

Sonne, Sulz- und Pulverschnee statt Yoga – Frühjahrestouren im Sellrain im März 2019 mit Roland Cüppers

Mit Skitourengepäck und Yogamatten trafen wir uns **Freitag** früh am DAV-Heim, eine überschaubare Gruppe von 6 Teilnehmern und dem Tourenleiter Roland, gute gelaunt auch wenn die Yogalehrerin wegen Grippe nicht mitkonnte, die so guten, sonnigen Wetterprognosen ließen sowieso ausgedehnte Skitouren erwarten.

Die erste tolle Tour fand dann auch gleich im Sellrain statt, nachdem wir die Serpentinstraße von Ötz etwa eine halbe Stunde hochgefahren waren hieß es parken, Ski anschnallen, Piepstest und Aufstieg durch zunächst waldiges Gelände, dann eine ausgedehnte Hochebene und schließlich in Spitzkehren zum **Wörgegrat Sattel**. Das Skidepot liegt spannend zwischen schroffen Felsen und einem tiefblauen Himmel, der Blick nach unten in eine abgrundähnliche Tiefe, so steil fiel das Gelände talwärts ab. Vespertüten rascheln, Vesperboxen werden um ihren Inhalt erleichtert, Thermoskannen geleert. Und dann kommt der aufregende Teil: wie gut wird der Pulverschnee am den Nordflanken des Wörgegrats sein? Er erwies sich als richtig toller Pulver, Roland hatte einen unverfahrenen Hang ausgemacht und in kürzeren und weiteren Schwüngen hat die kleine Gruppe den Hang mit S-Mustern rasch dekoriert. Unten dann noch eine kleiner Herausforderung ans Kurvengeschick, vereist, mit engen Radien durch den Wald zum Parkplatz zurück. Dann die Weiterfahrt ins Lüsener Tal zum Alpengasthof Praxmar auf 1714 Metern Höhe, wo wir zwei Ferienwohnungen reserviert hatten. Praxmar ist ein kleines Bergdorf und umfasst etwa 10 Häuser, 4 Esel, 6 Haflinger, 12 Kühe und viele, viele Skitourengänger. Dazwischen unsere Gruppe erst einmal auf der Sonnenterasse zum ‚Umsatzmachen‘, was bei Sonnenwärme und Radler nicht schwer fiel. Erzählen, genießen, Sonne tanken und die Sicht auskosten, da war der Nachmittag einer der leichtlebigen Art. Später noch Sauna wer wollte, Südbalkon in der Männerwohnung und große rote Liegestühlen bei Kinderspielplatz für die Damen. Beim Abendessen mit hervorragendem Forellenfilet dann angeregte Unterhaltungen und die Planung für den nächsten Tag. Der **Samstag** begann früh, bevor die Innsbrucker Tourengänger kommen und so gings noch im Schatten der Berge hinauf zum **Zischgeles**. Der Name lässt zwar eine Bierbar am Gipfel erwarten, aber leider mussten wir alle Vesper und Getränke selbst mitnehmen und die weiten Hängen und Rinnen hochtragen. Kurze Trink- und Vesperpausen um den Vorsprung vor den einfallenden Tagestourengängern am Wochenende zuvorzukommen und nach der fußgängigen Gipfelrunde auf 3004 Metern dann eine herrliche Abfahrt. Abseits der üblichen Abfahrten gab es herrlichen Pulverschnee und viel Ruhe. Sonnenterasse mit Kaffee und Kuchen, faulenzten und eine Sauna in der alle Neuigkeiten ausgetauscht wurden waren die Abrundung. In letzterer haben wir einem englischsprachigen Schweden zu erklären versucht, dass Roland einen ‚Riecher für Pulverschneehänge‘ hat, wir haben uns geeinigt auf die ‚Powder nose, the good one‘.

Der **Sonntag**, ein weiterer Sonnentag, gewidmet einer aufregenden und abenteuerlichen Frühjahrestour, abseits des Wochenendrummels. Die **Lüsener Villerspitze** mit gut 3000 Metern war das Ziel, das Roland vom Männerbalkon aus schon längst ins Auge gefasst und gedanklich auf Skitoureneignung gescannt hatte, beeindruckend aus der Ferne, eigenwillig die eingezeichnete Skiroute auf der Karte, schweißtreibend der tatsächliche Aufstieg wie auch die Abfahrt. Im Einzelnen: durch eine felsige und waldige Rinne ging es die ersten 300 Meter hinauf, die Ski zumeist am Rucksack, später Ski mit Harscheisen an den Füßen. Dann eine weite Fläche und zunächst ein

mäßiger Aufstieg, der dann etappenweise an Steigung zunimmt bis zur letzten Steilstelle im oberen Teil mit fast 40%, da war die Gruppe schon etwas dezimiert. Zwei ganz Mutige schaffen es bis zum Gipfel, das Panorama nach den Augenzeugenberichten der Gipfelstürmer gigantisch, aber auch die Etappenteilnehmer hatten ein tolles Panorama. Die Abfahrt oben erst eisig, dann in Pulverschnee übergehend. Freie Hänge. Tolle Abfahrten, sukzessive sammelt sich die Gruppe wieder zusammen und vollständig gelingt auch die letzte Waldabfahrt samt Überquerung des Schiefergeröllfeldes. Ein aufregender und langer Tag und am Nachmittag gibt's statt Yoga zur Entspannung Radler und anderes Genussvolles sowie einen guten Appetit zum Abendessen.

Montag war dann schon Abreisetag und hat es zugezogen. Nach dem Frühstück eine Runde frische Luft und Aufstieg gemütlich durch den Wald bis zur winzig kleinen **Lampsenhütte**, leider auch die nicht bewirtet. Es kommt ein eisiger Wind mit Schneeflocken auf, die Sicht wird rasch schlechter und wir sind uns einig, dass wir herrliche Tage hatten und uns nicht weiter hochquälen müssen wenn die Sonne fehlt und die Sicht teils unter zehn Meter ist. Der Abfahrtschnee bestätigt die Entscheidung und nach einer letzten gemeinsamen Kaffeerunde hat uns die Zivilisation wieder und kann der Frühling kommen.





