

Wohin des Weges mit Schneeschuhen

Alles rund ums Thema Schneeschuhwandern für die Leser der Murtaler Zeitung von Elisabeth Zienitzer und Silvia Sarcletti.



Schneeschuhwandern – eine trendige Sportart für Jung und Alt.

Fotos: weg-es

Schneeschuhe zählen zu den ältesten Fortbewegungsmitteln. Heutzutage dienen sie als Sport- und Freizeitgerät. In den letzten Jahren ist Schneeschuhwandern regelrecht zum Trendsport avanciert, was auch auf viele positive Aspekte dieser Sportart zurückzuführen ist. Hier sind einige Gründe fürs Wandern mit Schneeschuhen.

Einfacher Einstieg: Man kann ohne Vorkenntnisse und mit einer durchschnittlichen Kondition einfach loslegen. Eine gute Möglichkeit dazu ist das Schneeschuhschnuppern, denn da bekommt man die Schneeschuhe kurz erklärt, angeschnallt und kann dann gleich eine kleine Runde im Schnee gehen. In diesem Fall genügt eine minimale Ausrüstung (Winterbekleidung, knöchelhoher Bergschuh, Teleskop- bzw. Skistöcke) und los geht's.

Die Ruhe im Winter: Schneeschuhwandern ist nahezu eine meditative Art, dem Winter zu begegnen und zur Ruhe zu kommen. Es werden akustische und visuelle Reize auf ein Minimum reduziert. Die Ruhe sucht nicht

nur der Mensch, sondern auch das Wild. Ein rücksichts- und respektvoller Umgang in der Natur ist hier besonders zu beachten. Gemütlich bis sportlich: Grundsätzlich kann man Schneeschuhwandern sehr gemütlich bis hin zu sehr sportlich betreiben, das hängt einerseits von der Schneesituation, der Geländeform und davon ab, ob man alleine spuren muss oder sich mehrere Personen bei der Spuranlage abwechseln. Die körperliche Beanspruchung kann von mäßiger Belastung von Kreislauf und Muskeln bis hin zur Maximalbelastung im tiefen Schnee und

steilen Gelände vor allem für den Spurenden variieren.

Für jedes Alter: In unserer 15-jährigen Schneeschuhpraxis sahen wir ältere Personen mit einem Lachen im Gesicht ausgelassen einen Hang hinunterlaufen; Teenager, die bei dieser „uncoolen“ Sportart richtig Fun hatten und Volksschulkinder, die kopfüber im Schnee steckten und sich des Lebens freuten. Es ist auch nie zu spät, damit zu beginnen. Wer gerne Schneeschuhwandern möchte, hat während des Schneeschuh-Festivals viele Termine zur Auswahl (siehe rechte Spalte).



Gemeinsam in eine Richtung – Die begeisterten Touristiker des Murtals mit Silvia und Elisabeth (Fa. WEGES).



Einige Termine während des Schneeschuh-Festivals:

- 27.01.2018** von 9.30 - 14.30 Uhr: SchneeschuhSchnuppern beim Alpengasthof Sabathy
- 28.01.2018** von 9.00 - 12.00 Uhr: Aus den Schneeschuhen in die Therme
- 28.01.2018** von 13.00 - 16.00 Uhr: Schneeschuhrodeln Edelrautehütte / Hohentauern
- 29.01.2018** von 9.00 - 14.00 Uhr: Schneeschuhwanderung auf den Steinplan
- 31.1.2018** von 9.00 - 14.00 Uhr: Schneeschuhwanderung zur Hochalm
- 01.02.2018** von 9.00 - 12.00 Uhr: Schneeschuhwanderung For Mädels only
- 01.02.2018** von 13.00 - 16.00 Uhr: Schneeschuhwanderung auf den Rappoldkogel
- 02.02.2018** von 18.00 - 20.30 Uhr: Vollmondwanderung beim Gasthof Rieseralm
- 03.02.2018** von 9.00 - 12.00 Uhr: Aus den Schneeschuhen in die Therme
- 03.02.2018** von 13.00 - 16.00 Uhr: Schneeschuhrodeln Winterleitenhütte / Seetaler Alpen
- 04.02.2018** von 9.30 - 14.30 Uhr: Schneeschuh-Gaude-Lauf - Abschlussfest beim Red Bull Ring

In Kooperation mit den Tourismusverantwortlichen aus sechs Orten und Kleinregionen (Fohnsdorf, Hohentauern, Knittelfeld, Pölstal, Spielberg und Zirbenland).

Anmeldungen und Programmbestellungen:

WEGES OG – Silvia Sarcletti
A-8720 Knittelfeld,
Josef Kurz-Gasse 17/5
Tel. 0650/261119, 0664/584147
office@weg-es.at
www.aufschneeschuhwandern.at