

Mit Schneeschuhen über die verschneiten Alpen

Siebtägige geführte Tour von Oberstdorf nach Südtirol ist ein Erlebnis

Schneeschuh-Wandern ist Natur pur, gesundheitsfördernd, ohne nennenswertes Verletzungsrisiko, für jedes Alter geeignet und liegt voll im Trend. Diese Argumente reichen aber als Motivation nicht allen Leuten aus, was auch einige Ausdauer-Sportler empfanden. Die wollten erstmals im Winter zu Fuß über die Alpen – sechs Gebirgsketten in sechs Tagen – was nur mit Schneeschuhen möglich ist.

Als die 13-köpfige Gruppe in Oberstdorf mit dem Ziel Meran startete, wusste noch keiner der Teilnehmer,

wie stark seine Fitness beansprucht wird. Es sollte ein Abenteuer werden, welches so noch niemand zuvor gewagt hatte.

Der 1. Tag: Mit dem Bus fuhr die Gruppe nach Baad/Kleinwalsertal. Nach 1 ½ Std. Gehzeit konnten die Schneeschuhe angeschnallt werden. Über den Hochalp-Pass (1938 m) ging die Gruppe zu ihrer ersten Übernachtungsstation.

Der 2. Tag führte vom Lechtal ins Montafon. Über das Auenfeld ging es hinab nach Lech. Die Gehstrecke von Lech nach Klösterle

über den Flexenpass wurde mit dem Taxi zurückgelegt. Über einen traumhaften Panoramaweg ging die Route von der Mittelstation des Sonnenkopfes weiter zum Mutjtjöchle und hinunter zum Berggasthof Kristberg.

Der 3. Tag führte über Schruns nach Partenen (Linienbus), mit der Gondel zum Vermuntstausee und zu Fuß weiter in die Silvretta-Gruppe. Die Tour wurde in den Zentralalpen anspruchsvoller und hochalpin. So ging es hoch zum Silvrettastausee, vorbei am Madlenerhaus zur Bieler Höhe (2036 m), wo auch übernachtet wurde.

Eine steile Etappe

Auch der 4. Tag war eine kernige Etappe: Abstieg ins Paznauntal und mit dem Bus nach Ischgl. Die Gruppe entschied sich wegen der entgegenkommenden „heiteren“ Talabfahrer für die sicherere Variante und fuhr mit dem Lift hoch bis zur Mittelstation. Von hier ging es im Fimbertal noch ca. 7 km in der Abenddämmerung hoch zur Heidelberger Hütte (2264 m).

Der 5. Tag – eine lange und steile Etappe – führte am Piz Tasna vorbei über die Furcla Davo Leis (2804 m) hinunter ins Unterengadin nach Scuol. Von hier ging es bei Dunkelheit per Pferdskutsche 10 km aufwärts ins autofreie S-charl zum Übernachten.

Der 6. Tag Beim Aufstieg über den Pass da Costainas schubsten Böen immer wieder mal einen Geher aus dem Gleichgewicht. Beim Abstieg nach Taufers hörte der Regen auf – so dass sich die Mienen der Teilnehmer aufhellten. Nach einem Cappuccino ging's zum Abschlussessen nach Meran und am nächsten Morgen zurück nach Oberstdorf.

Eine Transalp im Winter ist auf jeden Fall anstrengender als im Sommer. Sehr gute Kondition und alpine Erfahrung sind dafür unbedingte Voraussetzung. Außerdem sollte die Tour aus Sicherheitsgründen nur in einer Gruppe und in Begleitung eines erfahrenen Bergführers gemacht werden.



Grandiose Kulisse auf dem Weg von Oberstdorf nach Meran. Wer sich an dieser Tour mit Schneeschuhen beteiligen möchte, muss gute Kondition mitbringen. Foto: Oase AlpinCenter

Thomas Dempfle vom Oase AlpinCenter in Oberstdorf: „Für die Schneeschuh-Transalp braucht man sehr gute Ausrüstung, sowohl was die Kleidung als auch die Schneeschuhe betrifft. Wenn man eine Woche lang täglich Etappen mit Gehzeiten bis zu sieben Stunden zu bewältigen hat und in schwierigem Gelände sowie bei extremen Wetterverhältnissen unterwegs ist, sollte man an der Ausrüstung nicht sparen.“

Charakter:

Anspruchsvolle, hochalpine Tour, grandiose Kulisse, gemütliche Gasthäuser

Voraussetzung:

Alpine Erfahrung, sehr gute Kondition, alpintaugliche Ausrüstung

Eckdaten:

6 Tage á 5-7 Gehstunden/Tag, Anstiege bis zu 950 Höhenmeter am Tag

Weitere Infos:

Oase AlpinCenter, Telefon 08322/7538 www.oase-alpin.de



Schneeschuhe zu gewinnen

Schneeschuhe gibt es für die verschiedenen Einsatzbereiche, wie z.B.:

- Winterbergsteigen
- Winterwandern
- Nordic Walking/Fitness

Bei der Anschaffung sollten Sie auf folgende Kriterien achten:

Bindung: Die Bindung ist das Herz des Schneeschuhs. Sie sollte komfortabel sein, leicht zu bedienen und sicheren Halt bieten. Eine frei schwingende Achse ermöglicht eine optimale Drehbewegung über dem Fußballen – vor allem bergauf und bergab ist das enorm wichtig für sicheres Gehen und Steigen.

Steigzacken: Diese sorgen für optimalen Halt auf Schnee und Eis. Für Unternehmungen im steilen Gelände eignen sich Zacken aus Edelstahl, sie sorgen für maximalen Biss. Bei Wanderungen im leicht hügeligen Gelände haben sich Aluminium-Zacken bewährt, die nicht so aggressiv wie Edelstahl-Zacken sind aber ebenfalls sicheren Halt bieten.

Damen- und Herrenmodell: Spezielle Damenmodelle zeichnen sich durch

eine schmalere Bindung aus und haben eine eigene Rahmenform, die auf den Bewegungsablauf der Frauen abgestimmt ist.

Größe: Je größer der Schneeschuh ist, desto weniger sinkt man im Tiefschnee ein. Dies ist bei leichten Wanderungen im lockeren Neuschnee wichtig. Auf der anderen Seite erhöhen kleinere Schneeschuhe die Beweglichkeit, was vor allem bei Touren im steileren Gelände von Bedeutung ist.

Hier sollte man sich im gut sortierten Sportfachhandel kompetent über die verschiedenen Größen und ihre Einsatzbereiche beraten lassen.

Weitere Informationen unter www.tubbs.de

Verlosung

allgäu weit verlost vier Paar Schneeschuhe (2x für Herren, 2x für Frauen).

Wer gewinnen möchte, schreibt eine Postkarte an **allgäu weit**

Stichwort: Schneeschuhe
87430 Kempten
Einsendeschluss ist der 13. Dezember

Auf unseren **Schneeschuhtouren** erleben Sie die Faszination der winterlichen Natur ganz intensiv. Aber auch **Skitouren oder Freeriding** und viele weitere traumhafte Touren stehen auf unserem Programm.

TRAUMTOUREN
WERDEN WAHR...

Gutscheine und das aktuelle Programm gibt's bei uns im Büro (Oberstdorf, Bahnhofplatz 5), unter Tel. +49 8322 7538 oder per Mail: bergschule@oase-alpin.de

OASE ALPINCENTER
BERGSCHULE IN OBERSTDORF
www.oase-alpin.de

est. 1906

TUBBS
SNOWSHOES

TUBBS Mountaineer mit aufklappbarer Steighilfe

Kochalpin A-6068 Mils +43.[0]5223.45594 www.kochalpin.at