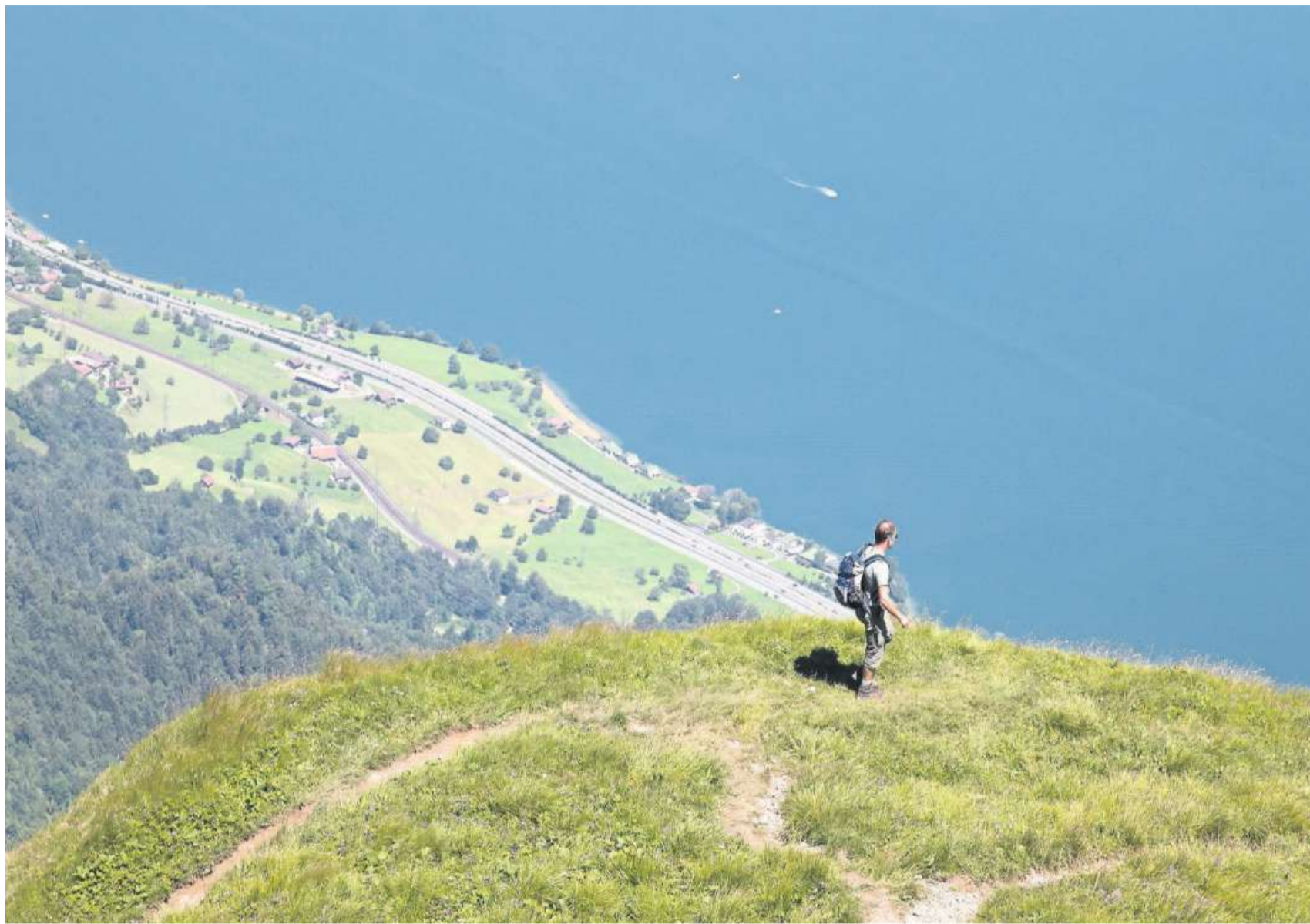


Welche Sportart fordert die meisten Todesopfer? Base-Jumping? Eisklettern? Nein – Wandern. Der Grund: Viele Berggänger wissen nicht, was eine Bergwanderung ist.  
**Von Michael Furger**



Schwindelfrei zu sein, ist Voraussetzung: Ein Berggänger blickt vom Rigi auf den Zugersee.

# Achtung! Ein Wanderer

**D**iesen Donnerstag war ein Ehepaar unterwegs vom Arosarhorn zur Hörnlihütte. Ein normaler, ausgeschludert Bergwanderweg. Der Mann stolpert, stürzt einen Abhang hinunter, fällt über einen Felsvorsprung und dann 150 Meter über eine steile, steinige Wiese. Er stirbt. Eine Woche vorher wird eine Wanderin in Laax von Kühen totgetrampelt. Eine andere verirrt sich im Sustengebiet. Die Retter finden sie am nächsten Morgen verletzt in unwegsamem Gelände. Im Kandertal stürzt nur Tage zuvor ein Wanderer zu Tode, im Wallis kommt ein Berggänger in einem Bach ums Leben.

Das Gebirge ist ein gefährlicher Ort. Jedes Jahr verunfallen gegen 20 000 Wanderer, rund die Hälfte von ihnen in den Bergen. Das hat die Beratungsstelle für Unfallverhütung (BfU) erhoben. Durchschnittlich 46 Menschen sterben in der Schweiz beim Bergwandern. Dieses Jahr rechnet die BfU wegen des schönen Wetters mit einer höheren Zahl. Doch auch ohne einen solchen Spitzenwert hält das Wandern einen unschönen Rekord. Kein anderer Sport in der Schweiz fordert mehr Tote.

Natürlich, die Opferzahlen sind hoch, weil die Zahl der Wanderer hoch ist. 45 Prozent aller Schweizerinnen und Schweizer über 15 Jahre wandern. Es ist der beliebteste Sport im Land. Doch das alleine erklärt die Opfer nicht. Der Velosport ist ähnlich stark verbreitet. Aber dabei kommen selten Menschen ums Leben.

Das Wandern hat etwas Leichtes, etwas Unbeschwertes, und das ist wahrscheinlich das Problem. Das Wetter ist schön, man macht spontan eine Wanderung. Ein Rucksack, ein Sandwich, ein Fläschchen Rivella. Schon trottet man über steinige Pfade und blickt ins Tal. Weiter vorne flattert die Fahne neben der Bergbeiz. So etwas kann jeder. «Beim Wandern ist der Anteil der Unerfahrenen grösser als bei anderen Bergsportarten», sagt allerdings Ueli Mosimann. Er ist Sicherheitsbeauftragter für Bergsport beim Schweizer Alpenclub (SAC). Ein Alpinist auf einem Gletscher wisse genau, was er tue. Beim Wanderer auf einem Bergweg sei das zuweilen anders.

## Die Langschläfer

Die Herausforderung beginnt schon vor dem Start. «Eine Bergwanderung sollte bei Sonnenaufgang beginnen», findet Mosimann. «Dann ist auch das Licht am schönsten.» Die Sonne geht zurzeit um 6 Uhr auf. Das ist eine

## Richtig wandern

Das Wanderwegnetz ist eingeteilt in drei Kategorien und sechs Schwierigkeitsgrade (T1–T6).



**T1: in Turnschuhen begehbar. Keine Absturzgefahr.**



**T2 und T3: zum Teil steil und (bei T3) nicht durchgehend sichtbar. Exponierte Stellen mit Absturzgefahr. Trittsicherheit, Wanderschuhe, Orientierungsvermögen und bei T3 alpine Erfahrung nötig.**



**T4 bis T6: Teilweise oder bei T6 kaum Wegspuren oder Markierung, exponiertes Gelände mit Gletscher und Firn. Ab T5 Kletterstellen. Sehr gutes Orientierungsvermögen und grosse Alpinerfahrung nötig.** (Quelle: SAC)

schwierige Tageszeit für ein Freizeitvergnügen. Doch selbst wenn man zwei Stunden später aufbricht, man wäre immer noch früher dran als der grosse Rest der Wandervögel. «Viele Wanderer schlafen erst einmal aus», sagt Mosimann streng. Wenn sie dann losmarschieren, brennt ihnen bald die Mittagssonne auf die Dächlikappe. Am Nachmittag steigt im Gebirge die Gefahr von Gewittern oder Steinschlägen. Die Zeit wird knapp. «Eine Wanderung erst um 11 Uhr zu beginnen, ist ein Unsinn», sagt Mosimann. «Die Wanderung sollte der Hauptprogrammpunkt des Tages sein.»

## Die Unbeschwerten

Ein Hauptprogrammpunkt muss natürlich geplant sein. Damit wollen sich aber einige Berggänger nicht belasten, stellen die Experten fest. «Etwa die Hälfte der Wanderer kennt den Unterschied nicht zwischen einem gelb markierten Wanderweg und dem weiss-rot-weissen Bergwanderweg», sagt Hansjürg Thüler von der Beratungsstelle für Unfallverhütung.

Der Unterschied ist wichtig. Einen gelben Wanderweg kann man mit Turnschuhen abspazieren. Wer einen Bergwanderweg begeht, sollte schwindelfrei und trittsicher sein und Wanderschuhe tragen. Es gibt ausgesetzte Stellen und Abhänge. Der Weg ist steinig, vielleicht liegt Schnee. Man kann abstürzen.

Laut einer BfU-Umfrage findet allerdings ein Drittel der Wanderer, Schwindelfreiheit sei keine Voraussetzung für eine Bergwanderung. Jeder Fünfte hält es auch für unnötig, die Gefahren im Gebirge zu kennen. «Mangelnde Risikokompetenz», nennt das Thüler. «Sie ist die Hauptursache für Wanderunfälle.» Gefahren würden nicht erkannt oder nicht richtig eingeschätzt. Gefahren wie aggressive Mutterkühe beispielsweise, die Wanderer als Bedrohung für ihre Kälber betrachten. «Mutterkühe auf Wanderwegen werden zunehmend zu einem Problem», sagt SAC-Sicherheitsfachmann Ueli Mosimann.

Die Bergrettung befreit jedes Jahr rund 500 Menschen aus der Bredouille, die zwar nicht

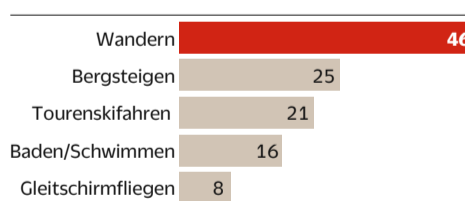
**Eine Karte hat nur jeder sechste Wanderer dabei. Der grosse Rest verlässt sich auf Wegweiser oder das Handy – wenn es denn Empfang hat.**

verunfallt, aber «blockiert» sind. Sie sind überfordert und wagen es nicht mehr, weiterzugehen, haben aber auch Angst, umzukehren. Andere verirren sich einfach. Wanderkarten würden helfen, aber sie liegen offenbar nicht mehr im Trend. Das Bundesamt für Sport hat herausgefunden, dass nur jeder sechste Berggänger eine Papierkarte mit sich trägt, dazu kommen ein paar Hightech-Wanderer mit gutem digitalem Kartenmaterial. Der grosse Rest verlässt sich auf die Wegweiser oder aufs Handy – wenn es denn Empfang hat. Gedanken über Ausweichrouten oder Ab-

## Gefährliches Wandern

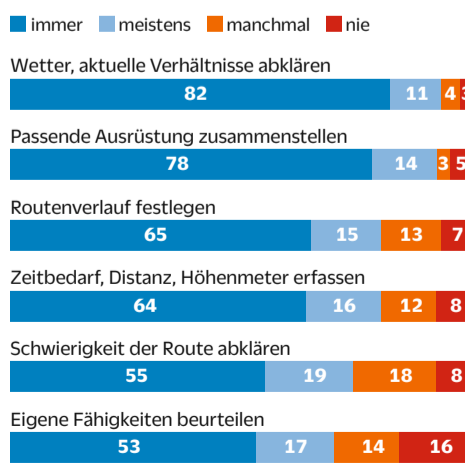
Sportarten mit den meisten Todesfällen pro Jahr in der Schweiz

Durchschnittswerte 2010 bis 2014



## Viele haben keinen Notfallplan

Welche Vorbereitungen Wanderer treffen und welche nicht



Quelle: Beratungsstelle für Unfallverhütung

kürzungen macht sich vor dem Start laut BfU nur die Hälfte. Und etwa einem Sechstel der Wanderer ist es auf der Wanderung egal, ob sie überhaupt noch auf dem richtigen Weg sind.

## Die Überforderten

Was auffällt bei den Verunfallten und Verirrten der letzten Wochen: Meistens sind es ältere Menschen. Das bestätigt auch die Statistik. Überdurchschnittlich viele Todesopfer der letzten Jahre waren über 60 Jahre. «Ältere Menschen haben eine langsamere Reaktion. Sie können sich schlechter auffangen bei Stürzen», sagt Rega-Notarzt Michael Lehmann.

Die eigene körperliche Leistungsfähigkeit wird gerne überschätzt. SAC-Sicherheitsfachmann Ueli Mosimann spricht von Reserven. Wer wandert, sollte bezüglich Fitness und auch Zeitbudget nicht am Limit unterwegs sein. Über 40 Prozent der Wanderer kümmern sich allerdings nicht darum, ob sie noch im Zeitplan sind, falls sie überhaupt einen haben.

Das Wanderer dergestalt herumstreifen, daran könnten auch die Bergbahnen und Tourismusdirektoren mitschuldig sein. In jeder Bergregion steht heute ein Seilpark, eine Hängebrücke oder eine andere Chilbi-Attraktion auf einer Alp. Eine Folge davon könne sein, dass Touristen in die Höhe geholt werden, die die Gefahren der Berge nicht kennen, sagt Hansjürg Thüler von der BfU. Einige Hängebrücken etwa sind nur über anspruchsvolle Bergwanderwege erreichbar. «Eine solche Wanderung kann diese Gäste überfordern.»

## Aber: Die Ausgerüsteten

Eines kann man den Wanderern nicht vorwerfen: eine schlechte Ausrüstung. Wanderer mit Turnschuhen und Ovo-Sport-Rucksack sind praktisch ausgestorben. Ohne dreilagige Goretex-Jacke und Karbon-Stöcke lässt sich niemand mehr im Gebirge blicken. Für die Sonntagswanderung zum Chüebodensee rüstet sich der Bergwanderer aus, als ginge es auf eine Himalajaexpedition.

Nicht zuletzt deshalb windet Rega Notarzt Michael Lehmann den Wanderern ein Kränzchen. «Oft ist ein Unfall auch nur Pech.» Stolpern und sich die Bänder zerreißen, das könne dem erfahrensten Wanderer widerfahren. «Es ist immer noch besser, die Leute gehen in die Berge, als dass sie zu Hause herumsitzen.»

Die Beratungsstelle für Unfallverhütung hat einen Sicherheitscheck für sicheres Bergwandern entwickelt: [www.sicher-bergwandern.ch](http://www.sicher-bergwandern.ch).