

001.sc Foto: swiss-image



# Gleitzeit



### Wintersport liegt im Trend

**Winterurlaub** ist, das sagen Freizeitforscher (FUR) und Mediziner (UNI Wien), gesünder als Sommerurlaub. Mag es allein daran liegen, dass – Binsenweisheit! – die Tage kürzer sind und mehr Raum bleibt zum Relaxen, für Wellnessseinheiten und Slow Food oder/und der Endless-Summer-Party-, Besichtigungs- und Sportstress entfällt!

Zudem ist die Luft in moderater Höhenlage zwischen 1000 und 1400 Metern besonders anregend für den Organismus. Leichter Sauerstoffmangel ist keineswegs schädlich oder belastend für den Körper. Ganz im Gegenteil: Zahlreiche Sportler wissen, wie konditions- und leistungsfördernd und natürlich auch gesund der Aufenthalt in der Bergluft ist. Wie gesund der Urlaub in den Bergen tatsächlich ist, belegt eine österreichische Höhenstudie, die kürzlich am Arlberg durchgeführt worden ist. Dieses Projekt mit dem Titel AMAS (Austrian Moderate Altitude Study) war die weltweit erste medizinsportwissenschaftliche Studie, die die Auswirkungen eines mehrwöchigen Urlaubs in mittlerer Höhenlage untersucht hat. So heißt es in einem Bericht der AMAS-Studie: „Besonders bei Touristen, die unter den typischen Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, Stoffwechselstörungen und Übergewicht leiden, wurden positive Effekte auf Herz-Kreislauf-System, Stoffwechsel, Körpergewicht, Blutbild und subjektives Wohlbefinden nachgewiesen“. Wohin sich der Winterurlaub und die Winteraktivitäten entwickeln werden, darüber streiten die Fachleute. Optimisten sehen **Wachstumspotenzial**, weil die Alpen ein sicheres Urlaubsgebiet sind, ihnen die Flugunlust zu Gute kommt und die so genannten „jungen Alten“ Wintersport- und Wintererleben seit ihrer Kindheit als positive Erinnerung einprogrammiert haben.

**„Ski“**

*kommt vom altnorwegischen Ausdruck „skid“, der ein zerteiltes Holzstück bezeichnete.*

*Der Mensch versucht schon sehr lange, sich im Schnee zu bewegen, anfangs jedoch aus rein zweckmäßigen Gründen und nicht zum Spaß, so wie heute. Wie alte, skandinavische Legenden belegen, existiert das Ski Laufen schon seit unendlich langer Zeit.*

Andere prognostizieren stetige Rückgänge wegen **schneearmer Winter**. Wenn eine sehr pessimistische Berechnung stimmt, dann wird die Temperatur im Jahr 2100 um 2–3 Grad global gestiegen sein, Klimazonen werden sich 300 km in Richtung der Pole verlagert haben und 300 Meter nach oben.

Ob aber immer höher gelegene Ski- und Wintergebiete der Weisheit letzter Schluss sind, ist fraglich. Die Situation der letzten Winter hat eher gezeigt, dass Niederschläge sehr unberechenbar und eher kleinräumig waren – unabhängig von der Meereshöhe. Was letztlich für den Gast bedeutet, sehr kurzfristig zu buchen und sich spontan für Destinationen zu entscheiden.

**Problemwinter** haben auch nur bedingt mit der Schneemenge zu tun, der Knackpunkt entsteht früher: Bei einem optimalen Winter friert der Untergrund Ende November bereits gut durch, dann folgt früher Schneefall. Wenn nun die Temperaturen so bleiben, dass zumindest die Basis nicht ganz auftauert, kann die Saison gut werden, auch wenn es danach weniger schneit (Ersatz durch Kunstschnee). Wenn aber der Untergrund warm ist, wenn der erste Schnee kommt, dann helfen auch Rekordschneefälle nicht. Und Schneekanonen benötigen eben auch Temperaturen um den Gefrierpunkt, um zu funktionieren. Bei 6 Grad plus nutzen ganze Armadas von Schneekanonen rein gar nichts!

Ohne Zweifel betrifft dies vor allem Ski Alpin, Langlauf und Snowboard. Schneeschuhwandern oder Winterwandern kann man auch mit relativ wenig Schnee. Wobei zu viel Euphorie der Touristiker wohl nicht angebracht ist, denn so ganz ohne schneeüberzuckerte Bäume und gleißendes Licht über endlosen Schneefeldern kommt halt keine wirkliche Winterromantik auf. Dennoch: Der Winter ist – wie das ganze Leben – unberechenbarer geworden, aber nicht weniger schön.

*In einer Höhle in Russland lässt sich die wohl weltweit älteste Felszeichnung eines Skiläufers bewundern. Wie alt die Darstellung ist? Wahrscheinlich mehrere tausend Jahre! In Schweden haben Geologen Reste uralter Ski gefunden, deren Alter auf 4000 Jahre geschätzt wird. Im Jahr 770 bezeichnete Paulus Diaconus die Bewohner Lapplands als „Skridfinnen“ (gleitende Finnen).*

# Erst mal vorneweg – Lawinen

## Es gibt niemals genug Sicherheitsmaßnahmen!

Das Windgeräusch geht durch Mark und Bein, eine weiße Wand aus Schnee, es wird den ganzen Tag nicht richtig hell. „Guxa“ heißt solch ein Schneesturm in Galtür. Der „Guxa“ von 1999 dauerte mehrere Tage und verfrachtete ungeheure Mengen an Schnee. Es kam zur Lawinenkatastrophe, die über Monate die Gemüter erhitzte: fette Überschriften wie „Alptraum Alpen“ in den Zeitungen, Sonder-sendungen auf allen TV-Kanälen – eine emotional aufgeheizte Diskussion bar jeder Sachlichkeit.

Ein Jahr später kam es zum Unglück mit dem Summit Club am Jamtalgletscher und wieder gab es mediales Dauerfeuer. Das **Jamtal-Unglück** wäre vermeidbar gewesen, indem ein Veranstalter, der auch noch mit dem ↗Deutschen Alpenverein ko-

### DAV

*Der deutsche Alpenverein wurde 1869 gegründet, teilt sich in 345 Sektionen und hat rund 600.000 Mitglieder. Der Alpenverein betreibt 305 Hütten, hält rund 40.000 km Wanderwege in Schuss und betreibt 200 künstliche Kletteranlagen. Jede Sektion veranstaltet für die Mitglieder Programme - vom Diavortrag bis hin zu mehrtägigen Skitouren.*

operiert und sozusagen dessen touristische Hand ist, auf solch ein Abenteuer von vornherein verzichtet hätte. Wieso drängt man auf die Winteröffnung einer Hütte, die aus gutem Grund alle Winter vorher geschlossen war?

Das **Unglück von Galtür** war hingegen unvermeidbar. Es war ein Zusammentreffen von Faktoren, die der Mensch bei bestem Wissen und Gewissen nicht mehr unter Kontrolle halten konnte.

Galtür war das Bauernopfer des Ausnahme-Winters, denn die Lawinen anderswo interessierten niemand mehr. Dabei gab es verheerende Katastrophen auch in Leukerbad, in Evolene, die einige Menschenleben forderten. Anscheinend aber wa-

**Winterreifen!**

*Winterreifen sind Pflicht! Unten ohne ist grob fahrlässig und man gefährdet sich und andere. Schneeketten sind keine Alternative, sondern nur ein zusätzliches Hilfsmittel bei viel Schnee, zerfahrenem Neuschnee und bei Passfahrten.*

**Pässe mit Wintersperre in der Schweiz**

*Geschlossen meist ab Mitte November, geöffnet ab Mitte/Ende Mai:*

*Albula, Croix (Waadtland), Forcola, Furka, Großer St. Bernhard (ab Anfang Oktober geschl.), Grimsel, Klausen, Nufenen, Oberalp, San Bernadino, Splügen, St. Gotthard, Susten (ab Ende Oktober geschl.), Umbrail, Lukmanier und Flüela (beide eventuell gesperrt)*

● **Infos:** TCS, Tel. +41 (0 22) 4 17 24 24, [www.tcs.ch](http://www.tcs.ch)

**Pässe mit Wintersperre in Österreich**

*Je nach Witterung ab ca. November bis April/Mai:*

*Silvretta Hochalpenstraße (Bielerhöhe zw. Montafon/Tirol), Breitlahner-Schlegeis Stausee, Furkajoch (Vorarlberg), Großglockner Hochalpenstraße, Hahntentennjoch (Tirol/Ausserfern), Malta Hochalmstraße (Kärnten), Nockalm Straße (Kärnten), Schneealpenstraße (Steiermark), Rettenbachstraße (Tirol), Sölkpass (Steiermark), Timmelsjoch (Obergurgel/Italien)*

● **Infos:** ÖAMTC, Tel. +43 (05 12) 15 00, [www.oeamtc.at](http://www.oeamtc.at)

ren diese Unglücke den Medien nicht spektakulär genug – die „Pressebegleitung“ war Null. Auch im Val de Bagnes im Wallis, in Malbun in Liechtenstein und im Namloser Tal im Tiroler Außerfern gab es verschüttete Häuser und Straßen, wenn auch gottlob keine Menschen zu Schaden gekommen waren.

Überall in den betroffenen Regionen, sagten die Anwohner – vor allem die sehr alten Leute – sie hät-

## Lawinenkurse

### Deutschland

- Alpinschule Oberstdorf,  
Tel. (0 83 22) 9 53 22,  
[www.alpinschule.allgaeu-web.de](http://www.alpinschule.allgaeu-web.de)
- Vivalpin Garmisch,  
Tel. (0 88 21) 9 43 03 23,  
[www.vivalpin.de](http://www.vivalpin.de)

### Österreich

- Alpin Live, Brand,  
Tel. +43 (0 55 59) 5 95,  
[www.members.magnet.at/alpin-live](http://www.members.magnet.at/alpin-live)
- Alpinschule Salzburg,  
Tel. +43 (0 67) 65 16 59 06,  
[www.alpinschule-salzburg.at](http://www.alpinschule-salzburg.at)
- Bergsportschule Tux, Ortsteil Juns,  
Tel. +43 (0 52 87) 8 73 72,  
[www.bergsportschule-tux.at](http://www.bergsportschule-tux.at)
- Bergsteigerschule Salzburg Alpin,  
Tel. +43 (0 86 54) 6 58 06,  
[www.salzburg-alpin.com](http://www.salzburg-alpin.com)

### Schweiz

- Mountain Fantasy, Flims,  
Tel. +41 (0 81) 9 36 70 77,  
[www.mountain-fantasy.ch](http://www.mountain-fantasy.ch)

### Frankreich

- Eddy Bekker, Argentiere,  
Tel. (+33) 4 50 54 16 58

### Italien

- Alpinschule Südtirol, Ahrntal,  
+39 (04 74) 69 00 12

### Literaturtipps

- *3x3 Lawinen*, Werner Münter,  
Bergverlag Rother
- *Powderguide*, div. Autoren,  
Verlagsanstalt Tyrolia

Beide Bücher sind Pflichtlektüre für alle Freerider, ob Boarder, Skifahrer oder auch Tourengerher.

ten so etwas noch nie erlebt. Und wenn man Chroniken heranzog, die 500 Jahre zurückgingen, hatten die so etwas auch nicht erlebt.

Wie in Galtür: Galtür ist eine Walsersiedlung aus dem 12. Jh. und diesem Bergvolk bescheinigt man, dass es weit mehr über Lawinensicherheit wusste als wir heutzutage. Über 500 Jahre gab es keine Lawine im Ortszentrum. Nichtsdestotrotz: Wenn die neuralgische Hangneigung, ununterbrochener Schneefall, keinerlei Sonneneinstrahlung und starke Verfrachtung durch Wind zusammenkommen, dann kann das Lawinen-Unglück passieren.

Die Schuldzuweisungen an Galtür waren jedoch völlig verfehlt: Das Dorf verfolgte eine kompakte Bebauungspolitik, es gab keine Baugenehmigungen in Lawinenzonen und die katastrophale Schneemenge traf das sicherste Planquadrat im Dorf. Aber sie traf es! Auf diesem neuesten Stand des Wissens wurden nun bautechnische, ökologische, organisatorische und psychologische Maßnahmen unternommen: Rund 8,5 Mio. Euro flossen in klassische Schutzmaßnahmen, wie u. a. Lawinendämme, Natursteinwälle mit Stahlbetonkern, die 150 und 350 Meter lang sind und 9–12 Meter hoch.

In den Fernsehdiskussionen war im Zusammenhang mit Galtür oft gerne vom ökologischen Raubbau die Rede, vom sinnlosen Abholzen für Skipisten. Nun liegt aber Galtür über der Baumgrenze, was heißt: Es hat hier nie einen Schutzwald gegeben!

Hier nun aufzuforsten, ist ein Pionierversuch österreichischer Forstexperten, auf den man gespannt sein darf. Vor allzu viel Euphorie sollte man sich aber hüten: Erstens ist es in der Höhe sehr schwierig, Setzlinge über die kritische Wachstumsperiode der ersten 5 Jahre zu bringen. Zweitens reißen Lawinen meist in einer Höhe von über 2500 Metern ab und vernichten den Wald einfach. Eine durchschnittliche Lawine wiegt 300.000 (!) Tonnen: Bäume knicken ab wie Streichhölzer und oftmals

## Lawinenwarndienste

### Deutschland

- [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de),  
Bandansage: Tel. (0 89) 29 50 70.  
Persönliche Beratung:  
Tel. (0 89) 12 10 15 55

- [www.dwd.de](http://www.dwd.de),  
Deutscher Wetterdienst
- [www.lawinenwarndienst.bayern.de](http://www.lawinenwarndienst.bayern.de)  
Mit Links zu den internationalen Diensten.

### Österreich

- [www.lawine.at](http://www.lawine.at),  
Persönliche Beratung:  
Tel. +43 (05 12) 29 16 00

### Schweiz

- [www.slf.ch](http://www.slf.ch)
- [www.suva.ch](http://www.suva.ch)
- [www-meteoschweiz.ch](http://www-meteoschweiz.ch),  
Persönliche Beratung:  
Tel. +41 (0 15) 75 26 20

### Südtirol

- [www.provinz.bz.it/wetter](http://www.provinz.bz.it/wetter)

### Frankreich

- Tel. (+33) 4 76 63 79 04

► Prüfen der  
Schneekonsistenz  
beim Lawinenkurs



sind solche Lawinen viel gefährlicher, weil das zusätzliche Material nun den Umfang und das Gewicht der gefährlichen Schneemasse erhöht.

Galtür ist jetzt wahrscheinlich der sicherste Ort in den Alpen, aber dennoch bleibt eine schmerzliche Erkenntnis: Vielen Menschen ist der „**Lebensraum Alpen**“ völlig fremd. In den 1999er TV-Diskussio-

nen verstiegen sich so genannte investigative Journalisten sogar zu Aussagen wie: „Wieso lebt man überhaupt in solch einer Region?“ Wieso lebt man am Rhein bei mehrfacher Überflutung im Jahr, wieso steht Los Angeles oder San Francisco in der Erdbebenzone?

Reden über den Siedlungsraum Alpen bedeutet auch zu begreifen, dass es sich um eine hochsensible Kulturlandschaft handelt. Tourismus pauschal zu verdammen ist extrem kurzsichtig, denn der Tourismus hält vor allem auch die Bauern in den Tälern. Das Bild von den schmucken Alpen gäbe es bald nicht mehr, wenn die Bergbauern diese Landschaft nicht hegen würden. Ohne Beweidung und Pflege wäre das Land der Erosion preisgegeben. Alpen-Bauern sind heute zum großen Teil Landschaftspfleger!

Vor 500 Jahren war, heute ist und in 500 Jahren wird das Element Schnee gefährlich bleiben. Und egal ob einer Freerider (Ski oder Board), Tourengeliebter oder auch „nur“ Schneeschuhwanderer ist, detaillierte Information über alpine Gefahren ist erste Regel für jeden Wintersportler!

## Basics für alle, die im Terrain unterwegs sind

- Freeriding-Hänge sind fast immer Lawinenhänge, denn in der Neigung von 25–40 Grad können alle Arten von Lawinen auftauchen. Hangneigungen einzuschätzen ist Erfahrungssache, ansonsten hilft ein Hangneigungsmesser.
- Die Hangrichtung ist entscheidend. In Nordhängen kann sich der Schnee schlechter setzen als in sonnenbeschienenen Südhängen. Gerade aber in den Nordhängen sind die „geilen“ Powderhänge. Sorry, aber die Lawinengefahr ist auch Tage nach dem Schneefall deutlich höher als im



Sonnenhang. Ein Kompass hilft bei der Bestimmung der Hangrichtung.

- Je größer die Neuschneemenge, desto höher ist das Lawinenrisiko! Auch hier steht die Vernunft gegen den Spaßfaktor: Hüfttief im Powder dahinzuschweben ist ein Traum, aber der sollte eben nur bei absolut sicheren Verhältnissen realisiert werden.
- Der Wind ist ebenfalls ein Spaßverderber. Wind verfrachtet den Schnee vor allem auch an Graten. Auf der windabgewandten Seite sammelt sich der Schnee und kann leicht zum Schneebrett werden.
- Die Tageszeit entscheidet. Südseitige ↗Firnhänge können morgens total sicher sein, nachmittags steigt die Gefahr von Nassschneelawinen.
- Skifahren in Wäldern simuliert nur Sicherheit. Auch hier droht Schneebrettgefahr mit hohem Verletzungsrisiko wegen der Bäume!
- Lawinenwarnungen und Absperrungen immer respektieren! Auch wenn man Spuren sieht! Man muss ja den Suizidkandidaten nicht lemminggleich folgen!

### Vom Neuschnee zum Firn

*Schnee ist einer ständigen thermischen und druckbedingten Metamorphose unterworfen. Schon die hexagonalen Schneekristalle des frisch gefallenen Schnees sind unterschiedlich – kein Kristall ist gleich. Allmählich wird der Schnee durch Setzung und Wasseraufnahme zum Altschnee. Durch Schmelzen und Wiedergefrieren verändert sich die kristalline Struktur hin zum Firn – je öfter der Prozess abläuft, desto größer werden die Firnschneekörner. Firnschnee ist der perfekte Partner für den Frühjahrskilauflauf: Am Vormittag entsteht eine tragfähige, perfekt zu fahrende Schicht. Es kommt allerdings auf genaue Ortskenntnis an, denn schon binnen einer halben Stunde kann der Firnhang so stark aufweichen, dass man stark einsinkt und der Firnspaß zum Gewaltakt wird.*

◀ *Auch traumhafte Landschaft und bestes Wetter sollten einen nicht vergessen lassen, dass man sich abseits gesicherter Gebiete befindet*