Hopfensitz vom DAV Augsburg. Dritte wurde Julia Koch (Rheinland-Köln). Bei den Männern gab es eine Wachablösung: Der Titelverteidiger Sebastian Lucke (Konstanz) verlor im Halbfinale gegen den späteren Gold-Gewinner Linus Bader und landete schließlich auf Platz drei. Silber ging an Thorben Perry Bloem vom DAV Braunschweig.

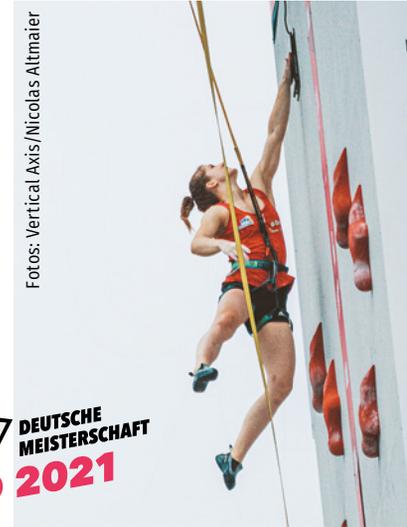
Bouldern: Platz eins für Hönig und Flohé

Die DM Bouldern, unterstützt von T-Wall und Bänfer, versprach Spannung: Bis auf Alex Megos (Erlangen) waren die größten Bouldertalente der Republik angereist, inklusive Olympia-Teilnehmer Jan Hojer (Frankfurt/Main). In Qualifikation und Halbfinale setzten sich wie erwartet die Favorisierten durch und trafen dann in einem packenden Finale aufeinander. Bei den Frauen blieb bis zum letzten Boulder alles offen: Hannah Meul (Rheinland-Köln) ging zwar in den ersten Bouldern mit zwei Flashes in Führung, Afra Hönig (Landshut) ließ der Vorjahres-Meisterin aber keine Zeit zum Durchatmen. Mit dem dritten Boulder machte Hönig kurzen

Prozess und legte im letzten Boulder dann vor. Meul trennte nur noch eine Zonen-Wertung vom Sieg – diese Chance konnte sie aber nicht nutzen, was sie auf Platz zwei beförderte. Bronze sicherte sich die erst 17-jährige Anna Lechner (München & Oberland).

Das Männer-Finale verlief etwas anders: Yannick Flohé (Aachen) legte einen unglaublich souveränen Lauf vor und flashte die ersten beiden Probleme, die außer ihm keiner klettern konnte. Schon nach Boulder Nummer drei stand er als Gewinner fest. Das Rennen um Platz zwei und drei stand aber allen fünf Finalisten lange Zeit offen. Silber sicherte sich am Ende Jan Hojer. In Top-Form erreichte er auch bei den ersten beiden Finalbouldern den Top-Griff – konnte sie aber nicht halten. Mit seinem Flash in der letzten Route setzte er sich jedoch vor Max Kleesattel (Schwäbisch Gmünd). fg

Fotos: Vertical Axis/Nicolas Altmaier



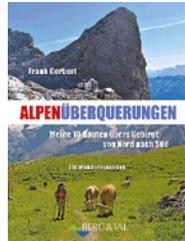
alpenverein.de/buecherberg -> Auslese

Hauptsache, man weiß, wo der Berg steht

Diese laut Johann Kederbacher, dem Erstbegeher der Watzmann-Ostwand, zentrale Frage im Bergsport zu lösen, sind Verlage und Autor*innen unermüdlich bemüht, den alpinen Bücherberg mit Führern aufzustocken. Eine Auswahl der neueren Erzeugnisse präsentiert unsere Website. Hier eine Motivationshilfe, warum es sich immer zu stöbern lohnt.

Wandern, wandern, weiter wandern ...

Wandern ist nicht nur durch Corona ein regelrechter Boom geworden – gerade jüngere Menschen entdecken diese Art von Naturgenuss für sich. Die etablierten Verlage wie Rother, Bruckmann und Conrad Stein liefern regelmäßige Updates für ihre Klassiker und ergänzen ihre diversen Reihen. So gibt es bei Rother „stille“ und „wilde“ Wege, Hütten- und „leichte“ Wanderungen. Neben Führern zu Tageswanderungen gibt es auch solche zu Weitwanderwegen wie die „Alpentreks“ von Bruckmann. Besonders ins Auge springen die „Alpenüberquerungen“ von Frank Gerbert: Er hat die Alpen auf zehn selbst entwickelten Routen überquert, zu denen er Infos und Impressionen liefert. Und dass man selbst hoch im deutschen Norden Wanderziele finden kann, zeigt Frank Wippermann augenzwinkernd mit seinem „Bergführer Hamburg“.



... und andere Bergsportarten

Ein Mountainbikefahrer bereichert den Bücherberg: Die bewährte italienische Führerschmiede Versante Sud stellt die Möglichkeiten am Comer See vor – die westliche Alternative zum Gardasee. Unweit davon, im Veltlin, dürfen Boulderer sich über ein neues Produkt der Italiener freuen. Und die „Hohen Wände bei Arco“ füllen mittlerweile zwei Bände. Gleich fünf Bände umfasst die „Schweiz plaisir“-Reihe aus der Edition Filidor; der Ostteil der Eidgenossenschaft ist die neueste Erscheinung. Neu ist auch der dicke Band zum Alpin-, Sportklettern und Bouldern in den Karnischen und Julischen Alpen aus dem Panico Verlag. Die Schwaben setzen zudem ihrer Heimat ein Denkmal: In „Steinzeit“ werden die östlichen Gebiete Eselsburger Tal, Blautal und Großes Lautertal präsentiert. red

I FEEL
SLOVENIA

MEINE ART,
GEHEIME WEGE
ZU ERKUNDEN.

#ifeelsLOVEnia
#myway
#sloveniaoutdoor

SLOVENIA
Outdoor



www.slovenia.info
www.slovenia-outdoor.com

Jetzt wird's ernst!

Bei Erscheinen dieser Ausgabe sind es nur noch wenige Tage, bis der größte Wettkampf der Sportklettergeschichte beginnt – die Olympischen Spiele in Tokyo. Was jetzt noch wichtig ist, hat Franz Güntner hier zusammengefasst.

Wo wird Sportklettern in den Medien zu sehen sein?

ARD und ZDF übertragen mehrere hundert Stunden der Spiele live in den Hauptprogrammen. Zusätzlich bieten sie täglich bis zu zehn Livestreams an. Die beiden Sender wechseln sich in der Fernseh-Berichterstattung ab: an einem Tag ARD, am anderen ZDF. Wer gerade nicht „auf Sendung“ ist, zeigt die Livestreams. Wegen des Zeitplans beim Klettern bedeutet dies:

Die ARD zeigt im TV die Damen und im Livestream die Herren, beim ZDF ist es umgekehrt. Wie und wie viel übertragen wird, steht allerdings noch nicht fest. Sicher ist: Es wird Zusammenfassungen und News-Blöcke vom Klettern geben. Zudem sind Livestreams zumindest vom Finale ange-dacht, vor allem im Lead, da hier die Me-dailien-Entscheidung fallen wird.

Wie berichtet der DAV über die Wettkämpfe?

Die wichtigsten Entwicklungen und Hintergründe finden Interessierte unter alpenverein.de/c2t, auf Instagram (@deutscher alpenverein) und Facebook (deutscher.alpenverein.dav).

Wie läuft der Wettkampf ab und wo gibt es Infos zu den Teilnehmenden?

Wie der etwas komplexe Olympische Drei-kampf funktioniert, zeigt unser Schaubild auf der rechten Seite. Steckbriefe der beiden

qualifizierten Athleten gibt es in den Pano-rama-Ausgaben 3/21 und 2/21 und unter alpenverein.de/alexander-megos sowie alpenverein.de/jan-hojer.

Wie stehen die Erwartungen?

Bis Redaktionsschluss fanden drei Boul-der- und ein Speed-Weltcup statt. Die Aus-sagekraft der Platzierungen ist aber nur begrenzt: Zum Beispiel ist es möglich, dass in den aktuellen Wettkämpfen noch nicht mit Vollgas geklettert wird, um sich nicht zu verletzen. Verzerrungen bewirkt auch die Periodisierung des Trainings: Für die ein-zelnen Disziplinen trainiert man in Blö-cken, die aber nicht unbedingt zum Welt-cup-Kalender passen müssen. Trainiert eine Olympionikin beispielsweise gerade für Lead, hat sie in einem Boulderweltcup schlechtere Chancen als die Spezialistin-nen. Außerdem haben noch kaum Tokyo-Qualifizierte an einem Speed-Weltcup teil-genommen – und Lead gab es noch gar

Wann sind die Wettkämpfe?

- Di., 3.8.:** Qualifikation Männer:
10 Uhr Speed, 11 Uhr Bouldern, 14.10 Uhr Lead
- Mi., 4.8.:** Qualifikation Frauen:
10 Uhr Speed, 11 Uhr Bouldern, 14.10 Uhr Lead
- Do., 5.8.:** Finale Männer:
10.30 Uhr Speed, 11.30 Uhr Bouldern, 14.10 Uhr Lead
- Fr., 6.8.:** Finale Frauen:
10.30 Uhr Speed, 11.30 Uhr Bouldern, 14.10 Uhr Lead

Wer startet bei Olympia?

Frauen: Janja Garnbret (SLO), Akiyo Noguchi (JPN), Shauna Coxsey (GBR), Aleksandra Miroslaw (POL), Miho Nonaka (JPN), Petra Klingler (SUI), Brooke Raboutou (USA), Jessica Pilz (AUT), Julia Chanourdie (FRA), Mia Krampl (SLO), Jüliia Kaplina (RUS), Kyra Condie (USA), Laura Rogora (ITA), YiLing Song (CHN), Alannah Yip (CAN), Anouck Jaubert (FRA), Viktoriia Meshkova (RUS), Erin Sterkenburg (RSA), Oceania Mackenzie (AUS), Chaehyun Seo (COR)

Männer: Tomoa Narasaki (JPN), Jakob Schubert (AUT), Rishat Khaibullin (KAZ), Kai Harada (JPN), Mickael Mawem (FRA), Alexander Megos (GER), Ludovico Fossali (ITA), Sean McColl (CAN), Adam Ondra (CZE), Bassa Mawem (FRA), Jan Hojer (GER), YuFei Pan (CHN), Alberto Ginés López (ESP), Nathaniel Coleman (USA), Colin Duffy (USA), Michael Piccolruaz (ITA), Aleksei Rubtsov (RUS), Tom O'Halloran (AUS), Christopher Cossier (RSA), Jongwon Chon (COR)

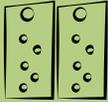
**ALLES GEBEN
IST UNSER STIL**

Klettern wird in Tokyo 2021 erstmals olympisch sein. Das ist eine einmalige Chance. Wir werden sie nutzen.
alpenverein.de/climbtotokyo

Olympic Combined

QUALIFIKATION (20 Personen)

SPEED



2 Läufe/Person

(Linie A/B)
schnellste
gekletterte Zeit

Platzierung = Rankingzahl

1 ... # 20

BOULDER



4 Boulder à 5 Min.

- Anzahl Tops
- Anzahl Zonen
- Versuche für Tops
- Versuche für Zonen

1 ... # 20

LEAD



6 Min.

gekletterte
Höhe
(Griffnummer)

1 ... # 20

Rankingzahlen werden multipliziert:

$$\# \text{Speed} \times \# \text{Boulder} \times \# \text{Lead} = \# \text{gesamt}$$

Die acht Besten (niedrigste gesamt-#) kommen ins Finale

FINALE (8 Personen)

SPEED

Platzierung



BOULDER

3 Boulder à 4 Min.

- Anzahl Tops
- Anzahl Zonen
- Versuche für Tops
- Versuche für Zonen

1 ... # 8

LEAD

6 Min.

gekletterte
Höhe
(Griffnummer)

1 ... # 8

Rankingzahlen werden multipliziert:

$$\# \text{Speed} \times \# \text{Boulder} \times \# \text{Lead} = \# \text{gesamt}$$

Ranking nach bester (niedrigster) gesamt-#

nicht. Mit diesen Einschränkungen sind die bisherigen Ergebnisse vorsichtig zu interpretieren: Adam Ondra (CZE) gewann souverän zwei Weltcups, pausierte beim dritten aber wegen Schulterproblemen. Tomoa Narasaki (JPN) und Jakob Schubert (AUT) belegten jeweils einmal den dritten Platz. Alex Megos (Erlangen) schaffte es dreimal ins Halbfinale und Jan Hojer (Frankfurt/Main) zweimal. Bei den Frauen wurde Brooke Raboutou (USA) zweimal Dritte, einmal Neunte; Miho Nonaka (JPN) belegte die Boulder-Plätze 4, 6 und 7 und gewann im

Speed Bronze; Janja Garnbret (SLO) boulderte einmal Gold, einmal Silber und lief im Speed die siebt-schnellste Zeit.

Doch beim Spekulieren muss man eins bedenken: Beim Klettern punktet man nicht gegen die Konkurrenz, wie zum Beispiel im Tennis. Am Ende zählen nur der Kopf, die richtige Einstellung und die eigene Leistung. Du gegen die Route. So wie am Fels auch.



**Klinikverbund
Allgäu**

AUF IN DIE BERGE!

ARBEITEN WO ANDERE
URLAUB MACHEN.

Für den Klinikverbund Allgäu suchen wir ab dem nächstmöglichen Zeitpunkt Mitarbeiter (m/w/d) für

**OPERATIONSTECHNISCHE
ASSISTENTEN (OTA)**

**GESUNDHEITS- UND
KRANKENPFLEGER MIT
FACHWEITERBILDUNG**

DIE REGION

Verknüpfen Sie berufliche Chancen bei einem attraktiven Arbeitgeber mit hoher Lebensqualität in der Urlaubs- und Freizeitregion Allgäu!

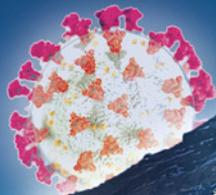
IHRE BEWERBUNG

Für weitere Fragen stehen Ihnen Chefarzt Dr. Martin Fiedermutz unter **Telefon 08323 910-8808** und Chefarzt Priv. Doz. Dr. med. Florian Wagner unter **Telefon 0831 530-3362** gerne zur Verfügung.

Ausführliche Informationen finden Sie unter **www.klinikverbund-allgaeu.de**



GIPFEL FÜR FAHRLÄSSIGE?



Der höchste Berg der Erde ist immer ein Medienstar. In dieser Saison standen aber nicht unbedingt die neuesten Rekorde im Mittelpunkt – über 400 Genehmigungen, 25:50 Stunden BC-Gipfel für die Chinesin Tsang Yin Hung (vermutlich mit Hilfssauerstoff), Kami Rita Sherpa (NEP) zum 25. Mal am Gipfel, Kenton Cool (GBR) zum 15. Mal, der dritte Blinde, die Königsgarde von Bahrain –, sondern der Umgang der rund 1000 Menschen im Basislager miteinander. Denn dieses blieb natürlich nicht coronafrei, Dutzende Fälle wurden gemeldet, während maskenfrei Party gemacht wurde. Einige professionelle Anbieter brachen ab und ließen ihre Kunden per Heli ausfliegen, denn die Dörfer am Zustieg waren praktisch abgeriegelt. China hatte die Nordseite komplett gesperrt, Nepal beschränkte sich darauf, Veröffentlichungen zu verbieten.

Als „Gipfel der Fahrlässigkeit“ bezeichnete der Journalist **Stefan Nestler** (abenteuer-berg.de) das Verhalten; auch am Manaslu gab es Dutzende Fälle im Basislager. Eine zweite Wortschöpfung Nestlers ist „Heli-Doping“: An der Annapurna wurde ein Rekord-Erfolg (über 40 Menschen am Gipfel) ermöglicht durch eine Nachlieferung von Fixseilen und Sauerstoff ins Hochlager per Heli. Schon 2014 hatte sich die Chinesin Wang Jing am Everest jenseits des Khumbu-Eisbruchs – wo gerade eine tödliche Lawine abgegangen war – absetzen und nach dem Gipfel abholen lassen; ein Geschäftsmodell mit Zukunft? Und mit Ethik?

Berge für Erwachsene – Echten Alpinismus – mit allem zugehörigen Ernst – betrieben Marek Holeček und Radoslav Groh (CZE) am Baruntse (7129 m). In vier Tagen hatten sie „Heavenly Trap“ (1300 Hm, ABO, M6+, VI+, 80°) durch die Westwand gelegt, dann hielt sie ein Zyklon vier Tage lang in der Gipfelregion gefangen. Als sie nach insgesamt zehn Tagen endlich absteigen konnten, hatte Holeček zehn Kilo Gewicht verloren. /// Holečeks Kletterpartner Zdenek Hák hatte sich ein bescheidenes Ziel ausgesucht: Mit Jaroslav Banský eröffnete er in zwei Tagen „Ada’s heavenly traverse“ (TD+) in der Nordwand des Kangchung Shar (6030 m) in Nepal. /// Eine ungewöhnliche Kombination fand der Pole Andrzej Bargiel: Nach der Erstbesteigung des Yawash Sar II (6178 m) im Karakorum fuhr er mit Ski wieder ab. Zehn Tage später

gelang ihm mit Jędrek Baranowski der Laila Peak (6096 m) samt Abfahrt von 150 Meter unterhalb des Gipfels. /// Ein „Herz aus Stein“ (1050 m, M7, 50-90°) fand das Ehepaar Ines Papert und Luka Lindič in der Westwand des Mount Huntington (3731 m) in Alaska. Beim Eingeh-Trip in der „Colton-Leach“ erspähten sie die vielversprechende Felswand, die sie mit einer herzförmigen Struktur überraschte – und mit hartem Eis in den Rissen, in denen sie Felsklettereier erhofft hatten. So hatte jede Seillänge etwas zu bieten, es gab „pure alpine Klettermagie“ und ein Vollmond-Biwak. /// Auch Brette Harrington (USA) gehört zu den wenigen Frauen, die ernste alpine Routen erstbegehen – etwa „Just a Nibble“ (500 m, VII-, M6R, WI 5) in der Nordostwand des Mt. Niblock (2976 m) im Banff National Park, zusammen mit Dylan Cunningham. /// Acht

Tage brauchten Ryan Driscoll, Justin Guarino und Nick Aiello-Popeo für das „Medusa Face“ (1300 Hm, M6, A2), die Nordwand des Mt. Neacola auf den Aleuten. /// In den Dolomiten hielt sich der Winter etwas länger als üblich: Am 20. Mai genossen Emanuele Andreozzi, Matteo Faletti und Santiago Padrós in 16 ½ Stunden ihre „Pazzione primaverale“ (1000 m, 90°, AI 6, M7) durch die Nordnordostwand der Cima Tosa (3133 m). Zehn Tage legten Padrós und Andreozzi ohne Faletti nach, mit „Alchimia“ (670 m, AI 5+, M6+, IV) an der Cima de Gasperi (2994 m, Civettagruppe).

Felsen für Fitte – Er hat es schon wieder getan: Free solo kletterte Alex Honnold drei Klassiker der Red Rocks: „Cloud Tower“ (11 SL, VIII+), „Rainbow Wall Ori-

/// AUFGESCHNAPPT

„Der Berg weiß nicht, dass du ein Experte bist. Bevor du also startest, bereite dich darauf vor, deine Bescheidenheit zu bewahren.“ Kami Rita Sherpa nach seinem 25. Everest-Gipfelgang. „Was wir erlebt haben, ist unglaublich, vielleicht unwiederholbar. Die reine Essenz von Kletterpartnerschaft, von Bergsteigen und Freundschaft.“ Emanuele Andreozzi über seine „Pazzione Primavera“ (Frühlingswahnsinn). **Jedesmal, wenn ich klettern gehe, suche ich mir etwas aus, das mir schwerfällt. Ich will mich fordern, lernen und besser werden.**
Bronwyn Hodgins (CAN) nach „Golden Gate“ am El Capitan.

nal“ (14 SL, VIII+) und „Levitation 29“ (10 SL, VIII-), in elf Stunden – er fand das Enchainement härter als den „Freerider“, weil anhaltender und zuletzt mit kochenden Fü-

ßen bei Mittagshitze. /// Frauenpower am El Cap: Die dritte Frauenbegehung von „Golden Gate“ (900 m, 34 SL, IX+) machte Bronwyn Hodgins (CAN) in acht Tagen; nur fünf Tage brauchte Brittany Goris (USA) für die „Salathé“ (870 m, 35 SL, IX+/X-). /// Nach fünf Hüft-Dysplasie-Operationen war Sasha DiGiulian (USA) wieder fit genug für die erste Frauenbegehung von „Logical Progression“ (900 m, IX+) am El Gigante in

Sasha DiGiulian ist nach Hüftoperationen wieder stark unterwegs.

Mexiko: sieben Tage, zusammen mit der Kollegin Vian Charbonneau. /// Der Frankreich-Lockdown erlaubte Symon Welfringer (FRA) „nur“ einen Korsika-Urlaub; an der Punta U Corbu kletterte er jeweils in einem Tag „Delicatessen“ (120 m, 6 SL, X), „RoMa“ (200 m, IX+) und „Parfum de Violence“ (270 m, IX+/X-). /// „Futa Chao“ (Großer Vater, 1000 m, IX-, A2+) nannten Nicolas Gutierrez, Pancho Herrera, Sebastian Rojas und Hernan Rodriguez ihre Erstbesteigungs-Route am Cerro Huinay (1430 m) im chilenischen Teil Patagoniens, an der sie zwei Wochen arbeiteten. Den Einstieg erreichten sie per Heli, um eine Woche Dschungelkampf zu sparen.

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

Foto: Pablo Durana



THE TREKKING CREW!

TATONKA
EXPEDITION LIFE

YUKON DER RUCKSACK FÜR TREKKINGGURUS & ZIVILISATIONSFLÜCHTER

www.tatonka.com/yukon

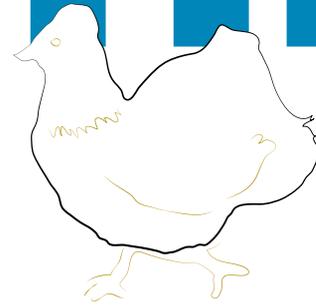


Die Grande Casse (3855 m) ist die Königin und unumstrittene Schönste der Vanoise – hier mit dem Lac du Plan du Lac als Spieglein.



Wandern im Nationalpark Vanoise

Ein Huhn der Sonderklasse



Der Vanoise-Nationalpark begeistert mit erhabenen Landschaften und mit einer Tierfülle, die ihresgleichen sucht. Mit Blick auf die Landkarte erklärt [Iris Kürschner](#) (Text und Fotos) obendrein, wo das Huhn steckt.

Plötzlich ist es ganz still. Die Köpfe hängen im Nacken, weil „Yeti“ in den Himmel zeigt. Ein imposanter Bartgeier kreist elegant durch die Lüfte, als sei er leicht wie eine Feder. „An die sieben Kilo können diese Vögel auf die Waage bringen“, tönt es im Hintergrund, „und die Spannweite der Flügel beträgt nicht selten zweieinhalb Meter.“ „Yeti“ weiß, wovon er redet, er half beim Tragen im Wiederansiedlungsprogramm, ihm wurde auch die Überwachung der Bartgeier aufgetragen. Christo-

phe Gotti, wie „Yeti“ eigentlich heißt, arbeitet seit über 30 Jahren als Parkranger für den Vanoise-Nationalpark. Zugleich ist er Bergführer, Langlauflehrer, Wettkämpfer beim Skibergsteigen und Autor von Wander- und Skiführern. Der Ranger sprüht vor Energie und hat Pranken wie – vielleicht ein Yeti. Das Schöne an Bartgeiern, sagt er, sei ihre Neugier und dass sie gerne auch mal ganz nahe kämen. So wie jetzt. Das Wanderpublikum, das sich auf der Terrasse des Refuge du Col du Palet zusammengefunden hat, ist begeistert. Und Gotti ist mit seinen Ausführungen

noch lange nicht zu Ende, zeigt geduldig seine Fotos, die er von all den Tieren hier geschossen hat. Königsadler fräßen gerne Murmeltiere, und der Wolf sei wieder zurückgekehrt, ein Rudel lebe im Nachbartal, im Vallon de Rosuel.

Will man die Lage des Vanoise-Massivs erklären, kann man gleich im Tierreich bleiben. La poule – in Frankreich lernt jedes Schulkind, wie leicht die Gebirgsgruppe auf der Landkarte im Gewirr der französischen Bergketten zu entdecken ist. Denn das durch die Täler der Isère (Tarentaise genannt) und Arc (Maurienne genannt) umschlossene Gebiet nur wenig südwestlich des Mont Blanc hat unverkennbar die Form eines Huhns und sticht

Strom von der Sonne, eigenes Brot

sofort ins Auge. Im Hinterteil der Henne befindet sich der Vanoise-Nationalpark. Der älteste Nationalpark Frankreichs, 1963 gegründet, um das Aussterben des Steinwilds zu verhindern, zeigt sich mittlerweile in überwältigender Tierfülle. Damals kraxelten nur noch vierzig Steinböcke durch das Hochgebirge, heute sind es rund zweitausend Exemplare, so Gotti. Ähnlich hoch ist die Zahl der Gämsern.

Völlig isoliert im Nordosten des Nationalparks liegt das Refuge du Col du Palet. Es ist eine von 16 Hütten, die dem Nationalpark gehören. Insgesamt aber verteilen sich 54 Stützpunkte auf 530 km². „Das ist einzigartig“, sagt Gotti. „Kein anderes Gebiet in den Alpen hat so viele Hütten auf

relativ kleinem Raum.“ Diese Hüttendichte macht hier das Wandern besonders leicht. Allein an der Tour de la Vallaisonnay befinden

sich neun Refuges, darunter auch das am Col du Palet. Eine Vorzegehütte, was die Energiebilanz betrifft. Seit 2015 wird sie zu 100 Prozent energieautark betrieben. Mit dem Prototyp einer Kombination aus Fotovoltaik, Wasserstoffproduktion und Brennstoffzelle versucht man neue Wege zu gehen. Zuvor hätte es immer wieder Probleme mit der Energieversorgung dieses abgelegenen Stützpunkts gegeben, erklärt Gotti, weil die von den Solarmodulen erzeugte elektrische Energie nicht länger als drei Tage gespeichert werden konnte. Es reichte nicht für den Betrieb der Trink-

wasserhebebombe, deshalb musste man einen Diesel-Generator einsetzen. Um die Speicherung der Sonnenenergie zu optimieren und so auch den Generator zu erübrigen, entwickelte der Park den innovativen Prototyp: Überschüssige Solarenergie erzeugt Wasserstoff durch Elektrolyse von Wasser, die Brennstoffzelle wandelt bei Bedarf den Wasserstoff wieder zu Strom. Eine geniale, saubere Energietechnologie ganz ohne Treibhausgase. Begeistert sind wir auch von der netten Hüttenwirtin, die mit viel Herzlichkeit und Engagement den Betrieb führt. Bérengère Vallat wollte vor einigen Jahren als Architekturstudentin mit dem Ferienjob eigentlich nur etwas Geld verdienen. Es gefiel der 28-Jährigen so gut, dass sie ihr Studium erst mal auf Halde legte, um die Zeit nun





in den Bergen zu genießen. Bei ihr sieht es nicht nach Arbeit aus, sie strahlt über beide Ohren, wenn sie ihr leckeres Brot bäckt oder deftigen Eintopf kocht.

Dieter und ich wollen die schönsten Runden herausfinden, und die Tour de la Vallaisonnay gehört definitiv dazu. Wir gestalten sie zu einer Zweitagestour, die

im Hochtal von Champagny beginnt und endet. Ein Bilderbuch-Hochtal, wo sich in üppigen Blumenwiesen archaische Weiler betten und überm Kopf die Gletscher glitzern. Nicht selbstverständlich, denn ein Tal weiter stechen Retortensiedlungen ins Auge. Eine Kunstwelt aus Beton und Hässlichkeit, die im Sommer tot erscheint, im

Winter aber zum Skizirkus erblüht. Gigantische Wintersportzentren wie Les Trois Vallées, Les Arcs und Val d'Isère konfrontieren. Sie zeigen aber auch, wie wichtig es ist, Landschaften zu schützen. Der Vanoise-Nationalpark ist so geblieben wie bei unserem ersten Besuch vor über 20 Jahren: unverbaut und traumhaft schön.

In den Cirques de Pralognan zeigt die Vanoise ihre wilde Seite. Das Refuge du Col du Palet wird mit regenerativer Energie versorgt und bietet feine Verpflegung. Geradezu legendär sogar ist der Beaufortkäse der Alp Ritort – über so einen Leckerbissen würden sich Murmeltiere mit Bandscheibenbeschwerden freuen.



Hinter den Wollgraswiesen im Biotop Bellecombe überragt der Dent Parrachée (3695 m) das Tal von Termignon.

Unzählige Seen, weite Hochplateaus und wilde Gebirgskessel, so genannte Cirques, prägen seine Landschaft. Unser Favorit bezogen auf Letzteres: die Tour des Cirques de Pralognan.

Pralognan im Herzen des Nationalparks strahlt noch immer den Charme eines Bergsteigerdorfs aus. Von hier starteten der britische Alpenpionier William Mathews und seine Führer Michel Croz und Etienne Favre im Jahre 1860, um die Grande Casse, den höchsten Gipfel der Vanoise, als Erste zu besteigen. Die Königin der Vanoise, unverkennbar ihre Form und doch von allen Seiten anders, wandelbar wie eine Diva. Schon von der Tour de la Vallaisonnay konnten wir sie bewundern. Von Pralognan aus zeigt sie ihre markanteste Seite. Wie ein Rüssel zieht sich ein Gletscher vom eingeschnittenen (cassé = gebrochen) Haupt der Grande Casse herab. Über diese Seite führt auch der Weg der Erstbesteiger und heutige Normalweg. Eine strenge Route, die, je mehr der Gletscher schmilzt, umso heikler wird, hatte uns Gotti gewarnt. Seit geraumer Zeit herrschen meist nur noch im Juni gute Bedingungen. Damals mussten Mathews, Croz und Favre 1100 Stufen schlagen, um den 45 Grad steilen Eishang zu bewältigen. Mathews gehört zu den fünf Briten, die im August 1857 auf dem Gipfel des Finsteraarhorns beschlossen, den ersten alpinen Club der Welt zu gründen, was denn auch vier Monate später offiziell in London geschah.

Viele Bergsteiger kämen zigital umsonst, bevor die Grande Casse sie gewähren lasse, sagt Gotti. Aber was heißt hier umsonst. Allein ihr Anblick bleibt eine Augenweide – Blickfang auf dem Weg zwischen Pralognan und dem Col de la Vanoi-

se. Unterwegs biegen wir ab, um durch den Cirque de l'Arcelin zum Cirque du Grand Marchet aufzusteigen. Wasserfälle stieben von lotrechten Wänden. Sie bilden reißende Gebirgsbäche, die im Grund der Felsenkessel sanft und friedlich durch Moorbiotope mäandern.

Unterm Pic de la Vieille Femme wartet das Refuge de la Valette auf uns. Vier schmucke Holzhütten im Stil von Finnhäusern, die seit dem Sommer 2019 von Julie und Baptiste bewirtschaftet werden. Das junge Paar – er Ingenieur, sie Tierärztin – zieht ein Leben in der Natur vor und will etwas bewirken. Es stellte die Hüttenkost auf Bio um und möchte jetzt auch andere Hütten dafür gewinnen, sich überwiegend mit lokalen Produkten beliefern zu lassen. Julie serviert uns zur Begrüßung einen köstlichen Kuchen aus wildem Rhabarber.

La Grande Casse: die Königin

„Der wächst direkt vorm Haus, ist milder und weniger pelzig“, sagt sie und zeigt aufs nahe Gestrüpp. Überhaupt sammle sie seit Coronazeiten mehr Kräuter, um nicht so oft einkaufen gehen zu müssen, schmunzelt Julie. Viel Zeit verbringen die beiden in der Küche. Applaus nach dem Abendessen ist die Antwort der Gäste.

Ein überirdisches Lichtspektakel lockt plötzlich alle nach draußen. Die Grande Casse glüht, dann die ganze Felsbarriere hinter der Hütte und im Süden die Aiguille de Polset. Ihr vergletschertes Antlitz begleitet uns anderntags auf dem Höhenweg zum Cirque du Génepy. Gletscher anschauen, solange es sie noch gibt. Auch im Vanoise-Massiv lässt die Klimaerwärmung das Eisvolumen stark zurückgehen. Der vom Dôme de l'Arpont herabfließende Glacier du Génepy zeigt sich im Hochsommer nur noch in Flecken, aus denen Bäche und Wasserfälle herausfließen. Als würde er weinen ... Die Szenerie wirkt nach wie vor sehr imposant. ▶





STOP TALKING. START PLANTING.

Die Klimakrise ist ein Wettlauf gegen die Zeit. Zum Glück gibt es Bäume. Sie verschaffen uns wertvolle Zeit, um Emissionen zu reduzieren. Deswegen hat **Hannes Jaenicke** gerade 1000 Bäume gepflanzt. Pflanz mit - mit einem Klick auf **plant-for-the-planet.org** oder unserer **App**.





Einen Kontrast setzt die liebevolle Almlandschaft eines breiten Hochtals mit der Alp Ritort, besprenkelt von Tarentaise-Kühen, mit deren Milch der berühmte Beaufortkäse gleich vor Ort hergestellt wird. Als Käseliebhaber lassen wir uns das nicht entgehen. Zweimal am Tag, vormittags und abends gegen halb sechs Uhr, kann man durch Glasfenster die Produktion beobachten. Degustieren und ein ordentliches Stück Käse einkaufen liegt auf der Hand. „Bon appétit“ wünscht uns der Käser. 19-jährig tingelte Gaël als Backpacker durch die Welt. Er jobbte auf der Alp und blieb hängen. Das war 1998. Gaël Machet ist muskelbepackt, denn die Arbeit ist hart. Die Käseläiber wiegen um die 40 Kilo, regelmäßig müssen sie in der Schatzkam-

Abendrot an der Grande Casse, gesehen vom Refuge de la Valette. Nahe dem Plan du Lac liegt die verlassene Alp la Chavière.





Anreise: Zentrale Ankunftspunkte mit ÖV sind in der Tarentaise die Bahnhöfe von Moûtiers und Bourg-St-Maurice, in der Maurienne der Bahnhof von Modane. Von dort sind die diversen Nationalpark-Täler per Bus erreichbar.

Wichtige Webadressen: vanoise-parcnational.fr, pralognan.com, saintefoy-tarentaise.com, haute-maurienne-vanoise.com

Hütten:

- Refuge du Col du Palet (2587 m), Tel.: 0033/(0)4 79 07 91 47, refuge-coldupalet.vanoise.com
- Refuge de la Valette (2590 m), Tel.: 0033/(0)6 65 64 57 36, refuge-valette.vanoise.com
- Refuge le Repoju (1710 m), Tel.: 0033/(0)6 83 58 21 73, refuge-repoju.com
- Refuge du Lac Blanc (2290 m), Tel.: 0033/(0)6 82 38 11 98, refugedulacblanc.vanoise.com
- Refuge de Plan du Lac (2368 m), Tel.: 0033/(0)4 79 20 50 85, refuge-plandulac.vanoise.com
- Refuge d'Entre-Deux-Eaux (2128 m), Tel.: 0033/(0)4 79 05 27 13, refuges-vanoise.com
- Refuge de l'Arpont (2290 m), Tel.: 0033/(0)9 82 12 42 13, refuge-arpont.vanoise.com

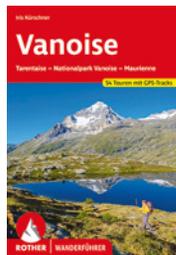


Hotel-Tipps:

- Hotel Le Monal in Ste-Foy Tarentaise, cooles Ambiente, feine Küche, Tel.: 0033/(0)4 79 06 90 07, le-monal.com.
- L'Auberge d'Oul, archaisch und ruhig im Dorfkern von Bonneval-sur-Arc, savoyardische Spezialitäten, Treffpunkt Einheimischer, Tel.: 0033/(0)4 79 05 87 99, auberge-oul.com.

Literatur:

Iris Kürschner: Wanderführer Vanoise, Bergverlag Rother 2021 (enthält alle erwähnten Routen – und mehr)



mer gewendet werden, zwischen 350 und 400 Stück pro Saison.

Der Beaufort, gehuldigt als „Prinz der Greyerzer“, gibt vielen lokalen Gerichten einen besonderen Goût. Den Crozets (Teigwaren) zum Beispiel. Im Restaurant „Bergerie“ in Les Prioux, das an unserer Runde liegt, werden sie ganz savoyardisch mit Diots serviert, Würsten, in denen neben Fleisch auch Grünzeug wie Lauch und Spinat verarbeitet ist. Zur Bergerie gehört das Refuge Repoju, beide urig, man fühlt sich fast wie zu Pionierszeiten. „Repoju heißen

im Patois, dem lokalen Dialekt, die Ruhebänke“, erzählt uns Patron Nicolas, „dazumal, als die Säumer auf dem Rücken Salz und Käse über die Pässe transportierten“, hinüber in die Maurienne und weiter in den Süden. Heute folgen diesen historischen Handelsrouten große Weitwanderwege wie der GR 5 und der GR 55. Vom einen kann man auf den anderen abbiegen und das Herz des Nationalparks, die Vanoisegletscher, umrunden. Dabei lernt man auch das Hochplateau von Termignon kennen. Eine abgefahrene Landschaft, aus deren Wiesenprarie

die Gletscherberge wachsen und sich in einem Dutzend Seen spiegeln.

Mehrere Hütten gibt es – Qual der Wahl. Das Refuge du Lac Blanc beispielsweise könnte nicht schöner liegen. Mächtig spiegelt sich der Dent Parrachée in der Seeperle unterhalb der Hütte. Ebenso genial liegt das Refuge de Plan du Lac. La Grande Casse zeigt sich doppelt. Selbst dann, wenn nicht zu viel vom selbst gemachten Kräuterlikör, dem Génépy von Guilhem, genossen wurde. Stolz ist der Hüttenwirt aber vor allem auch auf sein batteriebetriebenes Geländefahrzeug. Damit können auch behinderte

Steinböcke am alpinen Laufsteg

Menschen hier coole Touren unternehmen. Zudem ist die Unterkunft barrierefrei ausgebaut und leicht von Termignon aus über ein Sträßchen erreichbar. Nur ein dreiviertelstündiger Fußmarsch trennt sie von der ältesten Unterkunft, dem Refuge d'Entre-Deux-Eaux, Herberge seit 1908 an der Route du Sel et Fromage. Von dort starten wir eines Morgens zu den Lacs des Lozières hinauf. Es folgt ein grandioser Höhenweg zum Refuge de l'Arpont. Kurzweilig wegen des ständig wechselnden Panoramas, aber auch wegen der Steinböcke, die kokettieren, als wären sie beim Fotoshooting auf dem Laufsteg. Selbst die Murrentiere kommen so nah, als hätten sie nichts zu befürchten. Vertrauen, das wir erst wieder lernen müssen.



Iris Kürschner war bei der Arbeit für ihre Führer-Neuaufgabe so begeistert, dass sie gleich wieder in die Vanoise möchte.

Catherine
Destivelle

Eine Frau geht ihren Weg

Sie erhielt als erste Frau den Piolet d'Or für ihr Lebenswerk. Sie prägte das Bild der starken Frau im Alpinismus auf sympathische Weise. Und zeigte dann, dass es im Leben noch mehr gibt als kleine Griffe und steile Wände.

Text: Nadine Regel

Ein Schritt zu weit. Freier Fall. Nach zwanzig Metern hängt die junge Kletterin verletzt im Seil. Was war geschehen? Catherine Destivelle erinnert sich nicht mehr genau. Sie mutmaßt. Nach der 1700-Meter-Wand an einem bis dahin unbestiegenen Berg in der Antarktis wollte sie ein Gipelfoto schießen. Alles war weiß, der Schnee um sie herum, der Himmel, das Wolkenmeer, das sie und den Gipfel umhüllte. Sie trat zurück und es war geschehen. Ihr Bergpartner Érik Decamp hatte das Duo zuvor noch mit einem Eisgerät abgesichert. Und konnte sie retten. „Ich fühlte mich so schuldig“, sagt



Catherine Destivelle

Fotos: Sylvie Chappaz, Erik Decamp (2)

Catherine Destivelle 25 Jahre später am Telefon – weil ihr der Unfall nicht beim Klettern, sondern beim Fotografieren passierte.

Scham, Schuld, Pein. Das sind Gefühle, die man von einer Frau ihres Kalibers nicht erwartet. Catherine Destivelle ist eine Ausnahmeerscheinung im Bergsport. Im Jahr 2020 wurde sie als erste Frau mit dem Piolet d'Or für ihr Lebenswerk ausgezeichnet, quasi dem Oscar des Bergsteigens. Damit folgt sie auf Legenden wie Walter Bonatti, Reinhold Messner und Jeff Lowe. „Ich habe mich am Anfang ein wenig geschämt“, sagt die Sechzigjährige. Weil sie viel weniger geleistet habe als die anderen. Viel weniger Spuren hinterlassen habe. In Wirklichkeit hat sie das Bild der starken Frau im Alpinismus medienpräsent geprägt wie keine andere vor ihr.

Catherine Destivelle wuchs in der Nähe von Paris auf. Klettern, das war für sie als Kind zuerst Mittel zum Zweck. Sie wollte Schafhirtin werden. Und dafür musste man auf Felsen klettern können. „Meinen eigentlichen Traum habe ich dann aus den Augen verloren, klettern hat mir einfach zu gut gefallen“, sagt sie und lacht. Wenn sie lacht, dann ist es ein ehrliches Lachen. Ein Lachen, das aus ihr herausplatzt. Das auch mal schambehaftet ist, weil sie ihrem Englisch nicht vertraut. Aus der Fast-Hirtin wurde eine der besten Kletterinnen ihrer Zeit. Mit einem bergsportlichen Lebenslauf, der gewunden erscheint und doch seine Logik hat: beim

Bouldern initiiert, im wilden Alpinismus sozialisiert, durch Sportklettern perfektioniert – und dann die Ernte an den großen Wänden.

Mit zwölf Jahren fing sie an. Bouldern in Fontainebleau, die französischen Klettergebiete, die Verdonschlucht und natürlich das damals noch wesentlich ernstere Klettern in den Alpen. Bereits mit 16 wiederholte sie in den Dauphiné-Alpen zwei der schwierigsten Klassiker am l'Olan und an der Ailefroide; mit 17 Jahren durchstieg sie die „Amerikanische Direkte“ am Dru. „Top-roped bin ich nie geklettert“, sagt sie. Ihre Freunde seien alle zehn Jahre älter als sie gewesen und die richtigen zum richtigen Zeitpunkt. Sie ließen sie vorsteigen. Das habe ihr mentale Stärke gegeben. „Wenn du führst, dann hast du viel mehr Emotionen, es ist viel schwieriger“, sagt sie. Man müsse seine Ängste überwinden. „Ich habe erst sehr spät herausgefunden, dass ich eine der ersten Frauen war, die so stark klettern“, sagt die gelernte Physiotherapeutin. Damals gab es keine Magazine, keine Fotos. „Klettern war unter dem Radar“, sagt sie. Erst mit 25 Jahren habe sie erkannt, „dass ich Pionierin war“ – und dann war sie es, die auf den Magazinen zu sehen war.

Dazu trug sicher bei, dass damals das Sportklettern im Aufwind war und zunehmend Öffentlichkeit fand. „La Destivelle“ kletterte auf Fotos und in Filmen, auch mal im hautengen Lycra-Outfit mit Rückenausschnitt. Der Stil der 1980er Jahre,

„La Destivelle“ am Dru: In elf einsamen Tagen legte Catherine Destivelle ihre Soloroute durch die Westwand. Auch die Shishapangma-Südwand bot ihr eine angemessene Aufgabe – und großes Abenteuer.



auch andere Topklettererinnen wie Lynn Hill oder Isabelle Patissier zeigten Haut – aber auch Stärke. Die damals aufkommenden Wettbewerbe, mit getrennter Wertung für Frauen und Männer, gaben den Frauen eine Bühne. Destivelle hatte zuerst ein Manifest gegen Kletterwettkämpfe unterschrieben, nahm dann aber doch teil und gewann gleich 1985 den ersten Wettkampf in Bardonecchia. In freundschaftlicher Konkurrenz prägten sie und die US-Amerikanerin Lynn Hill den Wettkampfsport in den Achtzigern – und sie lebten ihr Können am Fels aus. Destivelle war es, die als erste Frau in den zehn-



CATHERINE DESTIVELLE

* 24.7.1960, ORAN (ALGERIEN)

HIGHLIGHTS

- › **1985/1986:** jeweils Gewinn beim „Sport Roccia“ in Bardonecchia, dazwischen Beckenbruch durch Gletscherspaltensturz.
- › **1988:** Chouca (8a+), Buoux – erste X- einer Frau
- › **1990:** Trango Tower (6251 m), „Slowenenroute“ (800 m, VIII+), zweite freie Begehung
- › **1991:** Petit Dru Westwand, „Destivelle“ (800 m, VIII, A5), Solo-Erstbegehung in elf Tagen
- › **1992/1993/1994:** Die drei großen Nordwände solo im Winter: Eiger (Heckmair, 17 Std.), Grandes Jorasses (Walkerpfeiler), Matterhorn (Bonatti, erste Wiederholung)
- › **1995:** Shishapangma (8027 m) Südwestwand, „Kurtyka/Troillet/Loretan“

EHRUNGEN

- › **1992:** Nationaler Verdienstorden
- › **2008:** Albert Mountain Award
- › **2007:** Ritterin der Ehrenlegion
- › **2020:** Piolet d'Or Carrière „Prix Walter Bonatti“



Ob bei den ersten Wettkämpfen (Sport Roccia 1985) oder im Sportklettern (Samizdat, Cimai, IX+/X-): Catherine Destivelle prägte ihren Sport – auch mit ikonischen Bildern. Heute möchte sie ihre Leidenschaft an die junge Generation weitergeben.

ten Grad vorstieß, mit der Route „Chouca“ (X-) in Buoux.

Als Erste. Frau. Sie wollte nie auf ihr Frausein reduziert werden. Schon gar nicht, was ihre Leistung anging. „Für mich ist es viel wichtiger, Anerkennung von der Kletter-Gemeinschaft zu bekommen als von der Öffentlichkeit“, sagt sie. Den Eiffel-

turm besteigen? Kann jede. Für sie sei es wichtig, sich jederzeit im Spiegel ansehen zu können – ohne Scham. Ein Projekt nur deshalb auszuwählen, weil es noch keine „Frauenbegehung“ hat, war nicht ihr Ding. Sie spielte auf Augenhöhe mit den Männern, ging ihre eigenen Wege, auch völlig neue. In den 1990er Jahren zog sie mit ihrem Sportklettern wieder in die großen Wände: Bonattipfeiler solo in vier Stunden. Eine eigene Route in der Dru-Westwand, solo in elf Tagen. Die Eiger-Nordwand free solo im Winter. On sight, in 17 Stunden. So was mache sie stolz. Ganz zu schweigen von den Winter-Solos am Walkerpfeiler und an der „Bonatti“ in der Matterhorn-Nordwand – es war die erste Wiederholung dieser Route überhaupt. Und

Destivelle hatte damit die drei großen Nordwände solo im Winter komplettiert – als erste Frau, und für sich selbst.

„Ich wollte mir noch einmal selbst beweisen, dass ich eine Alpinistin bin“, sagt sie über jene Zeit. Und es auch den anderen beweisen, die meinten, sie sei in ihrem Leben „nur“ Wettkampfkletterin gewesen. Deshalb zog es sie aus den Alpen auch zu den Bergen der Welt. 1990 gelang ihr mit Jeff Lowe die zweite freie Begehung der Slowenenroute am Nameless Tower (6251 m) in Pakistan. Sie versuchte sich am Westpfeiler des Makalu, an der Annapurna-Südwand, am Latok-Nordgrat, den ganz großen Brocken; an der Shishapangma (8027 m) wiederholte sie die Kurtyka-Route durch die Südwand. Die Zeit an den Achttausendern im Himalaya sei eine



Fotos: Archiv Destivelle

besondere für sie gewesen. „Ich habe mich da wegen der Höhe sehr verletzlich gefühlt“, sagt sie. Auch wenn sie „nicht viel“ erreicht hätte, sei sie trotzdem sehr glücklich damit gewesen – und stolz auf sich: „Es war viel mehr Abenteuer als die Sachen, die ich in den Alpen gemacht habe.“

Dann kam das Jahr 1996.

Wenn man Fotos von Destivelle von heute und damals betrachtet, fällt einem auf, dass sie sich nicht verändert hat. Kurzes Haar, frisches Gesicht, schlanke Gestalt. Gräbt man etwas tiefer, spürt man es, den Schlag, den ihr der Unfall damals in der Antarktis versetzt hat. Im zwanzig Meter langen freien Fall kam ihr der Gedanke: „Nun sterbe ich.“ Als sie zum Stoppen kam, bemerkte sie erst nach einem Moment, dass der Schnee sich um sie rot verfärbt hatte. Sie hatte einen offenen Bruch am rechten Bein erlitten. Zu zweit allein in der Schneewüste. Erst seilten sie und ihr Partner Érik Decamp sich 16 Stunden über die 1700 Meter hohe Wand ab. Mit einem 50-Meter-Seil. Am Bergfuß musste Decamp sie zurücklassen, um im Basislager einen Schlitten zu holen, mit dem er sie dorthin ziehen konnte. Ein Hubschrauber konnte sie erst zwei Tage

später von dort ausfliegen. Alles ohne Schmerzmittel. „Ich wollte wach und aufmerksam bleiben“, sagt sie. Sie musste sich auf ihre Rettung fokussieren. Und ihrem Retter helfen.

Noch im selben Jahr heiratete sie Érik Decamp. Ein Jahr später kam ihr Sohn Victor zur Welt. „Ich war so glücklich darüber, dass es meinen Sohn gab, dass ich ihn nicht alleine lassen wollte“, sagt sie. Sie hörte mit allem auf, was ihr vorher wichtig war. Schwierige Projekte in den Bergen, Klettern, Expeditionen. Das Verlangen gab es zu der Zeit nicht (vielleicht mal abgesehen vom gesicherten Solo in der Hase-Brandler an der Großen Zinne 1999). „Ich habe ihn jeden Tag von der Schule abgeholt“, sagt sie und vergleicht sich selbst mit einer Glücke. Nicht aus Angst, ihm könne etwas passieren. „Ich wollte einfach bei ihm sein“, sagt Destivelle. Victor ist heute 23 Jahre alt und studiert Posaune.

Und ihr Verlangen nach den großen Erlebnissen am Berg – wie steht es heute darum? Sie lebt in der Nähe von Chamonix. Der Winter sei sehr gut gewesen – sie sei viele Skitouren gegangen. Vergangene Woche war sie zum Klettern in Südfrankreich. „Zum Spaß“, sagt sie. Und auch, um mal die Weite des Meeres zu genießen. Nur auf Nachhaken lässt sie raus, dass die Skitouren schon mal 1800 Höhenmeter haben und 7a (VIII) onsight geht, „wenn's nicht zu anstrengend ist, die Arme sind nicht mehr so stark“. Sie macht eben ihr Ding, nicht für andere. Aber ab und zu kämen sie, diese neuen Ideen, gespeist aus Träumen früherer Jahre, die sie noch nicht ganz aufgeben will. Wünsche. Mehr nicht. Sagt sie. Obwohl sie sich noch sehr fit fühle. Mit sechzig Jahren hätten noch viele Bergsteiger einen Piolet d'Or gewonnen. Doch dann wechselt sie das Thema und beruft sich auf ihre Ver-

antwortung für ihr neuestes Projekt, dem zur Zeit ihr Ehrgeiz hauptsächlich gilt.

Seit sieben Jahren leitet Destivelle einen kleinen Buchverlag, Les Éditions du Mont-Blanc. Sie hat schon hundert Bücher veröffentlicht, alle mit Bezug zum Klettern oder den Bergen. Zwei Bücher liegen ihr besonders am Herzen. Kinderbücher, in denen sie ihre Leidenschaft fürs Klettern und den Alpinismus vermittelt. „Viele Leute denken, dass wir Kletterer verrückt sind – das sind wir aber nicht“, sagt sie und lacht. Dieses Mal bestärkend. Für sie war Klettern schon als Mädchen Inspiration und Zuflucht zugleich. Sie konnte sich so in ihre eigene Welt flüchten und aufhören mit dem Nachdenken. „Beim Gehen kannst du denken, beim Laufen auch noch, aber beim Klettern ist das nicht möglich“, sagt sie.

Fühlt sie sich als Vorbild für Frauen?

„Nein“, sagt sie, aber viele Frauen hätten ihr gesagt, dass sie sie dazu inspiriert hätte, in die Berge zu gehen. Das sei nicht ihre Intention gewesen, aber es

Klettern war ihr Inspiration und Zuflucht

freue sie natürlich. „Somit bin ich am Ende nicht nur für mich klettern gegangen, sondern auch für andere“, sagt Destivelle. Dass nun mehr Frauen in den Bergen unterwegs sind und es auch mehr Bergführerinnen gibt, findet sie richtig und wichtig. „Das macht das Bergsteigen irgendwie menschlicher“, sagt sie. Es sei etwas ganz anderes, einer Frau zu folgen als einem Mann. Das zeige, dass die Berge nicht nur für starke Männer sind. Sondern auch für starke Frauen. Für Pionierinnen wie Catherine Destivelle – und für jede Frau, die an ihrer selbst gestellten sportlichen Aufgabe wächst.



Nadine Regel empfand die Gespräche mit Catherine Destivelle als sehr bereichernd – aber auch berührend, weil sie sich so schwer damit getan hat, ihre großen Erfolge anzunehmen.

Feiner Zwirn

1
Seilrisse sind extrem selten und nur über scharfe Kanten möglich. Der tragende Kern eines Bergseils besteht aus mehreren „Einlagen“ aus jeweils Hunderten verzwirnten Nylonfasern, der Mantel schützt vor Abrieb und Schmutz.

Wer den (kurzen) Rest seines Lebens nicht mit Stürzen verbringen will, investiert lieber in seine Sicherheit. Zur modernen Standardausrüstung auf Hochtouren und beim Klettern gehört das Seil. Einen einzigen „Strick für alle Fälle“ gibt es aber heutzutage nicht mehr.

Text: Martin Prechtl
Illustrationen: Georg Sojer

Welche Seile kommen am Berg zum Einsatz?

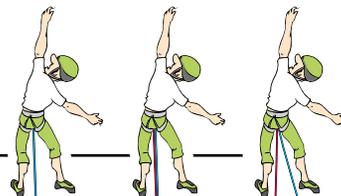
- › **Dynamische Seile** sind der Standard zum Sichern beim Bergsport. Sie dehnen sich bei Belastung um bis zu 40 Prozent und reduzieren dadurch den Kräfteintrag (Fangstoß) auf die stürzende Person entscheidend. Beim Prüfverfahren nach EN 892 wird im Labor ein Vorstiegssturz simuliert. Das Seilende ist dabei fixiert, so dass die gesamte Energie nur durch Seildehnung aufgenommen werden muss. Die Belastung eines solchen Normsturzes tritt in der Praxis so gut wie nie auf. Trotzdem muss jedes Kletterseil mindestens fünf Normstürze aushalten. Außerdem soll ein hochwertiges Kletterseil nicht zum Verdrehen (= Krangeln) neigen, abriebfest sein und dennoch leicht knotbar bleiben.
- › **Statikseile** geben unter Belastung nur minimal nach. Sie werden als Fixseile eingesetzt, um daran aufzusteigen, abzuseilen oder zu traversieren. Einsatzbereiche: Höhlenforschen, Expeditionen, Seacliffs und Ähnliches.
- › **Hyperstatische Seile** sind ebenfalls nur wenig dehnbar. Ihr geringes Gewicht und das kleine Packmaß bringen Vorteile für Einsatzbereiche wie Gletscherbegehung, Ablassen, Abseilen oder als Materialseil beim Klettern. Der geringe Durchmesser (6 mm) macht das Handling anspruchsvoll.

1 Wie ist ein dynamisches Seil aufgebaut?

- › Ein Kletterseil besteht aus dem reißfesten Kern und einem schützenden Mantel.
- › Grundwerkstoff sind hauchdünne Polyamidfasern, die zu Zwirnen verdreht werden.
- › Ein wichtiger Fertigungsschritt ist das „Schrumpfen“ der Zwirne durch Druck und Hitze – das verbessert die Elastizität.
- › Je nach Seiltyp werden unterschiedlich viele „Kerneinlagen“ mit Mantelgarnen umflochten.
- › Bei Seilen fürs Gebirge werden die einzelnen Komponenten schon vor dem Flechten imprägniert. Diese „Kern-Mantel-Imprägnierung“ macht das Seil langlebiger und erhält die Festigkeit auch bei Nässe.

Worauf ist beim Kauf eines dynamischen Seils zu achten?

- › Der **Verwendungszweck** bestimmt die Wahl. So ist zum Toprope-Klettern und Projektieren ein robustes Seil mit mindestens 9,5 mm Durchmesser sinnvoll. Wer anspruchsvolle Hochtouren vorhat, ist mit einem dreifach zertifizierten Seil gut beraten. Und für Dolomiten-Klassiker sind leichte Halbseile praktisch.
- › Auch die **Länge** (30-80 m) hängt vom Einsatzbereich ab. Für extrem lange Sportklettereien sind teils sogar 100-Meter-Seile en vogue.
- › Eine **Mittelmarkierung** ist praktisch beim Abseilen, beim Seilausgeben,



Wie lassen sich dynamische Seile unterscheiden?

Zum Klettern sind nur dynamische Seile geeignet. Sie lassen sich in drei Typen unterscheiden: Einfach-, Zwillings- oder Halbseile. „Dreifach zertifizierte Seile“ bieten flexible Verwendungsmöglichkeiten.

Seiltyp	Technische Daten	Einsatzzweck	Besonderheiten
2 Einfachseil	Ø: 8,5 - 10,5 mm Gewicht: 48 - 70 g/m Normstürze: min. 5	Sportklettern (Halle und Fels), Alpines Sportklettern (bedingt), Hochtouren (Imprägnierung!)	Abseilen: Halbe Seillänge
3 Zwillingsseil Einhängen der Sicherungen immer im Doppelstrang!	Ø: 6,9 - 7,8 mm Gewicht: 35 - 42 g/m Normstürze: min. 12 im Doppelstrang	Alpines Sportklettern, Alpinklettern, Eisklettern	Abseilen: Volle Länge
4 Halbseil Einhängen der Sicherungen mit linkem oder rechtem Strang möglich (Doppelseiltechnik)	Ø: 7,1 - 8,5 mm Gewicht: 48 - 70 g/m Normstürze: min. 5	Alpinklettern, Trad-Climbing, Eisklettern, Gletschertouren (im Einzelstrang)	Abseilen: Volle Länge Dreierseilschaft: 2 Stränge für den Vorstieg, je 1 Strang für die Nachsteigenden Doppelseiltechnik: Sichern mit Tube, kein HMS!



2 Einfach- und **3** Zwillingsseil werden in alle Zwischensicherungen gehängt; mit **4** Halbseilen (r.) ist ein reibungsärmerer Seilverlauf möglich und man kann zwei Personen (NS) nachsichern.

Wie pflegt man dynamische Kletterseile?

- › Zum Schutz vor Verschmutzung empfiehlt sich beim Sportklettern ein **Seilsack**.
- › Seilkrangel stören beim Sichern, Ablassen und Abseilen und reduzieren die Lebensdauer. Zum **Entkrangeln** gibt es verschiedene Methoden:
 - 1) Seil doppelt nehmen und an einer Fels- oder Hauswand aushängen lassen.
 - 2) Seil an einem Ende über eine Wiese ziehen.
 - 3) Seil mit einem Ende an einem Baum festbinden, an das andere Ende ein etwa zwei Meter langes Stück Schnur binden; dann Seil straffziehen, so dass sich die Krangel auf die Schnur übertragen.
- › Die richtige **Lagerung** ist wichtig: geschützt vor UV-Strahlung und Feuchtigkeit. Dazu Seilsack öffnen. Achtung im Keller: Batteriesäure zerstört das Seil!
- › Staub- und Dreckpartikel schwächen das Seil. Daher gelegentlich **waschen** – entweder per Hand in der Badewanne oder einem Waschuber oder in der Waschmaschine (Schonwaschgang ohne Schleudern). Seilwaschmittel verwenden.
- › Sind die Seilenden zerfranst oder Beschädigungen im Anseilbereich erkennbar, muss das Seil gekürzt werden. Am saubersten geht das im Sportfachgeschäft mit dem Seilschneider.

Seileinziehen und beim Einbinden auf dem Gletscher. Manche Hersteller wechseln Mantelmuster oder -farbe, um die Mitte zu kennzeichnen.

- › Seil und **Sicherungsgerät** sollten harmonisieren: Sicherungsgerät ins Sportgeschäft mitnehmen und ausprobieren.
- › Das **Alter** eines Seils lässt sich aus der Gebrauchsanweisung, der Seriennummer oder der Farbe des Kennfadens ermitteln. Spätestens nach zehn Jahren ist es auszutauschen!
- › Seile gehören zur persönlichen Schutzausrüstung (PSA). Der **Preis** ist daher sekundär.

Wann muss ein dynamisches Seil ausgetauscht werden?

- › Als textile PSA müssen Seile nach spätestens zehn Jahren ausgetauscht werden. Bei häufiger oder professioneller Verwendung kann schon nach ein bis drei Jahren ein neues Seil fällig werden.
- › Seil immer mal wieder durchziehen und per Fühlen und Schauen auf Schäden checken. Signale zur Ausmusterung sind: starke mechanische Beschädigung des Mantels, Schmelzverbrennung, übermäßige Verschmutzung und Verdacht auf Kontakt mit Chemikalien. Um die Mittelmarkierung zu erneuern, gibt es spezielle Seilmarker ohne schädliche Chemikalien (Edding 3000).
- › Ein gut gepflegtes Seil kann bei keinem normalen Sturz reißen. Seilrisse sind äußerst selten und nur durch Scherbelastungen möglich. Konstruktionen mit erhöhter Kantenschnittfestigkeit bieten mehr Sicherheitspuffer.



Martin Prechtel ist Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und Mitglied des DAV-Lehrteams Bergsteigen.

Trekkingstöcke richtig einsetzen!

Wandern am Stock?

Trekkingstöcke versprechen Knieschonung und Balance – doch halten können sie dieses Versprechen nur, wenn man sie bewusst und gekonnt einsetzt.

Text: Max Bolland

Illustrationen: Georg Sojer

Zwischen der Alpenstange, dem mit Wanderabzeichen geschmückten Haselnussstock und heutigen faltbaren Superlight-Carbon-Trekkingstöcken liegen ein paar Jahrhunderte alpiner Produktentwicklung. Geblieben ist die Idee, Beinarbeit und Gleichgewicht damit zu unterstützen.

Wann und wo – und wann nicht!

Es gibt drei Hauptgründe, Trekkingstöcke zu verwenden: Balancehilfe fürs Gleichgewicht, Schonung der Gelenke der unteren Extremitäten und die Verteilung der konditionellen Belastung auf Beine und Arme.

Vor allem an ausgesetzten und „wackligen“ Passagen können Trekkingstöcke Gleichgewicht und Trittfassen unterstützen und damit helfen, diese Stellen sicher(er) zu bewältigen. Dies vor allem, wenn die Hände nicht helfen können, etwa weil nichts zum Festhalten da ist oder weil man sich unvorteilhaft zum Berg hin lehnen müsste. Aber wer immer nur mit Stöcken geht, verpasst die ständige Schulung des Gleichgewichtssinns, die das Bergwandern sonst bietet. Also: Das Gehen zuerst ohne Stöcke lernen (s. Panorama 3/21, S. 50), und auch später die Stöcke mal zu Hause lassen oder auf Tour nur dort verwenden, wo sie unentbehrlich scheinen. Die Schonung der Beingelenke ist ein nachvollzieh-

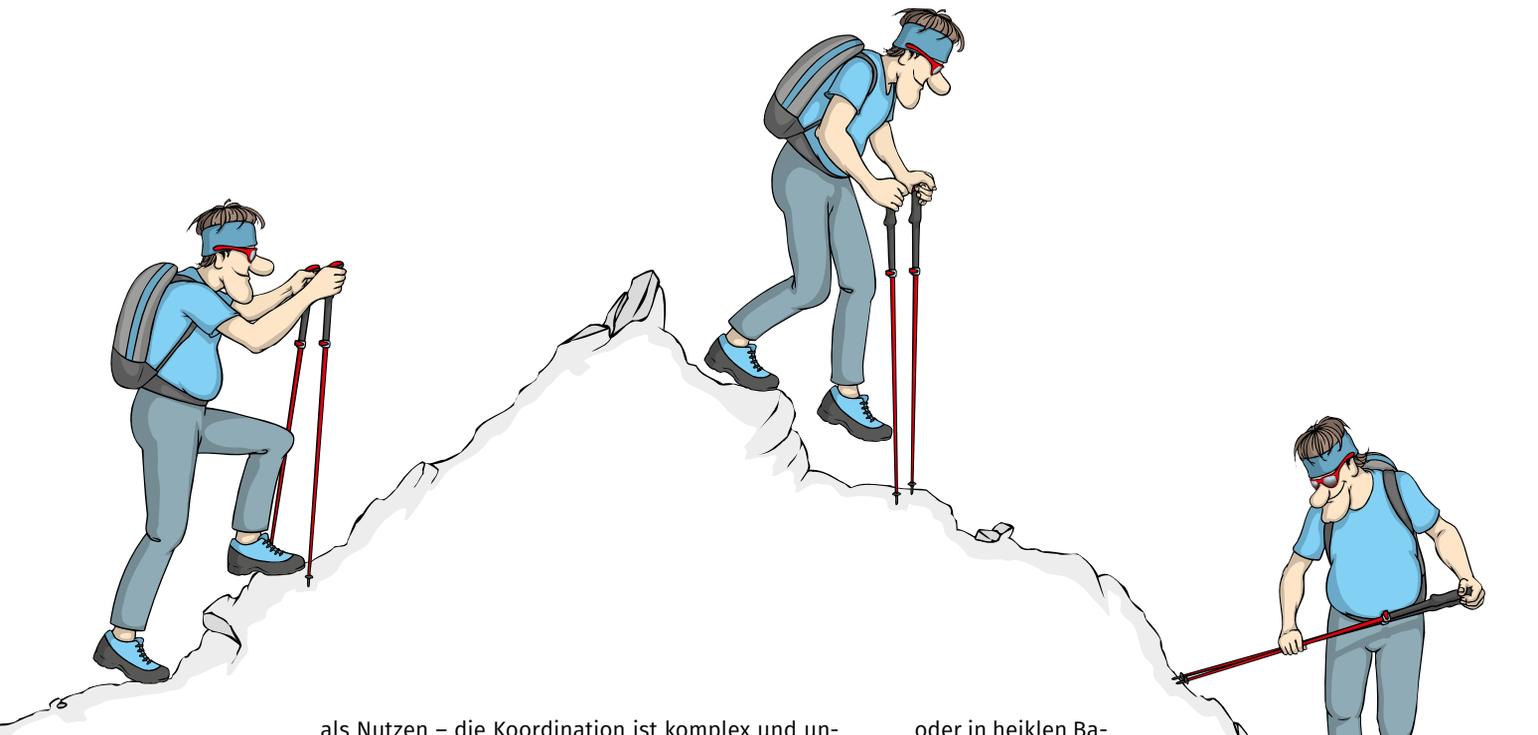
barer Grund für Trekkingstöcke. Im Abstieg und bei sehr hohen Stufen wirken vor allem auf das Kniegelenk heftige Kraftspitzen – mit Trekkingstöcken kann man diese puffern. Dennoch sollte man sie maßvoll einsetzen.

Denn auch die neuromuskuläre Feinabstimmung in den Beingelenken hilft, das Knie fit und gesund zu halten – und diese wird durch Gehen ohne Stöcke geschult. Außerdem kann intensiver Stockeinsatz vor allem die Handgelenke überlasten. Andererseits verzögert die Belastungsverteilung auf Beine und Arme die Ermüdung bei sehr langen Wanderungen, oder sie kann als ganzkörperliches Training gewünscht sein (Trailrunning, Nordic Walking).

Gelände/Untergründe: In steilem Grasgelände, auf Waldboden oder auf erdigem bis matschigem Untergrund lassen sich die Spitzen leicht platzieren. In feinem Schotter und grasdurchsetztem Schrofengelände muss man schon genauer zielen; je felsiger der Untergrund, umso anspruchsvoller wird es, die Stockspitzen exakt zu positionieren – man muss quasi vier Gliedmaßen

koordinieren. Wenn die Spitzen bei Belastung abrutschen, drohen Gleichgewichtsverlust und Sturz. In grobem Blockwerk bedeuten Stöcke mehr Gefahr





*Erfahrene und trittsichere Geher*innen können gelegentlich mit Stöcken die Knie entlasten und die Balance erleichtern – sollten dem Körper aber auch oft genug die Möglichkeit geben, sich frei zu bewegen und un-unterstützte Gleichgewichtserfahrung zu sammeln. Normalerweise geht man dabei in Diagonaltechnik; der Doppelstockeinsatz hilft bei höheren Stufen auf- wie abwärts. Die Seitstützmethode ist ein Trick für extremes Steilgelände.*

als Nutzen – die Koordination ist komplex und unsicher, bei einem Ausrutscher kann man drüber- oder drauffallen und sich verletzen.

Vor dem Start

Teleskop-Trekkingstöcke sind in der Länge verstellbar. Faustformel: Spitze am Boden und Hand am Griff, dann sollte der Ellbogen einen Winkel von etwa 90° bilden. Manche mögen's etwas länger, andere kürzer. Für steile Abstiege sind etwas länger eingestellte Stöcke günstiger. Die zuverlässige Fixierung der Längenverstellung mit Druck testen – wenn der Stock beim Draufstützen abrupt zusammenrutscht, ist das gefährlich! Oder nichtverstellbare Stöcke in der persönlichen Ideallänge kaufen und für Auf und Ab unterschiedlich greifen (s.u.).

Grundtechniken

Alle Trekkingstöcke haben Handschlaufen, aber ohne Schlaufen ist man deutlich flexibler – man kann die Stöcke schnell in eine Hand geben, kann den Stock in unterschiedlicher Höhe greifen oder den Griff unterschiedlich anfassen, und bei einem Sturz ist die Verletzungsgefahr geringer. Der Gehrhythmus ist entweder alternierend in „Diagonaltechnik“ (rechter Stock, linkes Bein ...) oder gleichzeitig (Doppelstocktechnik). Die Diagonaltechnik ist auf leichteren, weniger steilen Wegen angenehm, der Stock wird dabei in etwa auf Höhe des Gegenfußes gesetzt und unterstützt diesen beim Schritt. Die Doppelstocktechnik hilft, besonders viel Kraft auf die Stöcke zu bringen, etwa bei hohen Stufen

oder in heiklen Balance-Passagen – Aufstieg wie Abstieg. Hierbei werden beide Stöcke deutlich vor dem Körper und den Füßen gesetzt, dann geht man in zwei bis vier Schritten zwischen ihnen durch. Bei steilen Querwegen ist es günstig, die Stöcke unterschiedlich hoch zu halten: Bergseitig mehr oder weniger weit unterhalb des Griffs, talseitig kann man sich auf den Knauf stützen – so erhält man trotz unterschiedlicher Einsteckhöhe eine beidseitig gute Arbeitshöhe.

Spezialtechnik Seitstütz: Eine wenig verbreitete, aber geniale Technik taugt für steile Grasquerungen: die Seitstützmethode. Man fasst beide Stöcke zusammen, umgreift sie mit der bergseitigen Hand nahe der Spitzen (Griff von oben) und mit der talseitigen Hand ungefähr auf zwei Drittel der Länge oder an den Griffen (Griff von unten). Nun sticht man die beiden Spitzen deutlich vor dem Körper seitlich und etwa auf Hüfthöhe in den Hang, der bergseitige Arm ist gestreckt und der Körper stützt sich auf diese Seite, die andere Hand drückt die Stöcke gegen den Hang. So stabilisiert, geht man zwei Schritte, dann wiederholt sich das Prozedere.



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

Stand „Plaisir“: Flott und sicher

Am Standplatz hängt das Leben der ganzen Seilschaft. Chris Semmel schildert in drei Beiträgen, wie man den Stand sicher baut und effizient managt. Los geht's mit der häufigsten Situation: wenn an Bohrhaken vor allem gutes Handling gefragt ist.

Illustrationen: Georg Sojer



Das Thema Standplatzbau wird oft darauf reduziert, wie man abenteuerliche Fixpunkte wie Schlaghaken oder selber gelegte Cams und Keile möglichst sicher miteinander verbindet. Dabei wird gerne übersehen, dass ein optimaler Stand nicht nur ausreichend sicher sein sollte, sondern auch schnell aufzubauen und zudem übersichtlich. Ganz zu schweigen vom Seilmanagement am Standplatz. Wer schnell sein will im Gebirge, kann durch schnelleres Klettern nicht so leicht Zeit sparen, sehr wohl aber durch eine geschickte Seil- und Sicherungstechnik.

Im ersten Teil der Serie „Rund um den Standplatz“ geht es um geschätzt 95 Prozent der Situationen, auf die wir stoßen: Ich komme zum Stand und finde zumindest einen ordentlichen Bohrhaken vor. Neben der Grundforderung Sicherheit ist meine Aufgabe also vor allem, schnell, effektiv und übersichtlich einen Stand passend zu meiner Seilschaftsform aufzubauen.

Plaisir-Stand – der Aufbau

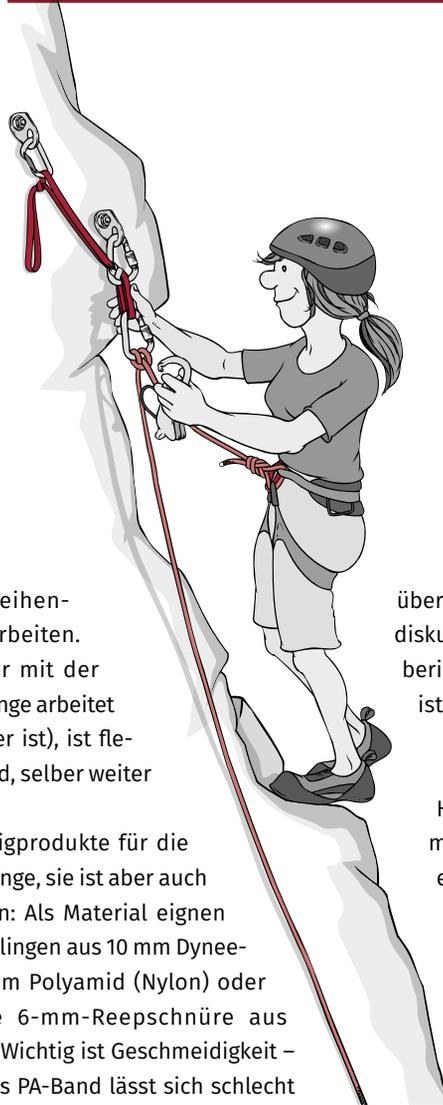
Als Plaisir-Stand bezeichnen wir hier einen Stand, an dem uns mindestens ein, besser zwei solide

Bohrhaken empfangen. Vorweg: Zur notwendigen Kompetenz beim Klettern outdoor gehört es, Bohrhakensysteme zu (er)kennen und deren Qualität beurteilen zu können. Informationen hierzu finden sich in DAV Panorama 2/2021.

Die Standardsituation, die man meist vorfindet, sind zwei Bohrhaken. Der geeignete Aufbau dafür ist die Reihenschaltung (**Abb. 1, rechts**). Gelegentlich gibt es auch Stände, an denen nur ein solider Klebehaken (Bühler, Ring etc.), ein Baum oder eine Sanduhr als alleiniger Fixpunkt dienen. In solchen Fällen ohne Redundanz ist dann eine korrekte Festigkeits-einschätzung des Fixpunkts umso wichtiger.

Bevor man mit dem Aufbau beginnt, sollte klar sein, ob wir im Überschlag klettern oder ob eine Person permanent vorsteigt, etwa in einer Dreierseilschaft. Denn daraus leitet sich ab, ob wir die Redundanz mit dem Kletterseil einrichten können oder ob wir mit

Abb. 1: Wer ein gutes System hat, wird zumindest an Bohrhakenständen schnell einen sicheren, funktionalen und bequemen Stand bauen können. Das Grundmuster dafür ist die Reihenschaltung (rechts im Bild).



der so genannten Reihenschaltungsschlinge arbeiten. Wer prinzipiell immer mit der Reihenschaltungsschlinge arbeitet (was nicht aufwendiger ist), ist flexibel, falls es nötig wird, selber weiter vorzusteigen.

Es gibt käufliche Fertigprodukte für die Reihenschaltungsschlinge, sie ist aber auch leicht selber zu bauen: Als Material eignen sich vernähte Bandschlingen aus 10 mm Dyneema, aus 12 oder 14 mm Polyamid (Nylon) oder hochfeste, vernähte 6-mm-Reepschnüre aus Dyneema oder Kevlar. Wichtig ist Geschmeidigkeit – sehr dickes und steifes PA-Band lässt sich schlecht knoten und ablängen. In diese Schlinge knüpfen wir schon vor dem Losklettern mit dem doppelten Bulin ein „Knotenauge“, direkt neben der Vernähung. Die Größe des Auges soll zwischen halber und ganzer Karabinergröße liegen. Wäre es größer als ein Karabiner, kann unnötig viel „Bewegung“ im System beim Sichern über den Fixpunkt stören.

Genau, da war doch was. Wie sichert man denn am besten? Über den Körper wie im Klettergarten oder

über den Fixpunkt? Das ist ein immer wieder heiß diskutiertes Thema, worüber in Panorama 3/2014 berichtet wurde. Der Aufbau eines Plaisir-Stands ist davon unabhängig. Die Standard-Empfehlung, die für die meisten Situationen im Gebirge passt, ist die Fixpunktsicherung per HMS. Ob ein Abweichen davon sinnvoll und möglich ist, kann das Team absprechen, wenn es am Stand vereint ist, bevor es in die nächste Länge geht.

Die vorbereitete Reihenschaltungsschlinge wird mit zwei Karabinern bestückt umgehängt und ist so schnell einsetzbar (**Abb. 2**).

Das läuft dann so: Am Stand angekommen, hänge ich das Auge per Schrauber in den unteren Bohrhaken ein, sichere mich selbst, hänge das freie Ende der Reihenschaltungsschlinge in den zweiten Fixpunkt und knote sie so ab, dass möglichst wenig Durchhang besteht.

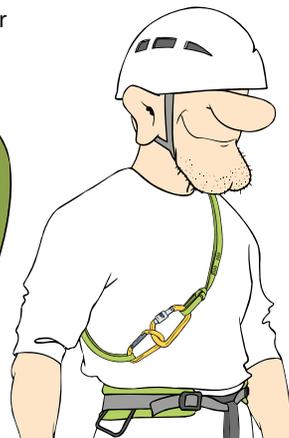
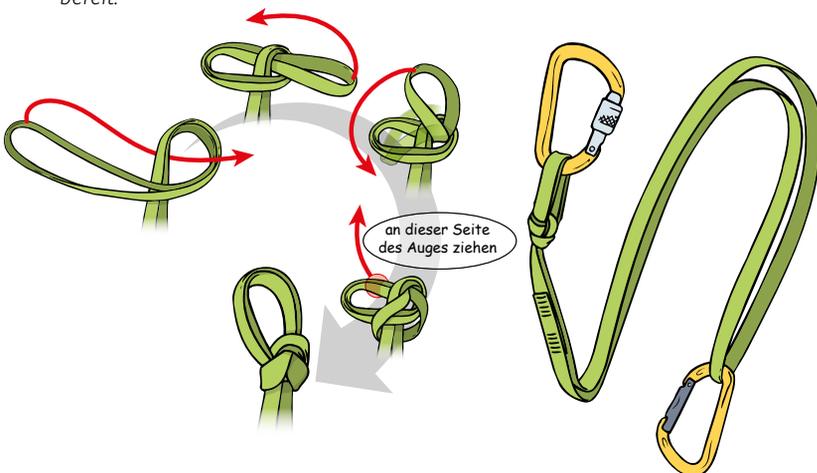
Wie diese Ablängung zwischen den beiden Fixpunkten aufgebaut wird, ist in erster Linie Geschmackssache. Mit einem einfachen Sackstich (ist einfach und

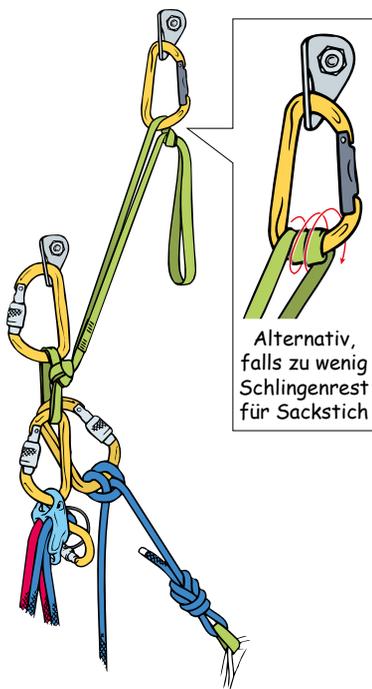
braucht weniger Material, muss rein- und rausgeknotet werden) (**Abb. 3**) oder mittels Mastwurf am Doppelstrang (kann schön angepasst und schnell aufgelöst werden, indem man den Mastwurf aus dem Karabiner schiebt). Beim Mastwurf stellt sich die Frage, ob man das Ende hinter sichern muss. Denn theoretisch besteht die Möglichkeit, dass bei Ausbruch des einen Bohrhakens

reinschieben und rausziehen) (**Abb. 3**) oder mittels Mastwurf am Doppelstrang (kann schön angepasst und schnell aufgelöst werden, indem man den Mastwurf aus dem Karabiner schiebt). Beim Mastwurf stellt sich die Frage, ob man das Ende hinter sichern muss. Denn theoretisch besteht die Möglichkeit, dass bei Ausbruch des einen Bohrhakens

reinschieben und rausziehen) (**Abb. 3**) oder mittels Mastwurf am Doppelstrang (kann schön angepasst und schnell aufgelöst werden, indem man den Mastwurf aus dem Karabiner schiebt). Beim Mastwurf stellt sich die Frage, ob man das Ende hinter sichern muss. Denn theoretisch besteht die Möglichkeit, dass bei Ausbruch des einen Bohrhakens

Abb. 2: Die Reihenschaltungsschlinge kann man fertig kaufen oder aus geeignetem Material selber knüpfen. Zum Transport um die Schulter geklippt, ist sie ruckzuck einsatzbereit.





Alternativ, falls zu wenig Schlingenrest für Sackstich

Abb. 3: Die Reihenschaltung per Sackstich abzulängen braucht wenig Material und geht flott; Knoten nicht festziehen, dann geht er auch leicht wieder auf. Ist die Schlinge zu kurz, hilft der Wickeltrick (kleines Bild).

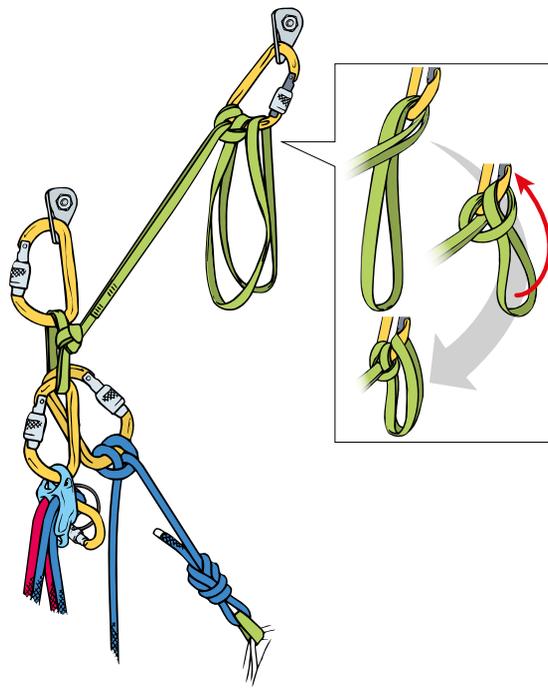


Abb. 4: Mit dem Mastwurf lässt sich die Reihenschaltung schnell und exakt ablängen; der Knoten braucht aber etwas mehr Material. Immer im Doppelstrang arbeiten! Und das Ende noch mal im Karabiner einhängen.

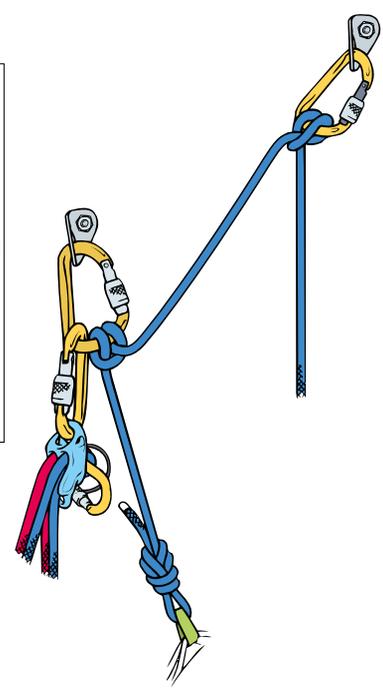


Abb. 5: Die Reihenschaltung per Kletterseil braucht kein zusätzliches Material. Sie eignet sich aber nur bei Wechsellvorstieg. Wichtig: Der Karabiner zur Vorstiegssicherung hängt im „gesunden“ Schenkel!

(kam bis dato noch nicht vor), die gesamte Last auf den zweiten Fixpunkt mit dem Mastwurf wirkt. Dieser könnte bei hoher Sturzenergie zu laufen beginnen, so dass ein offenes Ende schließlich durchrutscht, besonders wenn reine, glatte Dyneema-Bandschlingen verwendet werden. Bei Praxisversuchen betrug dieser Durchlauf bis zu 10 cm. Ist das freie Ende ausreichend lang, besteht also kein wirkliches Problem. Zur Sicherheit aber, und weil es nicht viel Zeit kostet, hängen wir die Schlaufe zusätzlich in den Karabiner ein (**Abb. 4**). Sollte der Hakenabstand mal so groß sein, dass weder Mastwurf noch Sackstich geknüpft werden können, die Hintersicherung aber trotzdem nicht schlapp durchhängen soll, hilft der „Wickeltrick“ (**Abb. 3**, kleines Bild). Wobei 10 cm Durchhang bei einer Reihenschaltung an zwei Bohrhaken auch nicht problematisch sind. Eine Grundregel gilt für jede Ablängungs-Methode: Nie Material im Einzelstrang verwenden! Denn ein Knoten im Einzelstrang reduziert die Festigkeit markant. Klettert man im Überschlag, ist die Reihenschaltung mit Kletterseil schneller als per Schlinge. Mastwurf mit Schrauber am einen Fixpunkt, Hintersicherung im zweiten Fixpunkt wieder mit Mastwurf (**Abb. 5**). Letzte Frage: Muss der Karabiner an der Hintersicherung unbedingt ein Schrauber sein? Nein – für eine Redundanz reicht auch ein einfacher Schnapper (akzeptabel oder gelb laut DAV-Lehrmeinungssampel). Optimal ist natürlich der Schrauber. Wobei Schrauber hier synonym für Verschlusskarabiner steht – man

kann auch mit Ball-Lock oder Ähnlichem arbeiten. Schrauber sind aber vom Handling her oft günstiger.

Wo ist der Zentralpunkt?

Zentralpunkt ist der Punkt, an dem Partner- und Selbstsicherung sich treffen. Bei Körpersicherung also der Sicherungsring des Gurts, bei Fixpunktsicherung das Bulinauge der Reihenschaltungsschlinge oder der Zentralpunkt-Karabiner. Wählt man den Aufbau mit dem Kletterseil, muss der Zentralpunkt immer ein Verschlusskarabiner sein. Optimal ist es, wenn das Sicherungsgerät für die Vorstiegssicherung am „gesunden Schenkel“ des Zentralpunkt-Karabiners eingehängt ist. Am besten gewöhnt man sich gleich an, diesen Karabiner vorausschauend richtig einzuhängen (**Abb. 6**).

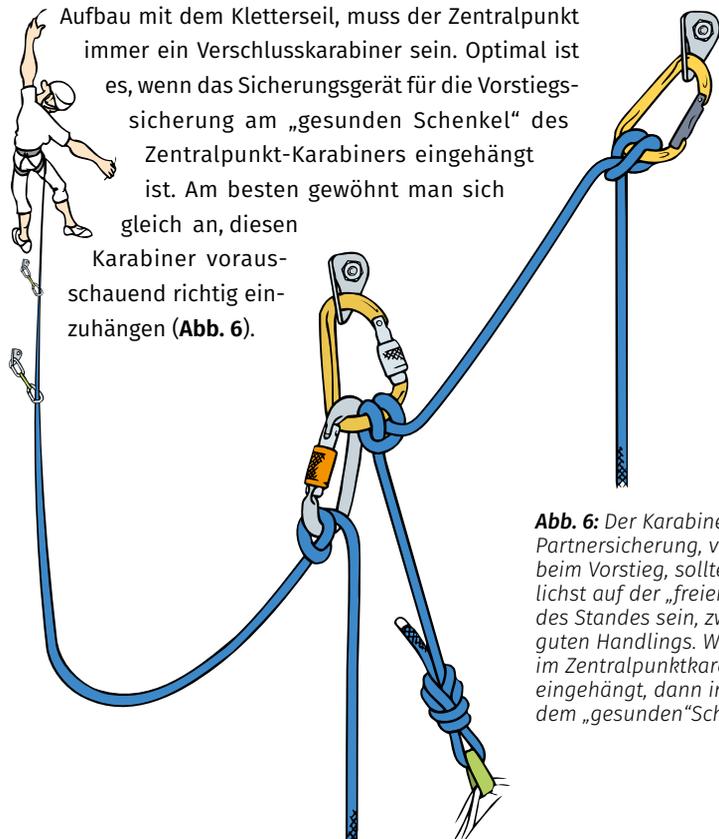


Abb. 6: Der Karabiner für die Partnersicherung, vor allem beim Vorstieg, sollte möglichst auf der „freien“ Seite des Standes sein, zwecks guten Handlings. Wird er im Zentralpunkt-Karabiner eingehängt, dann immer auf dem „gesunden“ Schenkel.

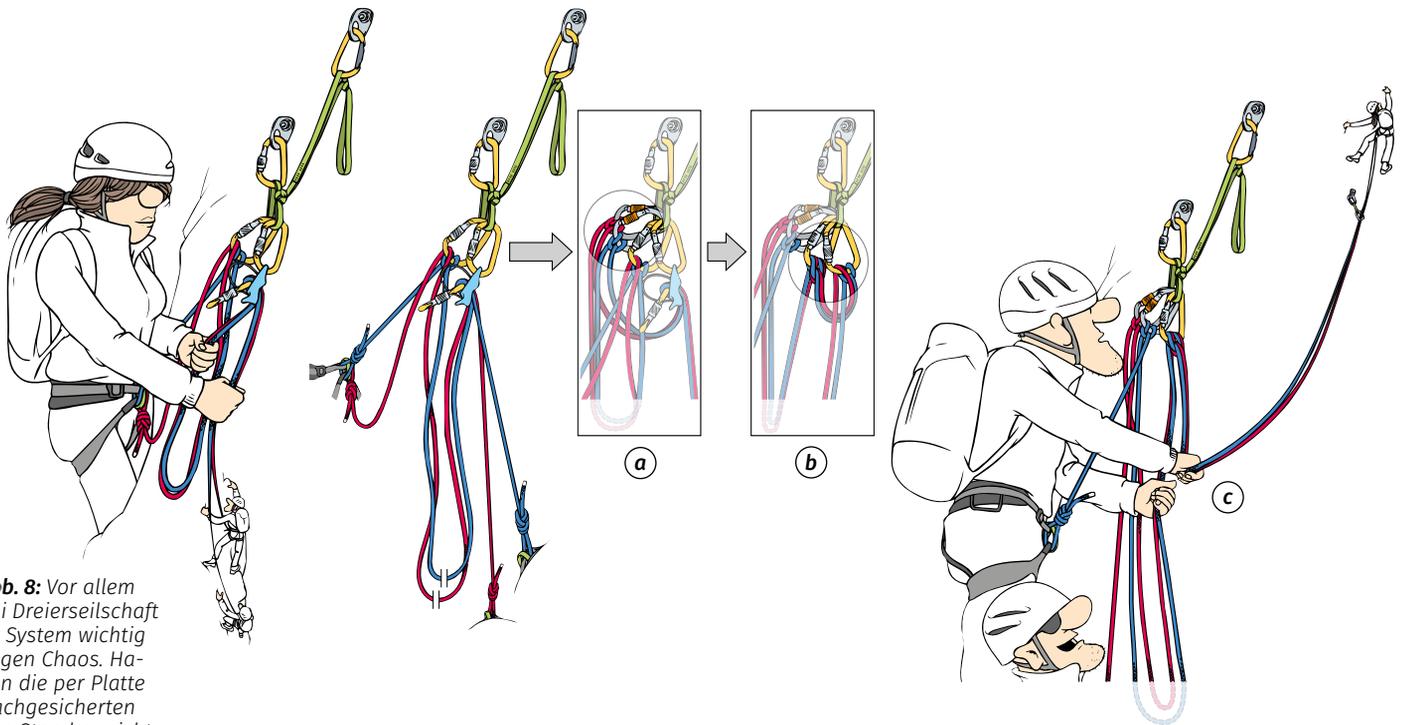


Abb. 8: Vor allem bei Dreierseilschaft ist System wichtig gegen Chaos. Haben die per Platte Nachgesicherten den Stand erreicht, bekommen sie jeweils einen eigenen Karabiner im Reihenschaltungs-Auge für die Selbstsicherung, dann wird die Platte ausgehängt (Detail a). Der Karabiner für die Vorstiegssicherung wird so eingehängt, dass die Bedienung zur Kletterrichtung hin frei möglich ist (Detail b). Ist die Vorstiegssicherung vorbereitet, das Material übergeben und das Seil durchgezogen, hängt die Vorsteigerin ihre Selbstsicherung aus und startet (c).

Und in welchem Bohrhaken schaffe ich den Zentralpunkt? Stecken die Haken übereinander, dann immer am unteren – logisch, denn so entsteht kein unnötiger „Ruck“, falls doch mal der erste Haken ausbrechen sollte. Stecken die beiden Bohrhaken nebeneinander, hat man die Wahl; für diese Entscheidung sind mehrere Kriterien abzuwägen: unterschiedliche Qualität der Fixpunkte; gute Bedienbarkeit der Sicherung; bequeme Steh- oder Hängeposition beim Sichern und der Materialübergabe; Kollisionsgefahr bei Sturz in den Stand.

Übereinander platzierte Standhaken haben noch mehr Vorteile: so kann man den oberen gleich als Dummy-Runner nutzen, vorausgesetzt, der Abstand ist groß genug: 50-90 cm. Damit wäre eine der Voraussetzungen für eine Körpersicherung erfüllt (Sturzzug muss nach oben wirken – s. Panorama 3/2014, S. 63). Auch für eine Fixpunktsicherung mit Tube benötige ich einen Dummy-Runner. Und zum Abseilen kann ich das Seil durch beide Haken fädeln, falls das Erstbegehungsteam zwei Maillons spendiert hat (**Abb. 7**). Das ist schöner und praktischer als ein vor sich hin gammelnder Schlingenverhau und billiger als eine solide Kette (kleiner Hinweis an Erstbegehungs-Lustige ...). In manchen Gebieten (Elbsandstein, Pfalz, Battered, NRW) oder auch (sanierten) alpinen Routen besteht der Stand aus nur einem Bühler oder Ring. Nach Kontrolle

der Verlässlichkeit hängt man im Ring die Selbst- und Partnersicherungskarabiner nebeneinander ein; bei einem Bühler schafft man für sie einen Zentralpunkt durch einen Verschlusskarabiner. Achtung: Verschluss zeigt wieder entgegen der Kletterrichtung (**Abb. 9**).

Selbst- und Partnersicherung

Die Selbstsicherung baut man optimal mit Mastwurf am Kletterseil. Der Mastwurf lässt sich beliebig verlängern und verkürzen, ohne die Selbstsicherung aushängen zu müssen. Man kann sich so auch zwei Meter tiefer hängen, um für Körpersicherung genügend Abstand zum Dummy-Runner aufzubauen, oder im Dreierteam die Nachsteigenden auf gemütlichere Stehpositionen verteilen. Im Hängestand kann eine Selbstsicherungsschlinge, die sich einhändig aushängen lässt, günstiger sein.

Für die Partnersicherung gibt es wieder mehrere Optionen. Zum Nachsichern Sicherungsplatte oder HMS; zum Vorstiegssichern HMS oder Tuber bei Fixpunktsicherung, bei Körpersicherung Tuber oder Halbautomat.

Sehr empfehlenswert, weil stressfrei, ist das Nachsichern per Platte (Reverso oder ATC-Guide); man kann dabei auch mal eine Jacke überziehen, ein Foto machen oder ins Topo schauen.

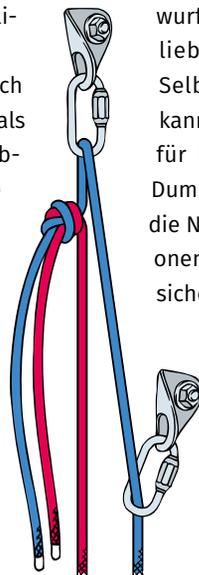


Abb. 7: Die Bohrhaken übereinander platziert, darin jeweils ein Maillon: So kann man materialsparend abseilen.

Und vor der nächsten Seillänge, wenn das Material übergeben und sortiert wird, ist der oder die Nachsteigende automatisch selbstgesichert. Die Vorstiegssicherung baue ich hinter der Platte auf, entweder am Fixpunkt oder am Körper. Bei Körpersicherung oder Tube am Fixpunkt hänge ich noch einen Dummy-Runner ein. Vor dem Start in die nächste Länge ist dann nur noch die Platte auszuhängen, und schon geht's weiter: flott, sicher, easy (**Abb. 8**).

Die Dreierseilschaft

Klettern in Dreierseilschaft ist verpönt, da angeblich langsam und zu Seilchaos neigend – so das Vorurteil. Andererseits kann eine Dreierseilschaft auch sehr kommunikativ und spaßig sein. Und richtig organisiert ist man auch nicht langsamer.

Wichtig ist, dass man am Stand gleich den Platz für die Nachsteigenden plant. Dafür ist die Reihenschaltungsschlinge oder ein großer Zentralpunkt-Karabiner besonders sinnvoll. Als Vorsteiger platziere ich mich so, dass ich die Seile der beiden Nachsteigenden zügig einziehen kann – diese klettern natürlich im Abstand von mindestens fünf Metern, damit es im Falle des Falles keinen verbeulten Helm gibt. Spätestens wenn meine Nachsteigenden den Stand erreichen, platziere ich mich so, dass ich für die nächste Seillänge freie Bahn habe, während sie auf der passenden Seite ihre Selbstsicherung mit Schrauber und Mastwurf aufbauen können. Sind beide gesichert (Partnercheck!), Platte raus, Material übergeben, meine Sicherung aufbauen und weiter geht's. Eine Person zieht das Seil durch, die andere sichert. Bei permanentem Vorstieg, besonders an zwei Halbseilen, sollte das Seil immer komplett durchgezogen werden, so dass beide „vorsteigenden“ Enden von oben aus dem Seilhaufen laufen. Eine Zweierseilschaft muss das auch tun und ist dabei nicht schneller. Möchte man sich doch mal im Vorstieg abwechseln, läuft das am besten wie folgt ab: Zuerst gibt der bisherige Vorsteiger ei-

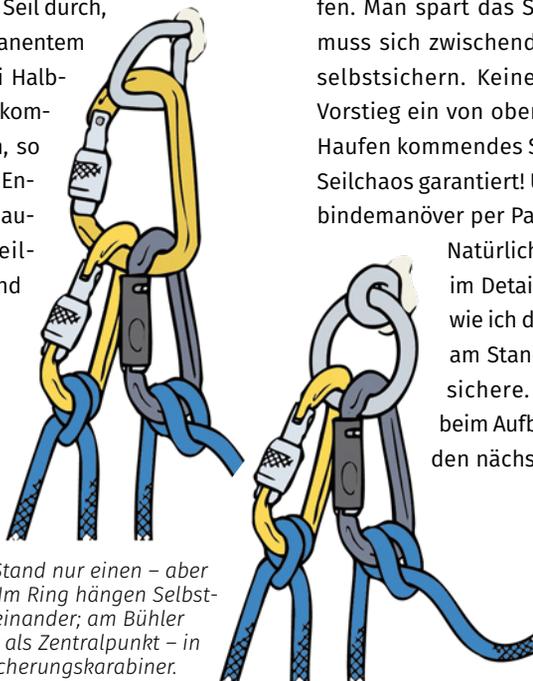


Abb. 9: Sonderfall, wenn der Stand nur einen – aber sehr guten – Bohrhaken hat: Im Ring hängen Selbst- und Partnersicherung nebeneinander; am Bühler dient ein separater Karabiner als Zentralpunkt – in diesem hängen die beiden Sicherungskarabiner.

Tipps und Tricks zum Standard-Stand

Eine eingeübte Systematik am Stand spart enorm Zeit! Neben dem Seilmanagement kann man hier die meiste Zeit gutmachen.

- › Bei permanenter Führung (z.B. Dreierseilschaft) wird immer ein unabhängiger Zentralpunkt geschaffen (Bulinauge oder großer, separater Verschluss-Karabiner bei nur einem Fixpunkt).
- › Reihenschaltungsschlinge mit passenden Karabinern vorbereiten: Schrauber im „Auge“, weiterer Karabiner für den zweiten Fixpunkt.
- › Für ein gutes Handling am Stand taugen am besten Schrauber und Key-Lock-Karabiner ohne Nasen. Schrauber lassen sich einhändig bedienen, Key-Lock-Karabiner leichter aushängen.
- › Keine unnötigen Knoten, die schwer lösbar sind. Selbstsicherung am besten per Mastwurf.
- › Die Längen Anpassung der Reihenschaltung geht am einfachsten per Sackstich.
- › Schon beim Aufbau des Standes die Kletterrichtung der nächsten Seillänge beachten, Position des Zentralpunkt-Karabiners richtig wählen und eigene Selbstsicherung optimal einstellen (gute Arbeitsposition).
- › Seile am Stand organisieren, am einfachsten auf einen Haufen. Das Nachsichern mit Platte ist am komfortabelsten.
- › System zum Klettern im Überschlag: Nachsichern per Platte, Vorstiegssicherung hinter der Platte aufbauen, Material übergeben und orientieren, Dummy-Runner clippen falls gewünscht, Platte aushängen, Start.

nen seiner Stränge ab. Am besten den, mit dem er sich nicht selbst gesichert hat (am flexibelsten ist man beim Klettern mit Halbseilen, wenn man den Mastwurf nur mit einem der beiden Stränge macht und den zweiten Strang parallel dazu in den Karabiner hängt). Die Person, die im Nachstieg bleibt, bindet sich in diesen Strang ein, sichert sich daran selbst und übergibt dann ihren bisherigen Strang an die neue Vorsteigerin. Der Vorteil: So muss man nur zwei Seile umbinden und beide Seilenden der neuen Vorsteigerin laufen von oben aus dem Seilhaufen. Man spart das Seildurchziehen und niemand muss sich zwischendurch mit einer Bandschlinge selbstsichern. Keinesfalls darf man zum neuen Vorstieg ein von oben und ein von unten aus dem Haufen kommendes Seil verwenden – sonst ist das Seilchaos garantiert! Und wichtig: Alle Aus- und Einbindemanöver per Partnercheck kontrollieren!

Natürlich steckt der Teufel wie immer im Detail. Denn entscheidend ist auch, wie ich die Seile führe und wie ich diese am Stand versorge, während ich nachsichere. Doch dies und die Logistik beim Aufbau komplexerer Stände wird in den nächsten Teilen folgen.



Chris Semmel war in der DAV-Sicherheitsforschung tätig und arbeitet mittlerweile als Alpin-Gutachter und Bergführer, auch für die DAV-Lehrteams Bergsteigen und Sportklettern.

REISE-HIGHLIGHTS IM HERBST 2021

DAV Summit Club GmbH
Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München
Telefon +49 89 6 42 40-0
info@dav-summit-club.de
www.dav-summit-club.de



LA PALMA – SPEKTAKULÄRE WANDERUNGEN AUF DER „ISLA BONITA“

LA PALMA

Mit fast überall steil aufragenden Flanken ragt der Roque des Los Muchachos inmitten des tiefblauen Atlantiks empor. Wir sind schwer beeindruckt von diesem riesigen Koloss und dem Tiefblick in die mächtige Caldera. Unsere einheimische Wanderführerin erzählt uns eindrucksvoll und authentisch vom Leben der Insulaner. Sie führt uns durch tiefe Schluchten, auf aussichtsreichen Küstenwegen und zu sprudelnden Quellächen.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

8 Tage
ab 825,-

Deutsch sprechende einheimische Kultur- und Bergwanderführerin • ab/bis Hotel in Los Llanos • 7 × Hotel*** im DZ • 7 × Halbpension • Busfahrten lt. Detailprogramm • Versicherungen*

8 Tage | 6 – 15 Teilnehmer
Termine: 04.08. | 29.09. | 27.10. | 29.12.2021
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

Flug und Transfer ab € 380,-
EZZ € 160,-
www.davsc.de/ ESLAP



MADEIRA VON OST NACH WEST – DIE GROSSE INSELDURCHQUERUNG

MADEIRA

Schimmerndes Grün, raue Küsten und faszinierende Levadas lassen die Herzen von Bergfreunden höher schlagen. Eine Ost-West-Durchquerung mit herausfordernden Routen, über Gipfel, durch Tunnel und vorbei an tosenden Wasserfällen. Wir starten an der Ostspitze bei Caniçal und wandern bis Porto Moniz im „hohen Norden“.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

8 Tage
ab 795,-

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • ab/bis Santa Cruz • 5 × Hotel****, 2 × Hotel***, jeweils im DZ • 7 × Halbpension • 1 × Picknick-Lunch • Busfahrten lt. Detailprogramm • Gepäcktransport • Versicherungen*

8 Tage | 8 – 15 Teilnehmer
Termine: 05.08. | 26.08. | 07.10. | 28.10. | 23.12.2021
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-116

Flug und Transfer ab € 420,-
EZZ € 175,-
www.davsc.de/ POTRE



DIE MANASLU-RUNDE – LODGE-TREKKING IM MANSIRI HIMAL ÜBER DEN LARKYA-PASS

NEPAL

Die Umrundung des Manaslu-Massivs zählt zu den Traumrouten in Nepal und steht dem Annapurna Circuit in nichts nach. Von den Subtropen in das Gletscherreich am himmelhohen Larkya-Pass, 5135 m, mit Blick auf die Achttausender Manaslu und Annapurna.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

19 Tage inkl. ☘
ab 2395,-

Deutsch sprechender einheimischer Kultur- und Bergwanderführer • Flug ab/bis Deutschland/Österreich/Schweiz • 3 × Hotel****, 1 × Komfort-Lodge***, 13 × einfache Lodge, jeweils im DZ • überwiegend Halbpension • Busfahrten lt. Detailprogramm • Nationalparkgebühren, Permit • Träger • Sicherheitsausrüstung • Versicherungen*

19 Tage | 4 – 12 Teilnehmer
Termine: 30.09. | 07.10. | 10.10. | 15.10. | 21.10. | 28.10.2021
und 14.03. | 21.03. | 07.04. | 19.04.2022
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-117

www.davsc.de/ HIAHM



KILIMANDSCHARO: ZELTTREKKING AUF DER LEMOSHO-ROUTE

TANSANIA

Die Lemosho-Route empfiehlt sich allen, die sich vielleicht zum ersten Mal in solchen Höhen bewegen und Wert auf eine sehr gute Höhenanpassung legen. Kombinieren Sie Ihre Wunschroute auf den Kilimandscharo mit einer Safari in die schönsten Nationalparks Ostafrikas oder einer Badeverlängerung an den Traumstränden Sansibars.

Technik ▲▲▲▲▲ Kondition ▲▲▲▲▲

10 Tage inkl. ☘
ab 2495,-

Englisch sprechender einheimischer Bergführer • ab/bis Moshi • 2 × Hotel*** im DZ • 7 × Zweipersonenzelt • Essens- und Toilettenzelt • Vollpension • Transfers • Nationalparkgebühren • Träger • Sauerstoffsystem • Versicherungen*

10 Tage | 2 – 12 Teilnehmer
Termine: 01.08. | 15.08. | 29.08. | 12.09. | 26.09. | 10.10. | 24.10.2021
und 02.01. | 16.01. | 30.01. | 13.02. | 27.02.2022
Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

www.davsc.de/ TANLEB

Brillen und Linsen beim Sport

Mit Durchblick auf Tour

Foto: Bernd Willer

Gut sehen ist am Berg essenziell. Spezielle Sportbrillen schützen die Augen und tragen durch eine gute Sicht zur Sicherheit bei. Wer im Alltag Brille trägt, kann optische Gläser einsetzen lassen oder eine Sportbrille mit Kontaktlinsen kombinieren.

Text: Bernd Willer

Am Berg spielt der UV-Schutz (UV-A, UV-B) für die Augen eine große Rolle, denn mit der Höhe nimmt die Intensität der Sonneneinstrahlung zu – um 10 bis 15 Prozent pro 1000 Meter. Liegt dann noch Schnee, der die Strahlen reflektiert, ist die UV-Belastung sogar um bis zu 80 Prozent höher als im Tal. Eine Brille mit UV-Schutz beugt dem so genannten „Gletscherbrand“ vor, einer Bindehautentzündung, die mit einem Sonnen-

brand der Haut vergleichbar ist. Achtung: Der Begriff „100%-UV-Schutz“ ist nicht geschützt, daher unbedingt auf das CE-Zeichen oder die Bezeichnung „UV380“ oder „UV400“ achten. Der UV-Schutz der Bergsportbrille hat übrigens nichts mit der Tönung und Farbe der Gläser zu tun, auch transparente oder hellere Gläser können einen kompletten UV-Schutz bieten. Rasch wechselnde Bewölkung, Nebel oder der Übergang vom schattigen Wegab-

schnitt zum gleißenden Schneefeld bedeuten schwierige Lichtverhältnisse in mitunter anspruchsvollem Terrain. Neben UV-Licht, Wind und Staub schützt eine geeignete Sportbrille durch spezielle Filter die Augen auch vor Helligkeit und Spiegelungseffekten und kann die Kontraste beim Sehen erhöhen. Der so genannte Blendschutz ist in die Filterkategorien 0 (transparent oder sehr hell, 0 bis 20 % Lichtabsorption) bis 4 („Gletscherglas“, 92-97% Lichtabsorption) eingeteilt (siehe dazu auch DAV Panorama 4/2019, S. 62 f.). Gelbe und orange Filter wirken aufhellend und verstärken die Kontraste, Blaufilter

*Sonne, Wind und Wetter:
Mit der richtigen Brille sind
die Augen gut geschützt.*

Gürtelrose trotz gesunden Lebensstils? Jetzt ab 60 aktiv schützen.

gsk

Schützen Sie
sich vor Gürtelrose.
Sprechen Sie jetzt
mit Ihrer Ärztin
oder Ihrem Arzt.

Windpocken – für die meisten ein alter Bekannter. Aber nur wenige wissen: Wer Windpocken hatte, ist Gürtelrose gefährdet.

Nahezu alle über 60-Jährigen tragen das Virus in sich, das Gürtelrose auslösen kann. Mit zunehmendem Alter wird Ihr Immunsystem schwächer. Dadurch steigt Ihr Risiko – egal, wie gesund Sie leben.

Gürtelrose ist äußerst schmerzhaft und oftmals langwierig. Bei 2 von 10 Patienten bleiben chronische Schmerzen, die monate- oder jahrelang andauern können.

Schutz kann eine Impfung bieten, die von der Ständigen Impfkommission (STIKO) für Frauen und Männer ab 60 Jahren empfohlen wird. Bei Grunderkrankung bereits ab 50.

Weitere Informationen: impfen.de/guertelrose
Eine Initiative von GlaxoSmithKline



Jede*r Dritte
erkrankt im Laufe des
Lebens an Gürtelrose.

**Mehr
als 95%**

der Ü60-Jährigen tragen das
Virus in sich, das Gürtelrose
auslösen kann.



Gürtelrose
trifft Frauen
und Männer.

verbessern unabhängig von der Tönungsstufe die Kontraste und harmonisieren die Licht-Schatten-Wechsel.

Sportbrille mit Sehstärke

Rutschen, Drücken, Beschlagen: Wer seine Alltagsbrille auch beim Sport trägt, hat sicherlich schon die eine oder andere schlechte Erfahrung gemacht. Nicht nur Tönungsfilter, Lüftungssystem und meistens auch UV-Schutz fehlen, das Material und das gerade Gestell sind für sportliche Aktivitäten häufig ungeeignet und können bei Bruch die Verletzungsgefahr erhöhen. Sportbrillen liegen durch eine gewölbte Fassung enger am Kopf an, dadurch wird das Sichtfeld weiter und die Augen sind auch seitlich besser vor Blendung und Strahlung geschützt.

Grundsätzlich können auf Sportbrillen spezialisierte Optikbetriebe in fast jedes hochwertige Gestell individuelle Augen-

Tipps zu Sportbrillen

- › Auf CE-Zeichen oder „UV380“ oder „UV400“ achten
- › Brille der Sportart anpassen – z. B. eng anliegende, seitlich abgeschlossene Gletscherbrille für maximalen Blendschutz oder Radbrille mit hoher Kontrastschärfe und Lüftungssystem
- › Brille muss gut sitzen und mit jeweiligem Sporthelm kompatibel sein
- › Brillen mit variablen Funktionsfiltern können sich den wechselnden Lichtverhältnissen selbstständig anpassen. Alternative: Wechselclip mit verschiedenen Filtern

werte sowohl für die Ferne als auch für Ferne und Nähe einarbeiten. Bei der Direktverglasung werden die optischen Werte direkt in die Sportfassung eingesetzt, sie bietet das größtmögliche Blickfeld und ist je nach Fassungsauswahl im Bereich +/- 4 Dioptrien möglich. Als Alternativen bei höheren Werten gibt es Adapter- oder Clip-in-Verglasungen, bei denen dann eine

Übersicht Kontaktlinsen

Tages-Kontaktlinsen: Weiche Kontaktlinsen, die maximal für einen Tag (16-18 Stunden) getragen werden. Hygienisch und praktisch unterwegs, da spezielle Pflege und Aufbewahrung wegfallen.

14-Tage- oder Monats-Linsen: Weiche Kontaktlinsen, die in einem speziellen Kontaktlinsen-Pflegemittel gereinigt und aufbewahrt werden.

Jahreslinsen (hart oder weich): Harte Linsen ermöglichen sehr individuelle Anpassungsmöglichkeiten auch bei komplizierten Hornhautkrümmungen. Weiche Linsen haften wegen ihrer größeren Auflagefläche besser am Auge, was beim Sport ein Vorteil ist.



Foto: Adobe Stock/Atlas

Kontaktlinsen für Fern- und Nahsicht (Multifunktionslinsen): Ersetzen die Gleitsichtbrille. Vorteile: größeres Sichtfeld und stufenlose Übergänge zwischen Fern- und Nahsicht möglich.

Ortho-K-Kontaktlinsen (Nachtlinsen): Harte Spezialkontaktlinsen, die nur nachts getragen werden und das Auge sanft formen. Voraussetzung: gesunde Augen, die genügend Tränenflüssigkeit produzieren. Nach einer mehrtägigen Übergangsphase ist tagsüber keine Brille oder andere Kontaktlinse mehr notwendig. Die Linsen werden von spezialisierten Augenoptiker*innen und Augenärzt*innen angepasst und korrigieren Kurzsichtigkeit (bis ca. -5,0 dpt, cyl bis -2,0 dpt).

„kleine“ Fassung hinter den eigentlichen Funktionsfiltern der Sportbrille sitzt. Nachteil: Das Sichtfeld ist eingeschränkter und das Glas näher am Auge, wodurch die Wimpern an die Brille stoßen können.

Sportbrille mit Kontaktlinsen

Gut sehen, optimale Bewegungsfreiheit, ein weites Blickfeld und die einfache Kombinationsmöglichkeit mit verschiedensten Sportbrillen: Kontaktlinsen sind beim Sport eine echte Alternative zur Brille. Durch immer bessere Materialien und Fertigungstechniken können mittlerweile fast alle Menschen Kontaktlinsen tragen, selbst bei trockenen Augen oder mit einer Hornhautverkrümmung. Wer sich an Linsen herantasten möchte,

sollte seine Augen zunächst medizinisch untersuchen lassen. Bestimmte Augen- oder chronische Grunderkrankungen wie Diabetes können die Verträglichkeit von Kontaktlinsen einschränken. Eine ausführliche Beratung, Augenmessung und Anpassung der geeigneten Kontaktlinsen gibt es dann im Optik-Fachhandel, denn Linse ist nicht gleich Linse. Sporttaugliche Linsen sollten größtmöglichen Tragekomfort bieten und für einen optimalen Stoffwechsel der Augen besonders sauerstoffdurchlässig sein.



Bernd Willer ist Staatl. geprüfter Augenoptiker, Sportoptik- und Kontaktlinsen-Spezialist aus Garmisch-Partenkirchen.
der-alpenoptiker.de

DON'T CLIMB THIS MOUNTAIN



KONSUM

**STRECKEN
WÄHREND
DER
WINTER
WISSEN
WÄHREND
DER
WINTER**

WORTSCHATZ



Bucket List

„Bucket List“ stammt von „Kick the bucket“; zu Deutsch heißt das etwa: „Den Löffel abgeben“. Eine Bucket List ist also eine Liste von Dingen, die man vor dem Tod erleben möchte. Heutzutage gibt es aber nicht nur die eine Bucket List, sondern ganz viele. Zum Beispiel eine Gipfel-Bucket-List. Die „besten“ Ziele findest du natürlich auf Social Media. Und so werden Berge dann zu Hotspots – und Konsumobjekten. *FSI*

DON'T BUY THIS JACKET!

Dieser Slogan warb 2011 für eine Outdoorjacke und wollte gleichzeitig darauf hinweisen, diese nur zu kaufen, wenn sie auch wirklich gebraucht wird. Eine Frage, die wir uns wahrscheinlich viel zu selten beim Shoppen stellen.

Aber warum kaufen wir trotzdem so viel und was macht der Konsum mit uns? Mit diesen Fragen hat sich Jakob für euch auseinandergesetzt. Oft vergessen wir, dass sich unser Kaufverhalten auch auf den Klimawandel auswirkt. Daniela hat herausgefunden, wie unser Konsum unseren CO₂-Fußabdruck beeinflusst.

Häufig brauchen wir die neuen Sachen, die wir uns kaufen, gar nicht wirklich. Secondhand oder Ausleihen sind gute Alternativen. Denn wenn wir ehrlich sind, ist gerade auch Bergsport ganz schön kostenaufwendig. Sepp hat recherchiert und eine Liste mit Dingen und ihren Preisen rund um den Bergsport zusammengestellt.

Ob wir alles, was wir besitzen, wirklich zum Leben brauchen, ist eine Frage – Pia hat untersucht, ob vielleicht schon 100 Dinge reichen würden. Viel Spaß beim „Konsumieren“ dieser und der weiteren Beiträge zu unserem heiklen Thema!

Eure

Franzi



Titelbild: Vieles in unserem Leben lässt sich als Konsum-Akt betrachten, auch das Besteigen von Bergen. Wäre es umweltfreundlicher, es bleiben zu lassen? © Silvan Metz



KONSUM: WAS TREIBT UNS DAZU?

CONSUMO, ERGO SUM?

Konsum ist ein Reizwort. Für die einen Heilsbringer und Wohlstandsicherer, für die anderen Unzufriedenheitsstifter und ursächlich für die Klimakatastrophe. Aber warum kaufen wir, ohne zu brauchen? Fragt sich *JAKOB NEUMANN*.



Alles hat seinen Preis. Das gilt natürlich auch für Bergausrüstung – mag das Biwak noch so spartanisch sein. Preisangaben ohne Gewähr
© Silvan Metz

Konsum ist ambivalent. Er ist einerseits notwendig. Menschen müssen essen, sie müssen trinken, auch Kunst und Kultur werden oft nur konsumiert. Und „die Wirtschaft“ ist darauf angewiesen. Trotzdem hat der Konsum in Teilen der Gesellschaft einen schlechten Leumund. Denn er spricht auch unsere niederen Instinkte an. Wer kann behaupten, noch nie aus einem Impuls gekauft zu haben? Nur um

später zu bemerken, dass man das eigentlich nicht gebraucht hätte?

Warum passiert uns das immer wieder? Wir wissen, dass unsere Kopfhörer noch gut funktionieren oder dass die Jacke noch problemlos zwei Winter halten wird. Trotzdem greifen wir zu oft zu, wenn wir das Nachfolgermodell mit Facelift sehen oder uns gesagt wird, diese Farbe könne man nun wirk-

lich nicht mehr tragen. Die eine, einzige Erklärung dafür gibt es meist nicht, die psychologischen Mechanismen sind vielfältig. Das macht es auch so schwer, sich davor zu schützen.

Zumal es Akteure gibt, die genau das Gegenteil möchten. Die komplette Marketing- und Werbebranche beispielsweise. Ihr Job

LEBEN AUF GROSSEM FUSS?

Ist es wirklich so schlimm, sich mit vermeintlich Notwendigem zu versorgen? Und wie lässt sich dieses „schlimm“ einschätzen? **DANIELA ERHARD** erklärt, wie unser Konsum das Klima beeinflusst.

Klar, wir müssen alle etwas essen und trinken, irgendwo wohnen, wir brauchen etwas zum Anziehen, wollen ab und zu verreisen, und ohne Rechner, Smartphone oder Ähnliches läuft vermutlich bei niemandem etwas. Es sollte uns aber bewusst sein: Dieser Konsum hat auch für die Umwelt Konsequenzen. Denn er verbraucht Energie, Platz und andere Ressourcen.

Um das zu veranschaulichen, konzipierten der Schweizer Mathis Wackernagel und der Kanadier William Rees 1994 den „ökologischen Fußabdruck“. Er stellt – vereinfacht gesagt – dar, wie groß das Stück Natur sein müsste, um das zu regenerieren, was wir jährlich durch unseren Lebensstil verbrauchen und an CO₂ in die Luft pusten. Laut der Organisation Footprint Network waren das in Deutschland pro Person 2017 durchschnittlich 4,7 Hektar – aber rechnerisch stehen für jeden Menschen nur 1,7 Hektar zur Verfügung. Würden also alle so leben wie wir, bräuchten wir fast drei Erden.

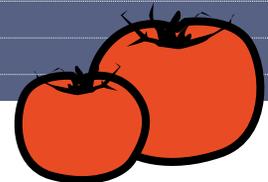
Da der Großteil des ökologischen Fußabdrucks durch Treibhausgasemissionen entsteht, lässt er sich darüber auch gut verringern. Und hier spielt nicht nur der Verzicht auf klimaschädliches Fliegen eine Rolle, das zeigt schon ein Blick in die Klimabilanz von Gemüse. Wer zum Beispiel regional, saisonal und bio einkauft, statt zur Ware aus dem Gewächshaus zu greifen, spart mit jedem Kilo Tomaten mehr als 9 Kilo CO₂. Außerdem sollte man frische Waren kaufen, denn Weiterverarbeitung steigert den CO₂-Ausstoß: Bei Dosengemüse um den

Faktor drei, bei Tiefkühlpommes sogar um das 29-Fache. Der Klimakiller schlechthin ist Butter: Für vier Pakete werden 24 Kilogramm Klimagase frei.

Ähnlich anschaulich ist der so genannte ökologische Rucksack. In ihn kommt im übertragenen Sinne alles rein, was für Produktion, Gebrauch und Entsorgung eines Produkts benötigt wird. Bei der Milch zum Beispiel auch das Futter der Kühe, der Kraftstoff für den Milchlastwagen oder die Verpackung. Ein Liter Milch wiegt nach dem Rucksack-Modell dann nicht mehr ein Kilogramm, sondern vier. Je aufwendiger und zerstörerischer es ist, die nötigen Rohstoffe zu gewinnen, umso schwerer wird auch der Rucksack. Deswegen kommt die Milch noch relativ gut weg. Bei einem alten Handy von 80 Gramm würde man theoretisch 75 Kilo mit sich rumschleppen, beim zwei Kilo schweren Notebook 745 Kilo. 

So viel CO₂ entsteht beim Anbau von 1 kg Tomaten

Außerhalb der Saison im beheizten Treibhaus	9300 g
Außerhalb der Saison im beheizten Treibhaus, Bio	9200 g
Im unbeheizten Treibhaus	2300 g
Freiland-Anbau in Spanien	600 g
Regional während der Saison	85 g
Regional während der Saison, Bio	35 g



FORTSETZUNG

ist es – vereinfacht ausgedrückt –, Begehren zu wecken, manche sagen gar: zu erschaffen. Und sie machen ihren Job ziemlich gut. Viele Unternehmen investieren massive Summen in ihre Werbung. Denn sie wissen, dass sie funktioniert.

Also müssen wir uns einfach nur von sämtlicher Werbung fernhalten, um das Problem zu lösen? Nicht nur, dass das völlig unpraktisch ist, es würde auch niemanden davor bewahren, Geld für überflüssige Dinge auszugeben. Denn ein weiterer Grund, warum wir Dinge kaufen, die wir nicht brauchen, liegt in unserer Natur. Den Menschen ist wichtig, was andere über sie denken. Deshalb gibt es Statussymbole.

Würden wir auf Statussymbole verzichten, würde ein großer Teil unseres Konsums wegbrechen. Jede Generation und jede Szene hat ihre eigenen Statussymbole. Für die einen muss es der coole Campingbus sein, für die anderen ein neues Outdoorjacken-Topmodell, ein Renommee-Gipfel, der Einkauf im Biomarkt oder das neueste Smartphone-Modell. Mittels dieser Statussymbole distinguieren wir uns von anderen. Dieser Wunsch nach Distinktion ist sehr mächtig.

Ein eher neues Phänomen ist die Reklame durch Influencer*innen. Das sind Menschen, die in den so genannten sozialen Netzwerken ihrer Anhängerschaft Produkte schmackhaft machen. Das Perfide an der

Sache: Dafür bekommen sie oft Geld. Zwar müssen die „Beeinflusser*innen“ kennzeichnen, wenn sie eine Gegenleistung erhalten. Diese Art der Werbung funktioniert trotzdem überraschend gut, denn viele sehen in den Influencer*innen keine professionellen Werber*innen, sondern Freund*innen. Und wer würde befreundeten Menschen schon unterstellen, etwas zu empfehlen, was er*sie selbst nicht gut findet?

Die Krux mit dem Konsum ist, dass er selten dauerhaft zufrieden macht. Zugegeben, im Moment des Auspackens mag eine angenehme Hormon-Welle den Körper fluten. Doch nachhaltig ist weder dieses Glücksgefühl noch solch ein Verhalten. 

GEHT'S AUCH MIT WENIGER?

Die schädlichen Folgen des Konsums zu kennen und die psychologischen Treiber zu erkennen, ist ein erster Schritt – welche Wege aus der Konsumfalle herausführen könnten, hat *STEFANUS STAHL* recherchiert.

Wer sich kritisch mit den Auswirkungen des durchschnittlichen modernen Lebensstils auseinandersetzt, kann eigentlich nur zu einer zugegebenermaßen frustrierenden Erkenntnis kommen: So geht's nicht weiter, und mit komfortablen Kompromissen ist es nicht getan. Die Hoffnung auf neue Technologien, die uns allen Komfort ohne Konsequenzen für den Planeten bieten, wird enttäuscht werden: Die Meere sind schon zu sehr überfischt, die Atmosphäre zu voll mit Treibhausgasen und unser Komfortlevel schon zu weit davon entfernt, was eine Erde mit 10 Milliarden Menschen ohne einschneidende Veränderungen übersteht. Fakt ist: Es braucht eine Vermeidung von Konsum. Das bedeutet aber auch ein Ende des Wachstums, das uns im letzten Jahrhundert zu immer mehr Wohlstand bei immer weniger Arbeit geführt hat.

Die Frage ist: Hat uns das Wachstum auch zu immer mehr Zufriedenheit geführt? Die Forschung sagt: Ab einem gewissen Niveau an Einkommen (und das korreliert mit Konsum) steigt das persönliche Wohlbefinden nicht mehr. Die Lebenszufriedenheit erreicht ein Plateau, egal wie viel wir auch konsumieren mögen. Der Weg hin zur so genannten Postwachstumsökonomie könnte hier der richtige sein, denn es ist absehbar, dass knappe Ressourcen auch teurer werden. Wer sich von diesen Ressourcen weniger abhängig macht, dessen Lebenszufriedenheit ist weniger gefährdet.



Wie also mit weniger Konsum glücklich sein? Zunächst durch die Befreiung von Ballast, der Zeit, Geld und ökologische Ressourcen beansprucht. Das liegt auf der Hand – und es ist überraschend, wie gern wir uns dann doch zu einem weiteren Fahrrad, einem weiteren Paar Schuhe oder Ähnlichem verleiten lassen; nur um dann auch noch mal eine weitere Kette zu ölen und einen weiteren Stiefel zu imprägnieren. Ein zweites Standbein der Postwachstumsökonomie ist eine Steigerung der Selbstversorgung durch Tauschen und Teilen in der Nachbarschaft und der Kommune, was wiederum keinen Verzicht an Komfort bedeutet – aber eine Reduktion des Bedarfs. Und drittens ließen sich Konsumansprüche deutlich optimieren, indem beispielsweise Produkte länger genutzt werden.

Die schlechte Nachricht: Selbst durch konsequente Anwendung dieser Leitlinien wird sich die Welt nicht retten lassen. Diese Aufgabe verlangt einen institutionellen Wandel: Jede Person müsste konkret mit einem eigenen Emissionskontingent haushalten, damit nicht länger getrickst und schöngeredet wird, wenn es um den individuellen Einfluss geht. So könnte das derzeit nur global formulierte Ziel „Klimaschutz“ auch greifbar werden – und jede*r Einzelne für den eigenen Beitrag verantwortlich gemacht werden. Wenn wir das nicht schaffen, dann erhalten wir vielleicht ein Wirtschaftswachstum – von dem wir aber sehr schnell nichts mehr haben, wenn Meere und Felder brachliegen. 

Ist doch alles nötig, oder? Zumindest, wenn das Glück (und ein bisschen auch das Überleben) vom nächsten Placement abhängt.

 Heinz Zak

WAS KOSTET DER BERG (-SPORT)?



15 €	Parkplatzgebühr (Tag) in Garmisch-Partenkirchen, Winter 20/21
29,99 €	Jahresabo für das Tourenportal alpenvereinaktiv.com, „pro“-Version
51 €	Mindest-jahresbeitrag für den DAV
82 €	Seilbahnfahrt „Matterhorn Glacier Paradise“ (hin und zurück)
136 €	Halbpension auf der Hörnlhütte (für Besteigung des Matterhorns)
166 €	Tages-Skipass in Aspen, USA, Winter 20/21
313 €	Gebühr zur Besteigung des Denali (Mount McKinley)
345 €	6-Tages-Skipass Zermatt-Cervinia, Winter 20/21
794 €	Gebühr zur Besteigung des Aconcagua
860 €	Hochtouren-Bergschuh, z.B. La Sportiva „Olympus Mons Cube“ oder Scarpa „PHANTOM 8000 HD“
1950 €	Dynafit DNA PINTECH By Pierre Gignoux, „Der leichteste Skitouren-Schuh der Welt“ (UVP)
5245 €	Expedition (20 Tage) mit Besteigung des Aconcagua, DAV Summit Club
9400 €	Permit-Gebühr zur Besteigung des Mount Everest zur Hauptsaison, pro Person
12.999 €	Mountainbike „Scott Spark RC 900 SL AXS“

Recherche: SEPP HELL, Preise ohne Gewähr, Stand April 2021

ALLES HAT SEINEN PREIS



Kaum das Zugticket, den Bus, die Tankfüllung oder das Parkticket bezahlt, schon können wir losziehen! Gut, die Seilbahn noch. Dann auf der Hütte einchecken, wie viel bitte soll das kosten? Puh, na gut, hilft ja nichts. Zum Glück kann man in den Bergen selten mit Karte zahlen, so bleibt die konstante Gewichtsreduktion des sich leerenden Geldbeutels die einzige Genugtuung im alpinen Konsumgemetzel. Immerhin führt uns dies die Konsumlast unseres Hobbys eindringlich vor Augen. Hand aufs Herz, wer rechnet nicht die Kosten einer Tour ausführlicher durch als den ökologischen (Konsum-)Fußabdruck? Purist*innen runzeln schon die Stirn – aber ich komme euch zuvor: Jetzt lassen wir uns nicht weiter ausnehmen! In die Berge geht's mit dem Rad, der Geldbeutel bleibt daheim, stattdessen Schlafsäcke im Rucksack. Zum Essen reichen ein paar Nüsse. Seilbahn ist eh nicht by fair means, super, da können wir sparen. Gut, weil wir das By-fair-means-Fass aufgemacht haben, kommen Bohrhakentouren nicht infrage. Echt schade, dass die drei Sätze Friends so teuer sind. Wobei, nicht nur die: Schlafsack, Isomatte, Zelt, Kocher, Daunenjackette, Ultraleichtgurt. Auch ein puristischer Rucksack beinhaltet schnell mal mehrere tausend Euro Konsumwert (siehe auch Bild S. 60/61). Also auch nicht besser? Klar, das ist alles vereinfacht, aber das Fazit bleibt: Bergsport ohne große Konsumlast ist oft nicht möglich, bestenfalls lässt sich der Konsumschwerpunkt verschieben. Spürbare Verbesserung ist nur mit Verzicht möglich. Eine unbequeme Erkenntnis. **SME**

10.000 ODER 100?

Macht Besitz denn nun glücklich? Unter Minimalist*innen heißt es darauf: jein! Sie verzichten darauf, Dinge anzuhäufen. In den wenigen Gegenständen, die sie besitzen, sehen sie aber einen besonderen Wert. Lina Jachmann schreibt Bücher über den Minimalismus und ist überzeugt, dass man sich wohler fühlt, wenn man das Hab und Gut auf das Wesentliche beschränkt. Denn unbenutzte Besitztümer können eine Last sein, die ablenkt.

Aber könnte man die durchgelatschten Laufschuhe nicht doch eines Tages noch brauchen? Ballast abwerfen fällt uns Menschen schwer, weil wir den Instinkt zum Sammeln haben: Unsere Vorfahren haben selten im Überfluss gelebt und taten gut daran, ihr spärliches Eigentum aufzubewahren. In den kapitalistischen (Schlaraffen-)Ländern Mitteleuropas ist ständiger Konsum dagegen die Norm. Durchschnittlich besitzen wir 10.000 Gegenstände. Um inmitten der Dinge den Kopf nicht zu verlieren, plädiert Jachmann auf minimalen Konsum und das Aussortieren von Unnötigem.

Was soll also weg, und was darf bleiben? Minimalismus ist kein Wettbewerb, bei dem es darum geht, wer weniger Gegenstände hat, sagt Jachmann. Was man braucht, sollte man behalten, es komme nur darauf an, sich bewusst dafür zu entscheiden. Was Minimalist*innen besitzen, wird von ihnen benutzt oder hat einen immateriellen Wert. Macht also glücklich. **PWE**



Alleine mit dem Fluss, den Felsen, dem Rauschen des Wassers ... Alles bewegt sich, trotzdem scheint die Zeit stillzustehen. Alles fließt. Flow.

MEIN BERG MOMENT

Großartig, wenn man sein Boot in anspruchsvollem Wildwasser so beherrscht wie Florian Stark, der mit uns diesen Bergmoment teilt. Da hat der JDAV-Partner Mountain Equipment zum leichten, cleveren Kletterrucksack Orcus 24+ (Wert 125 Euro) sogar noch zwei waserdichte Lightweight Drybags mit Rolltop-Verschluss dazugelegt, damit wichtiger Kleinkram trocken bleibt – die gibt's übrigens in sechs Größen.



Und dein Bergmoment? Schick deinen Beitrag – Erlebnis, Ärger, Begegnung, Zwischenfall ..., im Format „280 Zeichen Text“ oder „Foto + 140 Zeichen Text“ – an bergmoment@alpenverein.de oder JDAV, Anni-Albers-Str. 7, 80807 München. In jedem Knotenpunkt prämiieren wir eine Einsendung – mehr davon findest du auf jdav.de/knotenpunkt

KONSUM

EIN FUNDAMENTALES –

EIN SCHWIERIGES THEMA.

UND AM SCHWERSTEN IST DER KONSUM-VERZICHT!

DABEI IST DIE SACHE ALS KLETTERER ZIEMLICH KLAR:

DER KONSEQUENTE PURIST NÄHERT SICH KLIMANEUTRAL PER PEDES ...

UND KLETTERT NACKIG – FREE SOLO.

DASS DAS POTENTIELL TÖDLICH IST, IST ZWECKDIENLICH.

AUCH DABEI GILT ES IM BLICK ZU HABEN!

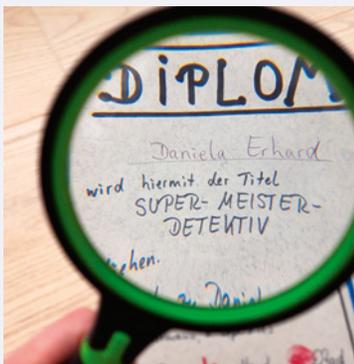
KONSEQUENT ZU ENDE GEDACHT WÄRE ES

VERFRÜHTES ABLEBEN IST NICHT NUR SOZIALVERTRÄGLICH, ES REDUZIERT DEN ÖKOLOGISCHEN FUßABDRUCK SIGNIFIKANT!

UMWELT UND MITMENSCHEN MÖGLICHT WENIG ZU BELASTEN.

ALLERDINGS AM ZWECKDIENLICHSTEN,

GAR NICHT ERST AUF DIE WELT ZU KOMMEN. *Exkurs IV '21*



Was fürs Leben: Danielas Detektiv-Diplom.
 © Daniela Erhard

KONSUMFREI GEBURTSTAG FEIERN?

Wenn nicht gerade Corona dazwischenfunkt, gehört eine ordentliche Feier zu jedem Geburtstag dazu. Aber wie sieht die aus? Mit zehn Freund*innen in die Kletterhalle gehen? Bergeweise Geschenke und am Ende eine große Tüte mit Süßigkeiten und Spielzeug für jeden Gast? Die Kindergeburtstage, die mir in Erinnerung geblieben sind, kamen ohne diese Dinge aus. Klar, Geschenke gab es, einen Kuchen auch, aber noch keine Kletterhallen. Uns genügten zunächst Löffel und Eier zum Eierlaufen, Kartoffelsäcke fürs Sackhüpfen und die Klamotten-

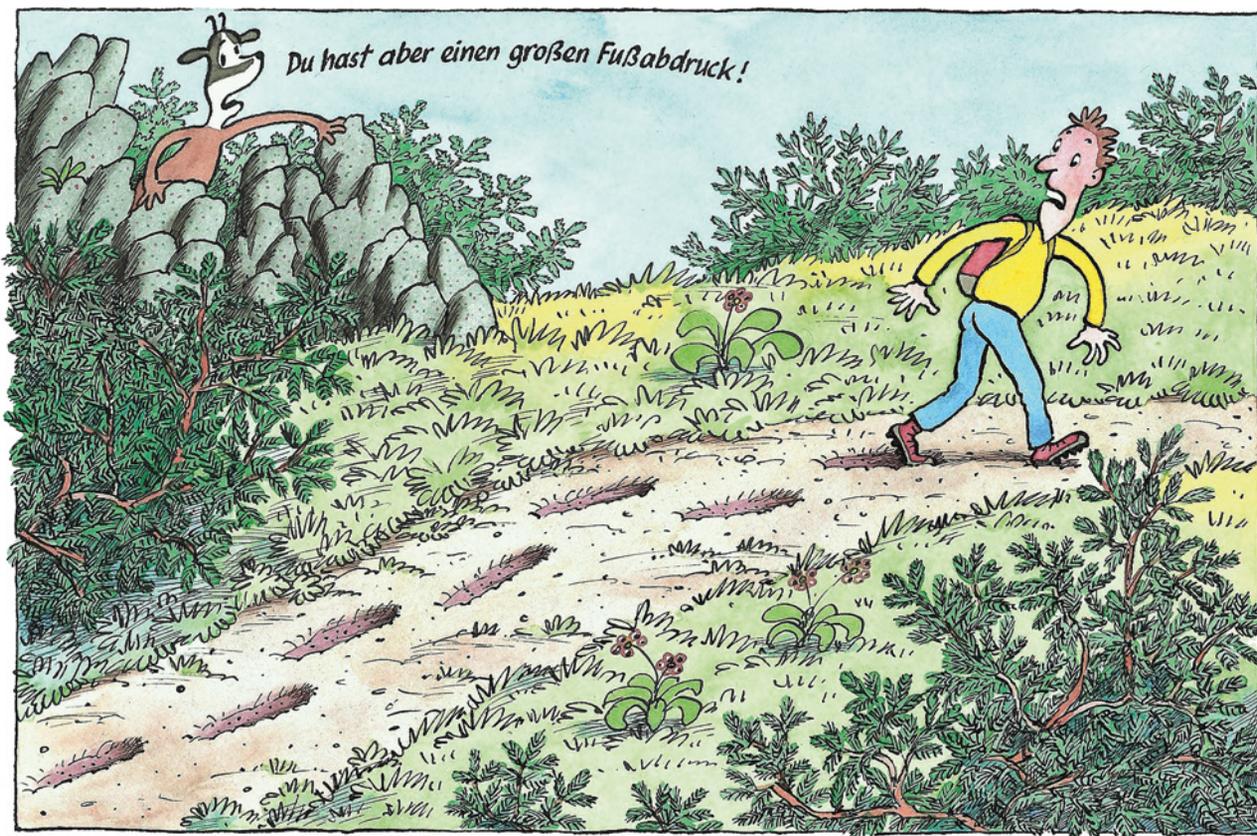
kiste zum Verkleiden. Klingt langweilig? War aber Action pur. Später waren auch Schnitzeljagden der Renner: Auf der Spur von Mister X quer durch die Stadt – zu Fuß und ohne Handy. Ans Ziel gekommen sind wir trotzdem und Spaß hatten wir auch – obwohl es zur Belohnung „nur“ einen selbst gebastelten Detektivausweis gab. Den hatte ich übrigens bei einem Umzug verloren geglaubt – aber meine Mama hat ihn aufbewahrt.

Vielleicht probiert ihr mal was Ähnliches aus? Gerne dürft ihr auch eure Ideen mit uns teilen.

DER

GÄMSCHEN KLEIN

© Sebastian Schrank



Können wir uns das leisten?

DAV Panorama 3/2021, S. 10 f.

Klimaschutz ist nicht gleich Naturschutz –

Mit dem Thema Klimaschutz fasst der DAV ein heißes politisches Eisen an. Wer gesehen hat, wie der Bau von Windkraftanlagen Waldgebiete zerstört, wer weiß, welche großen Flächen für Photovoltaikanlagen notwendig sind, und wer weiß, wie kritisch bei Biogasanlagen der Methanschlupf ist, der darf die Problematik der regenerativen Energien nicht verleugnen. Ja, Nichtstun ist keine Option, doch jede konkrete Maßnahme muss hinterfragt werden, ob sie nicht andere „Schäden“ bewirkt. Der Aspekt Nachhaltigkeit ist sicherlich ein gutes Kriterium für präventive Aktionen. Allerdings wären dann Windräder obsolet, denn die Flügel gelten als nicht recycelbar und sind somit Sondermüll. Wollen wir uns das leisten? *R. Pracht*

Es nervt –

Mir geht diese grün grundierte Moralisation des Lebensstils gewaltig auf die Nerven! Als Dieselfahrer, Hausbesitzer, Text-Produkte Tragender, Genussmensch und Gendersternchenverweigerer wird mir unterstellt, kein guter Mensch zu sein. Was hier momentan

stattfindet, stellt auch eine Form der Diskriminierung dar. Als zertifizierter Naturparkführer liegt mir die Natur wirklich am Herzen, aber ich wehre mich gegen diese überall, auch leider mittlerweile im DAV-Magazin, stattfindende Belehrung, wie ich mich im Sinne eines Drittels der Gesellschaft zu verhalten habe. *M. Kraut*

Platz für Neues –

Glückwunsch zu diesem Artikel. Es wurde alles auf den Punkt gebracht und viel wichtiger, Wege und Lösungen aufgezeigt. Als konkrete Maßnahme wird „Proteinversorgung ohne Fleisch“ genannt. Wenn man die Zahlen kennt, die mit dem Fleischkonsum und dessen Klimawirkung verbunden sind, wird man das unterschreiben. Ich hoffe, dass der DAV das auch seinen Hüttenwirten und deren Gästen beibringt. Hier scheint man noch in Nostalgie zu schlemmen. Die Speisekarten sehen überwiegend klimaschädlich aus. Übrigens auch die meisten Rezepte, die in „Panorama“ abgedruckt wurden. Hier sollte Platz für Neues gemacht werden. So können sich neue Gerichte entwickeln, die dann typische Hüttenjause sein werden. *K. Stöckmann*

Bilder im Kopf

DAV Panorama 3/2021, S. 36 ff.

Ideologie? – Ich war viele Jahre Bergsteiger – auch Tourenführer beim DAV, wir sind über Jahrzehnte immer als Fahrgemeinschaft mit dem Pkw ins Gebirge gefahren. Übrigens ohne schlechtes Gewissen. Bei der Anreise zu der Tour am Reschensee lese ich nun in ihrem neuen Heft: „Mit der Bahn nach Mals und mit dem Bus nach Graun“. Das heißt also, um mit Bus und Bahn von meinem Haus (bei Ulm) an

den Reschensee zu gelangen, bräuchte ich mindestens zehn Stunden und müsste oftmals umsteigen. Bei der Anreise mit dem Auto benötige ich für diese Strecke gute drei Stunden, der Zug wäre hier für mich keine Alternative. Ich habe inzwischen das Gefühl, die Meinungsbildner beim DAV sind zunehmend nur noch Ideologen, die das Auto im Gebirge am liebsten verbieten würden. *R. Erne*

gesucht/gefunden



Fundstücke & Suchanzeigen online:
alpenverein.de/gesucht-gefunden

Freundschaft im Livestream

DAV Panorama 3/2021, S. 12

Klischees – Ich freue mich jedes Mal unglaublich über die neue Ausgabe, ihr stellt da immer Großartiges auf die Beine. Nur bei der Ausgabe 3/21 musste ich mit dem Kopf schütteln. Da schreibt Malte Roeper im ansonsten tollen Wendepunkt, Caldwell's „zweite Frau Rebecca versteht von Klettern wenig, aber als Frau sehr gut, dass er das durchziehen muss. Männersache eben.“ Wieso muss hier unbedingt betont werden, dass sie „als Frau“ gut versteht, dass er das Projekt durchziehen muss? Warum ist so ein großes Projekt (oder auch das Durchziehen eines solchen Projekts) „Männersache“? Im Jahr 2021 sollten wir Geschlechterklischees doch hinter uns gelassen haben. *L. Hilsbecher*

Hinweis: Die Zuschriften geben die Meinung der Einsendenden wieder. Die Redaktion behält sich die Auswahl und das Recht der sinnwährenden Kürzung vor.

Berichtigungen:

- > Auf S.56 in DAV Panorama 3/2021 haben wir geschrieben, die Dinosaurier wären vor 200 Millionen Jahren ausgestorben. Richtig ist: vor ca. 66 Millionen Jahren.
- > Auf S.96 in DAV Panorama 3/2021 haben wir die Milseburg zum höchsten Gipfel der Rhön ernannt, richtig ist die Wasserkuppe (950 m).

Deine Mineraltankstelle im Rucksack...

- + liefert die 5 entscheidenden Mineralstoffe (Natrium, Chlorid, Kalium, Calcium und Magnesium)
- + gibt Bergwasser einen erfrischenden Geschmack (Apfel oder Zitrone)
- + handliche 100g-Packung für 14-21 Liter Fertiggetränk

Mineral-Pur-Drink zum Aktionspreis für DAV-Mitglieder

www.sanct-bernhard-sport.de/DAV

Telefon: 07334 / 96540

Angebot gültig bis: **31.08.2021**



...und viele weitere Produkte online!



Au

An eine Alpendurchquerung war wegen Corona im Frühjahr 2020 nicht zu denken. Doch aus der Krise ergab sich eine große Chance: von der Haustüre weg viereinhalb Monate Mittel- und Süddeutschland zu umrunden. Vielfältige Natur und Begegnungen inklusive.

Text und Fotos: Klaus Gräbe und Cornelia Weber

Noch können wir es nicht so richtig fassen: Nach sieben Wochen wandern stehen wir auf einer Anhöhe und schauen auf den Bodensee, genauer gesagt den Untersee. Die Sonne lässt die umliegenden Hügel in sattem Grün leuchten, das Wasser glitzert, vereinzelt sind Segelboote zu

erkennen. Wir haben Wangen auf der Halbinsel HÖri erreicht und gönnen uns drei Tage Pause auf einem kleinen Campingplatz am See. Zeit für Muße, Pflege, neue Schuhe. Und Zeit für eine Rückschau.

„Schuld“ daran, dass wir jetzt hier stehen, ist Covid-19. Eigentlich wollten wir in diesem Jahr ab Triest Richtung Westen eine Alpentravese beginnen, doch in der

Pandemiesituation waren die weiteren Entwicklungen nicht vorhersehbar. Dann lieber mal ganz was anderes machen und Deutschland erkunden. Während des Lockdowns im Frühjahr 2020 entwarfen wir den Plan für eine Mehrtageswanderung (fast nur) durch Deutschland. Mit



Wandern rund um Deutschland

Anstößer, szogne und Abschneider

Morgenblick auf die Wartburg bei Sonnenaufgang am nordwestlichen Rand des Thüringer Waldes. Seit 1999 gehört sie zum Unesco-Welterbe.

einem ausgewogenen Mix aus Übernachtungen in Pensionen, Hütten, auf Campingplätzen oder im Freien, mit Selbstversorgung und dem Schwerpunkt auf dem Erleben der Natur beziehungsweise dem, was wir Menschen im Lauf der Geschichte daraus gemacht haben.

Anfang Juni starteten wir von Kassel mit der Absicht, so weit zu gehen, wie Aus-

dauer, Gesundheit und Lust es zulassen. Zum Aufwärmen und Abspecken ging es auf hessischen Fernwanderwegen (Habichtswaldsteig, Urwaldsteig, Herkulesweg) in Regionen, die zwar vor der Haustür liegen, uns aber dennoch unbekannt waren. Über den Ederhöhenweg, den Sieghöhenweg und den Natursteig Sieg erreich-

ten wir das Siegerland, wo uns besonders die vielen braunen Fichten auffielen. Und außerdem die Wegführung bei Qualitäts- und Premiumwegen, die manchmal etwas kurios ist, um so die geforderten Qualitätskriterien zu erfüllen. Nach 17 Tagen, 390 Kilometern und 11.100 Höhenmetern erreichten wir den Rhein bei Königswinter. Jetzt trauten wir uns, den Daheimge-



bliebenen unser gesamtes Vorhaben zu eröffnen: Wir sind auf Wanderdroge und wollen weiter ...

Die Wanderschuhe trugen uns weiter über Eifelsteig, Saar-Mosel-Weg (der offiziell gar nicht mehr existiert), Pfälzer Waldpfad und Weinsteig bis nach Bad Bergzabern. Spezialitäten wie der Eifeler Döppekooche und der Pfälzer Saumagen schmeckten richtig gut und füllten die Energiespeicher auf. Ab Pforzheim durchquerten wir den Schwarzwald auf dem Westweg, dem ältesten Fernwanderweg Deutschlands. Steigungen und Anstrengungen nahmen zu, der Lohn waren Aussichten über weite Höhen und in tiefe Täler. Das Nonstop-Wandern ermöglicht es, die Verschieden-

Immer weiter, wir sind auf **Wander- droge**

artigkeit der direkt hintereinander durchquerten Landschaften und begangenen Wege gut zu vergleichen. Insbesondere die Wälder, die landwirtschaftliche Nutzung und die Eigenheim-Gartengestaltung (Stichwort Schottergarten) sind von Region zu Region bemerkenswert unterschiedlich. Nachdem wir uns durch das Touristenzentrum am Titisee gewühlt hatten, ohne einen echten Lebensmittelladen zu finden, bogen wir ab auf den Querweg Freiburg-Bodensee. Durch die zwar gut erschlossene, aber noch nicht ganz gezähmte Wutachschlucht erreichten wir den Hegau, eine Landschaft mit aufgesetzten Vulkankegeln. Von der traumhaft gelegenen Spitzhütte dann der erste schwache Ausblick auf die Berge. Vorfreude kam auf. Wir quälten uns durch landwirtschaftlich (aus-)genutzte Flächen, wichen schließ-

lich vom Querweg ab und erreichten auf eigener Route nach weiteren 36 Tagen, 830 Kilometern und 21.800 Höhenmetern Wangen auf der Höri. Die Halbinsel am Bodensee war während des Nazi-Regimes ein Zufluchtsort unter anderem für nicht systemkonforme Kunstschafter, da das gegenüberliegende Ufer leicht erreichbar ist und bereits in der Schweiz liegt. Was geht es uns gut, die wir heute ein fast grenzenloses Europa frei und friedlich durchwandern können.

Die abgelaufenen Schuhe sind gegen neue getauscht und die Lust auf die Berge ist größer als der Wunsch nach Entspannung am Bodensee. Also geht es per Schiff nach Bregenz und weiter auf dem Maximiliansweg. Dieser wurde 1991 vom DAV als Wanderweg eröffnet – in Erinnerung an König Max II., der 1858 „sein“ Land allerdings mehr mit Pferd und Kutsche bereist hat. Der Weg ist nicht einheitlich

Deutschlandtour

INFO

mehr: [alpenverein.de/
panorama-4-2021](http://alpenverein.de/panorama-4-2021)



RUND UM MITTEL- UND SÜDDEUTSCHLAND

Die selbst zusammengestellte Weitwanderung durch Deutschlands Mittelgebirge und die Alpen verbindet verschiedenste vorhandene Wander- und Bergwege zu einer mehrmonatigen Rundtour von insgesamt rund 2570 Kilometern und knapp 80.000 Aufstieghöhenmetern.

Tourentage: 135, davon 11 Ruhetage

Übernachtung und Ausrüstung:

Gasthöfe und Hotels, Hütten, auf Campingplätzen oder mit Schlafsack an geeigneten, geduldeten oder angebotenen Plätzen im Freien. Wichtig: Wildcampen, Zelten und geplantes Biwakieren im Wald und in Naturschutzgebieten ist nicht erlaubt! Gepäck: Zwei Rucksäcke zu ca. 13 kg (Bekleidung, Zelt, Matte, Schlafsack, Kochset, Technik, Erste Hilfe), Verpflegung jeweils vor Ort.

Weitere Informationen:

- › Detaillierte Wegbeschreibung und GPX-Track unter alpenvereinaktiv.com, Sucheingabe: Durch Deutschlands Mittelgebirge und Berge
- › draussenseinblog.de mit weiteren Beschreibungen, Bildern, Packlisten etc.

So klein der Mensch, so gewaltig die Natur: Innehalten am Schwarzwälder Westweg (I.), Gewitterstimmung an der Hochrieshütte in den Chiemgauer Alpen.

und durchgehend markiert, doch dank GPS-Track immer gut aufzuspüren. Inklusive freiwilliger Erweiterungen brauchen wir 27 Tage, 410 Kilometer und 22.000 Höhenmeter, um die Gebirgsgruppen von West nach Ost zu durchqueren. Wegen Schlechtwetter lassen wir leider die im Bregenzerwald beginnende Gratwanderung über die Nagelfluhkette aus,

ansonsten bleibt uns kein Glimmerlicht dieses Weges verborgen!

Im Allgäu unterm Nebelhorn erleben wir einen fantastischen Sonnenaufgang, in den Ammergauern tauchen wir ein in die Welt von Ludwig II., dem „Kini“, und nächsten in der Brunnenkopfhütte. Wir erproben uns am herausfordernden „Wiesen-

weg“ zum Pürschlinghaus und nehmen dort dankend das Angebot an, in einem Autoanhänger zu übernachten. In den Bayerischen Voralpen genießen wir einen Sonnenaufgang am Herzogstand und uns bisher nicht bekannte Kaspessknödel unter der Benediktenwand, eine Gewitterfront an der Hochrieshütte und einen ganz besonderen Sonnenuntergang am gastfreundli-



Auf dem Goldsteig geht es durch den Bayerischen Wald. Am Kaitersberg führt ein Spalt durch die Rauchröhren, zwei zylinderförmige Felsbrocken.

chen Hochgernhaus. An der Grassauer Hütte in den Chiemgauern können wir gleichzeitig Segelboote auf dem Chiemsee und südlich in der Ferne die Gletscherwelt der österreichischen Alpen sehen: Wow! Gesichert geht es entlang steiler Wände über den Thomas-Eder-Steig und anschließend auf dem Dopplersteig bergab und hinaus aus den Berchtesgadener Alpen – bei Starkregen und aufkommender Dämmerung mit nicht ganz leichten Rucksäcken über Hunderte von rutschigen Holzstufen. Wir landen heil am Fuß des Untersbergs.

Unser Vokabelrepertoire haben wir Mitteldeutschen während unserer Bergzeit auch erweitert: Anstößer sind nicht anstößig, sondern leben einfach nebenan, und Auszogne sind keine Nackten, sondern köstliche Schmalzgebäckstücke. Und vor Abschneidern muss man sich nicht fürchten, eher schaden sie der Natur, indem

durch Abkürzungen zusätzliche Pfade entstehen, die die Erosion verstärken. Sehr wehmütig blicken wir zurück auf die Zeit in den Bergen. Jeglicher Vergleich zwischen Berg- und Mittelgebirgswandern macht irgendwie unzufrieden. Wahrscheinlich erscheinen uns auch deshalb die folgenden Flachetappen durch das Salzburger Land und Oberösterreich besonders eintönig. Auf- und ausgeräumte Landschaften mit asphaltierten Wanderwegen, die an Autostraßen entlangführen, sind völlig abtönnend. Wir fliehen aus dieser durchökonomisierten Gegend und fahren mit Bus und Bahn nach Passau, einer Stadt mit Flair. Hier wählen wir die Nordvariante des Goldsteigs, um den Bayerischen Wald zu entdecken. Nach zwei Tagen mühsamen Anlaufes werden wir entlang

der bayerisch-tschechischen Grenze mit Stille und Abgeschiedenheit belohnt, wie wir es bis hierher noch nicht erlebt haben. Klar wird uns, dass die mit Totholz durchsetzte Landschaft im Nationalpark Bayerischer Wald in Wahrheit lebendiger ist als die normalen Wirtschaftswälder.

Neben den touristischen Magneten wie Lusen, Rachel und Großer Arber entdecken wir Kleinode wie die Schachten, den Latschenfilz und Latschensee oder die Rauchröhren am Kaitersberg. Nach 11 Tagen, 250 Kilometern und etwa 8400 Höhenmetern erreichen wir Waldmünchen und wechseln auf den Europäischen Fernwanderweg E6 durch die Oberpfalz. Er führt durch Wälder in die wenig besiedelten Gebiete entlang der tschechischen Grenze. Die sehr seltenen Einkaufs-, Gastronomie- und Übernachtungsangebote fördern die Improvisationsfähigkeit. Dafür gibt es Stille, tolle Frühstücksplätze, eine Übernachtung im Böhmerwaldturm und die Begegnung mit dem Bürgermeister von Stadlern. Persönlich betroffen, erzählt er uns die Geschichte seiner böhmischen Großeltern, die uns Migrationsschicksale noch

Flucht aus der durchökonomisierten Gegend

etwas besser verstehen lässt. Nächstes Ziel ist der hübsche Ort Marktredwitz, den wir auf einsamen Wegen erreichen. Auftanken ist angesagt:

essen, trinken, schlafen, Wäsche waschen.

Durch das Fichtelgebirge und den Frankenwald führt uns der E6 bis Grabfeld. Die Wanderwege werden zum Ende hin immer verschotterter und sind daher mühsam zu gehen. Es geht wieder durch ausgeräumte landwirtschaftliche Nutzflächen, auf denen

Deutschlandtour

Mais als Viehfutter und zur Energiegewinnung produziert wird. Bei diesem Anblick erwägen wir, auf vegetarische oder vegane Ernährung umzustellen. Einige Glimmersteine sind dennoch vorhanden: das abwechslungsreiche Fichtelgebirge, das lange, stille Kremnitztal, die Altstadt von Seßlach und der etwas in die Jahre gekommene Bayern-turm, von dem man vor der Wiedervereinigung „in die DDR gucken“ konnte. Macht er heute noch Sinn? Nach weiteren 19 Tagen, 430 Kilometern und 9300 Höhenmetern haben wir die Rhön erreicht. Es ist bereits Oktober. Die Tage werden kürzer, die Nächte kühler. Auf jeden Fall soll es weitergehen, nur wie? Von den letzten Etappen des E6 sind wir enttäuscht, so dass wir uns ein anderes Wandermenü zusammenstellen. Die Wahl fällt auf die Ostvariante des Hochrhönners als Primo Piatto, der Werra-Burgen-Steig wird zum Secondo und als Dolce nehmen wir den Herkulesweg. Mal sehen, wie es uns schmeckt ...

In der Nähe des Schwarzen Moores am Dreiländereck von Hessen, Thüringen und Bayern erleben wir Natur und neuere deutsche Geschichte gleichzeitig. Der damals von DDR-Patrouillen zum „Grenzschutz“ genutzte Kolonnenweg dient jetzt als Leitweg durch das Grüne Band, ein langfristig angelegtes Naturschutzprojekt. Für uns ist es bedrückend, an alten Wachtürmen vorbeizulaufen und gleichzeitig faszinierend zu sehen, wie sich die Natur leise und langsam vieles zurückholt. Kaum sind wir vom gut markierten Hochrhönner zum thüringischen Teil des Werra-Burgen-Steigs gewechselt, benötigen wir unsere Orientierungsfähigkeiten und -hilfen. Der Weg wird wilder, manchmal setzt er aus oder es fehlt auf ein paar Kilometern jegliche Markierung. Irgendwie macht es Spaß, wenn nicht alles so perfekt ist. Immer wieder kommen wir, auch in Gesprächen, mit der BRD-DDR-Zeitgeschichte in Kontakt – es berührt uns und hinterlässt viele Fragen. Von einer Schutzhütte im

Hörseltal dürfen wir einen Sonnenaufgang über der Wartburg bewundern. Kurz vor Bad Sooden-Allendorf „machen wir rüber“ nach Hessen und nächstigen zünftig in der Klepschen Baude, einer ehemaligen Tanzdiele für Kurgäste.

Wie magnetisch zieht es uns dann bei herbstlich kühl-feuchtem Wetter durch den Kaufunger Wald nach Hause. Die letzten zwölf Wandertage, 260 Kilometer und 6800 Höhenmeter liegen hinter uns und eine ganze Zeit lang können wir es noch gar nicht begreifen, dass wir wirklich vier-einhalb Monate auf Wanderschaft durch Deutschland waren!



Klaus Gräbe (65) und Cornelia Weber (64) wandern überall gern. Ihre coronabedingte Deutschlandtour hat ihnen die Heimat näher gebracht als jeder Erdkunde- und Geschichtsunterricht.

KLEIN, ABER 2GO: UNSERE NATÜRLICHEN SNACKS.



Seeburger.
Macht Appetit auf Natur.

#AppetitAufNatur



So weit das Auge reicht:
Rundumblick vom Großen
Waldstein (877 m) im
nördlichen Fichtelgebirge.

**Weite Wälder, markante
Felsen und historische
Städte: Wie eine Schlange
windet sich einer der
längsten und schönsten
deutschen Fernwander-
wege durch Franken.**

Text und Fotos:
Christof Herrmann

Franken ist wie ein Zauberschrank; immer neue Schubfächer tun sich auf und zeigen bunte, glänzende Kleinodien, und das hat kein Ende. Wer Deutschlands geheimste, jungfräuliche Reize genießen will, muss nach Franken reisen“, schrieb der Lyriker und Dramatiker Karl Immermann 1837 in einem Brief aus dem fränkischen Muggendorf.

183 Jahre später mache ich mich auf, diesen Zauberschrank zu öffnen. Der Fränkische Gebirgsweg soll mich zu besagten Kleinodien bringen. Obwohl Start und Ziel der Fernwanderung nur 101 Kilometer Luftlinie auseinanderliegen, sind es zu Fuß 435 Kilometer – verteilt auf 21 Etappen – von Blankenstein an der thürin-



Glänzende Kleinodien

Fränkischer Gebirgsweg



gisch-oberfränkischen Grenze bis in die mittelfränkische Stadt Hersbruck.

Die Nacht vor dem Aufbruch schlafe ich kaum. Die Welt wird gerade von einer Pandemie heimgesucht, das Leben in Deutschland ist heruntergefahren. In meinem Gepäck steckt zwar ein Schreiben des Verlags, dass ich für einen Wanderführer recherchiere. Ich weiß aber nicht, was die Men-

schen am Wegesrand davon halten und ob ich für Geschäftsreisende geöffnete Unterkünfte finde.

Die ersten beiden Etappen führen über den südöstlichen Rand des Frankenwalds. Dessen höchste Erhebungen, darunter der 794 Meter hohe Döbraberg mit seiner markanten Radarstation, sind nur in der Ferne

zu sehen, es geht durch tiefer liegendes, grünes Hügelland. In den Orten Issigau, Selbitz und Schauenstein dominiert noch heute der Schiefer – auch „blaues Gold“ genannt – als Wand- und Dachbedeckung. Bereits im Frankenwald zeigt sich, dass ich mich umsonst gesorgt habe. Die Menschen sind interessiert und freuen sich, dass ich ihre Region in einem Buch vorstelle. Auch in den Unterkünften gibt es keine Probleme, und da ich oft der einzige Gast bin, werde ich besonders liebevoll bewirtet. Mal wird meine Wäsche unentgeltlich gewaschen, mal gibt es köstliche Pflanzenkost, mal bekomme ich wertvolle Tipps.

Über die Hochebene Münchberger Gneismasse gelangt man ins überwiegend aus Granit bestehende Fichtelgebirge. Es erstreckt sich in Form eines großen, nach Nordosten offenen Hufeisens zwischen Hof im Norden, Bayreuth im Westen und Waldsassen im Osten. ►

Zunächst steht das nördliche Fichtelgebirge auf dem Wanderprogramm, hier reiht sich ein landschaftlicher Höhepunkt an den nächsten. Der Fränkische Gebirgsweg passiert die Saalequelle und erreicht den 877 Meter hohen Großen Waldstein. Über eine Treppenanlage gelangt man zur so genannten Schüssel, einer Vertiefung auf seinen höchsten Felsen, mit einem unvergesslichen Rundblick. Am Fuß des Waldsteins steht der Bärenfang; in das spätmittelalterliche Steingebäude wurden Bären gelockt. Ein Mechanismus löste durch das Ziehen am Köder die Falltüren, die Tiere wurden dann bei Hetzjagden getötet oder auf Jahrmärkten zur Schau gestellt.

Nach weiteren aussichtsreichen Granitfelsen – allen voran Epprechtstein, Ruine Hirschstein und Großer Kornberg – geht es durch das idyllische Egertal bis nach Arzberg. Alexander von Humboldt war hier von 1792 bis 1796 als Oberbergmeister beschäftigt und gründete eine Berg(bau)schule. Die stillgelegte Zechen Kleiner Johannes und der historische Eisenhammer sind Zeugen des einst bedeutenden Wirtschaftszweigs. Nach der Entdeckung der Kaolinvorkommen Anfang des 19. Jahrhunderts brachte die Porzellanherstellung weiteren Aufschwung. Als in den 1990er Jahren die Konkurrenz aus Asien übermächtig wurde, verschwanden die Porzellanmanufakturen. Seitdem lassen Abwanderung und Geburtenschwund Arzberg so stark schrumpfen wie keine andere bayrische Stadt.

Am sechsten Tag verlässt der Fränkische Gebirgsweg überraschend Franken und führt auf angenehmen Pfaden durch den Nordosten der Oberpfalz. Diese Region wird Stiftland und Land der tausend Teiche genannt. Vier der beeindruckendsten Barockbauwerke Bayerns liegen direkt an der

Betzenstein im Naturpark Fränkische Schweiz, die kleinste Stadt Oberfrankens; entspanntes Schlendern auf der Etappe nach Arzberg; im Wald versteckte, kleine Felsen: typisch für den Frankenjura, das bekannteste und größte Sportklettergebiet Deutschlands.

Route: die Wallfahrtskirche Kappl, die Basilika und die Stiftsbibliothek in Waldsassen sowie die Wallfahrtskirche Maria Hilf in Fuchsmühl. Nach der barocken Pracht darf man sich wieder auf prächtige An- und Abstiege freuen. Waldreich geht es auf die Platte, die mit 946 Metern höchste Erhebung im Steinwald. Für die Aussicht ins Stiftland, ins Fichtelgebirge und das Egerland, an klaren Tagen auch bis zum Erzgebirge, zum Oberpfälzer Wald und zum Bayerischen Wald, gilt es noch die 150 Stufen des Oberpfälzerturms zu bewältigen. Der Name Steinwald leitet sich nicht direkt von den zahlreichen Felsformationen ab, sondern von der Burg Weißenstein. Deren

spektakulär auf einem Felsen stehende Ruine liegt ebenfalls an der Route.

Am neunten Tag wird der Fränkische Gebirgsweg seinem Namen wieder gerecht

und ist zurück in Franken. Drei weitere Etappen wandert man durchs Fichtelgebirge. Berge, Felsbastionen, Granitblöcke, Nadelwälder, Flüsse und Bäche prägen dessen südlichen Teil. Die Route führt auf die Kösseine, den Burgsteinfelsen, den Plattengipfel und auf die drei höchsten Berge Frankens: den 972 Meter hohen Nußhardt, den 1024 Meter hohen Ochsenkopf und den 1051 Meter hohen Schneeberg. Sie haben alle ihren eigenen Charme und belohnen die Mühen des Aufstiegs mit schönen Panoramen. Auch ein Besuch des Luisenburg-Felsenlabyrinths ist zu empfehlen. Es gilt als das größte Granitsteinmeer Europas. Schon Goethe fertigte Skizzen von den Felsen an und notierte fasziniert: „Die ungeheure Größe der, ohne Spur von Ordnung

Barocke Pracht und schöne Panoramen

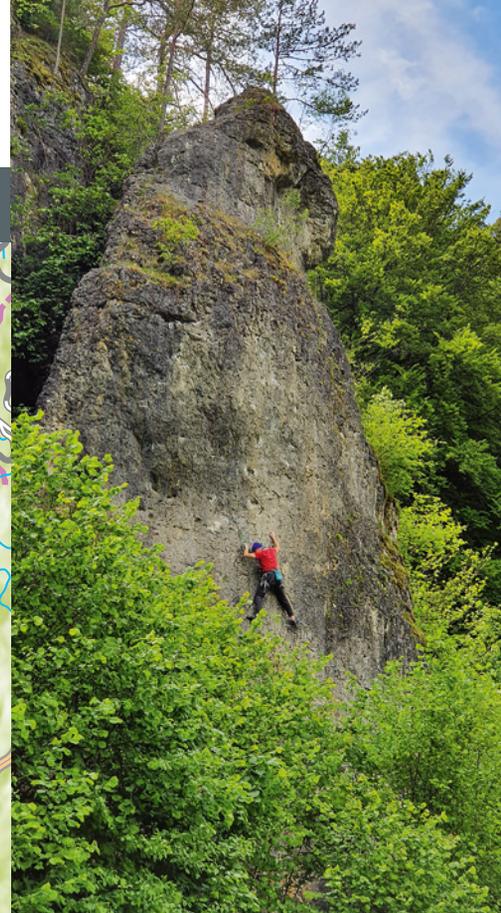


Fränkischer Gebirgsweg



INFO

mehr: alpenverein.de/panorama-4-2021



FRÄNKISCHER GEBIRGSWEG

Abwechslungsreiche, in beide Richtungen zuverlässig markierte Fernwanderung auf unschwierigen Wegen durch reizvolle Mittelgebirge, alte Kulturlandschaften und sehenswerte Städte.

Tourdaten: 435 Kilometer, 9500 Höhenmeter im Aufstieg und 9600 Höhenmeter im Abstieg. Bei 21 Etappen entspricht das täglich 21 Kilometern, 450 Höhenmetern im Aufstieg und 460 Höhenmetern im Abstieg. Aufgrund der zahlreichen Unterkünfte und der guten Anbindung an das Bus- und Bahnnetz ist eine individuelle Einteilung möglich. Auch mit dem Mountainbike oder als Trailrun ist die Strecke attraktiv – planbar mit etwa zwei Etappen pro Tag.

Details zu den Einzeletappen und eine Auswahl an passendem Kartenmaterial gibt es unter alpenverein.de/panorama-4-2021



Führer: Christof Herrmann: Fränkischer Gebirgsweg, Bergverlag Rother 2021, 14,90 Euro. Routenbeschreibung, Wanderkärtchen, das Höhenprofil sowie alles Wissenswerte zu Anforderungen, Verkehrsanbindung, Einkehr, Einkaufsmöglichkeiten, Unterkunft und Sehenswürdigkeiten für jede Etappe. Inklusive GPS-Tracks zum kostenlosen Download.

Weitere Informationen:

- › fraenkischer-gebirgsweg.de
- › einfachbewusst.de/fraenkischer-gebirgsweg



und Richtung, über einander gestürzten Granitmassen gibt einen Anblick, dessen Gleichen mir auf allen Wanderungen niemals wieder vorgekommen [...] Auf dem viel besuchten Ochsenkopf gibt es ein stilles, allenfalls plätscherndes Phänomen zu beobachten: An der Europäischen Hauptwasserscheide wird das Wasser zweier Quellen, die keinen Kilometer voneinander entfernt sind, oder auch zweier Regentropfen, die nur Zentimeter auseinander auf den Boden fallen, in Tausende Kilometer voneinander entfernte Meere fließen. Die Quelle der Fichtelnaab entwässert über die Flüsse Fichtelnaab, Waldnaab, Naab und Donau ins Schwarze Meer. Die Weißmainquelle entwässert über die Flüsse Weißer Main, Main und Rhein in die Nordsee und den Atlantik.

Das Obermainische Hügelland bildet den Übergang vom Fichtelgebirge in die Fränkische Schweiz. Ohne größere Steigungen geht es in die berühmte Festspielstadt Bayreuth. Sie ist mit rund 72.000 Einwohnern die größte Stadt am Fränkischen Gebirgsweg und hat so viel zu bieten, dass man hier problemlos einen Ruhetag verbringen kann, ohne viel Zeit zum Ruhen



Wälder, Wiesen, Felsen und Gewässer satt gibt es auf dem „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ – hier das Kaiserbachtal in der Fränkischen Schweiz und der Fichtelsee im Fichtelgebirge.



zu finden. Wer das Zentrum lieber links (oder besser gesagt rechts) liegen lässt, muss trotzdem nicht aufs Lustwandeln verzichten. Die barocke Parkanlage Eremitage liegt direkt an der Strecke. Der darauffolgende Tag ist vom Roten Main geprägt. Der Fluss hat seinen Namen vom moorigen Untergrund und dem mitgeführten Sediment, die ihn rötlich erscheinen lassen. Mit der mittelalterlich geprägten Stadt Creußen ist bereits der nordöstliche Rand der Fränkischen Schweiz erreicht.

Auf den nächsten sieben Etappen lernt man all das kennen, was diese Region so attraktiv und vielfältig macht: Kalk- und Dolomithfelsen, die am Rand malerischer Flusstäler in die Höhe ragen. Höhlen, von denen die Sophienhöhle zu den schönsten Tropfsteinhöhlen Deutschlands zählt. Große Buchenwälder und kleinteilige Acker- und Wiesenflächen. Sehenswerte Orte wie Hollfeld, Waischenfeld und Betzenstein. Burgen und Ruinen wie das Schloss Unteraufseß, die Burg Rabenstein und die Burgruine Hollenberg.

„[...] es ist eine Gegend, die zu tausend Schwärmereien einladet, etwas düster melancholisch und dabei doch so überaus freundlich; O, die Natur ist doch an Schönheit unerschöpflich“, schwärmte der Dichter Ludwig Tieck vor über 200 Jahren.

Zum Glück kann ich diese Schönheit mit Freunden teilen, die mich jeweils ein bis zwei Tage begleiten. Mittlerweile hat die Pandemie an Wucht verloren und Hotels und Biergärten dürfen wieder öffnen. In der Fränkischen Schweiz gibt es rund 70 meist kleine Brauereien – so viele wie nirgends sonst auf der Welt. Aufseß hat es sogar ins Guinness-Buch der Rekorde geschafft, auf die 1300-Seelen-Gemeinde kommen vier Brauereien. Sie liegen alle an der Route und laden zu einer Einker ein.

Attraktiv und vielfältig

Die letzte Etappe führt durch die vom Tourismus weitgehend unentdeckte Hersbrucker Schweiz. Zunächst geht es durch offenes Gelände zur Felsenburg in Hohenstein. Danach spaziert man über Streuobstwiesen und durch Laubwälder nach Hersbruck oder Herrschbrugg, wie die Cittàslow-Stadt auf Fränkisch heißt. Die Cittàslow-Initiative wurde von der Slow-Food-Bewegung inspiriert, Ziele sind eine Verbesserung der Lebensqualität, Nachhaltigkeit und das Fördern regionaler Traditionen. Man merkt Hersbruck diese Philosophie an. Die Stadt wirkt auf sympathische Art entschleunigt. Wenn das kein passendes Finale für den Fränkischen Gebirgsweg ist!

Christof Herrmann bringt sein Faible für eine minimalistische Lebensweise und die Natur auf Fernwanderungen unter einen Sonnenhut. einfachbewusst.de



Panorama promotion

Erlebnisregion Saarland

Von Natur und Menschen



FÜR ALLE BERGSPORT-BEGEISTERTEN
Auf den folgenden Seiten finden Sie attraktive Produkte, Reiseangebote und Kleinanzeigen unserer Kunden



Spitzbergen

Abgeschieden, mysteriös und extrem: Expeditionsreise zur Krone der Arktis.



Headpoint Shirts

Schnelltrocknend, leicht und geruchsneutral: Diese Shirts sind optimal auf jeder Tour.



Von Alm zu Alm

Ganz ohne Gepäck: Von Radstadt aus die schönsten Salzburger Almen entdecken.



Fotos: Markus Gloger

Wanderregion Saarland

Von Natur und Menschen

Zwischen den Bäumen am Keltischen Ringwall in Otzenhausen hängen die Reste des Frühnebels. Das ferne Klopfen eines Spechts schallt aus dem grünen Dickicht. Eine geführte Rangertour in den Nationalpark Hunsrück-Hochwald ist mehr als ein Waldspaziergang.

Die Rangertour führt abseits der Wanderwege zu den Wundern des Nationalparks. Peter Keller trägt den markanten Rangerhut, auf der Brust prangen Wappen und Abzeichen des Nationalparks, der Händedruck des ausgebildeten Försters ist kräftig. Nach Begrüßung und Abstimmung der Route heißt es Rucksackriemen festzurren und los geht's. Die ersten Meter führen über einen breiten Waldweg, aber schon bald schwenkt Peter Keller auf einen der schmalen Pfade, die eigens für die Rangertouren angelegt wurden. Die Idee des Nationalparks ist die Rückkehr zu einem unberührten Wald, einem Urwald, wie er vor den Eingriffen des Menschen jahrtausendlang das Land bedeckte. Bereits mehr als 20 Prozent der 10.000 Hektar Nationalpark sind nahezu unberührte Naturfläche, alle zehn Jahre sollen 25 Prozent hinzukommen.

Von Buchen und keltischen Steinen

Das feuchte Wetter im Frühjahr hat entlang des Pfades knallrote Fliegenpilze und goldgelbe Korallenpilze emporschließen lassen. Noch wechseln sich kleine Nadelbaumhaine, junge Birken und Buchen ab. „Der Baum, der eigentlich hierhergehört, ist die Buche“, weiß der Ranger. „Dahin wollen wir zurück: zu ursprünglichen Wäldern mit altem Buchenbestand. Das Rezept ist einfach und zugleich ei-

ne große Herausforderung für den Menschen: die Natur machen lassen.“

Dann, plötzlich und in gewaltigem Ausmaß, erhebt sich nach etwa zwei Stunden Wanderung der Keltische Ringwall zwischen den Stämmen des dichten Waldes. 230.000 Kubikmeter Steine haben die Kelten ab 500 vor Christus für den Bau bewegt. Trotz seiner enormen Größe hat sich die Natur das Bauwerk in Teilen zurückerobert. Heute kann man die beeindruckende Aussicht von der Spitze des Walls weit über den Nationalpark genießen. „Der Ort zieht noch heute viele Menschen magisch an“, erklärt Peter Keller. Der Ringwall ist das ganze Jahr frei zugänglich und gut erreichbar. Mit wunderbarem Blick auf den Stausee Nonnweiler führt der Weg talwärts zurück zum Startpunkt der Tour. Hier befindet sich der Nachbau eines keltischen Dorfes, bestehend aus zehn Wohn-, Handwerks- und Speicher-

gebäuden, die sich in Architektur und Bauweise an den historischen Vorbildern orientieren. Zum Abschied klopft der Specht, und die Natur macht, was sie hier auch in Zukunft machen darf – ihr Ding.

Wandertipp: Dollbergschleife

Die Dollbergschleife gehört zu den mehr als 70 Premiumwanderwegen und ist eine weitere lohnenswerte Tour im Saarland. Auf knapp 12 Kilometern und 265 Höhenmetern wandert man durch das Herz des Nationalparks Hunsrück-Hochwald und erklimmt fast nebenbei noch den Dollberg, mit 695 Metern über dem Meeresspiegel der höchste Berg des Saarlandes. Die großflächig zusammenhängenden und altholzreichen Buchenwälder rundherum gehören zu den schönsten Wäldern, die das kleine Bundesland zu bieten hat. Der Weg führt teilweise über den Fernwanderweg Saar-Hunsrück-Steig und vorbei an geschichtsträchtigen Stationen wie dem Züscher Hammer, dem größten Eisenhüttenwerk des Hunsrücks im 17. Jahrhundert, und dem Stausee Nonnweiler, dem größten Trinkwasserreservoir von Rheinland-Pfalz und dem Saarland. Einkehrtipp: Landhaus Spanier in Nonnweiler-Otzenhausen.

Info: wanderlust.saarland, urlaub.saarland



Auf dem Saar-Hunsrück-Steig (o.). Der keltische Ringwall (u.).

Roadbike Holidays

Auf ins Gravelbike-Abenteuer!

Gravelbiken ist der neue Trend! Denn es geht mit breiten Stollen über Schotter, durch alte Bahntunnel und einsame Forststraßen. Unterwegs finden sich Hotels und Ziele, die sich auf diese ganz spezielle Art des Radfahrens spezialisiert haben. Das klassische Rennradfahren ist natürlich weiterhin populär. Doch vielleicht möchte der eine oder die andere mal etwas Neues ausprobieren? Egal ob klassische Rennradfahrer oder Gravelbiker – auf Roadbike Holidays findet man ohne Umschweife den perfekt auf sich zugeschnittenen Radurlaub. Mit einem Klick landet man bei den passenden Hotels und Destinationen in Österreich, Deutschland, Slowenien und Italien, die genau auf diese Art des Reisens auf zwei Rädern spezialisiert sind und wissen, was man zum Biken braucht! Auf zum Radurlaub mit Roadbike Holidays!

Info: roadbike-holidays.com/gravel



Von Alm zu Alm ohne Gepäck

Von Radstadt aus auf die Salzburger Alpen

Der Salzburger Almenweg ist ein 350 Kilometer langer Weitwanderweg, der sich vom Tennengebirge an der deutsch-österreichischen Grenze über die Niederen Tauern bis hin zum Dachstein erstreckt. Zu den Höhepunkten dieser Route, die zu den schönsten Almen des Salzburger Landes führt, zählen unter anderem die Oberhütte am Oberhüttensee und der Aussichtsberg Rossbrand mit Blick auf mehr als 150 Alpengipfel. Von Radstadt aus kann man diese wunderschönen Etappen erleben und das ganz ohne schweren Rucksack: Man nächtigt dreimal in Radstadt und einmal auf der Oberhütte. Für die Hüttenübernachtung muss man aber nicht sein gesamtes Gepäck mitnehmen, sondern kann dieses ohne Aufpreis über die gesamte Aufenthaltszeit in seinem gebuchten Quartier lassen. Dieses Urlaubspaket inklusive Verpflegung gibt es schon ab 219 Euro bei Radstadt Tourismus.

Info: radstadt.com



Outdoor-Reiseziel für Wanderer

Grünes Slowenien

Slowenien zählt zu den grünsten Ländern der Erde und wurde dank seiner nachhaltigen Grundsätze auch zum ersten Grünen Reiseziel der Welt ernannt. Es verbindet die Alpen und die Adria, die Pannonische Tiefebene und den Karst. Dank seiner landschaftlichen Vielfalt ist es das perfekte Reiseziel für unzählige aktive Erlebnisse zu jeder Jahreszeit. Mehr als 10.000 Kilometer markierte und gepflegte Wanderwege erschließen die malerische Landschaft zwischen Seen, Flüssen, Wasserfällen und den Berggipfeln. Man kann das Tief- und Hügelland durchwandern oder sich ins Mittel- oder Hochgebirge wagen. Die Julischen Alpen sind die höchste Hochgebirgsgruppe Sloweniens, wobei der Triglav mit 2864 Metern als höchster Gipfel Sloweniens hervorsteht. Hier erheben sich die Berge bis zu 2500 Meter hoch.



Zahlreiche verzweigte Wanderwege führen durch Gletschertäler, zwischen Steilwänden oder über waldbedeckte Hochebenen zu den hohen Gipfeln hinauf. Wer sich nicht entscheiden kann, welchen Weg er wählen soll, begibt sich ganz einfach auf den Fernwanderweg Julische Alpen, wo man auf 300 Kilometern die Schätze des Natur- und Kulturerbes im gesamten Gebiet entdecken kann. Der größte Teil der Julischen Alpen gehört übrigens zum Nationalpark Triglav. Viele Touren sind auch für Familien mit Kindern geeignet.

Info: slovenia.info, slovenia-outdoor.com

Von Oslo über Tromsø nach Spitzbergen

Abgeschieden, mysteriös und extrem: Spitzbergen

Angebot
für Leser*innen von
DAV Panorama

**11 Tage ab
€ 4.899,-**

p. P. inkl. Flug
im Doppelzimmer
Reisezeitraum:
27.4.-7.5.2022

Spitzbergen ist die Krone der norwegischen Arktis. Aufgrund der Lage zwischen dem norwegischen Festland und dem Nordpol erwartet man hier eher eisige Temperaturen. Der Golfstrom bewirkt jedoch, dass auf Spitzbergen und den anderen Inseln des Svalbard-Archipels ein überraschend mildes Klima herrscht. Die Tier- und Pflanzenwelt ist vielfältig.

Robben, Tausende Seevögel, die den Sommer hier verbringen, Polarfüchse, Rentiere und das größte an Land lebende Raubtier, der Eisbär, leben hier.

Begleitete Gruppenreise ab/an Oslo mit erfahrener Hurtigruten-Reiseleitung: Die elftägige Expeditionsreise führt über die grüne Metropole Oslo und die arktische Hauptstadt Tromsø auf diese faszinierende Inselgruppe. Der erste Tag beginnt mit dem Flug nach Oslo und dem Transfer zum Hotel. Im Anschluss gibt es Zeit zur freien Verfügung, zum Beispiel für die moderne Kunstszene, die spannende Architektur und natürlich auch für kulinarische Genüsse.

Gleich am nächsten Morgen folgt eine dreistündige Sightseeingtour. Eine wunderbare Gelegenheit, mehr über die norwegische Geschichte und Kultur zu erfahren. Natürlich werden die Sehenswürdigkeiten der Stadt besichtigt, wie zum Beispiel die Plattform der Holmenkollen-Skisprungschanze mit einem

fantastischen Ausblick oder der Vigeland-Park mit über zweihundert Skulpturen aus Bronze und Granit von Gustav Vigeland.

Tromsø

Der dritte und vierte Reisetag gehört Tromsø. Die Stadt war Ausgangspunkt vieler berühmter Arktisexpeditionen, weshalb sie auch „Tor

zur Arktis“ genannt wird. Wahrzeichen der Stadt ist die Eismeerkathedrale. Zu den weiteren Höhepunkten zählen das Erlebniszentrum Polaria und die Fjellheisen-Seilbahn mit einem atemberaubenden Blick auf die Stadt. „Paris des Nordens“ ist der zweite Beinamen der Stadt, über deren Geschichte und Kultur es auf einem geführten Rundgang mehr zu erfahren gibt. Ganz wesentlich sind dabei natürlich die Polarexpeditionen, unter anderem von Roald Amundsen, dessen Statue in Tromsø steht. Die Tour endet am Polarmuseum, in dem man Fotos und Artefakte seiner Abenteuer sehen kann. Auch hier stehen wieder zwei halbe Tage zur freien Verfügung.

DAS BESONDERE:

- alle Flüge und Hotelübernachtungen inklusive
- Ausflug mit dem Hybridboot MS „Bard“ nach Barentsburg
- Ausflüge in Oslo und Tromsø
- **CO₂-Kompensation für alle Flüge über atmosfair**

Barentsburg

Am fünften Tag geht es morgens nach Longyearbyen auf Spitzbergen. Bei einer weiteren Sightseeingtour werden das Spitzbergen-Museum und der Galleri Svalbard besucht. Lernen Sie hier die Geschichte, Geologie, Flora, Fauna und das aktuelle Leben vor Ort kennen. Am nächsten Tag geht es umweltschonend zur russischen Siedlung Barentsburg. Hurtigruten



EINGESCHLOSSENE LEISTUNGEN

- > 2 Übernachtungen in Oslo inkl. Frühstück
- > 2 Übernachtungen in Tromsø inkl. Frühstück
- > 4 Übernachtungen in der Funken Lodge auf Spitzbergen inkl. Frühstück
- > 1 Übernachtung in Barentsburg inkl. Frühstück
- > 1 Übernachtung in Oslo bei der Rückreise
- > Alle erwähnten Transfers und Ausflüge
- > Deutschsprachige Reiseleitung ab/bis Oslo
- > Flüge in der Economy-Klasse ab Frankfurt nach Oslo, von Oslo nach Tromsø, von Tromsø nach Longyearbyen und von Longyearbyen über Oslo nach Frankfurt
- > CO₂-Kompensation aller Flüge über atmosfair

HINWEISE

Limitiertes Kontingent, buchbar bis 20.09.21 • Preise in Euro pro Person • Durchführungsgarantie ab 20 Personen • Alle geplanten Erkundungstouren sind abhängig von Wetter und Eisbedingungen • Änderungen vorbehalten

PREISE/REISETERMIN 24.4.-7.5.2022 *

- > Preis p. P. im Doppelzimmer: € 4.899,-
- > Preis p. P. im Einzelzimmer: € 5.899,-

* Durchführungsgarantie ab 20 Personen

Trust Arcticugol. Hier erlebt man russische Kultur in unberührter Natur.

Longyearbyen

Die moderne Stadt ist farbenfroh und bietet erstklassige touristische Infrastruktur. Von exzellenten Hotels und Restaurants bis hin zu einem abwechslungsreichen Angebot an Aktivitäten ist alles vorhanden, so dass Reisende das für sie passende Programm wählen können. Ausgestattet mit Helm und Lampen geht es in die dortige Mine. Man fühlt die Feuchtigkeit und Kälte und erahnt das Leben der Bergleute, die Gemeinschaft und die harte Arbeit, um die Steinkohle abzubauen. Der Weg führt weiter hinein in den Berg, in die Dunkelheit. Außer den Stirnlampen leuchtet nichts. Die Dunkelheit umgibt alles, aber in der Distanz erscheint Licht – am Ende des Tunnels. Voller Abenteuer ist der achte Tag!

Mit dem Hundeschlitten geht es zu einer fantastischen Eishöhle in einem Gletscher. Die Fahrt zieht sich durch geschwungene Täler zum Ziel. Während die Hunde pausieren, gibt es diese beeindruckende Welt aus Eis zu erkunden. Mittagessen gibt es in einem Iglu, gut geschützt vor der Witterung. Nach dem Essen fahren die Schlitten mit voller Kraft zurück. Ein toller Tag, gewiss einer der Höhepunkte dieser Entdeckungsreise!

Komfort und effektive Mobilität bietet eine E-Bike-Tour am darauffolgenden Tag. So sieht man viel und ist trotzdem nah an Flora und Fauna. Die Tour durch Longyearbyen gibt einen guten Überblick über die Stadt, bevor es nach Burmaveien geht. Dort haben viele der Einheimischen kleine Hütten. See- und Wasservögel suchen hier nach Nahrung. Weiter geht es Richtung Adventdalen, um nach weiteren Vögeln und anderen Tieren Ausschau zu halten. Aber auch die eigentliche Industrie – den Steinkohleabbau – bekommt man zu Gesicht. Zurück in Longyearbyen endet die Radtour. Eine komfortable und angenehme Art, die Arktis zu entdecken!

Von Spitzbergen zurück nach Oslo

Das Abenteuer geht zu Ende. Am zehnten Tag folgen Transfer vom Hotel zum Flughafen und der Flug nach Oslo. Übernachtung in Oslo nahe dem Flughafen. Am elften Tag geht es zurück nach Deutschland.

JETZT BUCHEN!

Bei Ihrem Experten-Team:

040/87 40 96 62

(Stichwort: „DAV“)

Mo.-Fr.: 8.30-20, Sa.: 9-18.30,
So.: 10-18.30 Uhr

hurtigruten.de/dav

Veranstalter dieser Reise ist die Hurtigruten AS, Langkaia 1, 0150 Oslo.

Svalbard und Brim Explorer haben 2020 das hybridbetriebene Schnellboot MS „Bard“ eingeweiht. MS „Bard“ ist während des Batteriebetriebs völlig emissionsfrei. Der leise elektrische Katamaran macht die arktische Stille Spitzbergens noch spürbarer und zu einem fantastischen Erlebnis. In Barentsburg leben 450 Menschen, die Siedlung ist damit die zweitgrößte auf den Inseln. Um den Tagebau in der Mine kümmert sich heute noch die russische Firma





URI

ORIGINELL, INDIVIDUELL

Diese formschöne wie außergewöhnliche LED-Leuchte mit Tragebügel stellt oder hängt man ganz einfach dorthin, wo gerade eine Lichtquelle gebraucht wird. Ob auf Küchentisch, Sideboard, Terrasse, im Baum über dem Gartentisch – diese faszinierende Leuchte sorgt für ästhetische Behaglichkeit an jedem Ort.

Ganz bequem mit dem beiliegenden, hochwertigen Textilbeutel am seitlichen USB-Port aufladen, und schon ist URI überall einsetzbar.

PREISEMPFEHLUNG: € 39,90, remember.de

Schoeffel

HYBRID JACKET FLOW TRAIL

Die leichte Bike-Jacke hält dank Pertex® Quantum Wind und auch leichten Regen ab. Durch die erhöhte Atmungsaktivität wird das Körperklima perfekt reguliert. Mit der eingesetzten Body-Mapping-Technologie ist die Jacke perfekt auf die speziellen Bedürfnisse beim Mountainbiken eingestellt, damit sich die Gedanken vollständig auf das Trail-Abenteuer konzentrieren können. Die Jacke ist abriebfest und strapazierfähig. Eine Verstärkung im Bereich der Schultern wird auch höheren Anforderungen gerecht, besonders beim Tragen des Rucksacks. Ebenso können Passagen mit dem Bike auf der Schulter gut gemeistert werden.

PREISEMPFEHLUNG: € 169,95, schoeffel.com



Deuter

FUTURA AIR TREK

Der geräumige Rucksack (45 + 10 Liter, 50 + 10 Liter, 55 + 10 Liter und 60 + 10 Liter) ersetzt den Futura Vario und ist der größte der Serie. Er ist idealer Begleiter für komfortorientierte Trekker, längere Touren oder Fernwanderungen. Er zeichnet sich besonders durch die gute Lastübertragung aus. Die beweglichen VariFlex-ECL-Hüftflossen und Active-Fit-Schulterträger schmiegen sich angenehm an und ermöglichen energiesparendes und bequemes Tragen auch bei viel Gepäck. Wie all die anderen Futura-Modelle sorgt auch der Futura Air Trek für eine gute Belüftung am Rücken.

PREISEMPFEHLUNG: ab € 240,-, deuter.com



Alto TR2

ERSTKLASSIGES RAUMANGEBOT

Das halb frei stehende Zweipersonenzelt Alto TR2 vereint ultraleichtes Backpacking mit erstklassigem Raumangebot und Komfort. Die einzigartige Tension-Ridge-Architektur setzt neue Maßstäbe: mehr nutzbarer Raum, eine hohe Decke und somit mehr Kopffreiheit, übergroße Eingänge zum leichteren Ein- und Aussteigen und zwei geräumige Apsiden zum Verstauen der Ausrüstung. Obwohl das Alto TR2 nur 1,3 Kilogramm wiegt, ist es vollgepackt mit durchdachten Features. Zum Beispiel dem FairShare-Storage-System, um das Gewicht des Zeltes unterwegs fair zu verteilen.

PREISEMPFEHLUNG: € 479,95, seatosummit.de



Nikwax

UV-SCHUTZ FÜR ZELTE

Tent & Gear SolarWash reinigt Zelte, Tarps, Rucksäcke und Fahrradtaschen aus Kunstfaser und erhöht die Resistenz des Materials gegen schädliche UV-Strahlen, wodurch deren Lebensdauer nahezu verdoppelt wird. Tent & Gear SolarProof sorgt für den Schutz gegen Nässe. Beides ist selbstverständlich PFC- und treibgasfrei! Auch gebrauchte Zelte und Co. können auf diese Weise wieder urlaubsfit gemacht werden. Die Entwicklung umweltfreundlicher Formeln, aber auch der Naturschutz stehen im Vordergrund. Nikwax ist das bislang einzige Outdoor-Unternehmen, das die gesamten operativen CO₂-Emissionen seit Firmengründung ausgeglichen hat.

PREISEMPFEHLUNG:

€ 12,- (Tent & Gear SolarWash, 500 ml), € 15,- (Tent & Gear SolarProof, 500 ml), nikwax.com





Mountain Equipment

HEADPOINT SHIRTS

Für alle Bergtouren: leichte, schnell trocknende und geruchsneutrale Shirts. Das Headpoint-Material fühlt sich auf der Haut äußerst angenehm an und garantiert dank TENCEL™ Zellulosefasern optimales Feuchtigkeitsmanagement.

Die umweltfreundliche, silber(ionen)freie HeiQ-Fresh-Technologie sorgt für effektive Geruchskontrolle auch auf mehrtägigen Touren. Das Shirt muss deutlich seltener gewaschen werden – da freut sich auch die Umwelt!

PREISEMPFEHLUNG: ab € 39,90, mountain-equipment.de

Bewegungsfreiheit in der Hütte und auf Reisen

NEUER HÜTTENSCHLAFSACK VON BERGSTOP

Der neue MicroStretch Liner ist ein kuscheliger und praktischer Hüttenschlafsack aus leichter Mikrofaser mit Armen und Kapuze. Ideal für Übernachtungen in Hütten und Herbergen, beim Camping und Caravaning. Und besonders vielseitig durch clevere Details: weicher elastischer Stoff, integrierte Kapuze, eingearbeitete Ärmel, zu öffnendes Fußende, hochgebunden bis zur Taille auch als wärmerende Jacke tragbar. Der MicroStretch Liner ist mit nur 200 Gramm der perfekte Reisebegleiter. Einfach zu waschen, schnell trocknend, in Dunkelblau und Dunkelrot sowie in zwei Größen erhältlich.

PREISEMPFEHLUNG: € 79,-, bergstop.com



Tatonka

MOUNTAIN PANTS RECCO

Die Mountain Pants Recco ist eine robuste Hose aus dickerem Gewebe für Bergsteigen, Hochtouren oder Weitwandern. Gefertigt wurde sie aus strapazierfähigem und nieselregenfestem Softshellmaterial, das leicht elastisch und sehr bequem ist. Sie bietet eine ausgezeichnete Bewegungsfreiheit bei alpinen Bergtouren. In den zwei Eingriffstaschen wie in den Oberschenkeltaschen finden wichtige Dinge Platz. Der Recco-Reflektor sorgt für rasche Ortung bei der Ganzjahres-Vermissten-suche. Für eine möglichst adäquate Passform ist die Mountain Pants in einer Damen- und in einer Herrenvariante erhältlich, zudem gibt es Lang- und Kurzgrößen.

PREISEMPFEHLUNG: € 150,-, tatonka.com



Leki

MICRO VARIO CARBON

Der mit vielen Details ausgestattete Micro Vario Carbon unterstützt bergauf wie bergab und hilft, Kraft zu sparen. Zum anatomisch geformten Aergon-Thermo-Long-Griff und dem super einfachen Speed-Lock-2-Verstellungssystem kommt das neu entwickelte ELD External Locking Device, das durch seine spezielle Konstruktion für noch mehr Stabilität und Sicherheit am Berg sorgt. Zudem lässt sich der Stock blitzschnell per Knopfdruck zusammenfallen und mit einem Packmaß von nur 40 Zentimetern in jedem Rucksack verstauen. Mit einem Gewicht von nur 240 Gramm ist er ein echter Allrounder.

PREISEMPFEHLUNG: € 169,95 (Paar), leki.com



XL – richtig groß

ABER ULTRALEICHT MIT KLEINEM PACKMAß

Kein anderes Outdoorhandtuch bringt es auf diese Maße und Gewichte. Bei einem Format von 66 x 140 Zentimetern wiegt es nur 104 Gramm. Das Packmaß ist 16,5 x 22 Zentimeter und extrem flach. Das ist einzigartig auf dem Markt. Die unschlagbaren Vorteile des Towels: superleicht, sehr schnelle und hohe Wasseraufnahme und in kürzester Zeit wieder trocken, angenehm auf der Haut und von hoher Lebensdauer. Unser Super-

Sommer-Angebot für DAV-Mitglieder: Beim Kauf von vier XL-Tüchern, Farbe nach Wahl, minus 30 Prozent – bitte Gutscheincode DAV13503 eingeben. Auf alle weiteren Produkte aus unserem Programm minus 20 Prozent – beim Kauf bitte Gutscheincode DAV135066 eingeben.

PREISEMPFEHLUNG: € 19,10 (66 x 140 cm) im praktischen Nylon-Mesh-Beutel, evonell.de



HÄNDLERVERZEICHNIS

PLZ 00000-09999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Leipzig:
Nikolaistraße 47-51
04109 Leipzig
Tel.: 0341 - 308 586 50

PLZ 30000-39999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Göttingen:
Rote Straße 31
37073 Göttingen
Tel.: 0551 - 401 740 11

Höxter:
Weserstraße 12
37671 Höxter
Tel.: 05271 - 353 46

PLZ 50000-59999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Hamm:
Ritterstraße 2
59065 Hamm
Tel.: 02381 - 927 259

Bonn:
Wenzelgasse 17
53111 Bonn
Tel.: 0228 - 981 467 47

PLZ 20000-29999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Flensburg:
Grosse Straße 69
24937 Flensburg
Tel.: 0461-295 16

Kiel:
Andreas-Gayk-Str. 23
24103 Kiel
Tel.: 0431-990 409 55

Celle:
Rabengasse 8
29221 Celle
Tel.: 05141-909 799

PLZ 40000-49999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

An der Hansalinie 17
48163 Münster
Tel. 71 93 66

Aegidiimarkt 4+7
48143 Münster
Tel. 45 777

-große Zeltausstellung - Bergsportspezialist -
www.terraccamp.de

Münster
Rosenstr. 10-13 | 48143 Münster
Telefon: 0251 - 488 208 34

Duisburg
Kasinostr. 13-15 | 47051 Duisburg
Telefon: 0203 - 285 280

Wesel
Hohe Str. 18 | 46483 Wesel
Telefon: 0281 - 164 350 80

Essen
Hindenburgstr. 57 | 45127 Essen
Telefon: 0201 - 232 627

PLZ 60000-69999

Ihr Spezialist für Berg- und Wanderschuh

**schuh
keller**
Perfektion. Tradition. Qualität.

Wredestraße 10
Ludwigshafen am Rhein
Tel. 0800 / 5112233
bergschuh-keller.de

PLZ 90000-99999



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Oldenburg:
Gaststraße 6
26122 Oldenburg
Tel.: 0441 - 99 87 666

Wilhelmshaven:
Parkstraße 2
26382 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 - 99 42 87

Bremen:
Domshof 14-15
28195 Bremen
Tel.: 0421 - 33 65 523

Mein **Ausrüster** Der Bergsportexperte

Ausrüster GmbH | Ludwigstraße 7 | 93086 Wörth a. d. Donau
www.mein-aeruester.de Tel. 09482/3738

**Ihre Kleinanzeige in
DAV Panorama**

Einfach und schnell selber buchen unter
kleinanzeigen.guj.de



**Outdoor
Trekking
Bergsport
Freizeit**

Erfurt:
Schlosserstraße 28
99084 Erfurt
Tel.: 0361 - 601 77 80

HOTELS | UNTERKÜNFTE

Wandern ohne Auto!
NaturGenuss im Passeiertal, Südtirol



Bergerlebnis auf 1300 m, prämierte Naturküche, 19 Naturholzzimmer & Studios, Wellnessoase mit Panorama-Bergblick und Outdoor-Whirlpool.

Genießer- und Wanderhotel Jägerhof,
Tel. +39 0473 656250, www.jagerhof.net

ÖTZTALER BERGSOMMER



ab € 65,00 p.P.
inkl. HP

**HOTEL
TAUFERBERG**

A-6441 Niederthal 12a +435255/5509
WWW.TAUFRBERG.COM

Pension Hahnenkamm



Urlaub in Schenna im Herzen von Südtirol. Der perfekte Ausgangspunkt für unzählige Wanderungen. **Halbpension**, Hallenbad und Sauna. Direkt neben der Taser Talstation.

Pichlerstraße 33 - I-39017 Schenna
Telefon & Fax +39 0473 94 58 72
www.pension-hahnenkamm.com

alpenchalets.net

Österreich, Frankreich, CH, I
Skihütten und Chalets online buchen
beim Spezialisten, für 4-24 Personen.
Tel. +49 721-4672475
alpenchalets.net

**www.
berghuetten.com**

Sommer & Genuss LATEMAR - DOLOMITEN - SÜDTIROL
I-39050 Eggen/Obereggen, Tel. 0039 0471 615 740

Engagierte Gastfreundlichkeit & Liebe zur Natur, große komfortable Zimmer mit Balkon, Sauna & Schwimmbad, Garage. DZ mit HP inkl. Frühstück und Abendessen pro Person und Tag ab € 62,-. **WOCHENPAKET:** ab € 432,- pro Pers./Woche **NEU! LATEMAR'S CHALET** (2-5 Pers.), 80 m² ab HP € 125,- pro Person und Tag. Besuchen uns und überzeugen Sie sich. Ihre Familie Pichler (Pichler A. & Co. KG)

Moar Latemar

Schauen Sie rein...
hotel-latemar.it
oder
rufen Sie uns an
+39 0471 615740

Pension Maria**** Antermoia in den Dolomiten; ruhig & romantisch im Naturpark Puez Geisler, für Naturliebhaber und Wanderer ein Paradies, wunderschöne Ausblicke in die unberührte Natur der Dolomitenwelt! **Winter:** Skifahren & Schneeschuhwandern. **Sommer:** Wandern, MTB & Motorrad. HP ab € 55,- Fam. Erlacher.
Tel. +39 0474 520 115 - E-Mail: info@pension-maria.it

**PENSION
MARIA**

www.pension-maria.it

REISEVERANSTALTER

BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

ERLEBE DEIN ABENTEUER MIT UNS!

WWW.BERGSCHULE.AT

Jubin Zuckerlösung
Die schnelle Energie aus der Tube

Jubin
Zuckerlösung für schnelle Energie
40g

Jubin Pharma Vertrieb
Rombacher Hütte 10 - 44795 Bochum
www.jubin-pharma.de

FAMILIENURLAUB
Sommer wie Winter
elan-sportreisen.de evi sportreisen

ÖTZTAL Vent
Venter Tage
IM HERZEN DER ÖTZTALER ALPEN

www.vent.at @ventertage

Oberstdorf-Meran Bozen-Trient Trient-Verona
ZU FUSS ÜBER DIE ALPEN
Bergschule Oberallgäu
www.alpinschule.de ☎ 083 21/49 53

Wandern mit den Profis!
150 Touren in den Alpen

Wandern Klettersteig Hochtour Schneeschuh Skitour

alpinschule-oberstdorf.de

biketeam
Radreisen Radreisen
Radreisen weltweit
MTB, Trekking, Rennrad, E-Bike

biketeam-radreisen.de

KORSIKA - GR20
0351 42 450 892 | www.rawakas.de

Antihydral®
Gegen starke Schweißabsonderung zur Anwendung auf der Haut

KORODIN
Herz-Kreislauf-Tropfen

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama
Einfach selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de

KLEINANZEIGEN

VERMIETUNGEN

Tirol, uriges Selbstversorgerhaus im Kaunertal (max. 23 P.), ideal zum Skifahren, Wandern www.sunna-huette.de

TOSKANA-MEERBLICK Naturstein-Ferienhaus mit privatem Pool. Olivenbäumen, Zypressen, freie Strände. www.toskana-urlaub.com / 08662/9913

Bergurlaub in der Stille www.gruiba.com

Suche Berghütte zu kaufen oder Ganzjahresmiete: 0171-7742033

Ferienhaus, Alm, Alpe im Allgäu/Montafon **ganzzählig zu mieten gesucht**. Angebote an: as.berg@web.de

Vermietung gerne an Familien für WE und Ferien: Ostallgäu, Auerberg, 1 Zi, Bad, gemeinschaftl. Küche, großer Garten. 300,-/Monat. 01634369646

IMMOBILIEN

Traublick Nähe L.Maggiore, gemütliches Haus, möbl., €80.000 VB, u.wilk@gmx.de

VERSCHIEDENES

* **Gipfelshirts.de** * das Geschenk zur Tour von * **bergmaenne.de** * bio & fair Qualität

Auszeit im Herzen von Korsika: Auf unserem Hof bei Corte beherbergen wir Wanderer und Menschen, die einen Ort der Ruhe suchen. www.pietragiolu.ch

Wer hat von 5-6.09. 2020 auf dem **Höhnerhaus** übernachtet? Bitte melden bei 0171/1742107

BEKANNTSCHAFTEN

Bergsteiger, 57, sucht Bergfreunde zwecks WG am Alpenrand! kampfgeist4@gmx.de

PLZ: 832, Sie, 48 J. freut sich auf Kontakte im gleichem Alter, zum RR oder MTB fahren, Bergwandern. cycling@abwesend.de

Rm 7: Welcher vitale, lebenslustige 70er möchte mit mir: w/ 74/ 172, studiert, attraktiv, sportlich, seine Freizeit verbringen? Ich wandere, reise gern, mag aber auch Kultur und Menschen. BmB: futur10@gmx.de

Zwei Bergfreundinnen aus M, 55J., zweibeinig und 8J., vierbeinig, suchen Gleichgesinnte zum Genußbergsteigen am We. Freuen uns auf Mitwanderer unter: kailiowa@googlemail.com

Wer möchte mit mir Wandern, Städte entdecken und die Welt erobern? Ich suche dich, zu zweit macht alles mehr Spaß! Ich (58/160; NR) Wandern, Radfahren, Skifahren u. Golf gehören zu meinen Aktivitäten. Trau dich und melde dich kerstin-nz@web.de

Sportlich aktive Familie mit dreijährigem Sohn aus Oberhaching/München sucht gleichgesinnte Familie mit Kind(ern) ähnlichen Alters für gemeinsame Outdoor-Aktivitäten - Radeln, Wandern, Klettern. Gerne melden: steffi778@yahoo.de

„Bergmann“ der gemäßigten Art sucht ebensolche „Bergleute“ +/- 50 für entspanntes Klettern III-IV. Hochtouren (Ortler, Großvenediger) Montblanc im August. Das wär der Hit: Also mach mit. **Rm8:** diemi60@web.de

Mal sportlich, mal gemütlich. Ich, w, 170/63, schlank, mit Herz, Hirn und Hund, freue mich über einen Partner für gemeinsame Unternehmungen. Gerne mit Bild an chiemgaulichter@web.de

Rm 86: Lebensfrohes Ehepaar 57/62 freut sich auf gleichgesinntes Paar zum Bergwandern, Freizeit, Reisen: a_c-berg@mnet-online.de

REISEPARTNER/IN

Rm 35: Suche mittelfitte/n Wander- und Reisefreund/in für überall in Europa. Bin w/67 und kulturell interessiert. Liebe Berge/ Küste. ummaba@web.de

Suche erfahrenen Tourenpartner*in für **Aconcagua 2022:** 0162/921 6626

Suche Wanderpartner*in f. **Kapverdische Inseln**, Herbst 2021: 0162/9216626

Platonische Reisebegleiter/IN zb diesen Sommer **Norwegen** und/oder zweite Oktoberhälfte 2021 **Kilimandscharo** von Ihm 59/78/179. BmB: home04278@aol.com

SIE SUCHT IHN

RM Mü/SB Bay Sympathisch, naturverbunden, sportlich, gebildet und humorvoll – das sind wir beide! Kein Luxushotel, kein Camping, gerne alles dazwischen, nah und fern – das mögen wir beide! Gemeinsamzeit, Eigenständigkeit und persönlicher Freiraum ergänzen sich in einer Beziehung – deshalb sollten wir uns finden! Zu mir – Ende 40/173. Zu Dir? Gerne zwischen 45-55/180+ und BmB. montecampo@gmx.de

87 Wo sind eigentlich die Hobby-Alkoholiker die man außerhalb von Corona im Nachtleben und auf Hütten so gesehen hat? Weibl. 54J, 1,75 m. zaubermaus123@freenet.de BmB

Gipfelglück zu ZWEIT! Sie wünschen sich eine **Zukunft** mit einer **verlässlichen, sportlichen Partnerin**? Sie suchen eine **attraktive, kluge Frau** an Ihrer Seite für **alle Lebenslagen**? Ein unverbindliches, kostenloses Gespräch mit PV Christine Stegmann kann ihr Leben positiv verändern. MUC 089/3263867 oder 0176/20371708 info@cs-partnervermittlung.com

Zwei Mädels (spontan, abenteuerlustig, wetterfest, 32/28) suchen charmante, bergbegeisterte Jungs. Knallharter Bewerbungsprozess, deshalb kreative Bewerbung mit aussagekräftigen Bildern an berge7@gmx.net!

Stadtkind (Dtl) sucht Landei (D,A,CH,F) Lust auf Veränderung? Berg.glueck@gmx.net (54/167)

RM71: Sportliche, ruhige Sie (48/1,68/NR) sucht Ihn NR für gemeinsame Freizeit. BMB.123ttt789@web.de

Rm 8: Sie (55/180) sportlich, unternehmenlustig, outdoorbegeistert sucht Dich, um gemeinsam durchzustarten. draussensein1501@web.de

Rm 8: Unkonventionelle und unternehmungslustige Sie (65) sucht Pendant. barelisa@gmx.de

Rm9, atrak., lebensfr., romant., gebildete, junggebl. (56), NR, unkompl., sportl., liebe SIE vielseitig. interess., MTB, RR, Ski + ST, LL, Wandern, uvm.. liebt Berge + Meer, Natur, Kultur, Genuss u.t raumhaft. Sonnenunterg. Suche genau DICH (NR) für gemeinsame Entdeckungstouren u.v.m.. bis 60J. Freue mich [BMB: sonnebergemeer25@t-online.de](mailto:sonnebergemeer25@t-online.de)

Rm 86: W, 57 J, schlank und sportlich, sucht passendes Gegenstück zum Wandern (Sommer und Winter), Radfahren, LL, Schneeschuhtouren (keine Skitouren), gemeinsam die Stimmungen der Natur genießen. Habe auch Sinn für Kunst und Kultur und romantische Abende bei einem Gläschen Wein. Ich freue mich auf Deine Zuschrift: BmB.utedraussen@web.de

Aufsteigen um 4, der Stille lauschen und's Leben genießen. w/42 mit & ohne Allrad (Hund) am Berg/Trail. Bergmadla@gmx.de

Allgäu: Jugendliche, warmherzige Sie (62, 167), gutaussehend, naturverbunden und kulturell vielseitig interessiert sucht niveauvollen Partner mit christlichen Grundwerten. BmB an alpenrosenbluete@gmx.de

Rm 86: Freundliche, naturverbundene und vielseitige Sie (53/ 174/ NR) sucht Partner für Berg- und Skitouren, Reisen, Motorradfahren etc. Trau Dich: schaaf531@web.de

Rm OAL/OA/WM/GAP: Spontane, sportliche Akademikerin NR mit weibl. Rundungen und 2 kl. Kindern sucht unkomplizierten Partner 42-50/NR zum wandern, radeln, schwimmen, relaxen. Bei Sympathie gerne auch Beziehung. BmB my_mail@my.mail.de

Rm 72: Lust auf Leben in seiner unfassbaren Vielfalt im Aussen und Innen? gefaehrtin32@posteo.de

RM6: mit mir (63-170-62) kannst Du an Wochenenden 4 bis 7 Stunden täglich wandern, im Urlaub auch ein paar Tage am Stück, bevorzugt Mittelgebirge. Sonst: ohne Auto, Rauch und Rausch, mit Büchereiausweis, Theaterkarte und Zeitungsabo. Noch im Job, privat etwas Deiner Lieblingstour. Wenn es passt, komme ich zum Bahnsteig bis etwa 50 km rund um FFM und wir laufen los. Ganzjahreswanderin@web.de

Rm DLG/A/DON - Landmadl sucht Naturbursche. Wandern, Biken, Reisen, Handwerken, Garten, Landleben - Freu mi auf deine Zeila - isis20@gmx.de

Rm94: Natürliche Sie (45, NR,160) die beim Klettern und im Leben sowohl fest auf dem Boden steht, als auch hoch hinaus will, sucht passenden Partner (40-50, NR) für gegenseitige Sicherung und Gipfelerlebnisse, bmb.an.kletterni@gmail.com!

Rm 80-87: Abenteuerlustige Sie (46/162) entspannt sportlich, gerne draußen & in der Welt unterwegs, körperlich & geistig aktiv, vielseitig, unabhängig, sucht neugierigen, warmherzigen, sportlichen Partner bis 55J., gerne mit Kindern, vllt. machst Du auch Musik o. Yoga, für gemeinsames Genießen & Erleben im Winter&Sommer. BmB. viertelmond@gmx.net

Rm 86 oder überall: Draußen zuhause. Attraktive, junggebliebene 59/164/57 sucht DICH, NR sportlich, reisefreundig mit Herz/Hirn/Humor für Berg/Rad/Ski/Kultur/Wellness/Kulinarik. BmB: CamperinsuchtCamper@web.de

FRANKEN: Du bist 41-49 J., NR, besitzt Empathie, Charisma, Sinn für Ästhetik u. natürl. Schönheit, bist gebildet, hilfsbereit u. suchst die passende Frau? (BmB) panorama21@gmx.de

Rm 71: Auch alleine gefrühstückt? Wieder ein Urlaub alleine geplant? Attraktive und sportliche Sie (50/170) sucht passenden Partner. bergfeeaktiv@gmail.com

Ihre Kleinanzeige in DAV Panorama

Einfach und schnell buchen unter kleinanzeigen.guj.de

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen. Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de.

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie Ihre Kleinanzeigen-Hotline unter der Telefonnummer: (040) 286686-4222 an.



KLEINANZEIGEN

MUC/AIB/RO: Du bist gerne in den Bergen, humorvoll, sportlich/schlank und genießt Dein Leben. Passend dazu freut sich auf Dich ein attraktives Outdoormädl, 61, charmant und ziemlich jung. Feedback bitte mit Bild: outdoormaedi@web.de

Rm 38: Attraktive und sinnliche Frau (54/167/58/NR) sucht Gefährten für Berge und mehr. BmB an april1205@posteo.de

Servus Waidla! Ich(40), schlank, schwarzer Humor u goldenes Herz, suche dich zum Wandern, Lachen, Ruhegenießen, Abenteuererleben u Anlehnen. Gerne attraktiv mit Herz, Hirn u handwerklichem Geschick. rengschuaga-woidmadl@gmx.de

Rm 87/88: Geteilte Freude ist doppelte Freude! Ich (62/163/55) bin eine naturverbundene, bergliebende, kulturell interessierte Allgäuerin und suche das authentische Gegenüber mit Herz, das mitlacht, mitfühlt, mitwandert etc und schöne Erlebnisse teilen mag. Ich freue mich auf Deine Nachricht (BmB) unter allgaeuer.berge@gmail.com

Rm OL-HB: Liebling, lass uns wandern! Bist Du naturverbunden und abenteuerlustig? Dann melde Dich bei mir! Ich (w/ 58) freu mich auf Dich! kya24@gmx.net

Wander- und bergbegeisterte **Norddeutsche** (63/ 172), sportlich und schlank, sucht Wegbegleiter in **Rm 3** und für Berg- und Hüttentouren. Freue mich! nordundsued@freenet.de

Rm 09: Junggebliebene, attraktive, sportl., outdoortaugliche Sie (56/160/NR/HSA) hat Mut für einen Neuanfang. Vielleicht mir Dir? gern m.B. an: daslebenistschoen2020@gmail.com

Rm 4,5: attraktive, outdoorbegeisterte (MTB, RR, Wandern, Klettersteige...) und kulturinteressierte Sie, 56/168, mit Herz und Verstand, sucht sympathischen Ihn, um das Leben gemeinsam zu genießen: lobuche02@gmail.com

Raum 9: Noch einmal neu beginnen, eine Beziehung in Liebe, Respekt und Ehrlichkeit, gemeinsamer Genuss mit Natur, Sport, Kultur und guten Gesprächen wünscht sich Frau, 59,164/58, klug und humorvoll, mit Mann der ausser Intellekt auch Emotionen kann. naturkultur123gmail.com

RM87/88: sportliche, humorvolle Sie (33/172), mit Liebe zu den Bergen und der Natur, sucht sportl., lustigen Kerl, mit Herz und Hirn, der weiß, was er will, für gemeinsame Touren und mehr. mscarolina@web.de

DU bist ein attraktiver, junggebliebener Bergliebhaber mit Herz und Niveau. Magst Aktivität, Entspannung, Kulinarik, Sport, Sinnlichkeit und wünschst Dir die passende Partnerin, um das Leben gemeinsam zu genießen. Ich bin eine unternehmungsfreudige, empathische, hübsche Münchnerin (50 Jahre, 171/58) und freue mich auf Dich: gemeinsamesgeniessen@gmx.de

Rn 40/88/83: natürliche, sportliche W, 60+ / NR, möchte mit sportlichem Mann +/- 60, Wandern/ RR, MTB und wenn's passt, evtl. mehr. BmB: abindieberge@web.de

Rm 38: Attraktive, junggebliebene 63/ 164/ NR mit Hund. Berge und Meer-Fan, sucht Dich zum Verlieben, Kultur und vieles mehr. BmB: lehn_dorf@gmx.de

Rm 87: Momente-Teilerin26@gmx.de sucht Liebingsmensch für Berg und Rad (nicht extrem) und Tal. Werte leben, die Umwelt im Blick + Freude asvm. NR, gMB, vll bald mit Dir :-)

Rm88:70/170,schl.,natürl.,unkonvent. empath.,NR,Berge,KS,Camp.,mit DIR? fröhlich, Alter -/+ ? ti_cerco@gmx.net

Das Glück, mich zu finden... ist so nah: Sportlich schlanke Frau (168/61J.) mit lachenden blauen Augen, versteckt im **Raum 53 (K/BN)**, wartet auf Dich! Durch Feld, Wald und Wiesen, über Berge und durch Täler, am Meer entlang - alles geht mit Freunden und allein mit mir, aber viel mehr Spaß macht es mit Dir: Du bist wie ich humorvoll, lebendig, vielseitig interessiert und wir wünschen uns beide Nähe und Geborgenheit. Schreib mir unter sommerlachen4U@web.de, gerne mit Foto

Ich 32/168/blond/sportlich&humorvoll suche Partner für gemeinsame Abenteuer egal ob auf dem MTB, Rennrad, Klettern, Trailrunning - oder bei Aperol in Meran :-) mit Bild an Theresa.maria.auf.den.Bergen@web.de

Reiselustige Sie (53/172) sucht Ihn aus dem Chiemgau/Salzammergut zum dort Leben, Lachen und Lieben. E-Mail:sonne@sonnenblume11.de

Frau (59, 178) sucht Mann in **HH** zum Wandern, Küssen und Verlieben. Ich freue mich auf dich: Liebe-leben@mein.gmx

Rm 88: Segeln, Ski- oder Fahrradfahren. See und Berge genießen. Kultur, Reisen, kochen, lachen oder philosophieren - das alles würde ich (56, schlank, sportlich, kreativ, lebenslustig) gerne zu zweit erleben. Freue mich auf Dich. BmB: a.berg-fan@web.de

Rm 91: 56/160/61kg. Welcher naturverbundene, abenteuerlustige, sinnliche Kerl trägt mich auf Händen durch die Berge? Bin sportlich, humorvoll und augenschmeichelnd!! BmB: claudi6519@gmx.de

Rm 82 + Rm53: Natur- und Lebenslust, gemeinsam entdecken mit authentischer, schlanker Ü60erin?! lebenmityoga@gmx.de

PLZ 791: unternehmenslustige, naturverbundene Sie (34/154/schlank) sucht passenden Partner zum Wandern, Reisen und gemeinsam glücklich werden. BmB an gemeinsam2021@gmx.net

Abenteuer suchende, liebenswerte Frau vom **Bodensee**, 56, sucht Gleichgesinnten zum Wandern, Reisen, Langlauf, Kultur, Rad, Van,... Wenn Du mit zugewandter und charmanter Frau mit Herz Europa unsicher machen willst BmB an: calendula@gmx.de

Du bist warmherzig, stehst mit beiden Beinen im Leben und im Job, bist mit Dir in Balance und hast bereits kl. Kinder oder möchtest noch Familie gründen? Ich, 42, Akademikerin, bin offen, empathisch, mit pos. Lebenseinstellung. Ich bin gern draußen aktiv, wandern, radeln, schwimmen. Ich mag die Verbundenheit in der Natur und Meditation. Vielleicht ja bald zu zweit? Basecamp **Rm F/WÜ-Odenwald/Spessart**. Freue mich auf Deine Zeilen m. Bild: girlinthnature@gmx.de

Rm 68/69: Sportliche Sie 58/166/NR mag Berge und Meer. Suche ehrlichen Partner zum Wandern, Skifahren/ Skitouren/ MTB: moewe2021@t-online.de

Rm 66: Ich (52J, 168cm/ Akad.) bin lebensfroh, aktiv, musikalisch und suche Dich (bis 55J.) für Reisen, Urlaub in den Bergen und eine liebevolle Partnerschaft. Gerne mit Bild: tina_huebschen@online.de

Rm 72/ ZAK/ SIG: Feierabendrunden auf der Alb oder im Donautal - Genussstouren im Allgäu. Entspannen am See oder in einer Wellnessoase. Das Leben ist schön! Lass uns zusammen genießen: genuss1973@gmx.net

Rm5: Jetzt Los! Für gemeinsame, neue Wege sucht sportl., naturverb. Sie (52/162/55, Akad.) mit Herz, Hirn, Humor, vielseitig interessiert, ein passend. Pedant (bis 58) ! Freue mich auf Dich: jetztlos2021@web.de

Rm86: Schlanke, herzl. Naturliebhaberin (Akad./Anf. 40/168) o. Anhang sucht verlässl. u. humorv. Mann fürs Leben (bis 45 J/NR) mit Sinn für Kultur/Reisen u. einer Portion Familiensinn. BmB: seerose213@gmx.de

Rm 88: Sportliche und vielseitig Interessierte (36/NR/168) bietet Bike-, Wander-, und Skischuhe und selbstgebackenen Käsekuchen. Du: (33-43), ausgeglichen und unkompliziert hast Lust auf Natur und Leben? BmB: MS-bergverliebt@mail.de

Rm Franken: Fröhliche Sie (58/169) sucht Partner mit Herz und Verstand für Abenteuer am Berg und im Tal. mB: malediven14@gmx.de

OAL 87, 52 J., 160, 60, Bergsteigen o. Klettern, Skitour o. HT, Zelt o. Hütte, MTB Pedale o. Paddeln, Natur + Kultur. Daheim im Garten, Nähe Zweisamkeit Freunde, gemeinsam erleben + genießen! Ich such Dich als empath. Pendant. BmB an: alpenbande@gmail.com

Rm 6/7: Sportliche 69/170 mit MTB, LL, Inliner, Ski usw. Kultur, Reisen mit Dir? MTB2@gmx.de

München: Ich 54/180/NR freue mich auf den Mann an meiner Seite, der mit Lebensfreude, feinsinnigem Humor und Mut durchs Leben geht. Der innerlich und äußerlich beweglich und jung geblieben ist, Kultur und Abenteuer mag. Auf bald. bergseezeit@gmx.de

Rm Allgäu: Du (zw. 55 und 65) bist sportlich, naturverbunden, viels. interessiert und immer offen für Neues? Dann haben wir eine Schnittmenge. Lass uns etwas gemeinsam unternehmen. Zu zweit ist die Welt bunter. Alpenblick89@web.de

Rm 93/94: 50/160/60 sportliche Sie sucht dich für gemeinsame Bergtouren und einfache Klettersteige. Mutig und interessiert? Dann ab in die Post: bergsommer21@gmx.de

SIE SUCHT SIE

PLZ 8: Suche Dich +/- 50 J. mit Herz, Humor & Charakter für Bergwandern & mehr. bergeundmehr@web.de

ER SUCHT SIE

RM M 61/182/83, selbständig, akad., lebendig in NGO engagiert, gesch, Kinder 26, 23 und 19 J. liebe Bergwanderungen, Klettersteig, Kanu, Theater, Oper, Skat, Familie, Zweisamkeit und schöne Nächte. Suche entsprechend lebendige und leidenschaftliche Sie ab 45. Möglichst auch mit Kindern. Melde Dich unter: eswirdzeitfuerdich@outlook.de

Rm 82: 64/170/NR/NT. Sportlich, Schlank, Segeln, Wandern: 08176/69991026

KLEINANZEIGEN

Rm88 Humorvoller, sportlicher ER (37, 179) freut sich auf sympathische, natürliche Sie (gerne mit Familiensinn) für Berg und Tal, nah (dahoam) und Natur und action oder einfach Entspannung am See. Mehr gerne unter bergmail83@gmx.de

Rm65 Sehr sportlich junggeb. attr. (57,172,65 NR) sucht sportlich-aktive für Outdoor und mehr: berge.rheingau@gmail.com

Rm 84: Bin 29/194, schlank und sportlich. Suche nette Sie für Zweisamkeit und Aktivitäten (Tennis, MTB, Ski). Zu zweit ist's schöner - freu mich, von Dir zu lesen: nettertyp29@web.de

Rm 89: Klettern, Berge & Meer, WoMo, Camping, MietWo, mit Dir +/- 50: mats-66@web.de

Bärliner, 50, groß, sportlich, mit großer Affinität für Draußen, Berge und Meer sucht DICH für tolle gemeinsame Erlebnisse, nicht nur in der Bergen... bergeundmeer71@gmx.de

Rm SW-De: Willst Du mit mir Steinböcke stehen? Ein ökologischer Frugalist (26/ 180) mit Witz, sucht Frau (23-29) NR/unkompliziert/verlässlich zum Verwöhnen/Wandern/Klettern/Campen u.v.m. ausblick@posteo.de

Rm 84: Reiselustiger ER (58/ 185/ verw.) sucht passende SIE für MTB, Bergwandern, Kanu-, Skifahren sowie Fahrten in die nordischen Länder (N, S, FIN) mit einer mobilen Biwakschachtel. Wenn das auch Deinen Interessen entspricht, dann melde Dich bitte und lass uns gerne noch weitere Gemeinsamkeiten finden. BmB an: lafpc@t-online.de

Rm86: Herzklopfen gesucht... sensibler, treuer, tageslichttaugl. Musikliebhaber (60/172/schlank/NR), gerne beim Wandern und Radfahren in der Natur unterwegs, sucht unternehmungs- und reiselustiges Pendant mit Niveau und Humor. Emotionale Stabilität und Genussfähigkeit sind kein Hindernis. Wenn Du ein Teil meines Lebens sein möchtest, schreibe mir BmB: mein-herzklopfen@web.de

Rm FFM: 176,60J,NR, eher Eule, mit 18mon. Lappi. Es ist Zeit für einen Neuanfang. Du magst wie ich RR, MTB, Graveln, Wandern, Ski alpin, Allgäu, Fernreisen etc. Du bist offen für Neues, magst Humor, Genuß, Wellness, Aktivität, bist gerne unterwegs&daheim, dann freu ich mich auf BmB: timmel13@gmx.de

Rm Süd/Schwarzwald: Vielseitig aktiver Er 68J/173/72 sucht Partnerin, auch für die ganz normalen Dinge im Leben. Später Verpfanzbar bei Sympathie möglich. DU+Ich=Wir: wk-1953@web.de

Rm89 Du hast Lust auf Zweisamkeit, gem. Pläne, Abenteuer & Vertrauen? Ich (38, 165) liebe die Aussicht vom Gipfel und die Briesen am Meer, den Sternenhimmel und das Gefühl wenn man in der Flieger steigt. Wie wäre es mit Neuseeland. Kommst du mit? BmB Ulm-89@gmx.de

Süd. DE, Bist du für dich alleine bereits glücklich? Dann bist du bereit für mehr (m,38) BmB CarpeDiem-83@gmx.de

Rm Würzb. +40km. Ich suche für meinen Freund (**63/180,schl.**) aktiv, lustig, gesellig, attraktiv, belesen, selbstständ. (Haush./kochen) berufstät., o. Alltlasten eine selbstbew., sportl. Sie 50+ für gem. Unternehm. z.B. Motorrad, Kajak, Wandern, Camping, Fernreisen, Kultur. BmB an CaRo380@gmx.de

Rm 88/87 Sind Dir Flugreisen, Kreuzfahrten längstst zu altbachen und Du magst sportliche Rad und Bergtouren, ein fleischloses Leben auf dem Land mit Selbstversorgergarten so wie ich (m 50) Gibt es Dich ? rosmarinus@freenet.de

Rm Wü + 50 km Jungebliebener, aktiver 63er, gut in Schuss, sucht ebensolche, selbständige Sie bis 53, zwecks Sport - Spiel - Spannung, maba126@online.de

Rm89:33/176, spontan und zuverlässig. Suche ein Gegenüber auf Augenhöhe um das Leben gemeinsam zu genießen. 19087@gmx.de

Rm 97/ Rhön: 39/ 187/ NR/ schlank sucht Sie für Zweisamkeit und sportliche Touren in der Rhön und ... BmB: rhoen39@gmx.de

Rm79: Natur, Ski, Reisen, Sport, Wasser, WoMo – deine Interessen. Gemeinsamkeit verbinden. Schlanke, sportliche, naturverbundene Sie (Kind kein Hindernis) gesucht von NR, 1,77, stud., Ende 50; BmB; natur-reisen-sport@web.de

Rm Stgt/71-74: Ich, 31/178/79/NR/Akad., bin unkompliziert, humorvoll, zuverlässig, reise gerne, mag Fotografie, gute Filme, Kochen (Tanzkurs verhandelbar ;-)) und bin statt auf Instagram und in Clubs lieber beim Klettern, Bouldern, MTB, LL und auf Berg-/Hochtouren unterwegs. Du bist das passende Pendant? Dann freu ich mich auf Deine Nachricht! Gerne mB: FreiesSeilende21@gmx.de

Er, 34/184: Egal ob Berg oder Tal, nah oder fern, unkomplizierter Bergbeibell sucht Dich für gemeinsame Touren, gerne mit Langzeiteffekt. Bergbeibell@gmx.de

Rm 88: Allgäu/Bodensee: Sportlicher, schlanker Typ sucht Dich zum Wandern, Skitouren, MTB-fahren uvm. m30_1.86m@web.de

Raum 87: suche schlanke Partnerin zwischen 35 und 45 Jahren für gemeinsame sportliche Betätigung, Fahrrad, Ski, Tour, Langlauf, Tennis ...Alles im Wohlfühlbereich auf mittlerem Niveau. Ich bin NR, schlank, sportlich, kein Bauch und keine Glatze - aber nur 1,70 m groß, Du darfst aber gerne größer sein, falls es Dich nicht stört. jonschnee@e.mail.de

Rm S/BB/TÜ: Sportlicher, naturverbundener Mann (54/182) geht gerne wandern, klettern, radeln, schwimmen, auf Skitour und zum Langlaufen. Ich mag gute Filme, Bücher, Theater und Musik. Gesucht wird eine gleichgesinnte Gefährtin mit Kinder- und Familienwunsch. Bist Du bereit für dieses Abenteuer? Dann melde Dich, BmB: waldluchs@gmx.de

RM83: am Gipe is no a Platzerl freilich (52/170) wart dort auf Di!Mitnand wieder ins Tal. BmB summit68@gmx.de

RM HN / S oder allgemein Ba-Wü: Welche offene, natürliche SIE (ca.25 - 40 Jahre, NR) möchte mit mir (39, 174, schlank, NR, kontaktfreudig) Berge und Natur zu Fuß oder mit dem Rad erkunden, bouldern oder squashen und herausfinden, ob eine gemeinsame Zukunft denkbar ist? BmB:einfach-mal-kennenlernen@gmx.de

Rm 96: 42/ 177/ 66 / NR: Sportlich, ehrlich, offen und treu sucht Sport- und Lebenspartnerin für Wandern, Laufen und Bouldern BmB: bergliebe79@gmx.de

Rm N: UnternehmensLustiger Architekt 51/184/75 sucht große, schlanke, aktive Lieblingsfrau für feste Beziehung um zu Reisen, MTB, Wandern, Kochen, Lachen:-) GEMEINSAMdieweltentdecken@gmx.de

RM 74: Raus in die Natur, Wandern, Hüttentouren, Rad fahren, Gipfel erklimmen, Glücksmomente sammeln, Abenteuer erleben, neue Wege erkunden, reden, lachen, spüren, berühren, genießen. Ich (59/185/85) sportlich und aktiv, Suche Dich, um schöne Erlebnisse und das Leben gemeinsam zu genießen: BmB: mail.mir.doch@gmx.de

Berlin: Ich (47, 2m, schlank) mag Reisen, gutes Essen, Berge+Küste, Rad, suche Dich für schöne Zeiten und Touren: berlinplus@gmx.de Gern mB

RM 21: Nordlicht 66/187/90 unabhängig, oft unrasier und fern der Heimat. Welche selbstbewusste, neugierige Frau hat Spaß am Abenteuer, liebt das Überraschende, Unverhoffte, das Chaotische? Ich möchte mit Dir fremde Welten erobern, Liebe und Leid teilen. Wenn Dich diese Zeilen nicht abschrecken und Dir auch Reisen im Wohnmobil vorstellen kannst, melde dich: monteymare66@gmx.de

Rm 83: Bergbeg., sportl. u. abenteuerl. Typ, 33, sucht gleichges. Sie für gemeins.Std. u. Unternehmungen, ggf. auch für denAufbau einer gemeins. Zukunft. ErnsthafteZuschr. m. Bild an janamberg@t-online.de

RM 88: Möchtest Du die lauen Sommerabende auch nicht allein verbringen? Möchtest Du gern mit mir Bergtouren unternehmen, Radfahren, Skifahren oder Tennis spielen. Magst Du gutes Essen, gemütliche Abende, gute Gespräche, verwöhnt zu werden, Reisen, Berge und Meer. Wenn das alles auch ungefähr Deine Vorstellungen sind und Du schlank bist, dann schreibe mir BmB. Ich 67, NR, 174 körperlich fit freue mich von Dir zu hören. E-Mail mountie54@gmx.de

Sportsmann 34/178 sucht Sie fürs Wandern, MTB, Bouldern uvm **RM72** an summit68@gmx.de

Dresdner (50/178) sucht wanderlustige Partnerin. BmB: LB21@wolke7.net

PLZ 86: Bin 39/180 sportlich, schlank, bin gerne wandern, MTB uvm. Du auch? Dann schreib an: bursch81@web.de

ER SUCHT IHN

Rm7/8: Sportlicher, musikalischer Er (46, NR), mit viel Freude an Bergen, Bewegung und Reisen sucht Dich 30-50 für die schönen Dinge des Lebens. BmB: abn3@gmx.net

FLOHMARKT

Extrem Schlafsack Yeti Fusion 1300+. Limit -27Grad, Extrem -50Grad. zu verkaufen. Kaum benutzt Tel.:0160/5731289. Neupreis €500,-

Wertige **Marmot Expeditions Jacke, 800fill**, VB130€, NP180€, 0176/95760746

2Pers.Zelt von Wechsel-Tent, Ripstop Nylon 20G, Farbe Grün, Ges.gew. 2,19 kg, Maße 290x130x110, neuw., zu verkaufen. € 400,00. c.drexi@web.de

Zeitschrift Winter-Bergkamerad 1972-1981. info@haus.karolina.de

Ungebrauchtes **Kletterseil** (Mammut), 40 m, 9 mm, Farbe gesprenkelt: hell-dunkelblau/ rot. Neupreis 140€, VHB 80€ Tel. 0771/18596778 oder 0172 7412301

Bergstiefel HANWAG S. Friction Größe 9 und Matterhorn Größe 8,5. Tel.: 09568/6796

Rarität **Thommenkompass** 01719366576

Einfach und schnell selber buchen unter kleinanzeigen.guj.de



Sie wollen Kleinanzeigen in einem geeigneten Umfeld schalten oder Ihren Katalog bewerben?

Mit wenigen Schritten können Sie Ihre Anzeige selbstständig erfassen und für kommende Ausgaben buchen.

Registrieren Sie sich jetzt unter kleinanzeigen.guj.de

Sollten Sie Unterstützung benötigen, schicken Sie uns gerne eine E-Mail unter kleinanzeigen@guj.de oder rufen Sie an. Ihre Kleinanzeigen-Hotline erreichen Sie unter der Telefonnummer:

(040) 286686-4222

BESTELLCOUPON FÜR PRIVATE KLEINANZEIGEN 2021: bitte ankreuzen

Rubrik A	<input type="checkbox"/> Sie sucht Ihn <input type="checkbox"/> Sie sucht Sie	<input type="checkbox"/> Er sucht Sie <input type="checkbox"/> Er sucht Ihn	<input type="checkbox"/> Bekanntschaften	<input type="checkbox"/> Reisepartner/-in
Rubrik B	<input type="checkbox"/> Vermietungen	<input type="checkbox"/> Immobilien	<input type="checkbox"/> Verschiedenes	
Rubrik C	<input type="checkbox"/> Flohmarkt			

Bitte deutlich in Druckschrift ausfüllen. Gedruckte Textfehler bei schlecht lesbaren Manuskripten sind kein Reklamationsgrund. Pro Zeile maximal 35 Zeichen (d. h.: für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein extra Kästchen verwenden). Ihr Anzeigentext ist beliebig erweiterbar. **Keine Rechnungsstellung! Bei Kleinanzeigen gibt es keinen Rabatt. Alle Preise in Euro inkl. 19% MwSt.**

	Rubrik A	Rubrik B	Rubrik C
	16,07	33,56	8,57
	32,13	67,12	17,14
	48,20	100,67	25,70
	64,26	134,23	34,27
	80,33	167,79	42,84

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich/Wir ermächtige/ermächtigen die Gruner+Jahr GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg. Gläubiger-Identifikationsnummer DE31SAP00000031421, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir mein Kreditinstitut an, die von der Gruner+Jahr GmbH, Am Baumwall 11, 20459 Hamburg auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Mandatsreferenz wird mir separat mitgeteilt.

HINWEIS: Ich kann/Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor-/Zuname:	IBAN:
Straße:	BIC:
PLZ/Ort:	Kreditinstitut:
Tel.:	Ort, Datum:
E-Mail:	Unterschrift:

Bitte senden Sie den Coupon an: G+J Media Sales/G+J EMS, Direct Sales/Kleinanzeigen, Brieffach 11, 20444 Hamburg. Telefon: (040) 286686-4222, E-Mail: kleinanzeigen@guj.de, Internet: kleinanzeigen.guj.de

Anzeigenannahme-
schluss ist am
6.8.2021
PANORAMA 5/21
erscheint am
14.9.2021



In Europa gibt es nur noch sehr wenige Wälder mit Urwald-Charakter. In Polen zählt das bekannte Schutzgebiet von Białowieża zu den besterhaltenen Naturwäldern. [Nadine Ormo](#) (Text und Fotos) berichtet über ihren Besuch.

Fragil ist der Wald von Białowieża. Und das überhaupt Beste, was wir Menschen in diesem Gebiet – insbesondere der streng geschützten Kernzone – vielleicht tun könnten, wäre durch Abwesenheit glänzen. Denn mit jeder Person, die den mal weich federnden, mal moornassen Untergrund in der Kernzone des Nationalparks im polnisch-bela-

russischen Grenzgebiet betritt, wird der Boden verdichtet. Deshalb gibt die polnische Nationalparkverwaltung einen vier Kilometer kurzen Rundweg vor, der an besonders sensiblen Stellen als Holzbohlenweg geführt ist. „Die Auswirkungen der Gäste sollen so gering wie möglich gehalten werden“, erklärt Ewa Zin, die neben ihrer Arbeit als Forstwissenschaftlerin naturinteressierten Menschen den weit über



Waldrelikt in Randlage



Nationalpark Białowieża

Vor Abholzung kaum wirklich sicher: Auch außerhalb der Kernzone von Białowieża gedeihen beeindruckende Baumriesen.

Polens Grenzen berühmten, fast schon mythisierten Wald zeigt.

In die umzäunte Kernzone des Nationalparks darf nur, wer von einem zertifizierten Guide wie Ewa begleitet wird. Von den Holzbohlen lenkt sie unseren Blick neben den Weg, auf die unzähligen Grüntöne, die sich bereits im Morgengrauen dieses regnerischen Septembertages abzeichnen. Da ist das silbrig-matte Grün einer Flechte und das vollgesogen-satte Grün eines Moores. Über und über mit Moos bezogen sind auch mehrere alte Spitzahornstämme, die schräg und mitunter gestützt von jüngeren, kraftstrotzenden Bäumen noch gen Himmel zeigen. „Noch“, denn die Veteranenbäume kränkeln oder sind bereits tot. Über kurz oder lang werden sie an Spannkraft verlieren und in sich zusammenfal-

len. „Bis dahin aber ist das stehende Totholz ökologisch ganz besonders wertvoll und wirkt sich positiv auf die Vielfalt der Arten aus“, erläutert die Wald-Expertin. So bietet ein einziger Baum spezielle Lebensräume für ganz verschiedene Organismen. Mehr als 20.000 Pflanzen- und Tierarten leben in Białowieża, darunter allein gut 9000 Insektenarten. Andererseits die Großen: Wolf, Luchs und das Wappentier des Parks, der Wisent.

Was sich im „letzten großen Flachlandurwald Europas“ beobachten lässt, findet sich anderswo kaum noch – wengleich Białowieża kein wirklicher Urwald mehr ist, wie Fachleute schnell relativieren. In ihm finden sich Baumriesen, die zu den höchsten Laubbäumen unseres Erdteils zählen: bis zu 40 Meter hohe Eschen und mehr als 50 Meter hohe Eichen, für die es schnell drei Menschen bräuchte, wollte man ihren Stamm umfassen – und die erst weit oben ihre mächtigen Kronen entfalten.

Während der Mensch die Wälder Europas spätestens seit dem Mittelalter immer stärker nutzte, profitierte der Wald von Białowieża lange von seiner Abseitslage.

Als Jagdrevier polnischer Könige und russischer Zaren war er dem Zugriff der Bevölkerung entzogen. Die mangelnde Erschließung bis zum Ersten Weltkrieg verhinderte einmal mehr, dass der Wald systematisch gerodet und ausgebeutet wurde. Raubbau erfolgte zwar in den Kriegsjahren, doch schon 1932 wurde auf polnischer Seite ein Nationalpark gegründet. Dieser älteste, besterhaltene Teil von Białowieża auf etwa 105 Quadratkilometer Fläche bildet die heutige Kernzone des Nationalparks, der seit 1992 um mehr als 1200 Quadratkilometer auf belarussischer Seite erweitert wurde.

1979 setzte ihn die Unesco auf die Welterbeliste, eine von Beginn an umstrittene Entscheidung: Das als Unesco-Weltnaturerbe geführte Gebiet war in weiten Teilen bewirtschaftet. Inzwischen ist der belarussische Teil ziemlich komplett als Nationalpark geschützt, und der ehemalige Wirtschaftswald wird in großen Teilen sich selbst überlassen und renaturiert. Auf polnischer Seite genießt dieses Privileg nach wie vor nur ein kleiner Teil des Unesco-Gebietes. ►

REISEZIEL NATIONALPARK BIAŁOWIEŻA

Anreise: Mit dem Zug (von Berlin) über Warschau und Siedlce nach Hajnówka (zweimal umsteigen), Bus von Hajnówka nach Białowieża.

Unterkünfte: Privatzimmer, Pensionen und kleine Hotels verschiedener Preisklassen im Dorf Białowieża. Weitere Unterkünfte in Hajnówka.

In Białowieża: Erste Orientierung auf der Nationalpark-Website bpn.com.pl. Die streng geschützte Kernzone des Nationalparks lässt sich nur unter lizenzierter Führung besuchen, buchbar u.a. bei der Polnischen Gesellschaft für Touristik und Landeskunde, pttk.bialowieza.pl. Für das umfassendere Kennenlernen von Białowieża (und der Nationalparks Biebrza und Narew) bietet der Ornithologe Piotr Orzechowski geführte deutschsprachige Touren an (9 Tage ab € 765,-, ornitours.pl).

Literaturtipps:

- › North-east Poland. Biebrza, Białowieża, Narew and Wigry, Crossbill Guides/KNNV Publishing
- › Wisent-Wildnis und Welterbe. Geschichte des polnisch-weißrussischen Nationalparks von Białowieża, Verlag Böhlau



DAS WHO'S WHO DES WALDES

Einst war Europa nahezu komplett bewaldet; bis der Mensch über Jahrhunderte immer mehr Bäume rodete, um die frei gewordenen Flächen zu besiedeln und zu bewirtschaften. Der Rohstoff Holz wurde immer konsequenter aus dem Wald entnommen. Heute spricht die Touristikbranche gerne von „Urwald“ und „Wildnis“, kaum dass ein paar Bäume sich selbst überlassen werden. Fakt ist: In den allerwenigsten Wäldern Europas (wie im Wald auf der Ostseeinsel Vilm) wurde seit Jahrhunderten kein Baum mehr gefällt. In Deutschland z.B. sind aktuell weniger als ein Prozent der Fläche als Wildnisgebiete geschützt.

Urwald/Primärwald: Ein Wald, der noch nie (oder seit Jahrhunderten nicht mehr) vom Menschen beeinflusst und genutzt wurde. Abgesehen von (schrumpfenden) Regenwaldflächen rund um den Äquator gibt es nur noch extrem wenige tatsächlich unberührte Wälder. In Europa findet man kleine Waldstücke in schwer zugänglichen Bergregionen der Karpaten auf dem Balkan. Waldparzellen im Nationalpark Biogradska Gora in Montenegro oder im Rothwald in den österreichischen Kalkalpen gelten als die ursprünglichsten des Kontinents.

Naturwald/Sekundärwald: Wo der Mensch oder auch Naturereignisse wie Vulkanismus oder Hochwasser einen Primärwald zerstört haben, die Fläche dann aber sich selbst überlassen bleibt, kann ein Sekundärwald entstehen. Genügend Zeit vorausgesetzt, siedeln sich hier auch wieder Arten aus Primärwäldern an. Der (tropische) Sekundärwald ähnelt nach (nur) knapp 70 Jahren sehr dem Urwald und weist etwa 90 Prozent von dessen Biomasse auf. Naturnahe Wälder mit Urwald-Charakter sind daher sehr wertvoll, jedoch oft nicht dauerhaft vor Abholzung geschützt.

Forst: Ursprünglich ein königlicher Wald oder Bannwald, sind heute mit dem Begriff ganz allgemein bewirtschaftete Wälder gemeint. Die Unterscheidung von „Wald“ und „Forst“ ist selten trennscharf, häufig werden die Begriffe synonym verwendet.

An dessen Rändern werden Flächen weiter stark land- und forstwirtschaftlich genutzt, weshalb der Wald von Białowieża seit Jahren auch ein nationales wie europäisches Politikum darstellt: Zwischen 2012 und 2021 wollte die polnische Regierung im Forstbezirk 188.000 Kubikmeter Holz einschlagen, mehr als das Dreifache der ursprünglich zugelassenen Menge. Europaweite Klagen und Proteste folgten. Polnische Umweltaktive ketteten sich an die schweren Holzernte-Geräte und verzögerten das Vorankommen der Maschinen. Im Juli 2017 ordnete der Europäische Gerichtshof an, dass die Fällarbeiten umgehend zu stoppen seien. Mit der Begründung, dass die Baumfällungen die Verbreitung des Großen Achtzähligen Fichtenborkenkäfers – auch bekannt als Buchdrucker – eindämmen sollten, missachteten die pol-



Vor hundert Jahren fast ausgestorben, durchstreifen heute wieder etwa 800 Wisente den Wald von Białowieża; auch wenn der Baum schon abstirbt, ist er voll wimmelnden Lebens.

nischen Verantwortlichen das Urteil zunächst, respektierten es später aber grundsätzlich doch. Anfang 2021 ermahnte die EU-Kommission abermals, Verordnungen zurückzunehmen, die noch immer das Abholzen des Waldes ermöglichen.

Aus ökologischer Sicht spricht einiges dafür, viel mehr Bäume als Pufferzone im Übergang von intensiv genutztem und streng geschütztem Wald stehen zu lassen. Welche Bedeutung insbesondere große und alte, sterbende und tote Bäume im Wald haben, zeigt auch ein von der Zoologischen Gesellschaft Frankfurt unterstütztes Monito-

ring-Projekt, das auf belarussischer Seite des Nationalparks Fledermäuse erforscht: Zwei Drittel aller in Europa heimischen Fledermausarten sind für ihre Schlafplätze und Nahrungssuche auf genau solche

Bäume angewiesen. Aus bewirtschafteten Wäldern wären diese längst herausgeholt, in der Kernzone der Bielawiežskaja pušča, wie sie auf Belarussisch heißt, bleiben sie stehen oder liegen. Das Ergebnis spornt die Fledermaus-Forschenden an: 13

der 19 in Belarus identifizierte Fledermausarten kommen heute im Nationalpark vor, wahrscheinlich sogar mehr. Unter ihnen auch die Mopsfledermaus, die in Europa zu den am stärksten gefährdeten Fledermausar-

Die Mopsfledermaus braucht Totholz

ten gehört. Wenn überhaupt, können sich ihre Bestände nur dort erholen, wo der Totholzanteil gefördert wird. Und die Bielawiežskaja pušča, so die Schlussfolgerung des Monitoring-Projektes, ist dafür geeignet.

Von ganz grundlegender Bedeutung mit Blick auf die Schutzmaßnahmen im belarussischen Gebiet ist das Wasser: ehemals entwässertes Land wird auf den Nationalparkflächen wieder vernässt, Bäche und Flüsse folgen immer öfter ihrem natürlichen Lauf, ziehen kleine und große Schleifen. Bereits jetzt zeigt sich: mit dem Wasser, das zurückkommt, ändert sich auch die Vegetation; mit der veränderten Vegetation erholt sich die Tierwelt.

Wären noch wir Menschen: Um zu verinnerlichen, wie wertvoll intakte Natur ist, müssen wir sie erleben. Sie sehen, riechen, fühlen. Diese unmittelbaren Erfahrungen können Fernsehdokumentationen und digitale Vermittlung auch künftig nicht vollständig ersetzen. Es ist ein Dilemma. Selbst Naturtourismus wird, so scheint es, zunehmend ein Balanceakt: einerseits persönliche Einblicke zu ermöglichen, andererseits Natur einfach Natur sein zu lassen. Eine immense Aufgabe, nicht nur in Białowieża.



Nadine Ormo arbeitet als freiberufliche Autorin und Texterin in München. Für gewöhnlich oft in den Alpen unterwegs, zieht es sie immer wieder auch nach Osteuropa.



Das Bergdorf Magura ist ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen in den Piatra-Craiului-Nationalpark.

In den rumänischen Karpaten kämpft eine Naturschutz-Stiftung für den größten Wald-Nationalpark Europas. Win Schumacher (Text und Fotos) hat sich vor Ort ein Bild verschafft.

Die Wildnis beginnt direkt vor seiner Haustür. Von seinem Reiterhof in Șinca Nouă blickt Christoph Promberger auf die nahen Făgăraș-Berge, blühende Wiesen vor dunklen Waldhängen – ein vertrautes Panorama im rumänischen Siebenbürgen. Doch die Gegend hält weit mehr als idyllische Aussichten bereit.

„Ein so riesiges Gebiet ohne Straßen und Siedlungen, in dem noch immer Wolf, Bär und Luchs leben“, sagt Promberger, „das ist in Europa ziemlich einzigartig.“ Der deutsche Forstwissenschaftler und Wildbiologe leitet zusammen mit seiner in der Steiermark aufgewachsenen Frau Barbara Promberger-Fürpaß die Fundația Conservation Carpathia (FCC). Die Stiftung hat sich zum Ziel gesetzt, im Zentrum Rumäniens den

größten Wald-Nationalpark Europas zu schaffen. Nur ein Teil davon soll der Piatra-Craiului-Nationalpark werden. Der auf Deutsch Königsteingebirge genannte Höhenzug der Südkarpaten steht bereits seit 1938 unter Naturschutz. Gemeinsam mit den angrenzenden Făgăraș- und Leota-Bergen soll in Zukunft ein Schutzgebiet von mehr als 250.000 Hektar entstehen – annähernd so groß wie Luxemburg.

Wer wandert, wähnt sich in den wilden Făgăraș-Bergen in einem seit Jahrhunderten vom Menschen vergessenen Urwald. Doch mancherorts geben weichende Nebelschwaden den Blick auf kahlgeschlagene Bergflanken frei. In den 2000er Jahren gab Rumänien mehrere tausend Quadratkilometer Land aus Staatsbesitz an die Bevölkerung zurück. Viele der neuen Waldbesitzer hatten nur wenig Bezug zu ihrem Eigentum und verkauften Holzhändlern riesige Flächen für wenig Geld. Eine regelrechte Mafia entwickelte sich, ließ großflächig roden und veräußerte das Holz an inländische Unternehmen und ausländische Konzerne.

Abertausende Hektar wurden vor allem zwischen 2005 und 2010 illegal geschlagen.

„Wir waren schockiert, dass kein Mensch etwas unternommen hat“, erinnert sich Promberger. Die FCC konnte den Holzeinschlag in den von ihr kontrollierten Gebieten inzwischen aufhalten. Andernorts wird noch immer Wald gerodet. Barbara und Christoph Promberger gründeten die Stiftung 2009. Er kam bereits 1993 nach Rumänien, um über die Großraubtiere der Karpaten zu forschen. Sie schrieb ihre Diplomarbeit über Wölfe. Gemeinsam blieben sie und gründeten als begeisterte Pferdeliebhaber den Öko-Reiterhof Equus Sylvania.

Einer glücklichen Fügung verdanken die Prombergers, dass sie unverhofft zu Eltern eines riesigen Schutzgebiets wurden. Sie erzählten einem Gast, der Schweizer Journalistin Hedi Wyss, von dem dramatischen Kahlschlag in den Karpaten. Die einzige Möglichkeit, die Wälder zu retten, sahen sie darin, diese statt für den Holzeinschlag für den Naturschutz aufzukaufen. Wyss wandte sich um Hilfe an ihren Bruder, den Mäzen Hansjörg Wyss, dessen Stiftung weltweit Naturschutzprojekte fördert. Die Prombergers luden den Milliardär nach Rumänien ein. Der war begeistert – und hatte gleich

Zurück in die Wildnis



Durch die Făgăraș-Berge



größere Pläne: Am besten sollte das gesamte Făgăraș-Gebirge mit den höchsten Gipfeln Rumäniens zum Schutzgebiet werden. Inzwischen haben sich um die Prombergers bekannte Größen im Umweltschutz geschart. Bis heute wurden mehr als 25.000 Hektar Land erworben – eine Fläche größer als der Nationalpark Bayerischer Wald. Auf 75.000 von der Stiftung kontrollierten Hektar patrouillieren inzwischen FCC-Ranger. Über acht bereits abgeholzte Quadratkilometer wurden mit fast drei Millionen Bäumen wieder aufgeforstet. In den Karpaten soll, so hoffen es die Prombergers, irgendwann einmal ein europäisches Yellowstone entstehen. „In zwei oder drei Jahren ist das nicht zu schaffen“, sagt Christoph Promberger, „aber ja vielleicht in zwanzig.“

Ein Ausflug in das Stramba-Tal gibt einen farbenfrohen Eindruck von der einzig-

artigen biologischen Vielfalt, die der zukünftige Park bewahren soll. Durch das von Mischwald gerahmte Wiesental plätschert ein Flüsschen. Perlmutterfalter und Blauflügel-Prachtlibellen taumeln entlang der Ufer. Auf das dumpfe Quaken der Gelbbauchunken und das knarrende Rufen der Wachtelkönige antwortet der Kuckuck vom nahen Waldrand und der flötende Gesang des Pirols aus den Baumkronen.

Wenn im Stramba-Tal die Dämmerung einbricht, können Touristen auf einem eigens für sie errichteten Hochstand Braunbären auf einer Lichtung beobachten, die mit Schweinehälften und Schlachtabfällen gelockt werden. „Ich bin ein wenig reserviert gegenüber diesen Fütterungen“, sagt Promberger. Er nennt den Bärenhochstand ein „Opfergebiet“ – ein Ort, nach dem der Tourismus verlangt, ohne dessen Geld

kaum noch ein Nationalpark auskommt. Auch in den Karpaten bilden Naturschutz und Tourismus eine Zweckgemeinschaft.

Im Umweltschutz Engagierte hoffen, dass auch in Zeiten der Pandemie bald wieder wandernde und Natur liebende Gäste in die Făgăraș-Berge kommen. Fehlt das Geld durch den Ökotourismus, verliert das Nationalpark-Projekt an Aufwind. Eine gute Nachricht könnte naturbegeisterte Menschen zusätzlich in die Karpaten locken. Seit 2019 ist das Carpathia-Schutzgebiet seinem Vorbild Yellowstone noch etwas ähnlicher geworden. Während dort riesige Herden von Bisons Tausende Touristen anlocken, streifen in den Făgăraș-Bergen nun wieder acht ihrer eurasischen Verwandten durch die Wälder: Wisente. Die größten Landsäugetiere Europas waren in Rumänien spätestens im 19. Jahrhundert ausgestorben. Nun wurden die ersten Exemplare der zotteligen Urrinder nach einem lange geplanten Wiederansiedlungsprojekt in die Freiheit entlassen. Weitere Tiere sollen folgen. Dass sich, wie in Yellowstone, irgendwann einmal Autochlangen um Wildrinder und Bären bilden, fürchtet Promberger nicht. „Wir werden einen langen Atem brauchen. Aber die Făgăraș-Berge werden eine echte Wildnis bleiben.“

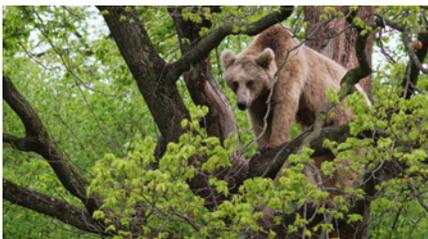
INFO

mehr: alpenverein.de/panorama-4-2021

WANDERN IN SIEBENBÜRGEN

Anreise: Mit dem Fernbus, Zug oder Flugzeug nach Sibiu (Hermannstadt) oder Bukarest. Für die Karpaten empfiehlt sich ein Mietwagen.

Unterkunfts-Auswahl des Autors: Im Bergdorf Măgura die Villa Hermani, cntours.eu; in Șinca Nouă der Reiterhof Equus Silvania, equus-silvania.com; im Dorf Cobor die Cobor Biodiversity Farm, cobor-farm.ro.



Geführte Reisen: Wanderreisen in Rumänien/Siebenbürgen bieten unter anderem an Gebeco („Wanderungen in Siebenbürgen“ gebeco.de) oder der DAV Summit Club („Durchquerung Königsteingebirge“, dav-summit-club.de).

Weitere Infos: romania.travel, carpathia.org



Win Schumacher, Journalist und Fotograf, kennt als Weltreisender über 100 Länder und berichtet darüber in einschlägigen Medien. weltwege.de

Anspruchsvolle Nachbarschaft



Fotos: Helko Anders

Der Wolf kehrt zurück in die Alpen. Und damit auch die Diskussionen, wie damit umzugehen ist.

Seit den 1990er Jahren kehren Wölfe in die Gebiete Europas zurück, die sie schon früher besiedelt hatten. Nicht ohne Konfliktpotenzial. Denn Bevölkerung, Verwaltung und Politik, vor allem aber die Weidewirtschaft, müssen den ungewohnten Umgang mit Wölfen erst wieder lernen.

Von Katharina Steyer

Wolf, Luchs und Bär – nach intensiver Bejagung und letztlich Ausrottung im 19. Jahrhundert sind diese Arten in die heutige Kultur- und Naturlandschaft zurückgekehrt. Grundlage ist der strenge Schutz dieser Arten auf internationaler, europäischer und nationaler Ebene. Während sich der Luchs nach aktiven Wiederansiedlungen durch den Menschen allmählich in Deutschland ausbreitet, hat sich der Wolf auf natürlichem Wege wieder angesiedelt. Den ersten Wolfs-Nachwuchs konnte man 2000 nahe der deutsch-polnischen Grenze in der Oberlausitz nachweisen, 2020 waren es 128 Wolfsrudel, 38 Wolfspaare und neun territoriale Einzelwölfe. Die deutschen Wolfsvorkommen verteilen sich in einem Band, das sich von der Lausitz bis nach Niedersachsen zieht. Der südlichste Nachweis eines

territorialen Wolfs gelang 2020 im Oberallgäu.

Im Rahmen einer Studie des Bundesamtes für Naturschutz (BfN) konnte gezeigt werden, dass in weiten Teilen Deutschlands prinzipiell für Wölfe geeignete Lebensräume existieren. Weitere Studien legen nahe, dass nahezu der gesamte Alpenbogen für Wölfe geeignete Lebensräume aufweist. Bei der letzten Erhebung im Jahr 2016 durch die „Wolf Alpine Group“ wurden 65 Rudel und 12 Wolfspaare in den Alpen gezählt, die meisten in den westlichen Alpen zwischen Italien und Frankreich. In vielen europäischen Ländern, in denen Wölfe vorkommen, bergen Übergriffe auf Nutztiere das größte Konfliktpotenzial. Dabei ist das Problem so alt wie die

Viehhaltung selbst; ebenso lange sind viele Schutzmaßnahmen für Nutztierherden bekannt. Um diese Konflikte zu minimieren, unterstützen viele Länder die Weidewirtschaft durch Beratung und finanzielle Unterstützung beim Herdenschutz. Auch werden im Falle von Wolfsübergriffen finanzielle Kompensationszahlungen geleistet. Herdenschutz ist mit einem hohen finanziellen und zeitlichen Aufwand verbunden, die Anwendung effektiver Herdenschutzmaßnahmen ist jedoch der Schlüssel für eine langfristige konfliktarme Koexistenz von Weidetieren und Großraubtieren. In den Alpen hat es sich bewährt, Weidetiere in elektrisch umzäunte Pferche zu bringen und Herdenschutzhunde einzusetzen. Letzteres zählt zu den wirksamsten Maßnahmen, um Nutztierherden vor Wölfen und anderen Raubtieren zu schützen. Durch seine selbstbewusste Haltung und sein Bellen verteidigt ein Herdenschutzhund seine Herde ein Leben lang. —



Katharina Steyer arbeitet beim Bundesamt für Naturschutz, ihr Fachgebiet ist der Zoologische Artenschutz.



Das sagt der
DAV

Wölfe in den Alpen

Traditionelle Landnutzungen haben in den Alpen eine sehr große Bedeutung für die regionale Bergkultur, den Naturschutz und die Artenvielfalt. Aber auch die Wiedereinwanderung verschwundener Arten in geeignete Lebensräume ist aus naturschutzfachlicher Sicht sehr wertvoll. Das betrifft auch die großen Beutegreifer Bär, Luchs und Wolf. Wir begleiten die aktuelle Diskussion zur Wiederkehr des Wolfes und erkennen an, dass die damit verbundenen Herausforderungen insbesondere für die Weidetierhaltung in Berggebieten nicht einfach zu bewältigen sind. Umso mehr kommt es auf eine sachliche Aufklärung, einen konstruktiven Dialog und eine bestmögliche Unterstützung der Berglandwirtschaft durch praxistaugliche Herdenschutzinstrumente an. Aus positiven Erfahrungen in den Alpenanrainerstaaten sollten wir lernen. Mögliche Einschränkungen beim Wandern oder Bergsteigen gehen übrigens nicht vom Wolf selbst aus, denn diesen wird man nur selten zu Gesicht bekommen. Vielmehr ist es wichtig, sich bei der Anwesenheit von Herdenschutzhunden richtig zu verhalten.

Marco Reeck, Vorsitzender DAV-Präsidialausschuss Natur und Umwelt



Das sagt die
Almwirtschaft

Wolf und Berglandwirtschaft

„Ein funktionierender Herdenschutz in unserem Alpenraum, wie er oft angedacht wird, ist nicht umsetzbar. Sowohl der Einsatz von Tausenden großen Hunden zum Schutz der filigranen Weidelandchaften als auch eine Vergitterung der Alpen mit wolfs- und damit auch menschenundurchlässigen Zäunen sind eine Utopie und stehen im krassen Widerspruch zu den Belangen des Naturschutzes und des Tourismus. Vielmehr müssen großflächig Weideschutzgebiete ausgewiesen werden, die von großen Beutegreifern freigehalten werden. Der Erhalt der extensiven Weidewirtschaft hat für die Biodiversität und Erhaltung der „Roten Liste“-Arten eine wesentlich höhere Bedeutung als die Ansiedelung des Wolfes. Entschädigungszahlungen lösen nicht das Problem, dass die Weidetiere elendig zugrunde gehen.“

Brigitte Regauer, Almwirtschaftlicher Verein Oberbayern

Kontakt mit Herdenschutzhunden: So funktioniert's

- > Beachte die **Hinweistafeln!**
- > **Vermeide** die Nähe zu Schaf- und Ziegenherden, soweit es das Gelände zulässt.
- > **Bleibe ruhig**, wenn die Schutzhunde bellen und schnell entgegenkommen.
- > Wende dich **rückwärtsgehend** vom Hund ab und umgehe die Herde weiträumig.
- > **Provoziere die Hunde nicht** mit Stöcken und schnellen Bewegungen.
- > **Mit dem Rad:** Halte an, steige ab und gehe langsam an der Herde vorbei.
- > **Streichle oder füttere die Schutzhunde nicht.** Probiere auch nicht, mit ihnen zu spielen. Ignoriere sie, falls sie dir beim Weitergehen folgen.
- > Nimm deinen eigenen Hund **an die Leine**. Sollte sich der Herdenschutzhund dennoch nähern, lass die Leine gehen.



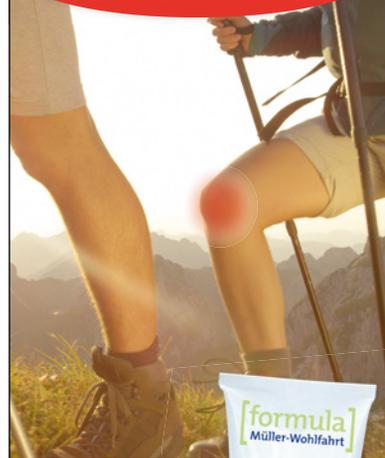
Begegnungen mit dem Wolf
CAA Club Arc Alpin



Auszug aus dem Flyer „Begegnung mit dem Wolf“ des Club Arc Alpin (CAA). Den kompletten Flyer und weitere Informationen zum Wolf gibt es unter alpenverein.de/panorama-4-2021

Verletzt, was tun?

profelan® arnika
nach Müller-Wohlfahrt



Soforthilfe bei

- > Prellungen
- > Verstauchungen
- > Blutergüssen

Mit den natürlichen Wirkstoffen der Arnikablüten.

profelan.de

profelan® arnika nach Müller-Wohlfahrt.
Wirkstoff: Arnikablütentinktur. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
Rezeptfrei in der Apotheke.
PZN: 00502434 (100 g Creme)

oxano® mobil
nach Müller-Wohlfahrt



Aktivkur mit Nährstoffen

- > für gesunde Knorpel
- > und Gelenke

mobil.oxano.de

Nahrungsergänzungsmittel
PZN: 12420492 (60 Kapseln)

[formula] Müller-Wohlfahrt
Health & Fitness AG
D-81829 München



In der Gruppe in die Berge – das sollte diesen Sommer wieder möglich sein.

Projekt A.L.M.

Gemeinsam in Bayerns Bergen unterwegs

Miteinander reden statt übereinander, die Natur entdecken und sich beim Bergsport gemeinsam auspowern oder auch einmal die persönliche Grenze überwinden. Der Deutsche Alpenverein und der Malteser Hilfsdienst haben das Projekt „Alpen.Leben.Menschen“ (A.L.M.) 2017 ins Leben gerufen und bringen seitdem Geflüchtete und Einheimische regelmäßig zusammen in die Berge. Dabei wird auch manches Mal das ein oder andere Vorurteil abgebaut. Denn wer sich auf Augenhöhe begegnet, lernt sich besser kennen und bekommt Einblicke in ganz persönliche Lebensgeschichten. Seit

2020 engagiert sich das A.L.M.-Projekt auch bei inklusiven Touren für Menschen mit Behinderung.

Wegen Corona konnten lange keine Gruppen-Wanderungen stattfinden, alternativ gab es Tourenvorschläge zum Nachwandern oder Eins-zu-eins-Wanderungen. Für diesen Sommer stehen bereits einige Touren vom Allgäu bis zum Berchtesgadener Land auf dem Programm, viele weitere folgen hoffentlich – natürlich zu den jeweils geltenden Corona-Bestimmungen. Lust zum Mitwandern oder Interesse an einem ehrenamtlichen Engagement für A.L.M.?

Infos unter alpenlebenmenschen.de



Mitarbeiter*in für die Bereiche Öffentlichkeitsarbeit, Redaktion/ Druckvorbereitung und Veranstaltungen in 75 % Teilzeit ab Herbst 2021

Aufgabenbereiche:

- > Redaktionelle Arbeit für Print- und digitale Veröffentlichungen, Pressearbeit
- > Organisation von Veranstaltungen
- > Gelegentliche Fotojobs zur visuellen Dokumentation unserer Vereinsarbeit
- > Ggf. mittelfristig Übernahme von Teilbereichen der Druckvorstufe – im Team mit Grafikern
- > Optionale Verstärkung unseres Serviceteams

Ihr Profil:

- > Talent und Sensibilität im Erstellen/Redigieren von Texten, ebenso ein Gespür für Visuelles
- > Gute Kenntnisse in Pflege von Internetseiten und Social Media
- > Gute Softwarekenntnisse in Officeanwendungen, Grundkenntnisse in Foto-/Publishingssoftware (Photoshop/Indesign)
- > Sie haben Organisationstalent, sind kommunikativ, zeitlich flexibel und arbeiten gerne im Team
- > Sie betreiben selbst aktiv Bergsport und identifizieren sich mit den Zielen des DAV

Wir bieten:

- > Einen Arbeitsplatz mit Zukunft in einem modernen Verein mit ca. 30.000 Mitgliedern
- > Ausführliche Einarbeitung und Schulung, Fortbildungsmöglichkeiten
- > Mitarbeit in einem motivierten Team am Standort in der Stuttgarter City
- > Angemessene Vergütung und attraktive Arbeitgeber-Zusatzleistungen
- > Im ersten Jahr ist auch ein Start mit geringerem Deputat (mind. 50 %) möglich

Ihre Bewerbung inkl. Gehaltsvorstellungen senden Sie bitte bis zum 29.08.2021 an: jobs@alpenverein-stuttgart.de, Rückfragen gerne an 0711/34224020.

Bundesverband schreibt gendersensibel



Illustration: pixabay/Gerd Altmann

DAV Panorama, alpenverein.de und Social Media, Broschüren, Programme und Presstexte: Im DAV Bundesverband formulieren und texten wir mittlerweile konsequent gendersensibel, die Entscheidung dafür geht auf einen Beschluss des DAV-Präsidiums vom April zurück.

Ausgangspunkt ist das Bekenntnis des DAV zur Vielfalt und Offenheit – gemäß dem Leitbild (2012 verabschiedet) oder auch der Erklärung des Präsidiums „Für Offenheit, Vielfalt und Toleranz“ von 2017. Diese Vielfalt in unserem Verband soll auch die Sprache in den Veröffentlichungen des Bundesverbands abbilden. Das kann einerseits durch den Genderstern geschehen, der über Geschlechterkategorien hinaus alle Menschen sichtbar machen soll. Ganz überwiegend bemühen wir uns jedoch, kreative Lösungen zu finden, die Vielfalt abbilden und ein Herausstellen eines bestimmten Geschlechts gar nicht nötig machen. Am Beispiel der gendersensiblen Sprache zeigen wir als großer Verband, dass wir darin einen wichtigen Schritt in Richtung einer positiven gesellschaftlichen Entwicklung sehen. Durch Sprache allein wird zwar keine Geschlechtergerechtigkeit erreicht – doch es können Denkanstöße entstehen, um die gesellschaftliche Situation, die eigene Sichtweise und das eigene Handeln zu hinterfragen.

alpenverein.de/gendern

SOMMER SONNE BERGE

PRODUKT DES
MONATS
reduziert für
Mitglieder



**DAV Cap
Schirmmütze**
Artikel-Nr: 415103
24,95 €
Mitglieder
14,95 €



**DAV „Raus & Rauf“
Herren Bio-Baumwoll-Shirt**
Artikel-Nr: 411780
35,00 €
Mitglieder
30,00 €



**DAV „Raus & Rauf“
Damen Bio-Baumwoll-Shirt**
Artikel-Nr: 411881
35,00 €
Mitglieder
30,00 €



**IVANHOE OF SWEDEN Agaton
Herren Merino-Shirt
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 411572
79,95 €
Mitglieder
69,95 €



**IVANHOE OF SWEDEN Mim
Damen Merino-Shirt
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 411672
79,95 €
Mitglieder
69,95 €



**LACD
Reisekissen
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 444152
19,95 €
Mitglieder
16,95 €



**GABEL Falstock
IBEX Carbon
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 490057
134,95 €
Mitglieder
127,95 €



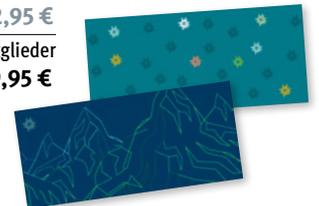
**TERNUA Rakker
Herren Fleecejacke
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 420718
84,95 €
Mitglieder
79,95 €



**TERNUA Berlana
Damen Fleecejacke
„DAV-Edition“**
Artikel-Nr: 420719
84,95 €
Mitglieder
79,95 €

**DAV Sportstirnband
„Mountain Meadow“ oder
„Mountain Lines“**
Artikel-Nr: 415029 oder 415030

22,95 €
Mitglieder
19,95 €



**DAV „Alpenglühlen“
Emaill-Becher hellblau**
Artikel-Nr: 450107

17,00 €
Mitglieder
15,00 €



E-Mountainbike, Klimaschutz, Jahresbericht

Am 11./12. Juni 2021 fand die verschobene Hauptversammlung 2020 statt, erstmals als rein digitale Veranstaltung. Die Delegierten der 202 zugeschalteten Sektionen behandelten eine Vielzahl eingebrachter Themen und fassten weitreichende Beschlüsse.

Die rasante Entwicklung bei E-Mountainbikes diskutiert auch der DAV kontrovers. Einerseits treibt der Verband sein Engagement in Sachen Mountainbike – unter anderem im Projekt „Bergsport Mountainbike – nachhaltig in die Zukunft“ voran, andererseits nimmt er seit der Hauptversammlung 2018 in Bielefeld eine kritische Haltung gegenüber E-Mountainbikes ein. Auf Sektionsantrag wurde das Thema nochmals ausführlich diskutiert; die Delegierten sprachen sich nun für die Umsetzung eines von einer Projektgruppe erarbeiteten Positionspapiers E-Mountainbike aus. In dessen Kern geht es darum, der Dynamik dieser neuen Mobilitätsform gerecht zu werden. Das Papier beschreibt Chancen und Nachteile und schlägt Lösungsansätze vor. Die kritische Sicht auf das E-MTB bleibt bestehen, gleichwohl wird ein Interessenausgleich der Beteiligten angestrebt. Insbesondere möchte der DAV über Aufklärung, Bildung und Kommunikation den Risiken, die durch eine gesteigerte Nutzung von E-MTBs entstehen, entgegenwirken. So sollen etwa die MTB-Trainer*innen über Fortbildungen und Zusatzqualifikationen befähigt werden, adäquat auf E-MTB-Nutzende in den Sektionen reagieren zu können. Damit bleibt den Sektionen die Chance und Aufgabe, den Umgang mit E-Mountainbikes

individuell nach ihren Bedürfnissen und ihrem Umfeld gestalten zu können.

Klimaschutzkonzept in Arbeit

Auf der Jubiläumshauptversammlung 2019 in München hat sich der DAV zum Klimaschutz bekannt. Seitdem ist eine Projektgruppe damit beschäftigt, ein umfassendes Klimaschutzkonzept für den gesamten Verband zu erarbeiten. Der aktuelle Stand der eingeleiteten Maßnahmen, des Konzepts und der weitere Prozess wurden nun vorgestellt und mit einer überzeugenden Mehr-

die Sektionen Ende 2020 bereits per Briefwahl beschlossen. Nun stellte DAV-Präsident Josef Klenner in seinem Jahresbericht fest, dass die Covid-19-Pandemie im vergangenen Jahr und bis heute auch für den DAV dominierend war und ist. Trotz aller Schwierigkeiten während der Lockdowns konstatierte er jedoch, dass die Pandemie dank der getroffenen Maßnahmen und staatlicher Unterstützungen bisher ganz gut gemeistert wurde. Eine wichtige Rolle hierbei kommt auch dem laufenden Digitalisierungsprojekt alpenverein.digital zu, dessen



DAV-Präsident Josef Klenner führte von München aus durch die nachgeholte Hauptversammlung 2020, die erstmals als digitale Veranstaltung stattfand.

Fotos: DAV/Markus Pfäffer

heit von 91 Prozent bestätigt. Der finale Entwurf des Klimaschutzkonzepts soll auf der Hauptversammlung im Herbst 2021 diskutiert und beschlossen werden. Dass es der DAV ernst meint mit dem Klimaschutz, zeigt die derzeitige „Pilotphase CO₂-Bilanzierung“ von zwölf Sektionen. Hierfür wird ein Bilanzierungs-Tool entwickelt, das ergänzt um einen Leitfaden ab 2022 allen Sektionen zur Verfügung stehen soll. Der Klimaschutz wird in den kommenden Jahren eine wesentliche Aufgabe auch im DAV sein.

Die finanzrelevanten Punkte „Voranschlag 2021“ und die „COVID-19 bedingte Streckung der Mehrjahresplanung 2020-2023“ hatten

Fortschritt die Umstellung auf digitale Kommunikation innerhalb des Verbandes deutlich erleichtert hat. Schließlich konnten sich das Präsidium und der Verbandsrat über eine Entlastung mit 99,6 Prozent der abgegebenen Stimmen freuen – ein überzeugender Vertrauensbeweis der Sektionen.

Werbung, DAV Summit Club

Das Thema Werbung/Vermarktung beschäftigte die Delegierten auch dieses Mal. Zur Debatte stand, inwieweit künftig Werbung auf der Website alpenverein.de ausgespielt werden soll. Eine Mehrheit von 88 Prozent stimmte dem Antrag des Verbandsrates zu,

Weitere Beschlüsse

- > Anpassung der Beitragsstrukturen, um die sozialen Belange einiger gesellschaftlicher Gruppen stärker zu berücksichtigen.
- > Verbesserung der Services für Gäste auf DAV-Hütten (noch Abstimmung mit dem ÖAV und dem AVS erforderlich).
- > Förderung des Schwierigkeitskletterns im Fels und des Spitzenbergsteigens.
- > Anpassung der Förderrichtlinien für künstliche Kletteranlagen.

Wiederwahlen in den Verbandsrat:

Barbara Ernst
(Landesverband Nord für Bergsteigen)

Beppo Malton
(Südbayerischer Sektionentag)

Günther Manstorfer
(Südbayerischer Sektionentag)

Wiederwahl interne Rechnungsprüfung:
Nikolaus Adora

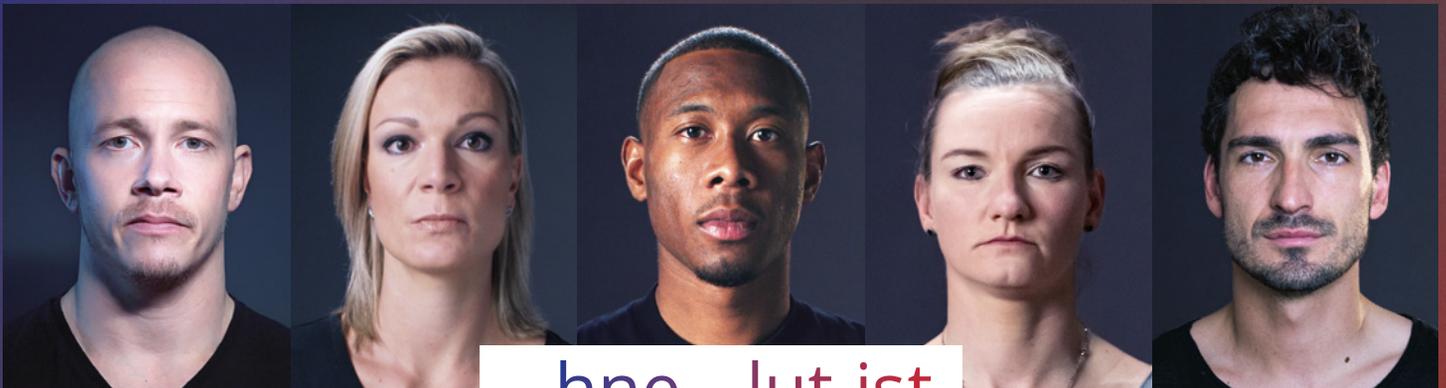


der – neben Eigenwerbung und Werbung von Sponsoren und des Summit Club – weiterhin auch direkt gebuchte Werbung von externen Unternehmen ermöglicht. Automatisiert ausgespielte Werbeformen wurden Anfang 2021 abgeschaltet. Bezogen auf Werbeausfälle in DAV Panorama, die einer ausgeweiteten Ausschlussliste in Sachen Flug- und Kreuzfahrtreisen zuzuschreiben sind, befand eine Mehrheit von 67,5 Prozent, dass diese Ausfälle nicht über den seit 2021 eingezogenen Klimabeitrag ausgeglichen werden können. Damit wurde ein früherer Beschluss rückgängig gemacht.

Auch zum DAV Summit Club lagen Anträge vor. Als Bergsteigerschule und Reiseanbieter richtet die hundertprozentige Tochtergesellschaft des DAV seit einigen Jahren ihre Aktivitäten nachhaltig aus. Die Kosten für die hundertprozentige CO₂-Kompensation aller Flugreisen werden künftig als Kostenposition in die Kalkulation aufgenommen. Des Weiteren möchte der Summit Club sein Reiseangebot bis 2025 klimaneutral gestalten. Damit soll der Summit Club in der Reisebranche auch als Vorbild wirken können.

Die Hauptversammlung 2021 wird Ende Oktober nach Möglichkeit als Präsenzveranstaltung in einer Messehalle in Friedrichshafen stattfinden. Dort sollen auch wieder Grußworte und Ehrungen ihren Platz finden – und der persönliche Austausch, der durchaus vermisst wurde. gh

#missingtype



_hne _lut ist

Schluss mit lustig.



Code scannen und
das Video auf
YouTube sehen!

menschen



Nikolaus „Niki“ Adora kam nach einem Sektionswechsel 1997 nach Hanau. Bereits ein Jahr später war er der Erste Vorsitzende der Sektion – zehn Jahre lang, heute ist er Ehrenvorsitzender. Neben seinem hohen Engagement bei der Sanierung der Hanner Hütte, der Errichtung des DAV-Kletterzentrums und dem Ausbau eines ehemaligen Wasserturms der Bahn als Kletter- und Bouldieranlage war er Mitinitiator der Wegegemeinschaft Lechtal-Allgäuer Alpen. Von 2005 bis 2010 saß er dem DAV-Bundesausschuss Hütten, Wege, Kletteranlagen vor, von Juli bis November 2010 engagierte er sich im DAV-Präsidium. Seit 2011 ist der ehemalige Prokurist als ehrenamtlicher Rechnungsprüfer des DAV tätig. Mit Erfolg und Vertrauen des Verbands: Bei der Nachhol-Hauptversammlung 2020 im Juni wurde er einstimmig in seinem Amt bestätigt. Wir gratulieren herzlich zum 85. Geburtstag am 27. Juni! *red*

Auszeichnung für den SBB

PRÄMIE FÜR DEN NACHWUCHS

Der Sächsische Bergsteigerbund (SBB) hat das „Grüne Band für vorbildliche Talentförderung im Verein“ 2020 gewonnen, wegen Corona fand die Übergabe erst 2021 statt. Die Prämie des bedeutendsten Nachwuchsleistungssportpreises in



Deutschland fließt unmittelbar zurück in die Jugendarbeit der Sektion, speziell in das Training aller Kinder- und Jugendgruppen. Damit künftig in der Vereinskletterhalle ein individualisiertes Training möglich ist, wird derzeit der

Boulderbereich neu gestaltet, um flexibel auf Entwicklungspotenziale der Kinder und Jugendlichen eingehen zu können. *red*

+ ticker +

DAV im Podcast Mit dem Alpencast® des DAV Siegburg ist neben dem Bergpodcast des Bundesverbands und dem Berliner Bergpodcast der dritte Podcast im Alpenverein online. Im Alpencast® kommen Menschen aus der Sektion und darüber hinaus zu Wort, die etwas rund um die weite Welt der Berge zu erzählen haben. Oder zu den vielfältigen Themen im Alpenverein selbst, wie Josef Klenner, der im Grußwort der Auftaktfolge in Podcasts ein passendes Medium für neue und kreative Wege der Kommunikation im Verein sieht. Der Alpencast® ist auf vielen Plattformen oder direkt bei der Sektion zu finden.



dav-siegburg.de/alpencast/

DAV in der Kirche Lange hatte der DAV Wiesbaden nach einer passenden Immobilie im Stadtgebiet gesucht, jetzt bekommt er ein neues Vereinsheim: eine ehemalige katholische Kirche im Ortsbezirk Rambach. Die Umbauarbeiten laufen, künftig sind in dem Gebäude Geschäftsstelle, Gruppenräume, Materiallager und Bibliothek untergebracht. Die örtliche Pfarrei St. Birgid bedauert zwar die Aufgabe der Kirche, mit dem Nachnutzer ist sie zufrieden: „Was wir Bewahrung der Schöpfung nennen, heißt beim Alpenverein Umweltschutz – im Ergebnis ist es aber doch sehr ähnlich.“

Neue Kletterhalle in Erlangen Mit der Sparkassen Bergwelt hat kürzlich in Erlangen eine der größten Kletteranlagen in ganz Nordbayern eröffnet. Das neue Kletter- und Vereinszentrum der Sektion Erlangen bietet mit mehr als 2000 Quadratmetern Kletterfläche, bis zu 18 Meter hohen Wänden im Innen- und Außenbereich und knapp 200 Routen ein vielseitiges Angebot für alle Leistungsklassen und eine neue attraktive urbane Sportmöglichkeit für die gesamte Region. Mit seinem modernen Konzept setzt das Kletter-



zentrum auf Barrierefreiheit und Energieeffizienz. So gehören etwa ein Gründach, eine Solaranlage und eine überdurchschnittliche Dämmung zur nachhaltigen Bauweise. Im Gebäude sind auch die Geschäftsstelle der Sektion Erlangen und die Alpin-Bücherei untergebracht. Ein großer Mehrzweckraum, ein Kinderspielbereich und ein Bistro mit Gartenterrasse runden das umfangreiche Angebot ab.

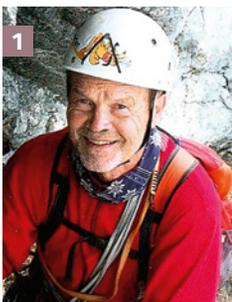
sparkassen-bergwelt.de

Fotos: SBB, DAV Erlangen, DAV Siegburg, DAV Archiv

Wir sind DAV!

1 Verein /// 358 Sektionen /// knapp 30.000 Ehrenamtliche

Fotos: Archiv Schneider, DAV Passau, DAV Ludwigsburg



Joachim Schneider

Der Alpinist

Ehemals DAV Bonn, aktuell DAV Landau/ Pfalz

1967 legte Joachim Schneider die Prüfung zum Hochtourenführer ab – sein HTF-Ausweis mit der Nummer 80 ist bis heute gültig. 30 Jahre lang engagierte er sich in verschiedenen Funktionen im Verein, u.a. als Jugend- und Ausbildungsreferent. 1962 führte ihn seine erste Klettertour an die Buntsandsteinfelsen der Nord-Eifel, es folgten unzählige weitere, vor allem schwere alpine Klettereien „im extremen Fels“: 2016 gelang ihm seine 100. Pause-Extremtour – der Rädlergrat am Allgäuer Himmelhorn. Seit 59 Jahren klettert er mittlerweile ohne Unterbrechung und ist in allen größeren Klettergärten zwischen Donautal, Ith und belgischen Gebieten wie auch in den Alpen „zu Hause“. Seine 1500. Alpintour beging er 2019 als Führungstour: den Südgrat des Salbitschijen, der als schönster Granitgrat der Schweiz gilt. Joachim Schneider lebt mit seiner Frau in Bonn und feierte dieses Jahr seinen 75. Geburtstag. Wir gratulieren nachträglich ganz herzlich!

„Wer mich kennt, weiß, dass die Berge und das Klettern zu meinem Leben gehören!“



Siegfried Geiger

„Mister Hauersee“

DAV Ludwigsburg

Auf 80 Jahre DAV-Mitgliedschaft bringt es der 1925 geborene Siegfried Geiger. „Mister Hauersee“ wurde er genannt, nachdem er mit viel Energie wesentlich am Wiederaufbau der Hauerseehütte beteiligt war. Der auch vom DAV Summit Club längst entdeckte Stützpunkt zur Selbstversorgung im Geigenkamm lässt ihn bis heute nicht los. Über ein Vierteljahrhundert kümmerte sich Siegfried Geiger als Wege- und später auch Hüttenwart darum, dass sich von langen Touren müde Gäste auf 2383 Meter Höhe wohlfühlten. „Hier kocht der Chef“ hieß es mitunter – unter Garantie jedoch kam im Laufe eines Abends der „Goschahobel“ zum Zuge. Noch mit 87 war er zu Fuß aufgestiegen.

„Der Wiederaufbau der Hauerseehütte war schon eine Art Lebenswerk. Umso mehr freut mich, wie sie angenommen wird. Natürlich würde ich immer noch gerne hinaufgehen.“



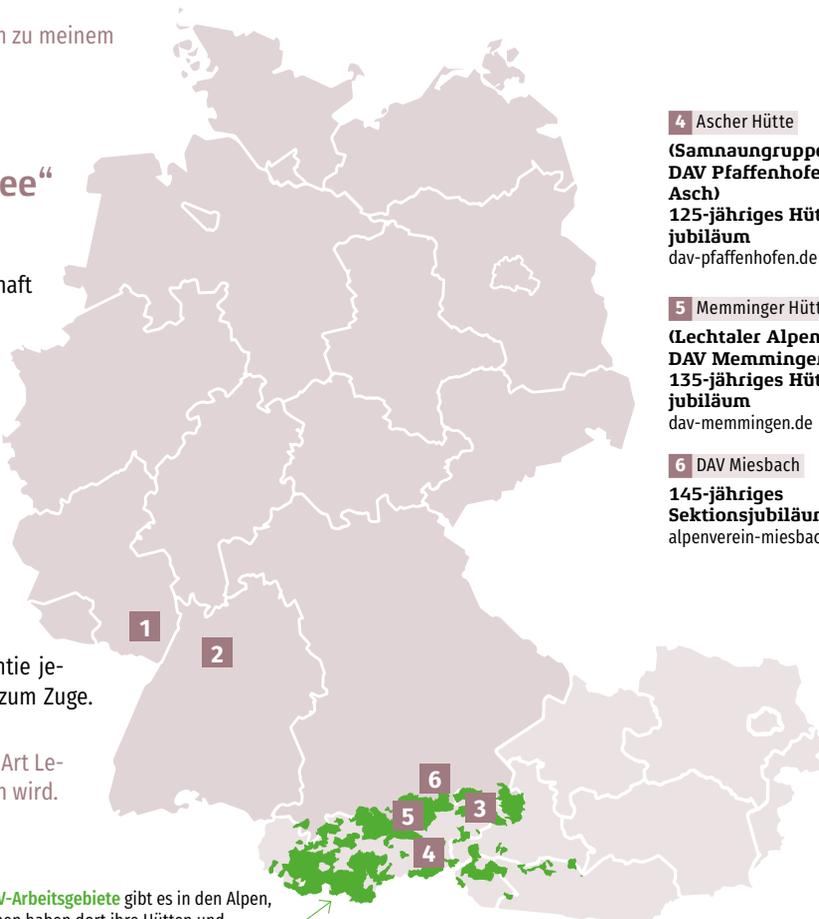
Elisabeth Hollaus

Die Höhlenhüterin

Lamprechtshöhle DAV Passau

Eine Hüttenwirtin mit einem sehr speziellen Arbeitsplatz ist Elisabeth Hollaus, die voller Leidenschaft die Lamprechtshöhle und das dazugehörige Gasthaus im Salzburger Saalachtal führt. Die Höhle mit einem allgemein zugänglichen Schauteil ist seit 1899 im Besitz der Sektion Passau, mit über 60 Kilometer Länge ist sie die längste Durchgangshöhle der Welt und gehört zu den größten Höhlensystemen Europas. Seit elf Jahren startet Elisabeth Hollaus frühmorgens und sieben Tage die Woche in den Arbeitstag – mit einem schnellen Kaffee und dem Kontrollgang durch die Höhle. Die Verantwortung ist groß: Wenn in der Höhle ihr Einsatz gefragt ist, muss die Pächterin sofort handeln. Die Gastronomie steht dann still. Dennoch ist ihr Arbeitsplatz für sie ein wunderbarer Platz, denn sie ist eins mit „ihrer“ Höhle. *red*

„Mein Familie und ich lieben es, hier zu sein.“



4 Ascher Hütte

(Samnaungruppe, DAV Pfaffenhofen-Asch)
125-jähriges Hüttenjubiläum
dav-pfaffenhofen.de

5 Memminger Hütte

(Lechtaler Alpen, DAV Memmingen)
135-jähriges Hüttenjubiläum
dav-memmingen.de

6 DAV Miesbach

145-jähriges Sektionsjubiläum
alpenverein-miesbach.de

189 DAV-Arbeitsgebiete gibt es in den Alpen, Sektionen haben dort ihre Hütten und kümmern sich um Bergwege und alpine Steige.

Im nächsten DAV Panorama ab 14. September:



Mountainbiken – Mittelgebirge

Singletrails in den Ardennen, Waldstraßen im Erzgebirge – zwei Stone-man-Touren bieten jetzt auch abseits der Alpen sportliche Mountainbike-Erlebnisse.



Klettersteig – quo vadis

Neue Eisenwege werden gebaut, das Klettersteiggehen boomt und zieht weiteres Publikum in die Berge. Ein Überblick über die aktuellen Entwicklungen im Klettersteigsport.

Weitere Themen:

Appenzell: Rund um den Säntis

Wallis: Wanderfreuden entlang der Suonen

Klimaschutz: Best-Practice-Beispiele im DAV

Menschen: Fotograf Peter Mathis

Fotos: Andreas Jentzsch, Traian Grigorian

DAV **Panorama**

Magazin des Deutschen Alpenvereins
73. Jahrgang, Nr. 4, August/September 2021
ISSN 1437-5923

Inhaber und Verleger

Deutscher Alpenverein e.V.
Anni-Albers-Str. 7, 80807 München
Tel.: 089/140 03-0
Fax: 089/140 03-98
dav-panorama@alpenverein.de
alpenverein.de/panorama

Redaktion

Georg Hohenester (verantwortlich, Adresse siehe oben) – gh (Reportage, Knotenpunkt)
Andi Dick – ad (Reportage, Menschen, Berg & Tal, Bergsport heute, Sicherheitsforschung, Wie funktioniert das, So geht das, Knotenpunkt)
Christine Frühholz – cf (Reportage, Alpenverein aktuell, Fitness & Gesundheit, Posteingang)
Franz Güntner – fg (Bergsport heute)
Jakob Neumann – jn (Unterwegs, Bergsport heute)
Jonas Kassner – jk (Panorama-Magazin auf alpenverein.de)
Julia Behl – (Panorama-Magazin auf alpenverein.de)

Die Redaktion des DAV redigiert und produziert DAV Panorama. Inhalt, Layout und Themenauswahl von „Knotenpunkt.“ obliegen dem JDAV-Redaktionsteam in Zusammenarbeit mit der Redaktion des DAV (s. Impressum „Knotenpunkt.“). Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser*innen, nicht des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Zeitschrift und

alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind geschützt. Verwertung ohne Einwilligung des Verlags ist strafbar. Die Redaktion behält sich die Kürzung und Bearbeitung von Beiträgen und Leserbriefen vor. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger oder Unterlagen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen. Rücksendung erfolgt nur gegen Beilage eines frankierten Rückkuverts. Alle in DAV Panorama vorgestellten Touren sind nach bestem Wissen recherchiert, es wird jedoch keinerlei Haftung für die Richtigkeit der Angaben übernommen. Die Beiträge ersetzen nicht eine korrekte Tourenplanung mit Karte, Führer und aktuellen Informationsquellen.

Autor*innen dieser Ausgabe

Max Bolland, Joachim Chwasczka, Klaus Gräbe, Christof Herrmann, Iris Kürschner, Silvan Metz, Nadine Ormo, Martin Prechtl, Marco Reeck, Brigitte Regauer, Nadine Regel (nr), Malte Roeper, Win Schumacher, Chris Semmel, Katharina Steyer, Michael Vitzthum, Cornelia Weber, Bernd Willer

Gestaltung und Produktion von DAV Panorama

Sensit Communication GmbH, 81543 München, sensit.de
Gestaltung und Layout des JDAV-Magazins „Knotenpunkt.“ sind eine Eigenentwicklung der JDAV; es wird getrennt von DAV Panorama produziert (s. Impressum „Knotenpunkt.“).

Verantwortlich für Anzeigen

Ad Alliance GmbH
Am Baumwall 11
20459 Hamburg
Verantwortlich für Anzeigen (v.i.s.d.P.):
Fabian Rother, Head of Brand Print + Direct Sales
Deputy Head of Brand Print + Direct Sales:
Daniela Pormann
Direct Sales Manager Print + Crossmedia:
Silvia Viereg, Tel.: 040/2866 864237
Anzeigentarif Nr. 55 (ab 1.1.2021)
Es gilt die jeweils gültige Anzeigenpreisliste unter ad-alliance.de

Gesamtherstellung

Stark Druck GmbH + Co. KG, Pforzheim
Verbreitete Auflage, IVW Quartal 2/21: 673.419
Erscheinungsweise: Sechsmal jährlich
Gedruckt auf 100-Prozent-Recycling-Papier
Steinbeis Charisma Silk

Der Bezugspreis ist für A-Mitglieder, Kinder/Jugendliche mit Einzelmitgliedschaft, Junioren und bestimmte B-Mitglieder durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



www.blauer-engel.de/uz195

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel zertifiziert.



Bitte geben Sie Änderungen der Anschrift oder Austritt möglichst umgehend Ihrer Sektion bekannt.



Markenartikel
zu Bestpreisen

Neu für Sie zum
Kennenlernen: bis zu
70% Preisvorteil!

Designer-Qualität im 5er Pack!



**5er Pack
Rundhals-
Ausschnitt**



**5er Pack
V-Ausschnitt**

Formstables
Gewebe



OTTO KERN

**Große
Größen
bis 4 XL**



UVP*-Preis 75,-
Personalshop-Preis 29,99
NEUKUNDEN-PREIS
€ 22,49
Sie sparen € 52,51
gegenüber dem UVP*

★★★★★
Das sagen Kunden:
„Sehr gutes Preis-
Leistungs-Verhältnis!“
Bester Tragekomfort, sehr bequem,
gute Passform, angenehm!
Mehr Bewertungen online

- Weiches, formstables Jersey-Gewebe aus 100% Baumwolle
- Bequemer Regular-fit-Schnitt
- Pflegehinweise:

Größen					
M	L	XL	XXL	3 XL	4 XL

Bestellen leicht gemacht! **0 69 / 92 10 110**
bestellen@personalshop.com FAX 069 / 92 10 11 800

BESTELLSCHEIN D30566 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 **D30566** 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: 069 / 92 10 110, Fax: 069 / 92 10 11 800, 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:
Personalshop
Bahnhofstraße 500
82467 Garmisch-P.**

Menge	Art.-Nr.	Größe	Artikelbezeichnung	NEUKUNDEN- PREIS
	62.242.051		5er Pack Herren Rundhals-Shirts, weiß	€ 22,49
	62.242.048		5er Pack Herren V-Shirts, weiß	€ 22,49

Absender (Bitte deutlich ausfüllen): Frau Herr Bearbeitungs- und Versandkostenanteil € 5,99

Name, Vorname: _____

Straße / Nr.: _____

PLZ / Ort: _____

Geb. Datum: _____ E-Mail: _____

* Stappreise beziehen sich auf Hersteller-Listenpreise oder unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (UVP)
** Detaillierte Angaben zum Rücktrittsrecht und Informationen zum Datenschutz finden Sie auf: www.personalshop.com

WENN ES UM
DEN RICHTIGEN
RUCKSACK
GEHT, STECKEN
WIR ALLE ANDEREN
IN DIE TASCHE.



GLOBETROTTER
UNSER HERZ SCHLÄGT DRAUSSEN.

WIR GEBEN ALLES, UM DICH BESTENS ZU BERATEN.



DU BIST NOCH NICHT IM DAV-GLOBETROTTER CLUB?
JETZT INFORMIEREN UND KOSTENFREI ANMELDEN UNTER:

WWW.GLOBETROTTER.DE/DAV



Offizieller Handelspartner



Jugend des Deutschen Alpenvereins