

# 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*

Irgendwann 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.

## Königsdisziplin 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 Ge-

samtpaket buchbar ist, inklusive **Wellnesshotels** 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 dre-

hen, 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 wei-

te 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 Für-

staller, 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 Innerkremis ankommen, stehen die Taschen mit der frischen Wäsche schon an der Hotelrezeption. Die Sauna ist angeheizt. Auf dem Hang gegenüber kurven ein Dutzend Tourengerher 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 Tourengerher, 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 Graumeliertes ein Proslid.

### 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 unverspürtem Pulverschnee. Für Tourengerher 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 **Ur-lauber** 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 spürt 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 abgeschmirgeln Nocken erinnern an die Berge Skandinaviens.  
*Fotos: Florian Sanktjohanser/dpa*

# Schwäbisches Tagblatt

**Publikation** Schwäbisches Tagblatt Tübinger Chronik  
**Ausgabe** 09.12.2023  
**Seite** 55  
**Abo-Nr** 587116  
**Treffer-Nr** 803711  
**Suchbegriff** Kärnten

**Autor\*in** Florian Sanktjohanser  
**Ressort** Ratgeber  
**Verlag** Schwäbisches Tagblatt GmbH  
**Medientyp** Regional mit Teilredaktion  
**Branche** Nicht branchenspezifisch  
**Bundesland** Baden-Württemberg

**Reichweite** 47581  
**Verbreitet** 16579  
**Verkauft** 16200  
**Gedruckt** 15634  
**AÄW/€** 4864.27  
**Erscheint** täglich

| Publikation                               | verkauft | verbreitet | gedruckt | Reichweite Mio | Medien-Nr |
|---|----------|------------|----------|----------------|-----------|
| ü Schwäbisches Tagblatt Tübinger Chronik  | 16200    | 16579      | 15634    | 0.047581       | 1063      |
| ü Schwäbisches Tagblatt Steinlach-Bote    | 6480     | 6631       | 6253     | 0.01903        | 63760     |
| ü Schwäbisches Tagblatt Rottenburger Post | 8100     | 8289       | 7817     | 0.023789       | 63759     |
| 3 Ausgabe/n mit der Meldung               |          |            |          |                |           |
| 3 gelesene Ausgaben in der Gruppe         |          |            |          |                |           |
| Summen der Meldung                        | 30780    | 31499      | 29704    | 0.0904         |           |

© Copyright des Artikels liegt beim Verlag