

# Mit Schneeschuhen unterwegs

**Leise rieseln vereinzelte Schneekristalle durch die kahlen Bäume, ansonsten Stille. Der Schnee verschluckt alle Geräusche. Tausendfach widerspiegelt sich die Sonne im Schnee. Da und dort erkennt man Tierspuren.**

Die Schneekristalle knirschen unter den Schneeschuhen, welche uns diese Wanderung durch die wunderbare Winterlandschaft überhaupt erst ermöglichen, weitab von überfüllten Pisten-Restaurants und Schlangen von anstehenden Skifahrern. Langsam aber stetig geht's voran, vorbei an zugefrorenen Bächen, kaum mehr erkennbaren Wegweisern, schwer beladenen Tannen. Und während der mittlerweile aufgegangene Mond alles in sein geheimnisvoll silbernes Licht taucht, wissen wir: Das ist Winter, wie man ihn sonst nicht kennt.

## Boom

Schneeschuhe boomen - allerdings nur im Stillen, ohne Medienrummel und gross angelegter Werbung. Dabei gibt es Schneeschuhe schon lange. Von Zentralasien gelangten sie über die Beringstrasse nach Alaska, wo sie noch heute Eskimos und Indianer als Fortbewegungsmittel zur winterlichen Jagd verwenden. Damals bestanden die Schneeschuhe aus Holz, Tiersehnen und Fellen, heute sind es High-Tech-Konstruktionen aus Aluminium und Kunststoff.

## Faszination

Die Schneeschuhe faszinieren hauptsächlich deshalb, weil damit Landschaften erkundet werden können, die einem im Winter sonst verschlossen bleiben: Gelände, welches sich weder zum Skifahren noch zum Schlitteln eignet und wo wegen des Schnees auch Wandern unmöglich

ist. Hier kommt der Schneeschuh voll zur Geltung. Und dies, ohne dass man viel dazu lernen muss: Anschnallen und loslaufen.

## Gelände

Das «Schneeschuh-Gelände» gibt es nicht. Schneeschuhe eignen sich praktisch überall, wo man gehen kann und wegen des Schnees mit den Wanderschuhen nicht mehr vorwärtskommt. Zum Schneeschuhlaufen eignet sich vor allem das voralpine Gelände. Im Gegensatz zum Variantenfahren auf Ski oder Snowboard ist das Wandern durch den Wald kein Problem für Tiere, da man sich auf Schneeschuhen nur langsam bewegt und die Tiere so nicht vor sich her treibt. Voraussetzung bleibt aber dennoch, dass man sich angemessen verhält. Auch wenn Schneeschuhe im alpinen Gelände häufig verwendet werden als Aufstiegshilfe für Snöber bei Skitouren: Schneeschuhe haben ihre Stärke im flacheren Gebiet, und werden nie wirklich geeignet sein, um Gipfel zu besteigen. Zudem erfordern Touren im alpinen Gebiet einiges an Know-how, um Gefahren richtig einzuschätzen und richtig zu reagieren (Lawinen, Wetter, abgelegene Routen, kein Handy-Empfang).

Aus diesem Grund wird z.B. auch von J+S empfohlen, Routen grundsätzlich unterhalb der Waldgrenze zu wählen.

Gut kann man sich an Langlauf-Loipen orientieren, welche praktisch ausnahmslos durch schneeschuhgeeignetes Gelände führen.

## Schnee

Das Schöne an Schneeschuhen ist, dass die Schneehöhe und -qualität fast keine Rolle spielt. Solange man nicht auch mit Schneeschuhen einen halben Meter im Pulverschnee versinkt, lässt sich jede Art von Schnee problemlos meistern. Und auch wenn es wenig Schnee hat: Schnee-



Die Schneeschuhe faszinieren hauptsächlich deshalb, weil

damit Landschaften erkundet werden können, die einem im Winter sonst verschlossen bleiben. Schuhe sind leicht, und lassen sich ohne weiteres am Rucksack befestigen, bis man die schneearmen oder -freien Zonen hinter sich gelassen hat.

## Schneeschuhe

Schneeschuhe gibt es viele verschiedene: Aus Alu/Neoprene, aus Kunststoff, aus Holz, mit Krallen oder Spitzen, solche mit Steighilfen, grosse, kleine, mit Bindungen aus Kunststoff, mit Schnellverschlüssen, mit Rucksackgurten, mit Gummi-Riemen, verlängerbare, teure, weniger teure und billige.

Wichtig bei der Wahl ist vor allem, dass die Bindung beweglich ist, so dass sich die Ferse abheben kann.

## INFO-BOX

### Stichwort:

- Schneesport
- Winterwandern
- Schneeschuhe

### Siehe auch:

«...Yeti entdeckt» auf S. 13 forum kind und «Winter-Camping im Iglu» auf S. 17 forum jugend.

### Autor:

Niels Abt (25) ist verheiratet und begeisterter Schneeschuhgänger. Der BESJ-Regionalleiter wohnt in Winterthur.



Weiter sollte die Grösse so gewählt werden, dass man einen Schuh vor den andern setzen kann, ohne gleich einen Spagat zu machen. Die Grösse der passenden Schuhe hängt von Grösse und Gewicht des Trägers sowie den Schneeverhältnissen ab (praktisch sind hier verlängerbare Modelle).

Um die Qual der Wahl etwas zu vereinfachen: Am besten mal in einer Gruppe verschiedene Typen mieten und abwechseln, so dass man mal mit jedem Pärchen ein Stück gehen kann.

Tipp: Bei der Auswahl unbedingt auch die Schneeschuhe von MSR ansehen, sind günstiger als die meisten anderen und trotzdem gut.

## Was brauche ich sonst noch dazu?

Je nach Route und Wetter ist nicht jedes Ausrüstungsstück gleich wichtig, dennoch bewegt sich die benötigte Ausrüstung immer zwischen Wander- und Skiausrüstung. Dazu braucht man sich auch nicht gleich neu einzukleiden, sondern kann durch geschickte Kombination von z.B. Trainerhosen und Regenhose bereits komfortable Lösungen erreichen. Die Faustformel ist einfach: Unterwäsche, etwas gegen die Kälte und etwas gegen Wind und Wetter. Geeignete Schuhe sind z.B. Wanderschuhe, wobei es sich bewährt hat, sie zu pflegen und mit zusätzlichen Thermo-Einlagen auszurüsten. Aber auch Soft-Boots und andere Winterstiefel tun ihren Dienst. Weiter sollte man dabei haben:

- Skistöcke (Teleskop-Stöcke, falls man welche hat)
- Kleinen Rucksack (Thermosflasche / trockenes T-Shirt / Reserve-Handschuhe)

## Technik

Hier gibt es fast nur etwas zu beachten: Wenn man in der Gruppe unterwegs ist, einander beim Spuren

abwechseln – wobei die zweite Person jeweils die Spur bricht, d.h. nicht in die Stapfen des Vordermanns getreten wird, sondern genau dazwischen. So gibt es eine schöne Spur, in welcher die Nachkommen bequem gehen können.

## Gefahren

Mit Gefahren umzugehen lernt man nicht aus einer Zeitschrift, deshalb hier nur eine Zusammenstellung, wo mögliche Gefahren liegen:

- Karten lesen sich ganz anders, wenn man wegen des Schnees keine Wege mehr sieht, so dass mit Aufanglinien gearbeitet werden muss
- Die benötigte Zeit für eine bestimmte Strecke lässt sich schwierig abschätzen, da sie vor allem von den Schneeverhältnissen abhängt. Es gibt keine geeigneten Faktoren für eine Marschzeitberechnung.
- Kälte wird oft unterschätzt, gerade wenn man schwitzt und eine Pause einlegt.
- Lawinen können auch an kleinsten Hängen bereits gefährliche Ausmasse annehmen. Deshalb: Nie steilere Hänge als 30° traversieren und auch nicht unterhalb solchen passieren, sondern weitläufig umgehen.

## Schneeschuhlaufen mit Kindern und Jugendlichen

Schneeschuhe eignen sich für Kinder etwa ab neun Jahren. Kriterium dabei ist nicht etwa das geforderte Können, sondern die Leistungsfähigkeit. Kann man ein Kind auf längere Wanderungen mitnehmen, so kann es auch eine Schneeschuh-Wanderung mitmachen.

Ist man mit Kindern unterwegs, sind vor allem folgende Punkte zwingend zu beachten:

- Leiter haben oft besseres Material, während Kinder schon nur deshalb früher an ihre Grenzen kommen werden.
- Kinder brauchen häufiger Pausen als Erwachsene.
- Lieber eine kleinere Tour machen und die übrig bleibende Energie mit Schneespielen «vernichten», als die Kinder mit anspruchsvollen Wanderungen überfordern.

● Kinder merken oft nicht, wann sie erschöpft oder unterkühlt sind. Darum ist es ganz wichtig, dass der Leiter für sie «spürt». Gutes beobachten ist da besonders wichtig.

● Frierenden Kindern wird nicht so leicht wieder warm wie Erwachsenen. Sie brauchen Hilfe von aussen, um sich zu wärmen (heisser Tee, warme Unterkunft)

● Auch wenn's kalt ist, schwitzt man. Deshalb ausreichend trinken.

● Ausstiegspunkte überlegen: Wo kann man im Bedarfsfall die Wanderung abbrechen oder abkürzen?

● Touren immer rekognoszieren! Verhältnisse können sich schnell ändern, deshalb ist es sinnvoll, eine bereits rekognoszierte Route kurz vorher nochmals zu besichtigen.

## Weitere Infos

### Bücher

Der BESJ-Shop (Dorfstrasse 10, 8155 Niederhasli, 01 850 69 52, shop@besj.ch) führt

- Schneeschuh-Tourenvorschläge
- Yeti-Schneespiele

### Kurse

Schneeschuh-Wandern ist unter J+S möglich. Werden anspruchsvollere Wanderungen unternommen, oder will man in einer Unterkunft ohne gesicherte Zufahrt oder in Iglus übernachten, sind die Aktivitäten sicherheitsrelevant. Solche Aktivitäten dürfen nur von ausgebildeten Leitern durchgeführt werden. Entsprechende Kurse werden vom BESJ angeboten.

### Mieten

#### hajk Scout & Sport

Rubigenstrasse 79  
3076 Worb SBB  
Fon: 031 838 38 38  
www.hajk.ch

#### Scout Store

Güterstrasse  
8640 Rapperswil  
055 210 84 44  
www.rappi.ch/scoutstore

#### okaj

Wasserwerkstr. 17  
8035 Zürich  
www.okaj.ch  
01 366 50 10

diverse Sportgeschäfte