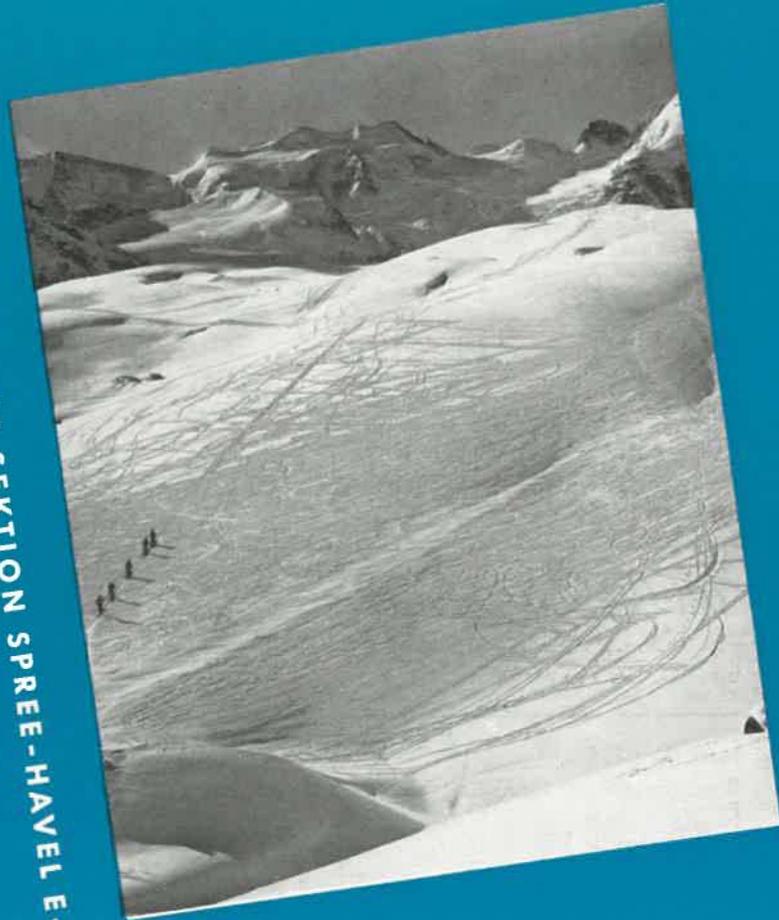


1

BERLIN

MITTEILUNGSBLATT DER SEKTION SPREE-HAVEL E.V.



DEUTSCHER
ALPENVEREIN

JAN. — FEBR. 1969

JAHRGANG 24

PROGRAMM JANUAR - FEBRUAR 1969

- 8.1. 18.00 Vorstandssitzung
17.1. 19.30 Jahreshauptversammlung
30.1. 19.30 Bergsteiger- und Skigruppe
Kam. Kniesiek Vortrag
Ötztaler Alpen und Silvretta
5.2. 18.00 Vorstandssitzung
14.2. 19.30 Bergsteiger- und Skigruppe
Kam. Pasch Dias
„Bergwanderungen in der Brenta mit Bocchette Weg“
27.2. 19.30 Monatsversammlung
Kam. Ploethner Ostskifahrt
Oberpinzgau und Kitzsteinhorn
13.3. 19.30 Bergsteiger- und Skigruppe
28.3. 19.30 Monatsversammlung

Bücher und Geräte

Kam. Schüler steht den Mitgliedern jeden Mittwochabend in der Zeit von 19.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

Neue Mitglieder

Berginteressierte Menschen haben den Weg zu unserer Sektion gefunden. Folgende neue Mitglieder begrüßt der Vorstand im Namen der Sektion Spree-Havel mit Berg- und Ski-Heil:

Otto Reich u. Frau; Dr. Gräger u. Frau;
Ulrich Sieme; Horst Krüger u. Frau;
Jürgen Smalla.

Wir hoffen, daß sich die neuen Mitglieder in unserem Kreiss wohlfühlen werden, und wir würden es sehr begrüßen, sie bei unseren nächsten Veranstaltungen zu sehen.

Nachruf

Elsa Knop, verstorben 1967

Titelbild: Der Morteratsch-Gletscher bei Pontresina

DEUTSCHER ALPENVEREIN

SEKTION SPREE-HAVEL E.V BERLIN



1. Vorsitzender: Erwin Dzieyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37

Geschäftsstelle: Berlin 46 (Lankwitz), Preysingstr. 49, Fernruf: 7 75 52 49, Hollmann
Postscheck: Konto: Berlin-West 461 42

Einladung zur Jahreshauptversammlung

17. Januar 1969 um 19.30 Uhr
im „Haus des Sports“, Berlin-Grunewald, Bismarckallee 2, Raum 2

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Feststellung der Stimmberechtigten.
2. Bericht des Vorsitzenden.
3. Bericht der Kassenprüfer.
4. Entlastung des Vorstandes.
5. Neuwahlen.
6. Anträge.
7. Verschiedenes.

Anträge zu Ziffer 5 der Tagesordnung müssen **spätestens am 3. Januar 1969** in der Geschäftsstelle der Sektion vorliegen. Stimmberechtigt sind nur Mitglieder, die den gültigen Mitgliedsausweis mit Jahresmarke vorzeigen.

Wichtig!

Wichtig!

Wichtig!

1. Unsere stellvertretende Schatzmeisterin Frau Hollmann ist in der Zeit vom 20. 1. — 15. 2. 69 nicht in Berlin.
2. Bei der Beitragszahlung bitte angeben, ob die Jahresmarke für den Ausweis des Skiverbandes benötigt wird. Bei Reisen Ende Januar, Anfang Februar bitte Punkt 1 beachten.
3. Der Jahresbeitrag ist bis zum 31. 3. 69 fällig. Bitte erleichtern Sie der Schatzmeisterin die Arbeit durch pünktliche Zahlung.

Der Vorstand

Für das **NEUE JAHR**

alles Gute und viel Erfolg wünscht allen Sektionskameraden und Freunden
mit Berg- und Ski-Heil Der Vorstand

Fahrtenprogramm der Jugendgruppe und Jungmannschaft für 1969

Auch die übrigen Mitglieder unserer Sektion sind zur Teilnahme an den Fahrten herzlich eingeladen. Die Fahrten werden mit eigenen Pkws durchgeführt. An Fahrtkosten entstehen bei einer Fahrt zum Harz oder Weserbergland etwa 17,— DM pro Person und bei einer Fahrt zum Kletterheim Aicha etwa 27,— DM.

14. 3. — 16. 3. 1969 Wochenendfahrt zum Torfhaus/Oberharz. Klettern im Okertal.
3. 4. — 7. 4. 1969 Ostertreffen mit der Jugendgruppe Spitz an der Donau (früher Waldviertel) im Bayerischen Wald. Entweder Kötztlinger Hütte auf dem Kaitersberg oder Osserschutzhäuser. Beide Hütten gehören dem Bayerischen Waldverein.
26. 4. — 29. 4. 1969 Berlinbesuch der Landesführung der Jungmannschaften von N. O. unter Führung der Gruppe Spitz an der Donau anschließend Klettern in den Thüster Bergen und am Hohenstein anschließend
29. 4. — 1. 5. 1969 gemeinsame Fahrt zur Kansteinhütte. Besichtigung und
1. 5. — 4. 5. 1969 Kletterheim Aicha, Klettern im Frankenjura.
14. 5. — 18. 5. 1969 Wochenendfahrt zum Kletterheim Aicha (Himmelfahrtstag und ein Arbeitstag = 4 Tage).
23. 5. — 26. 5. 1969 Pfingstfahrt zum Würzgauer Haus der Sektion Bamberg in der Fränkischen Schweiz. Klettern im Klein-Ziegenfelder-Tal.
5. 6. — 8. 6. 1969 100-Jahrfeier des Deutschen Alpenvereins in München.
13. 6. — 15. 6. 1969 evtl. bis zum 17. 6. Kansteinhütte oder Torfhaus/Oberharz.
6. 7. — 12. 7. 1969 Sommerbergfahrt (große Ferien) oder
13. 7. — 19. 7. 1969 Sektionsgrundkurs im Felsklettern im Wilden Kaiser. Standquartier Gaudeamushütte der Sektion Berlin. Anschließend beabsichtige ich eine Woche in die Zillertaler Alpen zu gehen mit Standquartier Friesenberghaus oder Gams-Hütte der Sektion Berlin. Wir wollen uns einige Tage an dem Ausbau des Höhenweges Friesenberghaus — Gams-Hütte beteiligen. Dieser von der Sektion Berlin geschaffene Weg soll den Namen „Berliner Höhenweg“ erhalten. Anschließend etwa 8—10 Tage Glocknergebiet mit Standquartier Oberwalderhütte.
5. 9. — 7. 9. 1969 Wochenendfahrt Kansteinhütte oder Torfhaus/Oberharz.
3. 10. — 5. 10. 1969 Wochenendfahrt Bad Münder am Deister. Klettern im südlichen Ith.
24. 10. — 2. 11. 1969 Herbstferien (9 Tage). Fahrt in die Bayerischen Voralpen, Wallgauer und Lengrieser Berge. Wanderungen und leichte Klettertouren.
20. 12. — 4. 1. 1970 Skifahrt nach Obernberg bei Gries am Brenner/Nordtirol. 15 Tage, davon 7 Arbeitstage.

Haben Sie in diesem Jahr schon ein Mitglied für unsere Sektion gewonnen? Auch in Ihrem Bekannten- und Freundeskreis wird es Menschen geben, die Interesse für Berge und Natur haben und vielleicht gern im Kreise Gleichgesinnter weilen. Sprechen Sie mit ihnen über schöne Erlebnisse, laden Sie sie zu unseren Veranstaltungen ein und geben Sie ihnen unser Mitteilungsblatt, daß Sie in erforderlicher Anzahl erhalten können!

Jahresbericht 1968 der Jugendgruppe und Jungmannschaft

Der Mitgliederbestand der Jugendgruppe und Jungmannschaft ist im abgelaufenen Jahr etwas angestiegen. Obwohl wir ein gutes Dutzend Neuaufnahmen hatten, ist unsere Gruppe noch immer zu klein, weil wir auch einige Abgänge aus der Jungmannschaft durch Erreichung der Altersgrenze zu verzeichnen hatten. Die Mitarbeit der Jugendlichen im Vereinsleben war bis auf drei Ausnahmen sehr rege. Wir besuchten fast vollständig und regelmäßig die Monatsversammlungen der Sektion und der Bergsteigergruppe. Am ausgeschriebenen Fahrtenprogramm hatten sich die Jugendlichen besonders aktiv beteiligt. Es ist daher wenig angebracht, daß von einigen Mitgliedern der Sektion bei jeder unpassenden Gelegenheit der Ruf zur Mitarbeit der Jugend laut wird.

Zum Besuch eigener Heimabende waren die Jugendlichen leider nicht zu bewegen. Dies mag daran liegen, daß die

Mitglieder der Gruppe über sämtliche Bezirke Berlins verteilt wohnen und sehr weite Anmarschwege hätten. Auch sind die meisten Jugendlichen mit ihrer Berufsausbildung und Fortbildung (Schulen und Studium) zeitlich sehr belastet. So kann ich wieder nur über die von mir durchgeführten vier Gemeinschaftsfahrten und 2 Fahrten (Jugendleitertag in Urach/Württemberg und DAV-Hauptversammlung in Passau) berichten.

Der Anfang des Jahres stand im Zeichen der Vorbereitungen für das traditionelle Ostertreffen mit der Jugendgruppe der Sektion Waldviertel im OAV. Diesmal waren wir die Gastgeber, weil ich unsere Bergfreunde aus dem Waldviertel nach langen Jahren endlich überzeugen konnte, daß Berlin auch für Bergsteiger eine Reise wert ist. Die Waldviertler kamen mit einer Gruppe von 7 Mann am Sonntag vor Ostern nach Berlin (ein dritter Wagen



Alles für den Wintersport:



im Europa-Center (an der Eisbahn)

mit vier Mann wurde in letzter Minute aus beruflichen Gründen, der Fahrer ist Bergrettungsflieger und wurde zu einem Einsatz gerufen, verhindert die Fahrt nach Berlin anzutreten). Durch Mithilfe des Sportamtes Kreuzberg konnte ich für unsere Freunde für den Aufenthalt in Berlin (4 Tage) ein preisgünstiges gemeinsames Quartier beschaffen. Bei der Herrichtung der Schlafgelegenheiten hatten sich die Kameradinnen Johanna und Karin Wolff und Ursula Schiele zur Verfügung gestellt.

Am Dienstag, dem 9. April begrüßte unser 1. Vorsitzender, Kam. Erwin Dziejyk, auf einer von der Sektion besonders einberufenen Mitgliederversammlung im Haus des Sports unsere Gäste aus dem Waldviertel. Am Sonntag davor hatte bereits eine kleine Wiedersehensfeier mit unseren Jungmannen in meiner Wohnung stattgefunden. Mein Freund Walter Welzmüller, Jugendleiter im OAV, hatte uns durch schöne Farbdias Bilder aus dem Waldviertel, insbesondere von dem Gebiet des Nordwaldkammweges entlang der böhmischen Grenze, gezeigt. Durch eine Tellersammlung in einer vorangegangenen Monatsversammlung der Sektion, konnten wir jedem unserer Gäste ein kleines Erinnerungsgeschenk, Porzellan der Staatlichen Porzellanmanufaktur, überreichen. Die Jugendgruppen tauschten traditionsgemäß Fahnenbänder zur Erinnerung an dieses Treffen aus. An dieser Stelle möchte ich allen Mitgliedern unserer Sektion, die sich an der Tellersammlung beteiligt hatten, meinen herzlichen Dank aussprechen. Kamerad Günter Dorn möchte ich für seine Spende besonders danken. Auch danke ich allen Bergfreunden für das überaus zahlreiche Erscheinen zum Begrüßungsabend, sie hatten dadurch zum guten Gelingen dieses Abends beigetragen und hatten bei unseren Gästen einen guten nachhaltigen Eindruck hinterlassen. Ich kann nur allen Mitgliedern unserer Sektion bestätigen, daß unsere Gäste von unserem Berlin und von der freundlichen Aufnahme durch unsere Sektion tief beeindruckt waren. Sie hatten dies auch immer wieder bei unserem anschließenden Zusammensein im Kletterheim Aicha/Frankenjura zum Ausdruck gebracht. Unsere Freunde aus

Niederösterreich sind noch heute von dem Ostertreffen 1968 in Berlin so begeistert, daß sie auch 1969 mit einer Gruppe von etwa 14 Mann nach Berlin kommen wollen. Sie möchten gern wieder einige Tage in Berlin bleiben, um dann mit uns einige Tage zur Kansteinhütte und Kletterheim Aicha zu fahren.

Bis auf Walther Welzmüller waren alle Teilnehmer noch nie in Berlin. Es hat mir daher sehr viel Spaß gemacht, den Fremdenführer zu spielen. In den 4 Tagen sind wir etwa 450 Kilometer in Berlin herumgefahren. Ich glaube es ist mir dabei gelungen unseren Gästen vieles von unserer Stadt zu zeigen. Der Reihe nach will ich kurz die markantesten Punkte unserer Besichtigungsfahrten aufzählen:

Rixdorfer Höhe, Trümmerberg im Jahnpark des Bezirks Neukölln mit Hinweis auf die Entstehung dieses Berges und ähnlicher Berge in Berlin, Flughafen Tempelhof, Viktoriapark mit Fackelwasserfall im Bezirk Kreuzberg und Mietskasernen im Südosten des Bezirks, Schöneberger Rathaus, Trümmerberg „Der Insulaner“ mit Vortrag im Planetarium (Sondervorstellung für unsere Gäste und unsere Sektion), Tiergarten mit Brandenburger Tor, Reichstagsgebäude, Kongreßhalle, Schloß Bellevue, Siegessäule, Hansaviertel, Umgebung Bahnhof Zoo, Stadtautobahnen, Funkturm mit Ausstellungsgelände, das Skiparadies der Berliner am Teufelsberg, eine Fahrt über die Havelchaussee von Spandau bis zur Glienicker Brücke bei Potsdam, Alt-Spandau mit Zitadelle und Fahrt zur Bürgerablage (Besichtigung der Enklaven Fichtewiese und Erlengrund von der Zonengrenze aus, um ihnen die irrsinnige Grenzziehung vor Augen zu halten), Olympiastadion und Le-Corbusier-Haus. Am Vormittag hatten sich die weiblichen und männlichen Teilnehmer für einige Stunden getrennt. Die Damen machten unter Führung unserer Kam. Frau Hollmann und meiner Frau einen Einkaufsbummel durch das Kaufhaus KaDeWe. Wir Männer konnten durch Vermittlung unseres Kameraden Wilhelm Hollmann einen der interessantesten Bauabschnitte des U-Bahn-Neubaus in der Bundesallee bis zu einer Tiefe von über 20 m unter der Straßenoberfläche besichtigen. Zum Ab-

schluß wurde mir vom Verkehrsamt Berlin kostenlos ein Bus mit Fremdenführer für eine 3^{1/2}stündige Stadtrundfahrt zur Verfügung gestellt.

Bei dieser Stadtrundfahrt wurde uns etwas von dem Berlin der Gründerjahre gezeigt (Stuckfassaden am Chamissoplatz im Bezirk Kreuzberg) danach ging die Fahrt entlang der Mauer vom Moritzplatz über Potsdamer Platz bis zur Bernauer Straße im Norden unserer Stadt. Außerdem hatte ich etwa 40 Kilo Berlin-Prospekte besorgt.

Am Donnerstag, dem 11. April 1968, fuhren wir gemeinsam mit einer 20 Mann starken Gruppe unserer Sektion zum Kletterheim Aicha bei Kanstein, um dort mit unseren Waldviertler Bergfreunden das Osterfest gemeinsam zu erleben. Wie nun schon bald gewohnt, überraschten sie uns dort am 1. Osterfeiertag mit kleinen netten Geschenken für jedem von uns.

Das Kletterheim Aicha bei Kanstein gehört der Sektion Ansbach und liegt im Wellheimer Tal, einem Seitental des Altmühltales. Trotzdem wir dort zum Osterfest mit insgesamt 28 Mann anrollten (die Hütte hat normal 30 Lager) wurden wir von dem Hüttenwart Dieter Kämpflein aus Ansbach, sehr herzlich aufgenommen. Auch bei weiteren zwei Fahrten dorthin sind wir immer wieder sehr gastfreundlich aufgenommen worden. Einige Jungmannen der Sektion Ansbach hatten sich unserer Gruppe besonders angenommen, so daß sie dort das Klettern mit Haken und Doppelseil erlernten. Unter Führung von „Fuzzi“, Lehrwart für Felsklettern der Sektion Ansbach, durchstiegen Klaus Timm und Klaus Herzog einige Führen im 5. und 6. Schwierigkeitsgrad. Zwischen „Saupreußen“ und Bayern hatte sich im Kletterheim Aicha eine sehr herzliche Freundschaft entwickelt. Hierfür möchte ich allen unseren befreundeten Bergkameraden der Sektion Ansbach und ganz besonders unserem Freund Dieter Kämpflein im Namen unserer Jugend- und Bergsteigergruppe besonders herzlich danken.

Vom 22. 5. bis zum 26. 5. 1968 (Himmelfahrtstag) waren wir wieder mit 13 Mann und am 14. 6. bis zum 17. 6. 1968 mit 19 Mann im Kletterheim Aicha zum Klettern. In Aicha sind ideale Klettermöglichkeiten. Vom leichten

Oberlandsteig, der sich als versicherter Klettersteig etwa 3 Kilometer in halber Höhe an den Felsen entlang zieht, bis zum obersten Schwierigkeitsgrad, sind alle Führen vertreten. Der Kalkfelsen ist fest und trocken und hat in seiner Beschaffenheit viel Ähnlichkeit mit den Felsen im Wilden Kaiser.

Eine gemeinsame Sommerbergfahrt war in diesem Jahr nicht zustande gekommen. Zur letzten Kletterfahrt fuhren wir am ersten Oktoberwochenende zum Torfhaus im Oberharz. Die Hütte gehört der Sektion Hannover im DAV. Vom Hüttenwirt, Fred Lissn, sind wir auch dort freundlich aufgenommen und zum Wiederkommen eingeladen worden. Außerhalb der Skisaison ist die Hütte nie voll belegt und es genügt kurzfristige, evtl. fernmündliche Anmeldung. Trotz ungünstigem Wetter konnten wir einige schöne Führen im Bereich der Marienwand (Granit) im Okertal und den Südgrat der Rabowklippen (Okertaler Matterhorn) durchsteigen.

Ski-Führer

Ski-Karten

Bildbände

**aus allen Winter-
sportgebieten Europas**

sind vorrätig in der
Buchhandlung

Kiepert KG

Internationales Landkarten-
sortiment

Berlin 12
Hardenbergstr. 4-5

Über die Fahrt zum Jugendleitertag in Urach/Württemberg hatte ich bereits im Heft Nr. 4/1968 und über die Fahrt zur DAV-Hauptversammlung in Passau im Heft Nr. 5/1968 unserer Mitteilungen berichtet.

Auch in diesem Jahr konnten die Fahrten ohne Unfälle und Personenschäden durchgeführt werden. Lediglich bei der Fahrt am 14. Juni zum Kletterheim Aicha hatten zwei Fahrzeuge Materialschäden durch normale Abnutzung. Jürgen Dorn konnte seinen Wagen mit eigener Kraft nach Berlin zurückfahren. Doch der Wagen von Jgm. Helmut Schmidt hatte so starken Motorschaden, daß er nicht mit eigener Kraft weiterfahren konnte und ich ihn über 300 Kilometer nach Berlin abschleppen mußte. Hierbei muß ich das umsichtige Verhalten von Helmut Schmidt besonders hervorheben. Er hat es verstanden, uns über 250 Kilometer Entfernung in dem sehr abgelegenen und kleinen Aicha (10 Gehöfte) fernmündlich zu erreichen, um uns von seinem Schaden zu unterrichten. So konnte ich nach Bayreuth zurückfahren, um zwei Jugendliche, die sich auf die schönen Tage im Kletterheim Aicha besonders gefreut hatten und im Wagen von Helmut Sch. waren, nach Aicha zu holen. An dem Fahrtenprogramm 1968 hatten sich 18 Jugendliche, 10 A-Mitglieder und 4 B-Mitglieder beteiligt. Alle Gäste, die wir zu diesen Fahrten mitgenommen hatten, sind anschließend der Sektion als Mitglieder beigetreten.

Von insgesamt 69 Fahrtenbeteiligungen entfallen 46 auf Jugendliche ($\frac{2}{3}$) und 23 auf A- und B-Mitglieder ($\frac{1}{3}$). Hieraus ist zu ersehen, daß die Jugendlichen bei den Gemeinschaftsfahrten besonders aktiv waren. Doch drei Mitglieder der Jungmannschaft hatten sich

im vergangenen Jahr nicht an den Zusammenkünften und Gemeinschaftsfahrten beteiligt. Sollte dies auch im kommenden Jahr der Fall sein, so müßten, laut Jugendordnung des DAV, diese Jugendlichen die Jungmannschaft verlassen und als A-Mitglieder geführt werden.

Einige vorgesehene Fahrten konnten von mir nicht durchgeführt werden, weil sich die Interessenten nicht rechtzeitig gemeldet hatten und die Hütten dann besetzt waren. Unter Hinweis auf diese Tatsache möchte ich für 1969 um frühzeitige Meldungen für die Fahrten bitten. Möglichst am Anfang des Jahres sollten die Meldungen bei Frau Hollmann abgegeben werden. Auch auf die Gefahr hin, daß der eine oder andere eine Fahrt wegen unvorhergesehener Ereignisse wieder absagen muß. Jedoch bitte ich, mir dann die Absagen umgehend mitzuteilen.

Zum Abschluß meines Berichtes kann ich noch mitteilen, daß es mir wieder gelungen ist, für die Osterfahrt und die Fahrt am 14.—17. Juni für die Jugendlichen vom Amt für Jugendförderung beim Bezirksamt Kreuzberg von Berlin Fahrtenzuschüsse im Rahmen des Jugendwanderprogramms zu erwirken. Diese Zuschüsse werden jedoch nur bei ausreichender Beteiligung, mindestens 10 Jugendliche und bei frühzeitiger Anmeldung, mindestens 6 Wochen vor der Fahrt, gewährt. Daher nochmals meine Bitte um frühzeitige und zahlreiche Meldungen für das Fahrtenprogramm 1969.

Abschließend muß ich noch mitteilen, daß sich die Sektion Waldviertel im ÖAV geteilt hat und unsere Freunde nunmehr als Gruppe Nord zur Sektion Spitz an der Donau gehören.

Gerd Czapiewski

Die Jugend des Deutschen Alpenvereins lädt alle Jugendlichen zwischen 14 und 25 Jahren herzlich ein, sich an dem anläßlich der 100-Jahrfeier stattfindendem Fotowettbewerb zu beteiligen. Es winken viele Preise.

Themen: „Jugend am Berg“
„Jugend in der Gruppengemeinschaft“
„Internationale Jugendbegegnungen“

Einsendeschluß ist der 1. 3. 1969.

Die genauen Ausschreibebedingungen hat der Kamerad Gerd Czapiewski.

Gymnastik erhält jung und elastisch

Testen Sie einmal sich selbst! Es wird so vieles getestet, warum nicht einmal Ihre körperliche Konstitution? Stellen Sie fest, wie fit Sie sind — am besten im stillen Kämmerlein, ohne Zuschauer!

Der bekannte Sportarzt Prof. Dr. Mellowicz rät allen Menschen — jung und alt, dick und dünn — täglich einmal in Atemnot zu geraten. Beginnen Sie am besten gleich damit:

Fünf Minuten am Platz laufen; dann von einem Fuß auf den anderen hüpfen — ohne Pause. Das genügt schon für den Kreislauf — wenn Sie glatt über die Runden gekommen sind.

Sicher haben Sie sich schon gelegentlich im Spiegel betrachtet. „Ganz ohne“ natürlich. Die ganz Schlanken haben dann vielleicht ihre Schultern nach hinten genommen und den Körper aufgerichtet. Sie haben dabei festgestellt, daß sie im Anzug eine viel bessere Figur haben. Es gibt ja viele gute Schneider.

Die etwas Fülligeren drehen sich zur Seite, ziehen den Bauch ein, schieben ihn etwas hoch und denken, alles sei noch gar nicht so schlimm. Gewiß, es zwickt ja manchmal im Rücken — früher nannte man es Zipperlein, heute sind es die Bandscheiben. Und das liegt meistens am Wetter.

Sie nehmen sich vor, regelmäßig schwimmen zu gehen. Und das sollten Sie tatsächlich Ihrem Kreislauf antun! Schwimmen als Atem-Übung, als Erholung, als Belohnung für eine anstrengende Tätigkeit ist einfach herrlich. Und um eine Anstrengung kommt keiner herum, die kann auch der Masseur einem nicht abnehmen.

Legen Sie doch bitte einmal Ihren Kopf in den Nacken. Drehen Sie ihn nun rechts und links herum — überhören Sie dabei nicht das leise Knirschen!

Die Damen sind im allgemeinen besser dran. Sie tun alles für die Figur; sie treiben Sport, um jung und schlank zu

bleiben, um Freude und Geselligkeit zu haben. Und das ist gut so. Ihnen fehlt nur ein schlichtes Ausgleichs-Training. Was tun die anderen? Sie sitzen in warmer, verräucherter Luft — nichts gegen Klima-Anlagen —, sie sitzen, sitzen und sinken ein wenig in sich zusammen. Die Wirbelsäule will aber aufgerichtet sein, sonst kommt es dort schneller zu Ablagerungen, als uns lieb sein kann.

Also fassen Sie Mut, machen Sie jeden Dienstag eine Stunde Gymnastik unter Leitung von Gretl Vetter — und Sie bleiben jung und elastisch.



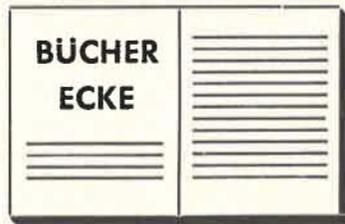
**Allen Bergfreunden und
Alpenvereinsmitgliedern
sowie den Freunden des
Hauses Lodén Frey ein
frohes Weihnachtsfest und
ein gutes neues Jahr.**

Weniger, s. Seibold

Steglitz, Schloßstr. 85
Spandau, Breite Str. 36
Neukölln, Karl-Marx-Str. 153
Sammelnummer 72 48 35

Gymnastik

Die Gymnastik findet jeden Dienstag von 19 bis 20 Uhr für Damen, anschließend für Damen und Herren in der Marie-Curie-Schule, Berlin-Wilmersdorf, Weimarsche Straße Ecke Mainzer Straße, statt. Es besteht ferner die Möglichkeit, nach Rücksprache mit Kameradin Frau Vetter, am Donnerstag von 19 bis 20 Uhr an der Gymnastik teilzunehmen.



Karl Blodig / Helmut Dumler

Die Viertausender der Alpen

1. Auflage 1968. 240 Seiten mit 104 Bildern auf Kunstdruck und etwa 50 Zeichnungen. Format 19,5 x 24,5 cm. Glasierter Halbleinenband, DM 29,80.

Seit es Menschen gibt, die im Hochgebirge eine intensive Lebensform suchen — und finden, haben die Viertausender der Alpen nichts von ihrer ungeheuren Faszination eingebüßt. Was für die „Berge der Welt“ die Achttausender sind, das bedeuten dem Alpenbergsteiger die über viertausend Meter hohen Gipfel.

In dem vorliegenden Buch, einer völligen Neubearbeitung des klassischen Standardwerkes von Karl Blodig, sind sämtliche Hauptgipfel berücksichtigt, deren Spitzen die magische Grenze von 4000 Meter erreichen oder überschreiten.

Der Leser erfährt, wie schwierig die einzelnen Aufstiegsrouten sind, welche Zeit man jeweils dafür benötigt, was für Hütten in Frage kommen und wo er im Tal sein Fahrzeug hinterlassen oder sich einquartieren kann. Diese touristisch sehr wichtigen und präzise abgefaßten Angaben, mit Routenskizzen illustriert und dadurch noch übersichtlicher gestaltet, werden durch Beiträge ergänzt, die sich mit der Erschließungsgeschichte befassen und die Siege und Tragödien vor dem geistigen Auge des Lesers ins Leben zurückrufen: Hermann Buhl, Edward Whymper, Alexander Burgener, Walter Bonatti, Ludwig Purtscheller die Gebrüder Schmid und Michel Vaucher — das sind nur einige Namen aus der bunten und abenteuerlichen Geschichte dieser Berge.

Das durchwegs großformatige Bildmaterial trägt ausschlaggebend dazu bei, dem Leser und Betrachter ein abgerun-

detes, vollständiges Bild der Viertausender und damit der wichtigsten und höchsten Alpengipfel zu vermitteln. — Es ist ein Buch für jeden Freund der Westalpen, ganz gleich, ob er nun die Gipfel schon bestiegen, sie noch auf seiner Wunschliste stehen hat oder sich von den gewaltigen Riesen aus Fels und Eis als Talwanderer begeistern läßt.

Bergverlag Rudolf Rother.

Colin Fraser

Lawinen — Geißel der Alpen

Mit einem Vorwort von André Roch. — Aus dem Englischen übersetzt von Othmar Buser. — 296 Seiten mit 14 Zeichnungen im Text und 40 Photos auf Kunstdrucktafeln. — 1968, Albert Müller Verlag, AG, Rüschlikon-Zürich, Stuttgart und Wien. — Leinen Fr./DM 24,80.

Wie entstehen Lawinen? Wie erkennt man Lawinengefahr? Wie verhält man sich bei Lawinengefahr? Wie verhält man sich als Zeuge oder Betroffener bei Lawinen-Unfällen? Das sind Fragen, die gestellt sind — das sind die Fragen, die Fraser beantwortet. Aus der Praxis beantwortet: Als Patrouilleur des berühmten Paresnendienstes sammelte er unter gefahrvollem Einsatz seine Erfahrungen; im Eidgenössischen Institut für Schnee- und Lawinenforschung Weißfluhjoch-Davos erwarb er an der Quelle die fundamentalen Kenntnisse, die er im Buch zusammenfaßt. Klar und sachlich zusammenfaßt, bis ins Letzte verständlich.

Mit den dramatischen Beispielen eigener Erlebnisse und historischer Lawinen-Winter liest sich zudem Frasers Text — unterstützt von informativen und wachrüttelnden Photos — wie spannendste Reportage. Und schärft das Bewußtsein, wie notwendig das Buch ist.

Christian-Pfeil-Gedächtnislauf

Christian Pfeil — er war der Vorsitzende unserer Sektion und des Ski-Verbandes. Ein Mensch, dessen Ziel und Handeln weitgehend dem Sport gewidmet war. Ihm zum Gedächtnis wurde dieser Lauf am 24. November 1968 von den Berliner Schneehasen veranstaltet. Die Sektion Spree-Havel beteiligte sich mit 9 Mitgliedern an diesem Lauf. Auch hier zeigte sich wieder, daß die älte-

ren Semester die Anstrengung und den Schweiß nicht scheuten. Unsere Jungmannschaft glänzte durch Abwesenheit. Sicher hatte sie der Wetterbericht davon abgehalten den Hermsdorfer Forst aufzusuchen. Petrus ist uns jedoch weitgehend entgegengekommen. Die große Schütte kam erst nach dem Lauf und ersparte uns das Duschen. Die Vertretung des schwachen Geschlechts unserer Sektion trumpte stark auf. Rita Fromhold und Edith Olek liefen mit den Platzziffern 2 und 3 durch das Ziel und errangen damit als Mannschaft den vom Sporthaus Hansen gestifteten Pokal. Werner Töpfer — unverwüstlicher Teilnehmer sportlicher Veranstaltungen startete für unsere Sektion in der Altersklasse III und belegte den ... Platz. Karl Haus belegte in der Altersklasse II den bereits traditionsgemäßen 2. Platz. In der Altersklasse I schickte unsere Sektion die Kameraden Hans Lehmann, Karl Olek, Jürgen Smalla, Horst Riedel und Klaus Herzog ins Rennen. Mit Klaus Herzog, Horst Riedel und Jürgen Smalla errangen wir in diesem Lauf den Mannschaftssieg. Wir freuen uns über das erfolgreiche Abschneiden unserer Teilnehmer und hoffen, im nächsten Jahr auch unsere Jugend am Start begrüßen zu können.

Klaus Herzog

Waldläufe nach telef. Vereinbarung mit Klaus Herzog. Tel. 2 11 16 38.

Die Olympiade des kleinen Mannes

Tief ziehen die Wolken an Berlins höchstem Gebirge dahin. Feucht stehen die Nebel zwischen den Bäumen. Es herrscht ein Wetter, bei dem, wie man so sagt, noch nicht einmal ein Hund auf die Straße geschickt wird. Am Auslauf der Rodelbahn des Teufelsberges ist an diesem 10. November 1968 hiervon nichts zu merken. Eine bunte vieltausendköpfige Menschenmenge hat sich hier versammelt, um den 5. Cross-Country-Lauf mitzuerleben. Im Zeichen des olympischen Jahres wirkt die Sportbegeisterung noch nach, und allein 4000 aktive Teilnehmer an diesem Querfeldeinlauf beweisen, daß die Berliner nicht nur im Fernsehsessel dem Sport zu huldigen bereit sind. Dabeigewesen und durchhalten, hieß hier die Devise. Viele hatten ihre Verwandten als Jubelpubli-

kum mitgebracht, die mit ihren Anfeuerungsrufen das Durchhalten zumindest erleichterten. Die bronzene Crossnadel war jedem sicher, dem es gelang, dem inneren Schweinehund paroli zu bieten. Daß die Sektion Spree-Havel des Deutschen Alpenvereins bei einem solchen Ereignis nicht fehlen durfte, war Ehrensache. Als jüngste Teilnehmerin startete die Tochter unseres Kameraden Riedel unter dem Zeichen des Edelweißes. Von den Frauen startete die bereits sieggewohnte Rita Fromhold und unsere Kameradin Frau Olek. Von den Herren konnte unsere Sektion allerdings nur die bereits reiferen Jahrgänge ins Rennen schicken. Es waren dies die Kameraden Olek, Riedel und Herzog. Daß unsere Jungmannschaft allein durch ihren Leiter, dem Kameraden Czapiewski, als Zuschauer vertreten wurde, war sicher nur ein Schönheitsfehler. Die Organisation schnurrte perfekt ab und spätestens an dieser Stelle müssen wir dem Veranstalter, dem SCC Charlottenburg unseren Dank sagen. Der Startschuß fiel und dröhnend stob das Teilnehmerfeld davon. Verängstigt ergriffen einige Hunde das Hasenpanier. Da sie sich allerdings nicht an die vorgeschriebene Strecke hielten, konnten sie bei der Wertung jedoch nicht berücksichtigt werden. Herrchen und Frauchen, die sich am Volkslauf nicht beteiligen wollten, mußten zwangsläufig einen Spurt einlegen, um ihre Lieblinge wieder einzufangen. So wurde überraschend das Teilnehmerfeld erweitert.

Die Volksläufer flitzten, stöhnten und ächzten inzwischen durch Sand, Berge, über Baumstämme hinweg und durch den Sumpf des Postfenns hindurch dem Ziel entgegen. Als gemeinstes Hindernis stand an der letzten großen Steigung das Schwarzwaldhaus. Hier zischte Bier aus vollen Fässern. Nun, es hieß ja, daß der innere Schweinehund zu besiegen sei. Erschöpft und muskelkaterverdächtig erreichten die meisten das Ziel. Zwischen keuchenden Atemzügen hindurch hörte man manchen sagen, daß er in Zukunft doch öfters die Beine ihren natürlichen Zwecken entsprechend bewegen werde, und hierin allein liegt der große Wert und der Erfolg solcher Veranstaltungen.

Klaus Herzog

GEBURSTAGE

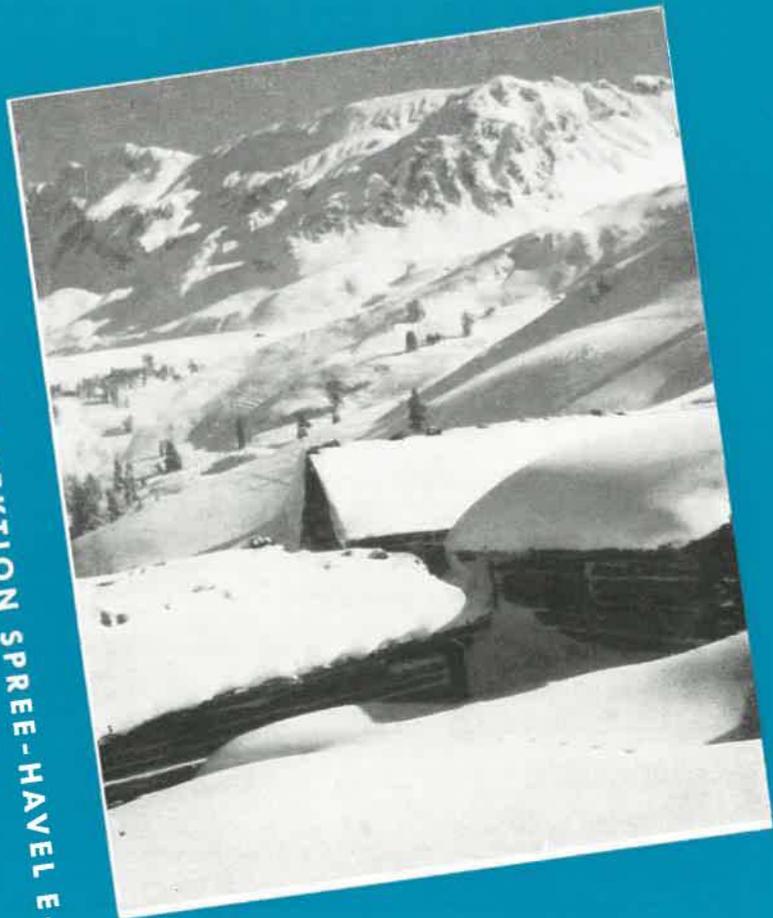
Da wir nicht alle unsere Mitglieder einzeln ansprechen können, möchte der Vorstand auf diesem Wege allen Kameraden und Kameradinnen herzlich gratulieren, die im laufenden Monat — und den nächsten — Geburtstag haben. Alles Gute und Berg-Heil!

-
- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| 1. 1. Wolff, Rainer | 27. 1. Kniesick, Hans |
| 2. 1. Barth, Dieter | 27. 1. Neeße, Katharina |
| 2. 1. Göschel, Wolfgang | 28. 1. Lison, Fritz |
| 2. 1. Mierke, Hermann | 29. 1. Porte, Fritz |
| 2. 1. Sieme, Hartfried | 29. 1. Reinick, Kurt |
| 3. 1. Pommerening, Elisabeth | 29. 1. Vennemann, Erika |
| 3. 1. Brekau, Werner | 30. 1. Bruinier, Karl |
| 4. 1. Lange, Edeltraut | 31. 1. Sieg, Charlotte |
| 4. 1. Hartig, Rudolf | 31. 1. Schwarz, Herbert |
| 5. 1. Dausin, Peter | 3. 2. Hollmann, Wilhelm |
| 7. 1. Völkel, Gerd | 4. 2. Holzhüter, Hertha |
| 8. 1. Brand, Berthold | 4. 2. Olwson, Margaretha |
| 8. 1. Plöthner, Otto | 4. 2. Dr. Ohm, Imme-Dagmar |
| 10. 1. Wagner, Herbert | 5. 2. Wittwer, Gisela |
| 10. 1. Hartwich, Willi | 11. 2. Baecker, Lothar |
| 11. 1. Hollmann, Margot | 18. 2. Freund, Helmut |
| 11. 1. Reiche, Klaus | 20. 2. Leipold-Kuller, Dieter |
| 12. 1. Stibbe, Monika | 22. 2. Hajok, Gerhard |
| 14. 1. Olek, Karl | 22. 2. Bliesener, Ingeborg |
| 14. 1. Marten, Heinz | 22. 2. Buttka, Arno |
| 14. 1. Hoppe, Käthe | 23. 2. Juschkat, Bernd |
| 17. 1. Sieme, Gerhard | 23. 2. Kerber, Anna-Elisabeth |
| 17. 1. Wolff, Karin | 23. 2. Klinger, Uwe |
| 18. 1. Wagner, Herta | 23. 2. Berg, Gudrun |
| 19. 1. Fischer, Elsbeth | 24. 2. Müller, Ramon |
| 20. 1. Törber, Wilhelm | 25. 2. Dr. Kinast, Günter |
| 22. 1. Plöthner, Charlotte | 25. 2. Wolff, Johanna |
| 22. 1. Koch, Edith | 26. 2. Timm, Ursula |
| 23. 1. Franke, Horst | 26. 2. Rupp, Thomas |
| 23. 1. Zimmer, Erhard | 27. 2. Dorn, Uwe |
| 24. 1. Bartelheimer, Rainer | 27. 2. Reinhard, Hildegard |
| 25. 1. Lison, Elfriede | 28. 2. Paeschke, Gisela |
| 25. 1. Pahl, Ilse | 28. 2. Lohse, Ruth |
| 25. 1. Leipold-Kuller, Jutta | 28. 2. Bottin, Martin |
-

2

BERLIN

MITTEILUNGSBLATT DER SEKTION SPREE-HAVELLE.V.



DEUTSCHER
ALPENVEREIN

MARZ - APRIL 1969

JAHRGANG 24

PROGRAMM MÄRZ - APRIL 1969

13. 3. 69 Winter in Zermatt
14. 3. 69 — 16. 3. 69 Wochenendfahrt zum Torfhaus / Harz —
Klettern im Okertal
16. 3. 69 Klettern an der Reichsbahnwand
28. 3. 69 Französische Ski- und Bergfilme
2. 4. 69 Vorstandssitzung
3. 4. 69 — 7. 4. 69 Ostertreffen mit der Jugendgruppe Spitz an der Donau
im Bayrischen Wald
18. 4. 69 Photo-Kino Wegert zeigt Filme von den Dolomiten
und der Brenta
24. 4. 69 Kamerad Wirth, Erste Hilfe bei Bergunfällen
29. 4. 69 — 1. 5. 69 Fahrt zur Kansteinhütte
Klettern in den Thüster Bergen und am Hohenstein
1. 5. 69 — 4. 5. 69 Fahrt zum Kletterheim Aicha
7. 5. 69 Vorstandssitzung
9. 5. 69 Zusammenkunft der Bergsteiger und Skiläufer
14. 5. 69 — 18. 5. 69 Fahrt zum Kletterheim Aicha
(Himmelfahrtstag und ein Arbeitstag = 4 Tage)
23. 5. 69 — 26. 5. 69 Pfingstfahrt zum Würgauer Haus der Sektion Bamberg,
Klettern im Klein-Ziegenfelder-Tal
29. 5. 69 Monatsversammlung

Bücher und Geräte

Kam. Schüler steht den Mitgliedern jeden Mittwochabend in der Zeit von 19.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

Gymnastik

Die Gymnastik findet jeden Dienstag von 19—20 Uhr für Damen, anschließend für Herren und Damen in der Marie-Curie-Schule, Berlin-Wilmersdorf, Weimarsche Str. Ecke Mainzer Str. statt.

Termin und Treffpunkte der naturkundlichen Wanderungen, die Kam. Schönfeld durchführt, werden jeweils an den Abenden bekanntgegeben, an denen wir Veranstaltungen im Haus des Sports durchführen.

Neue Mitglieder

Berginteressierte Menschen haben den Weg zu unserer Sektion gefunden. Folgende neue Mitglieder begrüßt der Vorstand im Namen der Sektion Spree-Havel mit Berg- und Ski-Heil

Siegfried Uhlmann und Frau; Karin Rohdass; Heinz Scheffler und Frau; Manfred Wenzel; Christian Hauß; Berg- und Ski-Heil.

Wir hoffen, daß sich die neuen Mitglieder in unserem Kreis wohlfühlen werden, und wir würden es sehr begrüßen, sie bei unseren nächsten Veranstaltungen zu sehen.

Titelbild: Alphütten auf Parsenn

DEUTSCHER ALPENVEREIN

SEKTION SPREE-HAVEL E.V BERLIN



1. Vorsitzender: Erwin Dzięyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37

Geschäftsstelle: Berlin 46 (Lankwitz), Preysingstr. 49, Fernruf: 7 75 52 49, Hollmann
Postscheck: Konto: Berlin-West 461 42

MARGARETE SCHUMANN

* 18. 12. 1893

† 14. 1. 1969

Mitglied ab 1950, Ehrenmitglied ab 1967

Die Sektion wird ihr Andenken ehrend bewahren

Margarete Schumann zum Gedenken

Unsere liebe, gute Bergkameradin Margarete Schumann hat nach langer, schwerer Krankheit den Weg in eine bessere, jenseitige Welt angetreten.

Die Nachricht von ihrem Ableben hat alle Sektionsmitglieder mit tiefer Erschütterung erfüllt. Gemeinsam mit Dr. Pfeil war Frau Schumann nach dem Kriege wesentlich am Wiederaufbau des Vereines beteiligt. Wir alle erinnern uns dankbar ihrer jahrelangen, aufopferungsvollen Tätigkeit als Schatzmeisterin und Leiterin der Geschäftsstelle. Darüber hinaus erwarb sie sich große Verdienste durch ihre Mitarbeit beim Deutschen Ski-Verband, der sie mit seiner silbernen Ehrennadel auszeichnete.

Wir alle haben unsere Bergkameradin Margarete Schumann wegen ihres lautereren Charakters, ihres Pflichtbewußtseins und ihres feinen Humors geliebt und geschätzt.

Die Sektion Spree-Havel des DAV, die ihr so viel zu verdanken hat, wird ihr ein ehrendes Andenken bewahren.

Für die Anteilnahme anlässlich des Todes meiner Mutter

Margarete Schumann

möchte ich mich im Namen aller Angehörigen bedanken.

Wolfgang Schumann

Wichtig!

Wichtig!

Wichtig!

Beiträge für 1969 sind bis zum 31. 3. 1969 zu entrichten. Bei verspäteter Zahlung muß ein Säumniszuschlag von 3,— DM plus Portokosten erhoben werden.

Bei Zahlung der Beiträge durch Postüberweisung bitte angeben, ob die Jahresmarke des DAV übersandt werden soll; bitte Porto mitüberweisen.

Adressenänderungen bitte der Geschäftsstelle mitteilen.

Die Sektion Berlin des DAV wird voraussichtlich folgende Veranstaltungen im Jahre 1969 durchführen

Juli	Tourenwochen Zillertaler Alpen
September	Tourenwoche Zillertaler Alpen 6. — 19. September (14 Tage) 13. — 19. September (7 Tage)
20. September	Jubiläumsfeier in Mayrhofen
11. Oktober	Festabend und Ball in Berlin
12. Oktober	Festakt in Berlin

Interessenten wenden sich bitte an die Sektion Berlin des DAV, 1 Berlin 12, Schlüterstraße 50.

Die Mitglieder unserer Sektion sind zu den Veranstaltungen der Sektion Berlin e. V. des DAV herzlich eingeladen. Bei Vorzeigen des DAV-Ausweises haben sie freien Eintritt.

Haben Sie in diesem Jahr schon ein Mitglied für unsere Sektion gewonnen? Auch in Ihrem Bekannten- und Freundeskreis wird es Menschen geben, die Interesse für Berge und Natur haben und vielleicht gern im Kreise Gleichgesinnter weilen. Sprechen Sie mit ihnen über schöne Erlebnisse, laden Sie sie zu unseren Veranstaltungen ein und geben Sie ihnen unser Mitteilungsblatt, daß Sie in erforderlicher Anzahl erhalten können!

Skilauf oberhalb der Pisten — Umrundung des Breithornmassivs

Die Zermatter Bergbahnen bringen die Skiläufer auf Höhen bis 3400 m. Auf den vielen Abfahrtstrecken kann man schwingen, bis einem die Knie weich werden. Doch die umliegenden Bergriesen sind nicht nur Kulissen. Die Weite ihrer unberührten Gletscherfelder lockt immer wieder. Besonders der Schwärzeglischer hatte es mir angetan. Nur zwei- bis dreimal lag in all den Urlauben, die ich in Zermatt verbrachte, eine Skispur darin. Der stark zerklüftete Bruch schreckte mich lange Zeit. Doch mit einem guten Bergkameraden wird mehr möglich als man hofft.

An einem Ostermorgen trug die erste Kabine Rudi Seidel und mich zum „Trockenen Steg“ (2930 m). Sorgfältig unsere Kraftreserven schonend zogen wir in schon bekannter 7 km langer Spur hinauf zum Breithornpaß (3824 m). Hier waren wir doch erleichtert, daß in dem uns unbekanntem 3 km breiten Südabfall des Breithornmassivs eine frische Spur lag. Es ist kaum vorstellbar wie eine

einzigste Spur diese weiße Landschaft verändert — erschließt — Steigungen, Gefälle und Entfernungen plastisch sichtbar macht. Im Gegenlicht markierten sich die Spaltenzonen deutlich. Wir fuhren am langen Seil etwa 200 m ab und traversierten längs der Spalten zum Sattel zwischen Breithorn und Pollux. Von hier aus, dem sogenannten Schwarztor, sahen wir unsere beiden Spurenleger vom Pollux (4092 m) über den Südwestgrat absteigen. Wir waren in guter Verfassung, der Grat reizte uns, und so stiegen wir ein. Der Fels war trocken, die Sonne brannte und wir kamen zügig voran, bis wir etwa 100 m unter dem Gipfel stecken blieben. Bei einer späteren Besteigung konnte ich mich von den Schwierigkeiten der beiden folgenden Seillängen überzeugen. Für uns wurde damals die Zeit knapp. Die schwierige Abfahrt lag noch vor uns und so verzichteten wir auf den Gipfel. Bald standen wir wieder im Sattel, sahen hinab zu dem 6 km entfernten Gornegrat und dem 1200 m tiefer liegenden Gornergletscher. Noch war die



„Knips“ rät:

**...lieber gleich zu Wegert.
Dort finden Sie immer
das Neueste.
* Zum günstigsten Preis !**

Unter Freunden des Alpenvereins spricht es sich herum:
WEGERT hat viel zu bieten.
Zu günstigen Preisen. Günstig für Sie!
Von der Filmkamera bis zum Farbfernseher.
Und mit Fachberatung.
Es lohnt: . . . lieber gleich zu WEGERT!

WEGERTHAUS
Potsdamer, Ecke Kurfürstenstraße
Zugang direkt vom Großparkplatz.
Wegert-Filliale überall in Berlin.
TEL. SA.-NR. 13 03 01

FOTO-RADIO-WEGERT
Das große Spezialhaus für Foto und Radio

sichere Rückkehr in der Aufstieggspur möglich und wir dachten beide daran. Aber wortlos stießen wir uns ab und fuhren die ersten Bogen. Eine weite sanfte Mulde leitete uns hinab bis auf 3500 m. Unsere Ski glitten durch unberührten wunderbaren Pulverschnee. 1200 Höhenmeter in einem Stück! Aber es kam keine unbeschwerte Wedelstimmung auf. Die Spannung war zu stark, die Stille absolut — die arktische Landschaft um uns fremd und vertraut zugleich. Wir waren allein im vollen Sinne des Wortes!

Das Abfahren am Seil machte uns wenig Mühe, wir orientierten uns ständig nach Karte und Höhenmesser und fanden schnell die fast spaltenfreie steile Mulde, die uns die ersten 300 Höhenmeter der wilden Séraczone leicht überwinden ließ. Hohe Abbrüche, von oben nicht leicht zu erkennen, zwangen uns auszuweichen. Eine schräg liegende Scholle bildete einen schmalen, sehr steilen Hang. Auf ihm brachten wir uns, abwechselnd sichernd und schwingend, langsam tiefer. Im unteren Teil versperrte ein Eissockel den Blick. Rudi traversierte in mäßiger Fahrt hinüber um eine Umgehung der dahinterliegenden Spalte zu suchen. Als er an der Kante beide Stöcke vor sich in den Schnee stieß und anhielt, verschwand hinter ihm der Schnee mit zwei Metern seiner Spur. Es war wie in einem Trickfilm, kein Laut war zu hören, keine Bewegung zu sehen gewesen, aber unter seinen Skienden gähnte ein blau-schwarzer Ab-

grund. Rudi war nicht geschockt und suchte den Weg nach unten mit fast automatischer Konzentration. Zuletzt fuhren wir am straffen Seil und versetzter Spur, mit einem langen schrägen Schuß über verschneite breite Spalten, aus der Bruchzone heraus, umgingen leicht noch einige Spaltenfelder und hielten aufatmend an. Wir waren durch!

In bester Stimmung packten wir das Seil ein. Rudi startete, er wirbelte eine prächtige Schneefahne auf und stand unten auf dem Gornergletscher bevor ich die Kamera schußbereit hatte. Der Freund war nur noch ein kleiner Punkt auf der unendlichen weißen Fläche. Ein schneller Blick auf die Karte sagte mir, daß es 400 Höhenmeter waren. Ich beeilte mich auch eine Sonntagsspur in den Hang zu legen.

Frohgemut stakten wir uns die 4 km über den Gornergletscher, drückten uns ohne Müdigkeit die schmale aufgeweichte Schneerinne zwischen Zunge und Felswand hinunter und rutschten weiter talaus bis wir an der Mittelstation der Schwarzseebahn die Piste erreichten. Eine Tiefschneeabfahrt über 2000 Höhenmeter und etwa 10 km Länge war zu Ende.

Am nächsten Morgen fuhren wir hinauf zum Gornergrat und sahen zum „Pollux“ hinüber. In der Höhe war Neuschnee gefallen und hatte unsere Spuren zugedeckt. Den Wunsch sie neu zu ziehen hatten wir nicht mehr.

Karl Hauß

Meine erste Dolomiten-Fahrt

An einem späten September-Abend wurden zum letztenmal in der vergangenen Saison die Rucksäcke, Seile und der Kletterzubehör im Kofferraum unseres PKW verstaут. Für Karl und Bernd hieß es dann einsteigen und los ging es in Richtung Süden. Unser Ziel war ein paar Tage Klettern und Ausspannen in den Dolomiten. Nach etwa 10-stündiger Fahrt durch Nacht und Nebel sind wir in der ersten Zwischenstation, dem Pitztal am Sonnabend Morgen angekommen. Dort erwartete uns der Bergführer Franz, der uns ein paar schöne Dolomiten-Touren zeigen wollte. Seinerseits hätte es sofort weiter gehen können, aber wir waren von der Fahrt müde und übernachtigt. Nach kurzer Beratung haben wir beschlossen, am frühen Sonntag Morgen aufzubrechen. Die Reiseroute führte uns über die Europabrücke hinauf auf die Brennerpaßhöhe, dann weiter talwärts über Brixen bis Bozen durch Südtirol auf regennasser Straße. Von Bozen ging es dann wieder aufwärts durch das Eggental bis uns am Karerpaß die ersten Spitzen der Rosengartengruppe begrüßten. Viel war von den Bergen allerdings nicht zu sehen, denn immer wieder trieb der Wind die Nebelbänke durch das Tal zwischen Rosengarten und Latemar. Nach Informationen, die unser Franz am Vortage noch eingeholt hatte, war in diesem Gebiet nur noch eine, die Vailolett-Hütte offen. Wir mußten also wieder hinunter nach Vigo di Fassa, denn der Anstieg führte von dort zur Hütte. Wir konnten noch ca. 7 km auf einem sehr schmalen und holprigen Weg taleinwärts fahren, dann hieß es Farbe bekennen. Der Kofferraum wurde geplündert, die Rucksäcke geschultert und auf ging es. Mit „raumsparenden Schritten“ trieb uns der Hunger und die Sehnsucht nach einem guten Mittagessen weiter aufwärts. Je höher wir kamen, um so freier wurde die Sicht. Links und rechts von uns, fast zum Greifen nahe, ragten die Felsriesen der Rosengartengruppe empor. Im geheimen wird vielleicht der eine oder andere schon an den nächsten Tag gedacht haben, der uns ja das direkte Erlebnis mit der Felswand bringen sollte. Als vor uns der Nebel aufriß, zeigte sich die Hütte am oberen Ende des Steilaufschwungs

am Talschluß wie ein Adlerhorst. Das letzte Stück wurde in spitzen Serpentin bewältigt und so standen wir vier gegen 14.00 Uhr endlich vor der Hütten-tür. Das Mittagessen und der obligate Rotwein hat uns dann den Regen und Schweiß des Aufstieges vergessen lassen. Nachdem uns der Wirt unsere Zimmer angewiesen hatte, haben wir uns die Felsriesen ringsherum noch etwas angesehen. Beim Glasel Roten wurde am Abend schon vom nächsten Tag gesprochen. Eine „leichte Eingeh-tour“ sollte es sein, und zwar die Nordwestwand der Rosengartenspitze, eine II—III. Als der letzte Tropfen ausgetrunken war, hieß es gute Nacht miteinander.

Es muß schon Mitternacht vorbei gewesen sein, da ächste in unserem Zimmer ein Fensterflügel. Ich stand auf, um das Geräusch zu beseitigen. Als ich ans Fenster trat, glaubte ich meinen Augen nicht zu trauen. Vor der Hütte breitete sich eine fast geschlossene Schneedecke aus und der Wind heulte und trieb immer mehr Schneeflocken vor sich her. Ein Schauer überkam mich bei dem Gedanken an unsere Kletterei. Das Fenster wurde geschlossen.

Montagmorgen hatten wir dann die Bescherung, das Thermometer an der Hauswand zeigte -3° Celsius, überall hatte der Wind in der Nacht Schneeverwehungen zusammengetrieben. Nach dem Frühstück kam die Stunde der Wahrheit, wir mußten aufbrechen, sollte nicht unser ganzes Vorhaben scheitern. Wir hatten trotz allem einen Hoffnungsschimmer, es war ein fast blauer Himmel und wir hatten einen prächtigen Blick hinunter ins Fassatal bis hinüber zur Palagruppe. Der Aufstieg führt uns hinauf zum Santner Paß, vorbei an den Vailolettürmen zur Rechten und den Rosengartenspitzen zur Linken. Herrlich der Blick von hier oben auf Latemar, hinter dem Karerpaß in südlicher Richtung zwischen dem sich nach Westen öffnenden Tal war in der Ferne Bozen zu sehen. Während gegen Norden der Schlern und die Seiser-Älm unter einer Schneedecke herüber grüßten. Auf einer Schutthalde unterhalb der Wand wurde dann angeseilt und in einem Riß ging es gleich sehr steil nach oben. Es war ein sehr schwieriges Unternehmen, denn jeder Griff und Tritt mußte erst vom Schnee gesäubert



IMMER LOHNT DER WEG ZU UNS

Zenker

am Rathausplatz Steglitz

Telefon 72 19 68 · 72 19 69
(791 19 69)

werden. Franz schimpfte sehr, als er an einer Stelle im tiefen Schnee nicht weiter kam. Er kam wieder ein paar Meter zurück, um es über einen Block nach oben zu versuchen. Es war zwar etwas schwieriger, aber wir haben es dann doch geschafft. Als wir den Riß nach drei Seillängen an einer Scharte verlassen konnten, hatten wir das schwierigste Stück geschafft. Weiter ging es über gut griffigen, wenn auch sehr kalten Fels auf die Schulter unterhalb des Gipfels zu. Dies machte uns wenig Schwierigkeiten und wir kamen schnell vorwärts. In dem verschneiten Riß hatten wir viel Zeit verloren. Als wir am Gipfelgrat angelangt waren, blies uns ein kräftiger kalter Wind entgegen. Wir stiegen dann noch ein Stück und mußten etwa eine Seillänge unter dem Gipfel aufgeben. Das letzte steile Stück war sehr glatt, teilweise sogar vereist. Nach kurzer Beratung gingen wir lieber zurück, um in der Nachmittags-sonne noch ein paar schöne Abkletter-

und Abseilstellen zu haben. Wir kletterten ab bis zur Scharte und hielten unsere Brotzeit.

Etwas gestärkt ging es dann am einfachen Seil im Dülfersitz hinunter. Hier kamen uns unsere Übungen vom Kanstein zugute. Franz hatte sich gefreut, als wir drei wieder gut unten angekommen waren. Karl, der unten geblieben war, begrüßte uns wieder an der Santnerpaß-Hütte.

Langsam senkte sich im Westen die Sonne. Eine herrliche Abendlichstimmung machte sich breit. Die Vaolett-fürme färbten sich leicht rötlich, es war ein prächtiges Bild, welches noch lange in meiner Erinnerung bleiben wird. Es wurden noch ein paar Aufnahmen gemacht, dann alles im Rucksack verstaut und nach kurzer Wegstrecke standen wir wieder vor unserer Hütte, welche in den nächsten Tagen Ausgangspunkt für weitere Touren bei immer besser werdendem Wetter sein sollte.

Hans Kniesick

NEUER SOMMER-KATALOG!

im
Großformat

Auf 100 Seiten im Großformat eine phantastische Auswahl modernster Sport- und Bergausrüstung, flotte sportliche Bekleidung, reizende Trachten- und Bademoden. Außerdem großes Reise- und Tourenprogramm mit über 50 Seiten. Kataloge bitte anfordern, Sie erhalten sie kostenlos! Kunden aus aller Welt kaufen im Sporthaus Schuster

Sporthaus Schuster

8 München 2 · Rosenstraße 5-6 · Tel. (0811) 24 01 24

BERGSTEIGER-GRUNDSATZE

beschlossen durch die Generalversammlung der U.I.A.A.
in München am 20. Juni 1964

Folge I

Mehr sein als scheinen!

Bergsteigen heißt Schwierigkeiten überwinden. Das erzieht, macht selbstbewußt, darf aber nicht zu Überheblichkeit führen. Bergsteiger sind keine bevorrechtigte Elite, sondern normale Menschen mit den gleichen Pflichten gegenüber Familie und Gesellschaft, wie sie Nichtbergsteiger haben.

Bergsteigen soll seinen Sinn als wertvolle Freizeitbeschäftigung nicht verlieren. Im übrigen stellt uns das Leben ungleich größere, wichtigere Aufgaben als gerade die bergsteigerischen.

Angeberei, Starrummel, Sensationsucht und Geschäftemacherei schaden dem Bergsteigen genauso sehr wie den meisten anderen Betätigungen. Nicht Großspürigkeit, sondern Zurückhaltung zeichnet den Könner, den zuverlässigen Menschen und guten Kameraden aus. Wahrhaftigkeit ist für ihn selbstverständlich.

Schauen — sehen — lernen!

Alles echte Verstehen ist eine Folge bewußten Sehens und Aufnehmens. Das verlangt Interesse, Streben und Erfahrung. Wer sich nur unbewußt umsieht, schaut am Wesentlichen meist vorbei, begreift wenig und lernt nicht viel.

Man kann die Bergvegetation als Grün mit bunten Farbflächen, den Stein als getöntes Grau und die gebirgige Umgebung als einen Kranz anonymer Zaken sehen, dabei durchaus auch Schönheit empfinden. — Doch ungleich vielseitiger und nachhaltiger ist das Erleben, das sich auf bewußtes Schauen und Sehen und wenigstens einiges Verständnis für das Erblickte stützt. Was immer es sei — z. B. die Latschenzapfe: viele bemerken sie überhaupt nicht — ist im Wissen von Eigenheiten und Entstehung noch einmal so interessant. Wer von der Vielfalt der Gesteine, von den Pflanzen und Tieren sowie ihrer Lebensweise etwas weiß, wer über den Gebirgsbewohner samt der Geschichte und Kultur seiner Heimat etwas aussagen kann, dessen Bergerlebnis wird um vieles reicher sein.

Kennst du die Berge im Rund, ihre Namen, die für dich vielleicht vielseitige Erlebnisse, Erinnerungen und Hoffnungen wach werden lassen, so empfindest du noch eindringlicher das große beglückende Abenteuer Bergsteigen.

Vorbereiten!

Der Erfolg einer Bergfahrt ist die Frucht ihrer Vorbereitung.

Voraussetzungen sind technisches Können, Training, Kondition, Akklimatisation sowie eine zweckentsprechende Ausrüstung. Dazu kommt das richtige



Dieser Frühling — Trachtenfrühling!

Jetzt ist es Zeit für das neue Trachtenkostüm, das fesche Dirndl, die reizvolle Bluse und den aparten Trachtenrock.

Lodenfrey pflegt seit jeher den Trachtenstil, aber nie zuvor war er so aktuell wie heute.

Weniger & Seibold

Steglitz, Schloßstr. 85
Spandau, Breite Str. 36
Neukölln, Karl-Marx-Str. 153
Sammelnummer 72 48 35

Einschätzen der Tourenverhältnisse und des Wetters.

Du mußt dich körperlich, geistig und seelisch auf die Bergfahrt einstellen, mußt mit ihren Eigenheiten und besonderen Anforderungen vertraut sein (mit Wegverlauf, Zeitplan, bei Kletterfahrten mit den schwierigsten und anstrengendsten Stellen, evtl. auch günstigen Stand- und Biwakplätzen, besonderen Gefahrenzonen Rückzugsmöglichkeiten, Abstieg vom Gipfel usw.).

Den Angehörigen, dem Hüttenwirt (evtl. Hüttenbuch) oder Freunden auf der Hütte sind Ziel und Route mitzuteilen.

Leisten, was man leisten kann!

Das bedeutet doppeltes:

1. Wir wollen uns nicht schonen, sondern unsere Möglichkeiten ausschöpfen! Gesunder Ehrgeiz ist etwas Positives. Die Freude an der Leistung, am Tun um des Tuns willen gibt uns den rechten Maßstab. Einem guten, gewandten und sicheren Bergsteiger oder Skiläufer zuzusehen, bereitet ästhetischen Genuß.
2. Sich nicht überfordern!

„Das Können ist des Dürfens Maß!“ — d. h. wenn die körperlichen und seelischen Voraussetzungen oder die notwendige Tagesform fehlt, hat man unten zu bleiben.

Unvernunft gefährdet nicht nur den Unvernünftigen und seinen Kameraden, sondern oft auch notwendig werdende Helfer. Das aber können wir nicht verantworten, weder vor uns selbst noch vor unseren Angehörigen oder Dritten, die wir in Mitleidenschaft ziehen.

Zeit lassen! Dies gilt für die Tour wie, soweit möglich in der Tour. Was heuer nicht ist, kann später noch werden.

Mit künstlichen Hilfsmitteln sparen!

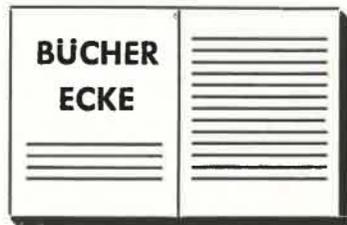
Wer die Durchsteigung eines Kletterweges im Gipfelbuch einträgt, für sich vermerkt oder Freunden und Sektionskameraden davon erzählt, nimmt in Anspruch, den Weg begangen, d. h. die Tour wiederholt zu haben.

Daß eine Wiederholung nicht dieselbe Leistung wie die Erstbegehung darstellt, ist klar. Ungeschmälert dagegen muß die für die Tour spezifische klettertechnische Schwierigkeit bleiben. Vom Erst-

begeher wird Vernunft, vom Wiederholer Fairneß verlangt. Unvernünftig und für Wiederholer unzumutbar ist ein Verhalten von Erstbegehern, bei dem alles, auch das Überleben, auf eine Karte gesetzt wird. Unfair ist das mangels Form oder Können mit zusätzlichen künstlichen Hilfsmitteln erkrankte Gangbarmachen einer Route, das nicht Wiederholen, sondern Vergewaltigen der Tour bedeutet.

Vernagelt ist jeder Kletterweg entwertet. Daher sollen die Wege möglichst im Zustand des Erschließungsaufwands gehalten bzw. in ihn zurückversetzt werden. — Bergsteigerisches Ethos verlangt ein echtes, diszipliniertes Kräftemessen mit den unverfälschten Anforderungen der Tour, die wir nicht degradieren dürfen.

Wer unfair klettert, muß zum Nachdenken gebracht und erzogen werden. Wie Freiheit grundsätzlich, so steht auch die „Freiheit in den Bergen“ unter moralischen Regeln, womit sie Willkür und Unfairneß ausschließt.



Christof Stiebler / Paul Nigg: Bergell.

Granitberge über südlichen Tälern. 136 Seiten mit 52 Bildern auf Kunstdruck. Format 17 x 24 cm. Neu September 1968. Glasierter Halbleinenband DM 14,80.

Granitwände und -pfeiler, scharfe Kanten, Berge von 3500 m Höhe, die sich über wilden Gletschern erheben. — warmes Grün in den Tälern, Kastanienbäume, Weinberge. Das ist Bergell, eine Landschaft, die noch abseits des großen Bergsteiger- und Fremdenrums steht, die ein paar Felsextremisten kennen, ein paar Bergwanderer. Den meisten anderen sagt das Wort Bergell noch nichts, sie wissen bestenfalls, daß dieser Landstrich irgendwo am Ende des

Engadin liegt, an der schweizerisch-italienischen Grenze. — Da das Bergell ein Durchzugsgebiet ist, heute genau so wie vor 3000 Jahren, hat es eine bewegte Geschichte hinter sich. Römische Truppen, spanische Heere, venezianische Kaufleute, Glaubenskämpfe und Naturkatastrophen hinterließen tiefe Spuren. Im vorigen Jahrhundert begann dann die Erschließung seiner Gipfelwelt. Christian Klucker, der berühmteste Bergführer der Schweiz, machte seine Erstbegehungen, Engländer, Russen, Deutsche ließen sich durch die Wände Kennern des Gebietes, von Bergsteigern führen. Disgrazia und Badile waren lange Zeit die „letzten Probleme“ in den Alpen, forderten viele Opfer und

und machten immer wieder Schlagzeilen in der Presse. Heute klettert auf den berühmten Routen die Bergsteigerjugend aus allen Ländern. — Ein Landschaftsbuch über das Bergell hat bis jetzt gefehlt. Es wurde geschrieben von gern, unter Mitwirkung verschiedener Fachleute auf dem Gebiet der Tal- und Kunstgeschichte, für jenen Kreis der Bergell-Freunde, der sich von Jahr zu Jahr vergrößert. Es will auf 136 Seiten und mit 52 Aufnahmen (der größte Teil stammt vom bekannten Bergfotografen Winkler) für diesen herrlichen Landstrich werben, Erinnerungen konservieren und den Wunsch wachhalten, wieder zu kommen...

GEBURTSTAGE

Da wir nicht alle unsere Mitglieder einzeln ansprechen können, möchte der Vorstand auf diesem Wege allen Kameraden und Kameradinnen herzlich gratulieren, die im laufenden Monat — und den nächsten — Geburtstag haben. Alles Gute und Berg-Heil!

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 3. 3. Harendt, Eva | 4. 4. Redeker, Siegfried |
| 4. 3. Czapiewski, Susanne | 5. 4. Schuster, Inge |
| 7. 3. Höhne, Alfred | 6. 4. Schmidt, Felix |
| 7. 3. Menke, Manfred | 9. 4. Goerke, Emil |
| 8. 3. Priester, Michael | 9. 4. Olek, Edith |
| 10. 3. Kurczinski, Brigitta | 9. 4. Westphal, Rüdiger |
| 13. 3. Domke, Margot | 10. 4. Koch, Stefan |
| 13. 3. Dr. Olowson, Detlev | 11. 4. Reinhard, Carla |
| 14. 3. Schubert, Fritz | 12. 4. Langer, Erich |
| 15. 3. Stärke, Sigrid | 12. 4. Schönfeld, Martha |
| 16. 3. Knobel, Herbert | 13. 4. Meyer, Lotte |
| 18. 3. Geyer, Erwin | 15. 4. Haack, Ingrid |
| 18. 3. Pitschke, Margot | 15. 4. Haupt, Wilhelm |
| 19. 3. Bannwitz, Peter | 17. 4. Dr. Gräger, Hans-Joachim |
| 21. 3. Lehmann, Hans | 17. 4. Steinborn, Paul |
| 21. 3. Mönnich, Erika | 19. 4. Pfeil, Sabine |
| 22. 3. Lüttwitz, Hein | 21. 4. Strauch, Ingrid |
| 22. 3. Kick, Veronika | 21. 4. Stäge, Rudolf |
| 24. 3. Rößner, Ernst | 21. 4. Liersch, Erna |
| 25. 3. Britzke, Helga | 21. 4. Rohrbach, Martina |
| 25. 3. Pospieszala, Ilse | 23. 4. Mosbacher, Wolfgang |
| 27. 3. Bannwitz, Jürgen | 25. 4. Kretschmer, Gertrud |
| 27. 3. Knobel, Barbara | 26. 4. Lison, Heidelinde |
| 27. 3. Zedler, Klaus | 28. 4. Parusel, Wolfgang |
| 28. 3. Kurczinski, Bruno | 28. 4. Dr. Cromeyer, Helmut |
| 29. 3. Berndt, Angela | 28. 4. Reeder, Hans-Joachim |
| 30. 3. Priester, Bettina | 29. 4. Köhler, Gerhard |
| 2. 4. Sonntag, Erich | 29. 4. Kahle, Angelika |
| 4. 4. Schmidt, Richard | 30. 4. Falkenberg, Werner |
| 4. 4. Töpfer, Hildegard | |

VORSTAND UND GESCHÄFTSSTELLE

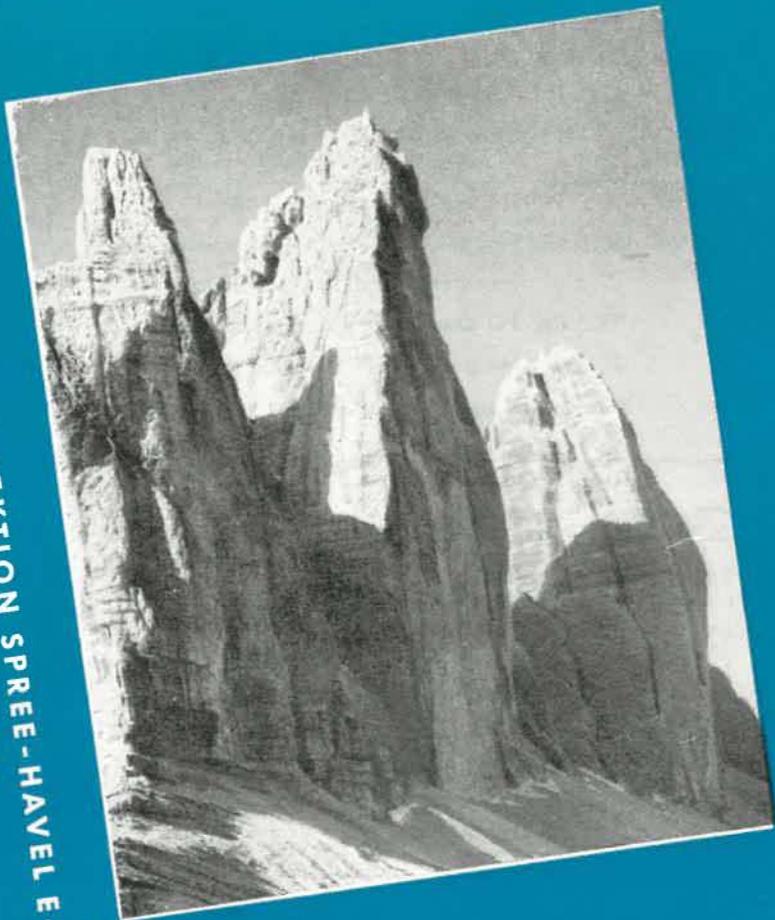
der Sektion Spree-Havel e.V. des Deutschen Alpenvereins

- 1. Vorsitzender:** Erwin Dzieyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37
Fernruf: Geschäft 46 42 01; Privat 7 69 15 04
- 2. Vorsitzender:** Horst Riedel, Berlin 45, Ostpreußendamm 179
Fernruf: 73 85 63
- Schatzmeister:** Fr. Margot Hollmann, Berlin 46, Preysingstr. 49
Fernruf 7 75 52 49
- Beisitzer:** Fr. Gudrun Haarmann, Berlin 31, Ahrweiler Str. 19 a
Fernruf 83 72 22
- Martin Schönfeld, Berlin 61, Solmstr. 21
Fernruf: 6 98 13 21
- Hans Kniesick, Berlin 13, Wernerwerkdamm 27
Fernruf 38 27 35 (3 81 27 35)
- Bergsteigen:** Klaus Herzog, Berlin 30, Fuggerstr. 38
Fernruf: 2 11 16 38
- Skilaufen:** Werner Töpfer, Berlin 44, Oderstr. 36
Fernruf: Geschäft 46 00 12, App. 2478
- Sport:** Rudolf Seidel, Berlin 20, Simonring 12
Fernruf: 38 49 41
- Jugend:** Gerd Czapiewski, Berlin 61, Brachvogelstr. 4
Fernruf: Geschäft 18 01 61, App. 361
- Naturschutz:** Martin Schönfeld, wie oben
- Bücher u. Geräte:** Otto Schüler, Berlin 41, Dickhardtstr. 5
Fernruf 83 65 66 (Scheuer), Fr. Schüler verlangen
- Presse:** Eberhard Schmidt, Berlin 44, Briesestr. 23
Fernruf: Geschäft 31 05 91, App. 39
- Geschäftsstelle:** Fr. Margot Hollmann, wie oben
Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung
Postscheckkonto Berlin West 461 42, Deutscher Alpenverein
Sektion Spree-Havel e. V., Berlin 19
- Gymnastik:** Gretel Vetter, Berlin 31, Hildegardstr. 13a
Fernruf: 87 72 16 — Sportstudio 86 50 08 —

3

BERLIN

MITTEILUNGSBLATT DER SEKTION SPREE-HAVEL E.V.



MAI - JULI 1969

JAHRGANG 24

DEUTSCHER
ALPENVEREIN

PROGRAMM MAI - JULI 1969

1. 5. 69 — 4. 5. 69 Fahrt zum Kletterheim Aicha
7. 5. 69 Vorstandssitzung
9. 5. 69 Bilder aus den Lienzer Dolomiten
Kamerad Michael-Helmut Wirth
14. 5. 69 — 18. 5. 69 Fahrt zum Kletterheim Aicha
23. 5. 69 — 26. 5. 69 Pfingstfahrt in das Klein-Ziegenfelder Tal
29. 5. 69 Freda Schacht, Bilder aus Andalusien
13. 6. 69 Mit Kompaß und Karte, Kameraden Dorn und Herzog
26. 6. 69 Mit dem Segelflugzeug in den franz. Alpen, Jürgen Smalla
10. 7. 69 Monatsversammlung

Bücher und Geräte

Kam. Schüler steht den Mitgliedern jeden Mittwochabend in der Zeit von 19.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

Im Monat Juni hat der Kamerad Schüler Urlaub!

Gymnastik

Die Gymnastik findet jeden Dienstag von 19—20 Uhr für Damen, anschließend für Herren und Damen in der Marie-Curie-Schule, Berlin-Wilmersdorf, Weimarsche Str. Ecke Mainzer Str. statt.

Termin und Treffpunkte der naturkundlichen Wanderungen, die Kam. Schönfeld durchführt, werden jeweils an den Abenden bekanntgegeben, an denen wir Veranstaltungen im Haus des Sports durchführen.

Neue Mitglieder

Berginteressierte Menschen haben den Weg zu unserer Sektion gefunden. Folgende neue Mitglieder begrüßt der Vorstand im Namen der Sektion Spree-Havel mit Berg- und Ski-Heil

Renate Herzog, Jürgen und Michael Dorn.

Wir hoffen, daß sich die neuen Mitglieder in unserem Kreis wohlfühlen werden, und wir würden es sehr begrüßen, sie bei unseren nächsten Veranstaltungen zu sehen.

Titelbild: Drei Zinnen

DEUTSCHER ALPENVEREIN



SEKTION SPREE-HAVEL E.V. BERLIN

1. Vorsitzender: Erwin Dziejek, Berlin 33, Patschkauer Weg 37

Geschäftsstelle: Berlin 46 (Lankwitz), Preysingstr. 49, Fernruf: 7 75 52 49, Hollmann
Postscheck: Konto: Berlin-West 461 42

KARL RATTUNDE

* 25. 7. 1899

† 28. 3. 1969

Nach einem arbeitsreichen, pflichterfüllten Leben ist unser treuer Bergkamerad Karl Rattunde von uns gegangen. Er gehörte dem DAV seit dem 1. 7. 1929 an und war Mitglied unserer Sektion seit 1950. Der DAV zeichnete ihn für über 25jährige Mitgliedschaft mit dem Ehrenzeichen aus.

Die Sektion wird sein Andenken ehrend bewahren.

Unsere Schatzmeisterin, die Kameradin Margot Hollmann, mußte leider feststellen, daß ein Teil der Mitglieder den Jahresbeitrag 1969 noch nicht entrichtet hat. Nachstehend wird die Höhe der Beiträge noch mal angegeben:

A-Mitglieder	27,00 DM
B-Mitglieder	13,00 DM
Jungmänner	12,00 DM
Jugend	8,00 DM
Kinder von Mitgliedern	3,00 DM

Um baldige Zahlung der Beiträge wird gebeten; PS-Konto Berlin West Nr. 46 142.

Verhütung von Unfällen und Erstversorgung der Verletzten in den Bergen

Von Michael-Helmut Wirth.

Vorwort.

In unserer heutigen Zeit, im Zuge von Technisierung und Perfektionierung des Alpinismus und des Schilaufs, die leider auch einhergehen mit einer schier unübersehbaren Massenbewegung, steigen von Jahr zu Jahr auch die Unfallquoten. Nach neuesten statistischen Erhebungen waren es in den deutschen Alpen 1560 Menschen, die in den vergangenen 20 Jahren die Ausübung dieses Sports mit ihrem Leben bezahlen mußten.

Viele dieser Unglücklichen hätten gerettet werden können, wenn rechtzeitig Maßnahmen in bezug auf Vorbereitung und Erstversorgung (Erste Hilfe) eingeleitet worden wären.

Die sorgfältige und rationale Vorbereitung der Tour ist die Grundvoraussetzung für den glücklichen Abschluß einer Bergfahrt. Sei es auch nur der Aufenthalt auf den Pisten, so ist auch hier die ausführliche Präparierung der Ausrüstung und vor allem der eigenen Person angezeigt. Es ist für jeden, der heute in die Bergwelt eindringt, unerlässlich, sich zu informieren über Prophylaxe und Erstversorgung von Unfällen im Berg und auf der Piste.

Mögen die nachfolgenden Artikel das ihre dazu beitragen, der Natur ein wenig zu trotzen und helfen die Unfallquote zu senken.

Michael-Helmut Wirth

Teil I

1. Allgemeines zur Vorbeugung und Verhütung von Unfällen.

Es bedarf eigentlich keiner Erwähnung, daß der Mensch, der sich in die Berge begibt, seinem Aufenthalt in diesen Regionen ein intensives körperliches Training voranstellt. Nur so ist es ihm möglich den Schilau und das Bergsteigen ohne Reue zu genießen.

Der Weg zum Arbeitsplatz (zu Fuß) im flotten Schritt, ein sonntäglicher Waldlauf, die tägliche Gymnastik (ca. 10 Minuten) mit Kniebeugen, Liegestütz, Grätschsprüngen, Hocksprüngen usw. lassen ihn fit werden für einen genußreichen Urlaub in den Bergen. Denn eines dürfen wir nie vergessen, „wir üben höchsten Leistungssport beim

Schilau und Bergsteigen aus“, und ein unvorbereiteter Körper dürfte dem kaum gewachsen sein.

Ist ein ausgiebiges Konditionstraining dem Bergurlaub vorangegangen, so haben wir einen entscheidenden Gefahrenpunkt eliminiert.

Ein nächster sehr wichtiger Punkt ist die Ausrüstung. Viel Gutes und Zweckmäßiges ist gerade über dieses Thema von viel kompetenterer Seite geschrieben worden, jedoch sollten trotzdem ein paar Sätze dazu gesagt werden. Bei der Anschaffung der Ausrüstung darf auf keinen Fall der Geldbeutel allein entscheiden, denn billiges Gerät muß fast immer mit Verletzungen und frühzeitigem Verschleiß bezahlt werden. Nur die Zweckmäßigkeit ist zu berücksichtigen und nicht der Preis. Ein wirklich intensives Studium der einschlägigen Angebote sei hier angezeigt.

Neben Training und Ausrüstung ist die vernünftige Ernährung ein nicht zu unterschätzender Faktor. Die richtige Ernährung, gerade im Gebirge, trägt zum Gelingen eines Unternehmens entscheidend bei.

Die wichtigste Komponente ist der Zucker, er sollte 60% der Nahrung ausmachen. Der Zucker, besonders in flüssiger Form (Honig, gelöster Traubenzucker etc.), ist unser schnellster Energielieferant. Gerade vor dem Beginn einer Tour ist er in großen Mengen zuzuführen. Auch während der Unternehmung stark gesüßte (warme) Getränke und Traubenzucker in fester Form (Dextropur, Dextroenergen, Dextro-med. etc.) einzunehmen, kann nur empfohlen werden. Schon nach 10 bis 12 Minuten steht der Zucker der Muskulatur als Brennstoff zur Verfügung und aktiviert somit die Kraftstoffreserven des Organismus.

Neben dem Zucker ist der zweite Energielieferant das Fett. In kleinen Mengen zugeführt (25% der Nahrung) ist es die ideale Ergänzung zum Zucker und zur Potenzierung der Energie. Speck, Butter und Schmalz (also tierische Fette) zusammen mit Brot (Kohlehydrate — Zucker) in kleinen häufigen Mengen (4- bis 5mal am Tag) sollten auf keinen Fall fehlen. 15% hingegen sollte die Eiweißzufuhr ausmachen. Fisch (gerade hier die Bachforelle), ma-

geres Fleisch, Eier und Gemüse sind hier als Hauptnahrungsmittel zu nennen.

Der Vitaminbedarf wird durch reichlich Obst und eventuell durch Medikamente (Vitamin C — Cebion — BVK — Vitamin-B-Komplex — Multivitamin etc.) gedeckt. Bei medikamentöser Zufuhr sei jedoch genau auf die Dosierung zu achten.

Flüssigkeit ist dem Organismus häufiger in kleinen Mengen (so schwer es auch fällt) in Form von gesüßtem Tee und Kaffee anzubieten. Aber auch Suppen sind von großer Wichtigkeit. Es sollte niemals auf einen gut gesalzenen Teller mit Suppe (Maggi, Knorr etc.) verzichtet werden, denn sie dient nicht nur der Flüssigkeitsregulierung, sondern auch der Deckung des Salzhaushaltes (mit der verstärkten Transpiration im Gebirge (bis zu 50% mehr) gehen dem Körper nicht nur erhebliche Flüssigkeitsmengen verloren, sondern auch ein bedeutender Anteil an Salz). Als letztes sei hier noch die ach so beliebte Hartwurst erwähnt. Sie vereinigt Fett, Salz und Eiweiß in meist schmackhafter Dosierung und gehört in den Rucksack eines jeden Bergfreundes ebenso, wie ein großes Stück Käse.

Bei Beherzigung des Grundsatzes „wenn es am besten schmeckt sollte man aufhören“ (Mageninhalt ca. 1,3 bis 1,5 l) und Einhaltung der besproche-

nen Ernährungsvorschriften wird man bezüglich der Ernährung keine Schwierigkeiten zu befürchten haben.

Ein Satz zu Nikotin und Alkohol. Beides maßvoll in der Hütte oder im Hotel wird gewiß niemandem Schaden zufügen, zumal Abstinenz selten glücklich macht, jedoch am Berg hat beides nichts verloren.

(Es muß daran gedacht werden, daß Nikotin die Gefäße stark verengt und somit den ohnehin stark beanspruchten Kreislauf zusätzlich belastet. Dagegen sei starken Rauchern empfohlen sich zwar im Rauchen zu mäßigen, es jedoch nicht einzustellen, denn der Körper, der an Nikotin gewöhnt ist, würde den plötzlichen Entzug sehr übelnehmen — Erfahrungen aus den Anden und dem Himalaya beweisen dies.)

Den Alpinisten und Schiläufer erwarten in den Bergen die unterschiedlichsten Wettersituationen, und leider ist es meist Wind, Nässe und Kälte. Meist ist er jedoch an die beheizten Räume seines Hauses gewöhnt, deshalb wird der Körper auch diese Umstellung nicht ohne weiteres hinnehmen. Abhärtung auch hier durch autogenes Training (kalt Duschen, Wechselbäder etc.) sind angebracht.

Neben der Anstrengung und der Witterung erwarten den Bergfreund (besonders den Schiläufer) in neuerer Zeit leider auch eine Unzahl von Bergbah-

Zenker
zieht
Sie
sportlich
an



Zenker

Schloß- Ecke Albrechtstr.131 · Tel.721968/9

nen und Liften. Auch hier muß die Ratio über die Bequemlichkeit gestellt werden. Es ist zu bedenken, daß der Körper eine unbedingte Anpassung (Akklimation) an die Höhe fordert. Ein mehrtägiger Aufenthalt in den Höhen, in denen der Sport betrieben werden soll, ist deshalb unerläßlich. Schon ab 3000 m sinkt der Partialdruck des Sauerstoffs um ca. 25 %, d. h. durch die Höhe wird nun der Körper angehalten mehr

Sauerstoffträger zu produzieren, diese Träger sind im weitesten Sinne die roten Blutkörperchen. Das Knochenmark, das diese Produktion vornimmt, braucht jedoch einige Tage, um sich auf diese erhöhte Arbeitsleistung einzustellen, weshalb eine Akklimation, gerade auch für den betagteren Alpinisten und Schiläufer, unerläßlich ist, um unangenehme Kreislaufstörungen zu vermeiden.

Wenn einer eine Reise tut . . .

Ein Berliner Conferencier rief seinen Gästen einmal zu: „Liebe Bundesbürger verzagt nicht, wir Berliner halten zu Euch.“ Eingedenk dieser Worte und der bekannten Sehnsucht der Germanen nach dem Süden, belegt durch die Italienreise Goethes und die Grundstückskäufe steuerüberdrüssiger Bürger im Tessin, beschlossen reisefreudige Mitglieder unserer Sektion über Ostern nach Aicha ins Altmühltal zu fahren. Nach einer Verzögerung von ca. 1½ Stunden, die eintrat, weil freundliche Menschen prüften, ob wir versehentlich den Ausweis unserer Urahnen mütterlicherseits bei uns führten oder entgegen dem Atomsperrvertrag eine Nuklearwaffe im Handschuhfach versteckt hielten, ging es in zügiger Fahrt in Richtung Hof. Hier wurde endlich klar, warum die sozialistischen Skiflieger den kapitalistischen so weit überlegen sind, schafft ihnen doch die Fahrt über die heimische Autobahn in der Nähe von Schleiz infolge von Schlaglöchern zusätzliche Trainingsmöglichkeiten. Da die Nacht ziemlich kurz war, bemühte sich jeder zu schlafen, so daß die Klagen von mißlaunigen Kameraden ausblieben, die des Nachts nichts Besseres zu tun haben, als ahnungslose Mitmenschen beim Schnarchen bzw. anderweitiger Geräuscherzeugung zu beobachten. Am nächsten Morgen begann dann, wie unsere Ansbacher Freunde so nett formulierten, der „Weiße-Grat-Auftrieb“. Das Wort Auftrieb weist nicht auf eine erhabene Regung der Seele sondern auf die Umquartierung des Milchviehes auf höher gelegene Weideplätze hin. Einige Bergfreunde haben es sich dann angelegen sein las-

sen, den „Weißen Grat“ während der Osterfeiertage sechs mal unter die Schuhsohlen zu bringen. Andere wiederum waren der Auffassung, daß blinder Eifer nur schade und können als Ergebnis einer viertägigen Kletterfahrt lediglich darauf hinweisen, daß sie einmal den „Weißen Grat“ gegangen sind. Selbst unter Würdigung der Tatsache, daß das nahe gelegene Wellheim auf Schusters Rappen erreicht wurde, muß man doch der Auffassung zuneigen, daß im Hinblick auf das jugendliche Alter der Betreffenden etwas mehr Eifer am Fels zu begrüßen gewesen wäre. Der Chronist muß jedoch vermerken, daß ein anderer Teil der Gruppe erfreulichen Einsatz an der Schüttekarkante, der Datzwangerföhre, dem Münchener Weg und der westlichen Aicha zeigte. Klaus Thimm bewies, daß man mangelnde Länge durch Beherrschung der Technik des Steigens ausgleichen kann, während die „Neuen“ Heide Lasson und Jürgen Smalla durch Eifer und erstaunliche Leistungen gefielen, ein kräftiges Bergheil für beide.

Am Sonnabend trafen dann unsere Freunde aus dem Waldviertel ein. Wie apart kontrastierte doch die „Berliner Schnauze“ mit dem gemütlichen Dialekt der Waldvierteler, die die Hauptworte ab und zu mit einem kleinen „Schwänzele“ versehen — wie z. B. Blitzbirnele — und nach jedem dritten Atemzug ein vertrauenerweischendes „gell“ in die sanft dahingleitende Rede einfließen lassen. Am Abend fanden sich dann ehemalige Untertanen der früher verfeindeten Herrscherhäuser Wittelsbach, Habsburg und Hohenzollern traulich vereint in einer großen

Runde und würdigten in mehr oder minder kräftigen Schlucken die in längliche braune Glasbehälter abgefüllten Erzeugnisse des Hopfen und Malz verarbeitenden Berufsstandes; kurz, Ansbacher, Waldvierteler und Berliner tranken Bier. Nicht vergessen werden darf natürlich der Hinweis, daß bei anbrechender Dämmerung, nachdem jedwedes abgeknickte und herumliegende Zweiglein des Waldes voll Eifer herbeigetragen und geschichtet ward, unser Gerd ein Feuer entzündete, welches gar artig seine züngelnden Flammenspitzen in den abendlichen Himmel streckte. Am nächsten Tag zeigte sich dann, daß Gerd es nicht vermeiden kann infolge zentralbeheizter Wohnräume auf das Heizen des Kachelofens verzichten zu müssen, denn ein zweites Feuer mußte entzündet

werden. Man ging sicher von dem Satz aus, daß einmal keinmal sei; wenn man also ein Feuer macht, macht man kein Feuer, da ein Feuer jedoch dazu gehört, muß man also zwei Feuer machen, damit man ein Feuer hat. Logisch, nicht wahr? Da wir infolge frommer Neujahrsvorsätze unsere Suppe immer brav ausgelöffelt hatten, schien während der gesamten Feiertage, mit Ausnahme der Nachtzeiten, wo andere, westwärts gelegene Völker bedient werden mußten, die Sonne. Kurzum, die Fahrt war eine Wucht, und während der armselige Schreiberling noch mit dem Zeigefinger die Buchstaben auf seiner Schreibmaschine einkreist, um dann unbarmherzig zuzuschlagen, freut er sich, und das ist ehrlich gemeint, auf die nächste Fahrt nach Aicha.



„Knips“ rät:

**... lieber gleich zu Wegert.
Dort finden Sie immer
das Neueste.
* Zum günstigen Preis !**

Unter Freunden des Alpenvereins spricht es sich herum:
WEGERT hat viel zu bieten.
Zu günstigen Preisen. Günstig für Sie!
Von der Filmkamera bis zum Farbfernseher.
Und mit Fachberatung.
Es lohnt: . . . lieber gleich zu WEGERT!



WEGERTHAUS
Potsdamer, Ecke Kurlürstenstraße
Zugang direkt vom Großparkplatz.
Wegert-Filialen überall in Berlin.
TEL. SA.-NR. 13 03 01

FOTO-RADIO-WEGERT
Das große Spezialhaus für Foto und Radio

BERGSTEIGER-GRUNDSATZE

beschlossen durch die Generalversammlung der U.I.A.A.
in München am 20. Juni 1964
Folge II

Mut haben zum Rückzug!

Wer sich an eine Berg- und Skitour wagt, muß auch zum Umkehren gewappnet sein. Dabei hat der Kletterer die notwendige Abstiegstechnik zu beherrschen (was z. B. für den, der Felsklettere bevorzugt, bei Eis- und kombinierten Wegen schwierig werden kann). Er muß den Weg theoretisch kennen, um beurteilen zu können, ob im Notfall der restliche Durchstieg, seitliches Ausweichen oder der Abstieg möglich und empfehlenswert ist.

In der Not, aus der Wand zu kommen, ist jedes Mittel recht.

Manche Katastrophe geht darauf zurück, daß die Umkehr zu spät erfolgte. Deshalb soll die Frage eines Rückzugs bei allen Überlegungen am Berg von vornherein mit eingeschlossen werden. Im rechtzeitigen und richtigen Entschluß beweisen wir unser Verantwortungsbewußtsein. Lieber zu früh umkehren als zu spät! Auch die Tour, die nicht am Gipfel endet, kann zu einem schönen, unvergeßlichen Bergabenteuer werden. Zudem schließt der Rückzug die Möglichkeit des Wiederkommens, des endlichen Erfolges meist in sich ein.

Helfen!

Im bewohnten Gebiet kann uns, wenn es sein muß, jederzeit Hilfe gebracht werden. Anders in den Bergen. Es gibt zwar Rettungsstellen, Stützpunkte und Streifen der Bergwacht, aber sie erfassen nur ein kleines Gebiet. Wer in Bergnot gerät, ist auf die Hilfe eines jeden angewiesen, der sich irgendwo in der Nähe befindet. Darum muß jeder Bergsteiger und alpine Skiläufer stets zur Hilfe bereit und auch jeder zu wirkungsvoller Hilfe fähig sein. Bergwachtausbildung oder wenigstens ein Kurs in Erster Hilfe gehören somit zu den unabdingbaren Forderungen an den aktiven Bergsteiger. Bergnot anderer ist das Signal zu sofortiger selbstloser und opferbereiter Hilfeleistung. Keiner darf sich auf eventuelle andere verlassen, Bergführer, Skilehrer oder Bergwachtmänner. Der Eifer zu helfen soll aber nicht blind sein. Falsches Einschätzen der eigenen

Fähigkeiten und Mittel hat sich trotz bestem Willen schon manches Mal tödlich ausgewirkt.

Für die erfolgversprechende Hilfeleistung ist es wichtig, rasch die wirkungsvollsten Möglichkeiten zu erkennen: Zuerst muß versucht werden, mit den in Bergnot Befindlichen Verbindung aufzunehmen, um zu erfahren, welcher Hilfe sie bedürfen. Oft ist es sinnvoll festzustellen, wie sie am besten zu erreichen sind. — Danach richtet sich die Entscheidung zum Handeln, worüber man sich mit den Hilfebedürftigen möglichst verständigt.

Wer selbst zu helfen vermag, wird unverzüglich ans Werk gehen. Falls ratsam, hat sich ein entbehrlicher Dritter eiligst um weitere Rettungshelfer zu kümmern. Ist die Wahrscheinlichkeit einer wirksamen Hilfeleistung gering, die Möglichkeit, andere Helfer herbeizuholen aber vorhanden, so muß dies in höchster Eile getan werden.

Nur selten hängen Leben und Tod so unmittelbar vom richtigen Entschluß und von der raschen Tat ab wie im Falle der Bergrettung.

Die Hütten pflegen!

Einen guten Teil unserer Tourenmöglichkeiten verdanken wir dem Vorhandensein von Berghütten. Unsere Väter und Großväter haben sie mit viel Liebe und unter großen Opfern erbaut. Wir müssen die Hütten als notwendige Stützpunkte unserer Bergfahrten für uns und unsere Nachkommen erhalten. Wie erfreulich der Aufenthalt in einer gepflegten, sauberen, wie unerfreulich er hingegen in einer verkommenen, schmutzigen Hütte ist, weiß jeder Bergsteiger aus eigener Erfahrung. Deshalb soll es für ihn selbstverständlich sein, sich für den Zustand unserer Berghütten, besonders der unbewirtschafteten und Winterräume, mitverantwortlich zu fühlen.

Je mehr wir selbst für die Instandhaltung und Sauberkeit unserer Hütten tun, desto wohler fühlen wir uns im Gebirge, desto geringer braucht der Hüttenaufwand im Haushalt der alpinen Vereine zu sein. Das wiederum

kommt dann dem aktiven Bergsteigen, der alpinen Ausbildung, dem Expeditionswesen und anderen nützlichen Dingen zugute.

Die Natur schützen!

Wir tragen eine ernste Verantwortung für die Erhaltung der Natur. Was uns in ihr heute Freude und Gesundheit gibt, dürfen wir denen nach uns nicht als Feld der Zerstörung hinterlassen. Die Berglandschaft ist eines der wenigen Rückzugsgebiete ursprünglicher Natur. Dieses „Ödland“ muß vor der drohenden Überschießung durch Wege, Aufzüge und Bahnen, Häuser und Zäune, Kraftwerkbauten, Industrie und anderen meist kommerziellen Zivilisationserscheinungen geschützt werden. Wir Menschen brauchen wenigstens etwas Raum, in dem wir in einer unzerstörten, unverdorbenen Umwelt allein sein und zu uns selbst finden können. Ein solches Gebiet ist das Gebirge und muß es bleiben.

Für die Praxis schlägt sich dieses Bewußtsein in den Naturschutz-Gesetzen nieder, mit denen der Bergsteiger vertraut sein sollte. Doch über den Pflanzen- und Tierschutz hinaus muß uns auch der Zustand der Gipfel und Wege am Herzen liegen. Konservendosen, Flaschen, Papier und sonstiger Unrat gehören dort nicht hin. Sie stellen ein bedauerliches Armutszeugnis dar. Wie leicht läßt sich das, was wir voll hinaufgetragen haben, leer wieder mit hinunternehmen, falls wir nicht vorziehen, es sorgfältig unter Schutz zu vergraben.

Haltet die Berge sauber!

Tolerant sein!

In den Bergen sind wir in erster Linie Menschen und nicht Angehörige irgendeiner Rasse, Nationalität, Landsmannschaft, Religion, Partei, Berufsgruppe oder was es sonst noch sein mag!

Man kann auf vielerlei Art bergsteigen. Das Schlagwort vom „wahren“ oder „echten“ Bergsteiger ist eine überhebliche Phrase, mit der anderen gewöhnlich die eigenen Vorstellungen aufgezwungen werden sollen. Es gibt da sehr verschiedene Auffassungen. Was die Bergsteiger voneinander unterscheidet, ist weniger ihre Qualität als ihre Individualität. Der eine ver-

wendet seine gesamte Freizeit aufs Bergsteigen. Ein anderer geht nur gelegentlich in die Berge. Dieser unternimmt ebenso gern einmal eine Bergwanderung wie eine äußerst schwierige Fahrt, jener erwardet sich seine Gipfel, und ein Dritter kennt vom Gebirge nur die Kletterwände. Der eine bevorzugt Fels, der nächste Eis. Noch ein anderer findet die Erfüllung seiner Bergfahrten im Botanisieren, oder er sammelt Steine. Aber alle können sie Bergsteiger sein, und keiner ist schlechter als der andere.

Wer den gemäßigten Bergsteiger abwertet, steht auf der gleichen Stufe wie jener, der im Extremen nur den Rabauken ohne Verstand und Sinn für die „hehre Bergwelt“ sieht. Gerade darin liegt ja die „Freiheit in den Bergen“, daß hier jeder nach seiner Fassung selig werden kann.



Der Trachtenlook — stärker denn je!

Jetzt ist es Zeit für das neue Trachtenkostüm, das fesche Dirndl, die reizvolle Bluse und den aparten Trachtenrock.

Für den Herrn der absolut modische Trachtenanzug.

Lodenfrey pflegt den Trachtenstil, der nie so aktuell war wie heute.

Weniger & Seibold

Steglitz, Schloßstr. 85
Spandau, Breite Str. 36
Neukölln, Karl-Marx-Str. 153
Sammelnummer 72 48 35



Radovan Kuchar
Zehn große Wände

Bergverlag Rudolf Rother

Aus dem Tschechischen. Bergbuch. Etwa 192 Seiten, Ganzleinen ca. DM 24,50. Radovan Kuchar ist zur Zeit wohl der fähigste tschechoslowakische Bergsteiger und zählt zur Weltelite. Seine Erlebnisse bei den schwierigsten Bergfahrten sind in diesem Buch niedergelegt.

Kuchar beginnt mit seinen ersten Klettereien in den heimatlichen Sandsteinfelsen im böhmischen Paradies und in der Hohen Tatra. Es folgen dann die Extremklettereien:

Nordwand der Grandes Charmoz / Westwand der Petit Dru / Nordwand der Petit Dru / Walkerpfiler der Grandes Jorasses / Matterhorn-Nordwand / Eiger-Nordwand / Nordwand des Don-guz Orun im Kaukasus / Erstbegehung

Landkarten
Wanderkarten
Bergführer
Reiseführer
Bildbände

aus allen Reisegebieten
Europas

sind vorrätig in der

Buchhandlung

Kiepert KG

Internationales Landkarten-
sortiment

Berlin 12
Hardenbergstr. 4-5

der 2000 m hohen Eiswand des Nakra-tau / Erstbesteigung des 6210 m hohen, extrem schwierigen Uparisina in Hin-dukusch. Die mit ausgezeichneten Fotos illustrierten Berichte werden jeden Bergfreund begeistern. Radova Kuchar ist nicht nur den Bergen verfallen, in Wort und Bild weiß er sein Abenteuer auch wiederzugeben.

Robert Löbl
Die Alpen in Farben

Bergverlag Rudolf Rother.

262 Seiten mit 108 ganzseitigen Farb-tafeln. Farbige Panoramakarte. Bild-verzeichnis. Bildunterschriften in Deutsch, Englisch, Italienisch und Fran-zösisch. Neuerscheinung Herbst 1968. Leinen ca. DM 56,—.

Von den Ausläufern der Alpen südlich von Wien bis zu den Alpes maritimes spannt sich in weitem Bogen das Thema dieses Bildbandes: Die Gipfel der Kar-nischen Alpen sowie die Karawanen im Südosten und die Steirischen Alpen im Osten bilden den Auftakt; es folgen die Dolomiten im Süden des Alpenhauptkammes, die Ostalpen so-wie die Bayerischen Alpen; den Höhe-punkt bilden die Bergriesen der Zen-tralalpen; das Buch klingt aus mit den Bergen der französischen Alpendepar-tements. Farbfotografien von aus-gesuchter Schönheit zeigen diese Welt der Felsen, Schneegipfel und Gletscher in den verschiedenen Jahreszeiten; Gipfel wechseln mit Panoramen ganzer Bergketten, über kleine Bergseen und schmale Alpentäler steigen die Fels-wände empor zu einsamer Höhe — ein „Bilderbuch“ im wahrsten Sinne des Wortes, eine Freude des Schauens für alle, die sich einen Sinn für diese ur-tümliche Natur bewahrt haben.

Sorgfältig ausgewählte Texte sind den Bildern beigegeben: in ihnen kommen sowohl frühe Erforscher der Alpen zu Wort als auch Schriftsteller, die die Alpen beschrieben, und Dichter, in deren Werk die Berge Schauplatz der Handlung sind. Bilder und Texte wir-ken zusammen, steigern sich gegensei-tig in ihrer Wirkung und vermitteln dem Leser in seltener Eindringlichkeit Schön-heit und Größe der Bergwelt. Ausführ-liche Erläuterungen sind jedem einzel-nen Bild beigegeben; sie beschreiben sachlich alles Wissenswerte über einen bestimmten Gipfel oder eine Bergkette.

Wußten Sie schon, daß . . .

... Sie in unserer Vereinsbücherei eine große Anzahl herrlicher Bergbücher finden, die nur darauf warten, aus-geliehen und gelesen zu werden.

... der Grunewald gerade im Frühjahr am Sonnabendmorgen um 7.00 Uhr am schönsten ist. Interessierte Waldläufer wenden sich bitte an den Kameraden Klaus Herzog, Tel. 211 16 38. Bedenken Sie bitte, daß der nächste Sommer, auch wenn schon leise Zweifel laut wurden, bestimmt kommt. Konditionell gestärkt macht der Urlaub doppelt so viel Spaß.

... Sie bei unseren Inserenten gut ein-kaufen. Geben Sie sich beim Kauf als Sektionsmitglied zu erkennen.

... Sie in Ihrem Bekanntenkreis Men-schen haben, die sich genau wie Sie für das Bergsteigen, Skilaufen und die Natur interessieren und nur darauf warten von Ihnen angesprochen zu werden.

... Gäste bei unseren Veranstaltungen gern gesehen sind.

... es unbestätigten Berichten zu Folge Mitglieder geben soll, die unser Mitteilungsblatt nur flüchtig lesen. Sie wissen warum, der Pressewart leider nicht. Schreiben Sie daher was Ihnen nicht gefällt.

... sich der Verein wieder einmal als Ehestifter bewährt hat. Rainer Wolff und Regina Hollmann sind eifrig damit beschäftigt, ein Boot klar zu machen, um den Hafen der Ehe anzusteuern.

... die nächste Fahrt zum Kletterheim Aicha im Altmühltal vom 14. 5.—18. 5. 1969 stattfindet. Wenn Sie am Sonn-abend Arbeitsverbort haben, sind Sie mit einem Urlaubstag dabei. Interes-senten wenden sich bitte an Gerd Czapiewski, Tel. 18 01 61 App. 339.

... die Zusammenkünfte der Sektion jeweils um 19.30 Uhr im „Haus des Sports“, 1 Berlin, Bismarckstr. stattfinden Sie waren lange nicht da? Na, dann schau Sie mal wieder rein!

... eine gemeinsame Skifahrt der Sek-tion in die Lienzer Dolomiten in der Zeit vom 14. 2.—6. 3. 1970 geplant ist. Der Kamerad Michael-Helmut Wirth, der Skilehrwart des DSV ist, wird als Skilehrer fungieren. Alle reden vom Winter, wir auch. Wer Interesse an der

Fahrt hat, wendet sich bitte an die Ge-schäftsstelle, Tel. 775 52 49.

... Bier den Durst erst schön macht. Klettern Sie erst den „Weißen Grad“ hinauf, lassen Sie die „Schüttelkar-kante“ folgen, genießen Sie den Ober-länder Weg, und machen Sie ein paar Abseilübungen. Jetzt ein Bier — mit-nichten, erst wird Holz gesammelt für das Lagerfeuer. Aber dann ... nächste Fahrt nach Aicha vom 14.—18. 5. 1969.

... die Schlafräume der Hütten nicht mit Ski- oder Bergstiefeln betreten werden dürfen.

... sich bei einer Fahrt nach Oster-reich der Abschluß einer privaten Reisekrankenversicherung als vorteil-haft erweisen kann. Mit Ausnahme der Krankenhäuser der Gebietskranken-kassen erfolgt die Behandlung als Pri-vatpatient, die Rechnungen sind ent-sprechend. Nach der vorliegenden Rechtsprechung muß Ihnen Ihre Kran-kenkasse nur den Betrag erstatten, den sie in Deutschland für Sie aufgebracht hätte.

... der Deutsche Alpenverein in diesem Jahr sein hundertjähriges Bestehen feiert.

... die Sektion Berlin des DAV im Mai 1969 eine Expedition in die boli-vianischen Anden entsendet. Aufgabe der Expedition soll es sein, Erkundun-gen, Erstbesteigungen und Erstbegehun-gen in der nordöstlichen Cordillera Real durchzuführen. Die Besteigung des Ancohuma (6427 m), des Illampu (6362 m) und des Pico del Notre (6030 m) auf bisher nicht begangenen Routen sind geplant. Der bekannte Bergfilmregisseur Jürgen Gorter jun. wird die Expedition begleiten und einen Film drehen, der im Herbst in Berlin gezeigt werden soll.

... der „Viereselsgrat“ der Dent Blanche (4356 m) im Wallis seinen Namen einem Ausruf des Bergführers Ulrich Almer verdankt. Dieser stöhnte bei der Erstbegehung des Ostgrates gemeinsam mit dem Führer Aloys Pol-linger und den Engländern Anderson und Baker am 11. August 1822: „Wir sind doch vier Esel, auf diesem Weg aufzusteigen.“

VORSTAND UND GESCHÄFTSSTELLE

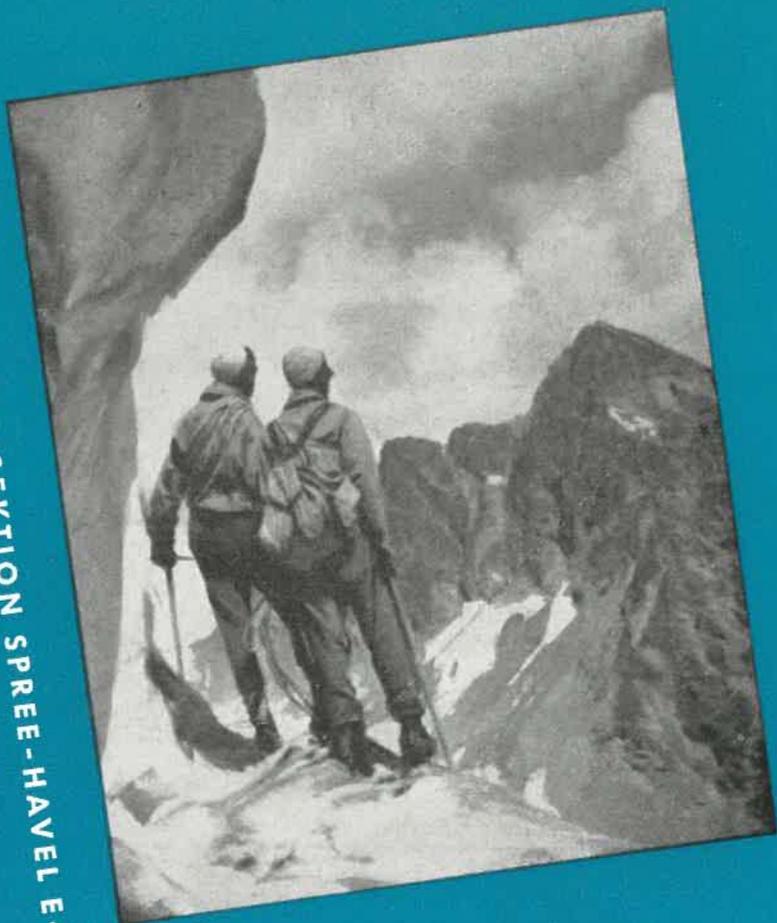
der Sektion Spree-Havel e.V. des Deutschen Alpenvereins

- 1. Vorsitzender:** Erwin Dzieyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37
Fernruf: Privat 7 69 15 04
- 2. Vorsitzender:** Horst Riedel, Berlin 45, Ostpreußendamm 179
Fernruf: 73 85 63
- Schatzmeister:** Fr. Margot Hollmann, Berlin 46, Preysingstr. 49
Fernruf 7 75 52 49
- Schriftführerin:** Fr. Gerda Hehmann, Berlin 48, Kirchstr. 69
Fernruf: 7 75 49 90
- Beisitzer:** Fr. Gudrun Haarmann, Berlin 31, Ahrweiler Str. 19 a
Fernruf 83 72 22
- Martin Schönfeld, Berlin 61, Solmstr. 21
Fernruf: 6 98 13 21
- Hans Kniesick, Berlin 13, Wernerwerkdamm 27
Fernruf 38 27 35 (3 81 27 35)
- Bergsteigen:** Klaus Herzog, Berlin 30, Fuggerstr. 38
Fernruf: 2 11 16 38
- Skilaufen:** Werner Töpfer, Berlin 44, Oderstr. 36
Fernruf: Geschäft 46 00 12, App. 2478
- Sport:** Rudolf Seidel, Berlin 20, Simonring 12
Fernruf: 38 49 41
- Jugend:** Gerd Czapiewski, Berlin 61, Brachvogelstr. 4
Fernruf: Geschäft 18 01 61, App. 339
- Naturschutz:** Martin Schönfeld, wie oben
- Bücher u. Geräte:** Otto Schüler, Berlin 41, Dickhardtstr. 5
Fernruf 83 65 66 (Scheuer), Fr. Schüler verlangen
- Presse:** Eberhard Schmidt, Berlin 44, Briesestr. 23
Fernruf: Geschäft 31 05 91, App. 39
- Geschäftsstelle:** Fr. Margot Hollmann, wie oben
Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung
Postscheckkonto Berlin West 461 42, Deutscher Alpenverein
Sektion Spree-Havel e.V., Berlin 19
- Gymnastik:** Gretel Vetter, Berlin 31, Hildegardstr. 13a
Fernruf: 87 72 16 — Sportstudio 86 50 08 —

4

BERLIN

MITTEILUNGSBLATT DER SEKTION SPREE-HAVEL E.V.



DEUTSCHER
ALPENVEREIN

SEPT.—OKT. 1969

JAHRGANG 24

PROGRAMM SEPTEMBER - OKTOBER 1969

3. 9. 69 Vorstandssitzung
4. 9. 69 „Paris“ Dia-Vortrag des Kameraden Ruske
5. 9. 69— 7. 9. 69 Wochenendfahrt zum Torfhaus oder nach Bad Münde
26. 9. 69 Der Grundkurs der Sektion Spree-Havel im Felsklettern im Wilden Kaiser
3. 10. 69— 5. 10. 69 Wochenendfahrt nach Bad Münde
9. 10. 69 „Herrliches Wallis“ Kamerad Schmidt zeigt Dias
24. 10. 69 „Mit der Kamera unterwegs“ Kamerad Rosenberg zeigt Filme aus den Bergen
24. 10. 69— 2. 11. 69 Herbstferienfahrt
5. 11. 69 Vorstandssitzung
13. 11. 69 „Israel“ 1. Teil eines Berichtes des Kameraden Dorn
28. 11. 69 „Israel“ 2. Teil eines Berichtes des Kameraden Dorn
30. 11. 69 Adventsfeier

Die Veranstaltungen der Sektion finden im „Haus des Sports“ 1 Berlin-Grunewald, Bismarckstr. statt und beginnen um 19.30 Uhr.

Bücher und Geräte

Kam. Schüler steht den Mitgliedern jeden Mittwochabend in der Zeit von 19.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

Gymnastik

Die Gymnastik findet jeden Dienstag von 20—21 Uhr für Herren und Damen in der Marie-Curie-Schule, Berlin-Wilmersdorf, Weimarerische Str. Ecke Mainzer Str. statt.

Termin und Treffpunkte der naturkundlichen Wanderungen, die Kam. Schönfeld durchführt, werden jeweils an den Abenden bekanntgegeben, an denen wir Veranstaltungen im Haus des Sports durchführen.

Neue Mitglieder

Berginteressierte Menschen haben den Weg zu unserer Sektion gefunden. Folgende neue Mitglieder begrüßt der Vorstand im Namen der Sektion Spree-Havel mit Berg- und Ski-Heil

Andreas Sander
Rainer Otte
Jutta Otte
Dieter Bergner
Gert Rosenberg

Lutz Thur
Bernhard Werner
Hans-Jürgen Schöneich
Gisela Redeker

Wir hoffen, daß sich die neuen Mitglieder in unserem Kreis wohlfühlen werden, und wir würden es sehr begrüßen, sie bei unseren nächsten Veranstaltungen zu sehen.

Titelbild: Blick auf den Eisweg zur Verpeilspitze

DEUTSCHER ALPENVEREIN

SEKTION SPREE-HAVEL E.V BERLIN



1. Vorsitzender: Erwin Dzieyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37

Geschäftsstelle: Berlin 46 (Lankwitz), Preysingstr. 49, Fernruf: 7 75 52 49, Hollmann
Postscheck: Konto: Berlin-West 461 42

MARGARETE VETTER

* 9. 5. 1911

† 22. 7. 1969

Nach einem arbeitsreichen Leben ist unsere Kameradin Gretl Vetter von uns gegangen. Sie gehörte unserer Sektion seit dem 1. 1. 54 an und war lange Zeit als Sportlehrerin für die Sektion tätig. Wieviele Kameraden verdanken das gute Gelingen einer Ski- oder Bergfahrt dem Gymnastik- und Konditionstraining unserer Gretl Vetter.

Alle die Sie kannten, liebten ihr fröhliches, hilfsbereites Wesen, daß sie auch dann behielt, als ihr das Schicksal manch schweres Hindernis auf den Weg legte. Ihr Optimismus, Ihr Schwung und Elan waren für viele Beispiel und Hilfe.

Ihr Tod hinterläßt eine schwer zu schließende Lücke.

Die Sektion wird ihr Andenken ehrend bewahren.

Leider mußte unsere Schatzmeisterin, die Kameradin Margot Hollmann feststellen, daß ca. 20 Beiträge für das Jahr 1969 noch nicht entrichtet wurden. Die säumigen Mitglieder werden gebeten, die rückständigen Beiträge und den Säumniszuschlag von 3,— DM zu entrichten. Sollte ein Zahlungseingang nicht bis zum 30. 9. 1969 erfolgen wäre die Sektion leider gezwungen, den Beitrag per Nachnahme zu erheben. Es wird um Verständnis dafür gebeten, daß die Sektion auf eine pünktliche Beitragszahlung angewiesen ist, da sie auch ihren Verpflichtungen, u. a. gegenüber dem Hauptverein in München, nachkommen muß.

Vom 30. 8. 69 — 21. 9. 69 verläßt unsere Kameradin Margot Hollmann ihren wohlverdienten Urlaub, die Geschäftsstelle ist während dieser Zeit geschlossen.

Verhütung von Unfällen und Erstversorgung der Verletzten in den Bergen

von Michael-Helmut Wirth

Teil II

2. Empfehlung für die Zusammenstellung einer Rucksackapotheke
3. Verbandspäckchen verschiedener Größe
- 2 elastische Binden 8 cm und 10 cm breit
- 1 Päckchen mit Sicherheitsnadeln
- 2 Rollen Leucoplast oder Leucosilk (1 cm und 2 cm breit)
- 1 Schachtel mit Hansaplast, schon in verschieden breite Streifen geschnitten
- 1 oder 2 Briefe Hansaplast — strips
- Einige Mullbinden verschiedener Größe
- 2 Dreieckstücher
- 2 Stck. Kramerschienen (möglichst lang)
- 1 Verbandsschere mit stumpfen Enden
- 1 sog. anatomische Pinzette (nicht zu groß)
- 1 Arterienabbinder (jedoch sollte dieses Gerät nur Verwendung finden, wenn man mit dem einwandfreien Gebrauch vertraut ist)
- 1 Tube „Euceta“ gegen Schwellungen leider ist dieses Präparat nur in Österreich erhältlich)
- 1 Tube „Hirodoid“ gegen „blaue Flecken“ H(ämatome)
- Tabletten gegen allgemeine Erschöpfung (Cariazol — Traubenzucker)
- Tabletten gegen Leibschmerzen (Papapropin, Avafortan, Buscopan)
- Suppositorien gegen Leibschmerzen (z. B. Verletzungen im Unterbauch, plötzlich eintretende Regel der Frau — Dolo-Adamon, Spasmo-Cibalgin)
- Tabletten gegen Durchfall (Mexaform S, Tannalbin, Kohlekompressen)
- Tabletten gegen Fieber, Kopfweh und Erkältung (Gelonida, Doloriam Allional, Mitamizoltropfen)
- Tabletten gegen Halsschmerzen (Sandoin, Siogeno-Geigy, Targophagin)

Salbe gegen Gletscherbrand (Labiosan oder Labisan, bereits vorbeugend auftragen)

Besonders gefährdet sind die exponierten Körperteile wie Lippen, Nase und Ohren.

- 1 Fläschchen mit Sepsio-Tinktur zur Desinfektion
- 1 Fläschchen mit Solan-Augentropfen gegen Entzündungen der Augen
- 1 Fläschchen mit Tyzine gegen die verstopfte Nase bei Schnupfen

Die Zusammenstellung dieser kleinen Apotheke mag auf den ersten Blick sehr umfangreich erscheinen und ist partiell rein subjektiv, jedoch stimmt sie in prinzipieller Hinsicht mit den einschlägigen Empfehlungen überein. Außerdem hat gerade diese Zusammenstellung schon oft ihre Zweckmäßigkeit unter Beweis gestellt. Gerade in bezug auf die Medikamente sind hier nur die wichtigsten und zuverlässigsten angeführt. Es handelt sich ja bei dem Bergwanderer meist um den Laien, der nicht mit der Verordnung von Spezialitäten vertraut ist, deshalb bietet ihm diese Auswahl die Möglichkeit optimal zu helfen und bei richtiger Dosierung, die dem Beipackzettel zu entnehmen ist, keine Fehler zu begehen.

3. Erstversorgung bei Notfällen

Erschöpfung — Kollaps — Schock

Im ersten Teil sprach ich davon, daß ein unbedingtes Training zur Ausübung des Bergsportes erforderlich ist. Trotz dieser eingehenden Präparierung des Körpers kommt es nur zu oft zu einer allgemeinen Erschöpfung. Die Gründe hierfür können sehr mannigfaltig sein. Meist sind jedoch die Hauptursachen die starke Temperaturschwankung, die Höhe, mangelnder Schlaf sowie die Selbstüberschätzung der eigenen Person in bezug auf die sportliche Lei-

stung. Aber auch Verletzungen wie Abschürfungen, Schnittwunden und Hämatome (blaue Flecken) können erheblich zur Minderung der Kraftreserven beitragen (also kleinere Verletzungen, denen man meist keine Beachtung schenkt).

Die Symptome sind schnell eintretende Müdigkeit, intensiver Herzschlag (der Herzschlag wird im Kopf wahrnehmbar) und zunehmende Atembeschwerden, die auch durch eine kurze Rast nicht reguliert werden können. Die einzige Therapie, die unmittelbar zur Anwendung kommen sollte, ist eine ausgedehnte Ruhepause sowie der darauffolgende Abstieg (Sollte es sich nur um eine leichte Erschöpfung handeln, so kann man, wenn die Erholung bereits nach kurzer Zeit eingetreten ist (10—15 Min.) den Anstieg, jedoch unter andauernder Kontrolle des Patienten, wieder fortsetzen).

Ein kurzer Exkurs in die Physiologie wird uns zeigen wie es zur Erschöpfung kommt.

Das Herz unseres Körpers kann man mit einer Pumpe vergleichen, die pro Tag ca. 10 000 l Blut befördert. Mit jedem Herzschlag werden also 100 ml Blut durch die Gefäße unseres Körpers transportiert. Der gesunde Erwachsene hat eine durchschnittliche Herzfrequenz von 70 Herzschlägen pro Minute. Sie steigt bei ruhigem Gehen auf 80 an und beim Steigen auf 100 bis 125. Bei extremer Belastung des Organismus sogar bis zu 170 Schlägen pro Minute. Berechnet man die Hubarbeit, die das Herz verrichtet, so ergibt sich dafür, daß mit einem Herzschlag jeweils 1 kg 0,5 m in die Höhe gehoben wird. Ich glaube, daß diese Zahlen uns deutlich sichtbar machen, welche ungeheure Leistung unser Motor (das Herz) zu vollbringen hat. Kommen nun noch die vorhin erwähnten

Komponenten hinzu (sie fordern zusätzliche Leistung vom Herzen), so läßt es sich leicht vorstellen, daß hier das normale Herz zu sehr beansprucht wird. Treten also die genannten Symptome auf, so ist es höchste Zeit zur Rast. Während der Rast sollen dann zuckerhaltige Nahrung, warmer Tee oder Kaffee gereicht werden (bei Flüssigkeit ist jedoch darauf zu achten, daß die Mengen zwar häufig, jedoch klein sind). Dazu kommt bei kalter Witterung der Kälteschutz durch Steppjacke, Decke, Biwacksack und Wollkleidung (denn gerade ein erschöpfter Körper ist besonders anfällig gegen Erfrierungen). Ein anderer wichtiger Punkt ist der psychische Zustand des Patienten. Der Erschöpfte muß unbedingt aus der Phase der Gleichgültigkeit und der Entschlußlosigkeit herausgebracht werden, damit in ihm der unbedingte Willen zum Weiterleben gefestigt wird.

Der Schock oder Kollaps von dem so oft gesprochen wird, ist meist die Folge der Erschöpfung, kann aber auch unmittelbar eintreten, besonders bei schweren Verletzungen wie Knochenbrüchen, offenen Wunden mit starkem Blutverlust, bei Verbrennungen und Erfrierungen. Hierbei gerät die gesamte Durchblutung des Körpers durcheinander. Besonders betroffen ist hiervon unser Schaltzentrum (das Gehirn), welches einer dauernden intensiven Durchblutung bedarf. Es kommt dann zu einem höchst bedrohlichem Zustand, dem man nicht genug Beachtung beimessen kann. Die Symptome sind aschgraue Hautfarbe, ein eingefallenes Gesicht mit tiefen Furchen unter den Augen. Es tritt kalter, nasser Schweiß auf und der Puls, soweit er fühlbar ist, ist arhythmisch. (Der Puls wird mit den Fingerkuppen von Ring-, Zeige- und Mittelfinger am Handgelenk auf der Daumenseite getastet.)

Blaue Flecken an den exponierten Körperteilen wie Nase, Ohren und Lippen (zuweilen auch an den Fingerspitzen) leiten die Bewußtlosigkeit ein. Eine weitere Folge ist dann der Tod. Was ist für den Helfer zu tun? Auf jeden Fall ist der Patient in die sog. Schockstellung zu bringen, d.h. der ganze Körper ist auf eine schiefe

Gefährlicher Ehrgeiz

von Hugo Sätzle

Nachdruck aus der Zeitschrift „Bergwacht“

Ein strahlender Herbstsonntag zieht am Horizont herauf. Die noch verbleibenden schönen Tage des Jahres 1968 sind gezählt. Diese Überlegungen mochte auch der junge Bäckermeister aus München angestellt haben, als die ersten Sonnenstrahlen in seine Junggesellenbude fielen.

Die Badezeit an den Oberbayrischen Seen war in diesem Jahr ziemlich vorbei.

Von der Taucherbrille fiel sein Blick auf den Spazierstock-Eispickel. Beides hatte er, neben anderen Gegenständen, recht attraktiv in seinem Zimmer aufgehängt. Über ein Jahr ist es her, seit er zum letztenmal in den Bergen war. Als Souvenir brachte er damals diesen Pickel mit nach Hause. Sein erster Blick aus dem Fenster und wieder zurück auf den angestaubten Pickel an der Wand ließ in ihm Sehnsucht und Erinnerung wach werden. Der Entschluß war gefaßt.

Heute wird eine Bergtour gemacht! Daß es eine schärfere Sache werden sollte als vor einem Jahr, hatte er sich augenblicks vorgenommen. Denn die beiden Lehrstiffe, der Franzl und der Schorsche, unterhalten sich unentwegt über die Bergsteigerei und erwecken dadurch den heimlichen Neid ihres Meisters. Beide sind bei der Jungmannschaft einer Alpenvereins-Sektion. Jeden Montag erzählen sie ihm von ihren neuesten Bergerlebnissen.

„Morgen werden der Franzl und der lange Schorsche mir zuhör'n, wenn's ums Bergsteigen geht — diese Stiffe.“

Ebene mit dem Kopf nach unten zu lagern. Die Extremitäten sind in die Höhe zu heben, so daß das Blut möglichst schnell wieder in die undurchbluteten Regionen vordringt. Nachdem sich der Patient wieder erholt hat, kann dann, der durch viele Pausen unterbrochene Abtransport, vorgenommen werden.

Eile war geboten, wollte er den im Kursbuch ausgekundschafteten Zug um 6.16 Uhr nach Garmisch-Partenkirchen erreichen. Seine Schwester hörte gerade noch die Wohnungstüre ins Schloß fallen. Sie rannte zum Fenster und schrie: „Wo rennst denn heut schon hin?“ „Nach Garmisch zum Bergsteigen, Servus!“ Und dann brummte er noch: „Diese neugierigen Weiberleut!“

Endlich saß er im Zug und hatte Zeit, sich in eine „gewagte Bergtour“ hinauszusteigern. Gegen 8.00 Uhr rollte der Zug in den Bahnhof Garmisch ein. Nachdem er noch kein genaues Ziel hatte und auch im Wettersteingebirge fremd war, ging er hinter einigen Bergsteigern durch die Bahnsperrung um zu spionieren.

„Oberreintal, net schlecht! Davon hab'n de Teigschaber Franzl und Schorsche a scho erzählt“.

„Woaßt Moasta, do genga bloß de ganz Guaten hi“, hatte ihm der Franzl einmal gesagt. Und so gab es für den Bäckermeister überhaupt keine andere Überlegung mehr, als in das Reich der „ganz Guaten“ vorzustoßen.

Es mag schon nach 11.00 Uhr gewesen sein, als der aufmerksame Hüttenwirtmeister an der Hütte vorbeiziehen sah. Im Oberreintal den Münchner Bäcker. In diesem Dorado der „Zünftigen“ konnte er mit seinem Spazierstock-Eispickel gar nicht übersehen werden.

Nicht unbedingt den Trittspuren folgend, spielte er sich in Richtung Wangscharte aufwärts. Es war bereits der Nachmittag angebrochen. Der Wanderer mit seinem Spazierstock-Eispickel war noch nicht zurückgekehrt. Das machte dem Hüttenwirt Sorgen.

Zwei Münchner Rettungsmänner sind gerade von der Kletterstreife zurück-

gekommen. Der Willi und der Gerd hatten an diesem Wochenende Postendienst im Oberreintal. Ein Wiedersehen mit Kameraden der Münchner Bergspinne löste im Augenblick eine Pfundsgaudi aus.

Gespachtelt wurde, was der Rucksackhergab, schließlich hatten sie gerade eine anstrengende Klettertour hinter sich. Der Durst war noch nicht gelöscht, da trat schon der Wirt mit seiner Sorge an die beiden heran.

Ohne zu zögern machten sie sich sofort in Richtung Wangscharte auf den Weg. Bald hatten sie einen Mann abseits im Schrofengelände auf einem Felsvorsprung stehend entdeckt. Sie riefen ihn an. Er gab Zeichen, winkte mit dem Pickel und gab unverständliche Laute von sich. Die beiden stiegen höher, um mit ihm in Rufverbindung zu kommen. Doch alles Rufen konnte den Bäckermeister nicht mehr bewegen, einen Laut von sich zu geben. Er verschwand zwischen den Felsen und ließ sich nicht mehr blicken. Die beiden Bergwachtmänner stiegen murrend ins Oberreintal zurück und trafen nach 16.00 Uhr wieder in der Hütte ein.

Man unterhielt sich und kam übereinstimmend zu der Überzeugung, daß der fragwürdige Tourist sehr wahrscheinlich über die Wangscharte ins Osterreichische absteigen würde.

Die letzten Bergsteiger haben das Oberreintal wieder verlassen. Seilkommandos und Hammerschläge sind verstummt. Ein kalter, heulender Wind bleibt zurück, und die tiefen Wolken haben am späten Nachmittag vom Oberreintal wieder Besitz ergriffen.

Es ist Montag — das Wetter hat umgeschlagen. Tief fahrende Wolken und Luftdruckfall sind die sichtbaren und auch spürbaren Folgen. In der Geschäftsstelle der Bergwachtbereitschaft Garmisch-Partenkirchen war man froh, daß dieses schöne Herbstwochenende ohne größeren Einsatz vorübergegangen war. Doch man soll den Tag nicht vor dem Abend loben.

Der Bäckermeister aus München ist nicht zurückgekehrt!

Die Angehörigen hatten die ganze Nacht kaum ein Auge zugemacht. Der alte, gebrechliche Vater plagte sich mit den beiden Lehrlingen in der Back-

stube, um den größten Schaden abzuwenden zu helfen. Man war sich am späten Vormittag darüber einig, daß es nicht mehr mit rechten Dingen zugehen konnte. Es mußte irgend etwas unternommen werden. Die Schwester nahm sich ein Herz und verständigte die Bergwacht.

Der Bereitschaftsleiter von Garmisch war am Telefon. Er stellte ihr alle möglichen Fragen, um eine sinnvolle Vermissensuche einleiten zu können. Die Erfahrung hat den Bereitschaftsleiter gelehrt, daß oft unbedeutende und kleinste Hinweise den Erfolg bringen können. Wie wertvoll war es jetzt, daß sie ihrem Bruder noch nachgerufen hatte!

„...ich wiederhole: Am Sonntag vor 6.00 Uhr die Wohnung verlassen und wollte nach Garmisch zum Bergsteigen. Einen Spazierstock-Eispickel hatte er bei sich.“

Frage: Können sie noch weitere Hinweise geben, die ...?“

„Leider nein...“

Mit dem Auflegen des Telefonhörers ist alle Hoffnung, aber auch alle Verantwortung in seine Hände gelegt. Der Wettlauf mit der Zeit beginnt!

Das Kursbuch der Bundesbahn gibt erste Vermutungen.

„Mit diesem Zug, Ankunft 7.37 Uhr, müßte er eingetroffen sein.“

Das Telefon wurde in den nächsten Stunden buchstäblich zum heißen Draht. Bahnbedienstete, Hüttenwirte und Seilbahnschaffner wurden befragt. Jeder Anruf brachte ein enttäuschendes „Nein“.

Es waren an diesem Wochenende ganz einfach zu viele Menschen unterwegs. Keiner der Befragten konnte auf die unbedeutenden Merkmale des Vermissten einen brauchbaren Hinweis geben. „Nur nicht aufgeben“, dachte der Bereitschaftsleiter der Bergwacht. Weiter gingen die Ermittlungen. Die Kassierer der Höllental- und der Partnachklamm wurden angerufen.

Er traute seinen Ohren nicht, was er da in bestimmtem Ton zu hören bekam. Der Kassierer der Partnachklamm konnte sich an den jungen Mann mit dem Pickel genau erinnern. Es muß ungefähr halb neun Uhr gewesen sein. Er gehörte zu den ersten Besuchern

der Partnachklamm am vergangenen Sonntag. Der junge Mann mit dem Pickel fiel ihm ganz einfach deshalb auf, weil er sich in einem bestimmten Abstand hinter einer Bergsteigergruppe, die in Richtung Reintal ging, bewegte.

Die erste Spur? Der Bereitschaftsleiter hat sich in vielen Jahren daran gewöhnt, daß jeder Schritt vorwärts neue und oft zeitraubende Hindernisse mit sich bringt.

Der Reintalangerwirt war telefonisch nicht zu erreichen. Erstes Hindernis! Ein Blick aus dem Fenster genügte, um festzustellen, daß wegen der tiefhängenden Wolken kein Hubschrauber-einsatz möglich war. Zweites Hindernis!

Ein Suchtrupp von zwei Bergwachtmännern wurde sofort zur Hütte gedem Vermissen brachten nur das Echo schickt. Ihre unentwegten Rufe nach von den Felswänden zurück. Die rasch hereinbrechende Nacht nahm den beiden Rettungsmännern jede Sicht, lange bevor sie die Reintalangerhütte erreicht hatten. Umsonst war alles Rufen, alle Eile, die Hütte war leer. Resigniert traten sie den Rückweg an.

„Wo um alles in der Welt mochte der Bäckermeister sein?“

Diese Frage stellten sich nicht nur die Rettungsmänner. Es war bereits gegen Mitternacht, als der Bereitschaftsleiter Zeit und Ruhe hatte, um neue Maßnahmen für den anbrechenden Dienstag vorzubereiten.

„Sollte er sich vielleicht gar ins Oberreintal verirrt haben? Kaum — was macht schon ein Wandersmann allein in dieser Felsenregion? Und doch — oder vielleicht gerade deshalb — ist das der Grund, warum wir ihn morgen dort suchen werden.“

Da fällt ihm ein, daß der Hüttenwirt vom Oberreintal ohnedies am Montag in das Tal absteigen wollte.

Schnee und Regen beginnen einen unfreundlichen Tag einzuleiten. Es ist Dienstag, 6.00 Uhr morgens. Seit fünf Minuten steht der Bereitschaftsleiter vor der Wohnungstüre des Oberreintalwirtes. Endlich, das andauernde alpine Notsignal mit der Wohnungsklingel besiegte Schlaf und Nerven des Oberreintalwirtes. Nicht lange dauerte der Ärger über die unerwünschte Stö-

rung. Als er den Karl erblickte, war ihm sofort klar, daß es wieder einmal brennt.

„Was gibts?“

Dreimal mußte der Karl „hör zu, paß auf“ sagen, bis seine schlafgestörten Ohren auf Empfang waren.

„Hast du am Sonntag...?“

„... es gibt kaum a andre Möglichkeit. Der is' bestimmt über d'Wangschart'n ins Österreichische abgstiegn.“

Schon saß der Bereitschaftsleiter wieder in der Geschäftsstelle. Aus der ersten Spur ist die „heiße Spur“ geworden. Ein vorsorglicher Anruf bei den österreichischen Bergwachtkameraden und der dortigen Gendarmerie brachte keine Änderung der bisherigen Ergebnisse.

In größter Eile wurde nun ein sechs Mann starker Suchtrupp zusammengestellt. Bereits eine Stunde später brauste der Bergwacht-Geländewagen in Richtung Schachen. Einige Kameraden wurden direkt auf dem Weg zum Schachen von der Arbeitsstelle abgeholt und zu ihren Wohnungen gefahren. Umziehen und den stets bereiten Rucksack aufnehmen, beanspruchten nur Minuten der wertvollen Zeit.

Je weiter das Motorroß an Höhe gewann, desto mehr verwandelte sich der Schneeregen in Schneegestöber. Der Schachen war erreicht! Wolken, Wind und Schneetreiben sind keine günstigen Voraussetzungen für eine Vermißtensuche. Wortlos, einer hinter dem anderen, eilen sie den rutschig gewordenen Steig ins Oberreintal hinunter. Sie kennen sich zu lange in solchen Situationen, als daß es irgendwelcher Worte bedürfte. Harte Äußerungen täuschen nicht darüber hinweg, daß jeder von ihnen bereit ist, alles zu riskieren, wenn es gilt, dem Bergtod ein Opfer zu entreißen. Die Hütte kommt in Sicht. Leer, einsam und ungasilich ist es in diesen Tagen im Oberreintal geworden.

„Da schau, ein Spazierstock-Eispickel — der is' ja ganz mit Bluat verschmiert?“

Herrenlos lehnte er neben der Eingangstüre zur Hütte. Die Türe war verschlossen. Das sofortige instinktive Absuchen der Hüttenumgebung durch

die Bergwachtmänner erbrachte keinerlei Erfolg. Sie waren sich einig, erst einmal die Hütte aufzuschließen, um unter Dach die weiteren Maßnahmen zu beraten. Zum zweiten Mal innerhalb weniger Minuten hatten die Männer beim Betreten der Hütte Gelegenheit zum Staunen. In der Ecke lag ein einsames Wanderrucksackl.

„Vielleicht is' der zum Kamin eini g' schlupft?“ War die Meinung eines Witzboldes.

Die Hütte wurde jetzt systematisch abgesehen.

„Do schaug hi, do ist ja d'Fenster-scheib'n kaputt!“

Im Schlafraum entdeckten sie ein ungeordnetes Bündel Woldecken.

Darunter lag ein ebenso ungeordnetes Bündel Mensch.

„Der Bäckermeister!“ Frierend, vom Schock gekennzeichnet, nicht ansprechbar und apathisch lag er da.

Einer von den Männern, der sich auf guten Zuspruch verstand, blieb bei dem Verletzten. Die restlichen fünf Mann schlichen leise die Treppe hinunter. Viele Hände sorgten für rasches Einheizen. Schon nach kurzer Zeit glühte das Ofenrohr.

Als es so warm war, daß man sich wohl fühlen konnte, wurde der Bäckermeister behutsam heruntergetragen. Eine erste Untersuchung ergab, daß das rechte Bein stark geschwollen und blutverkrustet war. Die Männer gaben ihm von ihrem Essen. Heißer Tee mit Rum taute ihn bald so auf, daß er alles berichten konnte, was er in den vergangenen Tagen erlebt und durchlitten hatte:

Am Spätnachmittag des Sonntags wollte er noch die Wangscharte erreichen. Auf einem steilen Altschneefeld rutschte der Ungeübte aus und stürzte ungefähr 30 Meter. Dabei verletzte er sich sein Bein. Die Haut

des Schienbeins hing in Fetzen. Er konnte sich nicht mehr bewegen. Die Schmerzen waren höllisch. In diesem Zustand hatte der junge Mann den Einbruch der Nacht erlebt. Bis zur restlosen Entkräftung hatte er um Hilfe gerufen. Während der eiskalte Wind über den Grat fegte, glaubte der Bäckermeister, zwischen seinen Rufen menschliche Stimmen zu hören. Jetzt sagte er: „I glaub, daß i mi da geirrt hab.“

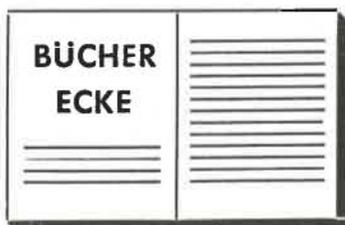
Die ganze Nacht lag der Erschöpfte am Ende des Schneefeldes. „Es war furchtbar!“ Als es wieder hell wurde, hat er sich mit seiner ganzen Kraft und mit Hilfe seines Stockes Meter für Meter nach unten gearbeitet. Stunde um Stunde verging, und der zurückgelegte Weg war kaum feststellbar. Der Schmerz breitete sich vom Fuß auf den ganzen Körper aus. Mit letzter Kraft hatte er gestern unmittelbar vor Einbruch der zweiten Nacht die Hütte erreicht. „In meiner Verzweiflung hab' i a Fenster neid'rukt.“ Mit dem Kopf voraus ließ er sich in die Hütte fallen und schlief sofort ein. Wie lange er so gelegen hatte ist unbekannt. Es war noch Nacht, als ihn die Schmerzen wieder wach schreckten. Auf allen Vieren, wie von Geisterhand gelenkt, erreichte er die Treppe und damit auch den Schlafraum.

„Des is' alles, was i euch sagen kann. — Und jetzt?“

„Und jetzt kannst am Herrgott danken, daß des überstand'n hast“ gab ihm ein Rettungsmann zur Antwort, von dem seine Kameraden wissen, daß er nur selten das Wort führt.

Von Dank wollten die Männer nichts hören, davon konnte sich der Bäckermeister sehr bald überzeugen.

Zufriedenheit breitete sich in ihren Gesichtern aus. Nicht bei jedem Einsatz bringen sie einen Lebenden ins Tal zurück.



Walther Flaig

Bernina — Festsaal der Alpen

276 Seiten mit 40 Kunstdruckbildern, 18 Zeichnungen und einer Übersichtskarte. Größe 19,5 x 24,5 cm. Leinen mit vierfarbigem Schutzumschlag. 1967.

DM 24,80.

In dem vorliegenden Band bekommt der Leser ein sehr eindrucksvolles Bild der wunderbaren Gletscherwelt zwischen Engadin und Veltlin. Dieses Grenzland zwischen Schweiz und Italien hat Flaig auf zahllosen Fahrten allein und in echter Bergkameradschaft mit Freunden jahrelang durchwandert und nach alten Chroniken und Literaturquellen studiert. Daraus erwuchs das vorliegende Bild mit eindrucksvollen Beschreibungen der Bergerlebnisse, der Schönheiten und Gefahren der Hochalpen, vielfach gewürzt mit romantisch-gefühlbetonten Naturschilderungen, aber auch warnenden Hinweisen über die Berggefahren. Verflochten damit sind die Angaben über die Erschließungsgeschichte mit beispielhaften Daten aus der nicht sehr reichhaltigen Literatur über diese Gegenden. Die sehr persönliche Gestal-

Wußten Sie schon, daß

... die Sektion in der Zeit vom 13.2.-6.3.70 eine Skifahrt in die Lienzer Dolomiten durchführt. Die Gruppe wird von Michael-Helmut Wirth als Ski-

lung wird ergänzt durch eine gute Auswahl von 40 hervorragend schönen Fotos von den Glanzpunkten der Bernina und des Engadins. — Für Bergfreunde von 16 Jahren an sehr zu empfehlen.

**Von W. de Concini und C. Maestri
Brenta — Zauber der Höhenwege**

Ein Landschaftsbuch mit 136 Seiten mit 51 Abbildungen auf Kunstdruck. Größe 17 x 24 cm, laminiert, Halbleinen, mit Farbbild, 1967. DM 14,80.

Die Brenta-Dolomiten gehören zum Schönsten, was die Alpen zu bieten vermögen. 42 Kilometer lang, 12 Kilometer breit schmiegt sich die Brenta-Gruppe mit mehr als zehn Gletschern im Süden der Alpen wie eine Musterausstellung der Bergformen um ihren Ausgangspunkt, wenn man überhaupt nur einen nennen kann, Madonna di Campiglio, Toblino- und Molvenosee sind Namen, die zarte Töne den Saiten der Naturliebhaber erklingen lassen. Der Campanile Basso und Croz dell' Altissimo bringen das Blut des zünftigen Bergsteigers in Wallung. Berühmt ist der „schönste Höhenweg der Welt“, der sich „Via delle Bocchette“ nennt, dessen Teil der bekannte Gosteinweg ist. Dies alles und noch viel mehr lesen wir in der Liebeserklärung an die Brenta-Gruppe. So möchte ich das herrliche Buch bezeichnen. Ansprechend der Text, prachtvoll die Bilder, alles in allem ein Werk, das nicht nur die Verfasser, sondern auch den Verlag ehrt.

lehrer geleitet. Da Michael vorzüglich Ski läuft, hervorragend Gitarre spielt, die kleinen alkoholischen Freuden spender nicht verachtet und auch sonst kein Kind von Traurigkeit ist, verspricht die Fahrt ein Knüller zu werden.

Es werden noch 2-3 Fahrteteilnehmer gesucht, die sich bitte in der Geschäftsstelle melden möchten.

... Rainer und Regina Wolff sich recht herzlich für die Aufmerksamkeiten anlässlich ihrer Hochzeit bedanken. Der Polterabend, der fast zu einem Sektionstreffen ausartete, verlief äußerst gemütlich, wobei das kalte Büffett, die Rostbratwürste, die im Freien gebraten wurden, und die verschiedensten Getränke weit mehr Beachtung fanden als die amerikanischen Astronauten, die gerade den Mond umkreisten.

... Sie bei einer naturkundlichen Wanderung mit unserem Kameraden Schönfeld eine Pilzmahlzeit ganz nebenbei einsammeln können. Der Kamerad Schönfeld lehnt es jedoch selbst bei glaubwürdiger Schilderung des Zerwürfnisses mit der Schwiegermutter ab, die Fundstellen von Fliegenpilzen anzu steuern. Wandern Sie einmal mit und Sie sehen die Natur mit anderen Augen.

... kleinere Gruppen in der Kansteinhütte immer gern gesehen sind. Sollten sie eine Wochenendfahrt planen, melden Sie sich über die Kameradin Hollmann rechtzeitig beim Hüttenwart Gerd Petersen an. Konkurrenzturn, Liebes-

nadeln, Doktorriß, Eckturn, Grüner Riß und Mehlkamin sind nur einige der vielen schönen Führen. Die Hütte hat eine wunderbar eingerichtete Küche, der Feuerwehrlöschteich — ein zementiertes Becken — ladet bei heißem Wetter zum Bade und das nahe gelegene Gasthaus zum Lönsturm vermittelt das Gefühl, mal so richtig auf dem Lande zu sein. Ein Hinweis für Feinschmecker; im nächsten Dorf, das ca. 600 Seelen zählt, findet jeden Abend in einer umgebauten Scheune Striptease statt.

... wir im Verein wieder eine neue Seilschaft fürs Leben verzeichnen können. Peter Müller und Gabriele Jonas haben am 15.8.69 geheiratet.

... im Monat August dieses Jahres täglich bis zu 200 Menschen das Matterhorn bestiegen. Der Aufenthalt auf dem Gipfel mußte daher auf 10—15 Minuten beschränkt werden.

... es sich lohnt bei einer Fahrt in den Harz einen Abstecher ins Okertal zu machen. Versuchen Sie es einmal mit dem Okertaler Matterhorn, an der Autostraße zwischen der Okertalsperre und dem Romkerhaller Wasserfall. Über gut griffigen Fels aus Karmenzelkalk geht es genußreich zum Gipfelkreuz, das an Hermann Buhl erinnert.



NEUER WINTER-KATALOG

im Großformat mit einem traumhaft schönen Angebot internationaler Ski- und Aprèsmoden sowie modernster Wintersport-Ausrüstung auf 132 Seiten.

Außerdem großer Winter-Reise- und Bergtourenkatalog mit Skikurs- und Skitrainingsprogramm.

Kataloge bitte anfordern, Sie erhalten sie kostenlos!

EINES DER GRÖSSTEN SPORTFACHGESCHÄFTE DER WELT



8 München 2, Rosenstraße 5 — 6

Telefon: (08 11) 24 01 24

VORSTAND UND GESCHÄFTSSTELLE

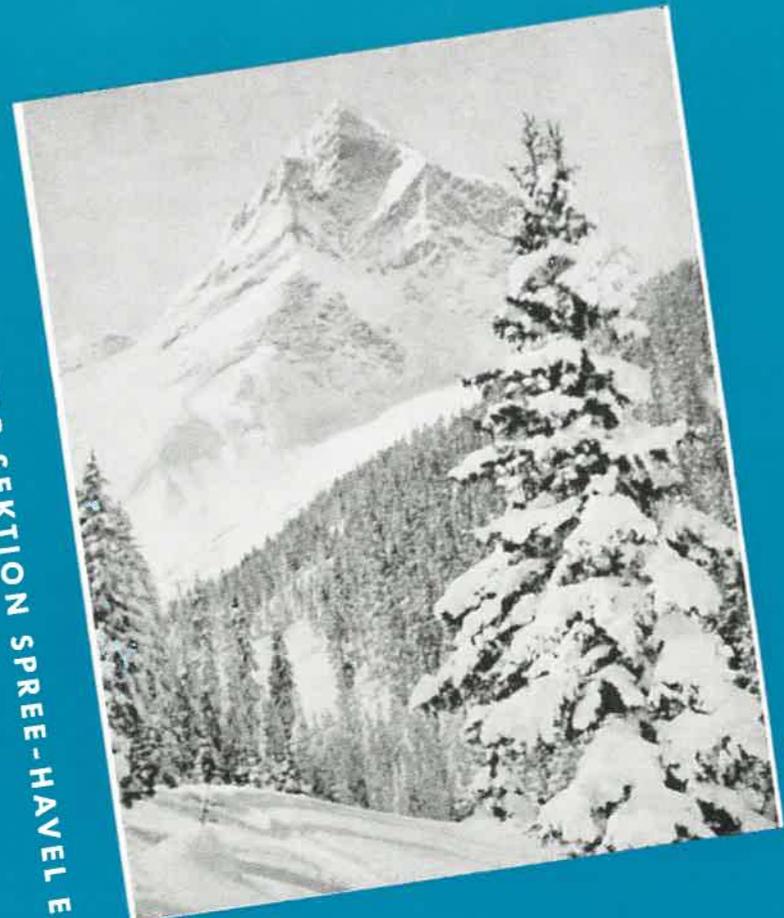
der Sektion Spree-Havel e.V. des Deutschen Alpenvereins

- 1. Vorsitzender:** Erwin Dzieyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37
Fernruf: Privat 7 69 15 04
- 2. Vorsitzender:** Horst Riedel, Berlin 45, Ostpreußendamm 179
Fernruf: 73 85 63
- Schatzmeister:** Fr. Margot Hollmann, Berlin 46, Preysingstr. 49
Fernruf 7 75 52 49
- Schriftführerin:** Fr. Gerda Hehmann, Berlin 48, Kirchstr. 69
Fernruf: 7 75 49 90
- Beisitzer:** Fr. Gudrun Haarmann, Berlin 31, Ahrweiler Str. 19 a
Fernruf: 8 21 72 22
- Martin Schönfeld, Berlin 61, Solmstr. 21
Fernruf: 6 98 13 21
- Hans Kniesick, Berlin 13, Wernerwerkdamm 27
Fernruf 38 27 35 (3 81 27 35)
- Bergsteigen:** Klaus Herzog, Berlin 30, Fuggerstr. 38
Fernruf: 2 11 16 38
- Skilaufen:** Werner Töpfer, Berlin 44, Oderstr. 36
Fernruf: Geschäft 46 00 12, App. 2478
- Sport:** Rudolf Seidel, Berlin 20, Simonring 12
Fernruf: 3 83 49 41
- Jugend:** Gerd Czapiewski, Berlin 61, Brachvogelstr. 4
Fernruf: Geschäft 18 01 61, App. 339
- Naturschutz:** Martin Schönfeld, wie oben
- Bücher u. Geräte:** Otto Schüler, Berlin 41, Dickhardtstr. 5
- Presse:** Eberhard Schmidt, Berlin 44, Briesestr. 23
Fernruf: 6 87 46 58
- Geschäftsstelle:** Fr. Margot Hollmann, wie oben
Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung
Postscheckkonto Berlin West 461 42, Deutscher Alpenverein
Sektion Spree-Havel e.V., Berlin 19

5

BERLIN

MITTEILUNGSBLATT DER SEKTION SPREE-HAVEL E.V.



DEUTSCHER
ALPENVEREIN

NOV. 1969 - JAN. 1970

JAHRGANG 24

PROGRAMM NOVEMBER 1969 - JANUAR 1970

13. 11. 69 Israel I — ein Bericht des Kameraden Dorn
28. 11. 69 Israel II — ein Bericht des Kameraden Dorn
30. 11. 69 16.00 Uhr Adventsfeier
5. 12. 69 Skifilme vorgeführt vom Kameraden Ruske
16. 1. 70 Außerordentliche Mitgliederversammlung
30. 1. 70 Monatsversammlung
6. 2. 70 Bergsteiger- und Skigruppe
27. 2. 70 Monatsversammlung

!!! Wichtig — wichtig — wichtig !!!

Beiträge für 1970 ab 1. 1. 1970 bitte bargeldlos überweisen.
PS-Konto Berlin West 461 42

Bücher und Geräte

Kam. Schüler steht den Mitgliedern jeden Mittwochabend in der Zeit von 19.00 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

Gymnastik

Die Gymnastik findet jeden Dienstag pünktlich von 19—19.45 Uhr für Damen, anschließend für Herren und Damen in der Marie- Curie-Schule, Berlin-Wilmersdorf, Weimarische Str. Ecke Mainzer Str. statt.

Termin und Treffpunkte der naturkundlichen Wanderungen, die Kam. Schönfeld durchführt, werden jeweils an den Abenden bekanntgegeben, an denen wir Veranstaltungen im Haus des Sports durchführen.

Neue Mitglieder

Berginteressierte Menschen haben den Weg zu unserer Sektion gefunden. Folgende neue Mitglieder begrüßt der Vorstand im Namen der Sektion Spree-Havel mit Berg- und Ski-Heil

Hannelore Schurmann
Friedrich Ruhland
Doris Ruhland
Ulrich Ruhland

Dietrich Kühnel
Reinhard Stegemann
Ursula Stegemann

Wir hoffen, daß sich die neuen Mitglieder in unserem Kreis wohlfühlen werden, und wir würden es sehr begrüßen, sie bei unseren nächsten Veranstaltungen zu sehen.

Titelbild: Die Matrisa aus dem Vergaldental b. Gargollen (Rätikon)

DEUTSCHER ALPENVEREIN

SEKTION SPREE-HAVEL E.V BERLIN



1. Vorsitzender: Erwin Dzięcyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37

Geschäftsstelle: Berlin 46 (Lankwitz), Preysingstr. 49, Fernruf: 7 75 52 49, Hollmann
Postscheck: Konto: Berlin-West 461 42

Einladung zur außerordentlichen Mitgliederversammlung

16. Januar 1970 um 19.30 Uhr
im „Haus des Sports“, Berlin-Grunewald, Bismarckallee 2, Raum 2

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Feststellung der Stimmberechtigten.
2. Bericht des Vorsitzenden.
3. Satzungsänderungen.
4. Änderung der Beitragssätze.
5. Verschiedenes.

Stimmberechtigt sind nur Mitglieder, die den gültigen Mitgliedsausweis mit Jahresmarke vorzeigen.



Ein recht frohes
Weihnachtsfest
und für das **NEUE JAHR**
alles Gute und viel Erfolg wünscht allen Sektionskameraden und Freunden
mit Berg- und Ski-Heil Der Vorstand

Verhütung von Unfällen und Erstversorgung der Verletzten in den Bergen

von Michael-Helmut Wirth

Teil III

Schädigung des Organismus durch Einwirkung von Hitze Sonnenstich — Hitzschlag — Sonnenbrand — Sonnenblindheit — Verbrennungen

Besondere Aufmerksamkeit sollte der Einwirkung von Hitze, sei es durch Sonnenstrahlung oder andere Einflüsse, gewidmet werden. Hierbei müssen mehrere Krankheitsbilder unterschieden werden.

a) Sonnenstich

Beim Sonnenstich handelt es sich um eine Wärmeschädigung des Gehirns durch Sonnenstrahlen. Durch die stundenlange Bestrahlung der ungeschützten und ungekühlten Schädeldecke wird die Knochensubstanz stark erhitzt und somit auch die darunterliegende höchst empfindliche Hirnsubstanz. Es kommt dann zu Blutungen der kleinen Gefäße, die das Gehirn zahlreich durchziehen. Die Folgen sind Kopfschmerz, Schwindelgefühl und Brechreiz. Sobald diese Anzeichen auftreten, heißt es den Patienten sofort kühle, feuchte Umschläge auf Kopf und Nacken zu machen sowie ihm Ruhe im Schatten zu verschaffen. Gegen den Kopfschmerz gibt man ihm einschlägige Medikamente (siehe Teil II). Bleibt der Kopf jedoch weiterhin der Sonnenbestrahlung ausgesetzt, so kommt es zu einem Fieberanstieg bis 41°C (Normaltemperatur $36,5\text{--}37^{\circ}\text{C}$), hinzu kommt die Verstärkung der vorhin angeführten Symptome und ein heftiger Genickschmerz. Stoßweise Atmung und Bewußtlosigkeit leiten ohne ärztl. Hilfe den Tod ein.

Erfolgt nach solchen Bestrahlungsschäden eine ungenügende Ruhigstellung, so kommt es oft über längere Zeit zu Kopfschmerzen, Migräneanfällen, Schwindelanfällen und Brechreiz, bei einigen Fällen wurde sogar eine Amnäsie über Tage und Wochen hinaus beobachtet.

Der Schutz durch eine Kopfbedeckung (heller Hut oder Mütze) ist also unbedingt erforderlich, wenn man nicht „kopflös“ im Gebirge umherlaufen will.

b) Hitzschlag

Bei der schweren körperlichen Arbeit des Bergsteigens und Schilauferns entsteht durch die erhöhte Verbrennung im Organismus (d. h. in der Muskulatur) Wärme. Der Körper gibt diese Wärme durch das Schwitzen (siehe auch Teil I) und durch den Atem an die Umgebung ab. Wird diese Wärmeabgabe durch enge, luftundurchlässige Kleidung (z. B. Steppjacken) oder hohe Luftfeuchtigkeit (in engen Tälern und Schneemulden ohne Luftbewegung) verhindert, so kommt es zu einem schnellen Anstieg der Körpertemperatur (bis zu 40°C und mehr). Starke Kopfschmerzen und Herzklopfen sind die ersten Anzeichen für einen Hitzschlag. Übelkeit und Erbrechen leiten dann eine überaus gefährliche Phase dieses Krankheitsbildes ein. Im Gegensatz zum Sonnenstich tritt der Hitzschlag bereits nach 1—2 Stunden auf. Um dem Körper die Möglichkeit der Transpiration zu geben, wird man schnellstens die Kleidung öffnen und den Patienten an einem kühlen Ort lagern, um dort, wenn vorhanden, kühle und nasse Tücher aufzubringen.

Neben dem Zufächeln frischer Luft soll auch die Zufuhr von Flüssigkeit erfolgen (kleine Schlucke siehe Teil II). Die besondere Gefahr beim Hitzschlag ist das Herzversagen, das in den meisten Fällen zum Tode führt, deshalb ist es wichtig die Symptomatik frühzeitig zu erkennen und die Therapie einzuleiten. Nach einem Hitzschlag oder einem Sonnenstich sollte auf jeden Fall einige Tage Hüttenruhe gehalten werden, damit es nicht zu den vorhin angeführten unangenehmen Folgeerscheinungen kommt.

c) Sonnenbrand (Gletscherbrand)

Bei einem Sonnenbrand handelt es sich um mehr oder minder starke Verbrennungen der Haut, die durch die intensive UV-Bestrahlung im Gebirge hervorgerufen wird. Man muß immerhin bedenken, daß die Strahlung auf 1500 m Höhe bei Neuschnee (mit besonders hohen Reflektionswerten) ca. 8mal so intensiv ist wie im Flachland. Es sind drei verschiedene Verbrennungsintensitäten zu unterscheiden: Rötung, Schwellung und Druckschmerz kennzeichnen die Verbrennung ersten Grades, beim zweiten Grad kommt es

bereits zur Blasenbildung. Der dritte Grad stellt bereits eine erhebliche Schädigung der unteren Hautschichten dar, die zur Rißbildung oder gar zum Verlust des Gewebes führen. Im letzten Fall muß besonders stark auf die hohe Infektionsgefahr hingewiesen werden, die besonders das vorliegende ungeschützte untere Gewebe befällt.

Setzt sich der Mensch nun einer intensiven Sonnenbestrahlung ungeschützt aus, so kommt es zur Bildung eines schweren Körpergiftes dem sog. Histamin mit dem der Organismus ohne ärztl. Hilfe kaum fertig werden dürfte. Zu den genannten Symptomen kommen dann noch Kopfschmerzen und Übelkeit. 3,1% dieser Fälle des „normalen“ Sonnenbrandes verlaufen tödlich. Man muß der Vollständigkeit halber noch bemerken, daß Kleidung aus synthetischen Fasern nicht vor der UV-Strahlung schützt. Besonders aber sind die meist ungeschützten exponierten Körperteile bedroht (Lippen, Nase und Ohren) und es kommt dann zur Bildung von sog. Schifahrerbepfen (das sind bereits verbrannte Lippen, die sich infiziert haben). Um sich vor all diesen unliebsamen Erscheinungen zu schützen, ist der Gebrauch von

Sonnenschutzmitteln unbedingt erforderlich. Sonnenschutz in Form von Creme, Öl und wässrigen Lösungen sind vorbeugend und nicht zu knapp aufzutragen, wobei Emulsionen mit einem Zinkzusatz, also weiße Salben (Piz Buin), dem Öl auf jeden Fall (Tiroler Nußöl) vorzuziehen sind. Öle sind aber wiederum wässrigen Lösungen vorzuziehen (Tschaba Fi).

Da meist der Sport in den Bergen mit Schweiß verbunden ist und sich dadurch auf der Haut kleine Schweißperlen bilden, die die Sonnenstrahlen gleich einer Lupe, verstärken, ist es wichtig, daß der Schweiß regelmäßig abgetupft wird, um dann erneut wieder Emulsion aufzutragen. Die Lippen sind stets mit einer spez. Lippensalbe (Labiosan) zu schützen, ist keine Salbe zur Hand, so kann auch der Lippenstift der weibl. Begleiterin, sofern vorhanden, zur Anwendung gebracht werden. Besondere Beachtung muß dem Aufenthalt in Schneemulden gewidmet werden, da hier diese Oberflächenstruktur wie ein Hohlspiegel wirkt und die Strahlungsreflektion stark intensiviert.

Ein „normaler“ Sonnenbrand wird mit Talkum eingepudert und vor weiterer

Alles für
den Wintersport:

LEINEWEBER
sport-shop

im Europa-Center
(an der Eisbahn)

Sonnenstrahlung geschützt. Sehr schutzbedürftig sind die Augen. Treffen die Sonnenstrahlen auf die ungeschützten Augen, so kommt es zu einem Sonnenbrand auf der Netzhaut (Sonnenblindheit). Verbrennungen der Bindehaut werden hingegen als „Schneeblindheit“ bezeichnet. Die Behandlung erfolgt durch Abdecken der Augen und dem Aufenthalt in einem abgedunkelten Raum. (Vorsicht: Es kann nach einer Erkrankung zu chron. Farbblindheit kommen). Wichtig ist es deshalb, die Augen im Gebirge immer mit einer Sonnenbrille oder einer Schneibrille zu schützen (hat man diese einmal vergessen, so kann man sich mit durchlöcherten Pappdeckeln oder Baumwolltüchern behelfen).

d) Verbrennungen

Verbrennungen, die durch Feuer oder heißes Wasser hervorgerufen worden sind, behandelt man am besten, indem man die Wunde unter fließendes kaltes Wasser bringt (Vorsicht: Infektionsgefahr). Man beläßt den Körperteil so lange unter dem Wasser, bis der Schmerz einigermaßen abgeklungen ist, um nun die Wunde mit einem sterilen Verband zu bedecken. — Keine Salbe oder Puder —. Später können dann die Blasen mit einer ausgeglühten Nadel von der Seite her behutsam eröffnet werden um die Flüssigkeit abzulassen. Der Blasendeckel ist jedoch zu belassen und wiederum mit einem

sterilen Verband zu bedecken. Bei schweren Verbrennungen muß der Abtransport recht bald erfolgen, da eine erhöhte Vergiftungsgefahr besteht, die vom Laien nicht bekämpft werden kann.

5. Schädigung des Organismus durch Einwirkung von Kälte

Es sind zwei Arten von Kälteschädigung zu unterscheiden:

a) Allgemeine Unterkühlung

Die allgemeine Unterkühlung tritt beim Menschen meist bei längerem Aufenthalt im kalten Medium auf (Gebirgsbäche, Gletscherspalten usw.). Die Körpertemperatur sinkt sehr schnell bis 34°C ab und dann tritt Bewußtlosigkeit ein. Zittert der Patient, so handelt es sich hierbei um eine natürliche Abwehrreaktion des Körpers, der versucht, durch diese Muskelkontraktion den Wärmehaushalt zu regeln. Ein Mensch der also „bibbert“, befindet sich in einer durchaus günstigen Abwehrreaktion.

Der Patient, der allgemein unterkühlt ist, zittert bereits nicht mehr und zeigt eine gewisse Körperstarrheit. Ihm ist unmittelbar trockene, warme Kleidung zu verschaffen und der Abtransport zur Hütte. Der kürzeste Weg zur geheizten Hütte bietet die optimale Hilfe. Auf keinen Fall ist der Körper mit irgendwelchen Decken einfach abzudecken (es besteht Todesgefahr sog.

„Bergungstod“), denn dadurch wird der Körper nicht allgemein erwärmt, sondern das innere Blut, das noch immer etwas wärmer ist, strömt in die äußeren Teile des Körpers und mischt sich dort mit dem kälteren Blut, so daß wiederum eine akute Unterkühlung entsteht, die zum Tode führen kann. Die beste Hilfe wäre ein heißes Bad (Vorsicht: Kreislaufkollaps), da dieses jedoch meist nicht vorhanden ist, kann man sich damit behelfen, um den Patienten vorgewärmte Kleidungsstücke, Decken und Tücher (auch warme Steine und Wärmflaschen) zu betten, um ihn so langsam wieder von außen her aufzuwärmen. Dabei muß andauernd „nachgeheizt“ werden, um eine maximale Behandlung zu gewährleisten. Ist der Patient nun einigermaßen wieder hergestellt, so kann man ihm warme, gesüßte Getränke, die mit Alkohol versetzt sind, anbieten.

b) Örtliche Erfrierungen

Im Gegensatz zur allgemeinen Unterkühlung steht die örtliche Erfrierung, die besonders vorsichtig behandelt werden muß. Besonders betroffen sind hier die Finger, die Zehen, Nase Ohren und der Mund. Die Kälteeinwirkung läßt die Gefäße in den betroffenen Teilen des Organismus zusammenziehen, und es kommt zum Erliegen jeglicher Lebensfunktionen. Der Blutdurchfluß in dem angegriffenen

Teil ist völlig zum Stillstand gekommen. Das betr. Glied wird weiß und man muß damit rechnen, daß auch die angrenzenden Körperteile mit befallen sind. Wichtig ist nun, daß der Patient von innen her aufgewärmt wird, und somit von innen her die Gefäße wieder eröffnet werden. Nachdem der Kranke zurück ins Hüttenmilieu transportiert wurde, ist darauf zu achten, daß der erfrorene Körperteil zunächst kalt gehalten wird. Man setzt nun den Patienten an einen warmen Ort und läßt das erstarrte Glied in einem kalten Wasserbad. Nun wird sich der gesamte Körper langsam aufgrund der Umæbungstemperatur erwärmen, wie auch das Wasserbad, das sich aber weit langsamer erwärmt. Bekommt der Patient nun wieder Gefühl in dem erfrorenen Glied, so kann man eine leichte Massage unter Wasser einleiten, bis wieder die normale Lebensfunktion eingetreten ist. Zusätzlich reicht man warme Getränke, die mit Alkohol angereichert sind (Glühwein, Grog usw.). Getränke dieser Art sind jeglichem Medikament zur Gefäßerweiterung vorzuziehen.

Abzulehnen, ja gefährlich ist das hinlänglich bekannte Abreiben mit Schnee, da durch die Kristallstruktur des Schnees kleinste Verletzungen beigebracht werden können, die eine Infektion in dem ohnehin geschwächten Körperteil begünstigen.

!!! Preiswert abzugeben !!!

- 1 Paar Bergschuhe „Raichle“ Größe 8
- 1 Paar Bergschuhe „Hochland“ Größe 8
- 1 Rucksack „Kurz“

Interessenten wenden sich bitte an den
Kameraden Pasch, 1 Berlin 44
Boddinstr. 64, Tel. 621 83 30

!!! Dolomitenfahrtvorschlag 1970 !!!

Wer möchte im Anschluß an den Sektionskletterkurs 1970 in den Südtiroler Bergen klettern und wandern?

Ich möchte gerne mit interessierten Bergkameraden Gipfel besteigen und die herrlichen Wanderwege im Pustertal begehen.

Je eher sich Interessenten melden, um so kleiner werden die Unterkunftssorgen sein. Meldungen mit etwaigen Fahrterminangaben erbeten an

Klaus-Dieter Timm, 1 Berlin 20
Saatwinkler Damm 351, Tel. 383 73 08 (ab 15 Uhr)

Eine Eiswanderung

Dunkel wölbt sich der Himmel über der Mischabelgruppe. Anthrazitfarben sind die Wolken, die selten einen Blick auf die Sterne freigeben, selbst der Mond, der sonst sein perlmuttfarbenes Licht auf die Gletscher warf, ist nicht zu sehen. Unterhalb der Britanniahütte vermutet man inmitten blaugrauer Flächen den Hohltaubgletscher. In der Finsternis blinzen winzige bewegliche Lichtkreise, die Stirnlampen weisen den Seilschaften den Weg zum Strahlhorn und Rimpfischhorn.

Bald knirschen auch unsere Stiefel im gefrorenen Schnee, die Steigeisen am Rucksack schlagen leise klirrend aneinander und ab und zu ist ein heller Klang zu vernehmen, wenn der Pickel gegen einen der wenigen Steine stößt, die sich auf dem Wege finden. Der huschende Lichtkreis, den die Stirnlampe wirft, zeigt uns den Weg zum Egginer Joch und ein heller Streifen am Horizont verheißt das Nahen des kommenden Tages. Wunderbar ist es den Sieg des Tages über die Nacht zu

erleben; vor mir baumelt das Seil, daß mich mit den Gefährten verbindet und gleichmäßig jedoch nicht hastig geht es über den zerschlundeten Feegletscher. Helle Nebelschleier, die vom Wind mal hierhin, mal dorthin geweht werden, verdecken die Sicht auf die vor uns liegenden Gipfel. Die aufgehende Sonne, die gleich einem orangefarbenen Diamanten über der Weismiesgruppe steht, wirft einen zartrosa Lichtschein auf die mächtigen Schneeflanken des Allalinhornes und des Alphubel, die jedoch immer wieder von ziehenden Nebel- und Wolkenschwaden verdeckt werden. So erleben wir das phantastische Schauspiel, daß mal die Flanke des Allalinhornes, mal das breite Haupt des Alphubels und mal die stolze Spitze des Täschhornes rosarot glänzend zwischen weißen Wolkenbänken auftaucht; die gewaltige Landschaft wirkte plötzlich feingliedrig und anmutig und gleicht einer zarten japanischen Tuschzeichnung.

Die wärmende Kraft der Sonnenstrahlen reißt die Wolken himmelwärts und ein schöner Tag beginnt. Ruhig und stetig geht es über die vergletscherte Nordflanke des Allalinhornes dem Feejoch zu; zu unserer Linken erblicken wir den Nordostgrat, dessen Felsrippe sich in leuchtendweißen Schneefeldern, die in riesigen Eisbrüchen enden, verliert. Vom Allalinhorn, das vom Feesattel aus unschwierig erreicht wird, hat man einen herrlichen Blick auf die Gipfel der Walliser Alpen; — voller Kühnheit das weiße Dreieck des Weißhornes — aus einem langen, scharfgezackten Felskamm erhebt sich die Spitze des Zinalrothornes — stolz und unnahbar mit einem Wolkenfähnchen an der Schulter, das Matterhorn — fürwitzig recken Castor und Pollux neben dem behäbigen Breithorn ihre Schneemützen in den Himmel — der Lyskamm mit seinen silberglänzenden Flanken — das gewaltige Massiv der Monte Rosa von Eisströmen übergossen — die kühne Spitze des Täschhornes und der breite Bau des Domes. Beim Anblick all dieser Gipfel begrüßt man lang bekannte Freunde und entdeckt sie doch wieder neu.

Nach einer Gipfelrast steigen wir ab zum Feesattel, wo der felsige Grat zum Feekopf ansetzt. Nachdem ein brüchiger Turm westlich umgangen wird geht es über gut griffigen Fels, der jedoch oft hohe Schritte verlangt, über einen luftigen Grat zum Feekopf. Nachdem ein breites Schneefeld überquert wurde, stehen wir am Alphubeljoch unterhalb des Südgipfels dieses Berges. Einem „S“ gleich zieht sich der Grat steil zum Gipfel hoch; dem Grat hat mal der Ostwind, mal der Westwind eine scharfe Kante geblasen, so daß er wechselseitig rechts oder links überwächet ist. In größeren Stößen wird der Atem aus der Lunge gepreßt und der Fuß Schritt für Schritt in den Schnee, der jetzt weich von der Mittagssonne ist, gestoßen. 400 Höhenmeter sind es bis zum Gipfel und nur ein Blick in die Tiefe beweist dem zweifelnden Geist das überhaupt Höhe gewonnen wurde. Sanfter neigt sich endlich der Hang, um sich in einer breiten Schneefläche, dem Gipfel des Alphubels, zu verlieren. Eisig fegt der Wind über den Gletscher; wie herrlich brennt und rumort da der Obstler in der Speiseröhre und läßt schließlich ein wunderbares Wärmegefühl in der Magengegend entstehen. Kurz nur ist der Gipfelaufenthalt und geschwinde geht es bald abwärts dem Bergsteigerheim Längfluh zu. Großartig wie die gewaltige Natur mächtige Eisblöcke aus dem Gletscher herausgehoben hat. Bizarr geformte Spalten recken ihre Schründe dem Wanderer entgegen, die Ränder mit spitzen Eiszacken versehen, von Schneebrücken überspannt, die der Wind in eleganten Bögen angeweht hat. Grün und gespenstisch schimmert das Eis in der Tiefe, gleißend liegt das Licht auf dem strahlendem Weiß des Schnees und ein hellblauer Himmel wölbt sich über eine gewaltige Landschaft. Das Seil verbindet die Bergkameraden, die mal scherzend, mal staunend dem Tale zustreben. Die Seilbahn wird erreicht; Saas Fee, Ansichtskarten, Touristen, Hotels — die Welt hat uns wieder, doch was uns bleibt, ist die Erinnerung an die herrlichen Stunden wundervollen Erlebens im ewigen Schnee und Eis des Feegletschers.

Besuch beim Kletterkurs im Wilden Kaiser

Am 12. Juli 1969 konnten unsere jugendlichen Mitglieder zu einem Kletterkurs im Gebiet des „Wilden Kaiser“ aufbrechen. Einige ältere Bergfreunde stiegen als Schutztruppe mit auf zur Gaudéamus-Hütte.

Ich war mit der Familie von Berlin abgefahren und konnte unseren Bergsteigern erst folgen, nachdem ich Frau und Kinder im regennassen Ellmau „angeseilt“ hatte. Als ich dann am 15. nach kurzem Anstieg von der Wochenbrunner Alm aus die Gaudéamus-Hütte erreichte, war auch in der entferntesten Ableitung des Wortes von „Gaudi“ ka Spur nett zu merken. Kamerad Gerd Czapiewski saß am Telefon und war verzweifelt bemüht, einen Bergführer zu bekommen. Der vorgesehene Führer war bis zu diesem Zeitpunkt weder mit bloßem Auge, noch mit Fernglas auszumachen. Daß das Hüttenbarometer auf Sturm gestanden hatte, lag also durchaus nicht nur an den regenschweren Wolken, die dem Wilden Kaiser in den ersten Kursustagen den Gipfelblick getrübt hatten.

Trotz des Wetters hatten unsere Berliner schon einige Wanderungen gemacht, und jetzt — am ersten sonnigen Tag — war Kamerad Töpfer mit allen Klettermaxen am Fels, um Seiltechnik zu proben. — Am Mittwoch schien dann nicht nur die Sonne, auch ein Bergführer war da! Gerds Unermülichkeit hatte Erfolg gehabt.

Wir stiegen dem Wilden Kaiser in drei Gruppen aufs Haupt: einige Kameraden wanderten über die Gruten-Hütte auf dem Normalweg zum Gipfel der Hinteren Goinger Halt. Kamerad Töpfer, Heidi und Bernd, — Barbara, Peter und ich gingen unter Anleitung des Bergführers in zwei Seilschaften den Nordgrat an.

Kurz nach dem Einstieg wurde unsere Eroberungslust von einer vor uns gehenden Klettergruppe gebremst. Die lange Pause bot Gelegenheit, andere Seilschaften an der gegenüberliegenden, recht schwierigen „Fleischbank“ zu beobachten.

Mit Hilfe guter Ratschläge, die ein Bergführer vom benachbarten Felsmassiv des „Predigtstuhls“ her gab,

fand Bernd dann für uns auf dem nicht gekennzeichneten Kletterweg die richtigen Griffe, und wir konnten gut folgen. Der wohlverdiente tiefe Schnauer auf dem Gipfel klang bei mir mit einem Stoßseufzer aus. Der Kletterwart unseres Vereins hatte bei dieser Unternehmung gefehlt, und er sollte ganz allgemein bei Touren dieser Art nicht fehlen. Die älteren Kameraden des Vorstandes hätten in ihrer verantwortungsvollen Arbeit wirklich eine Entlastung verdient.

Nach der Gipfelpause ging es über Schutthalde auf dem Normalweg zurück. Wer „Hase“ und wer „Igel“ war, blieb bei diesem Wettlauf zurück zur Hütte unentschieden. Bis auf Kamerad Töpfer, der auf dem Weg blieb, war wohl jeder als erster im Ziel.

Am Donnerstag waren wir bei herrlichem Wetter früh in den Stiefeln. Mit Bergführer Sepp stiegen alle zusammen den sehr langen Weg zum „Törl“ auf. Einigen trieb der Schweiß auf diesem sonnenheißen Anstieg die Bergsteigerfreude aus dem Gesicht, und auch Sepp konnte nicht verhindern, daß sie auf der Strecke blieben. — Die Gipfelstürmer wurden dann am Einstieg zur Kleinen Törl-Südwand eingeteilt. Während Sepp mit den interessierten Jugendlichen über einen Kletterweg anstieg, zeigte er den beiden Seilschaften vom Vortag die Route zum Gipfel über die Südwand. Diesmal gingen Barbara, Peter und ich voraus, die anderen folgten dicht auf. — Über griffigen Fels stiegen wir zügig auf bis zu einem Block, der an Peter die ersten Anforderungen stellte. Schon kurze Zeit darauf brauchte er fast eine Seillänge, um sich an einer Rinne hochzuarbeiten. Selbst hier noch ließ es sich Barbara nicht nehmen, selbst nach den wenigen Griffen zu suchen. Unser Angebot, sie ein bißchen zu liften, wurde verschmäht.

Auf dem Standplatz nach dieser schwierigen Stelle war wenig Platz für uns, wollten wir nicht auf einem kleinen Grat ohne Sicherung reiten. Wir mußten uns beeilen, denn die zweite Seilschaft folgte nach. Über eine grasige Geröllhalde, auf der es gut auffassen hieß, damit keine Steine rollten, ging es an die letzte Wand vor dem Gipfel. Peter hatte sich nach einigen Ansätzen einen Weg gesucht.

Als er „Stand“ meldete, kam vom Grat Sepps Stimme, — mit keiner anderen Erklärung, als der, daß Peter wohl einen höchst eigenen Weg erforscht hätte. Also baute ich der folgenden Gruppe zum Hinweis auf den „richtigen“ Anstieg ein Steinmännle. Am Grat trafen wir dann mit Sepps Gruppe zusammen und erreichten in kurzen Abständen den Gipfel. Uwe konnte es mit einem kurzen Rutsch am Seil übrigens nicht lassen, noch einmal die Probleme deutlich zu machen, die wir schon gemeistert hatten. Neben einer Hose kostete ihn dieses Lehrstück einige Schrecksekunden.

Der herrliche Rundblick und die luftigen Grußadressen an die Segelflieger, die hier im Aufwind des Berges ihr Können zeigen, ließen alle Schwerarbeit vergessen. Nach einer ausgiebigen Gipfelrast in sengender Sonne, stiegen wir alle zusammen ab. Nach einigen hundert Metern konnten wir auch auf das Seil verzichten.

Wußten Sie schon, daß . . .

... die Beiträge für das Jahr 1970 bargeldlos ab 1. 1. 70 überwiesen werden können. Das Postscheckkonto der Sektion lautet: Berlin West 461 42

... die große Zinne am 31. 8. 1869, also vor nunmehr 100 Jahren erstmalig bestiegen wurde.

... der Franzose Jacques Balmat bei der zweiten Besteigung des Mont Blanc am 15. 7. 1787 folgendes Gepäck mitführte:

Drei Barometer, zwei Stative, vier Hygrometer, zwei Quecksilberbehälter, zwei Brillen, zwei Elektrometer, vier Ledertaschen, zwei Kompass, eine verschließbare Schreibmaschine, ein Taschenschreibzeug, Gesichtsschutz, Lippen salbe, Kreidetabletten, eine Logarithmentafel, den Haller-Nomenklator, den Horaz, Verbandszeug, Fichtenholz, Blei, ein Ramsdenteleskop, zwei halbe Liter Kirschwasser, sechs halbe Liter Weißwein, zwei kleine Krügelchen Weingeist, Leberpastete, Brot, Matrat-

Leider sprengten heranziehende Regenwolken die Gemeinsamkeit und ließen auch die nötige Vorsicht vergessen. Nur Peter und die unermüdliche Barbara erreichten die schützende Hütte trockenen Fußes.

Am Abend wurden Pläne für den kommenden Tag geschmiedet. Leider machte das schlechte Wetter am Freitag früh einen Strich durch die Rechnung. Für mich kein schlechter Tagesanfang, denn so wurde es mir nicht allzu schwer, nach Ellmau zu meiner Familie abzustiegen. Wir fuhrten Richtung Gmünd weiter in die Hohen Tavern, mein Elfjähriger machte seinen ersten Dreitausender, sah Gletscher und Schneefelder, so weit das Auge reicht, aber viel mehr unternahmen wir nicht; bei so viel Sonne verdunstete auch der letzte Gedanke an ursprünglich geplante Heldentaten.

Mit herzlichen Grüßen an alle

Ever Hansjürgen Großmann

zen, Bettücher, Decken, ein grüner Vorhang, zwei grüne Überzieher, Sportanzug, einen weißen Anzug, drei Jacken, große und kleine Gamaschen, ein Paar Schuhe mit großen Nägeln, zwei Paar Schuhe mit kleinen Nägeln, zwei Paar gewöhnliche Schuhe, Flanellweste als Unterwäsche, ungefüttete und gefüttertete Weste, Sonnenschirm, zwei Paar kurze Hosen, fünf Tag- und vier Nachthemden, Baumwollstrümpfe, Seidenstrümpfe und grobe Wollstrümpfe. Getragen wurde dies alles von den Bergführern, die noch ein Zelt, ein kleines Feldbett, eine Leiter für Gletscherspalten, Strohgarben und Holz mitschleppten.

... in Berlin ein „Piz Schütz“ geplant ist. Der regierende Bürgermeister von Berlin, Klaus Schütz gab anlässlich der Hundertjahrfeier der Sektion Berlin des DAV bekannt, daß am Teufelsberg mit Hilfe des Senats ein künstlicher Kletterberg für die Berliner Bergsteiger gebaut werden soll.

... der Kamerad Jürgen Smalla in diesem Jahr mit dem Breithorn (4165 m) seinen ersten Viertausender bestiegen hat. Wer den Bergkameraden kennt, wird sich bei der Lektüre dieser Zeilen das Leibchen nicht mit Kakao bekleckern, wenn er erfährt, daß der unermüdliche Jürgen danach noch sein zartes Füßchen — Schuhgröße Kindersarg — auf die Dufourspitze der Monte Rosa (4634 m) und des Castor (4226 m) setzte.

... die Mitglieder Heidi Hille, Jürgen Dorn und Bernd Juschkat im Anschluß an den Sektionskletterkurs erstmals einen Dreitausender bestiegen haben. Folgende Gipfel wurden erklommen:

Hoher Riffler (3236 m) Jürgen Dorn, Bernd Juschkat Gefrorene Wandspitze (3286 m) Heidi Hille, Bernd Juschkat 3200 m, das sind ca. 157 vierstöckige

Kurze Schischule

Aufbau der einzelnen Lehrabschnitte — Lehrziel

von

Michael-Helmut Wirth

1. Schule in der Fallinie

a) **Geländewahl** (mäßig steil, jedoch soll der Hang so gewählt sein, daß ein dynamisches Fahren möglich ist). Die unbedingte Voraussetzung für die erste Übung ist das Vorhandensein eines Gegenhanges.

b) **Einrichtung im Stand** (leichte dynamische Vorlage, jedoch Stand auf der ganzen Sohle, kein Hereinhängen in die Bindung.)

Es ist unbedingt darauf zu achten, daß das Hinterteil nicht ausgestellt ist, wodurch eine indirekte Rücklage beim Fahren hervorgerufen wird, die auf jeden Fall abzulehnen ist.

Weiterhin ist darauf zu achten, daß die Beine leicht gebeugt, aber locker eingestellt werden. Die Beine sind möglichst parallel zu halten (Einstellung der Knie!)

c) **Fahrt in der Fallinie** (Der Gegenhang soll hier als stoppendes Element dienen.)

Gewöhnung des Anfängers an die Geschwindigkeit.

Häuser übereinander — und das alles an einem Tag!

... Ihre zentralheizungsgeschädigte Lunge und Ihre quietschenden Gelenke unbedingt einen Waldlauf benötigen. Interessenten wenden sich an den Waldschrat, verdienten Schinder und Tempobolzer

Klaus Herzog, Tel. 211 16 38.

... ein holländischer Schokoladenpunch gerade in der Adventszeit besonders gut schmeckt. Zwei Löffel geriebene Schokolade, einen Eßlöffel Zucker und einen Teelöffel Pulverkaffee. Alles in einem Achtelliter heißen Milch auflösen, zwei Gläschen Rum hinzufügen und die Mischung bis kurz vor dem Kochen erhitzen. Ein Löffelchen Schlagsahne vor dem Servieren hinauf schmeckt es, „als wenn einem ein Engel auf die Zunge pischt“.

d) **Fahrt in der Fallinie mit Umtreten gegen den Hang** (Als Vorübung zu diesem Schulabschnitt ist das Aufstei-

Ski-Führer

Ski-Karten

Bildbände

aus allen Winter-
sportgebieten Europas

sind vorrätig in der
Buchhandlung

Kiepert KG

Internationales Landkarten-
sortiment

Berlin 12
Hardenbergstr. 4-5

gen mit Hilfe des Treppenschrittes, des Grätsch- und Stampfschrittes zu üben.

Es empfiehlt sich zusätzlich die Übung des Schlittschuhschrittes in der Ebene, mit und ohne Stockhilfe. Letztere Übung manifestiert die Standsicherheit und dient der Beschleunigung im Flachen.

2. Pflugschule

a) **Geländewahl** (sehr flaches Gelände, die Gleiteigenschaften des Schnees sind zu prüfen.)

Es ist aber zu empfehlen, nach abgeschlossener Pflugschule dieselbe im steileren Gelände zur Anwendung zu bringen.

b) **Einrichtung im Stand** (Die Pflugstellung sollte nicht zu breit gewählt sein (Dynamik). Es ist besonders bei diesen Übungen darauf zu achten, daß das Hinterteil nicht ausgestellt wird, sondern viel mehr in Fahrtrichtung nach vorne gedrückt wird.)

Die Stöcke sind unbedingt zu tragen, auf keinen Fall dürfen sie schleifen (Dynamik).

Die Stockhaltung soll locker und nicht verkrampft sein.

c) **Schneepflug** (Fahrt — leichtes Anwinkeln der Ski — etwas aufkanten.) Das Stoppen sollte hier schon wenn möglich durch extremes Aufkanten (Belastung) der Ski erfolgen.

(Es ist hier besonders auf die Gesamthaltung des Körpers zu achten.)

d) **Fahren des Schneepfluges mit abwechselndem Druck auf den re. und li. Ski.** (schubweiser Druck) = Belastung.

e) **Fahren des Schneepfluges bei starker einseitiger — Schubdruck — Belastung.** (Durch diese Übung ist schon eine Richtungsänderung — nach re. und li. — möglich.)

Die Übung ist nach beiden Seiten zu fahren.

f) **Fahren des Schneepfluges mit permanenter Belastung eines Ski.** (Es ist bei dieser Übung darauf zu achten, daß eine deutlich wahrnehmbare Auftaktbewegung gemacht wird, die jedoch nach einiger Zeit abgebaut werden kann.)

g) Aneinanderreihung der aus den vorherigen Übungsabschnitten hervorgegangenen **Schneepflugbögen**.

h) **Abbau der Spreizstellung** und dynamisches Fahren auf steilerer Piste. (Schneepflugbögen).

i) **Anwendungsbereich:** Hohlwege, Waldschneisen und unübersichtliches Gelände.

3. Hangschrägfahrt

a) **Einrichtung im Stand** (Mittellage, Paßgangstellung, Achsenparallelität, d. h. Knöchel, Knie, Hüfte und Schulter bilden parallele Achsen zueinander.)

Wichtig ist, daß der Bergschi leicht vorgeschoben wird ca. 5-7 cm, dazu leicht angedeuteter Hüftknick und Vorwärts-Einwärts-Beuge der Knie.

Die Belastung liegt unbedingt auf dem Talschi.

b) **Hangschrägfahrt** (Fahrt)

Unterstützungsübungen:

I Hangschrägfahrt, dabei wird mit dem Talstock, der im Kammgriff gehalten wird, vor dem Körper seitlich eine Linie parallel zur Fahrtrichtung gezogen.

II Hangschrägfahrt, dabei wird mit der Faust des Talarmes leicht in die Kniekehlen gedrückt, die dadurch die vorgeschriebene Vorwärts-Einwärts-Beuge eingehen.

III Hangschrägfahrt, dabei wird das Bergschiende leicht angehoben. Bei einer Schrägfahrt ca. 8-10 Mal.

IV Hangschrägfahrt, dabei leichtes Ausstemmen und Anheben des Bergschiendes.

Die jeweiligen Unterstützungsübungen sind nach beiden Seiten hin durchzuführen.

Um das Prinzip der Hangschrägfahrt klar zu machen, empfiehlt sich, die Ausführung dieser Übung in der Breitspur, die auch bei allen folgenden Lehrabschnitten zur Anwendung kommt, einzuführen.

A Unterstützungsübung: Breitspur

Bei der Breitspur werden die Ski 20-30 cm beim Fahren auseinandergeführt. Sie müssen aber auch hier genau parallel zueinander laufen.

Der Bergschi wird jedoch proportional zu dem Abstand der Ski voneinander vorgeschoben, also ca. um eine Bindungslänge.

4. Seitwärtsrutschen am Hang

a) **Geländewahl** (kleine Buckel auf der Piste ermöglichen das bessere Auslösen des Seitwärtsrutschens.)

Es ist darauf zu achten, möglichst flach anzufahren, um dann auf dem Buckel durch eine Tiefentlastung auszulösen. Diese Übung ist sehr oft durchzuführen, da sie Voraussetzung ist für die nächsten Schulabschnitte.

b) **Auslösen des Seitwärtsrutschens aus dem Stand** (Stockhaltung!)

c) **Auslösen der Rutschphase aus der Hangschrägfahrt**

(sehr wichtiges Übungselement, flach anfahren. Das Beenden des Rutschens erfolgt durch starkes Aufkanten.)

d) **Durch die wechselweise Belastung der Schspitzen und Schienden** ist ein Vorwärts- und Rückwärtsrutschen möglich.

(Primär sollte jedoch das Rutschen nach vorne geübt werden.)

e) **Rutschen eines Parallelogramms.** Es wird aus der Hangschrägfahrt gerutscht. Nach Beendigung der Rutschphase wieder in die Hangschrägfahrt, um erneut eine Rutschphase einzuleiten.

5. Schwung zum Hang

a) **Geländewahl** (nicht zu steiles Gelände, jedoch sollte ein dynamisches Fahren möglich sein.)

b) **Hangschrägfahrt** — Es erfolgt ein leichtes Aufrichten, um den **Schwung zum Hang** einzuleiten.

(Es ist darauf zu achten, daß die Rutschphase des Schwunges möglichst kurz gehalten wird, es gilt **nach Möglichkeit den Schwung abzuschneiden**.) Die Übung ist nach beiden Seiten durchzuführen!

c) **Schwung zum Hang aus der Fallinie** (Um nicht sofort den Schwung zum Hang aus der Fallinie üben zu müssen, wird ein sog. Schwungfächer gefahren.) **Der Schwungfächer:** Hierbei wird hintereinander bei einem Übungsab-

schnitt die Anfahrt steiler gewählt, bis man in der Fallinie ist.

(Gewöhnung des Anfängers an Geschwindigkeit.)

d) **Unterstützungsübung:** Aus der Hangschrägfahrt werden mehrere Fersenstöße aneinandergesetzt (Hanggirlande).

Durchführung auch dieser Übungen nach beiden Seiten.

6. Stemmschwung

a) **Stemmschwung zum Hang**

A. **Geländewahl** (man kann hier ruhig steileres Gelände wählen, da etwas Geschwindigkeit dem Anfänger hilft, den Schwung zu fahren.)

b) Man fährt nun aus der Hangschrägfahrt an und stemmt den Bergschi aus (unbelastet), läßt sich in die Fallinie hineinragen (Gewicht bleibt immer noch auf dem Talschi), hebt den Bergschi wieder heran und beendet mit einem abgeschnittenen Schwung zum Hang.

c) **Stemmschwung vom Hang über die Fallinie** (Stemmschwung)

Wieder erfolgt die Anfahrt aus der Hangschrägfahrt. Man stemmt nun den Bergschi unbelastet aus, läßt sich in die Fallinie hineinragen und drückt sich nun kräftig vom Talschi ab, um das Gewicht zu verlagern auf den neuen Ski. (Der frühere Bergschi ist nun zum Talschi geworden, auf dem die Belastung nach dem Abdruck liegt.) Wichtig ist hier eine sauber gefahrene Auftaktbewegung, d. h. nach dem Abdruck richtet man sich auf, den Kantenwechsel und die Gewichtsverlagerung vorzunehmen.

Die Übung wird mit einem Schwung zum Hang, nun entgegengesetzt zur Hangschrägfahrt, abgeschlossen.

d) Ist die Übung nach beiden Seiten durchgeführt worden, so setzt man mind. zwei Stemmschwünge hintereinander (**Schwungdoublette**).

e) **Der Schwung ist mit und ohne Stockeinsatz zu fahren.** Wird mit Stockeinsatz gefahren, so erfolgt der Einsatz mit dem Abdruck vom Talschi. (Schwungdoubletten fahren — der

Stock wird senkrecht von oben nach unten eingesetzt — Stocklänge bis kurz unter die Brustwarzen.)

f) **Abbau des extremen Ausstemmens des Bergschi** (Auch bei diesen Übungen empfiehlt es sich, den Schwungfächer zu fahren).

7. Parallelschwung

a) Vorübungen:

Übungen im Stand: Leichtes rhythmisches Wippen. Leichtes rhythmisches Wippen mit Stockeinsatz nach beiden Seiten.

Übungen in der Fahrt: (flaches Gelände) Rhythmisches Springen mit Anheben der Schienden. Die gleiche Übung mit Stockeinsatz.

Übungen am Hang: Schrägfahrt — daraus erfolgt ein Fersenschub, mit Hilfe des Stockeinsatzes wird dann zurück in die Hangschrägfahrt gesprungen. Die Aneinanderreihung dieser Übungsabschnitte ergibt eine sehr oft zu übende Fersenschub-Sprung-Girlande.

(Besonders zu beachten ist hierbei der exakte Griff der Kanten, der den Abdruck zum Sprung ergibt.)

b) Parallelschwung

Es ist unbedingt im Schwungfächer zu fahren. (Die Einleitung des Parallelschwunges erfolgt durch einen Schwung

zum Hang — guter exakter Kantengriff-Sprung über die Falllinie.

Wichtig ist hierbei die extreme Hochentlastung, d. h. beim Kantengriff geht man etwas in die Knie, um gut abdrücken zu können, dann richtet man sich auf, um den Kantenwechsel vorzunehmen und wieder etwas in die Knie zu gehen.)

c) **Die Übung wird mit und ohne Stockeinsatz gefahren.**

d) **Aneinanderreihung von Parallelschwüngen (Schwüngen)**-Fahren in schwierigem Gelände.

8. Kurzschnüngen

a) **Methode nach Kupfer** (Leichtes Winkelspringen [in der Breitspur beginnen, die dann Stufe um Stufe abgebaut wird], extremer Kantengriff.)

b) **Aneinanderreihung kurz gefahrener Parallelschwüngen** (Es kommt darauf an, möglichst viele Schwüngen auf kurzer Strecke aneinander zu setzen [Wedeln].)

Bei beiden Methoden ist **gute Stockarbeit im Rhythmus der Schwüngen notwendig**, die Hauptarbeit wird im **Unterschenkel und im Kniegelenk** geleistet, die **Hüfte** soll möglichst **ruhig in der Falllinie** liegen.

Michael-Helmut Wirth
Schi Heil!

VORSTAND UND GESCHÄFTSSTELLE

der Sektion Spree-Havel e.V. des Deutschen Alpenvereins

- 1. Vorsitzender:** Erwin Dziejyk, Berlin 33, Patschkauer Weg 37
Fernruf: Privat 7 69 15 04
- 2. Vorsitzender:** Horst Riedel, Berlin 45, Ostpreußendamm 179
Fernruf: 73 85 63
- Schatzmeister:** Fr. Margot Hollmann, Berlin 46, Preysingstr. 49
Fernruf: 7 75 52 49
- Schriftführerin:** Fr. Gerda Hehmann, Berlin 48, Kirchstr. 69
Fernruf: 7 75 49 90
- Beisitzer:** Fr. Gudrun Haarmann, Berlin 31, Ahrweiler Str. 19 a
Fernruf: 8 21 72 22
- Martin Schönfeld, Berlin 61, Solmstr. 21
Fernruf: 6 98 13 21
- Hans Kniesick, Berlin 13, Wernerwerkdamm 27
Fernruf: 38 27 35 (3 81 27 35)
- Bergsteigen:** Klaus Herzog, Berlin 30, Fuggerstr. 38
Fernruf: 2 11 16 38
- Skilaufen:** Werner Töpfer, Berlin 44, Oderstr. 36
Fernruf: Geschäft 46 00 12, App. 2478
- Sport:** Rudolf Seidel, Berlin 20, Simonring 12
Fernruf: 3 83 49 41
- Jugend:** Klaus-Dieter Timm, 1 Berlin 20, Saatwinkler Damm 351,
Fernruf 383 73 08
- Naturschutz:** Martin Schönfeld, wie oben
- Bücher u. Geräte:** Otto Schüler, Berlin 41, Dickhardtstr. 5
- Presse:** Eberhard Schmidt, Berlin 44, Briesestr. 23
Fernruf: 6 87 46 58
- Geschäftsstelle:** Fr. Margot Hollmann, wie oben
Sprechstunde nach telefonischer Vereinbarung
Postscheckkonto Berlin West 461 42, Deutscher Alpenverein
Sektion Spree-Havel e.V., Berlin 19

