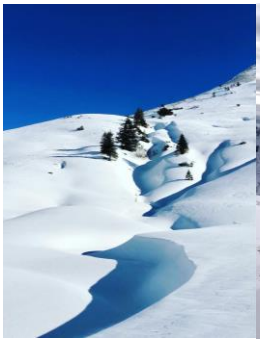
Skitour - Schnupperkurs Extreme Pro 28.01. - 30.01.2022

Fünf tapfere Wintersportler beschließen sich einem noch tapfereren Tourenführer anzuschließen und begeben sich voller Neugier, Tatendrang und mit schwer gepackten Rucksäcken in das Abenteuer – ein Wochenende im Bregenzer Wald zum Skitour Schnupperkurs.



Die Tour startet in Schoppernau mit dem Aufstieg zur Unterkunft, dem Neuhornbachhaus. Nach einem Check der LVS-Geräte (Lawinenverschüttensuche) geht es durch ein abwechslungsreiches Gelände entlang eines Wanderwegs schnurstracks den Berg hoch. Das Gepäck wird zum Glück vom Hüttenwirt nach oben gebracht. Daher kommen wir gut gelaunt, hochmotiviert und frühzeitig an der Hütte an, sodass genügend Zeit bleibt den Flüssigkeitshaushalt anzupassen und in der Sauna bzw. dem mineralstoffhaltigen Jacuzzi wieder auszuschwitzen. Nach dem weltbesten Schweinebraten widmen wir uns der weiteren Tourenplanung. Dazu gilt es vor allem den aktuellen Schnee- und Lawinenbericht sowie den Wind für die Region zu studieren. Unter Berücksichtigung der Geländesteigung und mit Hilfe der Snow Card können wir die Gefahr einer Lawine besser einschätzen und entscheiden uns für eine Tour auf das Joch, über den Hahnenkopf zur Schwarzwasserhütte und zurück. Die Gegend eignet sich sehr gut für Skitourenneulinge aufgrund der relativ geringen Steigungen.

Am nächsten Tag, gestärkt mit einem ausgezeichneten Frühstück, geht es voller Tatendrang los. Bei Sonnenschein erreichen wir das Joch. Dort fellen wir zum ersten Mal ab, was bei dem kräftigen Wind eine Herausforderung ist. Nach einer kurzen Abfahrt kommen die Felle wieder auf den Ski und es geht weiter Richtung Gipfel. Aufgrund des zunehmend starken Windes ist die Schneeoberfläche eisig, sodass sich Harscheisen empfehlen. Kurz vor Erreichen des Gipfels wird der Wind so stark, dass wir wieder abfellen und abfahren.

Am dritten und letzten Tag widmen wir uns zunächst praktischen Übungen. Wir versuchen mit „Tourenski-Einstellung“ abzufahren – eine merkwürdige Erfahrung. Durch die Reibung der Felle entgegen der Fahrtrichtung nimmt der Ski nicht die gewohnte Dynamik auf, dafür aber kommen durch die offene Bindung mehr Freiheitsgrade

ins Spiel, sodass es sich instabil anfühlt. Diese Technik eignet sich für kurze Wegstrecken auf der Tour, um den Aufwand des Ab- und Auffellens zu reduzieren.

An einem etwas steileren Stück üben wir Spitzkehren. Das ist eine Technik, um sich unter Einsatz gymnastischer Kunststücke um 180° am Hang zu drehen.

Abschließend simulieren wir eine Verschüttetensuche. Die Überlebenschancen Lawinenverschütteter sinken nach den ersten 15 Minuten rapide ab. Daher ist Eile geboten und es empfiehlt sich dies regelmäßig zu üben für einen routinierten Umgang im Ernstfall. Wir graben zunächst ein Loch, um unser Gefühl für den Schnee zu verbessern. Der Tourenführer versteckt ein LVS-Gerät, das wir der Reihe nach mit Hilfe unseres eigenen LVS-Geräts und der Sonde finden müssen. Wir lernen die Technik des Mäanderns kennen. Ist ein Signal entdeckt, nähert man sich in der Grobsuche zügig dem verschütteten Ziel. Dabei folgt man den auf dem LVS-Gerät gezeigten Richtung entsprechend der elektro-magnetischen Feldlinien. In der Feinsuche wird das Ziel dann auf allen Vieren knieend ausgelotet und die Stelle markiert mit der geringsten gemessenen Distanz. Anschließend wird mit der Sonde beherzt in den Schnee gestochen, bis man einen Widerstand spürt und in unserem Fall damit die Stelle des verschütteten LVS-Geräts findet. Mit der Schaufel wird das Gerät befreit.

Nach erfolgreichem Abschluss dieses Crash-Kurses, wollen wir nochmal eine kleine Besteigung wagen und brechen zu dem bekannten Joch auf. Wo wir am Vortag noch von Wind geplagt wurden, macht uns diesmal der Nebel und die mangelnde Sicht schwer zu schaffen. Wir sind umgeben von „weiß“. Der Tourenführer zeigt uns einen Trick, wie man die Hangneigung in dieser Situation einschätzen kann. Man rollt einen Schneeball und sieht die Kontraste der Spur des Balls. Dennoch ist das Gelände schwer einzuschätzen. Ganz nach dem Motto „der Weg ist das Ziel“ fahren wir wieder ab, bevor wir das Joch erreichen.

In diesem Sinne haben wir auf dem Schnupperkurs Extreme Pro viele Ziele erreicht. Neben interessanten Gesprächen, wunderbarer Natur, guter Brotzeit und Entspannung im Wellnessbereich, haben wir auch viel Theorie zum Thema Tourenski, Planung, Lawinen, Verschüttetensuche etc. mitgenommen. Diese Theorie konnten wir sogleich bei unterschiedlichsten Bedingungen mit Nebel, Sonne, Wind, Schnee und Eis in der Praxis ausprobieren.

Vielen herzlichen Dank. *(Vera Ebertseder)*