

Skifahren? Das war gestern!

Österreich Obertauern bietet Alternativen

Von Laura Engels

Das Geheimnis ist, das Monster zu beherrschen. Doch das Monster führt ein Eigenleben. Wenn es abheben soll, liegt es zerknittert vor uns, wenn es gleichmäßige Schleifen fliegen soll, zieht es uns gnadenlos hinter sich her, um dann heimtückisch wieder zu Boden zu stürzen. Für diejenigen, die noch nie einen Drachen gezähmt haben, scheint das Monster größer als für geübte Lenker. Doch heute stehen auf dem Kiteplatz oberhalb der Lürzer Alm in Obertauern fast nur Anfänger. Wer vor dem Schnupperkurs der Snowkiteschule „Hang on“ davon geträumt hat, sich wie die Profis mit einer Geschwindigkeit von bis zu 70 km/h von dem Kite über unberührte Tiefschneeflächen ziehen zu lassen und 20 Meter hohe Sprünge zu wagen, wird schnell auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt. Erst mal geht es um Grundlagen – ohne Skier.

Punkt eins: Der Drache muss in die Luft. Der Profi macht zwei, drei schnelle Schritte nach hinten – et voilà. Wir rennen mehrere Meter, und der Haufen bewegt sich nicht. „Pumpen, pumpen“, ruft Guido Winkler, der uns in zwei Stunden versucht, seine Lieblingssportart näher zu bringen. Wir strecken unsere Arme von uns weg und ziehen sie wieder zum Körper. Manchmal hilft es, manchmal bleibt das Häufchen am Boden. Nicht immer liegt es an uns, der Wind spielt bei der Trendsportart eine entscheidende Rolle, wie wir später noch erfahren sollen.

Punkt zwei: Der Drache muss fliegen. Dabei wird er von oben in einer Schleife in die sogenannte Powerzone gelenkt, dort hat der Wind besonders viel Kraft. Steuern lässt sich der Kite über eine Bar, also eine Holzstange, indem man sie links und rechts nach oben und unten bewegt. Der Profi kann das mit zwei Fingern. Wir werden nach vorn gezogen, wenn der Kite zu lange in der Powerzone verweilt, müssen aber auch immer wieder pumpen, weil er plötzlich abzustürzen droht. Die Kraft des Windes ist auch in eigentlich trainierten Armen nach kurzer Zeit deutlich zu spüren. Trotzdem wird das Monster mit jeder Minute kleiner. Anfänger haben beim Snowkiten schnelle Erfolgserlebnisse.

Deshalb erreichen wir nach rund einer Stunde Trockenübungen auch Punkt drei: Skier anschnallen. Der Profi dreht sich ein Trapez um die Taille und fliegt in fünf Minuten mit einigen Loops den Berg hinauf, springt in den Tiefschnee oder lässt sich über zugefrorene Seen ziehen. Wir müssen erst einmal die Leinen entwirren. Doch als der Drache in der Luft ist, geht es ganz schnell. Die Skier setzen sich zögerlich in Bewegung, werden schneller, wir fahren, wir kiten, wir



Wer klassisches Skifahren langweilig findet, kann in Obertauern auch Snowbiken (Foto oben) oder Snowkiten.

Fotos: Laura Engels



Snowkiten fühlt sich an wie der Kampf mit dem Drachen.

snowkiten. Die eben noch bedrohlich wirkende Kraft des Monsters dort oben im Himmel ist genau die, die wir jetzt suchen, um schneller vorwärts zu kommen.

Dieses Gefühl hat Suchtpotenzial. Auch für unseren Guide Winkler. Der bändigt schon seit 15 Jahren Drachenmonster im Schnee. Er hat die Anfänge des Sports miterlebt, „als es noch keine Profis gab“, ist schon einen Weltcup mitgefahren und war eben fünf Wochen in Kapstadt – zum Kitesurfen natürlich. Denn die eine Sportart geht fast ohne die andere nicht. „Springen übst du zuerst im Wasser, das ist gesünder“, erklärt Winkler. Die 16- bis 18-Jährigen könnten es während des ersten Jahres, die älteren bräuchten länger. „Es kommt natürlich darauf an, wie talentiert du bist und wie viel Urlaub du zum Üben hast“, sagt Winkler und lacht. Wer richtig snowkiten will, kommt ums Wasser also nicht herum? „Wenn du springen möchtest, nicht. Das würde ich nicht raten.“ Der Kiteplatz in Ober-

tauern im Herzen der Hohen Tauern sei einer der besten Plätze Europas, weil auf 1700 Metern immer relativ viel Schnee liege, er ohne Liftkarte mit dem Auto zu erreichen sei und eigentlich immer Wind gehe. Welche große Bedeutung das kleine Wort eigentlich hat, wird deutlich, als auch die letzten von uns die Skier untergeschliffen haben, um ihre ersten Meter zu machen. Die Skier stehen still, der Drache steigt nicht mehr auf, er hat nicht genug Kraft, sie über die weiße Pracht zu ziehen. Das Monster schläft. Das Training endet abrupt.

Bleibt noch genug Zeit, eine weitere Wintersportart jenseits von Abfahrt oder Langlauf auszuprobieren, die in Obertauern angeboten wird: Snowbiken. „Es ist wie Mountainbiken im Schnee. Man legt sich in die Kurve hinein, nimmt den Schwung mit und driftest schön raus“, verspricht Hermann Koch. Er leitet die Skischule in Obertauern, die als erste Snowbikeschule in Österreich gilt, hat selbst schon

vier Weltrekorde mit dem Snowbike aufgestellt und muss es wohl wissen. An einem kleinen Hang sitzen wir auf den nur rund 6,5 Kilos schweren Geräten, die vorn und hinten mit Skiern statt Rädern ausgestattet sind. Wir selbst tragen kurze Fußskier. Koch gibt erste Anweisungen: „Wir setzen uns tief in den Sattel und fahren erst einmal gerade runter. Bei der Kurve unten schauen wir dann nach links, lassen die Beine zusammen und fahren auf die linke Seite.“ Er fährt los – zurück bleiben Fragezeichen. Doch Snowbike probiert der Körper am besten einfach aus. Als die Kurve sich nähert, schaut Koch nach links hinten in Richtung Berg. Körper und Bike folgen dem Blick. Dann das Gleiche rechts. So schwingt er sich langsam den Hang

hinunter. Eigentlich gar nicht so schwer, wenn nur die Füße nicht ständig der Versuchung erliegen würden, mit den kurzen Skiern lenken und bremsen zu wollen. Doch nach einigen Kurven kriegt man den Dreh raus. Was auch wichtig ist, denn Bremsen gibt es am Lenker nicht.

„Snowbiken lernt man innerhalb kürzester Zeit. Man kann damit schneller ins Gelände als mit Skiern. Es ist eine tolle Sache für Jung und Alt, besonders für Menschen, die ein Handicap haben und trotzdem Wintersport machen wollen“, schwärmt Koch. Eigentlich ist das Snowbike schon 1948 in der Nähe von Salzburg erfunden worden, doch Koch wird auf der Piste auch heute noch oft angesprochen. „Die Leute fragen,

Wissenswertes für Reisende

Anreise: Mit dem Auto geht es über München und Salzburg auf die Tauernautobahn A 10 (Abfahrt Radstadt) und weiter in Richtung Obertauern auf der B 99 (Vignettenpflicht). Die Anreise mit der Bahn ist bis zum Bahnhof Radstadt (20 Kilometer von Obertauern entfernt) möglich, Weiterreise mit Postbus oder Taxi.

Skigebiet: Obertauern wird als Schneeschüssel bezeichnet. Der Ort liegt in der Mitte von Hängen wie in einer Schale. Skiurlaub spielt sich dort zwischen 1630 und 2313 Höhenmetern ab. Besucher erwarten mehr als 100 Pistenkilometer, die eine Schneesicherheit von November bis Mai bieten. Infos: www.obertauern.com

Snowkiten: Wichtige Grundvoraussetzungen zum Snowkiten sind gute Ski- bzw. Snowboardkenntnisse und etwas Zeit. Je nach Talent und Vorkenntnissen braucht man für das Handling des Kites ein bis fünf Tage. Daher bietet die Snowkiteschule „Hang on“ in Obertauern auf 1900 Metern unterschiedliche Kursmodelle an. Infos unter www.hangon-kiteboarding.com

Snowbiken: Um mit dem Snowbike die Pisten runterzufahren, sind keine Skikennnisse notwendig. Zur Ausrüstung gehören jedoch Skischuhe, das Tragen eines Helms ist zu empfehlen. Ein Schnupperkurs bei der Skischule Koch in Obertauern kostet 66 Euro. Wer den absolviert hat, kann auch auf eigene

was das ist und wie es funktioniert.“ In Obertauern werden die Bikes seit 1997 verliehen – das erste Mal jedoch nur in Verbindung mit einem zweistündigen Schnupperkurs. „Wir wollen sehen, dass die Kunden mit dem Gerät zurecht kommen, sonst wurschteln die nur herum und haben auch kein Erfolgserlebnis“, meint Koch. Und wer das Glück hat, vom Chef selbst unterrichtet zu werden, kann gleich erfahren, was mit den Schneefahrrädern alles möglich ist. Der 56-Jährige ist einen Kilometer rückwärts unter drei Minuten und in elf Stunden 32 736 Höhenmeter gefahren, hat in einer Minute 24 Drehungen absolviert und ist 33 Skigebiete in drei Tagen abgefahren – für alles gab es jeweils einen Eintrag ins „Guinnessbuch der Rekorde“. Dabei erreicht der Österreicher Geschwindigkeiten von 100 km/h.

Doch Koch hat schon ohne Schnee außergewöhnliche Raderlebnisse hinter sich: 1995 fuhr er in Südamerika 4500 Kilometer auf den Spuren der Inkas – und schrieb gleich ein Buch darüber. Obwohl der Extremsportler vom Betriebs-elektriker bis zum Segellehrer sechs Berufsausbildungen abgeschlossen hat und kein Mensch ist, der sich gern ausruht, schlägt er eine Hüttenpause bei einer Gamsmilch vor. Das Mixgetränk aus Kakao, Rum und einer geheimen Zutat ist Kult in Obertauern und wird auf 2200 Meter Höhe in der Gamsmilchbar an der Bergstation Zehnerkarbahn serviert. „Danach fährt man gelockert vom Berg“, sagt Koch. Betont aber: „Mehr als eine oder maximal zwei sollten es aber nicht sein.“ Koch kommt aus der Steiermark und stand schon mit drei Jahren das erste Mal auf Skiern. Er ist überzeugt: „Alles, was im Wintersport Spaß macht, belebt einen“, und er findet es gut, dass immer mehr Alternativen zur Abfahrt, wie Schneetouren gehen oder Schneeschuhwanderungen, zum Trend werden. „Es gibt viele, die auf Alt-tem beharren“, sagt der Mittfünfziger. Vor Kurzem hat er Schneeyoga ausprobiert.

Faust weiterfahren. Weitere Infos unter www.skikoch.at

Gamsleiten 2: Die tiefschwarze Piste mit einem Gefälle von teilweise 100 Prozent (45 Grad) ist ein Pflichtbesuch für jeden geübten Ski- oder Snowboardfahrer. Die Gamsleiten 2 befindet sich am Alpenhauptkamm an der Wasserscheide zwischen den Nord- und Südalpen auf einer Höhe von 2313 Metern und ist eine der steilsten Buckelpisten Europas. Wegen der exponierten Lage ist die Seilbahnanlage nur bei gutem Wetter in Betrieb.

Die Autorin hat übernachtet im Hotel Steiner in Obertauern. Die Reise wurde unterstützt vom Tourismusverband Obertauern.

Maria Höfl-Riesch: Einfach bremsen

Interview Dreimalige Olympia-Siegerin wirbt nach dem Karriereende für den Skiert

Auf Skiern lässt Maria Höfl-Riesch es heute ruhig angehen. Abseits der Piste dagegen gibt die dreimalige Olympia-Siegerin weiter Vollgas. Für Obertauern fungiert sie im zweiten Jahr als Schneebotschafterin. Ein Gespräch über das Leben nach dem Leistungssport.

Sie haben Ihre Karriere 2014 beendet. Vermissen Sie die Geschwindigkeit?

Ich brauche diesen Adrenalin kick nicht mehr, habe total viel Spaß beim normalen Skifahren – ohne Stress, ohne Druck, einfach runterschwingen. Ich genieße es zu fahren, wo ich will, und nicht, wo die Tore stehen. Ich kann einfach bremsen, wenn es mir zu schnell wird oder ich auf eine Kuppe zufahre. Das konnte ich früher ja nicht. Ich musste immer Vollgas durchziehen.

Was waren Ihre Spitzengeschwindigkeiten?

Beim Abfahrtslauf so an die 140 km/h. Und jedes Mal war viel Druck dabei – je erfolgreicher ich wurde, desto mehr. Ich bin froh, dass es vorbei ist, so schön es war. Ich habe viele tolle Sachen erreicht, aber auch genau im richtigen Moment losgelassen: nachdem ich zum dritten Mal Olympia-Siegerin geworden bin. Manche, die sehr erfolgreich waren, hören nicht rechtzeitig auf und fahren dann nur noch hinterher. Das wäre mein Albtraum gewesen.

Ihre Sportkarriere haben Sie beendet, der Promistatus ist geblieben. Sie sind als Fitnesstrainerin auf einem Kreuzfahrtschiff unterwegs, arbeiten für die ARD als Expertin, und in diesem Jahr ist Ihr drittes Buch („Maria macht dich fit“) erschienen. Welche Karriere soll jetzt folgen?

Wir haben viele Dinge angestoßen, einige schon, als ich noch aktiv war. Alles, was ich jetzt tue, macht mir

sehr viel Spaß, wie zum Beispiel das Fitnessprogramm auf der MS „Europa 2“. Es ist schön zu sehen, dass die Gäste es annehmen – auch das ist ein Erfolgserlebnis, wenn auch anders als früher. Weiterhin beim Weltcup dabei zu sein, die Rennen aus nächster Nähe zu beobachten und im Fernsehen zu kommentieren, macht mir auch sehr viel Spaß. Einen Job, bei dem ich jeden Tag ins Büro gehen müsste, könnte ich mir nicht vorstellen.

Sie sind das Gesicht der Kampagne „Wir sind Schnee“ von Obertauern. Was genau macht eigentlich eine Schneebotschafterin?

Ich bin Botschafterin des Ortes als Skigebiet. Mein Mann ist schon als kleines Kind hierhergekommen. Wenn mal ein verlängertes Wochenende rausspringt und das Wetter passt, fahren wir auch heute sehr gern nach Obertauern, weil Marcus hier viele Freunde von früher hat. Ich bin stolz, als Deutsche

für ein österreichisches Skigebiet die Botschafterin zu sein. Das ist aber auch authentisch, weil ich es wirklich hier liebe.

Haben Sie sich nach dem Karriereende mehr Entspannung erhofft?

Es gibt intensive Zeiten, so wie vergangenen Winter, als ich viel für die ARD und für das Buch unterwegs war, aber ab April wurde es dann weniger. Das ist auch gut so, die Ganzjahresvollplanung hatte ich lange genug. Da ich nach wie vor Kooperationsverträge mit verschiedenen Partnern habe, steht immer irgendwas an, es wird nie langweilig. Und wenn eine Woche mal ruhiger ist, fahre ich gern in unser Haus am Gardasee – ein bisschen relaxen, ein paar Dinge per E-Mail organisieren, das ist dann fast wie Urlaub.

Sie sagten mal, Sie machen jetzt nur noch Wohlfühlspor. Was versteht ein Profisportler darunter?



Maria Höfl-Riesch ist Schneebotschafterin von Obertauern.

Dass ich in Bewegung bleiben möchte. Früher habe ich im Sommer zwischen sechs und acht Stunden Kondition trainiert und im Winter zum Skittraining auf der Piste noch regeneratives Training absolviert. Ich möchte auch jetzt in Form bleiben, trainiere aber natürlich weniger – und nur noch das, was mir Spaß macht. Vor allem tue ich etwas für meinen Stoffwechsel. Mit Ausdauertraining kann man sich gut in Schwung halten, dafür genügt das Wohlfühltempo. Regelmäßig und langsam ist ja auch das Beste für

den Fettstoffwechsel. Oft gehe ich gleich in der Früh, um 6 Uhr, in unseren Fitnesskeller und trainiere eine Stunde auf dem Ergometer.

Machen Sie jeden Tag etwas?

Wenn der Tag nicht total durchgeplant ist, dann schon. Aber selbst wenn ich unterwegs bin und die Zeit knapp ist, versuche ich, wenigstens einen Spaziergang hinzubekommen – auch das kann eine Sporteinheit sein.

Das Gespräch führte Laura Engels