Ratschläge für Tourenfahrer = Conseils pour randonnées à skis

Autor(en): **Epp, Martin**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **51 (1978)**

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

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-773060

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://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.