



Deutscher Alpenverein  
Sektion Recklinghausen

# Pressemitteilung - 24

09.10.2017/ GS

## Betreff: Herbstwanderungen in den Alpen

Die Herbstferien in NRW stehen vor der Tür. Der Frühherbst ist für viele die schönste Zeit, um draußen in der Natur unterwegs zu sein. Warmes Licht, klare Luft und gute Fernsicht machen Wanderungen jetzt besonders reizvoll. Jedoch eignen sich nicht mehr alle Touren: Schöne Sommerrouen erweisen sich später im Jahr unter Umständen als zu hoch, zu lang oder zu schattig. Zudem schließen nach und nach viele Alpenvereins­hütten. Der DAV gibt Tipps, wie die Herbsttour gelingt.

### Sicher am Berg – mit diesen vier Punkten

Wechselnde Temperaturen, kürzere Tage, Schnee in höheren Lagen – mit dem fortschreitenden Jahr müssen Wandertour und Ausrüstung den Verhältnissen angepasst werden. So ist man gut vorbereitet und sicher in den Bergen unterwegs:

#### 1. Kürzere Tage berücksichtigen

Während man im Juli noch um neun Uhr abends die Aussicht genießen kann, geht Anfang Oktober schon zwei Stunden früher die Sonne unter. Kürzere Touren senken das Risiko, sich im Dunkeln zu verlaufen oder zu verletzen. Außerdem wird es nachts sehr schnell kalt.

#### 2. Warme Kleidung

Auch auf Tagestouren sollte zusätzliche Kleidung eingepackt werden. Eine weitere warme Schicht, beispielsweise eine Fleecejacke, gehört ebenso in den Rucksack wie eine Mütze. Auch ein Ersatz-Shirt schadet nicht: *Bei Nässe und starkem Wind kühlt man deutlich schneller aus.*

#### 3. Veränderte Wegverhältnisse

In schattigen Bereichen sind Wege oftmals nass und rutschig, auch wenn der Boden „um's Eck“ warm und trocken ist. Besondere Vorsicht beim Gehen in schattigen Bereichen ist daher wichtig – und natürlich gutes Schuhwerk. Außerdem findet man in höheren Lagen vermehrt Schnee und vereiste Stellen. Wer hoch hinaus will, sollte die entsprechende Ausrüstung dabei haben (Gamaschen, evtl. Grödel bzw. Steigeisen) und über Bergerfahrung verfügen.

#### 4. Verhältnisse checken

Große Temperaturunterschiede zwischen Tal und Berg gibt es in allen Jahreszeiten. Im Herbst herrscht oben aber oftmals schon Winter, während man unten noch im T-Shirt wandern kann. Aus diesem Grund ist es wichtig, den Wetterbericht sowohl im Vorfeld der Tour und vor dem Start zu überprüfen.

Das Bergwetter auf [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de) liefert den täglichen Wetterbericht im Alpenraum. Dieser lässt sich nach Ort und Region filtern und zeigt den Trend für die nächsten Tage an. Zusätzlich bietet der Bergbericht ([www.alpenverein.de/DAV-Services/Bergbericht](http://www.alpenverein.de/DAV-Services/Bergbericht)) einen guten Überblick über das Wetter im Alpenraum für das kommende Wochenende. Der Berg-Wetterbericht erscheint wöchentlich jeden Donnerstag um 16 Uhr auf [www.alpenverein.de](http://www.alpenverein.de).

Ende Presstext.

Falls Sie Nachfragen haben wenden Sie sich an:

**Gerhard Schiweck** | Zweiter Vorsitzender | **Referent** für Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit

Für weitere Nachfragen oder Kontaktaufnahme erreichen Sie mich beruflich: Industriestr.17 - 44628 Herne T: +49 2323.1788-71; mob +49 163 3178871 oder per E-Mail: [gerhard.schiweck@alpenverein-recklinghausen.de](mailto:gerhard.schiweck@alpenverein-recklinghausen.de)