

www.alpinwelt.de

alpinwelt

2/2014

Das Bergmagazin für München und Oberland

Dolomiten-Höhenweg 4
Gumpening in Korsika
Tourentipps

Weiter gehen

Fernwander- und
Pilgerwege in Europa





DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. ZU JEDER ZEIT.

Mehr als ein Gefühl: Daheim sein heißt für uns, die schönsten Momente gemeinsam genießen.

Erfahrung, Qualität, Kompetenz am Berg! Alle Reisen und Infos unter: www.dav-summit-club.de



30 € Buchungsrabatt
p. a. für DAV Mitglieder

Beratung und Buchung:
DAV Summit Club GmbH – [Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins](#)
Am Perlacher Forst 186 – 81545 München – Deutschland
Telefon +49 89 64240-0 | info@dav-summit-club.de | www.dav-summit-club.de



WANDERN HEISST LESEN



Foto: Jutta Schlick

Man kann sie allenthalben lesen – und allmählich nicht mehr hören, die Schlagzeilen übers Wandern: „Wandern wird immer beliebter“, „Junge Menschen entdecken das Wandern für sich“, „Wandern ist in“, „Wandern liegt voll im Trend“, „Wandern boomt“, „Wandern ist Volkssport“, „Die Wanderlust der Deutschen ist ungebremst“, „Wandern als Natur- und Selbsterfahrung“, „Wandern zum Abschalten vom Alltag“, „Die Entdeckung der Langsamkeit“, „Die Sehnsucht nach Entschleunigung“ ...

Und dann heißt es immer wieder, bei der neuen Generation von Wanderern handele es sich vor allem um „Genussmenschen“, die sich nicht über lange Strecken und große Höhen schinden wollen, sondern gemütlich zu einer uralten Hütte aufsteigen und dort die Aussicht, die Brotzeit und die Halbe Bier genießen möchten.

Dem halte ich ein Zitat von Max Frisch aus einem Essay in der Neuen Zürcher Zeitung von 1936 entgegen: „Aber man muss gepilgert sein (...), man muss drei Tage geschwitzt und drei Nächte gefroren haben, weil es ja immer nur die Größe unserer Sehnsucht ist, die den Dingen überhaupt einen Wert gibt. Und man muss gepilgert sein, auch weil die Landschaft nicht wie ein schlechtes Buch ist, wo man die mittleren Seiten einfach überschlagen kann und das Ende dennoch begreift, nein, man muss ihre leisen Übergänge mitmachen.“

Beim Wandern die leisen Übergänge der Landschaft lesen – was für ein wunderbares Bild! Die Natur, der Weg, das Gehen, die Begleiter, das Ziel: die Seiten eines guten Buches, die ich begierig Wort für Wort aufsauge – je weiter und länger, desto ausgiebiger und intensiver ...

Viel Spaß beim Wander-Lesen – draußen und in diesem Heft – wünscht

Ihr/Euer

Frank Martin Siefarth, Chefredakteur
redaktion@alpinwelt.de

Impressum

alpinwelt

Das Bergmagazin für München und Oberland
Mitgliederzeitschrift der Sektionen München
und Oberland
www.alpinwelt.de

Inhaber und Herausgeber:

Sektion München des Deutschen Alpenvereins e.V.
Bayerstraße 21, 80335 München
Tel. 089/55 17 00-0, Fax 089/55 17 00-99
service@alpenverein-muenchen.de

und

Sektion Oberland des Deutschen Alpenvereins e.V.
Tal 42, 80331 München
Tel. 089/29 07 09-0, Fax 089/29 07 09-515
service@dav-oberland.de
www.DAVplus.de

Chefredakteur (verantwortlich):

Frank Martin Siefarth -fms
Redaktionsbüro DIE WORTSTATT
Herzogstraße 88, 80796 München
Tel. 089/45 24 97 35, Fax 089/45 24 97 34
redaktion@alpinwelt.de

Redaktion:

Joachim Burghardt -jb, Franziska Leutner -fl,
Tanja Heidtmann -th (Sektionsgeschehen Oberland),
Kilian Schwalbe -ks (Sektionsgeschehen München)

Jugendredaktion:

Florian Bayer, Berthold Fischer

Redaktionsbeirat:

Florian Bayer, Peter Dill, Harry Dobner, Berthold Fischer,
Dr. Ines Gnettnier -ig, Herbert Konnerth -hk,
Andi Mohr, Reinolf Reisinger

Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Franziska Baumann, Joachim Chwaszcza, Hartmut Eberlein,
Siegfried Garnweidner, Thomas Gesell, Dr. Ines Gnettnier,
Eva Gruber, Philipp Gruber, Michael Lentrott,
Christian Rauch, Stefanie Schneider,
Nils Schützenberger, Andrea & Andreas Strauß

Die Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht unbedingt die der Redaktion wieder. Nachdruck nur mit Genehmigung der Sektionen München und Oberland gestattet. Für Richtigkeit und Vollständigkeit aller Angaben wird keine Gewähr übernommen.

Anzeigenmarketing:

MediaAgentur Doris Tegethoff
Anzeigenleitung: Doris Tegethoff (verantwortlich)
Am Kirchenhözl 14, 82166 Gräfelfing
Tel. 089/74 68 99 06, Fax 089/72 95 97 78
info@agentur-tegethoff.de
Anzeigenpreisliste Nr. 15 (ab 01.01.2014)

Konzeption, Gestaltung, Produktion:

Agentur Brauer GmbH, München

Kartografie:

Rolle Kartografie, Holzkirchen

Litho:

Teipel & Partner, München

Druck und Verlag:

Mayr Miesbach GmbH, Miesbach

Auflage: 96.000

Erscheinungsweise:

Viermal jährlich plus 1 Veranstaltungsprogramm-Sondernummer pro Jahr.
Die Bezugsgebühr ist für Mitglieder der Sektionen München und Oberland im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Heft 3/2014 erscheint am 25.08.2014
Redaktionsschluss: 27.06.2014



mit
GPS-Daten
zum
Download!



Holen Sie sich die kostenlose
Rother Touren App!
www.rother.de/app

Erhältlich im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play



Bergverlag Rother
www.rother.de

INHALT

THEMA: WEITER GEHEN

Fernwander- und Pilgerwege in Europa



Foto: Tourismusverband Pfaffenwinkel, Wolfgang Ehn



Titelbild: Erfrischung am Karwendelbach

Foto: Wolfgang Ehn

BITTE BEACHTEN !

Die Servicestelle am Hauptbahnhof ist am 30.05. und 20.06. nicht geöffnet.
Die Servicestelle am Isartor ist am 30.05. und 20.06. von 10 bis 20 Uhr geöffnet und am jeweils ersten Montag im Monat von 10 bis 11 Uhr nicht geöffnet.

Alpenvereins-Servicestellen der Sektionen München & Oberland

Servicestelle am Isartor im Globetrotter (Sektion Oberland)

(S-Bahn Isartor im UG, U-Bahn Marienplatz, Tram, Bus, Tiefgarage im Haus)

Isartorplatz 8–10, 80331 München

Tel. 089/29 07 09-0, Fax 089/29 07 09-515

service@dav-oberland.de

Öffnungszeiten

Mo 8–20 Uhr

Di–Do 10–20 Uhr

Fr 8–20 Uhr

Sa 10–20 Uhr

Mo + Fr vor 10 Uhr Nebeneingang Frauenstraße

auch
Samstag
geöffnet

Servicestelle am Hauptbahnhof (Sektion München)

(U-/S-Bahn, Tram, Bus Hauptbahnhof)

Bayerstraße 21, 5. OG, Aufgang A, 80335 München

Tel. 089/55 17 00-0, Fax 089/55 17 00-99

service@alpenverein-muenchen.de

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8–19 Uhr

Servicestelle am Marienplatz im Sporthaus Schuster (Sektion München)

(U-/S-Bahn, Bus Marienplatz, Tiefgarage)

Rosenstraße 1–5, 5. OG, 80331 München,

Tel. 089/55 17 00-500, Fax 089/55 17 00-599

servicemarienplatz@alpenverein-muenchen.de

Öffnungszeiten

Mo–Sa 10–20 Uhr

auch
Samstag
geöffnet

Servicestelle Gilching (Sektion München) im DAV Kletter- und Boulderzentrum Gilching

(S 8, Station Gilching-Argelsried)

Frühlingstraße 18, 82205 Gilching

Tel. 089/55 17 00-680, Fax 089/55 17 00-689

service@alpenverein365.de

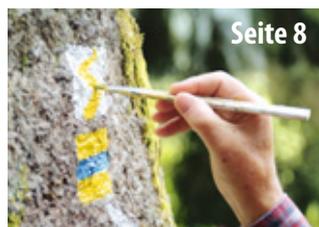
Mo–Fr 14–22 Uhr

Samstag/Sonntag/Feiertag 9–18 Uhr

(Kletterbetrieb bis 23 Uhr)

auch
Sonntag
geöffnet

DAVplus.de



Seite 8



Seite 14



Seite 18



Seite 24

Wege, so weit das Auge reicht

Weitwandern und Pilgern haben Tradition – und sind aktueller denn je. Ein Netz von Routen spannt sich über ganz Europa: moderne Rundwanderwege ebenso wie uralte Pilgerwege und markierte Fernwanderwege mit über 1000 Kilometer Länge.

Aufbruch ins Unbekannte

Wenn Menschen weite Wege gehen, stellt sich oftmals die Frage nach dem Warum. Hinter dem Aufbruch kann der Wunsch nach einer Auszeit stehen, nach Neuorientierung, nach Glaubenserlebnissen, nach Langsamkeit, nach sportlicher Herausforderung – und noch vieles mehr.

Schritt für Schritt

Wer zu einem fernen Ziel aufbricht, hat intensive Erlebnisse zu erwarten: Erfolge und Rückschläge, Sonnenschein und Regen, Euphorie und Zweifel. Schließlich kommt der Moment, in dem die Weitwanderung plötzlich endet – und wie geht's dann weiter?

Von Sternenwegen und Traumpfadern

Die Reiseliteratur boomt, immer mehr Bücher berichten von Pilgerfahrten und Fernwanderungen und lassen den Leser mitträumen. Es sind Geschichten, die so grundverschieden und doch auch wieder so ähnlich sind wie die Persönlichkeiten, die sie geschrieben haben.

Impressum	3
THEMA: Weiter gehen	6
Natur & Umwelt	30
Rätsel	32
Tourentipps	34
Kinder & Jugend	44
Bergwärts unterwegs	50, 54
Medien	58
Forum	60
München & Oberland	62
Produkte & Markt	68
Mitgliedschaft	70
Unsere Partner	72
Kleinanzeigen	74

Bleibt der Jochberg unberührt?



Seite 30

Die Energiewende braucht effektive Speicher-möglichkeiten, z. B. Pumpspeicherkraftwerke wie das am Jochberg geplante. Doch was wirtschaftlich und technisch interessant ist, ist noch lange nicht gut. Vieles spricht dagegen.

alpinwelt-Tourentipps



Seite 34

Berühmte Wallfahrtskirchen oder alpine Höhenwanderungen, längs durch Deutschland oder über die Alpen, auf dem Jakobsweg oder entlang der Isar: unsere Tourentipps zum Thema Fernwander- und Pilgerwege!

Kinder & Jugend



Seite 44



- Dauerginsen auf dem Zipflbob
- Tagelang keine Klingeltöne
- Pizzaparty am Klettersteig
- Neuwahlen im Kriechbaumhof

Umweg über die große Zinne



Seite 50

Der Dolomiten-Höhenweg 4 führt durch eine wilde, hochalpine Berglandschaft voller Überraschungen. Klettersteige, Felstürme und gemütliche Hütten säumen den Weg – und manchmal ist das Wetter unberechenbar ...

Gumpening in Korsika



Seite 54

Bergsteiger denken bei Korsika oft an den Weitwanderweg GR20. Doch es geht auch anders: Zahlreiche wunderschöne Bachläufe mit Gumpen ermöglichen entspannte Urlaubserlebnisse im kühlen Nass.

BERGE GEBEN
LUCAS ALLES.
UND LUCAS GIBT
ALLES FÜR
BERGZEIT.



NORRØNA
Bitihorn Active Jacke
too blue
339,00 €*
statt 398,95 €

ICEBREAKER
Tech T Lite
lucky
59,95 €

SALEWA
Jasoy Dry 2/1 Hose
carbon
59,95 €*
statt 79,95 €

DEUTER
Futura 32
black-titan
79,- €*
statt 119,95 €

LEKI
Carbonlite XL
104,95 €*
statt 149,95 €

bergzeit.de

Bergzeit Outdoor: Am Eisweiher 2 • 83703 Gmund
Bergzeit Alpin: Tölzer Str. 131 • 83607 Holzkirchen
Bergzeit Online: www.bergzeit.de



*Solange der Vorrat reicht



WEITER GEHEN



Fernwander- und Pilgerwege in Europa



Foto: Michael Körner

WEGE so weit das Auge reicht



Ausblick vom Goldsteig über die weiten Hänge des Bayerischen Waldes

Foto: Gerhard Esenschink

Weitwandern und Pilgern haben Tradition – und sind aktueller denn je. Mittlerweile bilden die Wege ein riesiges Netz quer durch Europa. Vom Wanderverein bis zum Tourismusverband sind viele beteiligt.

Text: **Christian Rauch**

Vom Bodensee zum Königssee: Auf dem 388 km langen Maximiliansweg durchquert man in 22 Tagesetappen die Bayerischen Alpen von West nach Ost. So wie einst König Maximilian II. Der brach im Sommer 1858 auf, um seine heimischen Berge von Lindau bis Berchtesgaden in Augenschein zu nehmen. „Schon manche schöne Reise in ferne Länder“ habe er gemacht, erklärte der König am Ende, „aber keine, die mir so andauernd innige Befriedigung gewährt hätte“. Zu Zeiten von Max II. war das Wandern bereits en vogue. Große Geister wie Rousseau und Goethe hatten erkannt, dass es lohnt, die Kutsche gegen die Stiefel zu tauschen. Der Dichter Johann Gottfried Seume brach Ende 1801 sogar zu einer neunmonatigen Wanderschaft nach Sizilien und zurück auf. Jahre nach seinem „Spaziergang nach Syrakus“ schrieb er in „Mein Sommer“: „Wer geht, sieht im Durchschnitt anthropologisch und kosmisch mehr, als wer fährt. [...] Fahren zeigt Ohnmacht, Gehen Kraft.“

Als Bergsteigen und Wandern vor rund 150 Jahren schließlich zum „Sport“ wurden, standen zunächst Gipfel und schöne Ziele im Vordergrund. Doch schon bald kamen erste Ambitionen auf, weiter statt höher zu gehen oder von Hütte zu Hütte zu wandern. Dennoch dauerte es bis nach dem Zweiten Weltkrieg, ehe im großen Stile systematische Weit- und Fernwanderwege entstanden. Ein historisches Ereignis war 1969 die Gründung der Europäischen Wandervereinigung. Für den Präsidenten Georg Fahrbach war klar, dass für Wanderer „die Natur und Landschaft weder an Ländergrenzen noch an Erdteilen aufhört“. Ganz im Sinne dieser völkerverbindenden Philosophie per pedes begannen in den folgenden Jahren die nationalen Mitgliedsverbände und -vereine mit der Ausweisung der Europäischen Fernwanderwege. Insgesamt haben die 11 Wege vom „E1“ bis zum „E11“ bis heute eine Gesamtlänge von über 52.000 km erreicht. Neun der Wege durchqueren Deutschland – der E1 beispielweise verläuft von Schweden und Dänemark kommend bis zum Bodensee, von wo er über die Schweiz nach Italien führt.

Da die „E-Wege“ wie auch die meisten anderen Weitwanderwege auf bestehenden Wegen verlaufen, musste nichts extra gebaut werden. „Wichtig ist aber, dass es Markierungen gibt, die auch gepflegt werden, und dass geeignete Informationsquellen über den Weg in Karten, Büchern und bei regionalen Ansprechpart-

nern in den Vereinen existieren“, erklärt Erik Neumeyer vom Deutschen Wanderverband. In manchen Ländern und Regionen hakt es da noch. „Wer einen E-Weg über längere Strecken gehen will, sollte das auch als Herausforderung begreifen. Als eine Reise, bei der man nicht immer genau weiß, was einen als nächstes erwartet.“ Bei den deutschen Teilen der E-Wege kann man sich, was die Orientierung angeht, jedoch ziemlich sicher sein. Doch auch hier existieren selten durchlaufende Markierungen, meist gibt es alle paar Kilometer ein sogenanntes „Laufschild“, das anzeigt, dass man sich weiter auf dem Fernwanderweg befindet. Das reicht aus, denn anhand der Informationsquellen weiß der Wanderer, welchem Hauptweg der E-Weg in der jeweiligen Region folgt. Und dieser Hauptweg – zum Beispiel der Westweg im Schwarzwald, dem der E1 folgt – wird von den Wegewarten des regionalen Vereins, in diesem Fall des Schwarzwaldvereins, gepflegt und markiert.

Die elf offiziellen Europäischen Fernwanderwege haben eine Gesamtlänge von über 52.000 km

Neben den internationalen E-Wegen existieren in vielen Ländern auch nationale Weitwanderwege. In Österreich durchziehen vier Wege das Land in Ost-West-Richtung, fünf verlaufen von Norden nach Süden – mit einer Länge von jeweils etwa 400 bis 1400 Kilometern. Gepflegt und markiert werden sie von den alpinen Vereinen und Tourismusverbänden. Erkennungszeichen ist die dreistellige Wegnummer in den rot-weiß-roten Markierungen und auf Wegweisern: Lauten Zehner- und Einerstelle auf „01“ bis „10“, verläuft hier einer der nationalen Weitwanderwege. 1978, zwei Jahre, nachdem der Österreichische Alpenverein einen Generalplan zur Umsetzung dieser Wege beschlossen hatte, gründete sich die Sektion „Weitwanderer“. Heute setzt sich dort Fritz Käfer als Vorsitzender für die Pflege des Wegenetzes ein: „Für zehn Wege haben wir Broschüren herausgebracht. Außerdem pflegt und markiert unsere Sektion rund 500 km Wege selbst.“ Und schließlich stellt die Sektion Weitwanderer auf Wunsch Abzeichen und Urkunden bereit. Solche Auszeichnungen erhalten Wanderer, welche die Begehung eines der Wege ►



Foto: Christian Rauch

mit Stempeln vollständig dokumentiert haben. Ähnlich wie in Österreich haben auch andere Länder nationale Weitwanderwege. So gibt es in Frankreich, den Niederlanden, Belgien und Spanien die weiß-rot markierten GR-Wege.

Eine eigene Philosophie verfolgt die 2002 eröffnete „Via Alpina“: Ihr Ziel ist es, den Alpenbogen in seiner ganzen Schönheit und Vielfalt zu erfassen. Unter der Federführung der Internationalen Alpenschutzkommission CIPRA unterstützen rund 30 Alpen-, Wander- und Tourismusverbände sowie staatliche Institutionen

hintergrund

Historisches und Begriffliches

Weit gewandert wurde eigentlich schon immer, wenn auch aus unterschiedlichen Beweggründen. Aus purer Not begannen während der Antike ganze Volksstämme auf der Suche nach neuem fruchtbarem Land **Völkerwanderungen** quer durch Europa. Eine kleine Völkerwanderung starteten im Spätmittelalter die Walsen: Von ihrer Heimat im Wallis aus suchten sie mehr Weideland und besiedelten zahlreiche Hochtäler vom Tessin bis nach Vorarlberg und ins Allgäu. Auf ihren Spuren existieren heute als **Walsenwege** bezeichnete Weitwanderwege. In den letzten Jahrhunderten begaben sich ausgebildete Handwerksgesellen „auf die Walz“. Auf jahrelangen Wanderschaften entdeckten sie fremde Regionen, Städte und Kulturen und sammelten Erfahrungen für ihren späteren Lebensweg.

Der Begriff **Trekking** (basierend auf dem niederländischen/plattdeutschen „trekken“ = „ziehen“) entstand während der weißen Siedlerbewegungen im Südafrika des 19. Jahrhunderts in der Sprache des Afrikaans. In den letzten Jahrzehnten wurde der Begriff für kommerzielle Wanderreisen in Nepal eingeführt, heute dient er im Tourismusjargon allgemein für abenteuerliche oder anstrengende mehrwöchige (oder zumindest mehrtägige) Wanderungen. Das Wegehandbuch der Alpenvereine unterscheidet den Begriff **Fernwanderwege**, über 500 km lang und durch mindestens drei Staaten verlaufend, von **Weitwanderwegen**, über 300 km lang und durch mindestens drei Bundesländer verlaufend.

In der christlichen Tradition geht der Begriff „pilgern“ auf das lateinische „peregrinus“ („der Fremde“) zurück. Der Pilger verlässt also die sichere Heimat und geht das Wagnis einer Reise in die Fremde ein. Im Mittelalter entstand der Begriff „wallfahren“ (mittelhochdeutsch „wallen“ für umherschweifen/wandern). Im Unterschied zum Pilgern, das besonders von Einzelpersonen unterschiedlicher Glaubensrichtung vollzogen wird, dauert die katholische Wallfahrt meist kürzer (oft nur einen Tag) und findet üblicherweise in einer organisierten Gruppe statt.

Keine weite Pilgerreise, sondern eine eintägige Wallfahrt: zu Fuß von Freising nach Scheyern (ca. 33 km)



Foto: Joachim Burgardt

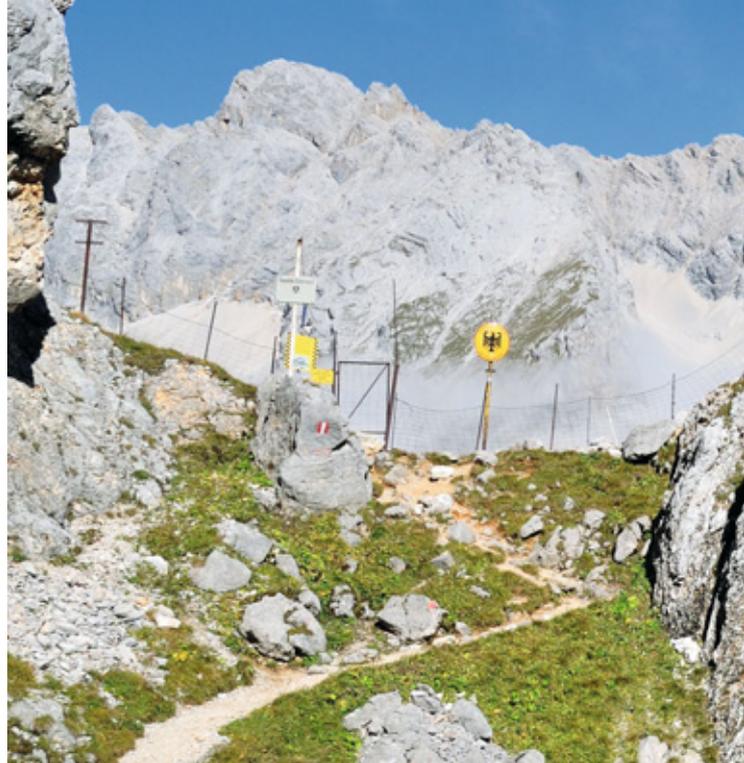


Foto: Christian Rauch

aus acht Alpenländern das Projekt. Die längste der insgesamt fünf Via-Alpina-Routen, der Rote Weg, führt in 161 Tagesetappen von Triest quer durch alle acht Länder bis Monaco. „Dabei benutzt die Via Alpina häufig die bestehenden Fern- und Weitwanderwege“, erklärt Nathalie Morelle, internationale Koordinatorin. „Manchmal weicht der Verlauf aber auch ab, da wir versucht haben, möglichst häufig die nationalen Grenzen zu überschreiten.“ Der Rote Weg schafft das insgesamt 44-mal, sodass auch Wanderer, die nur eine Woche unterwegs sind, möglichst viele kulturelle Eindrücke sammeln können. Das

Noch immer werden regelmäßig neue Wege ausgewiesen, ein Ende ist nicht in Sicht

Markierungsprinzip ist bewährt: Eigene Schilder mit dem Via-Alpina-Logo alle paar Kilometer, ansonsten gilt es auf die gewöhnlichen Wegweiser mit den Etappenzielen zu achten. Allerdings kann das Via-Alpina-Logo klein auf die neuen gelben Wanderschilder geprägt werden, sodass es an mehr und mehr Verzweigungen zu sehen sein wird. Abzeichen und Urkunden gibt es bei der Via Alpina eigentlich nicht, allerdings bemüht sich der monegassische Alpenverein, falls es doch mal ein Wanderer bis Monaco schafft, diesem einen kleinen Empfang zu bereiten. In jedem Fall liegt im Exotischen Garten des Fürstentums ein Gästebuch bereit. Daneben erlaubt es das Zeitalter des Internets, Kommentare und Fotos auf den Etappenseiten der fünf-sprachigen Via-Alpina-Homepage zu veröffentlichen und eigene Blogs zu verlinken.

Auch die Tourismusverbände haben in den letzten Jahren die Möglichkeiten und Vorzüge professionell organisierter Weitwanderwege entdeckt. Durch die Landschaft des Oberpfälzischen und des Bayerischen Walds führt seit 2007 in 37 Tagesetappen der 660 km lange Goldsteig, der das Prädikat „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ des Deutschen Wanderverbands trägt. „Damit wir das Prädikat erhielten, mussten wir eine Reihe von Krite-

Foto: Christian Rauch



Das Gatterl im Wetterstein, einer der vielen Grenzübertritte der Via Alpina

rien erfüllen“, erklärt Wegemanager Michael Körner, der selbst passionierter Weitwanderer und Fotograf ist. „Mindestens 35 % müssen naturbelassenen Wegen folgen, maximal 20 % dürfen auf Teer verlaufen. Daneben muss jeder 4-Kilometer-Abschnitt attraktive Punkte aufweisen: kulturelle Bauwerke, Einkehrmöglichkeiten oder landschaftliche Schönheiten.“ Auch dafür musste nichts neu gebaut werden. Der Goldsteig folgt in Teilen bestehenden Wegen wie dem E6 und E8, manche alten Wege und Pfade wurden neu markiert. Kontinuierlich wird an der Attraktivität des Goldsteigs gearbeitet, so kamen kürzlich Sonnenliegen, Sitzgruppen und Unterstände dazu.

Besonders attraktive Wanderwege können mit einem Qualitätssiegel ausgezeichnet werden

Gegenwärtig voll im Trend liegen auch die oftmals uralten Pilgerwege – allen voran die Jakobswege, die nicht nur auf religiös orientierte Weitwanderer eine große Anziehungskraft ausüben. Seit rund 1000 Jahren wandern Gläubige auf dem „Camino Francés“, dem klassischen Jakobsweg, von den Pyrenäen zum Grab des Apostels Jakob im spanischen Santiago de Compostela. Einen beispiellosen Aufschwung erlebte das Pilgerwesen in den letzten Jahrzehnten. Der Europarat erhob den Jakobsweg 1987 zum ersten europäischen Kulturweg und forderte die Kennzeichnung von Pilgerwegen aus ganz Europa nach Santiago. Seither sind allein in Deutschland rund 30 Jakobswege entstanden, deren Teilstücke sich früher oder später vereinigen. „Wurde mit wissenschaftlichen Mitteln eine Wegroute nachgewiesen, die von Jakobspilgern früher benutzt wurde, helfen wir, diese Route als einen ‚Weg der Jakobspilger‘ auszuweisen und zu markieren“, erklärt Prof. Dr. Klaus Herbers von der Deutschen

Herbers von der Deutschen ►



Jetzt aber raus!

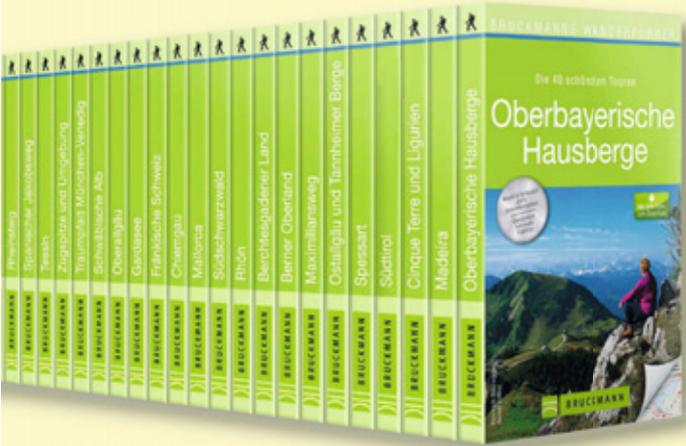


ISBN 978-3-7654-5895-8

Über 80 weitere Regionen erhältlich!

Entdecken Sie die besten Bruckmann Wanderführer, die es je gab.

- » Jeder »Bruckmann Wanderführer« beschreibt übersichtlich und kompetent die 40-70 schönsten Wanderungen einer Region
- » Zu jeder der abwechslungsreichen Touren gibt es Detailkarten und Höhenprofile
- » Sämtliche Touren werden von unseren Autoren regelmäßig überprüft



Je »Bruckmann Wanderführer«:
 168 Seiten · 11,4 x 17,5 cm
 € [A] 13,40 · sFr. 18,90
€ 12,99

Die Welt neu entdecken
BRUCKMANN

Jetzt online stöbern unter
www.bruckmann.de
 oder gleich bestellen unter
 Tel. 0180-532 16 17 (0,14 €/Min.)

www.bruckmann.de



Monaco, Endpunkt
der Via Alpina

Foto: Robert Gstaiger

St.-Jakobus-Gesellschaft. Zu diesen historisch belegbaren Wegen der Jakobspilger zählt auch der 240 km lange Münchner Jakobsweg von der bayerischen Landeshauptstadt über Andechs und die Wieskirche bis zum Bodensee.

Für Jakobspilger empfiehlt es sich in jedem Fall, einen Pilgerpass bei einer der lokalen Jakobsgesellschaften zu besorgen. Wandert man zumindest die letzten 100 Kilometer bis nach Santiago, so erhält man im dortigen Pilgerbüro gegen Vorlage des Passes die Bestätigungsurkunde (Compostela). Im Pilgerpass muss ein Stempel pro Tagesetappe eingetragen sein, auf den letzten 100 Kilometern müssen es zwei pro Tag sein. Doch auch wer nur lokal einem Jakobsweg folgen will, erhält mit Hilfe des Passes die Berechtigung, in einer der günstigen Herbergen am Weg zu übernachten.

Pilgerwege üben eine besondere Faszination aus und ziehen auch viele nichtreligiöse Wanderer an

Neben dem Jakobsgrab haben auch andere bekannte Pilgerziele und Wallfahrtsorte ihre eigens benannten und gekennzeichneten Wege. Ins steirische Mariazell, wichtigster Wallfahrtsort Österreichs, führen mehrere Äste des Nationalen Weitwanderwegs 06 mit einer Gesamtlänge von etwa 1400 km. Nur einen einzigen, jedoch langen und grenzüberschreitenden Tag benötigt die Almer Wallfahrt. Sie beginnt im österreichischen Pinzgau und führt über das Steinernes Meer nach St. Bartholomä am bayerischen Königssee (siehe Tourentipp S. 35).

Die spirituelle und religiöse Bedeutung von Wegen und Wegstationen wird indes auch von Regionen und Tourismusverbänden beworben. So kann man auf dem 248 km langen Benediktweg eine lange Runde um Altötting radeln und die Stätten der Kindheit von Joseph Ratzinger mit kulturellen und landschaftlichen

Schönheiten verbinden. Um den Spuren der erst 2001 heiliggesprochenen ehemaligen Ordensfrau Maria Crescentia Höss zu folgen, wurde ausgehend von Kaufbeuren der 85 km lange Crescentia-Pilgerweg aufgebaut. Ähnlich lange sogenannte Meditationswege führen durch die Ammergauer Alpen und das Blaue Land und laden an kulturellen Bauwerken und „Kraftorten“ mittels Tafeln an Holzstelen zur inneren Einkehr ein.

Nachfrage gibt es besonders für die kürzeren Strecken genug. So ermittelte eine Studie, die der Deutsche Wanderverband mit dem Bundeswirtschaftsministerium 2010 veröffentlichte, dass unter rund zehn Millionen Wanderurlaubern im Jahr rund ein Fünftel zumindest Mehrtagestouren unternimmt. Am Endpunkt des Jakobswegs in Santiago kommen jährlich sogar mehr als 200.000 Pilger an. Pilgern im Pulk? Wer den Rummel der Hauptstrecken meiden möchte, kann auf eine wenig begangene Nebenroute oder die Wintermonate ausweichen. Oder er begibt sich auf einen der unzähligen neueren Fernwander-, Pilger- und Themenwege, die erst in den letzten Jahren ausgewiesen wurden. Auch auf vielen der europäischen „E-Wege“ sind Wanderer nach wie vor tagelang allein unterwegs. Die Vielfalt der größeren und kleineren weiten Routen ist kaum noch überschaubar. Mittels Internet und Literatur lassen sich jedoch für jeden die passenden Wege finden – und auch in Zeiten des Fernwander- und Pilgerbooms sind noch viele „Schätze“ zu entdecken. Europa ist von Wegen durchzogen, so weit das Auge reicht. ◀

Tourentipps: ab Seite 34



Christian Rauch (38) ist freier Autor und Journalist, u. a. in den Bereichen Landleben und Bergsport. Von ihm erschienen das Buch „Bergerlebnisse“ und die Kulturwanderbücher „Blaues Land“, „Künstlerwege zwischen Isar und Inn“ und „Fünfseenland“.

ATHLET: CAROLINE CIAVALDINI
FOTO: DAMIANO LEVATI
KALYMNOS, GRIECHENLAND

WE CLIMB LONGER

**DIE NEUE KLETTER KOLLEKTION 2014.
ENTWICKELT FÜR MAXIMALE FREIHEIT AM FELS.**

*Um den hohen Ansprüchen unserer Profikletterer gerecht zu werden,
hat The North Face® die hochfunktionale Kletter Kollektion entwickelt.
Entdecke mehr auf thenorthface.com*

NEVER
STOP
EXPLORING™

THE
NORTH
FACE

AUFBRUCH

Zu Fuß reisen, immer weiter gehen, tagelang, wochenlang: zu einer Fernwanderung oder einem Pilgerweg auf. Was bewahrt Ihren Urlaub als Pilger zu verbringen? Körperliche Anstrengung, auch bei Regen und Hitze auszuhalten.

Wanderung sind so vielfältig wie die Menschen, die unterwegs sind.

Als die Ärzte Nasha Ambrosch prophezeiten, dass wegen einer schweren Knieverletzung das Bergwandern für sie vorbei sei, brach für die damals 35-Jährige eine Welt zusammen. Doch sie gab nicht auf und setzte sich ein großes Ziel: den Weg über die Alpen von München nach Venedig. Sie wollte das Unmögliche schaffen. Fünf Jahre nach der Diagnose stand sie mit ihrem Mann tatsächlich an der Adria. Auch viele andere entschließen sich zu einer längeren Wanderung, um sich zu fordern, um körperliche und psychische Grenzen auszutesten. „Oft steht am Anfang die Frage: Schaffe ich das überhaupt?“, erzählt Ludwig Kunkel, der seit 2003 die Tour von München nach Venedig für den DAV Summit Club

Immer mehr Menschen brechen auf und suchen ganz bewusst das Ungewisse

führt und die Strecke bereits 18 Mal zurückgelegt hat. In den letzten Jahren würden sich zu der vierwöchigen Wanderung immer mehr Menschen anmelden, die kaum Bergerfahrung haben. Es ist die Ungewissheit, was auf einen zukommt, das Wagnis, das reizt und gleichzeitig Angst macht. Besonders stark ist die Erfahrung der eigenen Grenzen für

Text: Franziska Baumann

Jürgen Gerrmann ging einfach los. Er startete an seiner Haustür im schwäbischen Nürtingen. Sein Ziel war Rom. Sein Leben stand durch eine Ehekrise an einem Wendepunkt. „Ich habe es als Aufbruch erlebt“, erinnert er sich. „Ich wollte mir selbst zeigen, dass es noch Ziele gibt.“ Sein Beruf ließ es nicht zu, sich über Wochen zu verabschieden. Er unterteilte deshalb die Strecke in mehrere Etappen und kehrte sechs Jahre lang jeden Sommer zu seinem Weg zurück, bis er Rom erreichte. Bewältigung einer Lebenskrise, intensives Naturerlebnis, sportliche Ambitionen, innere Suche – die Beweggründe für solch eine

ins Unbekannte

Jedes Jahr brechen mehr Menschen
 geht sie dazu, die Alpen zu überqueren?
 strengung in Kauf zu nehmen,
 etzen?

jemanden, der sich im Rollstuhl auf den Weg macht. Die Statistik des Jakobswegs verzeichnet jährlich ein bis zwei Dutzend Rollstuhlfahrer, die als Pilger in Santiago de Compostela ankommen. Felix Bernhard ist einer von ihnen. In seinem Buch „Dem eigenen Leben auf der Spur“ erzählt er von seinem 1200 km langen Weg, der in Sevilla begann, und seinem Ziel, Grenzen und Barrieren zu überwinden.

Die Begehung eines weiten Wegs kann Zäsur, Wendepunkt, Auszeit, Anfang oder Ende sein

Wer sich zu Fuß auf den Weg macht, will aus dem Alltag ausbrechen, etwas Ungewöhnliches erleben. Dazu gehört auch, das Leben für einige Zeit auf die einfachen Dinge zu reduzieren – gehen, essen, schlafen, nichts weiter. „Der Zauber des Weitwanderns ist, nichts anderes zu tun zu haben, als eine bestimmte Wegstrecke zurückzulegen“, sagt Christoph Thoma, seit 30 Jahren als Journalist und Wanderführer unterwegs. In einer Welt, in der sich das Leben unablässig zu beschleunigen scheint, wächst die Sehnsucht, sich auf den langsamen Rhythmus des Gehens einzulassen. Da ist der Wunsch, einfach einmal innezuhalten und auf das bisherige Leben zurückzuschauen, und die

Neugierde, welche Gedanken auftauchen werden, wenn sie sich selbstständig machen dürfen.

Für einige bedeutet der Aufbruch mehr als eine besondere Urlaubserfahrung. Er wird als ein wichtiger Einschnitt in der Biographie empfunden, verbunden mit der Hoffnung, dass das Gehen etwas in Bewegung setzt. Der Weg wird zum Symbol ►

Sehnsucht nach echter Erfahrung

Bernd Lohse, Pilgerpastor der evangelisch-lutherischen Kirche in Norddeutschland mit Sitz an der Hauptkirche St. Jacobi in Hamburg, ist Ansprechpartner für Pilger und war selbst immer wieder auf Pilgerwegen unterwegs. Er erzählt, was Menschen dazu bewegt, zum Pilgern aufzubrechen.

alpinwelt: *Worin sehen Sie die Gründe, dass sich das Pilgern zu einem Trend entwickelt hat?*

Bernd Lohse: Viele Menschen haben eine große innere Sehnsucht nach echter Erfahrung, nach etwas, das trägt – im Gegensatz zur virtuellen Erfahrung, die in unserer Welt eine immer größere Rolle spielt. Beim Pilgern sind wir da, wo unsere Füße sind. Dazu kommt, dass religiöse Themen wieder ernstgenommen werden. Die Bücher von Hape Kerkeling und Paulo Coelho über den Jakobsweg (siehe S. 24) haben das Thema in Bevölkerungsschichten gebracht, die sonst mit dem Pilgern nicht in Berührung gekommen wären.

Was bringt Menschen dazu, sich auf den Weg zu machen?

Viele haben das Gefühl, sie brauchen Abstand zu ihrem Leben. Der Kontrast zum Alltag spielt eine große Rolle. Oft stehen innerliche Fragen an, die sich während des Pilgerns lösen können.

Welche Rolle spielt die Fortbewegung zu Fuß?

Das Gehen setzt Transformationsprozesse in Gang. Das Wandeln verwandelt, heißt es. Es ist faszinierend zu beobachten, wie sich Menschen im Laufe eines Pilgerweges verändern.

Pilgerwege werden heute auch aus sportlichen Motiven begangen, Fernwanderer können sich ebenfalls auf einer inneren Suche befinden. Worin besteht dennoch der Unterschied zwischen Fernwandern und Pilgern?

Auf Pilgerwegen begegnen sich Menschen auf einer tieferen Ebene. Die Fragen lauten nicht so sehr: Woher? Wohin? Wie viele Kilometer? Es geht mehr darum, was der andere erlebt, warum er sich auf den Weg gemacht hat, was er für ein Typ ist.

Oft heißt es „Der Weg ist das Ziel“. Stimmen Sie dem zu?

Das Ziel ist wichtig, damit man sich überhaupt auf den Weg macht. Es gibt dem Weg den Sinn. Ein Weg ohne Ziel wird mühsam, rastlos. Dabei kann das Ziel ein äußerliches sein, etwa ein bestimmter Ort, oder auch ein innerliches, etwa die Antwort auf eine Frage. Erst ein Ziel macht es möglich anzukommen, den Weg zu beenden. Und gibt Grund zum Feiern.

Wer sich einmal auf den Weg gemacht hat, möchte immer wieder aufbrechen. Macht Pilgern „süchtig“?

Es ist eine so starke gute Erfahrung, dass Menschen immer wieder danach suchen. Wer aufbricht, bei dem bricht etwas auf. Pilgern ist mit Grenzerfahrungen verbunden, seelischen und körperlichen. Man erlebt sich selbst ganz neu, indem man etwas Ungewöhnliches macht. Man reist zu Fuß mit reduziertem Gepäck, übernachtet in einfachen Herbergen. Das führt zu einem Glücksgefühl.



Wohin führt der weitere Lebensweg? Manch einer geht los, um sich neu zu orientieren.

für das eigene Leben, so wie bei Jürgen Germann. „Man muss nur gehen, dann kommt man auch zu Zielen“, war die Erfahrung, die er von seiner Fußreise nach Rom mitnahm. Ludwig Kunkel begleitete immer wieder Menschen auf seiner Tour von München nach Venedig, die nach einer schmerzlichen Lebenserfahrung, etwa dem Tod des Partners, nach einem Neuanfang suchten. Eine Fernwanderung kann aber auch Ende und Schlusspunkt sein – wenn sich zum Beispiel Paare im gehobenen Alter zum Abschluss ihres Bergsteigerlebens noch einmal eine außergewöhnliche Tour vornehmen.

Die Motive für den Aufbruch sind so zahlreich wie die Menschen, die sich auf den Weg machen

Auch auf Pilgerwegen wie dem Jakobsweg sind die Motive der Wanderer breit gefächert. „Dort findet man den ganzen Kosmos der menschlichen Sehnsucht“, sagt Christoph Thoma, der seit acht Jahren immer wieder auf den Jakobswegen in Spanien unterwegs ist. Für Christoph Freundl war das Begehen des Jakobswegs Teil seines Sabbatjahrs. Für ihn war es nicht nur der Weg nach Santiago, sondern auch der Weg zu sich selbst. Deshalb wollte er alleine und möglichst langsam, also zu Fuß, unterwegs sein. Doch es kam anders: Rückenprobleme zwangen ihn schon nach drei Tagen, auf ein Fahrrad umzusteigen. Überrascht stellte er fest: „Dadurch, dass ich schneller war, konnte ich nun langsamer sein.“ Ihm blieb mehr Zeit für Begegnungen mit anderen Pilgern, für ein Innehalten auf dem Weg. Doch es gibt auch



Foto: Franziska Baumann

Zeit zum Nachdenken haben – für viele der Grund zum Aufbruch

Pilger, die die Wanderung eher sportlich sehen, die Pilgerwege regelrecht sammeln, und andere, für die Landschaft, Kultur oder der kulinarische Genuss im Vordergrund stehen. In Spanien bringt eine erfolgreiche Begehung des Jakobswegs heute sogar Pluspunkte bei der Bewerbung um eine Führungsposition. Ganz gleich, weshalb jemand sich den Jakobsweg vorgenommen hat, das gemeinsame Ziel Santiago de Compostela verbindet. „Es entsteht eine Gemeinschaft von Gehern“, erzählt Christoph Thoma und sieht darin einen Unterschied zu den Fernwanderwegen. Ihn faszinierte von Anfang an die mehr als tausendjährige Geschichte des Pilerweges, die überall spürbar sei.

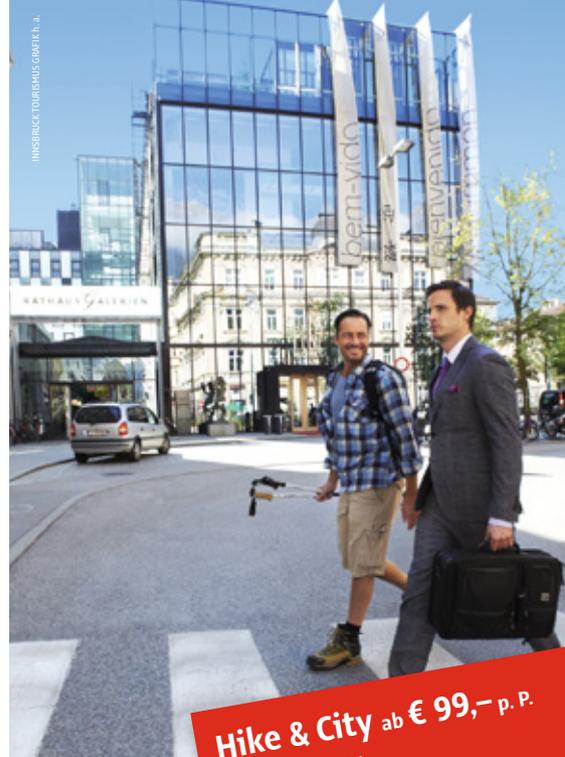
Auch die Wahl des Fortbewegungsmittels kann als Motivation dienen. 2012 waren immerhin gut 14 % der Jakobspilger Fahrradfahrer; knapp 300 ritten hoch zu Ross in Santiago ein, und vereinzelt sind auch Esel als Weggefährten anzutreffen. Dass manche die Etappen mit dem Auto abfahren, um sich Stempel für den Pilgerpass abzuholen und so die Pilgerurkunde zu erhalten, ist für Christoph Thoma nicht nachvollziehbar: „Wenn man das Pilgern spüren will, ist es wichtig, aus eigener Kraft in Santiago anzukommen.“

Wer sie einmal gespürt hat, die Faszination des Pilgerns und Fernwanderns, der will immer wieder aufbrechen. Auch bei Jürgen Germann dauerte es nicht lange, bis er wieder unterwegs war, dieses Mal auf dem GTA durch Ligurien und Piemont. Er schmiedet bereits Pläne für das Ende seines Berufslebens. Dann will er wieder ein Zeichen setzen und einen Sommer lang einfach gehen. ◀

Tourentipps: ab Seite 34



Franziska Baumann (44) langjährige »alpinwelt«-Autorin, lebt in Oberammergau und München und hat eine besondere Vorliebe für Rad- und Fußreisen. Sie schreibt als freie Autorin für Bergmagazine und hat mehrere Wanderführer veröffentlicht.



Hike & City ab € 99,- p. P.
 2 Nächte inkl.
 geführter Wanderung
www.innsbruck-packages.com



INNS' BRUCK

Hike & City

STADTMENSCH TRIFFT BERGFEX

Für die Hauptstadt der Alpen kann man beides einpacken: High Heels und Wanderschuhe. Denn der pulsierende Lifestyle der City und die faszinierende Welt der Berge sind hier seit jeher engste Freunde. Das erlebt man nur in Innsbruck und seinen Feriendörfern.

Innsbruck Tourismus,
 Burggraben 3, 6020 Innsbruck, Austria,
 Tel. +43 512 / 59 850, office@innsbruck.info,
www.innsbruck.info

SCHRITT für Schritt

Das Begehen von Fernwander- oder Pilgerwegen ist ein faszinierendes Erlebnis mit Prozesscharakter. Das dazugehörige Auf und Ab, bei dem Euphorie und Zweifel oft ganz nah beieinanderliegen, macht das lange Unterwegssein umso spannender.



Text: **Andrea Strauß** Fotos: **Andreas Strauß**

Diese Aussicht vom Sella-Plateau hinunter auf das Mittagstal! Gertrud sitzt auf einer Almhütte in den Bayerischen Vorbergen und schwärmt. Nein, nicht vom Hier und Heute. Das Erlebnis liegt schon ein paar Jahre zurück, ist aber so frisch wie am ersten Tag: „Und die Arnikawiesen an der Schlüterhütte. Ganz gelb war's da, so dicht an dicht sind die Blüten gestanden. Aber am besten hat mir gefallen, wie wir die letzten Stunden nach Venedig barfuß am Sandstrand entlangelaufen sind.“

Keiner kann es erklären, alle sind sich einig: Wer für einige Tage oder Wochen wandert, durchquert oder pilgert, der hält es weniger mit einer mathematischen Formelsammlung als mit dem Philosophen Aristoteles: „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile.“ Beim Weitwandern und Pilgern geht es zwar zum Schluss auch ums Ankommen, grundsätzlich aber ist der Weg das Ziel. Wer in drei oder vier Wochen von München nach Venedig

geht, erlebt ein anderes Venedig als derselbe Mensch, der in fünf Stunden über die Autobahn oder in sechzig Minuten mit dem Flugzeug anreist. Und es macht einen Unterschied, ob man den Rucksack für mehrere Wochen am Stück schultert.

20 Jahre bis zum Losgehen

„Ich habe 20 Jahre gebraucht bis zum Losgehen“, erinnert sich Gertrud, „so lange hat es gedauert, den Traum in die Realität umzusetzen.“ Das ist keine Seltenheit. Wie den Keim einer ansteckenden Krankheit tragen viele Weitwanderer den Wunsch aufzubrechen lange mit sich herum, denn die Hemmschwelle, länger unterwegs zu sein, ist groß. Auch wenn vordergründig Fragen zu Routenführung und Übernachtungsmöglichkeiten im Raum stehen, so sind es doch oft Selbstzweifel, die uns hindern: Schaffe ich das? Will ich das? Vierzehn Tage am Stück immer nur gehen? Wenn ich abbreche, bin ich dann gescheitert? Da kommt die angekündigte Kaltfront gerade recht. Dann verschieben wir den Traum auf nächstes Jahr. Schade ist das. Und auch wieder nicht, denn schon die Vorbereitungen sind oft erlebnisreich. Während der Pilger meist weniger Zeit für die Reisevorbereitung braucht – schließlich weiß er bereits, wohin ihn der Weg führen soll –, steht der Weitwanderer vor der Qual der Wahl: Walsenweg oder auf Goethes Spuren zum Gardasee? Skandinavische Weite oder mediterrane Kultur? Rundtour oder Streckenwanderung?

Erst in dem Moment, wo der Rucksack auf dem Rücken sitzt, fällt eine Last ab. Dann geht es mit geschärften Sinnen endlich los. Plötzlich riecht man den Sommer regelrecht, das Grün der Sträucher ist kräftiger, und die Gespräche sind interessanter. Ein Moment, der sich einprägt, geladen mit Emotionen. Da ist die Vorfreude auf kommende Tage in der Natur, auf neue Landschaften, auf interessante ►



Beim Weitwandern steht das Naturerlebnis im Vordergrund



Momente des Zweifels: wenn die Anstrengung überwiegt

Begegnungen und freie Zeiteinteilung. Aber da sind auch Zweifel: Erreichen wir das Ziel? Liegt noch zu viel Schnee? Laufe ich mir jetzt schon Blasen? Das Kratzen im Rachen, das wird doch hoffentlich nicht ...? Pilger auf dem Jakobsweg nehmen ein paar Steine von zuhause mit, die sie am Cruz de Ferro stellvertretend für ihre Sorgen ablegen. Wenn Thomas seinen Rucksack öffnet, fallen ihm nicht Steine, sondern Äpfel entgegen. „Die waren noch im Kühlschrank. Die konnt' ich doch nicht wegwerfen.“ Meine erste mehrtägige Dolomitenwanderung begann in Bozen am Bahnhof und führte meinen 30-Kilo-Rucksack und mich am ersten, sommerlich heißen Tag durch die Innenstadt und die weitläufigen Industriegebiete an den Eingang des Fleimstals – und endete dann mit blutunterlaufenen Zehen, Wasserblasen und einem halben Sonnenstich. Beim Weitwandern oder Pilgern bekommen viele anfangs vorgeführt, dass sie nicht optimal vorbereitet sind, und nicht selten stellt der erste Tag vor lauter Begeisterung eine schwere Hypothek für die kommenden Etappen dar: zu weit, zu hoch, zu schnell, zu schwer, und dabei sind die Schuhe nicht eingelaufen oder die Äpfel nicht aufgeessen. Aber auch das gehört dazu.

Höhepunkte und Durststrecken

„An der Memminger Hütte im Gras sitzen und schauen. Und nach dem Abendessen zum Seekopf. Dieser Blick hinab auf die Seen und zurück auf die Allgäuer. Wie weit wir schon gekommen waren in den zwei Tagen! Da habe ich zum ersten Mal daran ge-

glaubt, dass wir das schaffen werden bis nach Meran. Wie wir Tage später die Treppen hinabgestiegen sind hinter dem Dom in Meran, da sind mir die Tränen gekommen.“ Andi steht jetzt fast wieder das Wasser in den Augen, als er sich daran erinnert. Winfried lacht verschmitzt: „Die Begegnung mit Karl, der uns bei sich übernachten ließ, als alles andere ausgebucht war am Pfitscher Joch. Und wie im Nachtkastl noch der Nachttopf stand, benutzt vom Vorgänger.“ Bernds spontane Reaktion zum Jakobsweg lautet gar: „Das Beste, was ich in meinem ganzen Leben gemacht hab!“ Annemarie wiederum wirkt ziemlich in sich gekehrt: „Die Erhabenheit der Berge und die Demut, die man spürt, wenn man das große Panorama sieht.“ Und: „Die Offenheit und Toleranz, die Pilger zeigen, wenn sie gemeinsam unterwegs sind.“ Sie ist neben ein paar Alpenüberquerungen auch auf dem Jakobsweg bis Finisterre gegangen: „Fürs Erleben auf Tour hat es für mich keinen Unterschied gemacht, ob es ein Pilgern oder Wandern war – auch wenn bei einer Weitwanderung in den Alpen mehr das Naturerlebnis dominiert und beim Pilgerweg das Miteinander.“ Ob man die religiös-spirituelle Seite des Unterwegsseins wahrnimmt oder nicht, ist damit wohl eine Frage der grundlegenden inneren Einstellung.

Wenn Wanderer und Pilger ihre Erlebnisse Revue passieren lassen, sind es längst nicht nur die positiven Momente, die im Gedächtnis bleiben. Aber selbst Neutrales oder Negatives wirkt wie weichgezeichnet. Stunden über Stunden auf einer staubigen Straße gehen oder durch Industriegebiete: Es gehört dazu. Nachts



Barfuß am Strand kurz vor Venedig: der pure Genuss nach wochenlangem Wandern

das Lager mit dreißig, vierzig Fremden teilen, die sich unruhig von einer auf die andere Seite wälzen, schnarchen und die Nachbarn an ihrem regen Verdauungsprozess teilhaben lassen: Auch das gehört dazu. Im Dauerregen durch Wiesen wandern, spüren, wie das Wasser allmählich in den Spalt zwischen Rucksack und Schulterblätter hineinsickert – all das ist Teil des Unterwegsseins. „Und die Mücken! Die waren einfach überall, selbst im Kochtopf! Zum Essen saßen wir grundsätzlich eingepackt in Überhandschuhe, Kapuze und Mückennetz. Einmal hatte ich das beim Frühstück glatt vergessen und einen großen Bissen vom Marmeladenbrot abgebissen – samt Mückennetz.“ Heute kann Michael darüber lachen, wenn er vom Kungsleden in Lappland schwärmt. Jeder hat seine eigene Taktik, mit Durststrecken umzugehen. Der eine versucht, an nichts mehr zu denken und bewältigt gleichförmige Etappen durch Meditation. Der andere zerlegt sich die Tage in gangbare Abschnitte: Erst mal bis zur Martin-Busch-Hütte, da gibt es eine heiße Suppe, dann schauen wir weiter. Man kann auch Schritte zählen oder Esel, die einen rechts oder links überholen. Oder zehn Dinge pro Tag suchen, die man positiv findet, etwa die Rosen am Wegrand, dass es nicht regnet oder dass man nicht frieren muss. Letzteres ist im August in einer schattenlosen Steppe bei über 40 Grad auch nicht zu erwarten, aber die Selbstmotivation funktioniert trotzdem.

Natürlich gibt es auch die Möglichkeit, weniger attraktive Etappen mit Hilfsmitteln zu überwinden. Professionelle Pilgerbegleiter sehen für Teiletappen etwa Fahrräder oder Bustransfers vor,

um schneller voranzukommen. Manche Weitwanderer nutzen am Schlechtwettertag den Lift zur nächsten Hütte oder die öffentlichen Verkehrsmittel im Tal. Das hängt vom persönlichen Geschmack ab. Gertrud erzählt: „Ich bin im Laufe der Jahre alle Teilstücke, die ich per Anhalter zurückgelegt hatte, dann nachträglich noch zu Fuß gegangen. Ich wollte das einfach alles sehen, die Route ‚komplett‘ machen. Denn nur wo du zu Fuß warst, warst du wirklich!“ Wieder andere schieben bei Schlechtwetter einen willkommenen Ruhetag ein und lesen endlich die wegbegleitende Lektüre: Goethes „Italienische Reise“ oder Hintergrundinformationen zu den Walsern. Auf Pilgerwegen, wo die Herbergen dichter gesät sind, kann man auch einfach später losgehen und früher ankommen. Auf Wanderungen in den Bergen ist das wiederum nicht so einfach, denn die Hütten liegen oft in so großen Abständen, dass man ohnehin einen ganzen Tag braucht, um zur nächsten zu kommen. Was der eine als Nachteil empfindet, sieht der andere als zusätzliche Herausforderung, die dem Weg erst den richtigen „Kick“ verleiht – eine weitere Dimension des Erlebens.

Auch die Geister der Reisenden unterscheiden sich: Während der Pilger aus ganz unterschiedlichen Gründen auf Pilgerfahrt geht, ist beim Weitwanderer meist die sportliche Komponente zumindest ein Beweggrund. „Ich möchte sehen, wie weit man in einer Woche kommt! Kleinstes Gepäck, Laufschuhe und los geht’s“, fasst Matthias seine Planung zusammen. Natürlich prägt diese Einstellung auch das Erlebnis. Aber warum nicht Kilometer ►

sammeln und Höhenmeter abspulen? Auch mir ist von einer Drei-Wochen-Durchquerung gerade der letzte Tag im Schnee und Matsch, an dem wir aus dreieinhalb Etappen eine machten, noch besonders im Gedächtnis geblieben. Der Stolz über die zurückgelegte Strecke und die Höhe gehört ebenso zum Gesamterlebnis wie meditative Momente beim Sonnenuntergang und Begegnungen mit Menschen vor Ort.

Wie schwimmen im Ozean

Nach ein paar Tagen ähnelt das Gehen einem Schwimmen im Ozean: Die Bewegung ist zur Selbstverständlichkeit geworden und der Rucksack zum Körperteil. Manchmal meldet sich die Ferse, manchmal wird der Hunger unerträglich oder die Sonne sticht zu erbarmungslos. Meist aber können die Gedanken wandern. Bald kommt sogar der Moment, in dem man sich am Abend fragt, an was man eigentlich all die Stunden gedacht hat. Selbst wer in der Gruppe geht, stellt fest, dass die Gespräche nach und nach verstummen. Dass ein Thema erst am übernächsten Joch zu Ende diskutiert wird. Kurzum, nach ein paar Tagen sind viele Weitwanderer mit sich allein unterwegs, sie sind bei sich selbst angekommen. Die Gleichförmigkeit der Tage wird nur unterbrochen, wenn Unerwartetes passiert. Als Gerdas Bandscheibe zwickte, war die Gruppe plötzlich statt neun- nur noch fünfköpfig. Andererseits lassen gerade Probleme Gruppen und Einzelreisende zusammenwachsen. Die Württemberger am Nachbarisch haben Blasenpflaster dabei, wir helfen dafür mit Schmerzmittel für Zahnweh aus. Banale Dinge wie Sicherheitsnadeln, ein Stück Schnur oder ein Paar Socken werden unterwegs zu Wertgegenständen. Und wenn an Expeditionsbergen beklagt wird, jeder sei sich selbst der Nächste, dann kann man sich auf einer Alpendurchquerung, am Jakobsweg oder am Kungleden vom Gegenteil überzeugen. Gerade auf Pilgerwegen fällt das Kontakteknüpfen leicht, denn viele Reisende haben sich hier allein auf den Weg gemacht. Ein schrilles, inhomogenes Völkchen, geeint lediglich durch das gemeinsame Ziel. In manchen Ländern gilt der Jakobsweg sogar als todsicherer Heiratsmarkt: Wer hier kein passendes europäisches Mädels findet, für den ist Hopfen und Malz verloren. Bernd hat auf seinen gut 800 Kilometern durch Spanien eine eigene Strategie entwickelt: „Du triffst tolle Leute. Aber abends musst du dich an einen Frauentisch setzen. Es gibt nämlich zum Essen immer eine Flasche Wein pro Tisch. Und Frauen trinken weniger.“

Herbeigesehnt und doch gefürchtet

Was anfangs so fern scheint wie der Mond, ist irgendwann nur noch eine letzte Tagesetappe entfernt. Hitze und Regen sind vergessen. Man ist fit, der Muskelkater der ersten Tage ist einem Gefühl von Stärke und Belastbarkeit gewichen. Ein letztes Abendessen, ein letztes Mal die Decke übers Kinn ziehen und in einem einfachen Bett schlafen. Ein letztes Mal Rucksackpacken – leicht ist der geworden, ein wenig unansehnlich auch, links hat er eine Scheuerstelle. Die letzte Etappe. Warum schien uns der Weg am Anfang so unglaublich lang? Rasend schnell ist die Zeit vergan-



Der Körper ist schon da, der Geist braucht noch Zeit: Gruppenfoto nach erfolgreicher Ankunft am Markusplatz in Venedig

gen, unglaublich weit sind wir gekommen. Das Ziel – Santiago, Rom oder einfach das Erreichen einer Straße – ist nah. Emotionsgeladen werden die letzten Schritte sicher immer sein, wenn auch oft anders als erwartet: „Santiago war ernüchternd: Gedränge, Souvenirläden, das Gefühl ausgenommen zu werden; die Pilgerurkunde, die dir ohne ein Wort ausgehändigt wird, und das Räucherfass wird nur gegen Cash geschwenkt. Die Kathedrale, so riesig, die will dich nur klein machen – für mich war das kein Ankommen. Erst in Finisterre, da bin ich wirklich angekommen!“, erinnert sich Annemarie.

Nach insgesamt vier Wochen auf dem Graßler-Weg (Traumpfad München – Venedig) stehen auch wir zu sechst am Markusplatz für das Gruppenfoto. Die Emotionen wechseln rasch: stolz auf die sportliche Leistung; eine riesige Freude, das Ziel erreicht zu haben; Dankbarkeit, das erleben zu dürfen. Aber soll's das jetzt gewesen sein? Wir haben uns so lange vorbereitet, haben auch so manche Tiefen durchgestanden, und nun ist alles vorbei? Können wir nicht morgen noch weitergehen? Müssen wir wirklich heim? Ja, klar, die müden Muskeln sagen: „Danke, dass es endlich vorbei ist!“ Aber als wir gemütlich in einem Café sitzen, spricht es einer aus: „Was machen wir denn nächstes Jahr?“ Der E5 ist einer der Favoriten ...

Drei Tipps gibt es für das Glücksgefühl des Ankommens: „Das letzte Stück muss man zu Fuß gehen! Oberstdorf – Meran und dann ab dem Vernagtsee mit dem Bus fahren? Nein, das schmälert das Erlebnis zu sehr“, da ist sich Andi sicher. Gertrud empfiehlt: „Wenn man angekommen ist, dann muss man sich die Zeit nehmen, um zu feiern. Der Körper ist ja schon da, aber man muss dem Geist noch Zeit dazu lassen.“ Und: Auf Pilgerwegen darf man nicht erwarten, dass man gleich im Paradies ankommt. Man kann sich nur bemühen, das Paradies zu erleben. ◀

Tourentipps: ab Seite 34



Andrea Strauß (46) ist hauptberufliche Journalistin und Autorin von Führern, Bilderbänden und Zeitschriftenartikeln. In den Bergen ist sie zu allen Jahreszeiten unterwegs, auch als Fachübungsleiterin Hochtouren. Alpenüberquerungen zählen für sie zu den besonderen Höhepunkten des Bergsommers.

Bergsteiger sein – **BERGSTEIGER** lesen!

Jeden Monat neu am Kiosk!



- ✓ die schönsten Tourengebiete der Alpen mit über 50 Tourentipps
- ✓ die besten Bergsteiger im Porträt, Ausrüstungstests und vieles mehr
- ✓ 12 herausnehmbare Tourenkarten



Jetzt **Gratisausgabe** anfordern unter:

www.bergsteiger.de/gratisheft

Von STERNENWEGEN und TRAUMPFADEN

Reiseberichte vom Pilgern und Fernwandern



Hape Kerkeling, *Ich bin dann mal weg*. Piper 2009



Paulo Coelho, *Auf dem Jakobsweg*. Diogenes 2010



Shirley MacLaine, *Der Jakobsweg*. Goldmann 2001



Christian Jostmann, *Nach Rom zu Fuß*. dtv 2010

Text: Joachim Burghardt

Auf dem Büchertisch für Pilger gibt es mittlerweile nichts mehr, was es nicht gibt: Bildbände und Gebetsammlungen, Wander- und Kulturführer, Ratgeber wie die „kleine Atemschule“, Spezialbücher für Rheumatiker und Hundebesitzer, Reisebeschreibungen aus der Sicht eines Pferdes, den „Jakobsweg für Motorradfahrer“ sowie ein Santiago-Kochbuch. Im gleichen Maße, wie die jährliche Zahl der registrierten Jakobspilger binnen 30 Jahren explodiert ist – von nur 146 (anno 1983) auf 215.880 (anno 2013) –, ist auch das Schrifttum von vereinzelt Quellen zu einem Meer von Büchern angewachsen: Weit über tausend Treffer liefert die Suche nach dem Stichwort „Jakobsweg“ bei einem bekannten Online-Händler. Das wohl spannendste Genre bilden die Reise- und Erlebnisberichte, deren erfolgreichster – wer wüsste es nicht? – vom deutschen TV-Entertainer Hape Kerkeling stammt und den Titel „Ich bin dann mal weg“ trägt.

Kerkeling pilgerte 2001 auf dem spanischen Jakobsweg, um nach einer Phase übermäßiger Arbeit und schwerer Krankheit den Weg aus seiner beruflichen und gesundheitlichen Krise zu finden. Als „eine Art Buddhist mit christlichem Überbau“ sah er sich dabei auch auf einer spirituellen Suche, auf einer Suche also nach

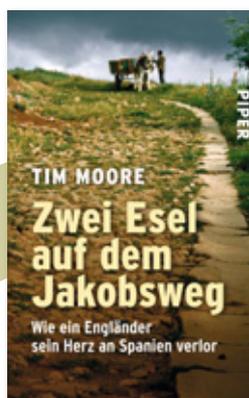
Glaubenserfahrung, Sinn und Orientierung. Während seiner sechswöchigen Reise führte er ausführlich Tagebuch, ohne zunächst zu beabsichtigen, seine Aufzeichnungen zu veröffentlichen.

„Hab heute alle negativen Gedanken aufgegeben und abgegeben. Ich habe keine Lust mehr, mich hier mit ihnen zu belasten. Ich kann nur noch meinen Rucksack tragen, mehr nicht“, schreibt Kerkeling eines Abends und deutet damit ein Grundprinzip des Pilgerns an. Ein anderes Mal sinniert er: „Erwartungen verursachen Enttäuschung.“ Doch immer, bevor es allzu ernst oder sentimental wird, kommt rechtzeitig der Komiker in ihm wieder durch – etwa wenn er über die schlechten hygienischen Verhältnisse in Pilgerherbergen grantelt: „Ich muss nicht durch den Fußpilz anderer Leute waten, um erleuchtet zu werden!“

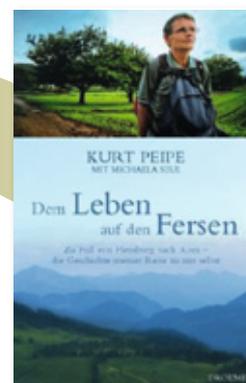
Erst Jahre nach der Reise, 2006, erschien sein Reisebericht, stürmte die Bestsellerlisten und stieg mit mehreren Millionen verkauften Exemplaren zum erfolgreichsten deutschen Sachbuch seit über 50 Jahren auf. Neben der Bekanntheit des Autors ist dieser beispiellose Erfolg wohl nur durch einen allgemeinen Zeitgeist zu erklären, der auf ein Buch wie dieses nur gewartet hat. „Ich bin dann mal weg“ war wie ein Stich ins Wespennest und sorgte dafür, dass die Zahl der deutschen Jakobspilger über-



Christoph Müller OSB, **Neuland unter den Sandalen**. Tyrolia 2013



Tim Moore, **Zwei Esel auf dem Jakobsweg**. Piper 2010



Kurt Peipe, **Dem Leben auf den Fersen**. Droemer 2008 (vergriffen)



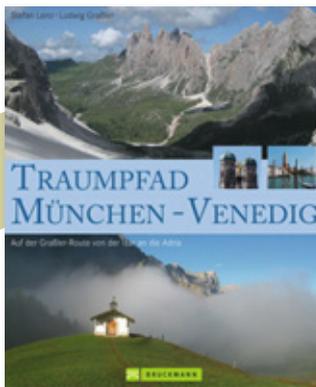
Bernhard Pichler, **Der letzte Pilger**. Vindobona 2012



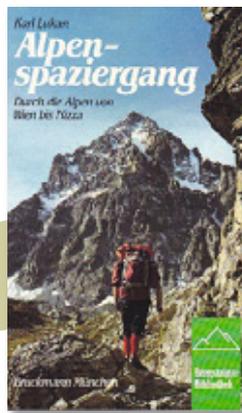
Maori Kunigo, **Vom Schisser zum Glückspilz**. Books on Demand 2014

durchschnittlich stieg. In vielen Buchhandlungen gibt es mittlerweile ein eigenes Jakobswegregal, und immer mehr Autoren berichten immer ungenierter von ihren Selbstfindungsversuchen, Eheproblemen und Körperfunktionen auf der spanischen Hochebene. Vor allem im Internet hat sich eine regelrechte Fangemeinde gebildet, die an den melodramatischen Pilgerstoriys Anteil nimmt, mitschwitzt, mitlacht und mitweint. Und mit Buchtiteln wie „Ich bin da wieder hin“ oder „Ich wollte auch mal weg“ bekommen auch weniger begnadete Literaten ihr kleines Stück vom großen Kuchen ab.

Hape Kerkeling war allerdings nicht der erste Prominente, der sich an das Thema Jakobsweg wagte. Zuvor hatten die Bücher des brasilianischen Bestsellerautors Paulo Coelho und der US-amerikanischen Schauspielerin Shirley MacLaine ein Millionenpublikum erreicht – und viele Leser enttäuscht. Denn bei Coelho handelt es sich trotz dem Buchtitel „Auf dem Jakobsweg. Tagebuch einer Pilgerreise ...“ nicht um ein Reisetagebuch, sondern um eine düstere, verstörende Geschichte über okkulte Exerzitien und Dämonen, die ursprünglich als „Die heiligen Geheimnisse eines Magiers“ erschien und erst später vom Verlag verkaufswirksam umetikettiert wurde. Shirley MacLaines Reisebericht hingegen schießt weit über die Grenzen zur Esoterik hinaus und glänzt mit Einlassungen über Außerirdische, die Wiedergeburt und – kein Witz – Ohrstöpsel, die „die Meridiane zu den Nieren behindern“. Kein Wunder, dass viele Leser in solchen Fällen die modernen Möglichkeiten des Internets nutzen, um in Online-Kundenrezensionen ausführlich ihr Missfallen zu bekunden: So finden sich neben den Lobeshymnen beglückter Fans auch vernichtende Urteile wie „absoluter Schund“, „schwachsinnig“, „peinlich“ oder am treffendsten: „Ich leg’s dann mal weg“. Derart emotionale Äußerungen lassen nebenbei erkennen, dass oft auch besondere Erwartungen mit im Spiel sind: Denn manch einer, der sich Pilgerliteratur kauft, erhofft sich nicht nur ein kurzweiliges Leseerlebnis, sondern insgeheim auch Antworten auf eigene Lebensfragen, Nahrung für die eigene suchende Seele. ▶



Ludwig Graßler, Stefan Lenz, Eva-Maria Troidl,
Traumpfad München – Venedig.
Bruckmann 2010



Karl Lukán, **Alpenspaziergang.**
Bruckmann 1988 (vergriffen)



Gerhard von Kapff, **Mit zwei Elefanten
über die Alpen.** Herbig 2010

hintergrund

Faszination Fernwandern

Auch wenn die Grenzen zwischen Fernwandern und Pilgern nicht immer klar zu ziehen sind, fällt doch auf, dass Fernwanderwege ohne religiösen Hintergrund weniger „spirituell aufgeladen“ sind und den Begeher wie auch den Leser von Büchern nicht gleich mit dem ganzen Gewicht der Fragen nach Identität, Sinn und Gott konfrontieren.

Zu den modernen Buchklassikern des Fernwanderns zählen **Ludwig Graßlers „Traumpfad über die Alpen“** (1977; aktueller Nachfolger: „Traumpfad München–Venedig“, 2010) und **Karl Lukáns „Alpenspaziergang“** von Wien nach Nizza (1988), aus denen die pure Faszination des weiten Wanderns und die Anziehungskraft der mediterranen Welt durchschimmern. Der Leser bleibt von jeglicher Form von Seelenstriptease und geistiger Nabelschau des Autors verschont. Während die Route München–Venedig vielen ein Begriff und für einige zum Lebenstraum wurde, blieben andere

wie der ebenfalls von Ludwig Graßler ausgearbeitete **„Traumpfad München–Prag“** nahezu unbekannt. Das Thema der Alpenüberquerung kommt eben besonders gut an, was auch das rege Interesse am Fernwanderweg E5 und launige Geschichten wie **Gerhard von Kapffs Familienstory „Mit zwei Elefanten über die Alpen“** belegen. Auch Reiseberichte von innerdeutschen Weitwanderungen erfahren Zuspruch, allen voran die Erfolgsbücher **„Ein deutscher Wandersommer“** von **Andreas Kieling**, **„Mitten durch Deutschland“** von **Dieter Kreutzkamp** oder **„100 Tage Heimat“** von **Jens Franke**, das als Internetblog begann und erst auf Wunsch der immer größer werdenden Fangemeinde zum Buch wurde.

Ihnen allen ist gemein, dass nicht innere Prozesse (Glaubensfragen, Lebenskrisen ...), sondern äußerliche Reiseerlebnisse und naturkundliche, kulturelle oder sportliche Aspekte im Zentrum stehen. Tiefergehende Reflexionen des Autors sind selten und betreffen meist Themen wie „Glück durch Verzicht“, die Auszeit vom Alltag und das Gewinnen neuer Perspektiven.

Rationalisten und

Skeptiker, die schon beim leisesten

Anklang der Themen „Sinnsuche“ und „Spiritualität“ mit den Augen rollen, sollten eines nicht übersehen: Auf Europas Pilgerwegen tummeln sich beileibe nicht nur konservative Reliquienverehrer und verklärte Esoteriker, sondern eine bunte Vielfalt von Charakteren, die aus unterschiedlichsten Motivationen heraus unterwegs sind und mitunter originelle Bücher schreiben.

So zum Beispiel der Journalist **Christian Jostmann**, der in seiner Geschichte **„Nach Rom zu Fuß“** von seiner explizit als Pilgerreise deklarierten Wanderung von der Isar an den Tiber erzählt, den Leser aber bewusst nicht in seine religiöse Intimsphäre mit hineinnimmt. Das Buch besticht vor allem durch seinen ungewöhnlichen Blick auf Italien.

Ein anderer Autor, **Christoph Müller**, ist Benediktinermönch und beschreibt in **„Neuland unter den Sandalen“** seine Reise von der Schweiz mit dem Rad und zu Fuß nach Santiago und wieder zurück. Seine Perspektive ist die eines tiefgläubigen, gereiften Menschen, der sich durch heitere Gelassenheit, Optimismus, etwas Tollpatschigkeit und feinsinnigen Humor auszeichnet. Mal feiert er bei Sonnenaufgang allein auf freiem Feld Eucharistie, ein anderes Mal muss er sich auf einem Friedhof übergeben und versäumt anschließend nicht, „den Toten für die Gastfreundschaft zu danken und ihnen nach dieser Störung wieder die ewige Ruhe zu wünschen.“

Demgegenüber wird das Erfolgsbuch **„Zwei Esel auf dem Jakobsweg“** von **Tim Moore** in einer Rezension als „herrlich unreligiös und respektlos“ gefeiert. Gleich auf den ersten Seiten gibt der Autor Kostproben von seinem typisch britischen Humor: „61 % der Amerikaner vertreten die Auffassung, das Leben habe nur deshalb einen Sinn, weil es Gott gibt. In England bekämen Sie eine solche Prozentzahl höchstens zusammen, wenn Sie ‚Gott‘ durch ‚Alkoholgärung‘ ersetzen würden.“ Unter Pilgern, so Moore, habe er sich immer fundamentalistische Fanatiker in schmutzverkrusteten Kapuzenanzügen vorgestellt, die auf blutigen Knien über ganze Kontinente rutschen, sich von Steckrüben ernähren und schließlich „ihre aufgesprungenen Lippen ▶

Sicher auf dem richtigen Weg

Jeden Monat ALPIN lesen plus Prämie zum Vorzugspreis

12X IM JAHR:

Volle Berglust · Hoher Nutzwert · Kompakte Vorschläge fürs Wochenende
Großer Serviceteil · Wichtige Praxisthemen · Hilfreiches Expertenwissen

IHRE VORTEILE IM ABONNEMENT:

REGELMÄSSIG

Jeden Monat Lesespaß, Anregung, Infos und Service.

GÜNSTIG

7,90 Euro Ersparnis gegenüber dem Einzelkauf.

FREI HAUS

Pünktliche Lieferung ohne zusätzliche Versandkosten.

GRATIS

Sie erhalten eine attraktive Prämie.

PLUS

Bei Bankeinzug bekommen Sie ein zusätzliches Heft kostenfrei.



USB-POWERBANK

Externer Akku für alle gängigen Smartphones, Tablets, Netbooks, Kameras.
5–6 Stunden zusätzlicher Strom. 5200 mAh

Ein ALPIN-Vorteilsabonnement kostet 62,90 Euro für 12 Ausgaben einschließlich Frei-Haus-Zustellung (A: 69,10 Euro, CH: 114,- sFr., übriges Ausland: Zusatzporto). Es besteht kein Widerrufsrecht.

Bestellen Sie per Internet: www.alpin.de/vorteil oder Fax: +49 911 216 22 30.

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an den Leser-Service: +49 911 216 22 22.

Verlagsanschrift: Olympia-Verlag GmbH, Badstr. 4–6, 90402 Nürnberg
Geschäftsführer: Bruno Schnell, Toni Schnell, Registergericht Nürnberg HRB 607,
USt-IdNr. DE811186870



Andreas Kieling, **Ein deutscher Wandersommer**. Malik 2013



Dieter Kreuzkamp, **Mitten durch Deutschland**. Malik 2009



Jens Franke, **100 Tage Heimat**. Malik 2013

auf die verschrunpelte Gallenblase des heiligen Pankratius drücken“. Doch plötzlich spürt er selbst die Notwendigkeit, sich Gedanken über sein Leben und seinen Glauben zu machen – und bricht zu einer aberwitzigen Reise auf, die ihn an der Seite eines Esels durch Spanien führt. Nach der Ankunft in Santiago bekennt Tim Moore, durch die Pilgerreise „menschlicher“, ein wenig mehr „Weltbürger“ geworden zu sein.

Das vielleicht ergreifendste Buch stammt von Kurt Peipe und trägt den Titel „Dem Leben auf den Fersen“. Peipe erzählt darin die schier unglaubliche Geschichte seiner Wanderung von Flensburg nach Rom, die er 62-jährig und schwerkrank – mit künstlichem Darmausgang und Krebs im Endstadium – unter unzähligen Mühen meistert. „Ich habe in diesem halben Jahr mehr über die Menschen und mich gelernt als in meinem ganzen Leben zuvor“, resümiert Kurt Peipe und ist mit sich und der Welt versöhnt. Am Erscheinungstag des Buches, am 8.8.2008, verstarb Kurt Peipe – zurück bleibt sein zu Herzen gehendes Dokument der Menschenfreundlichkeit und Lebenslust.

In den letzten Jahren erscheinen auch immer mehr selbstverlegte Bücher, viele davon als Kleinauflage für die Verbreitung im eigenen Freundeskreis, andere nur als E-Books. Nur wenige dieser oft sehr amateurhaften Reiseberichte eignen sich für ein breiteres Publikum, ein paar Perlen sind aber zu finden: darunter „Der letzte Pilger“ von Bernhard Pichler, der vom Burgenland bis Gibraltar wanderte, oder „Vom Schisser zum Glückspilz“ von Maori Kunigo. Kunigo, der sich selbst als griesgrämigen, gestressten, atheistischen Japaner aus Gelsenkirchen beschreibt, pilgerte im Schalke-Trikot nach Santiago und verarbeitete – wie Pichler noch keine 30 Jahre alt – seine Erlebnisse zu einem Buch. Aufhorchen lässt vor allem sein frecher Schreibstil, der unter großzügigem Einsatz von Übertreibungen und Kraftausdrücken die Dinge ungeschönt beim Namen nennt und den Leser schmunzeln lässt: „Als Jakobspilger wird man nur auf der linken Seite gebräunt, schließlich läuft man die ganze Zeit nach Westen.

Wie Dönerfleisch, das sich nicht dreht.“ Das ansonsten oft so gedankenschwer mit Tiefsinn und Unsinn überladene Jakobswegethema kommt hier leichtfüßig und unpräntiös daher, ohne dass der tiefere Ernst der Unternehmung geleugnet wird: „Anders als viele meiner Mitpilger komme ich immer wieder zu dem Schluss, dass mein Leben im Großen und Ganzen fantastisch verläuft. (...) Muss man erst zig Kilometer durch Römergeröll und Kuhscheiße hinken, um das zu erkennen? Wenn ja, dann sei es so.“

Die Persönlichkeiten hinter den Büchern könnten kaum unterschiedlicher sein. Und doch fällt auf, dass sie sich in vielem ähneln: Beinahe alle berichten von Schweiß und Schmerzen, von unvergesslichen Begegnungen und verblüffenden Zufällen, von trostlosen und glücklichen Stunden, vom deutlichen Gefühl, nach Wochen des Wanderns „geführt“ und „behütet“ zu sein – und von rührenden Situationen, in denen selbst der stärkste Mann die Fassung verliert und wie ein kleines Kind weint. Was auch immer sie suchten, sie alle wurden in irgendeiner Form fündig. Ihre Geschichten sind getragen von Optimismus und frischer Weltoffenheit, sie sind humorvoll, aber auch ernst. Und sie zeigen: Wer bewusst so weit wandert, unternimmt nicht nur eine äußere, sondern vor allem eine innere Entdeckungsreise. Er ist viel mehr als nur „dann mal weg“. ◀

weitere Bücher und Filme zum Thema Fernwandern und Pilgern: siehe Seite 58



Joachim Burghardt (32) ist »alpinwelt«-Redakteur und hat bei den Recherchen zu diesem Heft entdeckt, dass zwischen seiner Haustür und der nächsten Jakobsweg-Markierung nur 300 Meter liegen.

oetztal.com
wandern.oetztal.com

Erleben Sie die Alpenüberquerung
am Höhepunkt Tirols.

Bergsteigen im Ötztal

Wandern von Hütte zu Hütte über Grate und Gipfel, erleben Sie bei
Alpenüberquerungen die Schönheit der Ötztaler Bergwelt.

- Erlebe 250 Dreitausender, 60 davon über 3.400 m
- Mit den 86 Gletschern sind die Ötztaler Alpen damit die größte Vergletscherung in den Ostalpen
- 1.600 km markierte Wanderwege, rund 100 Hütten und Almen zum Einkehren
- Hochalpines Erlebnis am Ötztal Trek mit seinen 22 Etappen und 15 Varianten, 400 km Länge und 30.000 Aufstiegshöhenmeter

Ötztal. Der Höhepunkt Tirols.

ÖTZTAL TOURISMUS

6450 Sölden Austria T +43 (0) 57200 info@oetztal.com





Foto: Georg Hohenester

Text: **Stefanie Schneider**

Die Energiewende braucht Speichertechnologien. Die Zahl der Sonnenkollektoren und Windkraftanlagen ist in den letzten Jahren gestiegen und steigt weiter an. An sonnigen oder windstarken Tagen wird mehr Strom erzeugt, als verbraucht wird. Um auf diesen Überschuss zurückgreifen zu können, wenn keine Sonne scheint und kein Wind weht, muss die Energie gespeichert werden. Es gibt verschiedene Wege, Strom zu speichern. Die mechanische Umwandlung des Stroms in Pumpspeicherkraftwerken (PSW) ist derzeit mit einem Wirkungsgrad von ca. 75 bis 80 % die effektivste Form.

Brauchen wir auch das geplante PSW am Jochberg?

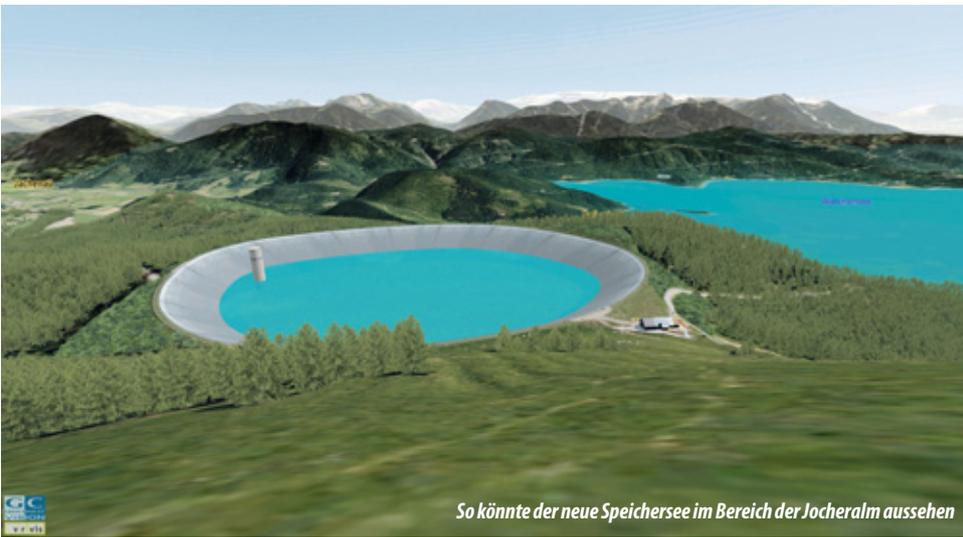
- „Nein“ sagen die CIPRA und der Alpenverein, die neue PSW in den Alpen aus Gründen des Natur- und Landschaftschutzes ablehnen.
- „Nein“ sagt das Aktionsbündnis „nochBerg – der Jochberg bleibt“, weil das geplante Projekt Landschaft zerstört und dem Tourismus, der Wirtschaft und dem Image der Region schadet. Die „nochBergler“ stellen die geologische Tauglichkeit des Jochbergs infrage und warnen vor den Auswirkungen des wechselnden Wasserspiegels auf das Leben im Walchensee.
- „Nein“ sagt der Verein „KEIN PumpSpeicherWahnsinn“ (KEIN PSW), der Natur und menschlichen Lebensraum schützen will und keine Notwendigkeit für das Bauvorhaben sieht.

Das Aktionsbündnis „nochBerg – der Jochberg bleibt“ hatte am 30. Januar 2014 zur Podiumsdiskussion nach Kochel geladen. Im vollbesetzten Saal war es beeindruckend zu spüren, wie einig sich die Bewohner der Region Kochel und Jachenau gegen das PSW engagieren. Da hatten es die beiden Vertreter der Energieallianz Bayern schwer, Sinn und Notwendigkeit ihres Projekts überzeugend darzustellen.

Seit letztem Herbst liegen die Baupläne für das Werk am Jochberg auf Eis, weil das Projekt unwirtschaftlich sei. Betreiber von PSW haben bisher hauptsächlich Geld damit verdient, nachts konventionell erzeugten und billigen Strom einzuspeisen und diesen tagsüber teuer zu verkaufen. Scheint am Tag die Sonne und weht ein kräftiger Wind, sorgt ein Überangebot an Strom für einen niedrigen Preis. Gespeicherter Strom kann dann nur noch am Morgen oder Abend gewinnbringend verkauft werden. PSW werden kaum Strom aus Sonne und Wind speichern, da dieser immer teurer als der konventionelle Nachtstrom sein wird. Darüber hinaus ist der Kapazität von PSW Grenzen gesetzt: Die Speicher sind nach wenigen Stunden voll und können somit nicht den Energiebedarf eines längeren Zeitraums decken. Damit ist die Nützlichkeit von PSW als Säule der Energiewende fraglich.

Kritisch äußerte sich Hubert Weiger (Vorsitzender BUND und Bund Naturschutz Bayern) auf der Podiumsdiskussion auch zur Umsetzung der Energiewende. Weiger wirft der Politik ein mangelndes Konzept für die Umsetzung der Energiewende in ganz Deutschland vor. Jedes Bundesland tüftelt an eigenen Plänen

Bleibt der Jochberg unberührt?



So könnte der neue Speichersee im Bereich der Jocheralm aussehen

Darstellung: Energieallianz Bayern

zum Ausbau regenerativer Anlagen mit dem Ergebnis, dass in einigen Regionen Strom erzeugt wird, der mangels fehlender Infrastruktur nicht dahin gebracht werden kann, wo er auch gebraucht wird. Landschaften würden durch Windkraft- und Fotovoltaikanlagen sowie Kraftwerke verbaut, ohne dass deren Notwendigkeit vorher gründlich geprüft werde. Auch Florian von Brunn (SPD), Mitglied im Landtagsausschuss für Umwelt- und Verbraucherschutz, äußerte sich mit einem deutlichen „Nein“ zum Projekt am Jochberg. In einer Pressemitteilung schreibt er: „Der Bau eines Pumpspeicherkraftwerks am Jochberg bedeutet einen massiven Eingriff in Landschaft, Natur und Bergwelt am Walchensee. Was dort angerichtet würde, lässt sich auch nicht mehr zurückbauen. Bevor solche Pumpspeicherkraftwerke geplant werden, muss die Staatsregierung das lange überfällige Pumpspeicherkataster vorlegen. Nur so können möglichst umweltverträgliche Standorte diskutiert und gefunden werden. Und sie muss endlich ein belastbares Gesamtkonzept für die Energiewende in Bayern bringen, das alle offenen Fragen beantwortet und eine breite öffentliche Diskussion erlaubt.“

Scheitert die Politik an einem sorgfältig geprüften Masterplan, verschlafen wir die Energiewende und müssen in ein paar Jahren eingestehen, dass Kohle- und Atomkraftwerke doch nicht abgeschaltet werden können. Das wäre ein trauriges Zeugnis für Deutschland, das jetzt noch die Chance hat, Vorreiter der Energiewende in ganz Europa zu sein.



Stefanie Schneider (34) arbeitet in einer Kanzlei. Seit einem Jahr leitet sie die Naturschutzgruppe AGUSSO und ist zum Wandern und Skilanglaufen immer gern in den Bergen unterwegs.



ZEN PRO



spring yellow



azure orange



cherry lime

SCARPA® SOCK-FIT

follow us: 

Scarpa Schuhe AG Lössracher Str.60 CH 4125 Riehen
Tel. +49 7621 9161570 info@scarpa-schuhe.de

www.scarpa-schuhe.de

NATUR-RÄTSEL GESCHÜTZTE TIERE UND PFLANZEN DER ALPEN

Die Pflanze, die wir in diesem Rätsel suchen, gehört zu den (Halb-)Schmarotzern, das heißt, sie saugt ihre Nährstoffe mithilfe von Saugwurzeln aus den Wurzeln benachbarter Pflanzen. Die Samen der nördlichen Art benötigen zum Keimen eine Frostbehandlung, sie keimen im Frühjahr. Bis sich das blühende Exemplar entwickelt, dauert es dann aber noch 4 bis 5 Jahre. Blütezeit ist Juni/Juli bis in den August. Nur zwischen 10 und 30 cm hoch wird diese Pflanze. Der stumpfkantige Stängel ist wunderschön dunkel blaurot, ebenso die Blüte mit ihrer Blumenkrone, die aus vier miteinander verwachsenen Blütenblättern gebildet wird. Die Laubblätter stehen kreuzweise gegenständig. Die ganze Pflanze ist auffällig behaart. Die Frucht besteht aus dunkelbraunen, ca. 10 mm langen Kapseln. Die dunkle Färbung des Blütenstands kommt von den Anthocyanen, den blau-roten Farbstoffen, die hier sogar in den oberen Laubblättern das Chlorophyll überlagern. Anthocyane werden im Alpenklima besonders intensiv gebildet. Wegen der niedrigen Temperaturen nachts wird der durch Assimilation gebildete Zucker oft nicht in Stärke umgewandelt, sondern eben in diese Farbstoffe. Man findet diese Pflanze im gesamten Alpenraum, immer auf nassen, nährstoffreichen Wiesen, Schneetälern und Flachmooren zwischen 1000 und 3000 m, aber auch in Lichtungen subalpiner Wälder. Zum Glück ist diese Pflanze noch nicht gefährdet.

Wie heißt die gesuchte Pflanze?

Schicken Sie die Lösung (auch den lateinischen Namen) bis spätestens 27. Juni 2014 (Poststempel) wie immer an eine der beiden Alpenvereinssektionen oder direkt an die redaktion@alpinwelt.de (Absender nicht vergessen!).

*Viel Spaß und viel Erfolg!
Ines Gnettnner*

Auflösung des letzten Rätsels aus Heft 1/2014

Die Blindschleiche (lat. *Anguis fragilis*) des letzten Rätsels war offensichtlich sehr einfach zu raten. Über 700 unserer Mitglieder schickten uns ihre Rückmeldungen, das dürfte Rekord sein! Die Blindschleiche ist eine Echsenart innerhalb der Familie der Schleichen. In Mitteleuropa gehört sie zu den am häufigsten vorkommenden Reptilien. Den Winter verbringt sie in Kältestarre bzw. in Ruhe in möglichst frostsicheren Verstecken. Auch wenn sie noch häufig bei uns anzutreffen ist, so steht sie doch unter Natur- und Artenschutz und darf weder gefangen noch verletzt werden. Besonders schlecht ist es, wenn man sie am hinteren Ende festhält. Dann wird das Schwanzstück abgeworfen und wächst leider nicht mehr nach, die Blindschleiche bleibt zeitlebens verstümmelt.



Und das gibt es diesmal zu gewinnen:

Hauptpreis: ein Daunenschlafsack
„Glacier 500“ von
»Mountain Equipment«



Der „Glacier 500“-Daunenschlafsack ist mit einem Komfortbereich von +2 bis -5° C ein absoluter Allrounder für den alpinen Einsatz und die erste Wahl, wenn mal ein Biwak unter freiem Himmel geplant ist. Das langfristig stark wasserabweisende Außenmaterial schützt dabei zuverlässig vor Feuchtigkeit und Wind. Die 500 Gramm hochwertiger und „Down Codex®“-zertifizierter Daune (90/10 mit 725cuin Fillpower) verteilen sich in den Trapezkammern optimal und bleiben dauerhaft dort, wo man sie benötigt. Im Lieferumfang sind ein Roll-Top-Packsack und ein Mesh-Aufbewahrungssack inklusive. Auch als Damen-Modelle (Farbe neptune) bis 1,75 m Körpergröße erhältlich. UVP 379,90 € (Größe S), 419,90 € (Größe XL).
www.mountain-equipment.com

2. Preis: ein DAV-Stoff-Murmeltier
3. und 4. Preis: je ein Brotzeitbrettl „So schmecken die Berge“
5. bis 7. Preis: je ein Paar Hüttenschuhe
8. bis 10. Preis: je ein Gutschein für eine AV-Karte nach Wahl

Und das sind die Gewinner:

- Hauptpreis (eine Daunenjacke „Cerium LT“ von »Arc'teryx«): Hans-Joachim Häffner, München
2. Preis (ein Paar DAV-Funktionssocken): Dr. Wolfgang Händel, Icking
 3. Preis (ein AV-Jahrbuch „Berg 2014“): Marie-Luise Righi, Würzburg
 4. Preis (ein DAV-Hüttenschlafsack aus Baumwolle): Christine Brandmüller, München
 5. bis 7. Preis (je ein Multifunktionsstool „Swiss Card“): Elfriede Hasenkopf, München; Stefan Hasenkopf, München; Christian Gleichmann, München
 8. bis 10. Preis (je ein Brotzeitbrettl „So schmecken die Berge“): Kathrin Baur, München; Ursula Binder, Krailling; Traudi Eberhardinger-Hegnauer, Stuttgart

Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß mit den Preisen!

Träume ...



Spannende Ausrüstungs- und Reisetipps für mehr Spaß in der Natur mit der ganzen Familie unter www.4-Seasons.TV/familienwandern

...leben.



DIE GRÖSSTE AUSWAHL FÜR ALLE OUTDOOR-ERLEBNISSE.

Bei Globetrotter Ausrüstung am Isartorplatz finden Sie die größte Auswahl für Outdoor und Reise und die Erfahrung von 150 Globetrotter Experten, die selbst jede freie Minute am liebsten in der Natur verbringen. Neben der qualifizierten Beratung können Sie Ihre Ausrüstung zudem auch gleich unter Realbedingungen testen – z.B. in der Höhen-Kältekammer, im Kanu-Erlebnisbecken oder an der gläsernen Boulderwand. Lassen Sie sich bei uns auf neue Ideen bringen – ein Besuch im spannendsten Outdoor-Testcenter Münchens lohnt sich immer!

JETZT SCHON TERMIN VORMERKEN:

2. Globetrotter Film- und Vortragsfestival

Das Globetrotter Film- und Vortragsfestival 2013 war ein voller Erfolg. Freuen Sie sich deshalb schon jetzt auf die 2. Auflage am Samstag, 15. November 2014. Weitere Infos erhalten Sie in unserem Winter-Veranstaltungskalender ab September in der Globetrotter Filiale München oder ab Juni unter www.cinemaxx.de/globetrotter



SA., 15. NOVEMBER 2014



GLOBETROTTER AUSTRÜSTUNG MÜNCHEN

Isartorplatz 8-10, 80331 München
Montag-Samstag: 10:00 bis 20:00 Uhr
Telefon: 089 / 444 555 7-0
E-Mail: shop-muenchen@globetrotter.de

Globetrotter.de

Ausrüstung

Pilgerwanderung im Pfaffenwinkel

Von Wildsteig über die Wieskirche nach Steingaden und zurück

Entlang des Münchner Jakobswegs und des König-Ludwig-Wegs besucht diese Runde eine weltbekannte Kirche, Kapellen und ein traditionsreiches ehemaliges Kloster.



Ausgangspunkt: Wildsteig (882 m); beschilderter Parkplatz am Dornersbachweg oder Bushaltestelle Wildsteig Ortsmitte
Ab München: Auto ca. 1–1,5 Std., Bahn & Bus 2–2,5 Std.
Einkehr: Gasthäuser in Wildsteig, Steingaden und Wies
Karte: UK50-50 „Werdenfeller Land“, UK50-49 „Pfaffenwinkel“ oder UK50-48 „Füssen“ 1:50 000
Weg: Von der Ortsmitte in Wildsteig geht es auf dem Wiesweg südwestlich in Richtung Wieskirche. Man wandert abwärts durch Unterhäusern und bleibt auf dem Wiesweg. Vorbei an der schönen Dreifaltigkeitskapelle im Weiler Holz geht es bergab und unten links. Bald führt die Beschilderung zur Wies rechts durch die Moorwiesen und wieder bergauf. Längere Zeit geht es dann durch Wald und schließlich zur Landvolkshochschule Wies. Links ist ein erster Abstecher zur Wieskirche möglich. Ansonsten geht man geradeaus weiter, überquert die Hauptstraße und folgt gegenüber der Forst- und Teerstraße durch das Dörfchen Litzau. Vorbei am Badweier geht es bergab nach Steingaden. Rechts über die Welfenstraße erreicht man das ehemalige Kloster (sehenswert

die Kirche mit mittelalterlichem Kreuzgang, St.-Johannes-Kapelle, Klostergarten, Rundweg mit Tafeln zu weiteren historischen Gebäuden). Dann wandert man die Welfenstraße zurück und geradeaus zwischen Bretterstapeln auf einen Waldweg am Bach. An der Hauptstraße (Füssener Straße) geht es nach links, dann links in die Schlögelmühlstraße. Man wandert nun am Bach, durch Wald und über Wiesen. Die Beschilderung (auch „König-Ludwig-Weg“ und „Prälatenweg“) führt schließlich auf den schönen „Brettlesweg“ und auf schmalen Holzbohlen durch den Wiesfilz direkt zur Wieskirche, der weltberühmten Rokokokirche mit dem Gnadenbild des Gegeißelten Heilands. Nun nördlich und rechts der Parkplätze rechts ab auf ein Teersträßchen. Beim Weiler Schwarzenbach geht es (beim Schild „2“) rechts und bald links ab Richtung Wildsteig. Nach dem Rasthüttchen spaziert man bergab und bei der Kreuzung geradeaus. Nun geht es auf dem Hinweg beschildert nach Wildsteig zurück (dort lohnender Abstecher hinauf zur Pfarrkirche und zur Lourdesgrotte auf der Rückseite unterhalb).

Wanderung

Schwierigkeit	Leichte Talwanderung auf Waldwegen, Forst- und Teerstraßen
Kondition	gering
Ausrüstung	Wanderausrüstung
Dauer	5–5,5 Std.
Höhendifferenz	↗ ↘ 250 Hm
Strecke	19 km

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text: Christian Rauch, Fotos: Christian Rauch, Tourismusbild Pfaffenwinkel

REVO und REVO Pro: Neuer Backpackingschuh in revolutionärer „Sock-Fit“-Konstruktion: Das Stretch-Insert an Stelle der Zunge sorgt für sockenähnlichen Sitz am Fuß! Bergschuh-Profilsohle mit speziell abgestimmter Dämpfung und umlaufendem Gummischutzrand. Perfekt für Unternehmungen mit schwerem Rucksack, für Trekking, Bergtouren oder Klettersteige.

SCHUHE FÜR DRAUSSEN | BERG- UND TREKKING | TROPEN UND WÜSTEN | SCHNEE | KINDERSCHUHE | GR. 25 - 54 KAPUZNERPLATZ 1 | 80337 MÜNCHEN | WWW. OUTDOORSCHUHE-MUENCHEN.DE



Die Scarpa „Sock-Fit“ Konstruktion sitzt perfekt.

Halt! für schmale Fersen



Herrenschuh R EVO Pro GTX, smoke/orange
259,95€



Herren- und Damenschuh R EVO GTX, anthracite/papaya
199,95€



Bete und bergsteige!

Die Almer Wallfahrt übers Steinernes Meer nach St. Bartholomä

Eine der ältesten Gebirgswallfahrten Europas, „Almer Wallfahrt“ oder „Bartmä-Gehen“ genannt, führt an einem Tag von Maria Alm über das Steinernes Meer zum Königssee.

Ausgangspunkt: Parkplatz Sandten (ca. 1130 m) am Ende der Bergstraße von Maria Alm durch den Griebachwinkel. Busverbindung nach Maria Alm ab Bhf. Saalfelden. Am Tag der Wallfahrt (2014: Sa, 30. August): Bustransfer um 3 Uhr morgens vom Parkplatz Königssee nach Maria Alm und zum Parkplatz Sandten (11 €, Voranmeldung nicht nötig).

Ab München: zum Königssee: Auto ca. 2 Std., Bahn & Bus 3 Std., Anfahrt am Vortag erforderlich

Einkehr: Riemannhaus (2177 m), Tel. 0043/6582/73 300 – www.riemannhaus.de; Kärlinger Haus (1638 m), Tel. 0049/8652/609 10 10 – www.kaerlinghaus.de

Karte: AV-Karte 10/1 „Steinernes Meer“ 1:25 000

Weg: Vom Parkplatz Sandten (ca. 1130 m) geht es anfangs auf einer Schotterstraße, dann auf einem Fußweg die teils steile Südflanke hinauf zum Riemannhaus (2177 m) nahe der Ramseider Scharte (2207 m), stellenweise ist der Steig versichert. 2 ½ Std., am Tag der Wallfahrt wesentlich länger, da man an Engstellen mit Wartezeiten rechnen muss. Am

Riemannhaus findet um 8 Uhr ein Berggottesdienst statt. Über das Steinernes Meer fällt der steinige Weg allmählich hinab zum Funtensee und zum Kärlinger Haus (1638 m), 2 ½ Std. Hier wird der Almsegen erteilt und Pause gemacht. Der Weiterweg geht auf dem Wanderweg durch die Saugasse und am Schrainbach entlang hinunter zum Königssee und zur Wallfahrtskirche St. Bartholomä (603 m), 3 Std. Hier findet der Schlussgottesdienst statt. Anschließend fährt man mit dem Schiff zum Ort Königssee.

Historisches: Die Almer Wallfahrt geht vermutlich auf das Ende der Pest 1635 zurück und führte ursprünglich nach Dürrenberg bei Hallein. Im Jahr 1688 ertranken 70 Wallfahrer bei einem Schiffsunglück im Königssee. In den letzten Jahren erfreut sich die Wallfahrt wieder großer Beliebtheit, bis zu 2000 Wallfahrer nehmen teil. Die Wallfahrt findet immer am Samstag nach dem 24.8. (Bartholomäustag) statt, am Sonntag ist in Bartholomä Kirchweihantanz.



Bergwanderung

Schwierigkeit	Bergwanderung mittelschwer
Kondition	groß
Ausrüstung	komplette Bergwandausrüstung
Dauer	8–9 Std.
Höhendifferenz	↗ 1100 Hm ↘ 1630 Hm

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text & Fotos: Andrea und Andreas Strauß

Foto: © Archiv Scarpa

SCARPA
für jedes Gelände
Running | Trekking | Zustieg | Klettern | Hoch-Alpin...



Mit Scarpa findet Ihr im Basecamp Schuhe für alles, was Ihr draußen in den Bergen unternehmen wollt. Und mit der **BASECAMP ALPINE ACADEMY** findet Ihr den passenden Partner, um all das zu lernen, was Euch höher und weiter bringt.

ALPINE | CLIMBING | RUNNING | HIKING
IMPLERSTR. ECKE GAISSACHER
| 81371 MÜNCHEN-SENDLING |
TELEFON 089 76 47 59 | PARKPLÄTZE
VOR DEM HAUS | WWW.BASECAMP.DE



Fußreise durch Franziskanien

Auf dem Franziskusweg durch Toskana, Umbrien und Latium

Der 350 Kilometer lange Franziskusweg folgt in 21 Tagesetappen den Spuren des hl. Franziskus durch sein Land, in dem Natur, Kunst und Geschichte auf einer spirituellen Ebene verschmelzen.

Ausgangspunkt: Kloster La Verna; erreichbar mit Bahn über Bologna und Arezzo nach Bibbiena, von dort Bus (Linien LFH 11 und 12 – www.etruriamobilita.it) nach Chiusi della Verna, weiter zu Fuß auf Karrenweg Nr. 50/51.

Ab München: Auto ca. 7 Std., Bahn & Bus 1,5 Tage

Unterkünfte: Bislang gibt es kaum Pilgerherbergen, dafür aber vermehrt Unterkünfte in Klöstern, Pfarrgemeinden, Agriturismobetrieben und Privatzimmern. Seracchiolis Website www.diquipassofrancesco.it beinhaltet „Herberglisten“. Am Passo Viamaggio (www.ristoranteimperatore.it) und in Klöstern empfiehlt sich Reservierung.

Literatur: Seracchioli, Der Franziskusweg von La Verna über Gubbio und Assisi bis Rieti (Tyrolia); Gruber, Franziskusweg (Tyrolia) – www.eva-gruber.com; von Doderer, Seraphica (C.H. Beck); Hesse, Franz von Assisi (Insel).



Hintergrund: Es gibt mehrere Franziskuswege, die sich mehrfach decken oder queren. Charakteristikum des hier skizzierten Wegverlaufs ist, dass jede einzelne Etappe zu einer für Franziskus wichtigen Stätte führt – ein stilles Kloster, ein mystischer Gebetsplatz in den Felsen, eine freskengeschmückte Kapelle. Es ist ein Weg der Stille, Einsamkeit, Spiritualität.

Orientierung: Der Weg ist weitgehend mit gelbem Tau-Kreuz markiert. Äußerst hilfreich sind auch die Karten in Seracchiolis Wanderführer.

Beste Zeit: Mai, September, Oktober

ROUTE:

Toskana: Den Beginn des Franziskusweges zeigt am Kloster-Parkplatz La Verna unübersehbar ein gelber Pfeil an. Von hier steigt man in 4,5 Std. nach Santo Stefano ab und am nächsten Tag 700 Hm zum Passo Viamaggio auf. Von dort führt eine 7-stündige, einsame Wanderung meist auf Karrenwegen durch Wald und über die aussichtsreiche Alm „Alpe

della Luna“. Ein Juwel am Weg ist der stimmungsvolle Convento Montecasale. Von hier steigt man noch 2 Std. ab nach Sansepolcro.

Umbrien: Kurz nach Sansepolcro markiert der Tiber die Grenze zu Umbrien. Nach Citerna folgen 3 Wandertage mit vielfältigem Wechsel von Wegen und Sträßlein durch toskanisch wirkendes Hüggelland über das lebhaftes Städtchen Città di Castello und den pittoresken Ort Pietralunga bis zur attraktiven Stadt Gubbio.

Von hier bis Assisi in 3 Tagesetappen der „Sentiero Franciscano della Pace“, der „Friedensweg“ auf Karrenwegen und Waldpfaden auf und ab durch reizvolle Landschaften. Mit Assisi hat man die mediterran anmutende Valle Umbra mit ihren Olivenhainen und Weinterrassen erreicht, die in 3 Tagesetappen durchwandert wird.

Von Assisi steigt man über den Santuario delle Carceri hinan zum aussichtsreichen Monte Subasio. Ab Spello hat man in der Valle Umbra und nahe Terni einige Straßenstrecken. Einprägsam sind das malerische, aussichtsreich über Olivenhainen thronende Hüggelstädtchen Trevi, der älteste Olivenbaum Italiens, die glasklaren Quellen des Clitumno und Spoleto, ein weiteres Juwel am Weg. Empfehlenswert ist der Aufstieg auf den Monteluco mit seinem Franziskanerkloster. Über die Einsiedelei La Romita di Cesi in den Bergen und Collescipoli gelangt man schließlich zum Santuario Sacro Speco di Narni, einer ganz besonders mystischen Stätte. Der Weg von dort bis Stroncone mit seinen ungemein schmalen Gassen und weiter nach Greccio ist ausgesprochen schön.

Latium: Hier prägen Wälder und Felder das friedliche und natürliche Land. Auf den letzten 3 Etappen passiert man mehrere nette Orte auf Hügeln und drei stille Klöster des Rietiales: Greccio, Fontecolombo und La Foresta – jedes eine wichtige franziskanische Stätte. Dann ist der kleine Ort Poggio Bustone am Bergabhang erreicht mit seinem Kloster und der Felsengrotte Sacro Speco eine halbe Gehstunde oberhalb davon – das stimmungsvolle Ziel einer spirituellen Fußreise durch „Franziskanien“.

Weitwanderung

Schwierigkeit	Wanderung leicht
Kondition	mittel
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung, so leicht wie möglich
Dauer	21 Tagesetappen zwischen 4 und 9 Std.
Höhendifferenz	max. Tagesaufstieg ↗ 850 Hm, max. Tagesabstieg ↘ 1000 Hm

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt-Ausgabe 2/2014, Text & Fotos: Eva Gruber

Pilgern dahoam

Auf dem Jakobsweg von Freising zum Ammersee

Wer einmal ein bisschen „Jakobsweg-Luft“ schnuppern will, kann damit vor den Toren Münchens anfangen: Von Freising führt ein Zubringer des Münchner Jakobswegs in zwei Etappen zum Ammersee.

Ausgangspunkt: Pfarrkirche St. Jakob in Vötting (463 m)

Ab München: Auto ca. 45 Min., S-Bahn bis Freising 45 Min. + 30 Min. zu Fuß

Unterkunft/Einkehr: zahlreiche Gasthäuser und Hotels unterwegs

Karten/Führer: UK50-40 „München Nord und West“ und UK50-41 „Ammersee, Starnberger See“ 1:50 000; Infos unter www.hanna-jakobsweg.de

Hintergrund: Im Jahr 2003 wurde der Münchner Jakobsweg von München zum Bodensee erschlossen. 2004 folgte die nördliche Zubringerroute von Freising über Dachau zum Ammersee.

Weg: Von Vötting (Pilgerstempel in der Kirche) geht es westlich nach Hohenbachern, durch den Wald und steil hinab nach Kranzberg an der Amper. Stille Fahrwege führen nach Fahrzenhausen, durch die monotone Moorlandschaft vorbei an Haimhausen, durch Ampermoching (dort Einmündung des Jakobswegs von Weltenburg/Scheyern) und nach Dachau (bis hier 37 km; sehenswert die Altstadt

mit Pfarrkirche St. Jakob, Schloss und Hofgarten). Von dort wandert oder fährt man – teils sehr schön direkt an der Amper – nach Graßlfing, Esting und Olching und über freies Land nach Emmering. Es folgt Fürstenfeldbruck mit dem Kloster Fürstenfeld (sehr sehenswert die Klosterkirche, ein Hauptwerk des Barocks in Bayern!), bevor die Route über Schöngesing und Grafrath entlang der B471 nach Stegen am Ammersee führt (ab Dachau 40 km); dort Einmündung in den Münchner Jakobsweg. Wer noch nicht genug hat: Bis Santiago de Compostela sind es nur noch gut 2700 Kilometer.

Orientierung: Der Weg ist mit gelber Jakobsmuschel auf blauem Grund ausgeschildert, allerdings teils spärlich und unvollständig. Viele, aber leider nicht alle Schilder sind so angebracht, dass der Vereinigungspunkt der Muschelstrahlen gleichzeitig die Richtung anzeigt. Ab Kranzberg verläuft der Weg immer in Amper-Nähe und ist bis Grafrath mit dem Ammer-Radweg identisch.



Wanderung oder Radtour

Schwierigkeit	Leichte Talwanderung oder Radtour
Kondition	mittel
Ausrüstung	Wanderausrüstung oder Tourenrad mit Helm
Dauer	zu Fuß 2 Tage, mit dem Rad reine Fahrzeit 3,5–5 Std.
Höhendifferenz	insgesamt ca. ↗ 200 Hm ↘ 120 Hm
Strecke	77 km

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text & Foto: Joachim Burghardt

snowlinePRO

CHAINSEN

* unverbindliche Preisempfehlung

Snowline Spikes

Sicher ins Gebirge! Snowline Spikes passen mühelos auf jeden Berg- und Laufschuh und bieten perfekten Halt – auf steilen Altschneefeldern, Wiesenhängen oder auch Schotterflächen. Nur ca. 320 gr.

€ 39⁹⁰*

Erhältlich im guten Sport- und Schuhfachhandel.
Infos: www.kochalpin.at, Tel. +43 5223 45594-0

Weitwandern über die Alpen

Alpenüberquerung von Garmisch nach Brixen

Abwechslungsreich und teils einsam geht es durch das Wettersteingebirge und die Stubaier Alpen nach Südtirol, wo die Alpenüberquerung in den Sarntaler Alpen ausklingt und in Brixen ihr Ziel findet.

Ausgangspunkt: Hammersbach (760 m); Parkplatz oder Bushaltestelle Hammersbach Zugspitzbahn

Ab München: Auto ca. 1–1,5 Std., Bahn & Bus 2,5–3 Std.

Stützpunkte: Münchner Haus, Tel. 0049/8821/29 01 – www.muenchner-haus.de; Coburger Hütte, Tel. 0043/664/325 47 14 – www.coburgerhuette.at; Peter-Anich-Hütte, Tel. 0043/664/171 18 05; Alpengasthof Lüsens, Tel. 0043/5236/215 – www.alpengasthof-luensens.com; Franz-Senn-Hütte, Tel. 0043/5226/22 18 – www.franzsennhuette.at; Sulzenauhütte, Tel. 0043/5226/24 32 – www.sulzenauhuette.at; Bremer Hütte, Tel. 0043/664/272 80 71 – www.bremerhuette.at; Tribulaunhütte, Tel. 0039/0472/63 24 70 – www.tribulaunhuette.com; Alpenrosenhof am Penser Joch, Tel. 0039/0472/64 71 70 – www.penserjoch.com; Klausner Hütte, Tel. 0039/0339/713 33 42. Die Hütten sind von Ende Juni bis Mitte September geöffnet, manche auch außerhalb dieser Zeit.

Karte/Führer: AV-Karten 4/2, „Wetterstein- und Mieminger Gebirge“ Mittleres Blatt 1:25 000; 31/2, „Stubaier Alpen Sellrain“ 1:25 000; 31/1, „Stubaier Alpen Hochstubaibai“, 1:25 000; 31/3 „Brennerberge“ 1:50 000; freytag & berndt WKS 16 „Brixen und Umgebung“ 1:50 000; Strauß, Transalp zu Fuß (Rosenheimer)

WEG:

- 1. Tag:** Zum Münchner Haus: Von Hammersbach durch das Höllental und über den Höllentalferner und den Klettersteig (KS 3) auf die Zugspitze (2962 m) und zum Münchner Haus. ⤴ 2190 Hm, 7 Std. Schwierigste Tagesetappe. Falls man am Ferner bereits Steigeisen braucht, kann man diese Etappe (angesichts des Zusatzgewichts) auch auslassen und mit der Bahn auf die Zugspitze fahren.
- 2. Tag:** Vom Münchner Haus zur Coburger Hütte: Hinab aufs Zugspitzplatt und zur Knorrhütte. Über das Gatterl Richtung Ehrwalder Alm, über den Igelsee und den Seebensee zur schönen Coburger Hütte (1917 m). ⤴ 390 Hm ⤵ 1440 Hm, 5:45 Std.
- 3. Tag:** Von der Coburger Hütte durch die Mieminger Berge: Über den Drachensee hinauf in die Grünsteinscharte. Durch die Höllreise hinunter nach Arzcasten und weiter nach Ob-

steig. Hier Bus nach Telfs und weiter nach Rietz. Zu Fuß auf dem Hüttenweg zur Peter-Anich-Hütte (1910 m). ⤴ 1620 Hm ⤵ 1270 Hm, 9 Std.

4. Tag: Von der Anich-Hütte nach Lüsens: Hinauf zum Angersee und in die Scharke unter dem Grieskogel. Jenseits hinab zur Zirnbachalm an der Kühtastraße. Mit dem Bus nach Gries und weiter nach Praxmar (2 x pro Tag) und zu Fuß hinab nach Lüsens (1634 m). ⤴ 850 Hm ⤵ 1030 Hm, 5:30 Std.

5. Tag: Von Lüsens zur Franz-Senn-Hütte: Ins Fernautal und steil hinauf durchs Große Horntal ins Horntaler Joch. Hinab ins Oberbergtal und auf einem Höhenweg zur Franz-Senn-Hütte (2149 m). ⤴ 1180 Hm ⤵ 660 Hm, 5 Std.

6. Tag: Von der Franz-Senn-Hütte zur Sulzenauhütte: Auf Wegen und über Blockwerk über die Schrimmennieder und jenseits zur Neuen Regensburger Hütte hinab. Abstieg an der Ochsenalp vorbei nach Falbeson. Mit dem Bus zum Parkplatz der Sulzenauhütte. Anstieg über den Grawafall und die Sulzenaualm zur Sulzenauhütte (2191 m). ⤴ 1240 Hm ⤵ 1580 Hm, 7:45 Std.

7. Tag: Von der Sulzenauhütte zur Bremer Hütte: Hinauf zum Grünausee und übers Niederl zur Nürnberger Hütte. Hinauf ins Simmingjöchl und weiter zur Bremer Hütte (2411 m). ⤴ 1070 Hm ⤵ 850 Hm, 5:15 Std.

8. Tag: Von der Bremer Hütte zur Tribulaunhütte: Ein Stück hinab ins Tal, dann durchs Kühbergkar ins Sandesjöchl. Jenseits hinab zur Tribulaunhütte (2373 m). ⤴ 690 Hm ⤵ 730 Hm, 4 Std.

9. Tag: Von der Tribulaunhütte zum Penser Joch: Hinab ins Pflerschtal und von Innerpflersch mit dem Bus über Sterzing nach Gasteig/Ratschings. Über Gospeneid ins gleichnamige Joch und zum Penser Joch (2211 m). ⤴ 1530 Hm ⤵ 1390 Hm, 8:15 Std.

10. Tag: Vom Penser Joch zur Klausner Hütte: Über die Hörtlaner Scharke zur Flaggerschartenhütte und zur Fortschellscharte. Hinab zur Klausner Hütte (1923 m). ⤴ 930 Hm ⤵ 1220 Hm, 7:30 Std.

11. Tag: Von der Klausner Hütte nach Brixen: Über die Radlseehütte zum Perlunger und über Tils ins Stadtzentrum von Brixen (560 m). ⤴ 360 Hm ⤵ 1720 Hm, 5:45 Std.

Bergtour

Schwierigkeit	Bergtour
Kondition	groß
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung, evtl. Klettersteigset und Steigeisen für Zugspitze
Dauer	10–11 Tagesetappen mit durchschnittlich 6, maximal 9 Stunden
Höhendifferenz	↗ ↘ insgesamt gut 12.000 Hm

www.DAVplus.de/tourentipps



Einmal längs durchs Land

Auf dem Europäischen Fernwanderweg E1 von Flensburg nach Konstanz

Dieser Streckenabschnitt des E1 ist der längste zusammenhängende Wanderweg Deutschlands und führt komplett markiert durch sieben Bundesländer hindurch.

Ausgangspunkt: Flensburg (12 m)

Ab München: Auto ca. 8,5 Std., Bahn 8–9 Std.

Stützpunkte: diverse Gasthäuser, Hotels, Pensionen und Campingplätze

Karte/Führer: freytag & berndt, „Europäische Fernwanderwege“ 1:3 500 000; Krause, Europäischer Fernwanderweg E1: Nordsee – Bodensee – Gotthard (Kompass Wanderführer Band 1057)

Beschreibung: Der gesamte Europäische Fernwanderweg E1 verläuft vom Nordkap bis nach Umbrien in Italien und führt dabei auch einmal längs durch den Westen von Deutschland, wobei die Bundesländer Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz, Hessen sowie Baden-Württemberg durchwandert werden. Der Weg ist komplett mit dem weißen Andreaskreuz und im Schwarzwald mit einer roten Raute markiert. Gestartet wird in Flensburg, von wo

aus der E1 in weiten Schleifen entlang der Ostsee über Kiel nach Lübeck und weiter durch den Naturpark Lauenburgische Seen nach Hamburg zieht. Über die Lüneburger Heide geht's weiter durch das Weserbergland, das Lippische Bergland, den Teutoburger Wald, das Eggegebirge, das Sauerland und den Westerwald bei Siegen. Man überquert die Lahn und wandert durch den Taunus über den Großen Feldberg nach Frankfurt am Main. Es folgen einige Flachetappen, bis bei Darmstadt der Odenwald wieder mit neuen Anstiegen und Ausblicken aufwartet. Bei Heidelberg überschreitet man den Neckar und läuft weiter durch den einsamen Kraichgau nach Pforzheim. Danach muss noch der Schwarzwälder Feldberggipfel bewältigt werden, der mit seinen 1493 Metern den höchsten Punkt des „deutschen“ E1 darstellt. Schließlich biegt der Weg nach dem Titisee im Hochschwarzwald zum Bodensee ab, wo in Konstanz das Ende der deutschen Etappe erreicht ist.



Weitwanderung

Schwierigkeit	Wanderung leicht
Kondition	groß
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung
Dauer	rund 80 Tage
Strecke	1900 km

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text: Redaktion alpinwelt, Fotos: hejthnu und Nightflyer auf Wikimedia Commons

UNABHÄNGIG: SOLARSTROM IMMER UND ÜBERALL

SOLAR PANELS, LADEGERÄTE UND ZUBEHÖR: www.goalzero.de



ALEX HONNOLD'S
SET:
GUIDE 10 PLUS

GOALZERO

SOLAR POWER. PERFECTED.



Hochroute par excellence

Der Dolomiten-Höhenweg 4 von Innichen nach Pieve de Cadore

Landschaftlich beeindruckender, aber anspruchsvoller Höhenweg durch die wilde Felsenwelt der östlichen Dolomiten, der bis auf eine Ausnahme ohne Talabstiege auskommt.

Ausgangspunkt: Parkplatz am Haunold-Sessellift in Innichen (1175 m); zu Fuß in wenigen Min. vom Bhf Innichen

Ab München: Auto ca. 3,5 Std., Bahn 4,5 Std.

Stützpunkte: Dreizinnenhütte (2405 m), Tel. 0039/0474/97 20 02 – www.dreizinnenhutte.com; Rif. Fonda Savio (2367 m), Tel. 0039/0435/390 36 – www.fonda-savio.it; Rif. Vandelli, (1928 m), Tel. 0039/0435/390 15 – www.rifugio-vandelli.it; Rif. Galassi (2018 m), Tel. 0039/0436/96 85 – www.caimestre.it/page2.html; Rif. Antelao (1796 m), Tel. 0039/0435/753 33 – www.rifugio-antelao.it.

Karten/Führer: Tabacco-Karten 03 „Cortina d'Ampezzo e Dolomiti Ampezzane“, 010 „Sextener Dolomiten“ und 016 „Dolomiti del Centro Cadore“; Hauleitner, Dolomiten. Höhenwege 4–7 (Rother)

WEG:

1. Tag: Vom Parkplatz hinauf zur Haunoldhütte und nach links auf Weg 7 bis zu einer T-Kreuzung. Dort nach rechts und gleich wieder links zur Innichner Alm. Weiter auf dem Wanderweg und bei der nächsten Gabelung links. Nun südwärts vorbei am Antoninestein und der Dreischusterhütte (1626 m) ins Innerfeldtal. Am Talschluss auf dem rechten Weg (10, 11) steil hinauf bis zum Wildgrabenjoch (2289 m), wo man nach links abbiegt, auf der Schwabenalpenkopf-Südseite quert und weiter auf Weg 11 bis unter die Felstürme des Toblinger und Sextener Knotens wandert. Dort rechts und weiter bis zur Dreizinnenhütte. \nearrow 1400 Hm \searrow 150 Hm, 7,5 Std.

2. Tag: Von der Hütte zum Paternsattel (2454 m) und auf der Südseite der Drei Zinnen zum Rif. Auronzo. Dort zweigt der Weg 117 gen Süden ab. Diesem folgen und über die Steiganlage des Bonacossa-Weges zur Forc. de Rimbianco (2176 m) und weiter auf Weg 117 zum Rif. Fonda Savio. \nearrow 450 Hm \searrow 500 Hm, 4 Std.

3. Tag: Vom Rifugio ein kleines Stück ostwärts, dann den Steig 112 nach rechts nehmen, der erst einige Zeit südwärts leitet und schließlich gen Westen abdreht. Bei der darauffolgenden Wegkreuzung nach links Richtung Rif. Città di Carpi (2210 m). Kurz nach der Hütte rechts und auf dem Weg 120 entlang, bis man nach links abbiegen kann. Nach einer markanten Kehre westwärts (Weg 1120) zum Hotel Cristallo im Val d'Ansiei (1368 m) absteigen. Auf der anderen Seite der Straße kurz geradeaus und dann nach links auf Weg 217 vorbei an der Materialseilbahn und unterhalb dieser recht steil

hinauf bis zum Rif. Vandelli (1928 m). \nearrow 1000 Hm \searrow 1450 Hm, 6,5 Std.

4. Tag: Hinter der Hütte links und in südlicher Richtung zum Einstieg des Vandelli-Klettersteigs (rote Eisenleiter), der durch die steile Wand hinauf zum Nordrücken der Croda del Fogo führt. Dann geht's im Bogen über einen begrünten Hang auf die Ostseite. Ein kurzes Stück steil bergauf und unterhalb der Felswände queren. Es beginnt ein Latschenwald, in dem das knallrote Bivacco Comici steht. Von dort auf Weg 243 (linke Variante) weiter südwärts. Bald quert der Weg einige Zeit recht ausgesetzt entlang einer Felswand. Dann geht es über einige Felsstufen und grasiges Gelände hinunter in die Talsohle. Über den Weg 226 hinauf zur Forc. Grande (2255 m) und auf der anderen Seite hinunter zum Rif. San Marco (1823 m). Von der Hütte westwärts auf den latschenbewachsenen Geröllhängen queren und über die einfachere Variante des Weges 227 in Schuttkehren hinauf zur Forc. Piccola (2120 m) und weiter zum Rif. Galassi. \nearrow 1300 Hm \searrow 1200 Hm, 11 Std.

5. Tag: Rechts von der Hütte dem Steig 250 unter den Wänden des Antelao-Nordgrates folgen und in Richtung des Gletschers aufsteigen. Dann links halten und über Geröllterrassen bis zum Einstieg der Via ferrata del Cadorin. Den gesicherten Steig entlang zur Forc. del Ghiacciaio (2584 m). Von dort erst ostwärts über große Felsblöcke, anschließend südwärts hinunter in einen lieblichen Wiesenboden (1925 m). Der Weg 250 führt nun wieder bergauf zur Forc. Piria. Einige Meter hinab zu einem breiten Weg, der aussichtsreich am Hang quert und durch Wald hinunter zum Rif. Antelao leitet. \nearrow 800 Hm \searrow 1050 Hm, 6 Std.

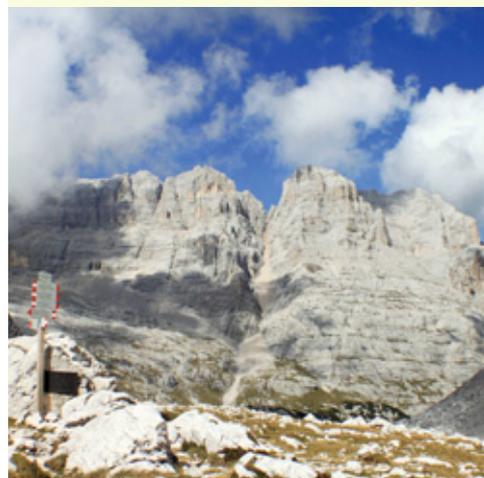
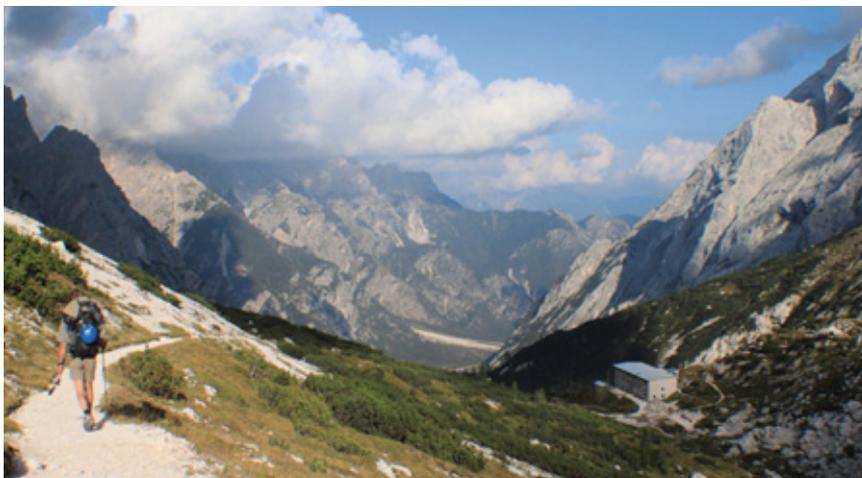
6. Tag: Vom Rifugio den Weg 240 nach Osten bis zur Forc. Antracisa (1693 m) nehmen, dann weiter geradeaus auf Weg 252. Durch Wald bergauf, bevor es in einigen Kehren bergab zu den Ciaupa-Hütten geht. Dort setzt sich der Weg gen Süden fort und wird bald zur einer Asphaltstraße, die nach Pozzale und schließlich weiter abwärts ins Ortszentrum von Pieve di Cadore führt. Von dort mit dem Bus zurück nach Innichen (ab Mitte Sept. eingeschränkter Fahrplan!). \nearrow 150 Hm \searrow 1100 Hm, 2,5 Std.

Hinweis: Der Höhenweg lässt sich auch in deutlich kürzeren Etappen (insbesondere Tag 4) durchführen. Je nachdem verlängert sich die Tour auf 7–11 Tage.

Bergtour/Klettersteigtour

Schwierigkeit	Bergtour (II), Klettersteigtour schwer
Kondition	groß
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung inkl. Helm und Klettersteigset
Dauer	6 Tagesetappen zwischen 2,5 und 11 Std.
Höhendifferenz	insgesamt \nearrow ca. 5100 Hm \searrow ca. 5450 Hm; Tagesmaximum am 4. Tag \nearrow 1300 Hm \searrow 1200 Hm

www.DAVplus.de/tourentipps



Rund um den Höchsten

Die Tour du Mont Blanc (TMB)

Die Tour du Mont Blanc umrundet das höchste Gebirgsmassiv der Alpen in acht bis zehn Tagen und durch drei Länder – eine hochalpine Königstour, die ihresgleichen sucht.

Ausgangspunkt: Parkplatz im Talschluss des Val de Monjoie oberhalb von Les Contamines oder, bei Anreise mit Bahn, Les Houches

Ab München: Auto ca. 7–8 Std., Bahn 9–11 Std.

Stützpunkte: Zahlreiche Berghütten; zumindest in der Hochsaison Reservierung erforderlich – siehe www.mont-tourdumontblanc.com

Karten/Führer: IGN-Karten 3531 ET, „St. Gervais“ und 3630 OT „Chamonix“; IGC-Karte 107 „Monte Bianco“; Eberlein, Mont Blanc (Rother)

Weg: Vom Talschluss des Val de Monjoie bei Notre Dame de la Gorge führt uns die Rundwanderung über den Col du Bonhomme und den Col des Fours hinab nach Ville des Glaciers und wieder hinauf zum Chalet des Mottets, gut 8 Std. Weiter über den Col de la Seigne nach Italien hinab zum Lac Combal und über den Col de Chécroit nach Courmayeur, 8,5 Std. Nun steigen wir auf die SW-Flanke des italienischen Val Ferret und gelangen zum Refuge Bonatti, 4,5 Std. Weiter zum Talschluss bei Arnuva hinab und über den Grand Col Ferret in die Schweiz nach la Fouly, 6,5 Std. Durch das Val Ferret weiter hinab bis Issert, von wo der Aufstieg nach Champex beginnt, 4,5–5 Std. Von dort durch das Val d'Arpette zum Fenêtre d'Arpette und jenseits steil hinab nach Trient, gut 7 Std. Dann



über den Col de Balme wieder auf französischen Boden und hinab nach Tré le Champ, 4 Std. Über den leichten Klettersteig zum Lac Blanc und über Chalet de la Flégère und Planpraz auf den Brévent und kurz hinab zum Refuge de Bel Lachat, 9 Std., mit Seilbahn gut 7 Std. Hinab ins Tal der Arve nach Les Houches und über den Col de Voza und den Col de Tricot zu den Chalets de Miage, 9 Std. Über die Chalets du Turc, kurz hinab nach Granges de la Frasse und über das Refuge de la Tré la Tête hinab zum Ausgangspunkt, 6 Std.

Beste Zeit: 2. Augsthälfte (bis ca. Mitte Juli viele Altschneefelder, wodurch sich die Schwierigkeit erhöht und zusätzl. Ausrüstung erforderlich wird; Juli/August Hochsaison).

Bergwanderung

Schwierigkeit	Bergwanderung mittelschwer, bei Schneelage evtl. schwieriger
Kondition	groß
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung
Dauer	6 bis 10 Tage
Höhendifferenz	max. Tagesaufstieg ↗ 1200 Hm, max. Tagesabstieg ↘ 1500 Hm
Strecke	insgesamt rund 170 km

www.DAVplus.de/turentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text & Foto: Harmin Eberlein

Inselüberquerung auf Humboldts Wegen

Teneriffa-Durchquerung mit Pico del Teide, 3718 m

Die historische Humboldt-Route von 1799 führt von Orotava über El Portillo zum Teide-Gipfel. Auf diesem Weg beschrieb Humboldt die legendären fünf Vegetationszonen.

Ausgangspunkt: Hotel Marquesa in Puerto de la Cruz – hier wohnte einstmals Humboldt, und es ist zumindest für alle Humboldtfreunde ein absolutes Muss, hier einmal vorbeizuschauen. Dann allerdings sollte man den Bus ins nahe La Orotava nehmen und am Camino de Chasna mit dem Aufstieg beginnen.

Ab München: Flug und Transfer nach Puerto de la Cruz 1 Tag
Führer: Diese Tour ist beim DAV Summit Club buchbar, Reisebeginn 24.05./14.06./13.09./18.10.2014 – www.dav-summit-club.de/ESTE1

Weg: Humboldt stieg auf dem „Camino de Chasna“ von Orotava über El Portillo zum Teide-Gipfel. Auf diesem Weg be-

schrieb er die legendären fünf Vegetationszonen. Besonders beeindruckend ist, wie die Natur sich im Verlauf des Aufstiegs aus dem fruchtbaren Orotava-Tal ständig verändert. Mit den Aufzeichnungen und Skizzen von Humboldt ist es eine botanisch erlebnisreiche, historisch spannende Bergwanderung. Schon am Ende des ersten Wandertages erreicht man die eindrucksvolle Caldera rund um den Teide. Übernachtung im Parador, am nächsten Mittag der Aufstieg zum Refugio Altavista (Sonnenuntergang und -aufgang!), es folgt die grandiose Überschreitung und eine weitere Nacht im Parador.

Anschließend steht der spektakuläre Caldera-Gipfel Guajara, 2715 m, auf dem Programm. Durch die berühmte Mondlandschaft Paisaje Lunar führt der Camino de Chasna weiter nach Vilaflor, wo übernachtet wird. Hier, in der höchstgelegenen Gemeinde von ganz Spanien, geht es weiter auf historischen Wegen: Der alte traditionsreiche Pilgerweg „Camino de San Hermano Pedro“ führt hinunter nach El Medano an die Küste und vollendet so die Inselüber-schreitung.

Hinweis: Die Genehmigung für die Teide-Besteigung muss vorab online beantragt werden: www.reservasparquesnacionales.es → Teide

Bergwanderung

Schwierigkeit	Bergwanderung mittelschwer
Kondition	mittel
Ausrüstung	komplette Bergwanderausrüstung, warme Kleidung für Gipfel und Hüttennacht
Dauer	5 oder 6 Tagesetappen zwischen 5 und 7 Std.
Höhendifferenz	↗ ↘ insgesamt ca. 4500 Hm

www.DAVplus.de/turentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text & Foto: Joachim Chwaszcza



Einfach immer bergab

Der Isarradweg von Scharnitz bis Deggendorf

Im oberen Abschnitt ist die Isar noch ein intakter Alpenfluss. Aber auch im weiteren Flussverlauf sind große Teile der Landschaft von reicher Flora und Fauna geprägt.

Ausgangspunkt: Scharnitz Bahnhof (964 m)

Ab München: Auto gut 1,5 Std., Bahn 2,5–3,5 Std.

Karte/Führer: *bikeline*-Radtourenbuch Isar-Radweg 1:50 000, mit Stadtplänen, Übernachtungsverzeichnis, Höhenprofilen, GPS-Track-Download (Verlag Esterbauer)

Weg: Der Weg durch den Isarwinkel und am Sylvensteinstausee entlang bis nach Bad Tölz führt durch ein beeindruckendes Alpenpanorama. Die Landschaft wird dann lieblicher, sanftes Hügelland mit charakteristischen Zwiebelkirch-



türmen begleitet Sie bis an den Stadtrand von München. Auf Ihrem Weg in die Innenstadt erwartet Sie dann noch so allerlei: Schloss Grünwald, die Filmstadt Geiselgasteig, der Tierpark Hellabrunn und das allseits bekannte Deutsche Museum. Die Route verläuft zum Großteil auf asphaltierten Radwegen und ruhigen Nebenstraßen. Rund 20 Kilometer müssen Sie im Verkehr auf der B 13 ausharren. Weniger spektakulär, aber dafür umso erholsamer präsentiert sich der zweite Abschnitt hinter München im Vergleich zum oberbayerischen Alpenland. Idyllisch säumt der meist dichte Auwald die Ufer des Flusses, nur die schmucken Städte Freising, Moosburg und Landshut entführen Sie hin und wieder aus der Stille des Waldes in das bunte Treiben auf historischen Marktplätzen und Gassen. In Richtung Donau verwandelt sich die Isar immer wieder in weitläufige Stauseen, um dann hinter Plattling in einem beinahe unberührten Auegebiet in die Donau zu fließen. Meist verläuft die Route auf unbefestigten, aber gut befahrbaren Uferwegen direkt an der Isar. Erst gegen Ende der Tour sind Sie wieder auf ruhigen asphaltierten Nebenstraßen unterwegs. Steigungen gibt es nur dann zu überwinden, wenn Sie auf Varianten die Isar verlassen und das Hochofer erklimmen.

Radtour

Schwierigkeit	Radtour mittelschwer, ab München leicht
Kondition	mittel
Ausrüstung	Trekkingbike oder Tourenrad, Helm
Dauer	ca. 4 Tage
Höhendifferenz	fast durchgehend sanft bergab, insgesamt \approx rund 700 Hm (kurze Zwischenanstiege nicht miteingerechnet)
Strecke	280 km, Varianten und kleine Ausflüge mit insgesamt über 100 km sind möglich

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text: Redaktion Verlag Esterbauer, Foto: Brigit Albrecht-Walzer

Wallfahrtsort über felsiger Schlucht

Talwanderung zur Entenlochklamm und nach Maria Klobenstein

Ehemalige Schmugglerwege führen von Schleching ins tirolerische Kössen, vorbei am „geklobenen“ Stein, wo man sich von einer wundersamen Rettung erzählt.

Ausgangspunkt: Ettenhausen; Parkplatz bei der Geigelsteinbahn (604 m) oder Bushaltestelle (Busverbindung vom Bhf Übersee)

Ab München: Auto 1–1,5 Std., Bahn & Bus 2–3 Std.

Einkehr: Gasthaus Klobenstein, Tel. 0043/664/513 81 78 – www.gasthaus-klobenstein.com

Karte/Führer: AV-Karte BY 17 „Chiemgauer Alpen West“ 1:25 000; Baumann, Wandern am Wasser (Rother)

Weg: Beim Wanderparkplatz beginnt etwa 300 m vor der Geigelsteinbahn eine Forststraße, der man kurz folgt, bis links ein Fußweg abzweigt. Dieser mündet in einen weiteren Fahrweg, der von der Bushaltestelle in Ettenhausen herüberführt. Nun befindet man sich auf dem „Schmugglerweg“. Man geht unter den steilen Flanken des Geigelsteins an einer Pferdekoppel vorbei und kann links einen Abstecher zum Rudersburger See machen. Von der Fischerhütte am südlichen Ufer führen Pfade zur Tiroler Achen sowie zu einem Wasserfall. Der Beschilderung nach Klobenstein und Kössen folgend kommt man wieder zum Schmugglerweg, der oberhalb der Tiroler Achen entlangführt. Nach kurzem Anstieg passiert man die bayerisch-österreichische Grenze und blickt auf Maria Klobenstein. Es heißt, eine Frau, auf die ein Fels zu stürzen drohte, habe sich in ihrer Not an die Muttergottes gewandt. Da soll sich der Stein gespalten haben und in zwei Teilen an ihr vorbeigefallen sein. Bei einer Verzweigung steigt



man links über den Waldhang zu einer Hängebrücke hinab, wo sich ein schöner Blick auf den Felsdurchbruch der Tiroler Achen öffnet. Man überquert die Brücke und steigt kurz zum Wallfahrtsort mit Gasthaus, drei Kapellen und einer als heilkräftig geltenden Quelle hinauf. Bereits hier ist eine Rückkehr mit dem Bus nach Ettenhausen möglich. Wer noch nicht genug hat, kehrt zum Schmugglerweg auf der anderen Flussseite zurück und wandert nach Kössen, wo ebenfalls Busverbindung besteht.

Wanderung

Schwierigkeit	Wanderung leicht
Kondition	gering
Anforderung	bequeme Wander- und Fahrwege, kurzer steilerer Ab- und Anstieg bei Klobenstein
Ausrüstung	Wanderausrüstung mit festem Schuhwerk
Dauer	3 Std.
Höhendifferenz	\nearrow 210 Hm \searrow 225 Hm

www.DAVplus.de/tourentipps



© alpinwelt, Ausgabe 2/2014, Text & Foto: Franziska Baumann

Hochgefühl in den Alpen!



Entdecken Sie Ihren ganz persönlichen Glücksmoment!

Die Gammas auf Zipflbob

Der vergangene Winter war schon seltsam: Kaum Schnee, kein Eis, milde Temperaturen – auf den Herbst folgte quasi unmittelbar der Frühling. Auch in den Bergen sah es nicht groß anders aus, und so haben viele von uns das Rodeln, Skitourengehen oder Iglubauen zwangsweise aufs nächste Jahr verschoben. Doch ein ganzer Winter ohne eine einzige Schnee-Tour? Das geht nicht. Wir von der Jugend Gamma entschieden uns deshalb Mitte Februar, mit Zipflbobs bewaffnet in die Ammergauer Alpen zum August-Schuster-Haus aufzubrechen. Bereits bei der Hinfahrt im Zug durften wir uns über einen wunderbaren Panoramablick auf die Berge freuen, der allerdings auch einige Zweifel in uns aufwarf: „Ob da Rodeln überhaupt möglich ist?“ – die meisten Berge zeigten sich grünbraun, und nur an wenigen Kanten blitzte etwas Schnee hervor. Auch als wir in Oberammergau ankamen, war der einzige Schnee, den wir sahen, Kunstschnee, der auf einer Piste bis ins Tal reichte. Trotzdem wollten wir uns nicht entmutigen lassen, schließlich hätten wir bei den frühlinghaften Temperaturen notfalls auch eine ganz normale Bergtour machen können.

Tatsächlich aber dauerte es nicht lange, bis wir mit dem ersten Schnee bzw. mit Eis in Berührung kamen: Beim Anstieg zum Sonnenberggrat stapften wir durch einen schattigen Wald, wo es deutlich kühler und fast der gesamte Weg vereist war. Wir freuten uns zwar, dass es wider Erwarten Schnee gab, so einen Weg wollte dann aber doch keiner von uns freiwillig runterrutschen. Als wir eine Lichtung mit Blick auf den Gipfelgrat erreichten, standen wir sogar plötzlich richtig tief drin: So viel Schnee hatten wir hier nicht erwartet! Wir freuten uns riesig über die weiße Pracht – der eine oder andere von uns hatte den ganzen Winter lang nicht so viel davon gesehen –, obwohl wir bei jedem Schritt einsanken und ordentlich ins Schwitzen kamen. Spuren, Markierungen oder Anzeichen von einem Weg waren nicht mehr vorhanden oder falls doch, lagen diese unter dem tiefen Schnee verborgen. So mussten wir uns einen eigenen Weg bahnen, was bedeutete: spuren, orientieren, spuren, orientieren – eine ziemlich anstrengende Unternehmung, da die Hütte noch ein gutes Stück entfernt und die Hänge trotz der niedrigen Höhe recht steil waren. So konnten wir über einige Felsen klettern, Tief- und Weitblicke genießen und mussten deutlich mehr auf- und absteigen, als wir zunächst dachten. Erst kurz vor der Dämmerung, aber pünktlich zum Abendessen, erreichten wir schließlich das August-Schuster-Haus. Wir fühlten uns zwar leicht ausgepowert, aber glücklich und stolz auf unsere Leistung. Da war die Freude über einen deftigen Schweiß-





Das rasante Tempo führte zu einem Dauergrinsen bei den Grüpplingen



nebraten oder süßen Kaiserschmarrn umso größer. Bevor es dann ins Bett ging, verbrachten wir noch einen netten Abend mit Spielen, Ratschen und Herumalbern. Am nächsten Morgen erlebten wir beim ersten Blick aus dem Fenster eine Überraschung: Es hatte geschneit und das nicht wenig! Laut Hüttenwirt sollten die Bedingungen der Rodelstrecke nun bestens sein, und so dauerte es nicht lange, bis die ersten von uns startklar mit ihren Zipflbobs vor der Hütte standen. Und tatsächlich fuhr es sich hervorragend auf der Bahn, sodass das rasante Tempo zu einem Dauergrinsen bei den Grüpplingen führte. Mit der Zeit wurde die gefahrene Strecke dann immer länger, die Kurvenlage immer besser, die Auffahrnfälle immer weniger und der Spaß immer größer – sogar die 30 Minuten Gegenanstieg bei einer kleinen Kapelle am Wegesrand waren uns die fünf Minuten Fahrt auf der Rodelbahn wert. Trotzdem fragten wir Jugendleiter nach einiger Zeit nach, ob wir denn nicht doch noch einen Gipfel machen sollten: Auf den Teufelstättkopf könne man zum Beispiel in nur einer halben Stunde steigen. Eine direkte Antwort erhielten wir zwar nicht, jede Menge Schneebälle in unsere Richtung und eine schnelle Flucht der Gammas talwärts aber waren auch eine klare Ansage ...

Ein letztes Mal stiegen wir daraufhin zur Hütte auf, machten Brotzeit und erlaubten uns noch eine ausgiebige Schneeballschlacht, ehe wir zur finalen Abfahrt nach Unterammergau antraten. Auch diese führte wieder zu einem Geschwindigkeitsrausch und jeder Menge strahlender Gesichter, auch wenn der obere Teil der Bahn deutlich besser zu rodeln gewesen war. Schließlich ging es wieder mit dem Zug in Richtung Heimat, und jeder von uns war froh, das Wochenende so intensiv und abwechslungsreich in den Bergen verbracht zu haben.

*Text: Berthold Fischer
Fotos: Jonas Thilo, Berthold Fischer*

Auszeit für Tablet, Smartphone und Co.

Dem geneigten Leser ist der „Clash of Civilizations“, der Kampf der Kulturen, ein Begriff. Kampf – im harmlosesten Sinne des Wortes – trifft es nämlich ganz gut, geht man im Geiste die staunenden, musternden, verwunderten, irritierten, gar abschätzigen Blicke im Kopf durch, die der vollbehängene und klimpernde Bergsteigerrucksack bei einer Fahrt in einem öffentlichen Verkehrsmittel auslöst: So eine U-Bahn ist einfach nicht gemacht für Eisgerät und Steigeisen. Hier scheuert eher die Aktentasche, verrutscht die Krawatte und das iPod-in-Ear-Dolby-Surround-WLAN-3.0-Kabel entpuppt sich als Seilknäuelverhau der Moderne.

Wie erfrischend, diese Kultur hinter sich zu lassen und in eine Bergwelt einzutauchen, die ganz analog daherkommt: Sieben Tage ohne Internet, meist ohne Mobilfunknetz, der Wetterbericht kommt von der Hüttenwirtin und der Lawinenlagebericht von den anderen Tourengängern – eine Auszeit für Tablet und Co. Die Tage vergehen ganz ohne Klingeltöne, das einzige

Netzwerk stellt die Gruppe dar, und wireless ist hier nur der Pieps. Die Off-Taste des Handys wird zum neu entdeckten Feature, und plötzlich gibt nur noch die Landkarte die Richtung vor. Wie bereichernd es doch sein kann, sich nur noch von Sonne und Gipfeln treiben zu lassen. Der Weg führt stets nach Norden, vorbei an Piz Kesch und Piz Grialetsch. Spuren liegen wie Pinselstriche in unberührten Powderhängen, neben eisblauen Spaltenzonen, auf sonnenbeschiene- nen Gletscherrücken und in steilen Scharten. Steigeisen bohren sich knir-

schend in den Schnee, und wo war gleich nochmal die Schlinge? Gelegentlich wird das Seil herangezogen, und auf dem Gipfel beginnt das Einordnen: hier der Ortler, da Palü und Bernina, dort hinten ...

Wie erschreckend dann der Übergang ins Nachbarland. Clash of Civilizations – binnen Stunden wechselt die Szenerie: Heerscharen tummeln sich am Piz Buin, Alpenvereins- hütten gleichen mehr schlecht geführten Après-Ski-Bars als Bergsteigerunterkünften. Deren steriles Flair überträgt sich auf das Publikum, das schlichten Modetouren nach- hechelt. Ein Hauen und Stechen um den nächsten Startplatz am Skidepot – hier ist weniger der Berg gefährlich als vielmehr der Mitmensch. Die Gipfelrast ist dennoch überwältigend.

Und so wandern wir weiter, jeden Tag ein bisschen gelassener, ein bisschen zufriedener. Bis schließlich der Clash of Civilizations wieder zuschlägt. Beim Einsteigen in die U-Bahn. Und wir stellen fest: endlich wieder Netz. Danke für diese coole Zeit.

*Text: Sebastian Otto
Fotos: Berthold Fischer*



Die Tage vergehen
ganz ohne
Klingeltöne,
das einzige
Netzwerk stellt
die Gruppe dar





Klettersteig und Pizzaparty – die RockFrogs in den Dolomiten

Von Starnberg aus ging es an einem hochsommerlichen Tag für neun RockFrogs mit dem Citybus der Stadt Starnberg nach Cortina d'Ampezzo auf einen netten Campingplatz. Am ersten Tag stand der Klettersteig „Via Ferrata Michielli Strobel“ auf die Punta Fiamas (2240 m) auf dem Programm. Bei äußerst heißem Wetter waren wir auf diesem sehr schönen Klettersteig im Aufstieg zwar nur zirka dreieinhalb Stunden unterwegs, aber der Abstieg zog sich dann nochmals gute drei Stunden hin, da wir den gesamten Bergstock umrunden mussten. Doch zumindest war auch ein supersteiles und gut „befahrbares“ Geröllfeld dabei, wo jeder großen Spaß hatte.

Am zweiten Tag sind wir zur Entspannung in den Klettergarten am Falzaregopass gefahren und haben – da auch heftige Gewitter gemeldet waren – unseren nächsten Klettersteig auf einen Tag später verlegt. Denn die „Via Ferrata Giovanni Lipella“ auf die Tofana di Rozes (3225 m) sollte das Highlight unserer Dolomitenfahrt werden. Dieser sehr lange Klettersteig hat dann auch tatsächlich alle sehr gefordert, da viele Stellen extrem ausgesetzt und einige schmale Felsbänder unversichert waren – gemeistert hat den Steig trotzdem jeder mit Bravour.

Zur Belohnung haben wir an diesem Abend einmal nicht gekocht, sondern uns neun verschiedene Pizzen geholt und eine Pizzaparty veranstaltet!

Der letzte Tag startete schon vor dem Morgengrauen mit Zeltabbau, Frühstück und dem Beladen der Autos, da wir trotz der anstehenden Heimreise noch einen Klettersteig mitnehmen wollten. Unser Ziel war der etwas kürzere, aber wieder sehr ausgesetzte Klettersteig vom Rifugio Lorenzi



Die „Via Ferrata Giovanni Lipella“ hat jeder mit Bravour gemeistert



(2932 m) auf den Cristallo-Mittelgipfel (3154 m), den man von der Hütte aus in zirka zweieinhalb Stunden erreichen kann. Der Rundblick und die Tiefblicke vom Klettersteig aus werden wir so schnell nicht vergessen, da wir aufgrund des guten Wetters eine super Fernsicht hatten. Alles in allem hatten wir in diesen fünf Tagen ein absolut gutes und sehr anspruchsvolles Programm, bei dem jeder seinen Spaß hatte.

Text: Heike Hinze
Fotos: Katja Hinze, Christina KroiB



Neuwahlen im Kriechbaumhof

Wenn in unserer Alpenvereinsjugend vom Kriechbaumhof die Rede ist, steht dieser bei vielen als eine Art Synonym für diverse politische Gremien der JDAV – in dem Jugendhaus finden nicht nur die meisten Gruppenabende statt, auch der JDAV-Bezirksverband München und die JDAV Bayern haben darin ihren Sitz. Alle drei Monate treffen sich dort außerdem die Münchner Jugendleiter zu ihren Jugendleitersitzungen, zuletzt geschehen Mitte Februar. Dabei wurde dieses Mal bei hoher Anwesenheit und meist mehreren Kandidaten für einen Posten auch folgendes neue Jugendreferenten-Team gewählt:



Jugendreferent: Florian Schmid
Finanzreferent: Maximilian Engel
Anwärterreferent: Kevin Galow
Fortbildungsreferent: Tassilo Hock

Außerdem fiel die Entscheidung, einen neuen Referentenposten zu schaffen, der keinem speziellen Ressort unterliegt, sondern als „Springer“ die anderen Referenten in ihrer Arbeit unterstützen und sich um neue Projekte kümmern soll. Zu diesem neuen „007-Referenten“ wurde **Jonas Thilo** gewählt.



Darüber hinaus fanden Mitte März Neuwahlen in dem alle Münchner Sektionen übergreifenden JDAV-Bezirksverband München statt. Das neue Team besteht aus:

Bezirksjugendleiterin: Veronika Specht
Stellv. Bezirksjugendleiter: Martin Dormaier
Schatzmeister: Benedikt Specht
Ausrüstungsreferent: Stefan Häupler
Jugendraumreferent: Paul Sieber
Beisitzer: Till Sieber
Beisitzerin: Steffanie Rothe

Wir danken allen bisherigen Gremiumsmitgliedern für ihre tolle Arbeit und wünschen den Neugewählten viel Erfolg bei ihren zukünftigen Aufgaben.

Text und Foto: Berthold Fischer

Wie, wo, was? Neue JUMA-WEST sucht Mitglieder!

Wir gründen eine neue Jungmannschaft im Münchner Westen. Mitmachen können alle motivierten Bergsportler zwischen 17 und 25. Treffen wollen wir uns zweimal im Monat zum Klettern im DAV Kletter- und Boulderzentrum München-West oder zu anderen lustigen Aktionen in Jugendräumen in Neuaußing. Außerdem wollen wir natürlich auch gemeinsam auf Tour gehen: zum Bergsteigen, zum Klettern, zum Skibergsteigen und -fahren, auf Hochtouren – unser Programm wird von eurer Kreativität und Motivation, etwas zu organisieren und zu unternehmen, abhängen.

Wenn ihr Interesse an einem gemeinsamen Treffen habt, dann schreibt doch eine Mail an JumaWest@dav-oberland.de.

Wir freuen uns auf ein erstes Treffen mit euch!





SOS
KINDERDORF

Schenken Sie Kindern wie Alida eine liebevolle Familie.

Alida wurde in Burundi im Gefängnis geboren. Als ihre inhaftierte Mutter starb, kam sie zu ihrer Großmutter in ein Vertriebenen-Camp. Fürsorge gab es hier nicht – im Gegenteil. Dank einer mitfühlenden Nachbarin wurde die damals 6-jährige **im SOS-Kinderdorf aufgenommen.** Dort traf sie unterernährt und tief verstört ein.

Heute ist sie ein fröhliches, gesundes Mädchen. Sie sagt „Ich erinnere mich, wie herzlich alle am ersten Tag zu mir waren.

Ohne SOS-Kinderdorf und die Hilfe von Paten wäre mein Leben ganz anders verlaufen. Ich bin unendlich dankbar!“

Erleben Sie, wie Ihre Hilfe wirkt:

Einfach unter www.sos-kinderdorf.de Pate werden. Schon bald lernen Sie Ihr Patenkind oder Patendorf kennen und bekommen in Zukunft regelmäßige Berichte direkt von dort!



Ihre Hilfe zählt!
Jetzt SOS-Pate werden mit 1€/Tag.

Helfen macht glücklich. Ein Kind – und Sie selbst.

- ✓ **Großes bewirken:**
mit 1 € am Tag Kindern ein Zuhause geben
- ✓ **Nachhaltig Zukunft schenken:**
durch Schul- und Berufsausbildung
- ✓ **Informiert werden:**
durch regelmäßige Berichte direkt aus Ihrem SOS-Patendorf
- ✓ **Sicher sein:**
SOS ist geprüft und empfohlen vom DZI-Spendensiegel

Übrigens: Ihre Patenschaften können Sie jederzeit beenden.



Wir beraten Sie gerne:

SOS-Patenteam

Telefon 089 12 60 61 62

www.sos-kinderdorf.de

Umweg über die GROSSE ZINNE

Text & Fotos: **Franziska Leutner**

Die Straßen sind leer, Läden und Wirtshäuser geschlossen. Abgesehen vom fröhlichen Zwitschern der Vögel ist nichts zu hören. Es scheint, das komplette Dorf liegt noch in tiefem Schlaf. Ich dagegen bin seit der Ankunft in Innichen hellwach, aufgewühlt von dieser kindlichen Aufregung, die mich immer kurz vor einer größeren Bergunternehmung befällt. Jetzt bloß nichts vergessen! Wir stehen vor offenem Kofferraum und kontrollieren noch einmal gründlich, ob alles Notwendige eingepackt ist: Essen, Kocher, Kletter(stieg)ausrüstung, Karten, Schlafsack und was man sonst so braucht für eine gute Woche auf dem Dolomiten-Höhenweg 4 mit persönlicher Gipfel-Variante.

Als die Sonne über die Anhöhen drängt, wird es schnell warm. Und so wie die ersten Klamotten im Rucksack verschwinden, lösen sich auch die nächtlichen Wolkenfelder auf. Da kommen sie plötzlich zum Vorschein, die ersten grauen Felszacken: Dicht aneinandergereiht strecken sie sich dem blauen Himmel entgegen. Wir genießen voller Vorfreude den Anblick, bevor dichter Wald diesen wieder verwehrt. Erst später, bei der Dreischusterhütte, öffnet sich das Gelände und unsere Sicht wird freier. Ein einsamer, schmaler Steig führt von dort steil nach oben, nur ein Geräusch ist immer deutlicher zu hören und macht uns ein wenig nervös: Der Himmel ist verstimmt, grummelt und grollt hinter unserem Rücken. Erst bei Ankunft am Großen Wildgrabenjoch beruhigt er sich wieder, und wir bleiben von Gewittern verschont.

Die Bäume und Sträucher sind nun gänzlich verschwunden und karger Schrofenlandschaft gewichen. Wie riesige Zähne ragen, in steil abfallende Schutthänge eingebettet, Felstürme vor uns in die Höhe. Ich komme mit dem Schauen kaum hinterher, da gipfelt meine Begeisterung im Anblick des wohl bekanntesten Gesteins-Trios der Dolomiten: Einzigartig in ihrer Gestalt thronen die Drei Zinnen vor uns und ziehen umgarnt von einzelnen Wolkenfetzen die Aufmerksamkeit unweigerlich auf sich. Bei all dieser Gewaltigkeit fühlen wir uns ganz mickrig, sind aber dennoch sehr gespannt darauf, insbesondere einer von ihnen bald näher zu kommen. Als wir unser Nachtlager für diesen Tag erreichen, herrscht

dort noch reges Treiben. Die Terrasse der Dreizinnenhütte (2405 m) ist überfüllt mit fröhlich schwatzenden Wanderern, die sich an Bier und Drei-Zinnen-Blick laben. Erst am Abend wird es deutlich stiller, beruhigt sind die übriggebliebenen Übernachtungsgäste jedoch nicht: Die Wetterprognosen für den nächsten Tag sind schlecht, sehr schlecht ... Bei Tagesanbruch ist von den Drei Zinnen nicht mehr viel zu sehen. Dicke Wolken hängen gefühlt bis knapp über unsere Köpfe herunter. Wir stehen auf der Außentreppe und strecken unsere Nase gen Himmel. Immerhin, es nieselt nur, aber mit einer Besteigung der Großen Zinne wird es vorerst nichts. So werden wir eben den Höhenweg gleich fortsetzen und anschließend wiederkommen. Als wir losgehen, trotten mit uns, eingehüllt vom großen Grau, viele rote, blaue, gelbe und grüne Gestalten in alle Richtungen davon.

Kurz nach der Auronzohütte lockern die Nebelschwaden zeitweilig auf, um sich anschließend sofort wieder regenschwanger zu

Eisiger Drei-Zinnen-Blick aus dem Inneren des Paternkofels

Hütte und mit situationsbedingter, gruppendynamischer Verzweiflungskomik schließlich auch etwas bessere Laune. Nachts trommelt der Regen ununterbrochen so laut aufs Lagerdach, dass ich immer wieder davon aufwache. Wenigstens ist es kein Schnee, denke ich mir. Auch nicht, als wir aufstehen. Doch ab neun Uhr wird auch diese Hoffnung zerstört: Kopfschüttelnd hängen wir am Fenster und schauen zu, wie dicke, schwere Schneeflocken Zentimeter für Zentimeter die Holzbänke und -tische vor der Hütte mit einer weißen Schicht überziehen. Erst geschlagene fünf Stunden später ist der Spuk endlich vorbei und unsere Entscheidung über das weitere Vorgehen gefallen: Wir brechen auf und stapfen durch den knöchelhohen Schnee hinunter nach Misurina (1751 m) und von dort wieder hinauf Richtung Dreizinnenhütte. Wolken ziehen unruhig um die weiß bepuderten Berggipfel, über den Tälern hängen große Nebel-

**Die aufgewühlte Natur braucht Zeit,
um sich wieder zu beruhigen**

fetzen. Die Natur ist noch sichtlich aufgewühlt und braucht Zeit, sich wieder zu beruhigen. Erst beim Anstieg zum Paternsattel entstehen dann zunehmend blaue Lücken am Himmel. Der Weg wird jetzt frei für die Abendsonne, und das uns schon bekannte Ziel für zwei weitere Nächte ist in sanftes, rötliches Licht getaucht, während um uns herum die Schneekristalle um die Wette glitzern. Begeistert von der magischen Stimmung und der pittoresken Landschaft kämpfen wir tapfer gegen den starken Wind an, der den Schnee immer wieder stoßartig aufwirbelt und uns dabei unfreiwillig ein grobes Gesichts-Peeling beschert.

Lange währt die Bilderbuch-Winterlandschaft nicht. In den drei folgenden Tagen wird es zunehmend wärmer, und der Schnee geht rapide zurück. Uns gelingen in dieser Zeit mit Paternkofel (2744 m), Sextner Rotwand (2936 m) und insbesondere der geplanten Tour auf die Große Zinne (2999 m) drei tolle Gipfelbesteigungen, die uns den unglücklichen Start endgültig vergessen lassen.

Dann wird es Zeit, unseren Höhenweg fortzusetzen. Wir kehren nach Innichen zurück und fahren nach Misurina, von wo aus ►

verdichten. Die wild zerklüftete Felslandschaft der Cadini-Gruppe um uns herum ist jetzt nur noch mit sehr viel Fantasie zu erahnen. Als der Regen immer mehr zunimmt, rüsten wir unseren Nässe-schutz auf und konzentrieren uns dann völlig auf den zur Rutschbahn mutierten Bonacossa-Weg. Es ist kalt, der Wind pfeift uns um die Ohren und klatscht Regenjacken und -hüllen an Körper und Rucksack. Wir dringen weiter in das unwirtliche Gebirge vor und treffen dabei keine Menschenseele mehr. Erst gute zwei Stunden später taucht scheinbar urplötzlich das Rifugio Fonda Savio (2367 m) auf, und wir retten uns erleichtert unter den überraschten Augen der Wirtin ins warme Innere, wo wir die einzigen Gäste in der kleinen, etwas schummrigen, aber sehr gemütlichen Stube sind. Eigentlich ist zu diesem Zeitpunkt schon alles klar, dennoch brauchen wir den ganzen Nachmittag bei einigen Tassen Tee und Kaffee, um zu akzeptieren, dass die Fortsetzung der Tour noch am selben Tag extrem unangenehm, wenn nicht sogar sehr riskant wäre – die Enttäuschung ist groß, unser Gesprächsbedarf klein. Erst mit der Ankunft ähnlich triefender und mürrisch dreinblickender Teilnehmer eines Alpinkletterkurses kommt wieder etwas Leben in die



In der Via ferrata Alfonso Vandelli: einer der imposantesten und ausgesetztesten Abschnitte auf dem Dolomiten-Höhenweg 4

wir – wieder nach ursprünglichem Routenplan – zum Rifugio Vandelli (1928 m) aufsteigen. Wie erwartet, ist die Hütte offiziell schon geschlossen, und wir beziehen den Winterraum, der mehr einer dreckigen Rumpelkammer gleichkommt. Die noch anwesenden Wirte entschädigen uns mit einem großen Laib italienischem Weißbrot, das wir später am nahegelegenen türkisfarbenen Sorapiss-See vor den Füßen der Tre Sorelle genüsslich zum Abendessen verputzen. Am nächsten Morgen dringt kein einziger Sonnenstrahl in diesen riesigen Felskessel, was den Aufstieg über den Klettersteig durch die dunkle, senkrechte Westwand der Croda del Fogo noch beeindruckender macht. Erst als wir oben auf dem Nordrücken herauskommen, tauchen wir wieder in die wärmeren Strahlen der Herbstsonne ein.

Kurz nach dem Bivacco Emilio Comici beginnt der Weg stetig auf einer Höhe, allerdings immer entlang einer Felswand und durch Latschen zu führen. Es geht auf Mittag zu, und eine unerwartet hochsommerliche Hitze staut sich auf einmal um uns herum. Schnell bereuen wir, nicht doch noch mehr Wasser von der Vandelli-Hütte mitgenommen zu haben: Bei diesen Temperaturen könnte es knapp werden mit unseren Vorräten. Tatsächlich dauert



Kurz vor der Dreizinnenhütte, dahinter die scharfen Zacken des Paternkofels

es noch eine ganze Weile, bis der Höhenweg an einem breiten Hang endet, wo wir eine Art Bachlauf vermuten. Doch erst nachdem wir eine weitere halbe Stunde abseits der eigentlichen Route abgestiegen sind, werden wir endlich fündig.

Der Antelao mit seinen endlos aufwärtsstrebenden Platten grüßt verheißungsvoll herüber

Als wir später am Rifugio Galassi ankommen, ist die Tür sperrangelweit offen, und eine ganze Schar von Bergsteigern tummelt sich rund um die Hütte. Wir sind etwas irritiert, da nach unserer Information auch diese Hütte bereits geschlossen sein sollte. Der freundliche Wirt klärt uns auf, dass die Sektion, der die Hütte gehört, den Saisonabschluss feiert und auch wir die eine Nacht noch im Hauptgebäude schlafen könnten. Nur zu essen gebe es nichts mehr, aber wir dürften uns oben in der Stube selbst etwas kochen. Zufrieden genießen wir daraufhin noch ein wenig die abendliche Stimmung vor der Hütte. Der Antelao (3264 m) mit seinen riesigen, endlos aufwärtsstrebenden Felsplatten grüßt verlockend herüber, doch für die schon westalpin anmutende Tour sind wir leider nicht ausgerüstet. Wir begnügen uns am folgenden Tag mit der Ferrata del Cadrin, einem außergewöhnlichen Klettersteig durch tiefe Riss- und Rinnensysteme, in denen wir zwischendurch fast gänzlich verschwinden. Oben auf der Forcella del Ghiacciaio (2584 m) angekommen, zeigt sich der zerklüftete Antelao-Gletscher in seiner ganzen Pracht, und wir wandern ein Stück auf dem steinigen Grat entlang, um einen Blick in die riesigen Spalten zu werfen, bevor wir den Abstieg ins Valle Antelao angehen.

Die Landschaft um uns herum wird nun immer lieblicher und grüner, wohingegen im Nordosten die gewaltigen Südwände der Marmarolegruppe an Wildheit kaum zu überbieten sind. Wir setzen uns auf einen Stein in der Sonne und versuchen diesen gewaltigen Anblick zu verinnerlichen – es ist der perfekte Moment zum Abschied von unserem alpinen Wegabschnitt und eigentlich auch von der Tour im Ganzen, denn nach einer Nacht im Rifugio Antelao werden wir morgen in Pieve de Cadore ankommen und das Ende unserer „Höhenroute mit Umweg“ erreicht haben. ◀



Auf der Forcella del Ghiacciaio im Angesicht des Antelao, des zweithöchsten Bergs der Dolomiten

Letzter Stützpunkt auf dem Höhenweg: das malerisch gelegene Rifugio Antelao



Franziska Leutner (32) ist »alpinwelt«-Redakteurin und als begeisterte Bergsteigerin und Kletterin ein großer Dolomiten-Fan. Eine Woche am Stück „oben“ zu bleiben, fand sie – trotz notgedrungener Planabweichungen – einfach großartig, auf dem Gipfel der Großen Zinne zu stehen sowieso.

30 JAHRE BELÜFTUNG

30 JAHRE AIRCOMFORT



2014



DIE NEUE FUTURA SERIE

AIRCOMFORT FLEXLITE

Das mit Abstand beste Aircomfort System, welches je von uns entwickelt wurde – preisgekrönt in vielen unabhängigen Tests!

www.deuter.com



Offizieller Ausrüster des Verbands der Deutschen Berg- und Skiführer





GUMPENING in Korsika



Text & Fotos: **Philipp Gruber**

Canyoning, Paragliding, Bungeejumping und wie sie alle heißen – die gängigen Trendsportarten können einpacken. Gumpening ist das Gebot der Stunde – man braucht dazu bloß eine Badehose und eine Wanderkarte von Korsika!



Glasklares, wohltemperiertes Wasser unter korsischer Sonne

Die unzähligen Badegumpen im Inselinneren sind eine korsische Spezialität. Nirgendwo sonst in Europa wird man so viele badeg geeignete Stellen in alpiner Umgebung antreffen. Die korsischen Berge sind mit einem Netz von Gebirgsbächen durchzogen, und die meisten sind relativ einfach zu begehen. Glattgewaschene, kompakte Granitplatten machen es zu einem Kinderspiel, den Bach hinaufzuwandern. Nach nur zehn Minuten stehen wir vor rot leuchtenden Felswannen, durch die das smaragdgrüne, kristallklare Wasser fließt. Wir haben eine der schönsten Gumpen im Fango-Tal für uns alleine. Aber das Beste ist: Das klare Gebirgswasser hat Badetemperatur!

Möglich wird das durch die langsame Fließgeschwindigkeit und die großen, tiefen Gumpen. Hier sammelt sich das Wasser, bleibt teilweise auch darin stehen und kann sich somit etwas aufwärmen. Dem Badeglück steht daher nichts mehr im Wege. Hier gibt es keine Quallen, wie wir sie an der Küste bei Girolata hatten. Bei manchen Bassins handelt es sich bestenfalls um Ein-Personen-Gumpen, andere haben die Dimension eines großen Schwimmbeckens.

Ab durch die Mitte

Wandern und Baden zu verbinden, wird woanders kaum so einfach und lohnend sein. Und es gibt für jeden etwas. Für Familien mit kleinen Kindern bieten sich jene Gebirgsbäche an, die in wenigen Schritten von der Straße zu erreichen sind. Auch hier gibt es lohnende Gumpen in schöner Umgebung – die Straßennähe stört meist nicht. Genussorientierte Wanderer kommen genauso auf ihre Kosten wie abenteuerlustige Extrem-Gumper, die bei so manch ►



OUTDOOR FOOTWEAR
SINCE 1921

„G“
WIE
GEZWICKTE
MACHART



HANWAG aus dem oberbayrischen Vierkirchen (benannt nach Firmengründer HANs WAGner) stellt seit 1921 Berg- und Trekking-Schuhe von höchster Qualität her

Bei Hanwag fertigen wir auch alle Halbschuhmodelle konsequent in „gezwickter Machart“ – vermutlich als einziger Hersteller weltweit.

Die Vorteile des klebegezwickten Schuhwerks sind eine dauerhafte Formstabilität, Langlebigkeit sowie die Möglichkeit einer problemlosen Wiederbesohlung.

WWW.HANWAG.DE



steilen Kaskaden ihre Kletterfertigkeit und ihren Mut beim Springen unter Beweis stellen können.

Wenn auch die meisten Gebirgsbäche gut zu erreichen und zu durchwandern sind, empfiehlt es sich, die Wanderhose schon vor dem Start der Tour gegen Badehose bzw. Bikini zu tauschen – denn manchmal ist der leichteste Weg der durchs Wasser. In der Spelunca-Schlucht bei Porto kann es schon mal von Vorteil sein, die Direttissima zu nehmen. Und bei sommerlichen Temperaturen macht es ganz einfach mehr Spaß, im und nicht neben dem Bach zu gehen.

Die Sommermonate (Juni–September) sind sicherlich die geeignetsten Monate fürs Gumpening. Im Frühjahr ist es in den höhergelegenen Bergregionen noch zu kühl zum Baden. Im Frühsommer ist der Wasserstand durch die Schneeschmelze höher, die Wasser-Temperaturen sind allerdings noch recht niedrig. Ende

August/Anfang September haben die Gumpen die angenehmste Temperatur, allerdings führen die Bäche dann an manchen Stellen nicht mehr genug Wasser.

Springen und Schwimmen

Gumpen gibt es in den unterschiedlichsten Farben, Formen und Größen. Im Fango-Tal dominiert das rötliche Gestein, das der gesamten Nordwestküste ihren unvergleichbaren Charakter verleiht. Der Fango bietet außerdem echte Naturschwimmbecken, wo man schon mal ein paar Längen kraulen kann. Sehr schöne und leicht erreichbare Gumpen-Plätze gibt es auch am Viru-Bach, in der Nähe von Albertacce.

Besonders eindrucksvoll wirkt der Viru durch seine grauen, abgerundeten Granitflächen. Die Gumpen sind zwar nicht so groß wie im Fango-Tal, eignen sich aber hervorragend für kleine

WASSER & FELS

Auf Korsika locken unzählige Bachtäler mit Gumpen zum Plantschen und Schwimmen



Karten: IGN (Institut Géographique National) 1:25 000, erhältlich vor Ort

Anreise: Von Livorno oder Genua mit der Fähre nach Bastia – www.mobylines.de, www.corsica-ferries.de

Unterkunft: Auf Korsika gibt es viele, meist günstige Campingplätze. Sie sind auf den IGN-Karten eingezeichnet. Empfehlenswert: Le Oliviers (Porto), L'acqua Viva (bei Calacuccia, nicht eingezeichnet) – www.acquaviva-fr.com, U Rosumarinu (Bavella) – www.urosumarinu.fr

Kurzinfos zu den genannten Spots:

Spelunca-Schlucht: Parken bei der Ponte Vecchio, von dort führt ein schmaler Pfad flussaufwärts. Es ist aber auch möglich, direkt im Flussbett zu gehen.

Fango-Tal: Von Galeria die Straße Richtung Barghiana, mehrere Parkmöglichkeiten ab Ponte Vecchio. Am orografisch rechten Ufer führt ein schöner Wanderweg entlang. Das breite Flussbett bietet an vielen Stellen Bademöglichkeiten und ist einfach zu begehen.

Viru-Bach: Parken bei der Ponte Altu an der Straße nach Albertacce. Am orografisch linken Ufer führt ein Pfad entlang. Auf den grauen Platten lässt es sich aber auch angenehm durch das Bachbett wandern.

Golo-Bach: Parken am Col de Vergio, dann ca. 30 Min. zur Bergerie de Radule (frischer Ziegenkäse!), kurz danach trifft man auf den Golo-Bach, schöne Kaskaden.

Solenzara-Bach: Die Straße von Solenzara Richtung Col de Bavella hinauf, bis kurz nach dem Camping Rosumarinu ein großer Parkplatz kommt. Das breite Flussbett kann bequem begangen werden. Mehrere große Becken.

Cascades du Polischellu: Von Solenzara kommend, großer Parkplatz nach der Brücke über den Polischellu-Bach. Ab der 3. Kaskade nur für ambitionierte und trittsichere Wanderer!



*Von links:
Der Viru-Bach ist tief genug für
einen beherzten Sprung ins
kühle Nass*

Alte Steinbrücke am Viru-Bach

*Teilweise sind auch längere
Schwimmstrecken in kristall-
klarem Wasser möglich*

Sprungeinlagen – und auf den glatten Granitplatten liegt es sich äußerst bequem. Am Sonntag nach dem Kirchgang sind die Naturbassins bei Albertacce ein beliebter Treffpunkt der Korsen.

Pausen-Bad auf der Bergtour

Als durchaus praktisch haben sich die Gumpen auch bei unserer Wanderung auf die 2500 Meter hohe Paglia Orba erwiesen. Der „Zustieg“ vom Col de Vergio bis unter das Bergmassiv ist lang und anstrengend. Auf den ersten Kilometern legt man noch dazu so gut wie keine Höhenmeter zurück. Da bieten die Becken im Golo-Bach eine willkommene Abwechslung und Erfrischung.

Im Nordwesten Korsikas befinden sich die höchsten Berge der Insel und damit auch die meisten Gebirgsbäche. Aber auch im Südosten, in der Bavella, gibt es einige Bademöglichkeiten mit alpinem Charakter. Entlang des Solenzara-Bachs schlängelt sich die Straße zum Col de Bavella. Hier ist naturgemäß etwas mehr los, aber durch die Weitläufigkeit des Gebiets verteilen sich die Massen ganz gut. Der Solenzara-Bach ist einer der größeren Gebirgsbäche und bildet an manchen Stellen kleine Seen aus. Bei der Fahrt zum Col also auf jeden Fall einen Stopp wert.

Grenzfall Polischellu

Etwas höher gelegen und weitaus anspruchsvoller sind die Cascades du Polischellu. Über insgesamt 17 Kaskaden stürzt der Bach hier 200 Höhenmeter hinunter. Die Kaskaden können auf teilweise abenteuerlichen Pfaden umgangen werden. Dazu wird aber einiges an Kletterfertigkeit vorausgesetzt. Da manche Gumpen durchschwommen werden müssen, empfiehlt es sich, ohne Gepäck loszugehen. Ein einsames Plätzchen wird man hier vergeblich finden – der Bekanntheitsgrad der Kaskaden ist einfach zu groß, außerdem werden sie als Canyoning-Tour vor Ort angeboten.

Wer ein bisschen Abenteuerlust besitzt, wird in Korsika aber auch abseits der bekannten Spots das eine oder andere schöne Naturbecken entdecken. Schwer zu finden sind sie nicht. Man folge den blauen Linien auf der Karte. Und ehe man sich's versieht, liegt man in der nächsten Gumpe – und damit voll im Trend. ◀



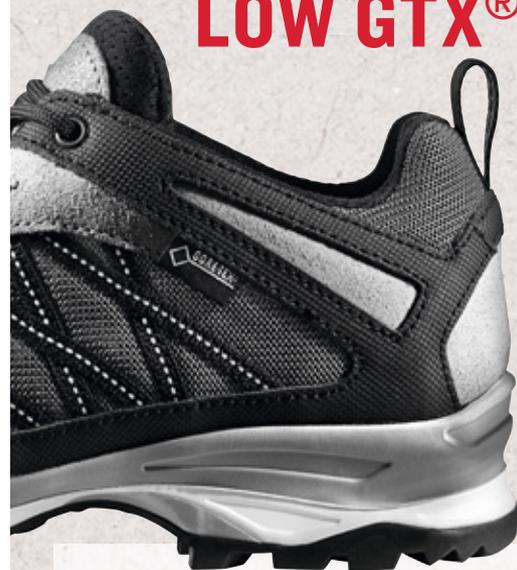
Philipp Gruber (40) lebt in Wien und arbeitet als freier Autor für diverse Bergsport- und Outdoor-Magazine. Als aktiver Kletterer und Skitourengeher sind die Berge für ihn kein Sportgerät, sondern ein Ort, wo man unberührte Natur und Abenteuer erleben kann.



OUTDOOR FOOTWEAR
SINCE 1921

„B“

WIE
BEORADO
LOW GTX®



Der Trail-Halbschuh **Belorado Low GTX®** ist ein vielseitiger Schuh für schnelle Wanderungen oder ausgedehnte Outdoor-Reisen. Für gut Trainierte, auch eine echte Alternative zu gängigen Mid-Cut-Modellen.

Durch einen konsequent zu Ende gedachten Materialmix aus PU-beschichtetem Spaltleder, Cordura und GORE-TEX® erzielen wir einen erstaunlich robusten Schuh bei niedrigem Gewicht.

Erhältliche Farben
und weitere Infos
auf unserer Website.

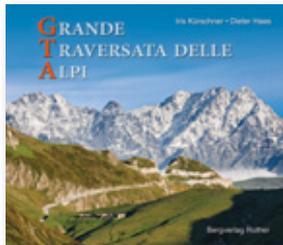


WWW.HANWAG.DE

Schwerpunktthema Fernwander- und Pilgerwege

Bücher

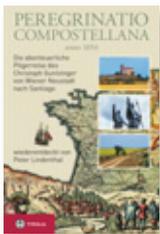
Iris Kürschner, Dieter Haas, **Grande Traversata delle Alpi**. 144 S. Rother 2014. 39,90 € – www.rother.de



Mit tollen Aufnahmen und vielen Hintergrundinfos zu Geschichte, Mensch und Kultur entführen Kürschner und Haas den Leser in die Regionen des italienischen Westalpenbogens und machen große Lust auf die 900 Kilometer Fußmarsch auf dem GTA – ein großartiger Bildband mit Etappenskizzen, aber ohne detaillierte Tourenbeschreibungen.



Michael Vogeley, **Fernwanderwege in Europa**. 20 Traumstrecken vom Nordkap bis zum Mittelmeer und die Wege E1–E11 im Überblick. 160 S. Bruckmann 2014. 32,99 € – www.bruckmann.de



Peter Lindenthal, **Peregrinatio Compostellana anno 1654**. Die abenteuerliche Pilgerreise des Christoph Guntzinger von Wiener Neustadt nach Santiago. 296 S. Tyrolia 2014. 24,95 € – www.tyrolia-verlag.at



Raimund Joos, **Warum der Schuh beim Gehen weiter wird**. Der spirituelle Jakobsweg-Coach. 152 S. Tyrolia 2011. 9,95 € – www.tyrolia-verlag.at



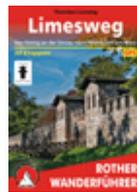
Raimund Joos wagt sich in diesem Buch an eine Darstellung der spirituellen Dimension des Pilgerns. Aus weltanschaulich neutraler Sicht und ohne ins Esoterisch-Unseriöse abzudriften erklärt er auf überzeugende Weise die Grundprinzipien des Pilgerns und gibt hilfreiche Empfehlungen für unterwegs.



Renate Florl, **Via Francigena**. Von Lanesanne nach Rom. 344 S. Rother 2013. 18,90 € – www.rother.de



Andreas Friedrich, **Maximiliansweg**. 156 S. Rother 2013. 14,90 € – www.rother.de



Thorsten Lensing, **Limesweg**. 200 S. Rother 2013. 14,90 € – www.rother.de



Susanne Schaber, **Mallorca wilder Westen**. Wandern in der Serra de Tramuntana. 224 S. Rotpunktverlag 2013. 26 € – www.rotpunktverlag.ch



Uwe Ellger, **Die Seidenstraße erfahren**. Eine Velo-Traumreise. 206 S. Weltenbummel-Verlag 2013. 18,50 € – www.weltenbummel-verlag.de

Buchempfehlungen zu Reiseberichten vom Fernwandern und Pilgern finden Sie auf den Seiten 24 bis 28.

Filme

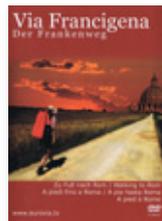


Zu Fuß über die Alpen. Am Traumpfad von München nach Venedig. Ein Film von Petra & Gerhard Zwerger-Schoner. Dokumentation, 62 Min., 2013. Inkl. 50-seitigem Booklet mit Tour-Infos. – www.muenchen-venedig.net/film.htm



Der Weg war sein Ziel. Zu Fuß von München nach Venedig. Ein Film von Christopher Dillig. 56 Min. Tiberius Film

2014. – www.derwegwarseinziel.de



Via Francigena. Der Frankenweg – zu Fuß nach Rom. Dokumentation, 120 Min., 2005. www.eurovia.tv



Zu Fuss nach Santiago de Compostela. Der Jakobsweg – 2300 Kilometer in 80 Tagen. Dokumentation, 96 Min., 2008. www.psfilm.ch



Ein schöner, ruhiger, unaufdringlicher Film über die Pilgerreise von Roman Weishaupt von der Schweiz bis nach Finisterre. Der besondere Clou ist, dass der Protagonist Rätoromanisch spricht (deutsche Untertitel gibt's natürlich auch).



Dein Weg. Vom Suchen und Finden auf dem Jakobsweg. Mit Martin Sheen, Regie: Emilio Estevez. Spielfilm, 119 Min., 2010. www.theway-themovie.com



So weit die Räder rollen. Eine Velo-Traumreise. Dokumentation, 98 Min., 2013. www.weltenbummel-verlag.de

Internetseiten

www.via-alpina.org
www.der-fernwanderer.de
www.fernwege.de
www.era-ewv-ferp.com/de
www.jakobus-info.de
www.via-francigena.com

Viele dieser Bücher können Sie in den Leihbibliotheken der Sektionen München & Oberland ausleihen.
www.DAVplus.de/bibliotheken

Bildband



Heinz Zak, **Karwendel**. 280 S. Tyrolia 2014. 39,95 € – www.tyrolia-verlag.at

Nach dem – damals schon großartigen – Bildband von 1990 schenkt uns Heinz Zak fast 25 Jahre später eine neue Monografie über „sein“ Karwendel. Kenntnisreiche Texte und stimmungsvolle Geschichten zu allen Facetten von Natur und Kultur, Eigenheiten und Typen, Alpinismus und modernem Bergsport. Vor allem aber: ein überwältigender Bilderrausch!

Wanderführer



Bettina Forst, **Chiemgauer Alpen**. Wanderführer mit 36 Touren. 228 S. Michael Müller Verlag 2013. 14,90 € – www.michael-mueller-verlag.de



Reinhard Rolle, **Hüttenwandern in den Müncher Hausbergen**. 144 S. Rosenheimer 2014. 12,95 € – www.rosenheimer.com



Andreas Dick, Stefan Heiligensetzer, **Die Seven Summits der Alpen**. 44 Traumtouren auf und um die höchsten Gipfel der Alpenländer. 192 S. Bruckmann 2014. 26,99 € – www.bruckmann.de



Mark Zahel, **Alpine Bergtouren Wetterstein und Karwendel**. 50 anspruchsvolle Gipfelziele zwischen Zugspitze und Achensee. 192 S. Bruckmann 2014. 26,99 € – www.bruckmann.de

Mountainbikeführer



Christine Mühlöcker, **Bike & Hike Tirol**. Die 50 schönsten Touren. 232 S. Löwenzahn 2014. 19,95 € – www.loewenzahn.at



Wolfgang Bogensberger, Claudia Nitzsche, **Biken und Baden in den Bayerischen Hausbergen**. Die 22 schönsten Spritz-Touren mit dem MTB. 144 S. Bruckmann 2014. 19,99 € – www.bruckmann.de



Uli Preunkert, Anke Hoffmann, Thoralf Noack, **Zillertal – Gardasee**. Alpencross mit dem Mountainbike. 64 S., mit separaten Routenblättern. ULPbike Verlag 2014. 19,99 € – www.ulpbike-verlag.de

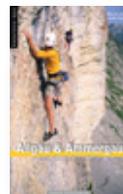


Uli Preunkert, Holger Schaarschmidt, **Mittenwald – Cortina**. Alpencross mit dem Mountainbike. 64 S., mit separaten Routenblättern. ULPbike Verlag 2014. 19,99 € – www.ulpbike-verlag.de



Luca de Franco, Matteo Gattoni, **Mountainbiken an den Seen**. 69 Routen zwischen Tessin und Lago Maggiore, Lago di Varese, Luganersee und Comer See. 288 S. Versante Sud 2014. 28,50 € – www.versantesud.it

Kletterführer, Kletterliteratur



Marcus Lutz, Achim Pasold, **Kletterführer Allgäu & Ammergau** inkl. Tannheimer Berge. 420 S., mit herausnehmbaren Topokarten. Panico 2013. 39,80 € – www.panico.de



Markus Stadler, **Kletterführer Bayerische Alpen**. Band 1: Chiemgau & Berchtesgaden. 368 S. Panico 2014. 29,80 € – www.panico.de



Manuel Senettin, Thomas Hofer, **Sportclimbing in Sicily**. Dt.-it.-engl., 192 S. Vertical-Life 2013. 24,90 € – www.vertical-life.info



Manuel Senettin, Thomas Hofer, **Sportclimbing in the Dolomites**. Dt.-it.-engl., 432 S. Vertical-Life 2013. 31,90 € – www.vertical-life.info



Arno Ilgner, **Rock Warrior**. Der stärkste Muskel ist der Kopf. 216 S. Panico 2013. 19,80 € – www.panico.de

Kletterquartett Alpinrouten Volume 1. 32 Spielkarten mit Routeninfos und Topos. 8 € – www.panico.de



Im »Forum« werden persönliche Meinungen, Standpunkte, Kritiken, Erfahrungsberichte, Diskussionsbeiträge veröffentlicht. Hier kommen Sie zu Wort!

Leser-Zuschriften

diskussion

Heft 1/14, „Das ist der Gipfel“

Ich lese immer gern, was Ihr Euch einfallen lässt.

Mechthild Böhm

Artikel, „Das Ziel ist der Gipfel!“, S. 16

Ein schöner Überblick über die verschiedenen Motivationen, auf einen Berg zu steigen oder an ihm herumzusteigen. Ein wichtiger Grund fehlt m. E. aber: die religiös-emotionale Motivation. Dabei denke ich nicht nur an heilige Berge wie den Ayers Rock in Australien oder den Damâvand im Iran; viel näher bei uns in Oberbayern haben wir den „Heiligen Berg“ Andechs (keine 1000 m hoch!), der jährlich von Hunderten – oft mehrfach – bestiegen wird (ja, er wird auch zu Fuß bestiegen!). Was natürlich auch an seinen Attraktionen wie der Wallfahrtskirche und dem nicht minder berühmten Biergarten liegt. Herzlichen Gruß und vielen Dank für die vielen interessanten Artikel!

Volker Schmitgen

Artikel, „Bewegende Höhe(n)punkte“, S. 22

Die moderne Fassung des „Ich war oben“ besteht nicht mehr nur im Gipfel-Beweisfoto mit handschriftlichem Eintrag ins Buch (so denn überhaupt am Gipfel vorhanden). Mit einer App wie „Peakhunter“ (www.peakhunter.com/de) lässt sich auf jedem Smartphone der Gipfel GPS-verifiziert eintragen und mit Fotos und Berichten als digitales Gipfelbuch führen. Ob als Beweis oder private Erinnerung, via Website lässt sich so jede Besteigung dokumentieren und auf Wunsch teilen. Kostenlos versteht sich. Die meisten Gipfel im DACH-Raum sind bereits auch offline verfügbar, weltweit sind schon über 300.000 Gipfel in der Datenbank. Eine großartige App mit Suchpotenzial.

Mike Koppitz



Artikel, „Kaisertal: Idylle in Gefahr“, S. 28

Erst einmal möchte ich der Autorin für die im journalistischen Feinschliff aufgezeigte Problematik danken. Wie viele Warnschreie ergingen, um das einzigartige Naturdenkmal zu erhalten und nicht den kommerziell ausgerichteten Zielen Vorschub zu leisten! Eine Betonpiste wurde in den Berg getrieben, um etwa 30 Talbewohner zu „versorgen“. Wenn jetzt zu lesen ist, dass sogar eine Verbreiterung der Straße mit einem Teerbelag geplant ist, zeigt das einmal mehr die Scheinheiligkeit, mit der die Argumente dargelegt werden (nicht so staubig, Wasserablauf etc.). In Wirklichkeit soll die rein wirtschaftliche Nutzung vorangetrieben werden. Verwerflich ist das Verhalten derjenigen zu bewerten, die die Gegner des Projektes jetzt Ressentiments spüren lassen. Ich hoffe nur, dass alle Verantwortlichen unaufhörlich ihren Beitrag leisten, diesem zerstörerischen Wahn entgegenzutreten.

Leonhard Socher

Editorial Heft 4/13 und Reaktionen in Heft 1/14, S. 59

Im o. g. Editorial kommt drei Mal das Wort „weglos“ vor, das sagt eigentlich schon alles. In seiner Erwiderung beruft sich der Chefredakteur auf Art. 141 Abs. 3 Satz 1 der Bayerischen Verfassung, der den freien Zugang zur Natur garantiert. Er vergisst jedoch, Satz 2 zu zitieren, der da lautet: „Dabei ist jedermann verpflichtet, mit Natur und Landschaft pfleglich umzugehen.“ Auch Art. 141 Abs. 1 Satz 3 der Bayerischen Verfassung spielt hier eine Rolle: „Mit Naturgütern ist schonend und sparsam umzugehen.“ Kaum vorstellbar, wenn ganze Massen von Bergfreunden dem Beispiel des Chefredakteurs folgen würden!

Ulrich Ertl

Ihre Meinung ist gefragt!

Schreiben Sie uns: Lob, Kritik oder Fragen

redaktion@alpinwelt.de



Landeshauptstadt
München
**Referat für
Bildung und Sport**

Unser Reinheitsgebot.

So einzigartig und vielfältig wie München ist die Pädagogik in den Kitas und das Stellenangebot für **ErzieherInnen, HochschulabsolventInnen und KinderpflegerInnen**.

Bei den **Schnupperwochenenden** können Sie uns persönlich kennen lernen.

Mehr unter www.erzieher-in-muenchen.de
oder persönlich am Info-Telefon 089/233-84099.

Unser München 
Unsere Kinder 
ErzieherInnen gesucht! 

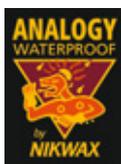
1500km zu Fuß

Als sich **Mark Waring** dazu entschloss, den **'Gröna bandet'** durch die nordschwedische Wildnis zu wandern, war er auf der Suche nach der besten Ausrüstung um auf seiner Reise warm und trocken zu bleiben. Er wählte die Pasco Jacke von Páramo, um eine leichtgewichtige Kombination aus Wasserfestigkeit, Vielfältigkeit und Haltbarkeit zu erhalten. Er wurde nicht enttäuscht...

"Die Pasco Jacke war nach zwei intensiven Monaten in der Tundra, Waldgebieten und den Bergen noch in bestem Zustand. Das leichte Gewicht spielte eine wichtige Rolle – die Pasco Jacke schaffte den richtigen Ausgleich. Sie hielt der Reibung eines schweren Rucksacks stand, und die Funktionalität gab nie nach"

Mark Waring

Die wasserfeste Pasco Jacke wurde für maximale Haltbarkeit entworfen. Ihre Wasser abweisende Imprägnierung kann mit Nikwax Pflegemitteln stets aufrecht erhalten werden.



Sämtliche wasserfesten Jacken von Páramo wurden mit der wasserfesten Materialtechnologie NIKWAX ANALOGY ausgestattet.



Die Funktion aller wasserfesten Páramo-Jacken kann mit NIKWAX Pflegemitteln über Jahre hinweg intakt gehalten werden.



10% RABATT Einführungsangebot für alpinwelt-Leser auf www.paramo-clothing.de/alpinwelt

Anbau und Sanierung abgeschlossen:

Die Albert-Link-Hütte erstrahlt in neuem Glanz



1929 hat die Sektion München die Valeppalm am Spitzingsee erworben und zehn Jahre später dort die Albert-Link-Hütte errichtet. In den vergangenen Jahrzehnten wurde zwar immer wieder das eine oder andere angebaut, umgebaut und erneuert. Doch letztendlich war es an der Zeit, die sehr gut besuchte Hütte nach all der Zeit grundlegend zu sanieren. Zu groß war der Sanierungsstau, an allen Ecken fehlte dringend benötigter Stauraum, und dann waren da ja auch noch eine furchteinflößende Anzahl an Auflagen und Gesetzesvorgaben hinsichtlich Brandschutz, Arbeitsstätten- und Gewerbe-recht, die schließlich ein zeitnahes Handeln erforderten.

Nach einer zweijährigen Planungs-, Überzeu-gungs- und Genehmigungsphase wurde in einem ersten Bauabschnitt von Mai bis Juli 2013 ein neuer Anbau erstellt und geschickt in den beste-henden Gebäudekörper integriert. Um den normalen Hüttenbetrieb nicht über Gebühr zu stören, wurde der zweite Bauabschnitt im

Wesentlichen in die Urlaubszeit der Hütte in den Spätherbst gelegt. Von Mitte November bis Heiligabend wurde die Bestandshütte brandschutz-technisch komplett saniert und die Küche und Lagerräume im Anbau fertiggestellt, eingerichtet und in Betrieb genommen. Dies allein war schon eine mehr als sportliche Herausforderung, doch darüber hinaus stellten die schier endlosen Über-raschungen bei den Hausinstallationen und der Gebäudesubstanz sowie die Vorgaben einzelner Fachplaner alle am Bau Beteiligten auf eine sehr harte Probe. Nach dem Motto „wenn schon, denn schon“ wurden parallel dazu auch noch alle Zim-mer und Flure überarbeitet, mit neuen Fußböden ausgestattet, gestrichen, neu eingerichtet, die Heizungsanlage erneuert, die Oberflächen in den Gaststuben erneuert, eine neue Backstube einge-richtet und und und ...

Dass die Brandschutzsanierung und die damit verbundenen Umbauten dennoch „eine Minute vor zwölf“ fertiggestellt und ab 25.12. der nor-male Hüttenbetrieb aufgenommen werden

konnte, war den Handwerkern vor Ort zu ver-danken, die meist auch an den Wochenenden und bis weit in die Nacht gearbeitet haben. Ein ganz besonderer Dank gilt auch den Pächtern Uwe Gruber und Ute Werner mit ihrem Team, die maßgeblich dazu beigetragen haben, dass die Arbeiten letztendlich fach- und terminge-recht abgeschlossen werden konnten. Ein ganz besonderer Dank geht auch an den Architekten Stephan Zehl, dem in den letzten 12 Monaten so manch neues graues Haar gewachsen ist. Das Ergebnis jedenfalls kann sich wahrlich sehen lassen!

Pünktlich zu ihrem 75-jährigen Jubiläum er-strahlt die Albert-Link-Hütte nun also wieder in neuem Glanz. Schauen Sie doch mal wieder vorbei am Spitzing! Ein Besuch in der behag-lichen Hütte lohnt sich allein schon wegen des guten Essens – und die gemütlichen Zimmer sorgen anschließend für einen erholsamen Schlaf.

Text & Fotos: Thomas Gesell

Ehrenmitglied Otto-Hannes Ther wird 85

Die Sektion München gratuliert ihrem Ehrenmitglied Otto-Hannes Ther zu seinem 85. Geburtstag! Als 1. Vorsitzender führte Otto-Hannes Ther von 1987 bis 1996 die Sektion und bewirkte eine reibungslose Zusammenarbeit zwischen Vorstand und Referen-ten. Mit dem Bundesverband und den DAV-Spitzenfunktionären ge-wann er guten Kontakt und räumte Missverständnisse aus. Er ließ aber keinen Zweifel daran, dass die Sektion aufgrund ihrer großen Mitgliederzahl, ihrer Leistungen und ihrer Hütten bei wichtigen Entscheidungen auch ein gewich-

tiges Wort mitzureden hat, und verschaffte die-sem Grundsatz in den DAV-Hauptversammlun-gen mehrfach Respekt. Im Sektionsrahmen hat er die Erweiterung des Touren- und Ausbildungsprogramms vorangetrieben, ebenso den Aus-bau des Mitgliederservices. Dank seiner Bemühungen wurden Betriebsdefizite abgebaut; Albert-Link-Hütte und Schönfeldhütte wurden auf Wirtschaftsbetriebe umgestellt. 1994 gab er unter Mitarbeit von Helga Bullmer und Eugen Verrecchia eine 72-seitige,



vielbeachtete Jubi-läumsschrift zum 125-jährigen Sektionsjubi-läum heraus. Nebenher hat er weiterhin Füh-rungstouren durch-geführt; bis heute

kommen weit über 50 Jahre Füh-rungstätigkeit zusammen. Nach seinem Ausscheiden aus der Vor-standschaft wurde er 1996 in den Hauptausschuss, später in den Verbandsrat des DAV berufen. Von 1995 bis 2003 war er überdies der Leiter des Münchner Ortsaus-schusses.

Die Sektion hat Otto-Hannes Ther

mit der Goldenen Ehrennadel aus-gezeichnet und ihn zum Ehrenmit-glied ernannt. Besonders freuen wir uns, ihn nach wie vor als kom-petenten, aber zurückhaltenden Ratgeber in unserer Runde zu ha-ben. Lieber Hannes, Deine Freunde, Deine Bergkameraden und die vie-len ungenannten Sektionsmitglie-der wünschen Dir weiterhin alles Gute, Gesundheit und noch viele schöne Tage in Deinen geliebten Bergen – und dass Du uns mit Deiner Tatkraft noch lange zur Seite stehst!

*Günther Manstorfer,
Vorsitzender*

CLIMB FREE der Superlative

Der 6. CLIMB FREE auf der Münchner Outdoor-Messe »f.re.e.« war eine Veranstaltung der Superlative. Über 270 ungewöhnlich starke Teilnehmer, die größte Boulderwand, die je in Deutschland aufgebaut wurde und ein mehrtausendköpfiges Publikum sprechen für sich. Die DAV-Sektion München (in Zusammenarbeit mit der DAV-Sektion Oberland) als Ausrichter beider Tage ist mehr als zufrieden. Der Kletterfachverband Bayern des DAV veranstaltete am ersten Tag den 1. Bayerischen Jugendbouldercup, am 2. Tag fand der erste Wertungs-Wettkampf zum Oberlandcup 2014 statt. Das Sporthaus Schuster, Mountain Equipment und das Tiroler Klettergebiet Imst-Gurgltal leisteten wertvolle Unterstützung als Hauptsponsoren. Liveübertragungen im Internet banden mehrere Hundert weitere Zuschauer ein. Ein ausführlicher Bericht (inkl. Film) ist unter www.oberlandcup.de → 6. CLIMB FREE online abrufbar. Ein Drittel aller Finalplätze und die Hälfte aller Podiumsplätze erkletterten sich Athleten der Startgemeinschaft München & Oberland – das beste Ergebnis aller CLIMB-FREE-Veranstaltungen.



Foto: Marco Kott

7 erste Plätze für München & Oberland

Am 1. Tag kletterten Romy Fuchs in der Jugend B und Florian Mahler in der Jugend A auf den obersten Stockerplatz. Ein guter Start in die Saison! Am zweiten Tag folgte der Wettkampf zum Oberlandcup 2014, der bundesweit anspruchsvollste Amateurwettkampf seiner Art. Athleten aus ganz Bayern nahmen teil. Im separaten Highjump-Wettbewerb gewannen Victor Funk und Tabitha Eckfeld souverän. In der Kinderklasse brillierte Anna Lechner und machte Platz 1. Auch in der starken Klasse 40+ lagen zwei Athleten von München & Oberland klar vorn: Angelika Lorenz und Thomas Stallinger. Bei den Damen ist Tabitha Eckfeld die aktuell stärkste Regionalkletterin. Sie siegte mit 3 Tops im On Sight (= im ersten Versuch).

Großzügige Sponsoren mit Preisen über 8000 €

Der 6. CLIMB FREE 2014 war ein gelungener Jahresauftakt für die Wettkampfsaison. Einige Favoriten für den Oberlandcup-Gesamtsieg brachten sich in die „Pole Position“. Preise im Gesamtwert von 8000 € wurden an strahlende Teilnehmer beider Veranstaltungstage ausgegeben. Vielen Dank dafür an die weiteren Unterstützer: Tenaya, The North Face, Directalpine, Chillaz, Edelrid, Urban Rock, Nihil. Nach der Gilchinger Meisterschaft (03.05.) und der Tölzer Stadtmeisterschaft (10.05.) kommt es am 12.07. zum großen Showdown des Oberlandcups auf der Münchner Stadtmeisterschaft. Die Stadtmeisterschaft wird dieses Jahr zum ersten Mal mit einer Handicapwertung durchgeführt. Abschluss und Höhepunkt der Münchner Kletterwettkampfsaison wird die Boulder-WM (21.–23.08.) unter dem Dach des Olympiastadions sein. Kurz: Auch dieses Jahr wird auf den Kletterwettkämpfen in München großes Kletterkino geboten.

Nils Schützenberger

Urthalerhof

Täglich von 10-24 Uhr geöffnet Warme Küche von 11.30-22.00 Uhr durchgehend
WIRTSCHAUS & HOFLAD' N
 Bayerische Schmankerlküche - eigene Landmetzgerei

Gut, Bayerisch, Urthalerhof

Der Urthalerhof ist ein echtes bayerisches Wirthaus das viel Wert auf Tradition und Gemütlichkeit in der heimeligen Wirtsstub'n legt.

Die Wirtsleut Luggi und Rita Käser verstehen es ihre Gäste zu verwöhnen. Die Köchin, Rita Käser, legt besonderen Wert auf Frische und beste Zutaten, wenn möglich aus der Region. In der bayerischen Schmankerlküche vom Urthalerhof werden alle Soßen, Suppen, Beilagen, Gemüse und Salate täglich selbst hergestellt ohne Zusatz von Konservierungs u. Geschmacksstoffen.

Ein besonderer Genuss ist das Bauerngeräucherte, roh und gekocht sowie die Wurst- und Fleischspezialitäten aus der hofeigenen Metzgerei. Das Beste vom Besten ist das Fleisch von den echten Weideochsen des Urthalerhofes. Soviel Mühe um den Gast wird belohnt: Von der Brauerei HB München gab's die Auszeichnung „bestes Wirthaus“. Zusätzlich wurde der beliebte Gasthof noch Landkreissieger im Wettbewerb „Bayerische Küche“ vom Bayerischem Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten. Dies beweist: Qualität setzt sich durch.



Der Urthalerhof in Sindelsdorf bietet zu jeder Jahreszeit eine Menge Spass und Abwechslung für Groß und Klein. Hochzeiten, Geburtstags-, Familien-, Weihnachtsfeiern, Lagerfeuer, Kutschfahrten, Ponyreiten und vieles mehr.

Hoflad'n

Bauerngeräuchertes nach alten Rezepten eingesurt und geräuchert, Wachholderschinken, Saftschinken, Rinderschinken, Hausmacherwurst, Bauernbrot uvm.



Fleisch vom Weideochsen gut abgehangen und gereift, Getreidegefüttertes Schweinefleisch, Milchkalbfleisch ohne Zufütterung von Kraftfutter, Antibiotika usw.

Geschenkideen

- Restaurantgutscheine - Presentkörbe
- Kutschfahrten bis 30 Personen
- Schlepperfahren ab 14 Jahren



Neue Wege zwischen Albanien und Taurus



Der DAV Summit Club hat eine facettenreiche Kultur- und Wanderreise durch Albanien zusammengestellt, die den Bogen von der Hauptstadt Tirana in das südliche Butrint bis hoch nach Theth in den Albanischen Alpen spannt – geschichtsträchtige Kulturstätten im Wechsel mit Tageswanderungen. Albanien ist (noch) ein vergessenes Juwel!

14.–29.06.2014 und 06.–21.09.2014
Reisedauer 16 Tage, ab € 2495.-
Buchungscode: ABALP

Die schönsten Regionen des Balkans kennt ein neues spannendes Top-Ziel für Bergwanderer: So führt der „Peaks of the Balkans Trail“ durch eine der abgelegensten Bergregionen des Westbalkans und folgt dabei Hirtenpfaden und alten Dorfverbindungswegen. Der DAV Summit Club unterstützt dieses Projekt aktiv und ist mit der Deutschen Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) eine Entwicklungspartnerschaft eingegangen.

13.–24.09.2014
Reisedauer 12 Tage, ab € 1895.-
Buchungscode: BAPBT

Die Bergwelt von Antalya ist eine abgeschiedene und stille, gastfreundliche und herzliche Region: dichte Zedernwälder, markante Karstberge und schroffe Kämme des Küstengebirges mit ihren atemberaubenden Aussichten und die hochalpinen Gipfel der Akdağ. Auf stillen Bergpfaden treffen Sie auf Hirten und Nomaden, wandern zu vergessenen Almen und tauchen ein in ein Netzwerk kleiner und nachhaltiger Stützpunkte, die der DAV Summit Club gemeinsam mit der Region Antalya aufgebaut hat: Berghotels, kleine Jausenstationen und urige Pensionen.

Termine: 21.05.–01.06.2014, 24.09.–05.10.2014 und 29.10.–09.11.2014
Reisedauer 12 Tage, ab € 995.-
Buchungscode: TUWAN

www.dav-summit-club.de

Bike Days 2014

Ob Mountainbike-Neuling, Genuss-Biker oder ambitionierter Vielfahrer – unsere Bergradl-Tage am 28. und 29. Juni 2014 halten für alle ein attraktives Programm bereit. Am Samstag bieten unsere MTB-Guides verschiedene Trainingsstationen zur Verbesserung der Fahr- und Bremstechnik an. Danach findet das legendäre Bergzeitfahren mit anschließender Pastaparty statt. Gute Stimmung ist auch am Abend bei einer MTB-Diashow und dem traditionellen Lagerfeuer garantiert. Bei unserer Rundfahrt am Sonntag stehen neue Strecken mit eingebauten Überraschungen zur Wahl. Das detaillierte Programm und weitere Informationen finden Sie unter www.DAVplus.de/bikedays.

Am Sonntagnachmittag große Verlosung unter allen Teilnehmern: Als Hauptpreis gibt's 3 Übernachtungen inkl. Halbpension für 2 Personen im Bikehotel Klausen in Kirchberg in Tirol zu gewinnen – präsentiert von www.bike-holidays.com/



Foto: Archiv alpinwelt

DAVplus.de/aktuell

- ▶ Angehörige jetzt günstig nachmelden! Als A-Mitglied bei den Sektionen München & Oberland können Sie Ihren Partner und Ihre Kinder, die noch nicht Mitglieder sind, für nur 15 € (einmalig im Beitrittsjahr) mit in eine Familienmitgliedschaft übernehmen. – www.DAVplus.de/mitgliedschaft
- ▶ Jede Ausgabe der »alpinwelt« steht auch online kostenlos zum Herunterladen oder Durchblättern zur Verfügung. – www.alpinwelt.de



Foto: Josef Essl

Alpines Museum:

- ▶ Seit März läuft die neue Sonderausstellung »Alpen unter Druck. Erschließungsprojekte im Alpenraum«, die rund 150 aktuelle Erschließungsprojekte im Alpenraum dokumentiert.

- ▶ Am 26. Juni geht um 19.30 Uhr der Philosoph und Autor Michael Hampe in der Lesung »Tunguska oder das Ende der Natur« dem Rätsel des Naturbegriffs auf den Grund.
- ▶ In einem Fachworkshop am 23. Juli zum Thema »Die Tourismusedwicklung in den Alpen« werden nachhaltige Alternativen für den Alpentourismus diskutiert. – www.alpines-museum.de



Thomas Gesell
Hüttenbetreuer der Sektion München



Unser Hüttenexperte Thomas Gesell

Eine schöne Bergwanderung mit einer Übernachtung auf einer Alpenvereinschütte – wie hier auf dem Watzmannhaus – das ist für mich Berggenuss pur!
Dazu gehört natürlich auch die richtige Ausrüstung wie Hüttenschlafsack, Stirnlampe und DAV-Wanderkarten.

Watzmannhaus 1930 m



Besuchen Sie uns in den Servicestellen – wir finden die passende Tour für Sie!

Günstig Ausrüstung leihen!
TIPP: Trekkingstöcke entlasten die Knie
Besonders beim Bergabgehen schonen Teleskopstöcke die Gelenke erheblich.



z. B. Rucksäcke 30 + 45 Liter Volumen ab 2,50 €*



z. B. GPS-Gerät ab 3,00 €*



z. B. Kompass ab 1,50 €*



z. B. Teleskopstöcke (Paar) ab 2,00 €*



z. B. AV-Karten und Führer ab 0,15 €*



*Leihgebühr pro Tag

Alles, was Sie für ein Hüttenwochenende brauchen, finden Sie in unserem City-Shop

Hüttenschlafsäcke 12,80 €



Hüttenführer
Die „Münchner“
Berghütten 2,00 €



Hüttengutschein –
das ideale
Geschenk!

Hüttenschlappen
12,90 €



Servicestelle am Hauptbahnhof *
Bayerstraße 21, 5. OG, Aufgang A
80335 München
Tel. 089/55 17 00-0
service@alpenverein-muenchen.de
DAVplus.de/hauptbahnhof

Servicestelle am Isartor im Globetrotter *
Isartorplatz 8–10, 80331 München
Tel. 089/29 07 09-0
service@dav-oberland.de
DAVplus.de/isartor

**Servicestelle am Marienplatz
im Sporthaus Schuster**
Rosenstraße 1–5, 5. OG, 80331 München,
Tel. 089/55 17 00-500
servicemarienplatz@alpenverein-muenchen.de
DAVplus.de/marienplatz

**Servicestelle Gilching im
DAV Kletter- und Boulderzentrum Gilching**
Frühlingstraße 18, 82205 Gilching
Tel. 089/55 17 00-680
service@alpenverein365.de
DAVplus.de/gilching

*Servicestelle mit DAV City-Shop



Foto: Stefan Neuhäuser

Einsame Entscheidungen

Text: Michael Lentrodt



Blauer Himmel, 40 cm Neuschnee, Lawinenwarnstufe 3. Eine geführte Skitourengruppe will aufbrechen.

Aber dann entscheidet der Bergführer, angesichts der Bedingungen die geplante Tour nicht durchzuführen. Das Highlight des Jahres ist damit geplatzt. Enttäuschung, Unmut und Druck auf den Bergführer sind die Folge. Keine leichte Situation, zumal andere Gruppen losgehen und bei ihrer Rückkehr von einem Traumtag erzählen. Das Einschätzen objektiver Gefahren (schlechtes Wetter, Lawinen) ist nur eine der Aufgaben des Bergführers. Ebenso wichtig ist der richtige Umgang mit der Gruppendynamik in schwierigen Situationen und bei unpopulären Entscheidungen. Der Bergführer muss die Entscheidung für seine Gruppe allein verantworten. Die Gruppe kann sie als subjektiv und nicht nachvollziehbar empfinden. Ob sie interessengerecht oder gar „richtig“ war, spielt für den Teilnehmer oftmals eine nachgeordnete Rolle. Für ihn zählt das entgangene

Erlebnis. Die Enttäuschung überlagert alles. Oftmals lässt sich die Richtigkeit einer Entscheidung im Nachhinein leicht begründen. Aber in einer kritischen gruppensituation am Berg hilft das nichts. Hier braucht ein Bergführer Erfahrung und geschultes Wissen über das richtige Führungsverhalten. Die Ausbildung zum staatlich geprüften Bergführer vermittelt dieses Wissen und bereitet die Aspiranten auf solche speziellen Situationen vor.

Gefragt ist auch ein transparenter Führungsstil
Schwieriger ist es mit dem zweiten relevanten Faktor, einem transparenten Führungsstil. Manche Führer verstecken sich hinter dem Schlagwort „Lehrmeinung“. Man kann seiner Gruppe sagen, dass man nach gängiger Lehrmeinung an dem oben beschriebenen Tag nicht gehen darf. Das klingt wenig überzeugend. Das Wort „Lehrmeinung“ wird meist von denen verwendet, die nicht verstanden haben, warum man etwas macht. Ein Führer muss aber

die Hintergründe seiner eigenen Entscheidung nicht nur fachlich verstehen, sondern er muss eine logisch nachvollziehbare Entscheidungsstruktur haben. Diese sollte er seinen Kunden, oftmals selbst starke Persönlichkeiten, offenlegen. So macht er seine Entscheidung transparent, lässt seine Gruppe an ihr teilhaben und erzeugt das Gefühl, zwar nicht das optimale Erlebnis gehabt, aber dafür die richtige Entscheidung getroffen zu haben. Idealerweise bereitet man seine Gruppe auf diesen absehbaren Konflikt vor. Wenn er eintritt, kann sie die Entscheidung nicht nur nachvollziehen, sondern hat sie vielleicht sogar zuvor ausdrücklich gutgeheißen.

Der Bergführer braucht eine starke Persönlichkeit
Neben dem Fachwissen und dem Führungsstil ist drittens auch eine starke Persönlichkeit vonnöten. Umstrittene, unpopuläre Entscheidungen zu treffen und durchzuhalten ist eine der schwierigsten Aufgaben, die der staatlich geprüfte Berg- und Ski-

führer und jeder ehrenamtliche Fachübungsleiter zu bewältigen hat. Jeder, der schon lange im Führergeschäft tätig ist, weiß, wie schwierig es ist, objektiv richtige Entscheidungen zu treffen, ohne sich von den subjektiven Eindrücken beeinflussen zu lassen. Hinzu kommt das veränderte Kundenverhalten: Der Wunsch, in möglichst wenig Zeit das Maximum zu erleben, steigert die Bedeutung dieser Herausforderung in der Ausbildung und im Alltag der staatlich geprüften Bergführer. Damit umzugehen, bedarf einer Strategie, die man lernen kann und muss, will man als Bergführer am Berg bestehen.



Michael Lentrodt (50) ist seit 2012 Präsident des VDBS, des Verbands der Deutschen Berg- und Skiführer e. V. Neben seiner Bergführer-

tätigkeit ist er seit vielen Jahren als Geschäftsführer in einem Wirtschaftsunternehmen tätig.
– www.vdbs.de

SIE KÖNNEN IHRE AUSRÜSTUNG AUCH BEI UNS LEIHEN – IN DER DAV SERVICESTELLE IM 5. STOCK!



Simone

VERKAUFT
FUNKTIONSBEKLEIDUNG

im Sporthaus des Südens.

(ABER NICHT HEUTE)

 SPORTHAUS SCHUSTER

MÜNCHEN – DIREKT AM MARIENPLATZ
ROSENSTRASSE 3-5

ONLINE SHOPPEN:
SPORT-SCHUSTER.DE

schuster 
1913

Biken im Vergnügungspark Pinzgau

Unendliche Tourenvielfalt im Salzburger Land



Das Bikeparadies Pinzgau mit den Hotspots Nationalpark Hohe Tauern, Zell am See-Kaprun, Saalbach Hinterglemm, Saalfelden Leogang, der Region Hochkönig und dem Salzburger Saalachtal hat so einiges zu bieten, das Bikerherzen höherschlagen lässt. Wie ein reich gedeckter Gabentisch präsentieren sich die mächtigen Stein- und Grasberge sowie die schneebedeckten Gipfel der Nationalpark-Gletscher im Süden des Landes.

Weltmeisterliche Bike-Region Leogang

Das fünfte Mal zum Bikeurlaub im Pinzgau, treten wir diesmal auf den Spuren der Weltmeister in Leogang. Wohin wir auch blicken, wir erahnen spannende Touren, wie etwa jene zu den Spielbergalmen oder die „Big Five Challenge“, eine schwere Ganztages-Freeride-Tour nach Saalbach-Hinterglemm.

Ausgehend von dem kleinen Dorf gibt es eine breite Vielfalt an Biketouren aller Schwierigkeitsgrade, die sich malerisch durch die Region ziehen. Die Genießertour zum Zeller See begeistert Familien ebenso wie Einsteiger und lässt sich ideal mit einer Badepause verbinden. Die Panoramatour verschafft allen Easy Ridern einen guten ersten Eindruck von der Region und verführt immer wieder dazu, den Blick vom Tacho weg und in die großartige Landschaft zu richten. Familienfreundliche Radwege wie der Tauernradweg, der in den südlichen Pinzgau oder weiter bis nach Passau führt, das E-Bike-Angebot sowie der Radtransport mit den Gondelbahnen runden das Angebot in der Bike-Destination ab.

Wer es etwas schwieriger liebt, auf gediegene Höhenmeter und gelegentliche Schweißausbrüche steht, kommt bei

Touren wie der Römersattelrunde oder auf den Schattberg durchaus auf seine Kosten: Am Ende zeigt der Radcomputer mit Sicherheit mehr als 1.200 Höhenmeter an.

Wahre (Fahr-)Freuden erwarten alle Bike-Freaks im Bikepark. Die WM-Strecke testen oder doch lieber Singletrails, Freeride und Northshore? Hier ist für jeden etwas dabei, auf den neun verschiedenen Strecken finden Anfänger und Profis die richtige Herausforderung.

Von Maria Alm auf den Hundstein

Wir entscheiden uns zunächst für die Tour von Maria Alm auf den Hundstein. Ein echter Klassiker im Pinzgau, den die Einheimischen nur den wirklich konditionsstarken Fahrern empfehlen. Über einen der höchsten Pinzgauer Grasberge (2.117 m), auf dessen Gipfel das urige Stutzerhaus zur Einkerh lädt, führt uns die Tour nach Zell am See. Ein Sprung in den See und der einmalige Panoramablick auf das Kitzsteinhorn und die Bergwelt rundum entschädigen eindeutig für die vorausgegangene Anstrengung.

Gerne enden solche Touren im Zentrum eines der Pinzgauer Orte wie Leogang oder Maria Alm, wo man in einem netten Café bei Kaffee und Apfelstrudel oder einer typisch österreichischen Jausn das Erlebte Revue passieren lässt – und am besten gleich die Planung des Folgetages anschließt. Dabei bemerkt man schnell, dass die Tourenmöglichkeiten unbegrenzt sind. Eine Woche oder gar nur ein paar Tage sind eben einfach viel zu kurz, um die Region ganz zu „erfahren“. Es sei denn – und es spricht vieles dafür – man kommt schon sehr bald wieder ...



INFO

Rad & Bike Pinzgau

www.bike-pinzgau.at

MTB-spezialisierte Hotels im Pinzgau:

Landhotel Rupertus**** in Leogang, www.rupertus.at

Hotel Eder – Das Hochkönig Lifetime Hotel****

in Maria Alm, www.hoteleder.com

Sport- und Wohlfühlhotel Hasenauer****

in Saalbach-Hinterglemm, www.hasenauer.at

Bike Gasthof Friedlwirt*** in Unken

www.friedlwirt.at

Alle Bike-Regionen und Hotels: Mountain Bike Holidays

www.bike-holidays.com

Zurück zu den Wurzeln: SALEWA eröffnet Flagship-Store im Münchner Tal

Bergsportler haben in München jetzt noch mehr Auswahl an erstklassigem Material und kompetenter Beratung: Am 4. April wurde im Tal 21 die SALEWAWORLD eröffnet. Damit kehrt das 1935 in der Thalkirchner Straße gegründete Unternehmen zurück in die Stadt, in der einst alles begann ...

Auf einer Ladenfläche von ca. 400 qm wurde eine moderne und spürbare Bergsportwelt geschaffen, in der die gesamte Kollektion der Marken SALEWA und DYNAFIT nicht nur erhältlich, sondern auch erlebbar ist. Das umfangreiche Sortiment deckt eine große Bandbreite an Bergsport-



Fotos © SALEWA / Kreativinstinkt



aktivitäten ab – von Wandern über Klettern und Mountaineering bis hin zu Skitouring und Schneeschuhwandern.

Bereits am Vorabend wurde die Eröffnung mit 160 geladenen und durchweg begeisterten Gästen gefeiert. Der für seine Küche beliebte SALEWA-Freund Paul Grüner von der Bellavista-Hütte sorgte für Südtiroler Speis & Trank, während die CubaBoarischen musikalisch durch den Abend führten.

Weitere Informationen unter www.salewa-world-muenchen.de

Stress lass nach: Rosenwurz, eine traditionelle Pflanze neu entdeckt



Interview mit dem renommierten Arzt und Medizinjournalisten Prof. Dr. med. Martin Hörning



Was unterscheidet die Rosenwurz von anderen therapeutisch eingesetzten Pflanzen?

Rhodiola rosea ist ein „Allrounder“ in pharmakologischer Hinsicht: Sie enthält sekundäre Pflanzenstoffe, darunter Monoterpene, Flavonoide und phenolische Säuren, die dazu beitragen, dass der Extrakt eine adaptogene Wirkung ausübt. Adaptogen ist die Bezeichnung für eine Stoffgruppe, die ganz allgemein die Anpassungsfähigkeit des Organismus an außergewöhnliche Belastungen erhöht. Das betrifft sowohl physische als auch psychische Stresssituationen, also eine sportliche

Herausforderung ebenso wie eine wichtige Prüfung. Rosenwurzextrakt führt – wie in klinischen Studien gezeigt werden konnte – dazu, dass Menschen deutlich belastbarer sind und sich z. B. das Koordinationsvermögen und die Gedächtnisleistung verbessert.

Heißt das nun, dass jeder, der in Stress gerät, „Adaptogene“ braucht?

Natürlich nicht! Wie in vielen anderen Lebensbereichen gibt es viele Menschen, die mit derartigen Situationen auch ohne „Hilfsmittel“ bestens zurechtkommen. Auch das beste Adaptogen kann eine gesunde Lebensführung, gepaart mit gesunder Ernährung und ausreichend Bewegung, nicht ersetzen.

Wo kann ich den Rosenwurz finden?

In der Apotheke oder bei seriösen Onlineversendern sind gute und sichere Rosenwurzpräparate erhältlich.

Herr Prof. Dr. Hörning, seit einiger Zeit macht eine Pflanze von sich reden, die die wenigsten hierzulande kennen werden, die Rosenwurz (lat. Rhodiola rosea). Was hat es mit dieser Pflanze auf sich?

Rosenwurz, oder besser gesagt, den aus ihrer Wurzel gewonnenen Extrakten sagt man nach, dass sie zu einer allgemeinen Leistungssteigerung und zu einer Verbesserung der Konzentration beitragen können. Der Grund, warum hier bisher nur relativ wenige Menschen diese Pflanze kennen, ist, dass sie eigentlich in den nördlichen Ländern wie Schweden, Russland etc. heimisch ist. Dort ist sie auch schon lange bekannt.



Mitglieder werben – und dabei gewinnen!

Überzeugen Sie Ihre Freunde und Bekannten von den vielen Vorteilen der Alpenvereins-Plus-Mitgliedschaft bei München & Oberland und holen Sie sich eine der attraktiven Prämien!

Unter diesen attraktiven Prämien* können Sie wählen!



Für 2 geworbene Mitgliedschaften
1 Sport-Schuster-Gutschein über 20 €



Für 2 geworbene Mitgliedschaften
Summit-Wash-Center



Für 1 geworbene Mitgliedschaft
Outdoor-/Sport-Handtuch + Netzbeutel



Für 2 geworbene Mitgliedschaften
USB-„Karabiner“ (1 GB)



Für 1 geworbene Mitgliedschaft
1 AV-Karte nach Wahl



Für 1 geworbene Mitgliedschaft
3 aktuelle Ausgaben »Bergsteiger« gratis

Für 3 geworbene Mitgliedschaften
Hüttenschlafsack Seide



Für 3 geworbene Mitgliedschaften
Summit Club Tagesrucksack



Für 4 geworbene Mitgliedschaften
Summit Club Reisetasche



Für 2 geworbene Mitgliedschaften
Erste-Hilfe-Apotheke

* Prämien erhalten Sie für die Werbung von Familien-, A-, B-, C- und Junioren-Mitgliedschaften

Mitgliedsbeiträge 2014 für Einzel- und Plus-Mitgliedschaft

(Mitgliedschaft gilt kalenderjährlich)

	Beitrag bei Neueintritt nach dem 1.5.2014	Regulärer Jahres-Beitrag	Treuebeitrag nach 10 Jahren DAV-A/B-Mitgliedschaft	Treuebeitrag nach 20 Jahren DAV-A/B-Mitgliedschaft
A-Mitglied Vollmitglied ab vollendetem 25. Lebensjahr	63* €	90 €	83 €	76 €
B-Mitglied ■ Ehe-/Lebenspartner eines A-Mitglieds bei identischer Anschrift (und einem Zahlungsvorgang bei Beitragszahlung)	35* €	50 €	46 €	43 €
C-Mitglied ■ Mitglieder, die bereits einer anderen DAV-Sektion als A/B-Mitglied oder Junior angehören	35* €	50 €		
■ Plus-Mitglieder. Nur für A/B/C-Mitglieder/Junioren/Jugendmitglieder oder Kinder in den Sektionen München und Oberland	0 €	0 €		
Junior Mitglieder im Alter vom vollendeten 18. bis vollendetem 25. Lebensjahr	35* €	50 €		
Jugendmitglied vom vollendeten 14. bis vollendetem 18. Lebensjahr	18,20* €	26 €		
Kinder bis vollendetem 14. Lebensjahr	9,10* €	13 €		
BESONDERE ERMÄSSIGUNGEN	35* €	50 €		
■ Mitgliedschaft ab dem vollendeten 70. Lebensjahr				
■ nach 50-jähriger Mitgliedschaft ab dem 70. Lebensjahr (auf Antrag)		30 €		
■ aktive Bergwachtmitglieder (auf Antrag)	35* €	50 €		
■ Schwerbehinderte (ab 50 % auf Antrag)	35* €	50 €		
■ Kinder von Alleinerziehenden (auf Antrag)	0 €	0 €		
■ Familienbeitrag für die ganze Familie (auf Antrag) Papa, Mama und alle Kinder bis zum vollendeten 18. Lebensjahr sind Mitglied (Voraussetzung: Alle Beiträge werden von einem Konto abgebucht)	84* €	120 €		

Hinweise:

* Für Mitglieder, die nach Beginn des laufenden Beitragsjahres eintreten, ermäßigt sich der Beitrag im Beitrittsjahr wie folgt: Eintritt nach dem 01.01. um 10 %; nach dem 01.03. um 20 %; nach dem 01.05. um 30 %; nach dem 01.07. um 40 %; nach dem 01.09. um 50 %.

Mitglieder, die nicht am kostengünstigen und arbeitssparenden Lastschriftverfahren teilnehmen, zahlen einen Jahresbeitrag, der um 5 € höher ist als die aufgeführten Tarife!

Ihre Mitgliedschaft

Als Mitglied bei den Alpenvereinssektionen München & Oberland tragen Sie einen wertvollen Teil zum verantwortungsvollen Miteinander von Bergsport, alpiner Kultur und Naturschutz bei.

Ihre Mitgliedschaft unterstützt:

- die umweltfreundliche Modernisierung von Berghütten nach neuesten Energie-, Abwasser- und Brandschutzstandards
- Umweltaktionen
- die Ausbesserung von beschädigten und gefährlichen Wegabschnitten
- die bergsportliche Ausbildung und Förderung insbesondere junger Menschen
- vielfältige Aktivitäten im Gruppen- und Vereinsleben
- ehrenamtliches Engagement
- und vieles mehr

SUMMIT
Bergreisen weltweit



Alle Werber nehmen zusätzlich an der Verlosung von 2 Reisegutscheinen des DAV Summit Clubs im Wert von 500 € teil!

Ja, ich möchte Alpenvereinsmitglied werden!



Den ausgefüllten Antrag bitte an: DAV-Sektion Oberland, Servicestelle am Isartor im Globetrotter, Tal 42, 80331 München, Fax 089/29 07 09-818
oder: DAV-Sektion München, Servicestelle Hauptbahnhof, Bayerstr. 21, 80335 München, Fax 089/55 17 00-99
oder: DAV-Sektion München, Servicestelle Marienplatz im Sporthaus Schuster, Rosenstr. 1–5, 80331 München, Fax 089/55 17 00-599
oder: DAV-Sektion München, Servicestelle Gilching, Frühlingstr. 18, 82205 Gilching, Fax 089/55 17 00-689

Senden Sie uns bitte die Anmeldung zu, oder – wenn Sie den Ausweis sofort benötigen und gleich mitnehmen möchten – dann kommen Sie einfach in eine unserer Servicestellen. Wenn Sie eine C-Mitgliedschaft beantragen, legen Sie bitte dem Aufnahmeantrag eine Kopie des gültigen Jahresausweises bei.

Anmeldung

(bitte benutzen Sie bei verschiedenen Adressen separate Aufnahmeanträge)

Zusatzanmeldung: Wenn bereits ein Familienangehöriger Mitglied ist, bitte hier den Namen und Mitgliedsnummer angeben:

Name	Name Partner (falls nicht identisch)
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Vorname	Vorname
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Adresse: Straße, Hausnummer	Geburtsdatum
<input type="text"/>	<input type="text"/>
PLZ Ort	Telefon tagsüber und mobil
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Geburtsdatum	E-Mail-Adresse
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Telefon tagsüber und mobil	Nachname der Kinder (falls nicht identisch)
<input type="text"/>	<input type="text"/>
E-Mail-Adresse	1. Kind Vorname Geburtsdatum
<input type="text"/>	<input type="text"/>
gewünschtes Eintrittsdatum: <input type="text"/>	2. Kind Vorname Geburtsdatum
	<input type="text"/>
Ich habe bereits das Infomaterial zur Mitgliedschaft erhalten <input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> nein	<input type="checkbox"/> kostenlosen monatlichen Newsletter abonnieren
Ich war/bin Mitglied einer anderen alpinen Vereinigung:	
<input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> ja wenn ja, bei <input type="text"/>	von <input type="text"/> bis <input type="text"/>

Ich/wir unterstütze(n) die Ziele des DAV, erkenne(n) insbesondere die Satzungen der Sektionen München und Oberland an. Die Mitgliedschaft gilt kalenderjährlich. Ich/wir weiß/wissen, dass im Falle eines späteren Austrittes dieser jeweils zum 30. September schriftlich gegenüber den Sektionen erklärt sein muss, damit er zum Jahresende wirksam wird. Die Mitgliedschaft für Kinder und Jugendliche endet **nicht** automatisch mit dem 18. Lebensjahr – auch nicht bei einer bestehenden Familienmitgliedschaft –, sondern ist weiterhin gültig, sofern sie nicht entsprechend o.g. Frist gekündigt wird.

Datum <input type="text"/>	Unterschrift Antragsteller <input type="text"/>	Unterschrift Partner <input type="text"/>
(bei Minderjährigen bitte der/die gesetzliche(n) Vertreter)		

Einzugsermächtigung/SEPA-Lastschriftverfahren (Gläubiger ID: Sektion Oberland DE56ZZZ00000013220 – Sektion München DE9300100000004600)
Ich ermächtige die Sektionen München und Oberland von meinem Konto mittels Lastschrift alle fälligen Beträge und Forderungen für o.g. Person(en) einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von den Sektionen auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.
Hinweis zum Widerspruch: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditunternehmen vereinbarten Bedingungen. Die aus den Satzungen (AGB's) resultierenden Zahlungsverpflichtungen bleiben auch bei Widerspruch unverändert bestehen! Bei Nichteinlösung entstehende Bankspesen gehen zu meinen/unsere(n) Lasten.

Kontonummer <input type="text"/>	BLZ <input type="text"/>	Geldinstitut <input type="text"/>
IBAN <input type="text"/>	BIC <input type="text"/>	
Datum <input type="text"/>	Name und Unterschrift des Kontoinhabers (falls abweichend von den sich anmeldenden Mitgliedern) <input type="text"/>	

Bitte gewünschte Mitgliedschaft ankreuzen.

<input type="checkbox"/> DAV-Plus-Mitgliedschaft in den Sektionen München und Oberland*	ohne Mehrpreis	<input type="checkbox"/> Ich möchte nur in der Sektion München Mitglied werden
inkl. aller Leistungen der Sektionen München und Oberland ● Vier Servicestellen ● Zugang zu 25 Selbstversorgerhütten ● Ausrüstungsverleih ● Alpine Bücherei mit 13.000 Büchern und Karten ● Umfangreiches Veranstaltungs-, Ausbildungs- und Tourenprogramm		<input type="checkbox"/> Ich möchte nur in der Sektion Oberland Mitglied werden

Ich wurde geworben von <input type="text"/>	Falls Mitglied bei Sektionen München/Oberland: Mitgliedsnummer <input type="text"/>
Name <input type="text"/>	Telefon / E-Mail <input type="text"/>
PLZ Ort <input type="text"/>	Straße <input type="text"/>

* Die persönlichen Daten von Plus-Mitgliedern dürfen zu Verwaltungszwecken zwischen den Sektionen München und Oberland ausgetauscht werden.



ALPHA BIKES & SPORTS
Ingolstädter Str. 107, 80939 München
Tel. 089/35 06 18 18, Fax 089/35 06 18 19



Fidelio
Spezialgeschäft für Fahrradanhänger
Inhaber: Jürgen Schmid · St.-Anna-Str. 18 · 80538 München
Telefon: (0 89) 21 86 90 16 · Telefax: (0 89) 21 86 90 17
www.fidelio-mobil.de · mail@fidelio-mobil.de



KIKOSPORT
VERKAUF SERVICE BERATUNG
Fürstenrieder Str. 206, 81377 München
Tel. 089/714 36 59
www.radkiko.de



RABE BIKE
EINFACH GUTE RÄDER
RABE Bike – jetzt 5x in Bayern
www.rabe-bike.de



STATT AUTO
CARSHARING · MÜNCHEN
Spectrum Mobil GmbH
Tel. 089/202 05 70
www.stattauto-muenchen.de



Globetrotter.de
Ausrüstung
Isartorplatz 8–10, 80331 München
Telefon: 089 / 444 555 7-0
shop-muenchen@globetrotter.de



Schuhmacher-Meisterbetrieb
Ewald Bauch
www.ewald-bauch.de
Der Spezialist für Kletter- und
Bergschuhbesohlung sowie
orthopädische Schuheinlagen
81539 München Bayrischzellerstr. 2
Telefon (089) 69 28 35 0



radschlagixi
Einsteinstraße 48 Fon 089/47 98 46
81675 München info@radschlagixi.de



BASECAMP
Der Gipfel an guter Ausrüstung
Gaißbacher Str. 18, Ecke Implerstraße,
81371 München
Tel. 089/76 47 59, Fax 089/746 06 30



GEGENWIND
Antrieb & Service
Thalkirchnerstr. 145, Ecke Bruderlmühlstraße
Tel. 089/723 28 60, Fax 089/723 28 10

KLETTNER-und HOCHTOURENECKE
Ihr Bergsportladen seit 1978

Wörther Straße 1
82380 Peißenberg
Tel. 08803/488 58-48,
Fax 08803/488 58-71
bergsport@web.de



sauter***
Foto Video Medien
Sonnenstr. 26, 80331 München
Tel. 089/55 15 04-0, Fax -53



Bergsporthütte
FINE ALPINE EQUIPMENT
Pfadergasse 1, 86150 Augsburg
Tel. 0821/15 27 77, Fax 0821/31 48 97
www.bergsporthueette.de

Bergfreunde kennen
GEOBUCH

Rosental 6, 80331 München,
Tel. 089/26 50 30, Fax 26 37 13



Alte Allee 28
81245 München/Pasing
Tel. 089/88 07 05



smartino
berg . sport . outdoor
funktionelles.de
Bayrischzeller Str. 11, neben Slys-Destillerie
83727 Schliersee / Neuhaus
Mo-Sa 9-18 Uhr



bitti
UNSER HERZ SCHLÄGT FÜR SPORT
Georg-Reismüller-Str. 5, München-Attlach
Fürstenrieder Str. 18, München-Laim
Kurt-Huber-Ring 5, Fürstenfeldbruck
sport-bitti.de



griesbeck
ZWEIRÄDER
Lerchenfeldstr. 11, 80538 München
Tel. 089/22 41 13, Fax 089/22 56 26
www.fahrrad-griesbeck.de



munich-bikes
and more...
Dachauer Str. 340
80993 München
Tel.: 089 / 141 41 21
Fax: 089 / 141 41 35
www.munich-bikes.de



WÖRLE.OPTIK
SehkraftCentrum München
Augustenstraße 6
80333 München
Tel. 089/55 22 43-0
www.woerle.de



CYCLE CONCEPTS
Oberföhringer Str. 172, 81925 München
Tel. 089/54 80 33 55
www.cycleconcepts.de



Jack Wolfskin
-STORE-
Tal 34, 80331 München
Tel. 089/22 80 16 84



Outdoorschuhe
Kapuzinerplatz 1, 80337 München
Tel. 089/74 66 57 55
Fax 089/74 66 57 54



SportScheck
Neuhauser Str. 19–21, 80331 München
Tel. 089/21 66-1219
www.sportscheck.com



Dörr
Alles für
Erlebnisreisen
Schertlinstr. 17, D-81379 München
Tel. 089/28 20 32



KARSTADT
Karlstor, Neuhauser Str. 18
80331 München
Tel. 089/29 02-30
Fax 089/29 02-33 00



PRO RAD
Fäustlestr. 7, 80339 München
Tel. 089/502 99 00, Fax 089/502 99 10
www.pro-rad.de



schuster
1933
Rosenstr. 1-5, 80331 München
Tel. 089/237 07-0
Fax 089/237 07-429
www.sport-schuster.de



DANIEL'S FACH SPORT
Lochhauser Str. 33, 82178 Puchheim
Tel. 089/89 02 67 27
www.daniels-fachsport.de



WANDER WASTL
www.wanderwastl.de
Outdoor Vergnügen mit dem besten Freund des Menschen
Hochwertige Freizeit- und Wanderausrüstung
für die ganze Familie



INTERSPORT Becke
Pucher Str. 7, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel. 08141/188 88
www.sport-becke.de



INTERSPORT HAINDL
Bahnhofstr. 22, 82152 Planegg
Römerstr. 13, 82205 Gilching
Tel. 089/850 15 81 089/859 85 81, 08105/4400
www.intersport-haindl.de

Sport Sperk

Isar-Center, Daimlerstr. 1, 85521 Ottobrunn,
Tel. 089/609 79 23
PEP, Thomas-Dehler-Str., 81737 München,
Tel. 089/637 14 38
OEZ, Riesstr. 59, 80993 München, Tel. 089/140 70 60
www.sport-sperk.de

SKI + BIKE

Häberlstr. 23, 80337 München
Tel. 089/53 10 47

INTERSPORT UTZINGER

Egerlandstr. 56, 82538 Geretsried
Tel. 08171/620 40

INTERSPORT SPORT PETER

In der Fußgängerzone,
83646 Bad Tölz
Tel. 08041/87 68

Velo

Weißenburger Str. 44, 81667 München
Tel. 08178/95 50 12, Fax 08178/95 50 11
www.velo-muenchen.de

INTERSPORT REISER

Bürgermeister-Finsterwalder-Ring 3
82515 Wolfratshausen
Tel. 08171/781 56, Fax 08171/99 76 84
www.intersport-reiser.de



NEVER STOP EXPLORING®
Sendlinger Str. 11, 80331 München
Tel. 089/23 70 24 68
tnfstore_munich@vfc.com

Radsport Ullmann

Blutenburgstr. 122
80634 München, Tel. 089/168 80 88
info@radsport-ullmann.de



Wangener Weg 9, 82069 Hohenschäftlarn
Tel. 08178/95 50 12, Fax 08178/95 50 11
www.vertikal-shop.de



Hauptstr. 6, 82319 Starnberg
Tel. 0851/167 14
Baierplatz 2, 82131 Stockdorf, Tel. 089/89 74 49 49
www.radhaus-starnberg.de



Untere Bahnhofstr. 53a, 82110 Germering
Tel. 089/89 42 89 00

Samberger
„stützpunkt
für gesundes Laufen,
Gehen und Stehen!“
Landsberger Str. 209 | Tel. 089-517777-0
www.wanderfreude24.de

wild mountain
wildwasser telemark bergsport



Bahnhofstr. 1, 82319 Starnberg
Tel. 08151/74 64 30



82377 Penzberg • 82407 Wielenbach
82418 Murnau • 82467 Garmisch-P.



Am Perbacher Forst 186, 81545 München
Tel. 089/642 40-0, Fax 089/642 40-100



www.radldiscount.de
Aidenbachstr. 116
81379 München
Tel. 089/724 23 51
Trappentreustr. 10
80339 München
Tel. 089/50 62 85



BERATUNG • VERKAUF • SERVICE
SKI • SNOWBOARD VERLEIH
Röntgenstr. 1a, 82152 Martinsried
Tel. 089/856 23 79

RADL WELT
19b, 75100 Rosenberger
www.RADL-WELT.de
Post-Frankl-Str. 42
80793 München
Tel. 089 31 60 62 63
Fax 089 31 60 62 64
Rad@radlwelt.de

sport-outlet
Föhrenwaldstr. 2
82515 Wolfratshausen | Waldram
Service Telefon 08171 | 40 88 15
www.sport-outlet.de

Die riesigen Fahrrad-Abholmärkte ZIMMERMANN

Schmuckerweg 3, 81825 München
Tel. 089/42 62 21, Fax 089/42 56 07
Carl-v.-Linde-Str. 28, 85716 Unterschleißheim
Tel. 089/310 95 07
www.fahrrad-zimmermann.de

Inserentenverzeichnis

ALPIN – das Bergmagazin	www.alpin.de	Tel.: +49(0)89/8931600
Basecamp GmbH	www.basecamp.de	Tel.: +49(0)89/764759
BERGANS	www.bergans.de	Tel.: +49(0)40/325964450
Bergverlag Rother	www.rother.de	Tel.: +49(0)89/6086690
Bergzeit	www.bergzeit.de	Tel.: +49(0)8024/902290
Bruckmann Verlag	www.bruckmann-verlag.de	Tel.: +49(0)89/1306990
DAV Summit Club	www.dav-summit-club.de	Tel.: +49(0)89/642400
Deuter Sport GmbH & Co. KG	www.deuter.com	Tel.: +49(0)821/4987327
Globetrotter	www.globetrotter.de	Tel.: +49(0)40/67966179
Goal Zero Europe GmbH	www.goalzero.com	Tel.: +49(0)89/39291206
Hanwag	www.hanwag.de	Tel.: +49(0)81/3993560
Innsbruck Tourismus	www.innsbruck.info	Tel.: +43(0)512/59850
Koch alpin GmbH	www.kochalpin.at	Tel.: +43(0)5223/455940
Mammut: Beilage	www.mammut.ch	Tel.: +41(0)62/7698181
Nikwax Ltd.	www.nikwax.com	Tel.: +44(0)1892 786400
Outdoor Schuhe München	www.outdoor-schuhe-muenchen.de	Tel.: +49(0)89/74665755
Ötztal Tourismus	www.oetztal.at	Tel.: +43(0)525320130
Scarpa Schuhe AG	www.scarpa-schuhe.de	Tel.: +49(0)7621/9161570
SOS Kinderdorf: Beilage	www.sos-kinderdorf.de	Tel.: +49(0)8912606 0
Sporthaus Schuster	www.sporthaus-schuster.de	Tel.: +49(0)89/237070
Stadt München	www.muenchen.de	Tel.: +49(0)89/233-00
The North Face	www.thenorthface.com	Tel.: +39(0)423/683110
Urthalerhof	www.urthalerhof.de	Tel.: +49(0)8856/2003
Zugspitz-Region	www.zugspitz-region.de	Tel.: +49(0)8821/51562

2-rad

Georgenstraße 39, 80799 München
Tel. 089/271 63 83
Geöffnet tägl. 9:00 – 19:00 Uhr
Sa 9:00 – 14:00 Uhr

DER RADLMARKT

Chiemgaustr. 142, 81549 München
Tel. 089/68 43 98
Nymphenburgerstr. 24, 80335 München
089/123 54 44
www.radlmarkt.de

2-WHEEL
LANDSBERGERSTR. 234
80687 MÜNCHEN - LAIM
Tel. 089/512 618 02
www.2-wheel.de
YETI BMC GSS WHEELER MARIN

alpenkind
münchen
Oberanger 40/42, 80331 München
www.alpenkind-muenchen.de

ausruestungslager.de
jdav
Beitruverband München

arte toscana
 Eglinger Str.18
 82544 Moosham/Egling,
 Tel. 08176/428
 www.arte-toscana.de



BERGSHOP COM
 Der Klettershop im Internet



TRAVELING YOGA
 www.travelingyoga.org



Erlebnis-Wanderreisen
 Tel.: 089/203 222 95
 www.sento-wanderreisen.de

Sento
 Wanderreisen



EUROHIKE
 WANDERREISEN

Einfach nur Wandern!
 ✕ Organisierte Wanderreisen in Europa ✕ Individuell & in der Gruppe ✕ Genusswandern, Bergwandern und mehr...

GRATIS INFOLINE (D): 0800 58 89 718 | www.eurohike.at



THEORYWORKS
 Modulares Shelter System
 thetheoryworks.com



WIR RÜSTEN SIE AUS

SPORT **conrad**
 www.sport-conrad.com

82377 Penzberg • 82407 Wielenbach
 82418 Murnau • 82467 Garmisch-P.



HIMALAYA

Nepal
 Langtang und Helambu ab 2090 €
 Rund um die Annapurna ab 2190 €
 Annapurna Base Camp ab 1990 €
 Königreich Mustang ab 2690 €
 Island Peak, 6190 m ab 2890 €

Ladakh
 Markha Valley & Kaschmir ab 2790 €
 Großer Zanskar Trek ab 3190 €
 Stok Kangri, 6150 m ab 2790 €

Bhutan
 Darjeeling - Sikkim - Bhutan ab 3490 €

Bestellen Sie unseren Katalog
 HFT Himalaya Fair Trekking
 Gistlstr. 84, 82049 Pullach im Isartal
 Tel: 089/600 600 00
 E-mail: info@himalaya.de
 www.himalaya.de

WELTWEIT
 TREKKING/WANDERN
 SAFARIS
 KULTURREISEN
 INDIVIDUALREISEN
 KLEINGRUPPEN

HENKALAYA
 Hollerstück 4 • 35232 Friedensdorf
 Tel.: 06466 912970 • Fax: 912972
 henkalaya@t-online.de
 www.henkalaya.de



Ausrüstung fürs Extreme

xtrym.de
 RW OutdoorSport e.K.



Azoren
 2x wöchentlich ab
 Frankfurt & München
 ab € **295***
 inkl. Hin-/Rückflug, Steuern u. Geb.
 *Preis ab München

Fliegen & Wandern
 Infos im Reisebüro oder unter
 www.flysata.de



DIE BERGE SCHÜTZEN,
 DAMIT WIR SIE WILD
 ERLEBEN KÖNNEN.

mountainwilderness.de



Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

MediaAgentur **alpinwelt**
 Doris Tegethoff

Das Bergmagazin für München und Oberland

DAV
 Deutscher Alpenverein
 München & Oberland

E-Mail info@agentur-tegethoff.de, www.agentur-tegethoff.de

Korsika **FERIENDORF**
 ZUM STÖRRISCHENESEL
 Korsika Urlaub, der verbindet.

93% Aktuelle Weiterempfehlung!

Gratis T 0800 589 3027 und in Ihrem Reisebüro
 Online buchen auf www.rhomberg-reisen.com

rhombert
 mehr vom Leben

Reisebüro Rhomberg GmbH, Eisengasse 12, A-6850 Dornbirn



Einfacher, sicherer, trockener



NASS?
SCHMUTZ UND
AUFGESOGENES WASSER
VERHINDERN DEN
SCHWEIßABTRANSPORT
AUS DEM JACKENINNEREN!

TROCKEN?
EINE SAUBERE
WASSERDICHTE
JACKE KANN ATMEN
UND WIRD AUF DER
INNENSEITE NICHT FEUCHT!

NIKWAX TECH WASH
EFFEKTIVE REINIGUNG IN DER
WASCHMASCHINE, OHNE DIE
WASSERABSTOßENDEN EIGENSCHAFTEN
ZU BEEINTRÄCHTIGEN



NIKWAX TX.DIRECT
SICHERE, LEISTUNGSSTARKE
IMPRÄGNIERUNG ZUM EINWASCHEN,
OHNE DIE ATMUNGSAKTIVITÄT
ZU BEEINTRÄCHTIGEN



Unsere Pflegemittel sind die einzigen Produkte auf dem Markt, die zu 100% Wasser basierend, nicht entzündlich und PFC-frei sind. Wir vermeiden die Verwendung von PFC, denn wir sind der Überzeugung, dass sie für die Gesundheit unserer Kunden und die Umwelt eine Gefahr darstellen.

KOSTENLOSE NIKWAX-MUSTER
Wenn Sie bei unserem
WebQuiz mitspielen
www.nikwax.de
/a/pinweit

BERGSPORT

UNSER ALPINES SORTIMENT HAT DIE FUNKTIONEN UND EIGENSCHAFTEN, DIE SIE SELBST UNTER ANSPRUCHSVOLLSTEN BEDINGUNGEN ANS ZIEL BRINGEN.



EIGENS ZUM BERGSPORT ENTWICKELT



Glittertind Jacket



Die Glittertind Jacket ist eine leichte Hardshell aus einem weichen und komfortablen 2-Wege-Stretch-Material. Sie ist entwickelt für den Einsatz bei hoher Aktivität und unter allen Wetterbedingungen. Die preisgekrönte Dermizax®NX Membran bietet vollen Wetterschutz und Atmungsaktivität auf höchstem Niveau.

BERGANS OF NORWAY HAT SEINEN URSPRUNG IN DER WILDEN NATUR UND DEM RAUEN KLIMA NORWEGENS. DIE OFT WIDRIGEN BEDINGUNGEN DORT STELLEN BESONDERS HOHE ANSPRÜCHE AN DAS MATERIAL UND SEINE NUTZER.

EKSTREM TURGLEDE bergans.de

