

Weitere Informationen:

Oberallgäu Ferien

Hindelanger Str. 35

87527 Sonthofen

Tel. 08321/612 - 612

Fax 08321/780 731

Internet: www.oberallgaeu-ferien.de

e-mail: info@oats.de

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstr. 9

86150 Augsburg

Tel. 0821/450401-0

Fax 0821/450401-20

Internet: www.allgaeu.de

e-mail: tourismus@allgaeu-bayerisch-schwaben.btl.de



Die Hörner-Tour

Panoramarundweg über die Hörnerkette im Oberallgäu

Impressum

Herausgeber: Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstraße 9, 86150 Augsburg, Telefon: 0821/450401-0, Fax: 0821/450401-20

Konzeption, Text und Gestaltung: Das Kommunikationskontor GmbH,

Würmstraße 11a, 82166 Gräfelfing, Telefon: 0 89 / 89 88 77 0, unter Mitarbeit von Rudolf Gantner

Fotos: Archive des Verbandes und Fischen i. Allgäu.

Beschreibungen und Angaben erfolgten nach gründlicher Recherche.

Irrtum und Änderungen nach Drucklegung bleiben vorbehalten.

Gedruckt auf 100 % Recycling Papier. 2001/20.

Inhalt:

Inhaltsverzeichnis	Seite	2
Alpine Beratungsstellen	Seite	2
Der Hörnerweg	Seite	3
1. Tag: Fischen i. Allgäu - Berghaus Schwaben (2 Varianten)	Seite	5
2. Tag: Berghaus Schwaben - Hörner - Gunzesried - Otto-Schwegler-Hütte	Seite	6
3. Tag: Otto-Schwegler-Hütte - Mittag - Steineberg - Alpe Gund	Seite	7
4. Tag: Alpe Gund - Prodelgrat - Hochgrat - Staufner Haus (3 Varianten)	Seite	8
5. Tag: Staufner Haus - Siplingerkopf - Grasgehrenhütte	Seite	9
6. Tag: Grasgehrenhütte - Besler - Obermaiselstein - Fischen	Seite	10
Tipps für Bergwanderer	Seite	11
Der Umwelt und uns zuliebe	Seite	11
Planung der Tour	Seite	11
Bergwetter	Seite	12
Die richtige Ausrüstung	Seite	12
Durchführung der Tour	Seite	13
Sicherheit geht vor	Seite	13
Verhalten bei Bergunfällen	Seite	14
Wandern mit Genuss	Seite	15

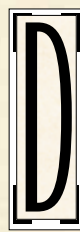


Alpine Beratungsstellen in den Allgäuer Alpen

Auskunft und Beratung über die Erfordernisse bei Bergtouren wie Wetter, Kleidung, Wegverhältnisse, Schwierigkeitsgrad etc.:

Alpine Beratungsstelle der Kurverwaltung Hindelang
Telefon 0 83 24/8 92 20
Auskunft: ab 18.5. Mo. 15-18 Uhr
ab Ende Juni zusätzlich Mi. 16-18 Uhr

Alpine Beratungsstelle der Kurverwaltung Oberstdorf
Marktplatz 7, 87561 Oberstdorf
Telefon 08322/700200



Der Hörnerweg



Kernstück dieser sechstägigen Wanderung ist der Panoramaweg über die Hörner. Eine Grat- und Höhentour, die zum großen Teil leicht zu bewältigen ist. Mit phantastischen Ausblicken auf die Felsengipfel des Allgäuer Hauptkammes, ins Illertal und das grüne Allgäuer Alpenvorland mit seinen Weiden, Hügeln und Seen.

Unsere Tour beginnt und endet in Fischen im Allgäu. Über die Gipfel der Hörnergruppe erreichen wir das reizvolle Gunzesrieder Tal. Auf dem weiteren Weg, unterhalb des Mittagggipfel, sollten wir nicht versäumen, bei der Bergkäserei der Alpe Oberberg eine genussvolle Pause einzulegen. Richtung Westen tut sich vor uns das gewaltige Panorama der Schweizer Alpen auf. Mit Blick auf den Großen Alpsee und das Konstanzer Tal führt die Wanderung zum Hochgrat,



dem Hausberg des Schrothkurortes Oberstaufen. Den Kamm entlang, immer mit der Aussicht auf das Gipfelmeer im Süden, führt der Weg über Matten, die wegen ihres Blumenreichtums bekannt sind, im großen Bogen über die Grasgehrenhütte und Obermaiselstein zurück nach Fischen im Allgäu.



Die gesamte Wegstrecke hat keine allzugroßen Schwierigkeiten, wenn auch einige ausgesetzte Stellen Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern und ein Sicherungsseil oder auch mal die Hände zu Hilfe genommen werden müssen. Die Tagesetappen sind bequem zu bewältigen und man hat viel Zeit, die Wanderung richtig zu genießen. Wem es einmal zuviel wird, der kann mit der Hochgratbahn einen Aufstieg von zwei Stunden „umfahren“.

Am Ende jeder Tages-Tourenbeschreibung finden Sie den Hinweis auf das Übernachtungsquartier. Selbstverständlich benötigen Sie neben unserer Wegbeschreibung auch die entsprechende topografische Karte, die Sie im Buchhandel erhalten.

Verkehrsanbindung:

Fischen im Allgäu ist mit dem Auto über die B19 von Kempten und ebenso gut besonders umweltfreundlich mit der Bahn zu erreichen. Parkplätze stehen kostenlos und in ausreichender Zahl zur Verfügung. Die Bahn bietet Pauschalpreise für Hin- und Rückreise und bringt Sie auf direktem Weg z.B. von Hamburg, Dortmund, Berlin, München, Chemnitz, Leipzig, Dresden, Hof oder Regensburg nach Fischen i. Allgäu. Und mit dem Kurier-Gepäck-Service kommt auch Ihr Koffer oder Rucksack gut ans Ziel.



1. TAG

Fischen i. Allgäu - Berghaus Schwaben
ca. 4 Stunden

Variante a) Bei der Anreise mit dem PKW auf der B 19 von Norden kommend, nehmen Sie die erste Abzweigung links in den Ort Fischen. Hier befindet sich direkt an der Abzweigung ein großer gebührenfreier Parkplatz. Vom Parkplatz gehen wir, die B 19 unterquerend, in Richtung Untermühlegg und zweigen dann ab nach Obermühlegg. Hier verlassen wir die Ortsverbindungsstraße und folgen dem Wanderweg nach Bolsterlang. Von Bolsterlang geht es weiter nach Sonderdorf. Im Ort halten wir uns rechts in Richtung Bolgental und am letzten Bauernhof geht es dann leicht bergauf bis zum Waldrand. Von hier aus gehen wir rechts zur Alpe Zunkleiten, weiter zur Oberen Bolgenalpe und wandern dann bis unter die Osthänge des Riedbergerhorns. Von dort geht's rechts hinauf zum Berghaus Schwaben (1510m) Tel.: 08326/438, Fax: 08326/384860 (ganzjährig geöffnet, außer ca. November - 23.12. und 1.4. bis ca. Anfang Mai. Betten und Lager. Übernachtung auf Voranmeldung).

Variante b) Wenn wir mit der Bahn anreisen, gehen wir vom Bahnhof zunächst nach Fischen-Berg, weiter über Gundelsberg nach Obermühlegg und von hier aus nach Bolsterlang zur Talstation der Hörnerbahn. Jetzt zweigt der Weg links ab zum Sonderdorfer Kreuz und weiter zur Alpe Zunkleiten, zur Oberen Bolgenalpe und unter den Osthängen des Riedbergerhorns rechts hinauf zum Berghaus Schwaben. Oder aber nach dem Sonderdorfer Kreuz zum Hörnerhaus und von hier aus weiter über den Alpweg in den Sattel zwischen Weiherkopf und Bolsterlangerhorn. Unter den Südhängen des Weiherkopfes und Großen Ochsenkopfes führt unser Weg direkt zum Berghaus Schwaben. Für Spätankömmlinge besteht die Möglichkeit, den Aufstieg zum Berghaus Schwaben mit der Auffahrt der Hörnerbahn wesentlich zu verkürzen. Die letzte Bergfahrt ist um 16.30 Uhr. **Wichtig:** im Jahr 2001 ist keine Bahnbenutzung möglich, es wird eine neue Bahn gebaut.





**Berghaus Schwaben - Hörner - Gunzesried -
Otto-Schwegler-Hütte**
ca. 5-6 Stunden

2
TAG

Vom Berghaus Schwaben gehen wir heute zuerst zum Großen Ochsenkopf (1662m). Von hier aus nach rechts, vorbei an weiten Alpenrosenfeldern in Richtung Weiherkopf (1665m). Hier bietet sich uns ein herrlicher Blick auf die felsigen Gipfel des Allgäuer Hauptkammes und auf das grüne Illertal. Diese prächtige Fernsicht werden wir auf unserer heutigen Wanderung immer wieder genießen können. Weiter geht's auf einem ungefährlichen Höhenweg über sanft geschwungene Sättel und Gipfel. Vom Weiherkopf führt der Weg zu einem Sattel, und in gemächlichem Anstieg auf das Rangiswanger Horn (1615m). Von hier rechts hinunter zur Sigiswanger Alp und in einer Waldlichtung hoch zum bewaldeten Sigiswanger Horn (1527m). Jetzt geht es ziemlich tief hinunter in den breiten Sattel der Fahnergern Alpe und auf der anderen Seite hinauf zur runden Kuppe des Ofterschwanger Horns (1407m). Weiter über den breiten flachen Hang zur Eggalpe und zum Allgäuer Berghof. Links von der Eggalpe gehen wir nun Richtung Geisrückenalpe und von dort gelangen wir auf die Ostertalstraße. Wir halten uns hier links und wandern weiter bis zu unserem heutigen Etappenziel.

Otto-Schwegler-Hütte, Tel.: 08321/2509
(ganzjährig geöffnet; bitte voranmelden).

Hinweis:

Die Otto-Schwegler-Hütte (Ostertalhütte) ist eine Selbstversorgerhütte (DAV-Hütte, 50 Lager und Betten). Getränke sind vorhanden. Für Frühstück wird gesorgt, wenn man das am Abend anmeldet. Zum Essen kann man z.B. zum nahegelegenen Gasthaus "Buhls Alpe" gehen.



3
TAG

**Otto-Schwegler-Hütte - Mittag - Steineberg -
Alpe Gund**
ca. 6-7 Stunden

Von der Otto-Schwegler-Hütte zunächst zu Buhls-Alpe. Hier gehen wir über den Feldweg zur Edenkobener Hütte im Ortsteil Gunzesrieder Säge. Nach dem Gasthaus Alpenrose links über die Brücke Richtung Alpe Vorderschönebuch und von hier zum Jagdhaus Wiesach. Weiter wandern wir rechts auf dem Alpweg bis zum Bergbauernhof Winkelwiesen und von dort gehen wir Richtung Alpe Dürrenhorn, verlassen aber unterhalb der Dürrenhornalpe den Alpweg und gehen rechts durch den Waldweg Richtung Gunzesried. Wir bleiben aber auf der Höhe weiter in Richtung Blaichach. Bald stoßen wir auf die Ortsverbindungsstraße Gunzesried-Blaichach. Hier halten wir uns wieder links und gehen die Teerstraße bis zum Weiler Reute. Am Ortsschild Reute geht's nach links in steilen Serpentinien zur Alpe Oberberg hinauf. Hier wird die Milch an Ort und Stelle zu gutem Bergkäse verarbeitet. Eine Einkehr lohnt sich auf jeden Fall. Von hier aus haben wir einen herrlichen Blick ins Illertal und auf den Allgäuer Hauptkamm. Von der Alpe Oberberg gehen wir nun zunächst links zum Bärenkopf (1463m) und weiter zum Steineberg (1660m). Links hinauf führt ein Abstecher zum Gipfel. Geradeaus kommen wir auf den Weg zum Stuiben. Wir wandern nun am Grat entlang bis zum Felsabbruch der "Grauen Wand", einer ausgesetzten Stelle, die mit Seilen gesichert ist und etwas Trittsicherheit erfordert. Weiter am Grat entlang mit herrlicher Aussicht auf die Allgäuer, Vorarlberger und Schweizer Alpen. Am Ende der Gratgasse geht's rechts zur Alpe Gund, die schon zu sehen ist. Wer noch genügend Kraftreserven hat, kann noch den Gipfel des Stuiben (1749m) in den heutigen "Tagesplan" mit aufnehmen.

Alpe Gund, Tel.: 08323/4921
(geöffnet von ca. Anfang Juni bis Oktober/andere Zeit auf Anfrage).





Alpe Gund - Prodelgrat - Hochgrat - Staufner Haus
ca. 7- 8 Stunden

4.
TAG

Von der Alpe Gund gehen wir in nördlicher Richtung über die Alpe Mittelberg hinab zur Roßhütte und von hier zu den Scheidmösern. Ab hier durch den Wald hinauf zur Oberen Gündel-Alpe und weiter auf den Prodelgrat (Eckhalden). Hier haben wir einen wunderschönen Ausblick zum Konstanzertal und auf den Großen Alpsee. Wir wandern in westlicher Richtung weiter immer über den Grat zum Himmeleck (1487m), Klammen (1470m), über den Denneberg (1427m) bis zur Prodelalpe (1207m). Nun steigen wir von hier links ins Weißachtal zur Talstation Hochgratbahn ab. Von der Alpe Gund bis hier benötigen wir ca. 4-5 Stunden. Jetzt bieten sich drei Möglichkeiten an, um zum Staufner Haus zu kommen:

Variante a)

Talstation Hochgratbahn - Brunnenauscharte - Hochgrat - Staufner Haus (ca. 3 Std.)

Vom Parkplatz nach Osten (Fahrweg ins Ehrenschwang) bis zur Hinteren Simatsgund Alpe (920m) und von dort nach rechts über die Alpe Gratvorsäß (1179m) zur Brunnenauscharte (1625m). Hier halten wir uns rechts und folgen dem Grat zum Hochgrat (1833m). Vom Gipfel geht es hinunter zur Bergstation Hochgratbahn und von dort in ca. 10 Minuten zum Staufner Haus.

Variante b)

Talstation Hochgratbahn - Untere/Obere Lauchalpe - Staufner Haus (ca. 2 Std.)

Vom Parkplatz in westlicher Richtung und ca. 100m nach der Talstation links den Alpweg hinauf zur Unteren Lauchalpe. Von hier in südlicher Richtung weiter bis zur Weggabelung und dann links den Alpweg hinauf über die Obere Lauchalpe zum Staufner Haus.

Variante c)

Für Konditionsschwache besteht die Möglichkeit mit der Hochgratbahn zu fahren und von der Bergstation in ca. 10 Minuten zum Staufner Haus zu gelangen.

Staufner Haus, Tel.: 08386/8255 (geöffnet Anfang Mai bis Ende Oktober - von Weihnachten bis Mitte Februar auf Anfrage.)



5.
TAG

Staufner Haus - Siplingerkopf - Grasgehrenhütte
ca. 6 Stunden

Vom Staufner Haus geht's heute hinauf zur Bergstation der Hochgratbahn (1600m). Hier öffnet sich ein herrlicher Fernblick: im Westen weit hinaus bis zum Bodensee und in die Schweizer Bergwelt, über die Vorarlberger, Lechtaler, Allgäuer und Tiroler Berge. Wir wandern jetzt zunächst hinunter zur Oberen Gelchenwang Alpe und zur Alpe Scheidwang (1318m). Die Tour geht weiter in südlicher Richtung in engen Serpentin bergauf und durch einen Talkessel zum Sattel zwischen Girenkopf (1683m) und Heidenkopf (1685m). Der Aufstieg auf den Heidenkopf und der Übergang zum Siplingerkopf (1746m) sind etwas felsig. Aber unsere Anstrengungen werden reich belohnt: je nach Jahreszeit blühen hier Aurikel, Enzian, Alpenanemone, Türkenbund, Bergmännle und vieles mehr. Beim Abstieg vom Siplingerkopf muß man teilweise die Hände zu Hilfe nehmen bis man durch das Felsgebiet unter den Feldalpen in den Kessel der Oberen Wilhelmine Alpe gelangt. Eine wunderschöne Gratwanderung liegt vor uns. Über das Bleicherhorn (1669m), Höllritzereck (1669m) durch den Sattel zum Dreifahrenkopf (1628m) und Grauenstein (1641m), immer am Grat entlang zum Riedbergerhorn (1787m) mit einer großartigen Aussicht: das Balderschwanger Tal zu unseren Füßen und im Norden der Hochgrat und die Nagelfluhkette, im Süden der Besler und der Hohe Ifen. Der Abstieg zur Grasgehrenhütte führt zunächst über den Kamm, dann durch Wald über weite Alpweiden und vorbei an Alpenrosen.

Grasgehrenhütte, Tel.: 08326/7773, Fax: 08326/9549
(ganzjährig geöffnet - geschlossen ab Anfang November bis zum Beginn der Skisaison sowie Anfang Mai; Lager und Betten).





Grasgehrenhütte - Besler - Obermaiselstein - Fischen
ca. 5. Std.

6.
TAG

Am letzten Tag gehen wir von der Grasgehrenhütte bis zur Riedbergstraße, hier nach rechts an der Jagdhütte vorbei und danach links auf den Wanderweg zur Schönberg Alpe. Auf dem Weg zum Besler (1680m) folgen wir einem Steig zu den Felsen empor, dann schräg links über teilweise steile Hänge bis in einen kleinen Kessel, in dem sich der Weg verzweigt. Entweder geht man jetzt unter der Gipfelwand nach links, dann rechts durch eine Felsrinne über einen 30 Meter drahtseilgesicherten Mini-Klettersteig senkrecht direkt zum Gipfelplateau. Oder, was für nicht Schwindelfreie und Kinder ratsam ist, den wesentlich einfacheren Weg geradeaus in eine Scharte und mit südlicher Umgehung über Grasböden hinauf zum Gipfel. Von hier oben hat man wieder eine weite Sicht auf die eindrucksvollen Berge des Allgäuer Hauptkammes im Süden bis hin zum Hohen Ifen. In der Ferne blitzen die Schneefelder des Säntis überm Appenzeller Land. Vom Gipfelplateau gehen wir den gleichen Weg zurück bis unter die Felsen, dann rechts hinab zur Oberen Gundalpe (1550m) mit Einkehrmöglichkeit.

Wir wandern fast eben weiter, über die Nordflanke des Geißwienkopfes (1545m) bis zum Jagdhaus und von hier über den bewaldeten Schwarzenberg (1340m) hinunter Richtung Obermaiselstein.

Vor dem Ortsteil Haubeneck geht rechts ein Wanderweg zur Sturmannshöhle. Man sollte sich unbedingt für eine Führung in dieser Natur-Eiszeithöhle Zeit nehmen (letzte Führung 16.00 Uhr). Nach diesem Abstecher wandern wir zum Hirschsprung und hier halten wir uns links und erreichen den Ortsteil Ried. Weiter nach Nieder- und Oberdorf zum Maderhalm und von dort gelangen wir wieder zurück zu unserem Ausgangsort Fischen i. Allgäu.



U

nd hier einige Tipps für Bergwanderer

Der Umwelt und uns zuliebe

Wir alle wollen dem Mief der Städte entfliehen, raus aus den Büroräumen und Werkshallen und die schöne Natur genießen. Damit sie uns aber so schön erhalten bleibt und die „Abnutzung“ durch die Menschen so gering wie möglich gehalten werden kann, müssen Regeln beachtet werden, die für alle Gültigkeit haben und damit die Chance bieten die Natur, und was wir an ihr so lieben, zu erhalten. Dazu gehört, dass man auf den Wegen bleibt und damit die Pflanzen und Wildtiere ungestört läßt. Und darum gehören Hunde auch unbedingt an die Leine. Die Blumenpracht der Alpen ist zum Bestaunen da und das Pflücken geschützter Pflanzen mit hohen Geldstrafen verbunden. Wir sollten auch aufpassen, dass keine



Steine losgetreten werden und selbstverständlich ist, dass man die Viehgatter wieder schließt, im Wald nicht raucht und seinen Abfall, der ja auf dem Heimweg kaum mehr Gewicht hat, wieder mitnimmt. Das alles ist ganz einfach zu beachten, hat aber eine große Bedeutung für unsere Umwelt und beginnt schon bei der „schonenden“ Anreise, mit Bahn, Bus oder in Fahrgemeinschaften und setzt sich fort beim Tal-Pendelverkehr mit Bus, Taxi oder Stellwagen.

Planung der Tour

Die Auswahl der Tour muss von unseren persönlichen Fähigkeiten abhängen und natürlich von denen unserer Begleitung. Wenn man untrainiert und „frisch aus dem Winterschlaf“ kommt, ist es sicher ratsam, erst 'mal langsam anzufangen. Also über Schwierigkeitsgrade, Höhenunterschiede und Gehzeiten Informationen einholen. Dazu gibt's viele Möglichkeiten: Kartenmaterial, Literatur, die alpinen Auskunftsstellen, Verkehrsämter, Bergführer oder die Hüttenwirte. Auf jeden Fall gilt es sich selbst nicht zu überfordern und die Wahl der Tour nach dem schwächsten Mitglied unserer Begleitung zu treffen. Ganz besonders wichtig ist, Kinder nicht zu überfordern, ihnen immer wieder Pausen zum Schauen und Verschnaufen zu gönnen, sonst ist die Lust am Bergwandern bald vorbei. Und bitte reservieren Sie, wenn möglich Ihr Übernachtungsquartier im voraus.



Bergwetter

Und bevor's losgeht, muss der Bergwetterbericht eingeholt werden, damit es am Berg keine bösen Überraschungen gibt. Denn hier sind Gewitter lebensgefährlich und Wetterstürze (auch im Sommer) oft mit Schnee, Sturm und Minustemperaturen verbunden, Wolken und Nebel erschweren die Orientierung. Wenn die Wettervorhersage nicht gut ist, bleibt man lieber im Tal oder auf überschaubaren Höhenwegen. Und hier gibt's Wetterauskünfte:

- Alpenvereinswetterbericht Tel.: 0 89/ 29 50 70
- Alpine Auskunft Tel.: 0 89/ 29 49 40
- Wetterbericht/Reisewetter Tel.: 01 90/ 11 64 24



Die richtige Ausrüstung

Sie hängt natürlich auch davon ab, ob wir eine Tagestour planen oder von Hütte zu Hütte wandern. Für die Hütten braucht man einen leichten Schlafsack („Jugendherbergsschlafsack“, gibt's vom Alpenverein oder man näht ihn aus Leintüchern selber zusammen); praktisch sind auch Hütten- oder Turnschuhe. Die Bekleidung sollte allen Temperaturen genügen, von heiß bis kalt also, damit man bei extremen Wetterstürzen gewappnet ist. Denn die nächste Hütte oder nötige Hilfe ist oft noch Stunden entfernt.

Checkliste für das Nötigste:

- Tourenrucksack
- Bergschuhe (mindestens Trekkingschuhe) mit Profilsohle und Knöchelschutz
- Kälte- und Wetterschutz nach dem „Mehrschichtensystem“: Unterhemd, Hemd, Pullover, Regenjacke/Anorak, Mütze, Handschuhe und warme Strümpfe. Und als Ersatz eine Plastiktüte mit Ersatzwäsche, wenn man nass bis auf die Haut wird!
- Erste Hilfe-Päckchen
- Rettungsdecke (Folie)
- evtl. Klettersteiggurt
- Getränke (ausreichend!) und Verpflegung
- Karte, evtl. Kompaß
- Sonnenschutzmittel, Sonnenbrille, Lippencreme
- Kopfbedeckung für Sonnenschutz
- Taschenlampe
- evtl. Teleskop-Skistöcke zur Entlastung der Beine
- evtl. Waschzeug/Trainingshose
- Ausweis



Durchführung der Tour

Vor dem Aufbruch:

Planen Sie den Beginn der Tour so, dass genügend Reservezeit bleibt bis zum Einbruch der Dunkelheit und für ausgiebige Pausen.

Bei langen Wanderungen sollten Sie sehr früh aufbrechen, auch und vor allem dann, wenn mit starker Tageserwärmung und Gewittern am Nachmittag gerechnet werden muss. Ganz wichtig ist, dass Sie Bescheid sagen, wo Sie hinwandern und wann die Rückkehr geplant ist. Und sollten Sie Ihre Pläne unterwegs ändern, bitte die entsprechende Person informieren, damit keine unnötige Suchaktion ausgelöst wird. Wetterinformationen einholen und evtl. auch an die letzten Talfahrten der Bergbahnen denken. Wenn Sie hochalpine Touren gehen, sollten Sie das nie allein tun.

Unterwegs:

Wenn Sie auf einer Hütte übernachtet haben, sagen Sie den Wirtsleuten wohin Sie weitergehen, tragen Sie sich ins Hüttenbuch ein und auch das nächste Ziel.

Beginnen Sie Ihre Wanderung langsam und gehen Sie in einem gleichmäßigen Rhythmus. Wenn es in der Nacht stark abgekühlt hat, muss man vor allem an Bachübergängen und Wasserfällen mit Vereisung rechnen. Schalten Sie an steileren Abschnitten ruhig einen Gang zurück und gehen Sie immer nur so schnell, wie Sie sich auch absolut sicher fühlen.

Machen Sie in regelmäßigen Abständen Pausen und wenn Sie merken, dass Ihnen die Tour zu anstrengend wird, ist es auch keine Schande, einen kürzeren Weg zu wählen oder vorzeitig abzubrechen.



Nehmen Sie keine „Abkürzungen“ und legen Sie Ihre wärmeisolierende Kleidung ab, wenn es zu warm wird. Bedenken Sie auch, dass bei erhöhten Ozonkonzentrationen empfindliche Personen große Anstrengungen vermeiden sollten.

Trinken Sie rechtzeitig und regelmäßig, denn der Körper braucht bei Anstrengung viel Flüssigkeit. Keinen Schnee essen und nicht aus offenen Gewässern trinken.

Sicherheit geht vor

Manchmal „bremsen“ uns widrige Umstände mitten in der Tour aus: plötzlich ist der Weg unterbrochen oder man trifft auf harte, steile Schneefelder. Da ist es besser umzukehren als Risiken einzugehen.

Bei schlechter Sicht immer auf dem Weg bleiben. Wenn Sie die Markierung verloren haben, zum letzten bekannten Punkt zurückgehen und in der Gruppe zusammenbleiben. Versuchen Sie auf keinen Fall, sich „irgendwie“ durchs Gelände zu schlagen“; das ist lebensgefährlich! Wenn nichts mehr geht, bleibt nur übrig, auf bessere Sicht zu warten und sich mit der Rettungsdecke vor Kälte zu schützen.

Bei einem Gewitter ist es lebenswichtig

- Gipfel, ausgesetzte Grate, nasse Rinnen, eisengesicherte Steiganlagen und Einzelbäume zu verlassen,
- nicht in Panik davonzulaufen, sondern Ruhe zu bewahren,
- eine kauernde oder sitzende Haltung auf isolierender Unterlage einzunehmen.

Verhalten bei Bergunfällen

1. Erste Hilfe für den Verletzten

- bewahren Sie Ruhe und handeln Sie überlegt
- wenn Sie allein sind, versuchen Sie Hilfe herbeizurufen, anstatt verletzt weiterzugehen
- leisten Sie Erste Hilfe nach eigenem Können und Ihren Möglichkeiten
- sorgen Sie vor allem für Kälteschutz (Rettungsdecke!)
- sprechen Sie dem Verletzten gut zu und lassen Sie ihn möglichst nicht alleine.



2. Holen Sie Hilfe

- beauftragen Sie andere Bergwanderer damit, den Bergrettungsdienst zu alarmieren. Auch Hütten verfügen heute vielfach über Funkverbindungen.

- Rufnummern:

Rettungsdienst für den gesamten Alpenraum: 112 (Handy)

für Deutschland

Rettungsleitstelle (jeweilige Vorwahl): 19222

Polizei: 110

für Österreich

Rettungsdienst: 144

Polizei: 133

- melden Sie den Vorfall nach den folgenden 4 Punkten:

Wer meldet? Angabe des eigenen Namens mit Telefonnummer

Was ist passiert? Genaue Angaben von Unfallort und Wetter

Wieviele Verletzte? Angabe der Zahl der Verletzten

Welche Verletzungen? Lebensbedrohliche Zustände.

3. Alarmierung durch das Alpine Notsignal

Verwenden Sie im Notfall das alpine Notsignal, um von anderen Bergwanderern oder der Rettungsmannschaft gefunden zu werden. Es besteht aus einem hör- und sichtbaren Zeichen (auch Rufen!), das innerhalb einer Minute sechsmal abgegeben wird.

Wiederholen Sie das Signal jeweils nach ca. einer Minute Pause.

Erhalten Sie darauf ein dreimaliges Zeichen innerhalb einer Minute, ist Ihr Notruf angekommen und die Bergrettung wurde oder wird verständigt.

Die Hauptsache ist, dass Sie sich irgendwie bemerkbar machen. Wählen Sie dazu, wenn möglich, einen Standort, der gut sichtbar ist.



Wandern mit Genuss

Die Allgäuer Alpen gehören zu den attraktivsten Zielen für Bergwanderer. Aus einer Fülle von Möglichkeiten haben wir 7 mehrtägige Touren zusammengestellt, die jeweils die schönsten Wege und Gipfel miteinander verbinden. Diese Touren, die wiederum über den Oberallgäuer Rundwanderweg miteinander verbunden sind, können in vielfältiger Weise kombiniert werden – vom Wochenendausflug bis zur mehrwöchigen Bergtour. Und kommen damit den individuellen Freizeitbedürfnissen unserer Gäste entgegen. Hinweise zur Wegführung, Tipps und Informationen zur Übernachtung auf den Hütten und allgemeine aber wichtige Hinweise zum Verhalten am Berg, zur Ausrüstung und zum Notfall, runden die sieben Tourenvorschläge durch die Allgäuer Alpen und das Voralpenland ab.

Oberallgäuer Rundwanderweg

Mehr als 200 Kilometer Landschaft zwischen Bergen und Hügelland

Über den Grat

60 Kilometer zusammenhängende Höhenwege über die Allgäuer Alpen

Rund um den Hohen Ifen

Eine genussreiche Höhenrundtour in 7 Tagen vom Kleinwalsertal über den Bregenzer Wald zum Gottesackerplateau

Der Ostallgäuer Höhenweg

Von Hindelang nach Halblech, von den Allgäuer zu den Ammergauer Bergen. 6 Tage hohe Ziele und traumhafte Ausblicke

Der Maximiliansweg

Auf der Königsroute vom Bodensee zum Lech

Über die Nagelfluhkette

Eine 6-tägige Tour über Gipfel und Grate vor dem eindrucksvollen Panorama des Allgäuer Hauptkammes

Die Hörner-Tour

Panoramarundweg über die Hörnerkette im Oberallgäu



Die Führer können kostenfrei angefordert werden bei:

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstraße 9

86150 Augsburg

Tel. 0821/450401-0

Fax 0821/450401-20

e-mail: tourismus@allgaeu-bayerisch-schwaben.btl.de

Internet: www.allgaeu.de