

01
25

SCHWABEN ALPIN

Mitgliedermagazin

WANDERN IN FRANKREICH

Erlebnisse im Massif Central – Aubrac und die Cantal-Berge

SKITOUREN

Tipps von nah bis fern – Schwarzwald, Salzburg und Südtirol

ERSTE HILFE OUTDOOR

Fortbildung für Kurs- und Tourenleitungen



 **DAV**
Deutscher Alpenverein

**Sektion
Schwaben**



EXPEDITION ERDE

ABENTEUER • EXPEDITIONEN • TRÄUME

RABATT
für DAV
Mitglieder

DIE GROSSEN

ABENTEUER

LIVE ERLEBEN

SATTELFEST

MIT DEM MOUNTAINBIKE
ÜBER DEN DÄCHERN DER WELT

Ludwigsburg, Scala • Sa, 15.03.2025

PORTUGAL
MIT MADEIRA

Ludwigsburg, Scala • Mo, 06.01.2025

ISLAND

Ludwigsburg, Scala • So, 16.02.2025

Infos & Tickets: www.EXPEDITION-ERDE.de

Liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde,

wenn ihr diese neue Ausgabe von Schwaben Alpin vor euch liegen habt, liegen wahrscheinlich einige stressige Tage oder gar Wochen hinter euch, die dann aber hoffentlich in ruhigere und besinnlichere Zeiten gewechselt haben – und vor euch liegt eine Nacht, die mit dem Wechsel von einem zum anderen Jahr vielleicht auch laut und überschäumend sein könnte.

Was ansteht, ist ein Rückblick auf das vergangene und eine Vorausschau auf das kommende Jahr. Wobei der Rückblick mit einem lachenden und einem weinenden Auge erfolgt: Wir haben viele schöne Bergtage erleben dürfen, und wenn im Tal vielleicht eine unerträgliche Hitze herrschte, war es in der Höhe gerade angenehm. An nasskalten Tagen hingegen waren wir froh, uns in gemütlichen Hütten bei leckerer Verpflegung aufzuwärmen. Weniger angenehm ist dabei sicher der Gedanke, dass die außergewöhnlich warmen Tage dem leider voranschreitenden Klimawechsel zu »verdanken« sind.

Das weinende Auge denkt an die Wetterkapriolen mit Überschwemmungen, bröckelnden Bergen, Murenabgängen und Lawinen, die wir in der zweiten Jahreshälfte erleben mussten. Ich weiß nicht, ob es nur mir so ging, aber gefühlt verbuchte ich mehr Opfer des Wettergeschehens als in der Vergangenheit. Tragisch, dass dies gerade in unseren geliebten Bergen stattfand. Für manche bewahrheitete sich daher leider der Satz von Johann Wolfgang von Goethe »Es nimmt der Augenblick, was Jahre geben.« Bedauerlicherweise waren auch Mitglieder der Sektion davon betroffen.

Viele Unglücksfälle waren leider auch Unwissen über alpine Verhältnisse, vielleicht auch Leichtsinn, geschuldet. Als DAV-Mitglied ist man vielleicht etwas im Vorteil gegenüber nicht organisierten Bergstei-

ger*innen, hat man doch in seiner Sektion im Optimalfall an Kursen teilgenommen, in denen man die Gefahreneinschätzung und das richtige Verhalten in den Bergen gelernt hat. Vielleicht ist man als Alpenvereinsmitglied aber auch durch Berichte in den genutzten alpinen Medien sensibler gegenüber den Gefahren im Gebirge. Betrachten wir dies einfach als weiteren Nutzen einer Mitgliedschaft und geben dies vielleicht auch an unsere Bekannten und Freunde weiter.

Hoffen wir, dass sich das Wettergeschehen – und damit auch die gestiegenen alpinen Gefahren – wieder etwas beruhigen werden. Auch wenn man nüchtern betrachtet vielleicht eher pessimistisch sein und eine Fortsetzung befürchten muss.

Für Schwaben Alpin steht – und viele Mitglieder haben es vielleicht schon mitbekommen – auch eine Zäsur an: Die Erscheinungsweise unseres Mitgliedermagazins folgt Panorama, dem Magazin unseres Dachverbands, und erscheint künftig nur noch drei Mal jährlich. Für euch als Leser*innen wird sich aber am Lesestoff nichts ändern – durch Umstellungen und vielleicht einem etwas erweiterten Umfang werden wir euch nach wie vor mit allem Wichtigem und Lesenswertem aus der Sektion versorgen.

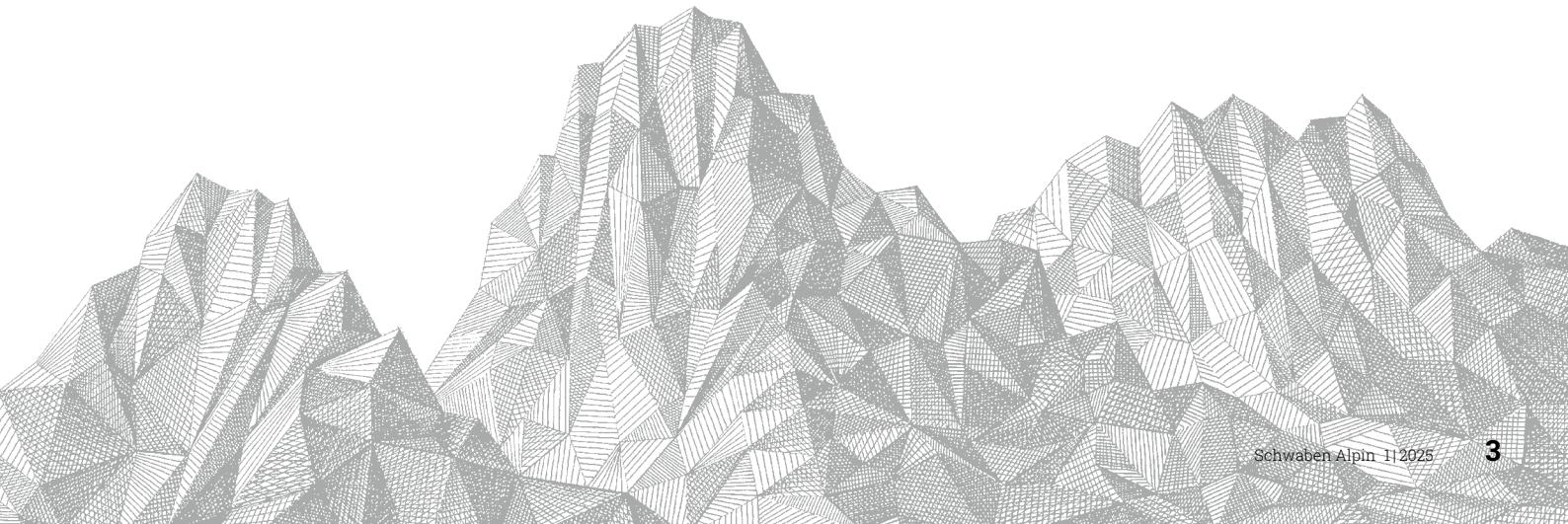
Als Fazit bleibt, dass wir das große Glück haben, auf ein umfangreiches Angebot an Tourenmöglichkeiten zugreifen zu können, die von den ehrenamtlichen Tourenleiter*innen der Sektion in der immer noch wunderschönen Bergwelt unserer Alpen angeboten werden. Deshalb wünsche ich euch allen von ganzem Herzen ein erfolgreiches, glückliches und gesundes Bergjahr 2025!

Dieter Buck
Redaktionsleiter

Von Dieter Buck
Redaktionsleiter
Schwaben Alpin



»Wir haben viele schöne Bergtage erleben dürfen.«



01

25

EDITORIAL

3

SCHWABEN-NEWS

Frohe Weihnachten Vorgestellt & Verabschiedung Versand Mitgliedsausweise	8
Einladungen zu den Mitgliederversammlungen der Bezirksgruppen Calw, Laichingen, Nürtingen	9
Unsere Sektion in den Medien	10
Vorträge	20

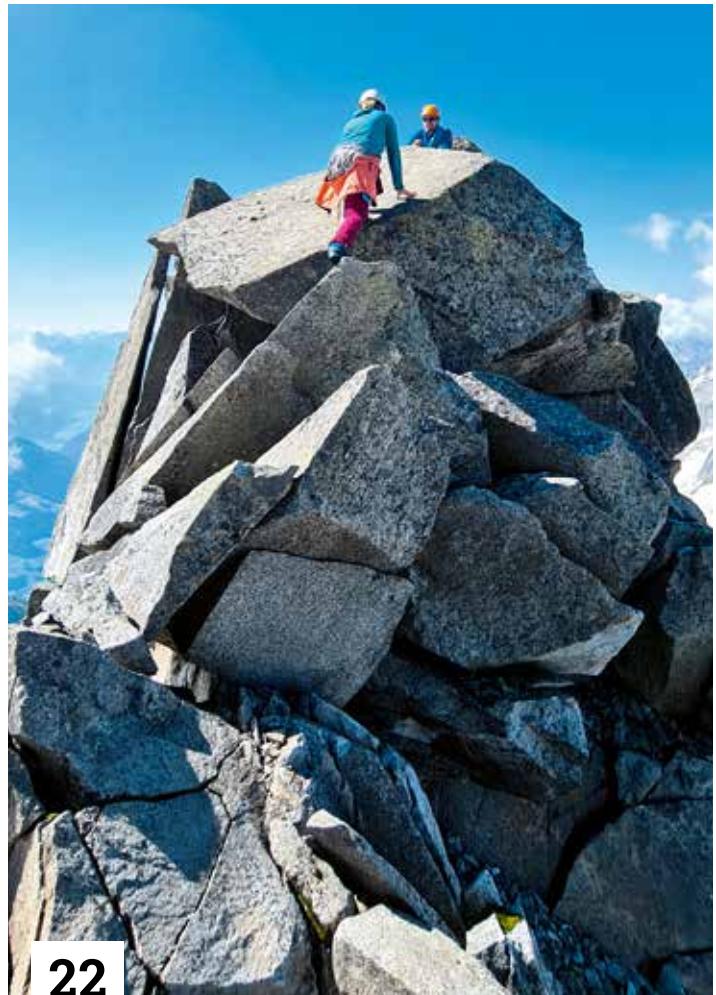
BERGSPORT & TOUREN

Alphorn-Dreiklang bei den drei Zinnen	16
Erste Hochtouren in den Zillertaler Alpen	22
Wandern im Salzburger Seenland	26
ÖPNV Wanderungen im Massif Central	30
Skitourentipp: Auf das Gründegg	41
Skitourentipp: Südschwarzwald	42
Skitouren in Südtirol	48
Mountainbiken in Graubünden	52
Erste Hilfe Outdoor	54
Kurse & Touren der Sektion Schwaben	56

INTERVIEW

Im Gespräch mit Florian Mönich	12
Nadine Wallner übers Freeriden am Arlberg	44

► Unser Titelbild: Abstieg vom Hählekopf (2058 m) an einem sonnigen Januartag 2024 mit Schneeverwehungen am Gipfel. Ein unvergesslicher Moment beim DAV Schneeschuh-Grundkurs in der winterlichen Bergwelt des Kleinwalsertals. Foto: Daniel Eichelle

**22****Hochtouren in den Zillertaler Alpen**

Ein ausgefülltes und erfüllendes Hochtouren-Wochenende trotz wechselhaften Bedingungen

**44****Freeriden am Arlberg**

Interview mit der Profi-Freeriderin Nadine Wallner samt spektakulären Bildern aus ihrem Film Backyard (by EOFT)



38

Jugend auf Skitour

Nach Südtirol ist vor Südtirol – vom Puzzeln und von Skitouren



52

Mountainbiken in Graubünden

Alpine Abenteuer auf schmalen Wegen



16

Unterwegs mit dem AlpFlyingHorn

Hommage an ein ganz besonderes Instrument



26

Im Salzburger Seenland

Im Frühling sind Wandertouren im Voralpenland besonders verlockend.

12

»Die Befähigung zum eigenverantwortlichen Berggehen ist eine der zentralen Aufgaben des DAV.«

Florian Mönich im Interview

JUGEND

Wettkampfgruppe Böblingen trainiert in Innsbruck	36
Aalener Jugend auf Skitourenwoche	38

UNSERE GRUPPEN

Bezirksgruppen	60
Stuttgarter Gruppen	62

HÜTTEN

Hütteninfos	34
Unsere Hütten & Häuser	35

IMMER IM HEFT

Magische Bergmomente	6
Im Andenken	9
Angeberwissen für Bergfexe	11
Hüttenrezept	21
Gipfelpost	63
Lesestoff	64
Kontakte und Leistungen	66
Redaktion und Termine	66
Impressum	66



Magische Bergmomente

Grossarltal - Blick vom Kreuzkogel (2027 m) über das Gasteinertal hinweg zu den Hohen Tauern. Rechts der Sonne das Große Wiesbachhorn (3564 m), links der Sonne der Rauriser Sonnblick (3106 m).

Foto: Tourismusverband Großarltal



Hast auch du einen magischen Bergmoment erlebt, den du mit uns teilen möchtest? Wir freuen uns über die Zusendung direkt an unseren Redakteursleiter Dieter Buck.



Foto: Tourismusverband Großartal

Die Redaktion wünscht allen Leserinnen und Lesern
ein frohes Weihnachtsfest und viele schöne Bergerlebnisse
im neuen Jahr. Mögt ihr auch so viel Lebensfreude und Grund
zum Lachen haben wie diese beiden Kinder.



Frohe Weihnachten



HALLO ZUSAMMEN,

ich bin Raphael Schwarz und der neue FSJler der Sektion. Mit meiner Familie war ich schon oft in den Bergen. Meine Leidenschaft zum Sportklettern hat angefangen als meine Schwester, mein Vater und ich einer Familiengruppe in

der Bezirksgruppe Kirchheim beigetreten sind.

Als aus der Familiengruppe eine Jugendgruppe wurde, wurde ich als Jugendleiter aktiv: Ich war bei den meisten Gruppenstunden und Ausfahrten dabei oder habe diese mitorganisiert. Als Delegierter habe ich an der Landesjugendversammlung teilgenommen.

Aus diesen Erfahrungen heraus bewarb ich mich für einen Freiwilligendienst bei der Sektion. Nach der Zusage konnte ich es kaum erwarten, dieses Jahr voller spannender Einblicke und neuer Herausforderungen zu starten. Ich freue mich insbesondere, Jugendgruppen zu leiten und Ausfahrten zu begleiten, sowie zu lernen, was hinter den Kulissen der Vereinsarbeit steckt.

VERSAND MITGLIEDSAUSWEISE

Wie jedes Jahr ist euer Mitgliedsausweis 2024 bei ungekündigter Mitgliedschaft und zahlbarem Beitrag für 2025 noch bis Ende Februar 2025 gültig. Den neuen Ausweis 2025 erhaltet ihr rechtzeitig per Post.



ABSCHIED VON DER GESCHÄFTSSTELLE

Über fünf Jahre war Michael Bubeck, ehemaliger Wirt der Tölzer Hütte, zuständig für die Verwaltung unserer neun Hütten. Zum Jahreswechsel verabschiedet er sich als hauptamtlicher Mitarbeiter von der Geschäftsstelle. Als ehrenamtlicher Trainer bleibt er weiterhin in unserer Sektion aktiv. Wir wünschen ihm alles Gute und großartige Bergerlebnisse.

Dabei sein und mitbestimmen

Mitgliederversammlungen

Bezirksgruppe Laichingen:

Freitag, 25. Januar 2025, 19 Uhr

Gasthaus Rössle, Bahnhofstraße 33, 89150 Laichingen

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Gedenken an verstorbene Mitglieder
3. Bericht der Bezirksgruppenleitung
4. Kassenbericht
5. Bericht des Kassenprüfers
6. Entlastungen
7. Ehrung der Jubilare
8. Verschiedenes
9. Beiträge und Bilder zu den Wanderungen und Touren 2024

Bezirksgruppe Nürtingen:

Der Vorstand lädt alle Mitglieder der BG Nürtingen herzlich ein zur Mitgliederversammlung.

Dienstag, 28. Januar 2025, 20 Uhr

Bürgertreff Nürtingen, Marktstraße 7, 72622 Nürtingen

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Bericht des Vorstandes und der Gruppen
3. Kassenbericht
4. Aussprache über die Berichte
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahlen
7. Verschiedenes

Anträge sind bis spätestens 13. Januar 2025 beim Vorsitzenden und kommissarischen Leiter Werner Göring einzureichen: werner.goering@t-online.de

Bezirksgruppe Calw:

Freitag, 21. März 2025, 19 Uhr

Gasthaus zum Löwen, Hauptstraße 21,
75387 Neubulach-Oberhaugstett

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Totenehrung
2. Bericht des Vorstandes und der Spartenleiter
3. Bericht des Kassenwartes
4. Entlastung
5. Wahlen:
 - Vorsitzender
 - Familiengruppenleiter
 - Seniorenguppenleiter
 - Medienbeauftragter
 - Kletterhallenbeauftragte
6. Grußworte der Gäste
7. Verschiedenes, Wünsche und Anträge

Im Andenken an unsere verstorbenen Mitglieder

Mitglied	seit
Bernhard Baur	1974
Gerhard Berger	1998
Ulrike Bohne	2022
Wolfgang-R. Fischer	1967
Karl Halm	1996
Kurt Hölldampf	2011
Wolf-Ruediger Keller	1977
Rolf-Peter König	2010
Helmut Maier	1976
Fritz Maier	1975
Hanna Mueller	1963
Hans Müller	1950
Gerd Riedel	1992
Kurt-Fritz Rochau	1952
Christoph Romics	2015
Karl Schaich	1999
Thomas Tast	2009
Rudolf Uhl	1971
Werner Würch	1956

AUSZEICHNUNG FÜR DIE JAMTALHÜTTE

Für ihren neuen Webauftritt wurde die Jamtalhütte mit dem Corporate Design Preis in der Kategorie Redesign ausgezeichnet. Wir finden zu Recht.

Unter www.jamtalhuette.de erfahrt ihr alles Wissenswerte zur auch im Winter geöffneten Jam. Auch eure Betten könnt ihr dort direkt reservieren.

**KORREKTUR:
SANIERUNG SCHWARZWASSERHÜTTE**

Die beschlossene Sanierung unserer beliebten Hütte im Kleinwalsertal verschiebt sich zwar, gestartet wird dennoch schon 2025 – nicht wie in Heft 4/24 kommuniziert erst 2026. In diesem Jahr wird jedoch der Großteil der Arbeiten erfolgen.

STABILE MITGLIEDSBEITRÄGE

Nach erneuter Kalkulation kann die Sektion ihre Mitgliedsbeiträge trotz erhöhter Verbandsabgabe halten. Es erfolgt keine Erhöhung zum Jahr 2025.

**VIERMAL GANZ OBEN IN BADEN-WÜRTTEMBERG**

...waren die Athletinnen und Athleten des Wettkampfteams. Sie stellen die neuen baden-württembergischen Meister*innen:

Juniorinnen/Jugend A: **Franka Funk**

Junioren: **Jakob Schiefer**

Jugend A männlich: **Moritz Schiefer**

Jugend B männlich: **Felix Schauwecker**

Moritz Schiefer wurde Vizemeister in der Jugend A während **Cecilia Schmidt, Milan Armengaud** und **Max Braun** jeweils auf dem 2. bzw. 3. Platz ihrer Kategorie landeten.

Die Jugendcup-Serie 2024 ging im Oktober zu Ende. In die Gesamtwertung zählen die besten Ergebnisse aller drei Disziplinen (Lead, Speed und Bouldern).

Alle Ergebnisse unter www.digitalrock.de und auf dem Instagramkanal des Teams @teamschwabenwettkampfklettern.

Unsere Sektion in den Medien

**Gerhard Walter im ORF**

Der ORF hat in seiner Sendung **Tirol heute** vom 28. September 2024 unseren Pächter der Jamtalhütte mit einem Beitrag über seine erste Saison als Hüttenwirt gewürdigt.

Das Mitgliedermagazin des DAV-Bundesverbands, **panorama**, war zu Besuch im Kleinwalsertal und begeistert von unserer Schwarzwasserhütte. Heft 5/2024, S. 30ff.



DAMIT DU AUF DER NÄCHSTEN TOUR IN DIE
BERGE SCHÖN EINDRUCK SCHINDEN KANNST,
NEHMEN WIR FÜR DICH DIE

Latschenkiefer

KURZ UND KNACKIG UNTER DIE LUPE

Zusammen mit der Zirbe gehört die Latschenkiefer wohl zu den bekanntesten alpinen Kiefernarten. Dabei ist die auch Bergkiefer genannte Latsche recht genügsam. Wusstest du, dass...

... die Latschenkiefer auch in den Vogesen, dem Schwarzwald, aber ebenso im Erzgebirge und den Karpaten vorkommt?

.... das Krummholzgewächs aufgrund seiner strauchartigen Wuchsform mit einer Höhe von ein bis drei Metern auch an Steilhängen, die andere Baumarten meiden, Halt findet und so als Lawinenschutz fungiert?

... das aus den Zweigen und Nadeln gewonnene Öl der Latschenkiefer gegen Atemwegserkrankungen, Verspannungen und Gelenkschmerzen eingesetzt wird?

... es weibliche und männliche Latschenkieferzapfen gibt? Dabei sind die weiblichen zunächst blassrosa bis rot und im ersten Jahr nur etwa einen Zentimeter groß. Im zweiten Jahr geben die dann gereiften Zapfen den geflügelten Samen frei.

Im Gespräch mit Florian Mönich

Geschäftsführer der Sektion Schwaben 2016–2024



Der DAV hat 356 Sektionen und über 1,5 Millionen Mitglieder. Die Sektion Schwaben ist darunter mit über 40 000 Mitgliedern die drittgrößte Sektion. Die letzten acht Jahre hat Florian Mönich die Entwicklung der Sektion mit verantwortet. Aus familiären Gründen verlässt Florian nun die Sektion und zieht auch beruflich nach München. Anlass genug, einen Blick auf die Person zu werfen, welche die Geschicke der Sektion gelenkt hat.

Schwaben Alpin: Florian, nach acht Jahren müssen wir dich nun endgültig ziehen lassen. Die Doppelbelastung der Pendlerei zwischen den beiden Landeshauptstädten hat ein Ende. Weißt du noch, welches dein allererstes Projekt hier bei uns in der Sektion war?

Oh, das ist gleich zu Beginn keine leicht zu beantwortende Frage. »Das erste Projekt« gab es eigentlich gar nicht. Vielmehr liefen bei der Sektion bereits viele spannende Projekte parallel, sodass ich gleich überall Vollgas geben musste. Das war herausfordernd, aber ich hatte dadurch natürlich auch sehr schnell einen tiefen Einblick über die Gesamtaktivitäten der Sektion und die besonderen Herausforderungen. Zudem konnte ich so sehr schnell die verschiedenen Akteure kennen lernen und merkte, dass das Team aus Ehrenamt und Hauptamt bei der Sektion gut aufgestellt war.

In den letzten acht Jahren hat sich die Mitgliederzahl unserer Sektion um knapp 37 Prozent gestei-

gert. Gibt es hierfür spezielle Erfolgsfaktoren oder ist der Zuwachs dem allgemeinen Trend »hin zum Berg« anzurechnen und damit ein Selbstantrieb?

Ich denke schon, dass der allgemeine Trend uns gut in die Karten gespielt hat. Das heißt aber nicht, dass damit die Mitgliederentwicklung zum Selbstantrieb wird. Man muss gerade an diesem Thema immer intensiv dranbleiben. Heute hat beispielsweise kaum jemand mehr das Bild vom Wanderer mit Kniebundhose und Hosenträger vor Augen. Wandern ist »hip« geworden. Damit verbunden ist auch ein klarer Auftrag an die Öffentlichkeitsarbeit bezüglich einer zeitgemäßen Außendarstellung des DAV. Neben einem gestiegenen Dienstleistungsgedanken, dem wir mit unseren Servicestellen und unserem Angebot nachkommen, haben vor allem unsere Aktivitäten und Investitionen in unsere Kletter- und Boulderhallen die positive Entwicklung deutlich unterstützt. Der Kauf der rockerei ist eine Erfolgsgeschichte und ich bin davon überzeugt, dass auch das neue Projekt in Essingen daran anknüpft.

»DIE BEFÄHIGUNG ZUM EIGENVERANTWORTLICHEN BERGGEHEN IST EINE DER ZENTRALEN AUFGABEN DES DAV.«

Ändern sich mit der Anzahl der Mitglieder auch die Erwartungen an den Verein?

Was ich beobachte, ist, dass Mitglieder den DAV zunehmend als »Dienstleister« sehen. Das spiegelt sich auch in der gesamten Gesellschaft wider. So gibt es auch bei uns Eltern, die ihre Kinder in einer Gruppe anmelden, um ihr Kind dort »abzugeben«, damit sie Erledigungen oder eigenen Interessen nachgehen können. Auch ist verglichen mit der Vergangenheit eine höhere Fluktuation der Mitglieder zu beobachten. Einige Mitglieder gehen sehr rational an das Thema »Mitgliedschaft im DAV« ran. Sie rechnen sich aus, ob sich eine Mitgliedschaft »lohnt«, weil man beispielsweise eine Hüttentour plant und die Mitgliedervorteile dabei gerne in Anspruch nehmen möchte. Wenn dann am Ende der Tour auch die Mitgliedschaft wieder gekündigt wird, ist das bedauerlich. Das zeigt uns, dass diese Leute noch nicht sehen, dass der DAV in vielerlei Hinsicht Gutes tut ... sei es für die Umwelt, für die Gemeinschaft an Bergsportbegeisterten, für den Erhalt der Hütten und Wege oder in Sachen Ausbildung, um nur einige Felder zu nennen.

Es reicht daher nicht, wenn wir mit unseren sichtbaren Angeboten wie Kletterhallen und DAV-Hütten werben, wir müssen auch die »sinngebenden Werte« immer wieder in das Bewusstsein bringen und bewerben. Sicher sind wir auch als Dienstleister tätig, aber mindestens genauso wichtig ist uns die Stärkung der Gemeinschaft von Menschen mit ähnlichen Interessen, in welcher alle ihren Platz finden können.

Was siehst du demzufolge als Kernaufgabe des DAV?

Aufgrund der vielfältigen, bunten und großen Community ist es schwierig, von »der einen Kernaufgabe« zu sprechen, aber nichtsdestotrotz ist sicher die Vermittlung der Fähigkeit, eigenverantwortlich in die Berge gehen zu können – sprich die Ausbildung –, eine zentrale Aufgabe des DAV. Auch die weiteren »klassischen« Themen wie Natur- und Klimaschutz, die Erhaltung des Hütten- und Wegenetzes in den Alpen, die Kinder und Jugendarbeit, oder die Sportförderung haben einen festen Platz in unseren Vereinszielen.





Nah an den Menschen zu sein, deren und die Bedürfnisse und Interessen der Gesellschaft zu kennen und entsprechende Angebote zu schaffen hat uns die letzten Jahre ausgezeichnet. Das war auch der Grund, dass wir eine Servicestelle inmitten von Stuttgart im Globetrotter eröffnet haben, oder weiter in den Boulderhallenmarkt investiert haben.

Mehr Mitglieder heißt auch mehr Beiträge und damit finanzieller Spielraum für Projekte. Wo siehst du die größten Diskrepanzen zwischen den Wünschen der Mitglieder und Möglichkeiten, diese zu realisieren?

Die Mitgliedsbeiträge allein reichen natürlich nicht aus, um einen Verein in unserer Größenordnung mit über 40 000 Mitgliedern zu erhalten, geschweige denn weiterzuentwickeln. Auch deshalb, weil über 40 Prozent davon an die Verbände – größtenteils an unseren Bundesverband – abgehen und wir die Mitgliedsbeiträge bewusst niedrig halten. Schließlich sind Berge ein Allgemeingut, und es soll sich die Mitgliedschaft im DAV möglichst jede und jeder leisten können. Wir leben von der Vielfalt der Menschen mit ihren unterschiedlichen sozialen, wirtschaftlichen und persönlichen Hintergründen und natürlich von ehrenamtlichem Engagement in allen Bereichen. Genauso das macht den DAV als Verein ja so sympathisch.

Finanzielle Förderungen spielen im Haushalt der Sektion ebenso eine bedeutende Rolle. Zu meinen Anfangszeiten fielen wir nicht mal unter die Sportförderrichtlinie der Stadt Stuttgart. Das hat sich mittlerweile zum Glück geändert. Somit haben wir ein wenig mehr Spielraum, Projekte zu verwirklichen. Wenn auch bei Weitem nicht alle Projektideen realisiert werden können, so doch zumindest die wegweisenden, wichtigen Projekte wie z.B. der stetige Ausbau der Kletterhallen und notwendige Sanierungen der Berghütten unter Energiesparaspekten.

Welche neuen Angebote könntest du dir noch vorstellen?

Oh, da gibt es jede Menge in meinem Ideenkorb. Die Frage ist aber, ob wir alle Bedürfnisse bedienen wollen. Sicher könnte man Führungskräfteevents am Berg oder Achtsamkeitsseminare veranstalten, um nur zwei Beispiele zu nennen ... – aber mal ganz

ehrlich: Wir sind keine Psychologen, das ist im Zweifel der Berg selbst. Wenn unsere Mitglieder das erkennen, haben wir auch ohne explizite Kursangebote viel richtig gemacht. Es muss nicht immer alles ein Label haben und mit Seminarkosten verbunden sein, um Erkenntnisse für sich selbst zu gewinnen. Viele sehen glücklicherweise den Wert der Berge. Auch mir selbst geht es so: Sobald ich in den Bergen bin, bin ich raus aus der Alltagsgesellschaft. Und das ist gut so. Ich persönlich halte nichts von der »Eventisierung« der Bergwelt, respektiere aber gleichzeitig, dass Tourismusverbände und Seilbahngesellschaften genau von solchen Trends leben müssen.

Du bist unter anderem auch Mitglied im Sportausschuss der Landeshauptstadt gewesen. Wie wichtig ist die Verbindung zur Politik? Wie unterscheidet sich die öffentliche Verwaltungspolitik von der Vereinspolitik oder gibt es gar keine so großen Unterschiede?

Da sagst es, tatsächlich gibt es viele Gemeinsamkeiten. Auch im DAV haben wir verschiedene Gremien, wodurch Entscheidungswege notwendig sind. Und in beiden Fällen sind die Interessen vieler mit einzubeziehen.

In der Sektion ist das Zusammenwirken von Geschäftsführung und Vorstand sicher von zentraler Bedeutung. Hier werden Ideen und wichtige Projekte gebündelt, priorisiert und koordiniert. Dabei sind Beharrlichkeit ebenso wichtig wie Geduld und eine regelmäßige, offene und transparente Kommunikation. Leider ist der DAV bei den politischen Entscheidungsträgern der Stadt und dem Land viel zu wenig bekannt, und das, obwohl unsere Sektion in Baden-Württemberg nach dem VfB Stuttgart und dem SC Freiburg der drittgrößte Sportverein ist. Sicherlich eine Zukunftsaufgabe für die Sektion.

Mir war es darüber hinaus immer ein Anliegen, die Vernetzung zwischen der Kommunalpolitik und Verwaltung voranzubringen. Nicht nur um an Förderböpfen zu kommen, sondern weil in der gemeinsamen Arbeit oft gute Ideen und Projekte entstehen.

Wo siehst du den DAV in zehn Jahren?

Der DAV wird sicherlich urbaner bzw. wohnortnäher. Die ersten Schritte wurde dazu schon vor vielen Jah-

ren gegangen (zum Beispiel mit dem Bau des Kletterfelsens auf der Waldau), aber es rückt immer mehr in das Bewusstsein der Mitglieder. Die Leute fahren nach wie vor gerne in die Berge, wollen jedoch auch wohnortnah ihren (Berg-)Sport ausüben. Daher sind wir bemüht, Angebote wie Radsport, Bergsport auf der Schwäbischen Alb und nicht zuletzt die Kletterhallen stetig auszubauen. Jüngst erst wurde der Kauf der Boulderhalle in Essingen beschlossen. Bei solchen Aktivitäten akquirieren wir einen wesentlichen Anteil an neuen Mitgliedern, die dann den DAV in seiner ganzen Vielfalt auch jenseits der Kletterhalle wahrnehmen. Das weitere Wachstum des Alpenvereins wird auch ein Mehr an Anonymität bringen und für uns die Aufgabe und zugleich Chance zur Sensibilisierung im Umgang mit der Natur und Umwelt.

Welchen Rat würdest du einer Nachfolgerin oder einem Nachfolger mit auf dem Weg geben, um nachhaltig Freude und Erfolg an der Arbeit in der Geschäftsführung zu haben?

Identifikation mit dem DAV und die Basis (wer sind wir und wo kommen wir her?) nicht zu vergessen. Ansonsten soll er seinen bzw. sie ihren eigenen Weg gehen, jede*r hat eigene Schwerpunkte und andere Stärken.



Was wirst du an Stuttgart vermissen?

Die Mountainbiketrails der heimlichen MTB-Hauptstadt, aber auch die Topografie an sich und dadurch Plätze wie auf dem Kappelberg oder um das Teehaus und natürlich Familie, Freunde und die Menschen allgemein.

Wenn man dir auf der Straße begegnet, über was könnte man sich spontan mit dir unterhalten?

Sport – insbesondere das Mountainbiken, Nachhaltigkeit, gutes Essen und guten Wein, Reisen und Politik.

Text: Susanne Häbe

Fotos: privat



Mit deinem Mitgliedsbeitrag trägst du dazu bei, dass ...



... die rund 320 **DAV-Hütten** modernisiert und mit neuesten Technologien umweltfreundlich betrieben werden können.



... circa 30.000 km **Wanderwege** in Deutschland und Österreich repariert, beschildert, markiert und somit sicher gehalten werden.



... neue **DAV-Kletterhallen** eröffnet oder bestehende renoviert werden können.



... **Familien, Kindern und Jugendlichen** die Freude am Bergsport und an der Natur vermittelt werden kann.

... **Ausbildungskurse** und Touren für alle Altersgruppen und in allen Bergsport-Disziplinen angeboten werden können.



... **Natur- und Klimaschutzprojekte** umgesetzt werden können.



... die **Schönheit und Ursprünglichkeit** der Bergwelt erhalten wird.



Wir lieben die Berge.
Gemeinsam für Bergsport, Natur & Klima.



Mit dem AlpFlyingHorn zum Dreiklang der Zinnen

Archaisch durch die Dolomiten

Mein lange geheckter Plan für den Ruhestand, eine Solo-Tour nur mit meinem Alphorn von Oberstdorf über die Alpen nach Bozen zu machen, fällt Regen, Gewitter und dem vielen Schnee zum Opfer. Aber es gibt ja noch die Dolomiten und die Drei Zinnen.

Erwartungsvolle Spannung, die mir den Puls antreibt: die Ruhe, die Stille zu zerteilen mit dem ersten Ton. Wie wird er hier klingen? Wird das Spiel gelingen? Dieses Mal stehe ich in der Nähe der Drei-Zinnen-Hütte auf dem Aussichtsplateau im Angesicht der Ehrfurcht gebietenden Drei Zinnen. Nicht umsonst sind sie so oft auf Bildern zu sehen. Mit der Stille ist es hier allerdings doch nicht so weit her. Internationale Wanderschaften kommen vor allem von der Auronzo-Hütte herüber und scharren sich bei der Hütte, bekanntermaßen ein sehr guter Standpunkt für Bilder. Und, wie ich finde, die schönste Stelle um das Alphorn zu blasen, bei dem vielen Publikum aus aller Herren Länder. Werden sich die Menschen freuen? Werde ich auch auf Ablehnung stoßen? Gefällt es, wenn ich mir so viel lauten Raum nehme, wo doch eigentlich eher Ruhe angesagt ist?

Ich nehme meinen Mut zusammen, suche stabilen Stand und gute Haltung, beruhige den Atem, Lippen ans Mundstück, Spannung in den Lippen aufbauen, Luft einatmen und fließen lassen. Ich spiele langsam einen Dreiklang und bau weitere darauf auf, versuche die Ehrfurcht vor den Bergen in die Töne zu legen. Schön klingt es hier, mit etwas Widerhall. Viele Menschen bleiben überrascht stehen und versuchen zu verstehen, was das für Klänge sind, und suchen, woher sie kommen. Schnell haben sich zahlreiche Menschen im weiten Halbrund um mich eingefunden. Es wird fotografiert und Videos werden gedreht. Offenbar



► Einklang – mit den Drei Zinnen

◀ Klang der Stille – nach dem Abendständchen bei den mystischen Geislern







▲ Ausklang – zum Hochzeitsständchen auf dem Kronplatz mit Peitlerkofel



▲ Vielklang – der Sprachen: viel internationales Publikum bei den Geislern

kommt mein Spielen bei allen gut an. Nach dem ersten Lied Applaus von allen Seiten, die Menschen sind begeistert. Niemand scheint Anstoß zu nehmen, keine kritischen Stimmen. Ich bin erleichtert und freue mich sehr.

Es kommen immer mehr Menschen zusammen und ich spiele noch einige Stücke, von denen ich finde, dass sie gut hierher passen wie zum Beispiel

»Am Wehrschütz«. Ich empfinde es als großes Glück, an so einem erhabenen Ort Alphorn spielen zu können. Später suche ich mir eine ruhige Stelle, um mich zu stärken und schaue diesen tollen Bergdrehklang einfach an. Nachmittags steige ich ab durchs schöne Tal der Schwarzen Rienz zum Dürrensee, vom Fischleintal war ich frühmorgens hochgestiegen. In der Dämmerung gibt es noch eine kleine Abendmusik über den See.

Durch Südtirol mit dem Alphorn

Aber zurück auf Anfang: Nach einer gemütlichen Anreise mit dem Zug ab Esslingen führt mich meine Tour von Brixen letztendlich über St. Maddalena, Schläuterhütte, Würzjoch, St. Vigil, Pederü-Hütte und

Sexten zu den Drei Zinnen und über den Dürrensee und die Fodara Vedla-Hütte zurück nach St. Vigil. Das gewittrige Wetter und proppenvolle Unterkünfte machen so manche Planänderung mit teilweise Standquartier und Busfahrten erforderlich. Mit 66 Jahren muss ich mir nicht mehr alles geben. Außerdem danken es meine Gebeine und mein Rücken.

Vorgebucht habe ich nur die ersten drei Nächte, ich möchte flexibel sein und nicht festgelegt auf jede Tagesetappe. Für die ersten zwei Nächte in St. Maddalena habe ich als letzte freie Möglichkeit eine Dachkammer in einem kleinen Hotel ergattert und in der Schläuterhütte überraschend noch ein Einzelzimmer.

Blasen wo Messner das Klettern lernte: die Geislerspitzen

Die Geislerspitzen wollte ich schon lange einmal in natura sehen. Am ersten Morgen steige ich den kurzen Weg hinauf zur Kirche St. Maddalena und weiter zum Fotopoint. Was für eine Aussicht zu den Geislerspitzen! Genau so kennt man sie von vielen Bildern. Wie berühmt dieser Fotopoint ist, erkenne ich erst jetzt. Gruppenweise Bustouristen, die meisten sind Asiaten, kommen hierher um sich vor den Geislern in allen möglichen Posen ausgiebig fotografieren zu lassen, ein echtes Schauspiel. Darüber vergesse ich fast, warum ich hierhergekommen bin. Dann gehe ich zurück zur Kapelle und spiele das Alphorn. Bei diesem tollen Blick und dem begeisterten Publikum macht es viel Freude, ich könnte



Das SwissCarbonAlphorn

Möglich macht eine solche tagelange Wanderung mit Alphorn das SwissCarbonAlphorn, erfunden von einem Schweizer Tüftler, der es AlpFlyingHorn nannte, weil es beim Spielen »fliegen« – also frei geschwungen werden – kann. Ein perfektes Instrument aus Carbon, zehnteilig und teleskopartig ausziehbar, robust und mit 1,7 Kilogramm relativ leicht zugleich, trotzdem mit toller Klangeigenschaft, kaum unterscheidbar vom herkömmlichen Holz-Alphorn, und mit 3,68 Meter genau so lang wie dieses.

◀ Klangfreuden auf dem Gipfel – das Hochtragen hat sich gelohnt.

den ganzen Tag spielen. Eine Japanerin sagt mir in Englisch, meine Musik sei jetzt schon in Tokio. Irgendwann ist es mir dann doch genug und ich begebe mich auf ruhigem Weg nach St. Peter, wo ich bei der örtlichen Gaststätte noch ein kurzes Ständchen gebe. Am Abend gehe ich nochmals zur Kapelle hoch und zelebriere zum mystischen Wolkenspiel an den Geislern das vielsagende Lied »Im Tempel der Berge«. Gleich zu Anfang meiner Tour ein absolutes Highlight.

Verschiedenste Anlässe zum Alphorn-Blasen

Bei meiner Solo-Alphornwanderung kommen allerlei spontane Begegnungen und Spiel-Möglichkeiten zustande. Auf meinem Weg von St. Vigil zur Pederü-Hütte treffe ich auf eine feine Gesellschaft und ich frage nach dem Anlass. Man feiere die Ankunft eines neuen Erdenbürgers. Ich begrüße ihn darauf spontan mit meinem Alphorn und »Freude schöner Götterfunken...«. Anschließend kommt die alte Ur-Oma mit Tränen in den Augen zu mir und sagt mit bewegter Stimme, so eine tolle Ankunft habe sie in ihrem ganzen Leben noch nie erlebt.

Mein Schlechtwetter-Programm bringt mich zum MMMRipa in Bruneck und zu den Museen auf dem Kronplatz, MMCorones und Lumen Bergfotografie-Museum. An der Gaststätte neben dem Lumen ist eine Hochzeitsgesellschaft beim Ständerling. Gelegenheit für mich, den Hochzeitsmarsch und noch einige weitere Lieder bei ausgelassener Stimmung zu spielen. Und dann feiere ich einfach mit.

An einem anderen Gewittertag nehme ich die gute Busverbindung zum Pragser Wildsee. Bei sehr, sehr viel internationalem Publikum blase ich direkt am Ufer. Der Seekofel lässt sich nicht lumpen mit Widerhall und es beginnt ein fantastisches Spiel mit dem Echo seiner beeindruckenden Wände. An einem anderen Tag führt es mich nach Innichen. Der Platzregen treibt mich in die Stiftskirche aus

dem 13. Jahrhundert, wo ich mich einer interessanten Führung anschließen kann. Als Dankeschön gibt es ein Kirchenkonzert mit einem prächtigen Klangerlebnis.

Das Alphorn und ich – wie alles begann:

Immer wieder werde ich gefragt, wie ich zum Alphorn-Spielen gekommen bin, zumal wenn ich mich als aus dem Flachland stammend oute. Seit meinem 12. Lebensjahr spiele ich Trompete. Auf meinen Trekking-Touren in Ladakh erlebte ich Mönche, die auf dem Dach ihres alten tibetisch-buddhistischen Klosters ihre Dungchen spielten (eine Art Langtrompete, ähnlich dem Alphorn), in der Weite der Himalaya-Landschaft Gänsehaut-Atmosphäre pur. Und in Füssen bestaunte ich einst eine junge Frau, die ganz wundervoll ihr Alphorn spielte. Diese Erlebnisse haben in mir wohl eine – lange Zeit verborgene – Sehnsucht nach Alphorn-Klängen gelegt.

Zum Wesen des Alphorns

Das Alphorn empfinde ich als echt archaisches Instrument und es besticht durch seine Einfachheit – im Prinzip ein hohler Stamm mit zwei Öffnungen – und seinem weichen, warmen Klang, der kilometerweit trägt. Es scheint viele Menschen auf ganz besondere Weise anzusprechen. Immer wieder berichten mir welche, dass sie bei diesen Klängen innerlich ruhig würden und richtig angerührt seien. An einer Jausen-Hütte kommt eine Frau zu mir und sagt nach meinem Spiel, sie sei mit so schlechter Stimmung schon den ganzen Tag hierhergekommen, jetzt fühle sie sich richtig leicht. Oft sind es auch kleine Kinder, die sich ruhig hinsetzen und ganz versunken den Melodien lauschen. Das freut mich am meisten.

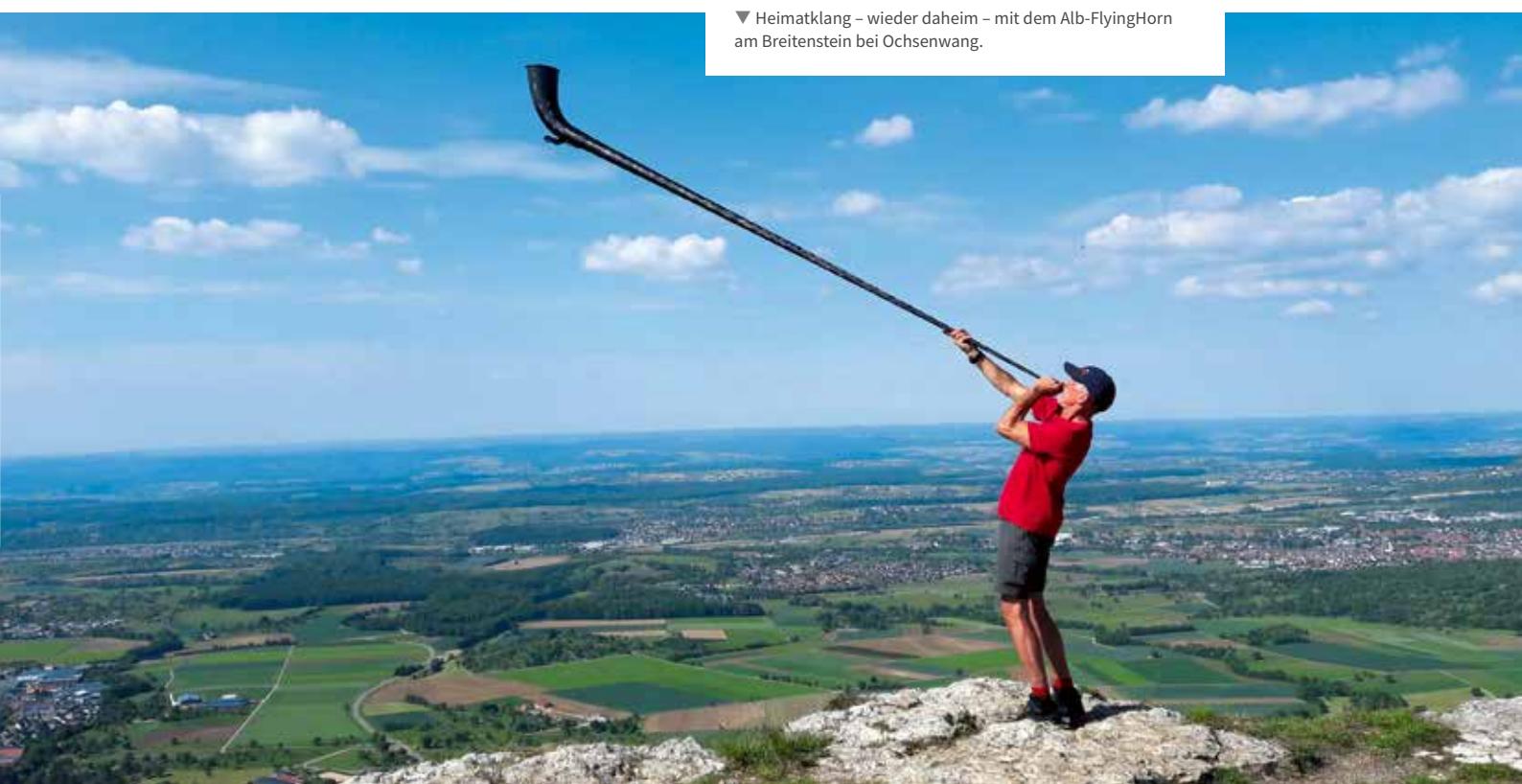
Nachklang

Nach zweieinhalb Wochen Wanderschaft sitze ich jetzt zufrieden und dankbar im Zug nach München und lasse es in mir nachklingen. Mir kommt das kleine Mädchen von der Hochzeitsgesellschaft in den Sinn, das neben meinem Alphorn sitzt und andächtig lauscht. Vielleicht hat ja meine Musik das Herz einer späteren Alphornbläserin berührt – und ich sehe sie vor meinem geistigen Auge als junge Frau hinter dem Alphorn stehen. In Vorfreude, wieder auf meinem Hausberg Katharinenlinde in Esslingen das Alphorn zu spielen, fallen mir die Augen zu.

Text: Klaus Bindner

Fotos: Klaus Bindner, Anne Bindner, unbekannter Tourist

▼ Heimatklang – wieder daheim – mit dem Alb-FlyingHorn am Breitenstein bei Ochsenwang.



Vortrag

Vortrag

Termine unter Vorbehalt.
Kartenvorverkauf und Reservierung
im AlpinZentrum. Aktuelle Infos unter
alpenverein-schwaben.de.

22.01.2025

Der HW1 – mein Weg über die Schwäbische Alb

Hans-Peter Weber bezeichnet sich als glücklichen Rentner. Er engagiert sich an der Hochschule in Aalen als Dozent für erneuerbare Energien und ist durch und durch outdoorbegeistert. Mont Blanc, Ortler, Großglockner und Bernina gehören unter anderem zu seinen bisherigen Zielen. Doch auch in der nahen Umgebung genießt er die Natur. In seinem Vortrag nimmt er die Zuhörer mit auf eine Wanderung über den Schwäbische Alb-Nordrand-Weg. Der 360 Kilometer lange HW1 ist der älteste Hauptwanderweg des Schwäbischen Albvereins, der sich in großen Teilen auf naturbelassenen Pfaden entlang des Albtraufs von Donauwörth über die Nordseite der Alb bis nach Tuttlingen erstreckt. In seinem Vortrag berichtet Hans-Peter von den Erlebnissen seiner ganz persönlichen Weitwanderung.

Veranstaltungsort: AlpinZentrum

Georgiweg 5, 70597 Stuttgart



30.01.2025

So weit die Füße tragen – 830 Kilometer und 43 000 Höhenmeter vom Atlantik zum Mittelmeer

Jeden Morgen den Rucksack schultern, mehr als einen Monat lang? Ganz alleine loswandern, meist über 1000 Höhenmeter Tag für Tag bewältigen? Je näher der Beginn seines Abenteuers heranrückte, desto weniger konnte Dieter Ulbricht sich das vorstellen. So veränderte er sein Ziel im Laufe der Vorbereitung: Auf dem GR 11 – der spanischen Variante der Transpirenaica – entlangwandern, soweit ihn seine Füße tragen würden. Seit dem Start am Cap Higuer ertrug er Regen und Gewitter genauso geduldig wie die gelegentliche Hitze, versuchte täglich die Genussmomente überwiegen zu lassen und mit der Kamera festzuhalten. Jeder Tag inmitten dieser grandiosen

Bergwelt war hart erarbeitet und dennoch ein Geschenk. Deshalb bzw. trotzdem stellte er sich in jedem der zahlreichen Quertäler, die er erreichte, die wiederkehrende Frage: »Gebe ich mich mit einem Teil der Pyrenäenquerung zufrieden? Oder will bzw. kann ich meine Tour am Cap de Creus mit einem Bad im Mittelmeer beenden?« Findest es gemeinsam mit ihm heraus!

Veranstaltungsort: Globetrotter Filiale Stuttgart

Tübinger Str. 11, 70178 Stuttgart

Kartenvorverkauf online unter globetrotter.de oder in der Globetrotter-Filiale

Uhrzeit: 19:30 Uhr, Einlass 19:15 Uhr, Eintritt: 8 €

Ermäßigt: 6 € (Mitglieder DAV Sektion Schwaben, Globetrotter Club)

WO? WANN? PREISE?

Kartenvorverkauf im AlpinZentrum:

Georgiweg 5, 70597 Stuttgart

Uhrzeit: 19 Uhr, Einlass 18:30 Uhr

Eintritt: 4 €

Ermäßigt: 2 € (Mitglieder Sektion Schwaben, Schüler*innen, Studenten*innen, Menschen mit Behinderung)



05.02.2025

Solo-Bikepacking Europe – von den Bergen bis ans Meer

Fahrradfahren ist für Anne Müller eine Lebenseinstellung. Das Gefühl der Freiheit beim Bikepacking, das minimalistische Reisen und das Eintauchen in fremde Länder und Kulturen abseits der ausgetretenen Pfade sind für sie Faszination pur. Diese Begeisterung möchte Anne weitergeben. Sie möchte ihre Zuhörer inspirieren und Neueinsteigern Mut machen, die Taschen zu packen und selbst loszuziehen. Kommt mit zu ihren Lieblingstouren in Europa: vom spontanen Overnighter, übers Graveln in den französischen Westalpen bis zur vierwöchigen MTB-Balkanreise von Slowenien nach Griechenland. Dazu gibt es Einblicke in Planung und Durchführung einer Bikepacking-Reise, Tipps zu Packliste, Verpflegung und Übernachtung – für unvergessliche Erlebnisse auf eurer ganz eigenen Tour.

Veranstaltungsort:
DAV Kletter- und Boulderzentrum rockerei
Stammheimerstr. 41, 70435 Stuttgart

05.03.2025

Südtirol, Flora, Fauna – Geheimtipps für Wanderwege

Seit seiner Kindheit ist der heutige Biologe und Physiker Sascha Köhn regelmäßig in Südtirol – seit 2010 sogar jedes Jahr für mehrere Wochen. Nun nimmt er euch mit auf eine besondere Reise von Brixen nach Bozen: Über Berge wie die Plose, die berühmte Seiser Alm und den legendären „Adolf-Munkel-Weg“. Lernt mit ihm das Südtirol abseits der Reiseführer

kennen, entdeckt kleine Perlen und erfahrt, welche Region die passende für euch ist.

Veranstaltungsort:
AlpinZentrum
Georgiiweg 5,
70597 Stuttgart



Blätterteig Apfelringe



ZUTATEN

2 Äpfel	1 Eigelb
1 Packung Blätterteig	Milch
Zimt-Zucker Mischung	Puderzucker

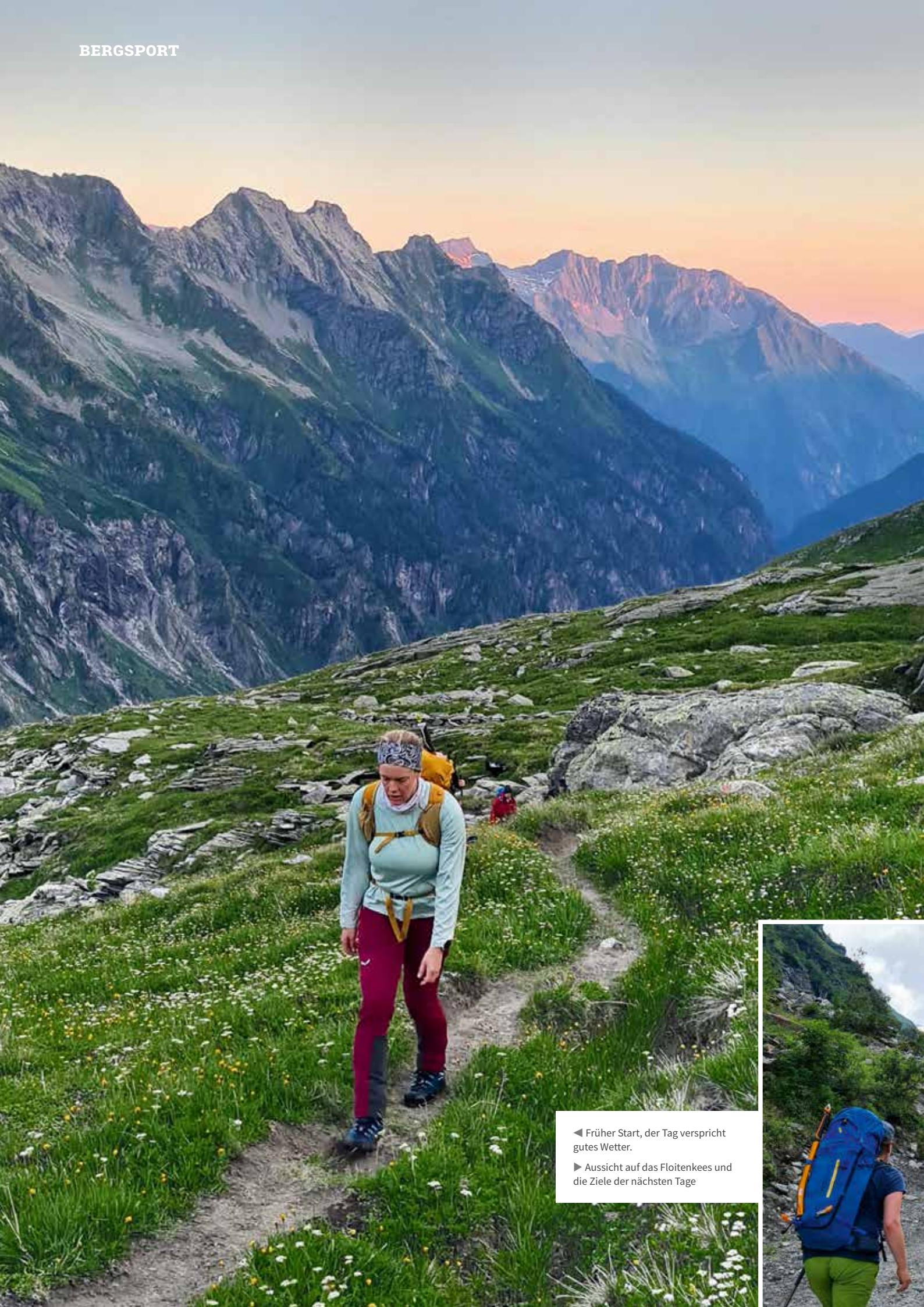
ZUBEREITUNG

- Äpfel in 1–2 cm dicke Scheiben schneiden.
- Kerngehäuse mit einem runden Hilfsmittel ausstechen. Ich empfehle einen Durchmesser von ca. 2,5 cm, damit der Blätterteig einfach aufgewickelt werden kann.
- Blätterteig in ca. 1 cm schmale Streifen schneiden.
- Streifen um die Apfelringe wickeln.
- Eigelb und 1 EL Milch vermengen.
- Mit 4 EL Zucker und 1 TL Zimt die Zimt-Zucker-Mischung vorbereiten.
- Apfelringe mit dem Eigelb-Milch-Gemisch bestreichen.
- Apfelringe mit der bestrichenen Seite in die Zimt-Zucker-Mischung tunken und mit der Zuckerseite nach oben auf ein Backblech legen.
- Für ca. 15–20 min im Backofen bei 200 Grad Umluft die Apfelringe goldbraun backen.
- Mit Puderzucker bestäuben.

Vorsicht Suchtgefahr!

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Ulrike Hüttner-Fischer



► Früher Start, der Tag verspricht gutes Wetter.

► Aussicht auf das Floitenkees und die Ziele der nächsten Tage



Hochtourenwochenende ab der Greizer Hütte

Nebel und Sonne im Zillertal

Die Greizer Hütte war Ausgangspunkt für ein Hochtourenwochenende in den Zillertaler Alpen. Für die Autorin waren es ihre ersten beiden Hochtouren überhaupt. Wie ist es ihr ergangen? Ein Erfahrungsbericht.

Mit einem Auto und zehn Bergfreunden und so früh wie möglich. So wollten wir am Freitagmittag am Parkplatz der Tristenbachalm bei Ginzling ankommen. Dazu starteten wir zu viert in Aalen und sammelten auf dem Weg einen nach dem anderen ein, bis wir auf den letzten Kilometern zu neunt im Auto saßen.

Gegen zwölf Uhr kamen wir am Parkplatz an und begannen mit dem vier Stunden langen Aufstieg. 1000 Höhenmeter und 8,5 Kilometer galt es zu bewältigen. Das Ziel war die Greizer Hütte, die für die nächsten Tage unser Stützpunkt war. Sie liegt mitten in den Zillertaler Alpen und schon vom Parkplatz aus konnten wir die umliegenden Gletscher bewundern. Zuerst verlief der Weg am Bach entlang auf einer Schotterstraße bis zur Talstation der Materialseilbahn. Anschließend ging es auf einem Wanderweg bis zum Talschluss und dann im Zickzack den Berg hinauf. Anfangs wurde das Wandern noch durch die Hitze erschwert aber bald schlug das Wetter in ein Gewitter um. Mit dem ersten Donnern kamen wir an der Hütte an. Der Aufstieg war anstrengend gewesen und ich hatte großen Respekt vor den bevorstehenden Hochtouren.

Es sollte mein erstes Hochtouren-Wochenende werden und vorher hatte ich nur Trockenübungen zur Spaltenbergung in der Kletterhalle gemacht. Ich hatte Angst, dass meine Kondition nicht reichen würde, ich etwas vergessen hatte oder sonst irgendwas. Vielleicht erinnerst du dich noch an deine erste Hochtour oder kannst dir vorstellen, wie du dich davor fühlen würdest?

Hochtourenpremiere im Nebel

Am nächsten Morgen standen wir früh auf, denn die Wettervorhersage versprach gutes Wetter und somit perfekte Voraussetzungen für die Tour. Das Ziel des Tages war der 3369 Meter hohe Gipfel des Schwarzensteins. Der Gletscheraufstieg ist schön flach und gut als Einstiegtour geeignet.

Der bekannt-berüchtigte »Schau-aus-dem-Fenster«-Wetterbericht sah nicht gerade vielversprechend aus: Es regnete in Strömen und man hatte kaum 50 Meter Sicht. Ein direkter Aufbruch hatte wenig Sinn und wir hofften auf einen Regenstopp eine Stunde später.

Frustriert legten sich einige Teilnehmer wieder ins Lager und dösten nochmal. Ausgeschlafen starteten wir dann endlich um 7:30 Uhr. Es nieselte nur noch und die Sicht war etwas besser. Das erste Streckenziele war der Gletscheranfang. Dort zogen wir auch direkt die Steigeisen an. Für mich war es das erste Mal auf Steigeisen, aber auf dem Schnee war die Umstellung von Bergschuhen auf Steigeisen erstaunlich einfach. Nur während wir kleine Geröllfelder überquerten, bemerkte ich, wie wenig ich den Steigeisen vertraute. Ein paar Meter weiter seilten wir uns an und bestiegen als zwei Seilschaften aus je fünf Personen den Berg. Es ging angenehm langsam und recht flach hoch. Nur die Orientierung fiel immer schwerer, denn der Nebel wurde wieder dichter. Die Routenfindung war nur mit Hilfe von GPS möglich. Auf dem Weg kreuzten wir ein Spaltenfeld und im Vorbeilaufen konnte ich die beeindruckenden, blau schimmenden Spalten bestaunen. Zum Glück war die Überquerung wenig anspruchsvoll. Auch kam ich hier endlich in meinen Wander-Trott. Während des Gehens beobachtete ich das Spiel der Wolken. Gedankenversunken wurde ein Fuß vor den anderen gestellt, bis plötzlich die neu erbaute Schwarzensteinhütte aus dem Nebel auftauchte. Schon seit einiger Zeit regnete es und auch mir wurde langsam kalt. Wie gut, dass wir nun einkehren konnten.

Schön hier

Die Hütte liegt auf 3026 Metern und wir konnten uns warme Getränke und etwas zu essen gönnen. Die große Fensterfront gab manchmal sogar den Blick ins Tal frei. Nach einer guten Stunde Pause beschlossen wir, den Rest des Gipfels zubesteigen. Der Gletscher war hier nicht mehr verspaltet und





▲ Aus dem Nebel taucht die Schwarzensteinhütte auf.



▲ Schöne Kletterei auf dem Blockgrat

deshalb gingen wir ohne Seil über das beeindruckende Gletscherbecken. Das heißt, es wäre sehr beeindruckend gewesen, aber unsere Sicht beschränkte sich wieder auf nur wenige Meter. Die letzten Meter zum Gipfel verläuft der Weg auf einem Blockgrat entlang. Anderthalb Stunden nach der Hütte erreichten wir tatsächlich den 3369 Meter hohen Gipfel. Der Blick war in alle Richtungen der gleiche: Weiß. Nach ein paar Gipfelbildern, Keksen und einem Eintrag ins Gipfelbuch machten wir uns deshalb wieder auf den Rückweg. Der Nebel war nun nicht mehr ganz so dicht und wir konnten häufig über das gesamte Gletscherbecken schauen. Ein toller Anblick. In der Nähe der Schwarzensteinhütte seilten wir uns wieder an und begannen geteilt in die gewohnten zwei Seilschaften den Abstieg. Dabei hatten wir sogar Sicht auf unser Ziel, die Greizer Hütte.

Greizer Hütte – familiärer Stützpunkt im Zillertal

Gegen 17 Uhr kamen wir auf der Hütte an, gerade noch rechtzeitig, um Essen zu bestellen. Das – ausschließlich vegetarische – Essen auf der Greizer Hütte ist übrigens sehr zu empfehlen. Die Portionen scheinen zwar auf den ersten Blick klein, allerdings wurde uns direkt Nachschlag angeboten. Auch sonst ist die Hütte sehr zu empfehlen. Sie hat eine tolle Lage für lohnenswerte Wanderungen, Hochtouren und Kletter-

▼ Zurück nach einem langen Tag – Hütte und Essen sind nah.



touren und ist auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln sehr gut zu erreichen. Außerdem hat sie eine sehr einladende Atmosphäre. Ich komme bestimmt wieder. Damit hatte ich meine erste Hochtour gemeistert. Meine Kondition war gefordert, aber nicht überfordert – genau wie es sein sollte. Mit dem Wetter hatte ich aus der Gruppe wahrscheinlich am wenigsten zu kämpfen. So war es immerhin nicht zu warm beim Aufstieg. Außerdem ist Nebel in den Bergen einfach ein wunderbar mystisches Schauspiel.

Ein Gipfel ohne Kreuz

Der zweite Tag sollte früher starten. Auf unserem Tagesplan stand zuerst die Gipfelbesteigung auf den Großen Löffler und dann der Abstieg zurück ins Tal. Am Abend wollten wir (fast) alle wieder daheim sein.

Der Zustieg zum Gletscher war derselbe wie der Abstieg am Vortag. Und dieses Mal wurden wir durch die Sonne motiviert, die sich langsam über die Gipfel schob. Am zweiten Tag war ich fitter und der Aufstieg fiel mir deutlich leichter. Diesen Winter hatte es viel geschneit, deshalb waren die Bedingungen für die Besteigung ideal. Durch die relativ hohen Temperaturen war der Schnee schön weich und wir kamen gut voran. Allerdings mussten wir bei unserem Aufstieg auf Steinschlag vom Westgrat achten. Wir stiegen den Gletscher eher mittig und wieder in zwei Seilschaften hinauf. Schon vom unteren Gletscherrand war das Kreuz deutlich zu erkennen. Am oberen Gletscherrand angekommen, suchten wir einen Einstieg in den Grat und ließen dort unsere Rucksäcke zurück. Das Kreuz war nun schon zum Greifen nah.

Doof nur, dass dieses auf einem Vorgipfel, der Trippachspitze (3267 m) steht. Wir mussten noch hundert Höhenmeter weiter durch große Felsblöcke aufsteigen. Die Blockkletterei zwischen dem ersten und zweiten Schwierigkeitsgrad war für einige von uns das Highlight der Tour. Am Gipfel (3378 m) angekommen, fanden wir dann auch das Gipfelkreuz des Großen Löfflers. Allerdings 30 Meter unterhalb des Gipfels, es war wohl innerhalb der letzten zwei Tage abgestürzt. Doch auch ohne Kreuz war der Gipfel den Aufstieg wert. Wir konnten alle Berge bis zu den Dolomiten bestaunen und unsere nächsten Hochtouren-Ziele diskutieren.

Schnell begannen wir den Abstieg zurück zu unseren Rucksäcken. Da der Gletscher sehr steil war und keine riskanten Spalten hatte, beschlossen wir, ihn weitgehend ohne Seil abzusteigen. So würde man im Falle eines Falles alleine und nicht als ganze Seilschaft abrutschen. Das Gesamtrisiko konnte so also minimiert werden.

Für mich war der Abstieg deutlich anspruchsvoller als der Aufstieg. Vor allem das obere steile Gletscherstück flößte mir Respekt ein. Es fiel mir schwer, den Steigeisen zu vertrauen. Im unteren flacheren Stück konnte man senkrecht zum Hang absteigen, ein bisschen wie in einem Geröllfeld. Diese Technik war neu für mich und danach waren vor allem meine Oberschenkel ausgelaugt. Ich war froh, die Steigeisen am unteren Gletscherrand wieder ausziehen zu können und mit ein bisschen Knäckebrot die Pause zu genießen. Von da an wanderten wir nur noch bergab bis zur Hütte.

Hier verabschiedete sich Christian von der Gruppe, denn er blieb noch eine Nacht auf der Hütte. Zum einen, weil er nicht erst spät in der Nacht heimkommen wollte, aber bestimmt auch, weil er sich die Spinatknödel am Abend nicht entgehen lassen wollte. Alle anderen machten sich nach kurzer Pause auf Richtung Tal. Es war derselbe Weg wie zwei Tage zuvor. Wieder im Zickzack zum Talschluss und dann zur Talstation der Materialseilbahn. Mir kam die Strecke von der Seilbahn zum Parkplatz aber deutlich länger vor als ich sie in Erinnerung hatte. Die Zufahrtsstraße war nicht mehr anspruchsvoll zu gehen, doch die letzten 2000 Höhenmeter seit dem Gipfel des Großen Löffler meldeten sich in meinen Beinen... Aber gegen 16 Uhr erreichten wir endlich das Auto!

Das Fazit

Damit ging ein wundervolles Wochenende zu Ende – oder wie Christian es ausgedrückt hat: »Mir wurde kein Gipfel versprochen und ich habe drei bekommen. Danke für alles.« Das wird sicher nicht meine letzte Hochtour bleiben.

Text: Mareike Garreis

Fotos: Christian Barth, Lena Ilg, Mareike Ziegler



▲ Freude auch über den Vorgipfel

▼ Der Weg zurück ins Tal ist lang.



BERGSPORT





Seen, ein Wasserfall und ein kaiserlicher Aussichtsplatz

Im Salzburger Seenland

Wer sagt denn, dass man in einer Umgebung mit vier Seen nur dem Wassersport frönen oder es sich schlichtweg nur an einem der idyllischen Seen gut gehen lassen kann?



Niemand, nein, man kann natürlich viel mehr machen. Wandern in vielen Varianten zum Beispiel. Von der einfachen Seeumrundung bis hinauf zu einem aussichtsreichen Berg. Die Berge hier sind zwar nicht hochalpin, sondern ähneln Mittelgebirgen wie der Schwäbischen Alb oder dem Schwarzwald. Na also – jeder weiß, was für herrliche Touren man dort unternehmen kann. Und vor der Bergsaison, wenn die »richtigen« Alpen (jahreszeitlich) noch weit entfernt sind, bietet sich ein solches Ziel geradezu an.

So erkoren wir uns die Gegend, die wir schon von früheren Aufenthalten kannten, für einen Wanderurlaub aus. Vom Ausee mit seiner fast urwald- oder dschungelartigen Umgebung über einen kaiserlichen Aussichtsplatz bis zu einem wilden Wasserfall war vieles geboten.

Seezauber in der Weitwörther Au

Bei unserer Anfahrt hatten wir noch Zeit. So legten wir einen Zwischenstopp in der Weitwörther Au bei Oberndorf ein. Das wäre auch eine Idee für eine ausgiebige Rast oder einen eintägigen Zwischenstopp auf dem Weg zu ferner Zielen. Die Gegend gehört zum Natura 2000-Gebiet Salzachauen und wurde im Rahmen eines LIFE-Projekts großflächig renaturiert. Was wir erlebten, war Idylle pur. Der Ausee ist ein wunderbarer See, eingebettet in Schilf und andere passende Vegetation. Unzählige Vögel zwitscherten in Sprachen, die man nie gehört hat, Schmetterlinge und Raupen, die man nie gesehen hat, umschwirrten uns oder krabbelten über den Weg, und Libellen, deren Arten man sowieso noch nie auseinanderhalten konnte, begleiteten uns auf unserem Weg. Leider auch Stechmücken, die man noch nie hatte leiden können ... Aber mit schnellen Schritten konnte man ihnen zeitweise entkommen. Den Hintergrund des Ausees bildeten die Berge des Salzkammerguts, die zwischen dem Schilf, den Bäumen und dem Gebüsch herauslugten.

Durch das Gebiet und rund um den renaturierten See führt der barrierefreie Auenerlebnisweg. Zahlreiche Infotafeln, zum Teil liebevoll und kindgerecht gestaltet mit lustigen Cartoons, machen den Seerundweg unterhaltsam. An alle Altersklassen richten sich die vielen Informationen über die Lebensräume der Au und ihre Tier- und Pflanzenarten. Wer gerne Vögel beobachten will, macht dies in einer großen Schutzhütte mit Sehschlitzten. Interessant ist auch einer der zahlreichen flachen Tümpel. Bei diesem kann man direkt ans Wasser hingehen und wird oft durch lautes Quaken oder sonstige Geräusche gar dort hingelockt. Wenn man Glück hat, kann man dort das quirige Leben von Kaulquappen, Köcherfliegenlarven und Wasserläufern aus nächster Nähe betrachten.

◀ Weitwörther Au: Seeidylle mit Alpenblick



▲ Blick vom Buchberg zu den Salzburger Bergen

**INFO**

Salzburger Seenland Tourismus,
www.salzburger-seenland.at

Unterkunft: Landgasthof Altwirt, www.altwirt.at

Weitwörther Au: www.salzachauen.at

Literatur:

Dieter Buck: Wanderungen
Flachgau und Rupertiwinkel. Verlag Plenk.
ISBN 978-3-940141-07-1

Blick ins Land von der Kaiserbuche

Bis zur Eincheckzeit war es danach immer noch eine Weile und da das Wetter und die Fernsicht einmalig waren, nahmen wir den Weg über die Kaiserbuche. Dieser sagenhafte Baum wurde 1779 zur Erinnerung an einen Besuch von Kaiser Joseph II. gepflanzt, der nach dem Bayerischen Erbfolgekrieg 1779 über Linz und Straßwalchen ins Innviertel reiste, um seine neu gewonnenen Gebiete im vorher bayerischen Raum zu besuchen. Die alte Buche fiel am 12. August 2004 einem gewaltigen Sturm zum Opfer, danach wurde in Zusammenarbeit mit dem Kaisersohn Otto von Habsburg eine neue Buche gepflanzt. Besucher können sich wie der Kaiser an der herrlichen Fernsicht auf die reich bewegte Voralpenlandschaft und die Bergwelt im Hintergrund erfreuen.

Oben konnten wir genießen, relaxen, uns die Geschichte anhand der Infotafeln wieder vor Augen

führen und versuchen, die Salzburger und Salzkammergutberge zu bestimmen. Bei Schafberg und Gaisberg funktionierte das noch, bei den anderen nahmen wir eine App zu Hilfe, mehr oder weniger erfolgreich.

Zum Wildkar-Wasserfall ...

Es war nicht das erste Mal, dass ich mir den Wildkar-Wasserfall ansah. Zusammen mit der historischen Kugelmühle stellt er immer ein interessantes Ziel dar. Dieses Mal war er das erste Ziel meines Aufenthalts in der Salzburger Seenregion. Vorbei an einigen interessanten Stationen für Kinder führt der Weg anfangs eben zum Wildkar-Wasserfall mit der kleinen Kugelmühle.

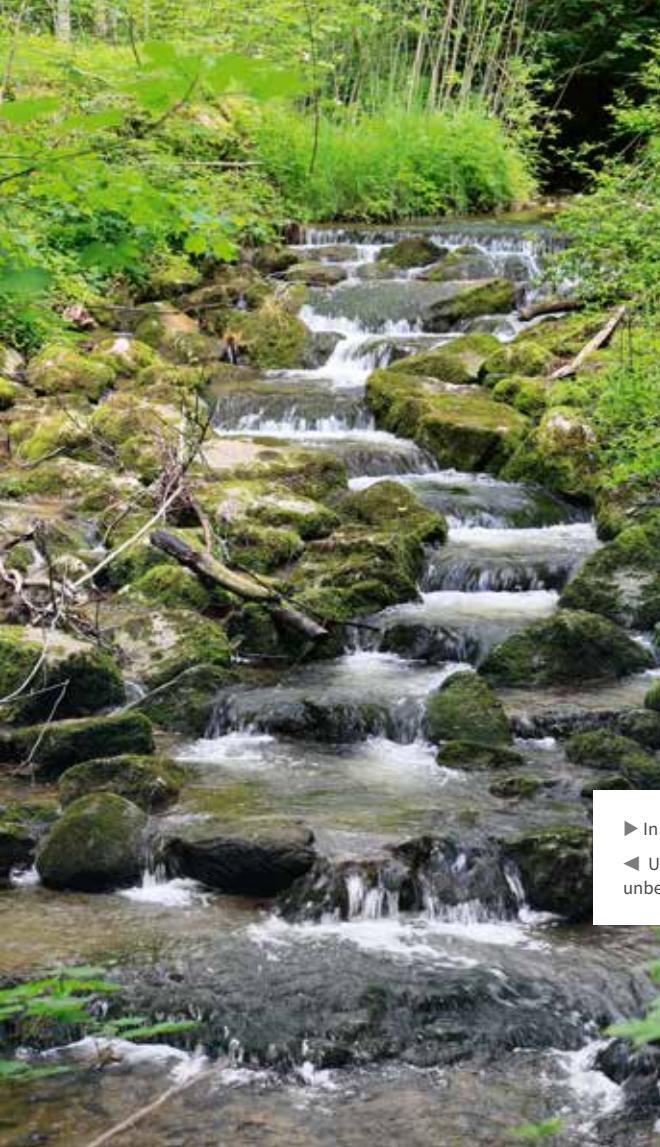
... mit Überraschung auf dem Rückweg

Der Rückweg brachte mich ins Staunen. Angekündigt war ein moriger Wald. War es auch, aber der wunderschöne, weiche Weg führte durch ein Gebiet, das eine Anmutung wie die schönsten und wildesten Stellen im Nationalpark Schwarzwald hat. Und wie dort hingen die Sträucher am Boden voller reifer Heidelbeeren – »dank« Klimawandel bereits

▼ Immer ein Erlebnis: der Wildkar-Wasserfall

**Kugel- oder Schussermühlen**

waren früher vor allem im Salzburger Flachland sehr verbreitet. Seit 1647 ist dieses Gewerbe bekannt: Aus behauenen Marmorklötzchen oder minderwertigem Steinmaterial wurden mit Hilfe von Schleifsteinen, Drehscheiben und dem Wasserrad glatte Kugeln erzeugt. 1792 gab es im ganzen Land Salzburg 49 solche Betriebe mit 522 Gängen, die 4 622 000 (kleine) »Datscher« und 62 000 (große) »Pecker« erzeugten. Sie dienten als Spielzeug oder als Schiffsballast. In Neidlingen am Fuß der Schwäbischen Alb gibt es seit ein paar Jahren übrigens auch eine solche Kugelmühle.



- In den Tiefsteinklamm
- ◀ Unterwegs kommt man an einem unbenannten Kaskadenwasserfall vorbei.

jetzt, relativ früh im Jahr. Der schmale, aber verwurzelte und wegen der Feuchtigkeit der letzten Tage glitschige und rutschige Weg durch das moorige Gebiet zwang zum langsamen Gehen. Das störte aber hier überhaupt nicht, denn links und rechts gab es viel zu sehen. Aber auch der schönste Weg ist einmal zu Ende. Den Abschluss dieser Tour bildete ein zwar nicht erwarteter, aber wunderschöner Kaskadenwasserfall in einem Bach.

Tief hinab in die Tiefsteinklamm

In der herrlichen und aussichtsreichen Landschaft vor den drei Trumer Seen ist gut wandern. In dieser Gegend hat es schon Kelten und Römern gefallen, und später auch dem Wahlflachgauer Schriftsteller Carl Zuckmayer, der sich für sein Werk »Seelenbräu« hier inspirieren ließ. Schon der Name der Klamm verrät, was einen erwartet – eine tief in den Stein sprich Fels eingeschnittene Klamm. Und genauso ist es auch. Die Klamm ist neben den Egelseen und dem Tannberg so etwas wie das Wahrzeichen der Gemeinde Schleedorf. Den besten Zugang zur Tiefsteinklamm hat man vom dortigen Sportplatz. Am Schluss steigt man auf einer Treppe steil hinab zum Bach, der sich tief eingegraben durchs Konglomeratgestein schlängelt. Er entspringt in den Egelseen am Fuße des Buchbergs bei Mattsee. In

der kurzen Klamm findet man unterspülte Felsen, Höhlen und große Felsbrocken am Wegrand und Wasserfälle.

Der Kreis schließt sich

Haben wir zu Beginn unserer Tage im Salzburger Seenland mit der Kaiserbuche einen grandiosen Aussichtsplatz besucht, so sollte auch der letzte einem ebensolchen gewidmet sein. Und zwar dem als Naturpark ausgewiesenen Buchberg, der hinter dem Mattsee aufsteilt und von dem aus man eine ebensolche Aussicht genießt.

Bereits vom Sträßchen unterhalb des Gipfels überblickt man sowohl das sanft-hügelige Alpenvorland als auch die schroffen Kalkalpen – mit einer Aussicht auf 120 (!) Berggipfel vom Traunstein bis zum Wilden Kaiser. Genau gesagt sieht man von links nach rechts die Oberösterreichischen Voralpen mit dem Höllengebirge, die Salzkammergutberge mit u. a. dem markanten Schafberg, die Osterholzgruppe, Dachstein und Tennengebirge, die Berchtesgadener Alpen mit Steinernem Meer und Untersberg, das Lattengebirge, Reiteralpe und Loferer Steinberge sowie ganz rechts ein wenig den Wilden Kaiser.

Dieter Buck



- Bei der Kaiserbuche liegt die ganze Salzburger Bergwelt vor einem.



Wanderungen im Massif Central

Auf der Hochebene des Aubrac und in den Cantal-Bergen

Kuhglockengeläut wie in den Alpen und am Himmel kreisende Geier. Blühender Ginster auf der Hochebene des Aubrac – Almwiesen, Hochweiden und Wälder im Cantal und in beiden Gegenden die französische Gastfreundschaft in den Gîtes und Auberges, das Ganze mit Bahn, Bus und Navette.



Wir starten in Finieyrols, einem kleinen Weiler südlich von Malbouzon, und haben uns für die erste Etappe auf dem Weitwanderweg St. Guilhelm Le Désert eine kleine Starthilfe bei Lamallepostale bestellt – am ersten Tag wird dabei nicht nur unser Tourenrucksack zur ersten Unterkunft gebracht, auch wir sparen uns zehn Kilometer mit der Navette (= kleiner regionaler Kleinbus). Im Mai gebucht, kommt er pünktlich am 24. Juni morgens um 9:15 Uhr am Brunnen von Aumont-Aubrac an und lädt uns und zwei Mitwandernde ein. Für die nächsten vier Wandertage haben wir also nur die kleinen Tagesrucksäcke auf dem Buckel, ab morgen gibt es dann auch keinen Pardon mehr in puncto Streckenlänge.

Und am Himmel kreisen die Geier

Auf der Hochebene des Aubrac und in den Cevennen gelang in den 1980er Jahren die Wiederansiedlung der Gänsegeier und inzwischen gibt es hier eine stabile Population dieser majestätischen Tiere, auf einer Info-Tafel am Tarn erfahren wir, dass vier Geierarten dank unterschiedlicher Nahrungspräferenz koexistieren. Dabei frisst die eine Art zuerst am Kadaver, die letzten machen sich dann über die Knochen her. Es war ein tolles Erlebnis, den großen Schwarm, der von Süden herankam, mit dem Fernglas eine

ganze Weile beobachten zu können – ihre Spannweite von bis zu 280 Zentimeter lässt sie aber auch mit bloßem Auge schon erkennen und ihre Flugschau in der Thermik war genial. Die zehn Kilometer Ersparnis vom Morgen investieren wir in zwei kleine Extra-Runden über Merchastel mit seinem Zuckerhut-Berg La Motte und der kleinen, aber feinen Cascade du Déroc. Letztere ist ein Anziehungspunkt für andere Wandergruppen und die Nähe der nahe gelegenen Straße D52 ließ sogar Klassenausflüge zu. An diesem Wasserfall war also mal richtig was los.

Im Trödelladen von Aubrac

Die Unterkunft am Ende des zweiten Wandertages, la Colonie, erreichen wir schon am Nachmittag um 16 Uhr – voller Entsetzen blicken wir auf das mausgraue Anwesen direkt an der Straße mit seinem verwilderten Bewuchs vor dem Haus, den verrosteten Stühlen und den Fenstern ohne Läden



▲ GR 4, Blick nach Südwesten, 4. Tag im Cantal auf dem Weg nach le Lioron

▼ Raststelle im Aubrac



oder die Trübsal mildernde Blumenzier. Die noch verschlossene Tür zum Brocante im Innern verhieß mit dem verstaubten Trödel auch nichts Gutes – doch welch ein Irrtum! Um fünf, nach einem frisch gezapften Trost-Bier auf dem Dorfplatz, begrüßt uns der freundliche Monsieur mit dem Hinweis, unsere Rucksäcke lägen bereit, und da wir ja zwei Nächten blieben, bekämen wir ein besseres Zimmer. Er führt uns in den ersten Stock und das Zimmer entpuppt sich als Suite mit Kunst an Wänden und Kunstdrämmen auf den Tischen, mit frei stehender Badewanne (ringsum Duschvorhang) und – durchs Fenster – Zugang auf die Terrasse, nur zu teilen mit den Eidechsen. Dass wir an zwei Abenden mit einem vorzüglichen Menü verwöhnt werden, setzt dieser Unterkunft dann die Krone auf.

Ende der Wandersaison

Nach einem »Ruhetag« in Aubrac, den wir natürlich für eine Rundwanderung nutzen, dann die dritte Etappe: 23 Kilometer durch die südlichen Monts d'Aubrac bis zur Gite le Radal du Trébatut. Da wir am Vortag auf dem ersten Stück dieses Wegs niemanden getroffen hatten, wetten wir auch heute wieder auf trauta Zweisamkeit – zumal wir den Jakobsweg nun nach Süden verlassen. Aber bereits nach zwei Kilometern treffen wir



◀ Suchbild – hier geht es nicht weiter.

INFO

Anreise: von Deutschland mit dem ICE oder TGV, in Frankreich dann per IC und Bus. Wir nutzten die App des SNCF, örtliche Navettes; dreimal half nur noch ein Taxi.

Info: www.lamallepostale.com: Eine äußerst hilfreiche Web-Adresse für die Planung der Unterkünfte und den Gepäcktransport

Karten: IGN Karten 1:25 000 bieten Orientierung und erlauben kleine Abstecher vom Hauptwegenetz (2537 OT Nasbinals Monts d'Aubrac; 2538 OT Sainte-Eulalie-d'Olt; 2435 Monts du Cantal PNR des Volcans d'Auvergne)

Wanderwege: GR und PR – die Wanderwege in Frankreich. Die Grande Randonnées (GR) durchziehen das gesamte, wa(u)nderbare Frankreich und sind einheitlich mit einem weiß-roten Balken gekennzeichnet, die örtlichen Petite Randonnées (PR) haben grüne oder gelbe Balken und sind in den IGN-Karten gestrichelt.

Literaturtipp: Auvergne und Cevennen DUMONT Reisetaschenbücher, Gabriele Kalmbach und Hans E. Latzke



jemanden – aber »der zählt nicht«, sind wir uns einig, denn es ist ein Streckenwart. Zum ersten Mal, nach wirklich vielen GR Wanderungen, begegnen wir also einem dieser »guten Geister«, die dafür sorgen, dass wir uns in Frankreich nicht verlaufen. Nach einem kurzen Schwätzchen geht es weiter, nun wirklich in totaler Waldesruh. Doch nein, was hören wir? Beginnend wie das Surren und Summen eines Insektenchwärms taucht plötzlich das typische »bunt« einer modernen Wandergruppe vor uns auf, zig Damen und Herren in modernem Outfit, alle ein freundliches Bonjour auf den Lippen und den Schluss bildet eine Zwei-Mann-Nachhut mit Warnwesten (!), die uns dann auch erklären, was das Ganze auf sich hat: Die örtlichen Wandergruppen feiern das Ende der Wandersaison mit einer Sternwanderung nach Aubrac – ab jetzt wandern nur noch Touristen, gibt man uns mit einem Lachen zu verstehen.



Hitzestress im Wald von Baronte

Uns vergeht dann aber das Lachen. Nach wirklich schönen Abschnitten über den Tag, Wälder am Morgen, Wiesen und einem tollen Rastplatz auf felsigem Terrain in der Nähe des Puech Méjio in 1400 Metern Höhe erreichen

◀ Autor und Fotografin: Uwe Koltzsch und Doris Riedelsheimer

wir am Nachmittag Bonnecombe, erfrischen uns dort mit Sirup à l'eau (quasi Skiwasser) und freuen uns auf den schattigen Wald von Baronte – doch Pustekuchen, was nutzt uns Wald, wenn der Weg durch ihn eine zehn Meter breite Schneise ist und die Sonne fast noch senkrecht am Himmel steht? Das Wandern solle doch erst ab morgen unerträglich heiß werden. Durchbeißen ist angesagt und dann »Freude pur« als die Unterkunft Radal du Trébatut endlich auftaucht – da ist dann auch das spartanische Zimmer, und das Bett mit nur einem Laken (drunter oder drauf legen?) egal. Eine Stunde später sitzen wir geduscht und wieder munter am table d'hôtes und lassen uns Aligot (regionale Köstlichkeit aus Käse und Kartoffelbrei, fällt reißend vom Löffel oder wird mit der Schere abgeschnitten) mit Rindfleisch mehr als munden.

Schinken aus dem Kirchturm

Nach einem weiteren Tag auf dem GR 60 erreichen wir la Canourgue im Lot Tal und ein Taxi bringt uns zur nächsten Unterkunft La Viallette auf der Causse de Sauveterre, in der uns Ann-Marie bereits erwartet. Ihr Sohn Frank bringt uns netterweise am übernächsten Tag zu einem Hotel am Tarn. Nach einer

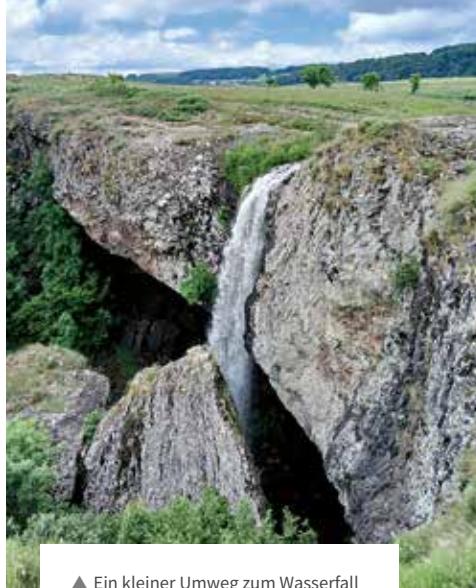
Woche Kajak, Tarn-Wanderung und Millaubesichtigung geht es wieder nordwärts – ins Cantal. Mit dem Bus für 1,50 Euro pro Person von le Rozier nach Millau, von dort mit dem IC nach St. Flour. Auf der Auvergne-Karte verfolge ich die Route mit bis kurz hinter Marvejols und glaube noch an eine pünktliche Ankunft. Doch der Schienen-Pannenteufel schlägt zu. Irgendwann geht nichts mehr und wir rollen, mit quietschenden Bremsen in den letzten Bahnhof zurück. Von dort bringt uns ein Bus von Marvejols nach St. Flour. Dort, noch nicht ganz im Cantal, beziehen wir ein Chambre d'hôtes (= Frühstückspension) und genießen zum Frühstück den im örtlichen Kirchturm getrockneten Schinken, Tatsache!

Rinder im Cantal

Eine ganz andere Landschaft als im Aubrac erwartet den Wanderer im Cantal. Wie die Speichen eines Rades ziehen sich die vielen Täler von den zentral gelegenen Berggipfeln Puy Mary und Puy Griou in alle Richtungen. Ca. 500 »Tiefenmeter« haben die Gletscher sie seit der Entstehung in die Landschaft eingeschnitten. So haben wir also an zwei Tagen jeweils 500 Höhenmeter zu bewältigen. Am dritten Tag machen wir Pause und sehen live bei der Tour de France zu. Am vierten Tag wandern wir dann eher entlang der Höhenlinie in Richtung Südosten vom Puy Mary aus nach le Lioran. Auf diesem Weg erwarten uns herrliche Rückblicke auf die Strecke des ersten Tages und wunderschöne Ausblicke in die Täler in alle Richtungen.

Querfeldein geht auch

Der Höhenrücken, der sich vom Puy Mary über den Puy de Niermont nach Nordosten erstreckt, hat sich zu einem 10 Kilometer breiten Plateau geweitet. Diesem folgen wir am ersten Tag im Cantal auf dem GR 4 nach Südwesten – also in Richtung Puy Mary. Schon nach weniger als einem Kilometer, wir wandern auf ebenem Wiesengelände in einer Fahrspur, müssen wir den GR schon wieder verlassen, denn wir wollen abkürzen. Wir befinden uns nun also auf dem PR, in der Karte gestrichelt, manchmal grün markiert, dann auch wieder nicht. Wie auch, in dieser Prärie: kein Baum, kein



▲ Ein kleiner Umweg zum Wasserfall



► Typischer Weg im Aubrac

Strauch, wenig Fels – manchmal sehen wir noch einen grünen Balken an einem Weidepfahl, doch dann nicht mehr. Wir wissen, wir dürfen nicht auf den PR nach Drils geraten, der würde uns wieder zurück ins Tal auf die D23 bringen. So hangeln wir uns über den kleinen Rücken le Limon, einige Bachläufe und kleine Felsgruppen, die in der IGN Karte eingezeichnet sind, bis in den Hang unterhalb des Puy de Niermont. Hier wird es wieder ein Weg und die grüne Markierung taucht auch wieder auf – puh, geschafft. In Le Claux sind wir die einzigen Gäste in der Herberge (l'Estive du Claux) und die Herbergs-Familie isst mit uns zu Abend.

Eine Begegnung besonderer Art – le Taureau

Die weiten Hochflächen bieten bestes Weideland für die Cantal-Rinder. Sie stehen als kleine Gruppen auf den großen Flächen. Kühe, Kälber und immer ein Stier dabei, der aufpasst und uns Wanderern mit seiner imposanten Erscheinung ziemlichen Respekt einflößt – also immer gut Abstand halten und gaaaanz ruhig vorbeigehen. Einmal müssen wir allerdings passen, da steht er mit seiner Gruppe direkt vor dem Durchlass für Wanderer. Uns bleibt nur, in sicherer Entfernung unter dem Weidezaun hindurchzukriechen.

Danach kommen wir noch ins Gespräch mit den anderen Wanderern, die es uns vorgemacht hatten. Wir begegnen ihnen dann noch einige Male an diesem wunderschönen sonnigen Wandertag im Massif Central und verabschieden uns mit einem – à bientot – wir kommen wieder.

Text: Uwe Koltzsch

Fotos: Uwe Koltzsch, Doris Riedelsheimer

LA SPORTIVA
SCARPA
MEINDL

SALEWA
patagonia
LOWA
simply more...

Black Diamond
EDELRID
maloja

EQ
MAMMUT
SWISS 1862

und viele mehr!

Alles für Wandern und Bergsport!

naturzeit Ausrüstungshaus
Seestraße 11-13 | Ludwigsburg

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Samstag
10:00 – 18:00 Uhr
www.naturzeit.com

* Gültig bis 31.12.2025
auf UVP des Herstellers

10%*
Rabatt im
Ausrüstungshaus
gegen Vorlage des
DAV-Ausweises

HÜTTENINFOS

Hütteninfos

WINTER AUF UNSEREN HÜTTE

Während einige unserer Hütten im wohlverdienten Winterschlaf sind, freuen sich andere über euren Besuch. Unser Tipp: Gönnt euch eine Auszeit unter der Woche. Die Stimmung ist dann oft noch gemütlicher und die Bergwelt lässt sich entspannt genießen. Diese Hütten haben auch im Winter für euch geöffnet:



Schwarzwasserhütte. Foto: Dominik Müller

ALLGÄUER ALPEN

29.12.2024 bis 30.3.2025

Schwarzwasserhütte

SILVRETTA

6.2.2025 bis 27.4.2025

Jamtalhütte

RÄTIKON

Durchgehend geöffnet

Schwabenhaus (Selbstversorger)

SCHWÄBISCHE ALB

Durchgehend geöffnet

Gedächtnishütte, Werkmannshaus (Selbstversorger)

Harpprechthaus (derzeit nur für Gruppen ab 10 Personen)

ALPENVEREINAKTIV:

HÜTTENSUCHE LEICHT GEMACHT

Welche Hütte ist aktuell geöffnet? Welche Hütten sind besonders familienfreundlich? Wo gibt es Selbstversorgerhäuser? Diese Fragen beantwortet die Hüttenansicht von alpenvereinaktiv. Im Untermenü werden diverse Filtermöglichkeiten bereitgestellt. Über diese könnt ihr z.B. nur aktuell geöffnete Häuser oder besonders für Kinder geeignete Hütten anzeigen lassen. Alle dem Online-Hüttenreservierungsservice angeschlossenen Hütten halten zudem Informationen zur Auslastung bereit. Auch einen Link zur Buchungsseite findet ihr dort. Probiert es doch gleich selbst aus! www.alpenvereinaktiv.com/huetten

SPONTAN: HÜTTENBETT FINDEN



Neuschnee, Sonne satt und eine geringe Lawinenwarnstufe – ab in die Berge. Doch wo nächtigen? Mit dem Last-Minute-Hüttenbett könnt ihr euch alle verfügbaren Schlafplätze des aktuellen, folgenden und übernächsten Tages anzeigen lassen – sofern die Hütten an das Online-Hüttenreservierungssystem angeschlossen sind. <https://lmy.de/TWBHM>

Uracher Alb · 756 m · ❄

Werkmannhaus

Selbstversorgerhaus

Wandern, Klettern, Biken,
Schneeschuhgehen, Langlaufen

werkmannhaus.de

Lenninger Alb · 800 m · ❄

Harpprechthaus

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Klettern, Biken,
Schneeschuhgehen, Langlaufen

harpprechthaus.com

Lenninger Alb · 800 m · ❄

Gedächtnishütte

Selbstversorgerhaus

Wandern, Klettern, Biken,
Schneeschuhgehen, Langlaufen

gedaechtnishuette.de

Berghütten für dein Abenteuer



Allgäuer Alpen · 1620 m · ❄

Schwarzwasserhütte

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Bergtouren,
Schneeschuhgehen, Skitouren

schwarzwasserhuette.de

Hohe Tauern · 2650 m

Sudetendeutsche Hütte

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Bergtouren,
Klettern

sudetendeutschehuette.de

Rätikon · 1198 m · ❄

Schwabenhaus

Selbstversorgerhaus

Wandern, Biken,
Schneeschuhgehen,
Skitouren

schwabenhaus.at

Silveretta · 2165 m · ❄

Jamtalhütte

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Bergtouren,
Klettern, Skitouren
Schneeschuhgehen

jamtalhuette.at

Lechtaler Alpen · 2310 m

Stuttgarter Hütte

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Bergtouren,
Klettern

stuttgarterhuette.de

Karwendel · 1768 m

Hallerangerhaus

Bewirtschaftete Hütte

Wandern, Bergtouren,
Klettern

hallerangerhaus.at



Deutscher Alpenverein

**Sektion
Schwaben**

Ausführliche Infos zu den Hütten findet ihr auf alpenverein-schwaben.de/huetten.
Reservierungen und Anfragen bitte direkt über die entsprechende Hüttenwebsite.
Wir wünschen euch tolle Bergerlebnisse auf den Hütten der Sektion Schwaben.

Sommerabschluss Wettkampfgruppe Böblingen

Nicht nur Profis, auch wir klettern in Innsbruck

Kletterzentrum Innsbruck – KI, hier trainieren die Stars – und am ersten Ferienwochenende auch die Mitglieder der Wettkampfgruppe Böblingen.

Nachdem alle Wettkämpfe vor den Sommerferien geschafft waren, ging es für die Wettkampfgruppe nach Österreich. Samstagfrüh um 9 Uhr, zur Öffnungszeit des KI, standen wir vor der Tür und konnten es kaum erwarten, an die Wand zu kommen.

Voller Elan und Energie wagten sich die Jungs und Mädels in die Routen. Sowohl an der stark überhängenden Wettkampfwand im Außengelände als auch indoor an den Wänden, die mit unzähligen Routen aller Schwie-

rigkeitsgrade geschraubt waren. Wir sind geklettert, bis die Finger wund waren.

Nach der Mittagspause wurden die Boulder, die für alle etwas boten, unsicher gemacht. Platten, Überhänge, Kraftboulder – alles, was das Herz begeht, war vorhanden. Bestaunt und fachkundig analysiert wurden auch die Boulder, die für die

▼ Große Wettkampfwand außen





▲ Training an der Norm-Speed

Vorbereitung des österreichischen Olympia-Teams geschraubt waren.

In der Halle trafen sich die unterschiedlichsten Teams und Athleten aus vielen Nationen. Eine bunte Mischung, die die Internationalität des Klettersports erahnen ließ. Abends waren die Kids kaum aus der Halle zu bekommen – so gerne wollten sie weiterklettern.

Beim Abendessen wurde weiter fachgesimpelt und die Energie mit köstlichen österreichischen Schmanderln wieder aufgefüllt.

Sonntags wurden die Speed-Wände, von denen die Halle vier bot, sowie nochmals die Boulder ausprobiert und viel getüftelt, um diese zu knacken.

Auch Top-Athleten trainieren im Kl. Am Sonntag trafen wir auf Hannah Meul und konnten ein Autogramm von ihr erhalten.

Mit einem Rundgang durch Innsbruck am Sonntagmittag und einem wohlverdienten leckeren Eis fand das Wochenende seinen Ausklang und wir fuhren glücklich nach Hause. Nicht ohne uns vorzunehmen, bald wiederzukommen.

Text: Claudia Schwenker

Fotos: Thomas Schwenker/Wettkampfgruppe BB

WETTKAMPFGRUPPEN DER SEKTION SCHWABEN:
www.alpenverein-schwaben.de/wettkampfklettern



▲ So werden Boulderprobleme gelöst.

▼ Wettkampfgruppe Böblingen mit Trainer Ulrich Niebler



KLETTERN
& MEHR

SEIT ÜBER 20 JAHREN IN STUTTGART
www.kollektiv.rocks

SNOW- &
LONGBOARDEN



Aalener Jugend auf Skitourenwoche

Nach Südtirol ist vor Südtirol!

Im Januar 2023 machte sich eine Gruppe Nachwuchssportlerinnen und -sportler aus dem Aalener Raum auf den Weg nach Natz zum Durchführen von Skitouren auf die Berggipfel Südtirols.

Um die vorhandene Zeit bestmöglich mit aktivem Alpenprogramm zu füllen, wurde bereits auf der Hinfahrt eine Skitour auf den Bodnerberg geplant. Die Ausdauer der Teilnehmenden wurde trotz einer langen Forstwegpassage letztendlich mit einem schönen Panorama und akzeptablen Schneeverhältnissen im oberen Teil des Berges belohnt. Obwohl der Gipfel nicht erklimmen wurde, war die Vorfreude auf die kommenden Skitouren spätestens jetzt bei allen geweckt. Für viele war dies die erste Skitour der Saison.

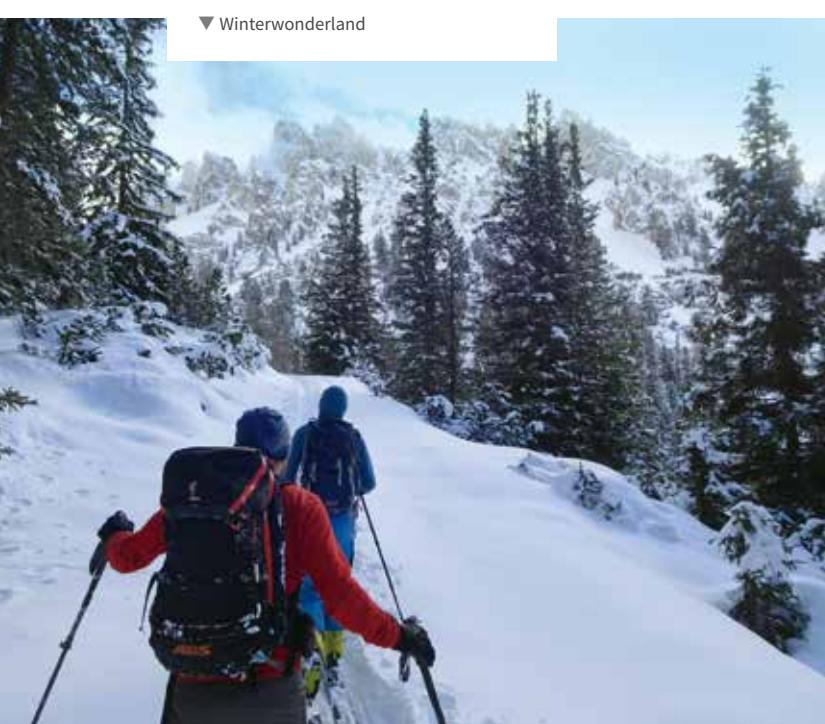
Nach diesem erfolgreichen sportlichen Auftakt ließen wir den Abend in der Pension Auerhof in Natz ausklingen. Der Auerhof war auch unsere Basis für die kommenden Skitouren.

Der Gruppenzusammenhalt kam nicht zu kurz
Die nächste Skitour ließ nicht lange auf sich warten und so bestiegen wir am nächsten Tag ausgehend



▲ Anna auf dem Weg zur Cima Lavino

▼ Winterwonderland

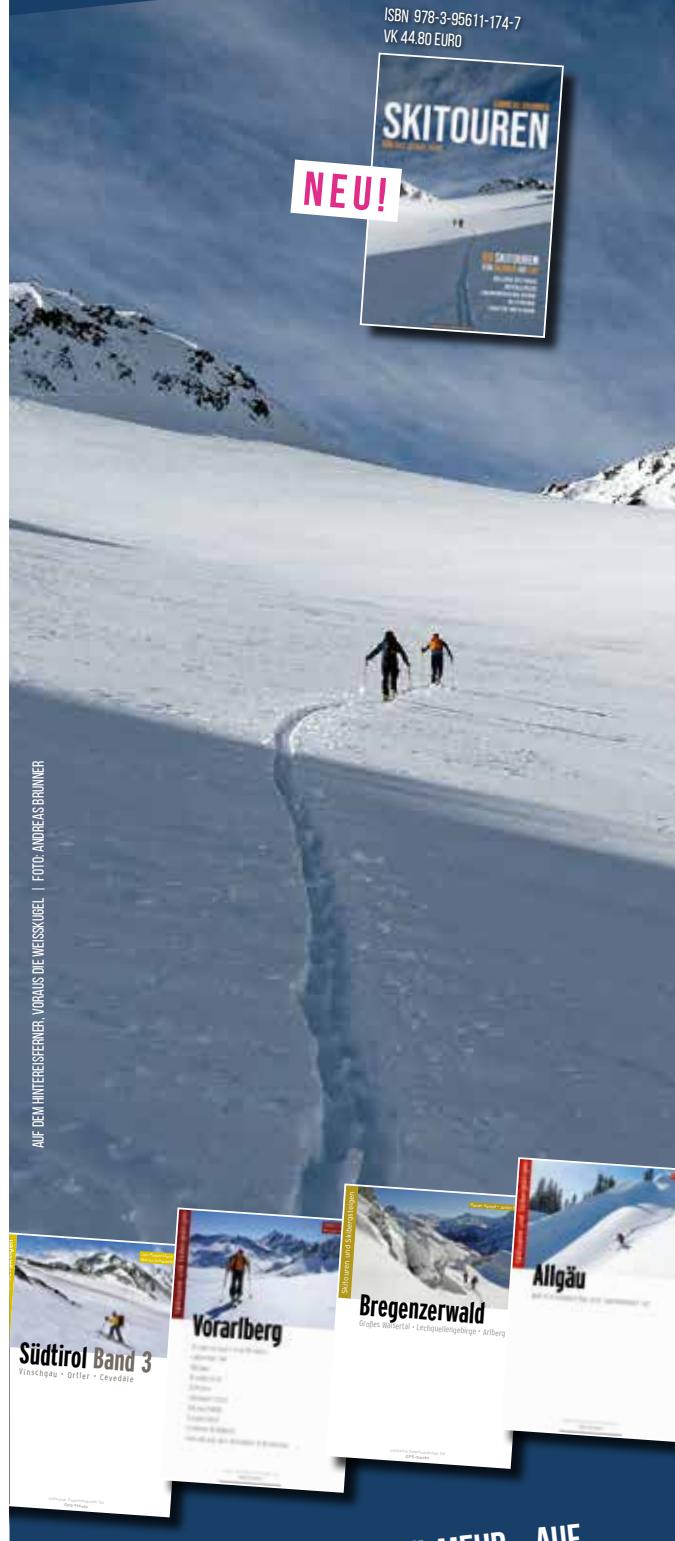


BLEAU, CÉÜSE, ARCO, FINALE,
KALYMNOS, LEONIDIO, SAN VITO LO CAPO
ODER NICHT DOCH BESSER
ANDREAS BRUNNER

SKITOUREN

FÜR DAS GANZE JAHR

ISBN 978-3-95611-174-7
VK 44,80 EURO



AUF DEM HINTEREFERNER, VORAUS DIE WEISSKUGEL | FOTO: ANDREAS BRUNNER

DAS ALLES – UND NOCH VIEL MEHR – AUF
WWW.PANICO.DE



▲ Unsere Gruppe



von der Zanser Alm den Zendleser Kofel im Villnössatal. Die Tour punktete mit tollem Panorama auf die Geislerspitzen und bot Möglichkeiten fürs Schneeschuhgehen, Rodeln und Skitourengehen gleichermaßen. Am Abend wurde beim gemeinsamen Puzzeln die Kombinationsgabe wie auch der Gruppenzusammenhalt gefördert.

Am nächsten Tag bildete eine Skitour im Naturpark Fanes-Sennes-Prags vom Berggasthaus Pederü auf den Gipfel Lavinores das Highlight für viele. Zwischen beeindruckenden Felsformationen konnten wir nach dem Start in einem schattigen Tal einen sehr sonnigen Tag genießen. Auch die Anzahl der fertiggestellten Puzzles pro Tag erreichte hier ihren Höhepunkt.

Puzzeln, Puzzeln ...

Angestachelt von den bisherigen Erfolgen beim Puzzeln und Skitourengehen folgte sowohl die erfolgreiche Besteigung des Zwischenkofels wie auch ein besonders anspruchsvolles Puzzle mit vier Papageien. Während der Gipfel an einem Tag bestiegen werden konnte, entpuppte sich das Puzzle als ein langwieriges Mehrtagesprojekt mit vielen »Ecken und Kanten«.

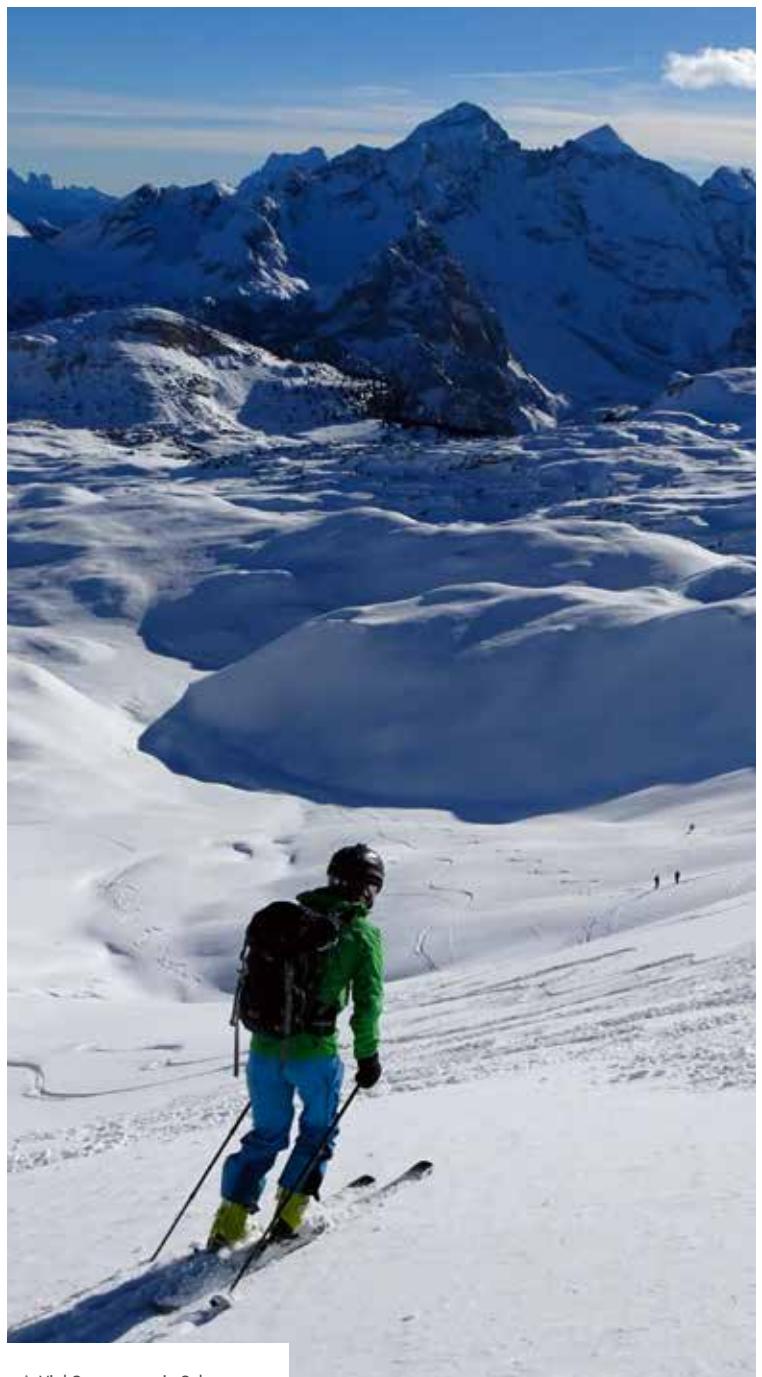
Unterschätze nie die Abfahrt oder den Abstieg!

Auch am fünften Tag in Folge war die Freude am Skitourensport ungebrochen hoch, sodass wir ausgehend vom Schalderer Tal den Eiskofel zum nächsten Ziel auserkoren hatten. Von hier konnten wir die Dolomitengipfel der Sextener bis zum Rosengarten bewundern. Die Abfahrt ins Tal entpuppte sich kräftezehrender als der Aufstieg, weshalb am darauffolgenden Tag Regeneration angesagt war. Damit verbunden war die kulinarische Erkundung der Brixener Gastronomie und die eines Sportladens. Um die sportliche Woche in geeigneter Art und Weise zu beenden, machte ein Teil der Gruppe auch auf der Heimreise noch eine Skitour auf den Saxner bei Ratschings.

Jetzt war die erlebnisreiche und super Woche aber leider endgültig vorbei. Doch Trost finden wir in der Erkenntnis »Nach Südtirol ist vor Südtirol!«

Text: Benjamin Sturm

Fotos: Vera Sienz



▲ Viel Sonne, wenig Schnee



AUF DAS GRÜNDEGG (NORDSEITE)

Genusstour im Salzburger Land

Vom Parkplatz auf der nicht mehr geräumten Straße weiter taleinwärts zur Breitebenalm. Von der Alm folgt man dem markierten Sommerweg nach Osten und quert einen Graben. Dahinter entlang der Straße nach Süden zur Großwildalm. Hinter der Alm dreht die Spur nach Südosten und man gelangt über schöne Kuppen in den Boden unter dem Gipfelhang. Hier bietet sich rechterhand eine breite Rampe an, der man an einem Jägerstand vorbei auf den Westrücken folgt. Über den Rücken unschwierig zum Gipfel. Abfahrt wie Anstieg oder bei stabilen Verhältnissen kurz entlang des Nordrückens Richtung Penkkopf und dann in die Westflanke hinunter, bis man am Karboden oder spätestens bei der Großwildalm wieder auf die Anstießspur trifft.

Variante: Noch vor der Großwildalm kann man die Almstraße auf einem kaum merkbaren Scheitelpunkt nach links (Osten) verlassen und gemütlich durch lichten Lärchenwald und über freie Flächen auf den Penkkopf (2011 m) hinaufsteigen. Abfahrt wie Anstieg.

FAKten

Schwierigkeit: mittelschwere Hochwintertour

Gehzeit: 3 Std. Anstieg

Anstieg: 950 Hm

Ausgangspunkt: Großarlal im Ortsteil Au; Auffahrt auf der Sonneggstraße Richtung Breiteben bis an den Karsegggraben zum Parkplatz

Anforderungen: Skitourenausrüstung nötig

Einkehrmöglichkeiten: Restaurant Großarler Genuss

Diese Skitour ist erschienen

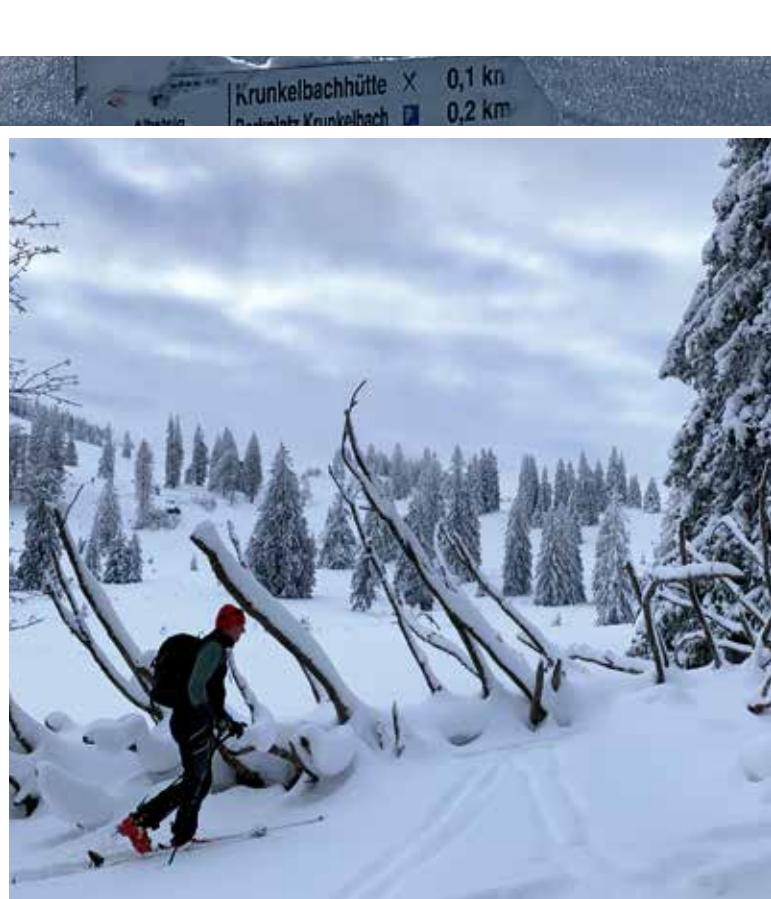
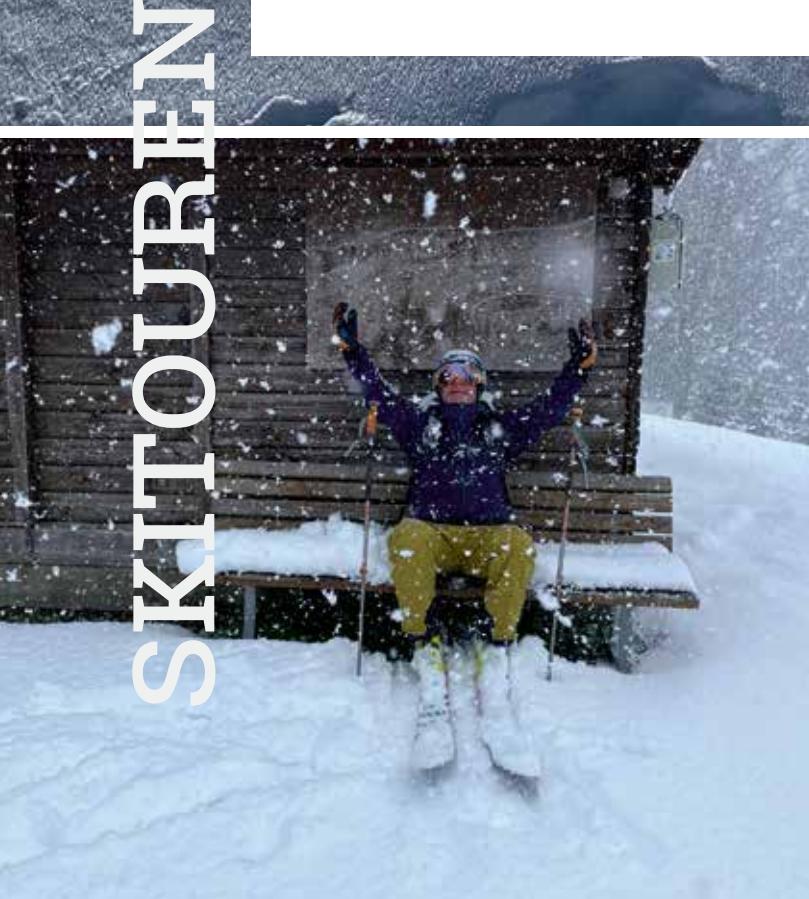
in: Thomas Neuhold:
Skitouren-Schmankerl.
240 Seiten, durchgehend
farbig bebildert, Karten,
Übersichtskarte. Verlag
Anton Pustet, ISBN 978-3-
7025-1101-2, 24 €



SKITOURENTIPP

SKITOURENTIPP

RUNDE MIT HERZOGEN- UND SPIESSHORN
Südschwarzwald



Krunkelbachhütte X 0,1 kn
Krunkelbach 0,2 km

Es ist der 21. April 2024.

Die perfekte Zeit für Skihochtouren. In den Alpen ist die Lawinengefahr nach den massiven Schneefällen der vergangenen Tage so groß, dass wir uns gegen einen Trip in die Schweiz entscheiden – doch es gibt einen Plan B auf halber Strecke. Nicht ganz so spektakulär, aber landschaftlich traumhaft schön und auch skifahrerisch viel besser, als man allgemein vermuten würde.

Die Rede ist vom Südschwarzwald. Unsere Entdeckung aus Corona-Tagen ist auch im Frühling 2024 eine gute Wahl – und zu jeder anderen Zeit, wenn Frau Holle die Region ausreichend beglückt hat. Aber was heißt hier Entdeckung. Der Schwarzwald, speziell die Region rund um den Feldberg, ist bei entsprechender Schneelage ein wunderbares Skitourenrevier mit ganz besonderem Reiz, das auch für Einsteiger ideal ist. An klaren Tagen muss man nicht mal auf 4000er verzichten. Vom Herzogenhorn (1414 Meter) sieht man nicht nur Feldberg, Rheintal und die Vogesen, sondern ganz im Süden auch die Berner Alpen mit Eiger, Mönch und Jungfrau.

Wir haben hier zwei Skitourenklassiker der Region – die Touren auf das Herzogenhorn und jene auf das Spießhorn – zu einer Runde mit gut 900 Höhenmetern kombiniert.

Route: Der Anstieg verläuft zunächst sanft ansteigend in westlicher Richtung auf einem Forstweg, ehe es nach 3,4 Kilometern an der Schutzhütte am Finsterbühl nach links (Süden) und dann weiter Richtung Westen zunächst entlang des Quellgebietes des Krunkelbachs geht. Ab hier geht es etwas steiler nordwestlich durch den Wald und im Bogen Richtung Süden auf das kahle Herzogenhorn. Dort beginnt die zwei Kilometer lange Abfahrt nach Bernau-Hof. 500 Höhenmeter weiter unten wird wieder angefellt und der Aufstieg zum Spießhorn beginnt in nordöstlicher Richtung. Zunächst wieder über einen Forstweg bis zur Krunkelbachhütte (Einkehr) und weiter durch den Wald bis zum bewaldeten Gipfel des Spießhorn (1349 Meter). Von dort führt die zweite und letzte Abfahrt des Tages zunächst durch den Wald, später über weite Hänge mit kurzer Schiebepassage zum Ausgangspunkt in Menzenschwand.

Text: Steffen Müller

Bilder: Andrea Krieg, Steffen Müller



**Ski-Urlaub
in den Alpen**

Skihütten & Ferienhäuser vom Spezialisten

www.grether-reisen.de  0721 557111

FAKten

Schwierigkeit: mittel

Dauer: rund 4 Std.

Höhenunterschied: 914 Hm

Länge: 15,3 km

Ausgangs-/Endpunkt: Menzenschwand Parkplatz
Hinterdorfstraße (878 m), GPS 47.83282, 8.066055

Anfahrt Auto: Über die A81, B31 und B500 über Titisee-Neustadt und Bärental nach Menzenschwand

ÖPNV: Mit dem Zug nach Schaffhausen und weiter bis Waldshut. Von dort mit Bussen via Basel Badischer Bahnhof und St. Blasien nach Menzenschwand Hinterdorf. Etwas kürzer ist die Anreise nach Bernau – ebenfalls über Basel Badischer Bahnhof (Start der Runde dann in Bernau Hof). Ideal als Wochenendausflug mit Übernachtung. Weitere lohnende Touren in der Feldberg-Region gibt es im Rother Skitourenführer »Schwarzwald mit Vogesen« (s. unten).

Tourencharakter: Die Route führt zunächst von Menzenschwand abwechslungsreich auf das windumtoste Herzogenhorn. Hier wartet eine beeindruckende Rumdumsicht. Der zweite Aufstieg führt auf das Spießhorn. Die Abfahrten führen über schönes Skigelände mit vielen freien Hängen und einer Waldpassage. Im letzten Teil der Runde geht es über die Pisten in Menzenschwand.

Lawinengefahr: Gering; lediglich bei der Querung des Wechtenkessels (bei Kilometer 5) ist nach starken Schneefällen Vorsicht geboten.

Ausrüstung: normale Skitourenausrüstung

Information: www.hochschwarzwald.de

Literatur: Im Rother Skitourenführer

»Schwarzwald mit Vogesen« von
Matthias Schopp (16,90 Euro;
ISBN: 978-3-7633-5931-8) finden sich
zahlreiche attraktive Skitouren in
der Region. www.rother.de



Link zur
Tour auf
alpenvereinaktiv.com





FREERIDEN AM ARLBERG

10% DAV RABATT
Online-Ticketrabatt für DAV-Mitglieder
Code: **DAV4EOF24**

by EOFTE **Ein Tag, fünf Traum-Abfahrten**



Mit drei stand Nadine Wallner das erste Mal auf den Ski, mit 23 gewann sie die Freeride World Tour. Ende 2014 dann der Schock: Ein schwerer Unfall wirft die Athletin zurück. Und bringt sie zum Klettern. Auf den Ski ist Nadine weiterhin leidenschaftlich gerne unterwegs. In ihrem Film Backyard zeigt sie eindrucksvoll, dass man für grandiose Tiefschnee-Abfahrten nicht um die halbe Welt reisen muss. Der Film wird im Rahmen der European Outdoor Film Tour gezeigt.



,Backyard' zeigt eine unberührte Winterlandschaft, keine Menschenseele weit und breit, trotz des makellosen Wetters. War das filmische Magie oder hatte ihr das alpine Paradies wirklich für euch allein?

Nadine Wallner: Wir waren wirklich allein! Nach einem kräftigen Schneefall erkunden die meisten Tourengeher zunächst die vertrauten Nahbereiche. Die verborgenen Juwelen des Hinterlands am Vorarlberg bleiben erst mal unberührt, da der erste Tag nach Neuschnee tückisch sein kann und Expertise verlangt. Jannik, Dino und ich haben uns direkt am ersten Tag nach dem Schneefall in diese entlegenen Zonen gewagt. So hatten wir die unberührte Natur ganz für uns. Hinzu kommt, dass wir schon ab 5:30 Uhr unterwegs waren.

Innerhalb eines einzigen Tages bewältigt ihr eine Differenz von 3000 Höhenmetern. Welche Kriterien sind für dich entscheidend bei der Zusammenstellung eines Teams für eine so anspruchsvolle Tour?

Natürlich ist es entscheidend, dass das Team über umfangreiche Erfahrung am Berg verfügt und exzellent Ski fährt. Aber der Schlüssel liegt in der reibungslosen Kommunikation und dem bedingungs-

losen Vertrauen untereinander. Diese Gewissheit ist in den extremen Momenten, die wir durchleben, von unschätzbarem Wert. Sie bildet das Fundament für unsere Sicherheit und ermöglicht uns, selbst unter Druck die richtigen Entscheidungen zu treffen.

Ein besonders dramatischer Moment im Film ist die Szene, in der euer Kollege Jannik beinahe von einer Lawine verschüttet wird. Wart ihr darauf vorbereitet, dass so etwas passieren könnte?

In den Bergen muss man immer mit plötzlichen Veränderungen rechnen, selbst wenn man sehr gut vorbereitet und mit einem erfahrenen Team unterwegs ist. Egal, wie viel man sich vorher vorbereitet hat oder wie viele Schneeprofile man gemacht hat, der Wind kann sich drehen, die Hänge können sich schneller erwärmen – solche Faktoren muss man vor Ort ständig neu bewerten und Entscheidungen daran anpassen.

War dieser Vorfall ein emotional aufwühlender Moment für euch, oder gehört eine solche Erfahrung zu den Herausforderungen, die man bei einem Projekt dieser Größenordnung bewältigen muss?

Es war zweifellos ein gewaltiger Schock für uns alle. Aber wir sind von Natur aus eher rational veranlagt und haben uns die Zeit genommen, um das Geschehene gemeinsam zu reflektieren und die Ursachen zu analysieren. In alpinen Umgebungen ist es entscheidend, dass Emotionen nie die objektive Einschätzung überlagern – sonst begibt man sich in ernsthafte Gefahr. Nach sorgfältiger Überlegung haben wir uns dazu entschieden, weiterzumachen, aber haben unseren Fahrstil angepasst.

Wie viel Proviant hatte jede*r von euch an diesem Tag dabei?

Ein Käsebrot, Nüsse, zwei Riegel und einen Liter Wasser.

Was gebt ihr anderen jungen Kletterbegeisterten mit auf den Weg, wenn sie eine professionelle Karriere anstreben?

Hört den alten Menschen zu. Denn sie wissen's einfach. Auch wenn man das als junger Mensch manchmal nicht glauben will. Alte Menschen leben viel mehr im Innern statt im Außen. Für Lebenserfahrung gibt es keine Abkürzung.

Du bist neben deinen Projekten auch Bergführerin. Welche Zielgruppe sprichst du an?

Ich gehe mit normalen Bergsteigern auf Tour. Manchmal sind es Wanderungen, mal anspruchsvolle Klettermöglichkeiten. Oft wird daraus eine langjährige Begleitung. Ich freue mich, einen Entwicklungsprozess mitgestalten zu dürfen. Nicht selten sind daraus Freundschaften entstanden.

Einige werden deine Projekte eventuell als verantwortungslos titulieren. Was sagst du dazu?

Also zuerst mal: Diese Leute haben ein Stück weit recht, da will ich ehrlich sein. Ich gehe bewusst ins Risiko. Dabei versuche ich, das





Foto: MKM | Tim Marcour

Risiko zu minimieren, indem ich nicht zu viele Projekte dieser Art mache. Ein bis zwei Projekte im Jahr, mehr nicht. Dadurch ist mein Fokus voll da und auch mein mentaler Speicher einsatzfähig. Ich bin nicht (mehr) getrieben, Projekte machen zu müssen. Ich höre auf meine innere Stimme und meinem Bauch, ob und wann ich etwas machen möchte.

Was glaubst du aber, können die Kritiker von euch lernen?

Nun, für mich gibt es Grundwerte. Dazu gehört, an einer Sache dranzubleiben, auch wenn es schwierig wird und ich keine Optionen habe. Im heutigen Leben haben wir meist viele Optionen – zu viele, wenn du mich fragst. Wir müssen nicht mehr zwangsläufig unbequeme Wege gehen – und das zerstört das »Arbeiter-Gen« in uns. Wir erfahren nicht mehr, wie es sich anfühlt, wenn man sich für eine Sache anstrengen, sich auseinandersetzen und Zweifel zulassen und überwinden muss.

Was ist das große Ganze, um das es letztlich geht?
Intensive Momente mit guten Freunden erleben. Sich spüren. Sich neuen Aufgaben stellen.

Was waren richtungsweisende Gespräche oder Begegnungen mit Menschen jenseits des Bergsports, von denen du lernen konntest?

Ich lasse viel Wertvolles von meinen Gästen, von älteren erfahrenen Menschen und natürlich von meiner Frau. Ich lasse aber auch von negativen Vorbildern. Diese zeigen mir, wie ich nicht leben und agieren möchte. Das macht auch sie wiederum für mein Leben wertvoll.

Text: Daniela Schmitt

Fotos: MKM | Christoph Johann, MKM | Tim Marcour (1)



ZUR PERSON

Nadine Wallner

ist zweifache Freeride-Weltmeisterin und mit fast jedem Hang in ihren Haushbergen rund um Klösterle am Arlberg per du. Ski fährt sie seit ihrem dritten Lebensjahr.

Im Rahmen der Freeride World Tour und bei diversen Filmprojekten hat sie die besten Lines auf der ganzen Welt kennengelernt. Außerdem liebt sie Klettern und Gleitschirmfliegen.





Skitouren in Südtirol

Weite Hänge, enge Rinnen, pünktliche Züge

Der Staat, die Gesellschaft, die Menschen, die Welt – alles ist im Umbruch. Die Transformation soll schneller vorangehen, der Kanzler verkündet die Zeitenwende, und auch das Skifahren ist nicht mehr, was es einstmais war.

Es gab Zeiten, da war Skifahren zu können in Stuttgart fast so normal, wie es Schwimmen heute gerade noch so ist. Wer im Südwesten Deutschlands aufwuchs, wusste einfach, wie das geht. Zumindest halbwegs, einige in Perfektion, andere eher ungelassen. Doch inzwischen fehlen zum selbstverständlichen Lernen die Möglichkeiten. Die kleinen Lifte auf der Alb und im Nordschwarzwald haben die Drahtseile zusammengerollt, und auch in den Alpenregionen der ersten Reihe mit den vergleichsweise bescheidenen Gipfelhöhen verscherbelt schon eine Bergbahn nach der anderen ihre Gondeln. Kein Schnee, kein Lift, kein Skiiiiii-foan.

Skitfahren ohne Schnee ist wie ein Cowboy ohne Pferd

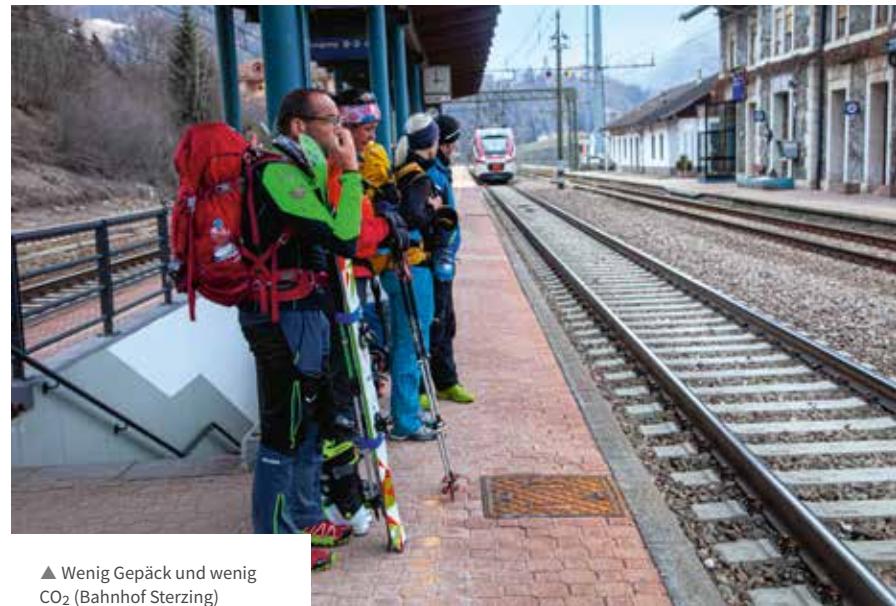
Zum Skifahren braucht es verschneite Berge, und selbst wenn sich eine Aufstiegshilfe nicht rechnet, kann man an den paar wenigen Wintertagen immer noch mit den Tourenskiern auf den Gipfel. Als in der Coronazeit die Lifte kollektiv stillstanden, erkannten auch viele Pistenskifahrer diese Möglichkeit und gaben dem soften Skitourengehen einen kräftigen



▲ Lässiger Aufstieg zum Weißseejoch (Langtauer Tal)



▲ Platz für die eigene Spur
(Fenner Eck, Reintal)



▲ Wenig Gepäck und wenig CO₂ (Bahnhof Sterzing)

Schub. Blöd nur für die frisch angefixten Touren-gänger: Corona ist vorbei, der Klimawandel geblieben und Schnee weiterhin Mangelware. Bevorzugt dann und dort, wo man ihn gerne hätte. Wer Skifahren will, muss im Nomaden-Style dem Schnee hinterherziehen. Höher hinauf und zeitlich flexibel immer dorthin, wo Frau Holle gerade welchen hingeworfen hat. Ziemlich zuverlässig hat sie in den letzten Wintern die weiße Pracht mit Hilfe ihrer Genua-Tiefs an der Alpensüdseite abgeladen und in Südtirol recht zuverlässig für gute Wintersportbedingungen gesorgt.

Die Jagd nach dem Schnee ist ein Teufelskreis

Auch Skifahren ist erst mal Motorsport. Wer dem Schnee nachreist, arbeitet zwangsläufig an dessen Niedergang mit, daran gibt's nichts zu deuteln. Schadensbegrenzung ist allerdings möglich. Mit wenigen längeren Kurzurlauben statt der gewohnten

Allwochenendtrips ist schon etwas gewonnen. Ganz abgesehen davon, dass eine Fahrt nach Südtirol gemeinsam mit allen anderen Skifreunden zu den üblichen Reisezeiten keinen Spaß macht. Den Flaschenhals am Fernpass kennt man zur Genüge, aber wer schon mal Stop and Go durchs Pustertal gestanden ist, weiß: Da geht noch mehr! Zwei, drei Tage vorne und hinten geschickt angehängt helfen enorm dabei, das zu bekommen, für was man sich den ökologischen Fußabdruck verhunzt: Entspannung. Und noch erholsamer werden die Tage, wenn man vor Ort von einem festen Stützpunkt aus agiert, anstatt mit dem Auto die vermeintlich 50 schönsten Touren der ganzen Region abzuklappern. In die Tiefe gehende Führerliteratur und gute Karten sind dazu das Mittel der Wahl.

Zurück ins Pustertal: Im Sommer lassen viele Berg- und Kletterfreunde den am schnellsten zu erreichenden Teil Südtirols im Wortsinn links liegen. Im Winter ein kapitaler Fehler, denn die Südseite der Tuxer- und Zillertaler Alpen bietet Skitourenmöglichkeiten, die denen auf der beliebten Nordseite in nichts nachstehen. Unweit von Bruneck, der liebenswert unaufgeregt Regionalmetropole, rahmen zwei nach Norden ziehende, ausgesprochen schneesichere Täler die Rieserfernergruppe ein: Das



▲ Noch gemütlich Richtung
Barmspitze (Langtauferer Tal)



▲ Schon etwas anstrengender kurz unterm
Rote-Wand-Gipfel (Antholzertal)

Tauferer Tal mit dem davon abzweigenden stillen Reintal, und wenig östlich das Antholzer Tal. Breit aufgestellte Wintersportler kennen das eine als Eiskletterparadies, das andere als alljährliche Station des Biathlon-Weltcups und nutzen die gebotenen Möglichkeiten, gestalten nach einer harten Eiskletterei den folgenden Ruhetag mit einer gemächlichen Skitour oder lassen auf eine anstrengende Skitour andertags eine entspannte Langlaufrunde folgen. Und anstrengen kann man sich hier: Der Hochgall (3436 m) fordert vom Biathlonzentrum aus satte 1800 Höhenmeter Aufstieg und führt in hochalpine Regionen. Auch das östlich benachbarte Gsieser Tal ist ein richtiges kleines Skitourenparadies. Wer ganz hinten im Talschluss in St. Magdalena eincheckt, hat von der Haustür weg ein gutes Dutzend moderater Skitouren zur Auswahl.

**Im Norden der Alpenhauptkamm,
im Süden die Dolomiten**

Im Hochpustertal ändert sich das Landschaftsbild. Zunehmend dominieren steile Felswände die Szenerie. Die Sextner Dolomiten, wo am Fuß der berühmten Drei Zinnen die Rienz entspringt, die mit dem Pusterthal die vergleichsweise sanft abfallenden Berge des

Zentralkamms von den Dolomiten trennt, die sich am Toblacher Becken abweisend aufstellen. Wer sich den schroffen Felsgestalten behutsamer annähern will, zweigt schon wenig westlich von Bruneck ins Gadertal ab, wo es in jeder Hinsicht viel ruhiger zu geht als in Cortina d'Ampezzo, Corvara oder Wolkenstein. Mit dem großen Naturpark Fanes-Sennes-Prags haben die Südtiroler schon 1980 der weiteren Erschließung zum Glück einen Riegel vorgeschoben. Wenn man etwa in St. Vigil ganz hinten im Enneberg-Tal am Berggasthof Pederü ankommt, ist definitiv das Tal und gefühlt die Welt zu Ende. 1500 Höhenmeter sind es von dort aus auf die höchsten Gipfel, den Zehner und den Heiligkreuzkofel, und wer es gemütlicher mag, steigt zum Auftakt der Tourenwoche auf die Faneshochfläche, wo gleich zwei gemütliche Hütten warten. Das spart an jedem Folgetag 500 Höhenmeter.

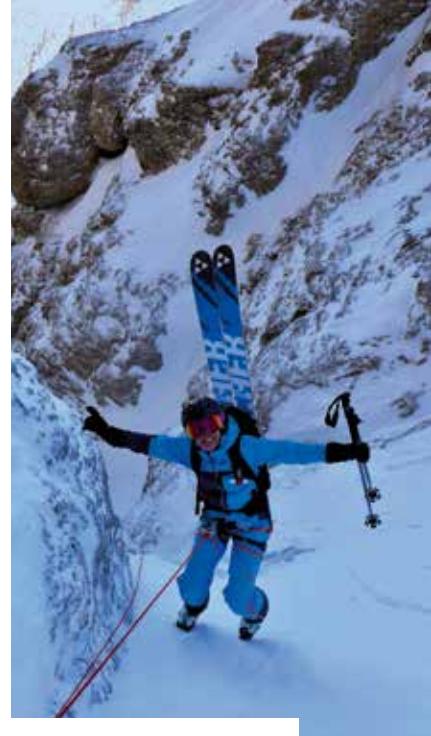
Von ähnlichem Kaliber ist Campill, eines der 33 über die ganzen Alpen verstreuten Bergsteigerdörfer, die sich dem naturnahen, sanften Tourismus verpflichtet haben. In Campill jedenfalls haben sie das Versprechen eingehalten. Ruhiger geht nicht. Ein Tipp an dieser Stelle: Wer in einem Südtiroler Beherbergungsbetrieb absteigt, kann mit der Südtirol-Guest-Card kostenlos den gesamten öffentlichen Nahverkehr benutzen. Nicht schlecht, wenn man aus Versehen in einem anderen Tal landet, Bock auf einen Einkaufbummel oder die Kletterhalle in Bruneck hat oder auf den Pisten sündigen will...



▼ Über den Wolken Richtung
Bärenbartkogel (Langtauferer Tal)



▲ Einfahrt ins breite Val des Mesdi (Sella)



▲ Abseilstelle in der steilen Holzerrinne (Pordoi)

Einmal Sellaronda muss sein

Wobei: Kann denn »Sellaronda« Sünde sein? Wenigstens einmal im Leben sollte man die Runde gedreht haben. Man kann sich zum gleichnamigen Skimarathon anmelden und die gut 40 Kilometer und 2700 Höhenmeter nach Pisten-schluss im Schein der Stirnlampe durchhecheln – sieht dann aber leider nicht, was die Dolomiten so einmalig macht. Das UNESCO-Welterbe gilt im Sommer als bestes Klettergebiet der Alpen und ist im Winter ein Skigebiet mit weltweitem Renommee. Eine Kombination, die zwangsläufig spektakuläre Skitourenmöglichkeiten verspricht. Näher als hier kommen sich legere Skiaufahrt und senkrecht aufragende Felswand nirgends. Wer auf den Pisten der berühmten Skirunde um den Sellastock kurvt, erlebt im Schnelldurchlauf ein grandioses Who's Who berühmter Felswände. Wer aber durchs Val Lastis zur Sella-Hochfläche aufsteigt und durch eines der versteckten Täler wieder in den Pistentribel zurückkehrt, hat ein richtiges Ski-Abenteuer hinter sich. Dabei reicht die Palette von Ski-Plus-Klassikern wie dem breiten Val des Mesdi mit seinem 40 Grad steilen, bisweilen buckelpistig eingefahrenen Beginn über das anhaltend so steile Val Setus bis zur extremen Steilabfahrt durch die Holzerrinne am Sass Pordoi. Deren durchgehend 45 Grad steiler Schlauch wird nur einmal unterbrochen: Von einer Abseilstelle! Da kann „beeindruckend“ schon mal in »bedrückend« umschlagen.

Sanfter als die Dolomiten, aber hochalpiner – so könnte man den westlichen Teil des verbleibenden dritten großen Skitourenreviers in Südtirol überschreiben. Üblicherweise reist man aus Baden-Württemberg über den Reschenpass in den Vinschgau, den obersten Abschnitt des Etschtals, auch wenn bis 2026 wegen Bauarbeiten mit Umleitungen und Verzögerungen gerechnet werden muss. Dafür ist man an der Passhöhe aber auch schon mittendrin: kann nach rechts ins noch einigermaßen unbekannte Rojental oder nach links ins Langtauferer Tal, an die Südseite der Ötztaler Alpen. Eine Etage tiefer dann rechts das Sesvenna-Gebiet mit der gleichnamigen Hütte, von der aus der Übergang ins Unterengadin nach S-charl möglich ist, links das Matschertal mit dem ersten Bergsteigerdorf Südtirols. Alles lohnende Gebiete, die ausreichend Futter für mehr als eine ausgefüllte Tourenwoche bieten.

Sanfte Riesen mit westalpinem Anspruch

Je weiter man ins Etschtal gelangt, umso mehr dominiert die Ortlergruppe die Szenerie. Kein Wunder: Mit 3905 Metern ist der Ortler selbst der höchste Gipfel weitum. Das vergletscherte Terrain hat Westalpen-Niveau und fordert von den Aspiranten hochalpine Erfahrung. Die höchsten Skigipfel der Gruppe sind die Zufallspitzen und der Monte Cevedale. Verschiedene Hütten bieten sich für eine Besteigung an, die im Leben jedes Skitourengehers zu den Höhepunkten gehören wird. Wobei vom reinen Skigenuss her etliche der niedrigeren Dreitausender der Gruppe Interesanteres zu bieten haben.

Vinschgau, Dolomiten, Pustertal: Ein paar der ganz hohen Ziele ausgenommen, für die man besser auf einer Hütte übernachtet, bietet Südtirol eine riesige Auswahl an hochgelegenen Talorten bzw. Ausgangspunkten für eine Skitourenwoche mit halbwegs vertretbarer CO₂-Bilanz. Und wer das Optimum fürs Klima leisten will, reist mit Zug und Bus an. Wenn man erst einmal in Österreich ist, klappt der Rest verlässlich, und in Italien fahren die Busse pünktlich bis hoch in die letzten Bergsteigerdörfer.

Text: Achim Pasold



Fotos: Ivo Rabanser, Markus Stadler, Florian Wenter

INFO

Umfangreiche Informationen zu allen lohnenden Skitourengebieten bieten die Bände **Skitourenführer 1, 2 und 3** (Pustertal und Nördliche Dolomiten, Dolomiten, Vinschgau und Sarntaler Alpen) vom Panico-Alpinverlag. Direkt beim Verlag (www.panico.de) bekommt man auch die passenden detaillierten Tabacco-Karten.





Mountainbiken in Graubünden

Home of Trails

Franzi und Tobi von den Kesselradlern waren zum Biken in der Schweiz und sind von den Trails begeistert. Im nachfolgenden Text nehmen sie uns mit auf ihre Reise.

Home of Trails. Das Versprechen klingt paradiesisch. Zumindest als Stuttgarter, geplagt von dem jahrelangen Kampf um legale Trails, scheint das viel zu schön, um wahr zu sein. Graubündens »Home of Trails« klingt doch auch viel ansprechender als »Home of Lässig«, das anderswo zu lesen ist. Statt Bikeparks suchen wir lieber das alpine Abenteuer auf schmalen Wegen.

Nachdem die Marketingabteilung in Graubünden dafür gesorgt hat, dass ich (Tobi) auf Instagram

und auf sämtlichen Webseiten von Bikemagazinen die Bilder von epischen Bergwelten vor Augen hatte, war klar, dass es im Sommerurlaub 2024 auch nach Graubünden gehen sollte. Jahrelang hatten die vermeintlich hohen Preise meine Frau Franzi und mich abgeschreckt, aber wirklich überprüft hatten wir das nie.

Franzi liebt und versteht es, schöne und gleichzeitig günstige Unterkünfte zu finden. Und so zeigte sich, dass sich mit etwas Recherche auch in der Schweiz erschwingliche Ferienwohnungen buchen lassen. Wir entschieden uns bewusst für Ferienwohnungen, denn einkaufen im Supermarkt in der Schweiz ist nur etwas teurer

als in Deutschland. Die Preise im Restaurant sehen anders aus – eine Pizza Margherita erleichtert den Geldbeutel schnell um 20 Franken.

Beste Bikeinfrastruktur rund um Davos

Als ersten Stopp zog es uns in die höchste Stadt der Alpen: Davos. Die Stadt versprüht keinerlei Charme, ist voller Durchgangsverkehr und die Fußgängerzone zieht eine Klientel wie aus Ischgl an. Wie uns der Liftboy erklärte, wurde Davos als Luftkurort hochgezogen und sei eben nicht historisch gewachsen. Gleichzeitig gibt es eine unglaubliche Bike-Infrastruktur, feine Trails und ein bezauberndes Panorama.

Gleich am zweiten Tag quälten wir uns zum Strela-Pass hoch und wurden auf der gleichnamigen Hütte freundlich empfangen und für unsere Ausdauer ohne Motor gefeiert. Ganz ehrlich: Es fühlt sich verdammt schön an, im Urlaub freundlichen Menschen zu begegnen, die gegenüber Mountainbikenden offen sind.

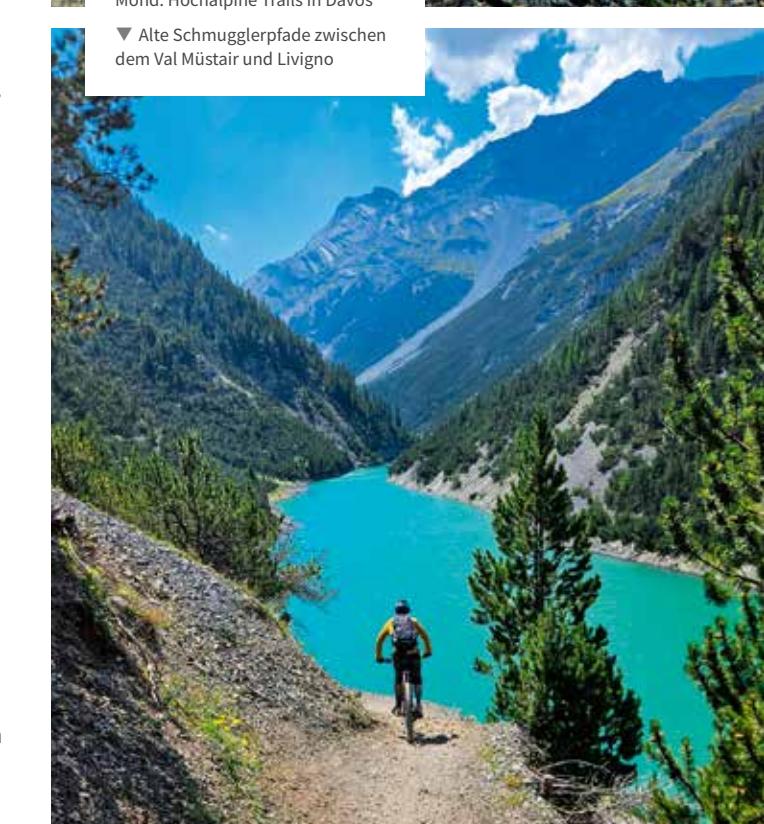
Das ambivalente St. Moritz

Als Nächstes steuerten wir das weltbekannte St. Moritz an. Bewusst entschieden wir uns für den kleinen Ort Samedan, der wenige Kilometer davor liegt. Samedan überzeugt mit Ruhe, einer schönen Altstadt und erweckt den Eindruck, dass Italien schon sehr nahe ist. St. Moritz wirkte auf uns eher ambivalent zwischen Massentourismus und Ruhe. Diese Ambivalenz wird besonders bei der Bernina Express Tour deutlich. Morgens sind wir vom Gletscherblick überwältigt, der sich nach einem schön geshaften Uphilltrail* präsentiert. Wenig später werden wir von der Diavolezza-Gondel mit der riesigen Gucci-Aufschrift begrüßt. Wir schlängeln uns an den Massen vorbei, die auf die nächste Gondel warten, und genießen die Ruhe auf einem absoluten Traumtrail runter nach Poschiavo. Zurück zum Pass geht es dann super organisiert mit dem Bernina Express, der mit einem Fahrradabteil glänzt, welches jeden ICE blass erscheinen lässt.

Scuol, unser nächster Stopp, wirkt da wieder etwas ruhiger. Auch hier finden wir ein unglaubliches Trailnetz, Liftunterstützung und eine der besten Thermen. Scuol ist mit Sicherheit schon lange kein Geheimtipp mehr, da es ja auf einer der Haupt-Transalp-Routen liegt. Trotzdem haben wir das Gefühl, dass es eben neben der Fimmapass–Val d'Uina–Pass da Costainas–Route eher ruhiger zu geht.

Wehmütig in Südtirol

Für uns geht es nach diesen drei Stopps weiter nach Südtirol, für ein bisschen Gusto. Etwas Wehmut ist aber bereits im Urlaub zu spüren, denn Graubünden hat uns verzaubert. Nur an wenigen Orten waren wir auf dem Mountainbike bisher so willkommen wie hier. Die Menschen begegneten uns fast alle herzlich und hatten immer einen Scherz oder lockeren Spruch auf den Lippen. Der Kanton ist der beste Beweis, dass das Konzept von Shared Trails funktioniert. und dort, wo es hakt, gab es immer eine Lenkung der Nutzergruppen. An anderer Stelle ärgere ich mich oft über ein Bike-Verbot-Schild und fahre zähneknirschend vorbei, hier fuhr ich gelassen weiter, in dem Wissen, dass ja sonst fast alles legal fahrbar ist. Naturbelassene Trails ohne Ende, oft mit hochalpinem Charakter und jenseits der 2500 Meter-Grenze – was will man mehr? Selten gab es aber auch einen Bike-Urlaub, in dem ich mein Fahrrad so oft geschoben oder getragen hatte. Die ganz besonderen Trailperlen wollen eben ehrlich erarbeitet werden. Dafür wird man dann aber auch mit einer Ruhe und Natur belohnt, die andere Orte längst verloren haben. Nun aber Ende mit der ganzen Lobeshymne.



- Bucht früh. Je früher, desto mehr günstige Unterkünfte.
- Bucht direkt bei den Unterkünften. Oft ist ein Wäscherservice o.ä. inklusive.
- Der Bärli-Biber klingt lustig und ist ein leckerer Snack für unterwegs.

▲ Eine Landschaft wie auf dem Mond. Hochalpine Trails in Davos

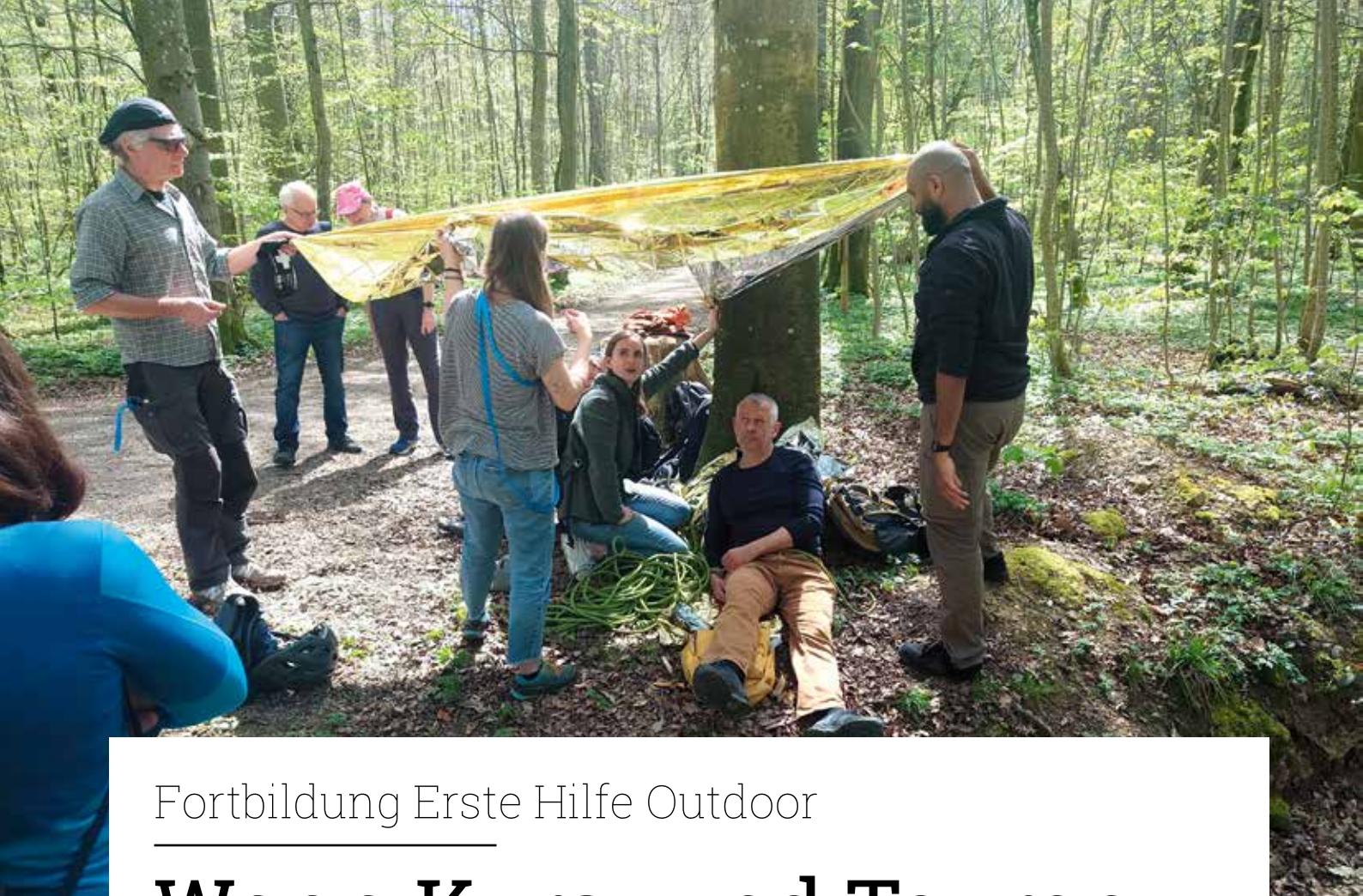
▼ Alte Schmugglerpfade zwischen dem Val Müstair und Livigno

* Von engl. to shape = formen. Ein geshafter Trail ist ein speziell angelegter und geformter Mountainbiketrail für ein optimales Fahrerlebnis.

Fassen wir das Ganze doch einfach sachlich zusammen: Graubünden ist tatsächlich das »Home of Trails«.

Wenn ich mal wieder euphorisch aus dem Bikeurlaub komme, würde ich gerne die schönsten Orte und Trails mit anderen Menschen teilen. Das ist meine Hauptmotivation, wieso ich ehrenamtlich als Guide für den DAV Sektion Schwaben Touren anbiete. 2025 werde ich drei Tage in Davos organisieren und mich freuen, wenn ihr euch anmeldet.

Text: Tobias Kraut
Fotos: Franziska Kraut



Fortbildung Erste Hilfe Outdoor

Wenn Kurs- und Tourenleitungen Leben retten ...

Unsere Kurs- und Tourenleiterinnen und -leiter bilden sich regelmäßig fort. So sind sie stets auf dem aktuellen Stand der Lehrmeinung. Im April 2024 wurde erstmalig ein Spezialkurs Erste Hilfe Outdoor im AlpinZentrum auf der Waldau angeboten.





Der Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses und -Updates ist für alle eine sinnvolle Sache. Immerhin ändern sich Lehrmeinungen gerade im medizinischen Bereich fortlaufend mit neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen. Kein Wunder, dass der im April 2024 zum ersten Mal angebotene Kurs schnell ausgebucht war.

Die Trainer*innen und Fachübungsleiter*innen verschiedenster Bergsportarten trafen sich an einem Samstag im AlpinZentrum auf der Waldau, wo sie von Valerie – selbst leidenschaftliche Kletterin unserer Sektion und ehrenamtliche Ausbilderin beim DRK – in die Besonderheiten der Ersten Hilfe Outdoor eingewiesen wurden.

Auf kurzweilige Theorieeinheiten folgten praktische Fallbeispiele, bei denen die Teilnehmenden in unterschiedliche Rollen schlüpfen. So wurden nicht nur das korrekte Abnehmen des Fahrrad- oder Kletterhelms und die Herz-Lungen-Wiederbelebung geübt. Auch die korrekte Wundversorgung und der Abtransport im Gelände mittels verschiedener Tragetechniken wurden praktiziert.

Die Kür bildeten schließlich Übungen im naheliegenden Wald. Vom allergischen Schock über den Hitzestich am Berggipfel sowie den Bewusstlosen in der Felswand hatte die Kursleitung realitäts-

nahe Fälle ausgearbeitet, bei denen ein eingeweihter Teil der Gruppe seine schauspielerischen Fähigkeiten unter Beweis stellen konnte. Der andere Teil der Gruppe hatte die Aufgabe, die Gefahrensituation zu deuten und entsprechend zu handeln.

Durch den hohen Praxisanteil verankerte sich die Theorieeinheit des Vormittags sehr gut in den Köpfen der Teilnehmer*innen. Alle waren begeistert von dieser Art der Wissensvermittlung mit einem sehr abwechslungsreichen Methodenmix.

Text: Sandra Holte

Fotos: Walter Pritzkow, Valerie Dorsch

INFO

Weitere Infos zur Ersten Hilfe am Berg gibt's hier:



ski
schne
&
sp



Kurse & Touren der Sektion

Skitouren, Eisklettern und vieles mehr.

Für Anfänger*innen, Fortgeschrittene und Profis.

Hier ein Auszug unserer nächsten Aktivitäten.

Und alles auf alpenverein-schwaben.de

Skitouren & Kurse

Frische Spuren im Schnee. Unerreichbar scheinende Gipfel, an deren Flanken sich kleine bunte Punkte nach oben bewegen. Abfahrten – wie schwerelos – durch pulvriges Weiß. Ob das Ganze etwas für dich ist, wirst du bei einem Schnupperkurs herausfinden. Im Grundkurs geht's dann ans Eingemachte: Orientierung, Geländebeurteilung, Geotechnik mit Steigfellen/Harscheisen, Spitzkehren, Abfahren mit verschiedenen Tiefschneetechniken, Beurteilung der Lawinensituation und Suchübungen mit LVS-Geräten. Ziel ist die selbständige Durchführung einfacher Touren. In mittelschweres Gelände führen unsere Aufbaukurse, wo Aufstiege bis zu 1200 Höhenmetern und entsprechende Abfahrten auf euch warten.

► alpenverein-schwaben.de/skitour

- 31.01.–04.02. Grundkurs, Hirschegg
- 05.–09.02. Grundkurs, Pongauer Grasberge
- 07.–09.02. Schnupperkurs, Hirschegg
- 09.–11.02. Schnupperkurs, Padaun
- 15.–25.02. Geführte Langlauftour, Telemark
- 21.–23.02. Schnupperkurs, Hirschegg
- 23.–27.02. Grundkurs, Stubaieralpen
- 27.02.–02.03. Grundkurs, Schmirn
- 07.–09.03. Schnupperkurs, Hirschegg
- 07.–10.03. Aufbaukurs, Stubaieralpen
- 13.–18.03. Aufbaukurs, Hopfgarten im Brixental
- 14.–17.03. Aufbaukurs, Fanes-Hütte
- 17.–22.03. Aufbaukurs, Bivio
- 17.–21.04. Geführte Skitour, Reschenpass

Geführte Skihochtouren

Unsere Skihochtouren bringen euch noch viel weiter nach oben ins hügelige Weiß. Sie führen durch Gletschergebiete mit all ihrer Faszination und all ihren Tücken. Deshalb haben wir Seil, Gurt, Eispickel und Steigeisen dabei. Und Trainer*innen mit der nötigen Erfahrung.

► alpenverein-schwaben.de/skihochtour

- 28.02.–03.03. Splitboard, Silvretta
- 29.03.–05.04. Sellrain
- 03.–09.04. Bernina
- 11.–15.04. Silvretta
- 26.04.–03.05. Haute Route Vanoise

Freeride

Freeriden, Backcountry, Off-Piste oder wie man das abfahrtsorientierte Skifahren im freien Gelände auch nennen mag: In unseren Kursen könnt ihr es erleben. Ihr erlernt Basistechniken, steigert euer Fahrkönnen und euer theoretisches Wissen über Lawinen, Wetter und Ausrüstung. Voraussetzung: sicheres, paralleles Skifahren, auch bei schwierigem Schnee im steilen Hang.

► alpenverein-schwaben.de/freeride

- 31.01.–02.02. Aufbaukurs, Feldkirch
- 14.–16.02. Grundkurs, Bludenz



Sommerprogramm 2025

Mountainbiken, Wandern, Begleiten, Alpinklettern: Die Kurse & Touren des Sommerprogramms unserer Sektion sind ab sofort buchbar. Bitte schaut rechtzeitig auf unsere Homepage, da einige Angebote erfahrungs- gemäß sehr schnell ausgebucht sind.

► alpenverein-schwaben.de

Klettersteigkurs

Du willst im Sommer einen Klettersteig in den Bergen gehen, weißt aber gar nicht so recht, wie man das macht. Dann bist du richtig im DAV Kletter- und Boulderzentrum rockerei, mit einem der wenigen Indoor-Klettersteige Deutschlands. Auf Anfrage vereinbaren wir Einsteigerkurse.

► alpenverein-schwaben.de/klettersteig-indoor

Eisfallklettern

Eisfallklettern zählt zu den verschärftesten Sportarten. Mit Eisgeräten in den Händen und Steigeisen an den Füßen geht es an gefrorenen Wasserfällen empor: nass, kalt, spiegelglatt. Bewährte Routen, Griffe, Tritte – nix da! Worauf es ankommt, erfährt ihr in unserem Grundkurs. Wer bereits Erfahrung im Eisfallklettern hat, ist beim Aufbaukurs herzlich willkommen. Hier zählen volle Konzentration und Ausdauer, denn wir sind sieben bis acht Stunden pro Tag draußen.

► alpenverein-schwaben.de/eisklettern

► 16.–21.02. Eisfallklettercamp (Aufbaukurs), Raurisertal

Schneeschuhtouren

Schneeschuhwandern fasziniert. Lange Zeit fast vergessen, steigen heute Bergfreund*innen sämtlicher Couleur mit dem wahrscheinlich ältesten technischen Fortbewegungsmittel der Welt durch die Berge. Wenn du es ausprobieren möchtest, komm gerne mit zum Schnupperkurs. Wer selbstständig einfache bis mittelschwere Touren durchführen will, bucht unseren Grundkurs. Dort vermitteln wir Geotechniken für schwieriges Gelände, Lawinen-, Wetter- und Ausrüstungswissen.

► alpenverein-schwaben.de/schneeschuhtouren

- 31.01.–02.02. Schnupperkurs, Bürserberg
- 31.01.–03.02. Grundkurs, Hirschegg
- 20.–23.02. Schneeschuhtouren im Sellrain
- 15.–18.02. Grundkurs, Hirschegg
- 22.–23.03. Schnupperkurs, Hirschegg

i KURSE & TOUREN UNSERER GRUPPEN

Zusätzlich zum Sektionsprogramm bieten die neun Bezirksgruppen und zahlreichen Stuttgarter Gruppen der Sektion Schwaben weitere spannende Aktivitäten. Das Spektrum reicht vom Wandern über Wildwasserpaddeln bis zum Wettkampfklettern. Eine Übersicht findet ihr unter alpenverein-schwaben.de/gruppen



KURSE & TOUREN

Alle Indoor-Kurse finden in den DAV-Kletter- & Boulderhallen
rockerei Zuffenhausen und Kletterzentrum auf der Waldau statt.
Infos und Buchung unter: alpenverein-schwaben.de/klettern

Hallenklettern Schnupperkurs

Auch wer den Unterschied zwischen Topo und Toprope nicht kennt, ist hier herzlich willkommen. Ihr probiert das Klettern im Toprope – heißt: mit Seilsicherung von oben über Umlenkkarabiner.

► **Termine: wöchentlich; Dauer: 2 Std.**

Sportklettern Grundkurs, Toprope

Einbindetechnik, korrektes Sichern und Ablassen, Partnercheck, Seilkommmandos: Das ist Teil 1 des Kurses. In Teil 2 klettert ihr eigenständig und habt, wenn alles passt, am Ende einen DAV-Kletterschein in der Tasche.

► **Termine: wöchentlich; Dauer: 9 Std.**

Sportklettern Aufbaukurs, Vorstieg

Nach dem Toprope kommt der Reiz des Vorstiegs – ohne Seilsicherung von oben. Dazu braucht es weitere Techniken und etwas Mut.

► **Termine: alle 2 Wochen; Dauer: 9 Std.**

Sportklettern Technikkurs

Du kannst es, kommst aber partout nicht weiter mit deiner Kletterleistung? Da hilft nur systematisches Training unter Anleitung.

► **Termine: monatlich; Dauer: 6 Std.**

Sicherungs-Update

Hier schulen wir die Handhabung aktueller Sicherungsgeräte. Dazu kommen Falltests, Sturztrainings und bodennahes Sichern.

► **Termine: alle 2 Monate; Dauer: 2 Std.**

Ferienklettercamps

Ihr seid zwischen 7 und 13 Jahre, habt Ferien und Lust aufs Klettern und Bouldern: tiptopp! Mit unseren ausgebildeten Trainer*innen werdet ihr spielerisch und mit viel Spaß alles in der Halle erleben.

► **Termine: in den Schulferien**

Eltern sichern ihre Kinder

Für Mamas und Papas mit kletterbegeisterten Kindern ab 6. Wir zeigen euch, wie ihr die Kleinen zuverlässig sichert. Am ersten Kurstag noch ohne die Kids, damit ihr euch auf die Techniken konzentrieren könnt.

► **Termine: alle 2 Wochen; Dauer: 6–8 Std.**

Bouldern Grundkurs

Erste Traversen bouldern, Techniken ausprobieren: Hier gibt's die richtigen Tipps zu Bewegungsabläufen, Körperspannung, Finger- und Fußstellung.

► **Termine: alle 2 Wochen; Dauer: 2 Std.**

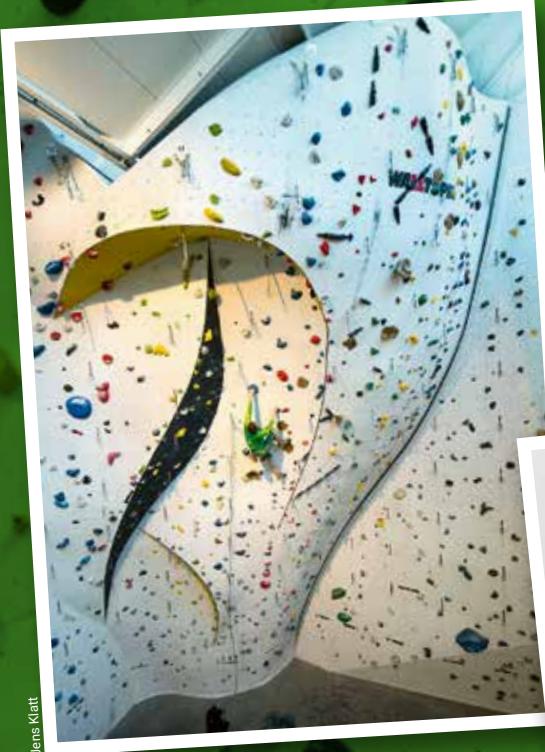
Bouldern Aufbaukurs

Wie schwerelos durch steilste Überhänge klettern. Hooken, springen, kleinste Griffe halten: Das ist Bouldern! Und Ziel unseres Kurses.

► **Termine: monatlich; Dauer: 3 Std.**

Indoor





9 X

Klettern & Bouldern bei den Schwaben

Klettern für alle! Die Sektion Schwaben bietet Kletter- und Boulderurse für Groß und Klein. Einsteiger*innen erlernen die Basics und Sicherungstechnik in Wochenendkursen, Fortgeschrittene feilen an ihrer Technik. Kinder- und Jugendgruppen, Klettertreffs für Familien und Wettkampfgruppen runden das Angebot ab. Jetzt entdecken und buchen!

alpenverein-schwaben.de/kletternindoor

rockerei S-Zuffenhausen
Kletterzentrum S-Degerloch
Aalen
Böblingen
Calw
Esslingen
Laichingen
Kirchheim
Rems-Murr

Gemeinsam
oben.
Sektion
Schwaben



Bei euch vor Ort

Unsere Bezirksgruppen

Über 40.000 Aktive und ein Einzugsbereich vom Nord-schwarzwald bis zur Ostalb. Da uns der persönliche Austausch mit Gleichgesinnten vor Ort wichtig ist, organisieren wir uns in neun lokalen Bezirksgruppen, unseren BGs. Zusätzlich gibt es diverse Interessensgruppen in Stuttgart. Zusätzlich zum Sektionsangebot stellen sie ein spannendes Programm auf die Beine. Nichtmitglieder sind herzlich eingeladen, in die Angebote hineinzuschnuppern.

**CALW**

alpenverein-schwaben.de/calw

Umfassendes Angebot für alle Altersstufen in der Natur und in der Halle.

Kontakt: Kurt Pfrommer, 0160 95011014, kurt_pfrommer@t-online.de

Bezirksgruppenabend: 1. Freitag im Monat ab 20 Uhr, Gasthaus zum Löwen, Hirsau

Gruppen in der BG: Kinder, Jugend, Familien, Klettern, Hochtouren, Aktive Senior*innen, Radtouren, MTB

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Hochtouren, Kanu, Klettern, Klettersteig, Mountainbiken, Radtouren, Schneeschuh

Weitere Angebote: eigene Kletterwand

Kurse & Touren: siehe Webseite

KREIS BÖBLINGEN

alpenverein-schwaben.de/boeblingen

Zweitgrößte Gruppe der Sektion mit umfassendem Programm.

Kontakt: Siegfried Heinkele, 0157 76943627, siegfried.heinkele@alpenverein-bb.de

Bezirksgruppenabend: i.d.R. 1. Mittwoch im Monat ab 19:30 Uhr, Gaststätte Paladion beim SVB Böblingen

Gruppen in der BG: Kinder, Jugend, Familien

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Hochtouren, Klettern, Klettersteig, Radtouren, Schneeschuh

Weitere Angebote: diverse Klettermöglichkeiten

Kurse & Touren: siehe Webseite

NÜRTINGEN

alpenverein-schwaben.de/nuertingen

Gemeinsame Aktivitäten zu Land, am Fels und auf dem Wasser.

Kontakt: Werner Göring, 07026 4930, werner.goering@t-online.de

Gruppenabend der Bergsportgruppe: 2. Dienstag im Monat ab 20 Uhr (außer August), Bürgertreff Nürtingen

Gruppen in der BG: Jugend, Bergsport, Senior*innen, Wildwasser

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Hochtouren, Kajak, Klettern, Radtouren, Schneeschuh, Skitour, Skihochtour

Weitere Angebote: Ausrüstungsverleih

Kurse & Touren: siehe Webseite

KIRCHHEIM UNTER TECK

alpenverein-schwaben.de/kirchheim

Am Fuße der Alb unweit der Felsen beheimatet bietet die BG Kirchheim viele Möglichkeiten.

Kontakt: Diethard Loehr, 0176 42677881, diethard.loehr@dav-kirchheim.de

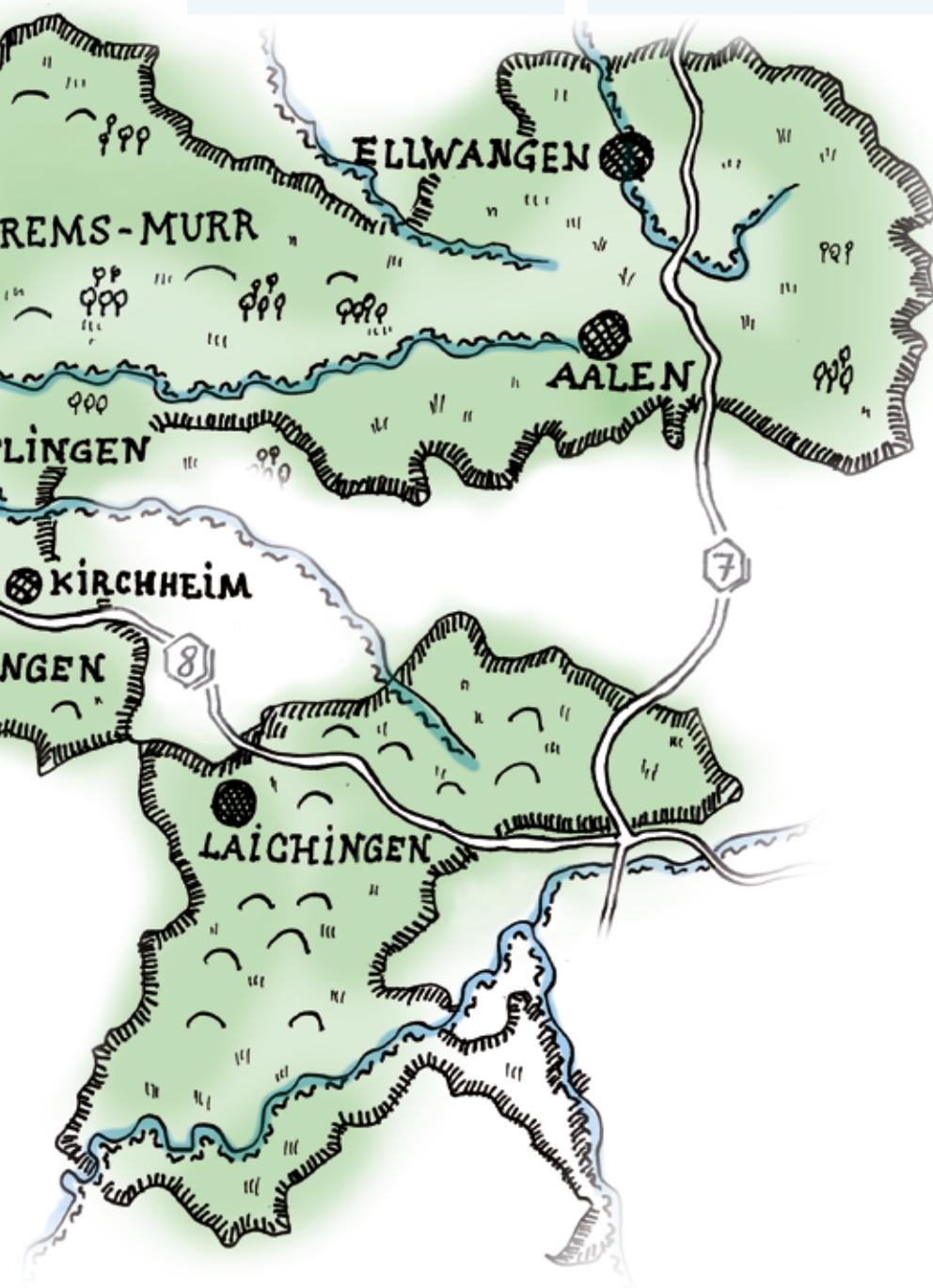
BG DAV-Treff: letzter Freitag im Monat, 20 Uhr, Schützenhaus auf dem Freihof-Areal in Kirchheim

Gruppen in der BG: Krabbel, Familien, Jugend, Frauenwandern, Wettkampfklettern Jugend, Routenbau, Laufen, Sport

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Klettern, Klettersteig, Skitouren

Weitere Angebote: eigene Kletterhalle

Kurse & Touren: siehe Webseite

**ESSLINGEN**alpenverein-schwaben.de/esslingen

Familiäres Miteinander wird in Esslingen Großgeschrieben.

Kontakt: Markus Föhl, 0152 09924588,
vorstand@dav-esslingen.de

Bezirksgruppenabend: i.d.R. 1. Mittwoch im Monat ab 20 Uhr, Siedlerheim Sirnau

Gruppen in der BG: Jugend, Familien, Wandern

Sportarten: Bergsteigen, Wandern, Klettern, Klettersteig, Radtouren, Schneeschuh, Skitour, Skilanglauf, Ski alpin

Weitere Angebote: eigene Kletterwand

Kurse & Touren: siehe Webseite

REMS-MURRalpenverein-schwaben.de/rems-murr

Diese BG ist euer Ansprechpartner für den Bergsport im Rems-Murr-Kreis.

Kontakt: Marcel Lehmann, 0711 5782739,
marcel.lehmann@alpenverein-schwaben.de

Bezirksgruppenabend: 1. Mittwoch im Monat, 19:30 Uhr, Trachtenheim Almenrausch in Rummelshausen

Gruppen in der BG: Jugend, Bergsteigen/-wandern, Hochtouren, Klettertreff

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Klettern, Klettersteig, Gleitschirm, Hochtouren, Radtouren, Skilanglauf, Ski alpin

Weitere Angebote: eigene Kletterwand

Kurse & Touren: siehe Webseite

ELLWANGENalpenverein-schwaben.de/ellwangen

Die Anlaufstelle für engagierte Bergbegeisterte aus der Region.

Kontakt: Rigobert Bastuck, 07961 53996,
vorstand@alpenverein-ellwangen.de

Gruppen in der BG: Jugend, Familien, Bergsteiger*innen, Touren, Senior*innen

Sportarten: Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Hochtouren, Klettern, Klettersteig, Mountainbike, Radtouren, Schneeschuh

Weitere Angebote: eigene Kletterwand

Kurse & Touren: siehe Webseite

AALENalpenverein-schwaben.de/aalen

Einer der größten Sportvereine in Aalen mit umfassendem Angebot.

Kontakt: Thomas Okon, 07361 8121752,
BG-Leiter@alpenverein-aalen.de

Gruppen in der BG: Kinder, Jugend, Familien, Berg- und Hochtouren, Bergsteiger*innen, Bouldern und Klettern, MTB, Senior*innen, Wettkampfklettern

Sportarten: Bouldern, Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Hochtouren, Klettern, Klettersteig, Mountainbike, Skitour, Schneeschuh, Eisklettern

Weitere Angebote: eigene Kletterhalle, Ausrüstungsverleih, Bibliothek

Kurse & Touren: siehe Webseite

LAICHINGENalpenverein-schwaben.de/laichingen

Bergbegeisterte Gruppe im Alb-Donau-Kreis auf der Schwäbischen Alb.

Kontakt: Dieter Mayer, 0152 08636458,
dieter.mayer.1962@icloud.com

Gruppen in der BG: Jugend, Familien, Alpines Klettern, Seniorenwandern

Sportarten: Bouldern, Klettern, Bergsteigen, (Berg-)Wandern, Mountainbike, Skilanglauf, Skitour

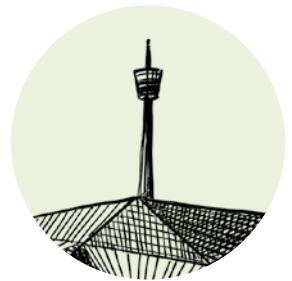
Weitere Angebote: eigene kl. Boulderhalle

Kurse & Touren: siehe Webseite

Bergsport in der Metropole

Stuttgarter Gruppen

Bergsport macht in der Gruppe nicht nur mehr Spaß, sondern ist auch ein Sicherheitsfaktor. Bergbegeisterte aus Stuttgart treffen sich in diesen Gruppen. Schaut doch mal vorbei!



KINDER- UND JUGENDGRUPPEN

alpenverein-schwaben.de/kinder-jugend-gruppen
Ob Kinder-, Jugend- oder junge Erwachsene, ob Klettern, Wandern oder Abenteuer draußen erleben – hier ist für alle etwas geboten. Unsere Kinder- und Jugendgruppen finden wöchentlich in der Rockerei und im DAV Kletterzentrum Stuttgart statt. Eine Übersicht aller Gruppen findet ihr auf unserer Webseite. Wendet euch bei Fragen, oder wenn ihr selbst Jugendleiter*in werden möchtet, gerne an jugend@alpenverein-schwaben.de.

FAMILIENGRUPPEN

alpenverein-schwaben.de/familiengruppen
Gemeinsam mit anderen Familien erleben unsere Familiengruppen kleine und große Abenteuer. Dabei geht es bei manchen in die wunderschönen Wälder und Hügel unserer baden-württembergischen Mittelgebirge. Andere hingegen planen gar gemeinsame Touren in die Alpen. Entdeckt jetzt die für euch passende Gruppe oder gründet eine eigene.

WETTKAMPFKLETTERN

alpenverein-schwaben.de/wettkampfgruppen
Die Wettkampfgruppen treffen sich in der Rockerei und im Kletterzentrum auf der Waldau mit dem Ziel, gemeinsam zu Kidscups, Jugendcups, Deutschen Meisterschaften und internationalen Wettkämpfen zu fahren. Mehrmals pro Woche trainieren die 6 bis 20-Jährigen alle Disziplinen: Seilklettern, Bouldern, Speed. Interesse an Sichtungen für talentierte Kids?
Kontakt: Leistungsgruppen-klettern@alpenverein-schwaben.de

WANDERGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/wandergruppe
Bergwandern in den Alpen, Mittelgebirgen und weiteren Gebieten.
Kontakt: Dorothee Kalb, 07156 24615
Sportart: (Berg-)Wandern
Programm: siehe Webseite

BERGSTEIGERGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/bergsteigergruppe
Bunt, vielseitig, eigenverantwortlich.
Kontakt: Karen Fiedler, 0711 5281596, bergsteigergruppe@web.de
Treffen: 1. Donnerstag im Monat 17 Uhr Klettern, 20 Uhr Gruppenabend; 3. Donnerstag im Monat 18 Uhr Klettern; Kletterzentrum auf der Waldau
Sportarten: Bergsteigen, Klettern, Hochtouren, Skitouren, Schneeschuh.
Programm: siehe Webseite

ALPINGRUPPE Ü40

alpenverein-schwaben.de/alpingruppe-ue40
Aktiv in die zweite alpine Halbzeit.
Kontakt: Wolfgang Buhl, 0701 225841, alpingruppe.ue40@b-partner.de
Treffen: 1. od. 2. Donnerstag im Monat (nach Absprache)
Sportarten: Klettern, Hochtouren, Skitouren
Programm: bei der Gruppenleitung erhältlich

GRUPPE NATUR & UMWELT

alpenverein-schwaben.de/gruppe-natur-umwelt
Pflegeaktionen und Exkursionen.
Kontakt: Gerhard Hermann, 0173 7227475, gerhard.hermann@alpenverein-schwaben.de
Sportart: Wandern
Programm: siehe Webseite + Newsletter der Gruppe

TOURENGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/tourengruppe
Eigenverantwortliche Touren + Kul(to)ur.
Kontakt: Patricia Minzer-Schmid, 0152 03170237, tourengruppe@alpenverein-schwaben.de
Treffen: 3. Mittwoch im Monat 20 Uhr, wechselnde Orte (Bekanntgabe via Mail)
Sportarten: Bergsteigen, Wandern, Hochtouren, Klettern, Skitouren
Programm: bei der Gruppenleitung erhältlich

SENIORENWANDERGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/seniorenwandergruppe
Jeden 2. Donnerstag: Wanderungen in der näheren Umgebung, mit Abschlusseinkehr.
Kontakt: Horst Demmeler, 0711 879941, horstdemmeler@gmx.de
Sportart: Wandern
Programm: siehe Webseite

TRAILRUNNINGGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/trailrunninggruppe
Offener Lauftreff u. gemeinsame Aktivitäten.
Kontakt: Sandra Holte, sandra.holte@alpenverein-schwaben.de
Treffen: Dienstags 18 Uhr, AlpinZentrum
Sportart: Trailrunning

MTB-GRUPPE KESSELRADLER

alpenverein-schwaben.de/mountainbikegruppe
Gemeinsam biken und graveln.
Kontakt: Steffen Reichmann, mtb-stuttgart@alpenverein-schwaben.de
Treffen: Biketreffs, mehrmals wöchentlich, Fitnessstreff, siehe Webseite
Sportarten: Mountainbike, Gravel
Programm: siehe Webseite

GRUPPE SUDETEN

alpenverein-schwaben.de/sudeten
Als herkunftsbezogene, bundesweite Sektion schlossen wir uns 2014 den Schwaben an, da die meisten unserer rückläufigen Aktivitäten ohnehin vom Ländle ausgingen und sich die älter werdenen Verantwortlichen um die Zukunft der Sudeten-deutschen Hütte sorgten.
Kontakt: Klaus Svojanovsky, Edelweißstraße 2, 69469 Weinheim, 06201 53781, klaus.svojanovsky@t-online.de
Treffen: Die Stammtische 2025 sind für den 20.02., 22.05., 21.08. und 20.11. vorgesehen.
Der Ort wird rechtzeitig per Einladung bekanntgegeben. Infos: Werner Friedel, 0711 24882159.
Seniorenwandertage: Da die Proßeggklamm nun saniert und wieder begehbar ist, werden die Seniorenwandertage 2025 vermutlich in Osttirol mit Quartier in Matrei stattfinden.
Projekte
Arbeitsinsätze: Sudetendeutsche Hütte
Sudeten Aktuell: Informationsblatt der Gruppe Sudeten, ein- bis zweimal jährlich. Download auf unserer Webseite

SAS (SKIABTEILUNG)

alpenverein-schwaben.de/sas
Alpine Skiausfahrten und Langlaufstage.
Kontakt: Erik Linden, sas-vorstand@alpenverein-schwaben.de
Sportarten: Ski alpin, Ski- und Sportgymnastik, Volleyball, Nordic Walking, Wandern
Programm: siehe Webseite

FOTOGRUPPE

alpenverein-schwaben.de/fotogruppe
Berg- und Naturfotografie bei Exkursionen.
Kontakt: Rudi Zimmermann, 07157 7211480, rzw7000@yahoo.com
Treffen: 3. Donnerstag im Monat 19 Uhr (nicht in den Ferien), AlpinZentrum
Programm: siehe Webseite



EIN RELIKT DES KALTEN KRIEGS

Der 1315 m hohe Poledník (deutsch Mittagsberg) im Böhmerwald nahe der Grenze zu Bayern ist nicht auf Anhieb als Gipfel zu erkennen. Wer aber hinaufgestiegen ist, stellt fest, dass es ringsum nur bergab geht. Ein ausgefallener Aussichtsturm schmückt den Gipfel. Den 37 Meter hohen Turm hat die Tschechoslowakische Volksarmee Ende der 1960er-Jahre gebaut. Von dort aus konnte der Funkverkehr des Westens abgehört werden. Der Poledník befand sich in einem militärischen Sperrgebiet und durfte von der Allgemeinheit nicht betreten werden. Nach dem Ende des Kalten Kriegs (1991) verließ das Militär den Berg. Die Nationalparkverwaltung Šumava kaufte das Gelände und richtete 1998 den Aussichtsturm her. Von oben reicht der Blick rundum. Die höchsten Gipfel des Böhmerwalds, der Große Arber und der Große Rachel, sind zu sehen und bei guter Sicht die mehr als hundert Kilometer entfernten Alpen.

Ulrike Kreh
und Markus Scholze

LESESTOFF

Lesestoff

Karoline Lawson

Beere, Blatt, Schere

Basteln im Herbstwald

Der Herbst ist vor dem ganz anders gearteten Winter noch eine bunte Zeit. Und auch eine gute Zeit, mit Kindern Fundstücke zum Basteln in der Natur zu sammeln.



Karoline Lawson:
Beere, Blatt, Schere.
Basteln im Herbstwald.
160 S. zahlr. F. und Graf.
AT Verlag.
ISBN 978-3-03902-218-2,
29 €

Albrecht Ritter

Heilbronner Land

Neckar, Kocher, Jagst

Besenwirtschaften, Weinstuben, traditionsreiche Landgaststätten und Panoramalokale – das Heilbronner Land ist nicht nur landschaftlich, sondern auch kulinarisch ein Höchstgenuss. Die hier beschriebenen 45 Wanderungen enden alle mit einer Einkehr in einem empfehlenswerten Betrieb.



Albrecht Ritter:
Heilbronner Land.
Neckar, Kocher, Jagst.
Wandern und Einkehren.
240 S., Wanderkärtchen,
GPS. Rother.
ISBN 978-3-7633-3422-3,
18,90 €

Katharina Hedder

Familien-Naturführer

Wissen um die häufigsten Tiere – sogar mit Tierstimmen auf einer App – und Pflanzen werden hier vorgestellt, außerdem Anregungen zum Mitmachen und Basteln.



Katharina Hedder:
Familien-Naturführer.
352 S., zahlr. F.,
Tierstimmen-App.
Kosmos, ISBN
978-3-440-17835-5,
22 €

Gunnar Strunz

Vorarlberg

Vorarlberg wird von manchen fast böswillig als Anhänger von Tirol betrachtet. Für uns zählt das österreichische Bundesland mit den herrlichen Wandermöglichkeiten zu den nahe gelegensten alpinen Landschaften. Dieser Reiseführer erzählt alles Wissenswerte über Land und Leute.



Gunnar Strunz: Vorarlberg.
256 S., 150 F. und hist.
Abbildungen, 15 Stadtpläne,
Karten, Grundrisse und
farb. Klappkarten.
Trescher Verlag.
ISBN 978-3-89794-616-3,
14,95 €

Mark Zahel

Stille Pfade

Vinschgau – Meraner Land

Das Buch führt in den Westen Südtirols, wie man ihn noch nicht kennt, und bietet viel Abwechslung. Es stellt Wanderwege abseits der Massen vor, die Stille und authentisches Bergerlebnis versprechen.



Mark Zahel: Stille Pfade.
Vinschgau – Meraner
Land. 52 einsame
Wanderungen. 200 S.,
52 Wanderkärtchen,
GPS. Rother.
ISBN 978-3-7633-3380-6,
18,90 €

Felicitas Wehnert

Mit Geist und Füßen

Schwäbische Alb

Dieser Wanderführer lässt seine Leser*innen beim Wandern die Spuren vergangener Zeiten entdecken. 19 Touren erzählen von der Vergangenheit, ab den Felsenriffen eines tropischen Meeres.



Felicitas Wehnert:
Mit Geist und Füßen.
Schwäbische Alb. 160 S.
Belser.
ISBN 978-3-98905-035-8,
18 €

Deutscher Alpenverein (DAV)/
Österreichischer Alpenverein (ÖAV)/
Alpenverein Südtirol (AVS) (Hrsg.)

Berg 2025

Wie jedes Jahr ist das Alpenvereinsjahrbuch gespickt voll mit Themen der verschiedensten Art. Dieses Jahr ist das Hauptthema der Dachstein. Im Fokus steht die Bergfotografie, weitere Themen sind Menschen, dem Bergsteigen, -wissen und -kultur gewidmet. Für das Gebotene ist der Preis wie immer mehr als günstig.



Alpenvereine (Hrsg.):
Alpenvereinsjahrbuch
Berg 2025.
256 S., 284 Abb.
ISBN 978-3-7022-4138-4,
25 €

Katrin Hecker

Welche essbare Pflanze ist das?

Mit diesem Kindernaturführer lernt der Nachwuchs ab acht Jahren, heimische Pflanzenarten zu bestimmen und in einfachen Rezepten zu verwenden. Viel Spaß ist dabei garantiert.



Katrin Hecker: Welche
essbare Pflanze ist das?
112 S. Kosmos.
ISBN 978-3-440-50996-8,
8,99 €

Christo Foerster

Am besten draußen

Wie wir noch mehr Natur in unser Leben bringen, beschreibt »Der Mann der kleinen Abenteuer«, wie der Stern ihn nennt – Microabenteuer für alle.



Christo Foerster:
Am besten draußen.
240 S. zahlr. F.
Malik, 2024.
ISBN 978-3-89029-584-8,
18 €

Gunnar Strunz

Südtirol und Trentino

Dieser Reiseführer in eines der beliebtesten Urlaubsziele lässt sicher keine Fragen offen, denn Land und Leute werden bestens erklärt.



Gunnar Strunz:
Südtirol und Trentino.
504 S., zahlr. F., und
hist. Abb., 25 Stadtpläne
und Karten. Trescher.
ISBN 978-3-89794-659-0,
22,95 €

Doris Feil: Hochschwarzwald; Mattias Eliasson: Moor; Martin Rasper: An der Quelle; Helmut Schreier: Unter Bäumen

EUROPEAN ESSAYS ON NATURE AND LANDSCAPE

In der außergewöhnlichen, bibliophilen Buchreihe EUROPEAN ESSAYS ON NATURE AND LANDSCAPE befassen sich die Autor*innen mit verschiedenen Landschaften Europas, wobei jede*r auf eine ganz eigene Weise an das Thema herangeht. So findet man im Schwarzwaldbuch z.B. ein fiktives Gespräch zwischen Paul Celan und Martin Heidegger, das Moor-Buch widmet sich der geheimnisvollen Natur dieser Landschaft und das Buch über Quellen befasst sich u.a. mit der Anziehungskraft von Wasser auf den Menschen.

Reihe EUROPEAN ESSAYS ON NATURE AND LANDSCAPE

HOCH SCHWARZWALD

Doris Feil:
HOCHSCHWARZWALD.
ISBN 978-3-96194-235-0

Mattias Eliasson: MOOR.
ISBN 978-3-96194-234-3

Martin Rasper:
AN DER QUELLE.
ISBN 978-3-96194-237-4

Helmut Schreier:
UNTER BÄUMEN. 140 S.,
ISBN 978-3-96194-204-6

Je 144 S.,
zahlr. F. und Graf.
KJM Buchverlag,
22 €.



Barbara Goerlich

111 Orte auf der Schwäbischen Alb, die man gesehen haben muss

Die Schwäbische Alb ist vor allem als Wander-Eldorado bekannt. Die aus Reutlingen stammende Autorin weiß jedoch viel, was es auf unserem Mittelgebirge sonst noch alles an Sehenswertem zu entdecken gibt.

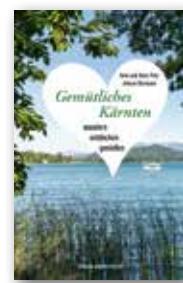


Barbara Goerlich:
111 Orte auf der
Schwäbischen Alb,
die man gesehen haben
muss. 240 S. emons.
ISBN 978-3-7408-2366-5,
18 €

Anni Pötz/Alois Pötz/Johann Dormann

Gemütliches Kärnten

Kärnten ist ein herrliches Land. Hier werden 40 einfache und kurze Touren zu Natur-, kulturellen und historischen Sehenswürdigkeiten beschrieben.



Anni Pötz/Alois Pötz/
Johann Dormann:
Gemütliches Kärnten.
248 S. Wanderkarten.
Verlag Anton Pustet.
ISBN 978-3-7025-1136-4,
24 €

Kathrin Schön

ErlebnisWandern mit Kindern

Schwäbische Alb Ost: Vom Randecker Maar bis ins Ries

Dieses Buch über kindergeeignete Wanderungen auf der Ostalb hilft, Fehler beim Wandern mit Kindern zu vermeiden, sodass einem gelungenen Ausflug nichts im Wege steht.



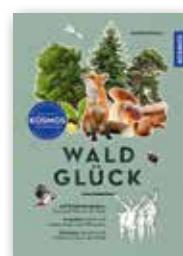
Kathrin Schön:
ErlebnisWandern mit
Kindern. Schwäbische
Alb Ost: Vom Randecker
Maar bis ins Ries. 232 S.,
Karten. Rother.
ISBN 978-3-7633-3376-9,
18,90 €

Rainer Schall

Waldglück

Auf Entdeckungstour:
Tiere und Pflanzen im Wald.

Der Autor, Biologe von Beruf, nimmt die Kinder an die Hand und führt sie in den Wald. Von Vorlesegeschichten mit Märchen und Mythen rund um den Wald für die Kleineren bis hin zu ausführlichen Erklärungen ist das Buch für den Nachwuchs aller Altersklassen geeignet.



Rainer Schall:
Waldglück. Auf
Entdeckungstour:
Tiere und Pflanzen
im Wald. 128 S.
Kosmos.
ISBN 978-3-440-17934-5,
16 €

KOMPETENZ AUF DER WALDAU & IN DER STUTTGARTER INNENSTADT

IMPRESSUM Schwaben Alpin

Mitgliedermagazin der Sektion Schwaben des DAV,
erscheint 3 x jährlich. 101. Jahrgang, Nr. 1/2025

Herausgeber:

Sektion Schwaben des Deutschen Alpenvereins e. V.
Georgiiweg 5, 70597 Stuttgart
Tel. 0711 769636-6, Fax 0711 769636-89
info@alpenverein-schwaben.de
www.alpenverein-schwaben.de

Anzeigenleitung (verantwortlich): Louis Schumann

Anzeigenvertrieb und -verwaltung:

Verlagsbüro Wais & Partner
Reinsburgstraße 104, 70197 Stuttgart
Tel. 0711 621804, ehmam@wais-und-partner.de

Die aktuelle Anzeigenpreisliste vom März 2024
wird auf Nachfrage zugesandt.

Layout & Produktion:

Corinna Ehmam, Verlagsbüro Wais & Partner, Stuttgart; Layout
Programmseiten Monika Schulz, PLAN b. Medien, Löwenstein

Druck: Offizin Scheufele, Stuttgart

Auflage: 16 000 Expl.

Online-Versand: 12 000 Empfänger*innen

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

REDAKTION

Redaktionsleitung: **Dieter Buck** (verantwortlich),
Tel. 0711 744206, dieter.buck@alpenverein-schwaben.de;
Dieter Buck (Touren, Natur & Umwelt, Klettern, Gruppen);
Louis Schumann (Sektion intern), louis.schumann@alpenverein-schwaben.de; **Sandra Holte** (Schwaben-News, Hütten, Verschiedenes), sandra.holte@alpenverein-schwaben.de; **Ulrike Hüttner-Fischer** (Kinder & Jugend), Xacobeo@mail.de; **Susanne Häbe** (Verschiedenes), haebes.s@web.de;

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser wieder, für die Richtigkeit des Inhalts wird keine Gewähr geleistet. Die Redaktion behält sich die Veröffentlichung von Beiträgen und Leserbriefen vor und kann diese auch kürzen bzw. redaktionell bearbeiten. Um den Textfluss nicht zu stören, wurde zum Teil nur die grammatisch maskuline Form gewählt. Selbstverständlich sind in diesen Fällen immer alle Geschlechter gemeint.

© Sektion Schwaben des Deutschen Alpenvereins, Stuttgart.

Erfüllungsort und Gerichtsstand Stuttgart.

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und Vervielfältigung auch auszugweise und auf elektronischen Datenträgern nur mit Genehmigung der Sektion Schwaben des DAV.

REDAKTIONSSCHLÜSSE

2/2025: 28. Februar (erscheint 15. Mai 2025)

3/2025: 30. Juni (erscheint 15. September)

1/2026: 15. September (erscheint 1. Januar 2026)

Bitte sende deinen Beitrag per E-Mail an die zuständige Ansprechperson aus der Redaktion (s. o.).
Bilder: Bitte max. 10 Fotos (mit Bildunterschriften) als JPG in maximaler Auflösung, unbearbeitet, ohne Ergänzungen durch KI o.Ä. Bitte unbedingt Hinweise für Autor*innen für Text und Fotos beachten: www.alpenverein-schwaben.de/schwaben-alpin

AlpinZentrum auf der Waldau

Georgiiweg 5
70597 Stuttgart
Tel. 0711 769636-6
Fax 0711 769636-89
info@alpenverein-schwaben.de

Di., Do. 10–19 Uhr
Mi., Fr. 10–16 Uhr

Globetrotter Stuttgart (EG)

Tübinger Straße 11
70178 Stuttgart
Tel. 0711 769636-88
service@alpenverein-schwaben.de

Mo. bis Fr. 15–19 Uhr
Sa. 12–17 Uhr

www.alpenverein-schwaben.de

Leistungen und Angebote

- Mitgliederservice und Beratung
- umfangreiches Informationsmaterial
- großer Ausrüstungsverleih
- Verleih AV-Schlüssel für Winterräume
- DAV-Shop mit Karten und Bergsportprodukten
- kostenfreie Bibliothek für Mitglieder (nur AlpinZentrum)

Deine Ansprechpartner*innen:

Geschäftsführung:
Louis Schumann 0711 769636-6

Stellv. Geschäftsführung, Hütten, EDV:
Andreas Wörner 0711 769636-72

Assistenz Geschäftsführung:
Elisa Schwarz 0711 769636-76
Ramona Weckerle 0711 769636-87

Mitgliederverwaltung:
Kerstin Ruch 0711 769636-74
Ramona Weckerle 0711 769636-87

Buchhaltung: Kerrin Reschke 0711 769636-73

Kinderklettergruppen, Kursverwaltung, Ausbildung:
Ronja Stephan 0711 769636-83
Rico Stark 0711 769636-70

Jugend, Material: Lea Würz 0711 769636-71

Wettkampf, Vorträge: Amelie Gluma 0711 769636-79

Marketing und Kommunikation: Sandra Holte 0711 769636-80

Social Media: Robin Wilkens 0711 769636-75

Reservierung Schwabenhaus:
Servicestelle im Globetrotter (Tanja Müller, Ronja Stephan, Jörg Sander, Nicolas Brombeis, Felix Zink) 0711 769636-88

Unsere Kursangebote

Dein nächstes Abenteuer wartet!



Über 1000 Angebote pro Jahr für Anfänger, Fortgeschrittene, Profis: Klettern lernen, Bouldern, naturverträglich wandern, skibergsteigen, mountainbiken – was du willst.

Zum Suchen und Buchen geht's hier lang:
www.alpenverein-schwaben.de

A large, stylized black and white illustration of a mountain range with sharp peaks and deep valleys, serving as the background for the text.

Gemeinsam
oben.

DAV
Deutscher Alpenverein
Sektion
Schwaben



**WIR HABEN UMGEBAUT!
LASS DICH INSPIRIEREN UND PROBIERE AUS.
VIEL SPASS BEIM ENTDECKEN.**



FJÄLLRÄVEN

Ab sofort findest du hier das größte Fjällräven-Sortiment in ganz Stuttgart.



B.O.C.

Jetzt bei uns in der Filiale mit einer riesigen E-Bikes und Fahrradauswahl. Eine erstklassige Beratung wartet auf dich, ob zu Bike-Leasing oder Fahrradreparaturen.



WERKSTATT

Reparieren statt wegwerfen. Wir bringen deine Ausrüstung wieder in Form.

KOMM VORBEI IN DIE TÜBINGER STRASSE 11 IN STUTTGART | GLOBETROTTER.DE