

N°4 / 2020

– Das Magazin der Alpenvereinsjugend Österreich –

# DREI D



Denkraum für die Jugendarbeit

## TOOL TIME

Richtig schaufeln  
und sondieren

## TAGE DRAUßEN!

Im Oktober  
auf Kinotour

## RISK'N'FUN

Mit Lisa beim Level 4  
Alpine Professionals

Almdudler®

alpenvereinsjugend  
österreich



risk'n'fun  
ALPINE PROFESSIONALS freeride



# RESPONSIVE TECHNOLOGY

ZEBRU RESPONSIVE HALF ZIP TEE



DREITAUSENDER BESTEIGEN FÜR DIE RENOVIERUNG DES GLOCKNER-BIWAKS -  
JEDER GIPFEL ZÄHLT BIS ZUM 31. DEZEMBER 2020!

SALEWA.COM/DE-AT/SALEWA3000



Fotograf: Hans Hornberger  
Entstanden bei unseren Dreharbeiten  
für den Film Tage draußen!  
Wildschönau - beim Dreh mit der  
risk'n'fun CREW im Feber 2019  
www.hans-hornberger.com

#### Impressum

Medieninhaber:  
Österreichischer Alpenverein,  
Olympiastraße 37 in 6020 Innsbruck  
Telefon +43 0 512 59547-55  
Fax +43 0 512 575528  
Mail: jugend@alpenverein.at

ZVR-Zahl: 989190235  
Redaktion: Pia Payer (Ch.-Red.),  
Dani Tollinger


Abo- und Adressverwaltung:  
Martina Pfurtscheller

Korrektorat: Isolde Ladstätter,  
Gestaltung und Produktion:  
Büro Rene, René Raggl,  
A-6426 Roppen, www.reneraggl.at  
Druck: Alpina Druck, 6020 Innsbruck

Blattlinie: DREID ist ein  
Fachmagazin für Jugendarbeit.  
Jugendarbeit wird dabei als  
breites und vielschichtiges  
Thema betrachtet - offene,  
verbandliche Arbeit, jugend-  
bezogene Themen und Jugendliche  
selbst finden Berücksichtigung.  
DREID ist überparteilich und  
konfessionell nicht gebunden.

Das Papier dieses Magazins wird  
zu 100 Prozent aus Altpapier gewonnen  
und der Druck erfolgt klimaneutral.

Gefördert von:

 Bundeskanzleramt  
Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend



# VORWORT

## DAS LEBEN EIN TRAUM, DER TRAUM EIN LEBEN!

Hat unsere Gesellschaft die Träume verloren und damit einen wesentlichen Teil des Lebens? Eines Lebens, das sich nicht genügt in der Geschäftigkeit von Beruf und Freizeit, deren Grenzen zunehmend verschwimmen und insbesondere sich angleichen im atemraubenden Tempo des Ablaufs, der Fremdbestimmtheit und eines unbestimmten Gefühls resignierender Hilflosigkeit?

Tagträume sind Utopien, Wunschvorstellungen, die nicht an Orte gebunden sind und damit die ganze Welt umspannen. Träume haben die Welt bewegt und verändert - von Thomas Morus „Utopia“ bis Martin Luther Kings „I have a dream...“. Ohne jeglichem Kulturpessimismus anheimzufallen, müssen wir doch konstatieren, dass wir erstmalig in der Geschichte der Menschheit in einer Zeit leben, in der wir uns mit den selbst geschaffenen existenziellen Bedrohungsszenarien wie Boden- und Ressourcenverbrauch, Klimawandel, Wasserknappheit, Artensterben, Überbevölkerung, Verteilungsgerechtigkeit und noch manchem mehr auseinandersetzen müssen. Und wir können nicht, so wie wir es immer wieder versuchen, diese Probleme mit denselben Mitteln lösen, die zu ihnen geführt haben. Die Veränderungen werden wohl weit tiefer als Reparaturmaßnahmen reichen müssen. Wir verfügen über technisch-digitale Möglichkeiten, die vor wenigen Jahrzehnten kaum vorstellbar waren. Was fehlt, sind Visionen von einer neuen Welt.

Wir und insbesondere die Jugend brauchen Träume. Träume geboren aus dem Erleben vom Unterwegssein in der Schönheit und Zerbrechlichkeit unserer Bergwelt. Tief empfundene Naturerfahrungen, die intuitiv auf die Harmonie von den Menschen mit ihrer Umwelt verweisen ebenso wie auf die Verbundenheit der Menschen untereinander und mit den Geschöpfen dieser unserer Welt. Wir wollen auf den Gipfeln dieser Erde stehend unseren Blick auf ferne Horizonte richten, die von einer neuen Welt flüstern, einer Welt im Auf- und Umbruch, einer gerechteren Welt, die im Zeichen der Verantwortung Raum für die Zukunft künftiger Generationen lässt und einer Welt, in der wir uns der begrenzten Einmaligkeit unseres Daseins bewusst sind und begreifen, dass wir im Begriffe sind, im Konsum- und Medienrausch die Kunst der Muße und des menschlichen Miteinanders zu verlieren.

Und in diesem geschauten Horizont fließen das satte Grün der Wälder und Almwiesen nahtlos über in einen tiefblauen Himmel, Blau vermischt sich mit Grün, die Farben der Sehnsucht und der Hoffnung, die sich in den Augen der Kinder widerspiegeln.

Robert Renzler  
Generalsekretär des Alpenvereins



## JUGENDTEAMTREFFEN EDELWEISS ISLAND 2021

Wir stecken mitten in den Vorbereitungen und freuen uns jetzt schon riesig, euch zu Pfingsten 2021 auf Edelweiss Island zu sehen! Wer schon mal mit an Board war, weiß: Es wird wieder legendär werden! Weitererzählen und Termin vormerken: 21.-24.05.2021, Leibnitz Steiermark #staytuned [www.alpenvereinsjugend.at/edelweissisland](http://www.alpenvereinsjugend.at/edelweissisland)

## LANDESJUGENDTAGE NÖ, T, STMK

Erfahrungen austauschen, Informationen abholen und sich mit anderen Sektionen und Ortsgruppen vernetzen. Folgende Landesjugendtage finden im Herbst statt: **Landesjugendtag Niederösterreich 03.10.2020**, **Landesjugendtag Tirol 10.10.2020**, **Landesjugendtag Steiermark 24.11.2020**. Eingeladen sind alle Jugendteammitglieder aus den Sektionen und Ortsgruppen!



## VORHANG AUF FÜR UNSEREN KINOFILM "TAGE DRAUßEN!"

Es ist soweit: Am 13.10.2020 startet unsere Kinotour mit dem Film "Tage draußen!" und der Premiere im Leo Kino in Innsbruck! Dann geht es weiter nach Feldkirch, Wels, Krems, Wien, Graz, Klagenfurt und Saalfelden. Zwei Jahre lang hat der Filmemacher Franz Walter Kinder und Jugendliche an ihren Orten des Lebens und Lernens mit der Kamera begleitet. Entstanden ist ein Dokumentarfilm über Mut, Zuversicht, Freiräume und Risiko, der Brücken bauen soll, vom Wissen zu den Geschichten, die Tage draußen schreiben. Alle Termine der Tour und den Trailer findet ihr auf [www.tagedraussen-film.at](http://www.tagedraussen-film.at)

## HÜTTENGAUDI MIT KLASSE

Auch 2021 können Schulklassen bei der Aktion „Hüttengaudi mit Klasse“ wieder eine Übernachtung auf einer Alpenvereinshütte gewinnen. Das einzureichende kreative Projekt dreht sich dieses Mal um das Thema Teamwork. Wir freuen uns auf tolle Ideen und Projekte! [www.alpenverein.at/huettingaudi](http://www.alpenverein.at/huettingaudi)

## KOSTENLOSE RISK´N´FUN-FREERIDE-STARTER-WORKSHOPS

Wir freuen uns auf den heurigen November! risk´n´fun, Blue Tomato und das FreerideFilmFestival starten dabei erstmals gemeinsam auf Tour! Vom kostenlosen risk´n´fun-Freeride-Starter-Workshop im Blue Tomato Store geht es direkt in den Kinosaal zu ausgewählten Filmhighlights der nationalen und internationalen Filmwelt. Am Tourplan stehen Innsbruck, München, Zürich, Wolfsberg, Wien, Garmisch und Zermatt. Schaut vorbei, wir freuen uns! Infos unter [www.risk-fun.com](http://www.risk-fun.com) oder [www.freeride-filmfestival.com](http://www.freeride-filmfestival.com)



## FACHTAGUNG JUGENDARBEIT - FORUM 20:20

Als Mitveranstalter laden wir euch herzlich zum FORUM 20:20 ein! Unsicherheit, Herausforderung, Neubeginn. Spannende Workshops und Vorträge zum Thema Risiko erwarten euch auf der Fachtagung der Jugendarbeit im Schloss Mattsee von 02. bis 04. November 2020.

## THEMA

- 06 TAGE DRAUßEN! Kinotour  
Im Oktober geht's los!
- 10 Mit risk´n´fun beim  
Level 4 Alpine Professionals  
Lisa Hempfer
- 13 Break oder die Weisheit  
des Augenblicks  
Jürgen Einwanger
- 16 Wertvolles Nichts  
Marion Hetzenauer
- 19 Wie wird man Bergsteigerdorf?

## BACK? TO THE FUTURE!

- 37 Eine Serie des Alpenverein  
Museum & Archiv

## VERWEGEN

- 20 Schnee und Lawinen,  
Fragen und Antworten  
Michael Larcher

## VERWACHSEN

- 24 Tiere und die liebe Not  
Birgit Kantner
- 25 Es geht um die Wurst!  
Benjamin Stern

## VERSPIELT

- 28 Kletterspiele  
Bianca Somavilla

## SEILSALAT

- 30 Kinderpunsch, heiße Schokolade  
& Bratäpfel  
Bianca Somavilla
- 32 Die Stoptalking App  
David Kupsa
- 34 Richtig sondieren &  
effizient schaufeln  
Gerhard Mössmer
- 38 Alles unter einen Hut  
Julia Auer
- 40 Unser Hausberg: der Grüntalkogel  
Peter Dollfuß
- 42 quergedacht  
Leserbrief von Günther Gruber



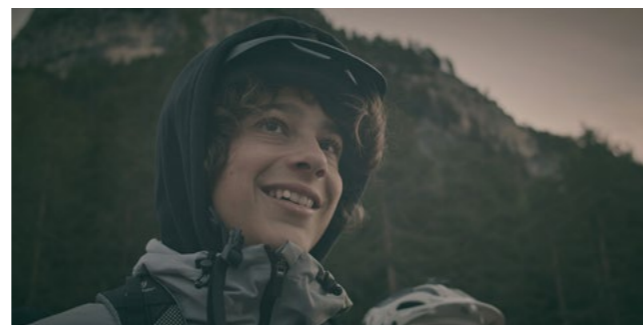


# TAGE DRAUßEN! IM KINO



VON  
FRANZ  
WALTER

Ein Film der  
Alpenvereinsjugend über  
**Freiräume, Zuversicht und  
gesunde Risiken.**



# BÜHNE FREI FÜR 'TAGE DRAUßEN!

Es ist soweit: Am 13.10. startet unsere Kinotour durch Österreich!

Wie fühlt sich Mut an? Wie fühlt sich Unsicherheit an? Wie viel Freiraum braucht Entwicklung? Um diese Fragen geht es in unserer bunten Geschichte: unserem Dokumentarfilm "Tage draußen!" Nach zweijährigen Dreharbeiten freuen wir uns unglaublich, dass unsere Kinotour mit der Premiere am 13.10. in Innsbruck startet. Dann geht es weiter nach Feldkirch, Wels, Krems, Wien, Graz, Klagenfurt und Saalfelden. Filmer und Regisseur Franz Walter hat die Kinder und Jugendlichen an verschiedenen Orten des Lebens und Lernens begleitet. „Kinder und Jugendliche brauchen in den mannigfaltigen Risiken des Lebens ein Navigationssystem, das nicht nur das Vermeiden, sondern gerade auch das eigenständige Gestalten von Wagnissen möglich macht“, so der Risikopädagoge Gerald Koller. Kinder und Jugendliche müssen ernst genommen werden und Chancen bekommen, Verantwortung zu übernehmen und Entscheidungen zu gestalten.

"Tage draußen!" nimmt uns mit Magda und Peter vom Junge Alpinisten TEAM mit in steile Wände und schaut der risk'n'fun-Crew beim Biken und Freeriden über die Schulter. Mit Timon geht es samt Familie auf die Ferienwiese. Der Film ist ein Angebot, genau hinzuschauen. Die dabei gewählte Orientierung ist einfach: dem Menschen zugewandt, mit offenen Fragen und viel Neugier, dem Glück von Tagen draußen auf die Spur kommen. Schnappt euer Jugendteam und eure Freund\*innen – wir sehen uns im Kino!



## DER FILM IN EURER SEKTION



Mit dem Film „Tage draußen!“ bringen wir die in der Jugend- und Familienarbeit des Alpenvereins zentralen Themen Freiräume und gesunde Risiken auf die Leinwand. Lasst uns darüber austauschen!

Wir laden dich und dein Jugendteam ein „Tage draußen!“ in eure Sektion oder Ortsgruppe zu bringen und im Anschluss miteinander ins Gespräch zu kommen. Bringt eure Erfahrungen und Fragen aus dem Jugendleiter\*innen- oder Familiengruppenleiter\*innen-Alltag mit zum gemeinsamen Dialog. Folgende Optionen stehen zur Auswahl:

### KINOTOUR ÖSTERREICH

13.10.20 Innsbruck Leokino  
14.10.20 Rio Kino Feldkirch  
15.10.20 Programm kino Wels  
16.10.20 Krems Kino im Kesselhaus  
17.10.20 Wien Topkino  
18.10.20 Graz Schubertkino  
19.10.20 Klagenfurt Volkskino  
20.10.20 Saalfelden Nexus

Terminänderungen vorbehalten.  
Aktuelle Infos auf  
[www.tagedraussen-film.at](http://www.tagedraussen-film.at)

WWW.  
**TAGE  
DRAUSSEN-  
FILM.AT**

QR CODE SCANNEN  
UND TRAILER SEHEN!



#### Option 1: Filmabend in der Sektion

Ihr könnt einen Filmabend bei euch in der Sektion organisieren inklusive eines gemütlichen Miteinanders mit dem Jugendteam, den Tourenführer\*innen und Mitgliedern. Bei Interesse können wir mit einer Moderation während des Filmabends unterstützen.



#### Option 2: Film + Jugendteamworkshop

Zusätzlich zum Film bieten wir einen Workshop für euer Jugendteam an. Dabei werden wir uns über die Inhalte aus dem Film austauschen und erarbeiten gemeinsam, wie ihr die Impulse in eure Jugendarbeit einfließen lassen könnt. Diese Workshops können entweder im Anschluss oder zeitversetzt zum Film stattfinden.

#### Option 3: Film + risk'n'fun KIDS

Ein/mehrere Tag(e) draußen in und mit deiner Sektion! Holt das Team von risk'n'fun zu euch und ERLEBT, beim Biken oder Freeriden wie die Ansätze - wahrnehmen, beurteilen, entscheiden - in der praktischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen aussehen. Freiräume und gesunde Risiken gehören seit über 20 Jahren zu risk'n'fun dazu und daher spielt auch dieses Ausbildungsprogramm der Alpenvereinsjugend eine der Hauptrollen im Film „Tage draußen!“.

Lasst uns wissen, für welche Option ihr euch entscheidet oder lasst uns doch gemeinsam ein individuelles Sektionspaket zusammenstellen. Wir freuen uns, von euch zu hören!

Kontakt: [joanna.kornacki@alpenverein.at](mailto:joanna.kornacki@alpenverein.at)

# MIT RISK´N´FUN BEIM LEVEL 4 ALPINE PROFESSIONALS

Text — Lisa Hempfer, Fotos — Lisa Hempfer und Eva Schider



„Und, bist dabei, oder??“, fragte mich Markus - „Nein. ... Whoa, ihr glaubt nicht, wie viel Lust ich habe!!! ... Aber ich fühle mich echt nicht fit genug“, entgegnete ich. So begann der letzte Tag meines Level 4 am Dachstein. Nachdem ich bei der Vorstellungsrunde noch groß verkündet hatte, dass ich Steilrinnen-Liebhaberin bin, musste ich nun, als es daran ging, eine wunderschöne, aber anspruchsvolle und exponierte Rinne zu fahren, leider passen. Nach fast drei Wochen, die ich jeden Tag auf dem Splitboard gestanden war, waren sowohl meine Beine als auch mein Kopf nicht mehr in der Lage für diese Herausforderung. Vor dem Einschlafen überlegte ich hin und her, wägte ab zwischen „Ich hab solche Lust“ und „Ich fühle mich gerade einfach nicht in der Lage“. Die bisher gesammelte Erfahrung hat dann aber doch die Vernunft siegen lassen. So ließ ich die Jungs am nächsten Morgen schweren Herzens allein auf ihre Expedition ziehen. Das war ein klassischer BREAK-Moment, wie man es bei risk´n´fun nennt - kurz innehalten, nachdenken, abwägen - beim Level 4 am Dachstein. Auch ohne das verpasste Abenteuer waren die fünf Tage vollgepackt mit Highlights. Spaltenbergung, Seiltechnik, Knotenkunde, lange und zum Teil anspruchsvolle Skitouren, wunderbare Abfahrten und Gipfelerlebnisse standen auf dem Programm. Die Truppe setzte sich aus Teilnehmer\*innen aus Deutschland,

Österreich, der Schweiz und Südtirol zusammen. Peter und Eva waren als Bergführer\*in dabei. Während das Level 4 für einige Teilnehmer\*innen die erste Berührung mit der Hochtourenthematik war, waren andere schon zum zweiten Mal dabei, hatten schon eigene Erfahrung gesammelt oder waren sogar selbst Ausbildungsleiter\*in beim Alpenverein. Mit der Simonyhütte, welche auf 2.200 Meter im Dachsteingebirge liegt, hatten wir unseren Stützpunkt mitten im „Alpinspielplatz“, wie Bergführerin Eva das Terrain so schön nannte. Das Gelände war vielseitig und bot für jeden Inhalt, den wir einbauen wollten, den richtigen Fleck. Es gab flache Anstiege über den Gletscher, wo wir das Gehen am Seil übten, lange, genussreiche Abfahrten sowie knackig steile Hänge. An letzteren konnten dann auch alle der angehenden „Alpine Professionals“ ihre doch noch nicht ganz so professionelle Spitzkehrentechnik perfektionieren. Bergführer Peter stand hier natürlich mit Rat und Tat zur Seite und brachte der Gruppe einen neuen Kniff bei. Mir persönlich kam dann, im Steilhang stehend, die Gefahr, beim angepriesenen akrobatischen Meisterstück das Gleichgewicht zu verlieren, doch größer vor als dessen Nutzen. Schließlich brachte mich altbekannte Technik dank kurzem und höchst wendigem Splitboard auch erfolgreich zur Scharte.

## **SPALTENBERGUNG**

Die vielen beeindruckend großen Kolke, vom Wind geformte Ausfräsungen um Felswände, boten mit ihren steilen Schneewänden das perfekte Gelände für unsere Übungen zur Spaltenbergung. Wir übten jegliche Konstellation eines Spaltensturzes und die dazu passende Rettungsmethode. War der Mannschaftszug in der großen Gruppe noch recht einfach zu verinnerlichen, so galt es bei Zweier- oder Dreierseilschaft schon mehr zu beachten. Bergführerin Eva ging allerdings individuell auf jede und jeden von uns ein. Sie erklärte uns, wie wir mit den Hilfsmitteln, die wir sowieso besaßen, die für uns beste Variante umsetzen konnten und gab Tricks an uns Mädels weiter, wie auch wir ganz easy im Selbstaufstieg über den Spaltenrand kommen konnten. Auf einmal war auch die vermeintlich hochkomplexe Thematik der Spaltenbergung ziemlich logisch und einfach. Und so konnte ich das Gelernte nach dem Camp sogar selbst weitergeben. Hatte ich im Winter zuvor noch jedes Mal einen Knoten im Kopf, wenn es an ein Rettungsszenario ging, saß ich in der darauffolgenden Sommer-Hochtourensaison einige Male mit meinen Mädels im Schnee und wir übten gemeinsam, was im Ernstfall zu tun ist.

Mein persönlicher Höhepunkt war unsere Besteigung des Hohen Dachsteins - die perfekte Kombination aus anspruchsvoller, lehrreicher Tour und atemberaubendem Gipfelerlebnis. Im Aufstieg übten wir, uns als Zweier- oder Dreierseilschaften im Mixed-Terrain zu bewegen sowie das Platzieren von Sicherungen im Fels und Schnee. Im Abstieg stand das Abseilen sowie das Legen und Begehen eines Fixseils auf dem Programm. Kleinere Missgeschicke blieben logischerweise auch nicht aus. An einem Abschnitt legten wir unser Fixseil etwas zu steil, sodass das daran Heruntergehen eher im freien Fall stattfand. Nicht ganz im Sinne der Erfinder. Bis ich dann mit dem Prusikknoten in der Hand umsetzte, was ich eigentlich weiß, nämlich, dass man ihn loslassen muss, damit er bremst, hatte ich schon den ein oder anderen vertikalen Meter gemacht und eins meiner Steigeisen war der rasanten Fahrt zum Opfer gefallen. Aus den eigenen Fehlern lernt man aber bekanntlich am besten und so weiß ich jetzt sehr gut, welches Gelände sich für ein Fixseil eignet und welches eher nicht.

Nachdem wir tagsüber in zwei Gruppen unabhängig voneinander unterwegs waren, wurde sich am Abend in gemütlicher Runde gegenseitig berichtet, was wir unternommen hatten, was dabei gut und was nicht so toll gelaufen war. Mit den adrenalingeladenen Abenteuern der anderen, von denen uns meist Markus mit strahlendem Gesicht und reichen Ausschmückungen erzählte, konnte meine Gruppe irgendwie nie ganz mithalten. Wir gingen es immer ein wenig entspannter an, dafür brachten wir aber auch mehr Übungen und Inhalte unter. Und das ein oder andere Stück Kuchen.

Am Tag der Heimreise stand dann nochmal ein Schmankerl der besonderen Art auf dem Programm - die Abfahrt ins Tal über das Edelgries. Dieses erreicht man über eine zwölf Meter hohe Leiter, die eine senkrechte Felswand hinaufführt und vor einem Loch in ebendieser Wand endet. Durch den Stollen gelangt man auf der anderen Seite auf einen recht luftigen Rücken, überquert diesen, und dann beginnt der Abfahrtsspaß. Theoretisch zumindest. Nachdem wir im Aufstieg so schnell unterwegs gewesen waren, dass Eva zur Frage veranlasst wurde, ob irgendjemand etwas in der Hütte gestohlen habe, hatte der schon einige Tage alte Schnee im Edelgries leider keine Zeit, ein wenig aufzuweichen und so war die letzte Abfahrt eine recht harschig-holprige Angelegenheit.

Diese konnte die Freude über die vergangenen Tage allerdings auch nicht mehr im Geringsten trüben. Und so verabschiedeten wir uns nach dieser intensiven, lehr- und ereignisreichen Zeit von der mittlerweile lieb-gewonnenen Gruppe.

Und nun gilt es, all die neuen Möglichkeiten, die das Gelernte und das gewonnene Selbstvertrauen uns eröffnen, zu ergreifen!



Mit risk'n'fun zum  
ALPINE PROFESSIONAL:

22 Tage Ausbildung für  
Freerider\*innen mit 4 inhaltlich  
aufbauenden Levels. Termine und  
Anmeldung unter [www.risk-fun.com](http://www.risk-fun.com)



**Lisa Hempfer** studiert Architektur und verbringt ansonsten am liebsten jede freie Minute in den Bergen beim Klettern, Bergsteigen oder auf dem Splitboard.

# BREAK ODER DIE WEISHEIT DES AUGENBLICKS

Text — Jürgen Einwanger, Fotos — Franz Walter, Lisa Hempfer

Der Blick verrät Anspannung. Michael steht auf der großen Halfpipe. Immer wieder sucht er mit seinen Augen Halt. Er war schon öfter hier oben. Traut er sich heute? Im Kopf hat er den Drop-in immer wieder durchgespielt. Bei den anderen sieht es so leicht aus. Sein Freund Timon ist auch dabei. Wortlos überlegen sie, was für sie heute passt, kurzer Augenkontakt ... BREAK ... Die Spannung nimmt ab. Sie schnappen sich ihre Scooter und tragen sie die Stufen hinunter – vielleicht beim nächsten Mal.



Wer kennt sie nicht – die Frage: Soll ich oder soll ich nicht? Diesen Moment der Entscheidung. Manchmal überspringt man ihn. Dann kommt es eher zu der Frage: „Wie ist das denn passiert?“ Die Antwort ist oft ähnlich. „Hab vorher nicht drüber nachgedacht“ meint meist: „Es war keine wirklich bewusst getroffene Entscheidung“. Das geht wohl vielen von uns so und oft ist es auch nicht weiter tragisch. Wenn es allerdings um das Eingehen von Risiken geht, empfehlen sich andere Strategien. Wichtig: Die Offenheit für verschiedene Optionen und „Nein-Entscheidungen“ ebenfalls als wichtige und positive Erfahrung anzuerkennen. Das „Nein“ bedarf ebenfalls Mut und zeigt in vielen Fällen einen hohen Grad an Reife. Aber wie kommen wir zu Ja / Nein / oder Plan B? Und was ist der BREAK?

### WARUM RISIKO?

„Risiko ist die Verbindung von Ungewissheit und Bedeutsamkeit.“ Diese Definition (Bennett 1986) haben wir bereits 2002 für die Grundlagenarbeit von risk´n´fun verwendet. Das trifft es gut. Genau darum geht es. Wir sind bereit, Risiken einzugehen, wenn es uns wichtig ist. Wobei „wichtig“ hier nicht immer höheren Zielen dient. Manchmal ist es einfach nur Spaß und Freude – das gilt vor allem für die meisten Bereiche im Sport. Wir stellen uns primär dann Risiken, wenn wir uns weiter entwickeln wollen – Dinge tun wollen, die wir bisher noch nicht getan haben, Sachen ausprobieren, die wir noch nicht kennen. Das machen wir übrigens schon unser ganzes Leben lang – denn ohne Neues zu versuchen, ohne die Komfortzone des bereits Bekannten zu verlassen, ohne dem Akzeptieren von den damit verbundenen Unsicherheiten gibt es keine nennenswerte Entwicklung. Nur wenn wir uns auf Ungewissheit einlassen, wenn wir die damit einhergehenden Risiken in Kauf nehmen, machen wir neue prägende Erfahrungen. Diese Risiken anzunehmen, sie vielleicht sogar als den besonderen Reiz einer Handlung zu erleben, ist das „Salz in der Suppe“, wenn es um die sogenannten

Risikosportarten geht. Nun gibt es recht unterschiedliche Herangehensweisen, um sich die Suppe nicht zu versalzen, die richtige „Dosis“ zu wählen. Manchmal liegt der Entwicklungsschritt im „Nein“ oder im „lieber Andersmachen“. Das Treffen individuell „richtiger“ Entscheidungen entwickeln wir mit risk´n´fun seit vielen Jahren weiter und versuchen, passende Begleitung für Kinder und Jugendliche anzubieten.

### BREAK - DER BRUCH IM TUN

Bereits 2002 hat sich im Rahmen der Abschlussveranstaltung des Pilotprojekts von risk´n´fun ein Begriff geprägt, der für uns zentraler Bestandteil des Risikohandelns ist und uns immer wieder herausfordert. Bei aller scheinbaren Einfachheit ist es doch ein recht komplexes Thema – der bewusst gesetzte Moment der Entscheidung für oder gegen eine Handlung - der BREAK. Ob man ihn nun so nennt oder nicht, wir alle kennen ihn. Das Innehalten bevor wir weitermachen. Wir alle haben auch Situationen erlebt, was passieren kann, wenn wir diesen Punkt übersehen – ihm zu wenig oder gar keine Aufmerksamkeit schenken. Grund genug, sich damit zu beschäftigen, wie wir – gerade beim Risikosport, aber auch in anderen Lebensbereichen – diesen BREAK verstehen und „kultivieren“ können, ihn in unser Handeln einbauen und ihm (zumindest meist) den Raum geben, den er braucht. Das ist manchmal nur ein kurzer Augenblick, wie vor dem Sprung über die Geländekante, manchmal ritualisiertes Procedere - wie bei uns bekanntem SOP (standard operating procedure) oder geplanten Entscheidungen am „point of no return“.

### WAHRNEHMUNG - BASIS FÜR ENTSCHEIDUNGEN

Im Rahmen des internationalen Netzwerks risflecting® hat der BREAK weitere Entwicklung erfahren. Gerald Koller, Fachberater bei der Entstehung von risk´n´fun und jahrelanger Master Mind von risflecting®, hat den

break so definiert: "Die Kompetenz, vor dem Eingehen auf eine Risikosituation kurz innezuhalten – und dabei innere Bereitschaft, psychische und physische Verfassung sowie soziale und Umweltfaktoren miteinander in Abstimmung zu bringen, bevor die Entscheidung zur Handlung getroffen wird – wird BREAK genannt. Dieser durchaus kurze Wahrnehmungs- und Entscheidungsprozess ist weniger kognitiver als emotionaler Natur – zumal auch die Wahrnehmung der eigenen Körpersignale wichtiger Teil dieser Kompetenz ist." Oder in der Kurzversion: "BREAK - die Fähigkeit, das Umfeld und eigene Empfinden als Basis von Entscheidungen wahrzunehmen". Zentrales Element dafür ist es, sich selbst und den eigenen Empfindungen zu trauen. Das „Bauchgefühl“ erfährt hier wieder eine Renaissance. Wir sind gewöhnt, rein faktenbasiert, kopfgesteuert zu entscheiden – es empfiehlt sich aber sehr, die innere Stimme ernst zu nehmen; man muss nur lernen, sie wieder zu hören.

### KANN MAN DEN BREAK ÜBEN?

Bei risk´n´fun machen wird das im Bereich Freeride, Bike und Klettern sehr erfolgreich. Da passiert ganz viel durch Fragen und Antworten, gemeinsames Abwägen von Möglichkeiten und der Anregung, eine für sich selbst passende individuelle Strategie für Entscheidungsprozesse zu entwickeln. Einem der wichtigsten Faktoren, der Gruppendynamik, wird vor allem in den sogenannten Soft Skills Raum gegeben – wie beeinflusst die Gruppe meine Entscheidung? Lasse ich mich (fast unbewusst und oft kaum wahrnehmbar) unter Druck setzten? Wann fühlt sich eine Entscheidung gut an?. Aber auch wenn man den BREAK geübt hat, funktioniert er nicht immer. Nicht in jeder Situation sind wir bereit für diesen Wahrnehmungscheck, der Übertrag in andere Lebensbereiche gelingt nicht automatisch. Aber es lohnt sich doch sehr, ihn mal auszuprobieren, vor allem, weil das Gefühl während der Handlung dann ein besseres ist.

### WIE FUNKTIONIERT BREAK?

Martin Dworak, neuer Leiter des Studiengewegs risflecting®, hat in seiner Darstellung des BREAK die drei Säulen von risk´n´fun „wahrnehmen – beurteilen – entscheiden“ eingebunden, aber das Innehalten als ersten Schritt vorangestellt.

#### 1. INNEHALTEN

Das eigene Handeln wird bewusst unterbrochen und dadurch werden Ressourcen freigemacht, die zur Entscheidungsfindung genutzt werden können.

Dem Entscheidungsprozess wird Zeit, Raum und Aufmerksamkeit eingeräumt und die Standfläche, auf der die Balance von Rausch und Risiko gelingen kann, wird breiter und stabiler.

#### 2. WAHRNEHMEN

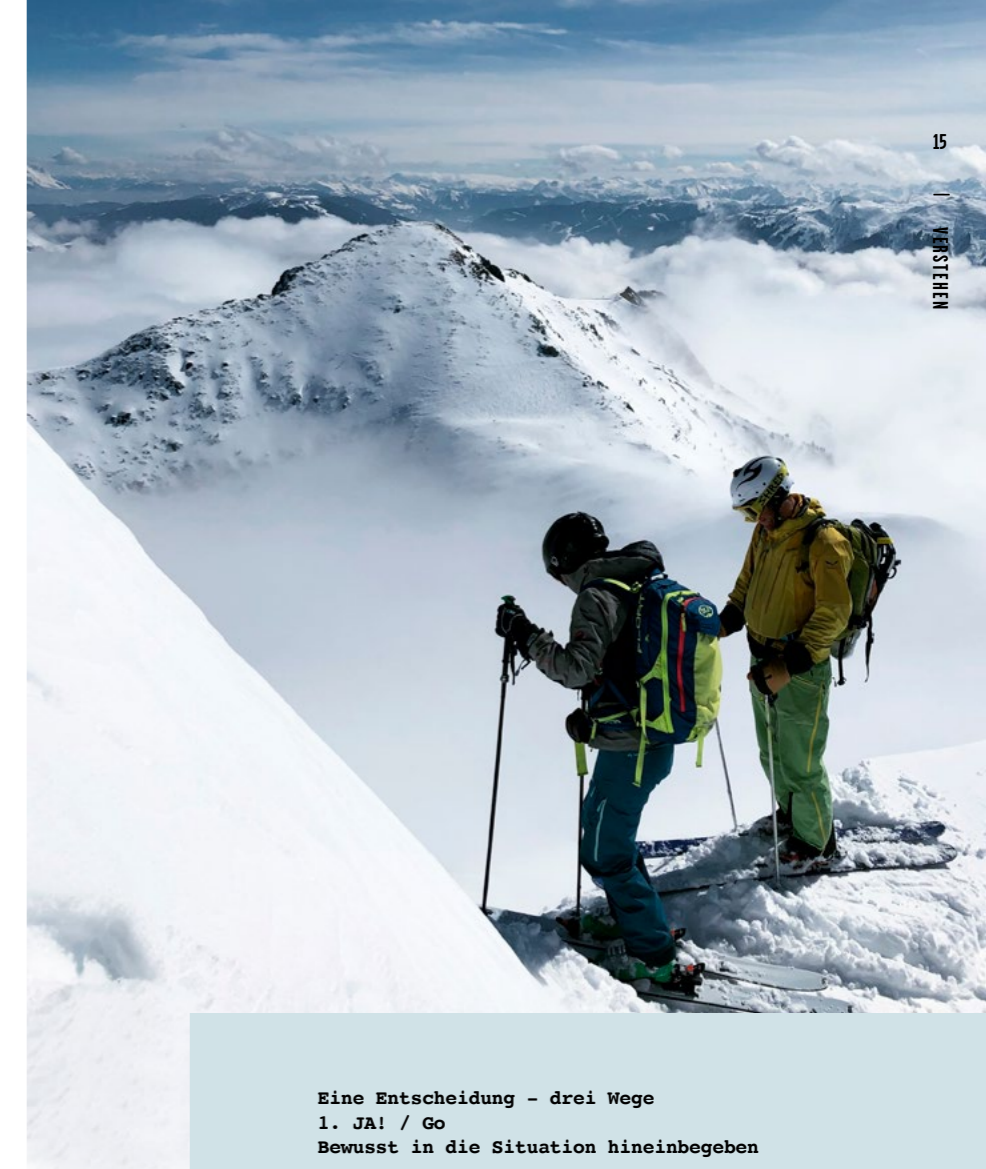
Informationen über das Innen (Bereitschaft, psychische & physische Verfassung), das Außen (Umwelt, Umgebung, Distanzen etc.) und Wechselwirkungen (z.B. Gruppendynamik) einholen

#### 3. BEURTEILEN

Relevante Informationen herausfiltern und abwägen. Umso besser das Wissen und Fühlen um die Situation eingeordnet werden kann, umso besser kann die Balance gelingen.

#### 4. ENTSCHEIDEN

Treffen und Durchführen einer Entscheidung aufgrund der Erkenntnisse aus der Beurteilungsphase. „Hier spielt neben "Ich" und "Thema" aber auch der Faktor "Gruppe" eine große Rolle.



**Eine Entscheidung - drei Wege**  
**1. JA! / Go**  
 Bewusst in die Situation hineinbegeben

**2. NEIN! / STOP**  
 Verzicht auf das Erlebnis/Abbruch des Erlebnisses

**3. ANDERS / Plan B**  
 Änderung von Set und/oder Setting und neuerlicher BREAK

Michael und Timon haben sich diesmal für das Zweitens – VERZICHT entschieden. Ihre Gesichter zeigen keine Enttäuschung als sie die Treppe von der Halfpipe runtergehen. Ganz offensichtlich fühlt sich der von ihnen diesmal gewählte Weg gut an. Und morgen ist ja auch noch ein Tag ....



**Jürgen Einwanger** ist Leiter der Alpenverein-Akademie und Bildungsreferent der Alpenvereinsjugend. Seit Projektstart im Jahr 2000 ist er im Leitungsteam von risk´n´fun.



# WERTVOLLES NICHTS

Text — Marion Hetzenauer, Foto — Felix Pirker



**In Zeiten von Klimakrise und Flugscham wird auch der Urlaub in den Bergen an moralischen oder klimafreundlichen Maßen geprüft. Wohlüberlegte Konzepte und Ansätze, wie sie in den Bergsteigerdörfern umgesetzt werden, haben nicht nur den Fun-Faktor für umweltbewusste Gäste, sondern auch Naturschutz und die Lebensqualität der lokalen Bevölkerung im Blick.**

Was fasziniert uns so an den Bergen, an unberührten alpinen Tälern, an den kargen Landschaften im Hochgebirge? Diese eigentlich unwirtliche Welt, in der einst unberechenbare Wildbäche die Täler prägten und Almen und Weiden auf den Berghängen den Menschen als Lebensgrundlage dienten, wurde über die Jahrtausende gezähmt – und mit unendlich viel Arbeit zu dem, was wir heute unter dem Lebensraum Alpen verstehen: ein Wirtschaftsraum, nach wie vor geprägt von Landwirtschaft, ein Naturraum mit einer ungeheuer großen und gleichzeitig kleinräumigen Artenvielfalt und ein Erholungsraum, der das Bedürfnis der Menschen nach der Verbindung mit der Natur ebenso befriedigen soll wie ihre Lust nach Abenteuer, sportlichen Leistungen und Grenzerfahrungen. Es ist dieses Gefühl von Freiheit, welches mit einem tiefen Atemzug in einem aufsteigt.

## IS THE SKY THE LIMIT?

Der „Fremdenverkehr“ wurde für viele Regionen in den Alpen zum wirtschaftlichen Zugpferd und gerade in abgelegenen Gebieten eine Chance auf eigenständigen Wohlstand. Bei der Erschließung der Alpen durch den Bau von Wegen und Schutzhütten waren auch die – oft städtisch geprägten – Alpenvereine nicht unbeteiligt: Wissenschaftliches Interesse, Pioniergeist, das Messen der eigenen Kräfte an den Naturgewalten und der Ruhm von Erstbesteigungen zogen die Menschen in und auf die Berge. Das hat sich bis heute wohl nur wenig verändert. Was sich aber verändert hat, ist die Position, welche die Alpenvereine in den Alpen und ihrer Entwicklung einnehmen, denn hier gilt nun: Der Ausbau

der Alpen ist an seinen Grenzen angelangt! Die Auswirkungen so mancher Entwicklung zerstörte das, was ursprünglich der Reiz des Reiseziels war. Waghalsig spannen sich heute Seilbahnen von Gipfel zu Gipfel – ohne Frage technische Höchstleistungen – und sieht man sich Ausbau- und Erneuerungspläne großer Skigebiete an, muss man wohl glauben, als Maßstab wurde „the sky is the limit“ angesetzt. Landschaftsbild und der intrinsische Wert von Naturgütern haben hier wohl selten einen wichtigen Stellenwert.

## ALTERNATIVEN UND WOHN DIE REISE DES ALPENRAUMS GEHEN SOLL(TE)

Es stellt sich die Frage: „Gibt es noch Orte, in denen das Bergsteigen ist wie früher, mit einer intakten Dorfkultur vor der Kulisse einer unverbauten Bergwelt?“ Die Frage mag ein romantisches Bild der Alpen und des Bergsteigens zeichnen, aber gekoppelt mit dem Leitbild, wie eine nachhaltige Zukunft der Alpen aussehen könnte, hat sie großes Potenzial. Das Leitbild, von dem die Rede ist, ist die Alpenkonvention, „mit der sich die Alpen auf der politischen Ebene als ein gemeinsamer Raum in Europa konstituieren“<sup>1</sup> und die als völkerrechtlicher Vertrag eine wünschenswerte Alpenentwicklung festschreibt. So sind in den einzelnen Protokollen (Raumplanung und nachhaltige Entwicklung, Berglandwirtschaft, Naturschutz und Landschaftspflege, Bergwald, Tourismus, Bodenschutz, Energie, Verkehr) konkrete Maßnahmen festgeschrieben und für die Vertragspartner, die Alpenanrainerstaaten, rechtlich bindend.



Und genau solche Orte zu finden, in denen „das Bergsteigen ist wie früher“ und die den Weg einer nachhaltigen Entwicklung im Sinne der Alpenkonvention einschlagen wollten, war die ambitionierte Aufgabe, der sich Peter Haßbacher, damals Leiter der Abteilung Raumplanung und Naturschutz im ÖAV, und der Raumplaner Roland Kals ab 2005 stellten und damit den Grundstein für die Initiative „Bergsteigerdörfer“ legten. Die Stärke der Initiative: die bestehende alpin-touristische Infrastruktur zu nutzen und zu fördern, indem man das vorhandene, individuelle Angebot der einzelnen Partner über die Kanäle der Alpenvereine und deren enorme Reichweite bewirbt. Darüber hinaus ist das Ziel, die Kommunikation zwischen Gemeinden, Tourismusakteuren und den alpinen Vereinen zu stärken sowie die Vernetzung der Bergsteigerdörfer untereinander. Und auch eine Bewusstseinsbildung bei Bevölkerung und Gästen hinsichtlich der Rolle von Natur- und Kulturlandschaft, Tradition, Alpen Geschichte sowie Arbeit der alpinen Vereine in diesen Gegenden ist ein wünschenswerter Nebeneffekt.

## MEHR ALS NUR TOURISMUS – MIT WERTSCHÄTZUNG ZUR WERTSCHÖPFUNG

2020 sind es 29 Bergsteigerdörfer in vier Alpenländern (Österreich, Deutschland, Italien, Slowenien), die dieser Alpenvereinsinitiative angehören. Neben dem vielfältigen Bergsportangebot setzen sich die Gemeinden, Tourismusverbände und Partnerbetriebe gemeinsam mit den Alpenvereinen bewusst für die Gestaltung eines nachhaltigen Bergtourismus ein, indem sie Angebote und Anreize für den Erhalt ihrer einzigartigen

Landschaften, ihrer natürlichen und ihrer kulturellen Schätze schaffen. Stille Gipfel, gepflegte Landschaften wie Almen und Bergmähder, gelebte Traditionen oder vor Ort produzierte Lebensmittel mögen manchen unspektakulär vorkommen, für andere wiederum sind das große Schätze. Die Auszeichnung zum Bergsteigerdorf soll diese Qualitäten angemessen würdigen und Impulse schaffen, den eingeschlagenen Weg in Richtung einer nachhaltigen Bergtourismus- und Gemeindeentwicklung weiterzugehen. Mit dieser Initiative haben es sich die Alpenvereine zur Aufgabe gemacht, diese Orte mit jenen Besucher\*innen zusammenzubringen, die genau deren Besonderheiten suchen. Hier geht es um mehr als nur um die touristische Entwicklung, um Bettenzahlen oder Nächtigungen. Es geht darum, das Bestehende zu nutzen und wertzuschätzen, und damit für die einheimische Bevölkerung einen Mehrwert zu schaffen – sei es, indem regionale Produkte konsumiert bzw. gekauft werden, sei es, indem bei einem familiengeführten Betrieb genächtigt wird, indem man sich nach der Wanderung im Dorfgasthaus stärkt oder bei der Anreise und vor Ort die Öffis und Wandertaxiangebote nutzt. Wichtig ist dabei nicht die Anzahl der Bergsteigerdörfer, sondern die Qualität des Angebotes – die Stärke liegt in der Vielfalt dieser Gemeinschaft. Mit der Unterstützung der regionalen Wirtschaftskreisläufe wird es leichter gelingen, das vielzitierte „Gute Leben in den Alpen“ für deren Bewohner\*innen zu ermöglichen: Der Bauer wird seine Bergwiesen zur Produktion von besonderen Lebensmitteln nutzen und nicht verbuschen lassen, wenn seine Produkte in den Gastbetrieben vor Ort oder im Dorfladen Abnehmer\*innen finden. Dort wiederum finden Menschen Arbeit. Wenn es im Dorf Einkommensmöglichkeiten gibt, sind weniger Personen zum Auspendeln oder gar Abwandern gezwungen, für junge Familien wird eine Zukunftsperspektive aufgezeigt, die sie als Anreiz nehmen, sich im Ort eine Zukunft aufzubauen. All das und noch viel mehr gehört zu einer nachhaltigen Entwicklung ländlicher Regionen, zu der ein authentisches, touristisches Angebot beitragen kann.

Ihr wollt mehr über die Bergsteigerdörfer wissen? Ihr sucht noch nach Austragungsorten für euer Sektionsprogramm? Schaut auf unsere Webseite – dort findet ihr alle Dörfer mit ihren Angeboten (Tourenziele für alle Jahreszeiten, Hütten, Partnerbetriebe zur Nächtigung, etc.). Gerne schicken wir euch auch unsere Broschüren kostenlos zu.

Wir wiederum freuen uns über Feedback und Fotos von euren Bergsteigerdörfer-Abenteuern – per Telefon, E-Mail oder auch über unsere Social Media-Kanäle! Bei Fragen einfach ein E-Mail an [info@bergsteigerdoerfer.org](mailto:info@bergsteigerdoerfer.org)

[www.bergsteigerdoerfer.org](http://www.bergsteigerdoerfer.org)  
[www.facebook.com/bergsteigerdoerfer](https://www.facebook.com/bergsteigerdoerfer)  
[www.instagram.com/bergsteigerdoerfer](https://www.instagram.com/bergsteigerdoerfer)



Foto: Gitti Köck



**Marion Hetzenauer** arbeitet in der Abteilung Raumplanung und Naturschutz und betreut die Initiative Bergsteigerdörfer, die sich für einen sanften Tourismus einsetzen.

# WIE WIRD MAN BERGSTEIGERDORF?

Um ein Bergsteigerdorf der Alpenvereine zu sein, müssen gewisse Voraussetzungen erfüllt werden. Es gibt ein ganzes Kriteriensystem, um sowohl der großen Vielfalt und den historischen Gegebenheiten, gleichzeitig aber auch dem „Bergsteigerdorf“ als Qualitätsversprechen gerecht zu werden: Ausschlusskriterien, Pflichtkriterien und Zielkriterien.

## PFLICHTKRITERIEN:

- Landschaftsqualität: reizvolle Kultur- und Naturlandschaft mit gebirgigem Charakter, Schutzgebietsanteil erwünscht, Zurückhaltung bei technischen Erschließungen im Alpenraum, keine Anbindungen an intensivtouristische Wintersportanlagen, keine Einrichtungen zur Energiegewinnung in überörtlicher Dimension, keine Lage an Hochleistungsverkehrswegen.
- Alpinkompetenz: kompetente örtliche Alpinberatung, ausgebautes und gepflegtes Wegenetz.
- Mobilitätsqualität: Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln und bergsteigertaugliches Mobilitätsangebot vor Ort.
- Ortsbildqualität: dörflicher Charakter, unter 2.500 Einwohner\*innen, kleine Betriebsgrößen, keine Parahotellerie.
- Tourismusqualität: Beherbergungsbetriebe in mehreren Kategorien sind vorhanden, Schutzhütten ergänzen das Beherbergungsangebot, Einrichtungen wie Gasthaus oder Nahversorger vorhanden.
- Kooperationsqualität: Gemeinde, Tourismusverantwortliche, Schutzgebietsbetreuungen, Alpenvereinssektionen und Partnerbetriebe arbeiten gemeinsam auf das Ziel einer nachhaltigen Gemeindeentwicklung hin.

## ZIELKRITERIEN:

- Touristische Qualität: Nahversorger, Mobilitätsangebote für einen Urlaub ohne eigenen PKW vor Ort
- Kulturelle und regionale Besonderheiten: Verknüpfung zwischen Ausbau bestehender Initiativen und Angebote
- Alpinkompetenz: aktuelle Literatur, Ausrüstung und Angebote
- Landschaftsqualität: aktive Schutzgebietsbetreuung

## AUSSCHLUSSKRITERIEN:

- Unzureichende Tourismusinfrastruktur
- wenig alpiner Landschaftscharakter, Landschaftsschäden, Technikdominanz
- Kein dörflicher Charakter
- Lage an Hochleistungsverkehrswegen

Details findest du unter [www.bergsteigerdoerfer.org](http://www.bergsteigerdoerfer.org)



BERGSTEIGER  
DÖRFER

# SCHNEE & LAWINEN, FRAGEN & ANTWORTEN

## UMFRAGEN IM RAHMEN DER LAWINEN-UPDATE-TOUR GEBEN IMPULSE FÜR DIE PRAXIS

Text — Michael Larcher

### Wo stehen wir in punkto Risikokompetenz bei der Bergsportausübung – z. B. beim Skitourengehen? Werden unsere Verhaltensempfehlungen angenommen – z. B. der LVS-Check? Erhöht die Notfallausrüstung die Risikobereitschaft – z. B. der Lawinen-Airbag?

Die laufende Evaluation unserer Sicherheitsbemühungen wäre zweifellos eine äußerst wichtige Sache, eigentlich eine Selbstverständlichkeit. Dass sie das nicht ist, liegt in der Schwierigkeit und am Aufwand, verlässliche Aussagen zu erhalten. Aber nicht nur: Es fehlt auch an unserem Ehrgeiz, mehr Licht in diese dunkle Ecke zu bringen. Wir können hier besser werden!

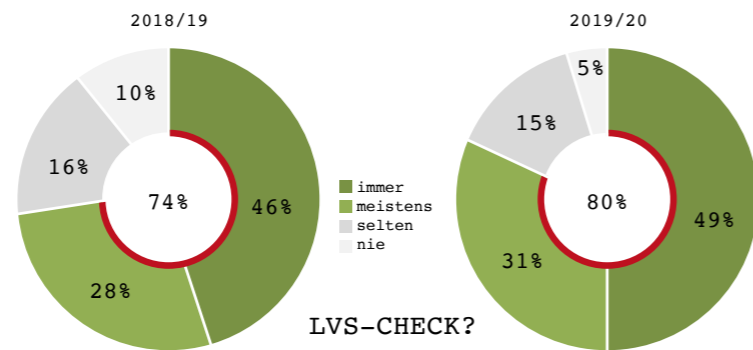
Die „Lawinen-Update“-Tour, die der Alpenverein jährlich veranstaltet, bietet auch die Möglichkeit, für unsere Sicherheitsarbeit relevante Fragen an die Besucher\*innen zu stellen. Möglich wird das durch die Verwendung eines elektronischen Tools (Poll Everywhere), mit dem jede und jeder per Handy an einer Umfrage teilnehmen kann – anonym, versteht sich. Die Technik ist extrem reduziert – es genügt das Senden einer SMS mit Passwort und man ist dabei. In der Folge sendet man nur mehr – je nach Antwort – ein „A“, ein „B“, ein „C“ usw. per SMS. Durch diese Technik wurde der Vortrag um vieles lebendiger und interaktiv – das war die erste Absicht. Später erst erkannte ich die Chance,

aus den Antworten Erkenntnisse für unsere Sicherheitsarbeit zu erhalten. Und bei 26 Veranstaltungen in ganz Österreich mit 8400 Besucher\*innen im letzten Winter entsteht eine aussagekräftige Stichprobe. Im Folgenden eine Auswahl der Fragen und Antworten:

#### LVS-CHECK

Seit 50 Jahren gibt's das „PIEPS“, seit 30 Jahren die Empfehlung, am Beginn der Tour die Geräte zu überprüfen – zumindest die

Funktion „Senden“. Der Aufwand ist minimal: 30 Sekunden, eine Minute? Wer glaubt, dass dadurch der LVS-Check längst Teil des allgemeinen Verhaltensrepertoires ist, irrt. Menschen – wir – sind unglaublich zäh, wenn es um einen Aufwand geht, dessen Nutzen nicht unmittelbar spürbar ist. Energie sparen, wo immer es geht – dieses evolutionäre Prinzip alles Lebendigen ist einer unserer stärksten Widersacher, wenn es um die tatsächliche – nicht nur die intellektuelle – Akzeptanz unserer Empfehlungen geht. 3235

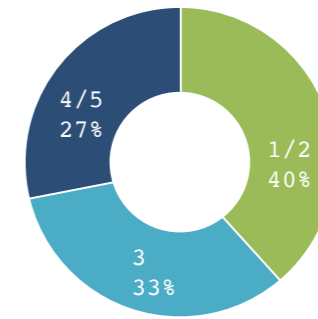


Den LVS-Check mach ich immer, meistens, selten, nie.

Besucher\*innen beteiligten sich an der Frage: **Machst du, macht deine Gruppe den LVS-Check?** A – immer, B – meistens, C – selten oder D – nie? Wie viel Prozent schätzt du, antworteten mit „immer“ oder „meistens“? Wie viel mit „selten“ oder „nie“? Immerhin: Die Hälfte (49%) antwortete mit „immer“, ein Drittel (31%) mit „meistens“ – in der Summe macht das 80%. Interessant finde ich auch den Vergleich mit dem Vorjahr: 2018/19 stellte ich dieselbe Frage, damals waren es 74%, die mit „immer“ oder „meistens“ antworteten.

#### NOTFALL LAWINE

Im worst case nach einem Lawinenunfall effizient zu reagieren, ist eine komplexe Aufgabe: Organisation, Notruf, LVS-Suche, sondieren, schaufeln, Erste Hilfe. Es geht darum, die bestehende Chance zu nützen, Leben zu retten. Meine Frage an die Besucher\*innen war: **Wie schätzt du selbst deine Kompetenz im Lawinen-Notfall ein, welche (Schul-)Note würdest du dir geben?** Das Ergebnis: Elf Prozent gaben sich ein „Sehr gut“, genauso viele ein „Nicht genügend“. Insgesamt ergab sich grob ein Drei-Drittel-Bild: Ein Drittel (40%) schätzte das Eigenkönnen auf „Sehr gut“ oder „Gut“, ein Drittel (33%) gab sich die Note „Drei“, ein Drittel (27%) eine „Vier“ oder „Fünf“. In diesem Kompetenzbereich ist also noch deutlich Luft nach oben. Vorschlag: Jede AV-Sektion und jede Ortsgruppe bietet ihren Mitgliedern jährlich mindestens ein Notfall-Lawinen-Seminar nach einem standardisierten Best-Practice-Modell. Zu ambitioniert für den größten alpinen Verein?

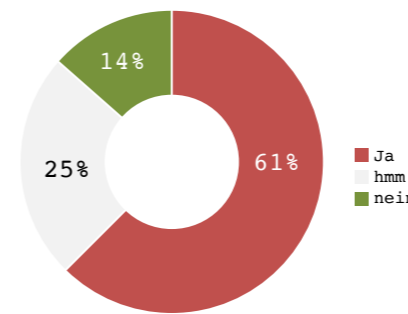


Meine „Note“ in LVS-Suche und Notfall Lawine?

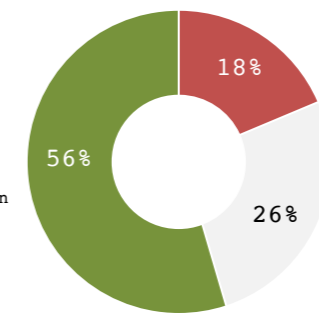
#### LAWINEN-AIRBAG

Mehr als ein Drittel (38%) der Besucher\*innen besitzen einen Airbag und von jenen, die keinen im Keller haben, überlegen knapp 20% ernsthaft, sich einen zu kaufen. Spannender war allerdings die Frage nach der Risikobereitschaft: Die Sorge, dass der Lawinen-Airbag – mehr als das LVS-Gerät – die Risikobereitschaft steigert, ist wissenschaftlich nicht eindeutig belegt, trotzdem deutet einiges darauf hin, dass diese Sorge berechtigt ist. Das Versprechen dieses Rettungsgerätes, eine Ganzverschüttung zu verhindern, kann beim Anwender bzw. der Anwenderin sehr leicht die Illusion fördern, dass die Lawine nun beherrschbar sei. Dass dem nicht so ist, bestätigt das Unfallgeschehen sehr eindringlich. Von der Wucht der Lawine zerstörte Ballone oder schwerste traumatische Verletzungen aufgrund der enormen Kräfte in der Lawine oder der Kollision mit Felsen oder Bäumen – solche Unfallberichte finden sich Winter für Winter. Auch gelingt die Auslösung des Airbags nicht immer und es gibt mit aufgeblasenem Airbag weiterhin Totalverschüttungen. Dann, wenn das Gelände sich als „Geländefalle“ entpuppt – z. B. in Schluchten oder Gräben. Der physikalische Effekt der „Entmischung“, auf dem die Wirkung des Airbags

beruht, erfordert eine möglichst freie Fließstrecke. Gegen „Dachlawinen“ ist der Airbag machtlos. Zurück zur Risikobereitschaft: Mich interessierte die Selbsteinschätzung der Airbag-Benutzer\*innen hinsichtlich ihres Risikoverhaltens. Und die Einschätzung jener, die selber keinen Airbag verwenden. Glauben die, dass sich die mit Airbag riskanter verhalten? Ja! Fast zwei Drittel (61%) sind überzeugt, dass Personen mit Airbag risikobereiter sind. Die Frage an die Airbag-Benutzer\*innen, wie sie ihr Verhalten selbst einschätzen, kommt (fast) zum selben Wert. So sind 56 Prozent überzeugt, dass der Airbag sie nicht risikobereiter macht. Immerhin 20 Prozent der Airbag-Anwender\*innen erkennen sehr wohl eine Steigerung ihrer Risikobereitschaft. Wenn mehr als ein Viertel der Airbag-Benutzer\*innen die dritte Antwort wählte („hmm ..., kann ich nicht sagen“), dann ist das ein Hinweis auf die Schwierigkeit, sein persönliches Risikoverhalten „objektiv“ einzuschätzen. Wir müssen wohl davon ausgehen, dass die blinden Flecken in diesem Bereich unserer Persönlichkeit zahlreich sind. Auch wenn diese Umfrage keine wissenschaftlich gültige Antwort auf die Frage gibt, ob und in welchem Ausmaß der Airbag einen Risikoschub bewirkt – den Verdacht, dass dies so ist, sehe ich in jedem Fall erhärtet. Die Konsequenz: Wir müssen in unserer Kommunikation zum Lawinen-Airbag immer auch dieses Risikoschubphänomen berücksichtigen und die Grenzen dieses Rettungsgerätes genauso deutlich aufzeigen wie seine Leistungen.



Personen mit Lawinen-Airbag verhalten sich allgemein risikobereiter!



Mit Lawinen-Airbag bin ich risikobereiter!

### STANDARDMASSNAHMEN IN DER PRAXIS

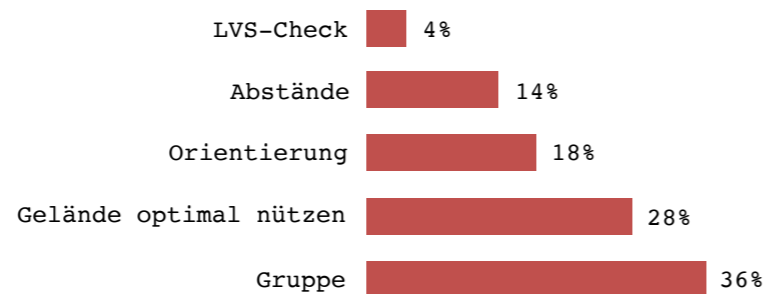
Standard Operating Procedures (SOPs) können ein äußerst effektives Mittel sein, um Unfälle zu verhindern oder die Folgen abzumildern. Voraussetzung ist natürlich, dass sie angewendet werden. In unserem Feld, wo es um Freiwilligkeit geht, müssen Standardmaßnahmen daher einige Anforderungen erfüllen, um von der Community akzeptiert zu werden. Die wichtigste Voraussetzung ist die Einfachheit in der Umsetzung. Möglichst wenig Zeitverlust, möglichst gering der Kraft- und Energieeinsatz. Dann ist noch wichtig, dass der persönliche Nutzen möglichst einsichtig ist. Im Rahmen der Lawinen-Update-Tour stellte ich jene Standardmaßnahmen auf den Prüfstand, die wir im Stop or Go-Konzept für das Verhalten im Gelände empfehlen. Wie schwierig ist die Umsetzung dieser fünf Punkte:

- LVS-Check: Beim Start wird die Funktion „Senden“ aller Teilnehmer\*innen überprüft.
- Abstände: 10 Meter beim Aufstieg in Steilhängen, mindestens 30 Meter bei der Abfahrt bzw. einzeln in sehr steilen Hängen
- Orientierung: Ich weiß immer, wo ich bin.
- Gelände optimal nutzen: Die Kunst der Spuranlage
- Gruppe: Gruppendynamische Effekte erkennen und gegensteuern.

Der lineare Anstieg der Schwierigkeit in der praktischen Umsetzung springt sofort ins Auge, wenn man die Grafik betrachtet.



Foto: Michael Larcher; Barre des Écrins (Dauphiné)



Am schwierigsten praktisch umsetzbar finde ich ...



Foto: Neumüller, Lawinen Update 2020, Wien

Dabei hatten wir beim Entwurf dieser fünf Punkte vor 20 Jahren nicht an eine Reihung nach ansteigender Schwierigkeit gedacht. Dass der LVS-Check die geringsten Schwierigkeiten bei der praktischen Umsetzung macht, ist nicht überraschend. Auf Platz zwei liegen die Abstände. Für 14 Prozent ist diese Empfehlung am schwierigsten umzusetzen. Die Schwierigkeit liegt hier wohl nicht im Können, sondern in der Gruppe. Gerade in privaten, nicht geführten Gruppen ist es schwierig, solche Maßnahmen umzusetzen, da meistens niemand Chef oder Chefin ist. Die Orientierung ist für knapp 20 Prozent schwierig. Überraschend, da Smartphone und App bzw. alpenvereinaktiv.com es heute wesentlich einfacher machen, jederzeit zu wissen, wo man ist. Dass Kartenlesen für viele Wintersportler\*innen eine Fähigkeit ist, die noch verbessert werden kann, darf aus diesem Ergebnis auch gefolgert werden. Das Gelände optimal nutzen, die Kunst der „Spuranlage“, ist ganz offensichtlich eine hohe Kunst. Für fast ein Drittel ist es die Fertigkeit mit dem höchsten Schwierigkeitsgrad. Wer immer nur in bereits vorhandenen Spuren aufsteigt, hat auch keine Chance, sich diese Fertigkeit zu erwerben oder zu verbessern. Leider steigt die Masse der Tourenger\*innen in meist viel zu steil angelegten Spuren auf und scheut den Aufwand, eine eigene Spur zu kreieren, die das Gelände nutzt und den optimalen Kompromiss zwischen Steigung und Leichtigkeit sucht. **Der eindeutige Sieger in diesem Ranking der Schwierigkeiten im Umsetzen**

**unserer SOPs ist die „Gruppe“, der „Faktor Mensch“.** Erstaunt hat mich an diesem Ergebnis das breite Bewusstsein dafür, dass ein ganz wesentlicher Risikofaktor in unserer Einstellung und Persönlichkeit liegt. Wahrnehmen, beurteilen, entscheiden und handeln – die biologischen Algorithmen, die unser Verhalten steuern, sind untrennbar mit Persönlichkeitsmerkmalen verknüpft. Ehrgeiz, Leistungs- und Erfolgsdenken, Egoismus, Angst, Jagd nach Anerkennung und noch viele andere Eigenschaften und Gefühle beeinflussen immer unser Denken. Die Gruppe bringt dann noch eine zusätzliche Dynamik ins Spiel und kann einen deutlichen Risikoschub bewirken. Eine Erkenntnis aus dieser Umfrage ist für mich die überragende Bedeutung der pädagogischen Qualität unserer Ausbildung. Sowohl in der Vermittlung von Fachwissen, aber mehr noch im Bewusst- und Sichtbarmachen von Einstellungen, Motiven und Entwicklungen, die aus der Interaktion mit unseren Tourenpartner\*innen entstehen. In Bildungskonzepten wie risk'n'fun der Alpenvereinsjugend wird dieser Weg konsequent verfolgt. Auch der im Alpenverein entwickelte „Mental-Check“ ist ein Werkzeug, um mehr Licht ins Dunkel unseres Innenlebens zu bringen und damit unsere Risikokompetenz zu steigern. Die Seele ist ein weites Land.



Michael Larcher ist Leiter der Bergsportabteilung im Österreichischen Alpenverein, Bergführer und Winter für Winter auf Lawinen-Update-Tour unterwegs.

# TIERE UND DIE LIEBE NOT

Auch Tiere müssen mal. Ist ja nichts Ungewöhnliches, werdet ihr euch nun denken!  
Und wieso gleich einen ganzen Beitrag darüber schreiben?  
Weil es einfach wirklich spannend ist!

Text — Birgit Kantner

Bei der genaueren Untersuchung von Tierlosung, so nennt man deren Hinterlassenschaft, erfahren wir viel über das jeweilige Tier und seine Gewohnheiten. Anhand der Größe, der Art, der Farbe und auch je nach Ort und Lage des Kots können wir nachvollziehen, um welches Tier es sich handelt. Interessant ist dies v.a. für (Wild-)Biolog\*innen, Jäger\*innen und Förster\*innen, für ihre tägliche Arbeit, aber auch für uns, wenn wir aufmerksam durch die (Berg-)Natur spazieren: Dachse, zum Beispiel, sind sehr reinliche Tiere. Sie legen kleine, längliche Erdlöcher in unmittelbarer Nähe zu ihrem Bau an und benutzen diese als Toilette.

Man spricht auch von Dachslatrinen oder Dachsklosetts. Auch unsere Hauskatze gräbt Löcher für ihren Kot, sie aber nach gemachtem Geschäft sorgfältig wieder zu. Füchse hingegen koten oft an erhöhten Plätzen wie Baumstümpfen, Steinen oder dicken Grasbüscheln und markieren durch den ausströmenden Duft gleich ihr Revier. Die Exkremete der Füchse sind wurstförmig, meist grauschwarz und spitz zulaufend. Eine Unterscheidung zum Iltis ist durch den Geruch möglich. Iltiskot gleicht zwar der Losung des Fuchses, ist aber kleiner und weist einen äußerst unangenehmen Geruch auf. Aus diesem Grund wird der Iltis auch Stinkmarder genannt. Viele Raubtiere fressen aber auch gerne Beeren. Sind zum Beispiel viele Heidelbeeren darunter, ist der Kot entsprechend dunkel. Anhand der Größe

## MIST...

scharrt

## SHIT

und Form der Losung können auch alle Schalenwildarten von Gams bis Rotwild unterschieden werden. Sie sind alle Pflanzenfresser, die sehr viel Nahrung aufnehmen müssen, weil Pflanzen relativ wenig Nährstoffe besitzen. Ihre runden

Kotpillen findet man im Wald deshalb am häufigsten. Vogelkot ist oft weiß bzw. zweifarbig: Ein Teil ist dunkel, dabei handelt es sich um unverdaute Nahrungsreste, der andere Teil ist weiß; hier handelt es sich um konzentrierten Harnstoff. Vögel besitzen keine Harnblase und scheiden somit Urin und Kot in einem aus. Bei Vögeln, die viele Insekten fressen, kann man die unverdaulichen Einzelteile ihrer

## AU KACKE...

Beute noch erkennen. Beerenfressende Vögel verbreiten durch ihren Kot den Samen der Früchte. Auch diesen kann man in ihrer Hinterlassenschaft sehen. Der Kot von Greifvögeln wird als „Schmelz“ bezeichnet und diesen Schmelz kann man als weiße Striche an Felswänden beobachten, wenn sich dort z.B. ein Adler- oder Greifvogelhorst befindet. Auch Kolkraben „produzieren“ Schmelz.



Birgit Kantner ist Ökologin und seit 2013 beim österreichischen Alpenverein in der Abteilung Raumplanung und Naturschutz tätig.

# ES GEHT UM DIE WURST!

Text — Benjamin Stern, Grafik — Roman Hösel



Kürzlich am Gipfel des Ortlers: Traumhafte Fernsicht auf den Piz Bernina im Westen und die Weißkugel im Norden, nur ein paar harmlose Nebelfelder ziehen entlang der Nordwand der benachbarten Königsspitze. Wir suchen einen Platz, um dieses grandiose Panorama und unsere Jause zu genießen. Doch schon beim ersten Bissen in die Landjäger steigt uns ein unangenehmer Geruch in die Nase. Das Übel liegt zu Füßen: eine Wurst der anderen Art, mit Papiertaschentüchern garniert. Salame umano su bouquet di fazzoletti. Da hilft auch keine italienische Aussprache; es bleibt eine ungestüme Angelegenheit. Wären wir nicht so hungrig gewesen, wäre uns glatt der Appetit vergangen. Aber kann der Verursacherin oder dem Verursacher ein Vorwurf gemacht werden? Was tun, wenn's pressiert? Zugegeben, diese Person war sicher vielmehr Opfer eines willkürlichen Verdauungssystems als mutwillige\*r Landschaftsbeschmutzer\*in. Bei allem Verständnis für die missliche Lage hätte

dieser Outdoor-Toilettengang aber dennoch besser gelöst werden können. Dass es trotz der exponierten Umgebung die Möglichkeit gegeben hätte, die Hinterlassenschaften etwas diskreter als direkt in der Aufstieggspur zu platzieren, darüber waren sich alle vorbeikommenden Gipfelbesucher\*innen einig. Doch auch das verwendete Putzmaterial war nicht ideal. Den meisten Bergsportler\*innen ist inzwischen klar, Müll gehört nicht auf den Berg. Dass auch weggeworfene Papiertaschentücher ein Problem darstellen, dürfte aber noch nicht so bekannt sein. Zumindest ist dieser Schluss naheliegend, wenn man einen Blick auf die mit Taschentüchern gesäumten Ränder so manch viel begangener Wege wirft. „Tatort Ortler“ verkommt dabei im Vergleich fast schon zu einem harmlosen Fall.

Doch worin liegt das Problem? Menschliche Ausscheidungen, Papiertaschentücher – das ist doch alles organisch und biologisch abbaubar? Eine Analyse des Themas „Klo am Berg“ anhand dreier Komponenten inklusive Empfehlungen:

### DIE EXKREMENTE-KOMPONENTE:

Menschliche Ausscheidungen wirken wie Dünger und können Ökosysteme am Berg empfindlich verändern. Besonders problematisch ist, wenn Fäkalbakterien und andere im Kot vorhandene Krankheitserreger (Viren, Parasiten) in Gewässer gelangen. Deshalb sollte ca. 50 Meter Abstand zu Bächen, Seen und Tümpeln gehalten werden. Das gilt sowohl für das kleine, wie auch für das große Geschäft. Für Letzteres sollten wir uns ein Beispiel am reinlichen Dachs nehmen (siehe Beitrag auf der vorherigen Seite) und unsere Hinterlassenschaften einschaufeln (ca. 15-20 cm) oder unter Steinen und Zweigen verstecken. Oder wieder mit ins Tal nehmen. Im Schnee lässt sich zwar recht einfach ein Loch graben, verborgene Bäche und Pfützen zu lokalisieren, ist aber umso schwieriger. Zudem können Keime auch über schmelzenden Schnee in den Wasserkreislauf gelangen.

### DIE MÜLL-KOMPONENTE:

Je höher Naturliebhaber\*innen hinaufsteigen, desto sensibler wird der Lebensraum und auch die Verrottungszeiten verlängern sich. Bei Papiertaschentüchern kann es bis zu fünf Jahre dauern, bis diese zersetzt sind. Deutlich schneller verrottet Klopapier, aber am besten wäre, gebrauchtes Papier wieder mit ins Tal zu nehmen. Deshalb sollte neben der medizinischen Rucksackapotheke auch ein spezielles Erste Hilfe-Set für den Notdurft-Fall, bestehend aus Klopapier und Beutel, in den Rucksack. Keine Alternative ist das Verbrennen von gebrauchtem Papier – Waldbrandgefahr! Mit etwas Kälteresistenz kann im Winter ein Schneeball das Klopapier ersetzen.

**Bei Papiertaschentüchern kann es bis zu fünf Jahre dauern, bis diese zersetzt sind.**



**Benjamin Stern** arbeitet in der Abteilung Raumplanung und Naturschutz und ist als Berg- und Skiführer aktiv.

### DIE SOZIAL-KOMPONENTE:

Am Berg sind wir nicht allein. Neben Tier- und Pflanzenwelt gilt es auch, auf andere Menschen Rücksicht zu nehmen. Das Tabuthema rund um den Klogang am Berg birgt großes Konfliktpotenzial. Aber bereits einfache Maßnahmen können zur Konfliktvermeidung beitragen. So sollte, wie bereits beim Ortler-Beispiel erwähnt, genügend Abstand zu Aufstiegsspuren oder Wanderwegen gehalten werden – nur so bleiben diese attraktiv. Dies auch angesichts der Tatsache, dass offensichtlich verschmutzte Bereiche immer noch mehr Schmutzfinke anlocken. Vielerorts klagen Bauern, Jägerinnen und Grundbesitzer über Toilettenmüll und Geruchsbelästigung im Nahbereich ihrer Infrastruktur. Stadel, Reviereinrichtungen und Gerätschaften sind keine Klos! Diese Punkte zeigen: Es ist nicht wurst, wie der Klogang in freier Natur abgewickelt wird. Der Berg sollte wirklich nur im Notfall als Toilette dienen. Denn, auch wenn Bewegung die Verdauung anregt und dies der Grund sein mag, warum's am Berg öfter drückt, so könnte sich das ein oder andere Bedürfnis sicherlich noch am Ausgangspunkt erledigen lassen. Oft ist es nur eine Frage des Timings. Immer mehr Menschen zieht es in die Berge, somit steigt auch die Zahl der „potenziell Bedürfnisgeplagten“. Der Alpenverein klärt im Rahmen der Aktion „Saubere Berge“ seit vielen Jahren über naturverträgliche Verhaltensweisen am Berg auf. Dazu zählt auch das Thema „Klo am Berg“ – auch hier gilt es, mit gutem Beispiel voranzugehen.

**Nähere Informationen:** [www.alpenverein.at/portal/natur-umwelt/saubere-berge](http://www.alpenverein.at/portal/natur-umwelt/saubere-berge)

# Alles Wurst?!

Do you give a sh..?!



#### » Wo vorhanden, immer Toiletten-Infrastruktur nutzen

*Wherever available, use the toilet infrastructure*

#### » Abstand halten zu Bächen, Seen und Tümpeln

*Keep your distance from streams, lakes and ponds*

#### » Klopapier verwenden (verrottet deutlich schneller als Papiertaschentücher) bzw. gebrauchtes Papier wieder mitnehmen

*Use toilet paper (which decomposes much faster than tissues) or take it back down to the valley*

#### » Notdurft einschaufeln oder unter Steinen/Zweigen verstecken oder im Tal entsorgen

*Bury or hide excrement with stones/branches or dispose of it in the valley*

#### » Stadel, Reviereinrichtungen und Gerätschaften sind keine Klos

*Barns, hunting stands and facilities are not toilets*

#### » Das gilt auch für Hunde

*This also applies to dogs*

# KLETTERSPIELE

## KLETTERSTUNDEN PLANEN UND GESTALTEN

Gute Kletterstunden gelingen mit gewissenhafter Vorbereitung und Überlegungen, welche Inhalte für die Gruppe passend sind. Spielerisch gestaltete Kletterstunden bereiten nicht nur Kindern, sondern meistens auch Erwachsenen viel Spaß und helfen dabei, technische Herausforderungen einfach und mit Freude

umzusetzen. Zu Beginn jeder Klettereinheit sollte aufgewärmt werden, damit sich der Körper auf die Belastungen vorbereitet und das Risiko von Verletzungen und Überlastungen vermindert wird. Wir unterscheiden zwischen allgemeinem Aufwärmen und speziellem Aufwärmen. Beim allgemeinen Aufwärmen eignen sich

Übungen, die der Erwärmung großer Muskelgruppen dienen, wie zum Beispiel Laufspiele oder Ballspiele. Das spezielle Aufwärmen dient zur Erwärmung von Muskeln, die im direkten Zusammenhang mit der Sportart stehen. Beim Klettern sind das vor allem Finger-, Hand-, und Schultermuskeln.

## Versteckter Name

### Spiel zum Aufwärmen

**Du brauchst:** Nummerierte Kärtchen mit Zahlen auf der Vorderseite und den Namen aller Teilnehmer\*innen auf der Rückseite. Außerdem ist eine Tabelle mit der Information, welche Nummer bei welchem Namen steht, hilfreich für den/die Spielleiter\*in.

**So geht's:** Die Kärtchen werden auf verschiedenen Klettergriffen in Boulderhöhe positioniert. Das Kärtchen sollte so auf dem Griff liegen, dass man nur die Nummer und nicht den Namen auf der Rückseite sieht.

Nach dem Startsignal klettern alle Teilnehmer\*innen zu den Kärtchen hinauf, finden eine stabile Position und schauen sich den Namen auf der Rückseite des Kärtchens an. Ziel ist es, seinen eigenen Namen so schnell wie möglich zu finden. Das Kärtchen bleibt an der Boulderwand, der/die Teilnehmer\*in sagt dem/der Spielleiter\*in die Nummer, hinter der sein/ihr Name versteckt ist.

**Varianten:** Das Spiel kann auch als Wettbewerb gestaltet werden. Ziel ist es, so schnell wie möglich den Namen eines/r zuvor zugeteilten Mitspielers bzw. Mitspielerin zu finden. Gewonnen hat, wer diesen am schnellsten gefunden hat. Eine weitere Variante ist das gemeinsame Suchen und Finden im Team. Welches Team schafft es als erstes, alle Namen der Teammitglieder zu entdecken? Hierbei könnten auch zusätzliche Kärtchen, nur mit Nummer und ohne Namen, versteckt werden.

Beim Hauptteil einer Kletterstunde wird am eigentlichen Thema der Einheit gearbeitet. Dies könnten zum Beispiel das Treten und Steigen oder das Greifen sein.



## Expresstransport

### Spiel zum Treten und Steigen

**Du brauchst:** Zwei Expressschlingen pro Spieler\*in, Tape zum Markieren von Start- und Zielgriff oder zum Definieren von Boulder für bessere Spieler\*innen

**So geht's:** Mehrere Boulderstrecken werden mit Start und Zielgriffen markiert. Jede/r Teilnehmer\*in erhält zwei Expressschlingen, die am Rist über die Kletterpatschen gelegt werden. Nun versuchen die Teilnehmer\*innen die Strecken zu klettern, ohne die Expressschlingen zu verlieren. Schafft der/die Spieler\*in, eine Strecke zu bewältigen - ohne die zwei Expressschlingen zu verlieren -, so bekommt er/sie drei Punkte. Zwei Punkte werden verliehen, wenn ein/e Teilnehmer\*in nur eine Expressschlinge verliert und einen Punkt gibt's für das Bewältigen der Boulderstrecke trotz Verlust von beiden Expressschlingen. Welche/r Spieler\*in sammelt die meisten Punkte?

**Varianten:** Anstatt nur einen Start- und Zielgriff zu fixieren, können für bessere Teilnehmer\*innen auch Boulder definiert werden.

## Legoklettern

### Spiel zum Greifen

**Du brauchst:** Zwei Legosteine pro Spieler\*in oder Ähnliches wie zum Beispiel Münzen, Steine, Blätter, kleine Holzstücke, Tape zum Markieren von Start- und Zielgriff.

**So geht's:** Mehrere Boulderstrecken werden mit Start- und Zielgriff definiert. Jede/r Teilnehmer\*in erhält zwei Legosteine, wovon er/sie jeweils einen in jede Hand nimmt. Nun versuchen die Spieler\*innen die Boulderstrecken zu bewältigen, indem sie die Steine zuerst auf den Griff legen und dann erst den Griff selbst nehmen dürfen. Beim Greifen darf der Stein nicht gehalten werden und er soll natürlich auch nicht runterfallen.

Für das Bewältigen eines Boulders, ohne einen Stein zu verlieren oder selbst runter zu fallen, sammelt der/die Spieler\*in Punkte. Welche/r Teilnehmer\*in schafft es, die meisten Punkte zu erreichen?

**Varianten:** Anstatt einer definierten Strecke mit Start und Ziel darf überall an der Boulderwand geklettert werden. Sieger\*in ist, wer am meisten Griffe hintereinander schafft, ohne dabei einen Legostein zu verlieren oder selbst runter zu fallen.

Zum Ausklang einer Kletterstunde eignen sich nach dem Ausklettern Lockerungs- und Entspannungsübungen oder ein gemeinsames Abschlussspiel, um die Gruppendynamik zu stärken und mit einer guten Stimmung nach Hause zu gehen.

### Alpenverein-Akademie:

Spielerisch Klettern & Toprope sichern - mit Kindern: Spaß garantiert

Klettern-Lernen freudvoll zu vermitteln, will gelernt sein. In Begleitung Ihrer Kinder erarbeiten Sie, die Teilnehmer\*innen, in diesem Modul die Grundlagen zur Gestaltung von Kletterkursen für Anfänger: Knoten, Sicherungstechnik, Klettertechniken, Kletterspiele sowie das Betreuen von Toprope-Stationen.

15.10.2021 – 17.10.2021  
Graz (Stmk), Webcode: 21-0151-01  
[www.alpenverein-akademie.at](http://www.alpenverein-akademie.at)



Mehr Spiele findet ihr auf unserem Blog  
[www.tagedraussen.at](http://www.tagedraussen.at)

Hüttenessen, Campküche & Lagerfeuer-Classics

# KINDERPUNSCH, HEISSE SCHOKOLADE & BRATÄPFEL



## KOCHEN MIT DER JUGENDGRUPPE

Text — Bianca Somavilla

Gemeinsam mit der Jugendgruppe nach einem Bergabenteuer den Abend bei Punsch oder heißer Schokolade mit selbst gemachten Bratäpfeln ausklingen und die Erlebnisse Revue passieren lassen, hört sich herrlich an. Und so schmeckt es auch.

### HEISSE SCHOKOLADE

Für alle Schokoladenliebhaber\*innen mit Zartbitter- und Vollmilchschokolade, die Energie und Kraft spendet und eine viel zu süße Verführung ist. Für 6 Personen.

#### Zutaten:

150 g Zartbitterschokolade  
150 g Vollmilchschokolade  
700 ml Milch oder pflanzliche Milch  
1 Päckchen Vanillezucker  
1/2 TL Zimt gemahlen

Beide Schokoladensorten sehr fein hacken. Anschließend die Milch mit Vanillezucker und Zimt in einem hohen Topf kurz aufkochen. Den Topf vom Herd nehmen und die Schokolade unter Rühren darin schmelzen lassen.

**Tipp:** Mit verschiedenen Schokoladensorten experimentieren. Besonders lecker ist Chilli-Schokolade für eine scharfe Nuance in der kalten Jahreszeit.

### APFEL – HOLUNDER – PUNSCH

Der Apfel – Holunder – Punsch stärkt und wärmt von innen. Er ist ein herrliches Getränk für kalte Abende am Lagerfeuer. Ideal eignet sich dafür ein selbst gemachter Holundersirup aus dem Sommer. Für 8 Personen.

#### Zutaten:

1 Liter Holundersaft  
2 Liter naturtrüber Apfelsaft  
1 Stück Zitrone  
3 Stück Gewürznelken  
1 Stange Zimt  
1 Schuss Honig

Für den Holundersaft eignet sich am besten die Mischung aus Wasser und Sirup. Den Holundersaft mit dem Apfelsaft in einen großen Topf gießen und bei mittlerer Hitze vorsichtig erwärmen.

Die Zitrone gründlich waschen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die Zitrone zusammen mit einer Zimtstange und den Gewürznelken zu dem Punsch geben. Alle Zutaten gemeinsam erhitzen, jedoch darauf achten, dass der Punsch nicht zu kochen beginnt. Den Punsch mit Honig süßen.

**Tipp:** Erwachsene können den Punsch mit etwas Rum pimpen.

### LIEBLINGS – BRATÄPFEL

Bratäpfel verzaubern mit ihrem einzigartigen Duft und Geschmack nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene. Bratäpfel passen perfekt zu Herbst- und Winterzeit und sind eine einfache, warme und köstliche Stärkung nach kalten Tagen draußen in der Natur. Für 8 Personen.

#### Zutaten:

8 Äpfel (am besten Boskop)  
200 g Mandeln gerieben  
100 g Cranberrys  
100 g Staubzucker  
100 ml Apfelsaft (naturtrüb)  
4 EL Marmelade (selbst gemacht)

Äpfel waschen und das Kerngehäuse ausstechen. Für die Fülle die Mandeln, Cranberrys, Staubzucker und Apfelsaft in einer Schüssel mischen und gut verrühren. Die Äpfel in eine ofenfeste Form setzen und circa 2 Esslöffel Fülle in jeden Apfel geben. Die Äpfel abdecken und im Backrohr bei 180 Grad Umluft 30 Minuten garen lassen. Anschließend die Äpfel mit etwas Marmelade beträufeln. Ich verwende dafür sehr gerne selbst gemachte Kirsch- oder Preiselbeermarmelade. Die Äpfel weitere 10 Minuten ohne Deckel ins Backrohr geben. Aus dem Rohr nehmen, kurz abkühlen lassen und anrichten.

**Tipp:** Bratäpfel lassen sich mit Vanillesoße noch etwas versüßen.



Bianca Somavilla ist Jugendleiterin im Alpenverein Sektion Stubai und leitet dort den Bereich Klettern mit Kindern und Familien. In ihrer Freizeit verbringt sie jede freie Minute draußen – im Winter mit Skiern, im Sommer am Mountainbike.





# DIE STOPTALKING APP

Text & Fotos — David Kupsa

**Für 36 Prozent der Besucher\*innen von Michael Larchers Lawinenvorträgen ist die Stop or Go-Standardmaßnahme „Gruppendynamische Effekte erkennen und gegensteuern“ am schwierigsten umzusetzen und somit das Hauptproblem numero uno auf Tour. Dieses Ergebnis zum Anlass, schauen wir uns das dahinterliegende Grundproblem und dessen eventuelle Lösung genauer an.**

Obwohl wir Menschen uns gern als soziale Wesen bezeichnen, haben wir mit dem Konstrukt „Gruppe“ offenkundig so unsere Schwierigkeiten. Wir schlüpfen mehr oder weniger bewusst in Rollen oder sind durch das Gruppenschubphänomen zum Teil risikobereiter als wir das alleine wären. Nichts Neues. Immer schon dagewesen. Immer noch eine Herausforderung. Die alpine Digitalisierung am Smartphone hat spannende und sinnvolle Helfer wie alpenvereinaktiv.com und Co, Wetterapps, Lawinenlageberichte und vieles mehr hervorgebracht. Diese erleichtern uns das Bergleben und helfen uns, Touren besser zu planen und durchzuführen. Darauf wollen wir nicht mehr verzichten. Allerdings haben uns die zwei Kollegen Bit und Byte im Umgang mit

unseren sozialen Problemen bisher ziemlich alleine gelassen. Das soll nun ein Ende haben! Die Alpenvereinsjugend ist voll und ganz im digitalen Zeitalter angekommen und arbeitet deshalb mit Hochdruck an der neuen Jugendleiter\*innen-App STOPTALKING. Schauen wir uns die Features der App am Beispiel einer von mir geführten Testtour etwas genauer an. Voraussetzung ist, dass alle potenziellen Teilnehmer\*innen die App auf ihren Smartphones installiert haben. Automatisch werden Daten über Fitness, Zustand, Motivation, Vorlieben, Sportarten etc. erfasst.

## DENN SIE WISSEN NICHT, WAS SIE TUN (KÖNNEN)!

Kann ich diese oder jene Route den Jugendlichen zutrauen? Wissen sie, was auf sie zukommt? Sind sie ehrlich bei der Beurteilung ihres Könnens oder überschätzen sie sich? Geht jemand nur mit, weil seine beste Freundin auch dabei ist? Die App schlägt mir als Jugendleiter zuerst nur Ziele vor, die zu meinem Ausbildungs- und Erfahrungsstand passen und bei denen die aktuellen Bedingungen wie Wetter, Schneelage etc. passen. In meinem Fall hat das digitale Helferlein eine Bergtour auf den Hundskopf im Karwendel für mich ausgesucht. Sehr fein. (Link QR Code) Wie bei Datingplattformen bekomme ich dann aus dem Jugendteampool meiner Sektion potenzielle Kandidat\*innen für die Tour vorgeschlagen, deren Profil den Anforderungen an die Tour grundsätzlich entspricht. Als Jugendleiter habe ich die Möglichkeit, über das Wischen nach links oder rechts diese als Teilnehmer\*innen zu meiner Tour hinzuzufügen. Der Vorteil dieser Methode: eine möglichst homogene Gruppe. Auch zeitintensive Diskussionen mit den Jungspunden über deren Vorlieben, Wünsche und Ziele entfallen. Die App beurteilt völlig wertfrei und unparteiisch anhand der vorliegenden Daten. Sehr angenehm. Alle, die es in die Auswahl geschafft haben, bekommen automatisch die Ausrüstungsliste und den Link zur Tour geschickt. Wie praktisch.

## SEMIOPTIMALE BEDINGUNGEN!

Zu fünft kommen wir zur Startzeit am Parkplatz an - diesen hat die App festgelegt. Sturm bläst uns um die Nase und umherziehende dunkle Wolken lösen bei mir ein ungutes Gefühl aus. Ist das Ziel noch das richtige? Oder sollen wir doch lieber nur zur Walderalm wandern? Auch in den Gesichtern der Jugendlichen glaube ich, Zweifel zu erkennen. Doch niemand traut sich, eventuelle Bedenken zu äußern. Die App schafft Abhilfe per Knopfdruck. Die aktuellen Bedingungen werden analysiert, ein grünes Häkchen erscheint und die App gibt grünes Licht zum Losstarten. Erleichterung macht sich breit, los geht's.

## VERMALEDEITES TEMPO!

Die STOPTALKING App kontrolliert ständig Vitaldaten wie Herzfrequenz und Sauerstoffsättigung aller Teilnehmer\*innen und gibt mir über kurze Pieptöne des Handys das optimale Gehtempo für die Gruppe vor. Keiner der vier muss sich vor den anderen outen, dass ihm unser Schritt vielleicht zu schnell wäre. Ich als Leiter kann mich voll und ganz auf meinen Aufstieg konzentrieren und muss mir keine Gedanken über die Gruppe machen. Ob und wie lange Pause gemacht und wieder Kraftstoff getankt werden soll, erfolgt natürlich vollautomatisch.



## FIESER GRUPPENSCHUB!

Wir kommen nach einer Stunde an eine ausgesetzte Stelle. Diese ist zwar mit einem Drahtseil versichert, aber der Fels ist nass. Windböen rütteln an unseren Rucksäcken. STOPTALKING fordert mich zum Stehenbleiben auf. Die App analysiert die Jugendlichen. Kann man ihnen den Weiterweg zutrauen? Trauen sie sich das selbst zu? Aus ihrem App-Profil habe ich erfahren, dass zwei zum ersten Mal diese Tour gehen. Bei Teilnehmer 3 bekomme ich ein rotes Häkchen. Obwohl er sich nichts anmerken lässt, lassen seine Daten wohl darauf schließen, dass er lieber umkehren möchte. Ohne die App wären wir anderen einfach über die Stelle drüber und Teilnehmer 3 hätte sich sicher nicht getraut, nein zu sagen und alle anderen zum Umkehren zu bewegen. Die App übernimmt das anonym, ohne dass die anderen wissen, wer oder was für den Abbruch verantwortlich ist. Eine tolle Lösung.

## EHRLICHES FEEDBACK!

Wieder zurück am Parkplatz. Das Wichtigste ist, solche Tourentage ohne Scheu vor kritischen Stimmen Revue passieren zu lassen, damit die STOPTALKING App davon lernen und dies für zukünftige Touren berücksichtigen kann. Mit einem Knopfdruck beende ich die Tour und starte den digitalen Feedbackbogen. Bei den Teilnehmer\*innen erscheinen Fragen am Display.

- Frage 1: Wie zufrieden warst du mit den Entscheidungen der STOPTALKING App heute? **Ergebnis 9/10 Sternchen**
- Frage 2: Wie zufrieden warst du heute mit David? Einer der Teilnehmer fragt mich etwas verärgert, wer denn David sei ...

Die STOPTALKING App befindet sich im Abschluss der Testphase und kann in Kürze über alle bekannten App Stores bezogen werden. Parallel laufen Entwicklungen, die sogar ein Smartphone obsolet machen: Stichwort Mikrochip. Anhand dieses erfolgreichen Tourenbeispiels ist mir klar geworden, dass es für das uralte Problem „Ich und die Gruppe“ in Wahrheit nur diese Lösung geben kann. Daran führt kein Weg vorbei.

## ODER?

**Ist die Stoptalking App auch für euch das ideale Tool?**

Hast du interessante Beispiele oder Lösungsstrategien aus deiner Arbeit mit Gruppen? Willst du deine Erfahrungen mit uns und anderen teilen? Oder willst du etwas Grundsätzliches zum Thema anbringen? Dann schreib uns! Wir freuen uns drauf!

**Mail:** jugend@alpenverein.at  
**Facebook:** @alpenvereinsjugend

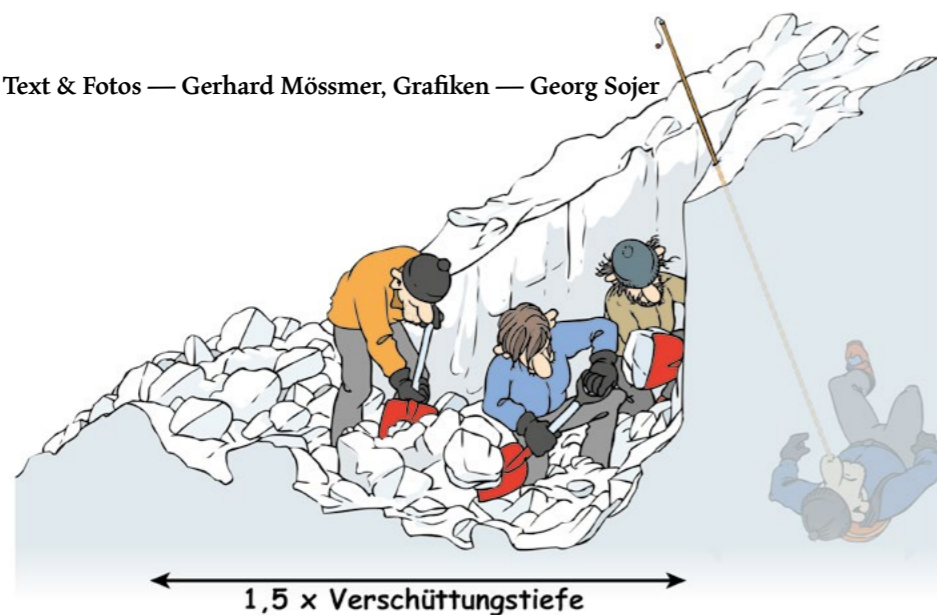


David Kupsa ist pädagogischer Mitarbeiter in der Alpenvereinsjugend und für das Junge Alpinisten-Projekt verantwortlich.

# ZEIT IST LEBEN

## RICHTIG SONDIEREN, EFFIZIENT SCHAUFELN

Text & Fotos — Gerhard Mössmer, Grafiken — Georg Sojer



Piep.....Piep.....Piep.....Piep...Piep. Der Ton wird lauter, die Abstände dazwischen kürzer und die Distanzanzeige am Display eindeutig kleiner. Untrügliche Zeichen, dass wir uns unserem Ziel – einem vergrabenen Rucksack mit sendendem LVS-Gerät – nähern. Jetzt noch konzentriert einkreuzen und schon können wir den, nur wenige Zentimeter unter der Schneedecke durchschimmernden Rucksack mit einer Hand fassen und mit festem Ruck aus dem Schnee reißen. 1 Minute 27 Sekunden: Perfekt! Und was ist mit Sondier- und Schaufeltraining?

### AUCH DAS SONDIEREN UND SCHAUFELN WILL TRAINIERT WERDEN.

Häufig werden LVS-Trainings - sinnvollerweise - im Frühwinter durchgeführt. Der Nachteil: Bei meist mäßiger Schneelage fehlt die entsprechende Verschüttungstiefe, weshalb Übungsszenarien - wie oben beschrieben - eher die Regel als die Ausnahme darstellen. Zwar können wir dabei durchaus den Umgang mit dem LVS-Gerät lernen, wesentliche Bestandteile der Lawinenrettung – nämlich Sondieren und Schaufeln – werden dabei aber gar nicht oder nur schlampig und inkonsequent trainiert. So erklären sich auch die Fabelzeiten bei der Suche,

die mit der Realität leider nur sehr wenig zu tun haben, denn erstens liegt die Verschüttungstiefe bei tödlichen Lawinenereignissen im Schnitt bei ca. 80 Zentimetern und zweitens braucht es leider verdammt viel länger, einen 70 Kilogramm schweren Menschen auszugraben, als einen leeren Rucksack aus dem Schnee zu ziehen. Deshalb ist es bei Trainings extrem wichtig, nicht nur der LVS-Suche, sondern auch dem Sondieren und Schaufeln entsprechend Zeit und Raum zu geben.

### WARUM SONDIEREN?

Wir sondieren, um das Ergebnis der Feinsuche („Einkreuzen“) zu bestätigen und Gewissheit über die Lage und Verschüttungstiefe des Unfallopfers zu erhalten. Ohne das Sondieren bzw. ohne Sondentreffer haben wir keinen Anhaltspunkt, wo genau sich die Person befindet. Dadurch müssen wir mehr Schnee bewegen als notwendig: Das kostet Kraft beim Schaufeln und je tiefer die Verschüttung, desto größer wird dann natürlich auch der Zeitverlust. Welche Sonde? Bevor wir uns mit dem eigentlichen Sondieren beschäftigen, ist es wichtig, dass wir uns über Qualität und Funktionsweise – Stichwort Materialkompetenz - unserer Sonde auseinandersetzen. Eine

qualitativ hochwertige Sonde ist mindestens 240 Zentimeter lang und verwindungssteif. Dickere Karbonsonden liegen hier klar im Vorteil gegenüber dünneren Alu-Sonden. Des Weiteren ist die Sonde zwischen den Segmenten kraftschlüssig, hat also keinen Spielraum beim Auseinanderziehen der gespannten Sonde. Dies wird durch ein dünnes Drahtseil im Inneren und einem guten und einfach zu bedienenden Spannmechanismus am oberen Ende der Sonde garantiert. Erfahrungsgemäß fallen bei Übungen immer wieder Sonden zusammen, da dieser Mechanismus nicht richtig geschlossen wird.

### WIE SONDIEREN?

Sondieren (Punktsuche) selbst ist keine große Kunst. Ob wir in der Spirale oder im Rechteck sondieren, ist im Grunde egal. Viel wichtiger ist, dass wir ein System haben und dieses auch konsequent verfolgen und nicht nach den ersten drei Stichen beginnen, planlos im Schnee herumzustochern. Also beginnen wir bei der Schaufel (das ist die Markierung des niedrigsten LVS-Signals) im Abstand von ca. 25 Zentimeter nach außen im rechten Winkel zur Schneeoberfläche. Sondiert wird so schnell wie möglich, wobei die Sonde im Tunnelgriff durch die untere Hand rutscht und die obere Hand den Stich ausführt und dabei immer an der gleichen Stelle bleibt. Dadurch können wir einen etwaigen Treffer über den Höhenunterschied besser verifizieren. Haben wir uns beim Sondieren bereits weiter von der Markierung (Schaufel) entfernt als die niedrigste Distanzanzeige am LVS-Gerät bei der Feinsuche war, haben wir über das Opfer drüber sondiert und wir müssen wieder von vorne bei der Markierung beginnen.



### WIE ERKENNE ICH EINEN TREFFER?

Wie bereits erwähnt, ist der Höhenunterschied (in Zusammenspiel mit der niedrigsten Anzeige am LVS-Gerät) ein Indikator. Ein zweiter ist das Zurückfedern der Sonde beim Auftreffen auf einen Körper (oder Rucksack). Im Boden würde die Sonde stecken bleiben und man müsste sie aktiv wieder herausziehen. Wichtig: Bei einem Sondentreffer bleibt die Sonde stecken. Um ein Gespür für unterschiedliche Materialien zu bekommen, eignet sich ein sogenanntes Sondierprofil recht gut: Dabei werden Gegenstände und ein Mensch teilweise (eine Seite offen) eingegraben und man muss – ohne die Teile zu sehen - über die Sonde erfühlen, um was es sich handelt. Einfacher und schneller geht es, wenn sich Teilnehmer\*innen gegenseitig bzw. in den Boden stechen und so den Unterschied erkennen.

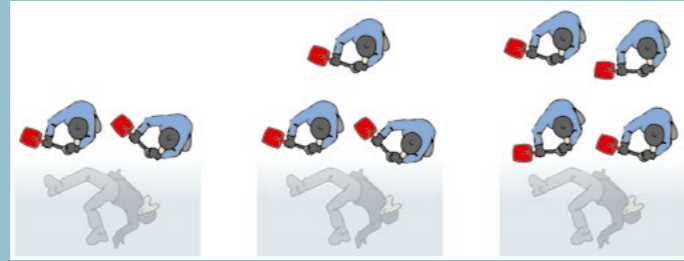
### WELCHE SCHAUFEL?

Noch viel wichtiger als eine gute Sonde ist eine hochwertige Schaufel (dass diese aus Metall ist, muss 2020 wohl hoffentlich nicht mehr groß erwähnt werden), die zu 100 Prozent ihren Zweck erfüllt. Dazu gehören ein robustes Schaufelblatt in einer vernünftigen Größe mit leicht hochgezogenen Seitenflanken und eine Aufnahme für den Schaufelstiel, die eine automatische Fixierung des Stiels erlaubt, ohne dabei aktiv Knöpfe bedienen zu müssen. Wichtig: Der ebenfalls robuste Schaufelstiel – hier ist eine ovale Form von Vorteil - muss verlängerbar sein, um effizient schaufeln zu können. Ein weiteres Feature einer hochwertigen Schaufel ist ein ergonomisch geformter Griff sowie eine sogenannte Räumfunktion, bei der

das Schaufelblatt so in den Stil eingespannt wird, dass die Schaufel wie eine kleine Harke zu bedienen ist. Häufig wird bei Schaufeln zu sehr auf geringes Gewicht und kleines Packmaß geachtet. Dies geht jedoch auf Kosten der Leistung im Ernstfall. Deshalb ist definitiv auf einen guten Kompromiss zwischen Performance und Gewicht zu achten. Bei billigen Schaufeln fehlen oft oben erwähnte Details, zudem sind sie häufig zu filigran und halten den Belastungen nicht stand. Abzuraten ist von Schaufeln exotischer Hersteller aus dem Internet: Diese schauen auf dem Foto qualitativ hochwertigen Schaufeln täuschend ähnlich; spätestens beim ersten Training merkt man aber, dass es sich - wie so oft bei Billigkäufen im Internet - um „a richtig's Glump“ handelt. Nicht umsonst gibt es seit 2018 – zwar auf freiwilliger Basis für die Hersteller, aber immerhin – eine UIAA-Norm für Lawinschaufeln.

### WIE SCHAUFELN?

Grundsätzlich halten wir die Schaufel wie ein Paddel (ausgenommen natürlich in der Räumfunktion) und schaufeln den Schnee – am besten auf einem Bein kniend – so schnell und kraftsparend (ohne den Schnee weit in die Luft zu schmeißen) wie möglich nach hinten, unten weg. Ziel ist es, eine Rampe und keinen Brunnenschacht zu graben, sodass wir das Opfer besser freilegen und in Folge einfacher aus dem Schneeloch bergen und versorgen können. Damit uns das bestmöglich gelingt, haben sich je nach Anzahl der Retter\*innen unterschiedliche Strategien etabliert: 1.) Alleine positioniert man sich im Abstand der Verschüttungstiefe unterhalb der Sonde (bei einem Meter Verschüttungstiefe entspricht das also einem Meter Abstand von der Sonde) und beginnt zu graben. 2.) Zwei Retter\*innen tun das Gleiche nebeneinander, 3.) bei drei Retter\*innen stehen zwei vorne und eine hinten, 4.) bei vier zwei vorne und zwei hinten. Da die Retter\*innen in der ersten Reihe deutlich mehr Schaufelleistung vollbringen müssen als jene dahinter, empfiehlt es sich, zu rotieren, also die Positionen zu wechseln. Kommt man – Anhaltspunkt ist die steckende Sonde – der Person näher, schaufeln wir vorsichtiger. Ziel ist es dann, so schnell wie möglich zum Kopf zu kommen und die Atemwege frei zu legen. Dafür müssen



wir die letzten Zentimeter mit der Hand graben, um das Opfer nicht zu verletzen. Schaufeln lässt sich sehr gut separat von der LVS-Suche trainieren, indem man z.B. mehrere Gruppen bildet und diese nebeneinander aufstellt. Nun steckt man vor jede Gruppe eine Sonde in den Schnee und lässt auf Kommando alle gleichzeitig beginnen. Sieger ist jene Gruppe, die als erste großflächig den Boden an der Sonde freigelegt hat.

### FAZIT

Bei der Notfallausrüstung dürfen wir nicht sparen und falls wir zu wenig über die jeweiligen Vor- und Nachteile wissen, lassen wir uns gerne von Expert\*innen im Fachhandel informieren. In Folge machen wir uns im Trockentraining daheim mit der Funktionsweise unserer Ausrüstung vertraut und zu guter Letzt trainieren wir nicht nur die LVS-Suchphasen, sondern üben auch richtiges Sondieren und Schaufeln, damit wir für den Ernstfall auch tatsächlich umfassend gerüstet sind. Was danach kommt – nämlich die Erste Hilfe – gehört natürlich genauso trainiert, ist aber eine eigene Geschichte.

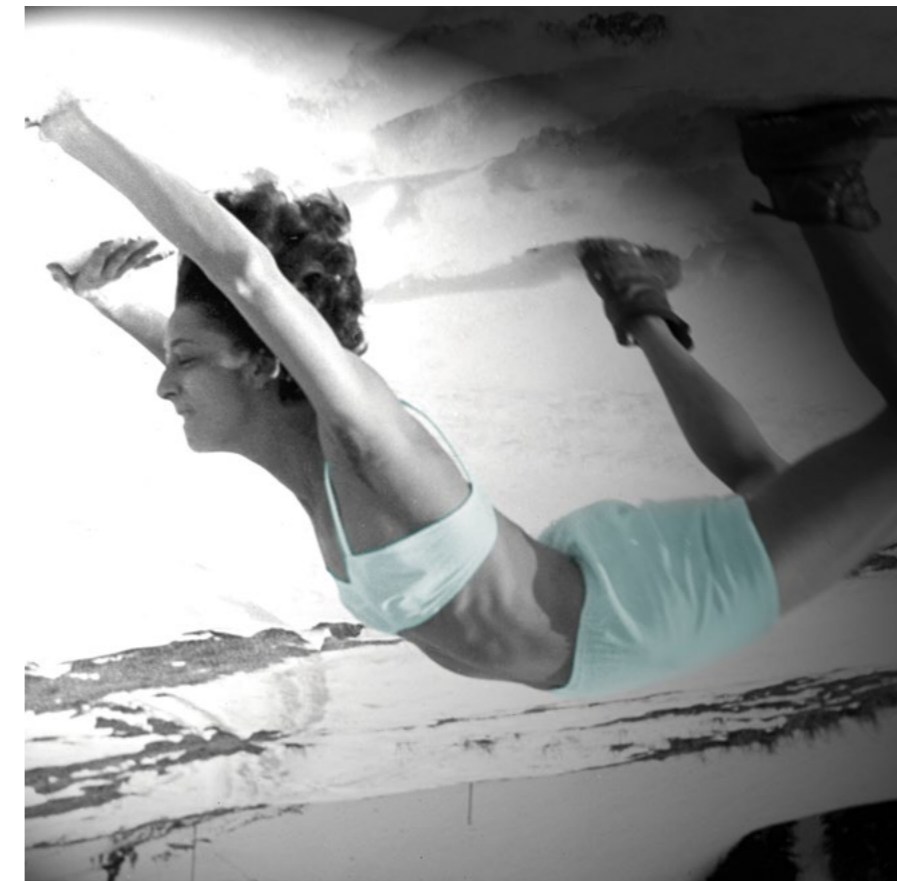


**Gerhard Mössmer** ist Berg- und Skiführer, Mitarbeiter in der Abteilung Bergsport und zuständig für Lehrschriften und Lehrteam.

Eine Serie des Alpenverein Museum & Archiv

# BACK? TO THE FUTURE!

Gedanken weiterspinnen



*... stark und frei zu sein,  
frei auch, in die Irre zu gehen  
und sein eigenes Geschick in der Hand zu haben*

Zitat Primo Levy, Bildvorlage OeAV LB 72\_14\_68 Vortrag Luther: Frühgymnastik im Schnee Zusammenstellung u. Bearbeitung Michael Guggenberger.

# ALLES UNTER EINEN HUT

## WINTERAKTIVITÄTEN FÜR JEDES ALTER

Text & Fotos — Julia Auer

Unser Familienprogramm hat sich bis vor wenigen Jahren auf die warme Jahreshälfte beschränkt. Nun füllen wir diese Lücke mit einem Winterwochenende auf der Wurzeralm.



Abfahrt ist Freitagmittag. Nach rund einhalb Stunden Fahrt erreichen wir die Talstation Wurzeralm in Spital am Pyhrn. Dort wird alles in die Standseilbahn verladen. Da wird's kurzfristig immer etwas stressig. Der Weg von der Bergstation zum Quartier ist nur kurz und kann zu Fuß oder mit den Skiern gemeistert werden. Dann werden schnell die besten Plätze im Lager gesichert und schon kann es raus in den Schnee gehen. Es werden Schanzen gebaut und Tunnel gegraben. Einige Erwachsene unternehmen noch eine abendliche Skitour auf den Stubwieswipfel. In der Zwischenzeit

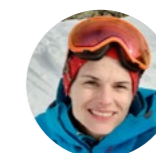
klappern in der Küche Töpfe, Besteck und Geschirr. Fleißige Hände kümmern sich bereits um das gemeinsame Abendessen. Aus dem Aufenthaltsraum hört man das Kinderlachen der jüngsten Teilnehmer\*innen. Bis jede/r seinen Sitzplatz gefunden hat und der erste Schöpfer am Teller ist, geht es laut und turbulent zu. Kurz wird es ruhig, wenn alle hungrig schmatzen. Schon vor dem Essen wurde verhandelt, wie lange nachher noch draußen gebuddelt werden darf. Einige schnappen sich ein Brettspiel, andere verschwinden ins Lager und ein paar dürfen Küchendienst machen. Vor dem Schlafengehen müssen

noch die nassen Sachen zum Trocknen aufgehängt werden, damit für den nächsten Tag alles einsatzbereit ist. Am Samstag ist schon früh Tagwache; der Tag will schließlich genutzt werden. Beim Frühstück wird besprochen, wer mit wem unterwegs sein wird. Ambitionierte Kids, die gerne auch mal ins Gelände fahren, gemütliche Genusskifahrer und Anfänger\*innen finden sich von selbst in überschaubaren Gruppen zusammen. Auch die Begleitpersonen sind schnell gefunden. Während die Ersten schon - bevor der Lift geht - am Drehkreuz stehen, warten die Kleinsten und ihre Eltern lieber noch auf



die ersten wärmenden Sonnenstrahlen für den Ausflug in den Schnee. Zwei Väter brechen gerade zur Schneeschuhwanderung auf, eine weitere kleine Gruppe packt die Rucksäcke für eine Skitour. Es wird vereinbart, dass man sich zum Mittagessen trifft. Wenn am Nachmittag die Lifte stillstehen, werden wieder die Schaufeln rausgeräumt. An der Schanze sind noch letzte Feinarbeiten erforderlich. Die Mutigen (Kinder und Erwachsene) stürzen sich den Anlauf hinunter und heben couragiert ab. Der Applaus der Zuschauer ist allen gewiss! Wer glaubt, dass nach dem Abendessen Müdigkeit ausbricht, täuscht sich. Fast alle sind noch motiviert, eine Wanderung durch die nächtliche Winterlandschaft zu machen. Schnell wieder angezogen und mit Taschenlampe ausgerüstet, rücken die Nachtschwärmer\*innen noch einmal aus. Bei der Rückkehr bietet sich noch eine kurze Abfahrt mit dem Rutschsteller über die frisch präparierte Piste an ;-). Am Sonntag in der Früh nach dem Frühstück werden die Lager geräumt, das Gepäck zur Abreise vorbereitet. Aber noch ist es nicht soweit, vorher wartet noch ein weiterer ausgefüllter Wintertag. Das Drumherum ist nicht nur Rahmenprogramm, sondern das Highlight für die Kinder und Jugendlichen: Schanze bauen und springen, Schneeburgen und -tunnel graben, die nächtliche Taschenlampenwanderung durch die Winterlandschaft, gemeinsame Spiele und Blödeleien im Lager. Wichtig bei jedem Unternehmen, besonders mit Kindern, ist das Essen. Da wir alle unsere Freizeit gerne ausgiebig nutzen, soll die Zubereitung schnell gehen und nicht zu aufwendig sein. Die Gerichte für das Abendessen werden bereits daheim vorbereitet, sodass nur noch

Salat, Suppe, Nudeln o.ä. auf der Hütte frisch zubereitet werden. Grundsätzlich ist für Verpflegung gesorgt; Marmeladen, Honig, Kuchen und Knabbereien bringen die Teilnehmer\*innen noch mit. Fixpunkte sind das gemeinsame Frühstück und Abendessen. Für die Verpflegung zu Mittag ist jeder selbst verantwortlich und sollte sich vorab überlegen, ob es eine Rucksackjause braucht oder ob eine Einkehr geplant ist. Jede und jeder ist bei diesem Winterwochenende willkommen. Die Teilnehmer\*innen können die Tage nach eigenen Vorstellungen gestalten. Man kann Ski fahren, eine Skitour unternehmen, mit Schneeschuhen wandern, einen Spaziergang im Schnee machen, in der Sonne faulenz oder alles nacheinander. Alle Teilnehmer\*innen sollen auf ihre Kosten kommen. Der Erfolg der Veranstaltung ist dabei dem engagierten Miteinander der Teilnehmer\*innen geschuldet. Alle bringen sich selbstverständlich ein und ermöglichen damit ein vielseitiges Abenteuer, das trotz individueller Gestaltung ein gemeinschaftliches Unternehmen ist. Die Veranstaltung erfreut sich bei Familien mit Kindern aller Altersstufen großer Beliebtheit. Mit rund 40 Mann/Frau/Kind füllen wir alle verfügbaren Schlaf- und Sitzplätze auf der Hütte. Da durften wir letztes Jahr noch eng zusammenrücken! Das Naturfreundehaus Wurzeralm ist ein Selbstversorgerhaus, das sich optimal für diese Unternehmung eignet: Es ist für uns gut erreichbar, es ist ausreichend Platz vorhanden und es gibt genug Trocknungsmöglichkeiten für Handschuhe, Schuhe und Socken.



Julia Auer ist Familiengruppenleiterin in der Ortsgruppe Ottensheim, Sektion Linz. Das ganze Jahr hindurch ist sie begeisterte Bergsportlerin und mit ihren drei Kindern (10, 7 und 4 Jahre) immer gerne draußen unterwegs.



Alpenverein-Akademie:  
Tage draußen im Winter



Mit Kindern Winterlandschaft entdecken

Verschneiter Wald und „weiße Wüste“ bieten gute Möglichkeiten für erlebnisreiche Entdeckungen und Naturerfahrung. Gemeinsam mit Ihren Kindern erleben die Teilnehmer\*innen kurze Schneeschuhtouren, Schneespiele und Aktionen mit und im Schnee.

19.02.2021 – 21.02.2021, Obernberg / Brenner (T)  
Webcode: 21-0004-01, [www.alpenverein-akademie.at](http://www.alpenverein-akademie.at)

Jugendteams stellen ihren Hausberg vor

# UNSER HAUSBERG DER GRÜNTALKOGEL

## ALPENVEREINSJUGEND TEXING

Mit 886 Meter Seehöhe werden wir manchmal belächelt,  
wenn wir ihn als Berg bezeichnen. Für uns ist er ganz klar  
unser Hausberg. Der Grüntalkogel.

Der Grüntalkogel liegt im Texingtal, im niederösterreichischen Mostviertel und am Rande des Alpenvorlands. Bei schönem Wetter bekommt man einen unfassbar weiten Blick in das Waldviertel, ins Donautal und nach St. Pölten. Auf dem Grüntalkogel steht die Grüntalkogelhütte. Die Hütte wird vom Alpenverein betrieben und steht dort schon seit 1978. An den Wochenenden vom 01. Mai bis zum 26. Oktober wird die Hütte von Mitgliedern der Ortsgruppe Texing bewirtet. Auf der Hütte kann man auch im Matratzenlager übernachten und so das gute Frühstück der Hütte genießen. Um auf den Grüntalkogel und zur Hütte zu kommen, gibt es viele Möglichkeiten. Die schnellste „Route“ ist von St. Gotthard ausgehend der „Schneckensteig“. Nein, am Weg findet man nicht übermäßig viele Schnecken. Der Steig heißt so, weil man ihn sehr langsam - wie eine Schnecke - gehen muss, um nicht aus der Puste zu kommen. Die beliebteste Route und besonders für Familien gut geeignet, ist vorbei am Schwabeckkreuz, einer alten Pestsäule mitten am Berg. Schon der Ausblick beim Schwabeckkreuz lässt erahnen, welch fantastischer Blick in die Ferne uns oben erwarten wird. Je nach Zeit und Ausdauer kann man auch andere schöne Platzerl in der Umgebung mit einer Wanderung auf die Hütte entdecken. Bei einer Tagestour könnte man z.B. die Tropfsteinhöhle „Freinberghöhle“, den Bichlberg oder die Burg Plankenstein „mitnehmen“. Für uns, die Alpenvereinsjugend Texing, sind die Wanderungen auf den Grüntalkogel fixer Teil im Jahresprogramm. Ein ganz besonderes Event ist die Kinderweihnachtsfeier am Ende des Jahres. Die Feier beginnt mit der gemeinsamen Wanderung - mit ein wenig Glück sogar im Schnee - zur Hütte. Die Kinder, so wie wir, lieben das Knirschen des Schnees, wenn es so richtig kalt ist. Oft bauen wir am Weg noch einen Schneemann oder andere seltsame Figuren. Die Hütte wird vom Jugendteam und dem Hüttendienst weihnachtlich geschmückt. Auch ein Weihnachtsbaum wird aufgestellt. Einer der schönsten Momente ist, wenn wir nach dem Aufstieg in die Hütte kommen. Die Wärme in der Hütte, der schön geschmückte Baum und der Duft des Glühweins (den gibt's nur für die Erwachsenen ;-)), der uns in die Nase steigt. Eine ganz besondere Stimmung. Und das am Berg. Die selbst gebackenen Kekse werden getauscht. Es wird gesungen und musiziert. Manche haben auch ihr Lieblingsbrettspiel mit dabei. Nach ein paar gemütlichen Stunden geht es mit Fackeln, damit wir uns im Dunkeln nicht verlaufen, talwärts. Das sieht bestimmt richtig schön aus vom Tal aus. Sehr beliebt ist auch der Abschluss des Kinderkletterns im



Herbst. Nach einem Tag im Klettergarten nahe der Burg Plankenstein wandern wir gemeinsam zur Hütte. Die Grillwürstel, die es so sonst nicht gibt, sind dann etwas Besonderes. Wird es finster, erzählen wir uns in der Stube Geschichten und Sagen aus dem Texingtal. Es wird gesungen und gelacht bis die ersten müde ins Bett bzw. ins Matratzenlager fallen. Nicht selten ist für die Kinder die Nacht auf der Hütte die erste Nacht überhaupt ohne Eltern. Darauf sind sie besonders stolz. Wir sind als Jugend natürlich das gesamte Jahr über beim Programm auf der Hütte mit dabei. Die Höhepunkte sind da sicher die Bergmesse, der Walzberglauf und die Feier zu Silvester. Die genauen Zeitpunkte der Veranstaltungen findest du in unserem Tourenplan. Hast du Lust bekommen, unseren Hausberg und die Grüntalkogelhütte zu besuchen? Die Hütte ist an den Wochenenden vom 01. Mai bis zum 26. Oktober bewirtet. Besuchen kannst du die Hütte natürlich das ganze Jahr über, z.B. auch mit Schneeschuhen. Entweder hast du dann Glück und die Hütte ist für eine Tour „sonder-geöffnet“ oder du bedienst dich einfach selbst am Trinkbrunnen hinter der Hütte. An Durst leiden musst du nicht. Brauchst du einen Guide oder Infos, dann melde dich gerne bei uns. Du findest nähere Infos auch unter [www.alpenverein.at/gruentalkogelhutte/](http://www.alpenverein.at/gruentalkogelhutte/) oder folge uns auf Facebook!

Liebe Grüße!

Das Jugendteam der Ortsgruppe Texing



Peter Dollfuß ist Jugendmitarbeiter und Referent der Jugendgruppe „Salamander“ in der Ortsgruppe Texing, Sektion Melk.

Günther Gruber, 4462 Reichraming, Unterer Kirchenberg 12

An die Redaktion von "Bergauf"  
Olympiastr. 37  
6020 Innsbruck

Reichraming, 10. 6. 2020

Leserbrief zum Thema "Jugend am Berg"

In Ihrem letzten Heft "Bergauf 03.2020" sind einige Beiträge zu "Jugend am Berg", vor allem die wohltuenden Aussagen von Luis Töchterle. Als ehemaliger AV-Jugendführer möchte ich dazu mit einigen Gedanken ergänzen:

Anscheinend liegt der Schwerpunkt der AV-Jugendbetreuung nur mehr auf "klettern mit technischen Hilfsmitteln". Daß das einfache Bergwandern auch Freude und Ausgleich beschert, bleibt fast im Hintergrund. Berge bestehen nicht nur aus steilen Wänden und Graten; auch Almmatten, stille Kare, Bäche, Blumen und Latschen gehören dazu.

Auch Erwachsene besuchen als Modetrend vielfach Klettersteige mit eisernen Steighilfen und Stahlseil zum Einhängen. Sie sollen es tun, aber unserer Jugend sollten wir andere Werte vermitteln! Wie schön ist es, den blanken Fels anzugreifen statt sich nur an Eisenklammern hochzuziehen. Das Bergsteigen ist ein Bewegen in der Natur. Zur körperlichen Anstrengung kommt die wohltuende Wirkung für Auge und Seele.

Natürlich brauchen Kinder und Jugendliche auch Herausforderungen, wollen Risiken beherrschen lernen. "Risk'n'fun" erscheint mir aber nicht ausreichend für die jugendliche Entwicklung. "Fun" =Spaß möchte ich ersetzen durch "Freude", diese ist tiefgreifender und gesund auch für die Psyche. Lustig soll für Kinder das Bergsteigen in Gemeinschaft mit Gleichaltrigen sein. Aber dazwischen muß auch der Sinn geschärft werden für ruhige (besinnliche) Naturbetrachtung. Lenken wir das Hauptaugenmerk wieder mehr darauf! Bergsteigen ist mehr als nur ein Sport, es stärkt Körper und Seele, entspricht also dem ganzheitlichen Wesen des Menschen.

*Günther Gruber*

Günther Gruber aus der Ortsgruppe Losenstein, Sektion Steyr, ist seit 1953 Mitglied des Österreichischen Alpenvereins.

*Almdudler®*

*Gegen Durst sind  
Kräuter gewachsen.*





## WAHRNEHMEN. BEURTEILEN. ENTSCHEIDEN.

AUSBILDUNG & KNOW-HOW  
FÜR FREERIDERINNEN  
IM BACKCOUNTRY

### FREERIDE SEASON STARTERS IN KOOP MIT BLUE TOMATO BEIM FREERIDE-FILMFESTIVAL

ZÜRICH 08.11. • WOLFURT 09.11.  
GARMISCH 10.11. • MÜNCHEN 11.11.  
WIEN 12.11. • INNSBRUCK 13.11.

### START / DROP IN

VORARLBERG & STEIERMARK 19.12.2020  
TIROL & SALZBURG 20.12.2020

### LEVEL 1 / TRAININGSSSESSION

SAALBACH-HINTERGLEMM 27.01. – 31.01.2021  
KÜHTAI 01.02. – 05.02.2021  
TAUPLITZ 20.02. – 24.02.2021  
TAUPLITZ 24.02. – 28.02.2021  
SAALBACH-HINTERGLEMM 03.03. – 07.03.2021

### LEVEL 2 / NEXT LEVEL

HOCHKEIL AM HOCHKÖNIG 20.01. – 24.01.2021  
KITZSTEINHORN 08.02. – 12.02.2021  
SONNENKOPF 15.03. – 19.03.2021

### LEVEL 3 / BACKCOUNTRY PRO

DACHSTEIN 03.02. – 07.02.2021  
TUXER ALPEN 15.03. – 19.03.2021

### LEVEL 4 / ALPINE PROFESSIONALS

HOHE TAUERN 22.03. – 28.03.2021

### FINAL / CHILL OUT

FIEBERBRUNN 19.03. – 21.03.2021

ALLE WEITEREN TERMINE, INFOS UND ANMELDUNG

**risk-fun.com**