

outdoor

WANDERN. REISEN. ABENTEUER.

TRAUMHAFTE
OUTDOOR-
TOUREN FÜR
2024

Die schönsten Sonnenziele in Europa

**PIEMONT
GENIESSEN**
Entspannt wandern
und richtig gut essen

MAGISCHER HARZ
Die besten Wege
rund um den Brocken

GROSSER TEST

**WANDERSCHUHE
FÜR DEN WINTER**

Rutschfest, wasserdicht und warm:
20 Modelle im Labor- und Praxis-Check



PLUS
23 SEITEN
WINTERWELLEN
Bitte
wenden!

**Abenteuer
Schottland**

Auf Tour
in den wilden
Cairngorms

TEST

**ALLROUND-
SOFTSHELLS**
Welche komfortabel
und witterfest sind

D 6,90 € · Ö 7,80 € · CH 11,00 SFR · BENELUX 8,20 € · I 9,50 €





So hält Ihr Artikel für 37 Jahre

Setzen Sie auf langlebige Qualität. Norrøna wurde 1929 mit dem Ziel gegründet, Outdoor-Artikel höchster Qualität herzustellen. Das ist nach wie vor unser Anspruch. Auf Qualität zu achten mag zum Zeitpunkt des Kaufs teuer erscheinen, doch auf die vielen Jahre der Nutzbarkeit aufgeteilt, lohnt sich die Investition allemal. 15–30 Jahre alte Artikel von Norrøna werden häufig noch für ein Drittel oder zur Hälfte des Neupreises verkauft, manchmal sogar noch mehr.

Bei unserer äußerst benutzerorientierten Produktentwicklung werden die Artikel unter härtesten Bedingungen von unseren anspruchsvollsten Benutzern getestet. Wenn die Artikel ihre hohen Anforderungen erfüllen, werden auch alle anderen Benutzer zufrieden sein. Wir verbringen bis zu drei Jahre damit, jeden Artikel zu entwickeln und zu testen. Viele unserer Artikel basieren auch auf den Erfahrungen und Erkenntnissen früherer Generationen.

Behandeln Sie Ihre Artikel sorgfältig. Wenn Sie in Qualität investieren und mehr ausgeben, sollten Sie Ihre Artikel auch gut behandeln und pflegen. Alle Outdoor-Artikel sollten regelmäßig gewaschen werden und einige sollten eine Auffrischung der DWR-Behandlung (Durable Water Repellent) erhalten. Selbst Artikel, die für den Gebrauch unter Extrembedingungen hergestellt wurden, halten länger, wenn man sie pfleglich behandelt.

Reparieren Sie die Artikel bei Bedarf. Ganz gleich, wie gut die Qualität ist, irgendwann zeigen sich immer Abnutzungsscheinungen. Seit 1929 bieten wir Reparaturen an, um die Langlebigkeit unserer Produkte zu gewährleisten. Im Jahr 2022 reparierten wir über 14.000 Artikel. Wir verfügen über Reparaturzentren in den USA, Kanada, der EU, der Schweiz, im Vereinigten Königreich, Japan und Norwegen. Die Online-Registrierung ist ganz einfach und die Bearbeitungszeit beträgt zwischen 5–10 Arbeitstagen. Für eigenständig durchgeführte Reparaturen sind in unserem Online-Shop auch Ersatzteile erhältlich.

Entscheiden Sie sich für zeitloses Design. Produkte mit zeitlosem Design sind länger gefragt und überdauern Trends. Genau genommen gewinnen sie mit dem Alter sogar noch an Charme. Die Philosophie für unsere Designs heißt: „Loaded Minimalism™“, also Produkte, die so umweltschonend wie möglich und mit allen wichtigen Details und farbinspiriert hergestellt werden. Natürlich spielt auch die zeitliche Koordination der Kollektionen eine Rolle.

Wenn Sie das Produkt nicht mehr verwenden, verkaufen Sie es an jemanden, der es tut. 2023 werden wir in unserem neuen Norrøna House einen Secondhandladen einführen, der Vermietung, Reparatur und Ersatzteile umfasst und so gebrauchten und reparierten Artikeln eine längere Lebensdauer schenkt.

Seit Jahrzehnten werden unsere Produkte als gute Alternative zum Kauf neuer Artikel von Norrøna umfassend auf digitalen Secondhandplattformen verkauft.

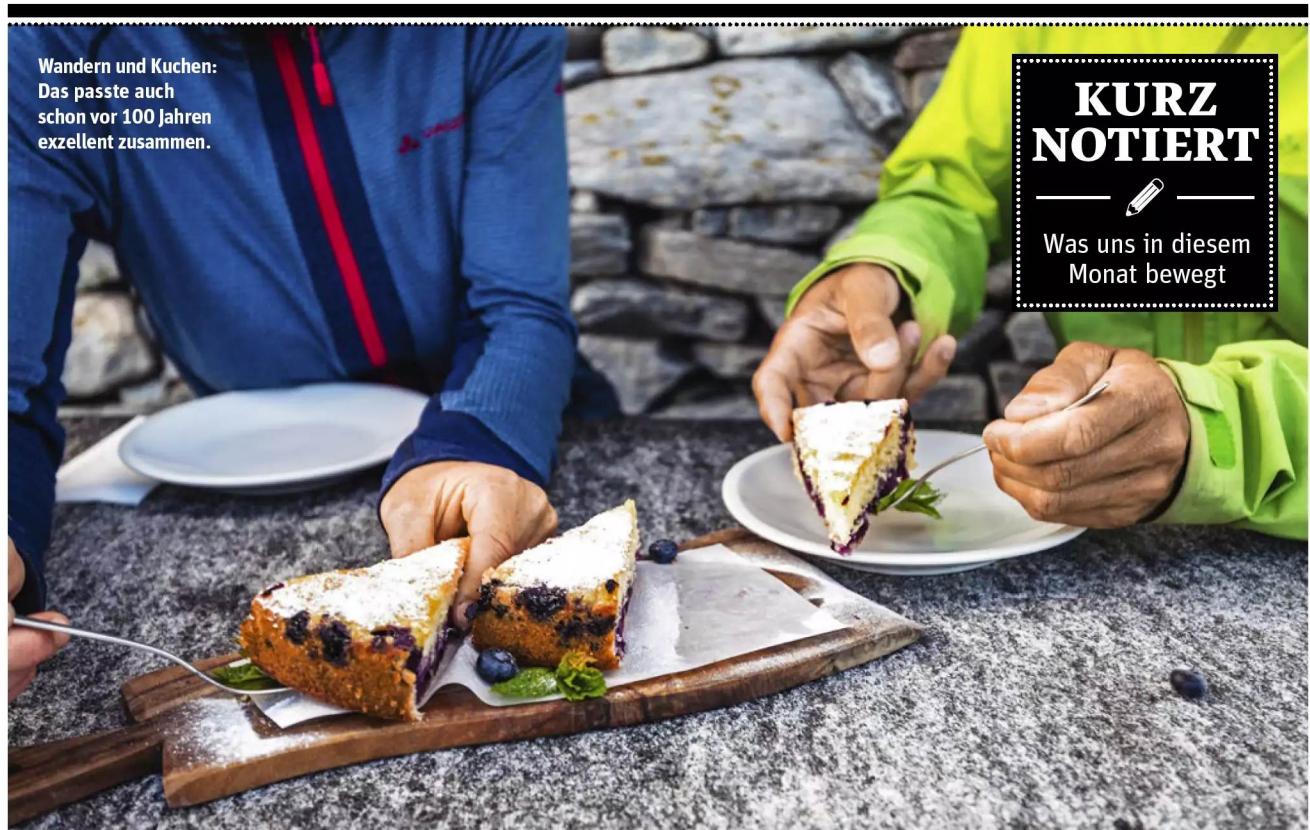
Darüber hinaus ... Mehr als 80% aller von uns verwendeten Nylon- und Polyesterfasern bestehen aus recycelten Materialien. Unsere Baumwolle stammt zu 100% aus biologischer Erzeugung. Alle unsere Daunen sind nach RDS (Responsible Down Standard) zertifiziert und unsere Wolle wird entweder wiederaufbereitet oder ist nach RWS (Responsible Wool Standard) zertifiziert. Wir arbeiten auch an kohlenstoffarmen oder kohlenstoffnegativen Produkten aus Bioabfällen oder recycelten Naturfasern. Unsere Schätzung für den CO2-Fußabdruck für die Produktion und den Versand eines Norrøna-Artikels betrug im Jahr 2022 durchschnittlich 10 kg CO2. Das entspricht 4 Litern Benzin oder 300 Gramm Rindfleisch.

Wenn Sie Ihren Artikel 30 Jahre lang verwenden, sind die CO2-Bilanz und die Investition sicherlich positiv.

Diese Jacke, die Norrøna Cotton Mountain Jacket von 1986, wurde 37 Jahre lang von Håvard getragen und nach Jahrzehntelanger Nutzung an seinen Sohn weitervererbt.

NORRØNA 

Welcome to nature



Hannes Tell

KURZ NOTIERT

Was uns in diesem Monat bewegt



Liebe Leserin, lieber Leser!

»Wer zu wandern weiß, weiß auch zu leben.« - So weit, so schmeichelhaft für uns. Stephen Graham, der Urheber dieses Zitats, nahm wohl beides für sich in Anspruch. Jedenfalls schrieb der Schotte 1926 den ersten Ratgeber für Wanderer, die fernab der Straßen unterwegs waren und draußen übernachteten. Mit fast hundertjährigem Abstand ist es interessant zu lesen, mit welcher Ausrüstung man damals unterwegs war (Mantel und Decke) und mit welchen Problemen man zu kämpfen hatte (Nässe und Vorwürfe der Landstreicherei). An den Gründen für eine Wanderung jedoch hat sich nichts geändert - nach wie vor ziehen wir los, um die Natur zu genießen und neue Eindrücke zu gewinnen. Und so hätte sich Graham wohl auch über diese *outdoor*-Ausgabe gefreut, über einsame Pfade in seiner Heimat Schottland und über genussreiche Touren im Piemont - ein paar warme, winterfeste Wanderstiefel aus unserem Test wären ihm wohl auch zupassgekommen. Immerhin hatte er schon erkannt, dass »wenn das Herz trüb ist, das oft nur an einer zu dünnen Sohle liegt«.

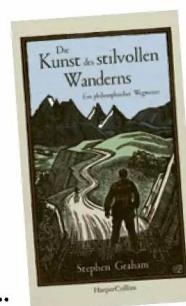
Alex Krapp Chefredakteur

AUS DER REDAKTION



Jozef Kubica

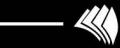
Early Bird Autorin Jana Wagner hat sich zu Sonnenaufgangstouren in den Harz begeben. Wie es ihr gefiel, lest ihr ab Seite 54.



Ratgeber Einen Einblick in die Outdoorwelt der 1920er-Jahre gibt dieses auf Deutsch übersetzte Büchlein aus dem HarperCollins Verlag.



INHALT 1|2024



Die Themen
dieser Ausgabe



46| Abenteuer Schottland

In den Cairngorms kann es rau zugehen – aber dafür hat man es wunderbar ruhig dort.



72| Georgiens Kleinod

Wer beim Wandern Neuland und große Kulissen sucht, muss nach Swanetien.

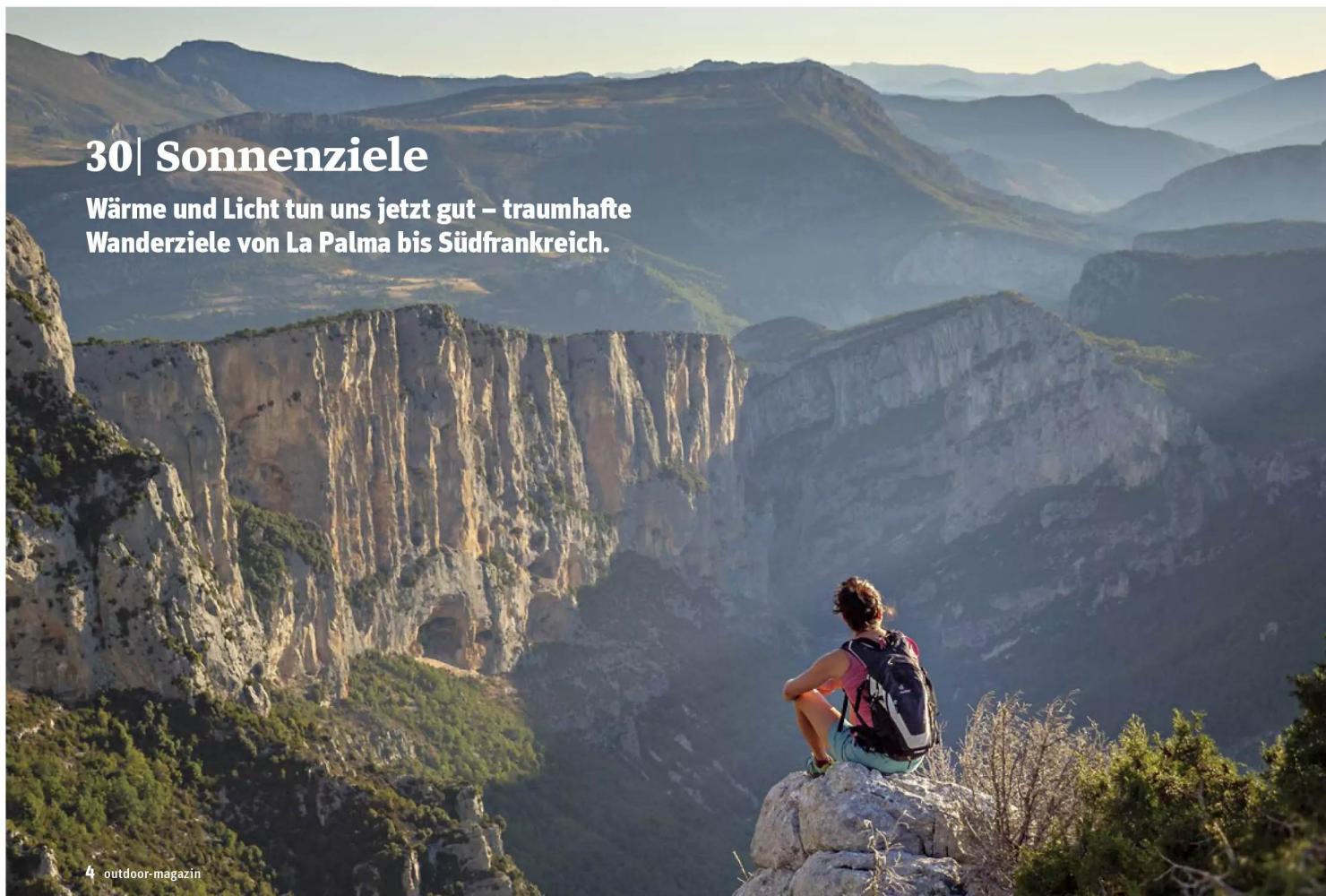
38| Winterwanderschuhe

20 gefütterte Modelle für Damen und Herren im großen Labor- und Praxis-Check.



30| Sonnenziele

Wärme und Licht tun uns jetzt gut – traumhafte Wanderziele von La Palma bis Südfrankreich.





54| Magischer Harz

Von einer, die nachts aufstand, um zum Sonnenaufgang auf dem Berg zu sein.



78| Wollwäsche

Mit der richtigen Pflege bleibt Merinowäsche immer in Topform. So geht's.



20| Piemont für Gourmets

Beim Trekking um das zauberhafte Valle Maira genießt der Gaumen immer mit.

TOUREN & ABENTEUER

06 Himmelszauber

Zur richtigen Zeit am richtigen Ort: magische Bilder von kalten Nächten.

20 Piemont für Gourmets

Das beste Hüttenessen gibt es im Valle Maira, heißt es. Könnte stimmen.

30 Sonnenziele

Acht Wandergebiete, die unsere Sehnsucht nach dem Süden stillen.

46 Abenteuer Schottland

In den Cairngorms kommen Fans der Highlands voll auf ihre Kosten.

54 Magischer Harz

Wie es ist, mitten in der Nacht Richtung Sonnenaufgang zu wandern.

72 Georgiens Kleinod

Auf Zeitreise – ein Wandertrip durch das Bergparadies Swanetien.

TEST & EQUIPMENT

38 Winterwanderschuhe

Unser Test zeigt, welche am besten mit Kälte und Schnee klarkommen.

62 Nimm zwei

Acht Fingerhandschuhe und Fäustlinge für deutsche bis arktische Winter.

64 Im Dauertest

Winter-Bikeschuh, Skibrille, leichter Trekkingrucksack, Edel-Fernglas

66 Instructor

So repariert ihr unterwegs ruckzuck eine gebrochene Zeltstange.

70 Das gute Produkt

Es war einmal ein cleverer Jäger: wie ABS den ABS-Rucksack erfand.

84 Wintersoftshells

20 aktuelle Kapuzenmodelle im großen Wärme- und Klima-Check.

OUTDOOR-COACH

52 Schwer auf Zack

Auf einen Blick: Diese Details machen einen guten Schneeschuh aus.

68 Überlebenskünstler

Neun heimische Tiere und ihre Tricks, um durch den Winter zu kommen.

78 Wollwäsche

Wie ihr sie richtig behandelt und wie sie lange weich und warm bleibt.

SZENE-NEWS

12 Schwedisches Idyll

140 Kilometer führt der Biosfärleden an der Küste des Vänernsees entlang.

13 Weißes Rauschen

Wie verhält man sich in einem White-out, Herr Doktor Heitland?

16 Im Schlaf ans Ziel

Die Österreichischen Bundesbahnen haben neue Nachzüge eingerichtet.



**Special|
Winterwelten**
Wunderbare Tage
im Schnee



**84|
Softshells**
20 Jacken für
kalte Tage im
Mega-Test.

A wide-angle night photograph capturing a vast, dark sky filled with numerous stars. A prominent, curved band of light, the Milky Way, stretches across the upper portion of the frame. Below the sky, a range of mountains is visible as dark silhouettes against the night. In the foreground, a massive, illuminated glacier dominates the scene. The glacier's surface is covered in sharp, jagged ice formations that catch the light, appearing in shades of blue and white. The overall atmosphere is one of a cold, serene, and awe-inspiring natural landscape.

ÖSTERREICH

Nachts am Eiskoloss

Eine bitterkalte Herbstnacht am zweitgrößten Gletscher Österreichs, dem Gepatschferner: Es knarzt, donnert und plätschert. Haushohe, tiefblaue Brocken und Türme ragen in die Höhe, darüber spannt sich ein gigantischer Nachthimmel, funkelt die Milchstraße – ein perfektes Motiv für den Naturfotografen Nicholas Roemmelt. Gemeinsam mit seiner Frau Christina bahnte er sich den Weg mit Pickel und Steigeisen hinauf. »Noch unvergesslicher war das anschließende Teetrinken vor unserem kleinen Zelt neben diesem knarrenden Ungetüm. Ohne künstliches Licht weit und breit genossen wir einen Himmel voll unfassbar hell strahlender Sterne.«



Dem Himmel ganz nah

Zugegeben, von außen wirkt die kleine Blechhütte des Bivacco del Baus nur mäßig einladend. Drinnen kann man es sich umso gemütlicher machen, vor allem wenn man das Minischutzhäuschen für sich hat wie im Bild das Fotografenpaar Iris Kürschner und Dieter Haas. Und vor allem braucht man nur vor die Tür zu treten, um auf 2668 Metern den Sternenhimmel über dem Piemont zu bestaunen. Lichtverschmutzung? Ein Fremdwort hier oben. Selbst durch die Fenster des Biwaks ist das Gefunkel bei klaren Verhältnissen zu sehen - nach knapp 5,5 Stunden Aufstieg (1300 Hm) von Terme di Valdieri tut es ziemlich gut, sich auf den Pritschen auszustrecken.







GRÖNLAND

Lichtertanz in der Arktis

Wenn Nordlichter über den Himmel flackern, ist die Welt plötzlich eine andere, mystisch und geheimnisvoll. Kein Wunder, dass viele nordische Völker einst glaubten, ihre Götter würden ihnen auf diesem Weg etwas sagen. Der kanadische Fotograf Paul Zizka entdeckte auf der Diskoinsel, Grönlands größter Nebeninsel, einen besonders märchenhaften Spot mit Felstor im Meer und Wasserfall – und hatte auch noch das Glück, dass »Aurora borealis« sich zum Zeitpunkt des Mondaufgangs zeigte. Die besten Chancen, das Lichtphänomen zu bestaunen, bietet in Grönland allerdings der Ort Kangerlussuaq mit seinem stabilen Mikroklima.



KOMPASS



Der Wegweiser
durch die
Outdoor-Welt

NORDLAND-IDYLL

Der Vänern, Schwedens größter See, gleicht eher einem Meer – der Bodensee würde zehnmal hineinpassen. Nun erschließt ein neuer Weitwanderweg seine Südküste: der Biosfärleden. Vom stolzen Barockschloss Läckö am Ende der Halbinsel Kallundå schlägt er einen 140 Kilometer langen Bogen Richtung Nordosten und bietet auf neun Etappen immer wieder Blicke auf die verträumte Inselwelt des Vänern. Restaurants und Cafés laden zum Verweilen ein, Bed & Breakfasts zum Übernachten. westswedentrails.se



Westswedentrails.com/Jesper Anhede

PETZL SWIFT RL

UPDATE FÜR DEN TESTSIEGER

Mit der Swift RL (120 €) ist der französischen Marke Petzl ein Meilenstein gelungen. Die 100 Gramm leichte Stirnlampe strahlt über 120 Meter weit und stellt sowohl die Breite des Lichtkegels als auch die Leuchtweite automatisch ein – je nach Umgebungshelligkeit und Entfernung (z. B. Blick auf die Karte oder in die Weite). Dem mehrfachen outdoor-Testsieger fehlte zur Perfektion nur noch ein Rotlicht – das die neueste Version nun an Bord hat.



Getty Images (2)

MTB-GENUSS IM HEGAU

Westlich des Bodensees bietet sich die Vulkanlandschaft des Hegau ideal zum Radfahren an. Besonders attraktiv für Mountainbiker: die »Vulkan-Genuss-Hegau-Touren«. Im Sommer wurde die vierte von ihnen eröffnet, sie umfasst 46 Kilometer mit rund 600 Höhenmetern und dauert etwa fünf Stunden. Zu den Highlights am Weg gehören die Aachquelle, der Steißlinger See und die Überreste eines römischen Gutshofs. Als Start- und Zielort bietet sich Eigeltingen an. bodenseewest.eu/touren



WAS IST EIN WHITEOUT?

Antworten hat Dr. Tim Heitland vom Alfred-Wegener-Institut.

Wie kommt es zum »Whiteout«?

Wenn diffuses Sonnenlicht zwischen einer schnee- oder eisbedeckten Oberfläche und einer geschlossenen Woldecke reflektiert und die Strahlung in alle Richtungen gestreut wird, können sich die Kontraste bis auf null verringern. Der Horizont verschwindet, die Welt erscheint komplett weiß. Man verliert sehr schnell die Orientierung.

In welchen Regionen tritt dieses Phänomen auf?

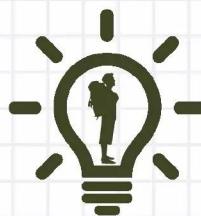
Prinzipiell überall, wo die Voraussetzungen gegeben sind. Vor allem aber in polaren Gebieten und verschneiten Bergen.

Sind Whiteouts vorhersehbar?

Zumindest Whiteout-Bedingungen – Schneedeckung, Drift, Bewölkung, Niederschlag, Nebel – sind vorhersag- und damit auch vorhersehbar.

Was mache ich, wenn ich bei einer Alpentour in ein Whiteout gerate?
Im Zweifel an Strukturen wie Bäumen, Zäunen, Pistenmarkierungen et cetera entlanghangeln. Und lieber langsam und heil statt schnell, aber mit Risiko ans Ziel kommen. Auch eine genaue Tourenplanung hilft.

Alfred-Wegener-Institut/Tim Heitland



LIFEHACK DES MONATS

STIEFEL RICHTIG SCHNÜREN

Die Grundregel, um Druckstellen zu vermeiden: 15 Minuten nach dem Start die Schuhe neu schnüren, das verbessert ihren Sitz. Um einen Bereich locker und einen anderen fest zu schnüren, reicht zur Abtrennung ein einfacher Schlag (der »Knoten«, der unter Schuhschleifen liegt) zwischen gegenüberliegenden Ösen. Drückt der Schuh, fädelt man die Schnürsenkel in diesem Bereich durch zwei Ösen hintereinander, statt sie über Kreuz zu binden.

getty, Shutterstock

SCHLAUE VÖGEL

Schon mal gesehen, wie eine Krähe eine Walnuss auf Asphalt fallen lässt, um sie zu knacken? Die Tiere sind außergewöhnlich lernfähig.

5

– bis zu dieser Zahl konnten Krähen in Experimenten zählen. Ihr Gehirn verarbeitet Mengen und Zahlen ähnlich wie das menschliche.

580 000

bis 790 000 Paare der schwarzen Rabenkrähe brüten laut NABU in Deutschland, 48 000 bis 67 000 sind es bei der grauen Nebelkrähe – von Bedrohung also keine Spur.

123

Arten umfasst die Gattung der Krähen und Raben (Corvidae), die auf allen Kontinenten außer in Südamerikas Süden und der Antarktis zu finden ist.

59

Jahre alt wurde die möglicherweise älteste Krähe der Welt. »Tata« war flugunfähig und lebte bis 2006 als Haustier im Bundesstaat New York.

2020

erbrachten Forscher der Universität Tübingen einen Beweis, dass Krähen Sinneseindrücke bewusst wahrnehmen können – was zuvor nur bei Menschen und Affen nachgewiesen wurde.



Getty Images

KOMPASS



Der Wegweiser
durch die
Outdo



SORTENREIN

Freundinnen reiner Merino-
wolle kommen beim Damen-
pullovers Falkeberg von Dale
of Norway auf ihre Kosten.
Er besteht zu 100 Prozent aus
dem kuscheligen Naturma-
terial, das ohne Mulesing
gewonnen wird (400 Euro).



WIND- & WASSERFEST

Mit einer ins Futter integrierten
wind- und wasserabweisenden
Membran hält der Norweger-
Pulli Björn von Icewear warm
und trocken. Die Außenschicht
besteht aus dreifädigem Woll-
Kammgarn. Preis: 137 Euro.



HART IM NEHMEN

Neben Merinowolle
kommt beim Royal-
Robbins-Herrenpulli
Ponderosa Crew auch
Polyamid zum Einsatz.
Das macht den Pullover
robuster und langlebi-
ger. Drei verschiedene
Farben stehen zur Wahl.
Preis: 130 Euro.

HOCHMODERN

Oslo ist um
eine Attraktion reicher: Der norwegische
Outdoor-Hersteller Norrøna eröffnete Ende
Oktober seinen neuen Hauptsitz. In einer
stilvoll renovierten ehemaligen Papier-
fabrik bietet das Norrøna House auf 3000
Quadratmetern Veranstaltungsräume, eine
Kletterhalle und eine Brasserie. Der Flag-
ship-Store beherbergt die gesamte Kollektion
sowie REuse, den ersten Secondhandshop
des Unternehmens. Zudem gibt es ein Storm
Lab, in dem Norrøna-Designer ebenso wie
Kunden neue und auch alte Produkte testen
können. norrøna.com/de-DE/house



outdoor

HAUPTSCHE RAUS! DER OUTDOOR-PODCAST

Unser Podcast »Hauptsache raus!«:
Hier findet ihr alle Folgen der
letzten zwölf Monate im Überblick.

- 118:** Unterwegs mit Steinzeit-Skills:
der Paläotechniker Markus Klek
- 117:** Alles über Lawinenrucksäcke mit
dem Experten Patrick Wesch
- 116:** Faszination Hüttenwandern –
mit outdoor-Redakteur Ralf Bücheler
- 115:** Auf Tour in Irland – Wandertipps
von outdoor-Chefredakteur Alex Krapp
- 114:** Erkennen, sammeln und verar-
beiten: alles über Pilze
- 113:** Ernährung auf Tour – wie wir
unterwegs bei Kräften bleiben
- 112:** Die Bloggerin Kathrin Heckmann
alias Fräulein Draußen im Gespräch
- 111:** Worauf es für Neulinge beim
Klettersteiggehen ankommt
- 110:** Der Verhaltensbiologe Andreas
Zedrosser über »Problembären«
- 109:** Best of Test – welche Produkte
uns in letzter Zeit überzeugt haben



Comfort
is the
**EVOLUTION OF
ADVENTURE**

Das neue Ikos Zelt mit Tension Ridge: mehr Platz zum Wohlfühlen,
bessere Belüftung und unübertrogene Vielseitigkeit.
Absoluter Komfort in der Natur.

IKOS TENT | **TENSION RIDGE**
ARCHITECTURE BY JAKE LAH



seatosummit.eu

KOMPASS



Der Wegweiser
durch die
Outdoor-Welt



Mauritius Images

GRÜNE VENE

In Italien gibt es einen neuen Weitwanderweg: Die Via delle Sorelle verbindet auf 130 Kilometern die beiden lombardischen Kulturstädte Brescia und Bergamo. Ihre sechs Etappen führen in malerischem Auf und Ab durch die Ausläufer der Bergamasker Alpen, streifen den funkelnden Lago d'Iseo und bringen einen immer wieder in schmucke Dörfer. Auf dem Weg kommen je nach Variante 4000 bis 4500 Höhenmeter im Aufstieg zusammen. [laviadellesorelle.it](#)



Printmaps.net/OSM Contributors

TOUR DES MONATS

Fünf Burgen auf einem Weg und ganz viel Ruhe bietet euch diese mittelschwere Genusswanderung in der Pfalz.

Wandern unter belaubten Bäumen ist super – aber die Weitblicke, die man derzeit im Pfälzerwald erlebt, besitzen auch ihren Reiz. Die Rundtour mit dem Namen »Fünf-Burgen-Blick« bietet sich mit zwölf Kilometern und 460 Höhenmetern (4 Std. Gehzeit) perfekt für die kalte Jahreszeit an. Fünf Burgen beziehungsweise Ruinen sind unterwegs zu sehen, darunter der Trifels, auf dem einst der englische König Richard Löwenherz eingesperrt war. Start

und Ziel ist das hübsche Dorf Dernbach. Lust auf mehr? Dann folgt *outdoor* auf Komoot! Mit dem Code OUTDOORMAG23 erhält jeder Komoot-Neukunde Daten zu einer Region im Wert von 8,99 Euro. Unter [komoot.de/g](#) anmelden, Code eingeben – und los!

Ohne Umweg zur Traumtour

Der QR-Code führt zum Fünf-Burgen-Blick in der Pfalz.



BUCHTIPP

LUST AUF DIE INSELN

Eine schöne Mischung aus Bildband und Trekkingführer ist dem Autor Alex Roddie mit »Wanderlust Großbritannien und Irland« gelungen. Ausführliche Porträts von 27 Fernwanderungen und zahlreiche traumhafte Fotos motivieren, die Stiefel zu schnüren. Hinzu kommen 14 Bonustracks und Tipps zu Navigation, Verpflegung und Unterkunft. Die Gestalten Verlag, 304 Seiten, 45 Euro.



MPS Fotostudio

DU BRAUCHST
NUR **ZWEI RÄDER**
UM FREI ZU SEIN




BERGAMONT
WE ARE MOBILITY

KOMPASS



Nachhaltig auf
Tour – neue Trends
und Produkte



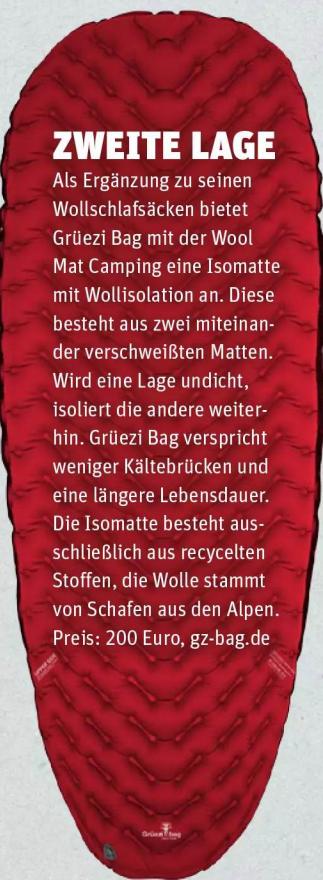
KOMFORT PLUS

Neue Nachtzüge der Österreichischen Bundesbahnen (ÖBB) kommen ab Frühjahr 2024 auf der Brennerstrecke von München nach Verona zum Einsatz. Die sogenannten Nightjet-Züge bieten laut den ÖBB mehr Privatsphäre und höheren Komfort als die Vorgänger. Praktisch für Sportler: Im neuen Multifunktionswagen kann man Fahrräder abstellen und hat mehr Platz für Gepäck oder auch Ski- und Snowboard-equipment zur Verfügung. oebb.at

Getty Images

ZWEITE LAGE

Als Ergänzung zu seinen Wollschlafsäcken bietet Grüezi Bag mit der Wool Mat Camping eine Isomatte mit Wollisolation an. Diese besteht aus zwei miteinander verschweißten Matten. Wird eine Lage undicht, isoliert die andere weiterhin. Grüezi Bag verspricht weniger Kältebrücken und eine längere Lebensdauer. Die Isomatte besteht ausschließlich aus recycelten Stoffen, die Wolle stammt von Schafen aus den Alpen. Preis: 200 Euro, gz-bag.de



DEUTER ERHÄLT GRÜNEN KNOPF 2.0 ÖKOLOGISCH UND SOZIAL

Rucksackproduzent Deuter hat 2023 erneut das staatliche Siegel Grüner Knopf für nachhaltige Textilien erhalten. Für die Zertifizierung wird überprüft, ob ein Textilunternehmen Umwelt- und Sozialstandards in den Lieferketten einhält. Das Siegel ist als Etikett an den produzierten Artikeln zu finden. deuter.com.



Adobe Stock

BAUM DES JAHRES MEHLBEERE SIEGT

Die »Baum des Jahres - Dr. Silvius Wodarz Stiftung« wählte die Echte Mehlbeere zum Baum des Jahres 2024. Mit langen Trockenzeiten kommt der mittelgroße, meist zehn Meter hohe Laubbaum gut zurecht, weshalb seine Bedeutung für die Stadtbegrünung zunimmt. In Deutschland ist die Mehlbeere in Hügel- und Berglandschaften mit kalkreichen Böden zu finden. Ihre roten Beeren dienen zahlreichen Vogelarten als Nahrung. Im Mai und Juni trägt sie weiße Blüten.

Winterfreuden

Ob Abfahrtsski, Langlauf oder Schneewandern: Die Dolomitenregion Seiser Alm in Südtirol ist ein Traum für aktive Genussmenschen.

Europas größte Hochalm lockt mit 360-Grad-Dolomiten-Panorama und viel Sonnenschein – perfekt für sportliche und gleichzeitig entspannte Tage im Schnee. 181 Pistenkilometer und 80 Kilometer Loipen stehen in der Dolomitenregion Seiser Alm zur Verfügung, bei atemberaubender Aussicht auf markante Gipfel wie den Schlern (2563 m), den Langkofel (3181 m) und den Plattkofel (2952 m). Gemütlichere Besucherinnen und Besucher genießen die schneedeckte Berglandschaft beim Winterwandern: Es warten 60 Kilometer bestens präparierte Wege, für die es keine Schneeschuhe braucht. Auch Pferdeschlittenfahrten und Rodelpartien bieten sich an. Besonders angenehm für Skifahrerinnen und Skifahrer: Während andernorts oft vor jeder Liftfahrt die Ski aus- und wieder angezogen werden müssen, können sie in der Dolomitenregion Seiser Alm dank dem Konzept »Sci ai piedi« die ganze Zeit angeschnallt bleiben. Da-



Neben Wintersport runden kulinarischer Genuss und Entspannung in der Natur den Urlaub in der Dolomitenregion Seiser Alm ab.

über hinaus gehört das Skigebiet der Seiser Alm zu den familienfreundlichsten der Alpen – mit leichten bis mittelschweren Pisten, Bergbahnen mit modernster Kindersicherung und einem mehrfach prämierten Snowpark. Die beiden Skischulen vor Ort bieten Kurse für jede Altersklasse sowie einen Skikindergarten und Kinderbetreuung an. Neben all den traumhaften Wintersportmöglichkeiten sorgen auch spezielle Events für unvergessliche Momente: Die kleinen, feinen Weihnachtsmärkte in den Dörfern Kastelruth, Völs und Tiers stimmen mit traditionellem Handwerk und Spezialitäten der Südtiroler Küche auf die Weihnachtszeit ein. Im März lädt das alpine Musikfestival »Swing on snow« zum Tanzen ein, und frühe Vögel können sich immer mittwochs im März und April morgens beim »Early Bird Skiing« über menschenleere Pisten freuen. Bleibt nur noch eine Frage: Wann geht es für dich in die Dolomitenregion Seiser Alm? www.seiseralm.it





Im Tal der Gourmets

Ein Fernwanderweg von Dorf zu Dorf, urige Herbergen und eine traditionelle Küche locken in ein fast vergessenes Tal – eine kulinarische Reise rund um das Valle Maira im Piemont.

TEXT: FLORIAN SANKTJOHANSER | FOTOS: FABIAN WEISS

Mutige trauen sich auf den Felsvorsprung am Aussichtspunkt Fremo Cuncunà.



Als all die Teller unseres fünfgängigen Dinners abgeräumt sind, holt Daniele Landra sein Akkordeon heraus. Mit seinen dunklen Locken, dem Vollbart und dem makellosen Lächeln könnte er der Sänger einer Neo-Folkband sein. Oder in italienischen Anzügen modeln. Doch der Mitteldreißiger ist gerne Kartoffelbauer und Wanderführer, Bienenzüchter und Hotelier, hier im Agriturismo seiner Familie, innerhalb von Almwiesen und tannengrünen Bergen.

Daniele setzt sich an die Steinmauer des Gehöftes, das einst ein Stall war, und beginnt zu spielen. Sein Vater Luigi singt dazu auf Okzitanisch, der Muttersprache der Familie. Zwischen

Im Valle Maira gibt es das beste Essen in den Alpen, erzählten mir vor Jahren Mitwanderer.



1

ihnen trippelt Enkel Pietro mit den Füßen. Verzückt lauschen die zwei Dutzend Gäste und nippen am Genepi, dem traditionellen Digestif, der wie Sauna-Aufguss riecht. Genau dafür sind wir in dieses abgelegene Tal im Piemont gereist, das sich hoch bis zur französischen Grenze windet: für die Quintessenz des Genusswanderns. 60 Kilometer reicht das Valle Maira von Ost nach West in die Cottischen Alpen, im Talschluss kratzen die Gipfel an der Dreitausendergrenze. Turin liegt nur 70 Kilometer nordöstlich, aber hier, im Weiler Allemandi, etwa in der Mitte des Valle Maira, scheint die Hauptstadt des Piemont Lichtjahre entfernt.

»Im Valle Maira gibt es das beste Essen in den Alpen, erzählten mir vor Jahren zwei Mitwanderer. Große Worte. Doch ein Menü wie an diesem Abend bekäme ich tatsächlich auf kaum einer anderen Berghütte: als Vorspeisen Battuta al Coltellino, eine Art Tatar, und Ravioli, die lang gezogene, von Hand gerollte Gnocchi-Spielart, serviert mit dem frischen Käse Toma. Dazwischen eingeschüttet ein Ratatouille, und schließlich als Finale die Hauptgänge: das Schmorgulasch Brasato und Salsiccia mit Kartöffelchen und Spinat.

Von Einheimischen kreiert

Zum Nachtisch werden nicht selten die Tische beiseite geschoben. »Wir tanzen mit unseren Gästen«, erzählt uns Daniele. »Die Schritte kann nach drei Minuten jeder.« Für uns ist es wahrscheinlich besser, dass es heute ausnahmsweise nicht zum Tanzen kommt. Und zu mehr Genepi. Denn früh am nächsten Morgen wollen wir auf die neunte, die Königsetappe der Percorsi Occitani – jenes 177 Kilometer langen Wanderwegs, der in 14 Abschnitten gegen den Uhrzeigersinn rund um das Valle Maira führt. Allemandi markiert das Ende von Etappe sechs, aus Zeitmangel überbrücken wir die sieben und acht mit dem Sherpabus, einer segensreichen Einrichtung: Alle Startorte der Percorsi Occitani lassen sich mit ihm erreichen, so kann man sich die Tour nach Bedarf zusammenstellen.

31 Jahre gibt es diesen Rundweg nun schon. Doch bis heute bleibt er ein Unikat. Denn anders als die meisten Fernwanderwege, die Jahr für Jahr überall in den Alpen ausgeschildert werden, haben ihn nicht Touristiker mit einem Marketingplan

1 Kellnerin Virginia im Agriturismo Al Chersogno serviert die hausgemachten Nachspeisen.

2 Die neunte Etappe führt zum Teil über die Geröllhalde eines ehemaligen Gletschers.





entworfen. Sondern Bergbauern, Enthusiasten, die ihr sterbendes Tal retten wollten. Deshalb führt der Weg nicht über die höchsten Gipfel und die spektakulärsten Grade, sondern durch Wälder und Wiesen, von Dorf zu Dorf.

Über das Colle d'Enchiausa

Der Fotograf Fabian und ich haben uns mit der neunten Etappe das hochalpine Filetstück ausgesucht: von der Maira-Quelle über das 2740 Meter hohe Joch des Colle d'Enchiausa ins Bergdorf Chialvetta. Schon am Parkplatz im Talschluss schwirren bunte Schmetterlinge über das Dickicht aus Bergblumen. Durch lichten Lärchen-

wald steigen wir in Serpentinen hinauf zu einem Kamm - und werden gleich überwältigt von einer Überdosis Panorama: Vor uns breitet sich ein Amphitheater aus steilen Wiesen- und Schotterhängen aus, garniert mit ein paar Wälzchen, gekrönt von einem Kranz aus Felswänden. Und tief unten in seinem Schottertrichter lockt uns der Lago Visaisa, ein nachtblaues Juwel.

Ein paar Wandernde staksen gerade zögernd hinein, ein beherzter Hechtsprung, zwei, drei Schwimmzüge, schon stolpern sie zurück in die wärmende Sonne. Wir sparen uns das eisige Bad. Und wandern lieber weiter, auf dem Panoramaweg und durch Teufelskralle, Türkenskugel und



1

Edelweiß, mit Blick auf die steinerne Haiflosse der Rocca Provenzale (2451 m), auch bekannt als Matterhorn des Piemonts.

Immer ruppiger wird das Gelände, die Felsen über uns sind schief wie Strandkiefern. Als wir über die Geröllhalde eines längst verschwundenen Gletschers bergan trotzen, bricht mit lautem Geklacker irgendwo ein Brocken ab. Schritt für Schritt schleppen wir uns den steilen Pfad bergan, schwitzen, rutschen aus, blicken immer wieder hinauf zu den Türmen, Zinnen und Knubbeln, die über uns aufragen. Bis wir schließlich auf der Passhöhe des Colle d'Enchiusa mitten unter ihnen stehen. Und über-



2

1 Der Weiler Preit auf 1570 Metern hat neun Einwohner.

2 In der Käserei des Agriturismo La Meja auf der Hochebene La Gardetta entsteht der Nostrale d'Alpe, der 35 Tage reift.

wältigt sind von der Aussicht auf die Kette scharfkantiger Bergflanken vor uns.

Genau diese Route war es, der die ersten Fernwandernden in den 1980er Jahren ins Valle Maira folgten. Sie gingen die Grande Traversata delle Alpi, den 1000 Kilometer langen Weg durch die Westalpen. Und sie brachten die Bergbauern auf einen Gedanken: Wie schaffen wir es, diese komischen Wandervögel länger im Tal zu halten?

Ein paar Umtriebige begannen, alte Pfade zu markieren. Andere renovierten ihre Höfe, ein leerstehendes Pfarrhaus oder eine alte Schule. Sie richteten Gästezimmer ein und kochten ihre traditionellen Gerichte. Und gründeten gemeinsam einen Verein mit strikten Regeln: günstige Zimmer für Wandernde, mehrgängige Abendessen, ausschließlich lokale Gerichte.

»Die Pioniere hatten eine Vision, als keiner hier eine Zukunft in den Bergen sah«, hatte Daniele uns am Vorabend bei einem Bier noch erzählt. »Jeder suchte damals einen Job in den Städten.«

Kein Wunder, das Leben der Bergbauern war im Valle Maira noch härter als anderswo. In den steilen Hängen sieht man die Terrassen, auf denen sie bis in 2000 Meter Höhe Getreide anbauten. Weil ihre kleinen Parzellen die Familien nicht ernährten, verdingten sich viele im Winter als Wanderarbeiter. Die einen verkauften Sardellen

Die Pioniere hatten eine Vision, als keiner hier eine Zukunft in den Bergen erkannte.



ZÖPFE GEGEN DIE ARMUT

Das Valle Maira war bis zum Zweiten Weltkrieg Europas Zentrum der Perückenmacher. International erfreute sich der Haarsatz aus dem Piemont großer Beliebtheit. Sogenannte Caviés zogen durch die Alpen und überredeten Frauen, sich ihre Zöpfe gegen Bezahlung bis auf die Kopfhaut abschneiden zu lassen. Das brachte große Scham mit sich, denn der kahle Kopf war über Monate als Zeichen großer Armut sichtbar. Mit dicken Zöpfen verdienten die Haarjäger viel Geld. Im Haarmuseum (Museo del Pels) in Elva wird die Geschichte erzählt.

aus Holzwagen, die anderen wanderten mit ihrem Bauchladen durch Trentino und Veneto und schwatzten Frauen im Tausch gegen Seife die langen Zöpfe ab, um daraus Perücken zu knüpfen.

Als die Fabriken der Poebene mit einem festen Gehalt und freien Wochenenden lockten, verließen die meisten ihr Tal, in zwei Schüben nach der Jahrhundertwende und nach dem Zweiten Weltkrieg. Manche Dörfer verloren neun von zehn Bewohnern. Buco nero nennen Geografen das Valle Maira und seine Nachbartäler: das schwarze Loch Europas.

Der Wandertourismus konnte den Schwund nicht stoppen, aber zumindest abmildern. Und Junge, Ambitionierte wie Daniele Landra zurück ins Tal locken. Daniele studierte in Turin Agrarwissenschaft, seine Sommer aber verbrachte er hier auf dem Bauernhof der Großmutter. Nach dem Studium zog er ganz her und baute mit seinen Eltern den Hof in Allemandi zur Herberge aus. Nebenbei verkauft er neun Sorten Honig. Und beliefert mit seinen mehr als 100 Kartofelsorten feine Restaurants in Turin.

»Jetzt ist es einfach«, sagt Daniele. »Jeder sieht den Erfolg dieser Idee.« In den vergangenen 20

Jahren entstanden drei Dutzend neue Herbergen, im Sommer sind viele ausgebucht. Nicht alle Dörfer sind rausgeputzt wie Elva an der sechsten Etappe der Percorsi, das sogar schon eine Gruppe von Bürgermeistern aus der Schweiz anlockte, um sich das Projekt anzuschauen. Wer durchs Tal wandert, sieht immer wieder eingestürzte Dächer, zerborstene Fenster, zerbröselnde Mauern. Aber auch viele liebevoll renovierte Häuser wie in Viviere. Der Weiler, den wir beim Abstieg zum Bergdorf Chialvetta passieren, unser Ziel heute, wurde komplett zum Berghotel umgebaut, mit Saunafass und Hot Tub.

»Wir haben hier keine Skilifte, keine Bars, keine Diskotheken«, sagt Rolando Comba am Abend auf der Terrasse vor seiner Herberge in Chialvetta. »Nur die Schönheit der Berge und die Stille.« Er steht auf, knipst das Licht aus und deutet auf die Glühwürmchen am Zaun. »Manche Gäste aus der Stadt haben sie noch nie gesehen.«

Kulinarisches Highlight zum Abschluss

Etappe zehn, für uns der vorletzte Morgen. Durch ein Spalier von Eschen wandern wir aus dem Bergdorf Chialvetta entlang eines Bachs. Weiße Pie-



1 Daniele Landra, Chef des Agriturismo Al Chersogno, musiziert mit seinem Sohn Pedro.



2 So malerisch sieht es auf der zehnten Etappe aus: von Chialvetta zum Rifugio Gardetta.

monteser Rinder fläzen sich auf dem Weg und starren uns ungerührt an. Bald wird der Pfad steiler, wir stapfen durch Kuppen, die an Dünen erinnern. Schmale Bäche gluckern durchs Wollgras. Wie fette Kröten sitzen Bunker auf den Wiesen-hügeln, rostiger Draht liegt verheddert zwischen Blumen - die Reste von Mussolinis Alpenwall.

»Wer nie über die Gardetta gewandert ist, kennt das Valle Maira nicht«, schrieben Ursula Bauer und Jürg Frischknecht in »Antipasti und alte Wege«, der Bibel des Valle Maira. Spätestens auf der Passhöhe verstehen wir sie: Vor uns breitet sich die gewellte Hochebene aus, in der Ferne ragt der Zuckerhut der Rocca La Meja auf. Bienen brummen, Grillen zirpen im wogenden Gras.

Die Tische des Rifugio Gardetta, unseres Nachquartiers, sind gut gefüllt. Wir stoppen für eine Polenta und machen noch einen Abstecher zur Alm La Meja, um vom Käse zu kosten.

Als Finale für Etappe elf aber haben wir uns das Lou Pitavin in Marmora ausgesucht: das beste Restaurant im Tal, wie viele meinen. Nach dem Cinghiale al Civet - in Rotwein eingelegtes Wildschwein - und dem Dreierlei Nuss-Semifreddo muss ich sagen: Sie könnten recht haben. ◀



DER SCHÖNSTE TEIL (ETAPPE 7–11)



Printmaps.net/OSM Contributors

7 VON SAN MICHELE DI PRAZZO NACH USSOLO

10 km, 3,5 Std., 440 Hm↑, 670 Hm↓, mittel

Von San Michele di Prazzo Richtung Norden nach Villa. Über eine Brücke und an einer alten Mühle vorbei nach Castiglione, wo Holzwölfe am Wegesrand stehen. Aufstieg durch Lärchenwälder zu der Ruine eines Gehöfts und einer Lichtung. Durch Pinienwald hinunter in den mittelalterlichen Weiler Ussolo.

8 NACH CHIAPPERA

16,6 km, 6 Std., 1050 Hm↑, 760 Hm↓, schwer

Über Maultierpfade bergauf an verlassenen Hütten und Gehöften vorbei auf die Hochebene von Chioligera. Hinunter auf die andere Seite des Traversia-Tals zur Kapelle von San Maurizio. Über ein Geröllfeld und eine Anhöhe nach Chiappera.

9 NACH CHIALVETTA

20 km, 10 Std., 1440 Hm↑, 1530 Hm↓, schwer

Auf der Straße nach Saretto nach dem Friedhof rechts auf einen Maultierpfad zu den Quellen der Maira. In steilen Serpentinen hinauf zum Kamm über dem

Lago Visaisa. Durch einen weiten Talkessel hinüber zum Lago d'Apzoi, über die Halde eines verschwundenen Gletschers zum Colle d'Enchialusa. Unter gebogenen Felstürmen hinab zu Teppichen von Wildblumen und danach nach Chialvetta. Über Almen hinab nach Pratorotondo und zum Etappenziel.

10 ZUM RIF. GARDETTA

10 km, 4–5 Std., 1060 Hm↑, 250 Hm↓, mittel

Entlang des Bachs zurück nach Pratorotondo. Oberhalb des Weilers Viviere auf die Alpstraße, über sandige Hügel zwischen Bunkern hindurch zum Passo della Gardetta hinauf. Über die Blumenwiesen der Hochebene hinab zum Rifugio Gardetta.

11 NACH FINELLO

21 km, 7,5 Std., 520 Hm↑, 1550 Hm↓, schwer

Abstieg zur Alm La Meja. Unterhalb des Rocca la Meja quer über die Almwiesen hinauf zum Colle Margherina. Weiter bergauf zum Lago della Meja und zum Colle d'Ancoccia. Mit Blick auf die Seealpen zum Colle del Mulo und hinab zum Lago Resile. Hinab nach San Sebastiano und Finello zum schönen Garten des Lou Pitavin.

outdoor-magazin.com/vallemaira

Über den Link oben oder den QR-Code rechts findet ihr die GPS-Daten zu allen 14 Etappen der Percorsi Occitani.



REISE-BASICS FÜR VALLE MAIRA



Die Pfiffe der Murmeltiere begleiten Wandernde auf den Almen des Valle Maira.

Occitani geöffnet. Diese verpflichten sich zu günstigen Preisen für die Unterkunft: Die Halbpension darf nicht weniger als 50 Euro und nicht mehr als 69 Euro pro Tag kosten, percorsioccitani.com

✖ ESSEN

Locanda Occitana Ca' Bianca

In Roccabruna kochen die Isaia-Schwestern die Rezepte ihrer Großmutter – und jene, die ihr Vater Renato in mehr als 100 Kochbüchern sammelte. Klassiker sind Ravioles in Butter und Sahne sowie Doba, ein mit viel Rotwein gekochtes und mit Orangen verfeinertes Gulasch. locandacabianca.it

✖ UMWELT

Laut CO₂-Rechner unseres Umweltpartners Wilderness International verursacht diese Reise für zwei Personen ab Frankfurt folgenden CO₂-Ausstoß: etwa 443 kg bei Anreise mit dem Auto und etwa 137 kg bei Anreise mit dem Zug. Das kannst du schon ab 10,41 bzw. 5,32 Euro in unserem outdoor-Wald-Projekt kompensieren. Mach mit auf: outdoor-magazin.com

⌚ PLANEN

Hinkommen

Mit der Bahn oder dem Flixbus reisen Urlauber über Turin nach Cuneo. Von dort fahren Busse der Linie 78 ins Valle Maira bis Prazzo Inferiore (benese.it), dann sieben Kilometer zu Fuß bis San Michele di Prazzo/Alemandi, dem Startpunkt der siebten Etappe. Wer die Percorsi Occitani komplett wandern will, nimmt von Cuneo den Bus nach Villar San Costanzo.

Herumkommen

Die beste Option für Fahrten abseits der Hauptstraße ist der Sherabus, der Wanderer abholt und Gepäck transportiert. Er muss am Vorabend bis 20 Uhr reserviert werden (Tel. 00 39/34 88 23 14 77, E-Mail: sherabus@libero.it). Die Startpunkte der einzelnen Etappen lassen sich allesamt per Taxi oder Sherabus erreichen.

Beste Zeit

Im Mai und Juni bedecken Teppiche von Blumen die Südhänge. Für die hochalpinen Etappen sind Juli und August optimal. Kastanien und Eschen färben im Herbst die Berge bunt. Meiden sollte man die zwei Wochen nach Mariä Himmelfahrt

Mitte August. Denn an Ferragosto macht ganz Italien Urlaub.

Orientieren

Der Weg ist gelb markiert und beschildert. Es schadet aber nicht, die Wanderkarte Valle Maira im Maßstab 1:25 000 einzupacken (12,50 Euro, zum Beispiel bei michael-kleider.de).

Informieren

Allgemeine Informationen zum Tal gibt die Seite des Tourismusverbands: vallemaira.org. Hier finden sich auch die GPS-Daten zu den Etappen der Percorsi Occitani.

⌚ UNTERKUNFT

Agriturismo al Chersogno

Der Bergbauernhof der Familie Landra im Weiler Allemandi kombiniert die Logenlage einer Berghütte mit dem Komfort eines Hotels und einer ausgezeichneten Küche. Als Souvenir gibt es Honig von den Wiesen ringsum. HP im Mehrbettzimmer ab 60 Euro, chersogno.it.

Lou Pitavin

Blickfang dieses Klimahotels ist der terrassierte Kräutergarten mit Kneippweg und Hot Tubs, Liege-

stühlen und Daybed. Das Dinner wird im 800 Jahre alten Steingewölbe serviert, dazu können Gäste aus 400 Weinsorten wählen. Für Wanderer gibt es renovierte Lager mit Stockbetten. HP im Mehrbettzimmer ab 68 Euro, im DZ ab 115 Euro pro Person, loupitavin.it

Herbergen

Von Mai bis Ende Oktober sind die 21 Herbergen des Vereins Percorsi



MUSEUM DES BAUERNLEBENS

Rolando Comba sammelte für sein Museum Alltagsgegenstände aus den Dörfern des Unerzio-Tals. 1500 Stücke erzählen vom Bergbauernleben in früheren Zeiten. lascurcio.it/museo-etnografico

JETZT IM HANDEL!

ABENTEUER GIBT ES NOCH

JANUAR/FEBRUAR 2024 6,90 €

FREEMEN'S

FREE MEN'S WORLD

in Kooperation mit
MÄNNERSACHE

NORWEGEN
Skitouren zwischen Gletschern und Fjorden

ÖSTERREICH
Freeride-Abenteuer auf der Fanggipkspitze

GEORGIEN
Cat-Skiing-Rausch im Kleinen Kaukasus

WINTERWUNDER

FROSTIGE ABENTEUER FÜR NEUSCHNEE-NOMADEN

FISH 'N' BEARS • IM JAGDREVIER DER FISCHENDEN GRIZZLIES VON ALASKA



Gleich bestellen unter www.ocean.global/shop oder +49 431 530325-0

@freemensworld



SONNENZIELE

Im Winter träumt wohl jeder Outdoorer von milden Temperaturen und neuen Abenteuern in der Natur. Vom südlichen Alpenraum bis zu den Kanaren: Diese acht Tipps stillen die Sehnsucht.

Zwischen Bergen und Meer durch Korsika

Weiße Strände und würzig duftende Macchia, schattige Märchenwälder und eine Gipfelwelt aus über 50 Zweitausendern: Korsika ragt wie ein Landschaftstraum aus dem tiefblauen Mittelmeer. Eine ganze Reihe an Fernwanderwegen erschließt die »Insel der Schönheit«, wer schon im Frühjahr auf große Tour gehen möchte, nimmt zum Beispiel den Mare e Monti Nord in Angriff. In zehn bis elf Tagen (127 km, 6300 Hm) leitet die technisch einfache Strecke durch das westliche Küstengebirge zwischen Calenzana und Cargèse, zu den Highlights am Weg gehört die wilde Spelunca-Schlucht.

Buch: Korsika: Mare e Monti - Mare a Mare, Rother, 16,90 Euro



Am vierten Tag leitet der
Mare e Monti Nord von der
Galéria- zur Girolata-Bucht.

An Frankreichs »Grand Canyon« entlang

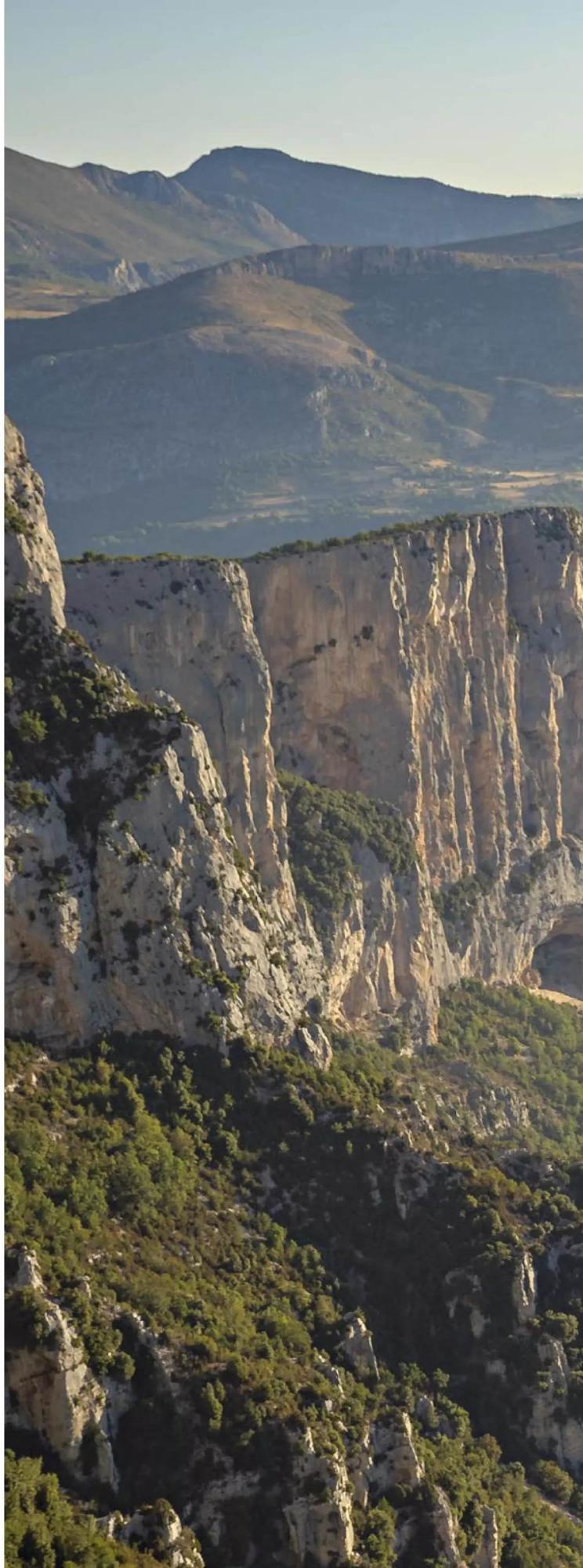
Im Herzen der Provence tut sich einer der spektakulärsten Abgründe Europas auf: die rund 21 Kilometer lange und bis zu 700 Meter tiefe Verdonschlucht. Um ihre gewaltigen Ausmaße gebührend zu bewundern, nimmt man sich am besten vier Tage Zeit und folgt dem Abschnitt des GR 4 zwischen Moustiers-Sainte-Marie und Castellane (55,6 km, 2520 Hm). Entlang der Strecke locken nicht nur atemberaubende Aussichtskanzeln wie etwa der Col de Plein Voir (1194 m), es geht auch in die unterste Etage des Naturwunders: auf dem mit steilen Leitern und zwei Tunnels gespickten Sentier Martel, benannt nach dem ersten Durchquerer der Schlucht.

Infos: moustiers.fr (Tour »Montée du Verdon par le GR4«)

Durch die Dinarischen Alpen

Quer durch die westlichen Balkanländer von Slowenien bis nach Albanien windet sich das Fernwanderwegenetz Via Dinarica. Während der »Green Trail« durch das Hinterland und der »Blue Trail« in Küstennähe verlaufen, orientiert sich die Hauptroute »White Trail« am Hauptkamm der Dinarischen Alpen – ein 1260-Kilometer-Marsch mit fast 50 000 Höhenmetern. Eine grandiose und wenig schwierige Option zum Hineinschnuppern lockt etwa im kroatischen Nationalpark Nördlicher Velebit: der Abschnitt entlang des Premužić-Wegs (3 Tage, 57 km) von der Zavičan-Hütte zum Dorf Baške Oštarije, bei dem gerade mal 200 Anstiegsmeter zu meistern sind.

Infos und Routenplaner: viadinarica.com





**Der Blick vom Rand der
Verdonschlucht in die Tiefe
lässt den Atem stocken.**



Besonders viele Eindrücke sammelt, wer per Inselhopping durch die Ägäis reist.

Zwei Trauminseln der Ägäis

In Griechenland gibt es gut 3000 Inseln – kein Wunder, dass darunter auch wahre Schatzkammern für Outdoor-Sportler sind. Etwa in der südlichen Ägäis, wo Rhodos mit über 3000 Sonnenstunden im Jahr und Traumwanderungen abseits der Touristenspots lockt. Zwei der Strecken, die man gemacht haben sollte: die rund vierstündige Besteigung des Aussichtsgipfels Akramítis (823 m) sowie den anspruchsvollen Küstensteig bei Archángelos (5,5 Std.). Wen es anschließend so richtig in die Vertikale zieht, der setzt mit der Fähre nach Kalymnos über, einem Sportklettermekka mit tausenden Routen in allen Schwierigkeitsgraden (Kurse: kalymnosclimbingguide.com).

Wandrführer: Rhodos, Rother 2021, 16,90 Euro



Jens Katt

Auf dem Geotrail durch die Dolomiten

Die Dolomiten gehören fraglos zu den größten Naturwundern der Erde. Wer die einzigartige Formenvielfalt der »bleichen Berge« ausgiebig bewundern und dabei eine Zeitreise durch ihre rund 250 Millionen Jahre alte Entstehungsgeschichte unternehmen möchte, folgt einem Lehrpfad der Extraklasse: dem Dolomites UNESCO Geotrail. Vier Abschnitte mit insgesamt 47 Etappen und 125 informativen Geostopps stehen mittlerweile zur Wahl, zuerst entstand die großartige Route (10 Tage, 176 km, 11 370 Hm) durch die eindrucksvollsten Südtiroler Felskulissen zwischen der Bletterbachschlucht bei Aldein und Sexten unterhalb der legendären Drei Zinnen.

Buch: Dolomites UNESCO Geotrail, Athesia Tappeiner, 17,80 Euro

Im Wanderparadies La Palma

Schwarze Sandstrände, dschungelartige Wälder und karge Vulkanlandschaften sorgen auf La Palma für eine Natur voller Kontraste. Sie lässt sich bestens zu Fuß erkunden: Satte 1000 Kilometer markierter Wege überziehen die drittkleinste Kanareninsel. Nicht verpassen darf man die Strecke (5,5 Std., 11 km, 1050 Hm) vom Pico de la Nieve (2239 m) zum Gipfelkönig Roque de los Muchachos (2426 m) – die Strecke verläuft am Rand des gewaltigen Kraters Caldera de Taburiente. Ebenfalls Pflicht: der Streifzug durch den Lorbeerwald Los Tilos entlang der Schlucht Barranco del Agua, unterwegs geht es durch 13 schmale Felstunnel (5 Std., 14,5 km, 200 Hm).

Infos und weitere Tourentipps: caldera-de-taburiente.de



Santfaller-Photography

In den Dolomiten wandert man über einen tropischen Meeresboden der Urzeit.



In der Toskana genießen Radler eine der schönsten Kulturlandschaften Europas.

Frits Meyst



Die Steilküste am Cap de Formentor bildet den nördlichsten Punkt Malloras.

Klaus Fengler

Auf dem Sattel durch die Toskana

Auf satten 5300 Kilometern schlängelt sich die Radwanderoute »Le Vie del Bike« durch alle 20 Regionen Italiens – ein echtes Mammutprojekt, das Monate in Anspruch nimmt. Wer der vom ehemaligen Profi-Fahrer Andrea Toni ausgetüftelten Route nur eine Woche lang folgen möchte, trifft zum Beispiel mit dem Abschnitt durch die malerische Toskana eine gute Wahl: Vom Start bei Ginestrella in der Emilia-Romagna bis dem Ziel bei Spedalicchio in Umbrien führt die Strecke meist auf asphaltierten Nebenstraßen, teils aber auch auf unbefestigten Schotterpisten durch stille Landstriche und zu urigen Dörfern abseits der Touristenscharen (252 km, 3120 Hm).

Karte und GPS-Daten: visittuscany.com

Mallorcas Königstour: der GR 221

Im Nordwesten Malloras reihen sich auf gut 90 Kilometer Länge 54 Gipfel auf: die bis zu 1445 Meter hohe Serra de Tramuntana. Acht bis zehn Tage brauchen Wanderer für die Durchquerung des urwüchsigen Bergzugs auf dem GR 221, auch bekannt als »Route der Trockensteinmauern«. Ungefähr 150 Kilometer Strecke mit 6500 Höhenmetern kommen zwischen Port d'Andratx und Pollença zusammen, dabei wechseln sich alte Oliven- und Mandelhaine mit märchenhaften Steineichenwäldern, tiefen Schluchten und Aussichtslogen hoch über dem Meer ab. Verschärfen lässt sich die mittelschwere Tour durch einige knackigere Varianten und Gipfelanstiege.

Buch: *Mallorca - GR 221, Rother 2023, 16,90 Euro*



Leben für die Berge

ALPIN

PRINT | WEB | SOCIAL | EVENTS | SHOP

TEXT: FRANK WACKER | FOTOS: BENJAMIN ZÖLLER

WARM GELAUFEN

Wir haben 20 Winterstiefel getestet. In welchen man am besten vorankommt. Und in welchen ihr garantiert keine kalten Füße kriegt.

DIE MODELLE IM ÜBERBLICK

ADIDAS Terrex Free Hiker 2.0 Cold.Rdy
AKU Therm200 GTX
DOLOMITE 54 Warm 2 WP
ICEBUG Torne 2 Biosole GTX
LA SPORTIVA TX Top GTX
LOWA Renegade Evo Ice GTX
MEINDL Gastein GTX
SALEWA Alpmate Mid GTX
SALOMON Outblast Thinsulate WP
SCARPA Rush Polar GTX



1| Im Sohlenaufbau steckt das ganze Know-how klassischer Wander- und Trekkingstiefel, angepasst an winterliche Bedingungen. 2| Gerade bei dick gefütterten Schäften erleichtert eine butterweich laufende Schnürung die Anpassung. 3| Eine angesetzte Gamasche verhindert, dass Steinchen oder Schnee in den Schuh rieseln – oder sich in der Schnürung sammeln.





1| Feinste Mineralpartikel rauen die blau gefleckten Profilstollen auf. Das verbessert den Grip auf Eis und nassen Stein. 2| Schick und komfortabel: der Schaftstrand im Walkwoll-Look. 3| Ein fester Lederschaft stützt den Knöchel und verteilt den Druck einer Schneeschuhbindung schön gleichmäßig. 4| Wintersportler: Für Wanderungen mit flottem Tempo sind Leichtmodelle ideal.



Ein Wintereinbruch macht eine Fahrt mit Sommerreifen zur Schlitterpartie, mit Winterreifen kommt man dagegen sicher voran - dank der speziell für kälteres Wetter entwickelten weicheren Gummimischungen und angepassten Profile. Dieses Prinzip haben sich die Outdoor-Hersteller für Winterschuhe abgeschaut und optimiert - das zeigt der Test von 20 Paar Winterwanderstiefeln für Damen und Herren im Preisbereich von 160 bis 270 Euro. Das Spektrum reicht vom Leichtmodell im angesagten Sneaker-Look über winterfeste Zustiegs- und Bergschuhe bis hin zu stabilen Allroundern für anspruchsvolle Wintertouren - ob mit oder ohne Schneeschuhe. Alle besitzen ein mehr oder weniger stark wärmendes Futter mit einer wasserdichten, atmungsaktiven Membran.

Wie gut die Kandidaten isolieren, prüfen wir mit einem sehr aufwendigen, seit über zehn Jahren bewährten Verfahren. Für jedes Modell ermitteln wir zwei Temperaturbereiche (Aktiv/In Ruhe, s. rechts), in denen man sich wohlfühlt. Die Aktiv-Angabe gilt für Wandern, »In Ruhe« für Situationen, in denen man die Füße kaum bewegt - »etwa beim Rodeln oder beim Glühweintrinken auf dem Weihnachtsmarkt«, erklärt Ausrüstungsredakteur Boris Gnielka. Wer schnell friert, sollte fünf Grad Reserve einplanen: Geben wir eine Spanne zwischen -5 und -15 Grad an, gilt für Frostbeulen ein Wohlfühlbereich von null bis minus zehn Grad.

DICK ODER DÜNN GEFÜTTERT?

Vor allem zum Wandern sollte man Winterstiefel aber nicht zu warm wählen, sonst steht man schnell im eigenen Saft. Eine mittelstarke Isolation, wie sie Lowa, Adidas, Salomon, Dolomite, Aku und Scarpa bieten, ist für unsere Breiten ein guter Kompromiss. Auch der noch kältefestere Gastein von Meindl eignet sich sehr gut: Mit dem dicken Lammfellfutter klimatisiert er besser als jedes andere Modell im Feld. Der wärmste Kandidat, der Torne 2 von Icebug, empfiehlt sich nur, wenn du bei klirrender Kälte viel draußen herumstehst, während die dünn gefütterten Leichtschuhe (Salewa und La Sportiva) vor allem für Heißsporne in Frage kommen, die auf Tour mächtig Gas geben.

Auf den Wanderungen der Testcrew über Stock und Stein mit wilden Auf- und Abstiegen sowie auf harten Forstwege überrascht, welch unterschiedliche Schwerpunkte die Hersteller setzen. Lowa, Meindl und Scarpa

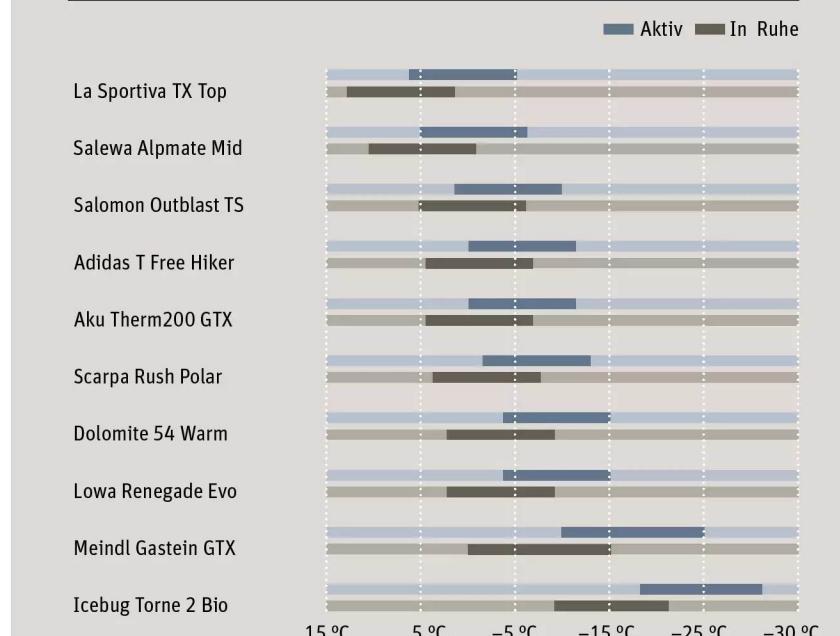
bringen die vielseitigsten Modelle an den Start, die durch stabile Schäfte und griffige Sohlen viel Halt bieten, sich hervorragend zum Schneeschuhwandern eignen und bei Nässe garantieren dicht halten. Alle drei überstehen den Flexertest, mit dem wir die Wasserdrückigkeit prüfen (Kasten S. 42), ohne Leckage. »Bestnoten bekommt der Scarpa Rush Polar«, sagt Boris Gnielka. Dank sehr stabiler, rund abrollender, nicht zu hart gedämpfter Sohle und gut stützendem Mittelfuß geht man in ihm wie auf Schienen. Ihm dicht auf den Fersen folgt der Meindl-Klassiker Gastein, der die Füße in plüsches Lammfell einbettet und sich traumhaft komfortabel trägt. Knapp dahinter: die Winterversion von Deutschlands meistverkauftem Wanderstiefel, der Lowa Renegade Evo Ice. Er bietet durch den extra hohen Schaft Reserven, falls du ohne Gamaschen durch tiefen Schnee stapfst. Eine Sonderrolle spielt der Dolomite 54 Warm WP: Das italienische Label verkauft ihn als Winterschuh für den Alltag, uns gefällt der schicke, bequeme und wasserdichte Italiener auch beim Wandern.

Nur steile, verwurzelte oder steinige Pfade liegen ihm weniger als den drei schon zuvor erwähnten Allroundtalenten.

SPORTIVE FEDERGEWICHTE

Salomon, Adidas und Salewa entwickelten ihre Modelle vor allem für Wanderer, die es auch im Winter gerne so richtig laufen lassen. So lockt der Salomon Outblast mit dem mit Abstand geringsten Gewicht im Feld (850 g/Paar), befähigt zu flottem Schritt, kommt durch die wenig verwindungsfeste, wenig profilierte Sohle und den weichen Schaft auf holprigen Wegen aber schnell ans Limit. Der Adidas Terrex Free Hiker (1105 g/Paar) bietet mehr Halt und eine stabilere, enorm griffige Sohle. Durch die ausgeprägte Rückstellkraft der dicken Dämpfung schiebt er einen bei jedem Schritt an - was manche Tester möchten, andere aber als ungewohnt empfanden. Und der Salewa Alpmate Mid (1125 g) lockt zwar mit viel Komfort, bietet aber keinen Knöchelhalt. Zudem rieseln über den leicht klaffenden Schaftrand schnell Schnee und kleine Stein-

DER WOHLFÜHLBEREICH IN GRAD



chen ins Innere. Adidas, Salewa und Salomon bekommen Abzug im Kriterium Qualität, weil je ein Schuh im Flexer leckte – »ein Verarbeitungsfehler«, so Gnielka.

Wenn du auch im Winter dem Ruf der Berge folgst, dürften dir die Kandidaten von La Sportiva und Aku zusagen. Beim Aku Therm200 handelt es sich um einen festen Stiefel mit kantenstabilier, verwindungsfester Sohle – »top für steiles, wildes Terrain«, so Gnielka. Auch anspruchsvolle Schneeschuhtouren machen mit ihm Spaß. Auf Forstwegen setzt er aber recht hart auf. Die Basis des La Sportiva TX Top wiederum bildet ein Low-Cut-Zustiegsschuh, dessen angesetzte Gamasche Schnee und etwas Nässe abhält. Mit seiner feinfühligen, präzisen Sohle und der hohen Beweglichkeit im Knöchel brilliert er beim Klettersteiggehen oder auf dem Weg zum Fels im Winter.

Du kannst dich nur schwer entscheiden? Mit den Allroundern von Scarpa oder Meindl ist man für alle Eventualitäten gewappnet. Der Scarpa Rush Polar glänzt mit der besten Gesamtperformance, der Meindl Gastein mit dem breitesten Temperaturbereich. Für den Alltag und gelegentliche Wanderungen empfehlen wir Dolomite oder Salomon. Und der Speedhiking-Tipp kommt von Adidas. ◀



DER TEST UNTER DER LUPE

Trageeigenschaften

Beim Wandern, Trailrunning und im Alltag beurteilten unsere Tester, wie komfortabel sich die Testmodelle tragen und ob sich das Innere schnell schwitzig anfühlt. Außerdem benoteten sie die Handhabung: Je leichter die Schnürung durch die Ösen flutscht, desto besser gelingt es, den Schaft optimal anzupassen – Garant für einen bequemen, sicheren und druckfreien Sitz. Auch das Gewicht (Gr. 42,5) wird bewertet.

Schaftstabilität/Sohle

Hier zählt, wie gut der Schaft den Fuß stützt. Neben dem Knöchel- und Fersenhalt spielt auch die Mittelfußstütze eine wichtige Rolle. Sie reduziert minimale Fußbewegungen und die Gefahr umzuknicken. Auch eine verwindungsfeste, gut führende Sohle gibt Pluspunkte. Sie spart Kraft, weil die Fuß- und Beinmuskulatur weniger ausgleichen muss. Für Wanderungen im Mittelgebirge, auf denen man häufiger über Forstwege pilgert,

empfiehlt sich eine weiche bis mittelharte Dämpfung, fürs Gebirge eine etwas härtere. Davon profitiert die Kantenstabilität, die den Stand auf schmalen Felsleisten erhöht. Den Sohlengrip prüften wir auf Tour und im Labor auf vereistem Untergrund.

Nässeschutz/Isolation

Für den Wasserdichtigkeits-Check liefern die Kandidaten 24 Stunden in der Flexmaschine im knapp knöcheltiefen Wasserbad. Während die Zehenkappe fixiert ist, hebt es die Ferse wie beim Gehen an. Umgerechnet legt jedes Paar so rund 100 Kilometer zurück. Sensoren im Innern melden Nässeinbrüche. Zur Ermittlung der Temperaturbereiche messen wir die Isolation des Schaftes und die der Sohle. Denn wenn von unten Kälte ins Innere kriecht, hilft auch das dickste Futter wenig.

Qualität

Dieses Kriterium beinhaltet die Verarbeitung, Langlebigkeit und Nachhaltigkeit.



Adidas

TERREX FREE HIKER 2.0 COLD.RDY

Adidas spendiert dem fürs Speedhiking entwickelten Terrex Free Hiker 2.0 Cold.Rdy (250 €, 1105 g/Paar) eine dicke Dämpfungsschicht aus Boost-Schaum. Durch dessen hohe Rückstellkraft fühlt es sich fast so an, als läge ein Trampolin unter den Füßen. Einige Tester schwärmen vom beschwingten Gang, anderen fehlt das Gespür für den Untergrund und die Kontrolle – ausprobieren! Die integrierte Gamasche verhindert, dass Schnee und Steinchen ins Innere wandern. Auch top: der Sohlengrip. Im Qualitäts-Check schwächelte der Free Hiker etwas, weil einer der Testschuhe leckte.

Trageeigenschaften



Schafthalte/Sohle



Nässeschutz/Isolation



Qualität



outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



Aku

THERM200 GTX

Wen es im Winter ins Gebirge zieht, der dürfte den neuen Aku Therm200 GTX (250 €, 1250 g/Paar) schnell ins Herz schließen. Mit kantenstabilier, torsionsfester Sohle und tiefem Stand springt man sicher wie eine Gämse von Stein zu Stein – auch weil der Schaft Halt gibt, im Knöchel aber flexibel ausfällt. Die eher geringe Isolation passt zum Konzept eines agilen Bergschuhs, dessen Träger lieber nach Höherem strebt als zu chillen. Auch Schneeschuhtouren liegen dem Gipfelstürmer, lange Forstpisten mag er dagegen weniger: Er setzt recht hart auf. Für schmale Füße ist er zu breit.

Trageeigenschaften



Schafthalte/Sohle



Nässeschutz/Isolation



Qualität



outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



Dolomite 54 WARM 2 WP

Eigentlich als Alltagswinterschuh im Wanderstiefel-Retro-Look entwickelt, eignet sich der Dolomite 54 Warm 2 WP (220 €, 1120 g/Paar) auch ausgezeichnet fürs Winterwandern im Mittelgebirge. Erst auf verwurzelten, steinigen Steigen kommt die nicht ganz so verwindungsfeste Sohle an ihre Grenzen. Bei der Laufsohle setzt das italienische Label auf die bewährte Vibram-Ice-Trek, bei der einige Stollen Mineralpartikel enthalten. Dadurch wird die Oberfläche rauer und rutscht nicht so schnell auf Eis oder nassen Steinen. Der auch im Mittelfuß gut stützende Lederschaft isoliert gut.

Trageeigenschaften	★★★★★
Schafthalts/Sohle	★★★★★
Nässeschutz/Isolation	★★★★★
Qualität	★★★★★

outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



Icebug Torne 2 Biosole GTX

Kein anderes Modell im Feld isoliert so stark wie der Torne 2 Biosole vom schwedischen Label Icebug (220 €, 1430 g/Paar): Bis –30 Grad hält er warm. Innen liegt ein dickes, flauschiges Futter aus recycelter Wolle, dann folgt eine für klingenden Frost entwickelte, isolierte Gore-Tex-Membran. Der hohe Schaft besteht aus umweltfreundlich gegerbtem Leder. Auch in der Sohle stecken nachhaltige Materialien. Seine Stärken spielt der Kältekiller bei Aktivitäten wie Rodeln, Iglubauen, Hundeschlittenfahren aus. Auf längeren Gehstrecken fehlt es der Sohle an Führung und der Ferse an Halt.

Trageeigenschaften	★★★★★
Schafthalts/Sohle	★★★★★
Nässeschutz/Isolation	★★★★★
Qualität	★★★★★

outdoor TESTURTEIL GUT



La Sportiva TX TOP GTX

Der La Sportiva TX Top GTX (270 €, 1120 g/Paar) ist ein vorne breiter Zustiegsschuh mit niedrigem Schaft und fest angenähert Gamasche, die eine Knöchelpolsterung besitzt. Durch tiefe Pfützen zu hüpfen, solltest du aber vermeiden: Die wasserdichte, atmungsaktive Gore-Tex-Membran hört – wie bei jedem Low-Cut-Modell – unterhalb des Knöchels auf. Durch die feinfühlige, kantenstabile Sohle, den tiefen Stand und einen fußumschmeidenden Sitz mit viel Bewegungsfreiheit im Knöchel punktet der TX Top mit erstklassiger Trittprecision – ideal für Klettersteige oder Zustiege im Winter.

Trageeigenschaften	★★★★★
Schafthalts/Sohle	★★★★★
Nässeschutz/Isolation	★★★★★
Qualität	★★★★★

outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



Lowa RENEGADE EVO ICE GTX

Die Winterversion von Deutschlands meistverkauftem Wanderstiefel überzeugt als hochwertiger Allrounder fürs Mittelgebirge und Alpenvorland. Der hohe, warme Schaft bietet Knöchelhalt, lässt in Gehrichtung Bewegungsfreiheit, und man kann ihn dank seiner leichtgängigen Schnürung sauber anpassen. Typisch Lowa: ein fester, aber nicht zu harter Auftritt der recht verwindungssteifen Sohle und der bodennahe Stand. Feinstem Schleifpapier ähnelnde Profilbereiche ermöglichen auf Eis, nassem Holz oder Stein ordentliche Bodenhaftung. Preis: 270 €, Gewicht: 1300 g/Paar.

Trageeigenschaften	★★★★★
Schafthalts/Sohle	★★★★★
Nässeschutz/Isolation	★★★★★
Qualität	★★★★★

outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



**Meindl
GASTEIN GTX**

Im vielseitig einsetzbaren Meindl Gastein (290 €, 1435 g/Paar) umschmiegt dickes, kuscheliges Lammfell den Fuß. Es wärmt nicht nur bei klimarem Frost, sondern sorgt auch bei lauem Wetter für ein trockenwarmes Fußklima. Der Schaft aus stabilem Leder verbindet Komfort und Stabilität. Außerdem verhindert er, dass die Riemen einer Schneeschuhbindung drücken. Weiteres Plus: die leichtgängige Schnürung. Der Grip auf Eis und nassen Stein ist durch leicht angeraute Bereiche enorm, im Matsch rutscht man aber etwas schneller als mit den noch grobstolligeren Sohlen im Feld.

Trageeigenschaften	★★★★★☆
Schafthalts/Sohle	★★★★★☆
Nässeschutz/Isolation	★★★★★☆
Qualität	★★★★★☆

outdoor TESTURTEIL ÜBERRAGEND



**Salomon
OUTBLAST THINSULATE WP**

Salomon schickt das mit Abstand leichteste und günstigste Testmodell ins Rennen: 850 Gramm wiegt das Paar und kostet 160 Euro. Der Outblast Thinsulate WP sieht nicht nur aus wie ein Sneaker, er trägt sich auch so bequem wie ein Turnschuh. Durch das flauschige Futter kühlten die Füße aber nicht so schnell aus. Mit der gut gedämpften, wenig verwendungsfesten Sohle und dem weichen Schaft fühlt man sich im Outblast vor allem auf einfachen Wanderwegen und im Alltag wohl. Beim Wasserdichtigkeitstest leckte eines der Testmodelle – das gibt Abzug im Qualitätskriterium.

Trageeigenschaften	★★★★★☆
Schafthalts/Sohle	★★★★★☆
Nässeschutz/Isolation	★★★★★☆
Qualität	★★★★★☆

outdoor TESTURTEIL GUT



**Salewa
ALPMATE WINTER MID**

Der Salewa Alpmate Winter Mid (200 €, 1125 g/Paar) sieht aus wie ein Wanderstiefel, bietet aber keinen Knöchelhalt. In Kombination mit dem niedrigen Gewicht, einer flexiblen, aber nicht zu labrigen Sohle mit viel Grip kommt man unbeschwert voran. Ohne extra Gamaschen rieseln Schnee und feiner Kies jedoch schnell ins Innere, weil der Schaftrand etwas klafft. Durch die recht schwache Isolation empfiehlt sich der Alpmate Winter Mid vor allem für zügiges Tempo, weniger zum Weihnachtsmarktbummel. Eines der Testmodelle war undicht, was wertvolle Punkte kostet.

Trageeigenschaften	★★★★★☆
Schafthalts/Sohle	★★★★★☆
Nässeschutz/Isolation	★★★★★☆
Qualität	★★★★★☆

outdoor TESTURTEIL GUT



**Scarpa
RUSH POLAR GTX**

Mit dem Rush Polar GTX (260 €, 1360 g) trifft Scarpa ins Schwarze, glänzt er doch mit den ausgewogensten Trageeigenschaften im Feld. Stabil genug für anspruchsvollste Touren mit oder ohne Schneeschuhe, bietet er durch die rund abrollende, sauber fühlende und gut gedämpfte Sohle auch auf harten Forstwegen Komfort. Die ausgeprägte Mittelfußstütze gibt dem Fuß Halt und minimiert das Risiko umzuknicken. Auch stark: der Sohlgrip. In Sachen Isolation landet der Rush Polar im Mittelfeld – was zum Wandern bei uns ideal ist: In noch wärmeren Modellen läuft man schnell heiß.

Trageeigenschaften	★★★★★☆
Schafthalts/Sohle	★★★★★☆
Nässeschutz/Isolation	★★★★★☆
Qualität	★★★★★☆

outdoor TESTURTEIL ÜBERRAGEND



Jetzt hören was läuft!

Der Podcast von
RUNNER'S
WORLD

runnersworld.de/podcast

TEXT & FOTOS: RUPERT SHANKS

SPUREN SUCHE

Nirgendwo in Schottland kann man so in der Wildnis abtauchen wie in den Cairngorms.
Das hat schon eine der größten Schriftstellerinnen Großbritanniens fasziniert: Nan Shepherd.



Immer wieder hat Nan Shepherd (1893–1981) die Cairngorms erkundet – und moderne Nachahmerinnen gefunden (links).



vor über zehn Jahren zog ich nach Aviemore, ein Städtchen von 3000 Einwohnern mitten in Schottland. Einer der Gründe, warum ich herkam: Aviemore liegt am Nordwestrand der Cairngorms. Fünf der sechs höchsten Gipfel im Vereinigten Königreich erheben hier ihr von Gletschern rundgeschliffenes Haupt, ihr König, der Ben Macdui, ist 1309 Meter hoch. Unzählige Male bin ich in dieses Gebirge aufgebrochen, doch seine rauhe Schönheit überrascht mich stets von Neuem. Die Cairngorms nehmen eine Fläche etwas größer als Mallorca ein, eines der weitläufigsten Wildnisgebiete Europas und geschützt als zweitgrößter Nationalpark des Vereinigten Königreichs. Die Straßen enden schnell hier, echten Zugang bekommt man nur zu Fuß, über zwei tiefe Täler, die von Nord nach Süd in die Berge kerben: der Lairig Ghru im Westen und der Lairig an Laoigh im Osten. Dazwischen erstreckt sich das Cairngorms-Plateau, eine karge, windumtoste Weite, die auf eine faszinierende Weise unfertig wirkt. 1986 fegte ein Sturm mit der höchsten Geschwindigkeit über das Plateau, die jemals im Vereinigten Königreich gemessen wurde: 278 Stundenkilometer. Ja, die Cairngorms sind ein wildes, einsames Land, und es mag unwirtlich wirken. Für mich stellt es einen besonderen Ort dar, und ich bin nicht der Einzige, der so empfindet. Viele Schriftsteller und Dichter haben hier Inspiration gefunden, aber die Schriftstellerin, die am engsten mit dem Gebirge in Verbindung gebracht wird, ist Nan Shepherd. Sie lebte von 1893 bis 1981 und hat die Cairngorms schon während des Zweiten Weltkrieges jahrelang zu Fuß erkundet. Sie schrieb Essays und Gedichte über die Natur, aber erst ihr Buch »The Living Mountain« verschaffte ihr die Anerkennung, die sie heute als Autorin genießt. Ihre Bedeutung in Schottland wurde vor kurzem dadurch gewürdigt, dass ihr Bild auf unsere 5-Pfund-Noten gedruckt wurde. Sie ist also jemand, auf die wir Schotten sehr stolz sind.

Die Berge als Freunde besuchen

Nan besaß einen erstaunlichen Sinn für Schönheit und beeindruckt mich immer wieder mit ungewöhnlichen Sichtweisen und einer erfrischenden Philosophie: Sie bezeichnete sich selbst als »Erforscherin der Ecken und Winkel«, und ihre Einstellung zum Bergwandern war eine, die das sanfte Umherstreifen dem Abhaken von Gipfeln vorzog. In ihren Worten: »Oft zeigt sich der Berg am vollkommensten, wenn ich kein Ziel habe, sondern nur losziehe, um mit dem Berg

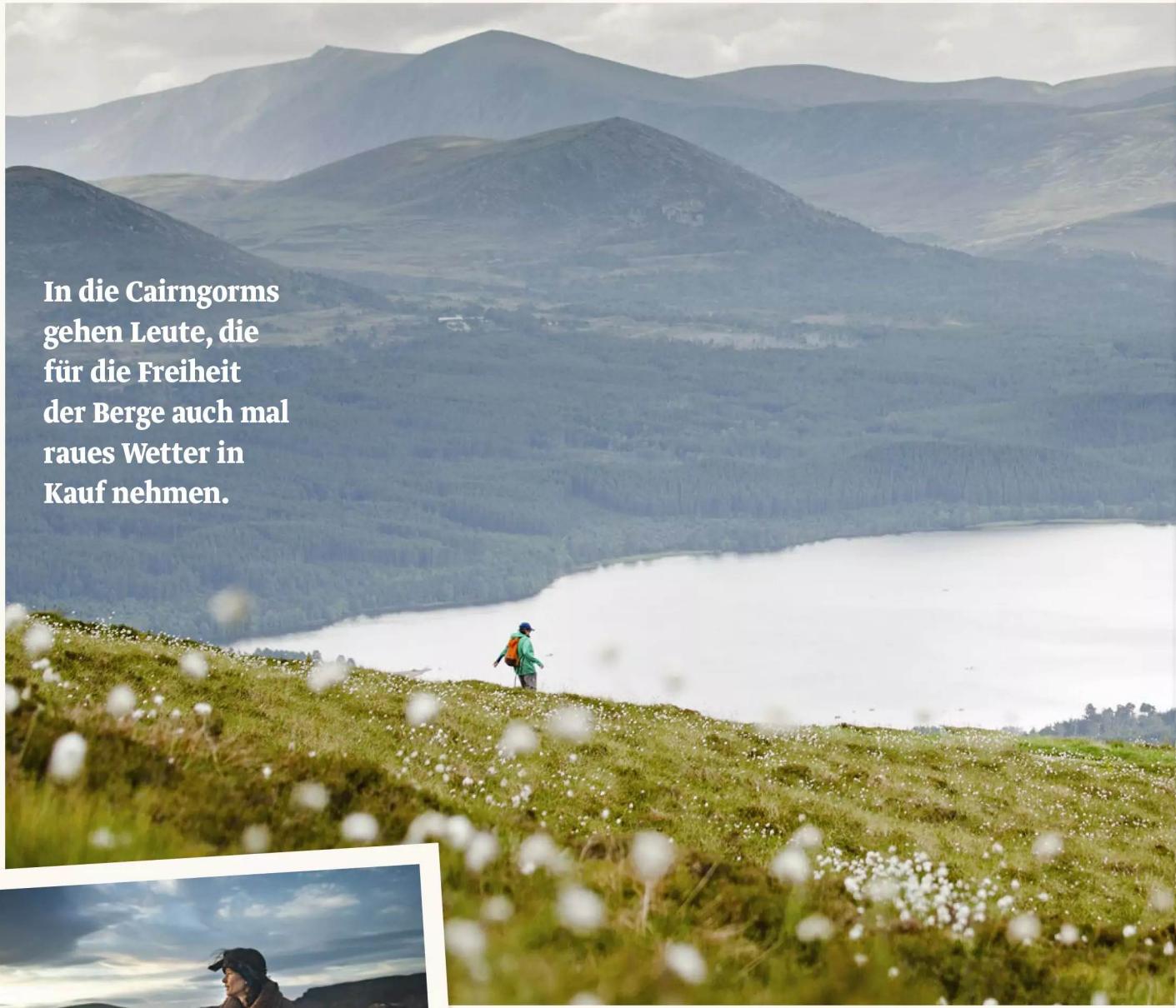
zusammen zu sein, wie man einen Freund besucht, mit keiner anderen Absicht, als mit ihm zusammen sein zu wollen.«

Zu Nans Lieblingsgebieten zählte der Lairig Ghru, dessen Name für einen Bergpass auf 835 Meter Höhe steht, gleichzeitig aber auch für das Tal, das die Cairngorms von Aviemore Richtung Süden durchschneidet. Wer ihm bis kurz vor Braemar folgt, einem 800-Seelen-Dorf auf der anderen Seite der Berge, hat einen ziemlich spektakulären Teil der Cairngorms über- oder eher durchschritten, eine Wanderung von acht bis neun Stunden und 30 Kilometern. Leichter fällt sie mit einer Übernachtung in der schönen Corrour Bothy – Bothys sind kleine Steinbuden, die sich überall in der schottischen Landschaft finden und Bergwanderern kostenlos Zuflucht vor schlechtem Wetter bieten. Vielleicht will man es aber auch so machen wie Nan, die viel in den Cairngorms zeltete, was zu ihrer Zeit für eine Frau, noch dazu alleine, besonders ungewöhnlich war. Oft verbrachte sie mehrere Tage in der Wildnis und nutzte das bis heute bestehende schottische »Right to Roam«, das auch das Wildzelten beinhaltet. »Keiner kennt den Berg vollständig, der nicht auf ihm geschlafen hat«, schrieb sie.

Unterwegs in großen Fußstapfen

Das hat sich auch Elise Wortley zu Herzen genommen, eine junge, moderne Abenteurerin, mit der ich mich auf den weiten Weg über den Lairig Ghru auf die Südseite mache – in moderner Funktionskleidung. Als ich Elise vor einigen Jahren kennenlernte, war das anders. Sie wanderte und zeltete drei Wochen lang in den Cairngorms, um Nans Erfahrungen nachzuempfinden – und benutzte dabei nur die Ausrüstung, die in den 1940er Jahren verfügbar war. Also Stiefel mit Ledersohlen, Kleidung aus Tweed und Wolle und ein schweres Zelt aus Segeltuch. »Das war nicht immer leicht. Aber ich habe entdeckt, das man in den Cairngorms seinen eigenen kleinen

Nan zog oft tagelang mit ihrem Zelt aus schwerem Segeltuch durch die Berge. Vor allem für eine Frau war das damals sehr ungewöhnlich.



In die Cairngorms
gehen Leute, die
für die Freiheit
der Berge auch mal
raues Wetter in
Kauf nehmen.



1 Die Abenteurerin
Elise Wortley in
Outdoor-Kleidung
aus den Vierzigern.

2 Schottisches Hefe-
weizen – am Glas
kann man vielleicht
noch arbeiten.



Raum finden kann. So ganz in die Natur einzutauchen, das ist so eigentlich nirgendwo anders in Großbritannien möglich.«

Auf dem Weg von Nord nach Süd wandern wir viele Stunden. Folgen dem River Druie durch uralte Kiefernwälder, später durch die Heidelandschaft mit Blick auf die wogenden Wälder unter uns und das Cairngorm-Plateau vor uns - eine Gegend, die vielen gefährdeten Tier- und Pflanzenarten ein Zuhause bietet. Genauer gesagt rund einem Viertel der in Großbritannien bedrohten Arten. Es zählt nach wie vor zu meinen liebsten Tierbeobachtungen, wenn Fischadler in Seen herabstoßen, und sogar 150 Rentiere ziehen in den Cairngorms ihrer Wege. Der Same Mikel Utsi brachte sie aus Schweden, sie kommen mit dem subarktischen, schneereichen Klima gut klar. Auch die schrulligen Schneehühner leben das ganze Jahr über in den Höhen.

Hinter Loch Morlich erhebt sich der zweithöchste Gipfel Großbritanniens: der Ben Macdui, 1309 Meter.

Der Pass des Lairig Ghru liegt etwa auf halbem Weg unserer langen Tour nach Süden. Ein Stück davor passieren wir linker Hand die Abzweigung zum von Felsblöcken übersäten Chalamain Gap, dem Höhepunkt einer weiteren Tour, die ich empfehle. Fünf Stunden dauert sie und öffnet Blicke über die Weiten des Cairngorm-Plateaus, aber auch auf den geheimnisvoll schimmernden Lake Morlich.

Hinter dem Pass rückt Richtung Osten bald der runde Kopf des Ben Macdui in Sicht, auch er das Ziel einer lohnenden Tageswanderung, sie dauert sechs bis sieben Stunden. Mein Tipp: Nehmt auf ihr den tiefblauen Loch Avon mit, auch er einer dieser Nan-Shepherd-Orte: »Wenn man in seine Tiefen blickt, verliert man jedes Zeitgefühl. Ich liebe es, Loch Avon auf einer Wanderung zum mächtigen Ben Macdui zu besuchen.« Wer gerne improvisiert, findet auf dem Plateau aber noch viele weitere Möglichkeiten. Es verbindet fast alle namhaften Gipfel hier: den Cairn Toul (1291 m), Braeriach (1296 m) und den Cairn Gorm (1245 m). Ein Zelt mitzubringen könnte sich lohnen.

Raus aus dem Petticoat, rein in Hose und Jacke

Je weiter wir auf der anderen Seite des Passes ins Tal hinabsteigen, desto mehr öffnet es sich. Wind wispert, sonst regt sich nichts. Ich frage Elise, wie sie Nan beschreiben würde. »Sie muss eine sehr starke Persönlichkeit gewesen sein«, sagt sie. »In den Cairngorms fand sie Freiheit in mehrreli Hinsicht. Während des Krieges waren sie ein echter Fluchtpunkt für sie, ein Ort der Sicherheit, der ihr das ganze Leben lang Trost gab. Und viele Frauen mochten am Bergwandern ganz einfach auch, dass sie dabei anziehen konnten, was sie wollten. Sie verließen das Haus im Petticoat und tauschten ihn in der Natur gegen Hose und Jacke.«

Am Parkplatz Linn of Dee, etwas westlich von Braemar, endet unsere Tour. Doch im Osten lockt noch ein weiterer lohnender Gipfel, der Lochnagar (1126 m). Nan Shepherd erlebte dort oben einen besonderen Sonnenaufgang. »Einmal, auf dem Lochnagar, verfolgten wir, wie das Morgenlicht pfauenblau über die Cairngorms strich. Jede Steilwand und jede Schlucht war zu erkennen, kein noch so kleines Detail verschwommen. Eine reine, klare Sonne ergoss sich in jede Nische. Doch als wir uns nach Süden wandten, stockte uns der Atem. Denn die Welt war verschwunden. Da war nichts als eine unermessliche Weite von verschneiten Hügeln. Oder war es das Meer? Es schimmernte und umspülte die hohen Berge, wie das Meer die Felsen umspült.«

Welche Einsicht von Nan für sie die wichtigste sei, frage ich Elise. Sie denkt kurz nach, dann sagt sie: »Ich glaube, dass viele Leute in die Cairngorms fahren und versuchen, die höchsten Gipfel zu bezwingen, was toll ist. Aber was ich von Nan gelernt habe, ist, dass die Magie in den Details steckt, in den winzigen Blumen und Flechten, die dort wachsen, im Glitzern der Felsen und den Mustern auf dem Wasser der Seen und Flüsse.« Wie Nan sagt: »Den höchsten Punkt anzustreben ist nicht der einzige Weg, einen Berg zu besteigen.«

DIE CAIRNGORMS: REISE-BASICS



150 Rentiere leben in den Cairngorms – ein Import aus Skandinavien.

PLANEN

Hinkommen

Mit Bahn und Bus dauert die Reise von Frankfurt/Main nach Aviemore zwischen 14 und 22 Stunden und erfordert häufiges Umsteigen. Mit dem Auto braucht man etwa 20 Stunden. Direktflüge gehen von Deutschland nach Glasgow und Edinburgh, günstig fliegt man zum Beispiel mit Easy Jet von Berlin nach Glasgow (ab etwa 70 Euro).

Herumkommen

Die Ausgangspunkte der Wanderungen zum Lairig Ghru, Chalamain Gap und Ben Macdui lassen sich per Bus erreichen, die zum Lochnagar und zum Creag Dubh nicht. Insgesamt wird man sich mit einem Auto leichter tun. Mietwagen bekommt man am Ankunftsflughafen für etwa 300 Pfund für sechs Tage (etwa 345 Euro).

Beste Zeit

Aviemore ist das ganze Jahr über beliebt, besonders aber während der Schulferien im August. Wer es ruhiger mag, dem sei das Örtchen Ballater auf der Ostseite der Berge empfohlen. Das beste Wetter hat man in der Regel im Juni und Juli, aber wir reden immer noch von

Schottland – Gässe und Kälte sind immer drin. Unser Autor Rupert Shanks, der in Aviemore lebt, mag die Übergangszeiten April/Mai und September/Oktober am liebsten.

Orientieren

Ohne Papierkarte sollte niemand in die Wildnis ziehen. Für die vorgestellten Touren braucht man die OS Landranger Map 36 – Aviemore and Grantown und die OS Explorer 53 – Lochnagar and Glen Muick. Entweder vor Ort in Aviemore kaufen oder zum Beispiel bei mapfox.de bestellen, je 15,90 Euro.

Informieren

Ein Fülle allgemeiner touristischer Informationen findet sich auf visitScotland.com. Hier kann man auch Unterkünfte buchen. Die beste Quelle zum Wandern in den gesamten Schottischen Highlands ist walkhighlands.co.uk

UNTERKUNFT

Mit Kamin

Das Balmoral Arms ist ein klassisches altes Hochlandhotel im Dorf Ballater. Es erwartet euch ein prasselndes Kaminfeuer (zu jeder Jahreszeit!) und herhaftes, gesundes

Essen. DZ £160 (183 Euro), crerarhotels.com/balmoral-arms/

Ballater Hostel

Einfache Herberge mit Selbstversorgerküche und gemütlichem Aufenthaltsraum. DZ £84 (96 Euro), ballater-hostel.com

Eisenbahnerhäuschen

Schönes Cottage mit zwei Schlafzimmern in KinCraig südlich von

Aviemore. £120 pro Person/Nacht (138 Euro). lovecairngorms.com/railway-cottage

ESSEN

India of Green

Das schlichte indische Restaurant in Ballater serviert köstliches Essen. Gute Portionen und kühle, große Biere. tiffintom.com/menu/india-on-the-green

Old Bridge Inn, Aviemore

Wer die traditionelle Pub-Erfahrung sucht, geht ins Old Bridge – auch zum Essen: vom Seebarsch über den Beefburger bis zur Buddha Bowl. oldbridgeinn.co.uk/

FUSSABDRUCK

Laut CO₂-Rechner unseres Umweltpartners Wilderness International verursacht diese Reise für zwei Personen ab Frankfurt etwa 1040 kg CO₂-Ausstoß bei Anreise mit dem Auto und etwa 1087 kg für die Kombi Flug/Leihwagen. Die Variante Zug/Leihwagen schlägt mit 481 kg zu Buche. Das kannst du ab 17,33/18,11/8,02 Euro in unserem outdoor-Wald-Projekt kompensieren: outdoor-magazin.com/wald



KLARER FALL Wem nach dem Wandern der Sinn nach etwas Wärmendem steht, der sollte die Kinrara Distillery in Aviemore besuchen. Hier verkostet man einen feinen, nein: nicht Whisky, sondern Highland Gin. kinraradistillery.com

DIE SCHÖNSTEN TOUREN

1 LAIRIG GHRU

31 km, 9 h, 660 Hm ↗, schwer

Die Querung der Cairngorms Richtung Südosten dauert lang, ist aber technisch einfach. Los geht es im Örtchen Coyerbridge, wo man den Weg neben dem Eingang zum Rothiemurchus Camp and Caravan Park nimmt. Auf ihm an einem verfallenen Cottage vorbei zu einem alten Parkplatz. Durch das Tor und dem Weg durch den Rothiemurchus-Wald folgen. An einer Gabelung links dem Schild Lairig Ghru nach. Oben am Pass passiert man die Pools of Dee, zwei kleine Seen. Tourende am Parkplatz Linn of Dee.

2 CHALAMAIN GAP

18 km, 5 h, 430 Hm ↗, schwer

Startpunkt dieser aussichtsreichen Runde ist der Sugarbowl-Parkplatz an der Straße zum Cairngorm-Ski-gebiet. Dort die Straße queren und

den Pfad hinunter zur Brücke Allt Mhor nehmen. Auf der anderen Seite steil hinauf, bis der Weg abflacht und nach Westen zum Chalamain Gap führt. Dort noch etwa 2 km nach Südwesten, am Fluss Allt Druidh nach Nordwesten Richtung Wald und Parkplatz.

3 BEN MACDUI

18 km, 6,5 h, 870 Hm ↗, schwer

Am Parkplatz des Cairngorm-Ski-gebiets den Pfad Richtung Coire an Sneachda nehmen. Er leitet nach Süden den Berggrücken hinauf auf das Cairngorms-Plateau. Über weite Ebenen allmählich hinauf zum Macdui-Gipfel. Vom Gipfel etwa 2 km auf selbem Weg zurück, dann östlicher als auf dem Hinweg halten und über den 1244 Meter hohen Cairngorm zurück zum Parkplatz (alternativ auf dem Rückweg auch noch Loch Etchachan und Loch Avon mitnehmen).



Printmaps.net/OSM Contributors

4 LOCHNAGAR-RUNDE

19,5 km, 6,5 h, 800 Hm ↗, schwer

Vom Parkplatz Spittal of Glen Muick Richtung Westen über das Hochplateau des Cuidhe Cröm und den breiten Rücken des Lochnagar zum Gipfel. Zurück durchs Tal des Glas Allt und ab seinem Wasserfall zum Loch Muick. Dem River Muick folgen, dann queren und zum Parkplatz.

5 CREAG DUBH

5 km, 2 Std., 460 Hm ↗, mittel

30 Kilometer südwestlich von Aviemore erhebt sich der Creag Dubh (756 m). Parken an der Straße auf der Nordseite der A86 etwa auf der Höhe des Sees Lochan Ulvie. Durch das Tor und steil nordostwärts, hinter Zaun auf dem Berggrücken zum Gipfel. Rück- wie Hinweg.

outdoor-magazin.com/cairngorms

Auf dem richtigen Weg: Die GPS-Daten zu den Touren durch die Cairngorms findet ihr über den QR-Code oder den Link oben.



NEUER LOOK

Merchandise Director Issam Djemel verrät mehr über die Facet-Schuhkollektion von Columbia.

Was macht die neue Facet-Schuhreihe von Columbia so besonders?

Sie vereint den angesagten Style und das Laufgefühl eines Sneakers mit der Funktion eines klassischen Leichtwanderschuhs. Als Messlatte für die Performance diente unser weltweiter Bestseller Peakfreak II OutDry.

Gibt es neben dem modernen Look auch technische Besonderheiten?

In Sneakern tritt man weicher auf als in den meisten Wanderschuhen. Zu schwammig darf die Dämpfung aber nicht sein, weil sonst die Trittsicherheit leidet. Unsere Techlite Plush Zwischensohle bietet die ideale Mischung und sorgt durch die hohe Rückstellkraft für ein herrlich

beschwingtes Laufgefühl. Zusammen mit der super griffigen Adapt Trax Außensohle, einer stabilen Fersenkappe und dem Navic Fit System, das für natürlichen Halt im Mittelfußbereich sorgt, kommt man in jedem Terrain sicher und komfortabel voran. Das Außenmaterial in modischen Farben hält dank wasserabweisendem, atmungsaktivem OutDry selbst im strömenden Regen die Füße trocken.

Welche Modelle gibt es?

Der Facet 75 Mid OutDry ist unser Allrounder und eignet sich für Wanderungen aller Art - ob im Mittelgebirge oder in den Alpen. Für alle, die niedrige Schuhe bevorzugen, gibt es auch eine Low Cut Variante.



Columbia Facet 75 Mid OutDry,
Gewicht: 860 g/Paar, Preis: 150 €.

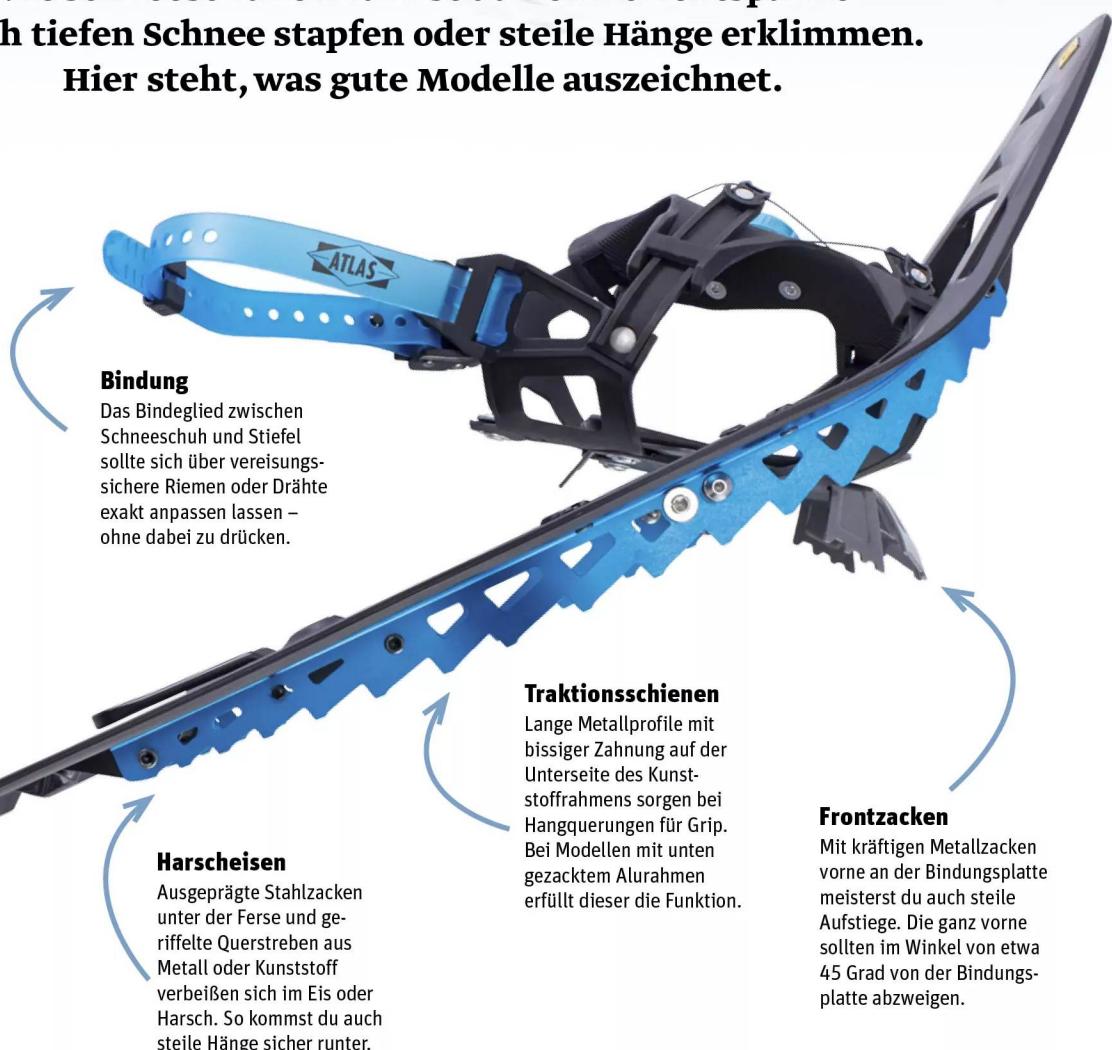
VOLL AUF ZACK

TEXT: FRANK WACKER

Mit Schneeschuhen kannst du herrlich entspannt durch tiefen Schnee stapfen oder steile Hänge erklimmen. Hier steht, was gute Modelle auszeichnen.

Damenwahl

Einige Hersteller bieten spezielle Damenmodelle. Sie besitzen schmälere, kürzere Rahmen, die Bindungen sind auf kleinere Schuhgrößen angepasst.





Schaufel

Der vorne hochgezogene Teil des Rahmens verhindert, dass sich die Spitze im Schnee einkriegt – und man stolpert. Gezackte Kanten erhöhen hier das Verletzungsrisiko.

Rahmen

Schneeschuhe bestehen heute meist aus Kunststoff. Aussparungen verhindern, dass sich Schnee anhäuft. Alternative: ein Alurahmen, in den ein robustes Planenmaterial eingespannt wird.

Größe

Fast alle Hersteller bieten Modelle in verschiedenen Längen an. Große liefern mehr Auftrieb, kleinere sind wendiger und eignen sich bestens fürs Gebirge.

Steighilfe

Steht man mit der Sohle auf dem unter der Ferse hochgeklappten Metallbügel, fühlt sich das Gelände weniger steil an, und die vorderen Harscheisen greifen häufig noch besser.

Schneeschuhe bieten Wanderern die Möglichkeit, tief verschneite Landschaften abseits gespurter Wege zu erkunden. Im flachen Gelände kommt man auch mit einfachen Modellen recht gut klar, doch sobald steilere Auf- und Abstiege oder Hangquerungen anstehen, bleibt der Spaß auf der Strecke, weil Bindungen zu wenig Halt bieten und die Schneebretter ständig wegrutschen. Mit gut gemachten Schneeschuhen machen Touren aber selbst im schwierigen Gelände mächtig Freude – so die Erkenntnis aus den *outdoor*-Tests. Unsere Tipps für die unterschiedlichen Einsatzbereiche sind die folgenden Modelle.

Der beste, verhältnismäßig günstige Allrounder heißt Tubbs Flex Trek (200 €), den es für Damen und Herren gibt. Er besitzt alle wichtigen Features – von griffigen Trak-

tionsschienen und Harscheisen über eine Steighilfe bis hin zur funktionellen Bindung. Außerdem rollt er durch den im hinteren Drittel flexiblen Rahmen auf Harsch oder Eis erfreulich geschmeidig ab.

Bergfüchse, die es in hochalpine Gefilde zieht, liegen mit dem MSR Lightning Ascent (400 €) richtig. Kein anderes von uns bis dato getestetes Modell begeistert im kniffligen Terrain mit mehr Kontrolle. Das liegt am tiefen, bodennahen Stand und einem langlebigen Alurahmen, dessen gezackte Unterseite sich im Untergrund festbeißt. Durch den eher harten Auftritt eignet er sich aber weniger für gemütliche Wanderungen.

Leichtgewicht oder Alleskönnen

Für sportive Grammzähler wiederum gibt es kaum eine Alternative zum Atlas Helium

Mountain (270 €). Das Paar bringt gerade einmal 1550 Gramm auf die Waage – »über 20 Prozent weniger als die Konkurrenz«, sagt Ausrüstungsredakteur Boris Gnielka. Im Hochgebirge punktet er mit fast so viel Kontrolle wie der MSR, lockt dank flexiblem Heck jedoch mit noch mehr Komfort. Die Traktionsschienen aus Alu sind aber weniger langlebig als solche aus Metall.

Und der beste Allesköpper? Den liefert Tubbs mit dem frisch überarbeiteten Flex Alp (270 €). Er verbindet erstklassiges Gehverhalten mit hervorragender Steigperformance und robusten Materialien. Das Deck besteht aus dickem, zähem Kunststoff, die Harscheisen aus Metall. Weiteres Plus: eine einfachst bedienbare Bindung. Wie die anderen empfehlenswerten Modelle gibt es den Flex Alp als Damen- und Herrenversion.



MORGENS UM 5 UHR IM HARZ

Wandern in den Sonnenaufgang hört sich romantisch an. Ist es das auch? Unsere Autorin Jana Wagner hat den Realitäts-Check durchgeführt – hoch oben im Harz.

TEXT: JANA WAGNER | FOTOS: JOZEF KUBICA



Der Sonne entgegen auf dem Teufelsmauerstieg von Blankenburg nach Thale.

Es ist noch dunkel, aber ein Schimmer des neuen Tages lässt sich erahnen. Mystische Felsen tauchen im Morgennebel auf. Plötzlich bricht der erste Sonnenstrahl durch, und auf zauberhafte Weise erwacht ein neuer Tag - goldenes Licht legt sich über den dampfenden Thermobecher. Hach, toll. So muss sich eine Sonnenaufgangswanderung anfühlen, denke ich verträumt, während vor dem Zugfenster die ersten Hügel des nördlichsten Gebirges von Deutschland vorbeiziehen. Sonnenaufgangswanderungen verheißen Romantik und Magie. Wo, wenn nicht im sagenumwobenen Harz, ließe sich besser überprüfen, wie viel da dran ist?

Für mich grundsätzlich mal herzlich wenig. Weckerklingeln um vier Uhr in der Frühe hat nichts mit Magie zu tun. Ich hasse es, früh aufzustehen. Zum Sonnenaufgang irgendwo zu sein bedeutet Aufstehen mitten in der Nacht: erster Minuspunkt. Es ist stockfinster, kalt und feucht, als ich mein Hotel in Bad Harzburg nördlich des Brockens (1141 m) verlasse und durch die leergefegte Bäderarchitektur des Kurortes laufe. Für meine erste Tour bin ich mit Michael Schaschek verabredet. Der Waldpädagoge führt regelmäßig Gäste zur blauen Stunde durch den Harz. Von ihm erhoffe ich mir ein paar gute Profi-Tipps. »Wanderungen zum Sonnenaufgang macht der Weg durch die Dunkelheit besonders. Denn hier erfahren wir unsere Umwelt so, wie die meisten von uns sie nie erleben«, erklärt er mir, während er festen Schrittes den dunklen Waldweg entlanggeht. Ich tappe hinterher und widerstehe dem Impuls, einfach die Stirnlampe einzuschalten.

Wir haben die Dunkelheit verdrängt

Unser Ziel ist der Baumwipfelpfad am Fuße des Burgberges. Nicht besonders abgelegen, aber ideal, um der Natur beim Erwachen zuzuschauen. »Die meisten Menschen verlassen sich nur auf ihren Sehsinn. Wenn es dunkel ist, müssen wir andere Sinne nutzen. Das haben viele Menschen verlernt«,



2

1 Zu schön, um sie der Dunkelheit zu überlassen: Felsen im Harz immer ins erste Licht legen.

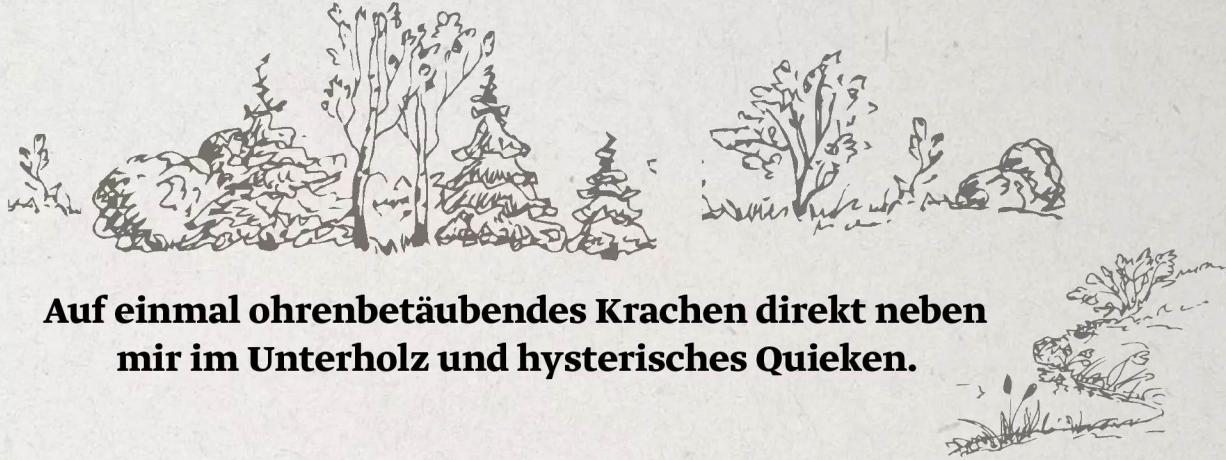
2 Das Frühaufstehen gewohnt: Fotograf Jozef Kubica. Morgenmuffel: Autorin Jana Wagner.

3 So stellt sich die Welt dar, wenn man mitten in der Nacht von Torfhaus zum Brocken aufbricht.



3





Auf einmal ohrenbetäubendes Krachen direkt neben mir im Unterholz und hysterisches Quieken.

sagt Michael und fügt mit einem Blick zu den Lichtern der Stadt hinzu: »Wir haben die Dunkelheit fast komplett aus unserem Leben verdrängt.« Vielen seiner Gäste falle es deshalb schwer, sich auf die Dunkelheit einzulassen. Über Holzplanken und Treppen geht es nach oben. Während ich versuche, mich auf das Erstasten des Weges und das Erhören der Umgebung zu konzentrieren, wechselt der bedeckte Himmel von dunkelgrau zu hellgrau. Einen tollen Sonnenaufgang nehme ich heute also nicht mit, dafür aber den Fakt, dass man am Gesang der Vögel ablesen kann, wie viele Minuten es noch bis zum Sonnenaufgang dauert: Beim ersten Zwitschern der Amsel noch 45 Minuten, bei der Kohlmeise 30 Minuten und beim Zirpen des Buchfinks noch zehn Minuten. Auch interessant.

Neuer Versuch am nächsten Morgen. Neben dem Besuch beim Baumwipfelpfad, für den retour nur etwa eine Stunde Gehzeit angesetzt werden kann, habe ich mir vier längere Wanderungen zu unchristlich frühen Zeiten für meinen Urlaub im Harz vorgenommen: zu den Rabenklippen, auf den Brocken, den Teufelsmauerstieg entlang und durch das Bodetal. »Best of Harz« könnte man sagen. Heute also die Rabenklippen unweit des Baumwipfelpfades. Die steilen Granitfelsen über dem Eckertal versprechen mit etwa 550 Meter Höhe eine gute Sicht. Als ich Bad Harzburgs Lichtern den Rücken kehre und den Aufstieg auf den stillen, dunklen Burgberg beginne, zuckt plötzlich der Himmel. Wetterleuchten eines weit entfernten Gewitters. Mir klopft das Herz bis zum Hals. Dunkler Wald, Blitze - wenn auch sehr weit weg -, Komfortzone fühlt sich anders an. Aber ich halte mich an Michaels Tipp und lasse die Stirnlampe ausgeschal-

tet. Höher hinauf und tiefer in den Wald hinein. Er hat recht: Ohne etwas zu sehen, fühle ich mich extrem unwohl. Aber meine Sinne sind geschärft, ich bin konzentriert. Hellwach. Auf einmal ohrenbetäubendes Krachen direkt neben mir im Unterholz und hysterisches Quieken, gefolgt von lautem Rascheln, das sich zum Glück schnell entfernt. Halber Herzstillstand.

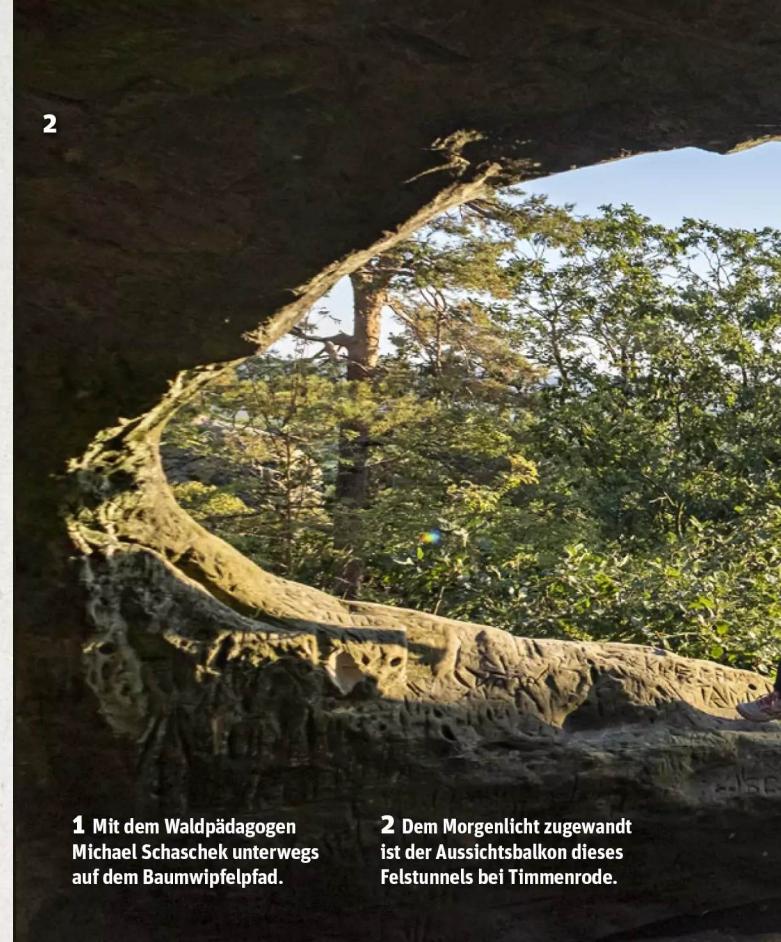
Ich beschließe, dass die Erfahrung der Dunkelheit jetzt ausreicht, und schalte die Stirnlampe auf die höchste Stufe. Immerhin sehe ich jetzt den Weg und warne hoffentlich alle Wildschweine, Luchse und Wölfe frühzeitig vor mir. Allerdings regt der kleine Lichtkegel mein Gehirn noch mehr dazu an, die Dunkelheit rund herum mit Eigenkreationen auszufüllen. Und zwar solchen des Typs »die 29-jährige Jana W. wurde zuletzt gegen vier Uhr morgens beim Verlassen ihres Hotels gesehen.« Herrje. Nachts wandern macht nur dann Spaß, wenn man ausgeschlafen in der Sonne sitzt und sich denkt, das wäre eine gute Idee.

Die Aussicht einkalkulieren

Endlich beginnt es zu dämmern. Es ist 6.10 Uhr, als sich die Baumspitzen vor dem rosa Himmel abzeichnen und die schroffen Rabenklippen in ganz zartem Morgenlicht auftauchen. Ich ertappe mich dabei, dass ich das nach den Erfahrungen der Nacht wirklich zauberhaft finde. Meine Planung zum Sonnenaufgangs-Spot erweist sich dann im Detail jedoch als nicht ganz ausgereift. Denn der Aussichtspunkt auf der Spitze der Steinblöcke liegt zwar hoch oben, bietet aber nur eine mittelmäßige Sicht Richtung Osten. Die Schirme und Stühle des benachbarten Ausflugslokals verdecken den orangefarbenen Ball zur Hälfte. Wenig

idyllisch, aber immerhin ein Fortschritt. Mehr Aussicht muss also her. Und deshalb geht es im dritten Versuch an den Ort im Harz, der für seine spektakuläre Fernsicht bekannt ist: auf den Brocken. Hier steht dem Sonnenaufgang garantiert nichts im Weg. Außer vielleicht der Nebel, in dem der 1141 Meter hohe Gipfel an etwa 300 Tagen im Jahr hängt. In Büchern und im Netz habe ich viele Berichte über Sonnenaufgangswanderungen auf den Brocken gefunden. Das scheint ein richtiges Happening zu sein, und ich bin neugierig, ob auch jetzt andere Wanderer unterwegs sein werden.

Um vier Uhr treffe ich mich mit Fotograf Jozef unter den geisterhaft scheinenden Straßenlaternen von Torfhaus. Das Schullandheim, in dem gefühlt jeder Zweite im Norden schon auf Klassenfahrt war, liegt in stiller Dunkelheit. 2:45 Stunden haben wir bis Sonnenaufgang. Vor uns erstreckt sich der Goetheweg. Bei Tageslicht einer der einfachsten und schnellsten Aufstiege zum Brocken. Bei Nacht verwandeln sich die Schotterwege durchs Moor und der alte Grenzweg aber in eine fremde Welt. Keine Landschaft, keine Aussicht, keine Orientierungspunkte - nur die Sterne. Davon aber eine ganze Menge. Der Nationalpark Harz zählt zu den Orten mit der geringsten Lichtverschmutzung in Deutschland. Während wir bedächtig unter dem Sternenzelt wandern, röhren im Wald die Hirsche. Vor Sonnenaufgang hat das Gebirge der Hexen und Teufel tatsächlich noch ein bisschen was von seiner Mystik. Hinter einer Kurve dann plötzlich Licht. Wir sind nicht mehr allein. Hexen? Nein, zwei junge Mädchen mit Mützen, Rucksäcken und dicken Jacken. Sie stehen an einer Gabelung und snacken gut gelaunt ihre Energieriegel. Auf



1 Mit dem Waldpädagogen Michael Schaschek unterwegs auf dem Baumwipfelpfad.

2 Dem Morgenlicht zugewandt ist der Aussichtsbalkon dieses Felstunnels bei Timmenrode.



Während wir bedächtig unter dem Sternenzelt wandern, röhren die Hirsche.

die Frage, was sie so früh auf den Brocken treibt, antworten sie: »Wir haben heute erst zur vierten Stunde Schule.« Jozef und ich schauen uns an. Beeindruckende Energie, diese Harzer Jugend.

Als der erste rote Schimmer am Horizont erscheint, erreichen wir die Baumgrenze. Oben auf dem Brockengipfel ist es dann bitterkalt. Ich friere. Anfängerfehler: Die Stunde vor Sonnenaufgang ist die kälteste des Tages – und auf dem eher isländisch klimatisierten Brocken spürt man das besonders deutlich. Ähnlich wie mir geht es drei Männern, die sich mit ihren Mountainbikes in den Windschatten des Brockenhauses verzogen haben. Zusammen steigen wir von einem Bein aufs andere, und ich lasse mir erzählen, dass sie Arbeitskollegen sind und öfter morgens auf den Brocken fahren. Als Grund nennen sie alle die Ruhe.

Sonst von Touristen überlaufen, ist der frühe Morgen eine der wenigen Tageszeiten, in denen man hier oben fast allein ist. Aber nur fast: Als der erste Lichtstrahl des Tages auf die rot-weiße Brockenantenne trifft, sind gut ein Dutzend Menschen unterwegs. Manche voll ausgerüstet mit Campingstühlen, andere schlurfen in Jogginghose aus dem Brockenhotel. Auch die

beiden Schülerinnen sitzen mit dampfenden Bechern in der Hand und Decke um die Schultern auf einem Stein. Alle machen Fotos und versuchen, die wenigen Augenblicke einzufangen, in denen goldenes Licht das Plateau überstreicht. Aus erster Reihe den alltäglichen und doch besonderen Vorgang des Sonnenaufgangs ganz bewusst mitzuerleben – das hat schon was. Aber alles, was ich an Magie und Zauber fühlen könnte, wird auf dem windumtosten Gipfel leider von Kälte überdeckt. Gelernt: an wärmere Kleidung denken.

Ich bin ich sehr froh, zwei Stunden später im hellen Tageslicht wieder nach Torfhaus einzubiegen. Denn das habe ich bei meinen frühmorgendlichen Wanderungen gemerkt: Der zweitbeste Moment der Sonnenaufgangswanderung ist der, wenn man nach einer heißen Dusche wieder unter die kuschelige Bettdecke kriecht. Wer frühmorgens schon so viel unterwegs war, bei dem gerät das Zeitgefühl leicht ins Wanken. Während alles um einen herum langsam in die Gänge kommt, hat man schon ein Soll des Tages erledigt. Im warmen Bett ist die Kälte dann auch wieder vergessen. Und dieses goldene Licht, das war doch schon romantisch. Geradezu ein bisschen magisch. 



DER SONNE ENTGEGENWANDERN

1 ZU DEN RABENKLIPPEN

9,6 km, 3 Std., 310 Hm, mittel

Los geht es in Bad Harzburg am Großparkplatz an der B4 in der Nähe des Baumwipfelpfads. Auf Schotterwegen durch teils dichten Wald zunächst hinauf auf den Burgberg, an der Canossasäule bieten sich schöne Blicke auf Bad Harzburg. Sonnenaufgangs-Spot: die Aussichtsplattform auf den Rabenklippen (555 m). Besucht unbedingt auch das benachbarte Luchsgehege. Der Rückweg verläuft parallel zum Kaltebach durchs Kalte Tal, eventuell bietet sich eine Fahrt mit der historischen Burgberg-Seilbahn an (bad-harzburg.de/wanderland/burgberg-seilbahn).

2 AUF DEN BROCKEN

17,3 km, 5 Std., 340 Hm, mittel

Der Goetheweg ab Torfhaus ist der Klassiker unter den Wanderwegen

auf den Brocken. Gut ausgebaut führt er durch das Torfhausmoor und lässt sich auch im Dunklen leicht begehen. Nach etwa einer Stunde kreuzt er den ehemaligen Grenzstreifen und verläuft dann parallel zu den Gleisen der Brockenbahn. Sonnenaufgangs-Spot: der Brockengipfel (1141 m). Hier geht es morgens meist eisig zu, nehmt genügend warme Sachen mit! Der Rückweg erfolgt auf dem Hinweg.

3 TEUFELSMAUERSTIEG

7 km, 2 Std., 150 Hm, schwer

Der Einstieg in den Teufelsmauerstieg liegt direkt am Ortsrand von Blankenburg. Einem schmalen Pfad folgend klettert man, teils auf Steinstufen, teils mit Eisenhandläufen gesichert, über die Felsen (Stirnlampe nicht vergessen!). Sonnenaufgangs-Spot: Hamburger Wappen (252 m). Tatsächlich bietet der ganze Stieg tolle Ausblicke Richtung



Printmaps.net/OSM Contributors

Osten. Zurück wandert man entweder wieder auf dem Kammweg oder entspannter auf dem Hangweg am Fuße der Teufelsmauer entlang.

4 BODETALRUNDWEG

19 km, 6 Std., 500 Hm, schwer

Vom Bahnhof Thale führt der Weg ein kurzes Stück an der Bode ent-

lang, dann beginnt scharf rechts der Aufstieg zur Rosstrappe. Sonnenaufgangs-Spot: Rosstrappenberg (439 m, etwa 1,5 Std. Gehzeit). Von dort wandert man leider relativ lange an der L93 entlang. Belohnung: der Tunnel zum Aussichtspunkt Wilhelmsblick (314 m). Ab Treseburg durch die imposante Bodeschlucht. Vielen gilt diese Tour als spektakulärste im Harz.

outdoor-magazin.com/harz

Hier geht's lang: Die GPS-Daten zu den vorgestellten Touren bekommt ihr via QR-Code oder den Download-Link.



DIE REISE-BASICS FÜR DEN HARZ

PLANEN

Hinkommen

Gute Ausgangspunkte sind Bad Harzburg im Nordwesten und Thale im Osten. Bad Harzburg lässt sich mit der Regionalbahn von Hannover aus in etwa einer Stunde erreichen, Thale von Magdeburg aus in etwa 1,5 Stunden ([bahn.de](#)). Wer mit dem Auto kommt, hat es leichter, frühmorgens zu den Ausgangspunkten der Wanderungen zu gelangen.

Orientieren

Unter [touren.harzinfo.de](#) könnt ihr mit vielen Filtermöglichkeiten nach der passenden Wanderung suchen. Achtung: Für den Nacht-Teil der Wanderung immer einen GPX-Track auf dem Handy oder eine Karte dabeihaben, da Schilder und Wegmarkierungen im Dunkeln schnell mal übersehen werden.

Beste Zeit

Sonnenaufgangswanderungen im Harz lassen sich grundsätzlich das ganze Jahr über unternehmen. Im Sommer friert man im Morgengrauen weniger, dafür geht die Sonne schon gegen fünf Uhr auf. Wer nicht so früh aufstehen möchte und mit Winterwetter kein Problem hat, peilt Ende Dezember an: Sonnen-

aufgang am 31. Dezember auf dem Brocken ist um 8.35 Uhr.

Mitnehmen

Neben Basics wie Stirnlampe, Karte und angemessener Wanderkleidung lohnt es sich, Dinge mitzunehmen, mit denen sich die Wartezeit bis zum Sonnenaufgang so angenehm wie möglich gestalten lässt: eine Decke oder eine zusätzliche Wärmejacke, Sitzkissen, warme Getränke, Snacks ...

Literatur

Wer sich generell auf Wanderungen durch die Nacht und die Morgen-dämmerung einstimmen will, dem seien empfohlen: »Streifzüge durch die Nacht« von Dirk Liesemer (Malik, 20 Euro) und »Nachtwandern« von Chris Yates (Insel, 16,95 Euro).

UNTERKUNFT

Sonnenhotel Ettershaus

1910 als Beamten-Erholungsheim in Bad Harzburg gebaut, wurde die Jugendstil-Villa 2016 um einen Neubau ergänzt. Zum Angebot gehören auch 14 luxuriöse Baumhäuser. DZ ab 200 Euro, Baumhaus ab 210 Euro. [sonnenhotels.de/hotels-resorts/ettershaus/hotel](#)



EXTRA
TIPP

STERNWARTE Passend zum Nachtwandern: In der Sternwarte St. Andreasberg lernt ihr, wo Polarstern, Orion und Cassiopeia zu finden sind und wie der Harzer Nachthimmel durchs Teleskop aussieht. [sternwarte-sankt-andreasberg.de](#)

Schlossblick Blankenburg

Im Harz stehen viele Burgen und Schlösser. Beste Aussichten auf eins von ihnen habt ihr im Schlosshotel Blankenburg, einer ehemaligen Kaserne. DZ ab 130 Euro, [schlosshotel-blankenburg.de](#)

Torfhaus Harzresort

Am Fuße des Brockens lockt in Torfhaus ein Wohlfühl-Resort mit komfortablen Hotelzimmern und

Lodges. Letztere eignen sich je nach Ausführung für zwei bis acht Personen und besitzen einen Kamin sowie eine Sauna. DZ ab 85, Lodge ab 163 Euro. [torfhaus-harzresort.de](#)

ESSEN

Flammkuchen

Ob mit Speck, feurig scharf, mit Fisch oder vegan: Top Flammkuchen gibt's bei Le Feu in der Fachwerkstadt Quedlinburg. [lefeu.de](#)

Kaffee und mehr in Thale

Stärkung nach der Tour: Im Hexenkessel direkt an der Seilbahn in Thale bekommt man guten Kaffee und ein Frühstück. [seilbahnen-thale.de/bodeltal/hexenkessel](#)

Umwelt

Laut CO₂-Rechner unseres Umwelt-partners Wilderness International verursacht diese Reise für zwei Personen ab Frankfurt folgenden CO₂-Ausstoß: etwa 348 kg bei Anreise mit dem Auto und etwa 184 kg bei Anreise mit dem Zug. Das kannst du schon ab 5,81 bzw. 3,06 Euro in unserem outdoor-Wald-Projekt kompensieren. Mach mit unter: [outdoor-magazin.com/wald](#)



FASZINATION RENNRAD

The image shows the cover of a magazine titled "ROADBIKE FITNESS Special". The cover features a photograph of a cyclist's legs and feet pedaling on a road bike. The title "ROADBIKE FITNESS" is prominently displayed in large red and white letters, with "Special" in smaller white letters below it. A sidebar on the left lists "Basiswissen", "Ernährung", and "Trainingsaufbau". A large blue banner across the middle contains the text "Dein Weg zur Rennrad-Bestform". On the right side, there is a box titled "Experten-Tipps und Workouts" with four bullet points: "Perfekt vorbereitet für den Radmarathon", "Stark am Berg", "Schneller im Sprint", and "Effizienter trainieren auf der Rolle". A red button on the right says "JETZT NEU!". At the bottom, there are three smaller images with captions: "Abnehmen nach Maß" (a man holding a bottle and a lettuce), "Regenerieren wie ein Profi" (text about recovery), and "Trainieren in jedem Alter" (a cyclist). A QR code is located in the bottom right corner.

Jetzt online bestellen unter:
www.bike-X.de/roadbike-sonderheft

BASIS LAGER



Produkte, die auf
Tour überzeugen

► ALPINIST

Für harte Einsätze am Berg hat Black Diamond den Soloist Glove mit robuster Ziegenleder-Handfläche entwickelt. Sein Primaloft-Gold-isolierter Innenhandschuh, eine wasserdichte Membran und lange Stulpen versprechen warme und trockene Finger bis 29 Minusgrade (280 g/Paar, 130 €).



► GIPFELSTÜRMER

Vorgeformte Finger, Handflächen aus geschmeidigem Ziegenleder, Drilite-Membran: Mountain Equipment's Guide Glove wendet sich an Bergsportler, die einen feinfühligen, aber auch wasser-dichten Handschuh mit hohem Tragekomfort suchen (160 g/Paar, 90 €).

► RE-CYLING

Kalte Hände beim Radeln? Nicht mit dem Tremalzo Softshell Mitten von Vaude. Das klimaneutral aus recyceltem Polyester-garn gefertigte Dreifingermodell vereint die hohe Wärmeleistung eines Fäustlings mit dem guten Handling eines Fingerhandschuhs (85 g/Paar, 50 €).

► WOLLIG WARM

Es muss nicht immer Daune oder Kunstfaser sein: Beim Salewa-Fäustling Ortles Tirolwool Responsive hält die Finger eine Füllung aus Tiroler Schafwolle und Polyester auf Temperatur, unterstützt durch die Körperwärme reflektierende Mineralien (120 g/Paar, 90 €).

ISOMEISTER

Ob Wander- oder Bergerlebnis, ob Ski- oder Schneeschuhtour: Diese acht Handschuhe schützen vor eisigem Frost, Wind und Nässe.



▲ CABRIOLET

Die Ortovox Pro Cover Gloves bieten Skitouren-Fans feine Details: Beim Aufstieg sorgt ein abgedeckter Mesh-Einsatz am Handrücken für trockenes Klima, bei der Abfahrt blockt ein verstaubarer Überzug aus Pertex Quantum Pro Schnee, Wind und Niesel (120 g/Paar, 100 €).

▲ TOURENFREUND

Dank seiner Innenhand aus Ziegenleder ist der Reusch Alp-X Touch Tec beides: robust und geschmeidig – nicht nur Ski- und Schneeschuh-tourengeher werden das zu schätzen wissen. Touchscreens lassen sich gut mit ihm bedienen. Top: das softe Wollfutter (135 g/Paar, 120 €).

▲ KÄLTEKILLER

Eine kräftige Primaloft-Außenhülle mit Gore-Tex-Membran und ein daunengefüllter Fingerinnenhandschuh machen die 8000 Meter Mitts von Marmot zum wasser- und winddichten Bollwerk gegen zornigen Frost. Lederverstärkte Handflächen erhöhen zudem den Grip (340 g/Paar, 290 €).

BASIS LAGER



Ausrüstung im Praxistest

DIE OUTDOOR-EXPERTEN

Mit Outdoor-Equipment per Du: die Testcrew.



BORIS GNIELKA

Testet Ausrüstung am liebsten beim Klettern sowie auf Trekking- und Bikepackingtouren.



KATLEEN RICHTER

Kathleen testet Equipment meist beim Trailrunning und Klettern – sowie auf dem Weg zum Fels.



ULI BENKER

Unseren Experten für GPS-Geräte, Handys & Co trifft man oft beim Bergwandern und Biken.

Mehr Produkte im Praxistest:
outdoor-magazin.com/tested

GROSSER SACK GANZ LEICHT

Leistungsstark und gut organisierbar: der geräumige Exped Thunder 50.



EXPED THUNDER 50

DAUERTEST: 9 Monate

PREIS: 320 € **GEWICHT:** 1560 g

- ⊕ Gewicht, Ausstattung, Tragekomfort, Belüftung
- ⊖ Kompressionsriemen etwas fummelig zu bedienen

Bei Leichtrucksäcken muss man oft Abstriche bei der Lastübertragung machen. Doch das flexible, gut belüftete Tragesystem des Thunder 50 bleibt bis 22 Kilo laststabil. Zudem lässt sich die mittige Alustrebe leicht auf Rückenform biegen, was für perfekten Sitz sorgt. Trotz des geringen Gewichts (1560 g) verfügt der 52 Liter große Exped über eine Frontöffnung, eine stolze sechs Liter fassende, abnehmbare Deckeltasche sowie über fünf Netztaschen: eine große auf der Front (für nasse Sachen), zwei an den Seiten (für Trinkflaschen, Zeltgestänge & Co.) plus zwei am Hüftgurt (für Riegel, Stirnband und anderen Kleinkram). Ein Kompressionsriemen unter der Deckeltasche sowie je zwei an den Seiten bringen das Gewicht angenehm nah an den Körper, trüben aber mit fummeligem Handling – auch durch die kleinen Metallhaken – die sonst hervorragende Bilanz. Nachhaltig: Das robuste Material des Einkammermodells verspricht ein langes Rucksackleben. **kr**

SCHÖNER FERNSEHEN

Das CL Curio von Swarovski Optik begeistert auf ganzer Linie – kostet aber viel.

Ein Fernglas bereichert jede Outdoortour. Meist halten einen aber Packmaß und Gewicht davon ab, es mitzunehmen. Beim ultrakompakten, superleichten CL Curio 7x21 von Swarovski Optik steht hingegen nur noch der Preis im Weg. Die exzellente Verarbeitung und das stoßfest gummierte, wassererdichte Metallgehäuse versprechen allerdings ein langes Leben, was die Kosten relativiert. Zumal das Glas in puncto Schärfe, Brillanz und Handling begeistert: mit einer seidenweichen Einstellung von Entfernung und Dioptrienausgleich sowie herausdrehbaren Augenmuscheln. Ebenfalls stark: das schön breite Sehfeld von 135 Metern! **bg**



SWAROVSKI CL CURIO 7X21

DAUERTEST: 3 Monate

PREIS: 790 € **GEWICHT:** 275 g*

- ⊕ Gewicht, Packmaß, Sehfeld, Schärfe, Brillanz, Handling, Lieferumfang, Augenmuscheln
- ⊖ hoher Preis

*Fernglas: Gewicht inklusive Trageschlaufe.



100% NORG

DAUERTEST: 3 Monate

PREIS: 270 € **GEWICHT:** 192 g
 + 14 Wechselscheiben, überragende Optik, magnetisches Wechselsystem, Belüftung
 ⚡ hoher Preis

WARM DURCH DEN WINTER

Vaude trifft mit seinem gefütterten Bikeschuh voll ins Schwarze.

Kalte Füße sind eines der größten Hindernisse, auch im Winter aufs Rad zu steigen. Im TVL Pavei Mid Winter von Vaude bleiben sie hingegen wunderbar warm und trocken, das zeigt zumindest unser Langzeittest. Über 2500 Kilometer bei bis zu minus 10 °C hat das mit wasserdichter Sympatex-Membran und Primaloft-Futter ausgerüstete Paar mittlerweile hinter sich - was es allenfalls an den leicht ausgefransten Schnürsenkeln zeigt. Das mit Shimano-SPD-Cleats bestückbare Paar begeistert mit bequemem Sitz, steifen, gripstarken Sohlen, perfektem Näseschutz und warmen Elastikstulpen. Sie schließen die Lücke zwischen Schuh und Hose und erschweren das Rein- und Rausschlüpfen dank der beiden Anziehschlaufen kaum. Die vielen Reflexbänder erhöhen die Sichtbarkeit. **bg**

VAUDE TVL PAVEI MID WINTER

DAUERTEST: 7 Monate/2500 km

PREIS: 230 € **GEWICHT:** 950 g*
 + Kraftübertragung, Nässe- und Kälteschutz, Gehkomfort, Sicherheit (Reflektoren), Handling (An- und Ausziehen)

SCHUTZSCHILD

Nicht billig, aber eine Skibrille, die Maßstäbe setzt: die Norg der Marke 100%.

Know-how aus dem Motocross-Sport steckt in der Skibrille Norg von 100%, vor allem in den selbst bei diffuser Sicht extrem kontrastreichen und brillanten, verzerrungsfreien Hightech-Gläsern aus bruchfestem Polycarbonat. Dank eines neuen magnetischen Scheibenwechselsystems lässt sich die Brille für Piste und Tour im Nu an verschiedene Wetter- und Lichtverhältnisse anpassen. Anders als bei Magnetsystemen üblich liegt die Scheibe nicht am Brillenrahmen auf, sondern umschließt ihn – die Scheibe sitzt bombenfest und springt auch bei Stürzen nicht ab. **ub**



Boris Gnielka (2)

* Radschuh: Gewicht inklusive SPD-Cleats.

DEIN SICHERER HALT IM WINTERLICHEN GELÄNDE

mit ausklappbaren SPIKES



Jacalu - Aik

in zwei Farben erhältlich



PASSIONE per lo SPORT

[@jacalu.de](#)



Jetzt kaufen

UVP:
124,90€

BASIS LAGER



Instructor: Know-how für Outdoorer



INSTAND GESETZT

Selbst alte Outdoor-Hasen sind nicht davor gefeit, dass auf Tour eine der Zeltstangen bricht. So repariert man sie.

Gute Trekkingzelte sind Bollwerke gegen Wind und Wetter: Die besten trotzen selbst Böen in Orkanstärke. »Wenn die Heringe halten«, sagt Ausrüstungsredakteur Boris Gnielka. Bei einem seiner Wildnistreks im hohen Norden riss es die Bodenanker aus dem recht weichen Untergrund – trotz der zur Beschwerung darüber getürmten Felsbrocken. Der Sturm drückte das Zelt flach auf den Boden, eine der Stangen brach dabei. Mit Hilfe einer Reparaturhülse ließ sich der Schaden aber binnen einer Viertelstunde beheben (s. rechts). Die Alumuffe ist gut 13 Zentimeter lang, besitzt einen etwas größeren Durchmesser als das Gestänge und gehört zum Lieferumfang vieler Modelle. Nach der Tour sollte man den defekten Gestängeteil aber ersetzen lassen – viele der Outdoor-Zelthersteller bieten diesen Service gegen eine geringe Gebühr an. Extratipp: Wer ein paar weitere Sturmleinen einpackt, kann vorhandene verlängern und an einem Busch oder Baum vertäuen – die halten garantiert. Oder man baut mit übrigen Heringen oder angespitzten Ästen ein Kräftedreieck, das die durch die Böen entstehende Zugkraft auf mehrere Verankerungspunkte verteilt.



1 ENTGRATEN

An der Bruchstelle hat die Stange ihre runde Form verloren. Sie ist dort jetzt eher rechteckig. Um die Urform wieder herzustellen, brichst du mit einer Zange an der Kante kleine Alustücke heraus, bis sich die Hülse darüberschieben lässt. Zur Not kannst du die Stelle auch vorsichtig mit einem etwa faustgroßen Stein bearbeiten.



2 SCHIENEN

Mit den meisten Zelten beiliegenden Alu-Reparaturhülse (Gewicht: rund 10 g) lässt sich der Bruch schienen. Ihr Durchmesser sollte nur minimal größer sein als der des Gestänges. Schiebe die Hülse über, bis der Bruch in ihrer Mitte liegt. Achte aber auch darauf, dass du die Segmente später noch sauber zusammenklappen kannst.



3 FIXIEREN

Damit die Hülse nicht versucht, fixierst du sie auf beiden Seiten mit einem Streifen Reparaturklebeband. Bei Zelten mit Gestängekanälen solltest du dabei sehr sorgfältig vorgehen, sonst hakt es beim Einfädeln und Herausziehen. Besser nur eine Lage Tape über eine etwas größere Fläche festkleben als viele Lagen übereinander.



4 VERKNOTEN

Falls der Elastikzug im Innern des Gestänges beim Bruch reißt, nicht die beiden durch den Riss entstandenen Enden miteinander verknoten. Stattdessen das Ende des längeren Elastikzuges durch alle Stangensegmente fädeln. Das offene Ende verknotest du mit der herausziehbaren Abschlusskappe des letzten Segments.



DIE OPTIMALE PFLEGE WASSERDICHTER KLEIDUNG MIT NIKWAX

**SAUBER UND WASSERDICHT. SO
VERLÄNGERST DU DIE LEBENDAUER
DEINER OUTDOOR-AUSRÜSTUNG.**

Regen kann wetterfester Funktionskleidung nichts anhaben. Durch die dauerhaft wasserabweisende Imprägnierung (DWR) perlen die Tropfen einfach von der Stoffoberfläche ab. Auch Wasserdampf, der beim Schwitzen entsteht, kann durch die wasserdichte Membran der Kleidung nach außen entweichen. So bleibst du warm und trocken.

Mit der Zeit verschlechtern Schmutz, Abnutzung und ungeeignete Waschmittel die wasserabweisenden Eigenschaften und schränken die Atmungsaktivität ein. Die Kleidung fühlt sich bei Regen klamm und feucht an und dir wird schnell kalt. Zeit für eine Auffrischung mit Nikwax.

Mit Nikwax Tech Wash (grüner Deckel) zum Waschen und Nikwax TX.Direct (lila Deckel) zum Imprägnieren erhältst du die Eigenschaften deiner Funktionskleidung. Du wirst erstaunt sein, wie dieses preisgekrönte Duo die Performance deiner Kleidung auffrischt. Du bleibst warm und trocken, deine Ausrüstung hält länger und du sparst Geld.

Empfohlen für alle Arten von atmungsaktiven und wasserdichten Membranen wie z.B. GoreTex, Sympatex etc.

**Weitere Informationen auf:
nikwaxwebshop.de/TWTX**



BASIS LAGER



Tiere und Pflanzen
am Wegerand



Habicht *Accipiter gentilis*

Während andere schlafen, steht beim Habicht im Spätwinter die Paarung an, weswegen die Männchen atemberaubende Balzflüge hinlegen. Sie rauschen rasant in die Tiefe, mitunter sogar in Spiralen, und beeindrucken ihre Beobachterinnen durch akrobatische Wenden. Schrille Rufe begleiten diese Manöver – auch für Menschen nicht zu überhören.



Grünfrosch *Pelophylax lessonae*

Werden die Tage kühler, sucht sich der Frosch vorsorglich ein feuchtes, aber frostgeschütztes Versteck. Dann beginnt für das wechselwarme Tier die Überlebenswichtige Kältestarre: Der Stoffwechsel fährt herunter, und die Körperf- gleicht sich der Umgebungstemperatur an. Bei lauem Frühlingswetter tauen die hüpfenden Amphibien wieder auf.

Dachs *Meles meles*

Ein Vorbild in Sachen Nachhaltigkeit: Um den unterirdischen Wohnkessel aufzuwärmen, setzt der Dachs auf eine Art Bio-Heizung. Im Herbst lagert er feuchtes Laub, Moos und Farn in einer Kammer seines Baus ein. Verrottet das Grünzeug, wird sogenannte Fäulniswärme freigesetzt. Für eine gute Durchlüftung sorgt das komplexe Gangsystem.



TIERISCH COOL

Die Winterzeit gestalten diese neun heimischen Waldbewohner ganz individuell: von Kältestarre und aktiver Ruhe bis hin zu wilden Kunstflügen über den verschneiten Baumwipfeln.



Rotfuchs *Vulpes vulpes*

Während im Winterwald Ruhe herrscht, ist er besonders aktiv: Um die nötige Energie für die bevorstehende Ranz (Paarung) aufzubringen, begibt er sich täglich auf Jagd. Die Rüden spüren paarungsfähige Fähen (Weibchen) durch Wittern auf. Ist die Konkurrenz auf derselben Duftspur, kommt es zu heftigen Rangkämpfen.



Fledermaus

Microchiroptera

Kuschelnd und kopfunter verschläft sie fast das halbe Jahr. Um so lange ohne Nahrung auszukommen, frisst sich die Fledermaus circa 30 Prozent ihres Gewichts im Herbst als Wintervorrat an. Außerdem verlangsamt das Säugetier seine Herz- und Atemfrequenz und senkt so seine Körpertemperatur bis hinab auf drei Grad.

Feuersalamander

Salamandra salamandra

Bei etwa zehn Grad, Windstille und einer hohen Luftfeuchtigkeit herrscht das perfekte Salamanderwetter. Für ihre Überwinterung suchen sich die Schwanzlurche daher ein unterirdisches Versteck, bevorzugt an Wasserkäufen. Ideale Bedingungen liefern stillgelegte Bergwerke, in denen sie sich manchmal zu Hunderten tummeln.



Eichhörnchen

Sciurus vulgaris

In den kalten Monaten betreiben die Nager eine aktive Ruhe. Sie verbringen viel Zeit in ihrem Kobel (Nest) und unterbrechen die Winterruhe täglich nur ein bis zwei Stunden für die Nahrungssuche. Praktischerweise haben sie im Herbst Vorräte mit Sämereien angelegt und können jetzt auf sie zurückgreifen.



Reh

Capreolus capreolus

Die Wiederkäuer machen eine spezielle Winterdiät: Sie nehmen weniger Nahrung auf und verdauen diese länger, wodurch ihr Pansen (Verdauungstrakt) um circa 20 Prozent schrumpft. Die Maßnahme hilft ihnen, den Stoffwechsel herunterzufahren und Energie einzusparen. Das schützt sie neben ihrem grauen Winterkleid vor den eisigen Temperaturen.



Igel

Erinaceidae

Auch der Igel ist gezwungen, die futterlose Zeit mit einem langen Winterschlaf zu überbrücken. Als Unterschlupf nutzt der Fleischfresser neben Erdmulden, Hecken und Laubhaufen auch Angebote im heimischen Garten. Im Winterquartier verbringt er 80 Prozent der Zeit schlafend und nutzt Wachpausen für den Toilettengang.

BASIS LAGER



Milestones of
Product History

ABS.



Auftriebs- körper

State of the Art: das neue Topmodell
des Lawinenairbag-Pioniers ABS.

Gute Ausrüstung steigert meist den Komfort und die Leistungsfähigkeit. Selten rettet sie Leben - so wie ein Lawinenairbag. Er steckt zusammengefaltet im Rucksack, füllt sich nach dem Zug am Auslösegriff mittels Gasdruckpatrone oder elektrischem Gebläse binnen Sekunden und wirkt als Auftriebskörper. Statt von Schneemassen begraben zu werden, bleibt man an der Oberfläche. Die zündende Idee kam dem bayrischen Förster Joseph Hohenester in den 70ern, als er mit Wild über den Schultern in Schneebrettern oben trieb. Große Kanister und Ballons brachten den gleichen Effekt - die Geburtsstunde des Lawinenairbags. Peter Aschauer, ein leidenschaftlicher Skifahrer, kaufte das Patent und stellte 1985 unter dem Markennamen ABS den weltweit ersten Airbag-Rucksack vor. Stetige Weiterentwicklungen optimierten die Technik. Setzte ABS bisher nur auf die bewährte Druckluftbefüllung, steckt im Flaggschiff A.Light E (vier Größen, ab 1199 €) ein elektrisches System auf neuestem Stand: das auch von einigen Konkurrenten verwendete E2 vom Schweizer Hersteller Alpride. Statt eines Akkus treibt hier ein leichterer Superkondensator die Turbine an, die den Airbag schnell aufbläst.



In einem Land vor unserer Zeit

Swanetien ist die wohl ursprünglichste Region Georgiens. Unter schneebedeckten Bergriesen locken einsame Pfade und mittelalterliche Dörfer.

TEXT: ROBIN HARTMANN | FOTOS: GNTA/NIKOLOZ MCHEDLIDZE

Ein wenig wirkt es, als wollten die Berge ihre Geheimnisse für sich behalten. Mit jeder Haarnadelkurve, um die sich unser Auto mit noch nicht einmal 30 Stundenkilometern quält, werden die dicht bewaldeten Hänge steiler, wird die Landschaft archaischer, dramatischer, abweisender. Tief unter der kaum gesicherten Straße donnert der Enguri-Fluss durch das Tal – von einem der höchsten Staudämme der Welt bezähmt, liefert dieser mächtige Strom annähernd die Hälfte der Energie von ganz Georgien.

Im Reich der 4000er

Wir stoßen langsam in das Herz von Swanetien vor, einer Region, die man wohl als die letzte große Unbekannte des Landes bezeichnen muss. Sie beherbergt die höchsten und gewaltigsten Berge Georgiens genauso wie Dörfer, in denen die Zeit im Mittelalter stehen geblieben zu sein scheint. Dörfer, in denen es teilweise weder Strom noch fließendes Wasser gibt und die im Winter manchmal wochenlang von der Außenwelt abgeschnitten sind. Erst seit 2003 führen Straßen hierher, die diese Bezeichnung auch verdienen. Für die 460 Kilometer lange Strecke aus der Hauptstadt Tiflis haben wir, die Pausen eingerechnet, an die zwölf Stunden gebraucht. Auch, weil immer wieder Kühe und andere Tiere mitten auf der Straße auftauchen und so den ohnehin sehr geringen Verkehr auf ihre Weise regeln. Wer nach Swanetien kommt, ganz oben im Nordwesten Georgiens, der sucht die Einsamkeit und das



Links: Der Ushba überragt das wilde Dolkha-Tal wie ein Riese aus Fels und Eis.

Die Tour zum Shdugra-Wasserfall führt durch ursprüngliche Wälder.

Abenteuer. In einer Gegend, die gerade erst die Bedeutung des Worts Tourismus lernt.

Eingebettet in das wilde Dolkha-Tal liegt das kleine Nest Becho, der erste Stopp auf unserer Reise. Völlig eingekesselt von weit über 4000 Meter hohen Bergriesen, die der Ushba (4737 m) alle überragt. Übersetzt bedeutet sein Name »Der Furchtbare«, und viele Swanen glauben auch heute noch, hoch oben bei dem beeindruckenden Doppelgipfel befände sich der Hort des Bösen. Als der deutsche Biologe und Alpinist Gottfried Merzbacher 1891

Swanetien bereiste, schrieb er über den Berg, der als einer der am schwierigsten zu bestiegenden auf der ganzen Welt gilt: »Der Ushba gleicht eher der Vision eines Fieberkranken als etwas Wirklichem.«

In seinem Schatten führen zahlreiche Wanderwege durch das von Wildblumen übersäte Tal. Traubenzypresse, Schlüsselblumen, Beinwell und zahllose andere farbenfrohe Arten verwandeln die Gegend in ein impressionistisches Gemälde. Die Sommer hier oben sind sehr kurz, und wie um das auszugleichen, brennt die Sonne

Manche Dörfer hier sind im Winter über Wochen von der Außenwelt abgeschnitten.



1|

1| Die Lamaria-Kirche befindet sich auf einem Hügel über Ushguli und ist etwa 1000 Jahre alt.

2| Traumhafte Kontraste im Dolkha-Tal: sattes Grün und graue, leicht überzuckerte Berge.



2|

erbarmungslos vom Himmel. Entlang des Weges zum Shdugra-Wasserfall treffen wir Wanderer aus Deutschland, Italien, Israel, Australien und Polen. Einheimische versuchen in der Kheldra, einem reißenden Gebirgsfluss, ihr Glück auf Forellen. Das Bergpanorama, das sich hier auf Schritt und Tritt bietet, lässt leicht vergessen, dass wir uns unmittelbar an der Grenze zu Russland befinden. Ein Umstand, der allerdings laut Guide Zviad Bechvaija aktuell viele Menschen vor einer Reise nach Georgien zurückstrecken lässt. »Ich habe Angst«, sagt er, »dass sich die Situation so schnell nicht wieder erholt. Wir müssen die Menschen überzeugen, dass es hier friedlich ist. Aber ich weiß nicht, wie.«

Und friedlich ging es tatsächlich nicht immer zu. Noch bis 2004 war Swanetien wegen seiner Abgeschiedenheit eine Oase für das organisierte Verbrechen, Clans regierten wie einst im Wilden Westen. Als der ehemalige georgische Präsident Micheil Saakaschwili im selben Jahr die Armee in Mestia, der Provinzhauptstadt

Der Tourismus steckt hier noch in den Kinderschuhen - das Abenteuergefühl ist umso größer.

von Oberswanetien, einmarschierten ließ, sorgte das für weltweite Schlagzeilen. Auch, weil ein Kampfhubschrauber mit Raketen einen der Wehrtürme aus dem elften Jahrhundert zerstörte, von denen immer noch unzählige das Bild

der Landschaft von Swanetien mitprägen. Seitdem ist es in der Region, die etwa doppelt so viel Fläche einnimmt wie das Saarland, jedoch sehr ruhig geworden, leben immer mehr Menschen von der Vermietung eines Fremdenzimmers. Und das kann ein Segen sein, denn das karge Land wirft neben Kartoffeln und ein wenig Gemüse kaum etwas ab.

Umso erstaunlicher, wie sich die Tische bei wirklich jeder Mahlzeit unter verschiedensten Köstlichkeiten geradezu biegen. Die georgische Küche setzt vor allem in Swanetien ausschließlich auf frische Zutaten, von Zusatzstoffen oder Geschmacksverstärkern hat man hier noch nie etwas gehört. In Jenari's Guest House Guli in Becho gibt es landestypische Spezialitäten wie Huhn in Walnuss-Sauce, Teigfladen mit Hasenfleisch, gebackene Aubergine und das obligatorische Chachapuri, mit sehr viel Käse gefülltes Brot.

Stromausfälle fast täglich

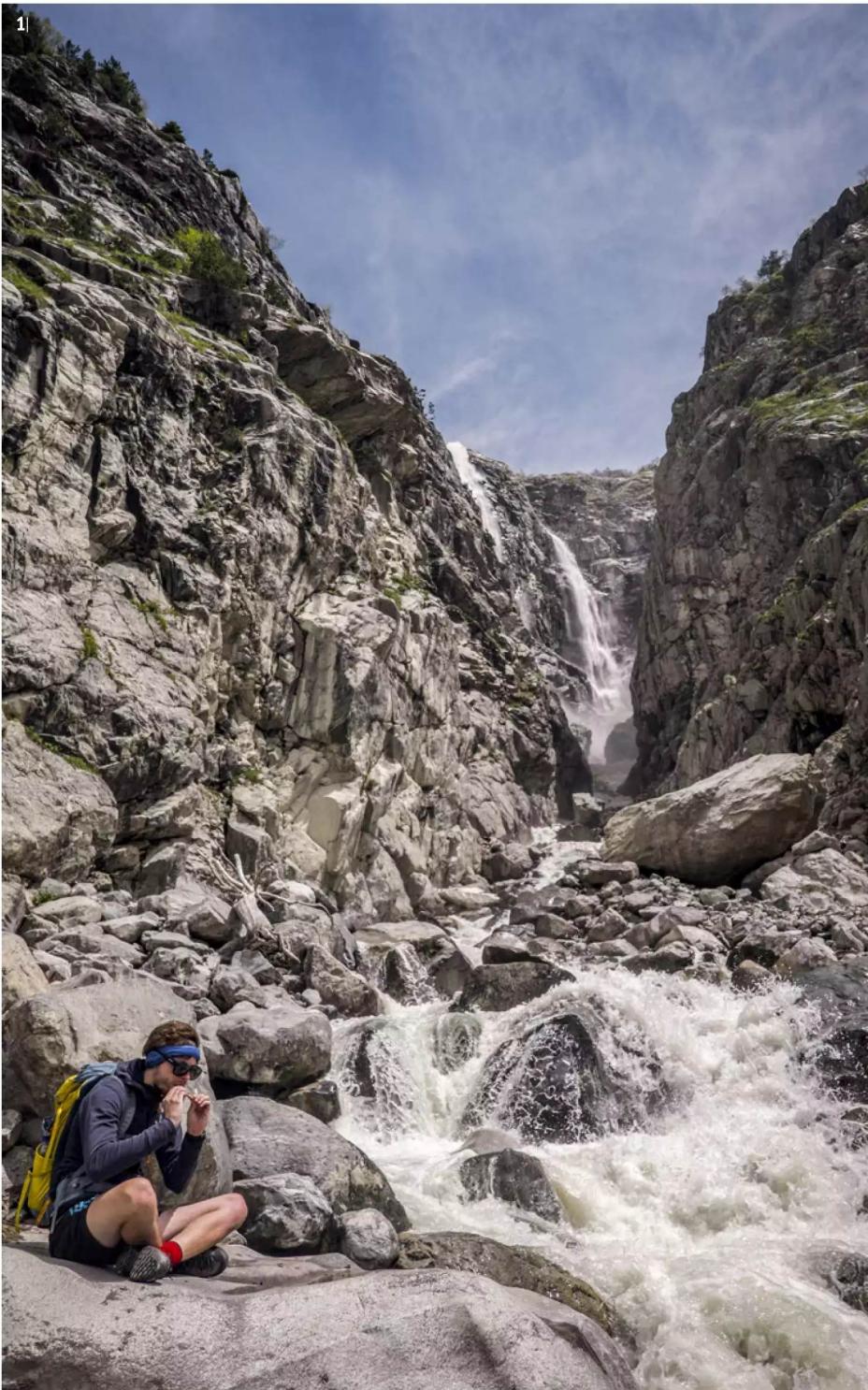
Dass in Swanetien teilweise immer noch eine andere Gegebenheit zu herrschen scheint als im Rest des Landes, merken wir eines Nachts in Mestia. Ein gewaltiges Gewitter erleuchtet gespenstisch die umliegenden Berge und versetzt die ganze Stadt plötzlich in einen etwa fünfzehnminütigen Blackout. »Das haben wir hier fast täglich«, kommentieren die Angestellten des Paliani-Hotels lachend am nächsten Morgen. »Manchmal haben wir tage lang keinen Strom, deshalb müssen wir zumindest auch im Winter nicht dafür zahlen.« Eine Maßnahme übrigens, mit der die Regierung zu verhindern versucht, dass die Menschen bei Kälte die Wälder abholzen, um zu heizen.



3| Schattige Wälder sorgen für Abkühlung in den kurzen, heißen Sommern Oberswanetiens.



4| Viele Einheimische führen noch heute ein sehr einfaches Leben, oft sogar ohne fließendes Wasser.



1| Erfrischung nach einer knackigen Wanderung zu Füßen des Shdugra-Wasserfalls.

2| Ushguli besteht aus vier Ortsteilen und wirkt wie die Kulisse eines Fantasy-Films.

3| Die Swanen sind vollkommen zu Recht stolz auf ihre gute, unverfälschte Küche.

Im abgelegenen Ushguli, einer Dorfgemeinschaft mit vier Ortsteilen am oberen Ende der Enguri-Schlucht, ist genau das allerdings für viele Bewohner nach wie vor die einzige Möglichkeit, die langen harten Winter zu überstehen. Auf dem Weg

Aus praktischen Gründen erbaut, zählen Wehrtürme heute zu Georgiens Wahrzeichen.

dorthin verwandelt sich die Straße in eine Piste aus Schotter und Matsch, der Wagen krängt wie ein Schiff in schwerer See. Kein Wunder, dass keine Mietwagenversicherung diesen Teil Georgiens abdeckt. Als dann der zu Ushguli gehörende Weiler Chazhashi mit seinen Häusern und Wehrtürmen aus Schiefer auftaucht, trauen wir zunächst unseren Augen kaum. Zu surreal wirkt der Anblick des Ortes, wie aus einer mittelalterlichen Fantasy-Welt. Tatsächlich leben in diesen Gebäuden, die teils fast 1000 Jahre alt sind, immer noch Menschen.

Fortschritt versus Natur

Doch auch vor der Gegend um die Dörfer Ushgulis macht der Fortschritt nicht Halt, wie wir schnell feststellen. Auf dem Wanderweg zum Shkara-Massiv, benannt nach dem mit über 5000 Metern höchsten Gipfel des Landes, reißen Bagger tiefe Wunden in die Erde. Sie schaffen Platz für eine Zementfabrik, die hier bald produzieren soll. Was dann aus der Region als Wanderparadies wird? Unklar. Zumaldest verschandelt



die Baustelle die ursprüngliche Landschaft schon jetzt.

Wir genießen umso mehr den bald recht anspruchsvollen Weg zum Fuß des Shkara-Gletschers, begleitet von unzähligen kleinen Rinnalen mit frischem Bergwasser. Über eine weglose Geröllhalde, die der Gletscher hinterlassen hat, kämpfen wir uns voran bis zu der schmutzig-grauen Wand der Millionen Jahre alten Eiszunge. Hier beginnt auch der Enguri seine Reise, bereits bei der Geburt ein schäumender Fluss mit ungebändigter Kraft.

Was nun noch aussteht, ist der Besuch von einem der alten Wehrtürme – sie gehören zu den Wahrzeichen Georgiens, das auch »Land der 1000 Türme« genannt wird. Da wir ohnehin nach Mestia zurück müssen, gehen wir dieses Vor-

haben dort an: Giorgi Ratiani öffnet uns die Pforten zu dem Bauwerk, dass seine Familie seit dem elften Jahrhundert besitzt. 28 Meter hoch, fünf Stockwerke, zu erreichen über schwindelerregend steile Leitern. Auf diese Weise hielt man sich einst Feinde fern – und lockt heute Touristen an. »Früher fanden in einem solchen Turm bis zu 80 Menschen Platz«, erzählt Ratiani, während er durch die einstigen Wohnräume in Erdgeschoss und Keller führt. Diese Mauern, sie atmen die Geschichte eines Landes, an der wir kurz teilhaben durften. Wir werden wiederkommen und daran anknüpfen. ▶

Swanetien ist von Juni bis September am schönsten. WizzAir fliegt von Berlin direkt nach Kutaisi. Organisiert z. B. mit diamir.de

LA SPORTIVA®

COMPROMISES
NOT INCLUDED.



Alpine Tech SUPERCOULOIR GTX JACKET & PANTS

Mit der GORE-TEX PRO-Membran bist du für alle Bedingungen gerüstet. SuperFabric®-Einsätze sorgen für hohe Abriebfestigkeit und langlebigen Schutz, während dir das spezielle Design hervorragende Bewegungsfreiheit bietet. Ohne Kompromisse.

GUT ALTERN

Outdoor-Bekleidung aus Merinowolle bietet viele Vorteile, hält aber nicht immer lange. Wie deine Lieblingsteile viele Jahre in Topform bleiben.



IMMER SCHÖN NACH ANLEITUNG

Was die Symbole im Pflegeetikett bedeuten

Eine Welt ohne Merinowolle? Wäre zumindest für Outdoor-Sportler eine deutlich unkomfortablere. Kein anderes Material trägt sich so wunderbar natürlich. Dank ihrer ultrafeinen Fasern – zwischen 16 und 19 Mikron – liegt Wolle nicht nur weich und wärmend auf der Haut, sie bekämpft auch geruchsbildende Bakterien und speichert vergleichsweise viel Feuchtigkeit. Dadurch fühlt man sich selbst unter einer schwitzigen Regenjacke trocken. Allerdings gibt es einen Haken: Merinowolle ist nicht sehr widerstandsfähig, weshalb vor allem häufig getragene Teile ausleiern und Löcher bekommen können. Wie du das verhindern kannst.

Selten, aber dann richtig waschen

Am besten wäscht man Merino gar nicht. Meist reicht es auch völlig, getragene Sachen über Nacht auf dem Balkon auslüften zu lassen. »Midlayer wie Pullis müssen praktisch nie in die Maschine«, sagt Ausrüstungsredakteur Frank Wacker. Wenn doch eine Wäsche fällig ist, dann bitte so schonend wie möglich. Auch wenn das Pflegeetikett (siehe rechts) 40 oder sogar 60 Grad Waschtemperatur freigibt, solltest du eher bei 20 oder 30 Grad waschen – und nur bei starken Verschmutzungen höhere Temperaturen einstellen. Dabei bitte immer das Woll- oder Feinwaschprogramm wählen. Handwäsche beansprucht den Stoff stärker als die maschinelle, weshalb die Marke Icebreaker sogar explizit davon abrät. Reiß-, Klettverschlüsse, Haken und Knöpfe der kompletten Waschladung solltest du vor dem Waschen immer schließen und zudem das Kleidungsstück auf links drehen. Im Idealfall stopfst du feine Merinoteile in einen Wäschetasche.

Nur geeignete Mittel verwenden

Noch wichtiger als das Waschprogramm ist das Mittel: normale Color- oder Vollwaschmittel enthalten fast immer das woll-



Waschen

Die Zahl gibt die höchste Waschtemperatur an, ein X heißt nicht waschen, eine Hand Handwäsche in Kaltwasser. Bei ein oder zwei Strichen unter der Wanne musst du das Schon- oder Wollprogramm einstellen.



Bügeln

Bügeln kann man sich sparen. Wer es für nötig hält, orientiert sich am Bügeleisensymbol. Die Punkte zeigen die Temperaturstufe des Bügeleisens: • = niedrig, •• = mittel, ••• = hoch. Ein X heißt »nicht bügeln«.



Trocknen

Der Kreis bedeutet, dass die Kleidung in den Trockner darf, außer das Quadrat ist mit einem X durchgestrichen. Gibt es einen Punkt im Kreis, heißt das wiederum »niedrige Temperatur« oder »Schonprogramm«.



Bleichen

Bleichmittel wirkt waschkraftverstärkend, desinfizierend und entfernt Flecken. Es greift aber nicht nur Merinowolle an, bei Outdoor-Kleidung ist es generell tabu (dann steht auch ein X über dem Dreieck im Etikett).



Chemische Reinigung

Fehlt das X über dem Kreis, darfst du die Wäsche – auch Wolle – in die chemische Reinigung geben. Ein W im Kreis heißt hingegen, dass nur eine chemische Nassreinigung möglich ist, ein A, dass jedes Lösungsmittel eingesetzt werden kann.

schädigende Enzym Protease. Es kann die Eiweißmoleküle des in der Merinowolle enthaltenen Keratins aufspalten und so zu Wollfraß führen, also ausgefransten Löchern. Vorsicht: Das Enzym steckt sogar in speziellen Outdoor-Flüssigwaschmitteln, weshalb ein Blick auf die Inhaltsstoffe lohnt! Ganz wichtig: niemals Bleichmittel (»Sauerstoffbleiche«) oder gar Weichspüler benutzen. Musst du unterwegs waschen, nimm am besten ein Shampoo.

Schonend trocknen

Auch wenn sie dann schneller trocknet: Wollkleidung solltest du nicht zu stark schleudern. Bei mehr als 600–900 Touren können Bündchen ausleiern, das ganze Teil seine Form verlieren. Das passiert auch beim Auswringen. »Am besten nur kurz anschleudern, danach kurz in Form ziehen und zum Trocknen flach auf den Wäscheständer legen«, rät Frank Wacker. In den Trockner darf Merinowolle nur dann, wenn es ausdrücklich im Pflegeetikett steht.

Pilling verhindern

Bei der Wollherstellung schummeln sich zwischen die langen Wollfäden immer wieder auch kürzere. Mit der Zeit wandern sie an die Oberfläche und verfilzen dort zu kleinen Knötchen (»Pilling«). Das schmälert zwar nicht die Funktion, sieht aber oft unschön aus. Wäscht man seine Merinoklamotten auch mal zusammen mit größeren Textilien, etwa einer Jeans, werden die kleinen Fädchen abgerubbelt, bevor sie verfilzen können. Zu spät? Dann bitte nicht ausreißen, sondern die Knötchen mit einem herkömmlichen Fusselrasierer entfernen.

Der Lochbildung vorbeugen

Wenn deine Shirts Löcher im Taillenbereich aufweisen, liegt das meist am hohen Druck des Rucksackhüftgurts oder Hosenbunds. Gerade sehr dünne Shirts aus feiner

Lieber kalt als heiß waschen – das gilt auch und vor allem für Merinokleidung.



Moritz Attenberger

Merinowolle solltest du von groben Stoffen (Jeanshose), rauen Oberflächen und scharfen Kanten fernhalten. Am meisten aufpassen musst du auf Klettverschlüsse und Gurtschnallen. Und auf Motten. Die Larven der Kleidermotte ernähren sich von dem in Wolle enthaltenen Protein Keratin, was unschöne Löcher hinterlässt. Besonders wohl

fühlen sich Motten in stockdunklen, schlecht belüfteten und warmen Schränken. Am besten also Schranktüren nie ganz schließen oder zumindest regelmäßig weit öffnen und lüften. Da Motten auch von Hautrückständen und Körperfetten angezogen werden, solltest du die Wäsche zumindest vor langerem Einlagern oder bei Verdacht auf Mot-

ten waschen. Wenn du befürchtest, bereits Motten im Kleiderschrank zu haben, solltest du sie mit einem wirksamen Mittel vertreiben (siehe Kasten links).

Auf robusten Merinomix setzen

Du bist ein Pflegemuffel, stopfst deine komplette Wäsche am liebsten unsortiert mit einem Vollwaschmittel in die Maschine, lässt auch mal den Trockner laufen, möchtest aber dennoch nicht auf Merino verzichten? Dann empfiehlt sich ein Produkt aus einem Woll-Synthetik-Mix. »Merinomischgewebe trocknen nicht nur schneller, sie sind auch strapazierfähiger«, sagt Frank Wacker. Die Beigabe von Polyamid etwa erhöht sowohl die Formstabilität als auch die Abriebfestigkeit - vor allem, wenn es sich um einen Doppelstrick handelt, bei dem die synthetische Faser außen und die Wolle innen liegt. Gute Erfahrungen hat die *outdoor*-Redaktion auch mit Bekleidung aus Nyjarn gemacht, einer Merinofaser mit Nylonkern. Welche Teile garantieren lange halten, siehst du rechts. ◀

WELCHE MITTEL GEGEN MOTTEN HELFEN



Mottenpapier

Der harmlose Name täuscht. Biozide töten die Larven und erwachsenen Motten ab. Nach dem Positionieren sollte man sich aufgrund des Giftes die Hände waschen. Die geruchlosen Papierstreifen aus der Drogerie teilen sich meistens in zehn Abschnitte, von denen jeder einen Bereich von einem Kubikmeter abdeckt.

Zirbenholz

Ein natürliches, mildes, aber dafür giftfreies Mittel ist Zirbenholz. Kleine Holzstücke oder auch -späne sollen Motten abhalten. Praktisch: Holzscheiben, die auf dem Kleiderbügel Platz finden. Zusätzlich hilft der dezente Zirbenduft gegen schlechte Gerüche im Kleiderschrank. Die Wirkung hält über viele Jahre an.

Mottenspray

Neben solchen mit Bioziden (siehe Mottenpapier) gibt es auch Sprays auf Basis ätherischer Öle. Den Duft von Lavendelöl etwa mögen Motten gar nicht. Für eine anhaltende Wirkung solltest du mit dem Mittel nicht knausern, ansonsten besteht die Gefahr, dass sich die Tierchen langsam an den Geruch gewöhnen.

DAUER-POWER

Diese Produkte haben sich im Test als sehr robust bewiesen.

1| WOOLDAY OXFORD SHIRT

Oxford-Stoff zeichnet sich durch eine robuste Machart aus. Das Hemd von Woolday vereint stylischen Look mit den Vorteilen von Merinowolle (110 €).

2| ORTOVOX 230 COMPETITION

Ein formbeständiger, funktioneller Merinomix (Wolle: 57 %) sowie Body-mapping sorgen bei Shirt und Hose für besten Klimakomfort (120 € und 110 €).

3| DARN TOUGH HIKER MICRO CREW

Die Socken der amerikanischen Marke zählen zu den robustesten am Markt – und tragen sich dank 61 Prozent Merino wunderbar komfortabel (34 €).

4| MUFFLON RANDY

Statt auf Mischgewebe setzt Mufflon bei der Outdoor-Jacke Randy auf dicke, gewalkte Schurwolle (780 g/qm). In Deutschland gefertigt (340 €).

5| ICEBUG EIDE WOOL SNEAKER

Der stylische Hikingschuh aus gefilzter Wolle bietet Klimakomfort und Kälteschutz – und ist bereits drei Jahre lang im Dauertest. Preis: 130 Euro.



3|



4|



5|



1|

2|

AB NACH DRAUSSEN!

12 AUSGÄBEN OUTDOOR UND EINE PRÄMIE DEINER WAHL

12 AUSGÄBEN
für nur 77,90 Euro*

Lieferung bequem
NACH HAUSE,
ohne Versandkosten

Du erhältst
eine **PRÄMIE**
als Dankeschön

Nach Erstbezug
JEDERZEIT
monatlich
kündbar





Zuzahlung: 1,- €*



Zuzahlung: 1,- €*



Ohne Zuzahlung



Ohne Zuzahlung

Weitere
Prämien im
Onlineshop



Hol Dir Dein outdoor-Abo:
outdoor-magazin.com/angebot
oder telefonisch: 0781 639 66 54

Bestell-Nr. OD1PRE (selbst lesen), OD1PRG (verschenken) – 12 Ausgaben OUTDOOR für zzt. 77,90 €* ggf. zzgl. einmalig des jeweiligen Zuzahlungsbetrages für das Extra (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. jeweils 6,49 €*). Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht.

Angebot der Abonenten Service Center GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG und Motor Presse Hamburg GmbH & Co. KG Verlagsgesellschaft. Alle Preise in Euro inkl. ges. MwSt. und Versand. Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Die Belehrung können Sie unter shop.motorpresse.de/agb abrufen. Dort finden Sie auch die für den Vertrag geltenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Datenschutzinfo: Kontakt zum Datenschutzbeauftragten: Abonenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel. 0781-6396102. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versandserviceleister) zur Vertragserfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO) solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sollten wir Ihre Daten in einen Staat außerhalb der Europäischen Union übermitteln, stellen wir sicher, dass Ihre Daten gemäß Art. 44f) DSGVO geschützt sind. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Details unter: shop.motorpresse.de/datenschutz Bei großer Nachfrage kann es zu Lieferverzögerungen kommen. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland (Auslandskonditionen bitte auf Anfrage) und solange der Vorrat reicht | Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Leuschnnerstr. 1, 70174 Stuttgart, Handelsregister: Stuttgart HRA 9302

DIE MODELLE IM ÜBERBLICK



ARTILECT M-Darkstart Fusion
BLACK DIAMOND Vision Hybrid Hoody
JACK WOLFSKIN Alspitze Ins Hybrid M
KARPOS Alagna Plus Evo M Jacket
LA SPORTIVA Cambrenas 2.0 Hybrid Jacket M
MAMMUT Rime Light In Flex Hooded Jkt Man
ORTOVox Ladiz Hybrid Jacket M
SALOMON Elixir Hybrid HD Insul M
SCHÖFFEL Ins Hybrid Black Raven Man
VAUDE Men's Larice Jacket



ARTILECT W-Darkstart Fusion
BLACK DIAMOND Women's Vision Hybrid Hoody
JACK WOLFSKIN Alspitze Ins Hybrid W
KARPOS Alagna Plus Evo W Jacket
LA SPORTIVA Cambrenas 2.0 Hybrid Jacket W
MAMMUT Rime Light In Flex Hooded Jkt Woman
ORTOVox Ladiz Hybrid Jacket W
SALOMON Elixier Hybrid HD Insul W
SCHÖFFEL Ins Hybrid Black Raven Woman
VAUDE Women's Larice Jacket IV

KLIMA-WANDLER

Wintersoftshells mixen warme mit luftigen Stoffen, um vor Kälte zu schützen, ohne sich schwitzig zu tragen. Geht das Konzept auf?

TEXT: BORIS GNIELKA

Füher war nicht nur mehr Lametta, sondern auch mehr Schnee. Zumindest abseits alpiner Höhen wird es diesen Winter wohl grün bleiben. Führende Wettermodelle sagen kaum Frost, dafür Wind und satte Plusgrade voraus. Für dicke Daunenjacken sind das keine guten Aussichten, für Wintersoftshells hingegen könnten die Prognosen kaum rosiger sein.

Mit nur leicht wärmenden Fütterungen auf der Jackenfront halten sie Wind und Kälte auf Abstand, während an weniger exponierten Stellen luftiges Stretchfleece für eine Extrapolition Bewegungsfreiheit und ein ausgeglichenes Jackenklima sorgt - selbst bei galoppierendem Puls. Damit wagen Wintersoftshells den schwierigen Spagat zwischen Wetterschutz und Komfort.

Wie gut er gelingt, zeigt unser Test, für den wir zehn Modelle - je für Frauen und Männer - zwischen 200 und 310 Euro vier Wochen lang unter die Lupe nahmen: beim Wandern, Biken, Felsklettern und Trailrunning. Zusätzlich untersuchten wir den Nässelfschutz im outdoor-Labor unter einer Sprühregenanlage, schließlich bringen alle Testjacken eine Kapuze sowie eine Imprägnierung mit.

Als Regenschutz sind Wintersoftshells zwar nicht konzipiert, doch wenn sie trotzdem einen Niesel- oder Graupelschauer abhalten, erweitert das ihren Einsatzbereich, dann kann die oft weniger komfortable Regenjacke zu Hause oder im Rucksack bleiben.

Am besten im Testfeld schützen die Modelle von Artilect, Black Diamond und Mammut. »Mit ihrer effektiven Imprä-





nierung bieten sie Nieselregen rund eine Stunde lang Paroli«, sagt Ausrüstungsredakteur Frank Wacker. In den Kandidaten von Jack Wolfskin und Schöffel bleibt man zumindest eine halbe Stunde lang trocken.

DRUNTER UND DRÜBER

Kaum Nässeeschutz bieten dagegen La Sportiva, Ortovox und Salomon. Im Gegensatz zu ihren Mitstreitern sind sie allerdings nicht nur als äußere Lage, sondern auch zum Drunterziehen ausgelegt: Überwiegend aus Stretchfleece gefertigt und körpernah geschnitten, passen sie super unter eine Daunen- oder Regenjacke und machen auch als Pulli-Ersatz in der Hütte sowie im Zelt eine gute Figur. Obendrüber überzeugt das dünne Trio nur bei trockenem, nicht zu eisigem Wetter. Hier brillieren sie mit hervorragendem Tragekomfort, ganz besonders La Sportiva und Ortovox. »Beide liegen wie ein Hauch von nichts an, sind wunder-

bar luftig und dermaßen stretchy, dass man sie selbst beim Yoga oder Klettern gerne anzieht«, so Testerin Katleen Richter.

Auch beim Klimakomfort ist das dünne Duo nicht zu schlagen, was es vor allem für Hitzköpfe, Schnellgeher, Trailrunning- und Skitouren-Fans interessant macht. Das gilt genauso für die Kandidaten von Karpos und Vaude, die ebenfalls zu den schwächer gefütterten, aber sehr gut klimatisierenden Modellen im Test zählen. Mit weit zu öffnenden Brusttaschen und langen Ventilationsreißverschlüssen unter den Achseln bieten Karpos und Vaude außerdem zusätzliche Frischluftschieleusen. Zum Drunterziehen fallen sie aber fast etwas zu kräftig aus.

BOLLWERKE GEGEN WIND UND KÄLTE

Neben diesen fünf dünn isolierten Softshells sehen die Kandidaten von Artilect, Black Diamond, Jack Wolfskin, Mammut und Schöffel fast wie Wärmejacken aus. Elastische Einsät-

ze bieten sie meist nur in Form schmaler Streifen: an den Seiten sowie hinten an den Ärmeln. Bei Black Diamond, der wärmsten Jacke im Test, sind sogar die Einsätze dick gefüttert – aber trotzdem stark luftdurchlässig. »So hält sie trotz hoher Isolationsleistung das Körperklima verblüffend gut im Lot«, sagt Frank Wacker. Weniger begeistert war die Testcrew vom rascheligen Außenstoff und der mäßig sitzenden Kapuze. Die gleiche Kritik übten die Testerinnen und Tester bei der Schöffel. Zusätzlich zu den Einsätzen an den Seiten schützt bei ihr ein luftig-dünner Fleecestoff am Rücken vor Überhitzung. In Pausen, bei Rückenwind und abgesetztem Rucksack wird es dagegen rasch kalt im Kreuz, weshalb Schöffel seine Jacke in erster Linie zum Radfahren empfiehlt – hier kommt der Wind immer von vorne.

Mammut hat dagegen eher Bergsportler im Blick. Die Rime Light verfügt sogar über einen Zweizeige-Frontzip. »Damit kann

FÜLLUNGEN, STOFFE UND IMPRÄGNIERUNGEN IM CHECK

Pertex Quantum

Das dünne Nylonmaterial kommt bei vielen Softshells im Test als fast winddichter Außenstoff zum Einsatz. Durch die engmaschige Gewebestruktur hält Pertex – gut imprägniert – auch Nässe ab und punktet mit Abriebfestig-

keit. Es fällt geschmeidig aus und trocknet flott. Quantum mit dem Zusatz »Air« lässt Wind spürbar durch – für ein noch besseres Klima bei hohem Puls.

Polartec Alpha

Die für sportliche Aktivitäten entwickelte Isolations-

faser (siehe Grafik) kann in puncto Wärmeleistung mit anderen Füllmaterialien wie Primaloft Gold nicht ganz mithalten, überzeugt dafür aber umso mehr mit überragendem Feuchtigkeitstransport, schneller Trockenzeit und hervorragender Klimatisierung. Im

Testfeld kommt Polartec Alpha diesmal nur bei Karpos zum Einsatz.

Polygiene

Auf Silberchlorid basierende Ausrüstung, die geruchsbildende Bakterien bekämpft. Dadurch riecht die Kleidung länger frisch und muss seltener gewaschen werden. Polygiene wird ähnlich wie Farbe in die Textilfasern eingearbeitet und kann sich somit nicht herauswaschen. Im Testfeld kommt Polygiene nur bei der Jacke von La Sportiva zum Einsatz.

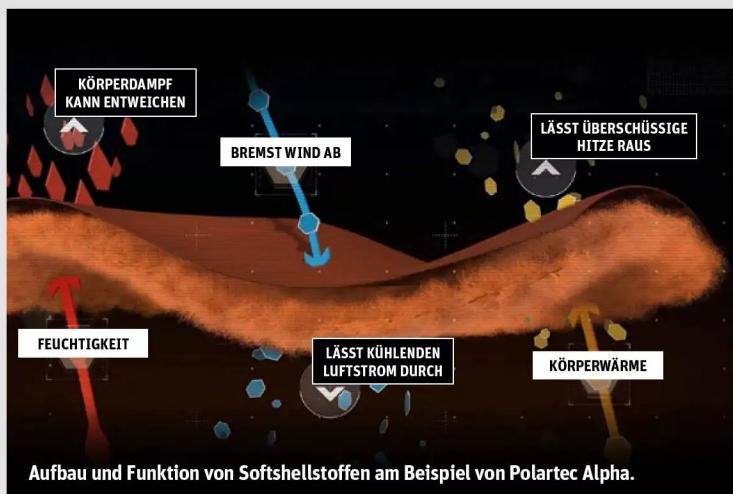
abbaubaren Fasern, bei »Cross Core« (im Test bei Black Diamond) stecken hingegen Partikel in den Fasern, die aus Raumanzügen stammen und noch wirksamer dämmen.

Schurwolle

Artilect und Ortovox verwenden das Naturmaterial als isolierenden Füllstoff anstelle von Primaloft & Co. Wolle nimmt im Vergleich zu synthetischen Füllungen Feuchtigkeit auf, was sich wohlend aufs Körperklima auswirkt.

Imprägnierungen

Damit Nässe vom Außenstoff abperlt, wird dieser imprägniert. Die Wirkung lässt durch Schmutz und Abrieb mit der Zeit nach, vor allem PFC-freie Imprägnierungen schwächen oft rasch, wie auch der Test zeigt. Ausnahme: die Imprägnierung von Empel (Artilect, Black Diamond).



man sich einfacher anseilen«, so Katleen Richter. Doch rutscht die Jacke beim Hochgreifen schnell nach oben und bietet bei angelegtem Hüftgurt – er versperrt die Schubtaschen – keinen Stauraum mehr.

Kaum etwas auszusetzen hatte die Testcrew hingegen bei den Kandidaten von Artilect und Jack Wolfskin. Die Stretchfleece-einsätze fallen hier windabweisender aus als bei anderen im Test, der Schnitt länger. So trägt sich das Duo wunderbar harmonisch und deckt einen breiten Temperaturbereich ab. Ganz besonders die Artilect, die eine klimatisierende Wolffüllung mitbringt.

FAZIT: GUT GEMIXT GEHT VOR

Unterschiedliche Textilien zu einem harmonischen Ganzen zu kombinieren, das gelingt im Test sieben der zehn Modelle. Welches das richtige ist, entscheidet der geplante Einsatz. Wer zum Beispiel rasch friert oder Touren in (kalten) Höhenlagen

plant, sollte mal in die kuschelig-warme Jacke von Black Diamond schlüpfen. Bei Alpintouren mit Helm sitzt dann auch die etwas zu große Kapuze richtig gut.

Du suchst eher ein Modell für sportliche Touren vor der Haustür oder im Mittelgebirge? Dann kommen deine Favoriten von Karpos, Vaude, La Sportiva und Ortovox – die zwei letztgenannten überzeugen zudem als Fleecepulliersatz und können super unter einer Regenjacke getragen werden.

Outdoor-Fans, die einen ausgewogenen Allrounder ohne gravierende Schwächen suchen, finden ihn dagegen in der Jack Wolfskin Alpspitze sowie vor allem in der Artilect Darkstart Fusion. Sie kostet zwar 310 Euro, bietet dafür aber auch den perfekten Mix aus Klimakomfort und Wärmefestigkeit, trägt sich sehr bequem, gefällt mit bestens sitzender Kapuze und langem Schnitt. Weil sie auch Kälte, Wind und Nieselnässe auf Abstand hält, erntet sie den Testsieg. ◀

DIE FAVORITEN DER TESTCREW



Ausrüstungsredakteur **Frank Wacker**

»Hoher Klimakomfort ist für mich Pflicht, die dünnen, luftigen Fleece-einsätze an den Ärmelrückseiten stören mich aber oft. Meine erste Wahl ist daher die Artilect.«



Testerin **Katleen Richter**

»Ein langer, femininer Schnitt hat für mich Priorität, auch sollte nichts rascheln. Zum Wandern würde ich daher die Artilect wählen und für sportliche Einsätze die Karpos.«



Ausrüstungsredakteur **Boris Gnielka**

»In diesem Test haben mich vier Jacken beeindruckt: beim Wandern die Artilect, beim Biken und Klettern Jack Wolfskin und beim Trailrunning La Sportiva und Ortovox.«



PatiucciPhoto

ARTILECT DARKSTART FUSION



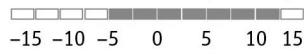
PREIS 310 €

GEWICHT 510 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Zum Teil aus Recyclingstoff/Ärmelvorderseiten, Rücken & Brust sind mit Lavalan (60 g/qm) gefüttert.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Fällt weiter, schwerer und weniger elastisch aus als andere, trägt sich aber sehr bequem und raschelarm.

WETTERSCHUTZ



Stark windabweisend und gut wollgefüttert, schützt die Jacke gut vor Auskühlung und auch vor Niesel.

FEATURES/PRAXIS



Perfekt! Einstellbare Kapuze mit festem Schild, Handwärmertaschen und Brusttasche, justierbarer Bund.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL



BLACK DIAMOND VISION HYBRID HOODY



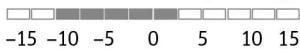
PREIS 280 €

GEWICHT 400 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Bluesign-zert./rundherum isoliert mit Primaloft Gold Cross Core, Seiten & Rücken winddurchlässig.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Weich, geschmeidig, bietet viel Bewegungsfreiheit, Kapuze sitzt nur mit Helm gut, etwas raschelig.

WETTERSCHUTZ



Sehr kräftig isoliert und effektiv imprägniert, hält Niesel dauerhaft draußen. Überwiegend winddicht.

FEATURES/PRAXIS



Kapuze einstellbar, nimmt einen Helm darunter auf. Mini-Schneefang am hinteren Bund. Warme Taschen.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL **SEHR GUT**



WARMES MULTITALENT

Black Diamond liefert mit der leicht überarbeiteten Vision Hybrid Hoody ein sehr warmes Modell. Die großflächige Isolierung und der fast winddichte Stoff halten superwarm. Am Rücken und an den Seiten halten luftige, ebenfalls isolierte Stoffe das Körperfoma im Lot. So macht die effektiv imprägnierte, nieselregenfeste Jacke nicht nur beim gemütlichen Winterwandern Spaß, sondern auch während sportlicher Einsätze bei knackiger Kälte.

JACK WOLFSKIN ALPSPITZE INS HYBRID



PREIS 250 €

GEWICHT 410 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Ärmelvorderseiten, Rücken und Brust: Primaloft Gold und Pertex Quantum, Rest: Stretchfleece.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Superlang geschnitten, begeistert mit hohem, weichem Kragen. Nur die Kapuze fällt etwas zu weit aus.

WETTERSCHUTZ



Schützt sehr gut vor Kälte und Wind, die effektive Imprägnierung wehrt Niesel eine gute Weile ab.

FEATURES/PRAXIS



Bund einstellbar, Innentasche plus leicht hochgesetzte Handwärmertaschen. Gelungene Ärmelbündchen.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL **SEHR GUT**



GELUNGENER ALLROUNDER

Eine der stimmigsten Jacken im Test kommt von Jack Wolfskin: Bei der Alpspitze fallen die Stretchfleece-Bereiche etwas dicker aus als bei anderen, wodurch bei eisigem Wind keine kalten Spots stören. Auch der sehr lange Schnitt, der hohe, kuschelige Kragen und die praxisnahe Ausstattung ernteten viel Lob, ob beim Wandern, Biken oder Klettern. Gut, dass auch Wetterschutz und Klimakomfort überzeugen – ein echtes Multitalent ohne ernste Schwächen.

KARPOS ALAGNA PLUS EVO



PREIS 250 €

GEWICHT 500 g (Gr. M)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Bluesign- und Ökotex-zertifiziert/ isoliert mit hochatmungsaktivem Polartec Alpha auf der Vorderseite.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Trägt sich sehr geschmeidig und bietet beste Bewegungsfreiheit. Weiche Bündchen, langer Schnitt.

WETTERSCHUTZ



Wehrt Niesel lange ab, winddicht und wärmend nur an Brust, Schultern, Oberarmen, Rest sehr luftig.

FEATURES/PRAXIS



Die riesigen Taschen lassen geöffnet kühle Luft hinein, bunkern auch Skifelle. Bündchen bleiben lange nass.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL **SEHR GUT**



STARKE WAHL FÜR FLOTTE TOUREN

Der italienische Ausrüster wendet sich mit seinem Sortiment vor allem an Sport-Fans. Die Alagna Plus Evo passt da gut ins Konzept, besteht sie doch vollständig aus stark klimatisierenden Stoffen: der Isolationsfaser Polartec Alpha vorne und luftigen Stretchstoffen an Rücken und Ärmelrückseiten. So fühlt man sich selbst bei Maximalpuls wohl, zumal auch der Komfort auf Topniveau liegt und die Jacke riesige Taschen und eine überaus effektive Imprägnierung mitbringt.

LA SPORTIVA CAMBRENAS 2.0 HYBRID JACKET

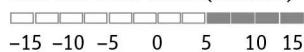
PREIS 240 €

GEWICHT 300 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Zum Teil aus Recyclingstoff/Brust & Schultern: Primaloft Silver Eco, Rest Waffelfleece. Polygiene-Ausrüstung.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Perfekter Sitz, angenehm langer Schnitt, hohe Bewegungsfreiheit und sehr angenehme Kapuze.

WETTERSCHUTZ



Schützt mit langem Schnitt sehr gut vor Wind und etwas vor Kälte, wichtige Bereiche auch vor Nässe.

FEATURES/PRAXIS



Brustinnentasche fürs Handy, zwei Handwärmertaschen, Daumen-schlauen-Pulswärmerbündchen.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL



MAMMUT RIME LIGHT IN FLEX HOODED

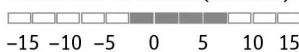
PREIS 250 €

GEWICHT 340 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Bluesign-zert./Ärmelrückseiten & Seiten: Polartec Power Grid, Rest gefüttert plus Pertex Quantum Air.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Körpernah geschnitten, trägt sich sehr geschmeidig, die Bewegungsfreiheit könnte aber besser sein.

WETTERSCHUTZ



Hält Niesel dauerhaft draußen, Ärmelrückseiten zu luftig, sonst angenehm warm und winddicht.

FEATURES/PRAXIS



Lange nass bleibende Bündchen, (Rucksack)-Hüftgurt versperrt die Taschen. Gut: Zweiwege-Zipper.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL



FÜR DIE BERGE GESCHAFFEN

Als einzige Jacke im Test bringt die Mammut einen Zweiwege-Frontzip mit – praktisch beim Anseilen im Gebirge, für das sie geschaffen wurde. Leider fehlt es ihr hierfür an Bewegungsfreiheit, die mitteldick gefütterte Jacke rutscht schnell hoch. Legt man einen Kletter- oder Rucksack-Hüftgurt an, versperrt er die beiden einzigen Taschen. Wen das nicht stört, erhält mit der Schweizerin eine gute, vor allem geschmeidige, nieselregenfeste Jacke.

GUT

**DEIN BIKE,
DEIN ABENTEUER**

CON-TEC
PROFESSIONAL BIKE COMPONENTS

RED LINE

Mit der Red-Line-Kollektion von CONTEC verlängerst du deine Saison auf dem Bike bis in den Winter. Die Arm- und Beinlinge aus elastischem Lycra Fleece halten schön warm und mit der Oberflächenbeschichtung auch trocken. Mit der Helm-Unterziehmütze Red Line Slim Cap hältst du zudem deinen Kopf warm. Sie ist aus leichtem Melange-Fleece-Stoff und bietet dir ein Plus an Komfort.



RED LINE SLIM CAP
19,95 €



RED LINE DWR DOWN
59,95 €



RED LINE DWR UP
49,95 €

ORTOVox LADIZ HYBRID



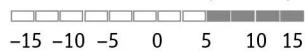
PREIS 250 €

GEWICHT 250 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Klimaneutral in Europa gefertigt/
Front, Schultern & Kapuze winddicht
und dünn wollgefüttert, Rest luftig.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Sitzt wie ein Hauch von nichts, bie-
tet top Bewegungsfreiheit und lässt
sich gut unter einer Jacke tragen.

WETTERSCHUTZ



Jackenfront, Schultern und Kapuze
dünn gefüttert und winddicht, sonst
sehr luftig. Kaum Nässeeschutz.

FEATURES/PRAXIS



Die Kapuze sitzt gut, auch unter
einem Helm, und die Brusttasche
nimmt auch große Handys auf.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



SALOMON ELIXIER HYBRID HD



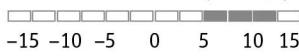
PREIS 220 €

GEWICHT 360 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Brust, Bauch und ein großer Teil
des Rückens sind winddicht und
Primaloft-gefüttert, Rest sehr luftig.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Sehr elastisch und bequem, trägt
sich super, nur das glatte Material
ist etwas raschig, der Schnitt kurz.

WETTERSCHUTZ



An Front und Rücken warm, sonst
extrem dünn und luftig, was vor
allem an den Schultern stören kann.

FEATURES/PRAXIS



Top: Schub- und Brusttaschen, Puls-
wärmer-Bündchen. Manko: Stretch-
bereiche bleiben lange nass.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL GUT



FAST WIE EINE WESTE

Zwischen den gefütterten und
ungefütterten Bereichen liegen
bei der Salomon Welten: Während
es an Brust und Rücken winddicht,
sehr warm und bei hohem Puls
auch schwitzig zugeht, können
Empfindliche an den anderen Stel-
len frieren. Das fällt mit geschul-
tertem Rucksack am ehesten auf,
beim Trailrunning oder Klettern
hingegen kaum, hier freut man
sich über den warmen Rücken, die
top Bewegungsfreiheit, viele
Taschen und warme Handrücken.

SCHÖFFEL INS HYBRID BLACK RAVEN



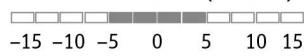
PREIS 250 €

GEWICHT 380 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Primaloft-Silver-isoliert und wind-
dicht (Pertex Quantum), Ärmelrück-
seiten & mittl. Rücken Stretchfleece.

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Fällt groß aus, weite Ärmel. Etwas
raschelig, Kapuze sitzt nicht ideal,
hinten angenehm lang geschnitten.

WETTERSCHUTZ



Überwiegend winddicht und sehr
warm, Ärmelbündchen schließen
dicht, Imprägnierung nur mäßig.

FEATURES/PRAXIS



Hat vier Taschen und einen justier-
baren Bund. Bündchen bleiben lan-
ge nass, Taschenzipper klemmen.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL GUT



VAUDE LARICE JACKET



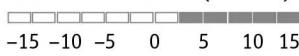
PREIS 200 €

GEWICHT 520 g (Gr. S)

NACHHALTIGKEIT/SONSTIGES

Grüner Knopf, PFC-frei, klimaneu-
tral, überwiegend recycelt/Front
winddicht, Rest windabweisend

WOHLFÜHLTEMPERATUR (Wandern)*



TRAGEKOMFORT



Super: Schnitt (lang), Kapuzensitz,
Bewegungsfreiheit, Kragen (hoch).
Stoff etwas weniger geschmeidig.

WETTERSCHUTZ



Nur mit Fleece gefüttert, aber vorne
winddicht, was vor Auskühlung
schützt. Imprägnierung okay.

FEATURES/PRAXIS



Bietet drei Taschen, Pulswärmer-
bündchen (Daumenschlaufen) und
lange Achselzippers zur Belüftung.

KLIMAKOMFORT



outdoor TESTURTEIL SEHR GUT



UMWELTFREUND

Wer eine besonders nachhaltig
produzierte Jacke zum Wandern,
Skitourengehen und Biken sucht,
sollte die Vaude anprobieren. Das
dünne, lang und körpernah ge-
schnittene Modell isoliert kaum,
bietet aber mit drei unterschiedlich
dichten Stoffen eine gute Mi-
schung aus Windschutz und Klima-
komfort. Wird einem zu warm,
sorgen überlange (40 cm) Achsel-
zippers für Kühlung. Ausstanzung,
Bewegungsfreiheit, Kapuzensitz
und Preis überzeugen ebenfalls.

AB NACH DRAUSSEN!

3 AUSGABEN OUTDOOR UND EINE PRÄMIE DEINER WAHL



outdoor
Reise-
Special
01/2023

Kioskpreis
7,90 €

1 8 0 5

Ohne Zuzahlung

3 AUSGABEN
für nur 14,90 Euro*

ÜBER 28 %
PREISVORTEIL
im Probeabo

Lieferung bequem
NACH HAUSE,
ohne Versandkosten

Du erhältst
eine **PRÄMIE**
als Dankeschön



10-Euro-
Globetrotter-Gutschein

1 8 6 9

Weitere
Prämien im
Onlineshop



Hol Dir Dein outdoor-Abo:
outdoor-magazin.com/testen
oder telefonisch: 0781 639 66 54

Bestell-Nr. **OD1PRM** – 3 Ausgaben OUTDOOR für zzt. 14,90 €* ggf. zzgl. einmalig des jeweiligen Zuzahlungsbetrages für das Extra.
Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Auslandspreise auf Anfrage.

outdoor
E-PAPER-UPGRADE
für nur 1 €* zum Heftabo
mit dazu bestellen!
[www.outdoor.de/
digital](http://www.outdoor.de/digital)

Angabe der Abonenten Service Center GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG und Motor Presse Hamburg GmbH & Co. KG Verlagsgesellschaft. *Alle Preise in Euro inkl. ges. MwSt. und Versand. Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Die Belehrung können Sie unter shop.motorpresse.de/agb abrufen. Dort finden Sie auch die für den Vertrag geltenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Datenschutzhinweis: Kontakt zum Datenschutzbeauftragten Abonenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel. 0781-6396102. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragserfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO) solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sollten wir Ihre Daten in einen Staat außerhalb der Europäischen Union übermitteln, stellen wir sicher, dass Ihre Daten gemäß Art. 44ff. DSGVO geschützt sind. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Details unter: shop.motorpresse.de/datenschutz | Bei großer Nachfrage kann es zu Lieferverzögerungen kommen. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland (Auslandskonditionen bitte auf Anfrage) und solange der Vorrat reicht | Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Leuschnerstr. 1, 70174 Stuttgart, Handelsregister: Stuttgart HRA 9302

VORSCHAU 2|2024

Die Themen des
nächsten Hefts



Visitnorway.com/Svære Hjørnevik

► **Europa entdecken** Wer sich gerne in ungezähmter Natur bewegt, wird unsere neuen Wander- und Trekkingtipps lieben: Sie führen euch durch die wildesten Landschaften Europas.

► **Lagorai** Etwas Geheimnisvolles umgibt die einsame Bergkette im Trentino, die manche noch zu den Dolomiten zählen. Unsere Autorin Judith Beck hat sie in vier Tagen durchquert.



Jesús Tena



Trekking-Equipment

Wir haben für euch alles getestet, was ihr für die große Trekkingtour braucht: von Rucksäcken über Zelte bis hin zu Kochern und Matten.



Funktionsshirts
Welche am besten wärmen und welche auch bei schneller Gangart gut klimatisieren: 30 Modelle für Damen und Herren im Mega-Check.



DIE AUSGABE 2|2024 GIBT ES AB 9. JANUAR

JETZT PROBE LESEN! Lass dir die nächsten drei Ausgaben zum Sonderpreis von 13,50 € (inkl. MwSt. und Versand) mit über 33 % Ersparnis liefern! Einfach online bestellen unter outdoor-magazin.com/probe. Verantwortlicher Abonnenten Service Center GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG und Motor Presse Hamburg GmbH & Co. KG Verlagsgesellschaft. Alle Preise in Euro inkl. ges. MwSt. und Versand. Du hast ein gesetzliches Widerrufsrecht. Angebot nur online verfügbar.

IMPRESSUM

VERLAG UND REDAKTION: Motorpresse Stuttgart GmbH & Co. KG, Leuschnnerstr. 1, 70174 Stuttgart, Tel. 07 11/182-2283, Postfach: 70162 Stuttgart
E-MAIL: info@outdoor-magazin.com
INTERNET: www.outdoor-magazin.com

CHEFREDAKTEUR: Alex Krapp
GESCHÄFTSFÜHRENDER REDAKTEUR: Gunnar Homann
REDAKTION: Boris Gneleka, Katharina Hübner, Frank Wacker, Tobias Wirth
ONLINE-REDAKTION: Ralf Bücheler, Philip Geiger

GRAFIK: Elke Zepezauer (Ltg.), Christoph Heiling (Ltg. Produktion)
BILDMANAGEMENT: Alexandra Gutierrez
REDAKTIONSSISTENZ: Sonja Schlesinger

PUBLISHER: Barbara Groscurth

GESCHÄFTSFÜHRUNG:
Dr. Andreas Geiger, Jörg Mannsperger

**LEITER DES GESCHÄFTSBEREICHS
SPORT & LIFESTYLE:** Wolfgang Melcher

outdoor erscheint monatlich. Einzelheft: 6,90 €; outdoor im Abonnement: Preis für ztt. 12 Ausgaben (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von ztt. 6,49 €) inkl. MwSt. und Versand Deutschland 77,90 € (A: 87,90 €, CH: 124,00 SFR, übrige Auslandspreise auf Anfrage). Studierende erhalten gegen Vorlage einer Immatrikulationsbescheinigung das Abo (ztt. 12 Ausgaben) mit einem Preisvorteil von 40 % gegenüber dem Kauf am Kiosk zum Preis von 49,68 € (Österreich: 56,16 €, Schweiz: 79,20 SFR, übrige Auslandspreise auf Anfrage) ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von ztt. 6,14 €. Mitglieder der DEKRA e.V. erhalten 12 Ausgaben outdoor mit einem Rabatt in Höhe von 25 %

UNIT SALES DIRECTOR PRINT + DIGITAL:
Kirsten Brodersen, Tel. 07 11/182-15 45, E-Mail: kbrodersen@motorpresse.de

**VERANTWORTLICH FÜR DEN
ANZEIGENTELL:**
Ute Sebold, Tel. 07 11/182-21 47, E-Mail: usebold@motorpresse.de
Claudia Strauss, Tel. 07 11/182-10 11, E-Mail: cstrausse@motorpresse.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1. Januar 2023. Erfüllungsort und Gerichtsstand: Stuttgart

VERTRIEB: MVZ Moderner Zeitschriften Vertrieb GmbH & Co. KG, Ohmstraße 1, 85716 Unterschleißheim, Tel. 0 89/3 19 06-0, E-Mail: info@mrv.de, Internet: mrv.de

**EINZELHEFTBESTELLUNGEN UND
ABONNEMENT**
Abonnenten Service Center GmbH
Telefon Inland: 07 81/6 39 66 57
Telefon Ausland: (+49) 71 81/6 39 66 58
E-Mail: motorpresse@burda direkt.de

HERSTELLUNG: Michael Wandler
LITHOS: Otterbach Medien KG Düsseldorf & Co., 7647 Rastatt
DRUCK: Vogel Druck, 97204 Höchberg
SYNDICATION: Telefon 07 11/182-23 79, order@mp1.de
© by Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG

Inhaltsseiten gedruckt auf Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen »Der Blaue Engel«

Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlages strafbar. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der Verlag keine Haftung. Für Bild und Text gelten die Honorarsätze des Verlages. Höhere Gewalt entbindet den Verlag der Lieferungspflicht. Ersatzansprüche können nicht anerkannt werden. Alle Rechte vorbehalten.

DATENSCHUTZINFO:
Kontakt zum Datenschutzbeauftragten:
Abonnenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel. 07 81/6 39 61 02, Nemens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragsfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO), solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Datenschutzanfragen: Telefon 07 81/84 61 02, E-Mail: outdoor@datenschutzanfrage.de



ISSN 0935-3356



13 Fotos,
67 x 47 cm,
34,90 €*

*zzgl. Versandkosten

Neue Horizonte für die eigenen vier Wände:
outdoor -KALENDER 2024



Jetzt bestellen unter: outdoor-magazin.com/kalender2024



01 | 2024

outdoor

REISE-SPECIAL

93 SEITEN
NATUR-
ERLEBNIS
findet ihr im
Hauptheft.
Bitte wenden!



WINTERWELTEN

FANTASTISCHE LOFOTEN – ABENTEUER UNTER DEM NORDLICHT
ALPENGENUSS – AUF SCHNEESCHUHTOUR IN DER SCHWEIZ
WEISSE WEITEN – TRAUMZIELE IN SKANDINAVIEN



DAS ABENTEUER
BEGINNT HIER



8x30 / 10x30 / 8x42 / 10x42

PROSTAFF P7

IMTEST
PREIS/ LEISTUNGS-
SIEGER

Ausgabe 4-2023 www.imtest.de

NIKON
Prostaff P7 8x30
IN DER KATEGORIE
Ferngläser

www.nikon.de

Spare
bis zu
€60

AKTIONSZEITRAUM: 27.10.2023 – 15.01.2024



8x30 / 10x30 / 8x42 / 10x42

PROSTAFF P3

8x30 / 10x30 / 8x42 / 10x42

MONARCH M7

Keep exploring ■■■



Weitere Informationen finden Sie unter www.nikon.de/sofortrabatt

NIKON SPORT OPTICS



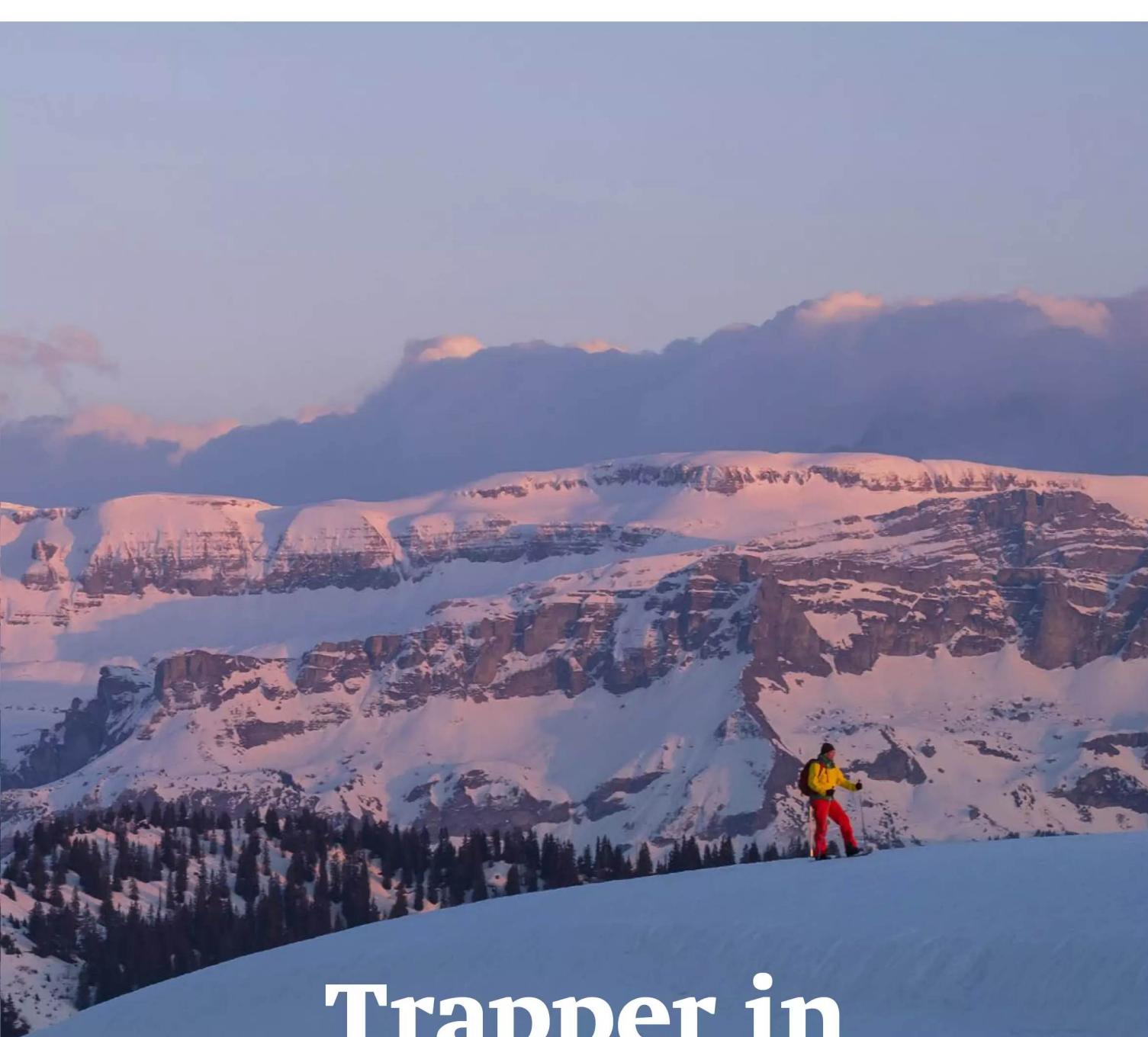
Liebe Leserinnen, liebe Leser,

im Winter wird die Langsamkeit zur Tugend. Geht es im Sommer auch bei Wandernden oft um ein Höher, Schneller und Weiter, kommt nun die Zeit der kleinen, bedachtsamen Schritte und der wohlüberlegten Handgriffe. Nur nicht ins Schwitzen kommen, heißt die Devise, denn wer schwitzt, wird bald auch frieren. Vielleicht ist das auch ein Grund, warum die Skandinavier im Ruf stehen, eher bedächtig zu sein, und nicht dafür bekannt sind, Hektik zu verbreiten. Der Winter dauert dort oben eben einfacher länger als anderswo - einer der Gründe für eine Lofotenreise, wie wir sie ab Seite zwölf vorstellen. Dass man aber auch in den Alpen im Winter ganz vorzüglich die Ruhe und Einsamkeit der Berge genießen kann, davon hat sich Iris Kürschner überzeugt, die sich im Emmental mit Schneeschuhen zu einer Selbstversorgerhütte aufgemacht hat. Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen!

Euer Redaktionsteam



Schneeschuhwandern im
Schutzgebiet. Im Hinter-
grund das Schreckhorn.



Trapper in der Schweiz

In einem einsamen Blockhaus übernachten –
dafür muss man nicht nach Kanada. Es reicht auch
eine Schneeschuhtour auf der Lombachalp in
der Schweiz mit Übernachtung in der Hohganthütte.

TEXT & FOTOS: IRIS KÜRSCHNER

Zwischenstopp zum Kraft-
tanken und Übernachten
auf der Hohgant-Hütte.



Das Knistern des Feuers in den Ohren, die Hände wärmen sich an einem Becher voll dampfendem Tee, der nach Zimt duftet. Ein Petroleumlicht erhellte die gemütliche Holzstube. An den Fenstern kleben Eiskristalle, als wollten sie die Landschaft draußen in einen festlichen Rahmen kleiden. Der Blick aus unserem Blockhaus verliert sich in Wogen von Nadelwäldern und Schneebergen. Es steht nicht etwa in Kanada, sondern mitten in den Schweizer Bergen. Einsam und nichts drum herum als die pure Natur.

Entdeckt haben wir die Hohgant-Hütte durch Zufall. Kaum eine Winterauszeit, die sich romantischer verbringen ließe als in dieser Selbstversorgerhütte. Sie liegt im Naturschutzgebiet Hohgant-Seefeld, am Rande einer Wildruhezone, weshalb sich hier

wunderbar Tiere beobachten lassen. Sogar die Balz der Birkhühner, die meist im März beginnt und bis in den Juni dauern kann, spielt sich in nächster Nähe ab. Ihren Hochzeitstanz, ihre Rivalenkämpfe dürfen wir direkt von der Hütte aus bestaunen.

Orientierung im Schutzgebiet

Wir waren aus Neugier von Interlaken zur Lombachalp heraufgekommen. Ein Terrain etwa so groß wie Würzburg, umgeben von den Bergspitzen des Berner Oberlands. Nebel wabert in aller Herrgottsfrühe durch die weite Wanne der Lombachalp, im Norden begrenzt vom mächtigen Kalkstock des Hohgant, im Süden vom Augstmatt-horn und der nach Osten bis zum Brienzer Rothorn ziehenden Kette. Hier im Quell-gebiet von Lombach und Emme breitet

sich eine fragile Hochmoorlandschaft aus, 86 Quadratkilometer groß.

Beim Parkplatz am Lägerstutz südlich des Schutzgebietes hatten wir uns gewundert, warum da dieser drahtige Kerl mit Schneeschuhen erst in die eine Richtung rennt, dann zurückkommt, um in die andre Richtung zu rennen, und wenig später wieder zurückkommt. Als Lukas Schärer stellt er sich uns vor, Ranger des Wild- und Naturschutzgebietes Lombachalp. Nach Neuschnee legt er gerne schon mal vorsorglich den Start der zwei einzigen erlaubten Schneeschuhrouten auf der Lombachalp zur leichteren Orientierung. Eine Traum-landschaft, durch die vielleicht nicht das Gurren von Raufußhühnern, das Röhren von Hirschen, der Schrei eines Adlers hal-ten würde, gäbe es keinen Naturschutz.

Wunderschönes Winterpanorama auf dem Weg Richtung Jurtenflue.



Lukas Schärer hat das Geschehen auf der Lombachalp genau im Blick – er ist der Ranger hier.

Wegen ihrer Trittempfindlichkeit und Seltenheit stehen Hochmoore ganzjährig unter Betretungsverbot. Damit wird der Lebensraum für seltene und bedrohte Tierarten gewahrt - vor allem gefiederte. Die Lombachalp zählt zu den sogenannten Vogelgebieten von internationaler Bedeutung.

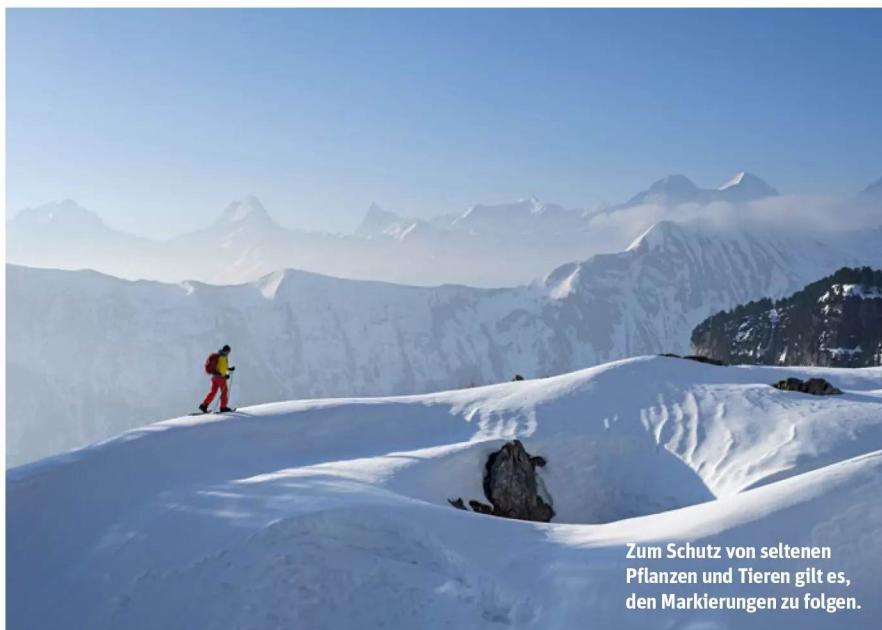
Mit Rücksicht auf die Natur

Weil die Lombachalp gerade auch im Winter Erholungssuchende anzieht, entwickelte man im Jahr 2007 ein Lenkungskonzept, stellte einen Ranger ein und versucht seitdem, mit Aufklärung Tourismus und Naturschutz verträglich aufeinander abzustimmen. So versteht sich Lukas Schärer nicht als Sheriff, wie er anfangs gerne genannt wurde, sondern vor allem als Informationsgeber, die Besucher zu sensibilisieren. Und

Wir waren aus Neugier auf die Lombachalp gekommen. Das Panorama haut uns fast aus den Schneeschuhen.



Für wohlige Wärme sorgt auf der Selbstversorgerhütte Hohgant der Ofen.



Zum Schutz von seltenen Pflanzen und Tieren gilt es, den Markierungen zu folgen.

Es sieht aus, als wüachsen Eiger, Mönch und Jungfrau direkt aus der Alp in den Himmel.

auf vorgegebenen Wegen darf man sich hier auch bewegen: Es gibt eine Loipe und einen Winterwanderweg. Damit auch Schneeschuhgänger ihren Leitfaden haben, markiert man ihnen zwei Routen. Freilich muss Lukas gelegentlich etwas härter durchgreifen, wenn sich Freigäste partout nicht an die Einhaltung der Wegvorschrift halten. Vor allem auf die Auer- und Birkhuhnpopulation wirken sich Störungen im Winter gravierend aus, denn die Raufußvögel mit dem leuchtend roten Lidschatten können sich kein Fett anfressen. »Deshalb brauchen sie Ruhezonen«, betont Lukas. Nicht jedem ist das klar. Heute morgen führt schon eine Schneeschuhspur wild durchs Gelände. Verärgert sperrt der Ranger mit zwei ge-

kreuzten Plastikstangen den Abweg. Hirnlose, die ohne zu reflektieren die Natur konsumieren, mag er sich denken. Aber er behält es für sich. Eine Anzeige droht eben nur den frisch Ertappten.

Pläne schmieden

Die Schneeschuhtouren beginnen am Holzchalet am Lägerstutz. Es beherbergt Käserei, Rangerbüro und das Restaurant Jägerstübl, wo man Schneeschuhe und Langlaufausrüstung mieten kann. Um Punkt zehn öffnet Elisabeth Zurbuchen die Tür zur Stube, setzt Kaffee auf, wischt die Tische ab. Erst mittags sei mit Ansturm zu rechnen und auch nur an sonnigen Wochenenden. Schon ihr Großvater habe hier oben sein Vieh gesömmert, erzählt sie. Noch werden rund um das Naturschutzgebiet fünf Alpen bewirtschaftet. Das Vieh dient nicht zuletzt der Landschaftspflege, bewahrt die Wiesen vor dem Zuwachsen und sorgt für botanische Vielfalt.

Ranger Lukas kehrt von seinem Feldzug zurück und genehmigt sich eine Pause. »Ihr wollt den Hohgant besteigen? Dann nehmt euch am besten einen Faltplan hier mit. Da sind das Schutzgebiet und die Schneeschuhrouten genau eingezeichnet, rät er. Und hat noch einen Tipp auf Lager, der sich als Volltreffer erweisen soll: Südostseitig vom Hohgant, sagt er, ließe sich in der Hohgantshütte wildromantisch übernachten, dann könne man anderntags noch auf eine feine Merängge nach Kemmeriboden absteigen ... Das Wasser scheint ihm schon im Munde zusammenzufließen. Uns ebenso, doch mehr angesichts der Schneeberge, die mit ihren scharfen, zackigen Formen die sanfte Wellenlandschaft der Lombachalp umstellen. Aber als kulinarische Hommage ein Eischnee- und Schlagsahneberg zum Abschluss, das passt.

Am Kamm entlang zur Hohgantshütte

Auf 1558 Meter Höhe stapfen wir nach Nordwesten in Richtung des Winterröschts los, immer am Kamm entlang, der der Felsenburg des Hohgant entgegenstrebt. Im Rücken füllt der Berner Alpenkamm den Horizont, zu dem man sich ständig umdrehen möchte. Als wüachsen die Spitzen von Schreckhorn und Finsteraarhorn, von Eiger, Mönch und Jungfrau, von Tschingelhorn, Breithorn und Gspaltenhorn direkt aus der Lombachalp. Erst weiter im Osten hinter den Alphütten von Älgäuli lässt sich der schluchtartige Einschnitt zwischen Hohgant und Furggengütsch einsehen, der eine Besteigung des Gipfelplateaus erlaubt. Mit Schneeschuhen kein leichtes Unterfangen, die Verhältnisse müssen passen. Falls dem nicht so ist, macht das gar nichts. Die Hoh-

ganthütte lohnt auch schon als Ziel, wie wir schnell feststellen. Im Blockhausstil gehalten und für Selbstversorger ausgerichtet, versetzt sie in Trapperstimmung – den Ofen anfeuern, Schnee schmelzen für ausreichenden Wasservorrat und es sich gemütlich machen. Oder einfach nur vor der Hütte sitzen, das wellige Karstgelände mit seinen faszinierenden Licht- und Schattenspielen beobachten, in die Stille lauschen und vielleicht das Glück haben, dass Tiere vorbeikommen, so wie beispielsweise die Birkhühner. Ein idealer Platz, dachten sich auch die Erbauer und schufen den Stützpunkt 1948 für die Aufseher des gerade ausgewiesenen Naturschutzgebietes Hohgant-Seefeld. Damals war die Naturschutzaufsicht noch im SAC (Schweizer Alpenclub) integriert, sie wurde erst in den 1960er Jahren dem Kanton unterstellt.

Wie die Meränge zur Sahne kam

Am nächsten Tag leiten uns die Markierungsstangen durch urwüchsigen Wald in Richtung Osten steil in eine Talfalte des Emmentals hinunter zum Kemmeriboden-Bad, das während der Belle Époque ein beliebtes Kurhotel und Heilbad darstellte.

DIE REISE-BASICS ZUR LOMBACHALP

ROUTE

1. Tag: Lägerstutz (1559 m)–Hohganhütte (1805 m), WT2, 3 h, ↑ 470 Hm, ↓ 224 Hm

Route: Vom Parkplatz Lombachalp folgt man den Markierungsstangen links auf den Winterröscht. Nun immer den Kamm entlang über den Bolberg. Dann rechts unterhalb des Kamms über Wydegg und Spycher zu P. 1643 und zur Alp Älgäuli. Dort zweigt der Zustieg zum Hohgant ab, ansonsten die Markierungsstangen nach zur Hohganhütte.

Gipfelbesteigung Hohgant/Furggengütsch (2197 m): WT4, zusätzlich 2.30 h, ↑ 420 Hm.

2. Tag: Hohganhütte–Kemmeriboden-Bad (976 m), WT2, 3 h, ↓ 830 Hm

Route: Von der Hohganhütte erst nordöstlich, dann östlich

auf markierter Route durch die Schleucht steil nach Schärfeberg. Dort trifft man auf den im Volksmund als »Römerweg« bekannten Abschnitt, der links nach Kemmeriboden-Bad führt.

ANKOMMEN

Mit dem Zug bis Interlaken, dann Postauto bis Habkern. Von dort fährt der Bus Alpin, ein Shuttlebus (9.30/10.30/12.30 Uhr), zur Lombachalp. Fahrten außerhalb des Plans auf Anfrage beim Sporthotel Habkern 00 41/3 38 43 13 43.

INFORMIEREN

Auf der Website von habkern.ch erhält man alle wichtigen Informationen zur Lombachalp. Bitte auch die Verhaltensregeln für Schneeschuhgehen lesen und unterwegs beherzigen.

AUSRÜSTEN

Schneeschuhverleih im Restaurant Jägerstübli am Lägerstutz.

ÜBERNACHTEN

Hohganhütte, Anmeldung online, man bekommt einen Türcode zugewiesen (CHF 30/Nacht für Nichtmitglieder), 00 41/7 64 08 54 50, sac-emmental.ch. Hotel Kemmeriboden, ab CHF 160, 00 41/3 44 93 77 77, kemmeriboden.ch

ORIENTIEREN

LK 1:50 000, Blatt 254S Interlaken. Allein mit dem Faltplan »Winterinformationen Lombachalp«, den man beim Lägerstutz mitnehmen sollte, käme man auch aus. Fehlendes Ministeck Schärfeberg–Kemmeriboden wäre ansonsten bei Blatt 244 Escholzmatt zu finden.

ADVENTURE NOW



Mittendrin im draußen. Für alle, die gerne dort Zuhause sind, wo die First Lines warten. Dein mobiles Basislager von SUNLIGHT.

Sunlight

Abbildung ähnlich. Irrtümer und Änderungen bleiben vorbehalten.





Die Hohganhütte liegt knapp unter der Baumgrenze auf 1805 Metern.

Zum Schluss der Tour gleiten wir in den Hot Pot und kommen uns im Hotel vor wie in der Belle Époque.

Reto Invernizzi, die sechste Generation des Familienunternehmens, erzählt uns, wie mit der Entdeckung einer Schwefelquelle die Geschichte des Kurhotels begann. »Mit der Badewannen-Therapie von einst aber hätten wir nicht mit den aufkommenden Wellnessstempeln konkurrieren können«, erklärt er. »Wir entschieden uns 1988 gegen einen Umbau in diese Richtung, renovierten stattdessen die Gästezimmer im Stil unseres Hauses nach den heutigen Komfortbedürfnissen und investierten in die lokale Wertschöpfung.« Das heißt, hier bekommt man Köstlichkeiten, die weitgehend im Emmental hergestellt werden, vom Büffelfleisch bis zu den weithin berühmten »Merängge«. Die zweiten benötigen aufgrund ihrer Größe die tatkräftige Unterstützung eines Mitnaschers. Wie es zu dem riesigen Berg aus Baiser und Schlagsahne kam,

erklärt Reto so: »Kurz bevor der Zweite Weltkrieg ausbrach, blieb der neben dem Kurhotel geführte Landwirtschaftsbetrieb auf einem Rahmüberschuss sitzen. Doch nicht lange, denn mein Großvater kreierte mit dem hiesigen Bäcker eben diese geniale Lösung.« Die Badenostalgie hält ein Outdoor Hot Pot wach, der herrlich entspannt. Im Winter schmückt ein mächtiges Iglu, das als Restaurant dient, die Anlage. »Des Nachts bildet sich hier ein Kältesee«, sagt Reto. Die ideale Voraussetzung, dass sich das Iglu bis in den März hält, ohne einzuschrumpfen. In einer Feuerschale zündeln Flammen, der Baum vor dem Bauernhauskomplex ist mit Lichterketten geschmückt. Schroff ragen die dunklen Felswände der Emmenschlucht in den Sternenhimmel. Derselbe wie oben am Blockhaus und doch zwei so unterschiedliche Herbergen. ◀

Bergverliebt im Zillertal

Tiefverschneite Hänge vor hochalpinem Panorama, kreative Kulinarik mit traditionsbewusstem Hintergrund und ein umfangreiches Angebot auch abseits der Pisten: Willkommen im Zillertal!

Das Zillertal, eine der führenden Wintersportdestinationen in den Alpen, bietet auf insgesamt 544 Pistenkilometern reines Schneevergnügen. Ob auf prächtigen Familienstrecken oder langen, sportlichen Talabfahrten – im Zillertal finden alle Wintersportler ideale Bedingungen und perfekt präparierte Pisten. Action und Abenteuer versprechen Snowparks, Funlines und außergewöhnliche Freeride-Routen.

Abseits der Pisten, inmitten der traumhaften Natur, sorgen Wanderungen, Lang-

lauferlebnisse oder Rodelfahrten für Abwechslung.

Erstklassige Gaumenfreuden

Urige Berghütten, traditionelle Gasthäuser, Spitzengastronomie und gelebtes Handwerk: Das Zillertal ist reich an kulinarischer Vielfalt. Neben einem außergewöhnlichen Angebot am Berg überzeugt das Tal mit prämierten Gourmetrestaurants und Tiroler Wirtshauskultur. Schaubetriebe geben köstliche Einblicke in die lange Tradi-

tion der Zillertaler Esskultur. Das Genuss-Spektrum reicht vom Familienrestaurant mit Spielplatz bis zum romantischen Dinner vor imposanter Bergkulisse. Kurz: Hier essen alle gut.

Infos und buchen auf zillertal.at, weitere Auskünfte unter info@zillertal.at und Tel. +43 5288 87187

Zillertal





Im flachen Licht der Polar-
region wirken die steilen
Berge umso dramatischer.

EISKALTE KARIBIK

**Die Lofoten ziehen im Sommer mit
Sandstränden und türkisfarbenen Fluten
unzählige Besucher an. Doch
wie ist es, sie im Winter zu bereisen?**

TEXT: ALEX KRAPP | FOTOS: LARS PETTER



1

**WAREN DIE LOFOTEN FRÜHER WEGEN IHRES FISCHREICHTUMS BERÜHMT,
SIND SIE ES HEUTE EHER WEGEN IHRER NATURSCHÖNHEITEN.**

2



Eigentlich sollte niemand hier leben», sagt Guide Ragnhild Pedersen beim Blick auf die unwirtlichen Felsenberge, die so steil ins Meer abfallen, dass nur wenig Schnee auf ihren Flanken liegenbleibt. Eine dunkelgraue Wand, die sich von dem etwas helleren Grau des Atlantiks abhebt. Doch so übel, wie sie sagt, kann es gar nicht sein, denn die junge Norwegerin, die uns als Guide ein paar Tage lang ihre Heimat näherbringt, macht sonst einen durchaus lebensfrohen Eindruck.

Hier, 100 Kilometer oberhalb des Polarkreises, strecken sich die Lofoten auf einer Länge von 170 Kilometern über fünf Hauptinseln. Nur hier und da gibt es ein paar ebene Quadratmeter, auf denen Ortschaften wie Leknes, Ballstad oder Reine Platz finden. Insgesamt etwa 24 000 Bewohner leben hier – für eine Polarregion sogar eine recht dichte Besiedlung. Und das liegt am Fischreichtum. Wie eine natürliche Reuse ragen die Eilande weit in das vergleichsweise warme Wasser des Golfstroms hinaus. Im Lauf des Jahres ziehen viele Fischarten durch den Archipel. Von März bis Mai kommt der arktische Dorsch, der hier in rauen Mengen gefangen wird und schon seit Jahrhunderten für Wohlstand sorgt. »Ganz Oslo wurde auf dem Geld der Lofotenfischerei gebaut«, erklärt Kristian Bøe, der mit seiner Frau Guri die Herrvik-Lodge in Ballstad betreibt. Jedes Jahr machen sich bis zu 15 000 wagemutige Norweger von Süden aus auf die drei Wochen lange Reise hierhin, um in der drei Monate dauernden Saison ihr Glück zu finden. So etwas wie ein alljährlicher Goldrausch, nur, dass man den Fang noch ausnehmen und trocknen musste.

So viele Fischer wie damals sind es nicht mehr, doch wie eh und je hängt der Dorsch auf Holzgestellen rund um die Dörfer – für ungewohnte Augen ein etwas makabrer Anblick, zumal die getrockneten Fischleiber auch zu Kronleuchtern und anderem Dekokram verarbeitet werden. Heute wird etwa die gleiche Menge Fisch aus dem Meer gezogen, nur dass die Fischer auf einem modernen Trawler Kräne und Netze am Bildschirm per Joystick bedienen. »Operation Playstation«, nennt Kristian das scherhaft. Hart genug ist der Job trotzdem, wie jeder weiß, der einmal auf einem kleinen Schiff auf dem winterlichen Atlantik unterwegs war – eine Erfahrung, die man auf den Lofoten im Übrigen auch buchen kann. Ein Trawler fährt von Svolvær mit Touristen für einen halben Tag hinaus, vorbei an der Hafenstatue: Eine Fischersfrau, die den heimkehrenden Besatzungen winkt – Nicht-Seefeste werden heilfroh sein, wenn sie wieder einlaufen, und auch die anderen können dann gut nachvollziehen, wie es ist, wieder in einem Hafen zu sein, festen Boden unter den Füßen und ein Dach über dem Kopf zu haben. Auf dem Anwesen von

1 Tourenskifahrer finden auf den steilen Inseln ein einsames und anspruchsvolles Revier.

2 Hotelier Kristian Bøe paddelt mit seinen Gästen am liebsten selbst durch die Schären bei Ballstad.

3 Wilde Seeadler aus nächster Nähe kann man im Raftfjord bei Svolvær beobachten.

4 Unter den einzigartigen Wetterbedingungen der Lofoten trocknet Fisch auch mitten im Winter.



3



4

Kristians Familie stehen noch dieselben roten Holzhütten, in denen damals bis zu 15 Fischer schliefen, und das waren die, die gut dran waren. Viele andere campierten unter Ruderbooten, die sie für die Nacht an Land zogen. Die Hütten beherbergen heute zwei Gäste, manche verfügen sogar über einen Hottub mit Blick auf Hafen.

Schon längst sind die Lofoten nicht nur bei Fischern beliebt – Reisende aus aller Welt kommen, um die bis zu 1161 Meter hohen Granitberge aus den Fluten wachsen zu sehen. An vielen Stellen schimmert der sandige Grund bis an die Wasseroberfläche durch und taucht alles in ein karibisches Türkis – grade jetzt im Winter ein ungewohnter Kontrast, der der ganzen Szenerie die Anmutung einer zugefrorenen Südsee gibt.

Eldorado für Nordlichtsüchtige

Im Sommer zieht es Surfer, Kletterer und auch Wanderer hierhin. Mittlerweile so viele, dass die Zufahrt zur Straße, die die Inseln über eine Kette von Brücken und Tunnels mit dem Festland verbindet, zeitweise gesperrt werden muss. Noch ein Argument mehr, im Winter zu kommen und die Inseln von ihrer ruhigen Seite kennenzulernen. Allenfalls Nordlichtsüchtige und Skitourengeher kommen um diese Jahreszeit. Unsere Gruppe passt in beide dieser Kategorien, wir sind mit dem Reiseveranstalter Norrøna Adventure hier. Der norwegische Outdoor-Hersteller mit dem Wikingerhelm im Logo kaufte 2017 das damals schon 40 Jahre bestehende Unternehmen Hvitserk auf, einen Spezialisten für Outdoor-Reisen in ganz Nor-

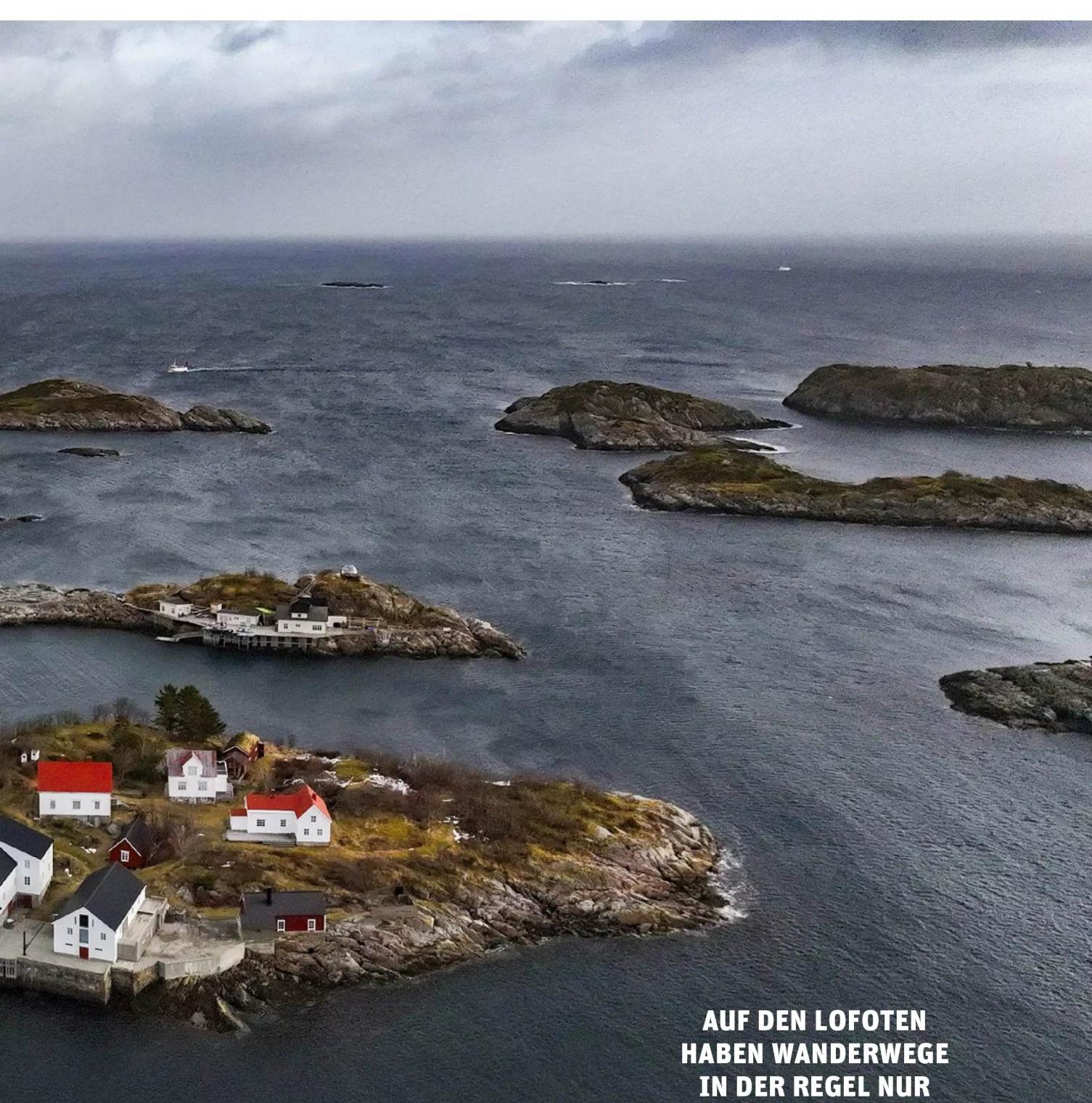
Windgepeitscht und sturmumtost: Ein Leben auf den Lofoten ist nicht für jeden.



wegen. »Outdoor-Ausrüstung und Reisen in Norwegen, das passt ziemlich gut zusammen«, findet Marit Vidnes, CEO von Norrøna Adventure. »Das Wetter kann sich hier alle fünf Minuten ändern, da ist es gut, wenn man gewappnet ist.«

Besonders gut gegen die Witterung gewappnet sein muss, wer eine weitere Attraktion der Lofoten sehen will. Nachdem wir über unsere übliche Funktionskleidung noch einen Seenotrettungsanzug gestreift haben, steigen wir dazu in ein schnelles Schlauchboot im Hafen von Svolvær. Der Skipper ist Ragnhilds Freund – eine kleine Welt hier oben. Gut eine halbe Stunde brettert er mit uns über die Wellenkämme in den Raftsund, stellt den Motor aus und holt einen großen Eimer mit Fisch an Deck.

Und dann kommen sie auch schon. Auf ihren riesigen, bis zu 1,30 Meter weiten Schwingen segeln sie heran und fangen den Fisch, den Ragnhilds Freund ihnen hinwirft, noch in der Luft, setzen sich auf die Felsen am Ufer und zerren die Beute in aller Ruhe mit ihren großen, leuchtend gelben Schnäbeln: Seeadler. 1975 gab es nur noch etwa 500 Brutpaare in ganz Europa. Dank verstärktem Schutz zählt man heute allein in Norwegen wieder über 2000 Paare, die zerklüfteten Fjordküsten bieten den Vögeln das ganze Jahr über einen Lebensraum – die Exemplare hier im Raftsund existieren mit den Adlersafaris wohl in einer Art Symbiose. Wie alle Wildtiere versuchen sie, ihre Nahrung mit so wenig Aufwand wie möglich zu fangen, da kommen Fische, die einem quasi in den Schnabel fliegen, äußerst gelegen.



**AUF DEN LOFOTEN
HABEN WANDERWEGE
IN DER REGEL NUR
EINE RICHTUNG: STEIL
NACH OBEN ZUM
AUSSICHTSPUNKT.**

Ob auf Adlersafari oder Trawlerfahrt: Nachdem man die Berge einen Tag lang von unten gesehen hat, will man eigentlich nur eins: hinauf. Und das geht auf den Lofoten in der Regel ansatzlos vom Parkplatz aus. Nach ein paar Metern gelangt man üblicherweise auf einen Pfad, der direkt bergauf führt. Was im Sommer schon steil und anstrengend ist, bedarf im Winter besonderer Vorsicht: Denn oft erweisen sich die Wege durch die Mischung aus Frost, Tauwetter, Schnee und Regen als spiegelglatt, außerdem will man in diesem steilen Gelände als Ortsunkundiger auch trotz GPS und Karte nicht allein im Nebel stehen. Und so freuen wir uns, dass Ragnhild uns zielsicher zur Aussicht vom Festvagtinden auf den malerisch auf ein paar kleinen Schäreninseln verteilten Ort Hennings-



Im Restaurant Fangst wird mit Leidenschaft gekocht – lokal und saisonal.

vær leitet, mit seinem berühmten Fußballplatz, der fast den ganzen Raum auf einer solchen Insel einnimmt. Unzählige solcher Touren führen auf den Lofoten von der Straße direkt auf die Berge, schön sind sie alle. Die wohl populärste bringt Wanderer auf den Reinebringen. Stufen entschärfen seit 2019 den kurzen, aber steilen Aufstieg auf den 448 Meter hohen Berg.

Auf einem Spaziergang durch Henningsvær kommt man auch an dem Foto-Atelier von Vidar Lysvolds vorbei, der seinen Lebensunterhalt mit einer weiteren nordischen Sensation verdient: Nordlichtern. Für die Himmelserscheinung herrschen auf den Lofoten

ideale Bedingungen. Einerseits gibt es fast keine Lichtverschmutzung, andererseits bleibt es zwischen dem 67. und 68. Breitengrad von August bis in den April hinein mehr als den halben Tag dunkel. Vom 9. Dezember bis zum 4. Januar wird es sogar gar nicht mehr hell, sodass die Polarlichter den ganzen Tag bestimmen: Fargetid – Farbenzeit – nennen die Norweger diese Saison, in der nur das Wetter mitspielen muss – was es oft tut, herrschen doch in der kalten Luft oft stabile Bedingungen.

Sie eignen sich überraschend gut auch für eine Kajakpartie, wie wir am nächsten Tag erfahren. Kristian persönlich zeigt uns die kleine Inselwelt vor Ballstad. Aus dem Hafen gelangen Paddler unter einer Brücke hindurch in den vorgelagerten Schärenarten. Geschützt vor Wind und Seegang kann man hier einen Blick auf die Berge werfen, die vom Wasser aus wie eine Wand wirken, und einen Eindruck davon bekommen, wie es wäre, eine längere Tour im Kajak zu unternehmen – eine weitere Aktivität, für die man hier oben entweder jahrelange Erfahrung mitbringen oder sich aber einem Guide anschließen sollte. Sobald man aus dem Windschatten kommt, lässt einen der Atlantik spüren, wer hier die Hosen anhat.

Eines kristallisiert sich nach ein paar Tagen heraus: Wer nichts riskieren will, sollte hier für alles ausreichende Reserven einrechnen. Es reichen zwei oder drei Stunden, um wieder in die Gemütlichkeit einer Hütte zu wollen – und die nächste Sauna ist in der Regel auch nicht weit. In der Lodge steht sogar eine kleine gleich am Steg, sodass man, während man ein wenig Wasser auf die heißen Steine schüttet, dabei zusehen kann, wie die Trawler an der gegenüberliegenden Fischfabrik anlegen und löschen. Eigentlich lebt es sich hier gar nicht so schlecht ...



Arktischer Lebensstil:
Hottub oder eine Sauna
gibt es nahezu überall.

Herzliche Winter-Vielfalt

In Serfaus-Fiss-Ladis lässt sich auf und abseits der Skipiste viel erleben.
 Denn die drei Bergdörfer auf dem sonnenverwöhnten Hochplateau bieten zahlreiche Wintersportmöglichkeiten für die ganze Familie – alles in entspannter Atmosphäre

Vor knapp 25 Jahren haben sich die beiden Skigebiete Serfaus und Fiss-Ladis im Tiroler Oberinntal zusammengeschlossen. Seither bieten sie 214 Kilometer bestens präparierte Pisten in allen Schwierigkeitsgraden. Aber eben nicht nur. Auch abseits des 460 Hektar großen Skigebiets lockt ein umfangreiches Wintersportangebot in Höhen zwischen 1200 und 2828 Metern. Das reicht von Skifahren und Snowboarden über Winter- und Schneeschuhwandern, Rodeln und Langlaufen bis zu Pistenskitouren.

Den Schnee erleben

Wer sich den Kopf auf der Loipe freipusten lassen möchte, der findet rund um Serfaus-Fiss-Ladis 52 Kilometer Langlaufloipen und -routen. Dabei stets präsent auf dem Hochplateau ist das grandiose Alpenpanorama. Das macht auch die Höhenloipen am Komperdell und am Högl in Serfaus zu einem besonderen Genuss. Lust auf eine Schlittenpartie? Von der Bergstation der Komperdellbahn verläuft eine vier Kilometer lange Rodelstrecke bis zur

Talstation, mit steilen Passagen, gut gesicherten Kurven und spektakulärem Weitblick in das Tal. Ebenso lang und nicht minder aufregend ist die Hexen-Rodelbahn in Fiss, die donnerstags beim Rodelabend sogar beleuchtet ist.

Einen Überblick verschaffen kann man sich im Fisser Flieger, der 47 Meter über dem Boden schwebt, und mit dem Serfauser Sauser, der Flying-Fox-Attraktion mit einer Flughöhe von 85 Metern.

Den Winter ohne Ski und ganz sanft hautnah erleben? Kein Problem: Die Bergwelt von Serfaus-Fiss-Ladis lässt sich auf über 100 Kilometern präparierten Winterwanderwegen und Thementouren erkunden. Übrigens hat die Region auch hier an aktive Familien mit ganz jungem Nachwuchs gedacht und am Höglsee einen kinderwagentauglichen Winterwanderweg präpariert. Und auch der Panorama-Genussweg ist für Kinderwagen geeignet.

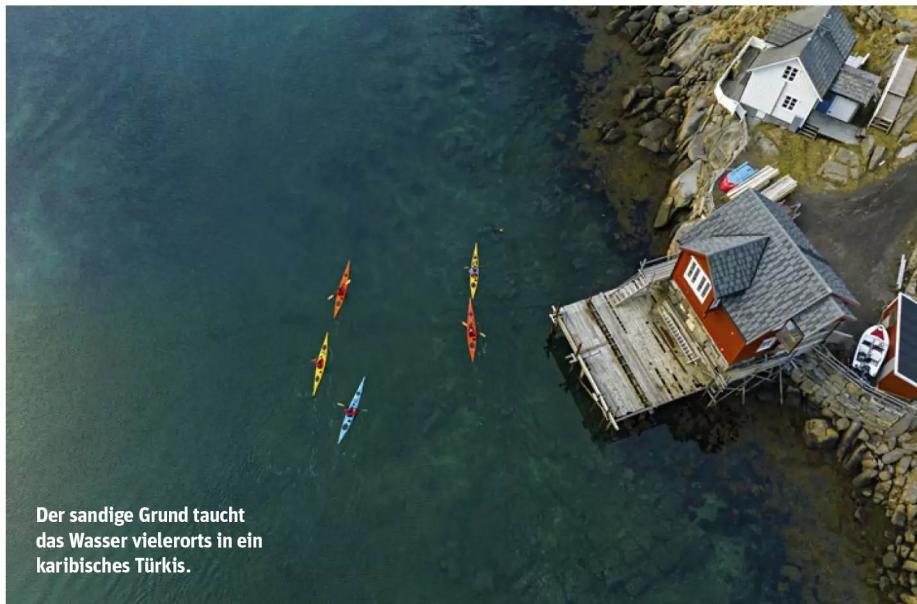
Ob Ski-Fan oder nicht, ob alt oder jung: Serfaus-Fiss-Ladis empfängt seine Gäste mit offenen Armen. Denn hier ist die Herzlichkeit zu Hause.



Mehr über die Allesköninger-Ferienregion unter serfaus-fiss-ladis.at



AUF DIE LOFOTEN IM WINTER



Der sandige Grund taucht das Wasser vielerorts in ein karibisches Türkis.

PLANEN

Hinkommen

Am schnellsten gelangt man mit dem Flugzeug auf die Lofoten: über Oslo, Bodø nach Leknes oder Svolvær (etwa 750 Euro), preiswerter ist es, nur bis Bodø zu fliegen und von dort mit der Fähre nach Reine (3 Stunden und etwa 30 Euro pro Person und Strecke). Die Anfahrt auf eigene Achse (34 Stunden) oder mit der Bahn lohnt nur bei einem längeren Aufenthalt.

Herumkommen

Einen Mietwagen für eine Woche gibt es ab 400 Euro, auch Busse verkehren auf den Lofoten, allerdings auf manchen Strecken nur ein- oder zweimal am Tag. reisnordland.com

Beste Zeit

Wer im Winter auf die Lofoten kommt, will auch das Nordlicht sehen. Zwar ist es von August bis März ausreichend dunkel, die klaren, kalten Tage kommen aber oft erst von Januar bis März.

Geführte Reise

Norrøna Adventure bietet ein fünftägiges All-inclusive-Winter-Erlebnis auf den Lofoten an.

Darin enthalten sind alle Übernachtungen, die Mahlzeiten, Transfers und geführte Aktivitäten wie Adlersafari, ein Fischfang-Trip mit einem Trawler, Wanderungen, eine Kajakfahrt sowie ein Besuch des Freilichtmuseums in Nusfjord und eine Nordlicht-Schneeschuhtour. Kostenpunkt ohne Flug: 2773 Euro.

UNTERKUNFT

Hattvika Lodge

Luxuriöse Wohneinheiten mit viel Charme und mit Ausblicken auf den Hafen von Ballstad bietet die Hattvika Lodge. Ein Doppelbett im Studio-Apartment mit 28 Quadratmetern kostet zum Beispiel 312 Euro für eine Nacht. Wer es sich besonders gut gehen lassen will, bucht das Frühstück und weitere Essen im auf dem Lodgegelände gelegenen Gourmetrestaurant Fangst gleich mit. Zusätzlich können Outdooraktivitäten wie Kajakfahren unternommen werden. hattvikalodge.no

Skärungen Basecamp

Außerhalb der Ortschaft Kabelvåg bietet das Skärungen Basecamp Hotelzimmer (ab 130 Euro pro Doppelzimmer), Hütten und Glam-

ping für verschiedene Budgets an. Zudem können hier verschiedene Outdoor-Aktivitäten gebucht werden. skarungen.no

ESSEN

Klettercafé

Gut essen und Kontakt zur lokalen Klettercommunity schließen kann

man im Klatrekafeen in Henningvær. Ein Burger kostet zum Beispiel 21 Euro. Abends ist das »Klatre« auch eine gute Adresse für Konzerte. klatrekafeen.com

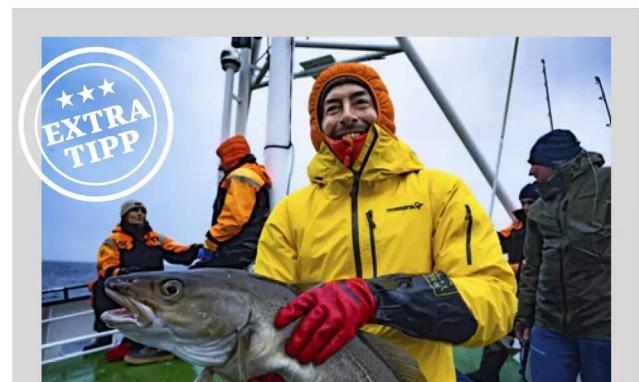
Fangst

Wer sich davon überzeugen möchte, zu welchen Höhen sich norwegische Küche aufschwingen kann, sollte dem »Fangst« auf dem Gelände der Hattvika Lodge in Ballstad einen Besuch abstatten. Gekocht wird saisonal und lokal, auf der Karte stehen Fisch- und Wildspezialitäten. Ein Drei-Gänge-Menü ist ab etwa 80 Euro zu haben. Im Netz: hattvikalodge.no/no/restaurant-fangst

TIPPS

Nusfjord

Im Süden der Insel Flakstadøy liegt, tief von steilen Felsen eingeschlossen, das historische Fischerdorf Nusfjord. Schon um 400 nach Christus hat man hier zu kommerziellen Zwecken gefischt, im letzten Jahrhundert entwickelte sich Nusfjord zum führenden Fischerort der Lofoten. Die Hafeneinfahrt ist zu schmal für moderne Trawler, und so dient der Ort heutzutage als Freilichtmuseum. Er befindet sich im Besitz der Familie Dahl.



EINMAL IM LEBEN

Ob Fishing-Trip oder Adlersafari, der Anbieter »XXLofoten« bringt Gästen ganz spezielle Lofoten-Erlebnisse näher. Die halbtägigen Ausfahrten kosten etwa 110 Euro pro Person. Weitere Info: xxlofoten.no



Erlebnisraum Tiroler Oberland Die Vielfalt des alpinen Winters

Ein Tal. Zwei Bergwelten. Das Tiroler Oberland verzaubert mit unberührten Schneelandschaften und der Nähe zu den schönsten Skigebieten

Ein alpiner Rückzugsort: Eingebettet in zwei Bergwelten liegt das Tiroler Oberland mit den Hauptorten Ried, Prutz und Pfunds. In tiefverschneiten Landschaften lässt sich der Winter in all seiner Vielfalt erleben – eine Winterlandschaft für alle – sei es sportlich aktiv oder gemütlich. Die zwei Bergwelten bieten für alle Winterliebhaber die passenden Aktivitäten.

Sportlich aktiv

Das Tiroler Oberland ist der perfekte Ausgangspunkt: Sechs erstklassige Skigebiete liegen den Gästen zu Füßen! Umgeben von den schönsten Gipfeln Österreichs, Italiens und der Schweiz genießen Winterurlauber in der Dreiländerregion ein Extraplus an Schneegenuss. Das Auto kann stehen bleiben: Mit dem kostenlosen Skibus kommt man bequem und stressfrei direkt zur Talstation der Skigebiete.

Wer sich der sportlichen Herausforderung stellen, die tiefverschneiten Gipfel abseits des Trubels erklimmen und durch den Tiefschnee bergab gleiten möchte, findet im Tiroler Oberland Skitourenrouten bis auf 3000 Meter Seehöhe.

Tolle Naturrodelbahnen versprechen ein heiteres Schlittenvergnügen für die

ganze Familie. Und wenn es dunkel wird? Dann geht die Action beim Nachrodeln und auf den beleuchteten Eislaufplätzen unter dem klaren Sternenhimmel weiter.

Sanfter Wintergenuss

Schneeschuhe an den Füßen verleihen Winterwanderungen einen ganz besonderen Charme. Wöchentliche geführte Winter-Themenwanderungen über glitzernde Schneefelder, tief verschneite Winterlandschaften und durch schneedeckte Wälder bringen Gästen die Highlights des Tiroler Oberlands näher. Für Entdecker lohnt es sich, das Tiroler Oberland auf eigene Faust zu erkunden. Und was gibt es da alles zu erleben! Im Wildgehege Feichti zieht das Damm- und Muffelwild vorbei. Unterwegs gibt es immer wieder Gelegenheiten, einen Schneemann zu bauen.

Ganz romantisch wird es bei einem Mondscheinpicknick im unberührten Hochtal Pfundser Tschey, warm eingepackt und auf kuscheligen Schaffellen unter dem funkelnden Sternenhimmel. Im Herzen der Wintersportwelt eröffnet das Tiroler Oberland facettenreiche Angebote für unvergessliche Winterurlaubstage.



Mehr Infos zum Tiroler Oberland unter tiroler-oberland.com

Norden erleben

In Skandinavien herrscht an Schnee kein Mangel. Und auch nicht an Abenteuern. Vier Tipps für den Winter.



1 MUSHER AUF ZEIT

Eine sternenklare Nacht in Schwedisch-Lappland, die Schlitten gleiten durch den funkelnden Schnee. Die Huskys hecheln, und am Horizont flackern die Polarlichter – ein Traum, der für die Gäste der Huskyfarm Tvråträsk wahr wird: entweder als Passagier oder beim Lenken eines eigenen Huskygespanns. Mehrtägige Expeditionen mit Übernachtung im traditionell samischen Lavuu (Tipi-Zelt) lassen die Besucher noch tiefer in die Wildnis Lapplands eintauchen. Eine 4-Tagereise ist ab 1050 Euro auf trails-of-lapland.de buchbar.



Lars Schneider (2)

2 ÜBERLEBENSTRAINING

Die verschneite Wildnis Schwedens erleben – das geht im achttägigen Winter-Überlebenstraining in der Region Jämtland. Unter dem Motto »Back to Basics« vermitteln erfahrene Trainer Kenntnisse, die nötig sind, um in der freien Wildbahn zu überleben. Nach der Theorie im gemütlichen Fjällspirit-Basencamp geht es an die Praxis im Bushcraft-Camp. Neben dem Feuermachen, der Essensbeschaffung und verschiedenen Sicherheitstechniken erlernen die Teilnehmenden auch den Iglubau und erproben den selbstgebauten Unterschlupf in drei Nächten. Preis: 1500 Euro, heyhusky.com oder fjallspirit.com



Jana Margarete Schuler



3 SKITOUREN ÜBER DEM POLARKREIS

Östlich von Tromsø erstrecken sich umgeben von Fjorden die Lyngenalpen, ein außergewöhnliches Ziel für Wintersportler. Das 90 Kilometer lange Gebirge in Nordnorwegen erreicht eine Höhe von 1800 Metern, 60 Gipfel bieten sich für Ski- oder Schneeschuhtouren an. Als Basislager eignet sich die luxuriöse Lyngen Lodge direkt am Lyngenfjord mit haus-eigenem Boot oder Schneemobil zum Erreichen der Touren. Nordlichter zeigen sich regelmäßig, nach der Tour geht es in die Sauna oder den Outdoor-Whirlpool. Die exzellente Küche der Lodge und das gediegene Ambiente runden das Erlebnis ab. Drei Nächte kosten circa 2500 Euro.



4

4 AUF LANGEN KUFEN

Im Winter entsteht auf dem Saimaasee im Südosten Finnlands die längste natürliche Eisbahn Europas: 40 Kilometer. Dann werden die Schlittschuhe mit den 50 Zentimeter langen Kufen geschnürt, und man saust durch die weißen Weiten des Nationalparks Linnansaari. Nach dem Start im Dorf Oravi lockt das Café auf der Hauptinsel Linnansaari zu einem Stoppt bei Pfannkuchen und Tee – alternativ wärmt man sich am Lagerfeuer. Am Abend bietet das Hotel Järvisydän im Herzen des Sees Wellness. 200 Euro/Nacht. jarvisydan.com



Visitfinland/Harri Papinjärvi



PRIMETIME!

**Elan bringt die neue Primetime-Skikollektion an den Start und
hebt damit den Spaß am Carven auf ein neues Level.**

In den vergangenen zwei Wintern haben wir fast schon wieder vergessen, wie viel Spaß es macht, präparierte Hänge hinunterzurauschen. Das lag vor allem an den vielerorts geschlossenen Skigebieten. Carving-Pionier Elan lockt nun mit einer neu entwickelten Modellreihe Fans rasanter Abfahrten zurück auf die Piste. Dabei hat der leidenschaftliche Skihersteller aus den slowenischen Alpen nicht nur Wiedereinsteiger, sondern auch Pistenneulinge im Fokus. Schließlich garantiert das Carven mit seiner perfekten Mixtur aus Geschwindigkeit, Adrenalin und dem Spiel mit der Schwerkraft ein einzigartiges Vergnügen auf jedem Leistungslevel.

Voraussetzung dafür: das richtige Paar Ski. Eines, mit dem man geradezu verschmilzt und so jede Situation souverän meistert. Mit der neu entwickelten Primetime-Serie von Elan kein Problem, hebt sie doch den Carving-Spaß auf ein völlig neues Niveau. Das Geheimnis dahinter ist die revolutionäre Amphibio-Konstruktion. Sie vereint zwei Profile in einem Ski: einen klassischen Camber an der Innenkante und einen Rocker an der Außenkante. So begeistern die Newcomer mit einer optimalen Kraftübertragung vom Fahrer auf den Schnee und sorgen für ein bis dahin unerreicht präzises Handling. Und das unabhängig vom Fahrkönnen, umfasst die Kollektion doch je vier Damen- und Herrenmodelle. Sie vereint nicht nur modernste Carving-Technologie mit einem frischen, jugendlichen Design, sondern hält dank PowerMatch-Technologie für jeden Anspruch und für jedes Leistungslevel das jeweils optimale Modell bereit.

Für Geschwindigkeitsfanatiker bietet sich der präzise und reaktionsschnelle Primetime 55 (Damenmodell: Nº5) an, für Kurvenliebhaber, die eine perfekte Balance zwischen hoher Leistung und sicherem Halt suchen, der Primetime 55+ (Damenmodell: Nº5+) und für Early Birds der spielfreudige, lässige Primetime 44 (Damenmodell: Nº4). Wer aber ein völlig unkompliziert zu fahrendes Paar sucht, mit dem man den ganzen langen Tag viel Spaß hat, liegt beim fehlerverzeihenden wie robusten Primetime 33 (Damen: Nº3) richtig. Doch ganz egal, ob der Schnellste, der Coolste oder die Eleganteste – die Primetime-Modellrange verspricht jedem und jeder maximales Vergnügen – und Lust, selbst gegen Ende eines langen Tages noch eine Abfahrt dranzuhängen.

Mehr Informationen unter https://elanskis.com/de_de/primetime



**Primetime 55 (Herren) und
Nº5 (Damen) wenden sich
an Könner. Erhältlich in fünf
Längen von 144 bis 174 cm,
Taillierung: 121/69/102 cm.**

elan™
Always Good Times