12
24
outdoor

outdoor

WANDERN. REISEN. ABENTEUER.

IM TEST:

NIE WIEDER FRIEREN!

28 Wärmejacken im großen Härtetest

Alpenrekord

DER HÖCHSTE WANDERGIPFEL

So kommst du aufs Barrhorn (3610 m)

Abenteuer Patagonien

Trekking-Erlebnis vor den Granitgiganten

WO TUT'S DENN WEH?

Was unterwegs schnell gegen Schmerzen hilft

LICHT INS DUNKEL

STIRNLAMPEN

Wie gut sind die neuen Modelle?

DIE SCHÖNSTEN WANDERWEGE DER WELT

TRAUMTRAILS VON ISLAND BIS KANADA

D 7,50 € · Ö 8,30 € · CH 12,00 SFR · BENELUX 8,70 € · I 10,20 €

4 198510 407504 12

LA SPORTIVA®

A NEW VERTICAL PUSH.

#citizensofthemountain

trango pro | vibram | GUARANTEED TO KEEP YOU DRY GORE-TEX PRODUCTS

Die Ikone des Alpinismus kehrt zurück. Und entwickelt sich weiter.
Der Trango Pro GTX wurde mit Blick auf moderne Routen komplett neu konzipiert.
Eine schlanke Passform für Präzision beim Klettern und 3D Flex System Evo™ für maximale Beweglichkeit auf exponierten Traversen. Das abriebfeste Obermaterial und die Vortex-Gamasche schützen vor Schnee und Geröll in gemischtem Gelände.
Die neue Cube Evo-Sohle sorgt für maximale Traktion und Leichtigkeit bei allen Bedingungen.
Ein neues Erlebnis in der Vertikalen.
Erfahrt mehr über den Trango Pro GTX auf **lasportiva.com**

Patrik Gasperini, Mountain guide



KURZ NOTIERT

Was uns in diesem Monat bewegt

Im Herbst kann das Wetter sein, wie es will. Der Wald ist jetzt einfach grandios.

Roger Borgelid



Liebe Leserin, lieber Leser!

Wer zurück zur Natur will, hat es nicht weit. Das habe ich neulich erst wieder gemerkt. Ein bisschen Pilze sammeln, ein bisschen offenes Feuer, ein bisschen Regen und ein bisschen Nebel – das war alles, was es brauchte, um aus einem ganz normalen Samstag einen besonderen zu machen. Ich bin dafür zum nächsten Trekkingcamp gefahren, aber die nächste Grillhütte hätte es sicher auch getan. Wenn ihr noch ein paar weitere Anregungen für Touren bei Schmuddelwetter sucht, werdet ihr ab Seite 78 fündig. Und wenn ihr noch passendes Equipment dafür braucht: Diesen Monat hat unsere Ausrüstungsredaktion die neuesten Stirnlampen und Wärmejacken getestet. Wem das alles nicht helfen sollte, kann sich ein paar warme Gedanken machen und mit uns ins Schwelgen geraten. Wir haben eine Auswahl der schönsten Trekkingziele des Planeten für euch zusammengestellt, denn schließlich sind Herbst und Winter auch die Zeit, in der man Pläne fürs nächste Jahr schmiedet – oder auch einfach nur vor sich hin träumt. Viel Spaß dabei!



Alex Krapp Chefredakteur

AUS DER REDAKTION



Iris Kürschner

Den höchsten Gipfel, auf den man in den Alpen als Wanderer gehen kann, hat Iris Kürschner für euch bestiegen. Ab Seite 32.



Dmitrij Leltschuk

Das Leben als Nomade kann hart sein. Vor allem in der Mongolei. Davon singt Mike Brandenburg ab Seite 68 ein Lied …

Titelfoto: Frits Meyst Ort: Torres del Paine, Patagonien (CHL)

Der Weg zur *outdoor*-Community:

FACEBOOK facebook.com/outdoormagazin

INSTAGRAM instagram.com/outdoor_magazin

TIKTOK tiktok.com/@outdoor_magazin

INHALT 12|2024

Die Themen dieser Ausgabe



52| Wildes Deutschland

Zwei Mann wollen auf der Schmutter nach Donauwörth. Doch der Fluss hält dagegen.



32| Der höchste Wandergipfel

Höher als auf das Barrhorn kommen Wanderer in den Alpen nicht. Das ist der Weg.

40| Nie wieder frieren

Wir haben getestet, welche Wärmejacken euch wirklich die Kälte vom Leib halten.





06| Die schönsten Wanderwege der Welt

Einmal im Leben: traumhafte Touren von Island bis Kanada.



18| Abenteuer Patagonien

Wandern im Reich der Berglegenden: die besten Touren zu Cerro Torre, Fitz Roy & Co.



84| Wo tut’s denn weh?

Was auf Tour gegen Schmerzen hilft. Und wie ihr sie von vorneherein vermeidet.



68| Kalt erwischt

Die Härten des Nomadenlebens lernte unser Autor in der Mongolei kennen: im Altai.

TOUREN & ABENTEUER

06 Die schönsten Wanderwege
Ob als Einsteiger oder Crack: Diese Touren sollte man gemacht haben.

18 Abenteuer Patagonien
Um das Dorf El Chaltén liegt ein Weltklasse-Wandergebiet. Unsere Tipps.

32 Der höchste Wandergipfel
3610 Meter ragt das Barrhorn auf. Eine grandiose Dreitagestour führt hinauf.

38 Siegerbilder
Welche von euren Fotos bei unserem Wettbewerb gewonnen haben.

52 Wildes Deutschland
Auf der Schmutter zur Donau paddeln – klingt leicht, ist es aber nicht.

68 Kalt erwischt
Mit einer kleinen Karawane durch das Altaigebirge in der Mongolei.

78 Trotzdem raus!
Ein paar ziemlich gute Vorschläge für Schlechtwettertage in Deutschland.

TEST & EQUIPMENT

40 Nie wieder frieren
Die aktuellen Wärmejacken im großen *outdoor*-Praxis- und Labortest.

60 Partner für den Winter
Mützen für alle, die ausnahmsweise keinen kühlen Kopf bewahren wollen.

62 Tested on Tour
Von Wanderstiefel bis Unterwäsche: Outdoor-Produkte im Langzeit-Check.

66 Kraftpakete
Power Stations machen das Campen leichter. Darauf kommt es bei ihnen an.

90 Volle Strahlkraft voraus
Wie gut sind die neuen Stirnlampen? Unser Test bringt es ans Licht.

OUTDOOR-COACH

64 Könige der Nacht
Wie Waldkäuze sich perfekt an die Jagd im Dunkeln angepasst haben.

84 Wo tut’s denn weh?
Was ihr tun könnt, wenn euch auf Tour Rücken, Füße oder Knie plagen.

SZENE-NEWS

26 Den Mönchen auf der Spur
Wenn er fertig ist, wird der Zisterzienserweg durch sechs Länder führen.

27 Bye-bye Afrika
Warum viele Vögel nicht mehr so weit in den Süden ziehen – oder gar nicht.

28 Ziemlich hip
Ob fürs Handy oder die Trinkflaschen: drei Hüfttaschen für Outdoorer.

Fachmarkt **67** Vorschau/Impressum **98**



TEST



62|
Tested on Tour
Outdoor-Produkte im Langzeit-Check

90|
Stirnlampen
Was können die neuen Modelle?

AUFBRUCHS-STIMMUNG

Egal ob als Neuling oder Profi: Nichts öffnet einem so die Augen für die Schönheit der Erde wie eine Trekkingtour. Diese Trails lohnen besonders.

Getty Images/Cavan Images/Ryan Richardson

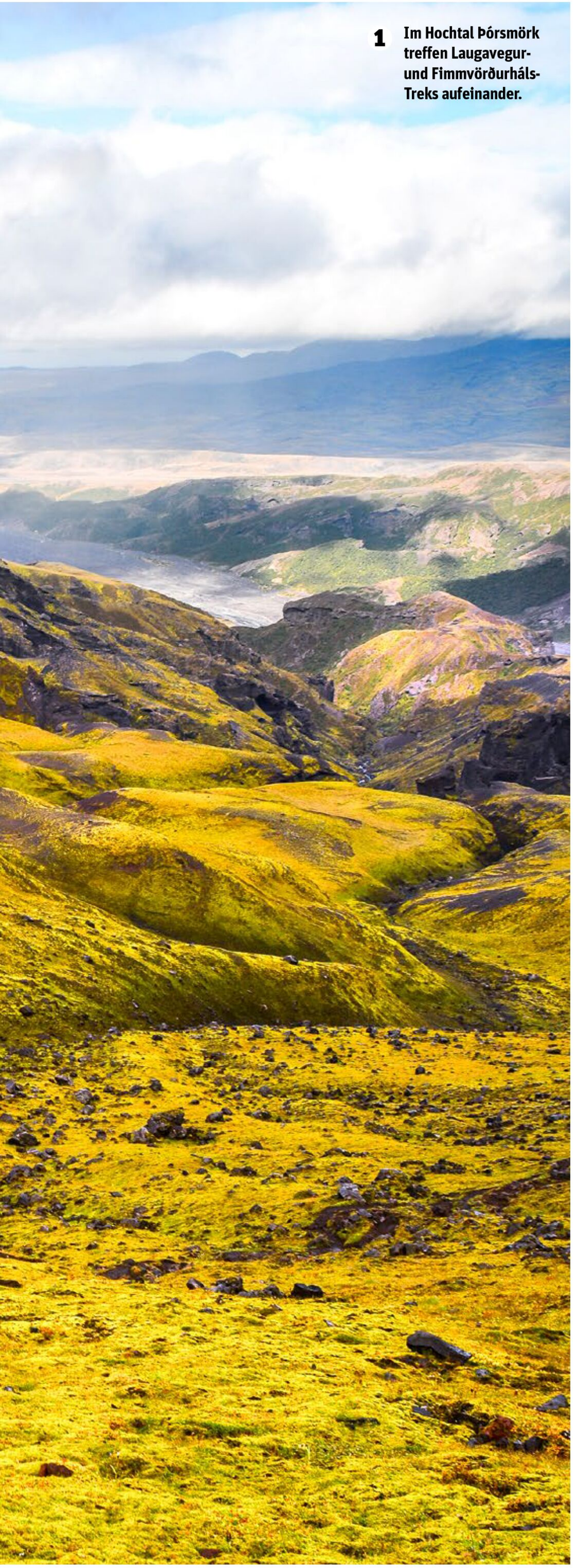


Ein kleines Zugeständnis an die Bequemlichkeit: Die Brücke über den Little Yoho River erspart einem die Suche nach einer Stelle zum Furten.

WO FANTASY WIRKLICH IST

»Unaussprechlich gut!« – wo mancher an Apothekenwerbung denken mag, kann einem auch Island in den Sinn kommen. Denn auf der Insel der Vulkane und Lava-Landschaften reiht sich ein unaussprechlicher, aber atemraubender Ort an den anderen: Mächtige Gletscher, dampfende Quellen und surreale Mondlandschaften prägen das Bild. »Iceland in a Nutshell« erleben Wandernde auf dem berühmten viertägigen Laugavegur-Trek im Süden. Als Verlängerung oder kürzere Alternative führt der Fimmvörðuháls-Trail unter anderem über die Vulkanasche des 2010 ausgebrochenen Gletschervulkans Eyjafjallajökull. Þórsmörk, eine Landschaft wie aus Herr der Ringe, verbindet die Treks. Ein übersinnliches Vergnügen.

Adobe Stock



1 Im Hochtal Þórsmörk treffen Laugavegur- und Fimmvörðurháls-Treks aufeinander.

1 FÜR EINSTEIGER: FIMMVÖRÐUHÁLS

Mit einem gemütlicherem Pensum wartet die südliche Verlängerung des Laugavegur auf: In zwei Etappen lässt sich der Weg von Þórsmörk bis Skógar (24 km, 1360 Hm) gut einteilen. Wer nur die Tour über das Fimmvörðuháls-Plateau wählt, startet aber besser an ihrem Südende in Skógar, das praktischerweise an der Ringstraße rund um die Insel liegt. Von dort steigst du zur Hütte Fimmvörðuskáli auf 1100 Meter Höhe auf, dann folgt der Abstieg bis Þórsmörk mit starkem Kontrast: aus der Gletscherlandschaft um Eyjafjallajökull ins grüne Tal. Transfer wie beim Laugavegur-Trek via Highland-Bus (re.is/highland-bus/). Trekinfo: trekkingtrails.de/fimmvoerduhals

2 DER KLASSIKER: LAUGAVEGUR

Von den gold glitzernden Bergen Landmannalaugars ins grüne Tal von Thor, Þórsmörk, leitet der Laugavegur Trek 52 Kilometer und vier Tage durch den Süden Islands. Die Tour hat in den letzten Jahren stark an Beliebtheit gewonnen – kein Wunder, denn der Weg reiht ein Highlight der wild-schönen Gegend ans nächste: schwarze Lavazungen, gefühlt bodenlose Schluchten und skurrile Gipfel. Immer wieder stehen eiskalte Flussquerungen an, so spürt man auch körperlich den herben Charme der rauen Gegend. Der Laugavegur eignet sich gut im September, wenn die Flüsse weniger Wasser führen und sich nicht mehr allzu viele Wanderer dorthin verirren. Vorteil der Beliebtheit: Man kann mittlerweile komfortabel nächtigen und statt Tütenfutter frische Küche genießen. Oder man zieht mit Zelt und Kocher los. Zum Start und Ende fährt der Highland-Bus ab Reykjavik (rund 80 € pro Strecke). Tipp: Im Vorfeld buchen! theicelandtrail.com



2 Gut lachen haben: Mit 36 °C sind die Quellen Landmannalaugars perfekt temperiert.

Enecco/Björgvin Hilmarsson



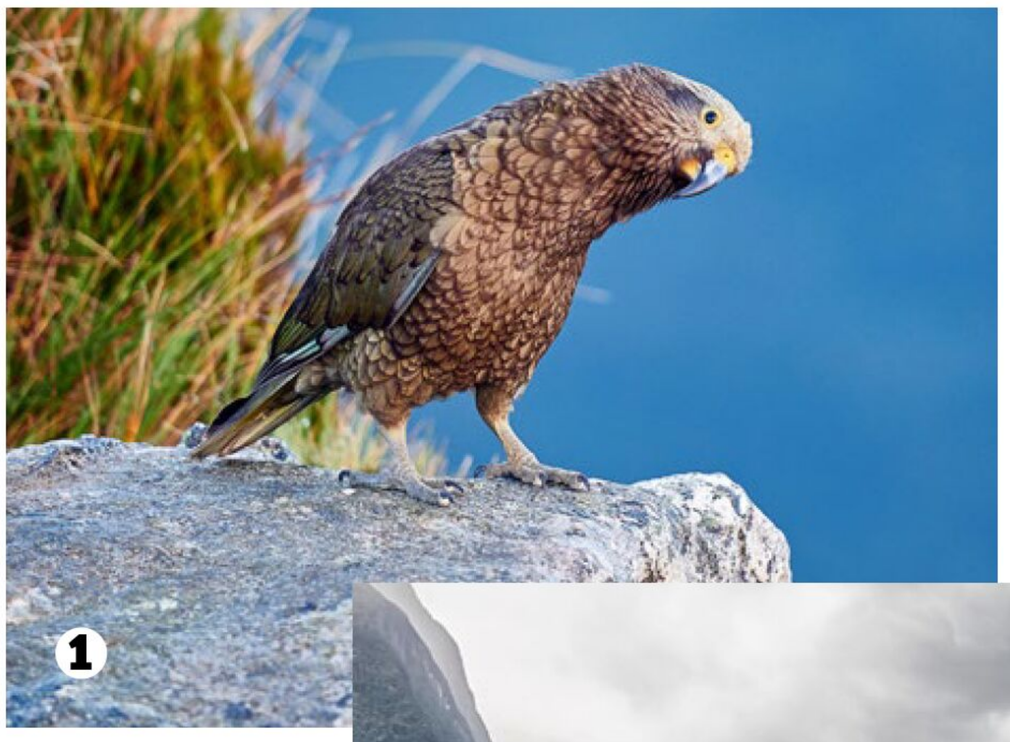
3 Aus der verwunschenen Welt der Farne führt der Dusky Track zu kargen Hochebenen.

DAS SCHÖNSTE ENDE DER WELT

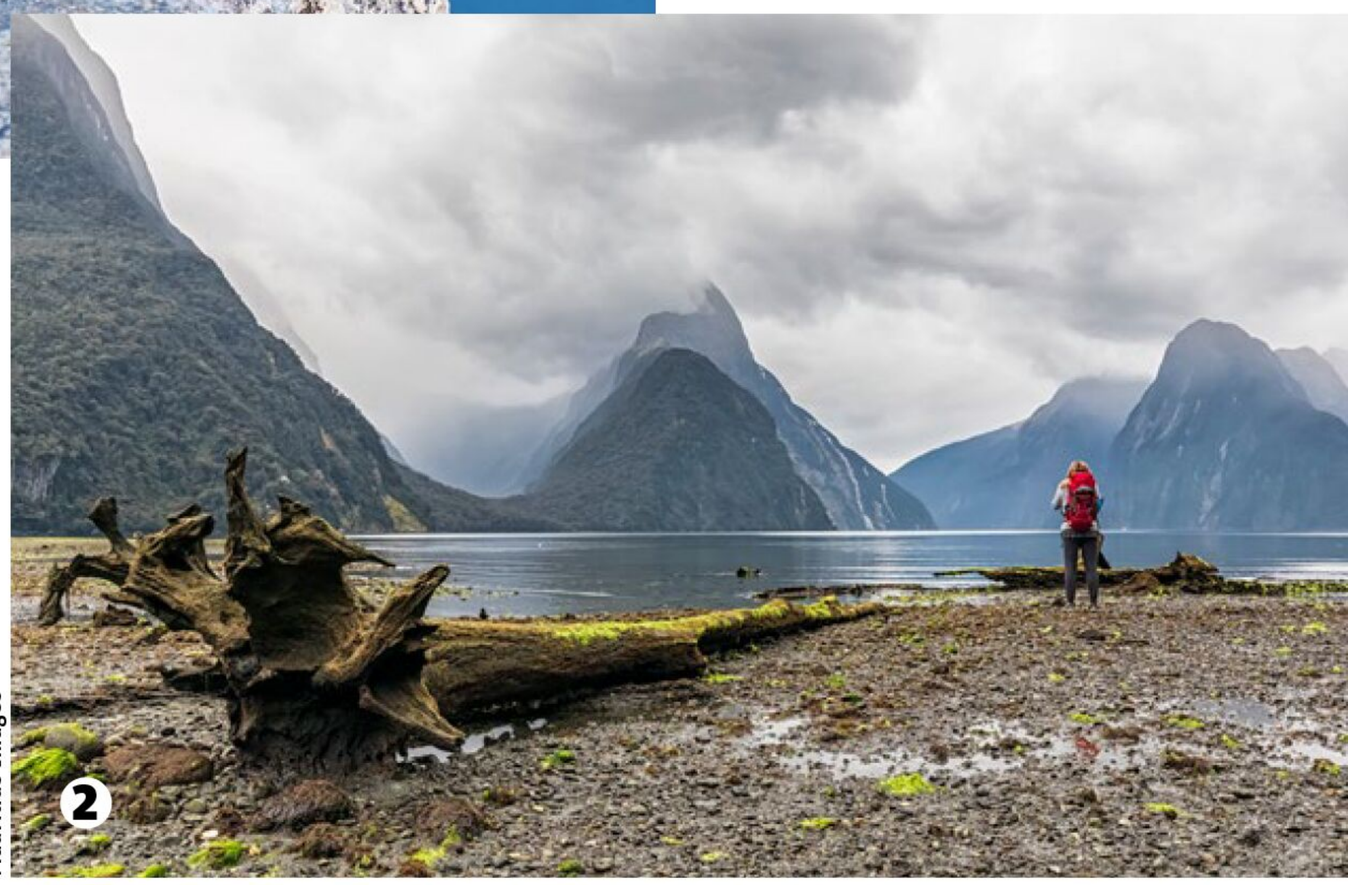
Wer eine Reise um den halben Globus unternimmt, tut das in der Regel nicht ohne triftigen Grund. Die Natur Neuseelands liefert Reiseanlässe gleich im Dutzend. Sei es die eher subtropische Nordinsel mit kilometerlangen Stränden und türkisgrünen Buchten oder die dünner besiedelte Südinsel mit ihrem am Mount Cook 3724 Meter hohen Gebirge. Ganz im Süden liegt eines der Kronjuwelen des Inselreichs: der Fiordland Nationalpark. Hier wächst in einer Landschaft, so zerklüftet wie die Küste Norwegens, ein weltweit einzigartiger Regenwald. Ein Paradies für Paddler und Trekkingfans.

Beat Wiesenhardt (2)





1



2

Mauritius Images

Vogelwilde Natur: Keas, auch Bergpapagei genannt, sieht man am Kepler Track häufig.

Unten: Stillleben am Milford Sound: Er ist bis 260 Meter tief und Heimat von Delfinen.

1 FÜR EINSTEIGER: KEPLER TRACK

Der deutsche Astronom Johannes Kepler ist Namenspate für die Gebirgskette, die sich zwischen dem Lake Te Anao und dem Lake Manapouri erstreckt. Hindurch führt ein 60 Kilometer langer Rundweg, den Wanderer von der Ortschaft Te Anao aus in drei bis vier Tagen bei fast jedem Wetter in Angriff nehmen können. Anders als die anderen neuseeländischen »Great Walks«, die alten Handelsrouten der Maori folgen, wurde er eigens für Trekkingfans angelegt, führt zu grandiosen Aussichten über die großen Randseen der Südalpen und ist ohne große Logistik machbar. Offizielle Seite: doc.govt.nz/keplertrack

2 DER KLASSIKER: MILFORD TRACK

Als »finest Track in the World« brachte es die viertägige Tour schon 1908 im London Spectator zu Ruhm. Damals gelangten Reisende nur über diese Route in den Milford Sound, dessen zentraler Gipfel, der Mitre Peak, fast schon zum Nationalsymbol geworden ist. Damals ließen sich Reisende per Boot in einen Arm des Lake Te Anao bringen und gingen dann 53 Kilometer in den Milford Sound. Das ist im Wesentlichen so geblieben, nur dass es heute von dort mit einer weiteren Fähre zur Straße geht, die durch einen Tunnel aus dem Fjord führt. Der beliebteste Track Neuseelands ist immer noch einer der schönsten, muss allerdings lange im Voraus gebucht werden. Nur 50 Wanderer pro Tag erhalten ein Permit für die Hütten, wer es lieber gediegener mag, bucht eine private Tour und übernachtet in luxuriösen Lodges (ab 1500 Euro pro Person). Offizielle Seite: doc.govt.nz/milfordtrack

3 FÜR PROFIS: DUSKY TRACK

In einen der entlegendsten (und schönsten) Teile des Fiordland Nationalparks gelangen Wandernde auf dem Dusky Track. Im Gegensatz zu den anderen hier vorgestellten Wegen handelt es sich dabei im Wesentlichen um eine markierte Route im Urwald, stellenweise schafft man nicht mehr als einen Kilometer in der Stunde, es gibt kein Handynetz. Für die 84 Kilometer sollte man 8 bis 10 Tage einplanen. newzealand.com/de/feature/dusky-track/

WIEGE DES TREKKINGS

Anno 1965 führte der britische Bergsteiger Jimmy Roberts zusammen mit dem Sherpa Ang Temba drei Amerikanerinnen in das Basecamp des Mount Everests – der erste kommerzielle Trek in Nepal. In den Siebzigern avancierten der Everest Base Camp Trek und die Annapurnarunde zu den beliebtesten Trekkingrouten der Welt. Die faszinierenden Bilder der Achttausender brachten immer mehr Touristen ins Land, neue Touren wie der Manaslu Trek kamen hinzu. Üblicherweise übernachtet man auf den Touren in Teehäusern, kann aber auch zelten. Allerdings schreibt das Land seit 2023 für Treks einen Guide vor. Info: taan.org.np/service/trekking, Permits: ntb.gov.np/things-to-do/trekking

In den Hängen funktioniert der Anbau von Gemüse und Getreide nur auf Terrassen.



Mauritius Images/Annett Schmitz

Rechts: Zelten im Annapurna Basecamp (4200 m) erfordert einen guten Schlafsack.



PatitucciPhoto

1 FÜR PROFIS: MANASLU-CIRCUIT

Wer große Kulissen liebt und 14 Tage mit kleinem Komfort auskommt, ist auf der Manaslu-Runde richtig. Etwa sieben Stunden Richtung Nordwesten dauert die Jeepfahrt von Kathmandu ins Dorf Soti Khola – dann geht es los. Auf den nächsten 180 Kilometern sind die wenigen Dörfer im Mansiri-Himal-Gebirge das einzige Stück Zivilisation. An Wasserfällen, durch Schluchten und über Hängebrücken geht es hinauf, nach 70 Kilometern sieht man ihn dann vom Dorf Lho (3180 m) aus zum ersten Mal: den gigantischen Manaslu (8163 Meter). Die Luft wird jetzt immer dünner, bis man mit dem Larkya-La-Pass (5163 m) den höchsten Wegpunkt erreicht.

2 DER KLASSIKER: ANNAPURNA-CIRCUIT

Mit dem 5406 Meter hohen Thorong-La hat sie den höheren Pass, trotzdem ist die Annapurna-Runde komfortabler als die um den Manaslu. Es liegen mehr Orte am Weg, die Teehäuser bieten manchmal sogar Einzelzimmer und in niedrigeren Lagen teils warmes Wasser, die Steigungen fallen gleichbleibender aus. Doch ohne eine gute Fitness geht es auch hier nicht: Schon in der kurzen Variante von Besisahar bis Jomson kommen 170 Kilometer und 7500 Höhenmeter zusammen. Aber die Kombination von subtropischen Tälern und eisigen Gipfeln, Rhododendronwäldern und kargen Hochtälern ist jede Anstrengung wert. Dauer: 12 bis 14 Tage.

3 FÜR EINSTEIGER: POON HILL

Die gute Nachricht für alle, die nicht gleich über 5000er-Pässe wollen: Einer der schönsten Blicke Nepals eröffnet sich schon auf 3200 Metern – für Landesverhältnisse eine bessere Hügelwanderung. Folgerichtig heißt der Aussichtspunkt auch Poon Hill und nicht Poon Mountain. Trotzdem bekommt man oben zwei Achttausender geboten: Dhaulagiri (8167 m) und Annapurna I (8091 m), außerdem den Machapuchare, wegen seines gegabelten Gipfels auch Fishtail Mountain genannt. Mehrere Treks führen auf Poon Hill, in drei bis fünf Tagen von Nayapul (2000 Hm) oder von Ghandruk (1300 Hm). Am besten stehst du für den steilen Schlussanstieg um vier auf – dann kommst du zum Sonnenaufgang an.

3 **35 Kilometer trennen Poon Hill und Dhaulagiri (8167 m), die Nummer 7 auf der Welt.**

Getty Images/ppmmm

GELOBTES LAND

Der Goldrausch, die Surfkultur, das gute Wetter: Über kaum eine Region der Erde meinen wir so viel zu wissen wie über Kalifornien. Aber wer kennt hierzulande die Sierra Nevada? In Kaliforniens mächtigstem Gebirge ragen 14 Gipfel mit mehr als 14 000 Fuß Höhe auf – 4267 Meter. Auf dem 360 Kilometer langen John-Muir-Trail, der im legendären Tal von Yosemite beginnt, bekommt man viele von ihnen zu Gesicht. Und am Ende geht es auf den höchsten von ihnen hinauf, den Mount Whitney (4421 m). Da bleiben die Surfklamotten lieber zu Hause. Es sei denn, man wandert doch lieber den 41 Kilometer langen Lost Coast Trail – auf ihm kann man Badeshorts gebrauchen.



Mauritius Images/Alamy/Benny Marty



1 Der Pazifik ist auf dem Lost Coast Trail immer nah. Gezeitentabelle studieren!

TandemStock/Rachid Dahnoun



2 Traumstart: Im Yosemite-Tal beginnt der John Muir Trail durch die Sierra Nevada.

1 FÜR EINSTEIGER: LOST COAST TRAIL

Vierhundert Kilometer nördlich von San Francisco wird die kalifornische Küste so steil und zerklüftet, dass der berühmte Highway 1 sie umgeht. Zu Fuß kann man ihre wilde Schönheit aber erleben: auf dem 41 Kilometer langen Lost Coast Trail zwischen dem Mattole River Campground und dem tiefschwarzen Black Sands Beach. Wandernde sollte die Gezeitentabelle kennen, ehe sie sich auf den Weg entlang der Klippen und Strände machen und den Wogen des Pazifiks lauschen. Gefasst sollten sie auch auf den Anblick von Seelöwen und Walen sein. Den Proviant für die zwei- bis dreitägige Strecke muss man mitbringen, übernachtet wird wild: unter freiem Himmel oder im Zelt. blm.gov/visit/lost-coast-trail

2 DER KLASSIKER: JOHN MUIR TRAIL

Trekking auf dem John Muir Trail bedeutet 360 Kilometer echtes Abenteuer ohne offizielle Zeltplätze und mit großem Gepäck. 14 000 Höhenmeter stehen an, meist wandert man zwischen 2500 und 3500 Meter Höhe. Ihr quert die Wildnis der Nationalparks Yosemite, Kings Canyon und Sequoia, schraubt euch auf einsame Pässe, taucht in eiskalte Bergseen, streift über Blumenwiesen unter mächtigen Granitgipfeln. Und ihr werdet Teil einer Community, die mindestens zweierlei gemeinsam hat: Begeisterung für die Wildnis und die bärensichere Tonne für den Proviant. Am Schluss habt ihr dann auch die Kondition, um auf den Mount Whitney zu kommen, den höchsten Berg der USA ohne Alaska. nps.gov/yose/planyourvisit/jmt.html

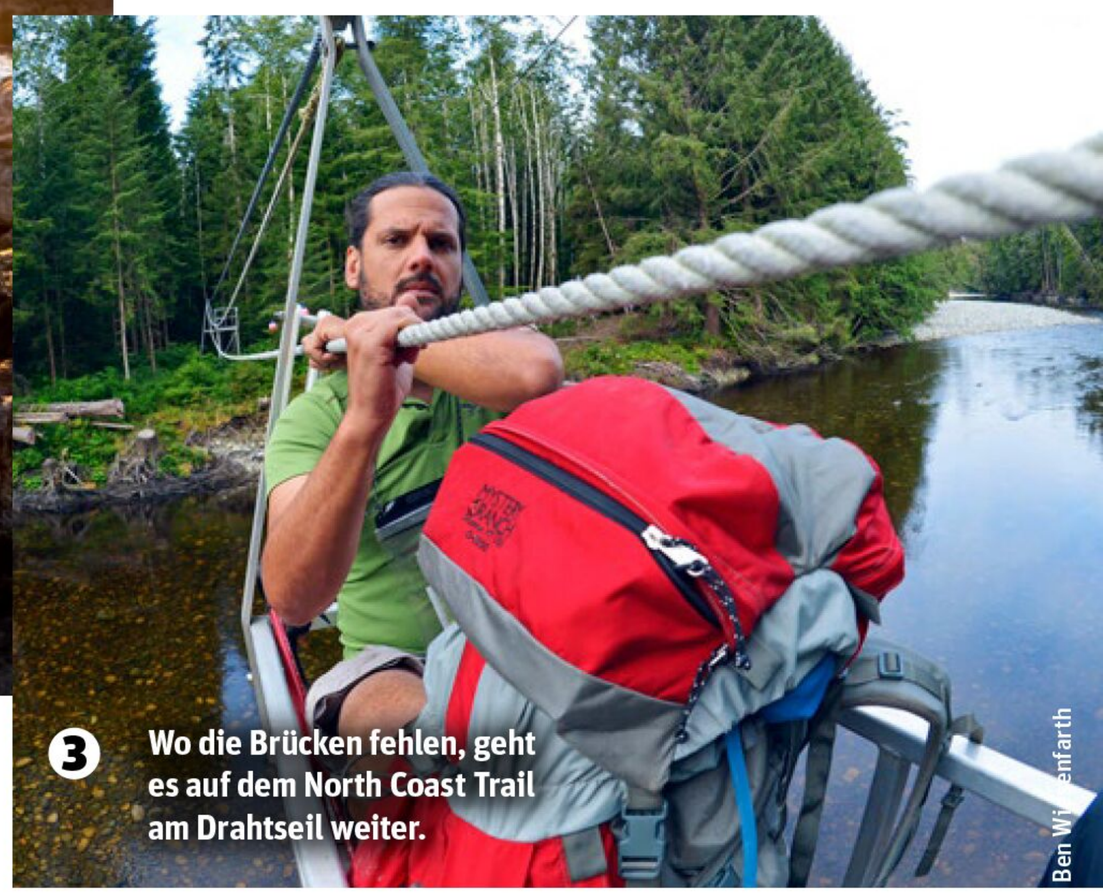
GROSSES VORBILD

Wie in Kanada! Das hört man in Deutschland oft, wenn man für Landschaften mit mächtigen Wäldern oder grandiosen Seen einen Vergleich sucht. Da liegt es nahe, einmal im Leben das Original zu bereisen. Natürlich bietet das zweitgrößte Land der Erde unendliche Möglichkeiten dazu, aber die an der Westküste gelegene, etwa 450 Kilometer lange Insel Vancouver Island zählt ganz sicher zu den schönsten. Hier erstreckt sich die wilde Pazifikküste mit Felsen und Sandstränden, an denen uralte Wälder stehen. In ihnen sagen sich Weißkopfseeadler und Schwarzbären gute Nacht, vom Ufer aus kann man Orcas und andere Wale sehen …

Ryan Creary (2)



1 Auf dem Juan de Fuca Trail wandert man unabhängig von den Gezeiten.



3 Wo die Brücken fehlen, geht es auf dem North Coast Trail am Drahtseil weiter.

Ben Wi…enfarth



2 Der Sound der Westküste? Eine Mischung aus Walde- und Meeresrauschen!

1 FÜR EINSTEIGER: JUAN DE FUCA TRAIL

Nur eine gute Stunde dauert die Fahrt mit dem Shuttlebus von der Inselhauptstadt Victoria zum China Beach an der Pazifikküste, wo der Trail startet. Vier bis fünf Tage sollten Trekkingfans für die »nur« 47 Kilometer lange Strecke nach Port Renfrew einplanen – anders als in europäischen Gefilden muss man auf dem Weg über und unter Baumhindernissen hindurch, verwurzelte Böschungen hinauf und hinabklettern. Auch konditionsstarke und erfahrene Wanderer schaffen so nicht mehr als zwei bis drei Kilometer in der Stunde – zumal sie eine Trekkingausrüstung schleppen. Bei schlechtem Wetter oder im Notfall führen Pfade zur im Hinterland gelegenen Straße. Übernachtet wird im Zelt: auf den neun am Weg gelegenen, ausgewiesenen Campingplätzen, die zwar vorher gebucht werden müssen, aber nicht limitiert sind. bcparks.ca/juan-de-fuca-park/

2 DER KLASSIKER: WEST COAST TRAIL

Wilder, länger und ausgesetzter führt der große, berühmte Bruder des Juan de Fuca Trails auf 75 Kilometern von Pachena Bay bis Port Renfrew. Sechs bis sieben Tage und länger brauchen Wanderer in der Regel, die Anzahl der Permits ist begrenzt. Es empfiehlt sich, schon im Januar zu buchen. Der Trail öffnet vom 1. Mai bis zum 30. September und hat es in sich, es geht durch tiefen Schlamm, Furten und über 100 Leitern. Warum das alles? Sitka-Fichten, einsame Strände und Walsichtungen. parks.canada.ca/pn-np/bc/pacificrim

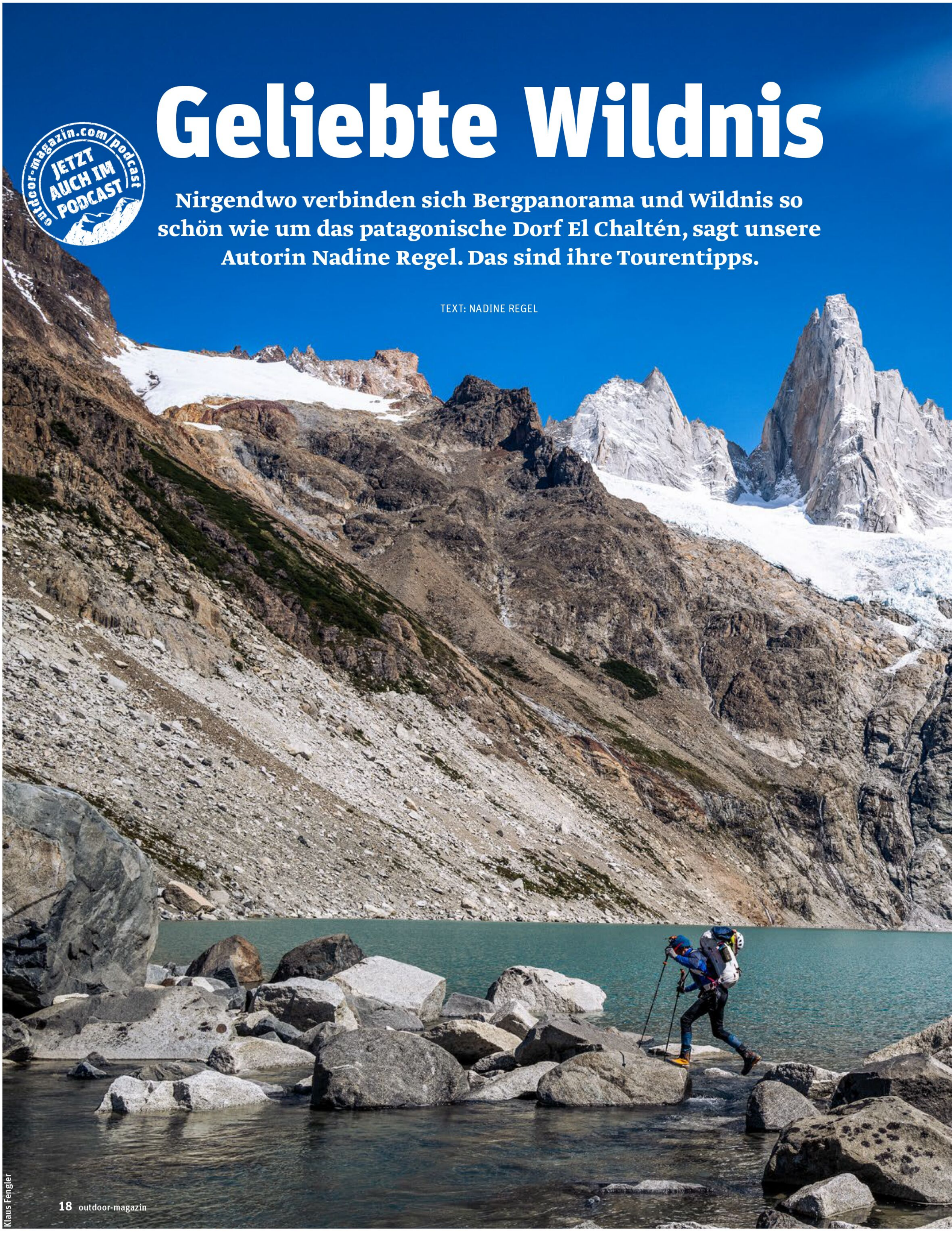
3 FÜR PROFIS: NORTH COAST TRAIL

Noch wilder und noch ausgesetzter, noch grandioser: An der Nordspitze von Vancouver Island liegt der Cape Scott Park. Wenige Reisende gelangen hierhin, zumal Trekker den Trailhead des 43 Kilometer langen North Coast Trails in Shusharty Bay nur per Wassertaxi oder Wasserflugzeug von Port Hardy aus erreichen. Zivilisation sowie Handyempfang enden hier. Dafür hat man Sandstrände, Wälder und Wildlife für sich. bcparks.ca/cape-scott-park/

Geliebte Wildnis

Nirgendwo verbinden sich Bergpanorama und Wildnis so schön wie um das patagonische Dorf El Chaltén, sagt unsere Autorin Nadine Regel. Das sind ihre Tourentipps.

TEXT: NADINE REGEL



Klaus Fengler



Bis ins Basislager des Fitz Roy (rechts im Bild) schaffen es auch Wanderer.

Der Bus schlängelt sich durch die endlose Steppenlandschaft der argentinischen Pampa. Am Straßenrand springen immer wieder Guanakos zur Seite – die wilden Verwandten der Lamas und Alpakas, die nur in Patagonien leben. Mein Herz schlägt schneller, je näher wir dem kleinen Bergsteigerort El Chaltén weit unten im Süden des Landes kommen – ein Wiedersehen nach acht Jahren. Damals bin ich zu Fuß aus Chile herübergekommen, auf einem zweitägigen Trek entlang des Lago del Desierto. Dieses Mal komme ich mit einer Wandergruppe, die Fahrt vom Flughafen in El Calafate dauert ungefähr drei Stunden Richtung Norden. Der erste Blick auf das legendäre Panorama aus Cerro Torre, Cerro Standhardt und Cerro Egger sowie das Fitz-Roy-Massiv löst sofort wieder Ehrfurcht aus. Sie erheben sich im Nordwesten von El Chaltén, windumtost stehen sie da, die hellbraunen Türme, senkrecht steigen sie aus einer Gletscherwelt empor, eingehüllt von dunkelgrauen Wolken an einem blauen Himmel.

Gipfel sammeln mit dem Auge

An diesen Granitnadeln haben sich schon viele Bergsteiger die Zähne ausgebissen, das stürmische, launische, oft eisige Wetter hat unzählige Begehungen auf die berühmten Gipfel vereitelt. Doch wir wollen nicht klettern, sondern wandern und scheinen diesen November Glück zu haben. »Trocken« lautet die Vorhersage, perfekt fürs Gipfelsammeln mit dem Auge – vier Tage habe ich Zeit, mein liebstes Panorama aus verschiedenen Perspektiven zu erleben.

El Chaltén erstreckt sich am Rand des Nationalparks Los Glaciares auf etwa anderthalb Kilometern im Tal des Río de las Vueltas. Es gibt jetzt mehr Hostels, Restaurants und Bars als früher, aber die Straßen, stelle ich fest, sind immer noch staubig, die Gesichter der Trekker und Kletterer von Sonne und Wind gegerbt, gut genährte Straßenhunde schlendern auf den Gehwegen. Mit seinen knapp 40 Jahren zählt das Dorf zu den jüngsten Argentiniens, weniger als 2000 Menschen leben hier auf einer Höhe von 410 Metern. Durch die Gründung des Ortes untermauerten die Argentinier ihren Vormachtanspruch in der Region. Die chilenische Grenze verläuft in der Nähe, oft über die Gipfel zwischen den beiden Nachbarländern.

Gleich am nächsten Morgen brechen wir in Richtung Fitz Roy auf, mit 3406 Metern die größte Zacke in dem nach ihm benannten Massiv.



Im Café Banneton gibt's feine Muffins und gute Veggie-Empanadas.



Klassiker: Der Weg zum Fuß des legendären Cerro Torre dauert mehrere Stunden.

Kiff Alcocer (2)



LAMA, ALPAKA, GUANAKO

Wodurch die drei Tiere sich unterscheiden

Springt einem in der Weite der patagonischen Pampa ein wolliger, 90 bis 120 Zentimeter hoher Vierbeiner mit langem Hals über den Weg, handelt es sich um ein Guanako. Die bis zu 180 Zentimeter großen Lamas dagegen und die bis 90 Zentimeter großen Alpakas trifft man nicht in freier Wildbahn an – es sind domestizierte Varianten des Guanakos. Mit guten Genen: Guanakos rennen bis zu 50 Kilometer schnell und erweisen sich als fähige Schwimmer: Es wurde beobachtet, dass sie Flüsse und Seen problemlos überqueren. Die genügsamen Tiere decken fast ihren gesamten Bedarf an Flüssigkeit aus Gräsern, Sträuchern und Flechten, ihre roten Blutkörperchen binden genug Sauerstoff für Höhen bis zu 4000 Meter. Bemerkt ein Guanako einen Puma, warnt es mit lauten, schrillen Rufen die Herde. Sie flieht dann gemeinsam, was es dem Puma erschwert, ein einzelnes Tier zu isolieren. Und ja, sie spucken alle drei: Guanako, Lama und Alpaka.



Patagonien zählt zu den stürmischsten Enden der Erde – man sieht es im Wald.

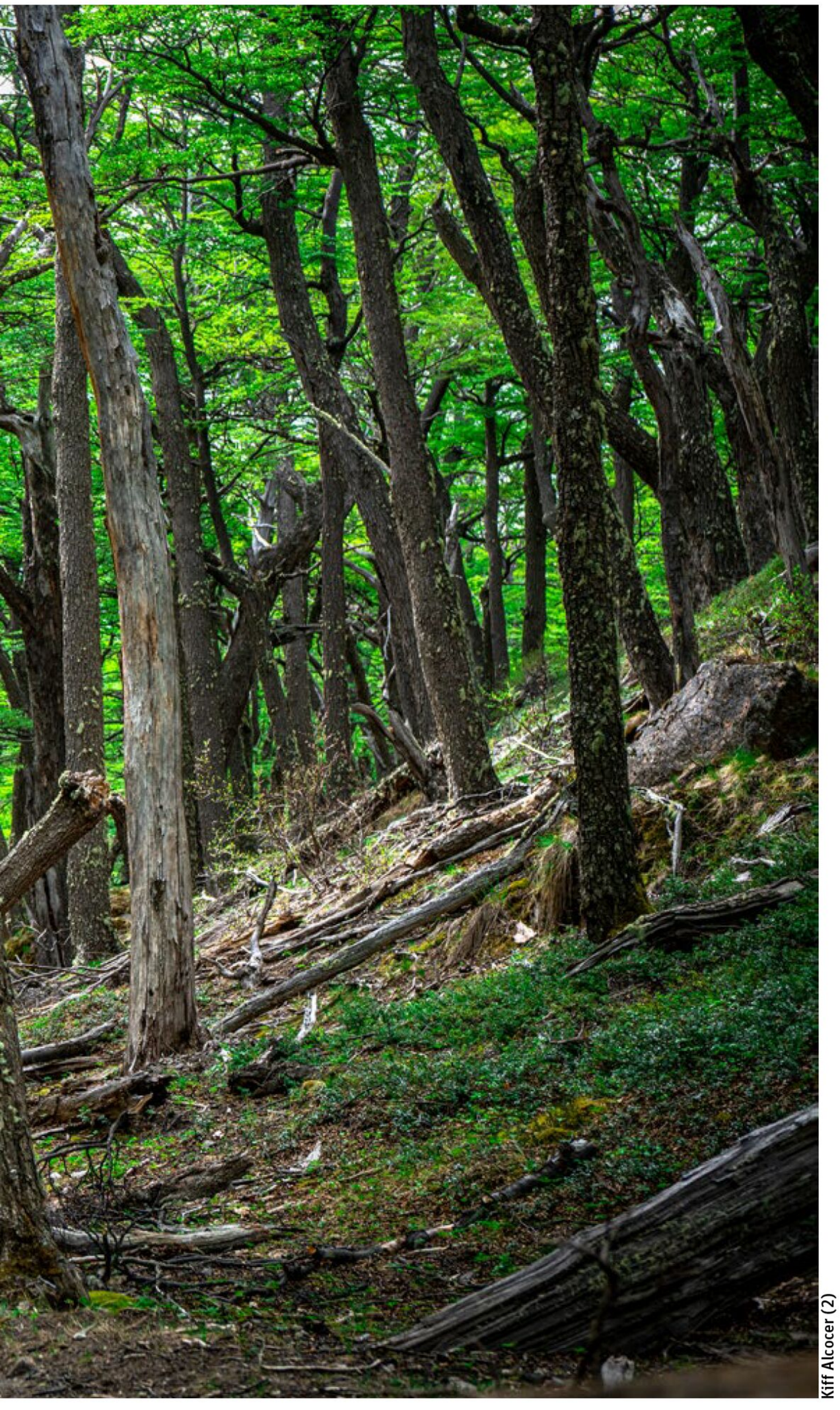
Zwölfhundert Meter misst seine Südwand. Der Sendero al Fitz Roy führt als neunstündige Wanderrunde zum Basislager des Gipfels, der Laguna de los Tres auf 1180 Meter Höhe. Von der Brücke über den schmalen Río de la Cascada wandern wir bald durch urzeitlich anmutenden Wald. »Lengas«, sagt Pedro, einer unserer Wanderführer, und deutet auf die niedrigen, knorrigen Südbuchen. Der Wind hat ihre Äste stark gebogen, die Früchte wachsen direkt an der Rinde.

Eine Trekking-Empfehlung aus berufenem Munde

Immer wieder helfen uns Holzbretter über sumpfige Abschnitte hinweg. Wir erreichen einen Campingplatz, auf dem ein paar Zelte stehen. »Führt hier der Huemul-Trek lang?«, fragt einer aus der Gruppe. »Nein«, sagt Pedro. »Der verläuft ein Stück weiter im Süden.« Der Huemul, benannt nach dem hier beheimateten Südandenhirsch, gilt als eine der schönsten Mehrtagestouren der Region. Man ist dort komplett auf sich gestellt – keine Hütten, kein Luxus. Eben genau das, was Trekking in Patagonien für mich so einzigartig macht.

Der letzte Anstieg ist steil und felsig. Über ein Schneefeld erreichen wir schließlich den Aussichtspunkt auf die Laguna de los Tres, einen ovalen, eisblauen Schmelzwassersee. Vor uns erheben sich gigantische Granitnadeln, neben dem Fitz Roy auch der Aguja Guillaumet, Aguja Poincenot und Aguja Saint-Exúpery, eingerahmt von Eis und Fels. Die Gipfel zeichnen sich aber nur schemenhaft durch die Wolken ab. Für mich kaum vorstellbar, überhaupt eine dieser steilen Türme zu erklimmen. Den amerikanischen Kletterern Alex Honnold und Tommy Caldwell gelang 2014 sogar die komplette Traverse des fünf Kilometer langen Fitz-Roy-Massivs. Ich halte schon hier unten den Wind nicht lange aus, wir machen uns auf den Rückweg.

Unten in den Lengas hören wir ein Klopfen. »Ein Magellanspecht«, sagt Pedro und zeigt in den Baum, wo sich ein schwarzer Vogel mit rotem Kopf an der Rinde zu schaffen macht. Es leben viele Tiere in dieser unwirtlichen Gegend, auch Pumas. »Ich habe schon oft welche gesehen«, erzählt Pedro. »Aber sie sind scheu und halten Abstand.« Auch Kondore kreisen ab und zu über den Bergflanken.



Kiff Alcocer (2)

Als wir in einem Waldstück pausieren, passieren uns drei schwer bepackte Einheimische. »Wir bringen Material zu unserer Schutzhütte«, sagt einer von ihnen. Sie gehören zur freiwilligen Bergrettung. Einen Helikopter gibt es nicht, die Rettung findet zu Fuß statt.

Zum Sonnenaufgang auf den El Paredón

Für den nächsten Tag verabrede ich mich mit dem Fotografen Christopher, einem Amerikaner mit argentinischen Wurzeln, der in El Chaltén seine große Liebe und seine neue Heimat gefunden hat. »Ich habe hier alles, was ich brauche«, sagt er. Sein Leben konzentriere sich hier auf die Essenz: Klettern und Freundschaften. Gemeinsam wollen wir morgen zum Sonnenaufgang auf den 642 Meter hohen El Paredón steigen, einen perfekten Aussichtspunkt östlich von El Chaltén – und mein Lieblingspanorama: links die Granitfelsen rund um den legendären Cerro Torre, daneben das Fitz-Roy-Massiv. Um fünf Uhr treffen wir uns vor dem Hotel. Im Licht unserer Stirnlampen kämpfen wir uns einen steilen Pfad nach oben, teils erodiert und von umgestürz-

TOP-TOUREN UM EL CHALTÉN



Maplibre/© komoot/Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

1 SENDERO AL FITZ ROY

21 km, 9 h, 880 Hm↗, schwer

Der Klassiker unter den Wanderungen in El Chaltén mit spektakulärem Ziel: die Laguna de los Tres direkt unterhalb des Fitz Roy. Der Weg ist gut ausgeschildert, aber der letzte Anstieg zur Lagune führt steil über die Moräne. Traumhafte Aussichten auf den Fitz Roy und seine Nachbarn lohnen die Mühe. Start und Ende in El Chaltén, ideal als Tagestour oder mit Zelt. Unterwegs zwei Zeltplätze zum Übernachten.

2 HUEMUL-TREK

64 km, 4 Tage, 2800 Hm↗, schwer

Anspruchsvolle Rundtour ab El Chaltén um das Huemul-Massiv. Höhepunkt sind die Ausblicke auf das Patagonische Inlandeis und den Viedma-Gletscher. Der Fluss wird per Seilrutsche überquert. Permit und Ausrüstungscheck im Ranger-Büro am Ortseingang. Nur für erfahrene, schwindelfreie, trittsichere Trekker.

3 LOMA DEL PLIEGUE TUMBADO

19 km, 8 h, 1100 Hm↗, schwer

Eine der weniger überlaufenen Wanderungen mit tollen Panoramablicken auf Fitz Roy, Cerro Torre und das Tal des Río de las Vueltas. Die letzte Strecke führt steiler über Geröll. Start in El Chaltén, Rück-wie Hinweg.

4 LAGUNA TORRE

17 km, 6 h, 340 Hm↗, mittel

Ein verhältnismäßig leichter Talwanderweg ab El Chaltén zur eisblau schimmernden Laguna Torre. Von dort aus eröffnet sich der Blick auf den Cerro Torre und den Glaciar Torre. Letzter Abschnitt steil ansteigend über die Moräne zum See. Der Abstecher zum Maestri Viewpoint (plus 300 Höhenmeter) ist anspruchsvoll, bietet aber neue Perspektiven. Rück- wie Hinweg.

5 EL PAREDÓN

8 km, 2,5 h, 400 Hm↗, mittel

Der kurze, steile Aufstieg zum Paredón ist ideal, um den Sonnenaufgang über El Chaltén zu erleben. Los geht es im Dunkeln über einen teils erodierten Pfad (Stirnlampe und Stöcke mitnehmen). Oben auf dem Plateau hat man Blick aufs Fitz-Roy-Massiv, El Chaltén und die umliegenden Täler im Morgenlicht. Start/Ziel in El Chaltén, als Rundweg machbar, flacherer Abstieg Richtung Südosten zum Ortseingang.

outdoor-magazin.com/elchalten
Am liebsten gleich los? Die GPS-Daten zu den Touren findet ihr unter dem Link oben oder über den QR-Code.



Eine Tasse Mate-Tee hilft im eisigen Ambiente der Laguna Torre gegen Kälte.

Kiff Alcocer

ten Baumstämmen blockiert. »Hier links«, sagt Christopher und leitet mich an einer rutschigen Passage vorbei. Oben erreichen wir ein Plateau, bewachsen mit Buschwerk und gespickt mit Mata Guanacos – roten Büschen, die so heißen, weil sie für Guanakos giftig sind. Im Osten zieht der Río de las Vueltas in großen Kurven durch die Pampa. Schon jetzt leuchet das Flachland hellorange im Morgenlicht. Was ich gen Westen sehe, verschlägt mir den Atem: Nicht nur haben wir einen wolkenfreien Blick auf Cerro Torre und Fitz Roy, sondern die Berge erstrahlen in einem warmen Rot, das Alpenglühen auf patagonische Art. Ganz am Horizont erheben sich die Felsriesen, umgeben von niedrigeren, schneebedeckten Bergflanken. Davor erstreckt sich hügeliges, grünes Gelände, das sich an einigen Stellen felsig erhebt und an Tafelberge erinnert. Darunter breitet sich El Chaltén entlang des Flusses aus. Mein Lächeln friert mir in dem eisigen Wind ein.

Die Kontroverse um den Cerro Torre

Nach einem Frühstück im Hotel geht es gleich wieder los, um noch mehr Eindrücke zu sammeln. Christopher und ich wandern auf dem Senda a Laguna Torre, wieder durch einen dichten Lenga-Wald. Schon bald erhaschen wir einen ersten Blick auf den 3128 Meter hohen Cerro Torre, der höchste in der Gruppe aus drei Felsnadeln. Gut sichtbar der Eispilz auf seinem Gipfel. Nach einem letzten Anstieg eröffnet sich vor uns ein gewaltiger Felskessel, umgeben von Moränen und gefüllt mit einem eisblau schimmernden Gletschersee, in dem Eisbrocken schwimmen. Dahinter ragen die Felsnadeln auf, die sich jedoch nicht mehr ganz aus ihrem Wolkenkleid schälen wollen.

Mittlerweile haben wir uns wieder mit der Gruppe zusammengefunden. Wie sitzen auf ein paar Felsbrocken, Pedro gießt einen Mate-Tee auf und erzählt uns die wohl bekannteste Geschichte über den Cerro Torre: 1959 behauptete der italienische Bergsteiger Cesare Maestri, er habe gemeinsam mit Toni Egger den Gipfel erreicht. Doch beim Abstieg, so Maestri, sei der Österreicher von einer Lawine in den Tod gerissen worden. Egger hatte angeblich die Kamera mit den Beweisfotos des Gipfelerfolgs bei sich, aber diese Kamera wurde nie gefunden. Die Bergsteigerwelt zweifelte an Maestris Geschichte.

1969 kam Maestri zurück, dieses Mal mit einem Team und einer mit Kompressor betriebenen Bohrmaschine. An der Südostwand setzte er Hunderte von Haken in den Fels, mit deren Hilfe er bis knapp unter den Eispilz gelangte, der für ihn aber nicht mehr zum Gipfel gehört. Der Kompressor blieb etwa 100 Meter unter der Spitze zurück und wurde zum Symbol der Kontroverse um diese Besteigung: Maestri hatte den Berg nicht aus eigener Kraft im Alpinstil bestiegen.

Nachdem Kletterer einen Großteil der Hilfsmittel aus der Route entfernt hatten, hat die Südostwand des Cerro Tore einige freie Besteigungen gesehen. Erst kürzlich, Februar 2024, erreichten die Französinnen Lise Billon, Maud Vanpoulle und Fanny Schmutz als erste reine Frauenseilschaft ihn auf der Route, die 2012 von den Österreichern David Lama und Peter Ortner eröffnet worden ist. Für mich und die meisten anderen bleibt es bei bewundernden Blicken auf diese Felslandschaft. Schon für sie allein lohnt die weite Anreise: für diesen Hauch von Abenteuer und Wildnis, die man wohl auf keinem anderen Fleck der Erde so nah an der Zivilisation erleben kann.

BASICS FÜR DIE REISE NACH EL CHALTÉN

PLANEN

Anreise
Direktflug ab Frankfurt nach Buenos Aires je nach Saison zwischen 1000 und 1700 Euro, dann Anschlussflug nach El Calafate. Von dort per Bus (fünf Mal täglich, 30–40 Euro) oder Mietwagen nach El Chaltén. Die Fahrt dauert etwa drei Stunden (busbud.com).

Orientieren
Der Wanderführer Patagonien und Feuerland vom Bergverlag Rother (19,95 Euro) bietet 50 Touren inklusive GPS-Tracks, auch für El Chaltén. Kartenmaterial am besten vor Ort besorgen, zum Beispielt die »Chalten Trekking Map Fitz Roy – Southern Patagonia Ice Field«. Außerhalb von El Chaltén gibt es keinen Handyempfang, Wlan ist vor Ort eher schlecht. Sim-Karte und Guthaben vor Ankunft im Ort kaufen, zum Beispiel am Flughafen.

Informieren
Aktuelles zu Anreise, Unterkünften und Ausrüstung: elchalten.com/en. Aktuelle Infos zu Wegen, Wetter und Bedingungen gibt es im Besucherzentrum Guardaparque Ceferino Fonzo vor dem Ortseingang von El Chaltén. Informationen und Genehmigungen für Treks können dort ebenfalls eingeholt werden. Allgemeine Informationen zu Aktivitäten und Unterkünften: Touristeninfo an der Busstation.

Beste Zeit
Die Saison geht von Oktober bis April, wobei im März/April weniger los ist, das Wetter etwas stabiler.

Geld
Wegen der hohen Inflation ist Bargeld wichtig. Geldabheben lohnt sich kaum, da nur kleine Beträge ausgezahlt werden. Am besten Dollar oder Euro mitbringen und vor Ort wechseln (z. B. in der Unterkunft) oder Pesos über Western Union transferieren lassen, um den Blue Dollar Kurs zu bekommen.

Anforderungen
Tagestouren bewältigt man bei guter Fitness alleine. Erfahrene Zelttrekker können auch längere Touren wie den Huemul-Trek eigenständig meistern, müssen aber vorher ein Permit einholen. Für harte Treks wie den Circo de los Altares empfiehlt sich ein Bergführer.

Organisiert
Wer bequem reisen möchte, bucht eine Tourbei einem Anbieter in Deutschland. Ich war mit Hauser-Exkursionen unterwegs, hauser-exkursionen.de/reiseargentinien-chile-patagonien-pur



PIONIERLEISTUNG Das erste Haus in der Region El Chaltén baute 1905 der Däne Andreas Madsen. Heute führt sein Urenkel Roy durch das traumhaft gelegene Gehöft und lässt die Vergangenheit wieder auferstehen. elchalten.com

UNTERKUNFT

Hotel Lunajuim
Gemütliche Zimmer in ruhiger Lage, mit Restaurant und Bar. Ü/F im DZ ab 230 Euro. lunajuim.com/en/

El Relincho Camping
Campingplatz mit Duschen, Grillplätzen und Aufenthaltsraum. elchalten.com/elrelinchocamping/

Patagonia Hostel
Übernachtung im Schlafsaal ab 35 Euro/Person und DZ ab 80 Euro pro Nacht, Frühstück, Nutzung der Gemeinschaftsküche und des Aufenthaltsbereichs inklusive. patagoniahostel.com.ar



Es verschlägt Outdoor-Enthusiasten aus aller Welt in das Dorf El Chaltén.

Klaus Fengler

ESSEN

Mathilda Resto bar.
Eines der gemütlichsten Cafés in El Chaltén, mit veganen und vegetarischen Gerichten, Kuchen, Süßspeisen sowie einer großen Teeauswahl und Kaffee. Ein idealer Ort zum Verweilen und Genießen. Infos und Reservierungen über Instagram: mathilda_elchalten.

UMWELT

Laut CO_2-Rechner unseres Umweltpartners Wilderness International verursacht diese Reise ab Frankfurt für zwei Personen 7,66 Tonnen CO_2. Das könnt ihr mit 128 Euro kompensieren: outdoor-magazin.com/wald. Macht mit!

KOMPASS

Der Wegweiser durch die Outdoor-Welt



DER WEG DER MÖNCHE Vor fast 1000 Jahren gründete sich der Zisterzienserorden in Frankreich und breitete sich schnell über ganz Europa aus. Den Routen der umtriebigen Mönche folgt der Zisterzienserweg: Seit 2022 ist die Weitwanderung durch sechs europäische Länder im Entstehen, 5000 Kilometer soll sie am Ende umfassen. Viele Etappen sind schon gehbar und verbinden abwechslungsreiche Natur mit wunderschönen alten Klöstern. cisterscapes.eu/wandern

ddp/hemis.fr/René Mattes



GPS-UHR GARMIN FENIX 8

NEUER NAVIGATIONSKÖNIG

Mit der neuen Fenix 8 verbessert der Navigationsspezialist sein Multifunktions-Flaggschiff, das es jetzt auch mit Amoled-Display gibt, ein zweites Mal. Über ein Mikrofon kann man »die Neue« auch über Sprachbefehle steuern oder direkt zum Telefonieren nutzen. Schließlich erlaubt sie dynamisches Roundtrip-Routing, passt also die Tour bei Streckenabweichungen so an, dass die Länge gleich bleibt. Akkulaufzeit bis zu 48 Tage, Preis: ab 1100 Euro.

VORHANG AUF! Es ist wieder so weit: Seit Oktober begeistern die Filme der European Outdoor Film Tour in zahlreichen Städten ein riesiges Publikum. Ein Blinder, der Big Wall klettert, zwei Briten, die mit einem Floß aus Paletten Wildflüsse in Schweden erkunden, eine Mountainbikerin, die auf zwei Rädern ihren philippinischen Wurzeln nachgeht: Die Protagonisten der insgesamt sechs Abenteuer- und Outdoorsportfilme inspirieren uns, Träume zu leben. Tickets: eoft.eu



EOFT/Tony DiZinno



BYE-BYE AFRIKA

Dr. Stefan Bosch vom NABU über das veränderte Verhalten von Zugvögeln.

Rund die Hälfte der hiesigen Brutvogelarten fliegt eigentlich im Herbst in den Süden. Warum ändert sich das gerade?
Die Klimakrise verschiebt das Zugverhalten. Milde Winter und Nahrung auf spanischen Müllkippen lassen etwa Weißstörche vermehrt nur bis Südwesteuropa ziehen statt nach Afrika. Manche bleiben sogar das ganze Jahr hier. Auch einige Singvögel bleiben ganzjährig.

Was für neue Überwinterungsziele haben sich für heimische Zugvögel aufgetan?
Südfrankreich, Spanien, Portugal oder Marokko, aber auch Süddeutschland bei den Störchen.

Vertreter einiger Vogelarten bleiben also mitunter schon ganz in Deutschland. Welche sind das?
Neben dem Weißstorch sind das Zilpzalp, Amsel, Star und weitere.

Mehr Vögel vor Ort bedeutet tendenziell Futterknappheit. Wie unterstützt man die Tiere am besten?
Eine Futtersäule aufzuhängen hilft vielen Gartenvögeln über die nahrungsarme Zeit. Doch die Futtergewohnheiten von Vögeln unterscheiden sich sehr. Strukturreiche Gärten, eine vielfältige Landschaft und eine kleinteilige, pestizidfreie Landwirtschaft sind zentral für unsere Vögel.

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Reinhold Messner ist im Herbst 80 Jahre alt geworden: Grund für ein paar Zahlen aus dem Leben des Ausnahmebergsteigers.



115 972
Meter: die Summe der 14 Achttausender. Messner war der Erste, der sie alle ohne künstlichen Sauerstoff bestieg.

6
Bergmuseen hat der Alpinist in Südtirol gegründet, die »Messner Mountain Museums«. Jedes besitzt ein eigenes Schwerpunktthema.

30,80
Euro kostet eine 50-Milliliter-Flasche Parfüm aus der Reihe »Messner Mountain Magic«. Auch eine Kosmetiklinie gibt es.

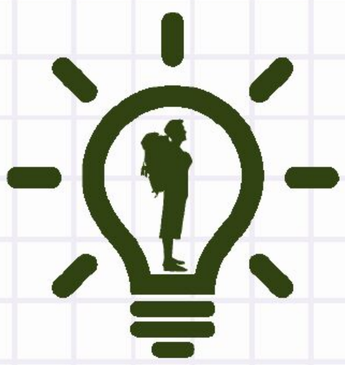
1978
erreichten er und Peter Habeler als erste Menschen ohne Flaschensauerstoff den Gipfel des Mount Everest (8848 m).

5
Jahre jung war der Bergsteiger, als er in Begleitung seines Vaters zum ersten Mal einen Dreitausender bestieg: den Sass Rigais (3025 m) in der Geislergruppe.

37
Millionen Euro etwa beträgt Messners Vermögen laut Expertenschätzungen. Den Großteil hat er seinen Kindern übertragen.

Reinhold Messner

LIFEHACK DES MONATS



SPÜLHANDSCHUH-TRICK

Warme Fingerhandschuhe haben derzeit Saison. Nicht jeder von uns besitzt aber wasserfeste Highend-Outdoorhandschuhe. Oder man findet sie gerade nicht, will aber nicht gleich neue kaufen. Eine günstige Alternative für nasses Wetter bieten dann Spülhandschuhe, die ihr einfach über eure normalen Handschuhe anzieht. Wichtig ist nur, sie mindestens eine Nummer größer zu nehmen, als man sie zum Spülen benötigt.

Getty, Shutterstock

KOMPASS

Der Wegwe
durch die
Outdoor-W



TANKTRANSPORTER
Mit einer 1,5-Liter-Trinkblase ausgestattet, lässt die Camelbak-Hüfttasche M.U.L.E. 5 unterwegs keinen Durst aufkommen. Seitenfächer und eine RV-Vortasche nehmen Kleinkram auf, Regenjacke & Co. kannst du unter die Elastikkordel auf dem Deckel klemmen (510 Gramm, 90 Euro).

HÜFTGOLD

Für kurze Ausflüge, Rad- und Laufrunden reicht eine Hüfttasche oft völlig. Diese überzeugen.

FRUGALIST
Nicht viel mehr als ein Gürtel mit angenähter Stretchtasche: Die SPI-Belt ist die Minimallösung unter den Hüfttaschen – und fürs Trailrunning wie gemacht. Den Small Personal Item Bag gibt es in vielen Versionen und Farben ab 25 Euro.





RENNGÜRTEL
180 Gramm leicht und mit luftiger Mesh-Auflage versehen, punktet der Race Belt von Evoc sowohl bei kurzen Auflügen wie beim Biken mit Komfort. Stauraum bietet er fürs Nötigste wie Geld, Schlüssel, Handy und Sonnenbrille. Ein Klettverschluss samt Schnalle sorgt für festen Sitz (60 Euro).



SONNIGE AUSSICHTEN Im Nordosten Mallorcas soll Anfang 2025 ein neuer Weitwanderweg eröffnen: der GR 226. Auf vier Etappen (105 km) verbindet er zwischen Son Macià und der Cala Mesquida Küste, Hinterland und hübsche Orte. Der Weg wird technisch einfach und nicht allzu höhenmeterreich sein. wandern-mallorca.eu

Christian Lampe

outdoor
HAUPTSACHE RAUS!
DER OUTDOOR-PODCAST

Auf dem Laufenden: Hier bekommt ihr den Überblick über die neuesten Folgen von »Hauptsache raus!«.

142: Traumziel Patagonien
141: Peter Wohlleben über neueste Erkenntnisse zum Leben von Bäumen
140: Outdoor-Jacken: State of the Art und was man wirklich braucht
139: 120 Ironmans in 120 Tagen: Extremsportler Jonas Deichmann
outdoor-magazin.com/podcast

OWN YOUR JOURNEY



Refreshed and rested, ready to take on a few more savage rapids with this legend.



*Der **Ascent Daunenschlafsack** – Leistung für eine Reihe von Abenteuern: unser bisher vielseitigster Schlafsack, geräumig konstruiert mit RDS-zertifizierter Gänsedaune und unserem innovativen Free Flow Reißverschlusssystem.*

SEATOSUMMIT

www.seatosummit.eu

Erfahre hier mehr.

KOMPASS

Der Wegweiser durch die Outdoor-Welt





BUCHTIPP

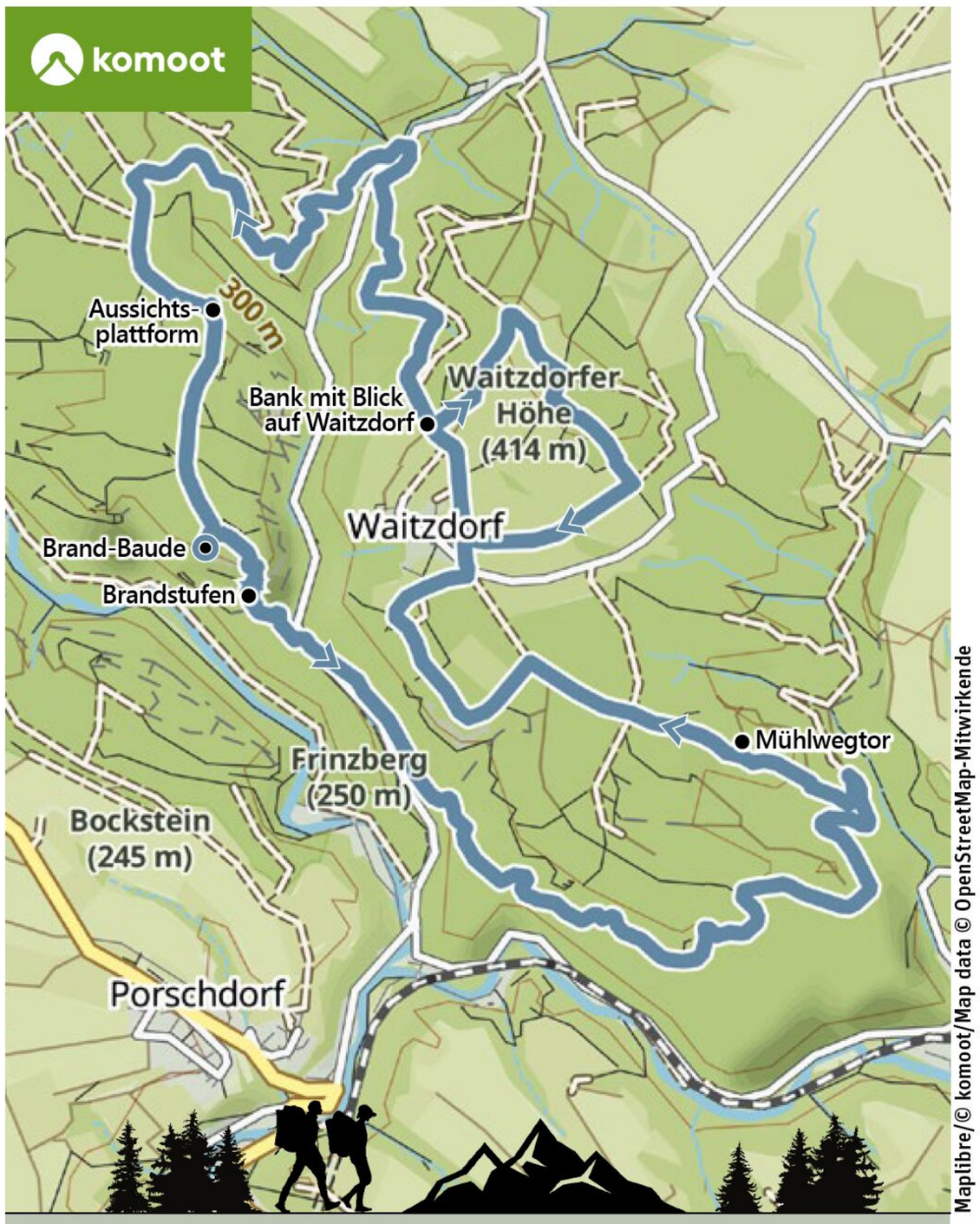
YES, YOU CAN: VAN-AUSBAU

Sich selbst einen Camping-Bus ausbauen – für viele Outdoorer ein scheinbar unerreichbarer Traum. Das Buch »Bau dir deinen Camper« von der Stiftung Warentest hilft, ihn zu realisieren. Mit praktischen Schritt-für-Schritt-Anleitungen und vielen Fotos erklärt es von der Dämmung über Möbeleinbau bis hin zur Versorgung mit Strom und Gas alle relevanten Schritte. 224 Seiten, 29,90 Euro.



Daniel Geiger

GUTES BIKE-KLIMA? Bereits zum elften Mal geht der Allgemeine Deutsche Fahrradclub (ADFC) der Frage nach, wie fahrradfreundlich Deutschlands Städte und Gemeinden sind. Macht mit! Die Online-Umfrage läuft noch bis zum 30. November, und die Ergebnisse sind eine wichtige Rückmeldung für politisch Verantwortliche und Verkehrsplaner. adfc.de



Maplibre/© komoot/Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

TOUR DES MONATS

Jetzt ist eine gute Zeit, um im Elbsandsteingebirge in Ruhe zu wandern – zum Beispiel auf dieser schönen Runde zur Waitzdorfer Höhe.

Der Gasthof Brand-Baude bei Hohnstein im Elbsandsteingebirge gilt als Institution und hat ganzjährig geöffnet, auch übernachten könnt ihr dort. Und er ist Ausgangs- und Endpunkt dieser aussichtsreichen Runde zur Waitzdorfer Höhe. Knapp 15 Kilometer mit 360 Höhenmetern stehen an, die Wege sind technisch einfach, allerdings bringen die über 800 »Brandstufen« (teils Holz-, teils Stahltreppe) die Schenkel ziemlich zum Brennen. Angekommen auf der Waitzdorfer Höhe, verrät eine Infotafel, auf welche Berge der Sächsischen Schweiz man von hier aus schaut. In einem großen Bogen erst gen Norden, dann nach Süden geht es zurück. Ihr habt Lust auf mehr? Dann folgt *outdoor* einfach 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 ins nächste Abenteuer!

Direkt zur Traumtour
Lust auf die Runde zur Waitzdorfer Höhe? Der QR-Code führt euch zuverlässig dorthin.

SALEWA

FREE YOUR JOURNEY

SALEWA SELLA FREE COLLECTION IS ENGINEERED IN THE DOLOMITES,
CRAFTED FOR EXPLORATION, DESIGNED TO SET YOU FREE.

TEXT & FOTOS: **IRIS KÜRSCHNER**

VOLL DIE HÖHE

3610 Meter ragt das Barrhorn im Wallis auf: der höchste Wandergipfel der Alpen, mitten im Reich der Viertausender. *outdoor* stellt euch den Weg hinauf vor.



Es rumpelt und knarzt. In der Stille wirkt das doppelt laut. Dann wieder Quietschen und Ächzen, als würden die Gletscher weinen. Allen Grund hätten sie ja, immer höher zieht sich das Eis zurück. Aber noch ist es da. Die wuchtige Haube des Nachbargipfels Bishorn thront weiß gepanzert vor unseren Nasen. Zwei Tage zuvor standen Dieter und ich noch in mediterraner Hitze unten im Walliser Rhonetal, schwitzten am Bahnhof von Turtmann und schauten in dschungelähnlich dicht bewachsene Bergflanken. Was für ein Kontrast! Wir hätten mit dem Postauto weiter hinauffahren können, um höher zu starten, doch wir wollten uns angemessen akklimatisieren: für den höchsten Wandergipfel Europas, das 3610 Meter hohe Barrhorn zwischen Turtmanntal im Westen und Mattertal im Osten. Nirgends führt ein Wanderpfad in den Alpen höher hinauf. Zweieinhalb Tage haben wir für den Weg hinauf angesetzt, anderthalb für den fordernden Abstieg ins Mattertal mit Übernachtung auf der Topalihütte. Also eine Überschreitung. Wer im Hochgebirge noch nicht ganz so viel Erfahrung besitzt, kann auch am Barrhorngipfel umdrehen und auf dem Hinweg wieder zurück zum Ausgangsort Ergisch in der Nähe von Turtmann wandern.

Das Turtmanntal zweigt Richtung Süden vom Rhonetal ab und blieb lange Zeit kaum erschlossen. Erst um 1950 baute man hier eine Straße, bewohnt ist es bis heute nur im Sommer, da im Winter oft Lawinen herunterdonnern. Zu Fuß erfolgt der schönste Zustieg über die »Ärgische Wasserleitu«. Wildromantisch zieht sich dieser Suonenweg oberhalb vom Dörfchen Ergisch durch Felsenterrain und urwüchsigen Wald in das Hochtal. Erst kurz bevor wir die Siedlung Gruben erreichen, öffnet sich ein von Viertausendern eingerahmtes Amphitheater. Der atemberaubende Anblick lässt sich gemütlich im Garten des Hotels Schwarzhorn, dem einzigen Hotel weit und breit, bei einem Gläschen Johannisberg-Weißwein genießen.

Insidertipps folgen

Anstatt anderntags dem Talweg zu folgen, empfiehlt der Wirt uns einen stillen Höhenweg auf der rechten Talseite, der technisch etwas fordernder ist, aber dafür grandiose Landschaft und Aussichten bietet. Links und rechts pfeifen Murmeltiere. Arnika streckt uns ihre gelben Sonnen entgegen. Kein Wanderer begegnet uns. Immer näher rückt der Talschluss, in dem auf einer kleinen Anhöhe die Turtmannhütte balanciert. Man ahnt schon einen Traumplatz.

Gar nicht so lange her, da erstreckte sich der Turtmanngletscher noch unterhalb der Hütte, erfahren wir später vom Hüttenwirt. Jetzt kann man dort auf dem Steinmannliweg über Schutthalden aufsteigen. Bachläufe mäandern durch Moränen, tragen ab, was der Gletscher zuvor aufgeschoben hat. Pionierpflanzen beginnen sich anzusiedeln, legen mit ihrem Hauch von zartem Grün Inseln ins Grau. Darüber lappt der Gletscher – beziehungsweise seine Reste. Es gibt kaum einen besseren Ort, das Entstehen einer neuen Landschaft zu beobachten, als die Turtmannhütte. Man erklärt uns auch, warum wir dieses Tal vom breiten Walliser Rhonetal aus nicht gesehen haben: Es handelt sich um ein sogenanntes Hängetal, das heißt, der kleinere Gletscher des Seitentals mit seiner geringeren Erosionskraft schaffte es nicht, seine Talsohle auf das gleiche Niveau zu senken. Dadurch entstand eine hohe Geländestufe. Somit bleibt das Turtmanntal im Gegensatz zu seinen Nachbartälern Vispertal und Val d'Anniviers im Haupttal quasi unsichtbar.

Über den westlichen Kamm des Turtmanntals verläuft nebenbei auch die deutsch-französische Sprachgrenze. Manche mögen an den »Röstigra-





1 Höhenweg im Turtmanntal mit Traumblicken auf das Weisshorn und das Bishorn.

2 Gästen der Topalihütte (2674 m) gibt Wirt Georg Deck gerne Tipps.

3 Das Schöllijoch als Übergang zwischen Turtmann- und Mattertal fordert Wandernden einiges ab.

1

Dem Barrhorn fehlen nicht einmal 400 Meter zum Viertausender – wir spüren die Höhe deutlich, jeder Schritt fühlt sich doppelt anstrengend an.

2

ben« denken. Diese politische Wortschöpfung wird gern eingesetzt, wenn Spannungen zwischen deutscher und welscher Schweiz herrschen. Aber es geht auch anders, harmonisch, mit Akzeptanz für verschiedene Mentalitäten. So gehört die Turtmannhütte einer welschen Sektion des Schweizer Alpenclubs SAC, wird aber von einer Deutschwalliser Pächterfamilie betrieben, den Tscherrigs.

Neben Wanderungen locken Klettergärten

Seit 1928 steht die Turtmannhütte, seit 1952 halten die Tscherrigs die Stellung. Josef Tscherrig wollte unbedingt Bergführer werden. Doch ein Seil konnte er sich nicht leisten, und ohne das ließ sich damals keine Bergführerausbildung absolvieren. Als findiger Kerl wusste er aber, dass in jeder Hütte ein Rettungsseil vorhanden sein muss, so auch in der Turtmannhütte: Er stibitzte deren Seil. Und wurde nicht nur Bergführer, sondern auch dortiger Hüttenwirt. Nach über 30 Jahren übernahm der Sohn Fredy Tscherrig. Als leidenschaftlicher Kletterer hat Fredy den griffigen Gletscherschliff längst genutzt, um abwechslungsreiche Klettergärten hüttennah einzurichten. Die Oberhand aber hält der Wandertourismus. Im Grunde besitzt das Barrhorrn zwei Gipfel: das Inners und das Üssers Barrhorn. Sie können ohne alpine Hochtourenausrüstung bestiegen werden und bieten dennoch einen Gang in die Gletscherwelt. Noch kleben an Brunegg und Bishorn Hängegletscher, zeigt sich die Pyramide des Weisshorns nordseitig gletscherverkrustet. Auch dazwischen breiten sich Eismassen aus – blank und voller Spalten. Doch der ganze Kamm, der vom Brunegg zum Barrhorn zieht, gibt sich nackt.

Dort wandern wir am nächsten Tag durch ein faszinierendes Kaleidoskop an Brauntönen. Wir spüren die Höhe. Jeder Schritt doppelt anstrengend – fehlen dem Barrhorn doch nicht einmal 400 Meter zu einem Viertausender. Immer wieder legen wir kurze Verschnaufpausen ein, erinnern uns gegenseitig daran, genug zu trinken. Gegen Mittag haben wir den Gipfel erreicht. Glücklich. Im Westen grüßt der Mont Blanc, im Norden die Berner Alpen. Gen Osten aber führt der Blick abrupt in die Tiefe, bleibt an einem Gletscher hängen, entdeckt vielleicht die Topalihütte, die sich im Grau der Umgebung fast unsichtbar macht. So moderat des Barrhorns Westseite, so jäh die senkrechten bis überhängenden Abstürze seiner Ostseite. Dort stürzt es in das tiefste Tal der Schweiz: das Visper- bzw. Mattertal. Genau vis-à-vis bäumt sich die Mischabelgruppe mit dem Dom (4546 m) als höchstem Gipfel ganz auf Schweizer Grund. Die Dufourspitze (4643 m), die sich die Schweiz mit Italien teilt, sieht man etwas weiter südöstlich.

Nach einer ausgiebigen Gipfelrast folgen wir dem Pfad der Abbruchkante entlang zum Schöllijoch. Beim Anblick dieser Schlüsselstelle wird einem bange – wer sich das nicht geben will, plant die Tour anders und dreht am Barrhorngipfel wieder um. Doch immerhin sieht der Klettersteig von oben anspruchsvoller aus, als er ist. Aufgrund des brüchigen Geländes und der entsprechenden Steinschlaggefahr sollte man aber warten, bis niemand mehr im Steig ist, und dann zügig durchkraxeln. Der Steig ist üppig mit Stahlseilen, Tritten und Leitern gesichert, da sich immer wieder Einzelteile lösen. Unten auf dem Schöllıgletscher herrscht Endzeitstimmung mit Nebelschwaden, weil sich die Wolken mittlerweile am Kamm festgekrallt haben. Schnell gelangen wir über das technisch meist einfache Firnfeld in eine Steinwüste, über nasse Blockfelder geht es zur Topalihütte.

Von Nahem wirkt sie wie ein Container. Kaum eingetreten, vergisst man das. Komfortable Mehrbettzimmer und eine Stube, die ihresgleichen sucht. Man sitzt an verglaster Front direkt über dem Abgrund, rund 1500 Meter tiefer schimmern die Dächer im Mattertal. Und während wir genüsslich ein Vier-Gang-Menü verzehren, verfärbt sich vis-à-vis die Mischabelgruppe rosa. Atemberaubend! Ob von seinem überirdischen Glanz oder der Bezeichnung »Deo Optimo Maximo« (»Dem höchsten und besten Gott«) beeinflusst: Tatsache ist, dass Josef Anton Berchtold dem Dom seinen Namen gab, als er zwischen 1829 und 1843 das Wallis vermaß, weiß Hüttenwirt Georg Deck. Er erzählt auch, dass das Barrhorn Konkurrenz bekommen hat. Er zeigt zum Gross Bigerhorn auf der anderen Talseite. Aufgrund der Gletscherveränderungen habe man dort kürzlich einen neuen Weg eingerichtet, der eisfrei in die Höhe führe. Ganze 15 Meter höher als das Barrhorn. Dieter und mir ist sofort klar, welche Gipfelwandertour wir im nächsten Sommer anpacken. ❮

1 Unterwegs in kargschönen Höhenlagen zwischen dem Barrhorn und dem Schöllijoch.

2 Abendstimmung auf der im Jahr 2002 komplett erneuerten Topalihütte.

3 Ohne Brücke wäre die Überquerung dieses Gletscherbaches kaum möglich.



GUT ZU WISSEN VOR DER TOUR AUFS BARRHORN



Am Schöllijoch (3343 m), dem Übergang vom Turtmann- ins Mattertal.

PLANEN

Anreise

Mit dem Zug ins Wallis bis zum Bahnhof Turtmann (ab München Hbf je nach Verbindung ab sechs Stunden, bahn.de). Weiter per Postauto nach Ergisch, Fahrplan unter regionalps.ch/zug-wallis/fahrplane-1930.html

Beste Zeit

Aufgrund der Höhenlage ist das Zeitfenster für eine Wanderung recht kurz: je nach Schneeverhältnissen von Juli bis September.

Orientieren

Die Wanderwege sind alle bestens beschildert und markiert. Nichtsdestotrotz empfiehlt es sich natürlich, eine Wanderkarte im Gepäck zu haben. In diesem Fall von swisstopo Blatt 274T Visp sowie Blatt 284T Mischabel im Maßstab 1:50 000, 19,90 Euro.

Informieren

Jede Menge nützliche Informationen hält die Website von valais.ch bereit. Eine genaue Wegbeschreibung mit Verlängerung der vorgestellten Tour aufs Barrhorn, dazu jede Menge Hintergrundgeschichten findet man in dem Buch Oberwalliser Südtäler, Iris Kürschner, Rotpunktverlag, 36 Euro.

Tourcharakter

Anspruchsvolle Viertagestour, die eine stabile Wetterlage, alpine Erfahrung, absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit voraussetzt. Streng gibt sich vor allem die Etappe auf die Barrhörner mit steilem Schuttgelände und dem Übergang des Schöllijochs: mit Klettersteig und Gletscher die Schlüsselstelle. Wer sich dies nicht zutraut, dreht am Barrhorn-Gipfel wieder um und wandert über Turtmannhütte und Gruben zurück zum Ausgangsort (schon bei der Tourplanung berücksichtigen!). Über die Verhältnisse am Gletscher sollte man sich vorher bei der Topalihütte erkundigen, eventuell sind Steigeisen nötig. Aufgrund des häufigen Steinschlags im Klettersteig kann neben einem Set auch ein Helm sinnvoll sein.

UNTERKUNFT

Hotel Schwarzhorn

Auf der ersten Etappe nächtigt man im historischen Hotel Schwarzhorn in Gruben. Der Klassiker beim Abendessen sind Rösti und Fondue, Fleischliebhaber freuen sich auf eine Hot-Stone-Zubereitung. Ü/HP im Doppelzimmer 105 CHF (111 Euro), in der Gruppenunterkunft 78 CHF (82,50 Euro). hotelschwarzhorn.ch

Turtmannhütte

Etappe zwei endet an der Turtmannhütte, bewirtschaftet Anfang Juni bis Ende September. Einen sehr guten Ruf genießt hier die Schwarzwälder Kirschtorte. Ü/HP für Nichtmitglieder des Schweizer Alpenclubs SAC 100 CHF (106 Euro), für Mitglieder 80 CHF (85 Euro). cas-prevotoise.ch

Topalihütte

Auf der Topalihütte nächtigt ihr nach Etappe drei. Es gibt auch ein vegetarisches Menü und hausgemachtes Brot. Ü/HP für SAC-Nichtmitglieder 91 CHF (96 Euro), Mitglieder zahlen 76 CHF (80 Euro). topalihuette.ch

ESSEN

Verpflegung

Neben den genannten Unterkünften gibt es unterwegs keine Einkehrmöglichkeiten: Nehmt für unterwegs ausreichend Wasser, Energieriegel und Brotzeit mit. In der Sennerei Blüomatt (alpeblumatt.ch) im Turtmanntal nicht weit von Gruben kann Käse fürs Picknick gekauft werden.

UMWELT

Laut CO_2-Rechner unseres Umweltpartners Wilderness International verursacht diese Reise per Bahn für zwei Personen ab München 260 kg CO_2. Das könnt ihr mit fünf Euro kompensieren: outdoor-magazin.com/wald. Macht mit!



KÄSEPARADIES In der Augstbordkäserei in Turtmann gibt es wunderbare Spezialitäten zu kaufen – und ihr könnt in der zugehörigen Schaukäserei auch zugucken, welche Arbeiten dafür nötig sind. augstbordkaeserei.ch/de

DIE ETAPPEN IN DER ÜBERSICHT

❶ NACH GRUBEN

11 km, 3,5 h, 770 Hm↗, 40 Hm↘

Vom Ausgangsort Ergisch folgt man der Beschilderung bergwärts durchs Dorf, bis der Wanderweg abzweigt und über Wiesen zum Waldrand mit der Suon führt. Dann geht es bequem am Wasserkanal auf der Höhenlinie entlang durch dichten Wald und Felspartien. Schließlich überquert ihr den Wildbach der Turtmänna und biegt gleich nach der Brücke links in den Wanderweg taleinwärts nach Gruben/Meiden.

❷ ZUR TURTMANNHÜTTE

11 km, 4 h, 880 Hm↗, 230 Hm↘

Von Gruben/Meiden startet ihr auf der rechten Talseite Richtung Meidpass. Bei den Häusern von Meide Mittelstaffel zweigt man links ab in den Höhenweg. Südwärts ins Alpgebiet der Blüomatt. Dort zum Chalte Berg, dann wieder links in den Höhenweg. Es geht über den Sänntumbach und entlang einer Wasserleitung, dann zum Turtmann-Stausee. Westlich um den See. Der Direktweg zur Hütte folgt der Materialseilbahn. Es lohnt sich landschaftlich, an einer Weggabelung rechts in den Steinmannliweg einzubiegen: an einer Moräne entlang, unterhalb der Hütte in den Talschluss, schließlich in steilen Kehren zur Turtmannhütte.

❸ ZUR TOPALIHÜTTE

9 km, 5,5 h, 1000 Hm↗, 860 Hm↘

Von der Hütte geht es zum Fuß der Barrwand und durch das Gässi, ein steiles Couloir, auf eine Seitenmoräne des Brunegggletschers. Über steile, recht instabile Schutthalden auf das Üssers Barrhorn. Ggf. hier umkehren, siehe S. 38. Weiter am Kamm entlang recht bequem zum Schöllijoch und über den Kletterstieg auf den Schölligletscher hinunter. Auf diesem hält man sich dann abwärts. Man erreicht schuttübersätes ausaperndes Blankeis, hält sich auf dem Schuttwall mittig und trifft auf die Markierung. Sie leitet in einen Sattel. Jenseits steigt die Route in das Kar der Chella ab und trifft auf den Weisshorn-Höhenweg. Linker Hand ist dann in wenigen Minuten die Topalihütte erreicht.



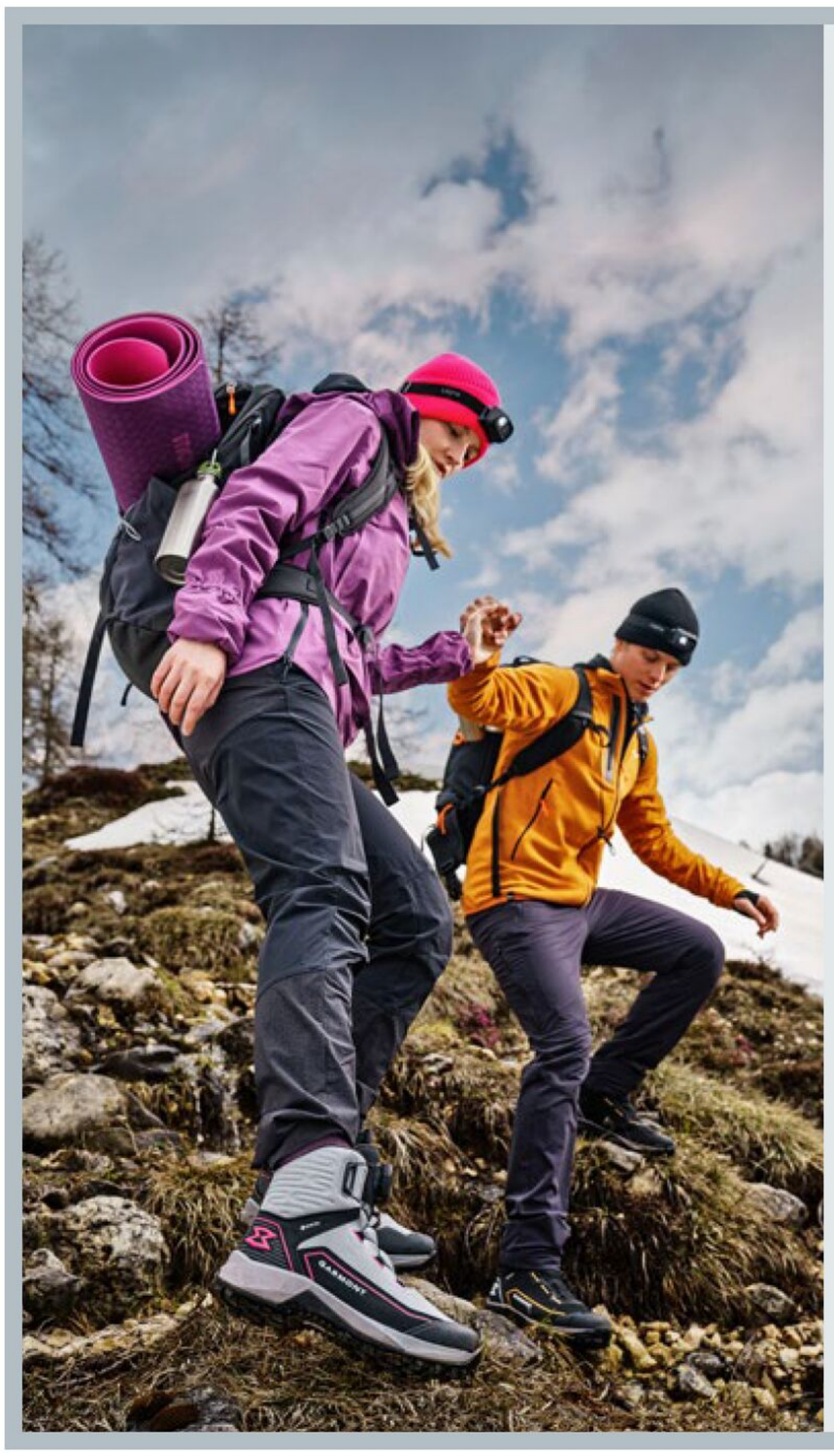
❹ NACH ST. NIKLAUS

8 km, 3,5 h, 0 Hm↗, 1520 Hm↘

Von der Topalihütte wandert ihr nordseitig steil hinunter zu den Alpwiesen Scheidchrummo. An der Wegesgabelung kann man sich für zwei Varianten entscheiden, landschaftlich schöner ist die rechte Route über Unterbächji und Schwiedernen nach St. Niklaus.

outdoor-magazin.com/barrhorn
Ihr wollt Europas höchstem Wandergipfel ebenfalls aufs Dach steigen? Dann folgt dem Link oder dem QR-Code.

ANZEIGE





SCHRITTMACHER

Das sind die beiden Winterstiefel-Highlights von Garmont.

Trace Mid Boa GTX und Trace High Boa GTX: So heißen die neuen Winterstiefel von Garmont. Getreu dem Motto »Tradition und Innovation« verbinden sie Garmonts jahrzehntelanges Know-how in der Herstellung von Outdoor-Schuhen mit modernen, nachhaltigen Materialien. Mittels Boa-Drehverschluss lassen sich beide Modelle selbst mit dicken Handschuhen im Handumdrehen anpassen, beim hohen Trace High Boa GTX sind Rist und Schaft getrennt einstellbar. Das wärmende Futter des Trace High Boa GTX besteht aus Ortholite O'therm Polsterschaum. Dadurch isoliert es bis zu 54 Prozent besser als klassische Schäume. Zudem besitzen beide Modelle eine wasserdichte, atmungsaktive Gore-Tex Membran aus dem neuen PFC-freien ePe (expandiertes Polyethylen). Weiteres Plus: die Michelin Wild XT Außensohle. Sie liefert selbst auf Schnee Grip und wird zu 90 Prozent rohölfrei hergestellt – ein wichtiger Schritt in Sachen Nachhaltigkeit. Der Trace High Boa GTX (250 €) ist ideal zum Wandern im Schnee, Schneeschuhgehen und Rodeln, der knöchelhohe Trace Mid Boa GTX (220 €) überzeugt als sportiver Leichtwanderstiefel für ausgedehnte Touren im Herbst und Winter.

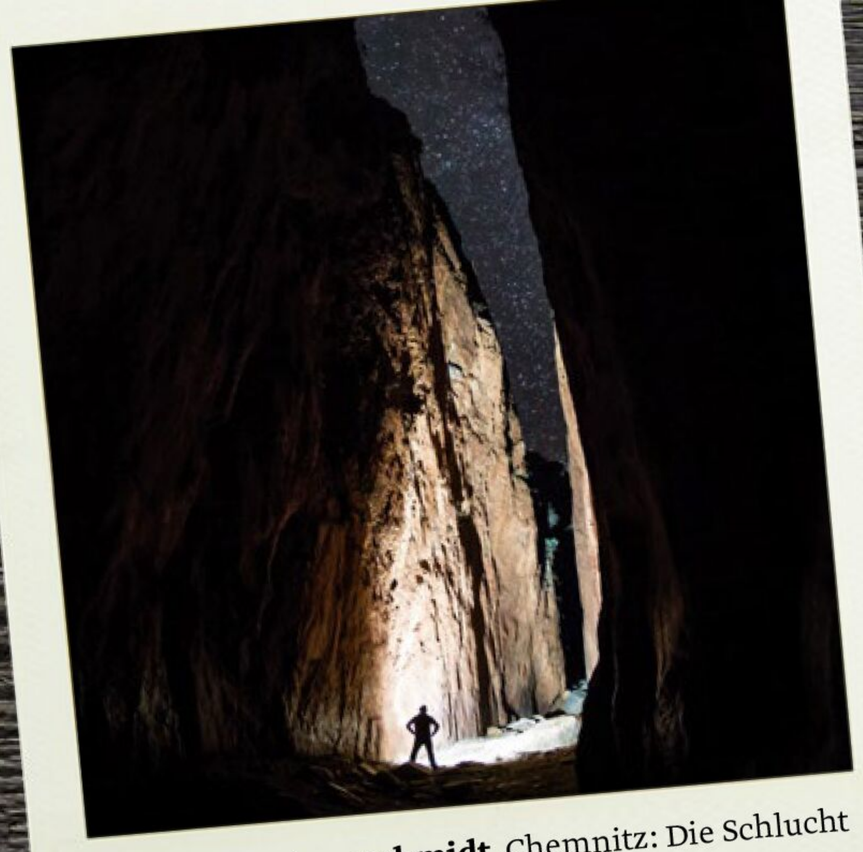
FOTOWETTBEWERB

DAS SIND DIE BESTEN

Schickt uns eure schönsten Outdoor-Bilder: Dazu hatten wir euch im Sommer aufgerufen, und über 300 Einsendungen brachten uns zum Träumen. Diese zehn haben uns am meisten begeistert – danke!

Eine Aktion von mein cewe fotobuch und outdoor

1



Christoph Schaarschmidt, Chemnitz: Die Schlucht Standley Chasm in der australischen West MacDonell Range lohnt auch nachts die Erkundung.

2



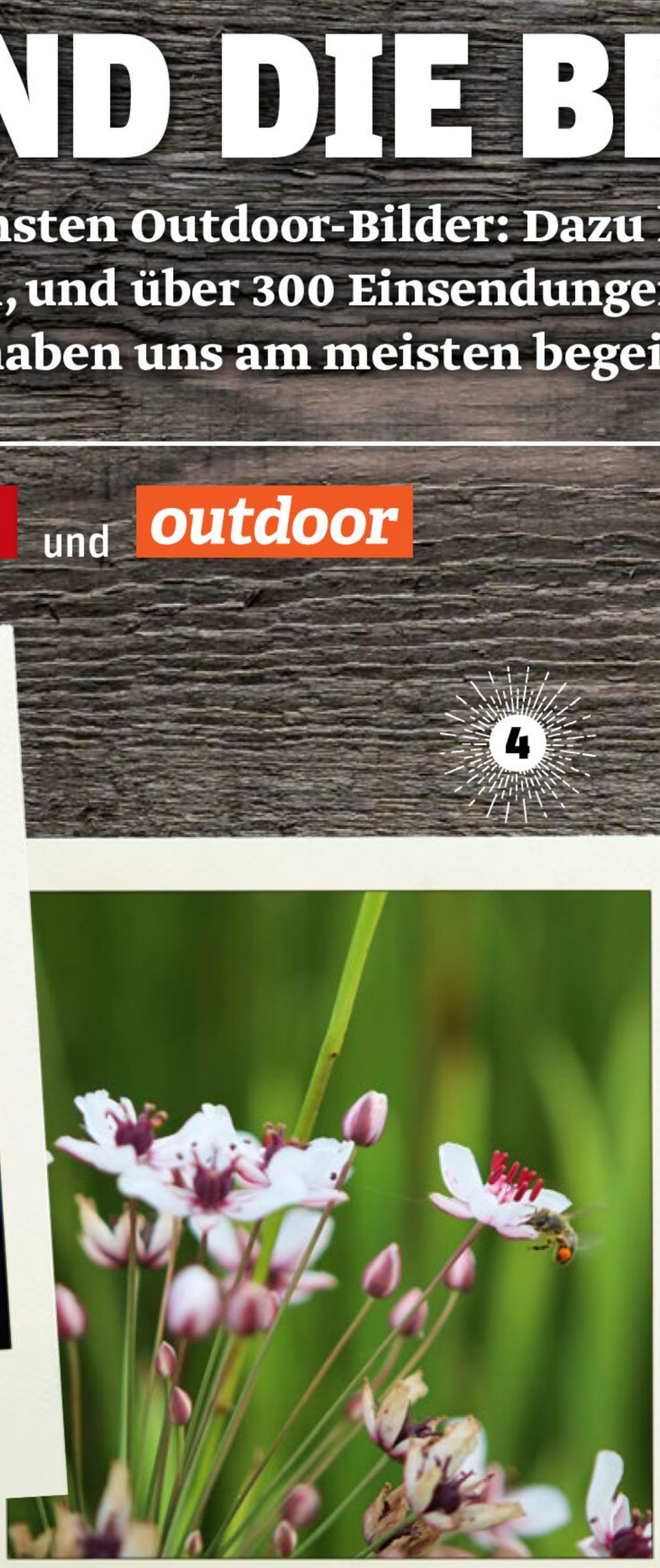
Katja Stöhr, Bremen: Ein Seehund döst auf der Hochseeinsel Helgoland – solch ein abgelegenes Plätzchen sollte man sich auch als Mensch ab und zu suchen!



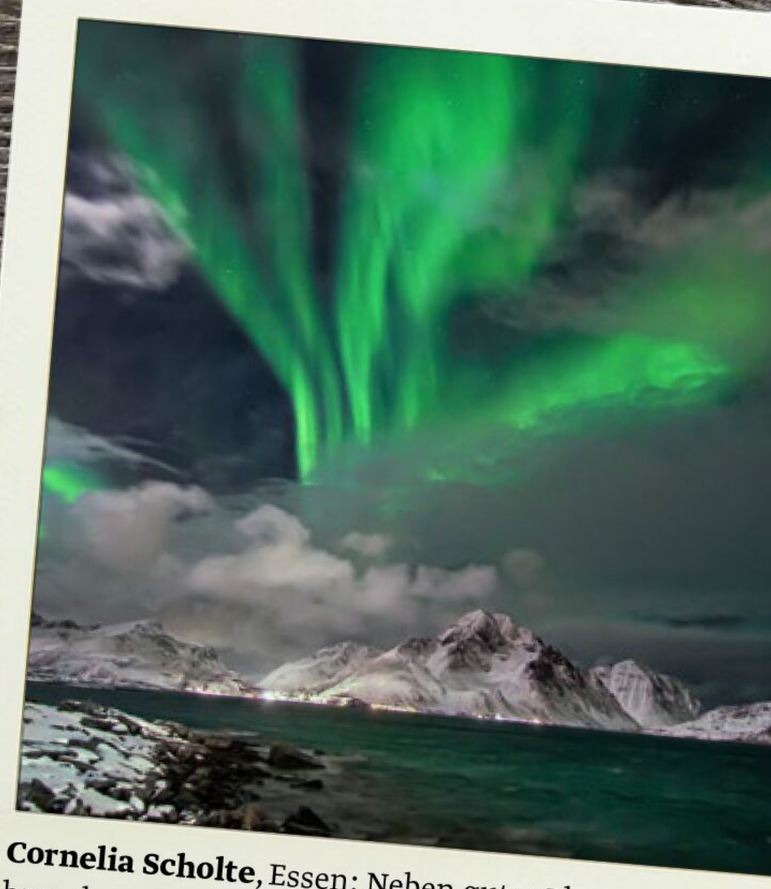
Angelika Brieske, Hennigsdorf: Noch ziehen morgendliche Nebelschwaden über den Hintersee bei Ramsau. Ob hier bald jemand losrudert?

3

4



Lisa Wurzler, Bergen auf Rügen: Tiere im Freien zu beobachten entspannt mich total. Dieses Bild entstand bei einer Paddelpause auf der Müritzer Seenplatte.



Cornelia Scholte, Essen: Neben guter Planung braucht man stets Glück, um Polarlichter zu sehen – wie hier bei Gravdal auf den Lofoten.

5



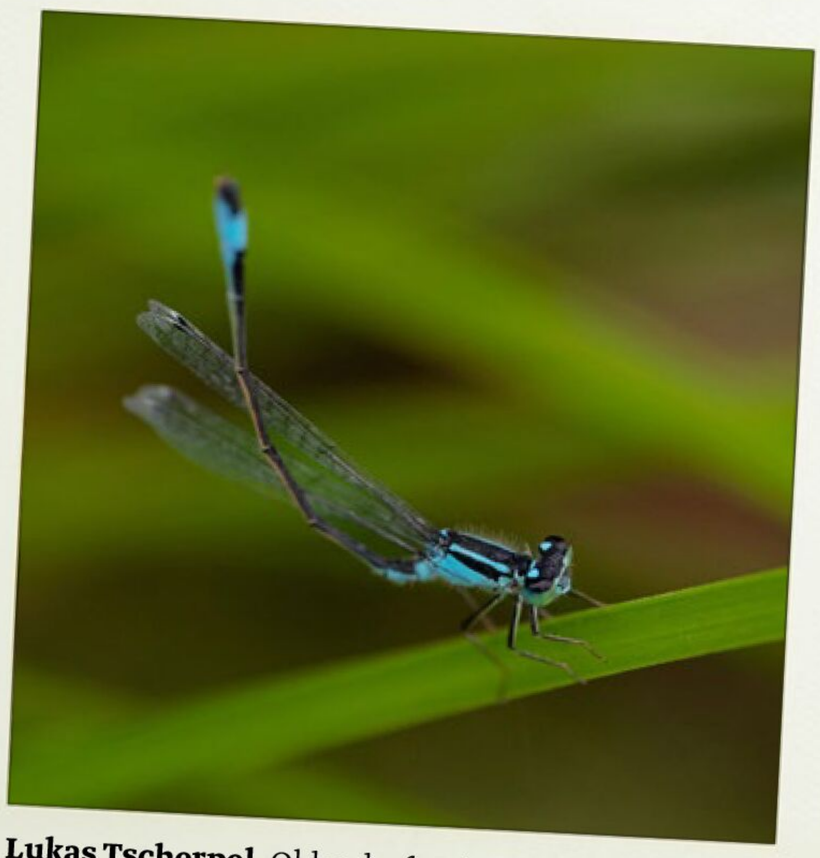
Steffi Voß, Berlin: Den Kontrast zu grün belaubten Bäumen brauche ich nicht, die Kreidefelsen des Königsstuhls auf Rügen sind einfach immer schön.

6



Aleksandra Wilk, München: Fast scheinen sie zu schweben – die Meteora-Klöster im Osten des griechischen Pindos-Gebirges besitzen märchenhaftes Flair.

7



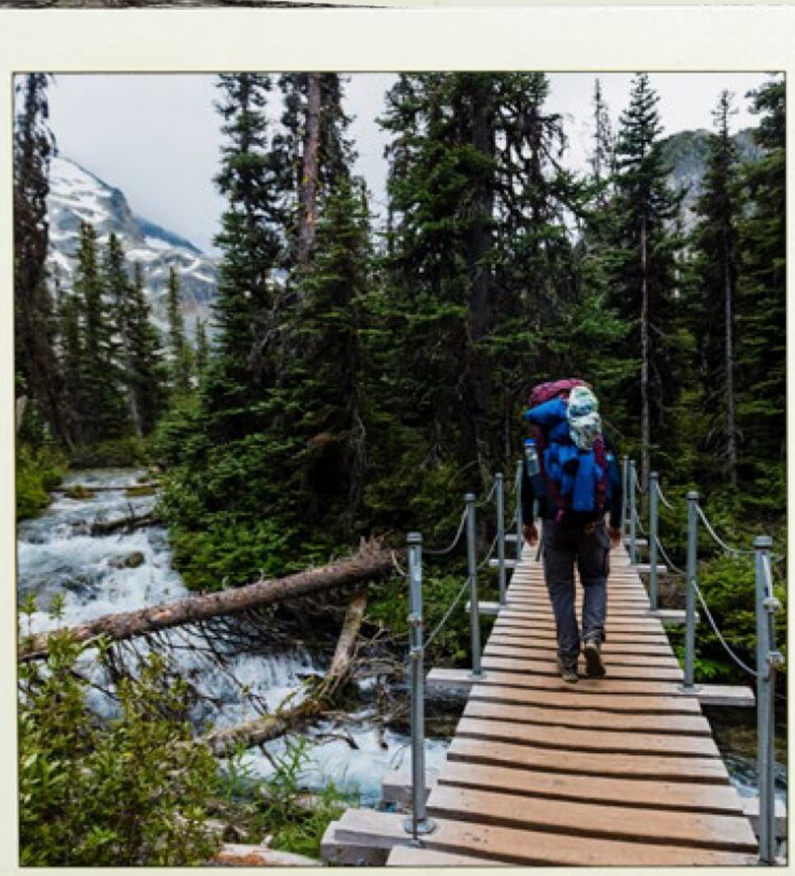
Lukas Tscherpel, Oldendorf: Wie schön, wenn ich an einem Sommerabend am See alle Zeit der Welt habe, um über die kleinen Wunder der Natur zu staunen.

8



Alexander Scholz, Schwerin: Auf dieser Seekajaktour vor Schwedens Küste war mir bitterkalt. Trotzdem ein traumhafter Moment, kurz vor Sonnenuntergang.

9



Stefanie Prager, Köln: Kurz vor 21 Uhr in der kanadischen Wildnis, der Tag ist geschafft. Rauschender Gletscherbach, sonst Stille. Zeit, das Zelt aufzuschlagen.

10



Perfekt für Wander-Fans ist die neue Fotobuchvorlage von *outdoor* und CEWE: Mit zahlreichen Design-Elementen im Outdoor-Stil könnt ihr eure Fotos besonders kreativ und persönlich in Szene setzen. Die Vorlage enthält außerdem hilfreiche Profitipps zum Anordnen der Bilder, zum Betexten und zur Farbgestaltung.

www.cewe.de/outdoor

Getty Images

IN DER WÄRMEZONE

In Sachen Daunen- und Kunstfaserjacken gibt es diesen Winter viele spannende Neuheiten und Innovationen. Wir haben sie für euch getestet.

TEXT: **FRANK WACKER**

Seit mehr als 30 Jahren teste ich für *outdoor*, habe zusammen mit unserer Ausrüstungscrew hunderte von Daunen- und Kunstfaserjacken getragen und ihre Isolation gemessen. In den wärmsten Modellen fühlten wir uns selbst bei klirrendem Frost bis zu minus 40 Grad noch wohl. Unter solchen Extrembedingungen sichert einem der Kälteschutz das Überleben, doch wer auf Tour bei frischer Witterung in den Pausen oder abends im Camp schon einmal ständig fröstelte, der weiß den Komfortgewinn einer Isolationsjacke auch in unseren Breiten sehr zu schätzen: Keiner aus der Redaktion würde im späten Herbst und Winter ohne eine Daunen- oder Kunstfaserjacke wandern – je nach Temperatur und dem persönlichen Kälteempfinden reicht dem einen ein Federgewicht mit Minipackmaß, andere kuscheln sich lieber in einen prall gefüllten Wärmekokon.

Dass der Job nach drei Jahrzehnten noch mächtig Spaß macht, liegt auch an der Innovationskraft der Hersteller. So viele hochkarätige Daunen- und Kunstfaserjacken haben wir schon lange nicht mehr getestet. Sie kosten 200 bis 619 Euro, 13 der 14 Modelle gibt es auch in Damengrößen. Acht isolieren mit Daune, fünf mit Synthetikfasern, und Schöffel kombiniert beim Tschierval Jacket beides.

Die meisten Innovationen gibt es bei den Synthetikkandidaten: Primaloft, Marktführer in puncto hochwertiger Kunstfaserfüllungen, bringt zwei neue Materialien, sogenannte Loose Fills: Sie bestehen nicht aus den sonst üblichen Fasermatten, sondern aus Flocken und lassen sich wie Daune in abgesteppte Kammern füllen, was sportive, körpernahe Schnitte ermöglicht. Adidas setzt auf Primaloft Rise Loose Fill, das die Bauschkraft sehr guter Daune erreicht – »ein Novum in diesem Segment«, sagt Ausrüstungsredakteur Boris Gnielka. Rab verarbeitet Thermoplume+, die Weiterentwicklung von Thermoplume, der Mutter aller Loose Fills. Bei der Plusversion entsteht durch die Mischung von fedrigen Büscheln und daunenähnlichen Flauschbällchen eine weiche, dichte Füllung, die bei gleicher Isolation

Jana Margarete Schuler

DIE MODELLE IM ÜBERBLICK

DAUNENJACKEN

BERGANS Y Lightline Weightless Down Jacket
BLACK DIAMOND Deploy Down Hoody
CRAZY IDEA Jkt Levity
HAGLÖFS Spitz Down Hood
LA SPORTIVA Supercouloir 1000 Down Jacket
MONTANE Anti-Freeze XT Hooded Down Jacket
NORRØNA Trollveggen Superlight Down^{800} Hood
PAJAK SPORTS Everest
SCHÖFFEL Down Jacket Tschierval

KUNSTFASERJACKEN

ADIDAS Terrex Xperior Primaloft LF HD Jacket
MAMMUT Crag In Hooded Jacket
MOUNTAIN EQUIPMENT Oreus Jacket
RAB Cirrus Ultra isolierte Kapuzenjacke
VAUDE Neyland Isolationsjacke mit Kapuze



Die dünneren Jacken im Testfeld eignen sich auch gut als warme Zwischenschicht.

Mattias Fredriksson

DER TEST UNTER DER LUPE

Isolationsprüfung

In der Praxis lässt sich die Wärmeleistung nur grob beurteilen. Genauere Werte liefern unsere Isolationsmessungen. Wärme entweicht aber nicht nur über die Füllung, sondern auch wenn Bündchen, Kragen, Saum oder die Kapuze nicht ganz anliegen. Außerdem spielt der Schnitt eine Rolle: je länger, desto wärmer die Jacke. All dies überprüfen wir in der Praxis. Auf Basis der Messergebnisse und der Praxistests berechnen wir in einem seit rund zwei Jahrzehnten bewährten Verfahren die Isolationswerte.

Temperaturgrenzen

Anhand der Isolationswerte ermitteln wir zwei Temperaturangaben: Die erste (Bezeichnung »In Ruhe«) betrifft den Einsatz in Pausen oder wenn du im Zelt sitzt und gibt an, bis zu welcher unteren Temperatur die Jacken warm halten. Die zweite Angabe (»Aktiv«) umfasst den Bereich, in dem man sich bei leichter bis mittlerer Aktivität wohlfühlt. Wichtig: Alle Angaben stimmen nur, wenn die übrige Kleidung an den Winter angepasst ist und man dicke Funktionswäsche sowie ein Fleece und eine Softshell unter der Thermojacke trägt. In einem zu engen Modell friert man spürbar schneller, weil der Körper die Füllung zusammendrückt. Die Werte gelten für kältefeste Personen. Bei Frostbeulen ist das Limit schon bei fünf Grad höheren Temperaturen erreicht.

Tragekomfort

Auf Tour und im Alltag beurteilen wir, wie angenehm sich die Jacken tragen. Weitere Kriterien: Ausstattung und Handhabung. Angenehm sind zwei Taschen zum Händewärmen.

Nässeschutz

Es kommt nicht nur auf die Wasserfestigkeit des Außenstoffs an, sondern auch auf die der Füllung. Hintergrund: Feuchte Kunstfasern isolieren ordentlich, während Daune verklumpt und ihre Wärmeleistung verliert. Das passiert mit der Zeit auch bei imprägnierter Daune, doch sie trocknet schneller als unbehandelte.

Qualität

Hier zählen die Material- und Verarbeitungsqualität sowie die Haltbarkeit der Stoffe und Füllungen. Kunstfasern verlieren mit der Zeit an Bauschkraft und an Isolation. Am langlebigsten sind sehr hochwertige, bauschkräftige Daunen mit über 800/700 cuin Bauschkraft (Gänse-/Entendaune). Für nachhaltige Materialien und Daune aus artgerechter Haltung (z. B. RDS-Standard) gibt es Bonuspunkte.

20 Prozent leichter ist als der Vorgänger und weniger verrutscht. Weiteres Highlight: die geniale Konstruktion der Mountain Equipment Oreus. Statt die Füllung abzusteppen, wird sie mit einem federleichten, die Körperwärme reflektierenden dünnen Vlies verwoben, das zwischen Innen- und Außenhülle liegt. Das reduziert die Menge schwach isolierender Steppnähte auf ein Minimum.

Bei den Daunenjacken drücken immer leichtere Stoffe auf das Gewicht, und das, obwohl sie im Schnitt ohnehin schon leichter als Kunstfaserjacken sind. Black Diamond treibt dies beim Deploy Down Hoody auf die Spitze: 4D-Nylon, das weniger als die Hälfte der meist verwenden 10D-Ultraleichtstoffe wiegt, und eine minimalistische Ausstattung drücken das Gewicht auf sagenhafte 150 Gramm – »die leichteste Daunenjacke mit Kapuze, die wir bis dato getestet haben«, so Boris Gnielka. Bergans und Crazy reduzieren bei ihren Federgewichten die Anzahl an Steppnähten, um die Wärmeleistung zu optimieren. Dagegen schicken La Sportiva und Pajak besonders prall gefüllte, aber dennoch verhältnismäßig leichte Modelle ins Rennen.

DIE WÄRMELEISTUNG IM CHECK

Wie gut die Jacken isolieren, prüfen wir mit einem sehr aufwendigen, seit rund 20 Jahren bewährten Verfahren. So ermitteln wir für jedes Testmodell zwei untere Temperaturwerte, bis zu denen es warm hält. »Der erste gilt für Pausen oder geringe Aktivität wie Glühweintrinken auf dem Weihnachtsmarkt«, erklärt Boris Gnielka. Die zweite Angabe richtet sich an alle, die ihre Jacke bei etwas höherem Puls tragen werden, zum Beispiel auf Skiabfahrten oder beim Bergsteigen. Wer schnell friert, sollte fünf Grad Reserve einplanen: Geben wir minus 20 Grad an, gilt für Frostbeulen ein unteres Temperaturlimit von minus 15 Grad. Grundsätzlich raten wir jedoch, sich bei längeren Aktivitätsphasen gerade so warm anzuziehen, dass man nicht schwitzt. In von innen durchnässten Sachen wird einem im Winter ebenfalls sehr schnell kalt.

Dass die dickste Daunenjacke im Feld auch die wärmste ist, war zu erwarten: Die Pajak Everest schützt einen in Pausen bis minus 23 Grad – top bei einem Gewicht von 545 Gramm. Auch die sich mächtig aufplusternde La Sportiva Supercouloir (465 g, –20° C) auf Rang zwei überrascht kaum – die sensationelle Performance der Mountain Equipment Oreus (415 g, –20° C) dagegen schon, erreicht sie doch als erstes Synthetikmodell überhaupt in diesem Tempera-

turbereich ein vergleichbar starkes Wärme-Gewichts-Verhältnis wie top Daunenjacken – »ein Meilenstein«, sagt Boris Gnielka.

Die Kunstfaserkandidaten Rab und Vaude dämmen fast so gut, wiegen aber mehr: Die Leistung der Rab Cirrus Ultra (565 g, –17° C) entspricht dem bis dato üblichen Niveau sehr guter Synthetikjacken, die schwerere Vaude Neyland (670 g, –17° C) bekommt man dafür schon für verhältnismäßig günstige 200 Euro – wenig in Anbetracht der kräftigen Primaloft-Füllung. Beide teilen sich den dritten Platz mit der Montane Anti-Freeze XT (500 g) – dem Daunenmodell mit der besten Preis-Wärme-Relation. Es kostet 335 Euro, ein Drittel weniger als die Topjacken im Feld.

Im für unsere Breiten meist völlig ausreichenden Mittelfeld in Sachen Isolation (Pausenlimit: zwischen –15 und –10° C) tummeln sich die Kandidaten von Mammut (Kunstfaser), Schöffel, Bergans, Haglöfs und Crazy. Während die Daunenjacken Bergans Y Lightline (285 g, –15° C) und Crazy Levity (220 g, –13° C) durch ihr superbes Wärme-Gewichts-Verhältnis glänzen, punktet die Tschierval von Schöffel (440 g, –13° C), wenn man die Jacke länger mit Rucksack trägt: Am Rücken, an den Schultern, Ärmelinnenseiten und in den Achseln dämmen nässefeste Kunstfasern, ansonsten Daune. Am Ende des Feldes liegen die Adidas Terrex Xperior (Kunstfaser, 465 g, –7° C) und zwei mit Daunen gefüllte Federgewichte: Norrøna Trollveggen (255 g, –7° C) und Black Diamond Deploy (150 g, –3° C). Alle drei wurden für den Ganzjahreseinsatz entwickelt: Von Frühjahr bis Herbst kann man sie als Kälteschutz für Pausen einsetzen, im Winter als kuschelige Zwischenschicht.

EXTRA KUSCHELIG ODER NÄSSEFEST

Und wie sieht es mit dem Tragekomfort aus? Alle Testkandidaten sind bequem, am kuscheligsten tragen sich aber die Daunenjacken von Bergans, Crazy und La Sportiva. Dafür eignen sich die Kunstfasermodelle besser für nasskalte Witterung.

Ob Daune oder Kunstfaser, im Testfeld gibt es einige Empfehlungen. Die superdicken Kältekiller von La Sportiva, Pajak (Daune) und Mountain Equipment (Synthetik) sind ideal für Winter im hohen Norden oder für Frostbeulen, während das Bergans-Daunenmodell für unsere Breiten die beste Mischung aus Wärme und Leichtigkeit bietet. Möchte man in der Isolationsjacke aktiv sein, schlägt die Stunde der Schöffel. Unsere Tipps für Sparfüchse heißen Vaude (Synthetik) und Montane (Daune), die für Grammzähler Black Diamond und Crazy (Daune). ❮

DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

Bauschkraft in Cuin

Die Isolationsleistung einer Daunenfüllung bemisst sich in Cuin. Dieser Wert gibt an, wie viel Volumen eine Unze Daune (28,35 g) in Kubikinch (16 ml) hat. Man spricht auch von Fillpower oder Bauschkraft. Je höher der Wert, desto besser bindet die Daune Luft, desto besser wärmt sie bei gleichem Füllgewicht. Erstklassige Werte liegen über 800 cuin. Diese Daune bildet am Ende der Lebensdauer deiner Jacke auch die beste Grundlage für leistungsfähige Recyceldaune.Einige Hersteller imprägnieren Daune wasserabweisend. Jedoch verhaken sich die Flocken durch die Imprägnierung nicht mehr so gut untereinander wie vorher. Folge: Man braucht mehr, damit sie in den Kammern der Jacke nicht verrutschen soll. Eine imprägnierte Daune mit 900 cuin entspricht in etwa herkömmlicher 800er-Ware. Die unserer Erfahrung nach leistungsfähigste wasserabweisende Daune stammt von Nikwax.

Daune

Daunenfüllungen bestehen aus Millionen kleinster, flauschiger Flocken (s. unten). Vom Kern führen strahlenförmig feinste Verästelungen nach außen, durch die ein dichtes Geflecht entsteht. Dieses bindet Luft und sorgt für eine hervorragende Isolation und Komprimierbarkeit. Außerdem klimatisieren Daunenfüllungen klasse, müssen aber vor Nässe geschützt werden. Der größte Teil der Daune stammt von Enten und Gänsen aus der Fleischproduktion.

Imprägnierung

Damit Nässe vom Außenstoff abperlt, wird dieser imprägniert. Die Wirkung lässt durch Schmutz und Abrieb aber mit der Zeit nach, vor allem PFC-freie Imprägnierungen schwächeln recht schnell. Mit Spray kannst du Kleidung aber problemlos wieder wasserabweisend machen. Sehr gute Erfahrungen haben wir in den letzten Jahren mit den umweltfreundlichen Imprägnierungen Nikwax TX Direct und Fibertec Textil Guard Eco gemacht. Vor der Anwendung solltest du die Anleitung beachten, um eine bestmögliche Wirkung zu erzielen.

Kunstfasern

Synthetikfüllungen verbinden Nässefestigkeit mit sehr guter Isolation und kleinem Packmaß. Sie bestehen in der Regel aus Polyesterfasern, die immer häufiger auch aus Recycelmaterialien hergestellt werden. Bei den meisten Fasern handelt es sich um Matten. Sie fallen je nach Isolationsstärke unterschiedlich dick aus. Manchmal legen Hersteller auch mehrere Vlieslagen übereinander und steppen sie versetzt ab. Das verhindert Kältebrücken. Mittlerweile gibt es immer mehr daunenähnliche Fasern aus einzelnen Flocken, die sich untereinander allerdings nicht so effektiv verhaken wie Daune. Deshalb müssen die Kammern sehr stark gefüllt sein, damit die Füllung nicht verrutscht und kalte Stellen verhindert werden.

Primaloft

Der Kunstfaser-Marktführer im Outdoor-Segment verarbeitet mittlerweile bis auf wenige Ausnahmen 100 Prozent Recycelfasern und sammelt dafür viele hundert Millionen von entsorgten PET-Flaschen. Die unzähligen Varianten lassen sich in drei Gruppen einteilen: Gold, Silver und Black. Alle sind wasserabweisend, Gold steht für die leistungsfähigsten, Black für günstige Füllungen. Primaloft brachte als erster Hersteller eine daunenähnliche Füllung, Thermoplume genannt. Der Nachfolger Thermoplume+ ist durch die Mischung fedriger Büschel und flauschiger Bällchen noch leistungsfähiger. Weitere Neuheit: Rise Loose Fill, das mit einer starken Bauschkraft (650 cuin) punktet.



Studio Nordbahnhof

BERGANS Y LIGHTLINE WEIGHTLESS DOWN JACKET

WARMES LEICHTGEWICHT
Bergans trifft mit der neuen Y Lightline Weightless Down voll ins Schwarze: Kein anderes Modell im Feld verbindet niedriges Gewicht, hohe Isolation und praktische Ausstattung so gekonnt. In den recht breit abgesteppten Kammern der Hülle aus weichem 10D-Recycelnylon kann sich die hochwertige 850-cuin-Daune voll entfalten, die nicht verstellbare Kapuze schmiegt sich schön an. Durch das breite Gesichtsfeld behindert sie die Sicht nur wenig, auch wenn sie nicht mitdreht. Und selbst beim Klettern lässt die Jacke Bewegungsfreiheit.



PREIS 350 €

FÜLLUNG 70 Gramm RDS-Daune mit einer Bauschkraft von 850 cuin

GEWICHT/PACKMASS 285 g/1,7 l

AUSSTATTUNG 2 schön geräumige, rucksacktaugliche Außentaschen, Elastikzug im Saum, selbstklebender Reparaturflicken

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Kuschelig, angenehmes Material, bequeme Kapuze mit großem Sichtfeld. Superbe Bewegungsfreiheit und angenehme Bündchen.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Bietet alles, was eine gute Isolationsjacke braucht, alle Zips und der Zug im Saum laufen geschmeidig.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★☆
Hochwertige langlebige RDS-Daune, Recycelstoffe, top verarbeitet.

outdoor ÜBERRAGEND

BLACK DIAMOND DEPLOY DOWN HOODY

ULTIMATIVER GRAMMSCHINDER
Mit einem Gewicht von 150 Gramm und 0,6 Liter Packmaß ist das neue Black Diamond Deploy Hoody die leichteste, kleinst verpackbare Daunenjacke mit Kapuze, die wir bis dato getestet haben. Der Trick: Hülle aus rekordverdächtig dünnem 4D-Nylon, gefüllt mit ultrabauschkräftiger Daune, ein nur bis zur Brust reichender zarter 3er-Zip und die minimalistische Ausstattung. Das Deploy Down Hoody macht jede Bewegung mit, damit die sehr voluminöse Kapuze auch ohne Helm sauber sitzt, einfach den vorderen Teil etwas nach hinten klappen.



PREIS 400 €

FÜLLUNG 49 Gramm wasserabweisende RDS-Daune, 1000 cuin, Herkunftsnachweis

GEWICHT/PACKMASS 150 g/0,6 l

AUSSTATTUNG Nur bis zur Brust reichender Zip, leicht elastischer Saum, integrierter Packsack

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★☆
Trägt sich wie ein Hauch von Nichts und raschelt kaum. Top Bewegungsfreiheit. Die Kapuze kann man durch Umschlagen anpassen.

AUSSTATTUNG ★★★☆☆
Minimalistisch, muss wie ein Pullover über den Kopf gezogen werden.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★☆
Top: Verarbeitung, Daune. Der zarte 3er-Zip und 4D-Stoff erfordern aber einen achtsamen Umgang.

outdoor SEHR GUT

CRAZY JKT LEVITY

WÄRME-GEWICHTS-CHAMPION
Herrlich: Die Crazy Levity schmiegt sich wie eine Wolke warmer Luft um den Körper und isoliert in Anbetracht des niedrigen Gewichts sensationell gut. Die nur punktuell verklebten Absteppungen zwischen Innen- und Außenhülle geben der ultrabauschkräftigen Daune sehr viel Platz, um sich wie ein Vogel auf der Balz aufzuplustern. Allerdings wandert die Füllung im Gegensatz zu klassischen Steppnähten im Lauf der Zeit nach unten, deshalb sollte man die Jacke gelegentlich aufschütteln – das verteilt die Daune wieder gleichmäßig.



PREIS 599 €

FÜLLUNG 77 Gramm 950-cuin-Daune, handverlesen, um die größten Flocken herauszupicken

GEWICHT/PACKMASS 220 g/1,4 l

AUSSTATTUNG Große Brusttasche, Meshinnenfach, elastischer Saum, selbstklebender Reparaturflicken

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★★
So anschmiegsam und geschmeidig ist keine andere Jacke. Auch top: Kapuzensitz, Bewegungsfreiheit.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Schlicht, funktionell. Auch Taschen zum Händewärmen gibt es. Muss gelegentlich aufgeschüttelt werden, um die Daune zu verteilen.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★☆
Top: Verarbeitung, Daune. Nicht ultrarobust: zarter 7D-Stoff, 3er-Zip.

outdoor ÜBERRAGEND

HAGLÖFS SPITZ DOWN HOOD

ROBUSTER GIPFELSTÜRMER
Die Spitz Down Hood wurde fürs Winterbergsteigen und Eisklettern entwickelt. Deshalb legte Haglöfs den Schwerpunkt auf robuste, wasserabweisende Stretchmaterialien mit nahtfreien Absteppungen, weniger auf ein minimales Gewicht. Das zeigt auch der dicke 2-Wege-Frontreißverschluss und Zipverlängerungen, die sich mit dicken Handschuhen greifen lassen. Die körpernah geschnittene Jacke engt beim Klettern nicht ein, ihre exakt einstellbare, mitdrehende Sturmkapuze überzeugt ebenfalls. Die Isolation liegt im Mittelfeld.



PREIS 370 €

FÜLLUNG 166 Gramm RDS-Daune, 800 cuin Bauschkraft, wasserabweisend imprägniert mit Nikwax

GEWICHT/PACKMASS 585 g/2,6 l

AUSSTATTUNG 2 sehr geräumige, Außentaschen, 1 Innentasche, 2 Innenfächer, Zug im Saum

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★☆☆

TRAGEKOMFORT ★★★★☆
Macht jede Bewegung mit, bequeme Kapuze, weiches Material. Raschelt aber etwas und ist nicht ganz so kuschelig wie die Klassenbesten.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Top: Ausstattung und Bedienung.

NÄSSESCHUTZ ★★★☆☆
Stark wasserabweisendes, fast nahtfreies Außenmaterial, mit Nikwax imprägnierte Daune.

QUALITÄT ★★★★★
Klasse: Material und Verarbeitung.

outdoor SEHR GUT

LA SPORTIVA SUPERCOULOIR 1000 DOWN JKT

SUPERBER KÄLTEKILLER
150 Gramm 1000-cuin-Daune, Ministege statt Steppnähte, extra dick gefüllte Kapuze: La Sportiva trimmt das gut übers Gesäß reichende Supercouloir Jacket auf optimale Isolation. Es zählt den wärmsten Modellen im Feld und wiegt dafür verhältnismäßig wenig, begeistert mit körpernahem, nicht einengendem Schnitt und exakt einstellbarer, mitdrehender Kapuze. Am Kinn schmeichelt weiches Fleece. Die Ärmel bestehen aus robusterem Recycelnylon, in den Achseln kommt luftiges Stretchfleece zum Einsatz. Praktisch: der leichtgängige Frontzip.



PREIS 500 €

FÜLLUNG 150 Gramm RDS-Daune mit 1000 cuin Bauschkraft

GEWICHT/PACKMASS 465 g/2,4 l

AUSSTATTUNG 2 recht geräumige, Außentaschen, Innenfächer, integriertes Staufach, Elastikzug im Saum, Fleecebündchen, 2-Wege-RV

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Liegt weich und geschmeidig an, engt nicht ein, sehr komfortable Kapuze, angenehmer Kinnschutz.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Verbindet funktionelle Features mit einer problemlosen Handhabung. Dient verpackt im Staufach auch als bequemes Kopfkissen.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★★
Hochwertigste RDS-Daune und Recycelfasern, klasse verarbeitet.

outdoor ÜBERRAGEND

MONTANE ANTI-FREEZE XT HOODED DOWN JACKET

DER PREIS-LEISTUNGS-TIPP
Beim Montane Anti-Freeze XT Hooded Down Jacket bekommst du sehr viel Wärme fürs Geld. Vollgepackt mit 210 Gramm wasserabweisender Daune, lässt es sich von kältefesten Personen in Pausen bis minus 17 Grad einsetzen. In Sachen Wärme-Gewichts-Verhältnis kann die Anti-Freeze XT aber nicht ganz mit der teureren Konkurrenz mithalten. Die Ausstattung lässt dagegen kaum Wünsche offen: exakt einstellbare, mitdrehende Kapuze, Fleece am Kinn, Schubtaschen zum Händewärmen. Nur eine Brusttasche fehlt. Angenehm: das weiche Recycelnylon.



PREIS 335 €

FÜLLUNG 210 Gramm wasserabweisende RDS-Daune mit 750 cuin

GEWICHT/PACKMASS 500 g/2,3 l

AUSSTATTUNG 2 sehr geräumige Außentaschen, kleine Innentasche, Elastikzug im Saum, Kragen mit Fleecefutter, 2-Wege-RV

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★☆

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Die Jacke raschelt wenig und engt nicht ein, sehr bequeme Kapuze, kuscheliger Kragen, weiches und raschelarmes Material.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Hat alles, was man braucht. Die Reißverschlüsse und Schnürzüge lassen sich einfach bedienen.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★☆
Gut verarbeitet, Recycelfasern plus Daune aus artgerechter Haltung.

outdoor SEHR GUT

NORRØNA TROLLVEGGEN SUPERLIGHT DOWN^{800} HOOD

FEDERGEWICHT FÜRS GANZE JAHR
Ob als leichter, kleinst verpackbarer Pausenschutz im Sommer, Frühjahr und Herbst oder als warme Zwischenschicht im Winter, die Norrøna Trollveggen Superlight lässt sich vielseitig einsetzen. Als Pausenjacke für klirrenden Frost eignet sie sich aufgrund der dünnen Füllung aber weniger. Die Trollveggen Superlight Down trägt sich komfortabel und ist eine der wenigen Jacken in ihrer Klasse mit vollverstellbarer Sturmkapuze. Die rechte Tasche dient auch als Packsack. Nachhaltig: Hülle aus 10D-Recycelnylon, Daune aus artgerechter Haltung.



PREIS 299 €

FÜLLUNG 81 Gramm imprägnierte RDS-Daune mit 800 cuin

GEWICHT/PACKMASS 255 g/1,2 l

AUSSTATTUNG 2 recht große Außentaschen, die rechte lässt sich als Packsack nutzen, elastischer Saum, Sturmkapuze mit großem Schild

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★☆

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Sitzt wie ein Maßanzug und macht jede Bewegung mit, die exakt einstellbare Kapuze dreht mit.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Eine der wenigen Leichtjacken mit recht vielen Features. Die Zips und der Kapuzenzug laufen geschmeidig.

NÄSSESCHUTZ ★★☆☆☆

QUALITÄT ★★★★☆
Sehr nachhaltig, sauber verarbeitet, hochwertig. Am dünnen 3er-Zip sollte man nicht zu heftig zerren.

outdoor **SEHR GUT**

PAJAK EVEREST

PRALL GEFÜLLTER WÄRMEKOKON
Pajak schickt die wärmste Daunenjacke im Feld ins Rennen. In der Hülle stecken 230 Gramm beste polnische Gänsedaune mit superben 900 cuin. Kapuze, Schultern, Ärmelaußenseiten und Bündchen bestehen aus nahtlos gefertigtem wasserfestem Material. Sehr körpernah geschnitten, macht die Everest selbst beim Klettern jede Bewegung mit, die exakt einstellbare Kapuze folgt Kopfdrehungen. Je zwei große Außentaschen und Netzinnenfächer schaffen Stauraum. Auch top: das Wärme-Gewichts-Verhältnis der in Polen hergestellten Jacke.



PREIS 619 €

FÜLLUNG 230 Gramm RDS-Daune mit 900 cuin Bauschkraft

GEWICHT/PACKMASS 545 g/2,7 l

AUSSTATTUNG 2 sehr geräumige, rucksacktaugliche Außentaschen, große Meshinnenfächer, Elastikzug im Saum, vorne kurz, hinten länger

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Sitzt wie eine zweite Haut und lässt Bewegungsfreiheit, sehr bequeme Kapuze, angenehme Materialien.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Praktische Features, mit dicken Handschuhen gut bedienbar.

NÄSSESCHUTZ ★★★☆☆
Wasserdichtes, atmungsaktives, nahtlos verarbeitetes Material an Kapuze, Schultern, Ärmelaußenseiten, Bündchen und Gesäß.

QUALITÄT ★★★★☆

outdoor **ÜBERRAGEND**

SCHÖFFEL DOWN JACKET TSCHIERVAL

DIE MISCHUNG MACHT'S
Du trägst deine Isolationsjacke gerne, während du dich mit einem Rucksack bewegst? Dann verdient das gut isolierende Schöffel Down Jacket Tschierval eine dicke Kaufempfehlung. Am Rücken, den Schultern, Ärmelinnenseiten und in den Achseln wärmen nässefeste Primaloft-Kunstfasern, ansonsten Daune. Auch der eher kurze Schnitt, der jede Bewegung mitmacht, passt zum Konzept einer Aktivjacke – so wie die exakt einstellbare Kapuze und die über dem Hüftgurt liegenden Taschen. Alles in allem ein feiner Allrounder zum recht günstigen Preis.



PREIS 300 €

FÜLLUNG Daune mit einer Bauschkraft von 800 cuin, RDS-zertifiziert, 100 g/m² Primaloft Silver

GEWICHT/PACKMASS 440 g/1,7 l

AUSSTATTUNG Außentaschen: 3, eine davon auf der Brust, Elastikzug im Saum, 2-Wege-RV

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★☆

TRAGEKOMFORT ★★★★★
Anschmiegsam und kuschelig, top Bewegungsfreiheit, sehr bequeme, mitdrehende Kapuze.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Hat alle Features, die man wirklich braucht. Einfache Bedienung.

NÄSSESCHUTZ ★★★☆☆
Sehr durchdachte Kombination aus nässefester Primaloftfüllung und kuscheliger Daune.

QUALITÄT ★★★★☆
Sauber verarbeitet und robust.

outdoor **SEHR GUT**

ADIDAS TERREX XPERIOR PRIMALOFT LOOSE FILL HOODED JACKE

PREISWERTER ALLROUNDER
Adidas kombiniert bei der Terrex Xperior herkömmliche Primaloft-Kunstfasern (Rumpf- und Ärmelinnenseiten) mit dem neuen, daunenähnlichen Rise Loose Fill. Dessen Bauschkraft (650 cuin) liegt auf dem Niveau sehr guter Daunenfüllungen. Durch die vielen Absteppungen isoliert die aus Recycelfasern hergestellte Jacke nicht ganz so stark, eignet sich dafür aber auch gut für den Einsatz während schweißtreibender Aktivitäten bei klirrendem Frost. Die nicht verstellbare Kapuze passt gut unter die einer Regenjacke oder unter einen Helm.



PREIS 200 €

FÜLLUNG Primaloft Rise Loose Fill mit 650 cuin Bauschkraft

GEWICHT/PACKMASS 465 g/2,4 l

AUSSTATTUNG 2 geräumige Außentaschen, das Netzfach im Innern dient auch als Packtasche, der Saum besitzt einen Elastikzug

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★☆☆☆

TRAGEKOMFORT ★★★☆☆
Komfortabel, aber nicht ganz so kuschelig, die Kapuze dreht nicht mit. Dafür macht die Jacke selbst beim Klettern jede Bewegung mit.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Schnörkellos, aber funktionell. Die Bedienung klappt problemlos.

NÄSSESCHUTZ ★★★☆☆
Die vielen Steppnähte geben Abzug.

QUALITÄT ★★★★☆
Füllung und Hülle bestehen aus Recycelfasern, gut verarbeitet.

outdoor **GUT**

MAMMUT CRAG IN HOODED JACKET

SOLIDES SCHWERGEWICHT
Loopinsulation nennt Mammut die neue Kunstfaserfüllung, die aus den Produktionsresten aus der Kletterseilherstellung entsteht. Auch die Hülle besteht aus Recycelfasern. Trotz dicker Dämmung und weniger Absteppungen landet das verhältnismäßig schwere Crag In Hooded Jacket im Kriterium Wärmeleistung nur im Mittelfeld, durch den nicht hinterlegten Frontzip und am nicht verstellbaren Saum zieht es. Die Taschenzips verklemmen sich gelegentlich in der Abdeckung. Gut hingegen: die exakt einstellbare, dicke Kapuze, die mitdreht.



PREIS 200 €

FÜLLUNG 300 Gramm Loopinsulation (Loose Fill), hergestellt aus Resten der Mammut-Kletterseilproduktion

GEWICHT/PACKMASS 640 g/2,3 l

AUSSTATTUNG je 2 ausreichend große Außentaschen und Innenfächer, zu locker sitzender Saum

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★☆☆☆

TRAGEKOMFORT ★★★☆☆
Nicht ganz so anschmiegsame, verhältnismäßig schwere Jacke, die bei Bewegungen über Kopf spannt. Gut: die exakt einstellbare Kapuze.

AUSSTATTUNG ★★☆☆☆
Der fehlende Saumzug und die sich gelegentlich verklemmenden Taschenzips geben Abzug.

NÄSSESCHUTZ ★★★★☆

QUALITÄT ★★★★☆
Füllung und Hülle bestehen aus Recycelfasern, sauber verarbeitet.

outdoor **GUT**



MOUNTAIN EQUIPMENT OREUS JACKET

INNOVATIVER ÜBERFLIEGER
Auch andere Isolationsjacken bieten eine hochatmungsaktive metallbedampfte Schicht zwischen Innen- und Außenhülle, die Körperwärme wie eine Rettungsdecke reflektiert. Der Geniestreich beim Oreus Jacket besteht darin, die Stränge der Kunstfaserisolierung in Handarbeit (!) durch Schlitze in der Reflexionsbahn zu fädeln. Das fixiert die Füllung ohne Steppnähte – die Kältebrücken bilden. Die Oreus glänzt mit dem besten Wärme-Gewichts-Verhältnis aller bisher von uns getesteten Synthetikjacken und überzeugt in jedem Detail – der Testsieger.



PREIS 400 €

FÜLLUNG Aetherm-Isolation, ohne Kältebrücken mit der wärmereflektierenden Lage verwoben

GEWICHT/PACKMASS 415 g/2,6 l

AUSSTATTUNG 2 sehr geräumige Außentaschen, 1 Brusttasche, Elastikzug im Saum, 2-Wege-RV

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★★

TRAGEKOMFORT ★★★★☆
Fällt durch das niedrige Gewicht und die flauschige Füllung kaum auf, raschelt aber etwas. Top Bewegungsfreiheit, bequeme Kapuze.

AUSSTATTUNG ★★★★★
Bis ins Detail durchdacht und mit dicken Handschuhen bedienbar.

NÄSSESCHUTZ ★★★★☆

QUALITÄT ★★★★☆
Höchst innovative Konstruktion, die sehr aufwendige Handarbeit erfordert. Hülle aus Recycelstoff.

outdoor ÜBERRAGEND

RAB CIRRUS ULTRA ISOLIERTE KAPUZENJACKE

LEISTUNGSFÄHIGER ALLROUNDER
Durchdacht: An den Schultern der Cirrus Ultra verarbeitet Rab Primaloft-Kunstfaservlies, das nicht verrutscht und stark wasserabweisend ist. Rumpf, Kapuze und Arme haben Kammern – was einen sportiven Schnitt ermöglicht. Die Füllung aus Primaloft Thermoplume+ mischt fedrige Faserbüschel mit daunenähnlichen Bällchen. Dadurch wiegt sie bei gleicher Isolation 20 Prozent weniger als der Vorgänger. Zusätzlich gibt es am Rumpf ein die Körperwärme reflektierendes Vlies. Die Cirrus Ultra isoliert stark, wiegt recht wenig und trägt sich komfortabel.



PREIS 290 €

FÜLLUNG 247 g Primaloft Thermoplume+, wärmereflektierende Lage

GEWICHT/PACKMASS 565 g/2,9 l

AUSSTATTUNG 4 sehr geräumige Außentaschen, die rechte untere dient auch als Packsack, Elastikzug im Saum, 2-Wege-RV, Sturmkapuze

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★★☆

TRAGEKOMFORT ★★★★☆
Die geschmeidigste, kuscheligste Kunstfaserjacke macht jede Bewegung mit. Die Kapuze könnte aber noch etwas besser mitdrehen.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Bietet durch vier geräumige Außentaschen sehr viel Stauraum, alle Zips und Züge laufen geschmeidig.

NÄSSESCHUTZ ★★★★☆

QUALITÄT ★★★★☆
Füllung und Hülle bestehen aus Recycelfasern, top verarbeitet.

outdoor SEHR GUT

VAUDE NEYLAND ISOLATIONSJACKE MIT KAPUZE

NACHHALTIGER PREISTIPP
Wer eine preiswerte, warme Kunstfaserjacke fürs gemütliche Wandern, Rodeln oder für den Weihnachtsmarktbummel auch bei klirrendem Frost sucht, liegt mit der Vaude Neyland richtig. Ihre kräftige, wasserabweisende Primaloftfüllung heizt einem ordentlich ein, in den Taschen umschmiegt Fleece die Hände. Die Kapuze besitzt keine Verstellung, sitzt aber dennoch komfortabel. Für Grammzähler eignet sich die Neyland allerdings weniger. Um die Jacke einfach wiederverwerten zu können, besteht sie fast komplett aus Recycelpolyester.



PREIS 200 €

FÜLLUNG 170 g/m² Primaloft Black Insulation Rise 100 % Pure aus CO_2-minimierter Herstellung

GEWICHT/PACKMASS 670 g/3,5 l

AUSSTATTUNG 2 ausreichend große, Fleece-gefütterte Außentaschen, 1 Innentasche, Zug im Saum

TEMPERATURLIMIT IN BEWEGUNG
10 0 –10 –20 –30 –40

TEMPERATURLIMIT IN RUHE
5 0 –5 –10 –15 –20 –25

WÄRME/GEWICHT ★★★☆☆

TRAGEKOMFORT ★★★★☆
Fühlt sich leichter an, als sie ist, hoher Kuschelfaktor. Beim Wandern engt die Jacke nicht ein, beim Klettern spannt sie. Bequeme Kapuze.

AUSSTATTUNG ★★★★☆
Praktisch und gut bedienbar.

NÄSSESCHUTZ ★★★★☆

QUALITÄT ★★★★★
Konsequent auf Nachhaltigkeit getrimmt: Besteht fast komplett aus Recycelpolyester und lässt sich einfach wiederverwerten.

outdoor SEHR GUT

ANZEIGE

GEPRÜFTE QUALITÄT

GORE-TEX Handschuhe erfüllen höchste Ansprüche an Performance und Wetterschutz. Sie werden auf Basis fundierter wissenschaftlicher Forschung entwickelt und getestet.

Auch ein einfacher Spülhandschuh ist dicht. Doch bei Outdoor-Handschuhen besteht die Kunst darin, eine dauerhaft wind- und wasserdichte, atmungsaktive Technologie mit bestmöglicher Beweglichkeit und Feinfühligkeit für die Finger zu kombinieren. Zudem muss die Isolation zum Einsatzbereich passen: Bei Frost oder nasskaltem Wetter sind Handschuhe oft überlebenswichtig – wenn die Finger vor Kälte erstarren, ist man handlungsunfähig. Weitere Herausforderung: Jede Aktivität, ob Skitourengehen, Wandern, Bergsteigen, Trailrunning oder Biken, stellt unterschiedliche Ansprüche an Handschuhe. Deshalb hat GORE-TEX spezielle Technologien entwickelt: für die Extraportion Wärme, für mehr Grip oder zusätzlichen Klimakomfort – ideal, wenn die Hände bei dauerhaft starker Anstrengung trocken bleiben müssen, um nicht zu unterkühlen. GORE-TEX testet Handschuhe in eigenen Labors auf Basis wissenschaftlicher Forschung während der Entwicklung der Prototypen und in der Produktion. Das garantiert die bestmögliche Performance und Qualität.



GUARANTEED TO KEEP YOU DRY

Die legendäre schwarze Raute steht für wasserdichte, winddichte und atmungsaktive Produkte mit GORE-TEX. Sie bieten die einzigartige, lebenslange Zufriedenheitsgarantie, dass sie dauerhaft wasser-, winddicht und atmungsaktiv sind.

KLIMA-TEST

Das Prüfgerät rechts misst die Menge an Wasserdampf, die durch einen GORE-TEX Handschuh entweicht. Das zeigt, wie atmungsaktiv er ist.

STABILITÄTS-CHECK

Futter und Fingereinsätze müssen dauerhaft fest am Obermaterial befestigt sein, damit das Feingefühl erhalten bleibt. Das prüft man mit dem sogenannten Futterrückhaltetest.

WASSER-PRÜFUNG

Zur Dichtigkeitskontrolle werden die in Wasser eingetauchten GORE-TEX Handschuh-Inserts mit Druckluft aufgepumpt. Gäbe es ein Leck, würden Luftblasen aufsteigen.

SAUBERE SACHE

Die richtige Pflege erhält die Leistungsfähigkeit deines GORE-TEX Handschuhs und verlängert die Lebensdauer. Hier steht, wie es geht. Plus: weitere Infos zu GORE-TEX Handschuhen.

Häufig reichen beim Wandern, Biken, Skitourengehen, Langlaufen oder im Alltag winddichte, stark wasserabweisende, aber nicht wasserdichte Handschuhe. Die dafür entwickelte Technologie heißt WINDSTOPPER® by GORE-TEX Labs, erkennbar am weißen Rautenlogo. WINDSTOPPER Handschuhe sind extrem atmungsaktiv und feinfühlig.

Advent, Advent ...

1



TATONKA
PYROX 40+10 WOMEN

Mit seinem an die weibliche Anatomie angepassten Frame-Comfort-Light-Tragesystem und seiner umfangreichen Ausstattung ist der Tourenrucksack Pyrox 40+10 Women von Tatonka der ideale Begleiter für Hüttentouren und kurze Trekkingtrips. **Wert: 230 €.**

2

ZAJO
LOFER JACKET

Das Lofer Jacket ist der perfekte Begleiter für den nächsten Trip. Dank der 700-cuin-Entendaune hält es wunderbar warm, wiegt mit 450 Gramm aber sehr wenig. Clever: An feuchtigkeitsempfindlichen Stellen schützt eine synthetische Primaloft-Isolierung vor Kälte. **Wert: 170 €.**



3



EVIL EYE
TRAILSENSE

Die neue evil eye trailsense wurde speziell für den Einsatz auf dem Trail konzipiert – für noch mehr Speed, Tragekomfort und Sicherheit. Die Halbrandbrille bietet eine perfekte Sicht, sitzt fest und ist mit nur 33 Gramm ein echtes Leichtgewicht. **Wert: ab 219 €.**

4



SCARPA
RUSH TRK LT GTX

Der leichte, wasserdichte Rush TRK LT GTX eignet sich ideal für anspruchsvolle Touren und garantiert ermüdungsfreies Wandern. Sein Schnürsystem sorgt für perfekten Halt und eine optimale Positionierung deines Fußes bei jeder Belastung. **Wert: 220 €.**

9

TEUFEL
ROCKSTER GO 2

Mit robustem Gehäuse in drei Farbvarianten, langer Akkulaufzeit ist der ROCKSTER GO 2 für jedes Abenteuer zu haben. Er spielt selbst im strömenden Regen und lässt sich mittels flexibler Trageschlaufe sowie 1/4-Zoll-Gewinde zudem nahezu überall fixieren. **Wert: 150 €.**



10



ESCHENBACH OPTIK
ADVENTURE D 8 X 26

Kompakter Allrounder: Das wasserfeste Fernglas adventure D 8 x 26 von Eschenbach Optik ist für Naturabenteuer wie geschaffen.Mehrschichtvollvergütete Linsen und hochwertige BaK-4-Prismen sorgen für eine brillante und farbechte Abbildung. **Wert: 159 €.**

11



COLUMBIA
ARCTIC CREST DOWN HOODED JACKET

Das Obermaterial aus Ripstop-Nylon und die Isolierung aus RDS-zertifizierter 700-cuin-Gänsedaune sind transluzent und leiten wärmendes Sonnenlicht auf das schwarze Foliemuster im Innern – für noch mehr Wärme. **Wert: 330 €.**

12

PETZL
SWIFT RL

Die überarbeitete SWIFT RL bietet 1100 Lumen und eine Rotlicht-Funktion. Dank Reactive-Lighting-Technik passt sie sich automatisch an die aktuelle Lichtsituation an, ganz ohne manuelles Verstellen – der perfekte Begleiter für dein nächstes Abenteuer! **Wert: 120 €.**



17

BLACKYAK
JAVARI JACKET

Minimalismus trifft auf maximale Funktion: Dank Gore-Tex® Active Shell vereint das Javari Jacket besten Wetterschutz mit top Trage- und Klimakomfort. Das kleine Packmaß und geringe Gewicht von nur 170 Gramm macht sie zur top Wahl zum Immer-Dabeihaben. **Wert: 250 €**



18



YETI
ROADIE 24

Die Roadie® 24 – eine Kühlbox für jedes Abenteuer! Durch das hohe, schmale Design kannst du sie überall mit hinnehmen. Die hochwertige Isolierung hält den Inhalt über Tage hinweg gekühlt. Gefertigt aus nur einem Guss, ist die Roadie praktisch unzerstörbar. **Wert: 250 €.**

19



VAUDE
MONVISO 20

Kompakter Rucksack mit umfangreicher Ausstattung für Freeride und Variantenfahren. Flaches Design für einen körpernahen Sitz und Lifttauglichkeit, variable Befestigungsmöglichkeit für Ski und Snowboard. Hauptmaterial: 100 % recyceltes Polyamid. **Wert: 130 €.**

20

DEVOLD
EXPEDITION MERINO SILK BASELAYER

Wollpionier Devold kombiniert beim neuen Expedition Merino Silk Baselayer Merino mit Seide. Die Seide verbessert die Abriebfestigkeit, den weichen Griff des Kleidungsstücks und den Schweißtransport. Reine Naturfaser, in Europa produziert. **Wert: 120 €.**



ANZEIGE

Online mitspielen und wertvolle Preise gewinnen – bei unserem Adventskalender kannst du vom 1. bis zum 24. Dezember mitmachen. Dazu einfach auf der *outdoor*-Homepage das tagesaktuelle Türchen anklicken und an der Verlosung teilnehmen. Viel Glück! **www.outdoor-magazin.com/adventskalender**

5



VANGO
THERMOCORE XPD

Die wärmste 4-Jahreszeiten-Trekkingmatte von Vango bietet ultimativen Schlafkomfort. Ihr vertikales Design maximiert den Schlafbereich und speichert Wärme durch Aluminium-Reflexionstechnologie. Aus recyceltem Nylon, leicht und komprimierbar. **Wert: 175 €.**

6

MINOX
X-ACTIVE 8 X 33

Hohe Detailwiedergabe und klare Farben – mit dem dank Stickstofffüllung beschlagfreien, bis fünf Meter wasserdichten MINOX X-active 8 x 33 bist du mitten im Geschehen. Erlebe die Natur hautnah dank 8-facher Vergrößerung und angenehmem, 140 m breitem Sehfeld. **Wert: 287 €.**



7



WRIGHTSOCK
MERINO ESCAPE

Die Wandersocke besteht aus einer Merino-Außen- und einer synthetischen Innensocke. Die doppellagige Konstruktion minimiert Reibung und beugt Blasen vor, Wolle sorgt für Wärme, die Dri-Wright-Faser leitet Feuchtigkeit vom Fuß weg – für kühle Tage perfekt. **Wert: 30 €.**

8

MOUNTAIN EQUIPMENT
BRALDU HOODED JKT

Die kuschelig-warme Kapuzenjacke aus Pontetorto® Tecnowool, einem Mischgewebe aus recycelter Wolle und Fleece, trägt sich sehr angenehm, ist besonders atmungsaktiv und dabei äußerst strapazierbar. Ideal für aktive Tage am Berg und gemütliche Abende auf der Hütte. **Wert: 200 €.**



13



SOTO
THERMOSTACK COMBO

Leichtes, 8-teiliges Kochset aus zwei Bechern (Titan, Edelstahl), die ineinandergesteckt zu einem Isolierbecher werden, und einem 750 ml Topf. Er ist anodisiert, was ein Anhaften verhindert; dank Isolierhülle bleiben Speisen warm. Ideal für Grammjäger! **Wert: 85 €.**

14

HAGLÖFS
MIMIC ALERT JACKET

Dank besonders leichter Mimic-Silver-Sheet-Isolation bietet die Jacke hohen Klimakomfort an jedem Tag – auch als leichte Zwischenschicht. Der hohe Stretchanteil sorgt für Bewegungsfreiheit und besten Sitz in jeder Situation. **Wert: 210 €.**



15



UQUIP
INFINITY

Superleicht und klein verpackt wird der Uquip Infinity auch auf langen Wegen nie zur Last. Ein fester Stand, robustes Alugestänge sowie solides Ripstop-Polyester sorgen für top Sitzkomfort. Der Packsack lässt sich zudem als Tasche für Kleinkram nutzen. **Wert: 70 €.**

16

RAB
DEPOT 25

Der Depot 25 ist genau richtig für alle, die einen vollen Tag vor sich haben. Mit seiner wasserdichten Laptophülle, Organizerfächern und einem Tabletfach ist der vielseitige, robuste Daypack ideal für die City, Kurztrips, aber auch für den Einsatz in freier Natur. **Wert: 140 €.**



21



BRESSER
PIRSCH 10 X 34

Die Natur mit dem Bresser-Pirsch-10 x 34-Fernglas entdecken! Dank der 10-fachen Vergrößerung und edlen Mehrschichtvergütung genießt du gestochen scharfe Bilder. Kompakt, leicht und wasserdicht – der perfekte Begleiter für Outdoor-Abenteuer! **Wert: 149 €.**

22

SEA TO SUMMIT
REACTOR LINER

Dieses Inlett von Sea to Summit wird das Herzstück deines Schlafsystems. Es sorgt für zusätzliche Wärme und Hygiene. Die Fußbox mit Kordelzug lässt sich für optimalen Komfort öffnen. Mit Geruchskontrolltechnologie für längere Frische. Top: Er wiegt nur 268 g. **Wert: 75 €.**



23



DOLOMITE
CAREZZA LEATHER MID

Der Carezza Leather Mid WP ist ein nachhaltig produzierter Schuh aus LWG-zertifiziertem Wildleder. Mit wasserdichter Membran, stützendem Schaft und guter Polsterung bietet der für Frauen und Männer erhältliche Schuh Komfort und Schutz bei kaltem Wetter. **Wert: 180 €.**

24

MONTANE
TORREN JACKET

Das Torren Jacket (ISPO Award 2024) verfügt über die innovative PFC-freie Petrichor-Membran, besteht aus recyceltem Nylon und ist atmungsaktiv sowie wasserdicht. Einsatzbereich: alpine Aktivitäten wie Skitouring. **Wert: 350 €.**



Schaffen wir es bis zur Donau?

Zwei Mann und das Projekt, sich auf der Schmutter 60 Kilometer mit dem Packraft bis nach Donauwörth durchzuschlagen. Aber der Fluss hält dagegen.



TEXT: **GUNNAR HOMANN** | FOTOS: **JENS KLATT**

Die Schmutter, das muss man sagen, ist nicht der bekannteste aller deutschen Flüsse. Auch in Paddlerkreisen könnten wahrscheinlich nur wenige sagen, wo sie verläuft, geschweige denn auf Erfahrungen zurückblicken. Ich weiß genau genommen nur von zwei Leuten, die ein Stück auf ihr zurückgelegt haben. Der eine ist Biberklaus, ein gemütlicher Typ auf Youtube, und der andere der Fotograf Jens Klatt, bei dem die Schmutter fast vor der Haustür entlangfließt. »Schmutti« nennt er sie. Manchmal paddelt er ein Stündchen mit dem SUP darauf herum, vorzugsweise am frühen Morgen zu Fotografenuhrzeiten. Aber länger war auch er noch nie auf ihr unterwegs, obwohl die Schmutter von ihrer Quelle bei Sebnitz bis zur Mündung in die Donau bei Donauwörth 96 Kilometer Wasser zur Verfügung stellt. Immer Richtung Norden und westlich an Augsburg vorbei. Und jetzt wollte Jens sich wenigstens mal die zweite Hälfte ansehen und sich auf ihr zur Donau durchschlagen. Von 40 Kilometern und zwei Tagen war die Rede. Der Plan: von seiner Haustür im Hinterland von Gablingen zu Fuß und mit dem Zug zum »Bach« (echte Paddler nennen alle Flüsse Bach, selbst den Amazonas), und dann los. Und weil ich dieses Jahr noch überhaupt nicht paddeln war, wollte ich unbedingt mit. Einmal im Jahr muss man mit Jens auf Expedition, sonst wird man wahnsinnig.

Ausrüstung für ganz harte Typen

Wir haben Packrafts im Rucksack, aufblasbare, 5,5 Kilo leichte Boote, die für die Wildnis Nordamerikas entwickelt wurden, für

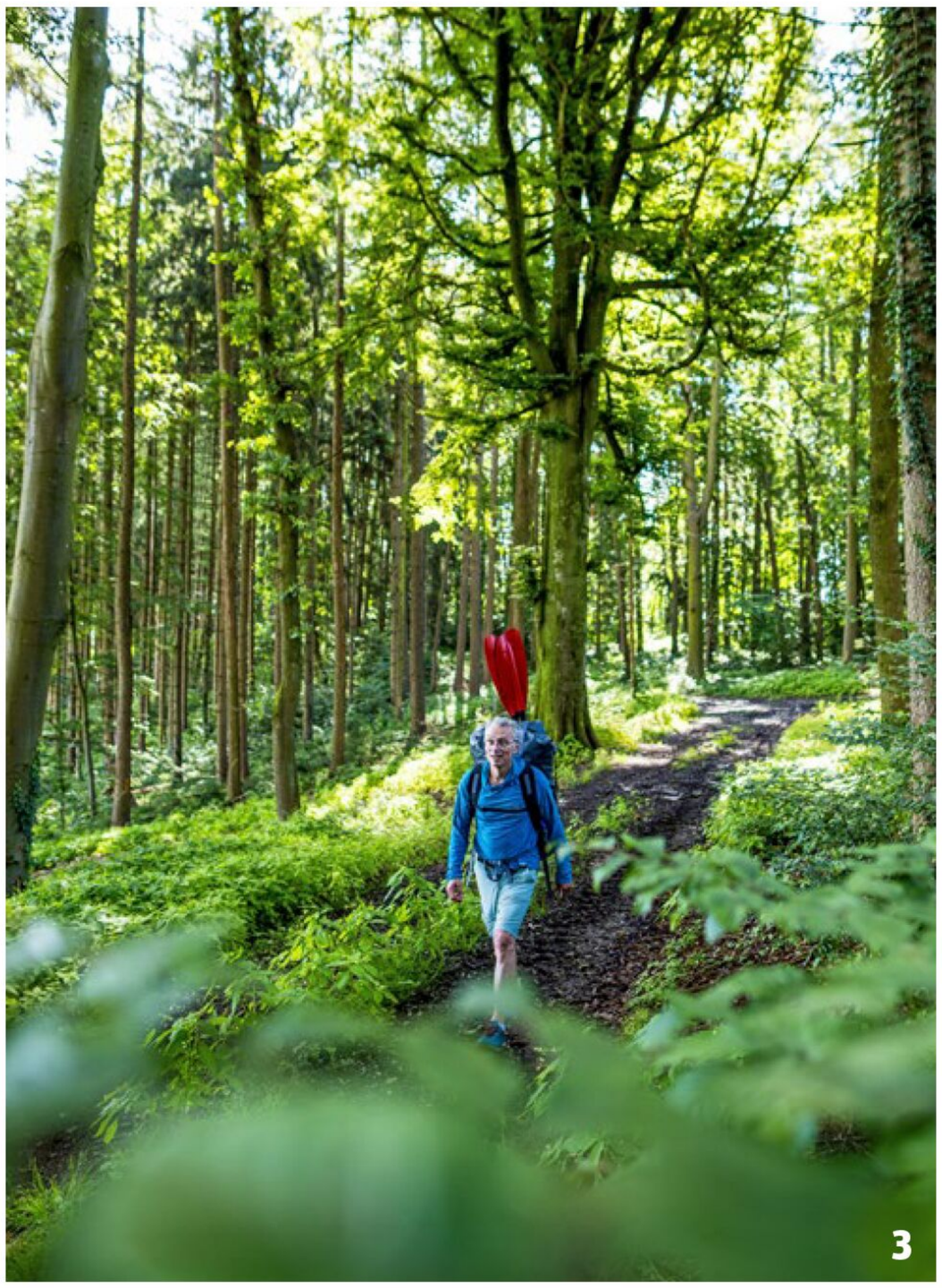
Balanceakt mit dem Raft im Schlepptau.Anders geht's im Schwemmholz nicht weiter.



1 Schmutter-Alltag: das Boot ablassen und festmachen, dann wieder hoch und den Rest holen.



2 Der Fluss legt sich in unzählige Schleifen, das Tempo in den breiten Rafts hält sich in Grenzen.



3 Im Rucksack hat sogar noch der Proviant fürs Wochenende Platz, nur die Paddel müssen außen dran.

richtig harte Typen, die sich auf ihrem Weg durch den Busch nicht durch einen Wildbach oder einen unerwartet auftauchenden See aufhalten lassen wollen. Auch wir machen es uns nicht leicht und wandern vom Klattschen Domizil bei Gablingen über eine Erhebung der Westlichen Wälder gen Süden. Wir halten uns in Richtung der Ebene, die der Lech geschaffen und in die sich, wie Jens es ausdrückt, die Schmutter »irgendwann reingezeckt« hat. Der Expeditionsleiter schreitet voran und erzählt, ich versuche derweil den Umstand zu übersehen, dass die Westlichen Wälder durch die kräftigen Regenfälle in diesem Juli vollkommen zugewuchert sind – Jens beteuert jedenfalls mehrmals, dass hier vor noch einer Woche ein »ganz normaler Weg« gewesen sei. Und es sei ja auch ganz lustig, umgarnt von Zecken und Mücken immer wieder mit den Paddeln am Rucksack an Bäumen und im Unterholz hängenzubleiben. »Mir sind ja Brennnesseln fast lieber als Brombeeren«, sagt er. So ähnlich geht es meistens mit Jens.

Dann aber müssen wir die Rafts nur noch ein paar Kilometer durch die Lechebene nach Neusäß buckeln, von wo uns ein brennnesselfreier Zug nach Gessertshausen bringt. Ein Stück vom Bahnhof entfernt beginnt inmitten von Wiesen und Feldern jener Abschnitt der Schmutter, in dem sie sich so oft windet, dass man den Eindruck gewinnt, sie habe nicht die geringste Lust, jemals Donauwörth zu erreichen. So ganz sicher, ob es bis dort wirklich nur vierzig Kilometer sind, bin ich mir beim Blick auf die Karte allerdings nicht. Ich konfrontiere die Expeditionsleitung. »Na ja«, sagt Jens. »Vielleicht sind es auch sechzig.« Na dann, denke ich und lasse das leidlich gut aufgeblasene Raft im Schatten einer alten Weide steil die Böschung hinab in den Fluss, den sie Schmutter nennen.

Es ist eine Frage der Zeit, bis man auf einer solchen Expedition nass wird. Aber dass es gleich beim Reinsetzen passiert, damit habe ich nicht gerechnet. Das Wasser kommt von unten, nicht viel, aber es reicht für einen nassen Hintern. »Unter dem Sitzpolster sind ein paar Löcher im Boden, war mir auch nicht klar«, sagt Jens, der im Gegensatz zu mir schon echte Kanuexpeditionen gemacht hat und wahrscheinlich einen Baumstamm stehpaddeln könnte. An Packraft-Erfahrung hat er mir aber auch nur hundert Meter Versuchsstrecke vom Vortag voraus. Der Leiter behauptet, man brauche die Löcher, damit dort ins Boot schwappendes Wildwasser ablaufen könne. Nur ist die Schmutter nicht wild, allenfalls Null Komma sechs auf der bis sechs reichenden Skala. Und sobald man das Boot beim Einsteigen ungleich belastet, drückt Wasser hoch. Aber meinetwegen auch das.



Volle Kraft voraus: Expeditionsleiter Klatt (l.) zieht mächtig am Paddel.

Schwarzerlen säumen das Ufer, sie schirmen die Schmutter gegen die Wiesen und Felder ab. Wir lassen uns bereitwillig verschlucken von dieser Welt, paddeln stetig auf dem fünf, sechs Meter breiten Fluss, lauschen dem Wind in den Bäumen und den Vögeln. Die Rafts, gerade mal 2,30 Meter lang und einen Meter breit, reagieren empfindlich auf jeden Paddelschlag, der Bug tänzelt hin und her. Ein schöner Geradeauslauf sieht anders aus, wir fahren nicht das Tempo, das wir von langen, schlanken Kajaks gewohnt sind. Zumal die Schmutter kaum Strömung hat, aber doch noch genug, um uns in ihren zahlreichen Biegungen nach außen zu tragen, was energische Gegenarbeit mit dem Paddel erfordert.

Die schwimmenden Gärten

Nach kaum anderthalb Kilometern steckt die Expedition in der Krise. Ein Baum hat sich quer über das Wasser gelegt, das Hochwasser im Juni hat zehn Meter Schwemmholz davor getrieben. Die schwimmenden Gärten der Schmutter. »Außenrum«, sage ich und mache mich daran, das Raft die Böschung hinaufzuziehen. Jens will irgendwie über das Schwemmholz. »Wir sehen uns. Und wenn nicht, dann sag meiner Frau, dass ich sie liebe.«

Meine Böschung steht voller Brennnesseln. Und sie ist steil. Die Chancen, hier auf halbem Weg auszurutschen, stehen hervorragend. Vielleicht gar nicht so dumm, was der Leiter macht. Der hat im Schwemmholz einen parallel zum Ufer liegenden Baumstamm ausgemacht, auf dem balancierend er das Raft hinter sich herzieht.

Alles in allem dauert es zwanzig Minuten, bis wir wieder zwischen Schwarzerlen und alten Weiden dem verschlungenen Lauf der Schmutter folgen können.

»Wir sehen uns. Und wenn nicht, dann sag meiner Frau, dass ich sie liebe«, gibt Jens mir auf den Weg.

Am ersten Tag sehen wir vom Fluss aus Häuser höchstens in der Ferne, am zweiten kommen sie wieder näher.

Von Störchen beobachtet, passieren wir am Nachmittag Schloss Gablingen.

Wir sehen Bussarde und Graureiher, entdecken immer wieder Biberlöcher und angenagte Stämme. Die ganze Zeit über ducken wir uns unter Bäumen weg, die über den Bach hängen, nehmen Spinnen, Schnecken, Marienkäfer und kleine unbekannte giftgrüne Insekten mit an Bord, lassen uns von Bremsen stechen und vom blauen Schillern der Libellen faszinieren. Und immer wieder müssen wir aus dem Boot, um Baumstämme zu überwinden oder auch mal ein Wehr zu umtragen. Ich rutsche in einer Böschung im Schlamm aus und komplett ins Wasser. Die Expedition ist eine dreckige, nasse Angelegenheit, aber es ist ein warmer Sommertag, und wir folgen einem unbegradigten Stück Fluss, das wir uns den ganzen Tag lang nur mit einem Angler teilen. »Was geht denn so?« – »Olles! Korpfen, Ool, Schleie …«

Ab und zu schaut mal die Spitze eines Kirchturms über das Schilf, ansonsten: Fluss, Baum, Vogelgezwitscher. Kurve um Kurve »horsten« (Klatt) wir weiter. Doch je älter der Tag wird und je tiefer die Sonne sinkt und je länger wir in den Rafts vor uns hin rackern, desto mehr sickert bei mir die Einsicht ein: Bis zur Donau werden wir es an diesem Wochenende nicht schaffen. Never ever. Zu träge die Rafts, zu häufig der Baumstamm, zu steil die Böschung.

Ich bin nicht wenig erleichtert, als der Expeditionsleiter am nächsten Morgen eine neue Devise ausgibt. Wir seien auf Höhe Gablingen gestartet, also müssten wir da jetzt eben auch wieder hinhorsten. Sagt es, springt bäuchlings auf sein Raft und macht die albernsten Verrenkungen, um seine Paddelschuhe im Wasser säubern zu können. »Schlamm im Raft geht gar nicht«, ruft er. Ich aber sage: Da kann er genauso gut im weißen Anzug nach Wacken gehen.

Die Sonne entfaltet schon früh ihre Kraft, die Luft in den Booten dehnt sich, das macht sie schön prall. Die Ufer geben sich heute offener, wir sehen jetzt mehr Häuser als gestern, Orte wie Hainhofen und Ottmarshausen liegen friedlich in der Ebene.

Vor Hammel gilt es ein Sägewerk zu umtragen. Die Schmutter zählt nicht zu den Komfortbächen, auf denen einem zu solchen Gelegenheiten Aus- und Einstiegsstellen helfen. Das Ufer erweist sich einmal mehr als steil, vielleicht vier Meter hoch und dicht bewachsen. Die einzige Chance: einen umgekippten Baum schräg hinaufbalancieren und die Rafts hinterherziehen. Jens, der bis eben noch zur Weltlage referiert hatte (»ungünstig«), unterbricht seine Ausführungen selbst auf dem Stamm nicht und meldet oben angekommen dichten, mannshohen Brennnesselwald, »aber davon hatten wir bisher ja auch viel zu wenig«. Wir queren eine Straße und stoßen auf eine Schreinerei, hinter der wir die Fortsetzung der Schmutter vermuten. Neben der Schreinerei weitet sich ein Kornfeld, und darin verläuft eine Traktorspur. Ich wollte schon immer mal bei Hitze ein orangefarbenes Boot, ein Paddel und einen Materialsack durch Roggen schleppen und mich dabei von Bremsen stechen lassen.

Nicht weit hinter der Schreinerei weitet sich der Fluss, seine Kurven werden länger, wir hören Motoren brummen, tauchen unter einer Autobahnbrücke hinweg. Vielleicht macht es auch gar nichts, dass wir uns nicht bis zur Donau durchschlagen, das schönste Stück scheint vorbei zu sein. Und während wir auf einer kleinen Schwallstrecke Richtung Gablingen schaukeln und all die Biegungen, Bussarde und Baumstämme vor meinem inneren Auge Revue passieren, denke ich: ganz schön anstrengend. Aber ich würde jederzeit wieder ein Wochenende lang den Schmutters dieser Welt folgen. Und seien es nur dreißig Kilometer. ❮





1 Der Nachteil an Paddeldexpeditionen: dass sie an Land noch anstrengender sind als auf dem Wasser.

2 Nahrungsergänzungsmittel aus der Natur – die Kirschen hängen in Pflückhöhe über dem Wasser.

Auf den Fluss und in die Wälder

Welche Details ein Packraft auszeichnen und was ihr sonst noch fürs Abenteuer auf dem Wasser benötigt.



EIN WENIG STÜTZENHILFE

Das Rückenpolster lässt sich über Riemen vor- und zurückstellen. Es unterstützt beim Paddeln die Muskulatur, wer müde wird, lehnt sich auch mal ganz hinein.

MATERIALKAMMER

Beim Modell Neutron des Herstellers NRS dient der gesamte Schlauch des Rafts als riesiger Stauraum. Zugänglich ist er über einen wasser- und luftdichten Reißverschluss. Nachteil: Geht man an sein Gepäck, heißt es anschließend wieder aufpumpen. Preis: 1245 Euro, nrs.com

ÜBERS KNIE GELEGT

Schenkelgurte sorgen für eine bessere Verbindung zwischen Mensch und Boot, was wiederum den Vortrieb verbessert.

SITZPOLSTER

Genau wie der Schlauch wird auch das Sitzpolster mit Luft aufgepumpt. Darunter befinden sich vorne und hinten Löcher, über die an Bord geschwapptes Wasser abfließen kann.

BEFÜLLSTATION

Über einen großen Sack zum Zusammendrücken wird das Boot mit Luft befüllt. Als Verbindung zwischen Sack und Ventil kommt ein kurzes Plastikrohr zum Einsatz.

1



1| PACEMAKER

Rafts sind sehr breit, deswegen sollte das Paddel länger sein als für ein schlankes Kanu: um die 210 Zentimeter etwa. Für den Transport muss es sich zudem in der Mitte teilen lassen.

2| REGENKOMBI

Wenn es windet, schüttet oder kühler wird, kommen Paddelhose und -jacke zum Einsatz. Als Wärmeeinheit muss darunter noch ein Fleece passen, ohne die Bewegung einzuschränken.

3| TRANSPORTEINHEIT

Das zusammengerollte Raft trägt sich am besten in einem wasserdichten Packsack mit Tragesystem. Bei einer Größe um die 100 Liter passt auch das übrige Gepäck noch mit hinein.

4| GUT ZUM FUSS

Mit ihrer Profilsohle bieten Neoprenschuhe in Flussbetten und Böschungen mehr Halt als die blanken Füße. Sie wärmen in eiskaltem Wasser und schützen vor Verletzungen durch Steine.

5| AUF NUMMER SICHER

Bei einer Kenterung sorgt eine Schwimmweste für Auftrieb. Kurze Modelle haben den Vorteil, dass sie nicht auf dem Rückenpolster des Rafts aufsitzen und es sie nicht nach oben schiebt.

2



3



4



5



Pamela Reif: So wirst auch du top-fit!

Deutschland Fitness-Königin im Interview mit Women's Health.

Lies nach ab Seite 19.

„Für mich ist Yoga der Schlüssel zu einem rundum guten Körpergefühl. Und diese Übungen haben mich auf ein ganz neues Energie-Level gebracht!"

Juliane Hemmerling
(Head of Fitness)

„Bevor ich im Winter wieder träge werde, ist das genau der Trainings-Boost, den ich brauche."

Anja Baumgarten
(Stellv. Chefredakteurin)



„Wenn Freunde zum Essen kommen, gebe ich in der Küche meist Vollgas. Das nervt manchmal. Aber mit diesen Tipps gehe ich es jetzt entspannter an."

Wolfgang Melcher
(Geschäftsführer)

„Bewegung, Ernährung und mentale Ausgeglichenheit sind die Komponenten, die dich im Gleichgewicht halten. Wir zeigen dir wie!"

Franziska Bruchhagen
(Chefredakteurin)

„Ich verfolge Pamela Reifs Erfolgsreise schon lange. Es war schön, sie persönlich zu treffen für ein ausführliches Interview."

Tina Klostermeier
(Fitness-Redakteurin)

JETZT AM KIOSK!

Oder als E-Paper:
womenshealth.de/emagazin

BASIS LAGER

Produkte, die auf Tour überzeugen



Studio Nordbahnhof

1 KÄLTEBLOCKER

Wer eine Mütze mit ausreichend Reserven für tiefere Temperaturen sucht, könnte bei der Lauri Beanie von Zajo fündig werden. Die Wollhaube aus kräftigem Garn lockt mit einem integrierten Thermolite-Fleece-Band, das als zusätzlicher Kälteblocker fungiert (113 g, 25 €).

2 DUALES SYSTEM

Jeden Tag der gleiche Look? Nicht mit der Popcorn-Cable-Mütze von Smartwool: Die kuschelige Beanie kannst du wenden und damit zwischen zwei verschiedenen Designs wählen. Ihr doppellagiger Woll-Polyester-Strick soll bis plus fünf Grad Celsius warm halten (71 g, 56 €).

3 MULTITALENT

Mountain Equipment setzt bei der Braldu Beanie auf Tecnowool von Pontetorto. Das Woll-Fleece-Gewebe vereint hohe Isolation, gutes Feuchtigkeitsmanagement und Strapazierfähigkeit – ideale Eigenschaften für eine Mütze, die sich auf Wintertouren wohlfühlt (45 g, 35 €).

4 KLASSIKERIN

Traditionelle Zopfstrickmuster sind bei Mützen wieder angesagt – etwa bei der Valbella Beanie von Mammut. RWS-zertifizierte Merinowolle im Mix mit Acrylfasern macht die Schweizerin zu einer behaglichen, unempfindlichen Begleiterin für Alltag und Freizeit (126 g, 45 €).

5 OHRENWÄRMER

Es muss nicht immer eine Beanie sein, zumal die wattierte, fleecegefütterte Expedition Lätt Cap von Fjällräven auch den sensiblen Ohren- und Nackenbereich vor Zug und Kälte schützt. Wenn es zu warm wird, legst du die Ohrenklappe einfach nach oben (86 Gramm, 65 Euro).

WÄRMEHAUBEN

Ob Beanie oder Cap, ob Synthetik oder Wolle: Jede dieser neun Mützen hat ihre Vorzüge – beim Wandern wie im Alltag.

6 EINE FÜR ALLES

Ob beim Winterwandern oder auf Skitouren, beim Radfahren oder Stadtbummeln, die Melbu IV Beanie von Vaude spendet Wärme. Dafür sorgt eine Mischung aus nachhaltig produzierter Wolle und recyceltem Acryl, ergänzt durch einen weichen Fleeceeinsatz im Stirnbereich (45 g, 35 €).

7 FROSTSCHUTZ

Wenn der Frost draußen nur so knistert, schlägt die Stunde der Lapon Softshell Uschanka von Kama. Dank dickem Futter aus Kuschelfleece, Ohren- und Nackenklappen sowie einer Gore-Windstopper-Membran hält sie selbst zornigen Frost und eisige Winde in Schach (96 g, 55 €).

8 ÖKOVORREITER

Mulesing-freie Merinowolle, Verzicht auf schädliche Chemikalien beim Färben, made in Germany – P.A.C. beweist mit der Merino-Beanie einmal mehr seine Kompetenz in puncto Nachhaltigkeit. 38 Gramm leicht und klein verpackbar eignet sie sich gut zum Immer-Dabeihaben (27 Euro).

9 NORDIC BEAUTY

Die Svalbard-Wool-Beanie gefällt nicht nur mit ihrem vom italienischen Designer Olmes Caretti kreierten Look. Auch die inneren Werte überzeugen, heizt doch Devolds wärmstes, aus norwegischer Schurwolle gestricktes Modell Kopf und Ohren ordentlich ein (116 Gramm, 50 Euro).

DIE OUTDOOR-EXPERTEN

Mit Outdoor-Equipment per Du: die Testcrew.



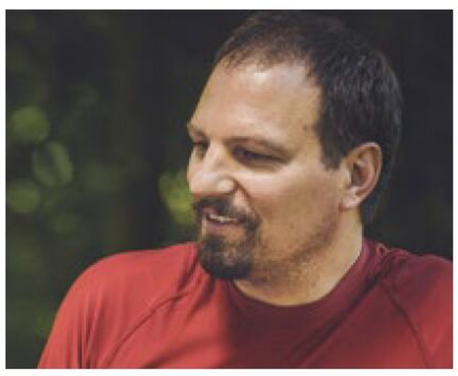
BORIS GNIELKA

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



KATLEEN RICHTER

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



FRANK WACKER

Seit über 25 Jahren Tester aus Leidenschaft – im Labor und gerne auch auf der rauen Alb.

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



Boris Gnielka (2)

FERRINO HIKEMASTER 26

NIMM'S LEICHT

Ohne mitgelieferte Regenhülle und Packriemen bringt der Ferrino Hikemaster 26 nur 945 Gramm auf die Waage – sehr wenig für einen Wanderrucksack mit Ventilationsrücken. Statt mit einem vollflächigen Netz liegt er mit zwei dünn gepolsterten Streifen rechts und links der Wirbelsäule an, auch ein Lendenpolster gibt es. Die Auflageflächen sind mit Stoff hinterlegt und dampfen nicht ganz so gut ab wie reines Mesh. Dafür liegt der Hikemaster durch die recht geringe Vorspannung kontrollierter an und lässt sich einfacher beladen als Modelle, bei denen sich der Rahmen wie ein Bogen aufspannt. Weiteres Plus: die Bewegungsfreiheit in der Hüfte. Selbst bei flottem Schritt fühlt man sich nicht eingeengt. Alles in allem überzeugt das Leichtgewicht mit hohem Tragekomfort, trägt sich bis acht Kilo Beladung sehr angenehm – was für Tageswanderungen völlig ausreicht. So wie das Gesamtvolumen von nachgemessenen 26 Litern. Das Deckelfach (2 l) fällt knapp aus, zusätzlich gibt es aber zwei Hüftgurttäschchen mit geschmeidig laufendem Zip (hakt bei der Konkurrenz häufiger). Flaschen passen in die Seitenfächer. Wer die beiliegenden Packriemen zur Kompression nutzen will, fädelt sie durch Schlaufen an der Front und unter der Rückenauflage durch. Damenversion: Hikemaster 24 Lady. ***fw***

TEST: 3 Monate **PREIS:** 150 € **GEWICHT:** 945 g (ohne Regenhülle (50 g) und Packriemen (20 g))

⊕ niedriges Gewicht, hoher Tragekomfort, gute Lastkontrolle ⊖ keine richtigen Kompressionsriemen



BERGANS FAST WINTER T.

ZWEITE HAUT

Y Lightline Fast Winter Tights Women – so die exakte Bezeichnung der neuen Stretchhose von Bergans, die wir bereits seit einem knappen Jahr im Einsatz haben – und nicht mehr missen wollen. Denn sie sitzt 1A, ohne dass man auch nur ansatzweise eine Naht spürt, macht jede Bewegung mit, schützt vor Kälte, trägt sich aber auch bei milden Temperaturen super. Dazu bietet sie ein trockenes Klima sowie drei praktische Taschen, eine davon mit Zip. So gefällt die Tights beim Trailrunning – wofür sie gemacht wurde – aber auch beim Trekken. Vor allem in rauen, nordischen Gefilden schlägt sich der clevere Materialmix aus windabweisenden und luftigen Stoffen bestens. ***hr***

DAUERTEST: 10 Monate
PREIS: 180 € **GEWICHT:** 270 g (Gr. 38)

⊕ warm, aber luftig, Sitz und Schnitt, Taschenlösung, Tragekomfort

AKU FLYROCK MID

NUR FLIEGEN IST SCHÖNER

Für einen knöchelbedeckenden Schuh wiegt der Flyrock sensationell wenig. Doch dient sein hoher Schaft eher dem Wetterschutz als dem Seitenhalt, dafür bietet er dem Sprunggelenk aber viel Bewegungsfreiheit. Zusammen mit der starken Dämpfung und dem fluffigen Abrollverhalten animiert der Italiener zu hohem Tempo: fürs Speedhiking, vor allem bei Regenwetter, ist er wie geschaffen, zumal seine Sohle nicht sehr hoch aufbaut. Dadurch steht man schön bodennah und ist trittsicher unterwegs. Ebenfalls klasse: Das luftige Außenmaterial lässt die Füße trotz Gore-Tex-Membran selbst bei schweißtreibendem Tempo ausreichend abdampfen. ***bg***

DAUERTEST: 10 Monate **PREIS:** 190 € **GEWICHT:** 830 g (Paar, Gr. 42,5)

⊕ leicht, sehr starke Dämpfung, viel Bewegungsfreiheit, Klimakomfort, Nässeschutz ⊖ Seitenhalt





JACK WOLFSKIN GRAVEX 20

EASY RIDER

Aus wasserdicht verschweißtem 420D-Recyclingstoff gefertigt, punktet die Fahrradtasche vor allem auf Bikepackingausflügen: mit geringem Gewicht, viel Stauraum (22,5 l) und klapperfreiem, rüttelpistenfestem Sitz dank werkzeuglos einstellbarer Klickfix-Halterung. Ein Laptopfach hat sie nicht, aber eine kleine Organizer-Tasche – und einen (etwas fummeligen) Rollverschluss, mit dem sie sich starkregendicht verschließen lässt. Vorbildlich: Der Packsack besteht aus reinem Recycling-Polyamid. ***bg***

DAUERTEST: 9 Monate **PREIS:** 99 € **GEWICHT:** 775 g

⊕ sehr leicht, wasserdicht, klapperfreier Sitz ⊖ teuer

BASIS LAGER

Tiere und Pflanzen am Wegesrand



UNSICHTBARE LAUSCHER

Die ohrenförmigen Federbüschel von Uhu und Ohreulen fehlen dem Waldkauz, doch das hat nichts mit seinem Gehör zu tun. Im Gegenteil: Es ist bei ihm das wichtigste Sinnesorgan. Mit den seitlichen, vom Gefieder überdeckten Ohren kann er Mäuse auf den Winkelgrad genau orten.

PRAKTISCHER SCHLEIER

Im Vergleich zum gedrungenen Körper wirkt der Kopf groß. Beim Waldkauz typisch ist der dunkle Gesichtsschleier, der wie ein Schalltrichter wirkt und ihm hilft, Geräusche zu orten. Zusammen mit den großen, scharfen Augen entgeht dem Jäger nichts. Leibspeise: Fledermäuse und Mäuse.

EIN STARKES PAAR

Ein kräftiger Schnabel und ebensolche Fänge charakterisieren die Tiere. Weibchen sind etwas größer und schwerer, den Männchen wird dafür der bekannteste Eulenruf nachgesagt (»Hu-huu«). Mit erfolgreicher Balz verpaaren sich die treuen Käuze auf Lebenszeit, die 19 Jahre erreichen kann.

HEIMVORTEIL

Waldkäuze zählen zu den häufigsten Eulenarten in Europa. Der nachtaktive Jäger wechselt das Revier zeitlebens nicht, ist für die heimischen Mischwälder perfekt angepasst: Das Gefieder in vielen Farbvariationen tarnt die Tiere stets vorzüglich, das weiche Federkleid ermöglicht lautlosen Flug.

FLÜGGE WERDEN

Beim Brutplatz sind die Waldkauz-Weibchen nicht sehr wählerisch – am liebsten aber eine Baum- oder Felshöhle. Gebrütet wird für gewöhnlich ab März, die Gelege enthalten zwei bis vier Eier. Nach dem Schlüpftag versorgen die Eltern ihre Jahresbrut noch etwa dreieinhalb Monate lang.

JÄGER IN DER NACHT

Der Waldkauz gehört wie alle Käuze und Uhus zu den Eulen. Auch ohne Federohren ist er für den Beutefang im Dunkeln perfekt ausgestattet.



Getty Images (2)



Neue Horizonte für die eigenen vier Wände:

outdoor-KALENDER 2025





Jetzt bestellen unter: outdoor-magazin.com/kalender2025

BASIS LAGER

Technik für Trek und Tour



Jana Margarete Schuler

Kraftpakete

Mit einer Powerstation hast du immer eine Steckdose dabei. Welches Modell das richtige für dich ist.

Fallende Akkupreise und neue Techniken machen Powerstations immer erschwinglicher und leistungsfähiger – ideal für Campervan- und Zeltplatz-Fans. Sie können mit den mobilen Stromspeichern Laptop, Kühlbox, Mixer, Wasserkocher & Co. betreiben, dazu Handys und Kameras laden. Und das sicher, denn neuere Geräte bauen statt Lithium-Cobalt- Lithium-Eisenphosphat-Akkus (LiFePo) ein. Ihre Energiedichte ist etwas geringer, dafür lässt sich die Gefahr eines Hitzeschadens nahezu ausschließen. Der größte Vorteil liegt aber in der deutlich höheren Lebensdauer. Viele Markengeräte garantieren mindestens 3000 Ladezyklen – unabhängig von Preis und Leistungsfähigkeit, die in Wattstunden (Wh) bemessen wird. Die Spanne reicht von 250 bis über 2000 Wh. Je mehr, desto unhandlicher, schwerer und teurer die Box, doch desto höher auch die Ausgangsleistung. Sie bestimmt, welche Geräte du über die 220-Volt-Steckdosen betreiben kannst. Willst du starke Verbraucher wie Kaffeemaschine, Föhn oder Elektrogrill anschließen, brauchst du eine kräftige Powerstation wie die DJI Power 1000 (siehe rechts). Meist reicht beim Campen aber ein kleineres Modell mit 300–600 Wh Leistung aus. Ganz besonders dann, wenn du die 220-Volt-Steckdose nur selten, etwa für den Stabmixer, verwendest und Geräte wie Kühlbox, Laptop, Kamera und Handy via USB- und 12-V-Autobuchse versorgst. Dann spart sich die Powerstation auch die energiefressende Umwandlung von (Akku-)Gleich- in Wechselstrom, liefert unterm Strich also mehr Power.



ENERGIEBÜNDEL

1024 Wattstunden (Wh) bunkert DJIs Power 1000 und kann dank 1600 Watt Leistung selbst Elektrogrills und Wasserkocher versorgen. Zwei 140-W-USB-C-Ports sowie Ladebuchsen für Drohnen gibt es auch (998 €, 13,4 kg).



MINIMALLÖSUNG

3,8 Kilo leicht, eignet sich die Jackery Explorer 300+ (289 €, 288 Wh) gut fürs Picknick oder Zelt-Wochenende. Mit 300 Watt ist sie kräftig genug für Laptop, Stabmixer und Kühlbox, auch ein 100-W-USB-C-Port ist dabei.



ALLROUNDMODELL

Die Ecoflow River 2 Pro (588 €, 8 kg) richtet sich an Campervan- und Zelt-Fans – mit 768-Wh-Akku, 800 Watt Leistung, USB-, 12-V-Auto- und DC-Ports. Stark: Via Solarpanel lässt sie sich mit bis zu 220 Watt sehr flott laden.

AUSRÜSTUNG

TREKKING LITE STORE
Dein Ausrüster für Trekking Ultraleicht

SO GEBEN SIE EINE ANZEIGE AUF:

Schicken Sie Ihren Text an

Post Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Anzeigenabteilung outdoor-Markt, 70162 Stuttgart

online über unseren elektronischen Bestellcoupon unter ***www.bestell-coupon.de/Outdoor***

Fax **0711/182-1783** oder

web **outdoor-ga@motorpresse.de**

outdoor

REISEMARKT

WILDNISWANDERN
Touren, Seminare & Ausbildungen in freier Natur
Deutschland, Europa & weltweit
wildniswandern.de • 07071/256730

Unser Buchtipp!



372 Seiten, 18 Bilder, 253 Zeichnungen
ISBN 978-3-613-50536-0 **€12,95**
Erhältlich im Buch- und Fachhandel oder www.pietsch-verlag.de

Outdoor-Wochenende für Jugendliche gibt's bei der Naturschutzjugend Ba-Wü 0711-469092-50 www.naju-bw.de



NEUSEELAND: Natur-Erlebnisreise in kleiner Gruppe durch eines der schönsten Länder dieser Erde. Infos unter: www.harrytours.de

Bücher:
www.motorbuch-versand.de

Kontakt: Fax 0711/182-1783 oder outdoor-ga@motorpresse.de

SO GEBEN SIE EINE ANZEIGE AUF: Coupon ausfüllen, ausschneiden und einsenden an:
Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Anzeigenabteilung outdoor-Markt, 70162 Stuttgart
oder auch über unseren elektronischen Bestellcoupon unter ***www.bestell-coupon.de/Outdoor***

PRIVATANZEIGEN GRATIS!

TERMINE:

Text bis:	Erstverkaufstag:	Ausgabe:	Fax- und E-Mail-Aufträge am Tag des Anzeigenschlusses nur bis 16 Uhr
28.11.2024	07.01.2025	2/2025	

FOLGENDER TEXT SOLL UNTER DER RUBRIK ERSCHEINEN:

☐ **Fachgeschäfte** ☐ **Reisemarkt** ☐ **Kaufgesuche** ☐ **Veranstaltungen**
☐ **Ausrüstung** ☐ **Verkäufe** ☐ **Verschiedenes** ☐ **Stellenmarkt**
☐ **unter Chiffre** *(Chiffre-Gebühr € 10,–)*

☐ Bitte schicken Sie mir _____ Exemplar(e) gegen Berechnung ☐ ***outdoor*** *(€ 7,50)*

Bitte für jeden Buchstaben, Wortzwischenraum und jedes Satzzeichen ein Kästchen verwenden und in Druckschrift schreiben.

Zeile 1
Zeile 2
Zeile 3
Zeile 4
Zeile 5

Wenn Ihr Anzeigentext größer ist, senden Sie uns diesen bitte formlos zu.

Name | Vorname

Straße, Hausnummer | PLZ | Ort

Telefon inklusive Vorwahl | Mobil | Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

E-Mail

KALT ERWISCHT

Wer im Sommer mit Nomaden durch das Altaigebirge im Westen der Mongolei zieht, sollte mit allem rechnen. Nur nicht mit Trockenheit.

TEXT: **MAIK BRANDENBURG** | FOTOS: **DMITRIJ LELTSCHUK**



Musik weckt mich. Und die Stimme unseres Fahrers. Sumgay summt jeden mongolischen Hit aus dem Radio mit. Ich mache die Augen auf und denke, dass wir im Kreis gefahren sind. Denn ich sehe das gleiche Bild wie vor Stunden: Graue, dunkle Steine am Boden, bräunlicher Sand, grünsatte Hügel, rot, blau, violett marmorierte Berge. Dazwischen immer wieder ein Flüsschen, ein Bach, ein See. Seit Ewigkeiten schleichen wir über Wege, die kaum sichtbare Spuren im Sand sind, ruckeln über plattgedrücktes Gras. Wie Sumgay in dieser Einöde den Kurs Richtung Altaigebirge hält, ist mir ein Rätsel.

Sumgay hatten wir in Olgii kennengelernt, der Hauptstadt der gleichnamigen Provinz im Nordwesten der Mongolei. Er arbeitet dort für eine Touristenagentur, die uns gleich wieder nach Hause schicken wollte. Vor vier Tagen waren wir in Olgii gelandet, 1700 Kilometer entfernt von der Betonhölle Ulan-Bator, dieser Antithese zu einer Mongolei der Weite und Ursprünglichkeit: Zerbröckelnde Bauten im Sowjetstil ducken sich unter den hoch aufragenden Hotelneubauten. Cafés, Restaurants, Kneipen rund um den Sukhbataar-Platz, der größten und wichtigsten Betonfläche des Landes. Der monströse, steinerne Dschingis Khan dort blickt finster ins Leere, als frage er sich, wie es dazu kommen konnte. In den Straßen der 1,4-Millionen-Stadt staut sich der Verkehr wie zu Berliner Stoßzeiten, als sei dieses Land nicht eines der dünnst besiedelten der Welt. Doch gleich hinterm Stadtrand der beginnt die wirkliche Mongolei, das vertraute Land der Fantasien.

Olgii, eine Ansammlung bungalowähnlicher Häuschen, ähnelt eher einem großen Dorf denn einer Provinzhauptstadt. Die wenigen verspiegelten Fassaden neuer Bürotürme verkörpern keinen modernen Glanz, sie täuschen ihn nur vor. Zumal die unteren Fensterfronten schmutzverkrustet sind: Eine Flut aus den Bergen hatte die Stadt heimgesucht. Der Schlamm, der sich durch die Straßen wälzte, war getrocknet. Aber die Hälfte der Ausrüstung unserer Agentur lag darin. Was gerettet werden konnte, war lehmbraun und klamm – die Zelte, die Schlafsäcke, die Schabracken der Pferde. Ich wusste es damals noch nicht, aber dies wird meine prägende Erfahrung in der Mongolei sein: Das Land, ein paar Flugstunden vom nächsten Meer entfernt, ist vor allem feucht.

Ein violetter Himmel

Wir kaufen ein paar Schlafsäcke aus Kamelwolle und verstauen die schmutzstarren Zelte in Sumgays UAS. Das ist ein kleiner russischer Van von der Form eines Kastenbrotes, weshalb er auch genau diesen Spitznamen trägt. Er ist wie eines dieser starken, durch nichts zu brechenden mongolischen Ponys, nur eben auf Rädern. Sumgay hat den Wagen mit einem blass violetten Satinhimmel bezogen. Lilafarbene Rüschengardinen zieren seine Fenster, auf dem Ganghebel glitzern lilafarbene Perlen. Lila ist Sumgays Antwort auf das ewige Grau und Braun der Landschaft vor dem Fenster.



Besprechung unter Kollegen: Zwei Nomaden erörtern die bevorstehende Wanderung vor dem Eingang in den Nationalpark Altai Tavan Bogd.



Beim Queren des Weißen Flusses hilft kein Navi weiter. Der Koch sitzt auf dem Dach des Autos und dirigiert den Fahrer durch eine flache Stelle.

Auf den Rückspiegel hat Sumgay ein Radio gesteckt, das immer wieder ausfällt. Während er darauf klopft, zündet er sich eine Zigarette an, bedient den Ganghebel, trinkt aus einer Flasche und verschwindet immer mal wieder in den Tiefen des Fußraumes, um ein Pedal zu richten. Sumgay fährt mit sechs Händen. Wenn das Radio stottert, singt er das jeweilige Lied weiter, bis es haargenau mit Sumgays Interpretation wieder einsetzt. Er stockt nicht mal, als wir mal wieder über einen der kleinen

SUMGAYS BUS IST WIE EINES DIESER DURCH NICHTS ZU BRECHENDEN MONGOLISCHEN PONYS, NUR AUF RÄDERN.



Der Guide Boro versucht das Kamel zu überzeugen, die Holzbrücke zu überqueren.

Felsen holpern, vom nächsten Gesteinsbrocken fast umgeworfen werden oder auf automobilen Zehenspitzen durch ein Flüsschen waten.

Doch jetzt geht es nicht mehr weiter. Ein Wärterhäuschen mit einer rotweißen Schranke versperrt den Weg. Dahinter liegt, nach sechsstündiger Ruckeltour, der Altai Tavan Bogd Nationalpark, unser Fahrtziel. Dort gibt es höchstens Trampelpfade, zu eng, zu sumpfig, zu steinig selbst für Sumgays UAS. Ein Ranger in Tarnuniform kassiert die Eintrittsgebühr, 6000 Tugrik, etwa 2 Euro. Dann zeigt er auf die Zelte ringsum, wir sollen uns einen Platz dazwischen suchen. Im Rangercamp am Rande des Nationalparks treffen sich die verschiedenen Gruppen. Es sind 20 Zelte oder mehr. Pferde stehen davor, dazwischen traben Reiter auf kleinen, kräftigen Ponys. Sie tragen lange Mäntel und spitze Fellmützen, einigen sitzen Adler auf der Schulter. Adler kreisen auch knapp über uns, und Bussarde, sie stoßen auf die Proviantreste hinunter.

Ein Fluss braust wie im Sturm und übertönt das Stimmengewirr, das Klappern von Zeltgestängen, die auf Pferde geladen werden. Vom Ufer zieht der Rauch kleiner Feuer die Hügel hinauf.

Keiner trägt Schwerter, keiner einen Bogen und Pfeile in Köchern. Anderenfalls würde ich mich in einem Kindheitstraum wähnen. Ich habe sie seinerzeit verschlungen, die Bücher über Dschingis Khan und seine wilde Horde. Ich war Teil seines Heeres, bin mitgezogen aus den Steppen über die Berge ins ferne Europa. Oft genug schlugen wir unsere Lager auf. Lager wie diese. Und auch der Fotograf Dmitrij Leltschuk und ich planen eine Eroberung. Eine friedliche, natürlich. Das Land, das wir in den nächsten fünf Tagen bezwingen wollen, ist der Altai Tavan Bogd Nationalpark, etwas größer als der Schwarzwald.

Die »Fünf Heiligen« beherrschen ihn, fünf Berge jenseits der 4000er-Marke. Sie regieren über ein Volk von sibirischen Steinböcken, Rothirschen, Elchen, Steinmardern. Auch der sagenhaft scheue Schneeleopard lebt hier. Zahlreiche Gletscherflüsse durchziehen die kilometerlangen Täler, himmelblaue Seen erstrecken sich inmitten von Hügeln, Felsen und almgleichen Wiesen. In die Sümpfe, in die Hänge und Ebenen voller Geröll und Schotter krallen sich nur wenige Bäume, winterharte Lärchen oder Kiefern zumeist. Und die Jurten der Tuvaner, eines zähen, freundlichen Nomadenvolks mit Herden aus Yaks, Ziegen, Schafen und Pferden.

Boro Bolorsukh ist einer von ihnen. Mit seinem Neffen Obama wird er Dmitrij und mich führen. Zwei Kamele und drei Pferde gehören zum Tross. Boro wird während der Tour kaum mehr als ein paar Worte sprechen. Still und fast immer lächelnd erledigt Boro seine Aufgaben. Noch vor Tagesanbruch sammelt er das spärliche Holz, er verschnürt unser Gepäck und tausend andere Sachen kunstvoll auf den Kamelen, er ist der Letzte, der isst und abends in sein Zelt kriecht. Und immer geht er vorneweg, sucht die nächste Furt, erkennt rechtzeitig das nächste morastige Loch, stets bereit, jedem vorwitzigen Bären auf die Pfoten zu schlagen. Boro ist ein Spitzen-Mann, in jeder Hinsicht.

Wir lassen den winkenden Ranger hinter uns und betre-



Picknick mit Seeblick im Tal des Weißen Flusses – zur Abwechslung bei Sonne.

ten den Nationalpark. Das Ziel der ersten Etappe ist der Pik Malchin, ein über 4000 Meter hoher Grenzposten: Hinter seinem Gipfel beginnt Russland. Noch sehen wir ihn nicht, nur grünsatte Hügel und blassgraue Wolken. Wir queren grüne Kuppen, übersteigen graue Felsen, patschen durch schwappende Wiesen. Noch immer liegt die Landschaft aufgeweicht vom wochenlangen Regen. Wir lassen kaum einen Blick vom Hinterteil der Kamele, die einem unsichtbaren Pfad folgen. Unter unseren Füßen schmatzt der Matsch. Wir schwitzen, wenn die Sonne zwischen den Wolken hervorblitzt, wir frieren, sobald sie sich verzieht. Wir passieren verfallene Hütten, Moos zwischen den Balken, Strohbetten in den Stuben. Fingerdicke Soden von Mist liegen auf den Dächern, das Heizmaterial für den Winter. Die Häuser dienen als Unterstände für die Hirten.

ICH SCHLOTTERE VOR SCHWÄCHE, MÜDIGKEIT UND KÄLTE. ABER HOLZ FÜR EIN WÄRMENDES FEUER GIBT ES HIER NIRGENDS.

Wir kommen gut voran. Der Raum zwischen den Hügeln verengt sich, die Berge werden höher, der Aufmarsch wird steiler. Irgendwann versperrt uns der Pik Malchin den Weg. An seinem Fuß, 3500 Meter hoch, treffen wir die Hälfte des Lagers vom Eingang zum Nationalpark wieder. Es ist alles wie dort, nur eines fehlt hier – der Rauch. Holz gibt es nirgends. Ich schlottere vor Schwäche, vor Kälte und Müdigkeit und schimpfe auf unseren Führer. Ein paar Kohlen hätte er wenigstens mitnehmen können.

In der Nacht schlagen mehrere Flugzeuge gegen den Pik Malchin und stürzen donnernd zu Tal. Immer wieder setzt mein Atem aus, dann erwache ich mit den letzten Albtraumbildern im Kopf. Außerdem friere ich erbärmlich. Das kommt nicht allein von meiner durchschwitzten Kleidung oder vom klammen Schlafsack. Vor allem ist es der nahe Gletscher, der seinen Eishauch zu uns hinabschickt.

Er verursacht auch diese schrecklichen Geräusche. Nur ein naher Ovoo, ein heiliger Steinhaufen der Schamanen, verhindert, dass er sich nächtens auf uns stürzt.

Am nächsten Tag folgen wir dem Fluss ins Tal. Wir durchschreiten kleine Schluchten, schleichen auf Felsgraten entlang und brechen immer wieder in Schlammlöchern ein. Stundenlang gehen wir allein, kein Mensch weit und breit. Lange noch sehe ich das riesige Krummschwert, das Schnee und Gesteinsadern auf eine Bergflanke gezeichnet haben. Es scheint wie das Symbol der kriegerischen Vergangenheit dieses Landes, das es mit seinen Heeren bis vor die Tore Wiens gebracht hatte.

Irgendwann kommt uns ein einsames Yak entgegen, es weicht nicht mehr von unserer Seite. Ich nenne das anhängliche Tier Kurt – »Kuuurrrt!« nämlich rufen unsere Treiber, wenn sie die Tiere mit ledernen Riemen voranpeitschen. Kurt



Schnee und Regen machen dem Team auf dem Bergsattel am Viertausender Maltschin Uul zu schaffen. Die Blumen strahlen trotzdem in allen Farben.



Komfortable Zuflucht in der Bergwildnis: In Boros Jurte finden auch die Kinder seiner Schwester Platz, vorne Bogtschchur, hinten Gaandi.



Manche der Felszeichnungen im Altaigebirge reichen bis in die Zeit um 11 000 vor Christus zurück. Sie gehören zum Unesco-Weltkulturerbe.

wird unser wolliger Geleitschutz zum Zelt der Bolorsukhs.

Die Familie unseres Tiertreibers Boro Bolorsukh lebt im Tal des Weißen Flusses. Boro weist zuerst auf seine hunderte Ziegen, die Pferde und Yaks, die auf den Hängen weiden. Dann stellt er uns die Familie vor, seine Frau Burma, den sechsjährigen Kishigdelger und die rotzverschmierte Mascha, drei Jahre alt. Sie verkriecht sich unter dem Tisch, zu einem verwaisten Ziegenlamm, das nur widerwillig Platz macht.

Auf einem anderen Tisch steht der Fernseher, gleich neben dem silberverzierten Zaumzeug und dem großen Wandteppich mit einem grimmigen Dschingis Khan darauf. Boros Nichte Gunji, die mit ihren Eltern und Geschwistern im Zelt nebenan wohnt, lässt keinen Blick von der chinesischen Soap, während sie mit einem langen Stock in einem Sack aus Yakhaut rührt. Ein Bilderrahmen schützt ein Blatt Papier mit den Zeilen des bekanntesten Liedes der Tuva-Nomaden: »Ich bin ein Tuvaner, wir sind die Söhne der schneebedeckten Berge, die Töchter der silbernen Flüsse.« Drei Folgen der Soap braucht Gunji, bis aus der Milch Butter geworden ist.

Boros Frau Burma trägt einen seidenen Deel, den traditionellen langen Mantel der Nomaden. Rote, lilafarbene Samtblüten sind drauf genäht. Sie serviert steinharten Käse, krümeligen Joghurt und gesalzenen Tee, aus dem ich die Kräuterhalme klaube. In einem Kessel brodelt Schafsmilch. Wir trinken Wodka, destilliert aus dem Dampf der immer verfügbaren Milch. Es ist ein sehr milder Schnaps, doch seine Harmlosigkeit täuscht. Nach wenigen Schlucken hat er mich mattgesetzt.

Und lässt mich am nächsten Morgen wie frisch geboren erwachen. Keinen Kater, nicht mal einen Muskelkater. Dafür neue Kräfte. Der mongolische Wodka ist ein noch unentdecktes Energy-Getränk und definitiv leckerer als die einschlägigen Brausen. Ich lächle Boro zu, der den Kamelen bunte Schleifen ins Fell flicht. Wir warten auf Obama, seinen Neffen. Noch vor Sonnenaufgang ist er in die Berge geritten, um das Vieh auszutreiben. Die Frauen melken die Yaks, sie legen die Köpfe ins Fell der Tiere, schließen die Augen und singen. Ihre Kinder wuseln dazwischen, spielen Verstecken in Reifen, hinter Steinen und Rinderhintern. Die Frauen lächeln, selbst wenn mal wieder jemand fast gegen den Eimer stößt. Kishigdelger, sechs Jahre alt, kommt mit einem Strauß Blumen angerannt, ein Geschenk für seine Mutter Burma. Die lässt vom Euter des Yaks und streichelt das Haar des Jungen. Für einen Augenblick leuchten die Berge.

DER WODKA SETZT MICH NACH WENIGEN SCHLUCKEN MATT. ABER MORGENS ERWACHE ICH OHNE KATER.

Wir sammeln das spärliche, dürre Holz, das der Fluss angespült hat, und legen es vor die Zelte. Es ist unser Dank für die Gastfreundschaft der Familie. Obama kommt wieder, seine Kleidung duftet nach Wacholder und Jasmin. »Kuuurrrt«, rufen Boro und Obama, und wir machen uns auf den Weg nach Kara-Aikh, ins Schwarze Tal.

Ein paar Hügel liegen dazwischen, ein Fluss und ein Bergkamm. Meine Beine gehen inzwischen von selbst, mein Kopf, die Sinne sind frei für all die Blicke, die Gerüche, die Geräusche ringsum. Für das Schattenspiel der Wolken mit der Sonne, das schwarze Vorhänge über die Berge schlägt. Für den reinen Duft des Regens, der allen Schmutz aus der Luft gewaschen hat. Für die Lautmalereien des Windes, der flüstert, winselt, pfeift oder keucht wie die Pferde vor mir.

Das Schwarze Tal ist nicht schwarz, sondern bunt vor Blumen. Ein Fluss strömt ruhig dahin, wilde Pferde trinken aus ihm. Als es dunkelt, leuchten Nomadenzelte an der gegenüberliegenden Bergflanke auf wie übergroße Glühwürmchen – die Bewohner haben ihre von Solarpanels gespeisten Lichter eingeschaltet.

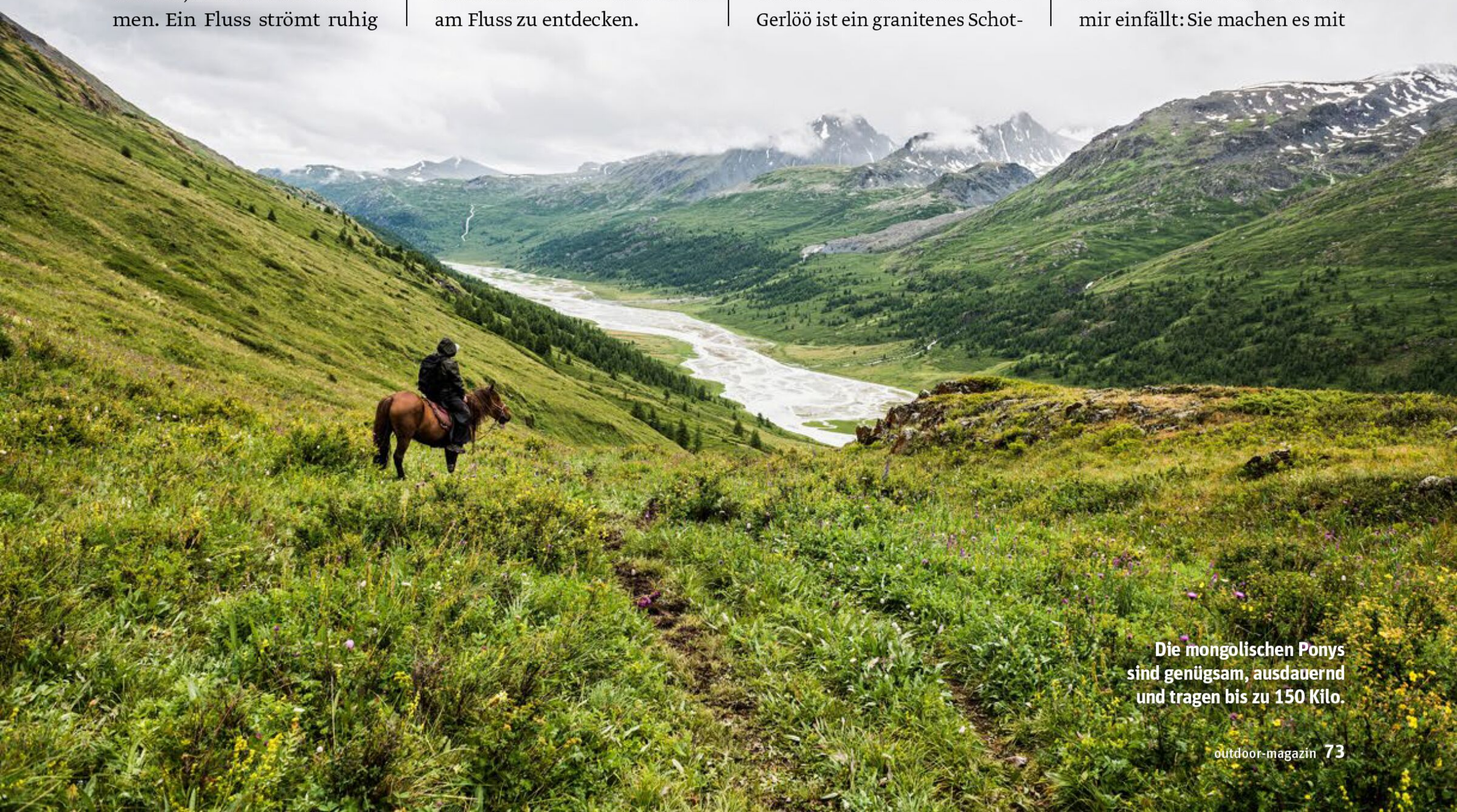
Wir steigen über einen weiteren Kamm den Berg hinab zurück ins Weiße Tal. In einer Senke schlagen wir die Zelte auf. In der Nähe liegen riesige Granitblöcke, grün bewachsen, weiß gefleckt. Wir kratzen das Moos weg und blicken auf Petroglyphen. Wanderer, die uns vor tausenden Jahren vorausgegangen waren, haben Jagdszenen in die Steine geritzt. Pfeile, die nie treffen würden, schießen auf fliehende Hirsche, gehörnte Schafe ziehen auf ewig über den dunklen Grund. Ich blicke auf die Landschaft, die sich seit Urzeiten nicht verändert haben mag, und erwarte, jeden Augenblick einen Mann mit Lendenschurz am Fluss zu entdecken.

Ist er das dahinten? Auf dem Berggipfel steht ein gigantischer dunkler Mann und beobachtet uns. »Kein Mensch«, sagt Boro. »Es sind nur aufeinandergeschichtete Steine, mehr nicht. Es ist eine Wolfsscheuche.« Gegen Bären allerdings richte sie nicht viel aus. Bären?! In der Nacht kratzt und schabt jemand am Zelt, manchmal rüttelt er sogar daran. Fast eine Stunde liege ich wach und warte, dass der Bär seine Pranke durch die Wand stößt. Schließlich halte ich es nicht mehr aus und krieche heraus. Die Kamele heben nicht mal den Kopf, die Pferde schnauben leise. Nur Tschono, unser Wächter auf allen Wegen, der schon jedes Ziesel als Bedrohung betrachtet und verjagt, erwacht und bellt mich kurz an. Es soll wohl heißen: »Alles okay. Schlaf weiter, Feigling.«

Und dann steigen wir hoch zum Takhlit-Pass, dem Berg Gerlöö auf den Rücken. Der Gerlöö ist ein granitenes Schottermonster, vom Eis glasiert, attackiert von Schnee und Regen. Das Pferd vor mir scheut, immer wieder rutscht es abwärts, auf mich zu. Ich halte Sicherheitsabstand, aber nicht zu viel, ich muss ihm folgen, sonst verliere ich durch das dichte Schneetreiben den Pfad. Die Männer voraus sehe ich nicht mehr. Aber ich höre ihre erschrockenen Schreie, das panische Brüllen eines abstürzenden Kamels. Ein paar Meter aufwärts sehe ich es in einer Senke unter mir. Lebend.

Boro lädt seine Packen ab, ich helfe ihm, sie zurück auf den Weg zu tragen. Gemeinsam ziehen wir das Kamel schließlich heraus. Es schüttelt sich und weiter geht es.

Steinchen und Steine fliegen an mir vorbei. Meine linke Hand greift in den Schotter, meine rechte krallt sich in den Schnee. Ich frage mich, wie sich die Pferde bei diesem Weg aufrecht halten können. Bis mir einfällt: Sie machen es mit



Die mongolischen Ponys sind genügsam, ausdauernd und tragen bis zu 150 Kilo.

Eisige Atmosphäre: Der Alexander-Gletscher (l.) trifft auf den Potanin-Gletscher.

Burma, die Frau von Guide Boro, melkt im Camp die Yak-Kühe der Familie.

allen ihren Gliedmaßen. Ab jetzt krieche auch ich auf allen vieren aufwärts.

Vielleicht nicht die eleganteste Gangart, aber eben: aufwärts. Irgendwann sticht der Gipfel aus dem Dunst. Plötzlich stehe ich auf einer blühenden Hochebene, übersät von Bergblumen in allen Farben. Das trübe Dunkel der Berge ringsum macht dieses Bunt noch strahlender. In Deutschland hätte ich sie womöglich kaum wahrgenommen. Hier aber freue ich mich über die vielen Formen der Blütenblätter. Die Blumen riechen sogar, wann habe ich zuletzt an einer Blume gerochen? Sie machen vergessen, dass ich bis zu den Knöcheln im Wasser stehe.

Was soll's: Eben noch dem Grauen eines nicht enden wollenden Aufstiegs ausgesetzt, jetzt von Schönheit überwältigt. Eben noch war mein Weltbild reduziert auf den graubraunen Pfad, auf nasses Gestein voller Pferdekot und das Bemühen, aufrecht zu bleiben. Dann zerreißt der Vorhang aus Schneeflocken und ich erblicke eine bunte Pracht aus Bergblüten. Es ist wie so oft in diesem Land: Fluchen und Feiern, Entsetzen und Entzücken liegen so dicht beieinander.

Zur Abwechslung gleich mal wieder Entsetzen: Wo sind die anderen? Und wo geht es weiter? Ich bin allein. Abgesehen vom Fotografen, in seinem schwarzen Regenschutz der Wolfsscheuche nicht unähnlich. »Wo geht es lang?«, rufe ich ihm zu. Er hebt die Schultern und sieht sich um. »Immer der Kamelscheiße nach«, sagt er.

Es funktioniert. Wir folgen den fetten Fladen wie Hänsel und Gretel den Brotkrumen. Der Pass endet, der Abstieg beginnt. Hinter einer Biegung weit voraus sticht ein Kamelkopf hervor. »Hurra!« Wir rutschen die grauen Bruchstücke des Schotterbergs herab. Meine Regenkleidung hängt in Fetzen, der Himmel schüttet direkt in mich hinein. Ich denke an den Pik Malchin, an den Gletscher, vor dem der Ovoo stand. Ich hatte den Steinhaufen der Schamanen dreimal umrundet und mit Geschenken, kleinen Kieseln, belegt, wie es die Tradition will. Danach hatte ich einen Wunsch frei. Dann mach mal, denke ich.

Wenig später stechen mir violette Steine ins Auge. Sie scheinen mir wie Perlen auf dem Meeresgrund, ein Violett, wie ich es noch nie sah. Ich stecke einige von ihnen ein.

»WO GEHT ES LANG?«, RUFE ICH DEM FOTOGRAFEN ZU. »IMMER DER KAMELSCHEISSE NACH«, SAGT DMITRIJ.

Sie geben mir die Kraft, auch für den Rest des Tages durch Matsch und eiskaltes Wasser zu laufen. Und natürlich der Deel, der Mantel, den Boro aus dem Gepäckwust seines Kamels zieht. Gefüttert mit warmer Yakwolle und reggensicher wie ein Cape. Ein Haus zum Überziehen.



Schamanenzeichen zieren einen Steinhaufen. Die Tradition will es, dass man sie dreimal umrundet und drei Steine ablegt, damit die Reise gut verläuft.

Auch an den folgenden Tagen vergrämt mich das Wetter nicht mehr. Ich ziehe mich die Hänge hinauf an dornigen Büschen, bedeckt mit knallbunten, exotischen Blüten. Schürfe mir die Knie an scharfkantigen Felsvorsprüngen auf, von denen ich dann minutenlang auf durch das Tal ziehende Pferde blicke, auf Schneehasen und Hirsche. Lasse mich von unseren Vierbeinern aus Schlammgruben ziehen, deren Dreck ich in einem herzförmigen, traumblauen See abwasche. Um dann am Tagesende erschöpft vor einem Lagerfeuer zusammenzusinken. Völlig fertig und durchfroren, aber – lächelnd.

Am fünften Tag unserer Wanderung entlassen uns die Berge. Plötzlich weitet sich das Land, eine riesige Ebene, durchschnitten von einem schäumenden Fluss. Wie eine Brücke spannt sich ein Regenbogen von einem Ufer zum anderen. Über das Grab eines mongolischen Kriegers, vor über 1000 Jahren beerdigt, zieht nebelfeiner Sprühregen. Das Bild auf seinem Grabstein zeigt den spitzen, eckigen Hut, den auch Boro trägt. Der Name des Flusses ist »Weißes Wasser«.

Bjelowodje, weißes Wasser, so heißt in den russischen Märchen und Legenden das Paradies. Es ist ein magischer Ort, irgendwo tief im Altai soll er liegen. Nicht weit vom Grab des Kriegers wartet Sumgay mit seinem »Kastenbrot«. Musik schallt heraus, die mongolischen Charts. Bis Olgii werden wir den Hits nicht entkommen. Nur unter unerhörten Strapazen, heißt es, gelangt man nach Bjelowodje, ins Paradies. Kann ja sein. Offenbar aber gelangt man auch nicht ohne Mühen wieder hinaus. ❮

Die Reise ab Ulan-Bator hat Altai Nomads inklusive Guide und Koch organisiert. Preis: etwa 1500 Euro. altai-nomads.com

AB NACH DRAUSSEN!

12 AUSGABEN OUTDOOR UND EINE PRÄMIE DEINER WAHL

12 AUSGABEN
für nur 84,90 Euro*

Lieferung bequem
NACH HAUSE,
ohne Versandkosten

Du erhältst
eine **PRÄMIE**
als Dankeschön

Nach Erstbezug
JEDERZEIT
monatlich
kündbar





outdoor
E-PAPER-UPGRADE
für nur 1,05 €* zum Heftabo mit dazu bestellen!
www.outdoor.de/digital



adidas Teambag M

1498

Zuzahlung: 1,– €*



Mit 360°-Trinköffnung

WMF Thermobecher »Impulse« 0,3 l

1787

Zuzahlung: 1,– €*

30-Euro-Amazon.de-Gutschein



1354

Ohne Zuzahlung

35-Euro-Globetrotter-Gutschein



1706

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. 84,90 €* ggf. zzgl. einmalig des jeweiligen Zuzahlungsbetrages für das Extra (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. jeweils 7,08 €*). Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht.

Angebot der BurdaVerlag Consumer Sales & Services 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: BurdaVerlag Consumer Sales & Services 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

FOTO: MATTIAS FREDRIKSSON

Trotzdem raus!

Auch wenn Schmuddelwetter angesagt ist, gibt es eine Menge Möglichkeiten, sich ein schönes Wochenende zu machen. Wir haben da ein paar gute Vorschläge.

Ein Herbstziel mit Flair ist die Ruine Reußenstein am Rand der Schwäbischen Alb.

Hannes Tell (2)



Burgen und Ruinen

Trip in die Vergangenheit

Man muss kein Game-of-Thrones-Fan sein, um die Faszination alter Burgen zu verstehen. Manche von ihnen erzählen als Ruinen von vergangenen Zeiten, andere bieten bis heute Schutz vor Wind und Wetter. An die 25 000 Burgen, Schlösser und Herrenhäuser gibt es in Deutschland, viele lassen sich gut in Wanderungen einbinden. Ein Paradebeispiel: die »Stahlberg-Schleife« (13 km, 550 Hm, bacharach.de/freizeit/wandern) mit Start und Ziel in der Weinstadt Bacharach in Rheinland-Pfalz verbindet die Burgruine Stahlberg und die Burg Stahleck, in der sich heute eine Jugendherberge mit Einkehrmöglichkeit befindet. Auch die Ruine Reußenstein – nebenbei ein beliebtes Kletterziel – bei Neidlingen am Nordrand der Schwäbischen Alb besitzt an nebligen Tagen ein ganz besonderes, mystisches Flair. Sehr abwechslungsreich erwandert man sie auf der Filsursprung-Runde (14 km, 256 Hm, loewenpfade.de) mit Start und Ziel in Wiesensteig. Mehr Inspiration für traumhafte Burgentouren in ganz Deutschland findet ihr auf unserer Website: outdoor-magazin.com/burgentipps



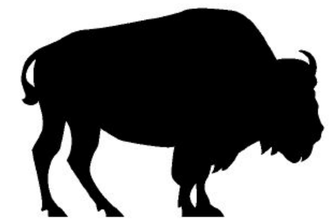
Für Leib und Seele

Zeit zum Schlemmen

Klar macht eine Einkehr mit gutem Essen zu jeder Jahreszeit Freude. Aber diese Wohltat, eine warme Gaststube zu betreten, vielleicht sogar mit knisterndem Ofen, eine Suppe oder einen heißen Kakao zu genießen und sich innerhalb von Minuten gekräftigt zu fühlen … Vergleichbares gibt es im Sommer nicht. Nebenbei: Bei Kälte verbrennt man mehr Kalorien, entsprechend beherzt darf man seine Speicher wieder füllen. Und auch wenn viele Berghütten im Herbst schließen – in den Mittelgebirgen und in niedrigeren Alpenlagen finden sich immer noch schöne Ziele. Zum Beispiel die Steinberg Alm bei Goslar im Harz (steinbergalm.de), die es mit so ziemlich jeder Alm in den Alpen aufnehmen kann. Einbinden könnt ihr sie in eine Runde (8 km, 250 Hm) mit Start und Ziel in Goslar. Höher gelegen: die Priener Hütte am Geigelstein bei Aschau im Chiemgau (1410 m, prienerhütte.de). Der Zustieg dauert je nach Ausgangsort etwa 2,5 Stunden. Und Deutschlands erste Hütte mit rein vegetarischer Küche, die Hündeleskopfhütte bei Pfronten im Allgäu (1180 m), ist und bleibt ein Toptipp. huendeleskopfhuette.de



Hinsetzen und genießen macht auf Touren bei kühlem Wetter erst recht Freude.



Wildtierparks

Tierisch spannend

Wölfe, Luchse und Wildkatzen bekommen Wandernde kaum zu sehen. Es sei denn, man wandert durch einen Wildtierpark beziehungsweise kombiniert seine Tour mit einem. In Deutschland gibt es viele sehenswerte, nicht nur Kinder lassen sich damit bei Schmuddelwetter leicht nach draußen locken. Interessant für Wolfsfans: Im Wolfspark Werner Freund bei Merzig im Saarland könnt ihr Timber-, Polar- und weitere Wölfe in großen Freigehegen beobachten. Am besten in Kombination mit der »Traumschleife Wolfsweg« (10 km, 205 Hm, saar-hunsrueck-steig.de/traumschleifen). Große Wildtiervielfalt vom Waschbär über Vögel bis zum Przewalskipferd bietet dagegen das Wisentgehege Springe bei Hannover (wisentgehege-springe.de). Direkt daneben und ideal zum Wandern liegt das 14 Quadratkilometer große Naturschutzgebiet Saupark Springe, in dem Wildschweine leben. Und wer mehr über die Tierwelt des Bayerischen Walds erfahren möchte, ist im Bayerwald Tierpark Lohberg (bayerwald-tierpark.de) am Großen Arber richtig. An seinem Parkplatz beginnt der Waldecker Rundweg (7 km, 205 Hm, waldverein-lohberg.de/wanderwege).



Wolfsgeheul ist ein archaisches Geräusch, das Gänsehaut verursachen kann …

Getty Images (4)

Erlebnispfade

Der Natur auf der Spur

Welche Aufgaben hat der Waldboden? Warum sprechen Heuschrecken für ein gesundes Moor? Was ist typisch im Leben einer Honigbiene? Naturerlebnispfade sind dafür gemacht, solche Fragen zu beantworten. Meist fallen die Wege kurz aus, lassen sich aber oft mit längeren Touren kombinieren. Etwa im Roten Moor in der Rhön (biosphaerenreservat-rhoen.de), Hessens einzigem Hochmoor. Ein zehn Kilometer langer Rundweg durchzieht es, entlang eines Bohlenwegs (1,2 km) öffnen Infotafeln Wandernden die Augen für Details, die ihnen sonst verborgen blieben. Spielerischer sind oft Walderlebnispfade gestaltet, zum Beispiel in Bleibach bei Waldkirch im Schwarzwald. Bunte Männchen markieren den Weg (4,5 km, schwarzwald-tourismus.info) und halten Wissen parat. Als längere Runde, ebenfalls mit Start am Bahnhof, bietet sich der Hörnleberg an (15 km, 680 Hm). Und wer sich für Bienen interessiert, den wird der Bienenpfad Baden-Baden begeistern. Ausführlich informiert er über Honig- und Wildbienen (2,5 km, baden-baden.de, Suchwort »Bienenpfad«), gut kombinierbar mit einer 5-km-Runde um das Kloster Lichtenthal.



Moore sind faszinierende Lebensräume und höchst effektive CO_2-Speicher.

Wolfgang Ehn



Im Sommer grillt man draußen. Im Winter gibt es für drinnen gute Alternativen.

Ben Wiesenfarth



Hüttenzauber selbst gemacht

Grillsaison ist immer

Es gibt sie vor allem in beliebteren Wandergebieten: Grillstellen und Grillhütten, die sich spontan und gratis nutzen lassen. In der warmen Jahreszeit muss man oft früher Vogel sein, will man sie nicht mit vielen anderen teilen – doch im Herbst stehen die Chancen auf ein gemütliches Grillen nur mit der gewählten Begleitung deutlich besser. Also sucht eine Tour mit Grillhütte in eurer Umgebung, packt Anzündematerial, Würstchen und Co. ein, und los geht es! Holz oder Kohle müsst ihr ebenfalls selbst organisieren; das Sammeln von Zweigen und Ästen macht zwar Spaß (solange es nicht regnet), kann aber dauern. Mehr Komfort bieten mietbare Locations wie die Grillhütte Brunnental bei Albstadt auf der Schwäbischen Alb. Hier wird euch das Essen vorbereitet, und ihr gart es dann selbst (trauf ganghuette-brunnental.de, buchbar für 10–16 Personen). Auch örtliche Wandervereine besitzen oft Grillhütten, die man gegen Gebühr nutzen kann. Und wer im Pfälzer Landkreis Südliche Weinstraße wandern geht, findet unter sued licheweinstrasse.de eine Übersicht über kostenfreie sowie über mietbare Grillhütten.



Wandern und Wellness

Ab in die Wärme

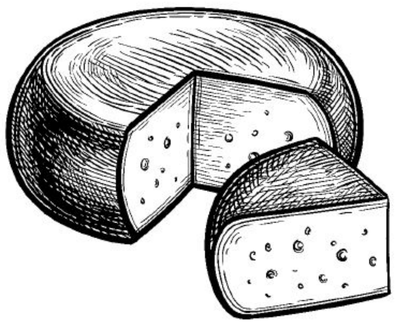
Nach dem Wandern in heißes Thermalwasser zu tauchen, ist gerade bei Kälte ein Segen für müde Beine und fürs Gemüt. Zu den schönsten Badepalästen zählt die kleine, feine Therme Bad Wildbad im Schwarzwald (palais-thermal.de), deren Geschichte ins Jahr 1847 zurückreicht. Die 240 Kilometer ausgeschilderten Wanderwege um Bad Wildbad bieten ein Meer an Möglichkeiten, eine gute Länge für die Kombination mit der Therme besitzt die Tour über den Wildbader Kopf und durchs Rennbachtal (9,2 km, 400 Hm, bad-wildbad.de/de/wandern). Größer als der dortige Wellnesstempel, aber ebenfalls schön gestaltet und sehr abwechslungsreich ist die Panorama Therme Beuren auf der Schwäbischen Alb. Ein Highlight gerade nach dem Wandern: ein Becken mit Massagedüsen in unterschiedlichen Höhen von Fuß bis Kopf. Direkt an der Therme beginnt die Tour »hochgehfestigt« zur Burgruine Hohenneuffen (9,5 km, 350 Hm, hochgeh berge.de). Einen Überblick über Deutschlands Thermen – ohne Wanderbezug – gibt es unter thermencheck.com/thermen/deutschland-12



Staatsbad Wildbad/Locher Fotodesign

Entspannung pur: Ins Wasser ebenso wie in die Vergangenheit taucht ihr in der Therme in Bad Wildbad ein.

Illustrationen: Getty Images



Fondue-Touren

Zum Genuss geführt

Für ein gutes Käsefondue muss man nicht in die Schweiz fahren, und nach Bewegung schmeckt es doppelt gut. Der Veranstalter Guiders führt auf den höchsten Berg des Schwarzwalds, den Feldberg (1493 m), zu Glühwein-Apéro und dreigängigem Fondue-Menü geht es in eine urige Hütte. Bei entsprechenden Verhältnissen werden Schneeschuhe gestellt, überhaupt findet die Tour (9 km, 300 Hm, ab 108 Euro, guiders.de) bei jedem Wetter statt, solange »keine Gefahr für die Teilnehmer besteht«. Auf klare Sichtverhältnisse hofft man auch bei einer Sonnenuntergangswanderung mit Käsefondue auf den Belchen, mit 1414 Metern immerhin der vierthöchste Schwarzwald-gipfel (etwa 2 Std. Gehzeit, ab 52,90 Euro, original-landreisen.de). Zurück wandert ihr romantisch im Fackelschein, eine Stirnlampe empfiehlt sich trotzdem. Und wer zur Abwechslung mal nur wenig wandern, aber ganz viel genießen will, ist beim Käsefondue im »Rebhisli« bei Bischoffingen im Kaiserstuhl richtig (58 Euro, kaiserstuhl-events.de) – inklusive Apéritif, Weißweinen und Digestif. Wieder zurück zum Ausgangspunkt geht es auch hier bei Fackellicht.



Hannes Tell

Brotwürfel und geschmolzener Käse – eine sowas von geniale Kombination!



Wälder wie diese duften auch während der kalten Jahreszeit ganz intensiv.

Leo Thomas



Waldwandern

In Grün baden

Die Farbe Grün tut uns gut, das haben wissenschaftliche Studien längst geklärt. Wer durch urige Nadelwälder streift, genießt sie selbst im Winter und bleibt auch bei Regen einigermaßen geschützt. Auf der Halbinsel Fischland-Darß-Zingst in Mecklenburg-Vorpommern, im Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft, kann man den Wald sogar mit Meerblicken kombinieren: Hier lockt der Darßwald. Nahe an den Dünen wachsen die Kiefern so, wie der Küstenwind sie formt. Auf einer 29 Kilometer langen, aber nur 30 Höhenmeter umfassenden Runde mit Start und Ziel im Küstenort Prerow erwandert ihr ihn und andere typische (Ufer-)Landschaften. Ein besonders schönes Ziel für das Bad im Grünen ist auch der Tannenriesenpfad bei Freudenstadt im Schwarzwald (8,7 km, 200 Hm), auf dem man mit einem Abstecher von einem Kilometer sogar die größte Tanne dort besuchen kann, die »Großvatertanne«. Den nächsten immergrünen Wald in eurer Nähe findet ihr übrigens auf einer Gratiskarte des Bundesamts für Naturschutz: bfn.de/daten-und-fakten/waldformen-deutschland

Illustrationen: Getty Images



Der unverzichtbare Ratgeber fürs Pferdewohl jetzt online bestellen unter:
www.cavallo.de/sonderhefte

CAVALLO
Weil wir Pferde lieben



Gut, wenn klassische Problemzonen nicht schmerzen. Dafür kann man einiges tun.

Patrick Photo

TSCHÜSS SCHMERZ

Wandern ist großartig, aber irgendwann erwischt es einen und die Füße tun weh. Oder die Knie, oder die Schultern. Was dann hilft.

TEXT: **KATHARINA HÜBNER**

1

Noch besser zu Fuß

Unsere Füße tragen uns ein ganzes Leben durch den Alltag. Und auf Wanderungen tragen sie das jeweilige Körpergewicht noch viel länger als an einem durchschnittlichen Arbeitstag. Schön, wenn sie das einfach so mitmachen. Aber es gibt verbreitete Problemstellen und ganz einfache, auch von uns in der Redaktion oft vernachlässigte Maßnahmen, um Schmerzen auf Tour zu vermeiden. Wichtig indes: Wenn Beschwerden nach der Tour länger anhalten oder sich gar verschlimmern, ist ein Gang zum Arzt angesagt.

FUSSSOHLENBRENNEN Ein verbreitetes Problem auch bei Wanderern, die sonst keine gesundheitlichen Einschränkungen an den Füßen haben, sind brennende Sohlen. Vor allem, wenn der Rückweg ins Tal auf Schotterwegen oder gar asphaltiert verläuft. Abhilfe schaffen Einlegesohlen (etwa von Sidas), die man gegen die vom Hersteller angebrachten tauscht. Sie erhöhen die Dämpfung und beugen damit Fußsohlenbrennen vor.

ACHILLESSEHNE Sie sitzt oberhalb der Ferse, ist die stärkste Sehne im Körper und überträgt die Kraft der Wadenmuskulatur auf den Fuß: die Achillessehne. Eine Überlastung (Tendopathie) tritt oft durch zu viel Sport auf; bei Männern kommt sie häufiger vor als bei Frauen, und mit zunehmendem Alter steigt das Risiko. Bei Wanderpausen hilft gezieltes Dehnen: Stützt euch mit etwas vorgebeugtem Oberkörper gegen eine Bank oder einen Baum, ein Bein etwas gebeugt, das andere in einer Art leichtem Ausfallschritt nach hinten durchgedrückt (dehnt neben der Achillessehne auch die Wade). Einlagen und Fersenerhöhungen nehmen den Zug von der Achillessehne und entlasten dadurch, zu Hause helfen auch Eisabreibungen.

Probleme mit der Achillessehne? Es gibt Strümpfe für Sportler, die für Entlastung sorgen.

VON DEN SOCKEN Baumwollsocken sind im Alltag angenehm, nehmen aber viel Feuchtigkeit auf, was die Blasenbildung fördert. Also tragt lieber richtige Wandersocken. Ob aus atmungsaktiven Kunstfasern oder Merinowolle: Geschmackssache. Um weniger Reibung im Schuh zu haben, hilft es auch, zwei Paar Socken übereinander zu tragen. Zumindest eins davon sollte dünn sein, damit der Schuh noch bequem passt.

VON DEN SOCKEN 2.0 Kompressionsstrümpfe – hallo Oma? Nein. Speziell für sportliche Einsätze entwickelte Kompressionstrümpfe verbessern die Durchblutung, zugleich werden Muskulatur und Gelenke durch den Kompressionsdruck stabilisiert. Hersteller wie CEP, Falke und Bauerfeind bieten auch Strümpfe an, die bei Problemen mit der Achillessehne entlasten.

GUT GEKLEBT

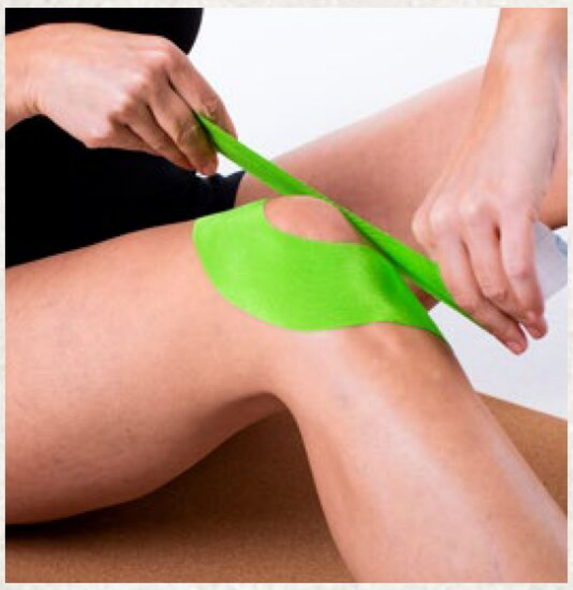
Kinesio-Tape hilft bei Knieschmerzen und erhöht die Stabilität. Ihr bekommt es in Apotheken, Drogeriemärkten und Sportgeschäften. So legt man es an.



1. Schneidet je zwei Tape-Streifen mit Längen von 15 cm und 20 cm. Auf dem Boden sitzend das Knie leicht anbeugen.



2. Schutzfolie mittig des Tape-Stücks durchreißen, zu den Enden wegfalten. Bei voller Dehnung halbmondförmig um …



3. … den Rand der Kniescheibe legen, an dem es am schmerzhaftesten zugeht. Festkleben. Auf der anderen Knieseite …



4. … wiederholt ihr das mit dem zweiten 15-cm-Stück Tape. Das Bein bleibt die ganze Zeit leicht angebeugt.



5. Legt das dritte und vierte Tape (20 cm) mit voller Spannung, halb überlappend, über das erste und zweite Tape.



6. Zum Schluss alles feststreichen. Meist behält man so ein Tape 3–7 Tage. Duschen ist okay. Mit Öl leichter entfernbar.

PhysioTape (6)

SCHUHWERK Klingt wie eine Bagatelle, ist aber keine: Tragt passende Wanderschuhe! So aussagekräftig unsere Tests oder auch die aus anderen Quellen sein mögen, Schuhe müssen richtig sitzen. Also nicht online bestellen, sondern mit Beratung in einem Fachgeschäft anprobieren. Und lasst euch dabei Zeit, eine Viertelstunde sollte es schon sein. Am besten testet ihr zu Hause weiter, mit Umtauschoption. Nach einer richtigen Wanderung nimmt nachvollziehbarerweise kein Geschäft das Schuhwerk mehr zurück.

RICHTIG SCHNÜREN Nach spätestens einer Viertelstunde empfiehlt es sich, auch eingelaufene Schuhe neu zu binden. Bergauf schnürt ihr den unteren Bereich fester und lasst den oberen lockerer, bergab umgekehrt: die Schuhe rund um die Knöchel fester schnüren und vorn etwas Luft lassen. Und legt nach dem Tourende wenn irgend möglich die Beine hoch, um die Regeneration zu beschleunigen.

NÄGEL SCHNEIDEN Kürzt eure Fußnägel am besten ein bis zwei Tage vor der Tour. Auch Hautpflege mit Cremes wie zum Beispiel Hirschtalg beugt Beschwerden vor.

2

Nichts übers Knie brechen

Die Beine, insbesondere die Knie bereiten vielen Wanderern Probleme. Das Gemeine: Eine Schonhaltung ist kaum möglich. Schuld ist häufig eine Reizung der Patellasehne, die den Oberschenkelmuskel über die Kniescheibe mit dem Schienbein verbindet und bei jeder Bewegung des Kniegelenks beansprucht wird.

KINESIO-TAPE Längst ist Kinesio-Tape nicht mehr nur im Spitzensport, sondern auch im Hobbybereich beliebt. Es handelt sich dabei um ein elastisches Baumwollband mit einer Acryl-Klebeschicht, das Unterstützung und Stabilität bietet, ohne unsere Beweglichkeit zu stören. Eine effektive Tape-Methode für die Knie seht ihr links.

Auch Maßnahmen, die nach Kleinkram klingen, können sehr effektiv sein: Probiert sie aus!

BANDAGIEREN Noch flexibler handhabbar als Kinesio-Tape sind orthopädische Wanderbandagen für die Knie, die ebenfalls stabilisierend wirken. Hersteller wie Bauerfeind (siehe auch Seite 88 unten) oder Rehband bieten sie an.

TREKKINGSTÖCKE Mit Wanderstöcken entlastet ihr eure Füße und Beine, insbesondere die Knie, und könnt die beim Wandern sonst eher vernachlässigten Arme etwas kräftigen. Dabei ist es wichtig, dass die Stöcke auf eure Größe eingestellt sind und ihr sie korrekt einsetzt. (Details: outdoormagazin.com/wandertipps/wandern-mit-trekkingstoecken.) Zwischendurch, zum Beispiel auf ebenen Strecken, lasst diese Gehhilfen auch mal weg, um den Gleichgewichtssinn nicht zu schwächen.



Trekkingstöcke mindern die Beinbelastung, zugleich trainiert ihr eure Arme.

Mauritius Images



RUCKSACK RUNTER UND LOS GEHT ES

Ein paar Minuten reichen bereits, um eurem Nacken bei Wanderpausen etwas Gutes zu tun.



Nacken entspannen I

Um Nackenverspannungen vorzubeugen, drückt im Stehen mit je drei Fingerkuppen im unteren Nacken beidseitig der Wirbelsäule. Nun die Finger mit leichtem Druck bis zur Schädelunterkante führen und dabei den Kopf von links nach rechts und wieder zurück drehen.



Benjamin Zöller (2)

Nacken entspannen II

Wiederholt die Übung, nur lasst den Kopf dabei jetzt gerade: leichte Nackenmassage. Abschließend den Kopf erst nach links drehen, dann mittig in den Nacken legen und halten. Wiederholen, den Kopf nach rechts drehen und wieder mittig in den Nacken legen.

RÜCKWÄRTSGANG Wenn es zwischendurch in den Beinen zwickt und das Gelände es zulässt, versucht doch mal, eine Weile rückwärts zu gehen. Das beansprucht die rückseitige, beim Wandern sonst nur wenig benutzte Beinmuskulatur und entlastet die vordere. Nebenbei ist Rückwärtsgehen gut für das Gehirn.

BEI KRAMPFNEIGUNG Wer zu Wadenkrämpfen neigt, kann durch eine magnesiumreiche Ernährung mit viel Vollkorn, Nüssen und grünem Gemüse vorbeugen. Auch Bananen und Trockenfeigen enthalten viel Magnesium. Ebenfalls effektiv: magnesiumreiches Mineralwasser und isotonische Getränke wie Saftschorle, die man gegebenenfalls für die Tour mit etwas Salz (Natrium) versetzt. Magnesiumtabletten helfen bei einem Mangel nur über einen mehrwöchigen Zeitraum eingenommen.

AKUTER WADENKRAMPF Wenn euch unterwegs ein Krampf erwischt, helfen folgende Übungen: Zieht auf dem Boden sitzend die Fußspitze des gestreckten Beins zu euch heran oder schiebt im Stehen das betroffene Bein nach hinten und drückt die Ferse Richtung Boden. Wenn der Krampf nachlässt, tretet zunächst nur ganz vorsichtig auf – häufig kommt der Schmerz sonst schnell wieder.

HALLO BAHN Bergabgehen strapaziert die Knie deutlich stärker als das Wandern bergauf. Im Zweifelsfall fahrt ihr mit der Bergbahn zurück ins Tal und wählt entsprechende Touren aus. Auch bei Arthrose empfiehlt sich das.

KLEINE HELFER, GROSSE WIRKUNG

Schnelle Linderung

»Eine kleine Tube Voltaren habe ich inzwischen auf jeder Tour dabei«, sagt Testredakteur Boris Gnielka. Der Wirkstoff Diclofenac lindert Schmerzen von stumpfen Verletzungen, wirkt entzündungshemmend und kühlt die betroffene Hautstelle.



Wohltat für den Nacken

Bei Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich hilft zum Beispiel der Balsam von Tiger Balm (ohne Abbildung, erhältlich zum Beispiel beim Drogeriemarkt dm). Er regt die Durchblutung an, lockert die Muskulatur, zieht schnell ein und klebt nicht.



Unterstützung für die Kniescheibe

Die Bandage »Outdoor Knee Support« von Bauerfeind wurde fürs Wandern, Trekking und Bergsteigen entwickelt. Sie sitzt fest, aber komfortabel und trägt sich dank Merinoanteil auch bei wärmerer Witterung angenehm.
100 Euro, bauerfeind.de

3

Rücken- und Nackenwohl

Ob Krampf oder Verspannung: Mit ein paar Übungen könnt ihr schnell Abhilfe schaffen.

Gerade unterwegs mit schwerem Gepäck neigen viele Wander-Fans zu Verspannungen im Nacken- und Rückenbereich. Hier kommen einfache, aber effektive Tipps, um sie zu mildern beziehungsweise zu vermeiden.

RUCKSACK Der Rucksack muss nicht nur zur Körperform passen, sondern individuell eingestellt sein. Wie das geht, seht ihr hier in einem Video: outdoor-magazin.com/wandertipps/video-tipp-rucksack-anpassen. Unterwegs hilft es zudem, ab und zu mit der Lastverteilung zu spielen: Lockert man die Schultergurte und zieht die Lastkontrollriemen an, verlagert sich das Gewicht mehr auf die Hüfte und entlastet so die Schultern. Umgekehrt verteilt man die Last mehr auf die Schultern, indem die Schultergurte angezogen und die Lastkontrollriemen gelockert werden.

WENIGER IST MEHR Packt euren Rucksack rechtzeitig und ganz in Ruhe – am besten schreibt vorher eine Packliste. Ob auf Tageswanderungen oder längeren Touren, die meisten von uns nehmen zu viel Gepäck mit. Hilfreich ist in dieser Hinsicht auch, einen eher kleinen Rucksack zu benutzen, um nicht doch noch »dies und das« einzupacken.

ENTSPANNUNGSÜBUNGEN Nutzt eure Wanderpausen für ein paar Nackenübungen (siehe Seite 88). Ja, sie helfen wirklich! Man muss sie nur machen.

WÄRME Auch das Auskühlen kann zu Nacken- und Rückenschmerzen führen. Zieht bei Pausen eine Extralage an und trocknet Schweiß (beim Gehen ebenfalls) ab. Für Wärme im Sinne einer besseren Durchblutung sorgen auch spezielle Cremes wie Tigerbalsam.

STÖCKE Trekkingstöcke entlasten nicht nur die Beine, sondern auch Rücken und Schultern. Die Arme bewegen sich, die Körperhaltung wird insbesondere bei Touren mit schwerem Gepäck verbessert – und sogar die Atmung verbessert sich.

Fast wie auf Wolken

Die anatomischen Wandereinlegesohlen »3Feet Outdoor« von Spezialist Sidas bieten top Komfort und ein hohes Maß an Atmungsaktivität. Erhältlich für verschiedene Fußgewölbetypen. 44,95 Euro, sidas.com





Adobe Stock

Lieber früh als zu spät: Blasenpflaster

Es gehört immer in den Wanderrucksack: Blasenpflaster in verschiedenen Größen, zum Beispiel der Klassiker von Compeed. Wendet es an, sobald ihr eine Scheuerstelle am Fuß bemerkt – dann wirkt es präventiv.



DIE MODELLE IM ÜBERBLICK

BLACK DIAMOND Distance LT 1100
BLACK DIAMOND Distance 1500
LEDLENSER H15 R Core
LEDLENSER HF8 R Core
LEDLENSER HF6 R Core
LEDX Snok 2000
LUPINE Penta Pro
LUPINE Penta
MOONLIGHT Bright as Day 800
NITECORE HC 65 UHE
PETZL Nao RL
SILVA Explore 5

Patitucci Photo

TEXT: **BORIS GNIELKA**

LICHT INS DUNKLE

Mit einer hellen Stirnlampe kannst du den Tag um viele Stunden verlängern. Welche Modelle in Labor und Praxis überzeugen.

Mit Licht ist es ein wenig wie mit Grips oder Kraft: Viel hilft viel. Das gilt natürlich vor allem bei schnellen Aktivitäten wie Trailrunning, Mountainbiking oder nächtlichen Skitourabfahrten. Doch auch beim Wandern, beim frühmorgendlichen Gipfelaufstieg oder verspäteten Abstieg ins Tal seht ihr mit einer hellen Stirnlampe Stolperfallen früher und besser.

Je heller der Strahler, desto höher der Stromverbrauch und desto stärker muss folglich der Akku ausfallen, schließlich will niemand nach wenigen Stunden im Dunkeln stehen. Ein potenter Akku wiegt allerdings auch mehr, weshalb Hersteller von besonders kräftigen Lampen dem Stromspeicher ein eigenes Gehäuse spendieren, und es – als Gegengewicht zum Stirnlampengehäuse – an den Hinterkopf verbannen. Vorteil: Der Akku muss dort nicht bleiben, er lässt sich abnehmen, mit einem Verlängerungskabel bestücken und kältegeschützt in der warmen Jackentasche tragen.

Für den Test haben wir neben sechs winterfesten Powerlampen auch sechs kompakte Modelle mit vorne eingebautem Akku mit auf Tour genommen und im Labor auf Lux, Leuchtweite und Leuchtdauer getestet (siehe Kasten Seite 93). Preislich liegen die sechs Kompakten mit 60 bis 150 Euro zum Teil deutlich unter den Powerstrahlern. Sie starten erst ab 160, das teuerste Modell kostet 200 Euro. Lohnt der Mehrpreis?

KLEIN, ABER HELL

Sicher nicht in jedem Fall, liegt doch die Lichtleistung der Kompakten durchweg auf sehr hohem Niveau. Schon das mit 60 Euro günstigste Modell, die HF6 R von Ledlenser, strahlt bis zu 155 Meter weit, bringt einen stufenlosen Lichtkegelzoom, ein Rotlicht und genug Akkupower mit, um zumindest einige Stunden den Weg auszuleuchten. Das gelingt ihr aber nicht ganz so gut, gleichmäßig und breit gefächert wie ihren Mitstreitern von Black Diamond, Lupine, Nitecore und Silva, die allesamt ein zum Wandern sehr überzeugendes (Leucht)bild abliefern.

Das gilt vor allem für die Newcomer von Black Diamond und Nitecore, die auch die Seiten und den Bereich vor den Füßen gleichmäßig erhellen und zudem ihre Leuchtkraft viele Stunden lang auf sehr hohem Niveau halten. »Eine gute Wahl für alle, die gerne auch längere Nachtwanderungen planen«, sagt Ausrüstungsredakteur Frank Wacker. Das liegt nicht nur an einer besonders effizienten LED-Technik, sondern auch am starken Akku. Bei der Nitecore liefert er ganze 14 Wattstunden – mehr als so manche Powerlampe. Auch die Ladezeit überzeugt, benötigt er zum vollständigen Auftanken mit 105 Minuten doch nur halb so viel wie einige andere. Und: Er lässt sich gegen eine preisgünstige Standardzelle vom Typ 18650 austauschen. »Praktisch vor allem auf mehrtägigen Trekkingtouren«, so Frank Wacker. Durch den dicken Akku und das solide, verschraubte Metallgehäuse wiegt die Nitecore mit 154 Gramm zwar mehr als andere Kompakte, trägt sich

Modell	Nahfeld-LED/ Rotlicht-LED	Rücklicht	Helligkeits-Automatik	Wetterschutz (-klasse)	Akku austauschbar
Black Diamond Distance LT	√ / √	–	–	IP67	√
Black Diamond Distance	√/ √	√	–	IP67	√
Ledlenser H15 R Core	–/ –	–	–	IP67	√
Ledlenser HF8 R Core	√ / √	–	√	IP68	–
Ledlenser HF6 R Core	√/ √	–	–	IP68	–
LedX Snok 2000	√/ –	√	–	IP65	√
Lupine Penta Pro	√/ √	√	√	IP67	√
Lupine Penta	√ / √	–	–	IP67	√
Moonlight Bright as Day	√/–	–	–	IP67	√
Nitecore HC 65 UHE	√/ √	–	–	IP68	√
Petzl Nao RL	√/ √	√	√	IPx4	√
Silva Explore 5	√/ √	–	–	IP68	–



»Mit den meisten Test-Lampen machst du die Nacht zum Tag – ein Topmodell gibt es schon für 100 Euro.«

Boris Gnielka
outdoor-Ausrüstungsredakteur

aber dank breitem, luftig perforiertem Kopfband trotzdem angenehm. Noch bequemer sitzen nur die mit rund 110 Gramm leichteren Modelle von Black Diamond und Lupine sowie die Silva Explore 5.

LICHT IM ÜBERFLUSS

Die Powerlampen stehen in puncto Tragekomfort nicht schlechter da als die Kompaktmodelle. »Durch die gleichmäßige Gewichtsverteilung sitzen viele vor allem beim Trailrunning sogar noch harmonischer«, sagt Frank Wacker. Dazu bringen viele Modelle auch ein in das hintere Akkufach integriertes Rücklicht mit, das die Sicherheit beim Joggen und Wandern entlang von gemeinschaftlich benutzten Rad-/Wanderwegen erhöht. Der Hauptvorteil der Powerlampen liegt aber in ihrer gigantischen Leuchtpower, die sie zudem länger auf hohem Niveau halten. Am meisten überzeugen hier die Lupine Penta Pro und die Petzl Nao RL. Beide machen die Nacht mit ihren gleichmäßigen, hellen und breit gefächerten Leuchtbildern wirklich zum Tag – und das viele Stunden lang. Dazu können sie ihre Leuchtpower automatisch an die Umgebung anpassen, was vor allem der Petzl bestens gelingt. »Dank der gleichbleibenden Ausleuchtung wandert es sich entspannter, auch ermüdet man später«, so Frank Wacker. Wer keine Automatik will, kann sie abschalten und die Helligkeit manuell steuern, die Lupine bietet sogar die Möglichkeit, Leuchtstufen und -reihenfolge sowie weitere Parameter zu programmieren.

Kompaktstirnlampen







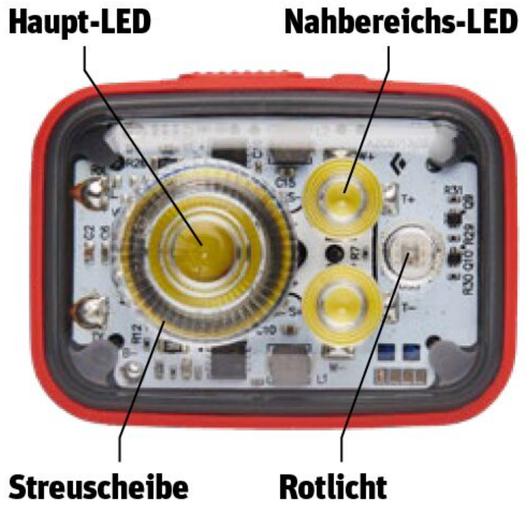
	BLACK DIAMOND DISTANCE LT 1100	LEDLENSER HF6 R CORE	LEDLENSER HF8 R CORE
PREIS	110 €	60 €	109 €
GEWICHT	110 g	128 g	200 g
AKKU/LADEZEIT	8,1 Wh/200 min (USB-C)	7,4 Wh/200 min (Magnet-Ladekontakt)	13,7 Wh/210 min (Magnet-Ladekontakt)
LEUCHTDAUER	2:30–>100 h	3–60 h	5–90 h
LEUCHTWEITE	6–125 m (Boost: 135 m, Rotlicht: 1–6 m)	8–130 m (Boost: 155 m, Rotlicht: 7 m)	7–180 m (Boost: 200 m, Rotlicht: 7 m)
LICHTLEISTUNG Leuchtweite/Helligk. Ausleuchtung Leuchtdauer/-verlauf	★★★★★	★★★☆☆	★★★★☆
AUSSTATTUNG	★★★★★ Mit wirklich allem Relevanten gerüstet.	★★★★☆ Lässt sich nur mit Spezial-Ladekabel laden.	★★★★☆ Lässt sich nur mit Spezial-Ladekabel laden.
BEDIENUNG	★★★★☆ Bis auf die etwas zu berührungsempfindliche Boostmodus-Sensortaste super.	★★★★☆ Mit Handschuhen nicht ideal, sonst sehr einfach. Logische Schaltreihenfolge.	★★★★☆ Mit Handschuhen nicht ideal, sonst sehr einfach, auch dank Helligkeits-Automatik.
TRAGEKOMFORT/SITZ	★★★★★	★★★★☆	★★★☆☆
PACKMASS/GEWICHT	★★★★☆	★★★☆☆	★★☆☆☆
FAZIT	Stufenloser Dimmer für Flut-, Fern- und Rotlicht, dazu leicht, hell und ausdauernd – die perfekt sitzende Distance LT punktet vor allem beim Trailrunning und Wandern.	Viel Licht für wenig Geld, dazu ein zoombares Leuchtbild, bietet die HF6. Für Wander-Fans ist sie eine gute, günstige Wahl, das Leuchtbild überzeugt nicht jede(n).	Mit zoombarem Leuchtbild und beim Wandern hilfreicher (wenn auch etwas träger) Helligkeitsautomatik, brennt die schwere HF8 tiefe Löcher ins Dunkle.
outdoor	ÜBERRAGEND	GUT	SEHR GUT

DAS TESTPROZEDERE IM DETAIL

Akku-Messung
Um die Akkus betriebsbereit zu machen, lassen wir die Lampen so lange leuchten, bis die ab Werk vorgeladenen Akkus erschöpft sind. Danach laden wir sie über einen 100-W-USB-C-Port. Dabei halten wir sowohl den Ladestrom wie auch die Ladezeit fest.

Licht-Messungen
Die maximalen Leuchtweiten ermitteln wir zwei Mal: auf höchster Stufe und gedimmt. Die Messungen (mit einem Leica-Luxmeter) wiederholen wir sechs Stunden lang alle 30 Minuten, um zu prüfen, wie konstant die Lampen ihre Leuchtkraft im Dauerbetrieb halten können. Zwischen den Messungen lagern die Prüflinge bei 15 °C im ventilatorgesteuerten Luftstrom. Das verhindert ein hitzebedingtes Dimmen der LED. Außerdem messen wir die Leuchtkraft im (Kurzzeit-)Boost- und Rotlichtmodus.

Praxistest
Abschließend vergleichen wir alle Kandidaten auf Nachtwanderungen sowie Laufrunden. Im Fokus: der Sitz, die Bedienung – auch mit Handschuhen – und vor allem das Leuchtbild der Lampen. Am meisten Punkte ernten die Kandidaten, die den Nahbereich vor den Füßen großflächig und gleichmäßig erhellen, aber auch die Seiten beleuchten und außerdem weiter Entferntes sichtbar machen.

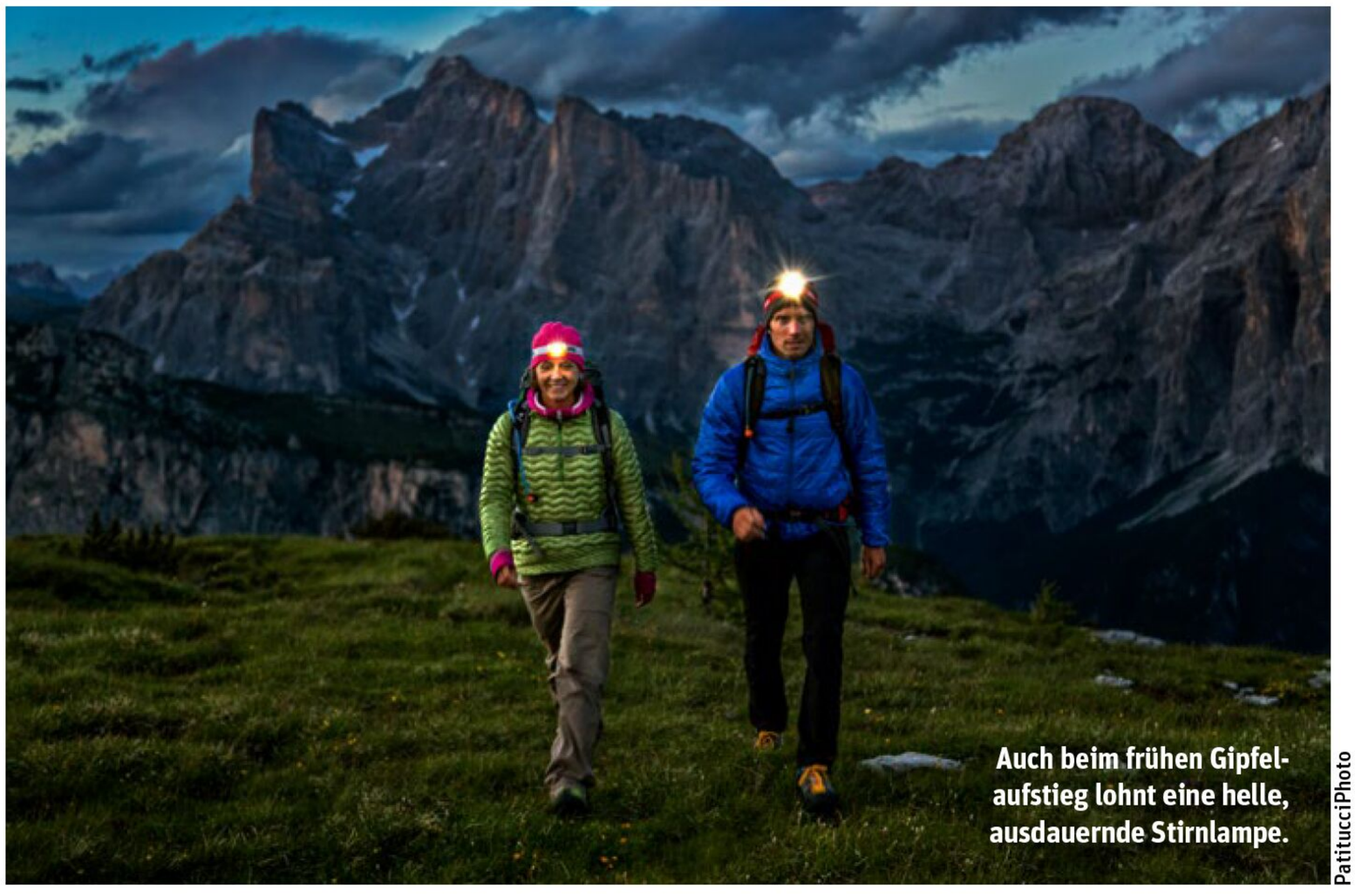








	LUPINE PENTA	NITECORE HC 65 UHE	SILVA EXPLORE 5
PREIS	150 €	100 €	90 €
GEWICHT	110 g	154 g	118 g
AKKU/LADEZEIT	6,7 Wh/140 min (USB-C)	14,4 Wh/105 min (USB-C)	7,6 Wh/120 min (USB-C)
LEUCHTDAUER	2:15–>100 h	8:00–82 h	2:20–50 h
LEUCHTWEITE	5–80 m (Boost: 105 m, Rotlicht: 8–21 m)	5–130 m (Boost: 220 m, Rotlicht: 5–7 m)	9–110 m (Rotlicht: 6–8 m)
LICHTLEISTUNG Leuchtweite/Helligk. Ausleuchtung Leuchtdauer/-verlauf	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆
AUSSTATTUNG	★★★★★ Perfekt – mehr geht (fast) nicht.	★★★★★ Lässt keinen Lichtwunsch unerfüllt.	★★★★☆ Reduziert, aber mit allem Wichtigen.
BEDIENUNG	★★★★★ Dank zweier Taster und logischer Schaltreihenfolge völlig problemlos.	★★★★★ Vollkommen unproblematisch trotz sehr umfangreicher Leuchtmodi-Auswahl.	★★★★★ Auch dank der übersichtlichen Leuchtmodusauswahl extrem einfach.
TRAGEKOMFORT/SITZ	★★★★★	★★★★☆	★★★★☆
PACKMASS/GEWICHT	★★★★☆	★★★☆☆	★★★★☆
FAZIT	**In Kalt- und Warmweißversion erhältlich, gefällt die sehr leichte, topkomfortable, in Deutschland gefertige Lampe vor allem beim Wandern, Campen und Joggen.**	**Der neueste Wurf von Nitecore überzeugt auf ganzer Linie: mit starkem, schnellladefähigem Akku, irrer Leuchtweite, zig Lichtmodi, Ausdauer und top Ausleuchtung!**	**Wer eine richtig gute, super harmonisch ausleuchtende Stirnlampe ohne Schnickschnack sucht, liegt bei der Silva Explore richtig. Ideal zum Zelten und Wandern.**
outdoor	**SEHR GUT**	**ÜBERRAGEND**	**SEHR GUT**



Auch beim frühen Gipfelaufstieg lohnt eine helle, ausdauernde Stirnlampe.

PatitucciPhoto

Neben Lupine und Petzl überzeugt auch die neue Black Diamond Distance 1500 – nicht nur mit viel Akku- und Leuchtkraft, sondern auch mit cleveren Features wie etwa einem stufenlosen Dimmer. Alle drei wiegen für Powerlampen zudem relativ wenig, die Petzl sogar nur 145 Gramm. »Eine top Wahl für grammjagende Bergfexe, Trailrunning-Fans oder auch Trekkingtouren, bei denen jedes Gramm zählt«, so Frank Wacker.

Ganz anders sieht das bei den Test-Schwergewichten von Ledlenser und Ledx aus. Mit ihren wuchtigen Akkupackungen am Hinterkopf bringen sie weit über 300 Gramm auf die Waage. Dafür punktet das Duo zwar mit gigantischen Leuchtweiten von bis zu 250 Metern, die Ledx außerdem mit einem wunderbar homogenen, gleißend

Powerstirnlampen







	BLACK DIAMOND DISTANCE 1500	**LEDLENSER** H15R CORE	**LEDX** SNOK 2000
PREIS	200 €	175 €	171 €
GEWICHT	210 g	390 g	340 g
AKKU/LADEZEIT	11,1 Wh/120 min (USB-C)	35,5 Wh/270 min (Magnet-Ladekontakt)	36 Wh/450 min (USB-C)
LEUCHTDAUER	3:30–>100 h	4–80 h	5–48 h
LEUCHTWEITE	14–125 m (Boost: 135 m, Rotlicht: 5–7 m)	7–160 m (Boost: 255 m)	20–205 m
LICHTLEISTUNG Leuchtweite/Helligk. Ausleuchtung Leuchtdauer/-verlauf	★★★★☆	★★★★☆	★★★★★
AUSSTATTUNG	★★★★★ Hat mehr als nur das Nötigste an Bord.	★★★☆☆ Spezial-Ladekabel, kein Rot-/Rücklicht.	★★★☆☆ Kein Rotlicht, sehr lange Ladezeit.
BEDIENUNG	★★★★☆ Top, nur die Boostmodus-Sensortaste ist etwas zu berührungsempfindlich.	★★★☆☆ Vor allem mit Handschuhen schlecht zu greifender, sehr glatter Drehregler.	★★★☆☆ Taster mit sehr unpräzisem Druckpunkt, nicht nur mit Handschuhen schwierig.
TRAGEKOMFORT/SITZ	★★★★★	★★☆☆☆	★★★★☆
PACKMASS/GEWICHT	★★★★☆	★★☆☆☆	★★☆☆☆
FAZIT	**Die teuerste Lampe im Test hat bis auf eine Helligkeits-Automatik alles an Bord und wiegt trotz ihrer sehr starken Performance wenig – das Multitalent im Test!**	**Kein Testmodell leuchtet weiter, was auch am eng zoombaren Lichtkegel der H15R liegt. Ein starker, schwerer Suchscheinwerfer mit leider etwas kantiger Stirnauflage.**	**Du suchst eine schreiend helle Lampe fürs Skitouring und Mountainbiking und pfeifst auf hohes Gewicht? Dann ist der extrem kräftige Schwedenstrahler dein Favorit!**
outdoor	**SEHR GUT**	**GUT**	**SEHR GUT**

hellen Leuchtbild, doch das bietet eher bei rasanten Mountainbike- und Skiabfahrten Vorteile als beim Wandern oder Trailrunning (wozu die beiden Superstrahler auch einfach zu schwer am Kopf hängen).

FAZIT: VIEL HILFT NICHT IMMER VIEL

Unterm Strich zeigt der Test vor allem eines: Helligkeit ist nicht alles, es kommt auf die Gesamtperformance, den Anspruch und geplanten Einsatz an. Zum Wandern reicht eine gute Kompaktstirnlampe meist völlig, das zeigt zum Beispiel die mit 90 Euro günstige Silva Explore 5. Sie punktet mit perfekter Ausleuchtung und brennt um eine Stufe gedimmt sogar eine halbe Nacht durch. Noch mehr überzeugen jedoch die beiden üppig ausgestatteten und damit vielseitigen Strahler von Black Diamond und Nitecore. Beide machen richtig viel und lange Licht, haben einen starken Akku an Bord, sitzen sehr bequem, lassen sich einfach bedienen und erfüllen nahezu jeden Lichtwunsch.

Wer von Licht und Leuchtdauer gar nicht genug kriegen kann, anspruchsvolle Hochtouren oder gelegentliche Skiabfahrten vorhat, wird bei den Powerleuchten fündig. Zwei machen hier das Rennen: die leichte, wunderbar luftig sitzende Petzl Nao RL und die extrem robuste, wertige, in Deutschland gefertigte Lupine Penta Pro. Auch wenn diese mit mehr Features und einer höheren Leuchtdauer aufwartet, liegt am Ende die Petzl wegen ihres geringen Gewichts und der überlegenen Helligkeitsautomatik knapp vorne.



»Ein gleichmäßig helles, weit gefächertes Leuchtbild ist beim Wandern viel wichtiger als eine enorme Leuchtweite.«

Frank Wacker
outdoor-Ausrüstungsredakteur



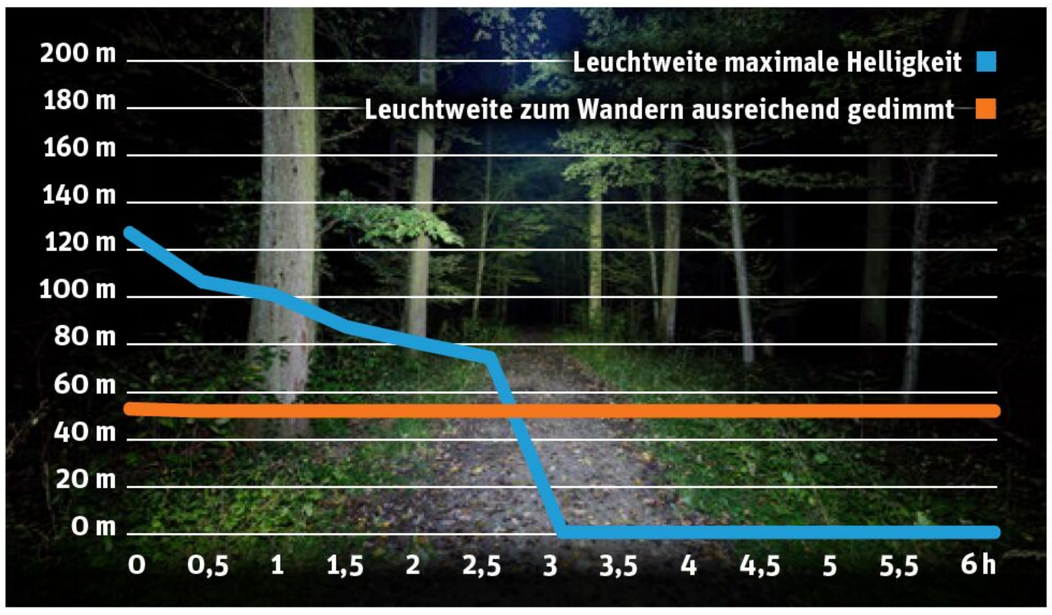




	LUPINE PENTA PRO	**MOONLIGHT** BRIGHT AS DAY 800	**PETZL** NAO RL
PREIS	195 €	160 €	160 €
GEWICHT	225 g	250 g	145 g
AKKU/LADEZEIT	25,2 Wh/140 min (eigenes Ladegerät)	17 Wh/130 min (USB-C)	11,8 Wh/150 min (USB-C)
LEUCHTDAUER	4:00–>100 h	2:00–40 h	2:30–80 h
LEUCHTWEITE	2–125 m (Rotlicht: 7–22 m)	21–130 m	18–155 m (Helligkeits-Automatik aus)
LICHTLEISTUNG Leuchtweite/Helligk. Ausleuchtung Leuchtdauer/-verlauf	★★★★★	★★★☆☆	★★★★★
AUSSTATTUNG	★★★★☆ Nicht via USB-C ladbar, sonst perfekt!	★★★☆☆ Weder Rot- noch Rücklicht sind dabei.	★★★★☆ Hat bis auf ein Rotlicht alles an Bord.
BEDIENUNG	★★★★★ Sehr einfach, auch dank zweier Taster, gelingt selbst mit Handschuhen top.	★★★★★ Ein voll handschuhtauglicher Taster mit gutem Druckpunkt, logische Schaltung.	★★★★★ Top, auch dank (deaktivierbarer) Helligkeitsautomatik und nur drei Leuchtmodi.
TRAGEKOMFORT/SITZ	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PACKMASS/GEWICHT	★★★★☆	★★★★☆	★★★★★
FAZIT	**Mit der neuen Penta Pro trifft Lupine ins Schwarze: hell, ausdauernd und mit der besten Ausleuchtung im Testfeld. Perfekt zum Wandern, Bergsteigen und Skitouring.**	**Viel Licht zum moderaten Preis gibt es bei den Norwegern von Moonlight. Das stark mittenbetonte Leuchtbild und die abgespeckte Ausstattung kosten Punkte.**	**Ultraleicht, -hell und top bequem, brilliert die Nao RL auch dank blitzschneller Helligkeitsautomatik beim Wandern genauso wie beim Bergsteigen und Trailrunning.**
outdoor	**ÜBERRAGEND**	**GUT**	**ÜBERRAGEND**

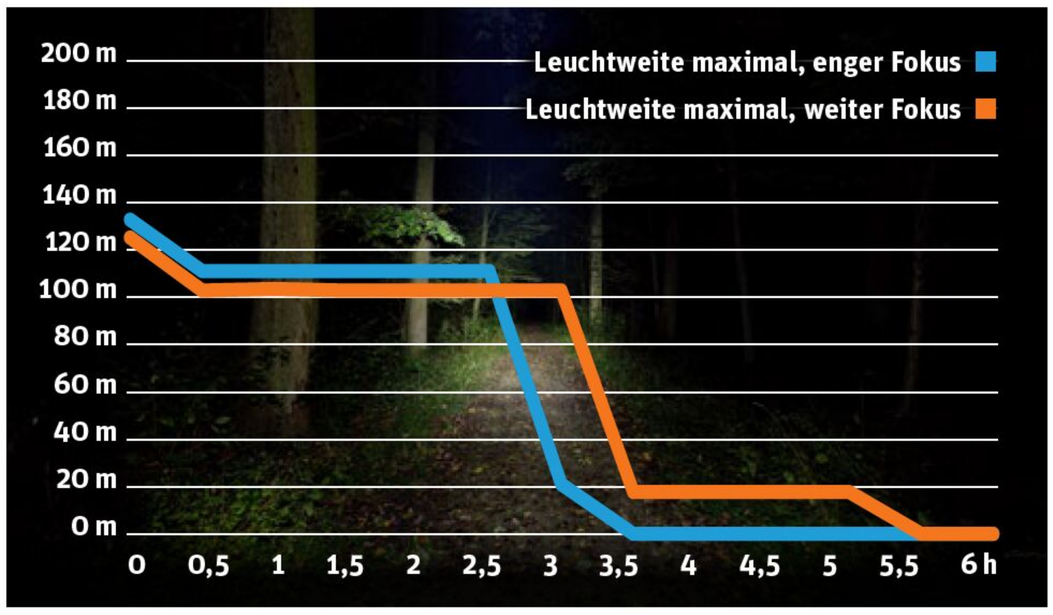
AUSLEUCHTUNG UND LEUCHTWEITEN DER TESTLAMPEN IM VERGLEICH

BLACK DIAMOND DISTANCE LT 1100



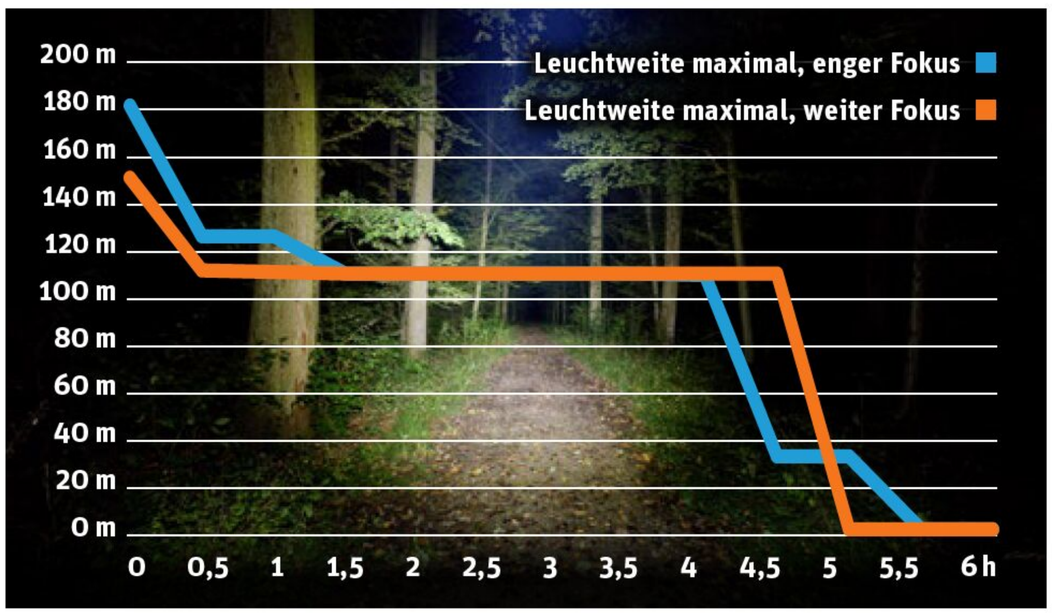
In der höchsten Stufe leuchten Haupt- und Flutlicht im Verbund (Foto) – die beste Einstellung zum Trailrunning. Nach 2,5 Stunden ist der Akku dann aber leer. Zum Wandern ideal: nur das Hauptlicht aktivieren und leicht dimmen, dann leuchtet die Lampe die ganze Nacht ausreichend hell.

LEDLENSER HF6 CORE



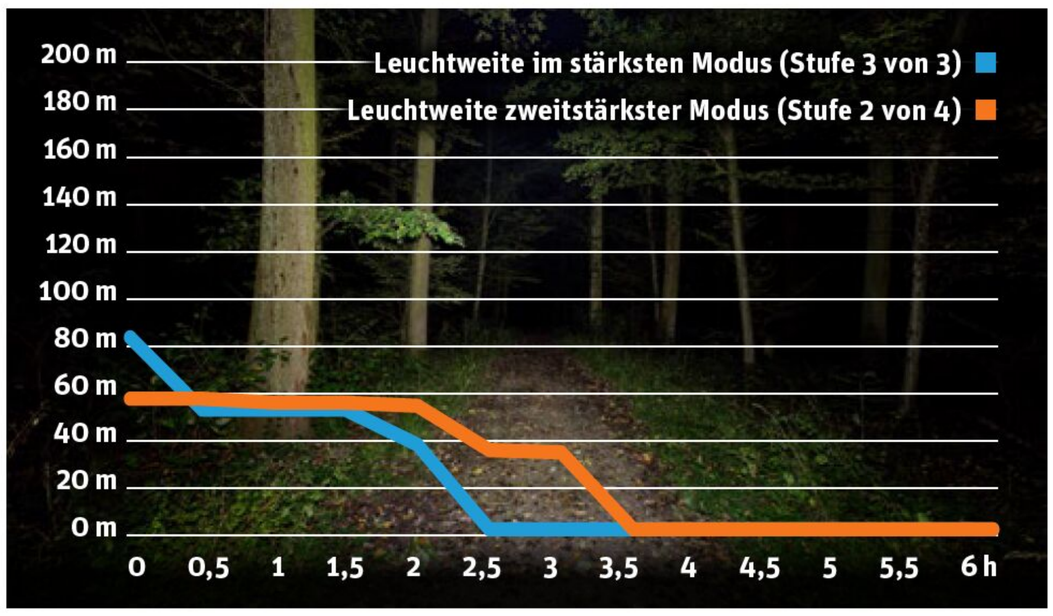
Bei der HF6 lässt sich der Zoomkegel per Rad stufenlos verstellen. Die Ausleuchtung übernehmen drei unterschiedlich starke LEDs, die aber in jeder Zoomstufe ein tendenziell rundes, weniger breites Leuchtbild schaffen. Der Vorteil der HF6 liegt vor allem in der hohen Leuchtweite bei engem Fokus.

LEDLENSER HF8 CORE



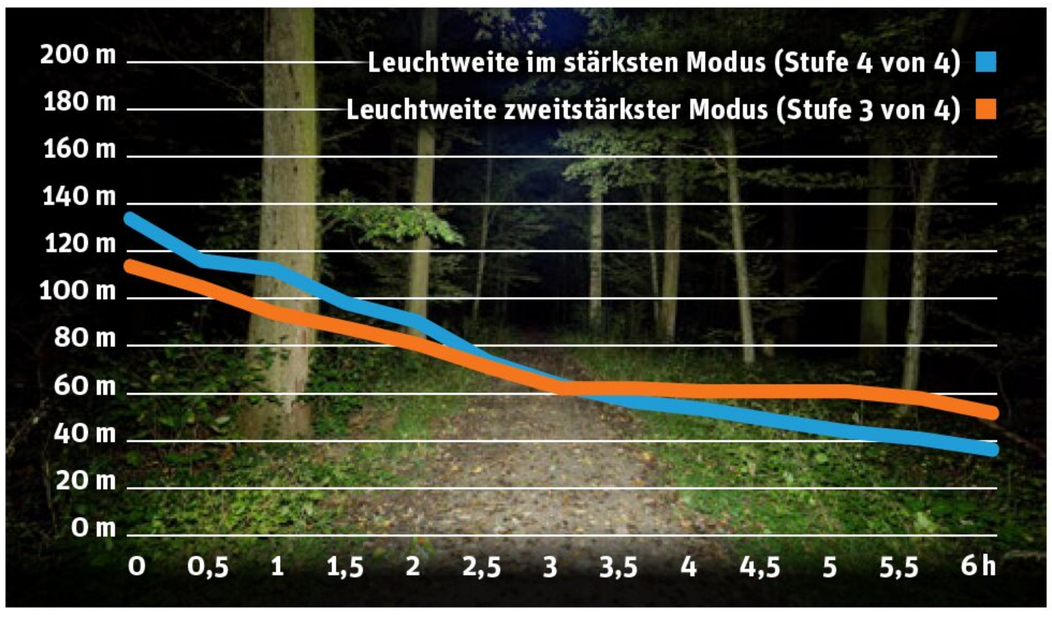
Wie bei ihrer kleinen Schwester HF6 verfügt die HF8 über einen LED-gesteuerten Lichtkegelzoom, den sie dank Sensor auch automatisch einstellen kann – wenn auch mit leichter Verzögerung. Die Ausleuchtung gefiel dem Testteam besser als bei der HF6, Leuchtweite und Ausdauer sind top.

LUPINE PENTA



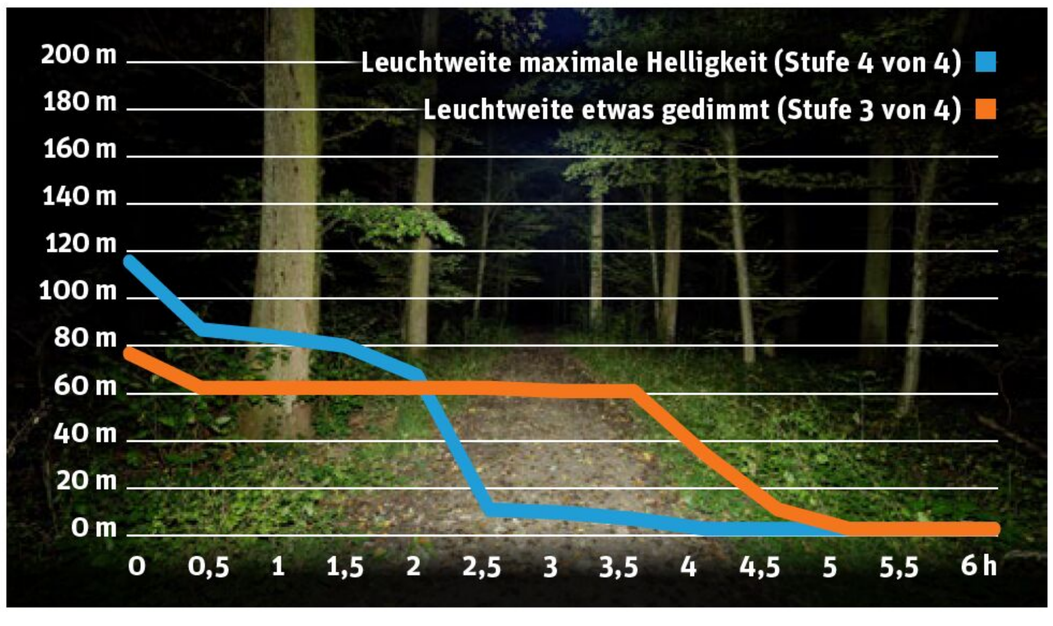
Aufgrund des kleinen Akkus fallen Leuchtweite und -dauer bei der Penta etwas ab, reichen aber für Wanderungen bis zu drei Stunden locker. Die Ausleuchtung zählt zu den besten im Test, auch die Lichtfarbe überzeugt, neben der kaltweißen (im Test/Foto) gibt es die Penta auch in Warmweiß.

NITECORE HC 65 UHE



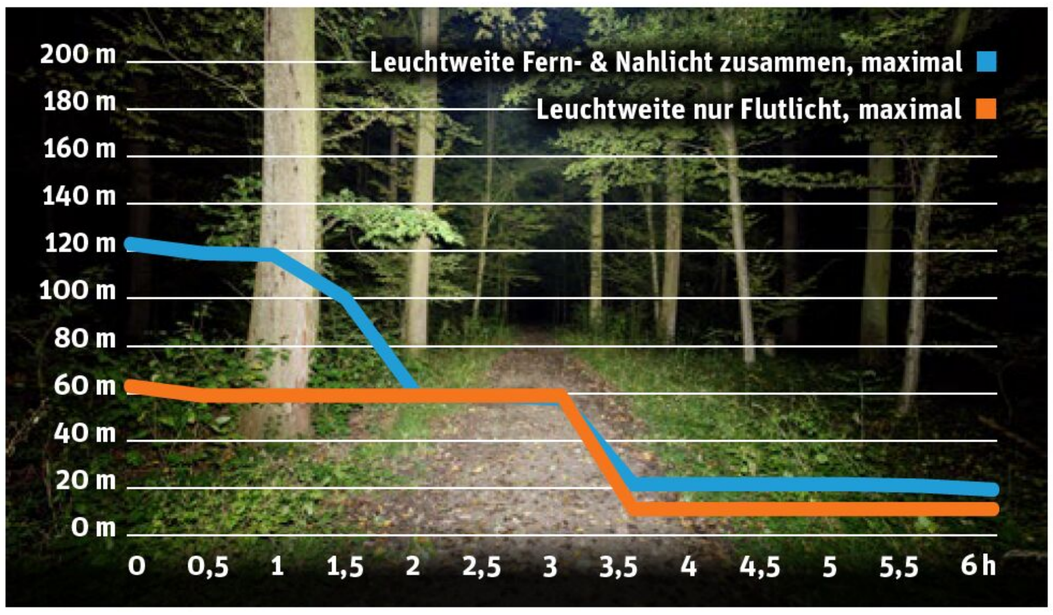
Die neue Nitecore überzeugt mit einer sehr weichen, breiten, aber auch weit reichenden Ausleuchtung (Foto). Der starke Akku bremst den Lichtabfall, weil sich die Augen an die Dunkelheit gewöhnen, fällt er im realen Einsatz kaum auf. Ideale Einstellung zum Wandern: Stufe 3 (blaue Linie).

SILVA EXPLORE 5



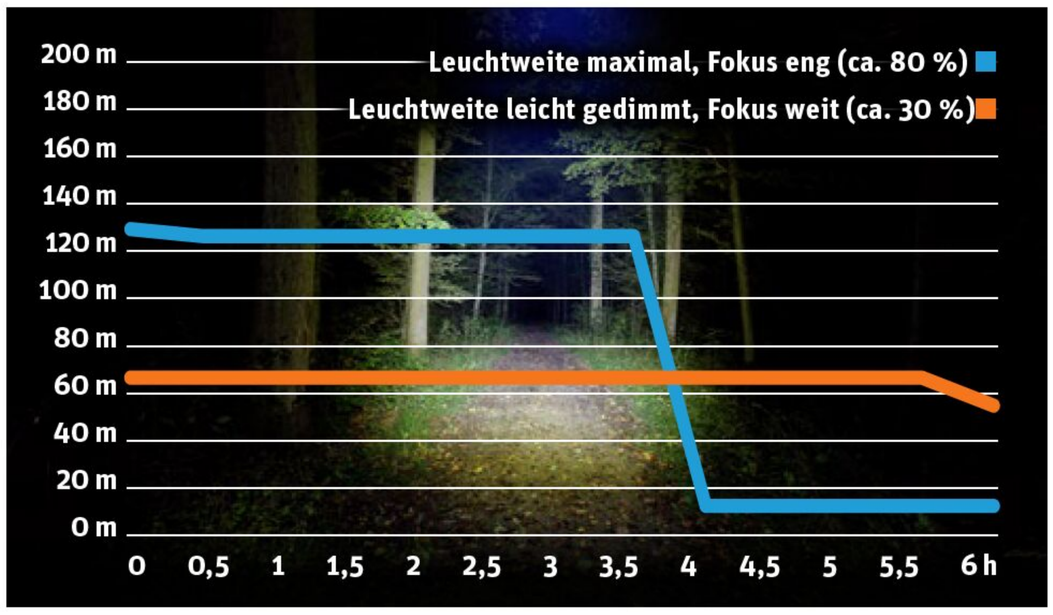
Der schwedische Hersteller setzt seit Langem auf zwei LEDs im Verbund: eine für die Fernsicht, eine für den Nahbereich. So leuchtet die Silva breit und harmonisch aus – und zwar bis vor die Füße. Auf höchster Stufe ist ihr Akku aber nach 2,5 Stunden leer, zum Wandern empfiehlt sich Stufe 3 von 4.

BLACK DIAMOND DISTANCE 1500



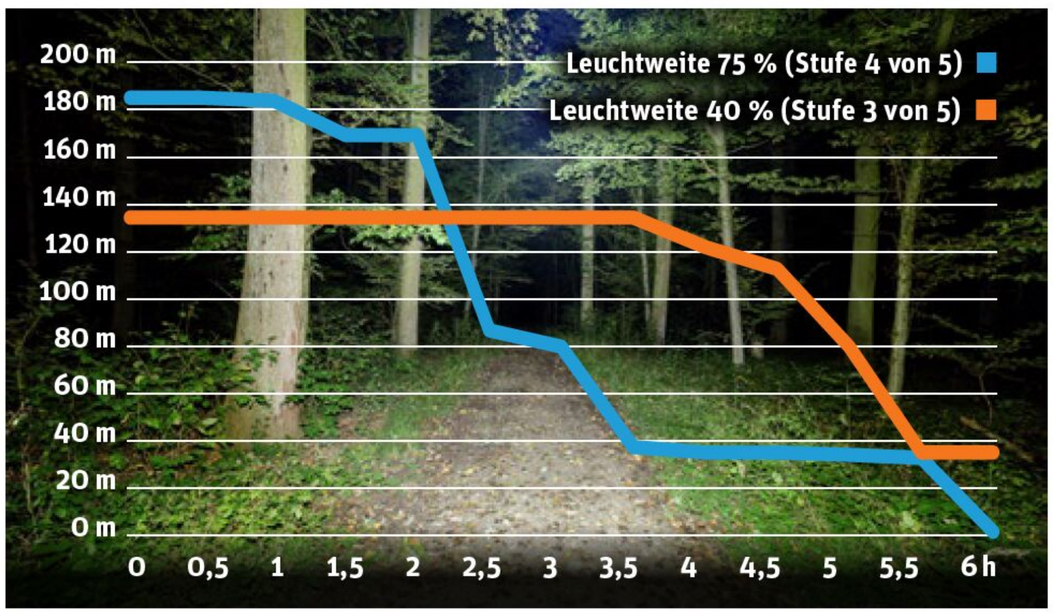
Black Diamond bietet ein Fern- und ein Flutlicht, die im Verbund (Foto) oder separat strahlen können. Zum Wandern ideal: nur das Flutlicht, auf maximaler Stufe. Zum Trailrunning empfiehlt sich hingegen die Verbundlösung (blaue Line). Das Leuchtbild liegt im Testfeld weit vorne.

LEDLENSER HF15 R CORE



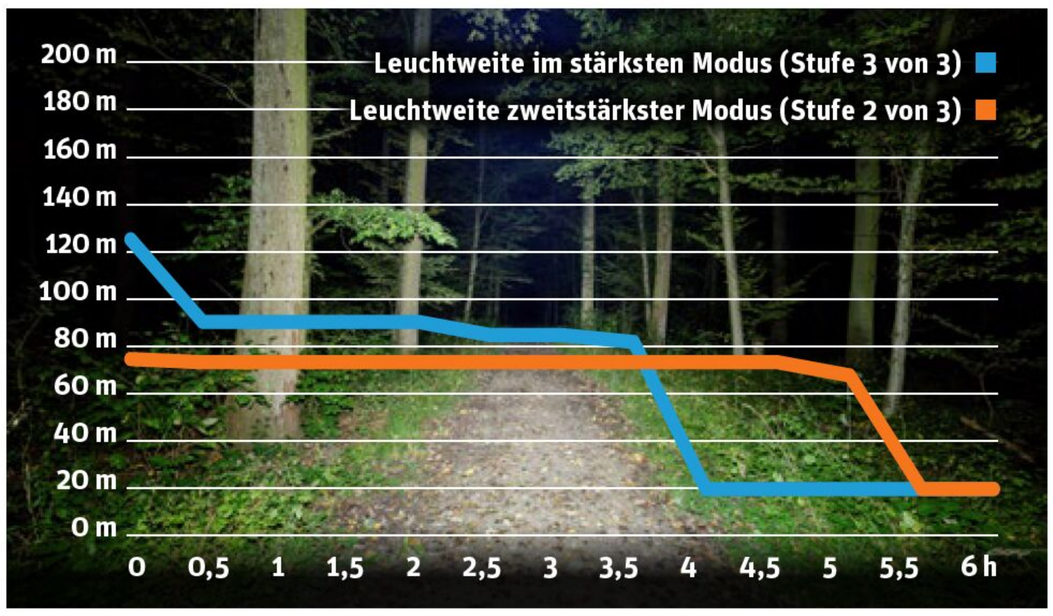
Eine stufenlos verstellbare Optik bestimmt bei der HF15 das Leuchtbild, die LED lässt sich ebenfalls stufenlos regeln. Auch dank starkem Akku strahlt die Lampe so kurzzeitig (10-Sekunden-Boost) 255 Meter weit. Gedimmt reicht das Licht eine ganze Nacht. Die runde Ausleuchtung ist aber nicht ideal.

LEDX SNOK 2000



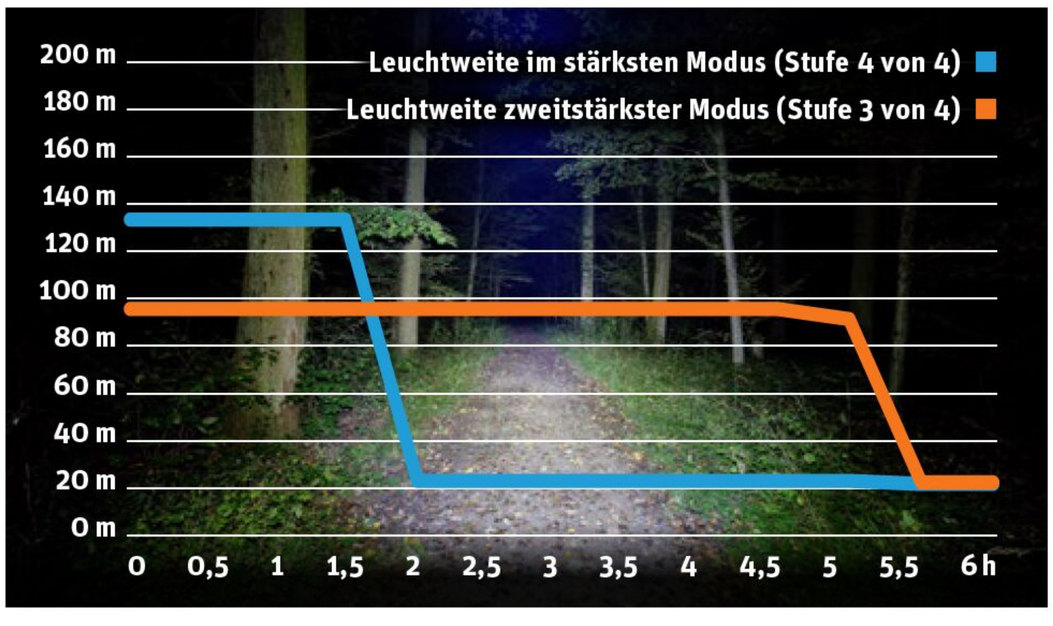
Die stärkste Lampe im Test liefert so viel Licht, dass man sie fast immer dimmen muss. Selbst auf der dritten Stufe (von fünf) leuchtet sie fünf Stunden lang über 100 Meter weit und fürs Trailrunning mehr als ausreichend hell. Das Leuchtbild erreicht fast das Referenzniveau der Lupine Penta Pro.

LUPINE PENTA PRO



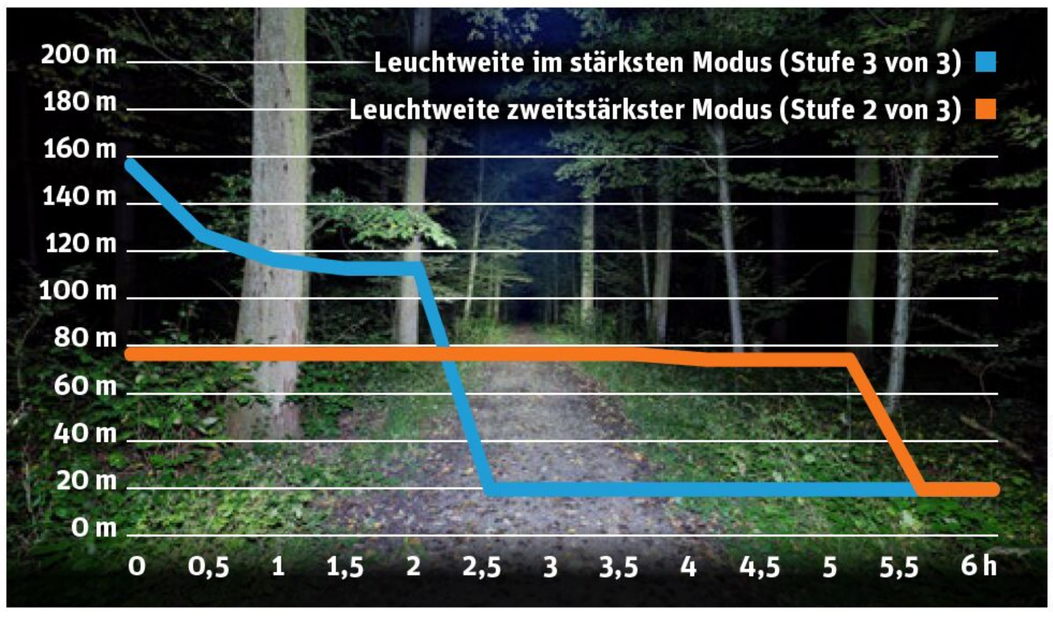
Bei der Ausleuchtung setzt die Lupine Maßstäbe: Sie strahlt unglaublich homogen, hell und mit sehr angenehmer Lichtfarbe. Auch die Ausdauer überzeugt: Um eine Stufe gedimmt, hält der Akku die (hohe) Leistung 5,5 Stunden konstant. Auch bietet er einen Notlauf-Modus für viele Stunden.

MOONLIGHT BRIGHT AS DAY 800



Ähnlich wie bei den Modellen von Ledlenser, erzeugt die Moonlight ein eher rundes Leuchtbild, das sich aber nicht verstellen lässt und zudem Abschattungen aufweist. Die Leuchtweite ist beachtlich, reicht zum Trailrunning locker. Zum Wandern empfiehlt sich aber die zweithellste Stufe (orange Linie).

PETZL NAO RL



Auch wenn sie den Pokal für das beste Leuchtbild an die Lupine abgeben musste, zählt die Petzl zu den Lampen mit der besten Ausleuchtung. Ideale Werte erzielt man mit aktivierter Helligkeitsautomatik (nicht mess-/darstellbar), ohne betreibt man sie am besten auf mittlerer Stufe (orange Linie).

Boris Gnielka (12)



VORSCHAU 1|2025

Die Themen des nächsten Hefts

Getty Images/Cavan Images

So schön wird 2025 Öffnet schon einmal den Kalender: Wir stellen euch Wanderziele fürs ganze Jahr vor – damit ihr immer zur richtigen Zeit am richtigen Ort auf dem Globus seid.

Norwegen Noch etwas nördlicher als die Lofoten, genauso schön, aber nicht so überlaufen: was Senja, die zweitgrößte Insel Norwegens, Wander- und Kanufans zu bieten hat.



Gerhard Eisenschink



Fabian Weiss

In die Sonne Der GR 131 führt über alle Kanarischen Inseln. Unsere Autorin hat auf ihm Lanzarote durchquert – ein 70 Kilometer langer Traum für sonnenhungrige Vulkanfans.

+++ AUSSERDEM +++

+++ **BÖHMISCHE SCHWEIZ** Von Camp zu Camp +++
ORIENTIERUNG Das sind die besten Apps +++
BOULDERN So geht das Spiel mit der Schwerkraft+++

Winterfest
Von der Unterwäsche bis zur Isojacke: Wir haben geprüft, mit welcher Bekleidung ihr am besten für Frost gerüstet seid.



TEST

Wanderstiefel
Gefüttert, wasserdicht und wunderbar griffig im Schnee: Welcher ist der beste Wanderstiefel für kalte Tage? Unser Test zeigt es.



33 % SPAREN!

DIE AUSGABE 1|2025 GIBT ES AB 3. DEZEMBER

JETZT PROBE LESEN! Lass dir die nächsten drei Ausgaben zum Sonderpreis von 14,90 € (inkl. MwSt. und Versand) mit über 33 % Ersparnis liefern! Einfach online bestellen unter **outdoor-magazin.com/probe**, Verantwortlicher: BurdaVerlag Consumer Sales & Services GmbH, Postfach 1223, 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, Leuschnerstr. 1, 70174 Stuttgart, Tel. 07 11/1 82-2283, Postfach: 70162 Stuttgart
E-MAIL: info@outdoor-magazin.com
INTERNET: www.outdoor-magazin.com

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

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

PUBLISHER: Barbara Groscurth

GESCHÄFTSFÜHRUNG: Kay Labinsky

LEITER DES GESCHÄFTSBEREICHS SPORT & LIFESTYLE: Wolfgang Melcher

outdoor erscheint monatlich. Einzelheft: 7,50 €; *outdoor* im Abonnement: Preis für zzt. 12 Ausgaben (ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. 7,08 €) inkl. MwSt. und Versand Deutschland 84,90 € (A: 93,90 €, CH: 135,50 CHF, übrige Auslandspreise auf Anfrage). Studenten erhalten gegen Vorlage einer Immatrikulationsbescheinigung das Abo (zzt. 12 Ausgaben) mit einem Preisvorteil von 40 % gegenüber dem Kauf am Kiosk zum Preis von 54,00 € (Österreich: 59,76 €, Schweiz: 86,40 CHF; übrige Auslandspreise auf Anfrage) ggf. inkl. Sonderheften zum Preis von zzt. 4,50 €. 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 11/1 82-15 45, E-Mail: kbrodersen@motorpresse.de

VERANTWORTLICH FÜR DEN ANZEIGENTEIL:
Ute Seibold, Tel. 0711/182-21 47, E-Mail: useibold@motorpresse.de
Claudia Strauss, Tel. 0711/182-10 11, E-Mail: cstrauss@motorpresse.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1. Januar 2024. Erfüllungsort und Gerichtsstand: Stuttgart

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

EINZELHEFTBESTELLUNGEN UND ABONNEMENT
BurdaVerlag Consumer Sales & Services GmbH, Telefon Inland: 07 81/6 39 66 57
Telefon Ausland: (+49) 7 81/6 39 66 58
E-Mail: motorpresse@burdadirect.de

HERSTELLUNG: Michael Wander
LITHOS: Otterbach Medien KG GmbH & Co., 76437 Rastatt
DRUCK: Vogel Druck, 97204 Höchberg
SYNDICATION: Telefon 07 11/182-23 79, order@mpi.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 von der Lieferungspflicht. Ersatzansprüche können nicht anerkannt werden. Alle Rechte vorbehalten.

DATENSCHUTZINFO:
Kontakt zum Datenschutzbeauftragten: BurdaVerlag Consumer Sales & Services GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel. 07 81/6 39 61 02. 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. 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: outdoordatenschutzanfrage.de

AWA 2024
ISSN 0935-3356

AB NACH DRAUSSEN!

3 AUSGABEN OUTDOOR UND EINE PRÄMIE DEINER WAHL



outdoor Reise-Special 01/2024

Kioskpreis 7,90 €

1884

Ohne Zuzahlung

3 AUSGABEN
für nur 15,90 Euro*

29 % PREIS-VORTEIL
im Probeabo

Lieferung bequem
NACH HAUSE,
ohne Versandkosten

Du erhältst
eine **PRÄMIE**
als Dankeschön



outdoor E-PAPER-UPGRADE
für nur 1,05 €* zum Heftabo mit dazu bestellen!
www.outdoor.de/digital

10-Euro-Globetrotter-Gutschein

1869



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. 15,90 €* ggf. zzgl. einmalig des jeweiligen Zuzahlungsbetrages für das Extra. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Auslandspreise auf Anfrage.

Angebot der BurdaVerlag Consumer Sales & Services 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: BurdaVerlag Consumer Sales & Services 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

FOTO: MATTIAS FREDRIKSSON

NIKWAX®
WATERPROOFING

BLEIB TROCKEN BEI NASSEM WETTER - MIT NIKWAX

NASS?
Durch Schmutz und ständiges Tragen nimmt deine Regenjacke Feuchtigkeit auf

TROCKEN!
Dank Reinigung und Imprägnierung mit Nikwax bleibst du warm und trocken



1 Reinige deine Jacke mit Nikwax® Tech Wash®

2 Imprägniere anschließend mit Nikwax® TX.Direct

Einfache, sichere Anwendung zuhause in der Waschmaschine

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

FLASCHE RECYCELT UND RECYCELBAR

CO_2-NEUTRALER BETRIEB

PFAS-FREI SEIT 1977 TREIBGAS-FREI

1%+ FÜR MENSCH UND PLANET

IN ARBEITNEHMERHAND

EASIER | SAFER | DRIER

MIT GROSSEM SKITEST

SKITOUREN-EXTRA

Equipment, Safety & Touren

SKI TOUR 2024|25



25 MODELLE IM CHECK

TOURENSKI IM GROSSEN TEST
25 aktuelle Modelle für jeden Einsatz

SO VERMEIDEST DU RISIKEN
Interview mit einem Bergretter

IM HOHEN NORDEN
Tourenabenteuer in Norwegisch-Lappland

FEINE TEILE
Marktneuheiten vom Helm bis zum Skistock

PRÄSENTIERT VON

outdoor

klettern
HOT ROCKS | COLD ICE | BIG WALLS

MOUNTAIN BIKE

Tom Lafaille bei der rasanten Einfahrt in ein versteckktes Couloir im Mont Blanc Gebiet.

© 2023-Petzl Distribution-Mathis Dumas

EXPERIENCE THE DIFFERENCE

PETZL®



Den Vorsprung durch Technik hat nur, wer die verfügbaren Daten auch interpretieren kann …

Ortovox/Max Dräger

Liebe Leserin, lieber Leser,

dank immer ausgefeilterer Lawinenpiepser und Lawinenairbags und einer verlässlichen Rettungskette der Bergwacht wächst auch das Sicherheitsgefühl von vielen Skitourengehenden. Daran ist zunächst nichts auszusetzen, wichtig ist nur, dass auch das eigene Sicherheitsbewusstsein damit Schritt hält. Und das kann nicht bedeuten, dass wir uns in immer risikoreichere Unternehmungen stürzen. Im Gegenteil: Wir sollten immer sicherer und vertrauter mit der Beurteilung von Wetterlage und Lawinensituation werden, sodass wir nie in Verlegenheit kommen, die gelernten Skills und die dazugehörige Technik einsetzen zu müssen. Im Zweifel heißt das, auf eine geplante Abfahrt oder einen Aufstieg zu verzichten und eine sichere Alternative zu wählen beziehungsweise auch mal ganz zu Hause zu bleiben. Für alle anderen Tage haben wir in diesem *outdoor*-Special jede Menge brandneues Material für euch getestet und geben viele Anregungen für die schönsten Wochen im Jahr. Möge der Winter kommen!

Eure Redaktion

INHALT

News 6
Neues aus der Welt des Skitourengehens

Hochgefühle in Norwegen 12
Die schönsten Skitouren in Lappland

Der große Skitest 22
Wie gut sind die aktuellen Modelle?

Bindungen & Boots 34
So klappt es mit dem Kraftschluss

Interview mit einem Bergretter 38
Wenn das Risiko mitfährt …

Equipment 44
Neu auf dem Markt: vom Helm bis zum Skistock

Lawinenrucksäcke 52
Welches System passt am besten für dich?

Schöner Zufall 60
Wieso die Zufallhütte in Südtirol so beliebt ist

IMPRESSUM Verlag und Redaktion: Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Leuschnerstraße 1, 70174 Stuttgart, Telefon 0711/18201 | E-Mail: info@outdoor-magazin.com | Chefredakteur: Alex Krapp | Geschäftsführender Redakteur: Gunnar Homann | Redaktion: Uli Benker, Felix Böhlken, Boris Gnielka, Tobias Wirth, Frank Wacker | Grafik: Christoph Heilig, Elke Zepezauer | Geschäftsführung: Kay Labinsky | Publisher: Barbara Groscurth | Leiter des Geschäftsbereichs Sport & Lifestyle: Wolfgang Melcher | Titel: Max Dräger | Das Skitouren-Extra ist eine redaktionelle Beilage zu *outdoor* 12/2024; *klettern* 1/2024 und *mountainbike* 12/2024.



NICHTS WIE RUNTER!

Auf der Berner Haute Route nach Rosenlaui

»Die Berner Haute Route führt auf keine Viertausender«, sagt der kalifornische Fotograf und Extremsportler Dan Patitucci. »Aber das Gelände ist top für Skitouren, es ist dort weniger los als auf den bekannten Hautes Routes, die Hütten sind kleiner, und es gibt jede Menge Gipfeloptionen.« Dan hat sich zusammen mit seiner Frau Janine und Freunden auf den fünftägigen Weg vom Sustenpass ins Rosenlauital gemacht, über die Tierbergli-, die Trift-, die Bächlital- und die Gaulihütte. Als Konditionsbolzen genießen sie die Aufstiege, aber wenn es so fluffig und trocken vom Himmel kommt wie hier, dann gibt es kein Halten mehr: Möglichst schnell abfellen und runter! alpsinsight.com/trip/berner-oberland-haute-route-ski-tour/

PatitucciPhoto



Ortovox/Max Dräger

MEISTERSCHULE

Routine ist nicht langweilig. In manchen Bereichen ist sie sogar essenziell. Zum Beispiel, wenn es um Sicherheit auf Skitour geht. Denn noch mehr Spaß machen Skitouren, wenn man in puncto Tourenplanung, Verhalten im Gelände und Gefahreneinschätzung souverän agieren kann. Einige Hersteller und Organisationen bieten deswegen während der Saison Lawinenkurse an. Sie eignen sich perfekt, um sich das nötige Wissen anzueignen, es auszubauen und aufzufrischen. Klassiker sind die Angebote der Ortovox Safety Academy ab dem 26.10. (ab 95 Euro, ein Tag), der Lawinenkurs vom DAV Summit Club ab dem 28.11. (ab 410 Euro) und das kostenlose Basic Camp vom Verein SAAC ab dem 30.11. (Liftkarte benötigt!).

INSPIRATION SATT

Fortgeschrittene Tourengeher, denen eigene Ziele ausgehen, sollten in diesen Führer hineinschmökern: Der Autor stellt 68 teils bisher unveröffentlichte Unternehmungen vor, die eine ausgedehnte Saison von Oktober bis Juni füllen. Fokus: Ostalpen und Dolomiten, aber auch Geheimtipps bis in die Abruzzen. Dazu Service- und Knowhow. Panico Verlag, 45 Euro.

NIE WIEDER KALTE FÜSSE

Mit elektrisch beheizbaren Handschuhen hat Zanier mittlerweile 20 Jahre Erfahrung – und die Technik nun auch auf Socken übertragen. Die Heated Socks wärmen je nach Heizstufe bis zu 18 Stunden, danach müssen die Lithium-Ionen-Akkus wieder geladen werden. Steuerbar via Handy-App. Preis: ab 300 Euro.

Als Erster oben, als Letzter unten

Leistungsstarke
Kompressionssocken
für lange Skitage.



Verbessere deine Performance durch unsere **Kompressionstechnologie**. STOX Energy Socks sorgen für eine schnellere Muskelerholung und halten an kalten Tagen deine Füße warm und trocken.

STOX
ENERGY SOCKS



WIE GEHT SKI-BERGSTEIGEN?

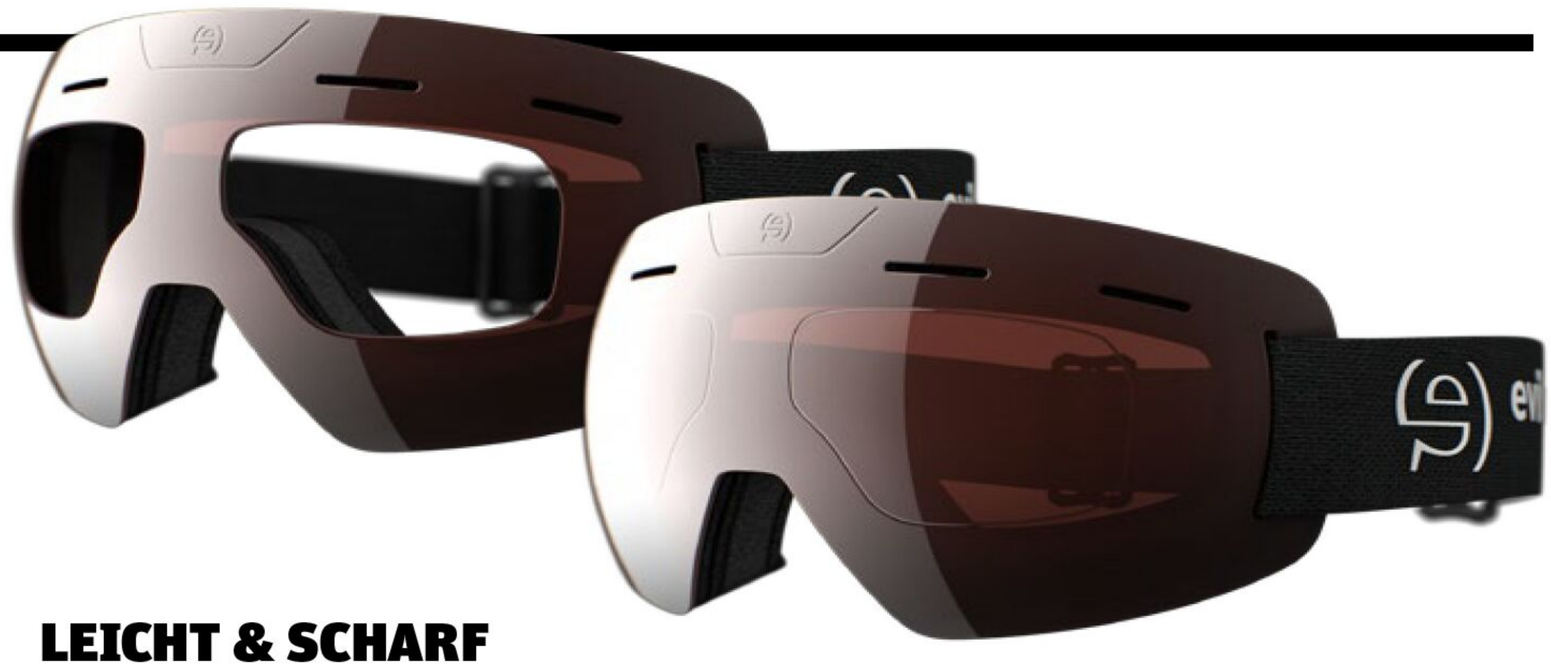
Finn Hösch, dreifacher Deutscher Meister Sprint, über den aktuellen Skimo-Trend.

Wie unterscheidet sich Skimountaineering (kurz: Skimo) vom normalen Skitouring?
Skimountaineering – auf Deutsch Skibergsteigen – ist Skitourengehen in Wettkampfform. Beim Skimo geht es um Zeit und Höhenmeter, während beim Skitouring mehr Erlebnis und Landschaftsgenuss im Vordergrund stehen.

Zählt beim Skimo nur der Aufstieg oder auch die Abfahrt?
Wenn man von der Disziplin Skimountaineering spricht, beinhaltet es sowohl den Aufstieg als auch die Abfahrt, und das zum Teil mehrfach. Es gibt aber auch reine Skimo-Aufstiegsrennen (»Vertical«).

Welche (spezielle) Ausrüstung benötigt man dafür?
Ski, Bindung, Felle und Stöcke sind klar, dazu kommt die richtige Kleidung samt Helm, Sonnen- und Sichtschutz (Brille) sowie bei entsprechender Schneelage die Sicherheitsausrüstung. Sie umfasst ein Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS), Schaufel und Sonde.

Wie und wo kann man Skimountaineering ausprobieren?
Immer wieder bieten diverse Sportgeschäfte Test-Events mit geführten Einsteigerkursen an. Außerdem lohnt sich auch ein Blick auf die Touren- und Kursangebote des Deutschen Alpenvereins (DAV).



LEICHT & SCHARF

Peaklite heißt der neueste Wurf von Evil Eye. Der österreichische Sportbrillenspezialist entwickelte die Goggle gemeinsam mit Skimo-Athletinnen und -Athleten speziell fürs Skibergsteigen. So wiegt das rahmenlose Modell minimalistische 60 Gramm, außerdem lässt es sich mit optischen Korrektureinsätzen ausstatten, die deutlich mehr Komfort als etwa Clip-Ins bieten. Belüftungskammern im Schaumstoff und Öffnungen in der Scheibe sollen zudem ein Beschlagen effektiv verhindern. Erhältlich in drei Filterversionen ab 189 Euro.



ZEITENWENDE

am Jenner: Das ehemalige Skigebiet am Königssee geht neue Wege und stellt den alpinen Skibetrieb ein. Pisten werden künftig nicht mehr beschneit und präpariert, der Fokus liegt nun auf naturverträglichem Tourismus. Das neue Konzept heißt Tourengeher auf Naturschnee weiterhin willkommen, setzt zudem aufs Wandern und die Naturrodelbahn »Jennerhex«. jennerbahn.de



INTELLIGENTER LEBENSRETTER

Mit dem Barryvox S2 bringt Mammut eine neue Version seines beliebten Lawinenverschütteten-Suchgeräts (LVS) auf den Markt. Das S2 kommt auf 21 Millimeter verschlankt daher, bietet aber nach wie vor die beeindruckenden 70 Meter Suchstreifenbreite. Zudem lässt sich das sparsamere Display bei schwierigen Verhältnissen besser ablesen, und die intelligente Feinsuchfühlung verbessert die Ortung. mammut.com, 480 Euro

LEKI



WHAT MAKES YOU FEEL ALIVE?

LEKI.COM

BINDUNGSOFFENSIVE

ATK steht für robusten Leichtbau und Innovation bei Skitourenbindungen: auch bei diesen drei Neulingen.





Performer – Timepacer 12

Der Name ist Programm: Das neu entwickelte Modell spricht ambitionierte Gipfelstürmer an, die mehr Komfort und Robustheit als bei Rennbindungen suchen. An Board: Auto-Stopper aus dem Racebereich, zwei Steighilfen und geschlossene Front. Bei 215 Gramm. 500 €.





Alleskönner – Crest 10

Die Crest gilt als Allrounder im Portfolio der Italiener und kommt als überarbeitete Neuauflage mit 295 Gramm. Im optimierten Vorderbacken steckt nun die bewährte Technologie der Raider-Serie, er ist leichter, besser bedienbar – und ein Plus an Sicherheit. 450 €.





Abfahrtsbooster – RT 11 EVO

Bei der Neuauflage des Lightweight-Klassikers sitzt die Innovation vor allem vorne: Der EVO-Vorderbacken hat einstellbare Auslösewerte, der EVO-Hinterbacken glänzt mit Auto-Stoppern, zwei magnetischen Steighilfen und mehr Abfahrtsperformance. 295 Gramm. 580 €.





SPEZIELL FÜR SKITOUREN

Extrem leicht und
leistungsstark.
Diese Produkte wurden
entwickelt, um dich auf
deinen anspruchsvollsten
Touren zu begleiten.

BLUE ICE

EIN JAHR VOLL SCHNEE

Jeden Monat begeistert der Kalender Best of Powder 2025 mit sensationellen Fotos von wilder Freeride-Action in traumhaften Winterlandschaften. Bei den formatfüllenden Bildern in XXL-Größe (47 x 67 cm) gehen Tiefschneeherzen auf. tmms-shop.de, 37,90 Euro.





NACHWUCHSPROGRAMM

Der bayrische Hersteller Dynafit hat unter dem Motto »Dynafit macht Kinder fit« diesen Winter ein besonderes Angebot: Um Kinder und Jugendliche für den Skitourensport zu begeistern, bietet die Marke ein Komplettset aus Tourenski (120–160 cm Länge), Pinbindung und Fellen für 350 Euro an. Das Projekt soll der Gesundheit von Kindern und der Zukunft des Sports zugutekommen. dynafit.com/youngstar-collection

HEAD TO TOE
TRUE. SKI TOURING.



AVABAG LiTRIC TOUR 28 S
petrol blue

ortovox.com

ORTOVOX

TEXT: **NADINE REGEL** | FOTOS: **ADRIAN GREITER**

GANZ GROSS RAUS

Hoch im Norden Norwegens warten wahre Schätze auf Skitourer. Unsere Autorin hat sie auf einem langen Trip mit dem Van gehoben.

Der Sonne entgegen auf Senja: Tour mit Meerblick zum Husfjellet (635 m).



1



2

Meine Skistiefel versinken im glitschigen Seetang, als ich Stig Erland Hansen unsere Ski, Stöcke und Lawinenrucksäcke aus dem Boot ans Ufer reiche. Nachdem wir alles auf der Insel Stjernøya, einer Nachbarinsel von Seiland, abgelegt haben, winken wir unserem Bootsmann im leuchtend gelben Hochseeanzug und mit flauschiger Fellmütze zu. »In vier Stunden hole ich euch wieder ab«, ruft er zum Abschied.

Als ich dem davonbrausenden Boot hinterhergucke, eröffnet sich mir auch der Blick in diese Inselwelt. Sonnenstrahlen brechen sich ihren Weg durch die Wolken, tauchen das Nordmeer in gleißendes Silber, ringsherum ragen steile Berge in den Himmel. Winterlich weiß, an den steilsten Stellen blitzt der schwarze Fels hindurch.

Das ist er also, mein wahrgewordener Traum vom Skitouren in Norwegen. Lange habe ich von Sea-to-Summit-Touren geträumt, Aufstiegen vom Meer auf den Gipfel – und von flimmernden Nordlichtern in klaren Nächten. Dreieinhalb Monate fahre ich im Campervan mit meinem Hund Ralfi durch Nordnorwegen, lerne Land und Leute kennen. Jetzt begleitet uns Fotograf Adrian Greiter für zehn Tage.

Die Skimeter auf Seiland und den Nachbarinseln werden die ersten auf meinem Trip sein, ein eher unbekanntes Skitouren-Gebiet in der Finnmark, 30 Kilometer nördlich der Stadt Alta. Unser Basislager ist das Seiland House, die einzige Unterkunft am Rande des gleichnamigen Nationalparks, betrieben von Stig Erland Hansen und seiner kubanischen Frau Diamela. 2009 kauften die beiden das ehemalige Internat und bauten es aus. Neben Sommergästen begrüßen sie seit der Wintersaison 2023 auch Skitourengeherinnen und Schneeschuhwanderer. Bergführer erkundeten das Gelände und erstellten ein Handbuch für die Lodge, das nun den Gästen von Stig und Diamela für die Tourenplanung zur Verfügung steht. Seiland erreicht man nur mit dem Boot, mein Auto steht auf dem Festland.

Wunderbare Einsamkeit

Heute begleitet Hansen uns auf den Rottenhallen (911 Meter). Durch lichten Birkenwald steigen wir die ersten Meter empor, weit und breit keine Menschen oder Abfahrtsspuren in Sicht. Nur ein Adler kreist über uns. Als wir in gleichmäßigem

1 Die traumhaft gelegene Unterkunft »Seiland House« war früher ein Internat.

2 Summit to Sea: Abfahrt mit Fjordblick hoch über dem Kvalvika-Strand auf den Lofoten.

3 Bei der Tourenplanung mit Stig Hansen (links) im Restaurant des Seiland House.

Tempo die sanfte Steigung nach oben gehen, erblicke ich zu meiner linken Seite den Russefjellet, einen knapp 1000 Meter hohen exponierten Felsriesen. Hansen bleibt stehen und erzählt mir die Geschichte des jungen Sami Aigin. Er soll sein Volk vor brutal einfallenden Horden gerettet haben, indem er sie trickreich in den Tod führte. »Die Verfilmung der Geschichte brachte 1987 eine Oscar-Nominierung für den besten fremdsprachigen Film ein«, sagt Hansen und spielt damit auf den Film »Pathfinder« an.

In der Finnmark leben viele Samen, die noch heute als Rentierzüchter arbeiten. Im Sommer grasen die Tiere auf Seiland, zu Saisonbeginn werden sie mit der Fähre vom Festland verschifft: für Reisende in der warmen Jahreszeit ein Grund mehr,



Per Boot zum Skitourstart – wenn es fährt, ist man auf sich gestellt in der Wildnis.

dieser weniger bekannten Gegend einen Besuch abzustatten. Selbst wenn die Rentiere auch im Winter hier wären, sehen würde ich sie jetzt wohl kaum, denn Graupelschauer haben eingesetzt. Wir tasten uns auf den Ski hinab, unten erwartet unser Bootsmann uns bereits am Strand. Auf der Rückfahrt schmecke ich das Meeressalz auf meinen Lippen.

Aber es gibt hier oben noch viel mehr zu entdecken: 250 Kilometer südwestlich von Seiland liegt in der Region Troms die zweitgrößte Insel Norwegens: Senja. Man erreicht sie von Finnsnes über die Gisundbrua, eine 1,2 Kilometer lange Brücke. Die stark zerklüftete Insel hat sich in der Skitourszene einen Namen gemacht, weil ihr abwechslungsreiches Gelände für verschiedene Level und Wetter einiges zu bieten hat. Trotzdem kommen viel weniger Menschen nach Senja als auf die Lofoten oder in die benachbarten Lyngenalpen.

Senja besticht vor allem auf der Westseite durch seine vielen tief eingeschnittenen Fjorde und das alpine Flair. Die höchsten Gipfel kratzen an der 1000-Meter-Marke, die meisten bleiben aber deutlich darunter, die Ausblicke reichen auf der 70 Kilometer langen Insel bis hinaus aufs Meer. Auf kombinierten Gipfeltouren, die auch Gratkletterei beinhalten können, sammelt man stetig Höhenmeter und genießt zwischendrin immer wieder herrliche Abfahrten teils bis zum Strand.

Als wir bei unserer Ankunft mit dem Van die endlosen Serpentinen der Passstraße Richtung Skaland im Nordwesten der Insel hinabrollen, leuchtet die Nachmittagssonne in warmen Tönen. Adrian und ich entscheiden uns nach der langen Fahrt für eine Sonnenuntergangstour auf den Husfjellet (635 Meter). Am Start hat sich die Sonne gerade hinter den Gipfeln verabschiedet, die Bucht liegt mittlerweile im Schatten, es fröstelt mich. Langsam folge ich Adrian und Ralfi, die optimistisch vorauseilen, zuerst durch Birkenwald und teils zerfahrenes Gelände, spä-

SENJA WIRD UNTER SKITOUR-FANS IMMER BEKANNTER – ABER NOCH GEHT ES ANGENEHM RUHIG ZU.

CRUX SOLUTION

THE TOURING

DIE CRUX MODELLE BEGEISTERN ZUSAMMEN MIT DER ALMONTE TOURING BINDUNG DURCH LEICHTES GEWICHT IM AUFSTIEG UND DURCH STABILITÄT UND PERFORMANCE IN DER ABFAHRT.

ALMONTE GRAPHENE

HEAD®

.COM





1 Glück für die Autorin: Laut den Locals bot 2024 den besten Skitour-März seit Jahren.

2 Der eiskalte Wind lässt die gefühlte Temperatur auf empfindliche minus 15 Grad sinken.

HOCHALPINE ZUSTIEGE, ABFAHRTEN DURCH STEILE COULOIRS: DIE LOFOTEN FORDERN MICH.

ter entlang einer Flanke. Mit jedem Aufstiegsmeter beginnt der Schnee etwas mehr in Hellorange zu funkeln – bis auf einmal alles in Flammen steht. Als ich oben am Bergrücken ankomme und gen Westen blicke, steht die Sonne noch über dem Horizont. Auf einer perfekten Auflage ziehe ich meine Schwünge bergab in den unverspurten Hang, der Pulverschnee stäubt unter meinen Ski.

Noch zwei Touren stehen auf Senja auf unserem Programm: der Kvænan (964 m), einer der beliebtesten und höchsten Skitourenberge der Insel, und der Ostgipfel (850 Meter) des Istind an der Grenze zum Ånderdalen Nasjonalpark.

Auf den Lofoten, der berühmten Inselgruppe, rund 300 Kilometer südwestlich von Senja, geht unser Skitour-Abenteuer weiter. Zum Auftakt besuchen wir das Fischerdorf Henningsvær und stärken uns im Café Klatrekafeen, einem beliebten Treffpunkt für Outdoorsportler. »So einen beständigen März gibt es hier nur alle zehn Jahre«, sagt ein junger Mann aus Südnorwegen. Und tatsächlich: Unsere Tage auf den Lofoten erweisen sich als sonnenverwöhnt und überzeugen mit verhältnismäßig sicheren Schneebedingungen.

Diese Inseln sind der perfekte Ort für anspruchsvollere Skitouren in forderndem Gelände, das an die Alpen erinnert – inklusive schmalen, exponierten Gipfelgraten, hochalpinen Zustiegen mit Pickel und Steigeisen sowie Abfahrten durch steile Couloirs. Die höchsten Berge ragen hier bis zu 1200 Meter in den Himmel. An den Straßenrändern sehen wir immer wieder Menschen mit Ski auf den Schultern, die von einer Tour zurückkommen oder starten. Ihre Autos stehen in Parkbuchten, oder sie lassen sich von ihrem Tourenanbieter abholen. Beliebtester Ausgangsort für Skitourengeher ist Svolvær im Süden der Insel Austvågøy, wo es auch die meisten Übernachtungsmöglichkeiten gibt.

Ich verabrede mich mit Ivar, der mit seiner Freundin Radka die Online-Plattform »Guide to Lofoten« betreibt. Sie leben in Fredvang und managen hier ein Guesthouse in ehemaligen Fischerhütten, den »Rorbuer«, mit Blick auf den kleinen Hafen. Ivar begleitet uns auf seinen Hausberg, den Ryten (543 m), von dessen Gipfel wir Ausblick auf den Kvalvika-Strand haben. Oft erinnern die Fjordlandschaften der Lofoten mit ihren weißen Stränden und dem türkisfarbenen Meer an eine schroffe Variante der Karibik, jetzt im Winter zusätzlich garniert mit einer Schneehaube. »Im Sommer ist hier die Hölle los«, sagt Ivar.

Guide to Lofoten, erzählt er weiter, hätten sie nicht nur gegründet, um Touren anzubieten. Sondern auch, um Menschen bei ihrer Reiseplanung zu unterstützen und sie über die hiesigen Besonderheiten aufzuklären. Oft passiere es, dass Touristen die Bedingungen im Win-

LA SPORTIVA®

LIGHT ON YOUR FEET, STIFF ON THE STEEP.

KILO

Pures Vergnügen, auch bei Touren mit häufigem Wechseln des Setups.
Ein Bewegungsbereich von 70° für maximale Gehfähigkeit beim Aufstieg.
Die Schale aus Grilamid® Bio Based LF Carbon bietet Halt, Kontrolle und Präzision,
um auch technisch anspruchsvolle Abfahrten zu meistern.
Der Kilo ist der neue Maßstab für Tourenstiefel und bietet perfekte Balance bei nur 1000 Gramm.
Erfahrt mehr über den Kilo auf **lasportiva.com**

#citizensofthemountain

Daniele Bonet, Mountain guide & La Sportiva employee



Guter Schnee, herrliche Ruhe und wunderschönes Abendlicht auf Seiland.

ter unterschätzen. »Sie steigen in Turnschuhen in vereistes Gelände ein oder werden am Gipfel von einem Sturm überrascht.« Ein weiterer Klassiker: Urlauber bleiben mit ihren Mietwägen mitten auf der Straße stehen und fotografieren Nordlichter, Schwertwale oder Rentiere. Irgendwie verständlich, denke ich mir, völlig von der Schönheit der Lofoten in den Bann gezogen.

Und manchmal, wenn man Glück hat, kommt die Magie Norwegens auch unverhofft auf einen zuspaziert. Für unsere letzten Skitourenwochen fahre ich mit Ralfi im April noch auf die Vesterålen, eine Inselgruppe nördlich der Lofoten. Mehr oder weniger zufällig finden wir einen einsamen Strand, an dem wir einige Nächte im Camper verbringen. Am ersten Abend sitzen wir draußen auf unserem Van-Sofa und beobachten den leuchtend roten Sonnenuntergang, als es auf einmal laut neben uns knackt: Etwa zehn Meter entfernt stehen zwei Elche und blicken zu uns hinüber. Ralfi bellt, und ich kann mein Glück kaum fassen. Mir bleibt noch Zeit für Fotos, bis die beiden Tiere wieder in den Birkenwald verschwinden. Ein Moment für die Ewigkeit am Ende einer unfassbar schönen Reise.

NORDNORWEGENS INSELN: SKITOUREN-BASICS

Anreise
Im Auto zum Beispiel über Dänemark (Öresunds- und Storebæltsbroen, etwa 90 Euro) und Schweden auf der Europastraße E45. Weitere Optionen: 1. Flug via Oslo nach Tromsø, Alta, Bodø oder Evenes und Mietwagen ab Flughafen. Vorher klären, ob und wie Airbag-Rucksack und Patrone transportiert werden können! 2. Organisierte Skitourreise mit Hotel, Selbstversorgerhütte oder als Segeltörn. Buchbar unter mountain-elements.com, für Seiland: bergskifuehrer.at

Beste Reisezeit
Mitte Februar (längere Tage) bis Ende April/Anfang Mai.

Planung
Viele Tourvorschläge gibt es auf Plattformen wie outdoor active.com. Skitourenführer: zum Beispiel »Ski Touring in Troms« (64,90 Euro) oder »The Lyngen Alps – Skiing, Climbing, Trekking« (61,90 Euro), beide aus dem Verlag Fri Flyt. Nützliche Websites: für die Lawinenlage varsom.no, Wettervorhersage yr.no, Straßencheck vegvesen.no

Finanzen
In Norwegen zahlt man alles mit Kreditkarte. Eine Karte mit niedrigen Gebühren für den Einsatz mit Fremdwährungen empfiehlt sich.

Drei top Tourentipps:
Auf Seiland: 1. Seilandstuva (1078 m), höchster Berg der Insel. 20 Minuten Bootsfahrt von Basis im Seiland House, 6 Std. Tour, Terrain bis 35 Grad, Südausrichtung, Gletscherausrüstung notwendig. 2. Altnesfjellet (817m), Start am Seiland House, 4 Std., Terrain unter 30 Grad.
Auf Senja: 1. Kvænan (964 m), höchster mit Ski erreichbarer Gipfel auf Senja, 6 Std., unter 30 Grad, Nord/Nordwest-Ausrichtung.
2. Keipen (938 m), Senja-Klassiker im Inselnorden, 5 Std., 700 Hm im Auf- und Abstieg, kombinierbar mit dem Grytetippen (885 m).
Auf den Lofoten: 1. Geitgaljetind (1085 m), anspruchsvolle Königstour auf einen der höchsten Gipfel der Lofoten, Aufstieg vom Ufer des Austnesfjorden, 6 Stunden, 1200 Höhenmeter, Abfahrtsoption über Südcouloir bis zum Fjordufer. 2. Kombitour auf den Pilan (755 m) und Sautinden (596 m), 1175 Hm, etwa 6 Stunden, West-, Süd- und Ost-Exposition.

ANZEIGE

AUF ALLEN WEGEN

Free your Journey lautet das Motto der neuen Salewa Sella Free Kollektion: perfektioniert und abgestimmt fürs Skitouring in Zeiten des Klimawandels.



Stylisch und funktionell überzeugt die Kollektion bereits auf der Anreise.





Beim Sella Free Backpack erleichtern magnetische Schnallen das Handling.

Die diagonale Skihalterung erlaubt das schnelle Befestigen der Bretter.

Nichts ist so beständig wie der Wandel – und die größte Veränderung unserer Zeit, der Klimawandel, stellt auch uns Skitouren-Fans vor Herausforderungen. Schließlich gibt es den Winter, wie wir ihn von früher kennen, schon länger nicht mehr. Inspiriert durch den Wandel, hat der Südtiroler Bergsport-Spezialist Salewa die Freeride-orientierte Skitouren-Kollektion Sella Free entwickelt. Die »Go-to-Combo« ist gemacht für alle, die die Abfahrt genauso lieben wie den Aufstieg und die bereit sind, für den Start ins Ski-Abenteuer so weit wie nötig zu reisen – nicht (nur) mit dem Auto, sondern auch mit der Bahn, dem E-Bike oder zu Fuß.

Herzstück der Kollektion bildet die langlebige, wasser- und schneedichte sowie atmungsaktive und zu 100 Prozent PFAS-freie Sella Free 3L Powertex-Jacke. Hergestellt aus recyceltem Polyamid, bringt sie eine helmkompatible Kapuze, eine zum Patent angemeldete Direct-Access-Tasche für schnellen Zugriff auf das LVS, einen Schneefang sowie Seitenbelüftung mit. Ergänzt wird sie durch die Sella Free 3L Powertex-Hose: Mit abnehmbaren Hosenträgern, einstellbarer Innengamaschen, Kantenschutz sowie Ventilationszip garantiert sie maximalen Schutz und höchsten Trage- wie Klimakomfort bereits bei der Anreise. Für Grip und Komfort sowohl auf matschigen Straßen wie im alpinen Terrain sorgt der Salewa Puez Winter Mid PTX Boot, ein warmer und strapazierfähiger Stiefel mit glatter Mikrofaseroberfläche und PFC-freier, wasserfester sowie atmungsaktiver Powertex®-Membran.

Komplettiert wird die Kollektion mit dem aus Recyclingstoff gefertigten Skitouringrucksack Sella Free Backpack. Mit 20 (Damenversion) und 22 Litern (Herrenmodell) bietet der eng anliegende, sehr gut kontrollierbare Rucksack genug Stauraum für Tagestouren und überzeugt mit reichlich Bewegungsfreiheit, rückseitiger Öffnung, schnellem Zugriff auf die Lawinenschutzausrüstung sowie handschuhfreundlichen Magnetschnallen.

Mehr Infos zur Sella Free Kollektion auf: www.salewa.com

VOLLES BRETT

Vom Aufstiegs- bis zum Freetourer – wir haben die Spitzenmodelle unter den aktuellen Tourenski getestet.

TEXT: **FELIX BÖHLKEN**

Getty/Marcin Wiklik

IM CHECK

TOURENSKI S. 22

TOURENBINDUNGEN S. 34

TOURENBOOTS S. 36









Welcher Tourenski ist der beste? Freundinnen und Freunden des Skitourens wird diese Frage vermutlich ähnlich oft gestellt wie uns Testern. Denn das Tourensegment erfreut sich ungebrochener Beliebtheit, darum haben die Hersteller immer mehr Modelle für unterschiedliche Anforderungen im Sortiment. Für alle Tourenski gilt: Sie müssen im Vergleich zu ähnlich dimensionierten Alpin-Ski leichter sein, am besten deutlich leichter. Das erreichen die Hersteller durch besonders leichte Materialien und durch möglichst wenig Material: So sind beispielsweise die Kanten und Beläge von Tourenski vergleichsweise sparsam dimensioniert.

Wir haben angesichts des breiten Angebots die Frage aller Fragen an die Hersteller weitergegeben: Sie sollten uns den besten Tourenski aus ihrem Portfolio zum Test bereitstellen. Daraus ergab sich ein Testfeld, das die Bandbreite des Tourensegments abbildet. Vom unter 2500 Gramm leichten Aufstiegstourer – das Gewicht gilt immer für ein Paar Ski – bis hin zum 104 mm breiten Freetourer – gemeint ist hier immer das Maß in der Skimitte unter dem Boot – ist im Test alles vertreten. Über den Einsatzbereich entscheiden Gewicht und Breite – das sind die beiden entscheidenden Größen, nach denen sich Tourenski in die gängigen Kategorien einordnen lassen. Die unter 90 Millimeter breiten Aufstiegstourer mit Paar-Gewichten deutlich unter 2,5 Kilo sind die Veteranen unter den Tourenski, mit ihnen fing alles an.

Die Kehrseite der Medaille

Die Leichtgewichte empfehlen sich für alle, die lange, anspruchsvolle Aufstiege im Visier haben. Ihr Schwachpunkt: die Abfahrt. Bei kurzen Schwüngen in engen Rinnen punkten die durch die geringe Breite wendigen Modelle noch – und bedienen damit eine weitere Anforderung an den klassischen Tourenski: Er muss im technisch anspruchsvollen Gelände überzeugen. Doch im tiefen Schnee schwimmen die schmalen Ski nicht gut auf, und auf hartem Untergrund fehlt es durch die geringe Masse oft an der nötigen Stabilität. Gute Skifahrer kommen damit zurecht, Hobby-Tourer sind auf ihnen aber schnell überfordert.

Wer an Touren den Aufstieg am meisten schätzt, sollte einen leichten Ski wählen.

PatitucciPhoto

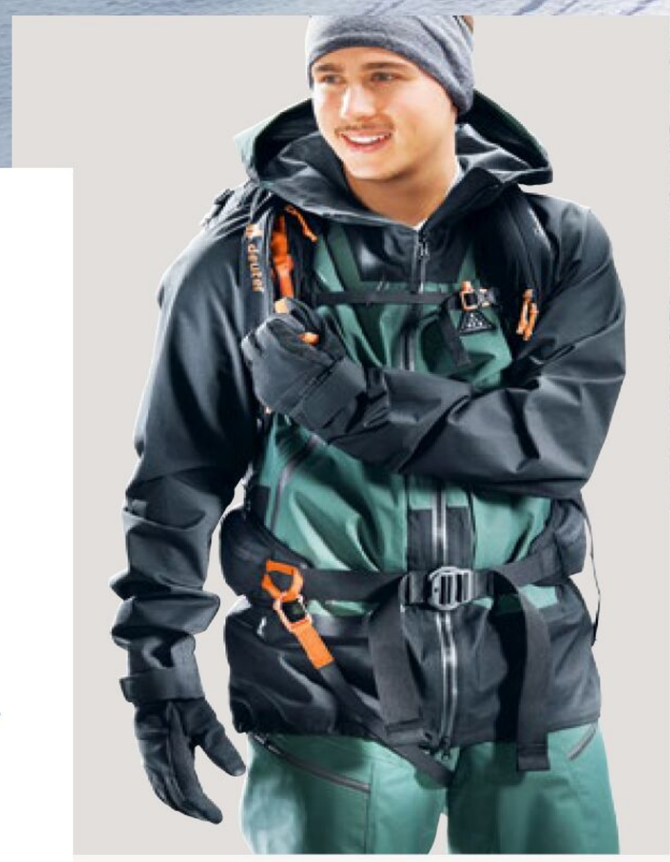
Anzeige

KOMFORTABEL, SICHER, MAXIMALE BEWEGUNGSFREIHEIT

EIN LAWINENRUCKSACK FÜR VOLLE KONTROLLE UND AGILITÄT IM BACKCOUNTRY.



Hohe Sicherheit durch das schnell zugängliche Sicherheitsfach und dem 162 Liter großen Airbag.



Auslösegriff links oder rechts platzierbar.

Der leichte Lawinenairbag Alproof Ride ermöglicht kontrolliertes Agieren bei maximaler Bewegungsfreiheit. Das leichte Alpine-Rückensystem garantiert einen kompakten, körpernahen Sitz, hohen Tragekomfort und eine angenehme Belüftung des Rückens.

Superkondensator-Technologie

Der neue, vom TÜV Süd-zertifizierte deuter Alproof Ride kombiniert bewährte deuter Qualität und Tragekomfort mit zuverlässiger Schweizer Ingenieurskunst von Alpride. Der integrierte Alpride-E2-Lawinenairbag mit Superkondensator-Technologie ist eines der leichtesten elektronischen Systeme auf dem Markt. Neben einer schnellen Auslösung mit hohem Druck bietet die verlässliche Technologie nicht nur bei der Instandhaltung, sondern auch auf Reisen große Vorteile gegenüber Kartuschen-Airbags oder Airbags mit Lithium-Ionen-Batterien. Das große LCD-Display gibt einen Überblick über den Ladezustand der Superkondensatoren und das Strom-Level der AA-Batterien. Mit 162 Liter liegt der Airbag über der Normgröße von 150 Liter.



Praktische Features fürs Skiabenteuer

Zusätzlich verfügt der Alproof Ride, aus bluesign® -zertifiziertem Hauptmaterial, über jede Menge weitere praktische Features wie ein verstaubares Helmnetz, ein gefüttertes Brillen-Fach, eine separate Fronttasche für die Sicherheitsausrüstung, eine diagonale Ski-Fixierung und frontale Snowboard-Fixierung. Optional lässt sich der Alproof Ride mit einer Trinkblase bis zwei Liter Volumen bestücken. Neben dem Hüftgurt und dem verstellbaren Brustgurt verhindert die einclipbare Beinschlaufe das Abziehen des Rucksacks über den Kopf im Fall einer Verschüttung. Den deuter Alproof Ride gibt es in zwei Varianten: als Frauenversion Alproof Ride 16 SL (16 L Volumen) und als Männerversion Alproof Ride 18 (18 L Volumen). Der Lawinenruckack wurde, wie alle deuter Produkte seit 2020, ohne Verwendung von PFAS hergestellt.

Alle Infos zum Alproof Ride findest du unter: www.deuter.com



Alproof Ride 18

Wer den Spaß beim Touren in den Mittelpunkt stellt, orientiert sich am anderen Ende des Spektrums, das Tourenski abdecken: bei den Freetourern. Die sind über 100 Millimeter breit, ihre Schaufeln messen deutlich über 130 Millimeter. Das garantiert satten Auftrieb selbst im tiefsten Powder und sorgt ganz allgemein für ein entspanntes Surf-Gefühl auf und neben der Piste. Die Kehrseite dieser Kategorie? Zeigt sich auf der Waage: Mit über dreieinhalb Kilo machen die breiten Freetourer kürzere Auf- und Zustiege locker mit, wer sich die Höhenmeter aber stundenlang beim Aufstieg erarbeitet, dem wird so ein Ski früher, als ihm lieb ist, zu einem Klotz am Bein.

Warum sich die meisten in der goldenen Mitte treffen

Aufstiegstourer und Freetourer sind also Spezialisten, die ihre Stärken in einem Bereich mit deutlich erfahrbaren Schwächen in einem anderen erkaufen. Da erstaunt es nicht, dass die meisten Ski in diesem Test die goldene Mitte zwischen diesen beiden Polen beschreiben. Die um die 95 Millimeter breiten Allroundtourer bringen rund 300 Gramm mehr auf die Waage als die leichtgewichtigen Aufstiegstourer, bieten aber schon fast den Auftrieb und Spaß im Powder eines Freetourers. Viel wichtiger: Diese Alleskönner fahren sich unter allen Bedingungen gut und zuverlässig, egal ob abseits oder auf der Piste. Denn nicht jeder Skitag ist ein Tourentag. Mit dieser Vielseitigkeit überzeugen diese Allrounder die Bedürfnisse vieler Tourenski-Aficionados. Kein Wunder, schickten die meisten Hersteller Ski aus dieser Allrounder-Kategorie in den Test. Und genau diese Ski fanden auch bei den Testern den größten Zuspruch. Vor allem deswegen, weil jeder Ski einen anderen, ganz eigenen Charakter zeigt.

Vom entspannten, fehlerverzeihenden Cruiser, der sich auch für weniger Erfahrene bestens empfiehlt, bis hin zur absoluten Sportskanone für anspruchsvolle Allesfahrer ist im Testfeld alles zu finden. Die Frage, welcher Tourenski der beste ist, lässt sich also recht leicht beantworten. Immer der, der zu den eigenen Ansprüchen und Vorlieben passt. Und zum eigenen Niveau, auf dem man unterwegs ist – bergauf und bergab.

WELCHES MATERIAL BRAUCHE ICH?

	AUFSTIEG	ALLROUND	FREETOUR
	 PatitucciPhoto	 Daniel Hug	 Ben Wiesenfarth
SKI	Bei Aufstiegstourern hat geringes Gewicht absolute Priorität. Das kann im Extremfall schon auf Kosten der Stabilität und Laufruhe bei zerfahrenem, hartem Untergrund und hohem Tempo gehen. Außerdem sollten die Ski nicht zu breit und nicht zu lang sein, um Spitzkehren problemlos meistern zu können.	Die goldene Mitte aus Leichtgewicht und souveränen Fahreigenschaften unter allen Bedingungen sowie auf jedem Untergrund, das zeichnet Allroundtourer aus. Diese Ski sind erste Wahl für alle, die nicht das Extrem suchen, sondern lange Aufstiege gehen wollen, ohne bei der Abfahrt Abstriche zu machen.	Das Gewicht steht an zweiter Stelle, wichtig ist beim Freetourer eine stabile Bauweise für präzises Handling auch im anspruchsvollen Gelände und natürlich eine breite, lang aufgebogene Schaufel, die im tiefen Schnee bestens aufschwimmt. Zustiege und lockere Aufstiege sind gut möglich, aber nur Mittel zum Zweck.
BINDUNG	Aufstiegstourer wählen minimalistische, leichte Pin-Bindungen. Der Einstieg ist hier etwas hakelig, und die Bindungen bieten weniger Halt bei kraftvollen, schnellen Schwüngen bergab.	Für mehr Bequemlichkeit beim Einstieg und bessere Kraftübertragung fahren Allroundtourer stabile Pin-Bindungen mit Stopper oder sogar eine Alpin-Bindung mit Aufstiegs-Funktion.	Eine präzise Krafteinleitung geht nur über eine stabile Alpin-Bindung. Daher fahren Freetourer eine der Freeride-Bindungen mit Aufstiegs-Funktion, die mittlerweile erhältlich sind.
BOOTS	Leichtgewicht ist alles. Die Hersteller erreichen das durch teure Carbon-Schalen, minimalistische Innenschuhe und möglichst wenig Schnallen. Nachteile: weniger Komfort und Kontrolle.	In den letzten Jahren ist das Angebot an vollwertigen Alpin-Boots für Touren enorm gewachsen. Wichtig: Die Boots müssen Pin-tauglich sein und viel Bewegungsfreiheit für den Aufstieg bieten.	Wie Allroundtourer tragen auch Freetourer einen den vielen stabilen Tourenboots mit Aufstiegsfunktion und viel Bewegungsfreiheit. Wer Bindungen mit Pin fährt, achtet auf passende Boots.
OUTFIT	Bekleidung sollte leicht, elastisch und maximal atmungsaktiv für schweißtreibende Aufstiege sein. Gegen Wind und Nässe ist eine Shell, für die Wärme eine Iso-Jacke oder Weste im Gepäck.	Allrounder tragen vielseitige Kleidung: außen elastische, wetterfeste, atmungsaktive Shells mit genug Bewegungsfreiheit, darunter kommt bei Bedarf noch eine Iso-Schicht.	Moderne Freeride-Outfits bieten in der Regel alles, worauf es beim Touren ankommt: Wetterschutz, Isolation, Bewegungsfreiheit, effektive Belüftungsmöglichkeiten und wirksame Schneefänge.

REACT AMP PRO GOGGLE

AMPLIFY YOUR VISION

Ultimative Sicht durch perfekt integrierte Details – Die Amplifier Lens-Technologie von SCOTT filtert, was das Auge sieht und sorgt so für einen verbesserten Kontrast und eine verstärkte Sicht, die deine Leistung in jedem Gelände steigert.

AMPLIFIER LENS TECHNOLOGY

SCOTT-SPORTS.COM/AMPLIFIER

© SCOTT-Sports | 2024.25 | Photo: Moritz Ablinger

SCOTT

PARTNERSUCHE

Lange Aufstiege, epische Abfahrten oder Alleskönner – welcher Tourentyp bist du? Die Sternewertung in den Testbriefen zeigt, welche Ski zu deinen Vorlieben und Anforderungen passen.

UNISEX-MODELLE

	ARMADA	BLACK CROWS	FISCHER	HEAD
	LOCATOR 104	ORB FREEBIRD	TRANSALP PRO 92	CRUX 93 PRO
	Preis: 799 €	**Preis:** 759 €	**Preis:** 850 €	**Preis:** 800 €
	Länge: 162/170/178/186	**Länge:** 155/161/ 167/173/179/184	**Länge:** 162/169/176/183	**Länge:** 163/170/177/184
	Taillierung: 131-104-122 mm	**Taillierung:** 133-90-113 mm	**Taillierung:** 124-92-111 mm	**Taillierung:** 130-93-131 mm
	Gewicht: 2922 g/178 cm	**Gewicht:** 2870 g/179 cm	**Gewicht:** 2620 g/176 cm	**Gewicht:** 2394 g/177 cm
	Kategorie: Freetour	**Kategorie:** Allround	**Kategorie:** Aufstieg	**Kategorie:** Allround
AUFSTIEG	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PULVER	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
HART	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
VERSPURT	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PISTE	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
	PERFORMANCE Mit seinen Maßen und seiner Stärke im Powder ist der Locator 104 ein Freetourer. Um so erstaunlicher, wie gut der recht leichte Ski auch enge Turns und höheres Tempo mitmacht. Er fährt sich sehr einfach, ist zuverlässig – und macht einfach Spaß. Top für abfahrtsorientierte Tourer.	**PERFORMANCE** Black Crows aus Chamonix steht für spaßige Ski – das gilt auch für den recht schmalen Orb Freebird. Er lässt sich mit seiner breiten, weichen Schaufel bestens surfen und schwimmt im Powder erstaunlich gut auf. Harte Turns und harten Untergrund können andere aber besser.	**PERFORMANCE** Der Name sagt alles: Der Transalp ist ein Vollblut-Sportler für Anspruchsvolle. Der leichtfüßige, aber immer stabile Ski liebt die harte Fahrweise, punktet vor allem bei engen Turns und Tempo. Je mehr Druck, um so besseren Halt bietet die Kante. Ein idealer Partner für Hochtouren also!	**PERFORMANCE** Volltreffer: Der neue Crux Pro begeistert gute Skifahrer durch seine präzise, sportliche Fahrweise. Er erfordert zwar etwas Aufmerksamkeit, reagiert dafür aber willig auf Druck. Die Mischung aus Leichtgewicht und Stabilität macht ihn zum perfekten Touren-Alleskönner für Anspruchsvolle.









GRÖSSENCHECK

Mit der richtigen Skilänge

Wie lang muss ein Tourenski sein? Die Standardlänge für Allroundtourer bestimmt man über die Formel Körpergröße minus 10 Zentimeter. Variantenfahrer und Abfahrtstourer sollten in Richtung Körperlänge tendieren, das bringt Stabilität in der Abfahrt und Auftrieb in Powder und Bruchharsch.

NORDICA

ENFORCER 94 UNL.

Preis: 699 €

Länge: 151/158/165/172/179/186

Taillierung: 127-94-115 mm

Gewicht: 3080 g/179 cm

Kategorie: Allround



PERFORMANCE
Der Alleskönner mit Freeride-Seele macht einfach alles ganz gelassen mit – und dabei immer Spaß. Seine Stärke sind mittlere Schwünge und weicher Schnee. Aber auch mit hartem und zerspurtem Terrain kommt er bestens zurecht und gibt Selbstvertrauen. Gut: viele Größen erhältlich.

SALOMON

MTN CARBON 91

Preis: 700 €

Länge: 150/158/166/174/182

Taillierung: 124-91-110 mm

Gewicht: 2454 g/174 cm

Kategorie: Aufstieg



PERFORMANCE
Der leichte Salomon ist in vielen Längen erhältlich. Er fühlt sich überall wohl und fällt nie negativ auf, egal wie und wo er gefahren wird. So wird der zuverlässige Tourenpartner zu everybodys Darling. Fährt man ihn mit Tempo und Kraft, kommt sein volles Potenzial zur Geltung.

STÖCKLI

EDGE TR

Preis: 1099 €

Länge: 158/166/172/178

Taillierung: 122-87-108 mm

Gewicht: 2892 g/172 cm

Kategorie: Allround



PERFORMANCE
Stöcklis Heimat im Rennsport ist auch dem nicht zu schweren Edge TR anzumerken: im zerwühlten Gelände und auf hartem Untergrund fühlt er sich pudelwohl. Vor allem bei kurzen Schwüngen und wenn er mit Tempo und Zug gefahren wird, zeigt er seine Sportgene. Auch für die Piste stark.

KEIN GRAMM ZU VIEL!



Vertraut auf Komperdell:
Gerlinde Kaltenbrunner, Höhenbergsteigerin (14 x 8000m by fair means)



KOMPERDELL.COM // **MADE IN AUSTRIA**

POWERLOCK 3.0
Top Klemmkraft ohne Nachjustieren



DER C2 ULTRA LIGHT

+ Seine nur 188 g machen ihn einzigartig und zum leichtesten Skitourenstock.

+ Ausgerüstet mit dem Teleskopverschluss POWERLOCK 3.0 ist er zudem Garant für höchste Stabilität und Haltekraft.

NO QUESTIONS ASKED 3 YEAR SERVICE

ZERO WASTE · REDUCE REPAIR RECYCLE ·

KOMPERDELL

DAMEN- UND HERREN-MODELLE

	ATOMIC ♂	ATOMIC ♀	BLACK DIAMOND ♂	BLACK DIAMOND ♀	BLIZZARD ♂	BLIZZARD ♀
	BACKLAND 88	BACKLAND 88 W	IMPULSE 98 TI	IMPULSE 98 TI W	ZERO G 95	ZERO G 95 W
	Preis: 599 €	**Preis:** 599 €	**Preis:** 750 €	**Preis:** 750 €	**Preis:** 800 €	**Preis:** 800 €
	Länge: 162/169/176/183 cm	**Länge:** 162/169/176/183 cm	**Länge:** 175/182/189 cm	**Länge:** 161/168/1750 cm	**Länge:** 157/164/171/178/185 cm	**Länge:** 157/164/171/178/185 cm
	Taillierung: 124-90-112 mm	**Taillierung:** 122-90-110 mm	**Taillierung:** 132-98-119 mm	**Taillierung:** 131-98-119 mm	**Taillierung:** 127-95-111 mm	**Taillierung:** 125-95-109 mm
	Gewicht: 2870 g/176 cm	**Gewicht:** 2820 g/169 cm	**Gewicht:** 3580 g/182 cm	**Gewicht:** 3380 g/168 cm	**Gewicht:** 2452 g/178 cm	**Gewicht:** 2300 g/171 cm
	Kategorie: Aufstieg	**Kategorie:** Aufstieg	**Kategorie:** Freetour	**Kategorie:** Freetour	**Kategorie:** Allround	**Kategorie:** Allround
AUFSTIEG	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PULVER	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
HART	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
VERSPURT	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★
PISTE	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★	★★★★★



PERFORMANCE
Der aktuelle Backland überzeugt mit dem willigen Charakter eines klassischen Tourenski: Er ist recht leicht, wendig, leichtfüßig, direkt. Er liebt kurze Schwünge, was ihn für Einsätze im technisch anspruchsvollen Gelände prädestiniert. Seine Kante führt gut, bei hohem Tempo und größeren Radien will er aber mit Druck und Vorlage gefahren werden. Damit empfiehlt er sich für ambitionierte Tourer, die längere Aufstiege im Blick haben und einen zuverlässigen Ski brauchen. Das Damen-Modell lässt sich durch die etwas geringer Länge noch leichter drehen – das ergibt Sinn. Beide Modelle sind in denselben Längen erhältlich.

PERFORMANCE
Die US-Marke schickt mit dem neuen Impulse 98 Ti einen spaßorientierten Freerideski in den Test, der sich nie eine Schwäche leistet, unaufgeregt folgt und immer einfach und zuverlässig funktioniert. Besonderes Vergnügen bereitet der üppig dimensionierte Ski natürlich im Powder und auf weichem Untergrund. Auf eisigem und verspurtem Geläuf bleibt er immer berechenbar und läuft dank seiner Masse stoisch und sicher. Das Gewicht wird beim Aufstieg aber zur spürbaren Bremse: Epische Aufstiege machen keinen Spaß. Gut: Das Damen-Modell ist für einfacheres Handling mit etwas kleinerem Radius konstruiert.

PERFORMANCE
Der Zero G 95 vereint das Leichtgewicht eines Aufstiegstourers mit der Vielseitigkeit eines Allrounders. Zumindest bei weichem Schnee: Im Powder schwimmt er schön auf, lässt sich grundsätzlich wunderbar über das Heck surfen und mag lange Turns. Mit verspurtem Gelände kommt er hingegen weniger gut zurecht, dafür ist die Schaufel zu weich konstruiert. Geübte Fahrer werden bei sportlicher, aber nicht aggressiver Fahrweise mit einem lebhaften Charakter belohnt. Wer das mag und steuern kann, ist mit diesem modernen Tourer bestens bedient. Das Damen-Modell kommt mit etwas schmalerer Schaufel und Heck.

ELAN

♂ RIPSTICK TOUR 88

Preis: 649 €

Länge: 148/156/163/170/177/184

Taillierung: 129-88-109 mm

Gewicht: 3196 g/184 cm

Kategorie: Allround

♀ RIPSTICK TOUR 88 W

Preis: 649 €

Länge: 148/156/163/170/177 cm

Taillierung: 128-88-107 mm

Gewicht: 2892 g/171 cm

Kategorie: Allround





	♂	♀
PISTE	★★★★★★	★★★★★★
VERSPURT	★★★★	★★★★
HART	★★★★	★★★★
PULVER	★★★★	★★★★
AUFSTIEG	★★★★	★★★★

PERFORMANCE

Wer einen stressfreien Wohlfühlski für alle Gelegenheiten sucht, sollte unbedingt den Ripstick Tour ausprobieren. Der stressfreie Alleskönner bringt alle Stärken eines All-Mountain-Ski mit. Er folgt ohne großen Krafteinsatz und auf den Punkt durch jeden Kurvenradius, bleibt immer entspannt und zuverlässig. Nur im zerfahrenen Gelände und bei hohem Tempo wird er durch seine recht weiche Spitze etwas nervös. Dafür schwimmt die – im Verhältnis zur schmalen Skimitte – breite Front bestens auf. Entspannt sollte man mit ihnen den Aufstieg angehen, denn für den sportlichen Einsatz sind diese Ski etwas zu schwer.

K2

♂ WAYBACK 89

Preis: 650 €

Länge: 160/167/174/181 cm

Taillierung: 121-89-109 mm

Gewicht: 2570 g/181 cm

Kategorie: Aufstieg

♀ WAYBACK 89 W

Preis: 650 €

Länge: 153/160/167 cm

Taillierung: 121-88-107 mm

Gewicht: 2356 g/167 cm

Kategorie: Aufstieg





	♂	♀
PISTE	★★★★★	★★★★★
VERSPURT	★★★★	★★★★
HART	★★★★	★★★★
PULVER	★★★★	★★★★
AUFSTIEG	★★★★	★★★★

PERFORMANCE

In der getesteten 89er-Breite ist der aktuelle Wayback der Inbegriff des klassischen Aufstiegstourers: sehr leicht, sehr wendig und präzise, stark auf der Kante und damit auf hartem Untergrund. In der neuesten Generation folgt der Wayback noch einfacher und intuitiver, braucht nicht zu viel Kraft und Kante – das macht ihn sehr angenehm. Mit so einem Ski werden herausfordernde Hochtouren bezwungen. Nur im tiefen Schnee sind andere Modelle besser, denn die Schaufel des Wayback ist eher schmal konstruiert. Das Damen-Modell ist in der Mitte und am Heck etwas schmaler und in kurzen Längen zu haben – gut so.

HIGHTECH OUTDOOR-KLEIDUNG
FÜR JEDES DEINER ABENTEUER.

MADE FOR MISSIONS.

BLACKYAK.DE



BLACKYAK

SCAN MICH

SKIING &
FREERIDE SKIING

Freeride Ultra Heat

LINER GLOVE COVER

Akkulaufzeit bis zu 7,5 Stunden

***Robuste Heizhandschuhe** aus hochwertigem Ziegenleder – für dein Freeride-Abenteuer.*



FW 2024

Write your adventure!

THERM-IC

DAMEN- UND HERREN-MODELLE

KÄSTLE

♂ TX 94	♀ TX 93 W
Preis: 891 €	**Preis:** 693 €
Länge: 163/171/179/186 cm	**Länge:** 162/170/178/186 cm
Taillierung: 130-94-116 mm	**Taillierung:** 129-93-115 mm
Gewicht: 2690 g/179 cm	**Gewicht:** 2674 g/162 cm
Kategorie: Allround	**Kategorie:** Allround



PERFORMANCE
Die straff abgestimmten Ski von Kästle wirken anfangs eher pistenorientiert, sie gefallen sofort mit ihrer Laufruhe und dem satten Kantengriff. Schnell wird klar, wie vielseitig diese Ski sind, immer wunderbar zuverlässig bleiben und damit das Selbstvertrauen spürbar stärken. Durch die breite Schaufel schwimmen die Ski auch im Powder bestens auf und sammeln hier weitere Pluspunkte. Das Leichtgewicht rundet den perfekten Auftritt bestens ab, und Kästle verdient sich den (mit Völkl geteilten) Testsieg als starke Alleskönner – vor allem für geübte Fahrer. Das Damen-Modell unterscheidet sich marginal vom teureren Herren-Ski.

LINE

♂ VISION 104	♀ VISION 98
Preis: 750 €	**Preis:** 750 €
Länge: 158/165/171/178/185 cm	**Länge:** 154/160/166/172/178/185
Taillierung: 132-104-123 mm	**Taillierung:** 131-98-119 mm
Gewicht: 3620 g/178 cm	**Gewicht:** 3420 g/176 cm
Kategorie: Freetour	**Kategorie:** Freetour



PERFORMANCE
Die US-Marke steht für spaßige Ski – kein anderer Testski zeigt so deutlich seine Freeride-Gene, keiner macht bei langen Turns im tiefen Schnee mehr Laune, gern auch bei hohem Tempo. Um so überraschender, wie gut die Vision-Modelle mit Druck auf der Kante zurechtkommen, wie ordentlich sie sogar den Kurzschwung beherrschen – natürlich immer in Relation zu ihrer Breite und zum Gewicht. Denn in diesem Punkt markieren sie das Schlusslicht im Testfeld, sie eignen sich wirklich nur für kurze Zustiege. Das Damen-Modell ist übrigens nur in der Skimitte schmaler als der Herren-Ski und in vielen Längen zu haben.

SCOTT

PURE TOUR 100

Preis: 799 €

Länge: 170/178/186 cm

Taillierung: 131-98-120 mm

Gewicht: 2836 g/178 cm

Kategorie: Allround

PURE TOUR 90 W

Preis: 799 €

Länge: 152/160/168 cm

Taillierung: 123-92-113 mm

Gewicht: 2820 g/168 cm

Kategorie: Allround





	PURE TOUR 100	PURE TOUR 90 W
AUFSTIEG	★★★★★	★★★★★
PULVER	★★★★★	★★★★★
HART	★★★★★	★★★★★
VERSPURT	★★★★★	★★★★★
PISTE	★★★★★	★★★★★

PERFORMANCE
Die aus nachhaltigen Materialien wie Flachs und recycelten Kunststoffen gebauten, recht leichten Pure Tour gefallen erfahrenen Fahrern durch ihren präzisen, sportlichen Charakter. Besonders bei mittleren bis langen Schwüngen ziehen sie unbeirrt ihre Bahn, sie lieben weichen und tiefen Schnee, laufen aber auch punktgenau und stabil durch zerfahrenes Gelände. Das gilt auch für das Damen-Modell, das Scott deutlich schmaler konstruiert hat und nur bis 168 cm Länge anbietet – größere und entsprechend schwerere Fahrerinnen fahren mit dem Herren-Modell. Trotz ihrer Freetour-Maße eigen sie sich auch für lange Aufstiege.

VÖLKL

RISE ABOVE

Preis: 650 €

Länge: 156/163/170/177/184 cm

Taillierung: 131-88-111 mm

Gewicht: 2988 g/177 cm

Kategorie: Allround

RISE ABOVE W

Preis: 650 €

Länge: 149/156/163/170 cm

Taillierung: 131-88-111 mm

Gewicht: 2778 g/170 cm

Kategorie: Allround





	RISE ABOVE	RISE ABOVE W
AUFSTIEG	★★★★★	★★★★★
PULVER	★★★★★	★★★★★
HART	★★★★★	★★★★★
VERSPURT	★★★★★	★★★★★
PISTE	★★★★★	★★★★★

PERFORMANCE
Wo Völkl draufsteht, steckt ein Sportler drin – das gilt auch für die Rise-Above-Modelle. Sie belohnen eine aggressive Fahrweise mit unschlagbarer Performance, und zwar immer und unter allen Bedingungen. Egal welcher Schnee, egal welcher Radius, der Rise Above folgt mit chirurgischer Präzision. Das Damen-Modell mit angepasstem Shape dreht noch etwas leichter. Je mehr Tempo, um so mehr Spaß machen sie. Toll: Durch die breite Schaufel gefallen die Völkl auch im Powder und lassen sich sehr gut surfen. So verdienen sich die starken Alleskönner für gute bis sehr gute Fahrer den (mit Kästle geteilten) Testsieg.

EINE GUTE VERBINDUNG

Das Zusammenspiel von Skischuh und Bindung ist entscheidend für gelungene Skitage. Wir zeigen neue Modelle für jeden Tourentyp – vom Gipfelstürmer bis zum Freerider.



HEAD/Max Dräger

AUFSTIEG **TYROLIA** ALMONTE 12 PT **PREIS:** 450 € **GEWICHT:** 325 G





Klassische Pin-Bindungen haben eine leichte, minimalistische Konstruktion, die vorne via Hebel arretiert wird. So bleiben heutzutage viele locker unter 500 Gramm, das ist bergauf sehr angenehm. Das Minder an Gewicht und Material geht aber etwas zulasten der Abfahrtsperformance. Mittlerweile gibt es aber einige Leichtgewichte, die diesen Spagat schon recht gut hinbekommen. Etwa die neue Tyrolia Almonte aus erneuerbaren Rohstoffen. Die Österreicher haben Wert auf einfache Bedienung und viele Features im Touren-Alltag gelegt. Die Pin-Öffnungen vorne sind für einen leichten Einstieg schmal konstruiert, das drehbare Hinterteil glänzt mit automatisch verriegelnden Stoppern und zwei Steighilfen. Bei nur 325 Gramm bietet die Almonte viel Komfort und eine ausgewogene Mischung. Für schwere Personen in der Version PT 12, für leichtere als PT 10.

WEITERE MODELLE

ATK Crest 10	**Preis:** 450 €	**Gewicht:** 295 g
Plum Oazo (DIN 4-8)	**Preis:** ab 420 €	**Gewicht:** ab 205 g

ALLROUND **FRITSCHI** TECTON 13 **PREIS:** 600 € **GEWICHT:** 550 G





Allround-Bindungen werden vor allem in den letzten Jahren verstärkt nachgefragt. Sie eignen sich für Tourengeher, denen Spaß an der Abfahrt und ein Mehr an Sicherheit ein wenig Zusatzgewicht wert sind. Diese Modelle setzen auf eine robustere Konstruktion, vor allem am Fersenteil, das die Kraftübertragung auf den Ski maßgeblich beeinflusst. Typisch dafür ist die Fritschi Tecton Freetouring-Bindung. Die frisch überarbeitete Version setzt auf stabilere und haltbarere Materialien, etwa Carbon und Glasfaser, und besseres Handling. Der Hinterbacken hat nun eine Führschiene, die mehr Seitstabilität verspricht als die reine Pin-Aufnahme. Zum vollwertigen Alpin-Fersenteil lässt sich auch vorne die Seitwärtsauslösung einstellen, und die Federn sind vor eindringendem Schnee geschützt. Das sorgt für ein großes Plus an Sicherheit und Stabilität bei 550 Gramm pro Bindung.

WEITERE MODELLE

Dynafit ST Rotation (10-14)	**Preis:** ab 350 €	**Gewicht:** ab 600 g
Marker Cruise (10,12)	**Preis:** ab 480 €	**Gewicht:** 475 g

ABFAHRT **SALOMON** SHIFT2 13 NM **PREIS:** 550 € **GEWICHT:** 920 G





Die eierlegende Wollmilchsau – aber nur für kürzere und nicht allzu technische Aufstiege. Freeride-Bindungen waren lange Rahmenbindungen, setzen mittlerweile aber auf das Pin-System und sind nun deutlich leichter. Mit einer stabilen Konstruktion ermöglichen sie problemlos lange Abfahrten in halsbrecherischem Tempo, wilde Sprünge und volle Alpinpower. Gleichzeitig machen diese Modelle auch gemütlichere Aufstiege problemlos mit. Die Shift2 etwa ist ein vollwertig pisten- und Freeride-taugliches Modell, das sich im Handumdrehen zur Tourenbindung umstellen lässt. Bei der Neuauflage wurden viele Details, wie die zuvor hakeligen Stopper, überarbeitet. Die Front passt nun präziser zu unterschiedlichen Boots und soll noch stabiler sein. Die Shift2 wiegt 920/915 Gramm (DIN13/10) und ist auch bei Salomons Schwestermarken Atomic und Armada erhältlich.

WEITERE MODELLE

Marker Kingpin (10-13)	**Preis:** ab 300 €	**Gewicht:** ab 715 g
ATK Freeraider (12-16)	**Preis:** ab 550 €	**Gewicht:** ab 600 g



FÜR EINSTEIGER & GENIESSER
HEAD CRUX

Passend zu den neuen Tourenski der Crux-Modellreihe bringt Head auch komplett neue Stiefel auf den Markt.Sie sind anatomisch-asymmetrisch geformt und kommen mit drei Schnallen, 55 Grad Bewegungsfreiheit beim Aufstieg und griffiger Vibram-Sohle. Das Damenmodell (Bild) hat einen zum geringeren Körpergewicht passenden Flex von 115, der Preis liegt bei 700 Euro – wie beim baugleichen Herrenmodell (Flex 120).



DER HIGH PERFORMER
TECNICA ZERO G TOUR PRO

Mit vielen Detailverbesserungen geht der sportliche Abfahrtsschuh Zero G Tour Pro ins Rennen: neue Schnallen für besseres Handling, noch mehr Vorlage für maximale Abfahrtsperformance. Ein optimierter Schaft und Innenschuh versprechen mehr Gehkomfort und noch bessere Passform, zudem hat der neue Boot um 100 Gramm abgespeckt und wiegt jetzt nur noch 1280 Gramm. Preis: 850 Euro.



DER INNOVATIVE
ATOMIC HAWX ULTRA XTD 110 BOA

Atomic hat mit diesem Crossover-Boot Freeride-Tourengeher im Blick, die Komfort, mittleren Flex (110) und Effizienz beim Aufstieg suchen. Dazu ist der Hawx mit modernsten Features vollgepackt: Das BOA Fit-System verspricht optimalen Halt, Schale und Manschette lassen sich per Memory Fit individuell justieren und der Mimic Gold Innenschuh soll sich optimal an den Fuß anpassen. Der Preis für so viel Innovation: 659 Euro.

NEWCOMER

Leicht, stabil oder bequem? – Die Auswahl bei Skitourenstiefeln ist größer als je zuvor.



DER FREERIDER
SCARPA 4-QUATTRO XT

Mit rund 1500 Gramm ist der beliebte 4-Quattro XT (849 Euro) auch diese Saison einer der leichtesten Hybrid-Tourenschuhe am Markt. Hybrid? Das bedeutet: ein vollwertiger, Freeride-tauglicher Skistiefel, der in jede Alpinbindung passt. Der aber in Pin-Zangen dank seiner Walk-Funktion auch längere Aufstiege entspannt mitmacht. Für optimalen Fit passt der Scarpa-Händler den Innenschuh mit Thermoforming an.



DAS FLIEGENGEWICHT
LA SPORTIVA KILO

Nomen est omen: Der neue Kilo soll ziemlich genau 1000 Gramm auf die Waage bringen – in Mondo-Größe 26,5. Dazu bietet er im Walk-Modus satte 70 Grad Bewegungsfreiheit. Mit diesen Eckdaten werden selbst anspruchsvollste Aufsteiger glücklich. Naturgemäß ist so ein Leichtgewicht nicht der steifste Schuh am Markt, La Sportiva verspricht aber sehr gute Abfahrtsperformance und angenehme Wärme im Innenschuh. Das Fliegengewicht kostet 750 Euro.


KARPOS
FREE TO KEEP GOING
www.karpos-outdoor.com

FAKTOR MENSCH

Seit über 100 Jahren rettet die Bergwacht Menschen aus alpinen Notlagen. Ob auf Skitour oder der Piste: Das Wetter ist längst nicht das einzige Risiko, sagt Roland Ampenberger, Sprecher der Bergwacht Bayern.

INTERVIEW: **TOBIAS WIRTH**



BW Grainau/C. Vogg



BW Bayern/W. Kronwitter

Roland Ampenberger
ist Pressesprecher der Bergwacht Bayern und seit 30 Jahren in der Organisation aktiv. Er weiß, warum Unfälle passieren, was dann zu tun ist, wann Einsätze knifflig werden – und vor allem: wie die ehrenamtlichen Rettungsteams gar nicht erst gebraucht werden.

outdoor: Roland, wenn es nach den Schlagzeilen geht, seid ihr quasi im Dauereinsatz. In den vergangenen Jahren wurden immer neue Rekorde der Einsatzzahlen vermeldet. Ist die Rettungsnot in den bayrischen Alpen wirklich so groß geworden?
Roland Ampenberger: Nicht wirklich, in den vergangenen Jahren waren die Zahlen etwa gleichbleibend hoch: rund 3500 Einsätze im Sommer und etwa 4500 im Winter. Auch zuvor stiegen sie im Verhältnis zur wachsenden Zahl an Bergsportlern nicht übermäßig an. Während der Coronazeit nahmen die Einsätze im Sommer zwar zu, im Winter hingegen sank die Zahl sogar – weil die Skigebiete geschlossen waren. Grundsätzlich schwanken die Winter auch aufgrund der unterschiedlichen Schneelagen stärker als die Sommer. Der Hype aus den Medien ist jedenfalls etwas überspitzt.

Sprechen wir über die Winter. Was sind da für euch die häufigsten Einsatzursachen?
An sich passiert am meisten beim alpinen Schneesport, also klassisches Sturzgeschehen. Vergangenen Winter waren es 4451 Einsätze. Davon entfielen über 3000 auf Ski- und Snowboardfahrer im Pistenbereich. Wie groß der Anteil der Pisten-Tourengeher darunter ist, geben die Zahlen nicht her. Die meisten Unfälle passieren aber in der Abfahrt – ob nun mit Touren- oder mit Pistenski. Im freien Gelände kommen noch Lawinenabgänge dazu, bei denen Personen erfasst werden. Aber das sind deutlich weniger Fälle.

Stichwort Skitour: Da gibt es meist keine präparierten Abfahrten. Und manche kommen schon ganz schön erschöpft oben an, ehe die Abfahrt bevorsteht. Was verursacht beim Tourengehen die meisten Unfälle? Gibt es da Muster?
Die Erwartungshaltung durch tolle Bilder wird zunehmend ein Problem. So entsteht oft eine falsche Vorstellung von der Wirklichkeit bei den Leuten – und das kann gefährlich werden. Bei Skitouren wie bei Bergtouren im Allgemeinen. Wenn Menschen am Berg unterwegs sind, braucht es eine Demutshaltung. Jedoch sind viele von der Natur zu weit entrückt, und es fehlt am Risikobewusstsein. Bei Wind und Wetter ist die Situation dann anders als die perfekten Bedingungen, die auf Fotos gezeigt werden. Das stellen die Menschen in Not immer wieder fest. Bei der Abfahrt passiert mehr als im Aufstieg. Da herrscht mehr Risiko, und das skifahrerische Können reicht bei einigen für schwierige Verhältnisse nicht aus. Hinzu kommt: Der bayrische Alpenraum ist wohl einer der frequentiertesten Teile der Alpen. Und wo sich viele Leute tummeln, passiert eben mehr.

Welche Rolle spielt der Klimawandel bei den Unfällen – und für eure Einsätze?
Der Faktor Wetter ist schon immer eine Herausforderung, der kommt nicht neu dazu. Was sich mit dem Klimawandel ändert: Man muss sich darauf einstellen, dass die damit zusammenhängenden Gefahren und Risiken mitunter häufiger und unerwarteter auftreten. Große Niederschlagsmengen führen am Berg temporär zu hoher Lawinengefahr und weiter unten zu Hochwassergefahr. Auf diese Situation müssen sich die Rettungsteams vermehrt einstellen. Gleiches gilt für Berg- und Wintersportler, die im Gebirge und der Natur unterwegs sein wollen. Das heißt, dass man Tourenprojekte an die lokalen Bedingungen anpasst und akzeptiert, dass sich Saisonzeiten verschieben. Man muss sich auf das sich ändernde Klima einstellen und mitdenken. Sowohl die Bergsportler, aber auch wir bei Einsätzen.

Wenn in meiner Gruppe auf Tour etwas passiert – wie sollen wir reagieren?
Wichtig ist es, einen kühlen Kopf zu bewahren und an die eigene Sicherheit und die der Gruppe zu denken. Dazu zählt, auf der Piste wie im Gelände, die Unfallstelle abzusichern. Ist Gefahr im Verzug, etwa ein Schneebrett? Befindet sich der Verletzte an einem gefährlichen Ort? Können andere die Stelle sehen? Ist alles sicher, macht man sich ein Bild der Lage und davon, wie es der verunfallten Person geht. Dann informiert man so schnell wie möglich die Rettungs-Leitstelle. Europaweit gilt die Notrufnummer 112. Zusätzlich existieren örtliche, länderspezifische Notrufnummern oder auch Notfallapps. Für die Leitstelle ist bei den W-Fragen besonders wichtig, wo genau sich der Unfallort befindet. Weiter: Was ist geschehen? Wann ist es passiert? Wie viele sind verletzt? Wer meldet den Unfall? Nachdem man seine Kontaktdaten übermittelt und den Notruf beendet hat, muss man weiterhin erreichbar bleiben!

Wie läuft die Rettungskette ab da auf eurer Seite ab?
Die Leitstelle informiert die zuständige Bergwacht, übermittelt die Informationen, und es werden die benötigten Rettungsmittel angefordert. Der Einsatzplan hängt von vielen Faktoren ab: Ist es ein Unfall oder Lawinenabgang? Ist die Stelle



BW Bayern/Olga v. Plate

leicht erreichbar oder steht eine komplizierte Bergung bevor? Weitere Kriterien sind Wetter und Tageslicht. Die Dauer bis zum Eintreffen kann entsprechend den Rahmenbedingungen stark variieren: Von wenigen Minuten auf der Piste bis zu wesentlich länger im freien Gelände. Wichtig ist deshalb immer die Eigenverantwortung der Leute: Man darf nie auf Tour gehen in dem Gefühl, »wenn was schiefgeht, holen die mich schon«. Gerät man trotzdem in Not, ist das Wichtigste bis zum Eintreffen der Bergwacht der Wärmeerhalt! Mit Rettungsdecke, Jacken und was sonst verfügbar ist …

Wie ist dein Eindruck? Funktioniert das?
Ja, das funktioniert im Großen und Ganzen sehr gut. Es gibt mittlerweile ja viele Möglichkeiten, sich zu informieren. Das nutzen die Leute auch. Wichtig ist darüber hinaus aber die Praxis, regelmäßiges Training: Nur so lerne und übe ich das richtige Verhalten und mit meiner Sicherheitsausrüstung umzugehen.

Was erschwert eine Rettung für euch?
Da gibt es einige Dinge: Wetter, Gelände, Tageslicht, eine schwere Verletzung, die eine Bergung verkompliziert – viele Faktoren können wir nicht beeinflussen. Suchen bei Dunkelheit und schlechter Sicht sind extrem schwierig, und Helikopter können bei bestimmtem Wetter nicht fliegen. Dann können wir mitunter nur mit Hunden am Boden arbeiten. Auch deshalb ist die erwähnte Selbstverantwortung so wichtig. Für eine Rettung gibt es einfach keine Garantie!

In welchen Regionen muss die Bergwacht am häufigsten ausrücken?
Hotspots sind etwa das Allgäu, das Werdenfelser Land, die Tölzer Gegend um Brauneck, oder die Spitzingsee-Region – dort wo viel Wintersport stattfindet. In den Berchtesgadener Alpen dominiert nach Zahlen der Sommer. Pistenskilauf hat da stark an Bedeutung verloren, wir verzeichnen hier aber regelmäßig Unfälle bei Skitouren und auch Lawinenunfälle.

EINIGEN FEHLT ES AN BEWUSSTSEIN FÜR DIE RISIKEN: BEI WIDRIGEN BEDINGUNGEN GERÄT MAN SCHNELL IN NOT.

Wie vermeide ich Unfälle am besten?
In dem man seine Ausrüstung gepflegt und aktuell hält, sie zu benutzen weiß und sich vor der Tour umfassend informiert. Sowohl die Tour als auch das Material sollten zu meinem Können passen. Ultraleichtes Rennmaterial beim Einsatz im Steilhang ist für Anfänger zum Beispiel nicht die richtige Wahl. Wichtig ist zudem die Übersetzungsleistung der digitalen Info in die Realität. Wir können Schneebedingungen und Wetterprognosen so genau wie nie abrufen – müssen

Glück im Unglück: Wer im Skigebiet Hilfe braucht, kann schnell auf Rettung hoffen.

Bei Lawinenbergungen muss es schnell gehen. Hier hilft der Partner mit der kalten Schnauze.



BW Allgäu/D. Berchthold

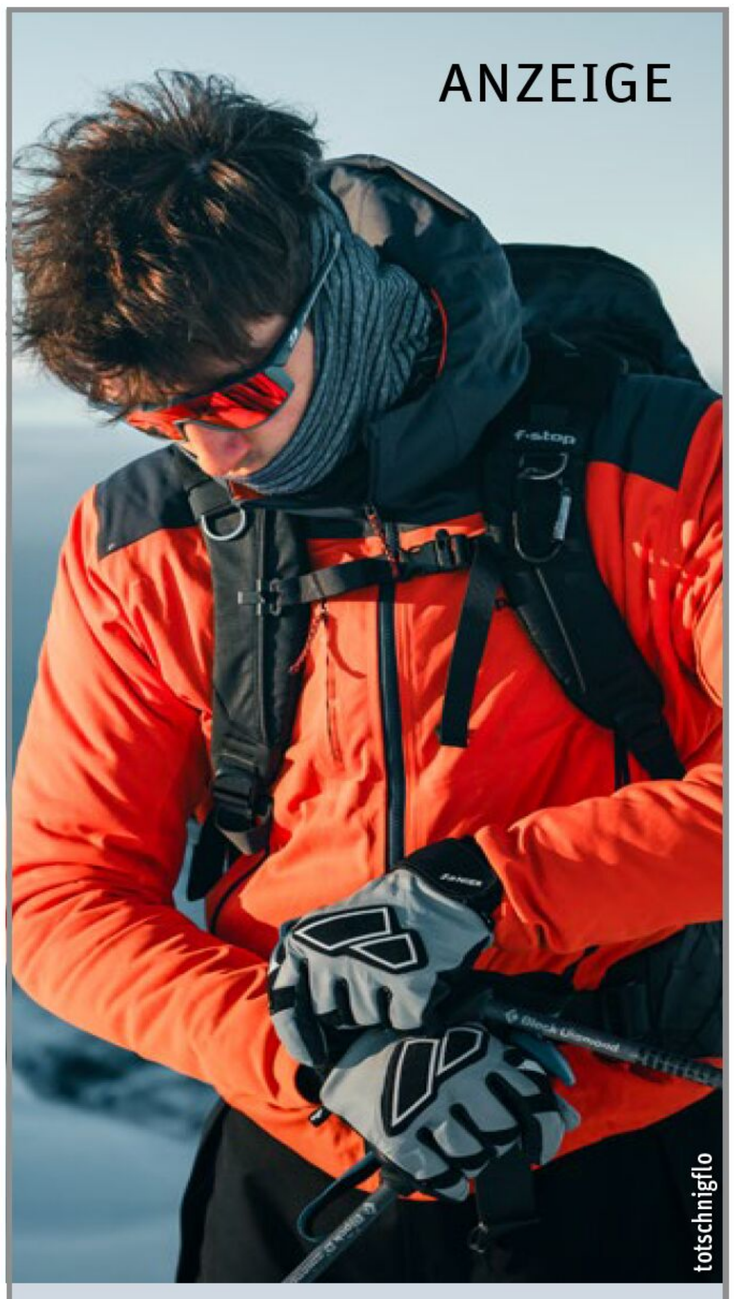
aber dann die richtigen Schlüsse daraus ziehen. Das ist im Winter nochmal komplexer. Auf den Punkt gebracht: Der Winter ist nicht der Sommer in Weiß.

Mit welchen Kosten muss man für eine Bergung ungefähr rechnen?
Zunächst ist wichtig zu wissen: Wenn man verletzt ist, erstattet die Krankenkasse die Kosten. Ist man nicht verletzt, zahlt man die Bergung selbst. Zusatzversicherungen, etwa durch eine Mitgliedschaft im Alpenverein, übernehmen die Kosten jedoch auch dann. Bergwachteinsätze werden nach Kostenpauschalen in drei Kategorien abgerechnet. Die bewegen sich grob zwischen 300 und 1700 Euro. Der Einsatz eines Hubschraubers wird vom Betreiber extra veranschlagt, die Flugminute liegt bei etwa 100 Euro.

An welchen Einsatz kannst du dich noch besonders gut erinnern?
Wie wichtig die Kompetenz zur Selbsthilfe ist, zeigt ein Lawinenunfall an der Zugspitze. Da hat eine Schneebrettlawine eine dreiköpfige Gruppe erfasst, eine Person wurde teil- eine andere ganz verschüttet. Als die Bergwacht eintraf, hatten die Freunde den dritten bereits orten und aus rund anderthalb Meter Schnee befreien können.

Welchen Tipp hast du für Tourengeher zum Start in die Wintersaison parat?
Das Material nicht erst am Parkplatz, beim Ausladen aus dem Kofferraum zu inspizieren, sondern sich gewissenhaft auf die Saison und jede Tour vorzubereiten. So kommt auch gleich Vorfreude auf. Außerdem sollte man stets, zum Start in den Winter aber besonders, daran denken, dass die Reserven im Winter kleiner sind als im Sommer: Es wird früher dunkel, die Kälte und der Schnee fordern uns körperlich mehr ab. Das muss man verinnerlichen! Tipp: Mit kleineren Touren in die Saison zu starten und mit seiner Sicherheitsausrüstung zu trainieren ist eine gute Idee.

ANZEIGE



totschnigflo

DIE KÄLTE IM GRIFF – IMMER!

Ein Handschuh für alle Fälle und Wetter? Den gibt es – von Zanier.

Mit dem Mymountainpassion präsentiert Zanier den perfekten Handschuh für Outdoor-Fans, die Skitouren genauso lieben wie Klettersteige oder Bike-Ausflüge. Dafür bringt er nicht nur einen ergonomischen Schnitt mit, sondern auch robustes Ziegenleder. Einsätze aus 4-Wege-Stretch und der elastische Neoprenbund erhöhen den Griffkomfort und machen den Mymountainpassion (69,99 €) zum idealen Ganzjahreshandschuh. Dank der Hookschlaufe lässt er sich im Nu am Rucksack oder Karabiner befestigen, während er ausgezogen an der Leash am Handgelenk baumeln kann. Auch ein Wiper am Daumen ist mit an Bord, er macht die Brille und zur Not auch die Nase sauber.

Mehr Infos zum Mymountainpassion unter www.zanier.com

Wie bereitet ihr euch auf den Winter vor?
Je nach Jahreszeit passen wir die Ausbildung und das Training an, machen auch die entsprechenden Fahrzeugchecks. Auf Quads ziehen wir etwa Raupenketten auf, überprüfen die Schneemobile gewissenhaft – und bereiten natürlich unsere persönliche Schutzausrüstung vor. Man darf da nichts dem Zufall überlassen und muss alles einsatzbereit haben.

Was ist dein persönlicher Ansporn, bei der Bergwacht zu arbeiten?
Es ist die Idee, Menschen in Not am Berg zu helfen. Unmittelbar draußen im Einsatz, aber auch im Hauptamt, wo wir sicherstellen, dass die Strukturen dafür stimmen. Die Sinnfrage zur Bergrettung stellt sich für mich nicht. Ich schätze die große Solidargemeinschaft und Kameradschaft hier und am Berg sehr. Zusammen etwas Sinnvolles zu leisten hat mich vor 30 Jahren zur Bergwacht gebracht und ist auch heute noch mein Antrieb.

DAS WETTER UND ANDERE FAKTOREN KÖNNEN EINSÄTZE ERSCHWEREN. FÜR EINE RETTUNG GIBT ES EINFACH KEINE GARANTIE!

Die Bergrettung erfolgt schon lange organisiert: Viele Bereitschaften feiern dieser Jahre 100-jähriges Jubiläum. Wie verlief die Entwicklung von den Anfängen bis in die heutige Zeit?
Die Anfänge liefen unter anderem über den Alpenverein. In Bayern wurde die Bergwacht 1920 als Natur- und Sittenwacht gegründet. So hatte sie von Beginn an Präsenz im Gebirge. Sie war von Anfang an gefordert, und daraus hat sich bald die Aufgabe als Rettungsdienst entwickelt. Auch Strömungen aus dem Roten Kreuz haben dazu beigetragen. Nach 1945 wurde die Dachorganisation, der Alpenverein, in Deutschland zeitweise verboten, die Bergrettung fiel damit in die Zuständigkeit des Roten Kreuzes. Wie die Wasserwacht gibt es in Deutschland die Bergwacht. Dagegen ist in Österreich zum Beispiel der Bergrettungsdienst ein selbstständiger Verein – die Berg- und Naturwachten der Bundesländer kümmern sich dort nur um Belange des Naturschutzes.



Wie haben sich die Möglichkeiten zur Rettung im Laufe der Jahre entwickelt?
Die Infrastruktur dazu war anfangs nicht besonders ausgeprägt und hat mit dem Tourismus zugenommen. Man kann sagen, dass es drei technische Meilensteine gab, die das beflügelt haben: Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden seiltechnische Möglichkeiten, Gebirgstragen und erste Fahrzeuge flächendeckender verfügbar, ab den 1950er Jahren kam die Möglichkeit der Luftrettung dazu. Und Handys, später Smartphones, gibt es nun seit circa 30 Jahren. Das war noch mal ein enormer Schritt. Da ist in 100 Jahren viel passiert und das ist gut so.

Wer die Arbeit der Bergwacht unterstützen möchte, kann das über die folgende Webseite mit einer Spende tun. An die: bergwacht-bayern.de/stiftung/spenden



BW Bayern/Olga v. Plate

Das Ausschaufeln dauert im Rettungsablauf am längsten. Devise: Schaufeln mit System!

ANZEIGE

GUTE AUSSICHT

Die neue Sportsonnenbrille Anemos von Adidas Eyewear ist fürs Skitouring ein Fest!

Wechselnde Lichtverhältnisse gepaart mit intensiver Sonnenstrahlung, dazu Wind und hohe Temperaturunterschiede – beim Skitourengehen wird von einer Sportsonnenbrille Schwerstarbeit gefordert. Sie muss nicht nur UV-Strahlung abhalten, sondern auch Blendungen minimieren und vor Zugluft schützen. Gleichzeitig sollte sie leicht, beschlagfrei und komfortabel, aber auch rutschfest sitzen. Besonders wichtig ist zudem ein uneingeschränktes Sichtfeld, um in jeder Situation sicher zu agieren.

In enger Zusammenarbeit mit den DSV-Athleten entwickelt, erfüllt die adidas Anemos SP0103 all diese Anforderungen mit Leichtigkeit. Ihr breites Shieldglas wirkt wie ein Schutzwall gegen Wind, bietet dabei ein maximales Sichtfeld und schränkt durch das halboffene Rahmendesign den Blick nach unten nicht ein. Die verspiegelten Gläser blocken UV-Strahlen und reduzieren wirksam blendendes Licht sowie Schneereflexionen. Bei dynamischen Wetterverhältnissen ideal: die optionalen photochromen Gläser. Sie passen sich automatisch der Helligkeit an. Außerdem garantiert die Anemos SP0103 mit verstellbaren Bügeln, Nasenpads und rutschfesten Gummieinsätzen festen Sitz selbst bei intensiver Bewegung. Stark: das integrierte Belüftungssystem, das ein Beschlagen der Gläser verhindert – für klare Sicht in jeder Situation. UVP: ab 180 € (photochromes Shield: 220 €).

www.adidaseyewear.com





› HAGLÖFS
VASSI GTX PRO

Die Freeride-Jackenikone aus dem Haglöfs-Programm kommt in der aktuellen Version mit der neuesten Gore-Tex-Membran. Zusammen mit den schrägen Belüftungsöffnungen an der Vorderseite bietet die Jacke einen super Klimakomfort selbst bei steilen Anstiegen. Dank Schneefang, Sturmkapuze und langem Schnitt hält sie selbst garstigstem Wetter stand (800 Euro).

ERSTE WAHL

Gut gerüstet für Aufstieg und Abfahrt: Mit innovativen Materialien, cleveren Features und starkem Design steht das neue Skitouren-Equipment für noch mehr Tourenspaß.

ODLO
POW BLACKCOMP

Für bestes Körperklima sorgt Odlos Blackcomp-Baselayer. Zusammen mit der Klimaschutzorganisation Protect Our Winters (POW) Schweiz entwickelt, besteht das Rundhalsshirt zu 74 Prozent aus schnelltrocknendem Recyclepolyester und hemmt mit einem biobasierten antimikrobiellen Finish unangenehme Gerüche. In vier Designs für 90 Euro erhältlich.





MAMMUT
HAUTE ROUTE

Mit einem Gewicht von nur 350 Gramm ist der Haute Route prädestiniert für schnelle Abenteuer. Ob Skifahren, Klettern oder Biken – der Hybrid aus Hartschale und In-Mould-Konstruktion erfüllt alle drei Helmstandards. Durch das Kühlsystem mit internen Luftkanälen überzeugt das alpine Multitalent sowohl bergauf als auch bergab. Preis: 140 Euro.



LEKI
GUIDE LITE 2

Aus robustem Aluminium im Leki-eigenen Werk in Tschechien gefertigt, gefallen die Guide Lite 2 mit geringem Paargewicht (263 g). Sie lassen sich selbst mit Handschuhen blitzschnell in der Länge verstellen, die maximale Auszugslänge von 145 Zentimetern genügt auch großen Skitouring-Fans. Der Preis liegt bei 125 Euro.

EXPED
COULOIR 30

Praktisch im Schnee: Beim Couloir 30 kommt man nicht nur über das Top, sondern auch über den Rücken an das Gepäck. Befestigungsmöglichkeiten für Schneeschuh, Ski, Splitboard sowie zwei Eisäxte runden den robusten wie leichten Kleintransporter aus Recycelstoffen ab. Gewicht: 1500 Gramm (lässt sich auf 1190 g reduzieren). Preis: 250 Euro.





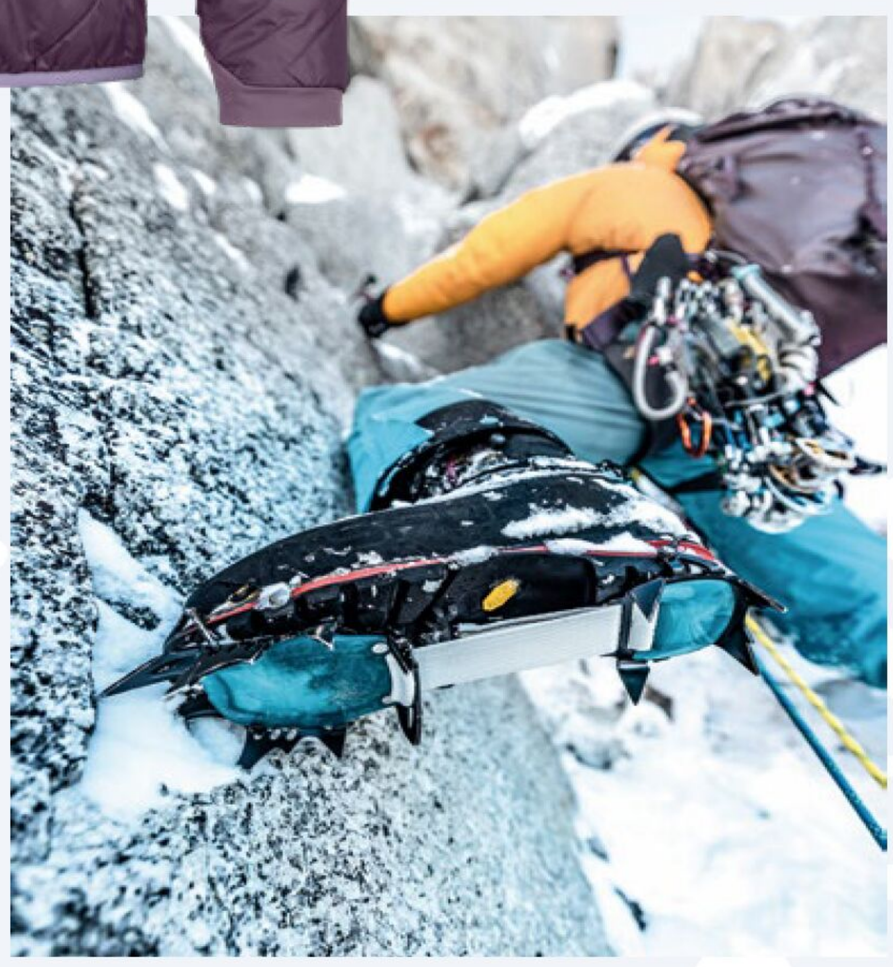
SALEWA
SELLA FREE 3L PTX
Sella Free heißt die neue, PFC-freie und aus recyceltem Polyamid gefertigte Skitouring- und Freeride-Serie von Salewa. Herzstück: die dreilagige Jacke und Hose. Für die Berge gerüstet ist sie mit einer helmkompatiblen Kapuze, Direct-Access-Taschen auf der Front, Schneefang und Ventilationsöffnungen. Preis: 500/450 Euro (Jacke/Hose).



ORTOVOX
PIZ BOE JACKET W
Eine Füllung aus Swisswool reguliert beim Piz Boe Jacket die Feuchtigkeit und sorgt für gutes Körperklima. Zusammen mit dem winddichten, wasserabweisenden Pertex-Quantum-Außenmaterial hält sie trocken und warm. Stretcheinsätze aus Merino unter den Armen und am Rücken schenken Bewegungsfreiheit, zwei Brusttaschen bieten Stauraum. Preis: 320 Euro.

ADIDAS EYEWEAR SP0075
Die neue Halbrahmen-Brille mit gekrümmtem Shield-Glas brilliert mit einem besonders üppigen, nach unten sogar unbegrenzten Sichtfeld. Die große Scheibe schützt zuverlässig vor UV-Strahlung, Zugluft und Blendeffekten. Klare Sicht und optimale Luftzirkulation bei schweißtreibenden Aufstiegen verspricht ein 9-Loch-Belüftungssystem, anpassbare Nasenpads und Bügelenden sorgen für top Sitz (150 Euro).





BLUE ICE
HARFANG GRIFFIN
Die französischen Alpin-Spezialisten von Blue Ice haben ihre Steigeisenserie um das Tourenmodell Griffin 12 erweitert. Anders als die bestehenden Leichtmodelle mit Textilsteg (siehe Foto) verfügt das Griffin 12 über einen bewährten, gelochten Metallsteg. Den 12-Zacker gibt es in zwei Versionen, darunter einer universellen mit Körbchenbindung (ab 170 Euro).

aja.de

aja
Einfach Urlaub

WINTERSPORT meets WELLNESS

Erleben Sie Winterurlaub in bester Lage.



Ob Skifahren, Schneeschuhwandern oder Langlauf – rund um unsere **aja Hotels** erwarten Sie zahlreiche **Wintersportmöglichkeiten.** Zum Aufwärmen und Entspannen geht es danach in unsere **großzügigen SPA-Bereiche** mit beheizten Innen- und Außenpools sowie verschiedenen Saunen.

---

aja Hotels gibt's in

Warnemünde • Travemünde • Grömitz • Bansin
Bad Saarow am Scharmützelsee • Garmisch-Partenkirchen • Ruhpolding

*Preisbeispiel im Dezember bei Doppelbelegung im aja Ruhpolding, buchbar auf Anfrage und nach Verfügbarkeit an ausgewählten Daten, limitiertes Kontingent, Kinderfestpreise | **DSR Hotel Holding GmbH · Lange Straße 1a · 18055 Rostock**





KOMPERDELL C2 ULTRALIGHT

Hier ist der Name Programm: Der Carbon C2 Ultralight von Komperdell (170 €) wiegt sensationelle 188 Gramm. Dennoch bringt er eine Längenverstellung sowie einen ergonomischen Griff mit, der sich auch zum Einstellen der Steighilfe deiner Tourenbindung eignet. Ebenfalls an Bord: eine verlängerte Griffzone für mehr Komfort beim Traversieren. Gefertigt im eigenen Werk in Österreich.

NORRØNA MOVE FLEX 1 BIB

PFC-frei, Bluesign- und Oekotex-zertifiziert sowie zu 50 Prozent aus Recycelfasern gefertigt – in puncto Nachhaltigkeit liegt die elastische Skitouren-Latzhose genauso weit vorne wie in Sachen Funktionalität. Vorgeformte Knie, ein Zwickel im Schritt sowie Stretchgewebe sorgen bei der winddichten und stark wasserabweisenden Move Flex 1 Bib für besten Klima- und Tragekomfort. Preis: 329 Euro.



CONTOUR
HYBRID MIX FELL

Das Contour-Hybrid-Mix-Tourenfell schafft dank einem bewährten Mohair-Synthetik-Mix den Spagat aus besten Gleiteigenschaften und langer Haltbarkeit. Durch seine Hybrid-Klebertechnologie lässt sich der Allrounder zum Selbstzuschneiden besonders leicht handhaben. Angeboten wird das Hybrid Mix in fünf verschiedenen Längen für 195 Euro.





KARPOS
PIZ PALU' EVO JKT

Sportliche Touren-Fans finden in der Piz-Palu'-Hybridjacke von Karpos den richtigen Begleiter. Auf der Vorderseite, an den Ärmeln und am oberen Rücken schützt eine Windstopper-Membran vor Auskühlung, an den übrigen Stellen hält luftiger Stretchstoff das Körperklima selbst bei heftigen Aufstiegen im Lot. Erhältlich in acht Größen von XXS bis 3XL für 250 Euro.

ATKBINDINGS

IR13

IN EVERY BLOCK HIDES A MASTERPIECE

Ganze 8 verschiedene Patente in nur 370 Gramm. Mit der Raider EVO musst du an nichts anderes denken als einfach nur ans Skifahren.
Endecke mehr auf: atkbindings.com

RAIDER 13 EVO
Gewicht: 370g
CNC-gefrästes Aluminium7075
Einstellbare Auslösewerte an Hinter- und Vorderbacken von 5-13
Laufmodi: Flach, +26, +47mm
Skibremse: 86, 91, 97, 102, 108, 120mm



STOX
MERINO SKIING

Die abgestufte Kompressionstechnologie der Merino Skiing Socks fördert die Zirkulation von sauerstoffreichem Blut und soll dadurch die Ermüdung der Beine verzögern. Außerdem versprechen die Socken, Schwellungen, Muskelverhärtungen sowie Schmerzen zu lindern und die Füße lange müffelfrei sowie kuschelig warm zu halten. Preis: 50 Euro.



BLACK DIAMOND
CIRQUE 25

Du suchst einen leichten, technischen Rucksack für Ski- und Hochtouren? Dann könnte dir der Cirque 25 gefallen. Aufs Nötigste reduziert, wiegt er nur 760 Gramm. Dennoch verzichtet er nicht auf Essenzielles wie ein Steigeisen-, Schaufel- und Sondenfach, auch Pickel-, Seil- und Helmbefestigung fehlen dem kleinen Toploader nicht. Preis: 170 Euro.



THERM-IC
POWERGLOVES LIGHT+

Nie wieder kalte Hände – mit den beheizbaren Powergloves Light+ von Therm-ic sollte das klappen, sorgen sie doch mit integrierten Heizelementen aktiv für Wärme. Und das rundherum, bis zu den Fingerspitzen und bis zu zehn Stunden lang auf der niedrigsten von drei Stufen. Gut: Die Akkus (3,7 V/ 3600 mAh) lassen sich entnehmen und via USB laden. Preis: 220 Euro.



BLACKYAK
BAKOSI G2 HOODED

Ein Mix aus wasserabweisender Daune und synthetischem, nässeunempfindlichem G-LOFT: So schützt die hybride Wärmejacke vorm Auskühlen auch bei nasskalter Witterung. Clever: die Netztaschen an der Brust für raschen Zugriff auf Handschuhe, Sonnenbrille & Co. Das abriebfeste Cordura-Ripstopmaterial macht auch raue Einsätze mit. Preis: 490 Euro.

ANZEIGE

TAL DER TOUREN

Tiefverschneite Hänge, hochalpines Panorama und ein mannigfaltiges Angebot auf und neben den Pisten locken Wintersportler aller Art ins Zillertal.

Zu einem gelungenen Winterurlaub gehört: Schnee. Mit Höhenlagen von 630 bis 3250 Metern gibt es davon in den Zillertaler Skigebieten mehr als genug. So herrschen dort optimale Verhältnisse und Skifahren ist bis weit in den April möglich. Die (Hoch-)Tourensaison geht noch länger. Über 500 präparierte Pistenkilometer und 180 moderne Liftanlagen lassen die Herzen der Ski- und Snowboardfahrer im südlichen Seitental des Tiroler Inntals höherschlagen. Für Abenteurer stehen zahlreiche Snowparks, Funlines und actionreiche Freeride-Routen bereit. Das Zillertal gilt aber nicht nur als Paradies für Alpinskifahrer, sondern gerade auch für Skitourengeher. Zwischen ihren unzähligen majestätischen Gipfeln bietet die Region vielfältige Tourenmöglichkeiten: von einfachen Einsteigertouren am Pistenrand und in Pistennähe bis hin zu anspruchsvollen Skihochtouren im Gletschergebiet. Letztere setzen eine ordentliche Portion Erfahrung und Ausdauer voraus. Das vielfältige Angebot an Skitouren im Zillertal mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden lässt keine Wünsche offen und bietet für jeden Anspruch die passende Herausforderung. In Hochfügen etwa, am Taleingang, bieten ausgewiesene Pisten-Skitouren optimale Möglichkeiten für Einsteiger – und willkommene Alternativen für Erfahrene an lawinenkritischen Tagen. Stille Tourenklassiker findet man zum Beispiel im Seitental Tuxertal. Ein besonderes Highlight ist hier eine spezielle Skitourenlenkung: Markierte Wildruhezonen und ausgewiesenes Tourengebiet bringen die Interessen von Natur und Sportlern in Einklang, so steht nachhaltigem Skivergnügen nichts im Wege. Zudem empfiehlt es sich, professionelle Begleitung mit ins Gelände zu nehmen – Bergführer bieten ihre Erfahrung und Kenntnisse in puncto Sicherheit und Technik an und kennen nebenbei wunderschöne Geheimspots.

Mehr Infos: zillertal.at



Zillertal Tourismus/Tom Klocker

Pulvriger Aufstieg und eine perfekte Kulisse – da strahlen die Augen bei der Abfahrt.

Zillertal

Zillertal Tourismus/Max Dräger

OBEN AUF

Lawinenrucksäcke minimieren das Verschüttungsrisiko auf Tour erheblich. Worauf es ankommt und welche Unterschiede es gibt.

TEXT: **ULI BENKER**



Je nach System pumpen den Airbag entweder eine Gasdruckkartusche …



… oder eine (meist) superkondensatorbetriebene Hochleistungsturbine auf.

Noch vor wenigen Jahren waren kaum Skitourengeher mit Lawinenrucksack unterwegs. Heute gehört er neben LVS-Gerät, Schaufel und Sonde schon (fast) zur Standardausrüstung für Ausflüge abseits der Piste. Aus gutem Grund, steigt doch die Chance, bei einem Lawinenabgang ohne Verschüttung davonzukommen, mit Lawinenrucksack beträchtlich. Ein kräftiger Zug am Auslösegriff genügt, und schon füllen sich ein oder zwei im Rucksack integrierte Airbags sekundenschnell mit Luft. Die Ballone vergrößern das Volumen der Skifahrenden, die – anstatt in den Schneemassen zu versinken – an der Oberfläche bleiben.

Trotz des gleichen Prinzips setzen die Hersteller auf zwei verschiedene Systeme: Gasdruck und Gebläse. Bei Gasmodellen, wie sie vor allem Mammut, ABS, Arva oder BCA anbieten, bläst den Airbag eine Kartusche aus Stahl oder leichterem, (und teurerem) Karbon auf. In beiden Fällen wird nach jeder Zündung eine neue Kartusche fällig (30 bis 165 Euro pro Tausch oder Wiederbefüllung).

GEBLÄSE MIT KLAREN VORTEILEN

Anders bei der elektronischen Alternative: Hier pumpt eine Hochleistungsturbine den Luftsack auf. Den nötigen Strom liefern kälteresistente Speicher, entweder ein Superkondensator (Arc'teryx, Ortovox, Alpride) oder – seltener – ein Lithium-Akku (Black Diamond, Pieps). Hauptvorteil der elektronischen Systeme: Mit einer Akku- oder Kondensatorladung lässt sich der Luftsack zwei- bis viermal aufblasen – ideal vor allem bei wiederholten Lawinenabgängen, aber auch, falls du die Zündung einmal vorschnell aktiviert hast. Auch kannst du kostengünstig das Auslösen üben. Zwar lässt sich der Ernstfall auch mit fast allen Kartuschensystemen kostenfrei trainieren – bei entnommener Patrone –, jedoch nur ohne Zündung des Airbags.

Die unkomplizierte Mehrfachauslösung ist nicht der einzige Grund, warum sich die erst in den letzten Jahren aufgekommenen Turbinenmodelle als vorherrschendes System etabliert haben: Einmal aktiviert, also scharf gestellt, führen sie einen Selbsttest (System-Check) durch, eine LED zeigt den Ladezustand des Akkus oder Superkondensators an. Schließlich kannst du Gebläserucksäcke auch mit auf



Schnell zugänglich: Das Fach für Lawinenschaufel, Sonde und Erste-Hilfe-Set.



Der Auslösegriff muss blind zu fassen sein. Meist lässt er sich in der Höhe verstellen.



Sicherheitsschnallen und eine Beinschlaufe sorgen für einen zuverlässig festen Sitz.



»Mehrfachauslösung und unkomplizierter System-Check: den Gebläsemodellen gehört die Zukunft.«

Uli Benker,
outdoor-Autor

Flugreisen nehmen. Kartuschen von Gasdruckmodellen werden dagegen – wenn überhaupt – nur eingeschränkt befördert (maximal eine Kartusche).

Doch wie steht's ums Gewicht, liegen hier nicht Gasdrucksysteme vorn? Sie lagen! Die jüngste Gebläsegeneration von Arc'teryx, Ortovox und Alpride erhöht das Rucksackgewicht nur um ein gutes Kilo – kaum mehr als die Patronensysteme von Mammut und Arva.

GÜNSTIG: GASDRUCKSYSTEME

Was also spricht noch für Gasdruck-Airbags? Zum einen die seit vielen Jahren bewährte, unkomplizierte Technik, vor allem aber der wesentlich günstigere Preis. Beispielsweise werden für einen 30-Liter-Rucksack wie den Mammut Tour 30 Removable Airbag 3.0 oder den BCA Float 32 (beide siehe Seite 56) rund 850 Euro fällig – mit Kartusche. Bei Turbinen-Pendants gleicher Größe – etwa dem Ortovox Avabag Litric Tour 30 (s. Seite 55) und dem Scott Patrol E2 30 – fängt der Spaß dagegen erst bei 1100 Euro an.

Egal welches System, von beiden gibt es ein breites Angebot an Rucksäcken – für flotte Off-Piste-Sprints wie für epische Skitraversen. Du benötigst mehrere Rucksackgrößen? Das Kartuschensystem von Mammut kannst du entnehmen und in andere Modelle umziehen. Bei Ortovox, Black Diamond, ABS und Arva sitzen die Airbags dagegen in der Rückenauflage, an die sich Packsäcke diverser Größen zippen lassen. Wer genau was anbietet? Das liest du auf den nächsten Seiten!



BLACK DIAMOND JET FORCE PRO 35L

Ausgedehnte Ski- und Schneeschuhtouren sind das Metier von Black Diamonds 35-Liter-Pack Jet Force Pro 35L (2960 Gramm, 1180 Euro). Im Auslösefall pumpt ein akkubetriebenes Gebläse einen 200-Liter-Ballon voll mit Luft – bis zu vier Mal pro Akkuladung. Im sehr seltenen Verschüttungsfall entleert die Turbine den Airbag wieder und erzeugt so einen luftgefüllten Hohlraum zum Atmen, der die Überlebenschancen erhöht.



ARC'TERYX MICON LITIRC 32

Arc'teryx gibt mit der Litric-Technik ein beeindruckendes Comeback bei Airbag-Rucksäcken. Das zusammen mit Ortovox entwickelte System zählt mit 1080 Gramm zu den leichtesten auf dem Markt. Was sich auch beim Allroundmodell Micon Litric 32 auswirkt, wiegt es doch nur 2140 Gramm – ein top Wert. Der Clou: Statt Akkus befeuert ein Superkondensator das Gebläse, das einen 150-Liter-Ballon füllt (32 Liter, 1450 €).



BCA FLOAT 32

Gleich vier Modelle umfasst die Float-Serie von BCA – vom kompakten 12-Liter-Daypack für kurze Ausflüge abseits der Piste bis zum geräumigen 42-Liter-Transporter für mehrtägige Skidurchquerungen. Allen gemeinsam ist das Airbagsystem mit wiederbefüllbarer Stahlkartusche. Die Preise fallen attraktiv aus: So werden etwa für den Allrounder Float 32 (32 Liter, 2940 Gramm*) nur 875* Euro fällig – inklusive Patrone!





ORTOVOX
AVABAG LITRIC TOUR 30

Ortovox, früher bekannt für hochwertige Gasdruckairbags, setzt zur neuen Saison ausnahmslos auf Gebläserucksäcke. Die Bayern pflanzen das in Kooperation mit Arc'teryx entwickelte, ultraleichte Litric-System (Seite 54) in eine »Baseunit« mit Tragesystem, an die sich Packsäcke mit 16 bis 40 Liter Inhalt andocken lassen. Empfehlung für Tagesausflüge: der Avabag Litric Tour 30 mit 30-Liter-Zip-On (2410 Gramm, 1150 Euro).



ABS A.LIGHT TOUR ET

Tagestrip oder epische Gebietstraverse? Beides! Beim A.Light Tour Easy.Tech von ABS kannst du das Tragesystem mit Airbag – wie bei Ortovox – durch anzippbare Packsäcke zu Rucksäcken mit 10 bis 45 Liter Volumen kombinieren. Wie alle Kartuschen-Modelle des Airbag-Pioniers besitzt auch der A. Light Tour Easy.Tech zwei getrennte 85-Liter-Ballone, was die Ausfallsicherheit erhöht (ab 2490 Gramm, ab 848 Euro*).

GARANTIERTE SICHERHEIT

Lawinenrucksäcke müssen die Norm EN 16716 erfüllen.

Auslösung

Ob Mono- oder Duo-Airbag, die Norm legt das (Gesamt-)Volumen mit mindestens 150 Litern, die »Aufblaszeit« mit maximal fünf Sekunden fest. Auch muss der Ballon drei Minuten aufgepumpt bleiben.

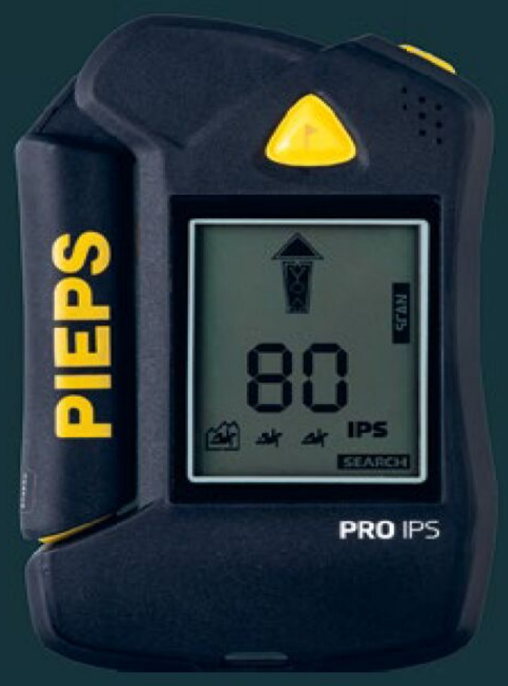
Ladezustand

Elektronische Systeme müssen einen niedrigen Batterie- oder Akkuladezustand anzeigen – und den Airbag dann immer noch garantiert sechs Stunden lang auslösen können.

Zusätzliche Vorgaben

Weitere Kriterien betreffen die Reißfestigkeit des Gewebes und andere Sicherheitsaspekte. So schreibt die Norm einen Abstreiftest vor, damit der Rucksack in der Lawine nicht weggerissen wird.





PIEPS **PRO IPS**

Das erste LVS Gerät mit Interfence Protection System gegen Störungen und Dual Antenna Signal Processing für beste Signalqualität. Diese Technologien, kombiniert mit der ausgeklügelten Konstruktion, führen zu einer beeindruckenden Suchstreifenbreite von 80 Metern. Die optimale Suchunterstützung, Bluetooth & App Support, sowie spezielle Funktionen für alle Profis im Bergsport machen das PRO IPS zum leistungsstärksten LVS Gerät seiner Klasse.

pieps.com

PIEPS



DEUTER
ALPROOF RIDE 18

An Freerider und Variantenfahrer wendet sich Deuter mit dem neuen Alproof Ride 18 (18 Liter, 2620 Gramm, 1200 Euro). Der kompakte Neuling glänzt mit der elektronischen Alpride-E2-Gebläse-Technologie (siehe Scott) und üppiger Ausstattung. So sind Befestigungsmöglichkeiten für Ski, Snowboard und Helm ebenso an Bord wie Saftey-, Brillen- und Wertsachenfächer. Auch als Damenmodell Ride 16 SL mit kürzerer Rückenpartie erhältlich.

MAMMUT
TOUR 30 W REMOV. AIRBAG 3.0

Mit dem Tour 30 Women Removable Airbag 3.0 bietet Mammut Frauen einen Lawinenrucksack mit kürzerer Rückenpartie und einem an die weibliche Anatomie angepassten Tragesystem. Der 30-Liter-Pack (855 €*) wiegt mit Carbonkartusche nur 2410 Gramm. Viel dazu beiträgt das 1010 Gramm* leichte Removable Airbag-System 3.0 (R.A.S.), das sich auch in weitere Rucksäcke der Schweizer und anderer Anbieter einsetzen lässt.





OSPREY
SOELDEN PRO 32

Seit vielen Jahren auf dem Markt, geht der bewährte Osprey Soelden Pro 32 inzwischen ebenfalls mit E2-Turbine von Alpride an den Start. Details wie das Extrafach für die Lawinenschaufel und -sonde, die Ausrüstungsschlaufe am Hüftgurt sowie Ski-, Snowboard- und Eisgerätehalterungen machen den US-Amerikaner zur guten Wahl vor allem für Tages- und Wochenendtrips. Volumen: 32 Liter. Preis: 1500 Euro.



SCOTT
PATROL ULTRALIGHT E2 25

Scott stattet seine Lawinenrucksäcke seit jeher mit Know-how von Alpride aus – den Patrol Ultralight E2 25 für 1200 Euro (25 Liter, 1920 Gramm) etwa mit dem ausgereiften E2-System. Im Vergleich zum Vorgänger E1 drückt ein kompakteres, leichteres Gebläse das Gewicht des Airbag-Systems auf magere 1140 Gramm. Die Turbine wird von einem Superkondensator angetrieben, der sich per USB-C-Port oder AA-Zellen nachladen lässt.

GASDRUCK ODER ELEKTRONISCH?

Die wichtigsten Vor- und Nachteile im Überblick.

GASDRUCK

- ⊕ günstig (ab ca. 700 Euro)
- ⊕ vielfach bewährtes System
- ⊖ keine Mehrfachauslösungen
- ⊖ Kosten für Gaspatronen
- ⊖ Mitnahme von Kartuschen auf Flugreisen eingeschränkt

ELEKTRONISCH

- ⊕ Mehrfach- sowie praxisnahe Trainingszündungen ausführbar
- ⊕ Systemcheck beim Einschalten
- ⊕ Gewicht wie Gasdruck-Systeme
- ⊕ Transport im Flugzeug zulässig
- ⊖ hoher Preis (über 1000 Euro)

* Preis und Gewicht inklusive Kartusche.

ANZEIGE

Frostschutzmittel

Ob ultraleicht und kleinst verpackbar, vielseitig und nässefest oder auf top Komfort getrimmt: Haglöfs bietet für jeden Einsatz die ideale Daunen- oder Kunstfaserjacke.

FÜR WELCHEN EINSATZ SUCHST DU EINE ISOLATIONSJACKE?

- Ob Bergsteigen oder Eisklettern, ich will auch bei Eiseskälte hoch hinaus
- Skitouren – sobald der erste Schnee fällt, bin ich nicht mehr zu halten
  - Was ist dir wichtiger?
    - Top Wärme-Gewichts-Verhältnis und winziges Packmaß
    - Bester Tragekomfort und eine nässefeste Kunstfaserfüllung
- Ob mit oder ohne Schnee, ich wandere auch im Winter gerne
  - Du bevorzugst …
    - Eine leichte, kleinst verpackbare und sehr strapazierfähige Jacke
    - Top Tragekomfort dank höchst atmungsaktiver Stretchgewebe
- Für jede Gelegenheit: vom Wanderausflug bis zum Städtetrip



SPITZ DOWN HOOD
Fürs Winterbergsteigen entwickelt, punktet die warme, nässefeste Daunenjacke mit superber Bewegungsfreiheit. In der Hülle aus Stretchmaterial steckt wasserabweisende Daune mit 800 cuin Bauschkraft. Gewicht: 654 g, 370 €.



L.I.M DOWN HOOD
Dank bauschkräftiger, wasserabweisender 800-cuin-Daune und breiten Kammern glänzt die superleichte Jacke (300 g) mit einem top Wärme-Gewichts-Verhältnis. Sie eignet sich zum Drüber- und Drunterziehen. Preis: 300 €.



L.I.M MIMIC HOOD
Ob als Zwischen- oder Außenschicht: Mit dem körpernahen Schnitt und enger Absteppung ist die leichte Kunstfaserjacke (370 g, 290 €) vielseitig einsetzbar. Die daunenähnliche Füllung mit Graphene-Partikeln isoliert sehr gut.



MIMIC ALERT HOOD
Höchst atmungsaktives, weiches Stretchgewebe, kuschelige Synthetikfüllung: Die Mimic Alert Hood (394 g) bietet selbst bei Anstrengung erstklassigen Komfort – und schafft den Spagat aus Isojacke und Softshell. Preis: 230 €.



SÄRNA MIMIC HOOD
Wer eine preiswerte Kunstfaserjacke fürs gemütliche Winterwandern oder den Weihnachtsmarktbummel sucht, liegt mit der Särna Mimic Hood richtig. Füllung: daunenähnliches Mimic Gold. Gewicht: 476 g, 200 €.

Weitere Informationen über die Isolationsjacken von Haglöfs findest du hier: www.haglofs.com

Haglöfs



TATONKA
ERSTE-HILFE-SET

Auch wenn du es hoffentlich nie wirst brauchen müssen – im Fall der Fälle ist ein gut bestücktes First-Aid-Kit Gold wert. Das Tatonka-Set Complete (440 g, 75 €) wurde zusammen mit der Outdoorschule Süd für Gruppen von bis zu vier Personen entwickelt und speziell für Notfälle in der freien Natur ausgestattet.

NIEMALS OHNE

Keine Tour ohne Sicherheitsausrüstung. Was in jeden (!) Skitourenrucksack gehört.

BLACK DIAMOND
QUICKDRAW PRO

Klein faltbar, robust, rasch einsatzbereit und ausreichend lang selbst für sehr tiefen Schnee: Die aus acht Segmenten bestehende Black Diamond Quickdraw Pro 320 überzeugt auf ganzer Linie. Packmaß: 43 Zentimeter, Preis: 85 Euro.





MAMMUT ALUGATOR ULTRA

Als erste Lawinenschaufel punktet die neue Alugator Ultra mit einem nur einen Millimeter dünnen Schaufelblatt aus hochfestem 7075-Alu. Kompromisse bei der Schaufelblattgröße oder Robustheit muss man allerdings nicht fürchten, schließlich trägt das 395-Gramm-Fliegengewicht eine UIAA-Zertifizierung. Preis: 120 Euro.

REFINED GEAR
FOR ADVENTURE



EXPED



ICEFALL 30|40|50

Extrem abrieb- und reissfester, leichter Rucksack für alpine Touren

Dieser wetterfeste Tourenrucksack wendet sich an Bergsportprofis, die zu allen Jahreszeiten im alpinen Gelände unterwegs sind.

Für den schnellen Zugriff ist das Hauptfach sowohl von oben per Rollverschluss, als auch von der Seite erreichbar. Deine Ski und Eisgeräte lassen sich einfach fixieren und das geräumige Frontfach bietet Platz für die Notfallausrüstung. Gefertigt aus bluesign®-zertifiziertem UHMPE-Gewebe.

PFC FREE

exped.com

SWISS DESIGN



PETZL NAO RL

Ob für Notfälle oder alle, die den Tag bis zum letzten Licht auskosten wollen – mit einer starken Stirnlampe bist du auf der sicheren Seite, nicht nur auf Skitour. Die 1500 Lumen starke Nao RL trägt sich dank sensorgesteuerter Helligkeitsregelung und innovativem Kopfband sowie einem Gewicht von nur 145 Gramm besonders bequem. Preis: 160 Euro.



PIEPS BIVY SOLO ROLL

Ob Unfall oder Wettersturz, ein Biwaksack schützt im Notfall vor dem Erfrieren. Beim Pieps (90 €) sorgt eine innenliegende Silberbeschichtung für extra Wärme, auch kann der 360 Gramm leichte Sack als Sitzpolster, Sonnensegel oder Regenponcho fungieren, dank acht laststabiler Ösen sogar zum behelfsmäßigen Verletztentransport.





ORTOVOX DIRACT VOICE

Das erste Lawinen-Verschütteten-Suchgerät (LVS) mit integrierter Sprachnavigation! Das Diract Voice führt im Ernstfall nicht nur schnell zu Verschütteten, sondern gibt durch deutliche Sprachkommandos in jeder Suchphase beruhigende Sicherheit. Ausgestattet mit einem bis –20 °C kältefesten Lithium-Ionen-Akku, kostet es 360 Euro.

ANZEIGE

BORN TO BE WILD

Decathlons Wilder-Tourenskimodelle tragen die Handschrift von drei Bergführern aus Chamonix.



Frisch zur Wintersaison bringt Decathlon die Wilder-Tourenski-Serie an den Start: drei Modelle, alle fertig montiert im Set mit Bindungen und Steigfellen. Entwickelt wurde das Trio in Zusammenarbeit mit Bergführern aus Chamonix. Die Guides teilten ihr unschätzbares Know-how mit dem Decathlon-Entwicklungsteam und begleiteten es bei jedem Schritt – von der Festlegung der Spezifikationen bis zur Vermarktung. Nach Freigabe der Prototypen wurden diese von den Alpinisten Guillaume Maret und Simon Wuilmart auf Herz und Nieren getestet. Mit den neuen Ski unter den Schuhen überquerten sie die gesamten Alpen. In 45 Testtagen und 550 Kilometern sammelten sie wertvolle Erfahrungen, die zum letzten Feinschliff der drei Skimodelle führten.

Das Trio enthält für jeden Touren-Fan den idealen Ski: für Allrounder den Wilder 85 (669,99 €), für Backcountry-Rider das Carbon-Leichtgewicht Wilder 95 (799,99 €) sowie für versierte Abfahrts-Fans den laufruhigen Wilder 102 (849,99 €). **www.decathlon.de**

DECATHLON

1

BASISLAGER DE LUXE

Skitourengeher lieben die Zufallhütte in Südtirol. Denn erstens hat sie eine Sauna. Und zweitens lockt der Cevedale: 3769 Meter hoch.

TEXT: **FLORIAN SANKTJOHANSER** | FOTOS: **JACOB BALZANI LÖÖV**

1 Fast alle Touren führen zuerst durch das Hochtal oberhalb der Zufallhütte.

2 Nach der Abfahrt schmeckt das Weißbier auf der Hütten-terrasse gut wie selten.



1 Die Zufallhütte steht weit hinten im Martelltal auf 2265 Meter Höhe.

2 Bergführer Olaf Reinstadler findet auf jedem Hang eine Spur im Pulverschnee.

3 Über die weite, flache Rampe des Langenferners geht es hinauf zum oberen Plateau des Cevedale.

Kann sein, dass Uli Müller alles nur spielt: das Singen und die Witze, die Geselligkeit, die Freude am Hüttenwirt-Dasein. Dann aber wäre er am Theater oder im Film besser aufgehoben als im hintersten Martelltal, einem Seitental des Südtiroler Vinschgau, auf 2265 Metern.

Seit 2002 ist Uli Chef auf der Zufallhütte. Statt dem Schnauzbart wie auf alten Fotos an der Wand trägt der 58-Jährige nun rote Brille zur Halbglatze, seine Laune aber ist unverändert gut. Auch deshalb kommen Stammgäste immer wieder. So wie Anton, 22 Jahre jung, der mir zwischen Schlutzkrapfen und Zwiebelrostbraten erzählt, dass er schon mindestens 20 Mal hier war – das erste Mal im Bauch seiner Mutter, die schwanger die Hütte besuchte.

Ein Grund dafür sei das prima Essen, sagt Anton. Den anderen sieht jeder: Mehr als ein Dutzend 3000er kesseln die Hütte ein, viele davon wunderbare Skitourenberge. Der große Magnet ist natürlich der Cevedale im Südwesten, 3769 Meter hoch, ein Skitour-Klassiker der Ostalpen. Aber auch Cima Marmotta (3330 m), Veneziaspitze (3386 m) und die Madritschspitze (3265 m) gehören zu den begehrten Zielen.

In den folgenden Tagen wollen der Fotograf Jacob und ich ein paar dieser Berge besteigen. Die Zufallhütte dient als ideales Basislager, wie schon für die österreichisch-ungarischen Offiziere der Ortlerfront im Ersten Weltkrieg. Schwarz-Weiß-Fotos in der Stube zeigen ein Dörfchen unter meterhoher Schneedecke, Hohlwege verbinden Pferdestall, Kapelle und Baracken für 240 Mann. Das Badhaus zum Entlausen, liebevoll Lausoleum genannt, restaurierte man im Jahr 2022 zum Museum.

Hinter der Kapelle mit Schindeldach leuchten die Bergspitzen in der Morgensonne, als wir am nächsten Morgen starten. Vorbei am früheren Schlachthaus steigen wir die steile, von hunderten Fellen und Skiern glatt geschliffene Spur zwischen den Schieferriegeln der Zufallplatten hinauf. Mir rutschen die Ski nach hinten weg, Jacob landet im halben Spagat auf dem Bauch. Danach sind wir wach und konzentriert.

Zum Aufwärmen: die Eisseespitze

Zum Glück geht es oberhalb der Platten deutlich entspannter weiter. Durch das Spalier der weißen, wellenförmig gemaserten Bergflanken gleiten wir am Bach entlang in das Hochtal hinein. Wir passieren das alte Wehr, das als Trockenmauer im 19. Jahrhundert Erdrutsche und Sturzfluten stoppen sollte. Die Steine dafür schleppten die Marteller per Hand heran.

Vereinzelte, kahle Lärchen werfen lange Schatten ins glitzernde Weiß, Felsbrocken tragen kecke Schneebarette. Die bläulichen Riesenzapfen des gefrorenen Wasserfalls sehen aus wie die Zotteln eines Mammuts, das sich zum Winterschlaf in die Felswand gelegt hat. Kuenzentschatter nennen ihn die Vinschgauer, für Eiskletterer ist er eine Attraktion.

Hinter dem Holzgatter, das im Sommer Schafe vor Wölfen schützen soll, teilen sich die Spuren zu den beliebtesten Gipfeln. Über den Fürkeleferner im Talschluss steigen schon Kolonnen zum Cevedale auf, links mühen sich Gruppen in Spitzkehren die erste Steilwand in Richtung Cima Marmotta hinauf, rechts spuren andere im Zickzack zur Madritschspitze empor, um von dort den frischen Pulverschnee im Nordhang hinabzuwedeln.

Wir haben zum Aufwärmen eine sanfte Route gewählt: zur Eisseespitze (3241 m), 1100 Höhenmeter Aufstieg und »null Komma null Lawinenrisiko«, wie Uli am Vorabend sagte. Sie sei der letzte große Gipfel, der bei miesen Bedingungen noch gangbar ist. Wir queren ein weites Schneefeld und rutschen in weiten Kurven den flachen Hang hinauf, trotzdem ziehe ich bald Handschuhe und Stirnband aus. Unter der Frühjahrssonne wird es schnell warm, zumal kaum ein Lüftchen weht.

Bevor es allzu gemütlich wird, steigt die breit ausgetretene Spur endlich steiler zu einer rötlichen Felswand empor. Ein kurzer Aufschwung, dann schieben wir uns wieder gemächlich bergan in ein weites, weißes Amphitheater. Dahinter tauchen zuletzt, überraschend nah und gewaltig wie die Westalpen, die heiligen drei Eisriesen auf: Königsspitze (3851 m), Zebrù (3735 m) und Ortler (3905 m). Die meisten stoppen beim Vorgipfel, aber die 100 Extrameter hinüber zum weißen Marmorgipfelkreuz der Eisseespitze lohnen sich. Dahinter schauen wir hinab auf die Pisten des Skigebiets Sulden, wo Wintersportler wie Ameisen herumwuseln.

Vor Jahrzehnten gab es Pläne, durchs Madritschtal eine Seilbahn zu bauen und es so mit Sulden zu verbinden. Zum Glück scheiterten sie am Protest von Almbauern und Naturschützern, das Martelltal blieb unverbaut. Unsere Abfahrt ist dennoch fast so einfach wie auf einer Piste. Über breite, sanft geneigte Hänge cruisen wir zurück zur Hütte. Als wir die Ski abschnallen, tropft Schmelzwasser von den Dach-



»NULL KOMMA NULL LAWINENRISIKO«, VERKÜNDET DER WIRT FÜR UNSERE TOUR – PERFEKTER AUFTAKT FÜR GRANDIOSE TAGE IM SCHNEE.



rinnen. Wir setzen uns mit Bier auf die Terrasse, schauen zum gefrorenen Wasserfall. Nach und nach kommen andere Tourengeher zurück. Manche setzen sich gleich in ihren Skistiefeln an die Bierbänke, ein paar Übermütige ziehen ihre Funktionshemden aus und lassen die Frühjahrssonne auf die nackte Brust scheinen.

Was könnte jetzt noch schöner sein? Eine Sauna, sagten über die Jahre einige Gäste zu Uli. Also baute er eine im früheren Geräteschuppen ein. Wenn mindestens vier Leute Interesse anmelden, feuert er den Holzofen an. Heute schwitzen dort schon fünf Österreicher und ein Norweger. Nach einer Serie von Berserker-Aufgüssen wälzen sich mehrere im Schnee, einer hechtet kopfüber ins Weiß.

Skiträger, Kanonen und Gipfelmeer

Für Olaf Reinstadler wäre das nichts. In der Sauna sei er noch nie gewesen, sagt der Bergführer aus Sulden beim Abendessen. Dabei kommt der 59-Jährige auf Skitour-Runden regelmäßig hierher. Seit 35 Jahren bringt er Gäste auf die Berge der Ortler-Alpen, im Sommer mitunter auch Angela Merkel. Uns wird Olaf auf den Cevedale begleiten, so wie es seine Vorfahren in der Bergführer-Dynastie der Reinstadlers seit mehr als 100 Jahren taten. Manche Wintergäste haben sich früher Seehundfelle unter die Ski gebunden, andere ließen sich die langen Latten von Trägern zum Gipfel schleppen. Ein begehrter, weil lukrativer Job im damals armen Bergbauerndorf.

Unsere Bedingungen Mitte März könnten kaum besser sein: Der Wetterbericht verheißt zehn Stunden Sonne und wenig Wind, der Lawinenlagebericht Gefahrenstufe zwei. »In letzter Zeit ist viel Schnee gefallen, Wärme und Kälte haben sich abgewechselt«, erklärt Olaf. »Die Schneedecke ist gut gesetzt und verbunden.«

Vorfreudig laufen wir morgens los. Auf dem Fürkeleferner sehen wir mehrere Gruppen, die zur Zufallspitze aufsteigen und von dort zum Cevedale queren. Wir haben uns für die längere, gleichmäßiger ansteigende Route über die weite Rampe des Langenferners entschieden. Gut fünf Stunden würden wir aufsteigen, so Olaf.

Im ruhigen Takt gleiten wir unter den langgezogenen Fels- und Eisflanken der



1 **Kaiserschmarrn lässt sich an Tourtagen mit allerbestem Gewissen genießen.**

2 **Fantastischer Rundumblick am Gipfelkreuz des Cevedale (3769 m).**





DER LAWINENHUND 2.0:

KLEINER, LEICHTER, SMARTER, SCHNELLER



Bei einer Lawinenverschüttung zählt jede Sekunde. Das neue Mammut Barryvox® S2 ist ein Paradebeispiel für technologische Innovation, die Leben retten kann. Dieses kompakte Lawinenverschütteten-Suchgerät (LVS) ist kleiner, leichter und smarter als seine Vorgänger. Es vereint intuitive Bedienung mit fortschrittlicher Suchunterstützung und setzt neue Massstäbe in der Lawinenrettung.

Kompaktes Design, Maximale Leistung, Neue Technologien

Das Barryvox® S2 des LVS-Marktführers Mammut ist deutlich kompakter als sein beliebter Vorgänger. Mit einer Reduktion von 6 mm in der Dicke ist es einer der kleinsten Transceiver auf dem Markt, ohne dabei Kompromisse bei der Suchleistung einzugehen. Die Suchstreifenbreite des Drei-Antennen-Geräts bleibt wie seine beiden Vorgänger bei beeindruckenden 70 Metern, was in Notfallsituationen entscheidend sein kann. Die Kompaktheit sorgt dafür, dass das Gerät kaum spürbar getragen wird, was bei langen Touren im Gelände von grossem Vorteil ist.

Eine der herausragendsten Neuerungen ist das Memory in Pixel (MIP) Display, das unter allen Bedingungen – von direktem Sonnenlicht bis hin zur Nutzung mit polarisierten Brillen – eine hervorragende Lesbarkeit bietet. Dieses Display ist ein Novum im LVS-Markt und unterstützt durch seinen geringen Energieverbrauch auch eine längere Batterielaufzeit.

Neben visuellen Anweisungen bietet das Barryvox® S2 akustische Signale, die es den Nutzenden ermöglichen, den Blick auf den Lawinenkegel zu richten und dennoch präzise Anweisungen zu erhalten. Diese akustische Führung ist besonders in der Anfangsphase der Suche und nach der Feinsuche von unschätzbarem Wert, wo visuelle Hinweise allein nicht ausreichen. Die intelligente Feinsuchführung ist eine weitere Innovation, die das Barryvox® S2 von anderen Geräten unterscheidet. Die Sondierindikation zeigt zudem die Verschüttungstiefe an und erleichtert den Übergang zur Punktortung.

„Wir haben ein LVS-Gerät entwickelt, das ein Höchstmass an persönlicher Sicherheit gewährleistet und eine optimale Suchleistung mit zuverlässiger Unterstützung bietet. Deshalb haben wir uns darauf konzentriert, ein kompaktes Gerät zu entwickeln, das so bequem zu tragen ist, dass man es gar nicht bemerkt. Ausserdem haben wir Wert darauf gelegt, die Suche für jeden Benutzer noch intuitiver zu gestalten, und zwar durch ein bahnbrechendes neues Display (MIP), eine neu gestaltete Benutzeroberfläche, eine verbesserte intelligente Feinsuchanleitung und eine verbesserte akustische Anleitung“, Alexander Weijnman, Head of Mammut Avalanche Safety.

Digitale Vernetzung und App zur Trainingsunterstützung

Durch die Bluetooth-Verbindung und die Barryvox® App wird das Einstellen des Geräts und das “Over-the-Air”-Aufspielen von Firmware-Updates zum Kinderspiel. Die App umfasst ein umfangreiches Benutzerhandbuch und eine neue Trainingsfunktion: Der „Barryvox® Training Park“, ermöglicht es Nutzenden, in realistischen Szenarien zu trainieren, ihre Lawinensuchfähigkeiten durch simulierte Trainingsszenarien zu verbessern und sich optimal auf den Ernstfall vorzubereiten. Diese Funktion ist ideal für unerfahrene und erfahrene Anwender und Anwenderinnen, um ihre Fähigkeiten zu verbessern oder aufzufrischen. Nutzende können individuelle oder vorgefertigte Szenarien wählen und bis zu fünf Geräte für komplexe Suchübungen und Gruppentrainings verbinden.

Vier-Pfoten-Zertifiziert

Bernhardiner Barry, der Anfang des 19. Jahrhunderts über 40 Lawinenopfern das Leben gerettet hat, wäre stolz: Seit Mammut 1968 das erste LVS-Gerät auf den Markt gebracht haben, ist das Flaggschiff zu einem Synonym für Schweizer Innovation und Zuverlässigkeit geworden. Das Barryvox® S2 ist nun mehr als nur ein LVS-Gerät; es ist ein umfassendes Sicherheitssystem, das Anfänger und erfahrene Bergsportlerinnen gleichermassen unterstützt. Durch das Zusammenspiel von fortschrittlicher Technologie und benutzerfreundlicher Gestaltung setzt das Mammut Barryvox® S2 neue Standards in der Lawinensicherheit und zeigt, dass Kompaktheit, hohe Leistung und intuitive Bedienung Hand in Hand gehen können.

www.mammut.com





Mit Leib und Seele im Einsatz: Seit über 20 Jahren leitet Uli Müller die Zufallhütte.

Zufallspitze bergan, vorbei an Eisbuckeln, die in der Sonne glänzen. Seit sich die Gletscher zurückziehen, erklärt Olaf, weiten sich die Spalten. In den meisten Wintern gehe man zumindest auf dem oberen Plateau angeseilt, nach den Schneefällen der vergangenen Monate seien die Spalten aber geschlossen. Das Seil können wir uns also sparen, dennoch sind wir morgens in Klettergurte geschlüpft, um im Fall des Falles zügig gerettet werden zu können.

Auf dem Gipfel rechts, dem Eiskofel (3275 m), wachen seit 100 Jahren drei tonnenschwere Kanonen, die russische Kriegsgefangene hinaufziehen mussten. Wir schenken uns den Abstecher, zum Gipfel ist es noch weit. Mit Blick auf die Casati-Hütte steigen wir in einem Bogen immer höher und dann über die zweite Gletscherrampe auf den breiten Doppelgipfel zu, der aussieht wie eine liegende Echse: links die Felszacken der Zufallspitze als Kopf, in der Mitte der weiß geschuppte Rücken und rechts der gerundete Cevedale als Hintern. Vor 60 Jahren zog hier sogar ein Schlepplift Skifahrer von der Casati-Hütte den Gletscher hoch. Er sollte mit einer Seilbahn zur Suldenspitze verbunden werden, die aber nie gebaut wurde. Nach acht Jahren montierte man den Lift wieder ab.

Manch ein Tourengeher könnte ihn nun gebrauchen, die Höhenluft wird dünn. Mein Puls hämmert, als wir den finalen Steilhang angehen. Über uns rutschen schon die Frühaufsteher herab und lassen Schnee auf uns prasseln. Eng wird es dann am Gipfelgrat, wo sich die aus verschiedenen Richtungen kommenden Gruppen drängen. Aber dann stehen wir oben, unter dem von Blitzschlägen ramponierten Holzkreuz. Und natürlich lohnt die grenzenlose Fernsicht über das weiße Gipfel- und Gletschermeer jeden Oberschenkelstich und jedes Herzrasen.

Einen schöneren Tourtag kann ich mir nicht vorstellen. Und noch ein Geschenk hält er parat: frischen Pulverschnee, der das oft abgeblasene, bucklige und hart verkrustete Plateau sehr genießbar überzuckert. In weiten Schwüngen kurven wir durchs fluffige Weiß, zuerst neben der Aufstiegsspur, dann über Pulverhänge, die Olaf immer wieder findet. Dazwischen stoppt er und zeigt uns mögliche Routen für die nächsten Tage. Klingt alles fantastisch – genauso wie die Aussicht auf Terrassenbier und Sauna.

DIE REISE-BASICS FÜR DAS MARTELLTAL

Hinkommen
Per Zug über Bozen und Meran nach Goldrain. Von dort fahren Busse täglich vom 26. Dezember bis zum 7. Januar und vom 10. bis zum 18. Februar sowie an Samstagen und an Sonn- und Feiertagen vom 8. Januar bis zum 17. März bis zur Haltestelle Enzianhütte (Parkplatz Hintermartell).

Informieren
Einen Überblick über die beliebtesten Touren bietet die Webseite der Zufallhütte: zufallhuette.com. Detailinfos zu Höhenmetern, Länge und aktuellem Lawinenrisiko jeder Route finden sich auf skitourenguru.ch. Bücher: Skitourenatlas Südtirol, Band 3 (39,80 Euro, panico.de) und Skitourenatlas Südtirol-Dolomiten (29,90 Euro, athesia-tappeiner.com). Die Tabacco-Karte 45 im Maßstab 1:25 000 deckt das Martelltal ab und zeigt die klassischen Skitouren (11,50 Euro, tabaccoeditrice.it/de).

Orientieren
Die Aufstiegsspuren auf die beliebten Skitourenberge sind meist einen Tag nach einem Schneefall wieder bequem ausgetreten. Sicherer geht man mit Bergführer. Im Martelltal gibt es zwei Bergführer: Markus Oberhofer (Tel. 0039/335 9271, markus.oberhofer@virgilio.it) und Georg Maschler (Tel. 0039/3804206 29, info@bergerlebnisse.com). Olaf Reinstadler bucht man über die Alpinschule Ortler in Sulden: alpinschule-ortler.com

Beste Zeit
Im Frühjahr (März und April) sind die Tage länger, die Schneedecke ist in der Regel stabiler, das Lawinenrisiko geringer als im Hochwinter. Die Zufallhütte ist von Mitte Februar bis Anfang Mai offen.

Anforderungen
Die Skitouren im hinteren Martelltal sind technisch nicht besonders fordernd, aber für den zum Teil kilometerlangen Zustieg und die meist über 1000 Höhenmeter Aufstieg in Höhenluft sollte man gute Kondition mitbringen. Für die Steilhänge unter Cevedale und Cima Marmotta ist es notwendig, Spitzkehren zu beherrschen. Bei wenig Schnee muss man zudem angeseilt über die Gletscher gehen.

Übernachten
Die Zufallhütte (2265 m) bietet heiße Duschen und Sauna. Die Übernachtung im Zwölfer-Lager kostet inklusive Halbpension 58 Euro, im DZ bezahlt man 69 Euro. Auf der Marteller Hütte (2610 m) ist alles einfacher und uriger. Dafür punktet sie mit Traumblick auf den Cevedale und seine flankierenden Gletscher. Matratzenlager für DAV-Mitglieder 15 Euro, Mehrbettzimmer 25 Euro. Für Halbpension bezahlt man zusätzlich 40 Euro: martellerhuette.com

MADE WITH

GUARANTEED TO KEEP YOU DRY
GORE-TEX PRODUCTS

Welcome to nature

Die møre-Kollektion
Leichtes Freeride, robustes Skitouring.



Abenteuer: Wenn du hierhin oder zu eine unserer einzigartigen Lodges reisen willst, bieten wir großartige Pakete oder maßgeschneiderte Abenteuer an.
Norrøna Stores: München, St. Moritz, Verbier.

Unsere Mission ist es, die besten Outdoor-Produkte zu entwickeln und einzigartige Abenteuer anzubieten. Seit 1929 in vier Generationen mit Fokus auf Qualität, Funktion, Design und Nachhaltigkeit gefertigt.

NORRØNA®

norrona.com

MAESTRALE



THE ORANGE LEGEND.

MAESTRALE, der legendäre Skitourenschuh bietet nun noch mehr Tragekomfort bei gleichzeitig reduziertem Gewicht und mehr Abfahrtsperformance.
Die Verwendung des biobasierten Pebax Rnew® unterstreicht erneut **SCARPA**s Engagement für Nachhaltigkeit.

RECCO® ADVANCED SECURITY TECHNOLOGY · INTUITION · PEBAX POWERED® · vibram®

SCARPA.COM

SCARPA®