









Skitouren sind der Schlüssel zu prachtvollen Naturerlebnissen in unberührter Winterlandschaft.

ie suchen Alternativen zum Skifahren oder Langlaufen. Sie wollen hinaus in die unberührte Natur. Teilweise war Skifahren nie Ihr Ding und doch wollen Sie Ihre etwa beim Biken trainierte Power im Winter ausbauen. Gründe, sich vom Tourenski-Virus anstecken zu lassen, gibt es genug. Doch das "Sportgerät" Berg hat im Winter mehr Tücken, als so manchem Skitouren-Einsteiger bewusst ist. Zum Glück gibt es vielerorts in Österreich professionelle Angebote, wo sich Skitouren-Frischlinge relativ gefahrlos bewegen und an ihr neues Metier herantasten können. "Skitourengehen ist ein wunderschöner Sport. Mit Grundwissen bezüglich Technik, richtigem Verhalten im freien Gelände und ausgestattet mit skifahrerischem Basiskönnen für die Talfahrt macht es besonders viel Freude", betont Wolfgang Krainer, Sport- & Skischulchef in Bad Kleinkirchheim.

SPASSFAKTOR-PLUS DANK GRUNDWISSEN

Entsprechend lautet Krainers Erkenntnis: "Skitouren-Einsteiger, die ihre neue Passion – ausgestattet mit einer soliden Portion Grundwissen – zu betreiben beginnen, vermeiden typische Anfängerfehler und haben viel mehr Spaß am neuen Hobby." Überdies könne die Bewegung in der winterlichen Bergwelt unverhältnismäßig mehr Gefahren mit sich bringen, als man sich als Neueinsteiger erwarten würde. Winter-Berg-Basiskompetenzen werden so rasch zur Lebensversicherung. Krainer bietet in seiner Ski- & Sportschule Skitouren-Einsteigerkurse in den Nockbergen an.

www.sportschule.at

BASISWISSEN FÜR SKITOUREN-EINSTEIGER

Ein Schnupperkurs (kurze Theorie-Einführung & kurze Einsteigertour) mit Leihausrüstung ist ideal, wenn man sondieren will, ob man sich beim Skitourengehen zu Hause fühlt. Der Schnupperkurs ersetzt allerdings keinesfalls einen professionellen Einsteigerkurs, der in der Regel zumindest drei Tage Zeit in Anspruch nimmt.

Parallel dazu stellt sich die Frage: Ausrüstungskauf oder Leihausrüstung? Die allermeisten regelmäßigen Skitouren-



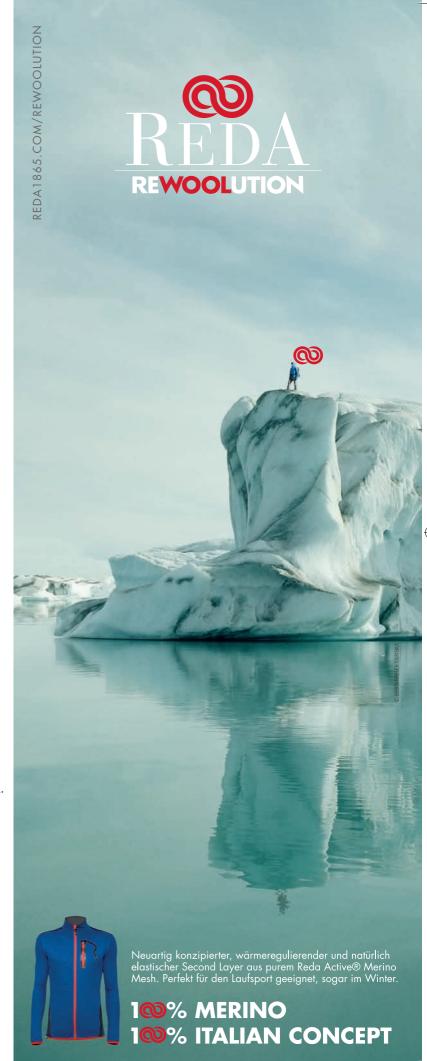
Einsteiger

Skitourengehen wird immer beliebter. Ambitionierte Neueinsteiger entdecken das Skibergsteigen immer öfter für sich. Viele von ihnen wollen in den Ferien erste "Geh"-Versuche starten. Wo und wie im Urlaub der Einstieg in die Welt des Skitourengehens am besten gelingt.

Von Oliver Pichler (Text)

geher setzen auf eigene Ausrüstung. Das Vertrauen ins eigene Material spielt dabei ebenso eine Rolle wie die Tatsache, dass das Zusammenspiel Fuß & Schuh bestmöglich sein sollte. Reibestellen an den Füßen und vor allem am Schienbein sind unangenehme Andenken nicht gut passender Schuhe. Und ob man mit Leihschuhen, in die bereits Vorgänger "hineingeschwitzt" haben, unterwegs sein will, ist Geschmacksfrage.

"Viele, denen das Alpinskifahren fad wird, gehen einfach in ein Sportgeschäft, um sich eine Tourenskiausrüstung zu kaufen. Dann stehen sie mit moderner Ausrüstung, vielfach inklusive ABS-Rucksack (Lawinenairbag), da und glauben, es kann losgehen. Ich kann jedem nur raten, einen fundierten Kurs zu machen, um Frust und Gefahren zu reduzieren", betont der Kärntner Berg- und Skiführer Hubert Granitzer. "Durch die sehr gute Ausrüstung", so der Profi, "neigen auch Einsteiger dazu, hohe Risiken einzugehen." "Ich bezweifle, dass es ein Anfänger schafft, den Lawinenairbag im Fall des Falles, mit großer Wahrscheinlichkeit, richtig zu bedienen", analysiert Tourenski-Profi Granitzer. Der Einsteigerkurs bietet eine erste Grundlage, um einfachere individuelle Skitouren im freien Gelände zu unternehmen. Wichtig dabei ist, dass man, so der Bergführer,





TIPPS FÜR ANFÄNGER

Wer glaubt, bereits nach drei Tagen alles zu wissen, läuft Gefahr, sich zu überschätzen und Risiken zu unterschätzen.

→ immer in Kleingruppen unterwegs ist. Alleine zu gehen sei problematisch, weil in den winterlichen Bergen völlig auf sich allein gestellt zu sein nicht ratsam ist. Genauso sei es nicht klug, wenn die Gruppe zu groß wird. Das Basiswissen aus dem Einsteigerkurs sei eine gute Grundlage, aber auch nicht mehr. Wer glaubt, bereits nach drei Tagen alles zu wissen, laufe Gefahr, sich zu überschätzen und Risiken zu unterschätzen.

Auf Grundlage des Einsteigerkurses ist der Aufstieg am Pistenrand ideal, um zu trainieren und praktische Erfahrung zu sammeln. Eine ähnliche Funktion erfüllen die immer weiter verbreiteten, ausgeschilderten Aufstiegsrouten. Um sich weiterzuentwickeln ist in der Folge ein spezieller Tiefschneekurs ratsam. Das Abfahren bei herausfordernden und wechselnden Schneearten zu beherrschen, gibt Sicherheit und sorgt für mehr Spaß am Weg ins Tal. Darauf aufbauend gilt es, sich Detailwissen in Lawinen- und Schneekunde anzueignen. Beim Schnee spielen viele Faktoren - etwa Wind und Sonneneinstrahlung - eine wichtige Rolle, die die Situation spezifisch beeinflussen. In der Folge ist primär individuell angewandtes "Lernen" von kompetenten Tourpartnern oder Bergführern ratsam. Berg- und Skiführer Hubert Granitzer bietet Einsteiger-Angebote, führt im Winter vor allem aber auch Skihochtouren.

www.hubert-granitzer.com

EINLADENDE ANGEBOTSVIELFALT

Binnen weniger Jahre wurde Skitourengehen von einer Randsportart weniger Freaks zu einem erstaunlich massentauglichen Phänomen mit einer ganzen Reihe von Möglichkeiten quer durch Österreich. Die einladende Angebotsvielfalt, gruppiert nach Bundesländern, im Land der Berge-Überblick.



Kärnten bietet mehrere Möglichkeiten für Skitouren-Einsteiger, insbesondere in den Nockbergen und am Dobratsch, Villachs Hausberg, an.

Naturpark Dobratsch bei Villach Villachs Hausberg, bis 2002 ein Skigebiet, ist heute ein Eldorado für Skitourengeher, die am besten am Ende der Dobratsch-Bergstraße auf 1.732 m Seehöhe ihren Weg zum Gipfel (2.167 m) beginnen. Ein professionell begleitetes Ange-bot für Skitouren-Einsteiger bietet das Naturel Hoteldorf Schönleitn, das, wenige Kilometer vom Dobratsch entfernt, malerisch am Fuß des Mittagskogels liegt. Das Arrangement mit 2 Skitourentagen inklusive Transfers, Skitouren-Vorbereitung am ersten Abend, 3 Übernachtungen mit Halbpension & Wellness kostet ab EUR 362,- pro Person. Leihausrüstung ist bei Bedarf zubuchbar. Buchbar 14.-31.1. und 25.2.-20.3.2016. www.schoenleitn.at

Am Falkert, einem kleinen verschlafenen Bergdorf nahe Bad Kleinkirchheim, gibt es seit dem Vorjahr einen Skitouren-Lehrpfad für den Do-it-yourself-Ski-toureneinstieg. Lehrpfad-Initiator Lukas Köfer ließ dafür entlang der beliebten Skitour durch das Sonntagstal bis auf den 2.308 m hohen Falkertspitz sechs Info-Points anlegen, die Skitourengehern wichtige Informationen vermitteln. Details & spezielle Arrangements: www.heidi-hotel.at

Bad Kleinkirchheim für Skitouren-Einsteiger Die Nockberge sind ideal fürs Skitourengehen. Deshalb bieten drei Hotels in der Region Bad Kleinkirchheim spezielle Skitouren-Packages: Das Landhotel Lindenhof lädt von 28. bis 31. Jänner 2016 zum zweiten Mal zu seinem Skitouren-Test- & Einsteiger-Wochenende in Kooperation mit dem Sporthändler Tyl4Sports. Grundlagenschulungen und zwei geführte Einsteiger-



Touren sowie Ausrüstungstests von Dynafit (Tourenski, Felle, Schuhe) sind im 3-Nächte-Package mit Halbpension ab EUR 295,– pro Person inkludiert. Leihausrüstung kann zugebucht werden. www.landhotel-lindenhof.at

Die beiden 4-Sterne-Hotels Eschenhof & Kärntnerhof im Zentrum von Bad Kleinkirchheim bieten professionelle Skitouren-Einsteiger-Arrangements in Kooperation mit der örtlichen Sportschule Krainer-Wulschnig an. Inkludiert sind eine Schnupperskitour, ideal für den Einstieg in die Welt des Tourenskigehens, eine Ganztagestour und die komplette Leihausrüstung für 3 Tage. Preis mit 4 Übernachtungen/Halbpension ab EUR 543,- pro Person. www.eschenhof.at & www.family-kaernten.com

22 DER WINTERURLAUB 2015





NIEDERÖSTERREICH

Niederösterreichs Möglichkeiten für Skitouren-Einsteiger können sich sehen lassen. Die Wiener Alpen und das Mostviertel sind auch für Newcomer ideale Reviere.

Die Gemeindealpe bietet ausgeschilderte Skitour-Routen an. Insgesamt gibt es mehrere Varianten – von gemütlich-flach bis ambitioniert-steil – um die bis zu 800 Höhenmeter vom Tal bis auf den Gipfel der Ge-meindealpe zu bewältigen. Alle Wege führen zum Terzerhaus, von wo das nahe Gipfelkreuz schnell erreicht ist. Die Tageskarte für Tourengeher kostet EUR 4,50 pro Person.

www.gemeindealpe.at

 \bigoplus

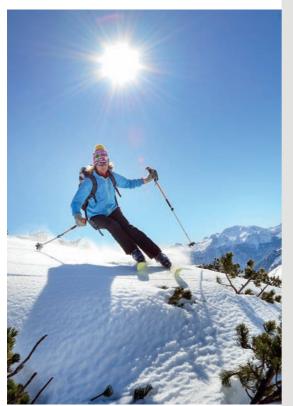
Weitere beliebte Tourenski-Möglichkeiten im Mostviertel bieten der Tirolerkogel sowie der Muckenkogel bei Lilienfeld und die Region Göstling-Hochkar. Oben am Tirolerkogel (1.377 m) im Naturpark Ötscher-Tormäuer ist das auch im Winter bewirtschaftete Annabergerhaus ein lohnendes Gipfelziel. Es sollte nach Umbauarbeiten ab 1.12.2015 wieder geöffnet sein. www.annabergerhaus.at

Geführte Touren, speziell auch für Einsteiger, bietet die Schischule Annaberg, etwa zur Anna-Alm oder auch auf den Tirolerkogel.

www.schischule-annaberg.at

Wiener Alpen
Die Wiener Alpen mit Rax und Schneeberg sind beliebte, vom Großraum Wien schnell erreichbare Tourenski-Reviere. Viele der Touren sind allerdings nur für routiniertere Skitourengeher zu empfehlen. Neueinsteiger halten sich am besten an die zahlreichen speziellen Angebote, um professionell betreut und begleitet aufzubrechen. Zu empfehlen sind etwa die "Start Light Skitourenkurse" in Prein an der Rax sowie weitere Angebote unter www.alpsclimbing.com

Maßgeschneiderte Skitouren-Einsteiger-Angebote bietet die Schi- & Bergsteigerschule Schneeberg. www.schi-berg-schule.at



OBERÖSTERREICH

Oberösterreich bietet gute Möglichkeiten für Skitouren-Einsteiger, insbesondere in der Pyhrn-Priel-Region und im Salzkammergut.

Skitouren in der Pyhrn-Priel-Region Während des Winters werden in der Region rund um Windischgarsten Anfängerkurse und eigene Fortgeschrittenenkurse angeboten. Sich der Faszi-nation des Skitourengehens fundiert zu nähern, steht im Mittelpunkt. Die Kursinhalte beginnen bei der Tourenplanung und der Lawinen-/Schneekunde sowie dem Umgang mit der Notfallausrüstung, umfassender Materialkunde und Skitechnik, aber auch Taktik für die Tour. Inklusive sind zwei Über-nachtungen, Einführung & Theorie und zwei ge-führte Skitouren. Termine: Jänner & März 2016. Preis: pro Person mit Halbpension ab EUR 320,-. Leihausrüstung gegen Aufpreis. www.urlaubsregion-pyhrn-priel.at

Skitouren-Idyll SalzkammergutDas Salzkammergut bietet eine Reihe von einladenden Skitouren-Angeboten, insbesondere am Krippenstein und am Dachstein, diese sind zum Teil auch für Einsteiger gut bewältigbar. www.dachstein-salzkammergut.at

Professionelle Skitouren-Angebote: www.outdoor-leadership.com &

www.laserer-alpin.at

In Bad Ischl lädt die Katrin (1.542 m) als ehemaliges Skigebiet mit zwei Aufstiegsrouten zu Skitouren-Erlebnissen ein. Während bergwärts keine Skiaus-rüstung transportiert wird, können Skitourengeher, die auf die Abfahrt verzichten wollen, talwärts mit der Katrin-Seilbahn fahren. Winter-Seilbahnbetrieb ab 18.12., jeweils Freitag bis Sonntag. www.katrinseilbahn.com





TIPPS FÜR ANFÄNGER

SALZBURG

Im Salzburgerland finden Skitourenfans in zahlreichen Regionen sehr gute Voraussetzungen. Highlights sind der Skitouren-Urlaub bei Albert Moser im Eggerwirt, die neuen Möglichkeiten in Rauris sowie die Routen am Kitzsteinhorn und das einzigartig-vorbildhafte Skitouren-Aufstiegsangebot in Leogang.

Skitourengeher-Basislager EggerwirtDer Eggerwirt in St. Michael im Lungau ist ein feines 4-Sterne-Superior-Wellnesshotel. Das Haus ist aber auch das perfekte Basislager für Skitourengeher. Hotelier Albert Moser ist selbst passionierter Tourenskiexperte. Und der Lungau idealer Ausgangspunkt für Einsteiger-Touren ebenso wie ambitionierte hochalpine Skitouren, etwa in die Hohen Tauern. Standardisierte Angebote bietet der Eggerwirt nicht. Auf Anfrage werden individuelle Packages zusammengestellt. www.eggerwirt.at

Rauris - speziell für Tourengeher
Im Skigebiet von Rauris bietet der örtliche Tourismusverband ab Winter 2015/16 zwei ausgeschilderte Skitourenrouten an. Einmal geht es von der Hochalmbahn-Talstation zur Hochalmbütte. Das andere Mal von der Kreuzboden-Talstation bis zur Waldalm. Wer mit weniger Anstrengung zum Gipfelerlebnis kommen will, kann die Wegstrecke bis zur Mittelstation jeweils per Bergbahn überwinden. Offiziell eröffnet wird das neue Skitouren-Angebot im Rahmen des Rauriser Tourengeher-Auftakts

von 6. bis 10. Jänner 2016. Fünf Tage lang dreht sich alles um Skibergsteigen. Rauris will zusätzlich zu den an-spruchsvollen Skitouren-Angeboten in der Goldberggruppe (Hoher Sonnblick & Co.) gezielt Einsteiger ansprechen. Darauf zielen die neuen Skitouren-Routen im Bereich der Hochalmbahnen ebenso ab wie der nun jährlich stattfindende Tourengeher-Auftakt mit verschiedensten Einsteigerangeboten, Ausrüstungstests, Informationsveranstaltungen u.v.m. Details & spezielle Kurzurlaubsangebote zum Auftakt-Event: www.raurisertal.at

Leogang - 7 SkitourenDie Region Saalfelden-Leogang zeigt sich, was ausgewiesene und beschilderte Skitouren-Aufstiegsrouten betrifft, vorbildhaft. Insgesamt 7 Routen – von leicht bis schwer, von kurz bis lang – stehen zur Wahl. Die Routen befinden sich teils in der Nähe der Skipisten am Asitz und teils abseits im freien Gelände.

www.saalfelden-leogang.com

Skitouren am Kitzsteinhorn Das Gletscherskigebiet Kitzsteinhorn begrüßt Skitouren-geher mit zwei ausgeschilderten Höhentouren. Start ist beim Skitouren-Info-Point auf 1.976 m. Die Schneekönigin genannte kürzere Tour führt bis zum Alpincenter auf 2.450 m. Die Eisbrecher-Tour zum Maurerlift auf 2.875 m. Beide Touren sind auch für Einsteiger gut geeignet. www.kitzsteinhorn.at



STEIERMARK

Ob Langlaufen, Freeriden, Fatbiken oder eben Skitourengehen - die Ramsau am Fuß des Dachsteins ist für sämtliche Alternativen zum Pistenskilauf die absolute Top-Region der Steiermark.

Ramsau für Skitouren-Einsteiger

Die Ramsau zählt zu den wenigen privilegierten Ski-tourenregionen Österreichs, die von ambitioniertschwierig über sportlich-herausfordernd bis leicht und doch eindrucksvoll Skitouren jeder Art zu bieten haben. Dass hier kompetente Profis zu Hause sind, die Skitouren-Neueinsteiger professionell ins neue Metier einführen, versteht sich von selbst. Ein weiteres Ass der Ramsau ist der Dachstein-Gletscher, als Schneeder Nahlsau ist Baltisteinfületsteit, als Stillier Garant genauso wie wegen der "National-Skitour" – der Dachsteinüberquerung mit 25 km Länge, die prä-pariert und daher auch für Einsteiger geeignet ist. Die Ramsau ist aber auch immer wieder für Innovationen gut. So wird hier mit dem "Tiefschneepass" eine Standard-Ausbildung geboten, die Tourengeher wie Freerider an die Herausforderungen des Skifahrens im freien Gelände heranführt, Zertifikat inklusive. www.ramsau.com

Nicht von ungefähr veranstaltet Land der Berge das alljährliche Skitouren-Opening am Dachstein-Gletscher hoch oberhalb der Ramsau. Termin 20. & 21. 11. 2015. Details: www.landderberge.at

Weitere steirische Skitouren-Reviere Der Nationalpark Gesäuse ist ein klassisches, überaus beliebtes, aber vielfach auch sehr herausforderndes Skitourengebiet.

www.nationalpark.co.at & www.gesaeuse.at

Die Ruhe und Naturbelassenheit ist das zentralste Merkmal der Sölktaler Alpen. Wohl deshalb zählt die Region zu den attraktivsten Skitourengegenden der Steiermark. Besonders empfehlenswert ist die Skitour steler Hark. Desorted's empletileriswer tist die 3 auf das Schafdach (2.314 m) mit Ausgangspunkt St. Nikolai-Hansenalm (Parkplatz), www.schladming-dachstein.at & www.soelktaeler.at

Die Planneralm in den Niederen Tauern ist ein sympathisches Naturschnee-Skigebiet und vor allem aber auch bei Skitourengehern beliebt. Besonders empfehlenswert sind die Touren auf die Hintere Gullingspitze (2.054 m) und die Goldbachseespitze (2.062 m).









24 BERGE WINTERURLAUB 2015





VORARLBERG Vorarlberg erwartet Skitouren-Einsteiger mit interes-

santen Möglichkeiten, speziell im Bregenzerwald und im Montafon. Und in Lech-Zürs widmet sich sogar eine eigene Konferenz der Sicherheit abseits der Pisten.

Der Bregenzerwald ist eine für Skitouren ideale Gegend mit zahllosen Möglichkeiten in der Bandbreite von 2 bis 5 Std. Aufstiegszeit. www.bregenzerwald.at

Mehrere Skischulen im Bregenzerwald bieten maß-geschneiderte Angebote speziell für Einsteiger. Dazu zählen das "ski!Projekt" in Au. www.skiprojekt.at

Der Ski- & Bergführer Markus Moosbrugger in Schoppernau, www.mitmoses.at

Oder die Schneesportschule in Schröcken. www.schneesport-schule.com

Im Montafon spielt Skitourengehen für Einsteiger insgesamt eine Rolle. Die meisten wirklich schönen Touren im Rätikon, Verwall und in der Silvretta erfordern allerdings ein Mindestmaß an Tourenski-Routine und die Führung durch regionale Bergführer.

www.montafon.at/skitouren www.montafon.bergfuehrer.at

Als besonders attraktiv für Einsteiger stellt sich der Kristberg heraus. www.kristbergbahn.at

Snow & Safety Conference
Theorie & Praxis zur Sicherheit abseits der Pisten auf höchstem Niveau verspricht die Snow & Safety Conference von 4. bis 6. Dezember 2015 in Zürs am Arlberg. www.lech-zuers.at

Tirol wartet, wie immer, wenn es um Wintersport geht, auch bei Skitouren-Möglichkeiten mit beinahe unüberschaubarer Vielfalt auf. Umso wichtiger ist es für Einsteiger, sich den Tiroler und Osttiroler Bergen nicht zu ambitioniert zu nähern.

Tiroler Einsteiger-ReviereDie Urgtaler Berge westlich von Serfaus-Fiss-Ladis bieten ideale Möglichkeiten für Anfänger, die in den Skitouren-Sport einsteigen wollen. Weitere geführte Einsteigertouren werden von hier aus Richtung Samnaun unternommen. Diese "Schmugglertouren" sind gut dazu angetan, Neulingen das Skitourengehen zu erschließen.

www.skischule-fiss-ladis.at

Zell am Ziller im Zillertal bietet mit der Tour auf den Gerlosstein (2.166 m) eine Tour durch abwechslungsreiches Gelände, die sich gut für Anfänger eignet.

www.zillertalarena.com

Ein weiterer Einsteiger-Insidertipp ist die Harschbichl-Tour bei St. Johann in Tirol. Der Aufstieg erfolgt, erlaubterweise, entlang der Piste, vorbei an der Angeralm bis zum Harschbichl (1.593 m). Die Abfahrt auf der Piste ist bis 22.00 Uhr vorgesehen. www.bergbahnen-stjohann.at

desgrenze zu Südtirol. www.villgratental.com **Skitouren-Woche im Dreiländereck**Die Region Ried-Prutz-Pfunds im Dreiländereck Tirol, Engadin,

bei professioneller Führung, gut machbare Skitour an die Lan-

Südtirol bietet im Jänner und März zu vier Terminen spezielle South of Detect in Jamies and wal 22 of the Terrimiers Speziere
Touren, Lawinenkurs sowie Ski & Material-Tests u.v.m. an. Preis
für 7 Nächte pro Person im Zimmer mit Frühstück ab EUR 425,-.
www.tiroler-oberland.com

Austria Skitourenfestival in Osttirol
Wer sich theoretisch wie praktisch dem Thema Skibergsteigen
nähern will, kann das beim Austria Skitourenfestival von 11. bis
13. 12. 2015 in Lienz. Am Programm stehen Fachvorträge und
Filme ebenso wie eine "Skitourensafari" unter professioneller Anleitung, das Safety Camp mit Lawinen- & Schneekunde sowie Umgang mit Lawinenschutzgeräten u.v.m. Zwei Übernachtungen, Eintritt zu den Vorträgen, eine geführte Skitour u.v.m. kosten pro Person mit Halbpension ab EUR 125,-. www.osttirol.com

