

Heike Wolter



Alpenüberquerung mit Kindern

Familienwanderung
E5 in 10 Tagen

+ Tipps für
jedes Wetter
+ Routen für E5
Tagestouren



edition
riedenburg

Die schönste Aussicht will erwandert werden.

Das zeigt sich auch bei Familie Wolter auf dem E5, einem Traumpfad zwischen Oberstdorf und Meran. Zwischen beiden Städten liegen nämlich: die Alpen. Und die sind ganz schön hoch und breit für fünf Kinder zwischen 2 und 17, Oma und Opa sowie Heike und Thomas. Zehn Tage lang geht es durch Täler und an Flüssen entlang, über Hügel und steile Gipfel. Und weil normale Reiseführer nur bedingt für das Familienwandern geeignet sind, haben die Wolters kurzerhand Initiative ergriffen und fleißig wie die Murmeltiere erprobte Tipps und Tricks, praktische Checklisten sowie kindgerechte Wander-Informationen zusammengetragen.

„Mit diesem Buch gelingt die E5-Wanderung auch mit kleinen Kindern. Besonders wertvoll ist dabei der Blick auf die schönen Veränderungen im Familienleben beim längeren Gehen.“

(Heike Wolter)

Heike Wolter ist Autorin, Lektorin und fünffache Mutter. Ihre Freizeit verbringt sie am liebsten unterwegs und in freier Natur. Gemeinsam mit ihrer Familie hat sie schon viele Wanderungen unternommen – von Tagestouren bis hin zu Weitwanderungen.



edition
riedenburg
editionriedenburg.at



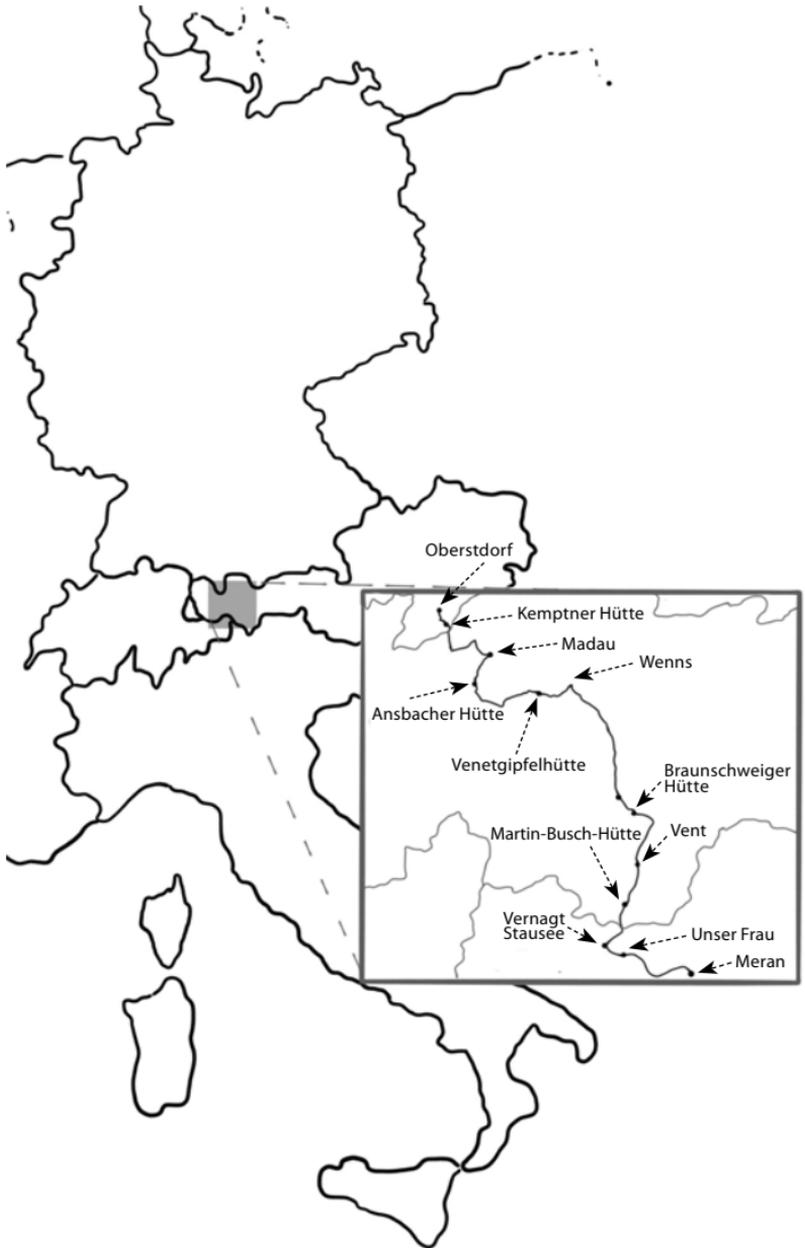
9 783903 085909

ISBN 978-3-903085-90-9





Übersichtskarte



Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Achtung:

Bitte überprüfen Sie vor dem Wandern Ihre körperliche Eignung und übernehmen Sie sich nicht! Beim Wandern mit Kindern gelten überdies besondere Ruhezeiten und Pausen. Dieses Buch kann für Sie allenfalls als Ideengeber dienlich sein. Es gibt keine Garantie dafür, dass die vorgestellten Wanderungen für Sie und Ihre Familie auch tatsächlich durchführbar sind.

Die Angaben in diesem Buch wurden sorgfältig erhoben. Dennoch können sich Routen, Fahrpläne und Kosten laufend ändern. Bitte überprüfen Sie daher direkt vor einer geplanten Reise nochmals selbstständig, ob Ihre Route zur gewünschten Jahreszeit in der geplanten Form gewandert werden kann.

→ **Redaktionsschluss für Fahrtzeiten und Verbindungen: 15. Oktober 2020**

Hinweis:

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr. Weder Autorin noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen.

Markenschutz:

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

2. Auflage November 2020
© 2018–2020 edition riedenburg
Verlagsanschrift Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet www.editionriedenburg.at
E-Mail verlag@editionriedenburg.at
Lektorat Dr. Caroline Oblasser, Salzburg
Bildnachweis Übersichtskarte und Höhenprofile: © Dr. Julia Batzilla
Fotos: © Gitta Kromer, © Heike Wolter, © Fabian Fritz (S. 47)
Icons: © kartoxjm, © dikaya888, © notkoo2008 – Fotolia.com

Satz und Layout edition riedenburg
Herstellung Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-903085-90-9

Inhalt

- 
- 1 Übersichtskarte**
 - 7 Einleitung – Oder: Sind Sie Pfarrer?**
 - 8 Darum dieser Familien-Wanderführer**
 - 10 Vorbereitungen**
 - 10 Alpenüberquerung mit Kindern - geht denn das?
 - 10 E5: Vor- und Nachteile abwägen
 - 11 Alpenvereinsmitgliedschaft anmelden
 - 12 Etappen festlegen
 - 12 Übernachtungen organisieren
 - 13 Ausstattung besorgen
 - 15 Wandern üben
 - 16 Etappe 1: Von der Spielmannsau zur Kemptner Hütte**
 - 20 Etappe 2: Von der Kemptner Hütte nach Madau**
 - 25 Etappe 3: Von Madau zur Ansbacher Hütte**
 - 29 Etappe 4: Von der Ansbacher Hütte zur Venetgipfelhütte**
 - 33 Etappe 5: Von der Venetgipfelhütte nach Wennis**
 - 37 Etappe 6: Von Wennis zur Braunschweiger Hütte**
 - 41 Etappe 7: Von der Braunschweiger Hütte nach Vent**
 - 42 Hannibals Alpenüberquerung
 - 46 Etappe 8: Von Vent zur Martin-Busch-Hütte**
 - 50 Etappe 9: Von der Martin-Busch-Hütte nach Vernagt**
 - 51 Ötzi in den Alpen
 - 54 Etappe 10: Von Vernagt nach Unser Frau (und Meran)**
 - 57 Unsere Top 3 von A bis Z**
 - 58 Allgemeine Hinweise von A bis Z**
 - 58 An- und Abreise
 - 59 Ausrüstung
 - 59 Belohnung
- 

- 60 Blasen an den Füßen
- 60 Fotos
- 60 Frühstück
- 60 Geld
- 61 Gewicht / Tragegewicht
- 61 Höhenprofil
- 62 Internet
- 62 Kleidung
- 62 Kosten
- 62 Kräfteeinteilung
- 63 Medikamente
- 63 Mittagessen
- 63 Motivation
- 64 Notfall
- 64 Packliste
- 65 Pausen
- 65 Pausenverpflegung
- 65 Reisetagebuch
- 65 Reservierung
- 65 Rucksack
- 67 Saison
- 67 Seilversicherung
- 67 Sicherheit
- 68 Tempo
- 68 Toiletten
- 68 Trage / Tragen
- 69 Wanderbeginn
- 69 Wanderreise / Wanderschule
- 69 Wanderschuhe
- 70 Wanderapp
- 70 Wanderzeit
- 71 Wasser
- 71 Wetter
- 71 Zu guter Letzt



72 Anhang

- 72 Literatur
- 72 Film
- 72 Internet

74 Kosten der Alpenüberquerung in 10 Tagen

76 Packliste

Einleitung – Oder: Sind Sie Pfarrer?

Als Eltern mit fünf Kindern, Oma und Opa die Alpen zu überqueren, ist für die meisten Menschen ziemlich erstaunlich. Das merkten wir im Sommer 2017 an verstohlenen Blicken, an offen erstaunten Gesichtern und vor allem an einer wunderbaren Begegnung auf der Braunschweiger Hütte – ziemlich genau in der Mitte unserer Fernwanderung.



Es geht los! Startfoto in der Spielmannsau.

Zur Hütte waren wir – Thomas (40) und ich (Heike, 40), unsere Kinder Niklas (17), Norea (14), Samuel (9), Raban (7) und Malea (2), und Heikes Eltern Gitta (65) und Siegfried (64) – in einem dreieinhalbstündigen anstrengenden steilen Aufstieg hinaufgewandert. Und nun saßen wir erschöpft, aber glücklich in der Sonne. Jedenfalls trat ein Herr an unseren Bergterrassentisch, an dem wir uns gerade Kaiserschmarrn und Tiroler Gröstl schmecken ließen: „Ich habe mal eine merkwürdige Frage. Dürfte ich ein Foto von Ihnen machen?“

Wir waren etwas verwundert, aber natürlich dazu bereit. Die Erklärung ließ nicht lange auf sich warten. Er wollte seinen Jungs – ebenfalls im Teenageralter – einen Beweis schicken, dass andere Kinder so eine Bergtour mitmachen würden. Das Bild hätten wir auch gern gehabt, doch vergaßen wir danach zu fragen.

Sogar bei der zweiten Gelegenheit verpassten wir unsere Chance, denn Gitta und Siegfried trafen den Herrn und seine Frau am Nachmittag beim Aufstieg zum Pitztaler Jöchel nochmals. Da wurde dann noch ein bisschen mehr gefragt – und wohl auch unverhohlener, denn die beiden hatten schon eine Vermutung, wie man auf die Idee kommen könnte, in knapp zwei Wochen von Oberstdorf bis fast nach Meran zu laufen.

„Sagen Sie mal, Ihr Schwiegersohn, der ist doch bestimmt Pfarrer, oder?“ Die vielen Kinder, der ungewöhnliche Urlaub – und hoffentlich die friedvolle Gelassenheit, die wir ausstrahlten – machten die Sache wohl klar.

Um es aufzulösen: Thomas ist Wirtschaftsingenieur, ich – Heike – bin Historikerin, und dass wir beide viele Kinder wollten, war von Anfang an klar. Das Wandern wurde mir in die Wiege gelegt. Als Kind und Teenager hätte ich geschworen, dass keine zehn Pferde mich mal freiwillig dazu kriegen würden, als Erwachsene kann ich es kaum erwarten loszuziehen.

Thomas macht alle Naturaktivitäten als Sportler spielend mit. Gitta und Siegfried waren schon auf fast allen Kontinenten dieser Erde wandern.

Niklas, Norea, Samuel, Raban und Malea? Laufen gern (oder lassen sich – wenn klein genug – gern durch schöne Landschaft tragen). Selbst die Teenager beschlossen nach getaner Alpenüberquerung, im folgenden Jahr – dann nach Schottland – wieder mitzukommen.

Darum dieser Familien-Wanderführer

Wanderführer zum E5 gibt es genug. Aber die meisten funktionieren für Familien mit Kindern nicht. Es braucht mit kleineren Füßen im Gepäck ein anderes Tempo, manchmal andere Wege und nicht zuletzt ein anderes Augenmerk auf Besonderheiten. Diese erhöhen die → Motivation für die Kinder und lassen sie die wunderbaren Berge auch wirklich genießen.

„Alpenüberquerung mit Kindern“ heißt E5 mit Insidertipps für alle, die mit kleinen und größeren Menschen zwischen 0 und 18 Jahren unterwegs sind. (Für Oma und Opa gab es zwar kein extra Seniorenprogramm, aber fitte Senioren haben sicher Spaß an der Tour.)

Neben den Etappenvorschlägen gibt es deshalb Hinweise zur konkreten Vorbereitung (S. 10 bis 15) und Informationen für alle Gegebenheiten von A bis Z (S. 58 bis 71). Informationsangebote in Internet und Medien finden sich auf den Seiten 72 bis 73.

Das Buch gibt außerdem viele Tipps für alle, die sich momentan noch keine Alpenüberquerung im Ganzen vorstellen können. Nebenbei bemerkt: Das konnten wir vor ein paar Jahren auch nicht. Unser Ratschlag an euch: Beginnt doch ganz einfach mit Tagestouren, Zweitagestouren oder Unternehmungen mithilfe von Seilbahn, Bus und anderen Hilfsmitteln. Es geht schließlich um den Spaß und das Erlebnis als Familie, und nicht um das Brechen von Rekorden.



Hinweis zur zweiten Auflage



Wir haben die Erzählung so belassen, wie wir die Wanderung 2017 erlebt haben. Veränderungen, die wir bei einer erneuten Alpenüberquerung im September 2020 festgestellt haben, wurden von uns stillschweigend im Text korrigiert und Neues ergänzt. Corona-bedingte Einschränkungen sind als temporäre Besonderheiten nicht berücksichtigt. Die Ausgaben ab Seite 74 sind angepasst.



Name	Persönliche Highlights auf dem E5	Etappe
Aalea 	<ul style="list-style-type: none"> • Mama und Papa • Meine Geschwister • Oma und Opa 	5 8 3
Raban 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialseilbahn (zur Braunschweiger Hütte) • Ötztal (Archeoparc) • Knochenfund an der Braunschweiger Hütte 	6 10 6
Samuel 	<ul style="list-style-type: none"> • Fund des uralten Schlüssels (an der Braunschweiger Hütte) • Weißkarsee • Vernagter Stausee 	6 7 10
Norea 	<ul style="list-style-type: none"> • Gletscher (an der Braunschweiger Hütte) • Murmeltiere • Schnanner Klamm (2020 gesperrt) 	7 3 4
Niklas 	<ul style="list-style-type: none"> • Hängebrücke • Aufstieg zur Kemptner Hütte • Abstieg zum Vernagter Stausee 	2 1 9
Heike 	<ul style="list-style-type: none"> • Gegenwartskapelle auf dem Venet • Sonnenaufgang am Berggasthaus Hermine • Erinnerungsstein zwischen Martin-Busch-Hütte und Similaunpass 	4 3 9
Thomas 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufstieg zum Flarschjoch • Bank unterhalb der Braunschweiger Hütte • Similaunpass 	3 6 9
Gitta 	<ul style="list-style-type: none"> • Grenze zwischen Deutschland und Österreich am Mädelejoch • Flarschjoch • Vom Wasser zerstörte Brücke zwischen Vent und Martin-Busch-Hütte 	2 3 8
Siegfried 	<ul style="list-style-type: none"> • Bergführer in Vent • Almenwanderung vom Venet nach Wenns • Erste Hüttenübernachtung 	7 5 1



Alpenüberquerung mit Kindern - geht denn das?

Als wir am ersten Tag beim Zugang zur Kemptner Hütte keuchend aufstiegen und dabei erschöpfte, nörgelige Kinder hinter uns herzogen, schauten die vorübergehenden Wanderer zweifelnd, mitleidig – und manchmal sah man fast, wie sie innerlich den Kopf schüttelten. Wie konnte man denn auf so eine Idee kommen? Mit fünf Kindern zwischen zwei und 17 nach Meran laufen.

Wenn wir ehrlich sind: Am ersten Abend beschlichen Thomas und mich kurz Zweifel. Es regnete in Strömen, die Hütte war ein Massenbetrieb, in dem wir kaum Platz beim Abendessen fanden, und die Kinder waren im Wortsinn stehend k.o.

Gleichzeitig erinnerten wir uns an unsere letzte Alpenüberquerung: 2012 waren wir auf der Via Claudia Augusta, einem Talweg mit zwei Passübergängen, von Füssen nach Meran gewandert. Auch da waren die ersten Tage sehr beschwerlich. Solange, bis wir uns sozusagen „eingewandert“ hatten.

Und dieses Mal hielt gleich der erste Tag einen heftigen Anstieg bereit. Nie wieder in den folgenden neun Tagen wurde es so anstrengend, und an jedem anderen Tag war die Stimmung besser.

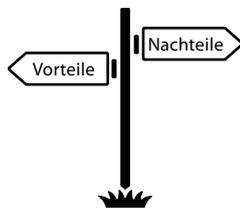
Fazit: Natürlich kann man mit Kindern die Alpen überqueren, so wie man viele andere Fernwanderungen mit Kindern schaffen kann. Aber natürlich braucht es hierfür auch eine ganz besondere Vorbereitung.

Und die kommt jetzt in chronologischer Reihenfolge.

E5: Vor- und Nachteile abwägen

Knapp ein Jahr vor der Wanderung begannen wir unsere Planungen. Wir erwogen verschiedene Fernwanderungen, entschieden uns schließlich aber für den E5.

Der Weg hat Vor- und Nachteile, die unsere Wahl beeinflussten. Wir wollen sie euch kurz vorstellen:



+ Vorteile	- Nachteile
<ul style="list-style-type: none"> • Weg nicht zu verfehlen • gute Infrastruktur (Unterkünfte, Verpflegung) • im → Notfall schnelle medizinische Hilfe • umfassende Wanderliteratur • An- und Abreise gut möglich (ÖPNV, Auto) • Klima • flexibler Beginn • geführte Wanderung möglich 	<ul style="list-style-type: none"> • stark frequentiert • hohes Preisniveau • Hüttenvorbuchungen zwingend nötig • teilweise kein Handyempfang (für Ängstliche)

Alpenvereinsmitgliedschaft anmelden



Das wird jetzt ein flammendes Plädoyer. Von Menschen, die vor der Wanderung zwar nie mit dem Deutschen Alpenverein (DAV) zu tun, aber manchmal am Rande von ihm gehört hatten. Jetzt sind wir der Meinung: Ob sich nun unsere Alpenvereinsmitgliedschaft im engeren Sinne jährlich „rechnet“, spielt keine Rolle.

Es ist unglaublich, was mit der unermüdlichen Kraft von so vielen Berg- und Wanderbegeisterten geschaffen wurde und wird. Weit mehr als eine Million Menschen sind allein in Deutschland in ihm organisiert und viele von ihnen investieren viele Stunden ehrenamtlicher Arbeit dafür, dass jedermann (und -frau) gut in den Bergen unterwegs sein kann. Ein österreichisches und italienisches Pendant gibt es natürlich auch.

Wer Lust hat, sich die Entwicklung des Alpenvereins näher anzuschauen, dem sei das Alpine Museum in München empfohlen, das auf informative und unterhaltende Art und Weise den Zauber der Berge, des Wanderns und des Vereins einzufangen vermag.

Um auf das Praktische zurückzukommen: Die Wege waren zumeist toll hergerichtet, die Markierungen machten das Zurechtfinden zum Kinderspiel, die Unterkünfte waren nicht nur praktisch, sondern auch einladend (jedenfalls die vom Alpenverein). Und der Alpenverein stellte sich als sehr familienfreundlich heraus.

Eine Mitgliedschaft ermöglicht eine vergünstigte Nutzung der Hütten für die Übernachtung und extra preiswerte „Bergsteigeressen“ (auch für Wanderer) – aber darüber hinaus noch viel mehr: Versicherungsschutz, Bergsportkurse, geführte Touren, Kletteranlagen in vielen Städten und die Möglichkeit zum ehrenamtlichen Engagement. Nicht zu vergessen: Seitdem flattert alle

Etappe 1: Von der Spielmannsau zur Kemptner Hütte

Die, bei der aller Anfang schwer ist



Wie hingemalt: die Spielmannsau.

Ausgangspunkt: Spielmannsau, Oberstdorf (986 Meter)

Ziel: Kemptner Hütte (1844 Meter)

Stationen: Übergang über den Sperrbach – Sperrbachtobel

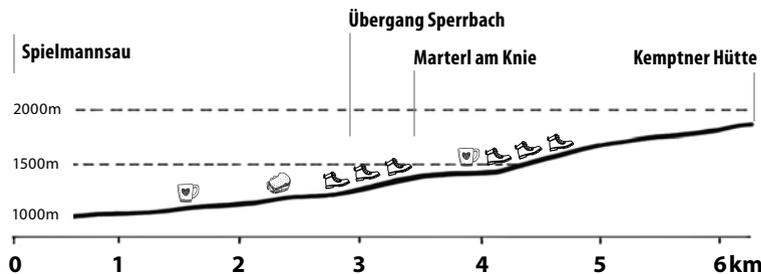
Streckenlänge: 6,2 Kilometer

Dauer: 3:40 Stunden, davon 20 Minuten Pausen (3)

Schwierigkeitsgrad: schwer

Spiel des Tages: „Ein Hut, ein Stock, ein alter Mann ...“

Abstecher des Tages: Marterl am Knie (Wir verpassten es leider.)



- steil / anspruchsvoll
- Minipause
- längere Pause

Unsere Wanderreise begann mit einer gemütlichen Zugfahrt – zuerst bis Kempten, wo sich herausstellte, dass die vor uns liegende Strecke gesperrt war. Kein angenehmer Gedanke angesichts der Warnung, 18.30 Uhr solle man in der Hütte sein, damit das Bett nicht vergeben werde. Aber in der Rekordzeit von 30 Minuten präsentierte die Deutsche Bahn eine Lösung, entkoppelte zwei Zugteile und konnte damit eine von zwei Teilstrecken – unsere nämlich – bedienen.

Wir schafften mit Rennen also sogar noch den von uns glücklicherweise vorgebuchten Bergsteigerbus vom Bahnhof Oberstdorf zur Spielmannsau. Warum glücklicherweise? Wir hatten vorab gelesen, es sei sinnvoll, Gruppen anzumelden. Und während ich noch nachdachte, ob wir als Gruppe durchgehen, rief ich schon mal das Busunternehmen an. Goldrichtig, denn der Bus hatte planmäßig 16 Plätze und wir gedachten acht zu blockieren.

Es waren dreißig Grad im Schatten und wir schwitzten in dem kleinen, überfüllten Bergsteigerbus – gemeinsam mit dem lustigsten und wandererfahrensten Busfahrer, den wir je getroffen hatten. Er versorgte alle Wanderer mit wichtigen Tipps zum ersten Aufstieg.

Der begann gemütlich, allerdings nur für etwa zwei Kilometer. Trotzdem war der Antritt für Samuel und besonders Raban nicht ganz einfach. Und so spielten wir beim Gehen: „Ein Hut, ein Stock, ein alter Mann – vor, zurück, zur Seite, ran.“ Das verlangsamte zwar das Ganze, trug uns aber so weit, bis die Beine ihren Rhythmus gefunden hatten.

Anleitung zum Nachspielen

„Und eins – und zwei – und drei – und vier – und fünf – und sechs – und sieben – und acht – ein Hut – ein Stock – ein alter Mann – vor – zurück – zur Seite – ran.“ Ihr könnt nebeneinander gehen und mindestens einer spricht laut, deutlich und im immer gleichen Rhythmus den Text. Ihr beginnt mit dem rechten Fuß – die zusammenstehenden Wörter sind zwei Schritte. Nach „ein alter Mann“ bleibt ihr mit beiden Füßen nebeneinander stehen und macht nun im Stand Folgendes: Bei „vor“ rechtes Bein mit kleinem Tip nach vorn und bei „zurück“ das Bein nach hinten mit kleinem Tip. Bei „zur Seite“ rechts neben euch ein Tip und bei „ran“ stellt ihr euren rechten Fuß wieder zum linken. Dann beginnt das Spiel wieder von vorne.

Nach der flachen Strecke ging es wirklich steil bergauf, und zwar ganze drei Stunden lang. Das hört sich nicht viel an, aber für den Anfang, noch uneingewandert, war es richtig herausfordernd. Außer für Niklas, der mit seinen 17 Jahren scheinbar mühelos voranlief.

Wir anderen konnten die Pausen kaum erwarten und so kam es, dass wir den besten Pausenpunkt ausließen: Weil wir uns aus Unkenntnis zehn Minuten zuvor an den Rand des Weges gedrängt hatten, um niemandem im Weg zu sein, aber trotzdem zu rasten.

Der Übergang über den Sperrbach wäre dieser beste Pausenpunkt gewesen. Der Bach lud zum Kühlen, Rucksäcke absetzen und Spielen ein. Man hätte wunderbare Steinmandl bauen und dabei die Sonne genießen können.

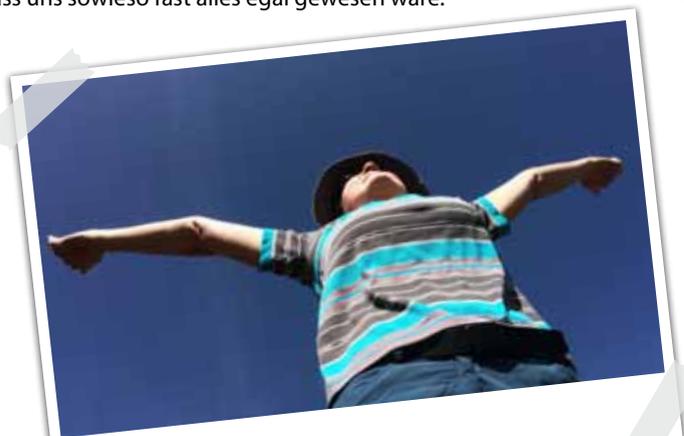
Eine zweite Pausen-Möglichkeit stellte das „Marterl am Knie“ dar, das kurz hinter dem Steg ausgeschildert war und Teil eines längeren Pilgerweges ist. Diese kleine pittoreske Kapelle soll an den großen Brand von Oberstdorf erinnern. Aber in Anbetracht der Zeit trauten wir uns nicht, den Aufstieg weiter zu verzögern, und hielten weder am Bach an, noch besuchten wir das Marterl.

Das war auch gut so, denn die zweite Hälfte des Aufstiegs war zwar spannender, aber anstrengend und sie dauerte ihre Zeit. Die letzten 90 Höhenmeter beflügelte uns der Anblick der Kemptner Hütte dann, die man schon auf dem Berggrücken thronen sehen konnte.

In der Hütte empfing uns eine Rezeption, deren Mitarbeiter nach einem perfekten System arbeiteten, um in der Hochsaison täglich um die 250 Wanderer in 2 bis 3 Stunden einzuchecken, sie anschließend mit warmem Essen zu versorgen und am nächsten Morgen in zwei Stunden wanderbereit zu bekommen. Zwei junge Damen wiesen uns ein Mehrbettzimmer statt des geplanten Lagers zu, was natürlich sehr willkommen war.

Die Masse an Menschen ist eine Herausforderung, der sich die Hütte bei der Sanierung (bis 2021) stellt: keine Duschen mehr, dafür großzügige Waschräume und luftige Lager. Auf WLAN wird im Sinne des Hüttencharakters verzichtet, ebenso ist die Nutzung der Steckdosen (im Gastraum) kostenpflichtig.

Das Essen war gut, der Schlafplatz gemütlich und der Ausblick grandios. Wir waren so stolz, die erste Etappe geschafft zu haben, dass uns sowieso fast alles egal gewesen wäre.



Berge, wir kommen!

Praktische Tipps für die erste Etappe

- Übernachtet in Oberstdorf – unser Tipp ist das familienfreundliche Mountain Hostel in der Spielmannsau (mit gutem Essen). Oder nehmt einen Zug, der regulär bis mittags ankommt. Dann können euch auch böse Überraschungen nicht aus dem Takt bringen.
- Solltet ihr früh im Ort sein, könnt ihr mit älteren Kindern überlegen, euch von Oberstdorf Bahnhof bis Spielmannsau im relativ flachen Gelände „einzuwandern“. Dann kämen zu unserer Streckeninformation noch etwas mehr als 7 Kilometer und 233 Höhenmeter dazu.
- Meldet eure Familie beim örtlichen Busunternehmen (2017: Brutscher Reisen, 08322 / 48 11, → Internet) für die Bergsteigerlinie an.
- Füllt beim Aussteigen aus dem Bus in der Spielmannsau eure → Wasserflaschen oder -säcke nochmal randvoll, danach gibt es kaum Möglichkeiten.
- Denkt daran, ein Startfoto zu machen. Bei schönem Wetter liegt vor euch ein Traumpanorama mit den Felsformationen der Trettach und des Kratzers am Ende des Tales.
- Achtet darauf, vor Übermut nicht zu schnell loszulaufen. Nur etwas mehr als zwei Kilometern ist die flache Einwanderstrecke lang, dann geht es steil bergauf.
- Die Strecke ist in der Feriensaison stark begangen. Da sie an den meisten Stellen nicht sehr breit ist, sollten Pausenplätze umsichtig ausgesucht werden, um schnellere Wanderer (also fast alle) nicht zu behindern. Am geeignetsten war die Stelle, bei der wir ungefähr nach der Hälfte der Strecke (Länge) den Sperrbach überquerten.



Von der Spielmannsau ist die Kemptner Hütte (und zurück) auch mit Kindern als Tagestour gut machbar. In diesem Fall müsst ihr zeitig aufbrechen, ab 7.45 Uhr fahren die Linienbusse. Bis mittags steigt ihr auf, nach einer ausgiebigen Pause wieder ab. Als Zweitagestour könnt ihr gemütlich oben übernachten und Bergluft schnuppern, bei gutem Wetter auch auf der herrlichen Terrasse.

Notizen

Praktische Tipps für die fünfte Etappe

- Falls ihr gern Käse esst, plant Platz und → Gewicht für den Bergkäse der Gogles Alm ein.
- Auf der Galfun Alm sind die Bewirtschafter gern bereit, den Almkuchen auch eingepackt mitzugeben.
- Wenns ist ein sehr langgezogenes Dorf mit mehreren Bushaltestellen. Wir entschieden uns für den Abstieg nach Wenns Pitztaler Hof. Eine Karte hilft bei der Orientierung im Ort, denn die Ausschilderung des E5 fehlt hier (vermutlich, weil der Bus ja nur eine Variante des Normalwegs ist).
- Informiert euch vorab über die Busfahrzeiten auf der Seite des Verkehrsverbundes Tirol oder des Tourismusverbandes Pitztal (→ Internet), die Strecke wird in einem größeren Takt bedient.
- Der Supermarkt in Wenns liegt an der Hauptstraße Richtung Talausgang, nur etwa 100 Meter von der Bushaltestelle Pitztaler Hof.



Von Landeck/Zams aus könnt ihr morgens mit der Bergbahn auf den Venet fahren und von dort den Panoramaweg nach Wenns laufen. Das dauert mit normalen Verschnaufpausen etwa vier Stunden – entsprechend länger, wenn ihr beispielsweise an der Bergstation des Venet eine Spielplatzrunde einbaut, den Venetgipfel bezwingen wollt oder an einer der vielen Almen länger einkehrt. Von Wenns kommt ihr mit einem Umstieg in Imst zurück nach Landeck/Zams, ihr könnt aber auch nach Imst laufen, wenn euch drei weitere Wanderstunden für den Nachmittag gelegen kommen.

Notizen

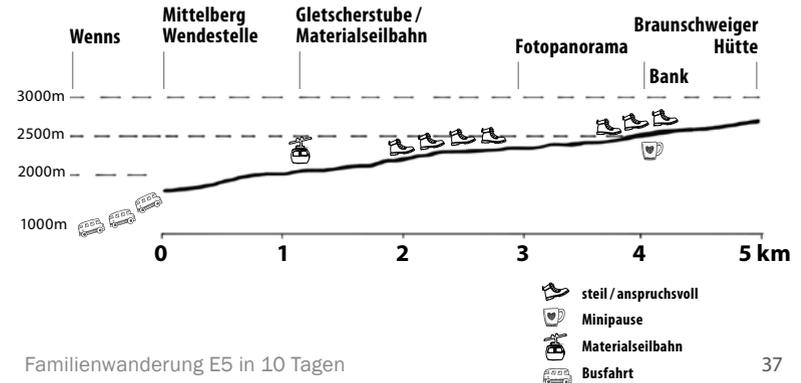
Etappe 6: Von Wenns zur Braunschweiger Hütte

Die, bei der wir ganz in Gegenwart und Vergangenheit sind



Entritt auf dem Wasserfallweg

- Ausgangspunkt:** Wenns (962 Meter)
- Ziel:** Braunschweiger Hütte (2759 Meter)
- Stationen:** Mittelberg im Pitztal (1736 Meter) – Gletscherstube / Materialseilbahn (1915 Meter) – Wasserfallweg
- Streckenlänge:** 5 Kilometer
- Dauer:** vormittags 1:00 Stunde Busfahrt / 30 Minuten bis zur Materialseilbahn / 3:00 Stunden, davon 10 Minuten Pause (1)
- Schwierigkeitsgrad:** mittel
- Spiel des Tages:** Schatzsuche
- Abstecher des Tages:** See unterhalb Braunschweiger Hütte, Pitztaler Jöchel



Die Busfahrt am Tagesanfang verbrachte jeder nach eigenem Geschmack: Handy spielend, aus dem Fenster schauend, mit anderen Fahrgästen erzählend – oder auch Malea zu einer Windel überzeugend. Unsere Kleinste war eigentlich bereits seit zwei Monaten trocken und hatte an allen Wandertagen bewiesen, dass sie bei Wind und Wetter und in jeder Lebenslage in der Natur aufs Klo gehen konnte. Nun aber saßen wir im Bus und es war dringend. Aussteigen war keine Option. Gelobt sei ein Tipp, den ich einmal im Internet gelesen hatte: Wanderung = Notwindelzeit. 20 Bestechungsgummibärchen und die fortwährende Versicherung, sie sei zwar schon ein Großkind, aber besondere Umstände erforderten eben besondere Maßnahmen, ließen die Windelaktion zum ersten Highlight des Tages für unsere Kleinste werden.

Bei dieser Gelegenheit trafen wir ein Ehepaar um die 60 aus der Nähe von Köln, das auch auf dem E5 unterwegs war. „Respekt“, meinten sie, als sie unsere Wanderplanung hörten. Ein schönes Gefühl, nachdem uns am Anfang die Leute eher argwöhnisch beäugt hatten. Überhaupt: Ab jener Etappe zeigten sich andere Wanderer stets positiv erstaunt, wenn sie uns begegneten.

An der Endhaltestelle verließen wir den Bus, wanderten uns 30 Minuten in mäßig ansteigendem Gelände zur Materialseilbahn ein und ließen um 9 Uhr unsere Rucksäcke in die Materialseilbahn hinter der Einkehr Gletscherstube fallen. Wir hofften, dass alles gut ankommen würde, und trugen selbst nur noch einen kleinen Tagesrucksack mit Getränk, Pausenverpflegung, Handschuhen, Pflaster, Notfallpfeife, Handy und Geld.

Zur Braunschweiger Hütte führen mehrere Wege und Steige, die Straße, die als Zufahrt an den durch eine Schrägstollen- und eine Seilbahn erschlossenen Gletscher dient, ist allerdings gesperrt. Wir entschieden uns für den einfachsten, aber trotzdem anspruchsvollen Aufstieg über den Wasserfallweg. Er ist recht steil und teilweise → seilversichert, aber auch für Höhenängstliche und Nichtkletterer gut machbar.

Als die Sonne schließlich über die Bergkuppen stieg, entstand ein Foto-panorama, wie es schöner nicht hätte sein können. Nach dem Steig ging es weiter recht steil bergan, vor der Hütte gab es in größeren Abständen einige Bänke, auf denen wir ausruhen und die Berge bewundern konnten. Der Weg war allerdings recht schmal, so dass wir immer aufpassen mussten, andere Wanderer nicht unnötig zu behindern.

Erschöpft erreichten wir mittags die Braunschweiger Hütte. Es wurde die höchste Übernachtung auf unserer Tour. Während die meisten Wanderer, die so früh ankamen, spätestens nach der Mittagspause weiterzogen, blieben wir. In modernen Zimmern richteten wir uns ein, duschten und wuschen unsere Wäsche. Die riesige Wäschespinnne hinter der Hütte leistete beim Trocknen wertvolle Dienste.

Die größeren Kinder genossen erst einmal die Tatsache, dass WLAN verfügbar war. Die mittleren erkundeten die Umgebung der Hütte. Sie fanden

verrostete Schrauben, Tierzähne, Knochen und ein altes Irgendwas, das sich später als uralter Schlüssel herausstellte.

Auf einem Minispielplatz tobten sie ordentlich, bevor wir alle zusammen zu einem etwa 100 Meter bergab liegenden See marschierten, an dem wir übten, Steine übers Wasser segeln zu lassen. Anschließend statteten wir die Jungs mit zwei Tüten aus und sie sammelten alles auf, was nicht in die Natur gehört: Kronkorken, Glas und vieles mehr. Das Spiel nannten wir „Schatzsuche“.

Anleitung zum Nachspielen

Viele Menschen sammeln gern in der Natur. Manche Pilze, andere Steine, Muscheln oder Hinterlassenschaften aus der Vergangenheit. Im Gebirge bieten sich dazu wunderbare Gelegenheiten, vor allem auf steinübersäten Plateaus. Die Fundstücke – für Kinder als Schätze deklariert – sind nicht nur schön, sondern es lassen sich dazu auch allerlei Geschichten ausdenken. Wie sind sie an diesen Ort gekommen? Wozu dienten sie? Wer hatte sie dabei? Antworten dazu führen zu Gesprächen über geschichtliche Hintergründe der Wander-Etappe, aber auch Umweltthemen und andere Menschen geraten in den Fokus.

Wir Erwachsenen saßen derweil auf der Terrasse und beobachteten auf dem Nachbarfelsen Steinböcke, die offenbar schon an Menschen gewöhnt waren. Thomas und Siegfried beschlossen, auf einen benachbarten Hügel zu klettern, um von dort die Aussicht zu genießen. So kamen sie dem gegenüberliegenden Gletscher noch etwas näher. Später unterhielten wir uns mit dem Ehepaar aus dem Bus. Dann kam es zur Begebenheit aus dem Vorwort.

Gitta und Siegfried wanderten am Nachmittag zum Pitztaler Jöchl. Wir anderen ließen diesen Abstecher aus, wir hatten zu viel Respekt vor dem anspruchsvollen Weg. Die Senioren bestätigten später unsere Bedenken. Auch sie waren der Meinung, dass dieser Abschnitt für die Kinder eher ungeeignet gewesen wäre.

Den Abend verbrachten wir mit Karten und anderen Spielen, und die freundliche Bedienung gab uns noch den ein oder anderen Tipp für den folgenden Tag.



Blick auf die Braunschweiger Hütte und den Gletscher

Praktische Tipps für die sechste Etappe

- Nehmt euch die Zeit, auf dem Weg zwischen Mittelberg Wendestelle und der Gletscherstube die Informationstafel anzusehen, die den Gletscherrückgang aufzeigt. Gerade für die Kinder finden wir wichtig, auch den Gedanken mitzugeben, dass Natur und Berge schützenswert sind.
- Die Nutzung der Materialseilbahn muss nicht angemeldet werden. Frühes Kommen sichert einen Platz für das Gepäck, denn Versorgungsgüter haben immer Vorrang. Die Auffahrt kostet 4 Euro pro Gepäckstück.
- Wir möchten mit Kindern – es sei denn, sie sind klettererfahren – von der Nutzung des alternativen Weges „Jägersteig“ abraten. Auch eine Querung über die Gletscherzunge von der Bergstation des „Gletscherexpress“ ist nur mit Gletscherausrüstung möglich und mit Kindern nicht zu empfehlen.
- Die → seilversicherten Stellen können gut gemeistert werden, es ist aber hilfreich, kleinere Kinder zu unterstützen, da manchmal die Armlänge noch nicht für den Umgriff reicht.
- Da die Metallseile bei geringen Temperaturen sehr kalt sind, empfehlen wir euch, Handschuhe zu tragen.
- Keinesfalls sollte vom Weg abgegangen werden.
- Hinter der Braunschweiger Hütte gibt es eine große Wäschespinne zum Trocknen der Kleidung.
- Vielleicht seht ihr die Steinböcke in unmittelbarer Nähe. Von der Terrasse der Braunschweiger Hütte auf einen kleinen Nachbarfelsen vor dem Gletscher schauend, könntet ihr Glück haben.



Schon an unserer Tourenbeschreibung der Etappe auf dem E5 seht ihr, dass sich die Braunschweiger Hütte auch wunderbar als Tagesziel eignet. Fröhlich am Wasserfallweg hoch, mittags auf der Sonnenterrasse der Hütte relaxen, nachmittags der Abstieg zurück nach Mittelberg. Wer erfahrener ist, kann bei Auf- und Abstieg zudem zwischen verschiedenen Kletterpfaden wählen.

Notizen

Etappe 7: Von der Braunschweiger Hütte nach Vent

Die, bei der wir über die Alpen nachdenken



Sicherheit geht vor! Ein Erwachsener, ein Kind - im Gänsemarsch

Ausgangspunkt: Braunschweiger Hütte (2759 Meter)

Ziel: Bergsteigerdorf Vent (1900 Meter)

Stationen: Rettenbachjoch – Talstation Rettenbachgletscher – Rosi-Mittermaier-Tunnel – Panoramaweg Vent

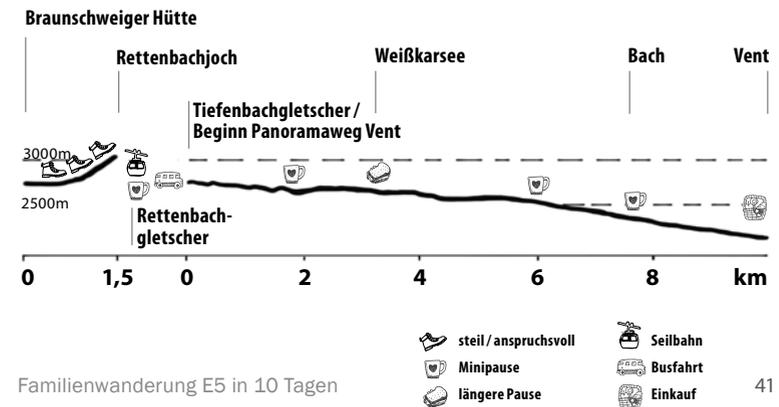
Streckenlänge: 1,4 Kilometer + 9,7 Kilometer = 11,1 Kilometer

Dauer: vormittags 3:00 Stunden, davon 10 Minuten Pause (1) und 30 Minuten Warte- und Fahrtzeit / nachmittags 5:00 Stunden, davon 1:00 Stunde Mittagspause und 1:00 Stunde Pausen (3)

Schwierigkeitsgrad: mittel bis schwer

Spiel des Tages: Gedichte aufsagen

Abstecher des Tages: Elefant Talstation Rettenbachgletscher, Weißkarsee



Später, als wir Vent schon längst sahen, lud ein kleines Bächlein mit Quarzgestein noch ein bisschen zum Verweilen in der Sonne ein, bevor wir uns im Bergsteigerdorf ein Eis gönnten. Leider blieb uns der Ort vor allem aufgrund seiner horrenden Preise bei mittelmäßiger Qualität in Supermarkt und Café in Erinnerung. Hier wurde die Alleinlage offenbar gewinnbringend optimiert.

Wohlthuende Ausnahme war das Lokal im „Hotel Post“ – leckere Küche, familienfreundliche Bedienung. Um das Restaurant zu erreichen, liefen wir an der Venter Ache entlang, einem durch Regen in den Bergen bereits reißenden Fluss, der einen Vorgeschmack auf den bevorstehenden → Wetterumschwung gab.

Toll war die Unterkunft bei Familie Fimml im Haus Eberhard. Sie betreiben eigentlich eine Pension, vermieteten aber auch Bergsteigerzimmer mit echter Bettwäsche und Duschköglichkeit am Gang. Die Besitzer sind ein Ehepaar – er früher Bergführer, sie Spring- und Kunstreiterin. Wir waren sehr beeindruckt und redeten noch eine Weile über dies und das.

Bald vor allem über das Wetter und unsere Frage, ob wir in zwei Tagen den Übergang nach Italien wagen könnten. Regen und Schnee waren binnen 48 Stunden vorhergesagt.

Zwei Stunden später war klar, dass wir uns in zwei Gruppen aufteilen würden: Gitta, Siegfried, Thomas und Niklas gingen nach Vernagt, die anderen erst zur Martin-Busch-Hütte und dann zurück nach Vent.

Dass unser Pensionswirt unsere Umsicht lobte, war im ersten Moment nur ein schwacher Trost. Erst später verstanden wir, dass die wahre Stärke darin gelegen hatte, unseren Wunsch loszulassen.



Storgens ist der Gletscher auch noch da: Imposantes ewiges Eis

Praktische Tipps für die siebte Etappe

- Informiert euch tagesaktuell in der Braunschweiger Hütte, wie die Bedingungen am Pitztaler Jöchl und am Rettenbachjoch sind. Sperrungen wegen Steinschlag sowie Schnee/Eis sind nicht selten.
- Wir empfehlen euch – zumindest mit kleineren Kindern – den etwas weniger schönen, aber einfacheren Weg über das Rettenbachjoch.
- Der Aufstieg zum Rettenbachjoch ist → seilversichert; dort helfen Handschuhe bei kühleren Temperaturen, gut zuzupacken.
- Jenseits des Rettenbachjochs könnt ihr in ca. 30 Minuten hinunter zur Station Rettenbachgletscher laufen oder aber mit der Seilbahn (Schwarze Schneid I) fahren. Aktuelle Informationen zu Betriebszeiten und Preisen bieten die Bergbahnen Sölden (→ Internet).
- Der Rosi-Mittermaier-Tunnel darf nicht zu Fuß begangen werden. Ein Shuttlebus des Linienverkehrs verbindet Rettenbach- und Tiefenbachgletscher (Ausgangspunkt des Venter Panoramawegs) durch den Tunnel. Er fährt alle 30 bis 60 Minuten, der Fahrplan kann beim Verkehrsverband Tirol abgerufen werden (→ Internet). Alternativ stehen Taxis zur Verfügung, der Preis ist Verhandlungssache. Für eine größere Gruppe liegt er nur geringfügig über dem Buspreis.
- Am Weißkarsee gibt es eine Stempelstation. Besonders Kinder haben Freude daran, den Stempel auf die Haut oder ins → Reisetagebuch zu setzen, um eine Erinnerung zu haben.



Aus dem Ötztal gibt es hervorragende Verbindungen mit dem öffentlichen Nahverkehr und ggf. den Bergbahnen zum Ausgangspunkt des Venter Panoramawegs, der eine geeignete Tagestour darstellt. Schafe gucken, am See verschnauften und am Bach spielen inklusive. Von Vent aus geht es dann zurück zum Ausgangspunkt im Ötztal.

Notizen

Allgemeine Hinweise von A bis Z

An- und Abreise

Bekanntlich führen viele Wege nach Rom und ebenso zum E5 und von ihm weg. Hier ein kurzer Überblick über das jeweils letzte Verkehrsmittel (zum Beispiel falls ihr mit dem Flugzeug bis München kommt).

- **Auto:** Eine Anreise mit dem Auto ist flexibler als mit anderen Verkehrsmitteln. Die Rückreise zum Ausgangspunkt der E5-Wanderung aus Südtirol ist machbar, aber etwas umständlich mit dem regulären Zug- und Buslinienverkehr und je nach Ausgangspunkt komfortabler mit speziellen Shuttlebussen. In Oberstdorf beispielsweise kann das Auto auf Parkplätzen, in Parkgaragen (→ Internet) oder im Mountain Hostel in der Spielmannsau (für Gäste) abgestellt werden. Möglich ist auch ein Auto-transport ans Ende der Wanderung, also nach Vernagt oder Meran. Manche Vermieter sind bereit, das Auto gleichsam aufzubewahren, wenn die Familie dort übernachtet.
- **Bahn:** Eine Anreise mit der Bahn hat den Vorteil, dass ihr nicht zum Ausgangspunkt der E5-Wanderung zurückkommen müsst. Wir persönlich fanden sie zudem entspannt, da keiner fahren musste. Zudem wusste man gleich, wie viel man tragen konnte. Nach Oberstdorf fährt die Deutsche Bahn ebenso wie das Verkehrsunternehmen ALEX. In beiden Zügen sind Bahnfahrkarten der Deutschen Bahn gültig. Fahrkarten sind außerdem wechselseitig in ALEX-Zügen und in DB-Zügen der gleichen Streckenführung gültig. Wanderfamilien aus Bayern nutzen kostengünstig das Bayernticket oder das Servus-Ticket von ALEX. Kinder unter 15 fahren dabei mit Eltern/Großeltern kostenlos. Oberstdorf wird auch von Fernzügen angefahren. Zubringer existieren von Augsburg, Ulm und München. Zurück geht es von Vernagt mit dem Bus und ab Naturns mit der Regionalbahn. Alternativ ab Meran erst nach Bozen und von dort beispielsweise nach München.
- **zu Fuß:** Für den (unwahrscheinlichen) Fall, dass ihr nicht nur zwei Wochen, sondern vielleicht zwei Monate wandert, interessiert euch die Anreise zu Fuß: Der E5 beginnt in Nordfrankreich, schlängelt sich an Fontainebleau bei Paris vorbei in die Schweiz (Bregenz) und kommt über Sonthofen und das Staufner Haus (Nagelfluhkette) nach Oberstdorf.
- **Anwandern:** Vielleicht möchtet ihr nicht nur die Kernstrecke Oberstdorf – Meran laufen, sondern schon ein wenig früher auf den Geschmack kommen. In der Nähe von Oberstdorf sind beispielsweise Kreuzlingen (Konsanz) und Bregenz Stationen des E5. Ihr könnt also auch nach Oberstdorf anwandern.

- **Letzte Kilometer:** Ab Oberstdorf müssen sich alle Wanderer entscheiden. Entweder könnt ihr zur Spielmannsau laufen (ca. 8,4 Kilometer, leicht ansteigend) oder ihr nehmt den Bergsteigerbus, der in der Hauptsaison jede Stunde einmal fährt, mit Ausnahme einer längeren Mittagspause. Größere Familien melden sich am besten beim Busunternehmen an.

Ausrüstung

Unsere Erfahrungen lassen sich mit den Worten zusammenfassen: Man braucht zwar nur sehr wenig zum Wandern in den Bergen, dafür aber die richtigen Dinge. (→ Packliste im Anhang)

Es gibt heutzutage eine so große Auswahl an Ausrüstungsgegenständen – nützlich oder nur scheinbar nützlich –, dass ihr im Outdoorladen eurer Wahl und im Internet schier verrückt werden könnt. Wir wollen trotzdem keine Empfehlungen geben, für qualifizierte Werbung fühlen wir uns nicht erfahren genug. Aber eines wissen wir: Auf zwei Ausrüstungsgegenstände kommt es an. Ein qualitativ hochwertiger → Rucksack pro Person und ebenso hochwertige → Wanderschuhe.

Belohnung

Am liebsten würden wir natürlich schreiben, dass der Weg und das Erreichen selbstgesteckter Ziele der Lohn sei. Aber mit Kindern stimmt das nicht so ganz. Es braucht zwischendurch immer wieder einmal Anschubser, um müde Füße auf Trab zu bringen, von kleinen Missgeschicken abzulenken oder die Langeweile zu bekämpfen.

Zu diesem Zweck dachten wir uns vor einigen Jahren bei einer der ersten Fernwanderungen eine abenteuerliche Geschichte aus, die bis heute Folgen hat: Wir waren damals auf der Via Claudia, einer alten Römerstraße, unterwegs. Als wir auf dem Weg immer mal wieder Unterlegscheiben fanden, erzählten wir dem damals fünfjährigen Samuel, es handele sich um Römermünzen. Die hätten ein Loch, weil es damals noch keine Portemonnaies gegeben hätte und die Römer sie deshalb an einer Schnur trugen. Das ist natürlich Unsinn, aber die Kinder wollen es gern glauben.

Die zweite Geschichte erfand unsere Tochter Norea: Sie erzählte ihren jüngeren Brüdern von Zwergen, die durchs Gebirge zögen. Dabei hätten sie stets Zwergenschätze (Centstücke) dabei. Besonders auf steilen Wegen – also Auf- und Abstiegen – fiele immer mal eine Münze aus dem Zwergenwägelchen, die wir dann finden könnten. Gesammelte Zwergenschätze können am Ende der Wanderung prima in einem Souvenirshop o.Ä. eingelöst werden.

Letzten Endes sind auch Süßigkeiten in Maßen, aber doch freizügiger als zu Hause eine große → Motivation.



68 Seiten Paperback
ISBN 978-3-903085-92-3



Du erlebst die Berge wie kein anderer!
Erinnere dich an deine Wandertouren und wichtige Details. Dein Alpentagebuch macht es dir besonders einfach: Es ist übersichtlich gestaltet und enthält zahlreiche Symbole zum Umringeln. So kannst du innerhalb weniger Minuten jeden Wandertag einordnen und für immer festhalten. Selbstverständlich findest du auch Platz für persönliche Gedanken, Hüttenstempel, Aufkleber, Fotos, getrocknete Blätter oder was immer dir wichtig ist.



Viel Freude auf den schönsten Bergen dieser Welt!

Im (Internet-)Buchhandel und auf
www.editionriedenburg.at