



Grüezi mitenand

Immer wieder wird von Toleranz gesprochen. Toleranz gegenüber Andersdenkenden, Andersgläubigen, Nachbarn, im Strassenverkehr, im Verein, in der Partnerschaft, im Sport usw. Toleranz meint im allgemeinen, andere Meinungen, Wertehaltungen, Ansichten zuzulassen oder allgemein etwas grosszügig zu sein, wenn jemand sich nicht ganz rechtskonform verhält. Toleranz heisst umgekehrt nicht, sich selber quasi aufzugeben und Einschränkungen der persönlichen Freiheit oder der eigenen Lebensqualität hinzunehmen. Die Auslegung ist sehr individuell. Wen stört was? Auch im SAC ist Toleranz gefragt. Die Touren sind oft ganz unterschiedlich zusammengesetzt. Dies verlangt Rücksichtnahme, eben Toleranz. Im Alpinsport werden verschiedene Aktivitäten ausgeübt, und dies ist zu respektieren. Toleranz gegenüber den Schneeschuhläufern und ihren teilweise eigenartigen Spuranlagen z.B., und umgekehrt Rücksichtnahme gegenüber den Tourenskifahrern, dass diese keine zertrampelten Spuren wollen. Innerhalb des Clubs ist zum Beispiel Offenheit gefragt gegenüber Quereinsteigern, die erst im fortgeschrittenen Alter beitreten und keine alpinistische Vergangenheit haben. Diese bereichern das Clubleben aus einer anderen Sicht und tragen zur Kameradschaft bei. Mit Toleranz lebt es sich besser. Das Nervenkostüm wird viel weniger strapaziert. In diesem Sinne wünsche ich weiterhin erfolgreiche Wintertouren.

Herzlich

Heinz Kundert, Präsident

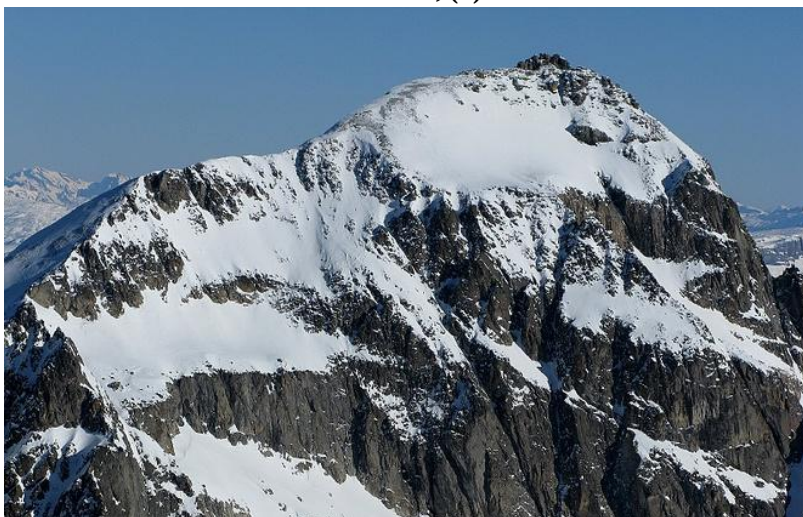
Clubvorschau

Nachfolgend bei der Redaktion eingegangene Hinweise auf Leckerbissen aus unserem Sektionsprogramm. Diese Vorschau ist nicht vollständig. Im Faltbüchlein oder auf www.sachoherrohn.ch kann das vollständige Programm mit weiteren Informationen zu den Touren nachgelesen werden.

Donnerstag, 25. März: **Skitour Fulfirst (WS)**

Wer wochentags Zeit hat, kann sich für die wenig schwierige Skitour im Rheintal auf den Fulfirst anmelden. TL: Willi Streuli, Tel: 079 388 27 57 oder willi@streuli.li

27./ 28. März: **Skitour Krönten 3107m, (S)**



Ausgangspunkt Intschi (nähe Amsteg); 850 Höhenmeter vom Arnisee (wird von Intschi mit Luftseilbahn erreicht) zur Leutschachhütte; dann 1200 Höhenmeter von der Leutschachhütte zum Gipfel, 3 1/2 Stunden.

Bemerkungen: Landschaftlich sehr reizvolle Tour, die am idyllischen Arnisee beginnt, am Gipfel mit einer kleinen Kletterei aufwartet und dann mehrere Abfahrtsvarianten bietet; auf ca. sechs Teilnehmer limitiert.

TL.: Christian Pittrof, Tel: 044/790 30 70 oder cpit@bluewin.ch

17./ 18. April: **Skitouren Unterengadin (ZS)**

Erster Tag unschwierige Eingehetour, evtl. am Flüelapass (kurzfristiger Entscheid), zweiter Tag Piz Zuort; 3118m, 1720 Höhenmeter, 4 1/2 Stunden, Ausgangspunkt Scuol im Unterengadin.

Bemerkungen: Dem Piz Zuort nähert man sich durch ein Tal, das von steilen Felswänden eingeschlossen ist, sehr eindrucklich! TL.: Christian Pittrof, Tel: 044/790 30 70 oder cpit@bluewin.ch

12.-16. Mai (Anreise ab 17 Uhr): **Skitouren Turtmann (ZS)**

Ausgangspunkt je nach Verhältnissen entweder St. Luc im Val d'Anniviers, St.Niklaus (bevorzugt) oder Oberems am Eingang zum Turtmannal.

Von der Turtmannhütte können abwechslungsreiche Skitouren auf das Barrhorn (3610m), das Brunegghorn (3833m) und das Bishorn (4153m) unternommen werden.

Bemerkungen: Mit dem Bishorn ist ein schöner Skiviertausender dabei, der allerdings eine Portion Ausdauer erfordert. TL.: Christian Pittrof, Tel: 044/790 30 70 oder cpit@bluewin.ch

...Fortsetzung Tourenvorschau

Donnerstag, 27. Mai: Skitour Gross Muttenhorn (ZS)

Diese Tour ist ziemlich schwierig (meistens aber leicht) auf das Gross Muttenhorn im Furkagebiet. TL: Willi Streuli, Tel: 079 388 27 57 oder willi@streuli.li

Samstag, 29. Mai: Skitour Lochberg 3074 m (ZS)

Mit Stirnlampenlicht von der Staumauer Göscheneralpsee (1797 m) aus sehr steil Richtung Älpergensee, südwestwärts über offenes Gelände steil zum Gipfel.

Zeitbedarf im Aufstieg ca. 4.00 h. Max. 8 Teilnehmer. TL: Franco Poletti, Tel. 044/785 02 80 oder gf.poletti@bluewin.ch

Samstag, 5. Juni: Biketürli Glarnerland (2)

Ein vorsommerliches Biketürli wartet auf uns mit blühenden Alpweiden, mit allenfalls letzten Schneeflecken, sowie Wildbeobachtungen im "Wildfrygebiet". Wir starten nicht allzu früh in Schwanden, pedalen über Haslen, Tannenbergr, auf die Auerenalp. Nach diesen 1000 hm sicher eine angemessene Pause, ehe es teilweise anständig steil ins Kies hinunter geht (Talstation Mettmenbahn), dann hinunter nach Schwanden, mit einem Abstecher nach Engi und über Sool zurück nach Schwanden. Insgesamt rund 35 km mit zirka 1200 hm. Gute Teer- und Kieswege. Kein Wurzelfahren. Wenig Stress. Route beliebig verlängerbar, aber auch abkürzbar. Je nach Lust und Fitness. TL: Heinz Kundert, Tel. 043/477 98 67 oder heinz.kundert@waedenswil.ch

Sonntag, 6. Juni: FaBe-Klettern Bärenfall



Hallo ihr kletterbegeisterten Familien!

An den Felsen vom Bärenfall habt Ihr Gelegenheit im schönsten Kalkstein das ABC des Kletterns zu üben, damit ihr es auch einmal im steilen Fels so locker schafft wie unser Moritz im Colosseo. (Siehe Foto)

Wir treffen uns am Sonntag, 6. Juni 2010 um 9:30 Uhr an der Talstation der Sesselbahn Mattstock in Amden. Von der Bergstation der Sesselbahn zu Fuss in ca. einer Stunde zu den Kletterfelsen.

Bitte meldet Euch bis am 2. Juni 2010 bei mir persönlich an: Christoph Röthlisberger 044 725 61 50 oder 079 329 84 58 oder E-Mail christoph.roe@bluewin.ch

Fahrplan ÖV:

Wädenswil SBB ab: 8:32

Ziegelbrücke Autobus ab: 9:04

Amden Post an: 9:25

Literarische Bergfahrt 2010

Begegnung mit Alpiner Literatur: 24. April 2010, Amden/SG

Die vierte literarische Bergfahrt bietet eine Buchpräsentation des britischen Extrembergsteigers Andy Kirkpatrick mit seinem Bestseller: *Psychovertikal – Wenn Klettern zum Leben wird*.

Alpin-Autorinnen mit neuen Texten, u.a. Karin Steinbach und Christine Kopp mit *Schlüsselstellen*.

Das Theaterstück: *Ein Russ im Bergell* mit Gian Rupf, René Schnoz und dem Akkordeonisten Hans Hassler über Baron Anton von Rydzewski und seinen Bergführer Christian Klucker. Einführung Jürg Frischknecht und Ursula Bauer.

Gemeindesaal, 8873 Amden. 10 – 17 Uhr. Ticket (inkl. Verpflegung): CHF 80, Junge in Ausbildung CHF 60. Anmeldung: bergliteratur@zopfi.ch

Programm: www.bergliteratur.ch/bergfahrt2010



Emil Zopfi

(Bild: Aus dem Theaterstück)

Freitag, 29. Januar 2010 **Generalversammlung**

- eine Statutenrevision
- zwei tadellose Jahresergebnisse Hütten und Finanzen
- drei sprachlose Ehrenmitglieder

Die Laudatio des Präsidenten auf die Ehrenmitglieder war hörensenswert. Geschickt verpackt als Rätsel: Kandidat 1, 2 und 3: ob als grüner Rucksack im Bergell, als Tourenwochenleiter mit 24 (!) Tourenwochen, oder als Präsi und HohrohrPost-Vater, darüber hinaus: ein jeder mit seinen jahrzehntelangen Vorstands-Verdiensten, einjeder in mehreren Ämtern, vom Bibliothekar bis zum Präsi.

Ein paar Sätze, und das Publikum ahnte bereits, wer gemeint ist. Auch die Kandidaten waren Publikum. Auch SIE fanden irgendwann heraus, dass SIE gemeint sind. !Überraschungseffekt! - Und ab auf die Bühne.

Aufgereiht standen sie dann da, blickten lächelnd in 90 Clubgesichter, schüchtern fast, wussten nicht recht, wie ihnen geschah. Das Händemeer (ohne "h") der abstimmenden Clubschar tat das Ihrige dazu bei, dass die frischgebackenen Ehren-Hohröhler sympathisch sprachlos waren und blieben. GRATULATION und danke für eure besonderen Leistungen!



Das war zweifelsohne der Höhepunkt der diesjährigen GV. Aber auch sonst, war sie nicht von schlechten Eltern. Der Vorstand hat sich mal wieder mächtig ins Zeug gelegt. Die swingige Musik - vier junge „Mäxe“ mit ihren Saxophonen - die ihre Freude am Musizieren 1:1 ins Publikum übertrugen, und auch die Bilder des Tourenrückblicks, zeigten wie sehr Musik und Bilder zu begeistern vermögen. Ohne grosse Worte.

Der Worte gibt es an einer GV naturgemäss reichlich: Bericht des Präsidenten, Hüttenbericht, Jahresrechnung und Budget. All diese Hauptbeiträge waren bildreich und einfach gestaltet und konnten sich nicht nur vom Jahresergebnis her sehen lassen.

Die Clubversammlung nahm die Berichte ab. Und die Statutenrevision einstimmig an.

Der Vorstand hatte die Statuten aus dem Jahre 1998 revidiert und modernisiert. Eine sehr übersichtliche Darstellung, was alt und was nun neu ist in den Statuten, ist übrigs hier auf der Homepage aufgeschaltet. Der Link dazu: www.sachorrohn.ch/main.asp?cid=105.

Begonnen hatte die diesjährige GV wie üblich mit dem beliebten und gemütlichen Apéro, im Vorraum des Etzel-saals, der dann jeweils bis zum Bersten gefüllt ist. Diese Enge heizt nicht nur die Temperatur an. Sie trägt auch zur guten hüttenmässigen Stimmung bei, die durch die ganze GV anhält und diese dreieinhalb Stunden später mit einem grossen Aplaus würdig beendet.

Bis nächstes Jahr!

Auflösung: die neuen Ehrenmitglieder 1, 2, und 3: Karl Rusterholz, Andreas (Mini) Walder, und Caspar Sträuli

HoherRohn Korrespondentin

Jahresrechnung 2009 / Budget 2010 / Mitgliederbeiträge 2011

An der GV vom 29.1.2010 wurde unter anderem auch die Jahresrechnung 2009 präsentiert und genehmigt. Hier die wichtigsten Daten:

- Die Gesamtrechnung weist einen Gewinn von CHF 62'921.-- aus. Davon entfallen CHF 58'137.-- auf die Hüttenrechnung. Das sehr gute Ergebnis ist einerseits auf die gute Auslastung der beiden Hütten zurückzuführen, andererseits ist der Betriebsaufwand geringer als budgetiert.
- Die Erfolgsrechnung der Sektion weist mit Einnahmen von CHF 45'466.-- und Ausgaben von CHF 40'682.-- einen Überschuss von CHF 4'784.-- aus. Hauptgrund für diesen Gewinn ist eine Spende von CHF 5'000.--. Auch an dieser Stelle sei allen Mitgliedern, welche der Sektion einen freiwilligen Beitrag zukommen liessen, herzlich gedankt.
- Stark zugenommen haben die Aktivitäten im JO-Bereich. In den letzten 4 Jahren haben sich hier sowohl die Ausgaben für Touren usw., als auch die Einnahmen (Mitgliederbeiträge, J+S- Entschädigungen und andere) mehr als verdoppelt.
- Unsere Sektion verfügte Ende 2009 über ein Nettovermögen von rund CHF 437'000.--. Dabei ist zu beachten, dass unsere beiden Hütten zu je CHF 1.-- in den Büchern figurieren. Vom Nettovermögen sind rund CHF 376'000.-- dem Hüttenbetriebsfonds zuzurechnen. Dieser Fonds erfüllt die Funktion einer Rücklage für den zukünftigen Unterhalt und für allfällige Umbauten unserer beiden Hütten.

Neben der Jahresrechnung 2009 wurden auch die Budgets 2010 für die Sektion und die Hütten verabschiedet. Für die Sektion werden Einnahmen von CHF 41'100.-- und Ausgaben von CHF 41'700 budgetiert, was zu einem Aufwandüberschuss von CHF 600.-- führt. Für die beiden Hütten wird wiederum ein positives Betriebsergebnis erwartet.

Die Rechnungen für die Mitgliederbeiträge 2010 wurden vom SAC Zentralverband im Dezember 2009 versandt. Aus diesem Grund hatte die GV 2010 bereits über die Sektionsbeiträge für das Jahr 2011 zu befinden. Auf Antrag des Vorstandes werden die Sektionsbeiträge für 2011 unverändert belassen. (Jugend: CHF 20.-- / Einzelmitglied: CHF 40.-- / Familie: CHF 80.--).

Der Kassier: René Kuch

Samstag, 9.1.2010 Leuggelstock 1721m

Heute geht's, des schlechten Wetters wegen, nicht auf den Leuggelstock 1781 m, sondern auf den Näbeckenstock 1566 m. Zu sechst fahren wir mit Zug und Postauto nach Alpthal. Dort lädt unser Tourenleiter Hermann Gassner zackig unsere Skis aus dem Korb hinten am Bus. Beim letzten Paar Ski fragt er laut: „Wem gehören diese Ski?“ Niemand meldet sich. Ja, wenn sie niemandem von uns gehören, hat Hermi ein Paar Ski zu viel ausgeladen! Anemarie, eine Frau die rasch schaltet, rennt mit den Ski zum Postauto zurück. Dieses fährt schon ab. Sie winkt mit den Armen, aber das Postauto fährt davon. Ja, und nun? Hermann kommt zurück vom Parkplatz, wo er noch die 3 Teilnehmer, die mit dem Auto gekommen sind, begrüsst hat und sucht nun seine Ski. Es sind jene, bei denen er laut fragte wem gehören diese Ski und die nun auf der Fahrt ins Brunni wären, hätte der Postauto-Chauffeur nochmals schnell angehalten!

Es ist neblig und kalt. Doch wer da denkt: „Jetzt wäre es doch viel schöner zu Hause an der Wärme“, der irrt sich gewaltig, denn nachdem wir weitere Hänge hinter uns gelassen haben, erleben wir einen Aufstieg durch einen märchenhaften Wald. Da es hier in den letzten Tagen immer neblig war, sind die Bäume und Sträucher wunderbar mit Schneekristallen und Raureif dekoriert. Die schönsten Foto-Sujets kann man sehen, man muss nur die Augen offen und ja, einen Fotoapparat haben. Über einen Hang erreichen wir Chli-Tändli 1482m und dann geht es über einen Grat mit erneut so wundervollen Winterbildern. Ab und zu flattern Vögel davon, die sich an Ebereschen-Beeren erquicken.

Auf dem Näbeckenstock begrüßen uns lautstark noch 3 andere Tourenfahrer und es gibt eine kurze Mittagsrast. Die dabei gespendeten herzig kleinen Appenzellerbiberli von Barbara und die schmackhaften Datteln von Liselotte seien hiermit noch extra verdankt. Schön gibt es dies noch. Der Schnee auf der Abfahrt ist wechselhaft. Mal haben wir feinen Pulver, mal Bruchharst. Die Sicht ist nicht gerade optimal. Auch auf Steine gilt es zu achten und einmal müssen wir ein kurzes Stück die Skier tragen. Wir kommen aber alle heil und mit fantastischen Winterbildern bereichert, wieder in Alpthal an. Hier haben wir nun ausgiebig Zeit bei verschiedenen Kafis u.a.m. zu plaudern und Erfahrungen auszutauschen. Vom Dreck unter den Tischen sprechen wir lieber nicht.

Hermann, wir danken dir herzlich für die schöne Tour und die weise Entscheidung hierhin zu gehen. Gut sind wir nicht zu Hause geblieben, wir hätten echt etwas verpasst!

Teilnehmer: Bigler Lilo, Bucher Kurt (Bericht), Hug Anemarie, Mäder Barbara, Schwander Steffi, Thalman Ruth, Wullschleger Martin, Hermann Gasser TL

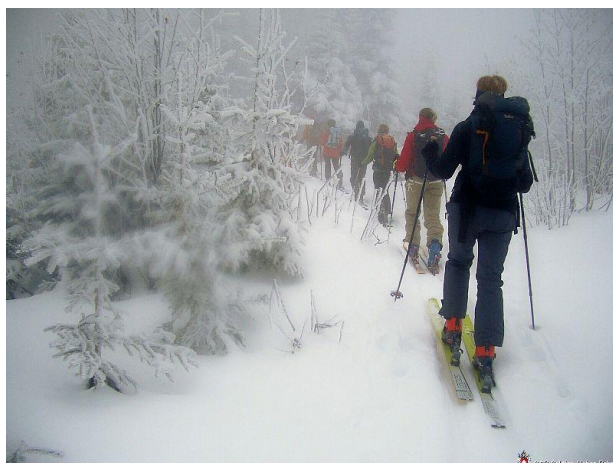
Samstag, 13.2.2010 Gufelstock 2435m

Statt eine Dreiviertelstunde in Schwanden auf den Bus nach Sool zu warten, stiegen wir bereits in Mitlödi aus und nach ein paar Metern wurden die Skis angeschnallt und um halb acht Uhr gings los. Die Tour wurde nicht als 0815 angepriesen und sie hielt, was sie versprach. Der Aufstieg über Sool ist in keiner Skitourenkarte zu finden und musste aufgrund von Insiderkenntnissen selber gefunden werden. Ganz allein in Gedanken versunken, zogen wir gemütlich unsere Spuren bis ins Achseli. Frisch verschneite Wälder und Landschaften schenkten uns eine wundervolle Stimmung, was die Herzen der Türeler höher schlagen liess. Immer umgeben von den prächtigen Panoramas, westlich Glärnischmassiv, südlich Tödimassiv, östlich Kärpfgebiet und nördlich Spitzmeilen etc. Wir begegneten im Aufstieg keiner Menschenseele. Eine Hirschfamilie, eine Gämse und ein Fuchs sorgten für Abwechslung und unterbrachen unsere Einsamkeit. Vom Achseli an ging es aber an die Sache. Eine sehr steile Waldlichtung mit bis über 40° hatten wir zu bewältigen. Der Ausstieg war nicht leicht zu finden, zumal das Test-GPS des Tourenleiters ausgestiegen war und keinen Wank mehr tat (trotz aufgeladenem Akku), und alle Höhenmeter trotz Eichung am Bahnhof viel zu hoch anzeigten. Wir tendierten zu früh nach rechts und mussten uns als "Preis" dafür durchs Untergehölz "durch- und raufmurgsen". Zum Dank dafür durften wir ein wenig abfahren, damit wir wieder hochsteigen konnten ... Nach einer Rast auf Oberfessis ging

es in wunderbar offenem Gelände dem Ziel entgegen. Nach dem Chrampf hatte der Tourenleiter seine Chrämpfe, aber Physiotherapeut Bart konnte behilflich sein. Und für die abwechslungsreiche Spurarbeit hatte es genügend kampfstärke Teilnehmende. Nach gut über 2000 hm erreichten wir unser Ziel. Bei den letzten Metern sahen wir verheissungsvolle Spuren in einem sehr steilen Couloir Richtung Mühlebachthal nach Engi und unsere Abstiegsroute war klar. Nach relativ kurzem Gipfelausblick zogen wir unsere Schwünge. In der oberen Hälfte feinsten Pulver. In der unteren Hälfte dem Bach entlang eher wieder "rüpplig" mit einem unerwünschten Deckel und einigen Purzelbäumen als Folge davon. Sicher müde, aber glücklich sind alle in Engi angekommen. Nach dem Durstlöschen ging's mit öV frohgelaut nach Hause. Die Teilnehmenden waren sich einig: das war wieder mal eine echte Hammertour. Nicht auf ausgetretenen Pfaden, dafür Action und Unterhaltung, nebst ordentlicher Anstrengung. Teamarbeit war gefragt. Und sie funktionierte hervorragend. Dafür sei Dank.

Heinz Kundert

Teilnehmer: Bart Hendriks, Esther Gresch, Hermann Gassner, Richi Krause, Bea Merz, Heinz Kundert TL





Dass das „Wägital“ in der Schweiz liegt, ist den meisten bekannt. Den genauen Standort findet man auf „google earth“ sowie auf jeder Schweizerkarte. Trotzdem war es offenbar etwas gewagt, beim vorgesehenen Iglubau im Wägital den genauen Standort dieses abgelegenen Bergtales nicht genau zu erklären, resp. Planskizzen der Hinfahrt beizulegen oder Fotos von Abzweigungen zu verteilen.

Es ist deshalb nicht weiter verwunderlich, dass Maya vorerst einmal fröhlich Richtung Chur fuhr, bis sie den Irrtum bemerkte. Über den genauen Umkehrpunkt wird gerätselt. (War es vor Chur oder erst nach Chur?!!). Der etwas schläfrige Copilot merkte nichts, er nahm einfach an, dass man den vorgesehen Iglubau -Standort ins Bündnerland verlegt hätte.

Jedenfalls ist nun bewiesen, dass es auch ausserhalb des Wägitaless möglich ist, Iglus zu bauen.

Siehe die guten Bilder auf der Homepage unseres Clubs. Kurz :

<http://www.sachoherrohn.ch/jahresprogramm.asp?cid=22&jr=2010&mt=2&eid=1051&info=3#data> (die Lage war nicht schlecht, im rechten Winkel zu Iglu Nr.1)

In Vancouver hat es sich wieder einmal gezeigt, dass Goldmedaillen (und etwas anderes zählt bekanntlich nicht) nur durch hartes und konsequentes Training zu gewinnen sind. Dazu muss bereits in frühester Jugend voll und ohne Rücksicht auf Verluste trainiert werden! Ein rechter Indianer kennt keinen Schmerz, bringt man den hoffnungsvollen Jungen bei, ein richtiger Vater kennt keine finanziellen Grenzen, um seine Sprösslinge an die Spitze zu bringen, einer rechten Mutter bleibt nichts anders übrig als mitzumachen, ob sie nun will oder nicht.

Mitglieder der Familie Rö sind gute und ambitionierte Skifahrer auf und neben der Piste. Während den Skiferien wird die ganze erste Woche voll und unter härtesten Bedingungen trainiert ohne Rücksicht auf Verluste und immer mit dem Ziel vor Augen, am Skirennen Ende Woche Medaillen abzukassieren. Um die Chancen optimal zu nutzen, werden auch die Skis selbst unter Einbezug aller erdenklichen Tricks gewachst. Und um diese top gewachsenen Skis vor dem Rennen nicht durch unnötige Fahrten wieder zu beschädigen, buckelt die ganze Familie diese Rennlatten den ganzen Hang hinauf zum Start!??

Kein Wunder, dass da am Schluss eine Goldmedaille und ein Silberkuchen herausschaute! Da hat es sich doch wieder einmal gelohnt, in den schönen Skiferien Einsatz zu zeigen!



www.sachoherrohn.ch - Homepage-Corner

Achtung: Versand "Hohrohrn-Post" per E-Mail ab 2010

- Die "Hohrohrn-Post" wird dir ab März 2010 per E-Mail zugestellt.
- Hast du dich auf unserer Homepage schon als BenutzerIn registriert?
- Wenn nein, dann ist es jetzt allerhöchste Zeit.
- "Login Control Center" (auf jeder Seite oben links) und die Fragen beantworten.

327 HohröhnerInnen und Hohröhner

- 327 HohröhnerInnen haben sich bis heute auf der Homepage als Benutzer registriert
- Grosse Freude herrscht!
- Wo sind die Anderen?

Adressliste der 327 registrierten Clubmitglieder

- Du findest diese Adressliste auf der Seite "Clubleben".
- Wenn du dich auf dieser Seite **einloggst**, siehst du die vollständige Adresse, die Mailadresse und Telefonnummern der registrierten HohröhnerInnen.

Ausrüstungs-Checklisten

- Unter "Tourenwesen/Ausrüstungs-Checklisten" siehst du auf einen Blick was auf Bergwanderungen/Bergtouren/Hochtouren/Klettertouren/Ski- und Skihochtouren in den Rucksack gehört.

Tourenleiter Sektion Achtung

- Alle Tourenleiter Sektion können seit Herbst ihre Touren/Touren-Ausschreibungen/Tourenberichte auf der Homepage jederzeit selbst verwalten, d.h. aktivieren, ändern, deaktivieren oder löschen.

Euer Homepage-Administrator Claude Andres

Portrait

Diesmal darf die Redaktion einer unserer Tourenleiter portraittieren. Er ist ein leidenschaftlicher Skitourengänger und bietet auch in unserem Winterprogramm „rassige“ Touren an:

Christian Pittrof: auf dem Gipfel des Denali



Wo und mit wem wohnst du?

Ich lebe allein in Uetikon am See.

Wie alt bist du?

47 Jahre.

Seit wann bist du im SAC?

Mitglied im SAC bin ich seit 1999 (und im Deutschen Alpenverein seit 1983).

Was zieht dich in die Berge?

Sicherlich das grossartige Naturerlebnis und das Teaming mit den Bergkameraden, aber auch die sportliche und technische Herausforderung, durch die man seine körperliche und psychische Leistungsfähigkeit erfahren und erweitern kann. Allgemein formuliert: Ohne Anstrengung und (kalkulierte) Risiken eröffnen sich im Leben kaum echte Höhepunkte und Chancen.

Dein Engagement im SAC ist als....

Tourenleiter Winter

Deine Motivation dazu.....

Seit über 30 Jahren gehe ich mit Leidenschaft Skitouren. Da bietet es sich an, Erfahrungen und Ideen an Gleichgesinnte weiterzugeben bzw. sich mit ihnen auszutauschen.

Eine unvergessliche Tour oder Reise...

Mit Ski auf den Muztagh Ata (7540m) in Nordwestchina. Erstaunlich, dass man in grossen Höhen so gut skifahren kann. Das Team und die Verhältnisse waren aber auch super.

Ein besonderes Erlebnis während einer Tour, einer Reise...

Am Aconcagua schlug unser erster Gipfelversuch wegen Sturm fehl, und wir mussten aus Zeitmangel versuchen, von 5000m auf knapp 7000m in einem Zug zu gehen. Ich hätte nicht gedacht, dass das funktioniert, aber einer der Kollegen ist einfach immer weiter gegangen, bis wir oben standen. Oft geht weit mehr als man denkt! (aber nicht alles!)

Welche Freizeitaktivitäten machst du neben dem Alpinismus sonst noch gerne?

Mit Freunden ausgehen, lesen, Filme anschauen und Videos drehen, am See oder am Strand abhängen.

Persönliche Zukunftspläne, ein nächstes Ziel....

Noch ein bisschen Karriere bei IBM machen (uff...), den Kedar-Dome im Garhwal Himal mit Ski besteigen, eine Website eröffnen, Wellenreiten lernen, einen 8000er in Angriff nehmen. Naja, alles braucht so seine Zeit.

Was arbeitest du?

Momentan bin ich bei IBM Business Operations Manager für ca. 100 Länder zwischen Südafrika und dem Baltikum.

Dein Tag beginnt mit....

einem Kaffee - unbedingt, ich bin leider kein Morgenmensch.

Dein Tag endet mit

Freunden, Kollegen, Familie oder auf der Couch mit Lektüre und einem Gläschen Whiskey während eine Musik-DVD läuft.

Impressum:

Erscheint 4 mal jährlich

Herausgeber SAC Hoher Rohn

Auflage: 630 Stück

Redaktion/Druck/Versand: Coni Burri

Layout/Satz/Lektorat: Coni Burri, Annette Röthlisberger

Email:hrp@sachoherrohn.ch

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: (2/2010): 21.05.2010

M u t a t i o n e n

Neueintritte 1. Quartal 2010



Barbara Mäder
Jg. 67, Richterswil



Peter Dändliker
Jg. 50, Zürich



Flurina Carpanetti
Jg. 98, Wädenswil



Regula Waldmeier
Jg. 50, Hütten



Raffaele (Ralph) Züger
Jg. 46, Schönenberg



Emmi Züger
Jg. 46, Schönenberg

AUSTRITTE

Marina Allal, Horgen
Wolfgang Greichgauer, Horgen
Valentin Racine, Horgen
Chris Gysin, Richterswil
Max Bachmann, Horgen
Manuel Böhny, Richterswil
Alois Köppel, Einsiedeln
Ernst Jucker, Amden
Sandra Bachmann, Wädenswil
Samuel Landolt, Wädenswil

TODESFALL

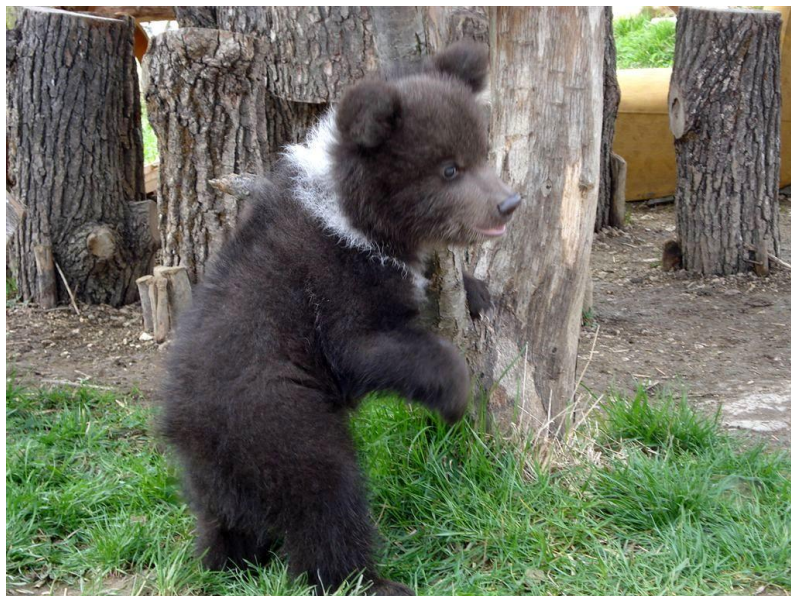
Rolf Hubmann,
Richterswil

Unser Bergkamerad Gabi, ein Bärenfreund, möchte den grössten europäischen Bärenpark der Öffentlichkeit bekannt machen, in der Hoffnung, dass sich so mehr Sponsoren finden lassen.

Der Park liegt in Transsilvanien (Rumänien), in der Nähe von Brasov / Kronstadt. Dort leben fast wie in freier Natur zurzeit 40 Bären. Das Ziel der Parkleitung ist es, alle gefangen gehaltenen Bären in Rumänien zu befreien! Manche wurden jahrelang in sehr kleinen Käfigen gehalten. Sie wurden der Hitze und dem Frost ausgesetzt und bekamen nicht genug Wasser und Futter. Dies alles nur, um als Fotoattraktion für verschiedene illegale Besitzer herzuhalten. Andere wurden im Zirkus gequält. Sie mussten in lächerlichen Kostümen unter der Knute des Dompteurs Fahrrad fahren, für Zuschauer die nicht ahnten, wie viel Leid und Qual ihre Unterhaltung den Tieren einbrachte.

In diesem 40 Hektar grossen Park, gebaut mit Hilfe von WSPA (World Society for the Protection of Animals) im Jahr 2000 und unter anderen durch die Unterstützung von Winnetou (Pierre Brice) und Brigitte Bardot, beginnen die Bären endlich ein normales Leben zu führen. Sie wandern im Wald, klettern auf Bäume, planschen, spielen miteinander und erhalten genug Futter. Um die Reisen nach Rumänien noch attraktiver zu machen, schlägt Gabi vor die Besuche des Bärenparks mit Bergtouren zu kombinieren:

<http://www.karpaten-touren.ch>



Gabriel Isman (gabriel.isman@karpaten-touren.ch)



Unsere Hütten im Bergell sind im Winterschlaf. Zeit zurück zu blicken und das nächste Jahr zu planen!

Wie Hüttenchef Ruedi Sperb an der GV orientierte, waren die Übernachtungszahlen von 2009 in beiden Hütten gut, wenn auch nicht so gut wie im Vorjahr. Mit 4060 Übernachtungen in der Albigna und 1687 in der Sciora liegen wir eher über dem langjährigen Mittel. Da beide Hütten von Hüttenwanderern profitieren - (Bergeller Höhenweg Forno bis Sasc Furä) – und im letzten Winter aussergewöhnlich viel Schnee am Cacciabella - Übergang lag (und dieser lange nur mit Pickel begehbar war), muss der Hauptgrund für die kleinere

Übernachtungszahl hier gesucht werden.

Sicher liegt es nicht an der Bewartung der beiden Hütten, denn wir dürfen sehr zufrieden und dankbar sein, dass sich die beiden Hüttenteams so gut integriert haben und sich grosse Mühe geben, den Hüttenbesuchern gute Gastgeber zu sein.

Auch aus finanzieller Sicht können wir zufrieden sein und beruhigt der Zukunft und allfälligen Umbauten entgegen sehen.

Der nächste Sommer und damit die nächste Hüttensaison ist bereits wieder im Blickwinkel und es laufen Vorbereitungen, um vor der Hütteneröffnung in der Albignahütte einige Arbeiten zu erledigen. Es gilt, die Dachlukarne zu öffnen und den Dampfabzug von der Küche zu verbessern. Dann müssen die Tische, Bänke und Stühle des Vorraumes (bei der Küche) frisch lackiert werden und es wird eine Alteisen – Entsorgung in und um die Hütte stattfinden. Es ist wieder Frondienst angesagt!

Auf der Sciorahütte liegt das Hauptaugenmerk auf der Erstellung einer Kleinkraftwerkanlage. Soweit es die Schneeverhältnisse erlauben wird bereits anlässlich des Hüttenhockes das Problem mit einem Spezialisten besprochen, um danach die Planung einzuleiten.

Michel Anrig hat über Silvester die Albignahütte geöffnet und es waren 22 Personen, welche trotz schlechtem Wetterbericht einen eindrücklichen Jahreswechsel da oben verbracht haben.

Auch über Ostern wird die Hütte während 3 Wochen offen sein! (siehe Homepage) Einen Besuch der Albigna im Winter können wir nur empfehlen. In Absprache mit dem Hüttenwart kann auch die Seilbahn benutzt werden.



A propos Hüttenhock !! Dieser findet auf der Sciorahütte statt und das Programm vom 26./ 27. Juni liegt bei. Wie immer ist der Samstag als „Tourentag“

geplant mit anschliessendem währschaften Nachtessen und einem gemütlichen Hüttenabend. Barbara und Reto freuen sich auf uns!

B i b l i o t h e k

Ein interessanter neuer Winterführer Zentralschweizer Voralpen und Alpen (Einsiedeln bis Gotthard) ist in der Bibliothek eingetroffen.

Peter Alig hat zwei Kletterführer von Slowenien und Kroatien für die Bibliothek gesponsert, herzlichen Dank!

Nutzt die Gelegenheit Führer und Karten in unserer Bibliothek auszuleihen.

Euer Bibliothekar Franco Poletti

G r a t u l a t i o n

Christine Meier hat im Januar erfolgreich den SAC-Skitourenleiter 1 bestanden. Wir gratulieren ihr ganz herzlich!

S e n i o r e n

Touren der Senioren 25. November 2009 bis 17. Februar 2010

2009	Touren der Senioren	SG	Tourenleiter	Teilnehmer	
				HR	Gast
Nov.					
25.	Andelfingen – Husemer See – Trüllikon – Schiterberg – Thur – Andelfingen	1	Dietrich Maiwald	20	
Dez.					
02.	Töss – Rossberg – Chämleten – First – Agasul – Rumlikon – Fehraltorf	1	Willy Jünger	19	
09.	Birmensdorf – Friedlisberg – Herrenberg – Heitersberg – Remetschwil	2	Stephen Bond	20	
16.	Willierzell – Rickental – Gueteregg 1275 m – Stöcklichrüz – Willierzell	2	Frieder Burkhardt	13	
2010					
Jan.					
13.	Dankeschön Tour für TL 2009: Zürich – Tobelhof und Stettbach – Wallisellen	1	Paul Huggel	33	
20.	Wädenswil – Längiberg – Aabachtobel – Horgen – Auhügel – Wädenswil	1	Rico Rubli	17	1
20.	Schneesuh-Tour im Oberen Toggenburg zum St. Wendelin Kreuz 1421 m	2	Christian Gysi	10	
27.	Kandersteg-Sunnbüel – Schwarzenbach – Gemmipass 2350 m – (Leukerbad)	2	Elisabeth Spring	20	
Febr.					
04.	Frauenfeld – Gerlikon – Bewangen – Gachnang – Islikon – Frauenfeld	1	Fritz Keller	15	1
10.	Turbenthal – Luegeten – Schalchen – Hermatswil – Isikon – Pfäffikon ZH	2	Verena Graf	13	
10.	SS Rothenturm – Nüsellstock – Grossbrechenstock 1559 m – Brunni	2	René Kuch	10	3
17.	Sattel – Schornen – Nas – Wildbrunnen – Unterägeri – Weidhof – Schmittli	2	Frieder Burkhardt	14	

Am 2. Februar beobachtet. . .

An diesem schönen Wintertag sind auf den Ski gesehen worden – aus der Liste der „aktiven Senioren“ - Fredi Schenk (im 86.), Ruedi Hotz (im 80.), David Schrag (im 78.), und der „jüngste“ Ernst Horat (auch schon im 70. Lebensjahr) auf der Gueteregg und auf der Pulverschneeabfahrt vom Stöcklichrüz bis hinunter nach Lachen. Wahrlich aktive Senioren – Gratulation!

Gerne nimmt der Obmann diese Beobachtung zum Anlass für einige Gedanken – über uns selber!

„Man ist so alt, wie man sich fühlt.“ Eine oft gehörte Wahrheit, doch stimmt sie auch immer? Wer, wie die oben erwähnten 4 Senioren sich noch solche Anforderungen zutraut und zumutet, der darf wohl sicher als „mental“ jung geblieben gelten. Also mitmachen – jung fühlen! Das trifft auch für die meisten der bei uns noch aktiven Wanderer und Tourengänger zu. Immerhin bewegen wir uns das ganze Jahr hindurch, „sogar im Winter, wenn es schneit“, wie das Volkslied besagt. Unser Bewegungsdrang ermöglicht immer noch 4 – 7-stündige Touren und in den schneefreien Zeiten auch in respektablen Höhenlagen! Und wir sind dankbar dafür, dass uns unsere Gesundheit dies immer noch erlaubt und wir uns trotz des zunehmenden Alters im Rahmen des Möglichen immer noch fordern!

Dankeschöntour vom 13. Januar 2010

Bei den aktiven Senioren wird nach wie vor jede Leistung, die bei der Tourenleitung erbracht wird, ehrenamtlich geleistet (also ohne Verteilung der Spesen an die Tourenteilnehmer).

Wir sind deshalb stolz, dass wir auch unter diesen Bedingungen genügend Tourenleiter haben für die rund 100 Touren in einem Jahr. 2009 waren es 35 TL. Alle von ihnen sind – bereits traditionell - am ersten Wandermittwoch im neuen Jahr zur Dankeschöntour eingeladen gewesen. Von den 35 Eingeladenen haben 31 teilnehmen können.

Der ausführliche Tourenbericht samt Bildern ist in der Home-Page nachzusehen.

Dennoch

- wer hat den wasserspeienden Elefanten im Elefantenbachtobel schon früher einmal spritzen sehen?
- wer hat auf dem imposanten, hölzernen Loorenkopfturm die zum Greifen nahen Südanflüge beobachtet?
- wer ist schon auf dem Trasse der künftigen Glattalbahn gewandert und hat sich dabei gewundert, wie man eine neue Tramlinie durch dicht bebautes Gebiet und über oder unter Autobahnspuren und mehreren Eisenbahnlinien neu erbaut? Wir haben das dazu notwendige 1,3 km lange Viadukt bestaunt.

All dies und noch ein feines Mittagessen im „alten Tobelhof“ waren im Programm.

Der Obmann Paul Huggel

Seite der Jungen

6./7. Februar 2010

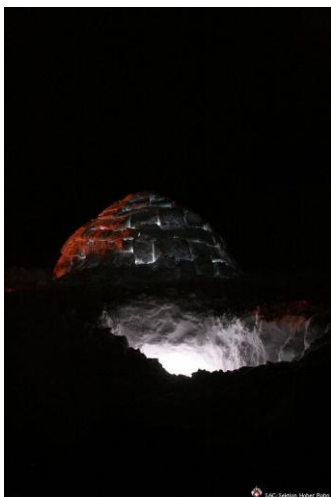
IGLUweekend meets IGLUnight

kenned ihr das Gschichtli scho...
vo de sächsi Eskimos ...
wo im Wägital einisch so...
warm dur d'Sternenacht si cho ...

... ein grüner VW-Bus
voller HoherRöhnlerInnen auf dem Weg ins Wägital.



Zu Schneeschuh hinauf zum Igluplatz. Schneestampfen, Schneeböcke schneiden. Bauen, in dreier Gruppen, perfekt im Teamwork abgestimmt. Bis die Halbkugeln stehen, sicher, von allein, warm.



Holz holen gehen. Einfuern. (Natürlich nicht IN den Iglu, sondern daneben!)

Chnobl schälen. Pflaumen mit Speckmantel bezahnstochen und in Pfanne auf dem Feuer anbraten. Das ist der Apéro. Dann ein Fondue auf dem Feuer: 250g Käse/Person (auch die Frauen!). 1 kg Brot. Birnen und Ananasstückli. Zum Dessert ein Schoggicake mit Kokos, Punsch und Kafi.



Gemütliches Lagerfeuerstehen und schwatzen im Schneefall. Calvin n' Hobbes halten die Bauchmuskeln fit.

Um zehn ab in die Schneeheia. Schlafen tun die einen besser als die anderen. Schnarchen aus dem Nachbariglu hört man nicht. Schnee isoliert nicht nur gegen die Kälte, auch schalldicht sind unsere Iglus.



Morgens immer noch im Schneefall gibt es unter einem Planendach beim Lagerfeuer frischen Zopf, Honig, Butter, heisse Schoggi, und... Migros-Nutella Einmalzin! Natürlich auch Käse und Coppa.

Liebe Sektion, besucht uns doch nächstes Jahr zum Brunch. Dann wird es sogar Spiegeleier und Speck geben.

...und: wer die Koordinaten wissen möchte, um selber in den Iglu zu schlafen, melde sich bei maya.albrecht@gmx.ch.

Ein Iglu hat Platz für 3, einer für 4 Personen.

Teilnehmer: Mirjam Frei, Silvia Matthis, Steffi Schwander, Richi Krause, Chrigl Hüppi, Maya Albrecht (TL)

Live aus Nepal

Alex Biderbost und Gaby Bachmann nahmen am Gokyo-Everest-Trekking teil, welches Emanuel Schroth leitete. Sie waren fast einen Monat unterwegs, oft auf Höhen über 4000m. Hier ein Tagebuch-Auszug von ihrer physisch und psychisch anspruchsvollen, aber fantastischen Reise!

Freitag, 20. November 2009

Um 01.15 Uhr ist Tagwache. Irgendwie ist vorerst nicht ganz klar, ob jetzt wirklich Tagwache ist oder nicht. Aber es ist. Hektisch wird alles angezogen und parat gemacht. Es gibt ein minikurzes Frühstück mit Rührei. Die Nervosität ist greifbar. Immerhin ist der Himmel klar. Super! Und kaum Wind – noch besser!

Um 02.20 Uhr geht es wirklich los. Wir marschieren durch die Nacht. Zuerst geht's mehr oder weniger eben aus. Die Reihenfolge unserer Gruppe ist irgendwie zufällig – sind wir überhaupt alle? Dann geht's plötzlich steil und steiler. Der Weg ist meist recht ruppig. Zum Teil muss man sogar etwas "Kletterlen". Ein bis zwei kurze Pausen mit Mars und etwas Tee. Nach etwa 5 Stunden,

die Sonne scheint schon, kommen wir endlich aufs Plateau, wo wir Gstältli und Steigeisen montieren. Sherpa Tukh Ten, Armin, Gaby und ich bilden eine Seilschaft. Es ist gut zu wissen, dass wir mit Sherpa Tukh Ten unterwegs sind. Sherpa Tukh Ten war schon bei mehr als 10 Everest-Expeditionen dabei und er stand schon siebenmal auf dem Everest-Gipfel. Es geht steil den Gletscher hinauf, dann zwei Querungen rund um Séracs und Spalten. Dann geht es den Hang hinauf bis zur gut 120 Meter hohen Steilwand. Wir hängen uns mit unseren Jümarklemmen in die Fixseile. Steil und mühsam und mit kurzem Atem "schümarlen" wir hoch – zum Teil geht's Eisrinnen hoch – wir schnaufen wie die Elefanten und müssen immer wieder innehalten. Heijajei – die letzten Meter sind echt mühsam – ich atme schwer. Oben ist ein Sherpa. Er muntert mich auf, weiter zu steigen. Endlich bin ich oben auf dem Grat angekommen. Ich schaue mich um. Wow, was für ein Panorama. Knapp hinter mir ist übrigens Michelle von Kobler & Partner. Sie führt nur noch einen Gast mit – von ehemals fünf.

Ich warte auf dem Grat, bis ich sehe, dass Gaby gut nachkommt. Das sieht gut aus. Ich glaube, Gaby wird es schaffen. Aber jetzt geht's weiter auf dem Grat. An Fixseilen müssen wir über drei bis vier Gratstufen bis zum Gipfel. Der Grat ist teilweise doch recht schmal. Das könnte man aber wohl auch ohne Fixseile machen. In der Schweiz würde man den Grat vielleicht mit dem Castorgrat vergleichen können. Manchmal muss ich durchschnaufen. Und manchmal schaue ich auch nur, dass Gaby möglichst nachkommt. Und sie kommt nach. Gaby hat quasi ihren Sherpa dabei – und das ist gut so.



Die begleitenden Sherpas hängen einem die Jümar um und helfen, wo sie können. Ich gehe allein den Grat hinauf. Die letzten Meter Grat sind vor mir. Ich sehe Patrick filmen und gleichzeitig fluchen: "Kein Akku mehr". Ich mache Fotos zum Gipfel hinauf und hinter mich. Ein bisschen tranceartig vielleicht. Die letzten Meter – geschafft – Island Peak 6'173 Meter! Gaby folgt kurz darauf. Wow, beide haben wir es geschafft!

Diese Aussicht hier oben raubt einem den Atem (sofern man noch welchen hat). Man sieht direkt an die Lhotse Südwand (immerhin nochmals 2'000 Meter höher!). Und man sieht Makalu, Ama Dablam und und Für uns ist es aber heute das Dach der Welt. Für jeden von uns ist es der persönliche Höhenrekord.

Sherpa Tukh Ten mahnt, dass wir möglichst bald wieder absteigen und nicht warten bis Urs (mit Patrick) und John (mit Emanuel) auch auf dem Gipfel sind.

Wir beginnen den Abstieg. Gaby wird von Ivan ans Seil genommen. Ich steige allein ab. Unterwegs begegnen wir Patrick mit Urs sowie Emanuel mit John mit Ziel Gipfel. Beide "Patienten" se-

hen nicht so gut aus. Am Schluss schaffen sie's aber beide. Der Ausnahmeerfolg ist perfekt: Alle 12 Teilnehmer haben den Gipfel eines Sechstausenders geschafft – das ist wohl sehr selten!

Wir kommen an die Abseilstelle. Nun gibt es Stau. Es geht endlos. Unten angekommen bilden wir Seilschaften und dann geht's den Gletscher hinunter. Abschnallen, etwas trinken und essen. Dann laufen wir individuell den Berg hinunter. Und das zieht sich unendlich. Und irgendwann sind wir beim Basecamp: Nach 13 Stunden sind wir "erledigt" – aber glücklich! Es gibt etwas zu essen. Das tut gut. Irgendwann kommt dann auch Emanuel mit John ins Basecamp. Wir beschliessen, diese Nacht im Basecamp zu bleiben.

Im Schlafsack geniessen wir den Gipfelerfolg. Später improvisiertes Nachtessen im Mannschaftszelt: Spaghetti und Kartoffeln und wieder warmer Fruchtsalat. Es schmeckt ausgezeichnet. Alle sind wir eigentlich "tod". So richtig Partystimmung kommt nicht auf. Aber alle sind irgendwie zufrieden. Schon um 19.00 Uhr begeben wir uns in die Heija – mit Fleecehosen und Daunenhosen, Fleecejacken und Daunenjacken. Nur nicht kalt haben – schon gar nicht nach so einem Gipfelerfolg!

Alex Biderbost

Richtige Schuhe und Bekleidung als Basis für mehr Sicherheit beim Bergsteigen

Jeder kennt die Gefahren der Berge, doch sind wir tatsächlich immer ausreichend dafür gerüstet? Gerade erfahrene Bergsteiger neigen bei scheinbar „harmlosen“ Touren zur Nachlässigkeit. Schon Wanderungen im normalen Gebirge können aufgrund nicht kalkulierbarer Umstände (Unfall und Wetterumschwung) lebensbedrohend werden. Um hier das Risiko zu minimieren, kommt es nicht nur auf gutes Training sondern auch auf optimal aufeinander abgestimmte Funktionsschuhe und -bekleidung an. Somit erstaunt es einem schon, dass heute Alpinisten wie Wanderer mit den dünnsten Bekleidungsstücken und nur noch Soft Shells, anstatt einer robusten wasserdichten Jacke oder ev. auch Hose, auf Winter- und Sommertouren anzutreffen sind. Anlässlich einer Versuchsreihe mit 4 Bergführern und 5 untrainierten Personen kamen erstaunliche Resultate zu Tage.

Versuchsaufbau:

In der Klimakammer wurde beim Start eine Temperatur von 8 Grad Celsius simuliert. Es war trocken und windstill. Die Testpersonen bewältigten auf dem Laufband bei einer Steigung von 4% zwei Mal einen 20-minütigen Marsch mit einer 5-minütigen Pause. Nach nochmaliger, 5-minütiger Pause wanderten sie erneut jeweils 20 Minuten bei Regen und einer Windstärke von 8 km/h und abnehmenden Temperaturen. Bedingt durch einen gedachten Unfall wurde die Wanderung gestoppt. Bei Wind, Regen und 0,5 Grad C harrten die Probanden nun zwei Stunden aus.

Ergebnisse:

Die Körpertemperatur fiel im Ruhezustand bei allen Probanden ab, doch gerade die trainierten Testpersonen (Bergführer) nahmen den bedenklichen Zustand des Organismus nicht wahr und liefen Gefahr, durch extreme Unterkühlung, Schäden davon zu tragen. Noch schlimmer: Ein extremes Absinken der Körperkerntemperatur kann in Extremfällen zur Desorientiertheit führen. Die mittlere Hauttemperatur (normalerweise ca. 32,50 C) lag nach 210 Minuten beim Tragen von GORE-TEX®-Bekleidung bei 26,8 Grad C während sie bei der Alltagsbekleidung rapide absank und nach 210 Minuten bei durchschnittlich 22,3 Grad C lag. Die Risiken des Hobbybergsteigers liegen dabei auch noch in seiner Untrainiertheit. Seine Herzfrequenz ist durch die außergewöhnliche Anstrengung deutlich erhöht und er hat einen erhöhten Sauerstoffbedarf. Der somit ohnehin schon extrem angestrengte Organismus würde durch unnötige Auskühlung noch zusätzlich belastet. Es bestand ein signifikanter Unterschied zwischen der mittleren Fußtemperatur der Probanden beim Tragen von Schuhen mit GORE-TEX® Ausstattung (30% wärmer) und baugleichen Schuhen ohne Membrane. Interessanterweise war zudem die mittlere Fußtemperatur bei den Bergprofis niedriger als bei den Hobbybergsteigern: Also noch ein Grund mehr, auf dauerhaft wasserdichte Schuhe Wert zu legen, denn Feuchtigkeit in den Schuhen wirkt sich insbesondere auf die Fußtemperatur -und auf die Isolierwirkung aus. Im Wissen, dass fast 50 % der Unfälle beim scheinbar harmlosen Wandern passieren zeigt, wie wichtig die richtige Ausrüstung auch dort ist.

Mit den besten Wünschen für schöne Frühlingstouren,

Hans Vetsch, Bergführer, Sportis Richterswil

Unsere Erfahrung

Ihr Plus

SAC Rabatt!

www.SPORTIS.ch
RICHTERSWIL

Ihr Fachgeschäft für
Berg Ski Lauf

Tel. 01 784 60 55 sportis@sportis.ch
inklusive exklusive Fachberatung