

# ERSTE SCHRITTE INS TOURENGLÜCK

Skitouren finden jährlich mehr Anhänger. Wer auch Lust hat, aber sich fragt: „Wie steig ich ein?“ – für den hat Berg- und Skiführer Marcellus Schreilechner die relevanten Antworten.

Von Christof Domenig

**L**ogisch, als Erstes brauche ich ein Equipment. Wie finden Neulinge heraus, welches Material für sie passt, ehe sie sich in Unkosten stürzen?

Zuerst leihen und ausprobieren ist sicher ein guter Ansatz. Wichtig ist, in den guten Fachhandel zu gehen. Die große Herausforderung ist sicher die Schuhe, die bequem passen sollten, damit schon der erste Skitourtag ein Genuss wird. Die Qualität der Leihski sind bei den Einsteigertouren nicht so entscheidend. Bei der Notfallausrüstung gibt es sehr oft Gesamtpakete, die einem guten Standard entsprechen. Beim Lawinenschüttelgerät darauf achten, dass es ein modernes Dreiantennengerät ist.

**Gibt es auch genügend Möglichkeiten, sich mit gutem Leihmaterial zu versorgen? Oder konzentrieren sich viele Verleiher aufs Alpinski-Material?**

Ja, soweit ich Einblick habe, gibt es in den Ballungszentren wie in den Skigebieten ausreichend Tourenski-Leihmaterial, das meist einem guten Standard entspricht. Am besten man ruft vorher an und erkundigt sich, ob Schuhe in der richtigen Größe vorhanden sind.

**Die größten Zuwächse gibt es bei Pisten-touren. Erste Schritte auf einer Skipiste, ist das ein guter Weg?**

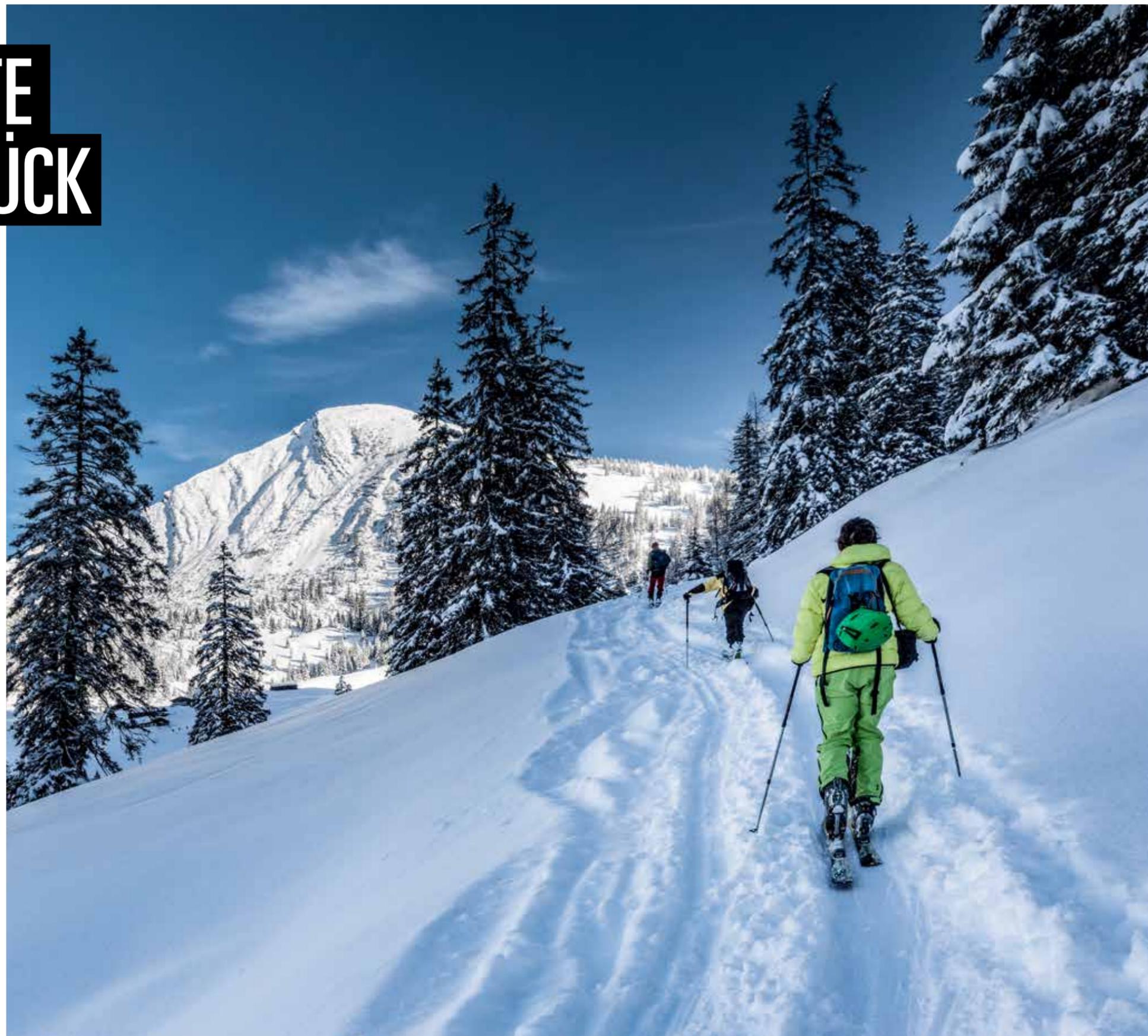
Pistengehen ist sicher kein schlechter Start. Aufpassen auf die lokalen Regelungen: In

vielen Skigebieten ist das Gehen auf den Pisten verboten. Einige erkennen durchaus ein neues Geschäftsfeld und laden Pistengeher zumindest an einigen Tagen der Woche ein. Wird ein Entgelt dafür verlangt, ist das zu entrichten. Was klar ist: Pistengehen deckt zwar den sportlichen Aspekt, aber nur wenig vom Erlebnisaspekt des Skitourengehens ab.

**Dann also von der Piste weg ein paar Meter ins Gelände?**

Das Gehen und Fahren unmittelbar neben der Piste bringt oft dasselbe Problem wie das Pistengehen mit sich. Hier sollte man sich also über die Erlaubnis und die Möglichkeiten vorher gut informieren. Mein Tipp ist eine Veranstaltung für Skitouren-Einsteiger: Es gibt von den alpinen Vereinen sowie von den Alpenschulen sehr gute Angebote und man hat auch gleich kompetente Ansprechpartner zur Verfügung. Dabei geht es nicht nur um die Geh- und Skitechnik, sondern vor allem auch um Tourenplanung, die die aktuelle Schnee- und Lawinensituation, die Routenwahl, einen groben Zeitplan sowie die notwendige Wahl der Ausrüstung beinhaltet.

Foto: iStock



**Es gibt auch Skitourenlehrpfade sowie einige – wenige – Skitourenparks: eine gute Sache für Einsteiger?**

Die Skitourenlehrpfade erklären auf Schautafeln die Techniken und Gefahren des Skitourengehens, das ist sicher ein interessanter Zugang in der alpinen Pädagogik. Es besteht jedoch die Gefahr, dass Informationen missverstanden werden. Bei Skitourenparks wird man meistens am Pistenrand oder in Pistennähe durch das Gelände geführt. Hier sind die Verhaltensregeln klar vorgegeben, an die man sich zu halten hat. Sich ausschließlich durch solche Lehrpfade und Parks kundig über alpine Gefahren zu machen, ist aber zu wenig.



Von Bergprofis kann man jede Menge lernen, etwa über den Schnee. LVS, Schaufel und Sonde sind von Anfang an dabei.

**Ab welchem Gelände sollte man das Sicherheitspaket LVS, Sonde und Schaufel mit dabei haben?**

Die Standard-Notfall-Ausrüstung ist beim Skitourengehen im freien Gelände immer dabei und wird vorm Weggehen bei jeder Skitour gegenseitig überprüft. Zur Standard-Notfall-Ausrüstung gehört jeweils ein Lawinenverschüttetensuchgerät, eine Sonde und eine Schaufel pro Tourengeher. Eine Ausnahme gibt es nur beim Pistengehen, wo man auf die Notfallausrüstung verzichten kann. Grundsätzlich gibt es Schneebrettlawinen zwar erst ab einer Steilheit von 30 Grad, man kann sich aber auch im Einzugsgebiet einer solchen Gefahrenzone befinden, wenn man in flacheren Gelände unterwegs ist.



**DR. MARCELLUS SCHREILECHNER**  
ist staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Alpinsachverständiger, Bundesreferent für Bergsport bei den Naturfreunden Österreich.  
[www.alpinimpuls.at](http://www.alpinimpuls.at)  
[www.naturfreunde.at](http://www.naturfreunde.at)  
[w3.naturfreunde.at](http://w3.naturfreunde.at)



**Ist es prinzipiell möglich und sinnvoll, sich auf eigene Faust mit der Sicherheitsausrüstung vertraut zu machen?**

Mit der technischen Ausrüstung wie Ski, Bindung, Fellen etc. kann man sich gut selbst vertraut machen. Das ist im Vorfeld einer Skitour sogar zu empfehlen, um festzustellen, ob die Ausrüstung funktioniert und gut zusammenpasst. Die Anwendung der Sicherheitsausrüstung sollte man jedoch unter professioneller Anleitung trainieren. Da gibt es heute sehr gute Ausbildungsstandards, die von allen Vereinen und Alpenschulen angewendet werden. Nur dann kann man im Ernstfall rasch und zielgerecht handeln.

**Zu welchem Zeitpunkt sollte man einen Kurs besuchen?**

Der Einstieg in einen Skitourenkurs ist jederzeit sinnvoll. Vom Anfänger bis hin zum Skitourenroutinier gibt es genug Themen, an denen man arbeiten kann. Meist sind die Kurse für Anfänger oder Fortgeschrittene ausgeschrieben, hier kann man sich persönlich zuordnen. Kurse haben zumeist die Tourenplanung in Abhängigkeit von der Schnee- und Lawinensituation, die Orientierung, eine sichere Spuranlage sowie den

Umgang mit Notfallsituationen zum Inhalt. Manche Veranstalter bieten auch separate Notfall-Trainingskurse an. Hier wird speziell der Umgang mit der Notfallausrüstung und die Versorgung von Lawinenopfern geübt.

Mein Tipp: Wir bei den Naturfreunden haben das „W3“-Ausbildungskonzept entwickelt. Es dient der persönlichen Selbsteinschätzung für eigenverantwortliches Handeln beim Skitourengehen. In der „W3-Matrix“ kann man sich entsprechend seinen Fähigkeiten einordnen und erkennen, welches Gelände für einen – abhängig von den Schnee- und Lawinenverhältnissen – infrage kommt.

**Wie erkennt man im Vorfeld, ob in Camps und Kursen gute Qualität geboten wird? Sollten zum Beispiel die Guides eine gewisse Art von Ausbildung vorweisen?**

Die Ausbildung der Skitourenführer in Österreich ist gut standardisiert. Der Profi unter den Skitourenführern ist der staatlich geprüfte Berg- und Skiführer mit einer dreijährigen Berufsausbildung, er arbeitet selbstständig oder gemeinsam mit Alpenschulen. Bei den alpinen Vereinen sind staatlich geprüfte Skitoureninstruktoren oder Übungsleiter tätig, die eine ein- bis zweiwöchige Ausbildung hinter sich haben und daher einfache Unternehmungen im winterlichen Gebirge gut einschätzen und führen können.

Fotos: Mammüt, Thomas Polzer, Dr. Schreilechner



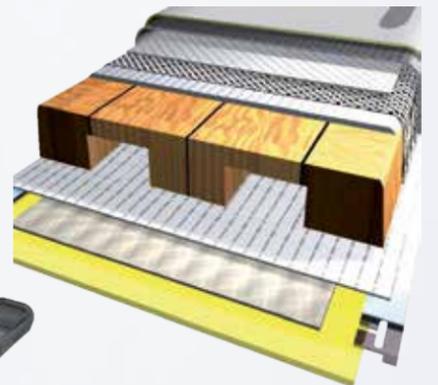
**ALTAVIA CARBON & TITAN VARIO**



**NEW LIWOOD AIR CORE 14 LAGEN LIGHTWEIGHT TECHNOLOGIE**

- > LEICHT
- > DREHFREUDIG

DER KERN BESTEHT AUS LEICHTEN UND ROBUSTEN HOLZELEMENTEN UND IST DERZEIT DIE INNOVATIVSTE LÖSUNG AM SKITOUREN-MARKT.



TITAN VARIO/FLEX 30 PLATE/SKISTOPPER | 260 GR





Rauf mit dem Fell auf den Leihski: Wenn man die Sache ein wenig plant, ist der Erlebniswert der Premieren-Skitour riesig.

### Ab wann sollte man sich mit der Interpretation des Lawinenlageberichts beschäftigen?

Das sollte auch möglichst früh beginnen. Der Lawinenlage- bzw. -prognosebericht ist stufenweise aufgebaut. Hier kann sich jeder darüber informieren, wie die Schnee- und Lawinensituation am Tag seiner Skitour zu erwarten ist. Je tiefer man in den Lagebericht einsteigt, desto detaillierter wird die Information. Um diese zu interpretieren braucht man auch praktische Erfahrungen und meist auch Anleitungen und Hinweise von Profis. Als Einsteiger sollte man schon wissen, ob es sich um günstige oder ungünstige Verhältnisse am Tourentag handelt, danach sollte die Tour ausgewählt werden.

### Wie findet man Gleichgesinnte, die Einsteiger mit auf Tour nehmen?

Auch da wieder: am besten bei alpinen Vereinen oder Alpenschulen. Da ist man mit Gleichgesinnten unterwegs und wird professionell begleitet. Oft ergeben

sich daraus persönliche Freundschaften und Tourenpartnerschaften. Beim gemeinsamen Erlernen von Fähigkeiten wächst auch das gemeinsame Verständnis für Gefahren und damit ergeben sich meist gute Verhaltensmuster.

### Wann ist der Zeitpunkt gekommen, um erstmalig selbstständig eine Skitour planen und durchführen zu können?

Die Anzahl der Touren ist nicht das wichtige Kriterium um selbstständig unterwegs zu sein. Bei günstigen Verhältnissen, die man aus dem Lawinenlage- bzw. -prognosebericht holen kann, ist die selbstständige Planung und risikobewusste Durchführung einer Skitour bereits nach einem Grundkurs möglich. Bei ungünstigen Verhältnissen, die mit höheren Gefahrenstufen 3 bis 4 ausgewiesen werden, ist ein eigenverantwortliches und risikobewusstes Skitourengehen dagegen nur mit umfangreichem Wissen und hohem Erfahrungswert möglich.

Foto: Thomas Polzer



# NEUE MASSSTÄBE

**KOMPERDELL SETZT MASSSTÄBE IN FREERIDE UND TOURING: MIT HOCHWERTIGEN CARBONSTÖCKEN MADE IN AUSTRIA. UND MIT EINEM EINZIGARTIGEN REPARATURSERVICE.**

### 100 Prozent Carbon

Dank eigener Schaftproduktion können Carbonrohre entwickelt werden, die auf die Anforderungen des Ski- und Tourensports abgestimmt sind. So entstehen die leichtesten Stöcke, die extremen Belastungen standhalten.

### Powerlock 3.0 & Stiletto

Der Powerlock-3.0-Verschluss setzt durch seine robuste Konstruktion und seine Haltekraft Standards. Das weltweit einzigartige Stiletto-System mit Längenverstellung per Knopfdruck weist den Weg in die Zukunft.

### TAC-Griffe

Für die neuen TAC-Griffe wird eine von Komperdell exklusiv verwendete Technologie eingesetzt. Der extrem leichte, thermoisolierende Griff ist besonders rutschfest, weich und sogar schweißabsorbierend.

### 3 Jahre Gratis-Reparaturservice

Was auch immer passiert: Komperdell repariert deine Stöcke drei Jahre lang ab Kauf. Einfach einschicken, Komperdell kümmert sich darum.



**KOMPERDELL**  
www.komperdell.com



**MOUNTAINS  
NEVER RUN  
OUT OF  
CHALLENGES.**



Die Berge bieten uns schier unendliche Möglichkeiten – wer sie überqueren will, braucht eine zuverlässige Ausrüstung, die selbst bei härtesten Belastungen das hält, was sie verspricht. Der Transalp 82 Carbon garantiert höchste Stabilität bei geringem Gewicht und sorgt somit für optimale Performance unter allen Bedingungen.

**SKI:** Transalp 90 Carbon  
**BOOT:** Travers Carbon

FISCHERSPORTS.COM

ANZEIGE / Fotos: Komperdell



Die neuen TAC-Griffe machen die Stöcke von Komperdell zum Blickfang auf jeder Tour.