

Zeitschrift: Appenzeller Kalender
Band: 303 (2024)

Artikel: Über dem Lichtermeer
Autor: Wueest, Carmen
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1053512>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 13.10.2024

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

Über dem Lichtermeer

CARMEN WUEEST TEXT UND BILDER

Sobald genug Schnee liegt, steigen die ersten Wintersportler auf Tourenski hinauf zur Ebenalp. Beliebt sind Touren in den Abendstunden. Dann sieht man das Leuchten der Stirnlampen der Tourengänger am Berg von weit her.

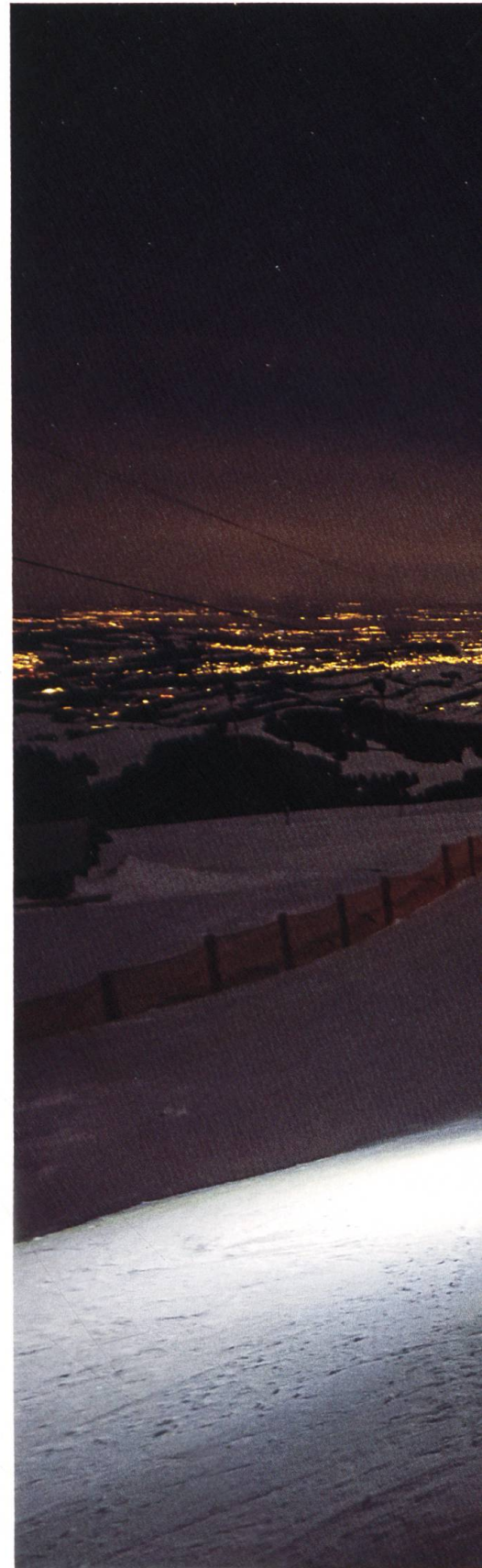
Es ist später Nachmittag. Die Sonne ist am Horizont verschwunden, der Tag geht langsam in die Nacht über. Auf dem Parkplatz des Skilifts Horn in Schwende macht sich eine Gruppe für eine Skitour bereit. Es werden Felle an die Ski geklebt, die Skischuhe montiert und die Stirnlampe aufgesetzt. Die warme Jacke wird im Rucksack verstaut, und los geht's. Nach dem Schneefall in den letzten Tagen folgt eine sternenklare Nacht – perfekt für eine abendliche Skitour hinauf zur Ebenalp. Die Route führt rechter Hand am Skilift Horn vorbei über die Eugst, dann durch den Gartenwald bis zum Gasthaus Ebenalp. 790 Meter Höhendifferenz und dreieinhalb Kilometer Distanz gilt es zurückzulegen. Im Schein der Stirnlampen marschiert etwa ein Dutzend Frauen und Männer durch die Nacht. Sportlich Ambitionierte haben das Ziel, die Strecke in unter einer Stunde zu meistern.

Beim Gasthaus angekommen, wird kurz gerastet. In dieser kla-

ren Nacht ist die Aussicht ins Tal mit dem Lichtermeer fantastisch. Die Thermosflaschen werden aus dem Rucksack geholt, der heisse Tee wärmt von innen. Anschliessend werden die Felle abgezogen und die Schuhbindung in den Abfahrtsmodus gestellt. Der Helm wird aufgesetzt, die warme Jacke angezogen, und schon ist man zur Abfahrt bereit. Doch Vorsicht: Das Pistenfahrzeug ist ebenfalls unterwegs, und es besteht die Gefahr, dass man in das gespannte Seil hineinfährt, an dem sich das Fahrzeug den Berg hoch zieht. In der Dunkelheit der Nacht ist das Seil leicht zu übersehen. Die Abfahrt ist immer wieder ein spezielles Erlebnis: Die Kegel der Stirnlampen bringen bescheidenes Licht ins Dunkel – und in der Ferne funkeln die Lichter der umliegenden Dörfer. Eisige Kälte und das Geräusch der Ski im Schnee begleiten die Skifahrer zurück ins Tal.

Gute Planung bringt Sicherheit


Die Skitour zur Ebenalp ist wohl die bekannteste und meistbegangene Tourenroute im Alpstein. Dies, weil auf der Strecke (ohne Zusatzschleife über die Chlus) das Gelände kaum Lawinenrisiko birgt. Begibt man sich hinge-





Eine der wohl meistbegangenen Skitouren führt von Schwende-Rüte auf die Ebenalp.

remo | | | | |
 Motoren Gelenkwellen FZ-Elektro Hydraulik



Remo AG, 9062 Lustmühle
 Battenhusstrasse 4
 Tel. 071 335 70 20 remo-ag.ch

70

Mer hönd au
 neumödligs
 Züüg.

**buch
 punkt.**

Bücher und mehr...

Oberdorfstr. 31
 9100 Herisau
 Tel 071 351 61 60
 www.buchpunkt.ch
 info@buchpunkt.ch

m
 mettler
 holzbau



BEWUSST
 HOLZ.

Mettler Holzbau GmbH
 9103 Schwellbrunn
 +41 71 362 60 60
 www.mettler-holzbau.ch

HOLZBAU
 SCHREINEREI
 PLANUNG

Team Arbeitstreff GmbH | Walke 43 | 9100 Herisau
 www.arbeitstreff.ch | Tel. 071 351 38 57 | 079 317 22 33



-Umzüge / Möbellift
 -Wohnungsreinigung
 -Entsorgungen
 -Möbellager

Team
 Arbeitstreff
 Herisau

**Verlagsladen
 Schwellbrunn**

Im Rank 83 | 9103 Schwellbrunn

Neue Öffnungszeiten:
 Montag bis Freitag
 8.00 bis 12.00 Uhr
 13.30 bis 16.00 Uhr
 Gratisparkplätze vor dem Haus.



Yoga
 entspannter Körper, klarer Geist
 damit Du dein volles Potenzial leben
 kannst!

Im Medizinischen Zentrum Appenzell
 TriYoga® Flows | Ishtar Dobler
 www.triyogaflows.ch



Tri
 Yoga
 Flows

gen auf einen anderen der zahlreichen Hügel und Berge im Appenzellerland, ist eine gute Tourenplanung mit Blick auf die Sicherheit wichtig. Die Anforderungen einer Tour hängen von Länge, Höhenunterschied und Steilheit ab.

Unbedingt Lawinenbericht studieren

Die wichtigste Vorbereitung für eine Tour ist das Studieren des aktuellen Lawinenlageberichts. Dieser wird täglich aktualisiert und kann per App (WhiteRisk) oder im Internet (slf.ch) abgerufen werden. Um eine Tour seriös zu planen und die Gefahren richtig einzuschätzen, braucht es viel Erfahrung: Die Verhältnisse müssen lokal betrachtet werden. Der Lawinenlagebericht nimmt einem Skitourengehänger die persönliche Verantwortung für sein Handeln nicht ab. Ungeübten wird deshalb empfohlen, sich einer erfahrenen Gruppe anzuschliessen.

Bei vorhandener Spur ist der Weg klar ersichtlich, doch bei Neuschnee oder schlechter Sicht zeigt sich schnell, dass im Winter die Orientierung schwierig sein kann. Auch das Lesen von Karten braucht Übung. GPS oder Höhenmesser und Kompass sind wichtige Hilfsmittel bei der Orientierung in den Bergen. Für die Tour sind zudem die Wildschutzgebiete (wildruhezonen.ch) zu beachten: Sie müssen grossräumig umgangen werden.

Grundausrüstung für Skitouren

Ski mit Tourenbindung

Tourenski sind gegenüber Pistenski leichter, die Form ist der Abfahrt im Tiefschnee angepasst. Der Skischuh wird mit der Spitze in der Bindung fixiert, damit die Ferse vertikal beweglich bleibt und mit dem Abheben vom Ski bequemes Aufsteigen am Hang möglich ist. Zur Abfahrt wird die Bindung so umgestellt, dass auch die Ferse, wie bei einer normalen Skibindung, fixiert ist.

Felle

Die Skitourenfelle werden für den «rutschfreien» Aufstieg unter die Ski geklebt beziehungsweise an den Ski befestigt. Einerseits müssen die Felle für kräftesparendes Aufsteigen gut gleiten, andererseits ist ein guter Halt wichtig, um nicht nach hinten abzurutschen.

Skitourenschuhe

Ein Tourenschuh unterscheidet sich in Leichtigkeit und Flexibilität vom Pistenschuh. Tourenschuhe bieten die Möglichkeit, von hart auf weich umzustellen und sie so an Aufstieg oder Abfahrt anzupassen.

Skistöcke

Die Stöcke sollten stabil und leicht sein. Wichtig ist ein grosser Teller, damit der Stock im tiefen Schnee genug Widerstand bietet.

Sicherheitsausrüstung

Das Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS) sendet und empfängt das Signal von Verschütteten. Mithilfe der Sonde kann die verschüttete Person genau lokalisiert und mit der Schaufel ausgegraben werden. Bei einem Lawinenabgang zählt jede Minute. Das richtige Handeln im Notfall und der Gebrauch der Sicherheitsausrüstung sollten vor der ersten Skitour in einem Kurs geübt werden.

Helm

Wie auf der Skipiste sollte ein Helm auch bei Skitouren zur Ausstattung gehören. Bei einem Sturz neben den Pisten besteht die zusätzliche Gefahr, auf Felsblöcken, an Bäumen oder auf Eis aufzuprallen.

Kleidung

Die Kleidung soll bequem sein mit genügend Bewegungsfreiheit für den Aufstieg. Für die Abfahrt macht es Sinn, etwas Warmes zum Überziehen im Rucksack mitzutragen. Für längere Touren empfiehlt sich eine Schicht Wechselkleidung. Skihandschuhe gehören ebenso dazu.

Stirnlampe

Bei abendlichen Touren ist eine Stirnlampe zwingend nötig. Sie hilft den Skitourenlaufenden bei der Orientierung im Gelände und macht ihn für die Lenker der Pistenfahrzeuge und entgegenkommende Skifahrer sichtbar.

