

Marco Seitner, Inhaber der Alpenschule Lermoos in der Tiroler Zugspitz Arena, zu Technik und Sicherheit beim Schneeschuhwandern

Faszination Schneeschuhtour: Tipps vom Experten

Schneeschuhwandern wird als Alternative zum klassischen Wintersport immer beliebter. In der [Tiroler Zugspitz Arena](#) finden sich sportliche Touren durch die tiefverschneite Berglandschaft genauso wie gemächliche Wanderungen zwischen den Talorten Ehrwald, Lermoos, Biberwier, Berwang, Bichlbach, Heiterwang am See oder Namlos. Damit die Schneeschuhwanderung zum sicheren Erlebnis wird, gilt es ein paar grundlegende Dinge zu beachten. Marco Seitner von der Alpenschule Lermoos, erklärt worauf es ankommt.

Die Fortbewegung mit Schneeschuhen unter den Füßen ist keineswegs neu: Schon vor mehr als 10.000 Jahren stapften unsere Vorfahren auf diese Weise durch den tiefen Schnee. Dank neuer Materialien ist aus dem hölzernen Schneeschuh von damals ein modernes Sportgerät mit leichtem und stabilem Aluminiumrahmen, Riemenbindung und Krallen unter den Sohlen geworden. Das Beste daran: Schneeschuhwandern ist mit wenig Aufwand verbunden und erfordert im Vergleich zum Skifahren oder Skitouren gehen wenig Vorkenntnisse. Was es für die Touren zu beachten gibt, erklärt der Experte.

Marco Seitner, seit Jahren steigt das Interesse am Schneeschuhwandern. Was macht den Reiz aus?

Schneeschuhwandern ist eine Art Meditation. Eine körperlich anstrengende Meditation. Man wandert, je nach Erfahrung und Können, mehr oder weniger steil durch eine tief verschneite Winterlandschaft. Die Umgebung ist still und gedämpft, jeder Schritt fühlt sich an, als ginge man auf Watte. Ich glaube, genau das macht den Reiz aus.

Schneeschuhwandern wirkt auf den ersten Blick gemütlich und einfach aber gerade hier spielen Sicherheitsaspekte eine große Rolle. Was empfehlen Sie?

Ob im Winter oder im Sommer, ob mit Tourenski, Schneeschuhen oder einfach beim Wandern, die richtige Tourenplanung ist immer wichtig. Allerdings gibt es im Winter und mit Schneeschuhen noch ein bisschen mehr zu beachten: Es wird früher und sehr schnell dunkel, daher sollte man bei längeren Touren zeitig aufbrechen. Auch die Schnee- und Lawinensituation kann nicht oft genug erwähnt werden. Hier gilt es, sich richtig beim Wetterdienst zu informieren und auch die richtige Ausrüstung dabei zu haben. Wer im Gelände unterwegs ist, sollte auf jeden Fall auch ein LVS-Set (Lawinenschüttelgerät - Schaufel - Sonde) einpacken und mit der Handhabung vertraut sein.

Viele Schneeschuhwanderer wollen unberührte Natur abseits der touristischen Hotspots erleben. Ist das in der Tiroler Zugspitz Arena überhaupt möglich? Was gilt es in Punkto Schutz von Wildtieren und Natur zu beachten?

Es gibt sie noch, die einsamen Orte. Damit das so bleibt, wollen wir sie hier lieber nicht verraten. Es ist auch gar nicht so einfach, sie trotz Wegbeschreibung zu finden, am besten schließt man sich einer geführten Tour an.

Der Schutz der Natur und der Tiere sollte für jeden Tourengänger an erster Stelle stehen. Wir appellieren immer wieder an die Wintersportler, Wildfütterungen zu meiden und sich rücksichtsvoll zu verhalten.

Worauf sollten Anfänger beim Schneeschuhwandern achten?

Eine gut überlegte Route wählen, sich nicht überfordern - gerade als Anfänger sollte man es langsam angehen, denn manche Touren sehen leichter aus, als sie sind. Neben einem warmen Tee und einer Mütze sollten eine Funktions- oder Winterhose und eine nicht zu dicke Jacke dabei sein. Unserer Erfahrung nach neigen besonders Anfänger:innen dazu, sich zu warm anzuziehen.

Die Schneeschuhe, es muss nicht das teuerste Modell sein, sollten zur gewählten Tour passen. Wenn dann noch die vorhergehenden Punkte mit Tourenplanung, Fütterungszonen und Sperrzonen gut vorbereitet sind, kann es losgehen.

Welche Fehler werden am häufigsten gemacht?

Ich glaube, der größte Fehler, den viele machen, ist, dass sie noch keine Schneeschuhtour ausprobiert haben. Die Faszination mit Schneeschuhen unterwegs zu sein und in die Natur einzutauchen, ist schwer zu beschreiben.

Einen Überblick zu beliebten und geführten Wintertouren in der Tiroler Zugspitz Arena findet sich [online](#).

Digitales Text- und Bildmaterial kann unter www.hansmannpr.de heruntergeladen werden.

Die Tiroler Zugspitz Arena liegt auf der österreichischen Seite der Zugspitze im Tiroler Außerfern, eingebettet zwischen dem Wettersteingebirge mit der Zugspitze im Norden und der Mieminger Kette im Süden. Sie umfasst die Orte Ehrwald, Lermoos, Berwang, Bichlbach, Biberwier, Heiterwang am See, Lähn-Wengle und Namlos. Als Grenzberg liegt die Zugspitze zwischen Deutschland und Österreich. Sie kann sowohl von deutscher als auch von österreichischer Seite aus erreicht werden. Von Ehrwald aus führt die Tiroler Zugspitzbahn auf den Westgipfel der Zugspitze.