

„Stock ist nicht gleich Stock“

Bergführer Thomas Dempfle erklärt, worauf es bei Bergtouren mit Stöcken ankommt

Oberstdorf.

„Mit dem Haselnussstock lief der Jäger früher schon durch's Gelände“, sagt Bergführer Thomas Dempfle. Das Material hat sich zwar geändert, aber bis heute dürfen Stöcke auch für viele Wanderer bei einer Bergtour nicht fehlen.

„Vor allem beim Tragen eines schweren Rucksacks oder beim Abstieg ist jeder Schritt ein Stoß auf die Gelenke“, sagt der Oberstdorfer. Ohne Stöcke belastet man hauptsächlich die Knie und die Hüfte, was auf Dauer dem Bergsportler nicht zu Gute kommt. Mit den praktischen Begleitern verteilt der Wanderer den Druck auf den gesamten Körper, indem er die Arme miteinbezieht.

Die zusätzlichen zwei Berührungspunkte zum Boden dienen außerdem als Balancehilfe und maximieren die Trittsicherheit. Stolpert der Bergsteiger trotzdem, muss er sich auf seine Stöcke verlassen können: „Sie müssen halten und dürfen nicht brechen“, betont Dempfle. Bei Teleskopstöcken, die in der Größe verstellbar sind, sei der Verschluss entscheidend. Die Verriegelung müsse der Krafteinwirkung standhalten, der Verschluss blockieren, sodass sich die fixierte Länge des Stocks selbst im Sturz



Bergführer Thomas Dempfle.
Foto: Oase AlpinCenter

nicht verändere. Daher heißt es auf qualitativ hochwertiges Material zu achten, denn „Stock ist nicht gleich Stock. Man sollte auf Markenprodukte zurückgreifen“, so der Bergführer.

Ein hochwertiges Produkt hielte einer Belastung von bis zu 140 Kilogramm stand und hätte selbst bei häufigem Gebrauch – wie im Verleihgeschäft – eine Lebensdauer von ungefähr zehn Jahren.

Karbonstock punktet

Knifflig ist jedoch die Auswahl bei der breiten Produktpalette: „Alustöcke eignen sich aufgrund der Stabilität sowie der Widerstandsfähigkeit für den Verleih. Der Karbonstock punktet als

Leichtgewicht, ist jedoch anfälliger. Bei allen Produkten ist die Spitze bedeutend. Diese besteht bei Markenqualität aus Hartmetall, was entscheidend ist, damit sie auf jeder Bodenbeschaffenheit hält“, sagt Dempfle. Das harte Material rutsche auf Fels und Teer nicht ab, während es auf Matsch oder Schnee greife. Im Schnee empfiehlt der Experte den kleinen Teller der Spitze gegen einen größeren zu tauschen, um tiefes Einstechen zu vermeiden.

Beim Griff gibt es seit diesem Jahr eine Neuheit: Ein Knauf, den man von oben greifen kann, ermöglicht das Aufstützen auf den Stock. „So bringt man beim Abstieg einen größeren Druck auf die Stöcke und kann die Knie noch besser entlasten“, erklärt Dempfle.

Was passiert, wenn Bergführer auf sehr gutes Material setzen, erklärt der 42-Jährige schmunzelnd: „Oft wollen die Leute meiner Gruppe auf dem Berg meine Stöcke ausprobieren. Der Test dauert dann meist länger, weil sich keiner mehr von dem Material trennen kann und ich bekomme es erst nach dem Abstieg wieder zurück. Stock ist eben nicht gleich Stock.“

Isabell Sieber



Mit sehr großer Wahrscheinlichkeit trifft man einen Steinbock auf dieser Wandertour.
Foto: oh

Wenn ein Steinbock plötzlich auf der Terrasse steht

Neuer Führer beschreibt die „Steinbock-Tour“

Oberstdorf.

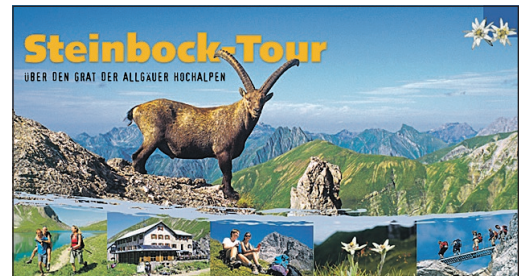
Einst waren sie im gesamten Alpenraum fast ausgestorben. Seit vor rund 50 Jahren einige Steinböcke aus dem italienischen Nationalpark Gran Paradiso importiert und ausgesetzt wurden, ist das Wappentier des Kleinwalsertals wieder heimisch geworden in den Allgäuer Alpen. Große Rudel

haben ihre Reviere aufgeteilt zwischen Widerstein und Kemptner Hütte. Im Laufe der Jahre haben die Steinböcke ihre Scheu verloren. Sie lieben sich schon an der Mindelheimer Hütte und sogar auf der Terrasse des Waltenberger-Hauses blicken. Ungeklärt bleibt, wer dort mehr erschreckt, der Steinbock oder der Frühaufsteher.

In Kooperation mit der neu gegründeten Arbeitsgemeinschaft Allgäuer Bergschulen (AG AB) präsentiert der Kemptener SL-Verlag in einem neuen Führer die „Steinbock-Tour“, die von Oberstdorf über Fidererpass- und Mindelheimer-Hütte zur Rappensee-Hütte und über den Heilbronner Weg zur Kemptner Hütte führt. Vom 1844 Meter hoch gelegenen Schutzhaus der Alpenvereinssektion Allgäu-Kempten steigt man nach vier Tagen durch den Sperrbachtobel wieder ab ins Tal oder verlä-

gert die Tour. Zum Beispiel über die Hermann-von-Barth-Hütte und Hinterhornbach zum Prinz-Luitpold-Haus oberhalb des Hintersteiner Tals. Von hier aus verläuft der Weg am Laufbacher Eck und seinen Edelweißbeständen vorbei zur Bergstation am Nebelhorn.

Varianten dieser Tour sind auch schon als „Allgäu-Durch-



querung“ oder „Über den Grat“ beschrieben worden. „Natürlich benutzen wir keine neuen Wege. Aber der Name Steinbock-Tour vermittelt viel besser, was den Wanderer erwartet“, sagt Bergführer Thomas Dempfle von der AG AB. Kaum irgendwo in den Alpen sei die Wahrscheinlichkeit so groß, unterwegs Steinböcke aus nächster Nähe beobachten zu können.

Der Führer „Steinbock-Tour“ erschien im SL-Verlag Kempten. Er umfasst 48 Seiten und kostet 5,90 Euro. Das Büchlein ist erhältlich in den Service-Centern unserer Zeitung, im Buchhandel und beim SL-Verlag, Liechtensteiner Straße 5a in Kempten oder www.SL-Verlag.de (ISBN 978-3-9810320-5-5).

Familien können auf „lustigem Weg“ wandern

Kranzegg.

Ein launiger Familienwandertag wird am 8. September auf dem „Lustigen Wanderweg“ in Kranzegg durchgeführt. Wandern und herzlich lachen ist hier möglich.

Auf dem 3,2 Kilometer langen Rundweg finden Wanderer neben Wasserfällen, romantischer Wegstrecke und herrlicher Aussicht 37 Tafeln mit Witzen oder lustigen Sprüchen.

In diesem Sommer feiert der lustige Wanderweg sein sechs-

jähriges Bestehen. Am Familienwandertag gibt es beim „Berggasthof Kranzegg“ Speisen und Getränke zu ermäßigten Preisen.

Kranzegg, Gemeinde Rettenberg-Oberallgäu, finden Sie zwischen Sonthofen und Wertach. Der Wanderparkplatz ist direkt am Ortsausgang Richtung Rettenberg beschildert. Öffentliche Verkehrsmittel fahren von Sonthofen und Immenstadt nach Kranzegg.

Von der Ortsmitte (Kapelle) geht es über die Brücke zum

Alpweg, diesem folgen wir bis zur ersten scharfen Rechtskurve. Ein Wegweiser zeigt den weiteren Verlauf. Zunächst geht es den Wildbachweg hinauf (für Kinderwagen ungeeignet), auf einer romantischen Steiganlage an Wasserfällen vorbei. Für den Rundweg benötigen Sie etwa 90 Minuten. Ruhebänke sind vorhanden. Der Weg ist mit gelben Pfeilen markiert.

Aktuelle Infos zum

Wanderweg finden Sie unter www.kranzegg.de

„Bua, hot d'r Baur g'sait, du muasch d'Leit schwätze lau, no merksch, wie bled se sind!“

ANZEIGE

Mammut | Haglöfs | Bergans | The North Face | Marmot | Deuter | Hanwag | Lowa | Salewa | Tatonka



Die Ausrüstungsexperten

1 mal in Marktoberdorf und über 100.000.000 mal in Europa

(Stand Juni 2008; geschätzte Anzahl an Internetanschlüssen in Europa)

Montag bis Freitag: 09:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Donnerstag: bis 19:30 Uhr

Samstag: bis 13:00 Uhr

