

# Winterwanderung mit Rutscher



**drunter & drüber**

AVS  
Jugendzeitschrift  
NR. 4/2011  
20. Jahrgang





### Unterwegs mit Rutschgeräten

Rutschen gehört zu den beliebtesten Wintervergnügen. Schon wenig Schnee und eine kleine Böschung genügen für eine lustige Rutschpartie auf dem Hosenboden. Rutschen ist ohne Hilfsmittel oder schon mit einfachen Materialien möglich. Natürlich sind auch ausgefallene Rutschgeräte toll, mit denen Tempo und Vergnügen um ein Vielfaches höher sind.

#### Rutschgeräte:

Wir möchten kein spezielles Gerät empfehlen, jeder von euch sollte selbst wissen, ob er sich mit einem alten Traktorreifen oder einem gekauften Rutschsteller ins Vergnügen stürzen will.

Generell eignen sich alle glatten Unterlagen zum Rutschen: Hosenboden, Plastiksäcke, Lawinenschaufeln, usw. Auch mit vielen anderen Geräten lässt es sich toll rutschen: Luftmatratzen, Traktor- und Lastwagenschläuche sowie selbst gebaute Fahrzeuge aus alten Skiern und anderen Materialien.

Der klassische Rutschsteller ist sicher bei den Kleinen der Renner. Größere Kinder neigen eher dazu, schnellere Geräte wie z. B. ein Böckl zu verwenden.

#### Tipps:

Die meisten Almen und Wiesen eignen sich zum Rutschen. So finden wir in fast allen unseren Berggegenden ideale Ausflugsziele. Für eine Winterwanderung mit Rutscher ist nicht die Länge der Rutschpartie aus-



schlaggebend, sondern auch der gemeinsame Spaß mit der Familie.

Klassische Rodelbahnen können dabei ruhig gemieden werden. Bevor es mit dem Rutschen so richtig zur Sache geht, sollte ein kurzer Hang zum Testen gesucht werden, wo alle Bremsversuche machen müssen. Feste Schuhe mit guten Sohlen zum Bremsen sind von Vorteil.

Achtet beim Rutschen immer, dass genügend Auslauf vorhanden ist! Ganz lustig wird es mit einem Gegenhang.

Eltern sollten für ihre Kinder trockene Reservebekleidung mithaben, da man sehr viel am Boden liegt und Kinder leicht nass werden.

#### Sicherheit:

Rutschen ist aber nicht ganz ungefährlich. Steile Hänge, gefrorene Schlittenbahnen, zu kurzer und steiler Auslauf sowie schwer lenkbare Rutschgeräte bergen einige Gefahren in sich.

Häufige Unfälle sind daher Verletzungen

bei Kollisionen mit Bäumen und anderen Leuten sowie Stürze. Daher sollte jeder „Rutschsportler“ unbedingt mit Helm rutschen.

Als Eltern sollte man unbedingt Grenzen setzen: Zu schnelle Bahnen sperren, gefährliche Kurven begradigen, riskante Rutschvarianten verbieten. Die Bahn ist für den Nächsten erst frei, wenn sich keine Person mehr im Auslauf befindet.

Absturzgefährdetes Gelände sollte besser gemieden werden. Besonders mit einem Rutschgerät ist in solchen Zonen empfohlen, zu Fuß vorbeizugehen.

Bei einer Rutschpartie mit der Familie ist man meistens nur in Waldnähe unterwegs und nicht auf steilen Gipfeln. Dennoch muss auf die winterlichen Gefahren geachtet und notfalls eine alternative Runde gemacht werden. Lawinen machen auch vor Kindern und Familien keinen Halt!

*Das Team der AVS-Familien*

### Lustige Spiele mit dem Rutscher

#### Rutschparcours

Rutschen findet in Form von Parcours und Wettkämpfen die geeignetsten Anwendungsmöglichkeiten. Meistens ist nach einer Bau-



und Proberphase (gleichzeitig Training und Verfeinerung der Spielregeln sowie Anpassung der Anlage) ein Einzel- oder Gruppennwettkampf sinnvoll. Dabei soll nicht immer nur die Schnelligkeit entscheiden. Geschicklichkeit, Präzision und Technik sind ebenfalls mögliche Bewertungskriterien.

#### Vorbereitung:

Am wichtigsten ist, ein geeignetes Gelände zu finden, einen nicht zu steilen baum- und strauchfreien Hügel mit großem Auslauf. Die Bahn sollte nicht in der Nähe von Zäunen, Abgründen usw. gebaut werden. Nun gilt es, eine tolle Bahn mit Kurven,



Steilkurven, Hindernissen und bei weichem Schnee vielleicht sogar mit einer kleinen Sprungschanze zu bauen. Hochstehende Steine und Baumwurzeln sollten entfernt oder mit viel Schnee abgedeckt, Schlaglöcher sorgfältig ausgeglättet werden.

Mit Tannenzweigen kann man den Verlauf des Parcours gut sichtbar machen.

Beim Parcoursbauen eignen sich einige Rutschsteller gut als Schneeschaufel! Testet aber vorher euer Rutschgerät, ob es stabil genug ist.

**Wettkampf:**

Ob im Einzelkampf, einer Gruppenstaffel oder mit Zeitmessung, es liegt nun an eurer Fantasie, wie ihr den Wettbewerb mit dem selbst gebauten Parcours gestaltet. Viel Spaß beim Rutschen!

**Parcoursbauen mal anders:**

Die Kinder und Eltern werden in Gruppen mit ca. fünf Personen aufgeteilt. Jede Gruppe bekommt einen Hangabschnitt zugewiesen, wo bereits ein Spagat in Zickzacklinie talwärts gespannt ist. Nun hat jede Gruppe die Aufgabe, in einer vorgegebenen Zeit entlang des Spagates eine Bahn zu bauen. Anschließend präsentiert jede Gruppe ihre Bahn. Welcher Gruppe ist es gelungen, die Bahn so zu bauen, dass man beim Rutschen

ohne stecken zu bleiben ins Ziel kommt? Lustig wird es, wenn die Gruppen vorgegebene Hindernisse einbauen müssen, wie z.B. eine Sprungschanze, eine Steilkurve, ein Tunnel ...

**Rutscher – Massenstart**

Sucht einen Hügel mit genügend Auslauf, der in der Breite ungefähr eine gleichbleibende Steilheit aufweist. Auf „Los“ starten in einer Reihe alle Kinder gleichzeitig. Sieger ist, wer am weitesten rutscht. Wichtig dabei ist, dass zwischen jedem Kind genügend Abstand ist, um Kollisionen zu vermeiden.

**Rutschkegeln**

Beim Rutschkegeln ist das Kind mit seinem Rutscher die Kugel, und am Ende der Rutschpartie bilden neun Luftballone die Kegel. Wer erwischt am meisten „Kegel“?



**Rutscher-Wandervorschläge**

**Vigiljoch**

Das Vigiljoch, oberhalb Lana gelegen, bietet ein geeignetes Ausflugsziel für Familien. Es ist autofrei und von Lana mit der Seilbahn erreichbar, die täglich von 8.30 bis 17 Uhr verkehrt.

Unser Vorschlag für eine Winterwanderung mit Rutscher:

Von der Bergstation führt ein gebahnter Wanderweg in leichter Steigung zum Gasthaus Jocher. Hier kann sich jeder im Schnee austoben, ob mit oder ohne Rutschgerät, denn dort öffnen sich viele freie Hänge und der Ausblick zum kleinen malerischen See, der „Schwarzen Lacke“.

Der Abstieg bzw. die Abfahrt erfolgt wie der Aufstieg.

**Meran 2000**

Obwohl Meran 2000 eigentlich ein typisches Skigebiet mit all dem Rummel ist, der dazugehört, muss man nur einige Schritte bergwärts machen und trifft



auf gut gespurte Wege, die zum Wandern und Rutschen einladen.

Unser Vorschlag startet wiederum mit einer Seilbahn, und zwar mit jener nach Meran 2000, die im Naiftal an der Straße nach Hafling startet. Sie verkehrt täglich von 9 bis 17 Uhr.

An der Bergstation angekommen, wandern wir auf gut gespurter Forststraße Richtung Meraner Hütte, einer familien-





freundlichen Einkehrmöglichkeit. Wenn es Verhältnisse, Kondition und die mehr oder weniger nassen Klamotten noch zulassen, kann ein richtiger Gipfel mit Kreuz, der „Spieler“, erklommen werden. Der Rückweg erfolgt wie der Aufstieg.

### Juac in Gröden

Wer es im Winter ohne Skier in die Skihochburg Gröden wagt, der wird auf der Juacalm mit Hängen unterschiedlicher Steilheit belohnt, ideal für eine Winterwanderung mit Rutschern fernab vom Rummel der Pisten.

Wir fahren ins Grödental bis kurz vor Wolkenstein und biegen dort links zu den Höfen „Daunei“ ab. Dort, wo die Straße endet, ist ein Parkplatz ausgewiesen. Nun wandern wir in mäßiger Steigung ca. eine Stunde bis zur Juachütte. Diese ist auch im Winter geöffnet.

Dort können wir unsere Rast mit Blick auf den Langkofel genießen und dann je nach Schneeverhältnissen über die weiten Wiesen wieder zum Auto rutschen.

### Pertinger Alm bei Terenten

Oberhalb von Terenten auf 1861 m Meereshöhe liegt die Pertinger Alm, von wo

aus man einen herrlichen Ausblick auf die winterliche Bergwelt der Dolomiten hat.

Von Brixen kommend fährt man durch Terenten. Direkt beim Ortsendeschild biegt man links aufwärts und folgt der Beschilderung „Gasthof Nunewieser-Pertinger Alm“. Nach ca. 3 Kilometern auf der schmalen Bergstraße erreicht man oberhalb des Gasthofes den Parkplatz.

Vom Parkplatz gelangt man in ca. 60 Gehminuten auf die Pertinger Alm, die im Winter bis Mitte März jedes Wochenende bewirtschaftet ist (vom 26.12.-06.01. durchgehend).

Bereits während des Aufstieges finden wir bei der unteren Pertinger Alm einen tollen Sonnenhang, der uns zum Rutschen einlädt. Nach dieser abwechslungsreichen Rast fällt der restliche Aufstieg nicht mehr schwer. Kurz vor der Pertinger Alm erreicht man die weiten Almflächen – ideales Gelände für unsere Rutscher! Lustig wird's bei der Abfahrt über die Rodelbahn!

Für alle, die noch höher hinaus wollen, lohnt sich ein weiterer Anstieg zur Oberalm. Auch wenn diese nicht bewirtschaftet wird, lädt der ruhige und sonnige Platz zum Verweilen, Innehalten und einer Rutschpartie ein.



### Zur Schmiederalm und Schönrast bei Aldein

Auf dem Hochplateau des Regglbergs im Südtiroler Unterland, auf 1680 m Meereshöhe, befindet sich die sonnig gelegene Schmiederalm. Sie ist umgeben von herrlichen Wäldern und Wiesen, die zum Wandern, Rutschen und Erholen einladen.

In nur 20 Gehminuten gelangt man von der Schmiederalm auf dem breit gebahnten Forstweg zur Schönrastalm (1699 m). Beide Almen sind bewirtschaftet.

Unser Wandervorschlag beginnt beim Weiler Lerch (1454 m), von wo aus man in ca. 1,5 – 2 Stunden Richtung Schmiederalm

wandern kann. Von Auer oder Neumarkt fährt man Richtung Aldein und kurz in Richtung Petersberg weiter. Beim Gasthof Waldrast rechts auf die Höfstraße bis zum Gasthof Schlögler im Weiler Lerch abzweigen. Dort startet unsere Winterwanderung. Auf der Höfstraße gehen wir kurz ostwärts, vorbei an der Pension Scheidner und biegen bald darauf bei einem Bildstock links ab. Dem Wegweiser „Schmiederalm-Wanderweg“ aufwärts folgend erreichen wir den Rand der Lärchenwiesen. Bei der Kreuzung mit der Markierung 2 biegen wir links ab, dem Wegweiser „Winterweg“ folgend. Durch die Lärchenwiesen, teils ansteigend, teils nahezu eben, kommen wir hinauf zu einer weiteren Wegteilerung. Dort wandern wir rechts auf Weg 11 gerade hinauf zur Schmiederalm.

Je nach Lust und Laune können wir uns dort bei den Lärchenwiesen austoben oder zur Schönrastalm weiterwandern. Der Abstieg erfolgt wie der Aufstieg.

Wer es mit seinen Kleinen etwas ruhiger angehen möchte, kann mit dem Auto bis zur Schmiederalm fahren.





**Gipfeltour: Astjoch – Lüsner Alm**

Für Familien mit etwas älteren Kindern haben wir noch eine Gipfeltour ausgewählt, die mit einer Schneeschuhtour kombinierbar ist. Während die Kleinen mit ihrem Rutscher in nur 40 Minuten bis zur Ronerhütte oder weiter zur Starkenfeld- oder Rastnerhütte gehen, können die Größeren mit einem Familienmitglied auf das Astjoch wandern (insgesamt 600 Höhenmeter). Für den Abstieg gibt es eine Variante, bei der man aber direkt zum Parkplatz gelangt. Die Almhütten sind im Winter bewirtschaftet.

**Anfahrt:** Im Zentrum von Lüsen links auf schmaler Bergstraße der Beschilderung „Lüsen Berg-Tulper-Zumis“ folgen. Ab Abzweigung Herol bis zum Parkplatz Tulper Gampis ist die Straße oft schneebedeckt.

**Route:** Vom Parkplatz hält man sich rechts

am Waldrand und folgt der Beschilderung „Rastnerhütte“ in Richtung Osten. Es geht kurz entlang der Loipe, anschließend durch ein Waldstück (Markierung 3) leicht aufwärts zu den freien Almflächen der Lüsner Alm. Hier trifft man auf den Wanderweg (Loipe), der vom Pianer Kreuz zur Starkenfeldhütte zieht. Man hält sich rechts und wandert zur Hütte. Von dort entweder links aufwärts auf einen Hügel und wiederum abwärts zur Astalm, oder in einem Bogen um den Hügel herum (meist gespurt) und teils durch schütterer Wald hinauf zum deutlich erkennbaren Astjoch.

**Abstieg:** Entlang der Aufstieggspur oder man wendet sich nach Süden und steigt entweder über den sanften Hang direkt zur Kreuzwiesenhütte ab, oder man folgt den meist vorhandenen Spuren über den Sommersteig. Auf dem Winterwanderweg geht es nun in Richtung Nordwesten zur Rafreideralm, sich links haltend leicht abwärts, kurz darauf wieder aufwärts durch Wald zur Plasellalm und wiederum durch Wald auf dem gut markiertem Weg in leichtem Auf und Ab westwärts, bis man wiederum auf die freien Almflächen bei den Stöberer Böden gelangt. Kurz darauf trifft man auf das Loipennetz und stapft auf dem Aufstiegs- weg zurück zum Parkplatz.



Dieser Tourenvorschlag entstammt dem neuen Führer „**Schneeschuhtouren in den Südtiroler Bergen** - Die schönsten Routen vom Vinschgau bis in die Dolomiten“

Tappeiner Verlag, 2011  
ISBN:  
978-88-7073-575-8

