

# Luxus auf harte Tour

Um ein Gebirge auf Skiern zu durchqueren, bedarf es Technik, Kondition und Bereitschaft zur Askese. Anders beim Nockberge-Trail mit **Wellnesshotels** und Gepäcktransfer.

Von Florian Sanktjohanser

**I**rgendwann an Tag drei, irgendwo im endlosen Weiß, dreht Elisabeth Fürstaller plötzlich den Kopf. „Ich könnte ewig so weiter gehen“, sagt sie und lächelt. „Das ist wie Urlaub für mich.“ Wirklich? Seit Stunden schlurfen wir durch dampfbaddichten Nebel, ringsum sind nur die Schemen von Nadelbäumen und die sanften Hänge der Schneekuppen zu sehen. Nicht gerade das Holz, aus dem Bergführerträume geschnitzt sind.

Aber Fürstaller ist ja auch keine normale Bergführerin. Anders als so manche Kollegen hat die 44-Jährige nicht den Drang zur Alleinunterhalterin. Verwegene Bergabenteuer bekommt man von ihr kaum zu hören. Lieber erzählt Lisi, wie alle sie nennen, von ihrer Kindheit. Wie sie jeden Morgen vom Bauernhof der Eltern vier Kilometer zur Schule lief. Oder wie sie mit neun Jahren ihre erste Skitour ging, zusammen mit ihrem Vater, einem bekannten Bergführer.

Fürstaller lernte Köchin und Kellnerin, doch seit zwölf Jahren ist sie nun die einzige aktive Bergführerin **Kärntens**. Und wahrscheinlich gibt es niemanden, der diese Tour besser kennt als sie.

## Königdisziplin des Skibergsteigens

Drei bis fünf Mal pro Winter führt Fürstaller Gäste über den Nockberge-Trail, und das seit 2017 – also seitdem die 65 Kilometer lange Viertagestour als Gesamtpaket buchbar ist, inklusive Well-

nesshotels und Gepäcktransfer. In dieser Form ein Novum in Österreich. Und für manchen Bergsteiger sicher ein Sakrileg.

Durchquerungen gelten als Königsdisziplin des Skibergsteigens, legendäre Touren wie die Haute Route oder die Hoch Tirol erfordern makellose Technik und extreme Kondition. Sie bleiben die Domäne von Extremsportlern und anderen Könnern. Was diese zähen Asketen allein über den Start unserer Tour sagen würden, kann man sich denken.

Sanft schaukeln wir am ersten Tag im Sessellift von der Katschberghöhe hinauf zum Aineck – und erschummeln uns so schon mal 600 Höhenmeter. Aber als wir in 2220 Metern Höhe aus den Sitzen rutschen, ruft Fürstaller: „Jetzt muss ma a bisserl antauchen.“ Soll heißen: schieben. Der doppelte Stockeinsatz zieht gleich in die Arme. Wir queren zugeschnittene Viehzäune, kurven zwischen Baumstümpfen einen steilen Hang hinab.

Bis 2004 waren die Nockberge ein Nationalpark, nun sind sie ein Unesco-Biosphärenpark und die Regeln lockerer – zur Freude der Holzwirtschaft, welche die Fichten-Monokulturen auf manchem Hang zu verantworten hat.

## Über die Grenzkämme

Auf einem Forstweg fellen wir zum ersten Mal auf: Felle ausrollen, in die Ski einhängen, glatt streichen, Bindung drehen, Stiefel in den richtigen Modus stellen. Allein an diesem Tag werden wir die Prozedur drei Mal wiederholen. Wer im Umgang mit der Ausrüstung noch nicht

sattelfest ist, lernt es auf dieser Tour.

An der Laußnitzalm vorbei steigen wir zum Laußnitzsee auf. Außer einem Viehzaun sind im milchigen Weiß nur Windgangeln zu sehen, stromlinienförmige Minidünen aus Schnee. Und gelegentlich rote, runde Schilder mit weißem Mittelstrich, deren Stangen fast vollständig im Schnee versunken sind.

Sie markieren den Kärntner Grenzweg, dem der Nockberge-Trail über weite Strecken folgt. Meist werden wir auf den Grenzkämmen zwischen **Kärnten**, Salzburg und Steiermark unterwegs sein, quer durch die Gurktaler Alpen. Die Nockberge sind ihre höchste Gebirgsgruppe. Durch ihr Millionen Jahre altes Urgestein, abgeschliffen von Gletschern und den ewigen Kräften der Erosion, zieht sich eine Linie von Kalksteininseln.

### **Erst wedeln, dann saunieren**

Meist geht es in den Nocken sanft bergauf, nur selten brauchen wir Spitzkehren. Die Gipfel sind im Nebel kaum als solche zu erkennen – zumal der Rote Riegel nicht einmal ein Kreuz trägt. Auf der Schwarzwand, 2214 Meter über dem Meer, steht immerhin ein Steintürmchen. „Normalerweise würden wir jetzt rundherum über Nocken schauen“, sagt Fürstaller, bis zu den Hohen Tauern in der Ferne. Wegen dieser Ausblicke sind besonders die ersten beiden Etappen auch als Tages-Skitouren beliebt. Oft gleitet man in alpinen Höhenlagen dahin – so wie auf dem folgenden Bergrücken, wo wir leicht von Gipfel zu Gipfel rutschen.

In der Mittagspause bricht endlich die Sonne durch, in der Ferne sehen wir die Ankogelgruppe mit der Hochalmspitze (3360 m). Und bei der letzten Abfahrt wedeln wir jauchzend durch lichten Wald und über offene Hänge. Als wir in Innerkrems ankommen, stehen die Taschen mit der frischen Wäsche schon an der Hotelrezeption. Die Sauna ist angeheizt. Auf dem Hang gegenüber kurven ein Dutzend Tourengeher neben den Liftmasten herab, die ohne Gondeln postapokalyptisch wirken. Da es in dem abgelegenen Bergnest nur vier Hotels mit wenigen Betten gibt, wurde der Lift im Winter 2021/22 abgeschaltet. Die Hoteliers konzentrieren sich nun auf Tourengeher, für Anfänger walzen sie sogar die alte Piste. Offenbar mit Erfolg: Die Stube des Hotels „Berghof“ ist gut gefüllt, unter dunklen Balken zwischen Sportler in Funktionswäsche ihr Belohnungsbier. Am Nebentisch singt eine Gruppe Graumelierteer ein Prostlied.

### **Königsetappe ohne Kaiserwetter**

Ohne Lift müssen wir am nächsten Morgen alles mit Körperkraft bewältigen – und haben deshalb an diesem Tag 1500

Höhenmeter vor uns, verteilt auf 17 Kilometer Strecke. Die Königsetappe, heißt es. Leider ist das Wetter wenig königlich. Nasser Schnee prasselt auf die Kapuze, mit zusammen gekniffenen Augen und gesenkten Köpfen schlurfen wir dahin. Trotzdem ist der einsame Aufstieg schön.

Die Einsamkeit ist der Trumpf des Vorzeigewegs. Auf der gesamten Durchquerung begegnen wir kaum einem Menschen. Wenn der Wind nicht pfeift, ist es vollkommen still. Der Preis dafür: Unterwegs können wir in keiner Hütte einkehren, im Winter sind sie geschlossen. Wenn das Wetter umschlägt oder etwas schief geht, ist man auf sich gestellt. „Die Leute lesen im Internet „Wildnis und Wellness“ und unterschätzen manchmal die Tour“, sagt Fürstaller. Geschätzt 60 Prozent sind auf eigene Faust unterwegs – was übel enden kann. Zwar gibt es keine Gletscher mit tückischen Spalten. Aber „die Nockberge haben viele Geländefallen wie Mulden.“ Und vor allem in puncto Orientierung sei das Revier sehr anspruchsvoll, sagt Fürstaller.

„Haltet bitte immer 15 Meter Abstand“, ruft sie und zieht ein paar elegante Schwünge. Wir haben den Luxus, ihrer Spur hinterher zu fahren. Dennoch ist der folgende Fichtenslalom nervenaufreibend – besonders wenn Äste auf halber Höhe im Weg stehen. Zwischendurch aber verwöhnen Passagen mit unverspurtem Pulverschnee. Für Tourengeher aber, denen es nur um die Abfahrt geht, ergibt der Trail wenig Sinn. Wirklich steil wird es in den Nockbergen nicht.

Ohne Fernsicht zieht sich die Etappe. Am Königstuhl stoppen wir kurz für ein Foto: 2336 Meter steht am Gipfelkreuz, der höchste Punkt der Tour. Mit seinem Mantel aus Eisnadeln könnte es auch am Nordpol stehen. Umso überraschter sind wir, als wir aus einem Wald gleiten – und unvermittelt vor Pistenschildern und Liftmasten stehen. Skifahrer gucken uns erstaunt an, eine Niederländerin fragt nach dem Weg zu ihrem Hotel. Wir sind auf der Turracher Höhe gelandet, dem noblen Etappenziel. Unten spazieren Urlauber über den zugefrorenen See, Schneemobile flitzen von Ufer zu Ufer. Vom Hotelbalkon ist das alles fein zu beobachten, beim Frischluftschnappen im Bademantel nach der Sauna.

In einer gelben Bimmelbahn fahren wir am nächsten Morgen an den Hotelpalästen entlang, ein beheizter Sessellift chauffiert uns auf den Kornock. Wir cruisen über einen Forstweg und steigen unterhalb von rötlichen Felsen auf, die von angezuckerten Bäumen gekrönt sind. Menschenspuren sind keine zu sehen, wie meist in den Nocken. „Das lässt alles noch weiter und wilder wirken“, sagt Fürstaller, „freier“. Dann spurt sie weiter. Fast wie im Urlaub. *dpa*

## Service

**Anreise:** Mit dem Zug bis **Spittal-Millstättersee**, dort geht es per Bus zuerst nach Gmünd in **Kärnten** und dann zur Katschberghöhe.

**Reisezeit:** Februar und März sind die besten Monate für den Nockberge-Trail per Ski.

**Skitour:** Die buchbare Skidurchquerung auf dem Nockberge-Trail ist in vier Tagesetappen eingeteilt. Inklusive Übernachtungen und Gepäcktransfer belaufen liegt der Mindestpreis derzeit bei 1149 Euro. Künftig wird der Trail auch als Schneeschuh-Tour angeboten. Kontakt: <https://nockberge-trail.com/>



Elisabeth Fürstaller liebt die stille Winternatur in den Nockbergen.



Wie ein Stück Lappland in den Alpen: Die von Gletschern und Erosion abgeschmirgelten Nocken erinnern an die Berge Skandinaviens.  
*Fotos: Florian Sanktjohanser/dpa*

# Märkische Oderzeitung

Frankfurter  Stadtbote

**Publikation** Märkische Oderzeitung Frankfurter Stadtbote  
**Ausgabe** 09.12.2023  
**Seite** 33  
**Abo-Nr** 587116  
**Treffer-Nr** 803708  
**Suchbegriff** Kärnten

**Autor\*in** Florian Sanktjohanser  
**Ressort** Vermischtes  
**Verlag** Märkisches Medienhaus GmbH & C...  
**Medientyp** Regional mit Vollredaktion  
**Branche** Nicht branchenspezifisch  
**Bundesland** Brandenburg

**Reichweite** 26321  
**Verbreitet** 6022  
**Verkauft** 5959  
**Gedruckt** 5720  
**AÄW/€** 6661.22  
**Erscheint** täglich

Publikation	verkauft	verbreitet	gedruckt	Reichweite Mio	Medien-Nr
ü Märkische Oderzeitung Frankfurter Stadtbote	5959	6022	5720	0.026321	5011
ü Märkische Oderzeitung Barnim Echo Eberswalde	4996	5029	5076	0.021981	2355
ü Märkische Oderzeitung Barnim Echo Bernau	5492	5548	5788	0.02425	1740
ü Märkische Oderzeitung Märkisches Echo Strausberg	7241	7294	7338	0.031881	2357
ü Märkische Oderzeitung Oder-Spree Journal Beeskow	3691	3716	3742	0.016242	91027
ü Märkische Oderzeitung Oder-Spree Journal Eisenhüttenstadt	4460	4511	4528	0.019717	8534
ü Märkische Oderzeitung Oderland Echo Bad Freienwalde	2592	2610	2727	0.011408	94552
ü Märkische Oderzeitung Oderland Echo Seelow	3025	3054	3108	0.013348	8535
ü Märkische Oderzeitung Spree-Journal Erkner	3584	3621	3622	0.015827	2356
ü Märkische Oderzeitung Spree-Journal Fürstenwalde	3584	3621	3622	0.015827	11414
ü Märkische Oderzeitung Uckermark Anzeiger Angermünde	2750	2767	2791	0.012094	3517
ü Märkische Oderzeitung Uckermark Anzeiger Schwedt	2750	2767	2791	0.012094	8533
12 Ausgabe/n mit der Meldung					
12 gelesene Ausgaben in der Gruppe					
Summen der Meldung	50124	50560	50853	0.22099	

© Copyright des Artikels liegt beim Verlag