

SICHER IM SCHNEE

Camps, Kurse und gute Tipps Know-how für den Spaß abseits der Pisten

„Mit Bananenkisten haben wir die erste Schanze gebaut und sind Figuren gesprungen“, erinnert sich Ernst Garhammer. Das war in den Sechziger Jahren, als die späteren Freestyle-Europameister und Weltcupsieger Ernst und Fuzzy Garhammer als Vorreiter ihre Sprünge mit den Skiern kultivierten. Heute, 50 Jahre später und reich an internationaler Erfahrung zeigt Ernst Garhammer, wie das Skifahren besondere Freude bereitet. In seinen Camps geht er

nach einem wichtigen Grundsatz vor: „Wer wirklich gut skifahren lernen möchte, der muss sich auch ins unpräparierte Gelände trauen. Nur dort lernt man, auch bei schlechten Schneeverhältnissen sicher ins Tal zu kommen.“ Ausgestattet mit diesem Wissen und Können, trägt jeder Einzelne dazu bei, dass die Skipisten sicherer werden. Denn, so der Mann mit dem unglaublichen Standvermögen auf zwei Brettern, 95 Prozent der Menschen, die sich heute auf den

Pisten tummeln würde ein vorübergehendes Coaching sehr gut tun. Selbst jene, die schöne Schwünge über die gut präparierten Pisten ziehen zeigen bei schlechteren Schnee- oder Sichtverhältnissen große Unsicherheit. Und gerade jene, die es gewohnt sind, ohne Sturz und Schwierigkeiten ins Tal zu gelangen, die auch dann noch sicher auf den Skiern stehen, wenn andere schon abschnallen, neigen dazu, sich in Extremsituationen zu überschätzen. Die Folgen sind manchmal beso-



Foto: Privat

„Meiner Meinung nach benötigen gut 95 Prozent der Leute auf der Piste dringend skiläuferische Betreuung, weil sie mit anspruchsvollen Schneeverhältnissen rasch überfordert sind. Es ist aber bei der richtigen Anleitung schnell zu erlernen, wie man sich im Pulverschnee oder im Bruchharsch auch wohlfühlen kann.“

Ernst Garhammer

ners schlimme Stürze. Dazu kommt, dass heute immer mehr Wintersportler die präparierten Pisten verlassen. Sie suchen sich ihre weniger oder gar unberührten Tiefschnee-Abfahrten. Viele unter ihnen sind mehr Abenteurer als geübte Freerider. Sie nehmen „learning bei doing“ oft zu leicht und stürzen sich ins Unbekannte ohne Begleitung von Experten. Vom Ende können die Bergretter ein Klagelied singen. „Selbstüberschätzung und Nichtbeachtung von Absperrungen sowie



Foto: SMB AG, Mathias Mandl

leichtfertiger Umgang mit Warnungen sind die Gründe der meisten Unfälle mit schwerwiegenden Ausgängen“, sagt der Landesleiter der Salzburger Bergrettung, Estolf Müller. „Wer sich ins freie Gelände begibt – egal, ob er selbst bergauf geht oder mit der Bahn zum Gipfel fährt – muss von den Risiken wissen. Und wie man sie minimieren kann.“

Neben Bergrettung und Alpenverein bietet auch der erfahrene Haudegen Ernst Garhammer Einsteigerkurse aber auch Kurse für all jene, die sich noch sicherer fühlen wollen. Was für jeden Profi und Leistungssportler selbstverständlich ist, das übersehen die meisten Freizeitskifahrer: Die Vorbereitung und Weiterbildung zu Beginn der Saison.

„Das wirklich gute Skifahren lernst du nur abseits der Piste!“ sagt Ernst Garhammer und gibt in Kursen Tipps, wie man die Schwünge so setzt, dass man sicher und mit viel Vergnügen bei allen Schneeverhältnissen vom Berg ins Tal unterwegs sein kann.



Tiefschnee-Fahrt: Für viele ein Traum, doch der lässt sich geführt von Profis relativ schnell erfüllen.

INFO CORNER

- Der Schlüssel zum schnellen Erfolg und zum großen Vergnügen im Pulverschnee ist, laut Ernst Garhammer, die ABS-Technik. ABS steht für Andrehen, Beugen, Strecken. Das funktioniert in der Praxis verblüffend einfach mit einem natürlichen und rhythmischen Bewegungsablauf, geradezu tänzerisch bewegt man sich auf dem Hang, verzichtet sogar auf den Stockeinsatz.
- Diese Technik ist auch bei Skitouren sehr wertvoll. Immer mehr Skitourerfans melden sich deshalb zu Tiefschneekursen oder speziellen Skitouren-Wochenenden an, bei denen sie auch lernen, wie sie mit der Lawinen-Ausrüstung umgehen.

„Für viele ist aber das Runterfahren das größte Problem und auch die größte Gefahrenquelle. Gerade Einsteiger brauchen da dringend mehr Kompetenz“, sagt Garhammer.

■ Ein guter Skifahrer sollte seiner Meinung nach in der Lage sein, eine Gruppe zu führen und anderen zu zeigen, wie sie sich bei schwierigen Bedingungen verhalten sollen. Auch das sollen die Kurse von Garhammer Ski Tours vermitteln.

■ Am 23. und 24. November eröffnet Garhammer Ski Tours die neue Saison traditionsgemäß mit dem großen Fest auf der Burg Kaprun mit faszinierenden Skifilmen, Videos von Kursen und vielem mehr. www.garhammer.com