11

Sicher in die Berge:
Gehen mit Steigeisen

Everest: David Göttler im Interview

Bergsteiger

Bergsteiger

Weil wir die Berge lieben

November 2022
6,90 €
A 7.60 €
CH 11.50 sFr
I 8.70 €
LU 7.70 €
F 7.70 €

Wandern in den Karpaten / Manuel Gietl im Porträt / Fit in den Winter / Gehen mit Steigeisen

Hütten-Genuss

55 AUSRÜSTUNGS-TIPPS *für die Wintersaison*

Von Käserei bis Sterne-Küche:
25 Gastro-Tipps in den Alpen

Bayerische Alpen
Wandern auf den Spuren von Mythen und Sagen

Bella Italia
Thomas Hubers liebste Touren auf Sardinien

Wetterstein
Wilder Weg auf den Hochwanner

Rätikon
Herbstliche Hüttentour über den höchsten Gipfel

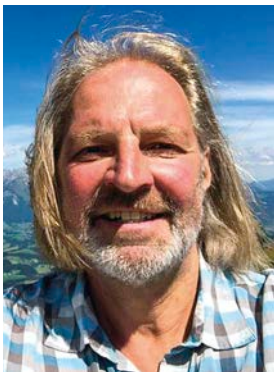
LANGKOFEL

Traumziel Dolomiten

Aussichtsreiche Tour über Gröden

4 190168 106907 11

We Live
to Discover
Jack Wolfskin
Ronan Donovan embraces the cold in pursuit of images that change our understanding of wolves.
SCAN HERE TO WATCH THE FULL STORY
Jack Wolfskin
jack-wolfskin.com



»Auf 2500 Metern Höhe schmeckt eine Sachertorte halt anders als in der Stadt.«

Thomas Becker, *Chefredakteur*

Genuss? Muss sein!

ESSEN UND TRINKEN HÄLT LEIB UND SEELE ZUSAMMEN. Sagt der Volksmund – und hat natürlich völlig recht. Ich habe zum Beispiel den Geschmack einer Sachertorte abgespeichert, die ich vor fast 40 Jahren mal gegessen habe. Die diente sozusagen als Lockmittel bei meiner ersten Silvretta-Skihochtour, war mir als Belohnung für den Aufstieg zur Saarbrücker Hütte versprochen worden – und hat offenbar einen bleibenden Eindruck hinterlassen. Auf 2500 Metern schmeckt so was halt einfach anders als in der Stadt. Seitdem hat sich auf den Berghütten in Sachen Kulinarik so einiges getan. Unsere Autorin Nina Ruhland hat sich mal des Themas angenommen und im Bregenzerwald in ein paar Töpfe und Pfannen geschaut. Obacht also auf den Seiten 18 bis 32! Könnte sehr gut sein, dass Ihnen nach der Lektüre das Wasser im Mund zusammenläuft …

VOM INTERVIEW MIT DAVID GÖTTLER kann man dagegen etwas fürs Leben lernen, nämlich, dass weniger oft mehr ist. Keine ganz neue Erkenntnis, aber aus dem Mund eines der erfolgreichsten Höhenbergsteigers durchaus erstaunlich (S. 40–45). Ansonsten möchten wir Sie wieder raus an die frische Luft schicken: auf den Langkofel (S. 34–37), den Hochwanner (S. 46–49), in die Pyrenäen (S. 6–11), durch das herbstlich-sonnige Rätikon (S. 88–91) und warum nicht auch mal in die wunderbare Bergwelt der Karpaten (S. 80–83)? Nicht fehlen dürfen in dieser Jahreszeit ein paar Tipps für die anstehende Skitouren-Saison (S. 84–87). Auch heute noch muss man sich die Sachertorte ja erst mal verdienen. Jetzt aber viel Spaß beim Lesen!

Ihr

Cover: Bad Kissinger Hütte, Mauritius Images

UNTERWEGS

Bregenzerwald, Dolomiten und Rätikon

Nina Ruhland: »Obwohl ich einige Jahre im Allgäu gelebt habe, hatte ich den Bregenzerwald irgendwie nie auf dem Schirm. Gut, dass sich das durch meine Kulinarik-Recherche geändert hat. Vieles dort hat mich begeistert, vor allem hatte ich das Gefühl, dass dort viele Macher am Werk sind und vieles sehr nachhaltig gedacht und gelebt wird.« (S. 18–32)

Astrid Därr: »Ich war bisher nicht viel in den Dolomiten unterwegs, weil ich mich vor dem Massenansturm auf den Wanderwegen fürchtete. Ganz anders am Langkofel im Herbst: Bei der Kletterei begegneten mir nur zwei weitere Seilschaften. Nun möchte ich unbedingt wieder hin, um noch mehr Touren zu erkunden.« (S. 34–37)

Michael Pröttel: »Der Spätherbst ist aus meiner Sicht die beste Zeit, um die Schesaplana (2965 m), den höchsten Gipfel des Rätikon, zu besteigen. Die schönen Winterräume der Schesaplanahütte und der Totalphütte machen von Süden her auch jetzt noch eine grandiose dreitägige Rundtour möglich.« (S. 88–91)

FOTOS: PRIVAT, SEISER ALM MARKETING/HELMUT RIER

18 / **Gipfel der Genüsse**
Wandern und Schlemmen:
25 großartige Ziele für Berg-Genießer

11/ Inhalt

November 2022

88 /**Sagenhaft**
Sonnige Dreitagetour: von der Schweizer
Seite auf die Schesaplana im Rätikon

74 / Den Mythen auf der Spur
Fünf spannende Touren mit Gruselfaktor in den Bayerischen Alpen

34 / Der lange Weg zum Kofel
Traumziel: der Langkofel in den Dolomiten

Topthema

18 Gipfel der Genüsse
Wandern ist schön, gut essen auch. Warum also nicht beides kombinieren? Wir zeigen Ihnen, wo sich Bergsport und Kulinarik am besten verbinden lassen.

Touren & Regionen

34 Der lange Weg zum Kofel
Der Langkofel belohnt mit spektakulären Bicken auf ein Felsenmeer.

46 *Wilde Wege:* Hochwanner
Einsame Bike&Hike-Tour auf Deutschlands zweithöchsten Gipfel

74 Den Mythen auf der Spur
Fünf geheimnisvolle Wanderungen in den Bayerischen Alpen

80 Zu Besuch bei den Motzen
Natürlich und einsam: Wandern in den rumänischen Westkarpaten

88 Sagenhaft
Um die Schesaplana, höchster Berg im Rätikon, ranken sich Legenden.

100 La Bavarese
Alexander Hubers spektakuläre Erstbegehung auf Sardinien

Wissen & Personen

38 Fang die Sonne!
So gelingen gute Fotos von Sonnen-auf- und -untergängen am Berg.

40 *Interview:* David Göttler
Der Everest-Bezwinger über die mentalen Aspekte des Bergsteigens

60 *Porträt:* Manuel Gietl
Wie sich der Kletterer nach einem Unfall zurück ins Leben kämpft.

94 *Sicher am Berg:* Hochtour I
Gehen mit Steigeisen erfordert je nach Gelände die richtige Technik.

Service & Events

64 Ausrüstungsberater Winter
Die besten Produkte für die kalte Jahreszeit

84 Fit in den Skitouren-Winter
Einfache und effektive Übungen zur Vorbreitung auf die Saison

12 Tourenkarten zum Mitnehmen

- Mittag
- Prinz-Luitpold-Haus
- Hündeleskopfhütte
- Hochwanner
- Hochstaufen
- Lacherspitze
- Osterfeuerspitze
- Großer Widderstein
- Franz-Fischer-Hütte
- Schesaplana-Runde 1
- Schesaplana-Runde 2
- Schesaplana-Runde 3

»Umdrehen ist Teil des Prozesses, besser zu werden.«

David Göttler, *Alpinist und Everest-Besteiger,* im Interview ab Seite 40

Fixpunkte **6** Bergbilder / **12** Bergszene / **16** Grüne Seiten / **78** Härtetest / **92** Medien / **98** Leserforum / **99** Markt / **104** Kolumne Klemmers Keile / **105** Ausstieg / **106** Ausblick & Impressum

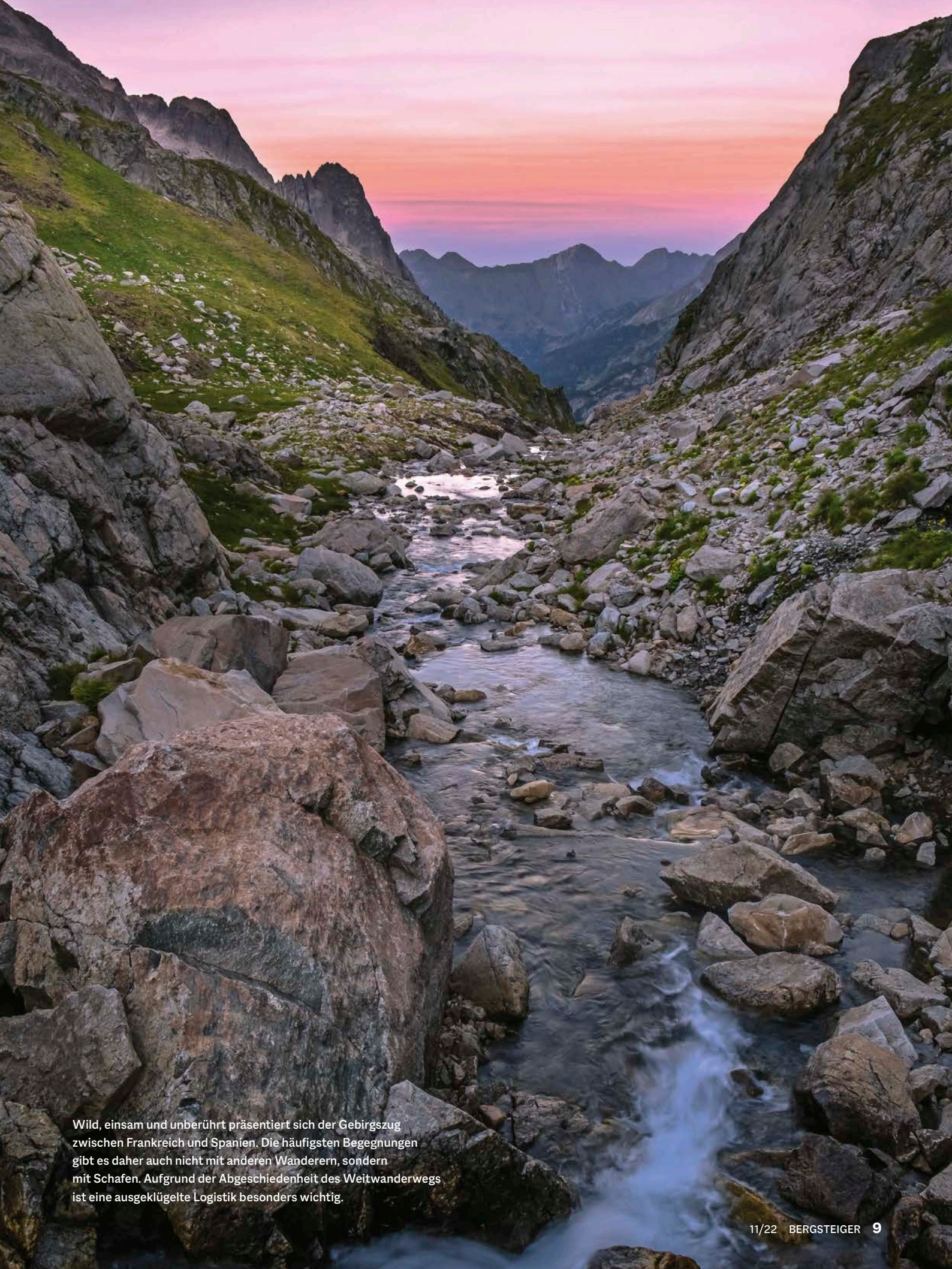
Die Seitenzahlen der Themen auf der Titelseite sind rot hervorgehoben

FOTOS: SEBASTIAN STIPHOUT, MICHAEL PRÖTTEL, ASTRID DÄRR, MAURITIUS IMAGES/IMAGEBROKER, MATHIS DUMAS

Wie der bekannte »Wanderer über dem Nebelmeer« von Caspar David Friedrich steht Alexander über den Wolken. Statt in der Sächsischen Schweiz ist er gerade im französischen Teil der Pyrenäen unterwegs.

Traum und *Abenteuer*

Zwei Geschwister, ein Traum: die Durchquerung der Pyrenäen auf einem 800 Kilometer langen Weitwanderweg. In einem Bildband zeigen sie, dass Zwist und Glück oft nah beeinander liegen.



Wild, einsam und unberührt präsentiert sich der Gebirgszug zwischen Frankreich und Spanien. Die häufigsten Begegnungen gibt es daher auch nicht mit anderen Wanderern, sondern mit Schafen. Aufgrund der Abgeschiedenheit des Weitwanderwegs ist eine ausgeklügelte Logistik besonders wichtig.

Kurz vor dem Ziel ihrer Reise spiegeln sich die beiden Geschwister zusammen mit den Pyrenäen in einem namenlosen See. Im Hintergrund der 3011 Meter hohe Tuc de Molières