Zeitschrift: Die Schweiz = Suisse = Svizzera = Switzerland : offizielle Reisezeitschrift der Schweiz. Verkehrszentrale, der Schweizerischen Bundesbahnen, Privatbahnen ... [et al.]

Herausgeber: Schweizerische Verkehrszentrale

Band: 51 (1978)

Heft: 12: Wintersport = Sport d'hiver = Sport invernale = Winter sports

Artikel: Ratschläge für Tourenfahrer = Conseils pour randonnées à skis

Autor: Epp, Martin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-773060

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ratschläge für Tourenfahrer

Skifahrerisches Können: Für leichtere, kurze Skitouren genügt ein Stemmschwung, mit dem man auch im wechselhaften Tiefschnee mit Sicherheit drehen kann. Spitzkehre ist unerlässlich.
Gruppen: Es ist vorteilhaft und bringt vor allem mehr Sicherheit, wenn die Gruppe nicht zu klein ist. So etwa beim Spurenlegen, Rettungsschlittenbauen, Lawinenretten oder beim Abtransportieren bei schlechtem Wetter, wenn der moderne Retter, der Helikopter, nicht erscheinen kann.
Tourenski: Nicht zu lange, aber mindestens eigene Körperlänge (wichtig für Bau von Improvisationsrettungsschlitten), etwas breiter als Normalski. Der Kompaktski eignet sich gut, er ist leichter zum Drehen im Tiefschnee und weniger hindernd beim Spitzkehren.
Schuhe: Die alten, weichen Skischuhe aus Leder waren sicher bequem zum Steigen, konnten aber beim Abfahren jeden Spass verderben. Dieses Problem wurde nun durch einen speziellen Doppelschuh (Innenschuh aus Leder zum Binden und aussen weiches Plastik) gut gelöst. Die Sohle aus Vibram-Profilgummi erlaubt leichtes bis mittelschweres Klettern im Fels und das Tragen von Steigeisen.
Tourenbindung: Eine Sicherheitsbindung, die zuverlässig auslöst während der Abfahrt und im Aufstieg. Die Skibindung soll nämlich auch auslösen, wenn man im Aufstieg plötzlich von einer Lawine überrascht wird.
Harscheisen: Sie können an die neuen Bindungen angesteckt werden.
Skistöcke: Normale Skistöcke mit etwas grösserem Schneeteller oder Spezialskistöcke, die auch als Sondierstange dienen. Nicht zu kurz.
Steigfelle: Kontaktklebefelle neuester Art, ohne Seitenbefestigung, eignen sich sehr gut. Sie erleichtern das Traversieren an steilen Schräghängen und ermöglichen auch kurze Abfahrten.
Lawinensuchgeräte: Die üblichen in der Schweiz gebräuchlichen Modelle mit gleicher Wellenlänge. Sie müssen in ihrer Verwendung vom Benützer beherrscht werden; Training ist nötig. Bei geführten Touren werden sie mietweise zur Verfügung gestellt.
Persönliche Ausrüstung: Gebirgsausrüstung, warm und praktisch je nach Tour. Was sich sonst noch empfiehlt: Überhosen mit Reissverschluss statt lange Unterhosen (erleichtert das Sich-Ausschälen), Sonnenhut (der sich vom Wind nicht wegtragen lässt), zwei Sonnenbrillen (eine in Reserve), Sonnenöl oder -crème mit Ultraschutz, Skiwachs, Sockenfinken und leichter Trainingsanzug für die Hütte.

Martin Epp, Leiter der Alpinen Sportschule Gotthard, Andermatt

Conseils pour randonnées à skis

Degré d'aptitude du skieur: Pour des randonnées courtes et faciles, il suffit de maîtriser le virage stemmé, qui permet de tourner sûrement même dans la neige profonde instable. Il est indispensable de pouvoir prendre un virage en épingle à cheveux.
Groupes: Il est préférable et plus sûr que le groupe ne soit pas trop petit, notamment pour le traçage des pistes, la construction d'un traîneau de sauvetage, les secours en cas d'avalanche et le transport par mauvais temps, lorsque l'hélicoptère – le sauveteur moderne – est inutilisable.
Skis de randonnée: Pas trop longs, mais au moins de la longueur du corps (ce qui est important pour construire au besoin un traîneau de sauvetage), un peu plus larges que les skis normaux. Le ski compact convient particulièrement: il permet de tourner facilement dans la neige profonde et ne gêne pas dans les virages en épingle à cheveux.
Chaussures: Les anciennes chaussures de ski souples en cuir étaient certainement commodes pour la montée, mais pouvaient jouer de mauvais tours à la descente. Ce problème a trouvé sa solution dans une chaussure double spéciale (à l'intérieur, cuir, pour être lacée; à l'extérieur, plastique souple). La semelle en caoutchouc Vibram profilé permet des ascensions faciles ou de moyenne difficulté dans les rochers; on peut y fixer des crampons.
Fixations pour randonnées: Une fixation de sécurité, qui se détache facilement à la descente et à la montée. Elle doit notamment se détacher quand on est surpris par une avalanche.
Crampons pour neige tôlée: On peut les accrocher aux nouvelles fixations.
Bâtons de ski: Bâtons normaux avec rondelle un peu plus large ou bâtons spéciaux pouvant servir à sonder la neige. Pas trop courts.
Peaux pour la montée: Des peaux adhérentes de type nouveau, sans fixation latérale, sont très indiquées. Elles facilitent la traversée oblique de pentes abruptes et même de courtes descentes.
Détecteurs pour avalanches: Les modèles courants en usage en Suisse, avec la même longueur d'ondes. L'usager doit apprendre à s'en servir. On peut en louer pour les randonnées guidées.
Equipement personnel: Equipement de montagne, chaud et commode suivant la randonnée. Sont recommandés: des pantalons à fermeture éclair (sans caleçons longs, pour pouvoir se dévêtir plus aisément), un chapeau pour le soleil (mais que le vent ne puisse emporter), deux paires de lunettes pour le soleil (une de réserve), de l'huile ou de la crème solaire avec protection antiradiations, de la cire à skis et une combinaison de training pour la cabane.