

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 42 (1985)

Heft: 12

Artikel: Skilager einmal anders

Autor: Josi, Walter

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992540>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

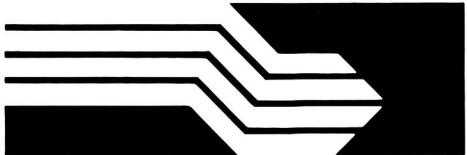
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



THEORIE UND PRAXIS

Skilager einmal anders

Walter Josi, Fachleiter Bergsteigen/Skitouren ETS

In den letzten Jahren haben verschiedene Alternativen zum traditionellen alpinen Schul-Skilager an Bedeutung gewonnen: Polysportive Lager, Langlauflager, W+G im Winter, Tourenlager. Im folgenden soll ein J+S-Sportfachkurs Skitouren auf der Stufe Animation vorgestellt werden.

Ein Tag aus dem Lager

Morgen: Mit einem deutlichen Ruck an der Wolldecke werde ich aus dem Reich der Träume gerissen. Schlaftrunken renne ich in Richtung Küche, dann in die sternklare Dämmerung hinaus. Richtig, die «Frühstücksgruppe» ist schon am Werk und weckt das übrige Lager. Der Drang zur Hygiene ist mässig. Das eiskalte Wasser lädt nicht unbedingt zum Bade, immerhin zum Befeuchten der Nasenspitze. Jemand murmelt etwas von einem Bad am Samstagabend. Nur Stefan reibt «cool» seinen sich entwickelnden Oberkörper mit Schnee ein, «tough guy»! Auf dem Frühstückstisch prangt der frisch gebackene Zopf, nebst Butter, Honig und Kakao. Nur die Leiter halten es für nötig, ihre müden Geister mit Kaffee munter zu kriegen. Danke Heidi!

Aus dem Programm

Skifahren alpin (mit Skilift, jawohl), Tiefschneetechnik, Technik und Taktik des Aufstiegs, Routenwahl, Lawinenkunde, Arbeit mit Karte, Kompass und Höhenmesser, Biwakbau, improvisierter Rettungsschlitten.

Aufbruch: Dieser geht heute schneller als auch schon. Alle haben sich auf die grosse Anwendungstour vorbereitet. Die 1300 m Aufstieg übersteigen auch alle bisherigen Ausflüge um das Doppelte. Druckstellen und zart keimende Blasen wurden vorsorglich mit Fusspflaster abgedeckt. Die Tee-flasche wird in den am Vorabend bereit gestellten Rucksack gepackt. Schon bald knirscht der Schnee unter den Schuhen.



Aufstieg in coupiertem Gelände: Lernen, den Schritt-Rhythmus einzuhalten, lernen aufeinander Rücksicht zu nehmen.



Gleichmässiges, kräfteschonendes Aufsteigen. Zeit zu atmen, Zeit zu träumen.

Rast: Ein Zauberwort in den Bergen. Trinken und etwas zum Knabbern sind da richtige «Aufsteller».



Der Bau eines Not-Rettungsschlittens kann lebensrettend sein. Ein Heli ist nicht immer gleich zur Stelle. Die leichtgewichtige Ausrüstung dazu gehört auf jede Tour.

Aufstieg: Die erste Viertelstunde führt uns einem Fahrsträsschen entlang. Das Tempo wird vom Leiter bewusst gedrosselt. Noch sind wir nicht oben!

Nach der Brücke werden die Ski angeschnallt. Klebefelle verdanken ihren Namen der Tatsache, dass sie hie und da kleben, zum Glück gibts «Scotch»!

Nach anderthalb Stunden ist der erste Marschhalt fällig. Eine Alphütte bietet zwar willkommenen Schutz vor dem steifen Fallwind, doch zum Essen müssen die Kinder trotzdem angehalten werden. Zu wenig lieblich erscheint noch der Ort. Im folgenden flacheren Mittelstück dürfen die Gruppen das Tempo selber bestimmen. Wir Leiter zotteln hinterher. Die Sonne hat die umliegenden Berghänge in reines Gold getaucht. Zeit zum Schauen, Zeit zum Atmen!

Durchführung eines Tourenlagers

Anforderung: Mindestens Leiter 2a, 1 Leiter pro 6 Teilnehmer, mindestens 6 Tage.

Beim Einstieg in den Steilhang warten uns die Gruppen. Hier bekunden die ersten Mühe. Das Tempo wird jetzt noch einmal gedrosselt. Das Wissen um den baldigen Halt inklusive Seelenmassage und Umverteilen bringt die ganze «Bande» wieder auf die Beine. In weiten Schlaufen geht es nun dem Gipfel zu, bis der Hang endgültig zu steil wird. Auf einer kleinen Einsattelung werden nun die Ski abfahrtbereit gemacht. Den folgenden Mittagshalt verwenden die Unermüdlichen zum Bau eines Notbiwaks. Das letzte Stück wird zu Fuss und mit Hilfe der Skistöcke zurückgelegt. Endlich, fast 6 Stunden nach dem Aufbruch stehen alle auf dem Gipfel und beglückwünschen die abgekämpften Leiter. Was kümmert uns die Tatsache, dass der Aufstieg eigentlich in einem Bruchteil der Zeit zu bewältigen wäre. Für unsere Gruppe ist das ein – der – Höhepunkt.

Abfahrt: Traumhafte, unberührte Pulverhänge laden zur Abfahrt ein. Jeder darf mit seiner Handschrift sich hier eintragen. Die Technik mag da und dort verbesserungswürdig erscheinen. Immerhin macht sich nun auch der lange Aufstieg in diesem und jenem Knie bemerkbar. Weiter unten, beim Übergang zum Bruchharst, ist sogar äusserste Vorsicht geboten, wollen wir nicht noch den gestern gebauten Rettungsschlitten anwenden.



Jeder Teilnehmer an einer Tour trägt ein Barryvox-Lawinen-Sendegerät bei sich. Es wird zu Übungszwecken im Schnee vergraben.

Das Lawinenbulletin (Tel. 120)

Wird mindestens jeden Freitag um 10.00 neu erstellt. Bei erheblichen Veränderungen der Lage erscheint während der Woche ein Zwischenbulletin.

Merke: Auch bei geringer lokaler Schneebrettgefahr gibt es noch rutschgefährdete Lawinenhänge. Vorsicht bei Traversen!

Im Falle eines Falles

Militär-Helikopter-Rettungsdienst (Nr. 041 96 22 22) benachrichtigen wegen Versicherung. Dieser entscheidet, wer die Rettung ausführt (heute meist zivile Rettungshelikopter).

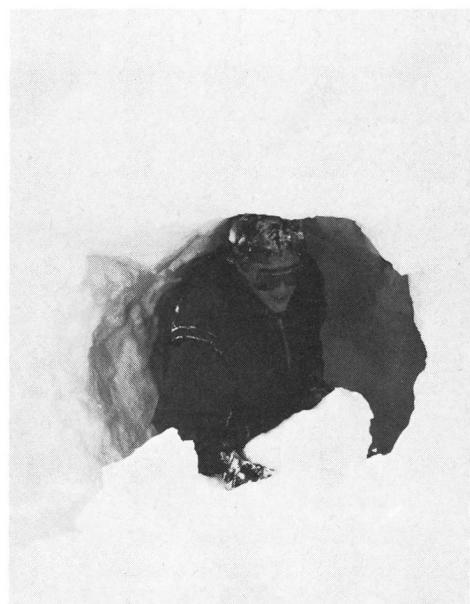
Für den Schlechtwetterfall immer Rettungsschlitten mitnehmen.

Wir empfehlen, das Lawinen-Verschütteten-Suchgerät (LVS) auf jeder Tour, unabhängig von der Situation, eingeschaltet zu tragen.



Das Ausprobieren als praktische Übung auf einer Tour ist lehr- und abwechslungsreich.

Abend: Heute darf die Leitergruppe auch einmal kochen. «Quiche Lorraine», Mitbestimmung auch hier. (Daraus zu schliessen, der Schreibende habe seine Sache im letzten Jahr besonders gut gemacht, wäre voreilig. Zu gross ist der Appetit.) Nach dem Essen wird noch der obligate Zopf geknetet, und wer nicht in der Küche beschäftigt ist, trifft sich noch zu einer Runde «Carambol». Was, wer sagt da etwas von Schlafengehn? ■



Das Notbiwak schützt vor dem Sturm.