

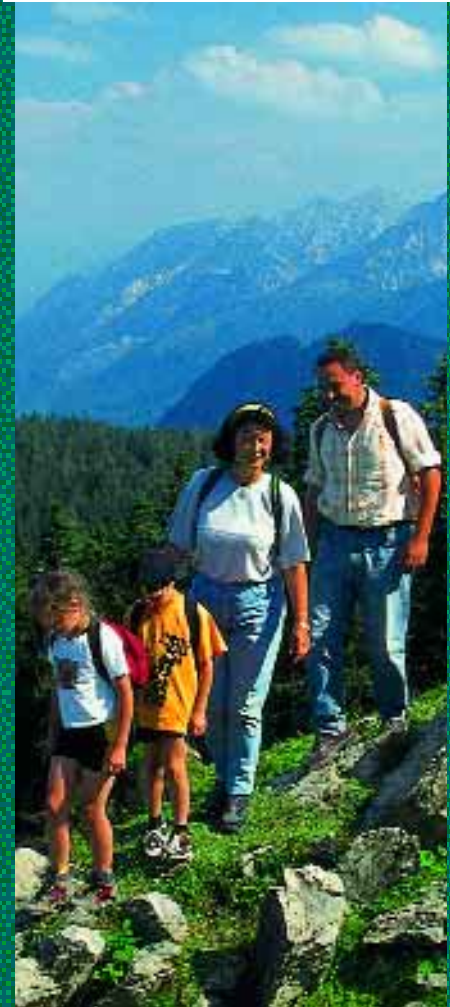
Weitere Informationen:

Tourismusverband Ostallgäu

Postfach 1255
 87610 Marktoberdorf
 Tel. 08342/911313
 Fax 08342/911544
 Internet: www.ostallgaeu.de
 e-mail: tourismus@ostallgaeu.de

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstr. 9
 86150 Augsburg
 Tel. 0821/33335
 Fax 0821/38331
 Internet: www.btl.de/allgaeu-bayerisch-schwaben
 e-mail: tourismus@allgaeu-bayerisch-schwaben.btl.de



Ostallgäuer Höhenweg

Von Hindelang nach Halblech,
 von den Allgäuer zu den Ammergauer Bergen.
 Hohe Ziele - traumhafte Ausblicke:
 Vom Ober- ins Ostallgäu in sechs Tagen

Impressum

Herausgeber: Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.
 Fuggerstraße 9, 86150 Augsburg, Telefon: 08 21 / 3 33 35
 Konzeption, Text und Gestaltung: Das KommunikationsKontor GmbH,
 Würmstraße 11a, 82166 Gräfelfing, Telefon: 0 89 / 89 88 77 0
 Fotos: Archive des Verbandes und der Mitgliedsgemeinden.
 Beschreibungen und Angaben erfolgten nach gründlicher Recherche.
 Irrtum und Änderungen nach Drucklegung bleiben vorbehalten.

Gedruckt auf 100 % Recycling Papier, 2000/20.
 Gefördert mit Mitteln der Europäischen Union.

Auf nach
BAYERN

Inhalt:

Inhaltsverzeichnis	Seite	2
Alpine Beratungsstellen	Seite	2
Der Ostallgäuer Höhenweg	Seite	3
1. Tag: Hindelang/Oberjoch - Unterjoch - Jungholz - Edelsberg - Alpspitz - Sportheim Böck	Seite	5
2. Tag: Sportheim Böck - Gundhütte - Vilstalsäge - Himmelreich - Fallmühle - Breitenberg - Ostlerhütte	Seite	6
3. Tag: Ostlerhütte - Aggenstein - Reichenbachklamm - Pfronten/Steinach	Seite	6
4. Tag: Pfronten - Falkenstein - Zirngrat - Salober Alpe - Alatssee - Bad Faulenbach/Füssen - Alpenrosenweg - Hohenschwangau	Seite	7
5. Tag: Hohenschwangau - Richtung Schloss Neuschwanstein - Pöllatschlucht - Tegelberg - Ahornspitze - Kenzenhütte	Seite	8
6. Tag: Kenzenhütte - Halblechtal - Halblech	Seite	8
Tipps für Bergwanderer	Seite	9
Der Umwelt und uns zuliebe	Seite	9
Planung der Tour	Seite	9
Bergwetter	Seite	10
Die richtige Ausrüstung	Seite	10
Durchführung der Tour	Seite	11
Sicherheit geht vor	Seite	11
Verhalten bei Bergunfällen	Seite	12
Wandern mit Genuss	Seite	13



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 des Alpenverein Füssen
Telefon 0 83 62/94 01 87
Auskunft: Donnerstag 16-19 Uhr



Der Ostallgäuer Höhenweg

Vom Jagdrevier Prinzregent Luitpolds bis zu den Schlössern König Ludwig II., von Hindelang, oberhalb von Nesselwang, über Pfronten und Füssen nach Halblech, von den Allgäuer Alpen zu den Ammergauer Bergen, führt der Ostallgäuer Höhenweg. Sechs genussvolle Tage mit hohen Zielen und traumhaften Ausblicken. Personal- ausweis nicht vergessen, da unsere Tour grenzüberschreitend verläuft.



Hindelang, der bekannte Kur- und Ferienort im Ostrachtal, ist Ausgangspunkt unserer Tour, die mit täglich 5 – 6 Stunden Gehzeit einige Anforderungen an die Kondition stellt. Dafür aber allen, die den Schweiß nicht scheuen, ein Bergerlebnis ganz besonderer Art verspricht. Selbstverständlich benötigen Sie neben unserer Wegbeschreibung die entsprechende topografische Karte, die Sie im Buchhandel erhalten.

Zum Oberjoch kann man noch mit dem Bus fahren, aber dann geht's auf jeden Fall zu Fuß weiter. Von Oberjoch nach Unterjoch und über das österreichische Jungholz bis zur Alpspitz. Der Hausberg von Nesselwang bietet eine grandiose Sicht hinaus in das ostallgäuer Voralpenland mit seinen Hügeln und Seen. Wer will, kann mit der Bergbahn nach Nesselwang hinunter und dort übernachten, muss aber am nächsten Tag zeitig wieder auf der Höhe sein. Denn es geht über die Gundhütte hinunter ins Vilstal und Achtal



und wieder hinauf auf den Breitenberg und zur Ostlerhütte. Der Aggenstein mit beinahe 2000 Metern ist der Höhepunkt des dritten Tages, bevor es durch die Reichenbachklamm hinunter nach Pfronten geht. Der 4. Tag führt über den Zirmgrat und über den Alatsee nach Bad Faulenbach und über den eindrucksvollen Lechfall nach Hohenschwangau. Über die Pöllatschlucht mit herrlichem Blick auf Schloss Neuschwanstein zieht der Weg steil zum Tegelberg hinauf, um die Ahornspitze herum bis zum Weitalpjoch und zur Kenzenhütte. Am letzten Tag wandern wir gemütlich talauswärts bis nach Halblech. Wer es sich ganz bequem machen will, kann den Vormittag angesichts der Ammergauer Berge verbummeln und mit dem Bus talauswärts fahren.



Es gibt sehr viel zu sehen auf dieser Tour. Wer sich Zeit lassen kann, sollte den einen oder anderen Tag zugeben, um zum Beispiel die Königsschlösser, St. Coloman bei Schwangau, die Ruine Falkenstein und die Orte Nesselwang, Pfronten oder die ehemals Freie Reichsstadt Füssen zu besichtigen.

Verkehrsanbindung:

Sie erreichen Hindelang natürlich mit dem Auto. (Abstellmöglichkeit kostenfrei am Busbahnhof.) Aber auch sehr gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln: Mit dem Zug nach Sonthofen. Von dort 1/2 stündlich mit dem Bus nach Hindelang Busbahnhof. Die Busabfahrtszeiten sind auf die Zugankunft abgestimmt. Vom Busbahnhof Hindelang geht stündlich der Bus aufs Oberjoch. Oder Sie wählen einen der schönen Wanderwege (ca. 3/4 Std.), die ab Busbahnhof ausgeschildert sind. Praktisch ist natürlich, einen Tag in Hindelang "voran- bzw. hintanzuhängen".

Am Ende der Tour: Von Halblech fährt der Bus mehrmals täglich nach Füssen. Ab Füssen am Vormittag bzw. späten Nachmittag nach Hindelang (Fahrzeit ca. 2 Std., umsteigen in Sonthofen). Aktuelle Fahrplanauskünfte über RVA, Tel. 08362/93 90 505.

1.

TAG

Hindelang/Oberjoch (1156 m) - Unterjoch (1013 m) - Jungholz (1058 m) - Edelsberg (1629 m) - Alpspitz (1575 m) - Sportheim Böck
ca. 5 Std.

Vom Parkplatz in Oberjoch führt der Weg zunächst nördlich durchs Kematsried Moos. Links von uns Jochschrofen und Spieser. Vorbei an der Oberen Schwandalp, über den Eggbach zur Unteren Schwandalp und links oder rechts um den Hotzenberg nach Unterjoch. Der Weg weiter nach Jungholz führt gemächlich durch den Wald, an der Hinteren und kurz vor der Grenze an der Vorderen Sorg Alpe vorbei. Ein kleines Stück Weg begleitet uns die Wertach.



Wer Kondition und Lust hat, kann auch von Unterjoch aus zunächst nach Osten und dann links über die Zehrerhöfe wieder nordwärts auf den Grat von Zinken und Sorgschrofen (1635 m) gehen und kommt bei Langenschwand wieder auf unseren Weg über die Sorg Alpen. Jungholz verlassen wir nach Osten und halten uns dann links zur Jagd Hütte, hier rechts (der Weg führt parallel mit der Grenze) durch den Klausenwald hinauf zum Edelsberg (1629 m). Wo die Fichten den Blick frei geben, hat man eine einmalige Aussicht. Über die Fichtelhütte kommen wir in den weiten Sattel zwischen Edelsberg und Alpspitz (1575 m) und schwenken nach rechts ab zum Sportheim Böck, dem heutigen Quartier. Ein "Schlenker" auf den Alpspitz-Gipfel lohnt mit einer herrlichen Sicht auf unzählige Alpengipfel und gibt den ersten Vorgeschmack auf die Tourenwoche.



Berggasthof Sportheim Böck
geöffnet von kurz vor Weihnachten bis nach Ostern und von Anfang/Mitte Mai bis Anfang November, Montag Ruhetag außer an Feiertagen
Tel. 08361/31 11
Fax 08361/33 66



Sportheim Böck - Gundhütte (1134 m) -
Vilstalsäge - Himmelreich - Fallmühle - Breitenberg -
Ostlerhütte (1838 m)
ca. 6-8 Std.

2 TAG

Vom Gasthof Böck geht's zunächst wieder durch den Sattel zur Fichtel Hütte, dann südwärts zur bewirtschafteten Gundhütte (1134 m) und weiter bergab ins Vilstal und zur Vilstalsäge mit dem Gasthof "Berg und Tal". An der Vils führt unser Weg aber nach links talauswärts der Vils entlang und dem Pfrontener Talkessel zu, an der Schochersäge vorbei. Wir biegen rechts ab über die Vils auf die Forststraße zum Himmelreich. Links von uns der Kienberg. Vom Himmelreich Abstieg durch den Wald und über Wiesen, unter der Brücke durch zur Fallmühle.

Im gleichnamigen Gasthof lässt sich gut rasten und Kraft tanken für die letzte Tagesetappe. Über die Steinacher Achen und die Achthalstraße führt der Weg, in Serpentina die Flanke hinauf auf den fast 3 Kilometer langen Grat des Breitenberg, der über steilen Hängen exakt von Westen nach Osten verläuft. Der Blick geht nach Pfronten und zum Tannheimer Tal und auf die dunklen Felsen des Aggenstein. Den Grat entlang erreichen wir die Ostlerhütte, unser Quartier für heute.

Ostlerhütte
geöffnet von Anfang Mai bis Anfang November
und vom 20. Dezember bis Ostern
Tel. und Fax 08363/424



Ostler Hütte - Aggenstein (1987 m) - Reichenbachklamm -
Pfronten/Steinach (Gasthof Aggenstein)
ca. 4 Std.

3 TAG

Von der Ostlerhütte haben wir einen kurzen Abstieg zum Kamm, der Breitenberg und Aggenstein verbindet. In vielen kleinen Kehren geht's auf steinigem Weg hinauf und seilgesichert weiter bis auf den Gipfel des Aggenstein. Die Sicht in die Täler ist grandios, vor uns aufgereiht die Tannheimer Berge, mit über 2000 m Rote

Flüh, Gimpel und Köllenspitze. Abstieg durch die Steilhänge zur Bad Kissinger Hütte (ehem. Pfrontener Hütte), auf der man sich auch schon mit einer Brotzeit für den "Gipfel des Tages" belohnen kann. Weiter im Bogen zur Diensthütte (1504 m) und den Plattenbach entlang und durch die Reichenbachklamm nach Pfronten-Steinach. Das heutige Quartier, der Gasthof Aggenstein, liegt unweit der Breitenberg-Talstation.

Gasthof Aggenstein
ganzjährig geöffnet
Tel. 08363/382
Fax 08363/733 45



4 TAG

Pfronten - Falkenstein - Zirmgrat - Salober Alpe -
Alatsee - Bad Faulenbach/Füssen - Alpenrosenweg -
Hohenschwangau
ca. 5-6 Std.

Die heutige Tagesetappe hat einen ganz anderen Charakter als die gestrige Gipfeltour. Höhenwanderung ist sicher der richtige Ausdruck dafür. Beim Busbahnhof Pfronten überqueren wir die Zirmenbrücke und kommen in einer knappen Stunde auf den Falkenstein. Über den Einkerpf und unterhalb des Zwölferkopfes führt der Weg auf einem Höhenrücken, dem Zirmengrat, nach Osten. Immer entlang der österreichischen Grenze. Mit herrlichen Ausblicken ins seenreiche Ostallgäu und auf die Riesenpyramide des Säuling bei Hohenschwangau. Die Salober Alpe bietet sich für eine erste Rast an. Auf einem steinigen Sträßchen geht's steil bergab zum Alatsee, das Faulenbacher Tal entlang, vorbei an Ober- und Mittersee nach Bad Faulenbach. Hier sollte man einen Abstecher nach Füssen einplanen, das nicht nur mit dem ehemaligen Kloster St. Mang einen kulturellen Höhepunkt bietet. (Wem der Weg am nächsten Tag nicht zu lang wird, kann die Übernachtung auch in Füssen einplanen.) Zurück auf unseren Weg und zum Lechfall. Weiter nach Ziegelwies und auf den schattigen Alpenrosenweg. Oberhalb vom Schwansee erreichen wir Hohenschwangau mit seinen Königsschlössern. Das heutige Quartier, der Hotel/Gasthof Meier, liegt beim Tennisplatz.

Hotel/Gasthof Meier
ganzjährig geöffnet
Tel. 08362/81 152
Fax 08362/98 70 28

Hohenschwangau - Richtung Schloss Neuschwanstein -
 Pöllatschlucht - Tegelberg (1707 m) -
 Ahornspitze (1780 m) - Kenzenhütte
 ca. 6 Std.

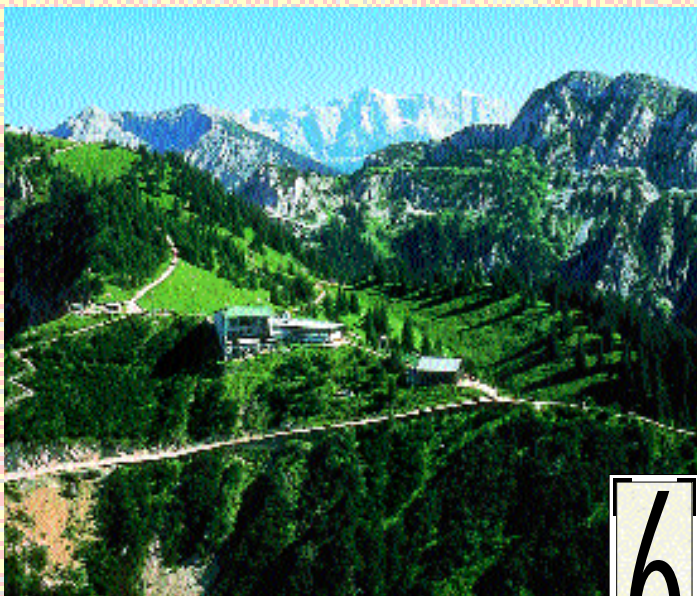
5 TAG

Die heutige Tour erfordert wieder eine Portion Ausdauer und Kondition. Vom Übernachtungsquartier gehen wir zunächst zur Gipsmühle am Bergfuß und weiter in die Pöllatschlucht. Auf einem teilweise im Fels verankerten aber guten Steig bergauf zum Wasserfall; beim Schloss Neuschwanstein weiter zur Marienbrücke mit dem beeindruckenden Blick zum "Märchenschloss König Ludwig II." Weiter zum Tegelberg, vorbei an bizarren Felszacken und in langgezogenen Kehren durch den Wald, der immer wieder "Tiefblicke" freigibt. Vom Tegelberg, der "Schulter" des mächtigen Branderschrofen (1880 m) gehen wir weiter unterhalb der Ahornspitze und zum Niederen Straußbergsattel. (Konditionierten bleibt natürlich die Möglichkeit, jeweils einen Gipfelabstecher auf den Branderschrofen oder die Ahornspitze zu machen.) Nach einem kurzen Abstieg zum Ochsenängerle führt der Weg nach links und bergauf durch das Köllebachtal und Roggental zum Roggental-Gabel-Sattel zwischen Hochblässe und Hochplatte. Südseitig queren wir unterhalb der Felswände der Hochplatte hinüber zum Weitalpjoch.

Variante: auf drahtseilgesichertem Steig, vorbei am "Fensterl" über die Hochplatte (2079m) zum Weitalpjoch.

Der Abstieg nordöstlich bringt uns Richtung Lösertalkopf und geht links an der Hirten Hütte vorbei und unterhalb des Vorderscheinberg zur Kenzenhütte, dem heutigen Quartier.

Kenzenhütte
 geöffnet von Ostern bis Allerheiligen
 Tel. 08368/390 und 08861/66221 (Winter im Tal)



Kenzenhütte - Halblechtal - Halblech
 ca. 3 Std.

6 TAG

Nach dem gestrigen anstrengenden Tag ist heute ein gemächlicher Ausklang der Tour vorgesehen. Ein gemütlicher Fußmarsch neben und teilweise auf der Fahrstraße bringt uns nach Halblech. Oder wir gehen über Leiterau und Buchberg nach Halblech. Und wer es sich ganz bequem machen will, fährt mit dem Bus vom Kenzenhaus ins Tal nach Halblech. Von hier geht's mit dem Bus nach Füssen. Weiter nach Sonthofen und Hindelang, unserem Ausgangspunkt. Siehe auch "Verkehrsanbindung" im Vorwort zur Tour.

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.



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.

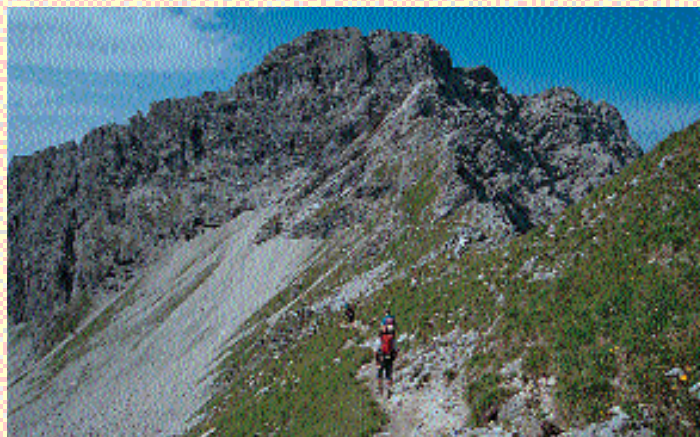
Bei einem Gewitter ist es lebenswichtig

- 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.

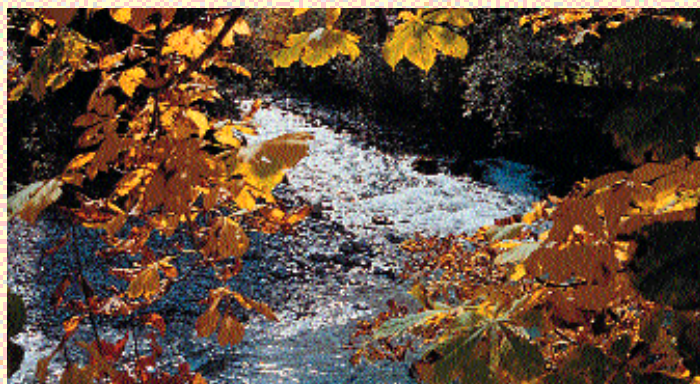
3. Alarmierung durch das Alpine Notsignal

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 6 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 sechs 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 Führer können kostenfrei angefordert werden bei:

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstraße 9

86150 Augsburg

Tel. 0821/333 35

Fax 0821/383 31

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

Internet: www.btl.de/allgaeu-bayerisch-schwaben