

Snowboardtouren-Tipps

Material

Aufstiegshilfen

Kurzskier, teilbares SB, Schneeschuhe. Je nach Geländewahl und Schneeverhältnisse gibt es favorisierte Aufstiegshilfen. Etabliert haben sich jedoch die Schneeschuhe.

Gründe: Viele Sportgeschäfte und Wintersportstationen bieten Schneeschuhe zur Vermietung an. Geringes Gewicht, gut verstaubar im Rucksack, ausgereifte Modelle mit integrierter Steighilfe, Harscheisen über die ganze Schneeschuhlänge, Verlängerungen und multikompatible Bindungssysteme.
Beliebtes Model: MSR Denali Ascent

Zu einer Aufstiegshilfe gehört immer ein Paar Teleskopstöcke (notfalls Skistöcke)!!! Separate Steigeisen sind sinnvoll bei entsprechenden Verhältnissen.

Rucksäcke

Ein guter Rucksack wird dir Zeit, Kraft und Nerven schonen.

Merkmale:

- Öffnungssystem (Reißverschluss), welches man trotz aufgeschnalltem Snowboard bedienen kann (seitlich oder im Rückenteil integriert).
- Gutes Befestigungssystem für Board, Aufstiegshilfe und Teleskopstöcke (jeweils mind. 2 Punktfixierung).
- Staufächer für Lawinenschaufel, Sondierstange, Apotheke und Trinksystem.
- Angenehmes Tragsystem (Schultergurten, Brust- und Hüftgurten)
- Tagestourenrucksack mit mehr als 30 l sind nicht empfehlenswert.

Alternativmöglichkeit: Notfalls kann ein normaler Rucksack mit Gummizügen für die Befestigung des Snowboards benutzt werden.

Schuhe, Bindung und Brettsystem

Damit ein richtiges Tourenvergnügen aufkommen kann, braucht man das geeignete Material. Leider benutzen vor allem noch viele Umsteiger (von Ski- auf SB-Touren) Hartschalen-

Tourenschuhe, Plattenbindungen und zum Teil sogar Alpin Snowboards. Wagt den Wechsel auf die „Softsysteme“, ihr werdet nicht enttäuscht sein.

- Gründe:
- Bequemer Aufstieg in den Softboots
 - Einfaches Handling mit den Schneeschuhen
 - Grösserer Auftrieb mit den breiteren Freerideboards
 - Mehr Sicherheit durch Komfort

Das restliche Tourenmaterial ist vergleichbar mit demjenigen eines Skitourengängers.

Tourenwahl

Aufstieg

Die Aufstiegsspur (nicht der Hang) sollte die 30 Grad Marke nicht übersteigen.

Steile Hangtraversen meiden.

Snowboard aufrecht tragen (Wind). Sich bei der Fixierung Zeit nehmen. Rucksack so packen, dass das Snowboard unten von der Kniekehle weicht.

Vorhandene Skispur:

1. Variante: Teilnehmer einer Snowboardtourengruppe laufen versetzt, sodass die Spur breiter, jedoch nicht uneben wird.
2. Variante: Durch abwechselnde Leaderposition eine neue Spur bilden.

Abfahrt

Sauberes Verpacken der Aufstiegshilfen (Verletzungsgefahr).

Gegensteigungen und Flachstücke während der Abfahrt vermeiden.

Snowboarder benötigen allgemein einen grösseren Aktionsradius → breite Pisten.

Allfällige Sprünge über Wechten und Hindernisse vorher erkunden.

Seilfahren auf Gletschern mit Spaltensturzgefahr erfordert höchstes Können.

Touren mit Snowboardern benötigen mehr Zeit

Umrüsten: Wechseln von der Aufstiegshilfe zum Snowboard und umgekehrt.

Je nach Schneeverhältnisse: Bei Tiefschnee oder Nassschnee sinken die Snowboarder tiefer ein als ein Skifahrer.

In steilen Traversen fehlt dem Snowboarder die lange Skikante und ist deswegen oft unsicherer und langsamer.

Zusatzlast: Der Snowboarder trägt einige Kilogramm Zusatzlast (Snowboard oder Aufstiegshilfe).

Die Zusatzlast, kombiniert mit den Nachteilen der Aufstiegshilfe gegenüber den Skiern, ergibt etwa $\frac{1}{4}$ grösseren Kraft- und Zeitaufwand.

Ausnahme: Bei Bruchharst und schwerem Schnee geniesst der Snowboarder den Vorteil der grösseren Tragfläche und ist dementsprechend gegenüber dem Skifahrer im Vorteil.

Gemischte Touren

Wagt den Schritt zu gemischten Touren, denn Spass teilen macht doppelt Freude! Beachtet jedoch die oben aufgeführten Spezifikationen.

Wie schon erwähnt brauchen Snowboarder mehr Zeit im Aufstieg und beim Wechseln von der Aufstiegshilfe zum Snowboard, jedoch bei der Abfahrt wendet sich oft das Blatt.

Spurenwahl den verschiedenen Bedürfnissen anpassen. Snowboarder bevorzugen steilere Aufstiege als Skifahrer, (evtl. 2 Aufstiegsspuren).

Ein oft vergessener Aspekt bleibt die Motivation für eine Tour. Für Skifahrer ist oft der Gipfel das Ziel des Tages. Für die Snowboarder hingegen bleibt häufig die Abfahrt im Vordergrund!

Viel Spass im Powder wünscht euch

Michael „Vögi“ Vogel



www.spinoutshop.ch

Informationen abrufbar auf www.skitouren.ch