

„Man muss

ZITIERT

Reisen

um zu lernen.“

MARK TWAIN
US-SCHRIFTSTELLER
(1835-1910)

Ein Rucksack voller Tipps und Tricks

Wandern beginnt mit dem ersten Schritt. So einfach ist das. Damit das so bleibt, behelfe man sich des Wissens, das sich ein Berufener ergangen hat.

VON BERNHARD LICHTENBERGER

Es hat Christian Hlade seit jeher umgetrieben. Mehr als 50.000 Kilometer hat der 1964 geborene Grazer in 40 Jahren wandernd zurückgelegt. Dieses bewegte Leben führte vor 20 Jahren beruflich an eine Abzweigung. Der Architekt verließ den ursprünglich eingeschlagenen Pfad und gründete das Reiseunternehmen „Weltweit wandern“.

„Wandern ist einfach“, sagt Hlade, „aber wenn man genau hinschaut, gibt es von diesen einfachen Dingen ganz viel zu erzählen.“ Und so wurde aus einem erahnten 100-Seiten-Büchlein ein fast 400 Seiten starkes Standardwerk, das den Titel „Das große Buch vom Wandern“ verdient. Dass es zu gewichtig ist, um es im Rucksack mitzuschleppen, stört nicht – schließlich gilt es, die mehr als 1000 Tipps und Tricks zu beherrschen, bevor der Wanderer einen Fuß vor den anderen setzt.

Wie lange geht man?

Nützliches findet sich zuhause: Wie sich Geh- und Unterwegszeiten berechnen lassen, wie Wetteranzeigen in der Natur zu deuten sind, welche Apps für Touren taugen, wie man eine Wanderkarte liest. Erprobte Packlisten, von der Tagestour bis zur Wanderreise, erleichtern die Qual der Wahl. Hlade wiegt Vor- und Nachteile von Ausrüstungsgegenständen ab, etwa zwischen T-Shirts aus Merinowolle und Kunstfaser, zwischen Daunenschlafsäcken und solchen mit Kunstfaserfüllung.



So kann die Packliste aussehen, wenn sich Christian Hlade auf eine Wanderreise begibt.

Fotos: weltweitwandern.com



Der Autor in Marokko, seiner ersten „Endstation Sehnsucht“

Der Hütten-Knigge des bewanderten Autors bringt es auf stattliche 16 Empfehlungen, die zum gedeihlichen Miteinander auf engstem Raum und zur Zufriedenheit des Hüttenwirtes beitragen.

Ein Alpinmediziner gibt die wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen weiter, die bei Hitze- oder Kälteschäden, bei Unfällen oder

Schlangenbissen zu ergreifen sind, und erklärt, wie die Anpassung an Höhen jenseits der 2500 Meter gelingt. Hlade lässt nichts aus, von den Übungen einer Yoga-Lehrerin übers Gesundbleiben in fernen Ländern bis hin zu ausgewählten Wanderperlen im Alpenraum, wobei auch Gastautoren von ihren Traumtouren schwär-

men, und seinen schönsten Wanderreisen rund um den Globus.

Wichtig ist Hlade, dass „die Entdeckungen schon vor der Haustür zu finden sind und sich der Bogen zu anderen Kulturen spannt“. Außerdem sei Wandern kein Hochleistungssport, sondern ein Unterwegssein, für das ein gesunder Rhythmus zu finden ist. „Viele gehen zu schnell los, machen zu wenige Pausen und trinken zu wenig“, sagt der Steirer.

Dabei kann Wandern so einfach sein.

Christian Hlade: „Das große Buch vom Wandern. Alle Tipps & Tricks, damit die Begegnung mit der Natur, anderen Kulturen und sich selbst gelingt“, Braumüller Verlag, 384 Seiten, 25 Euro



Ein Blick aus dem All auf die Wüsten dieser Erde

Die Welt der Wüsten und die Wüsten dieser Welt erklärt dieses Buch mittels Satellitenbildern

Sie ziehen hoch oben im All ihre Kreise, halten alles fest, was unter ihnen passiert: Satelliten helfen uns vorherzusagen, wie das Wetter wird, sie zeigen die Größe des Ozonlochs, die Verstädterung der Erde, die Auswirkung von Ölkatastrophen, und manchmal liefern sie einfach nur wunderschöne Aufnahmen unseres Planeten – wie in diesem Bildband.

Mit ihren lebensfeindlichen bis hin zu lebensverneinenden Eigenschaften faszinieren Wüsten Menschen seit jeher. Ihre extreme Umwelt wird nicht nur negativ bewertet, vielmehr wohnt ihnen eine eigentümliche Schönheit inne. Zudem waren sie häufig durch ihre Leere und dadurch, dass sie dem Leben so fremd sind, ideale Projektionsflächen für Gedanken, welche die Menschen über irdische Fragen



Die größte Sandwüste der Erde, Rub al-Khali (Saudi-Arabien), zieht sich mit ihren bis zu 300 Metern hohen Sanddünen über Hunderte Kilometer hin. Foto: EoVision

hinaus beschäftigten. Nicht von ungefähr sind viele der noch heute aktuellen Religionen in oder an Wüsten entstanden.

Dieses Buch mag sich als Buch-

band präsentieren, ist tatsächlich jedoch viel mehr. Es erklärt, ab wann eine Wüste Wüste ist, welche Arten es gibt und wie sie sich auf der Erde verteilen. Trotz der lebensfeindlichen Bedingungen ist die Wüste seit jeher auch Lebensraum. 150 Millionen Menschen etwa leben in Oasen. Es gibt Städte in der Wüste, und den Wüsten wird zunehmend Boden abgerungen, denn der Mensch hat sie mittlerweile auch als Wirtschaftsraum entdeckt. Wie er sie sich etwa mit künstlicher Bewässerung nutzbar macht und welche Faktoren dem Fortschreiten der Desertifikation Vorschub leisten, wird ebenso thematisiert – untermauert mit „außerirdischen Bildern“, die auch nachdenklich stimmen. (rofi)

hinaus beschäftigten. Nicht von ungefähr sind viele der noch heute aktuellen Religionen in oder an Wüsten entstanden.

Markus Eisl, Gerald Mansberger: „Wüsten – Lebensraum der Extreme“, EoVision, 256 Seiten, 45,95 Euro.



KURZ BESPROCHEN

SINNGEBEND

In einer Seilschaft mit Viktor Frankl

Er war ein Wissenschaftler von Weltruf, überlebte vier Konzentrationslager und liebte die Einfachheit der Berge am allermeisten. Dort, beim Klettern, war er der ansonsten gehetzte Psychiater, glücklich. Die beiden Autoren nähern sich dem begeisterten Kletterer in und über sieben seiner Lieblingsrouten, verflechten sie mit seinen Lehren und Lebens-Themen.



Eine sinngebende Erfahrung.
Michael Holzer, Klaus Haselböck: „Berg und Sinn“ Bergwelten Verlag, 183 Seiten, 20 Euro

ALPINE THEMEN

Von der Skisport-Wiege zur Eis-Faszination

Die Vielfalt der Gebirgswelt bildet das Alpenvereinsbuch ab. Dem Arlberg, Wiege des modernen Skilaufs, ist ebenso ein Schwerpunkt gewidmet wie dem Eis, das Kletterparadies ebenso ist wie schwindender Lebensraum. Als Bergmensch beschreibt sich die ehemalige Biathlon-Königin Laura Dahlmeier. Kritisch werden in die alpine Natur gesetzte Aussichtsplattformen und Skywalk-Inszenierungen betrachtet. Spannender Lese-stoff!

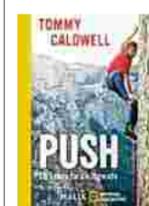


Alpenvereinsjahrbuch: „Berg 2020“ Tyrolia-Verlag, 256 Seiten, 20,90 Euro

LEBENSGESCHICHTE

Ein fehlender Finger ist kein Hindernis

Sieben Jahre lang hat sich Tommy Caldwell mit Kevin Jorgensen an der härtesten Kletterroute der Welt am kalifornischen Yosemite-Nationalpark abgearbeitet, bevor ihnen 2015 die erste Durchsteigung der Route „Dawn Wall“ im freien Stil gelang. In „Push“ schildert der US-Amerikaner sein Leben am Limit, gedrängt vom ehrgeizigen Vater, traumatisiert durch eine Geiselnahme. Selbst der Verlust eines Zeige-

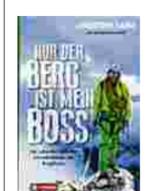


fingers konnte ihn von seinem Weg nicht abhalten.
Tommy Caldwell: „Push. Ein Leben für die Bigwalls“, Malik, 448 Seiten, 16,50 Euro

PORTRÄT

Freiheit in den Bergen

Von der kargen Welt seiner Kindheit, den Abenteuern in den Dolomiten, der Solobesteigung des Fitz Roy und den Bergen, die dem Sein Sinn geben, erzählt der Südtiroler Extremkletterer und Bergführer Christoph Hainz.



Christoph Hainz mit Jochen Hemmleb: „Nur der Berg ist mein Boss“, Tyrolia, 272 Seiten, 19,99 Euro