

BOTE



Pro Eigenthal
Schwarzenberg

DER PRO EIGENTHAL SCHWARZENBERG



Dezember 2022

Publikationsorgan der Pro Eigenthal Schwarzenberg

Unsere Gastrobetriebe



hotel restaurant
hammer Würzenrain 11 | 6013 Eigenthal
+41 (0)41 497 52 05 | info@hotel-hammer.ch

Hotel & Bildungszentrum Matt
BERGWELT | SEMINAR | BUSINESS | RESTAURANT



- Verweilen & Geniessen im Restaurant Vista Verde -
www.bzmatt.ch - 041 499 70 99

RESTAURANT
LINDENSTÜBLI
EIGENTHAL

So klein und fein
kann Pause sein.

Claudia und ihr Team freuen sich auf Ihren Besuch.



Rest. Lindenstübli • 6013 Eigenthal • 041 497 27 00 • www.lindenstuebli.ch • claudia@lindenstuebli.ch

Arnen-Stübli
Hofbeizli
Schwarzenberg



Öffnungszeiten:
von 15. Oktober bis 30. April
Dienstag, Samstag, Sonntag und Feiertage
jeweils von 10.00 bis 18.00 Uhr offen

Gruppen bis 24 Personen auf
Vorankündigung das ganze Jahr möglich.

www.arnenstuebli.ch | 079 565 42 77



Alpwirtschaft
Unterlauelen.ch

1063 m.ü.M.



NATÜRLICH SCHEEN

E I G E N T H A L

Christoph & Marlène Keiser-Waser, 6013 Eigenthal, Telefon 041 497 26 25
info@unterlauelen.ch
Montag + Dienstag Ruhetag

WEISSES KREUZ
SCHWARZENBERG
Gastlichkeit & discretion.

Herzlich Willkommen

Roman & Bettina Bachmann
Dorfstrasse 3
6103 Schwarzenberg

Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Sonntag

Bleiben Sie auf dem Laufenden:
www.kreuz-schwarzenberg.ch




RESTAURANT  HOTEL
EIGENTHALER HOF

CH-6013 Eigenthal
Liliane & Peter Bühler

Tel. 041 497 33 11 Fax 041 497 34 11 www.eigenthalerhof.ch

Wo die Gastlichkeit zu Hause ist



Öffnungszeiten

Montag – Donnerstag
17.00 – 24.00

Freitag – Samstag
17.00 – 03.00







Dorfstrasse 13 6103 Schwarzenberg

Restaurant
RÖSSLI
Schwarzenberg

Genuss in gemütlicher Runde in unserem Raum-Cabrio

Schwarzenberger Fondue-Plausch

Mehr dazu unter www.roessli-schwarzenberg.ch



Inhalt

- 04** Abschied von Beat Bünler, ehemaliger Präsident der Pro Eigenthal
- 05** Generalversammlung 2022
- 06** 175 Jahre Gemeinde Schwarzenberg
- 08** Bikeroute Nr. 5: Schwarzenberg – Chrägütsch – Schwarzenberg
- 10** Wegsanierungen
- 12** Hinterchotzigen
- 13** Widderfeld – 2075 m ü. M.
- 23** Die Triste auf dem Tristboden
- 25** Schneeschuhroute «Rosebode»
- 31** Eigenthaler Skigeschichten
- 33** Präparierung der Langlaufloipe
- 37** Interview mit Nadine Fähndrich
- 40** Der Langlaufsport begeistert – auch Schülerinnen und Schüler
- 43** Langlaufbericht von Chiara (5c Schule Maihof)

Geschätzte Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser

Der Besucheraufmarsch im Eigenthal und Schwarzenberg hat sich verändert. In früheren Jahren kamen die Ausflügler vor allem am Wochenende. Bei schönem Wetter oder guten Schneebedingungen sind heutzutage an allen Tagen zahlreiche Personen in unserem Naherholungsgebiet unterwegs.

Diverse Gründe mögen zu dieser Veränderung beigetragen haben. Homeoffice oder unregelmässige Arbeitszeiten ermöglichen eine flexiblere Gestaltung der Freizeit. Eines ist jedoch gleichgeblieben: Schwarzenberg und das Eigenthal bieten einmalige Rückzuhause mit einer wunderschönen Natur.

Wahrscheinlich kennen Sie schon diverse lauschige Plätze oder werden neue ausfindig machen aufgrund unserer Routenvorschläge in diesem Boten.

Neu entdeckt haben das Eigenthal über 700 Schülerinnen und Schüler im vergangenen Januar beim Schülerlanglauf, der von Swiss Ski und der Pro Eigenthal Schwarzenberg angeboten wurde. Obwohl sie aus den umliegenden Regionen kamen, waren viele von ihnen noch nie in unserem Gebiet. Ihre Eindrücke können Sie in diesem Boten nachlesen.

Nicht als Besucher, sondern als Helfer kamen rund 30 UBS-Angestellte. Unter dem Patronat von «Bergwald» und in Zusammenarbeit mit unserem Wanderwegverantwortlichen, Walter Lipp, halfen sie bei der Sanierung eines Wanderweges beim Rümli. Mehr darüber erfahren Sie ab Seite 10.

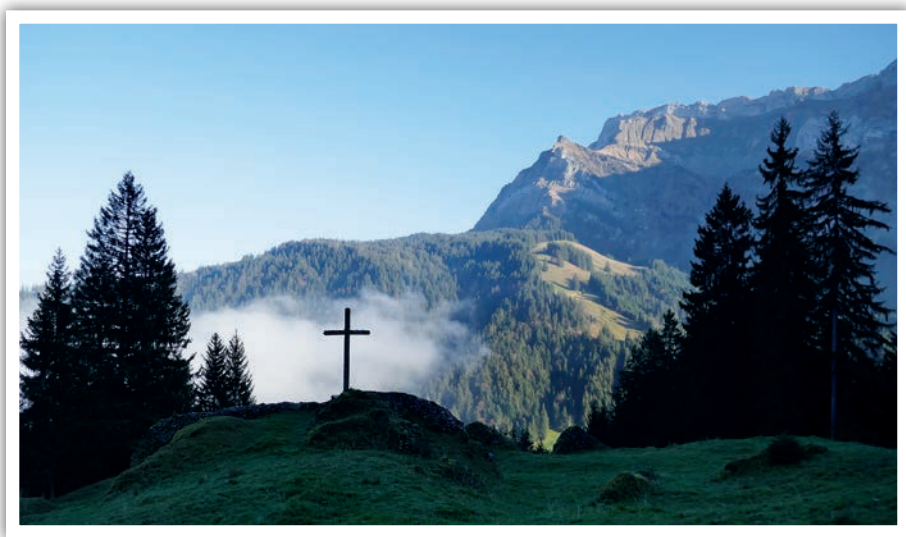
Nebst diesen zwei Berichten finden Sie in dieser Ausgabe Informationen zur Gemeinde Schwarzenberg, zu diversen Anlässen und Vereinstätigkeiten im vergangenen Vereinsjahr.

Ich hoffe, dass Sie ab und zu Zeit finden, unser Naherholungsgebiet zu besuchen und dass Sie sich hier gut erholen können!
Philippe Hool, Vorstandsmitglied

Philippe Hool, Vorstandsmitglied

Redaktion Käthy Fähndrich, Philippe Hool, Willy Wobmann
Gestaltung Grafik Stofer, Schwarzenberg
Druck Druckerei Ebikon AG
Titelbild Blick vom Fuchsbühl zur Pilatuskette

Abschied von Beat Bünter, ehemaliger Präsident der Pro Eigenthal



Nach langer Krankheit ist Beat Bünter am 18. Oktober 2022 im Alter von 70 Jahren gestorben.

Als im Jahr 1977 der Verkehrsverein Eigenthal (VVE) und die Vereinigung Erholungsraum Eigenthal (VEE) zur Pro Eigenthal fusionierten, wurde Beat zum ersten Präsidenten des neu gegründeten Vereins gewählt. Im Bote vom November 1977 stand Folgendes:

Die bisherigen Präsidenten des VVE und der VEE möchten alle ins zweite Glied zurücktreten; sie wollen einer neuen Kraft Platz machen. Und das ist sie: Beat Bünter (in den Protokollen trägt er das sympathische Kürzel BB). Beat ist als Lehrer – er unterrichtet Kinder von der ersten bis zur sechsten Primarstufe in einer Klasse! – seit 1974 im Eigenthal tätig, und er schwärmt so für das Tal, dass er nirgendwo sonst unterrichten möchte. «Ich liebe die Natürlichkeit und Ruhe hier oben sehr!»

Was möchte er als Präsident eines neuen Vereins vordringlich erreichen? «Ich möchte in erste Linie den Gemeinschaftsgedanken pflegen, denn dieser stellt sich mit einer juristischen Fusion ja nicht automatisch überall ein! Ich werde aber auch unerbittlich für eine gewichtige Vertretung der Interessen der Eigenthaler sor-

gen, denn das Eigenthal gehört nach wie vor denen, die hier leben und wirtschaften.»


Beat hat beide Ziele erreicht. Bei seinem Amtsantritt zählte die Pro Eigenthal knapp 500 Mitglieder, heute ist sie ein stattlicher Verein mit rund 2000 Mitgliedern. Für Beat stand immer im Vordergrund, den Erholungsraum Eigenthal zu erhalten und zu gestalten. Er wehrte sich gegen touristische Anlagen im vorderen Eigenthal, wie sie im Richtplan des Kantons Luzern in den 80er Jahren vorgesehen waren. Ebenso wollte er mehr Klarheit im «Konflikt» zwischen Erholungsraum Eigenthal und militärischer Übungsplatz; die Lärmbelastung durch das Militär war ihm ein (grosser) Dorn im Auge.

Im Weiteren befasste sich Beat mit dem «Verkehrsansturm ins Eigenthal». Er bemühte sich daher um bessere Postautoverbindungen. Die Postautolinie Malters-Schwarzenberg wurde verlängert und zunächst an Sonntagen bis zum Eigenthal verlängert.

Eine Niederlage bedeutete der Kampf gegen die Markierung der Pilatusbahn mit Kugeln. Das Amt für Zivilluftfahrt wies die Beschwerden der Pro Eigenthal und anderer Organisatoren ab.

Gegen Ende seiner Amtszeit verursachte der Skilift Gantersei einiges Kopfzerbrechen. Der Zustand der Anlage entsprach nicht mehr den geltenden Vorschriften. Der Landbesitzer zeigte keine Bereitschaft, sein Land für einen neuen Skilift weiterhin zur Verfügung zu stellen. Die Stilllegung war deshalb nur noch eine Frage der Zeit. Am 22. März 1987 war der Lift letztmals in Betrieb.

Nach zehn Amtsjahren trat Beat Bünter an der Generalversammlung 1987 zurück und er wurde zum Ehrenmitglied ernannt.

Während zwei Jahren durfte ich Beat als umsichtigen Präsidenten und aufmerksamen Zuhörer kennenlernen. Er leitete die Geschicke der Pro Eigenthal mit grossem Engagement und einer gewissen Beharrlichkeit, die es für einen Präsidentenposten braucht. Als Lehrer leitete Beat die Vorstandssitzungen jeweils in «seinem» Schulzimmer Eigenthal, die Traktanden konnten wir der Wandtafel entnehmen. An ihm schätzte ich seine Kollegialität und seinen trockenen Humor, mit dem er immer wieder für heitere Momente sorgte. 

Philippe Hool

Generalversammlung 2022


Der Präsident der Pro Eigenthal Schwarzenberg, Ueli Spöring, hiess an der diesjährigen Generalversammlung über 100 Mitglieder willkommen. Besonders freute er sich, nach einem Covid-19 bedingten Unterbruch von zwei Jahren, alle wieder persönlich begrüßen zu dürfen.

Der Ablauf der Versammlung ist im Protokoll ausführlich beschrieben und kann auf unserer Homepage www.eigenthal.ch unter «downloads» nachgelesen werden.

Beim Traktandum «Verschiedenes» wurde die offizielle Verabschiedung von Martin Lipp nachgeholt. Diese erfolgte im Rahmen eines Interviews. Unser Vize-Präsident, Willy Wobmann, entlockte Martin interessante Informationen und amüsante Anekdoten aus seiner 50-jährigen Tätigkeit bei der Pro Eigenthal Schwarzenberg. Für seine langjährigen Ver-

dienste erhielt Martin einen Gutschein für ein verlängertes Wochenende in Adelboden und ein Modell eines Loipenfahrzeuges.

Im Anschluss an die Generalversammlung bat Ueli Spöring die erfolgreichen Eigenthaler Langlauf-Geschwister, Nadine und Cyril Fähndrich, auf die Bühne. Beide Sportler wurden zu diversen Gegenständen befragt, die Ueli mitgebracht hatte. So erfuhren die Zuhörer, was hinter einer bestimmten Trinkflasche steckte oder vernahmen anhand von Startnummern und Medaillen diverse Zwischenfälle oder spezielle Erinnerungen der beiden.

Aus Anlass des 10-jährigen Bestehens unseres Vereins lud der Präsident anschliessend zum Nachtessen im Weissen Kreuz, Schwarzenberg, ein. 



175 Jahre Gemeinde Schwarzenberg



Die Gemeinde Schwarzenberg feierte coronabedingt erst diesen Sommer ihr 170. Jahr Jubiläum. Über die Loslösung von Malters und die Gründung der Gemeinde im Jahr 1845, zu welcher übrigens auch das Eigenthal gehört, wurde in zahlreichen Medien ausführlich berichtet.

Wie Schwarzenberg zu seinem Namen kam, wurde hingegen selten erklärt. Im kürzlich erschienenen Luzerner Namenbuch von Erika Waser kann dazu Folgendes nachgelesen werden:

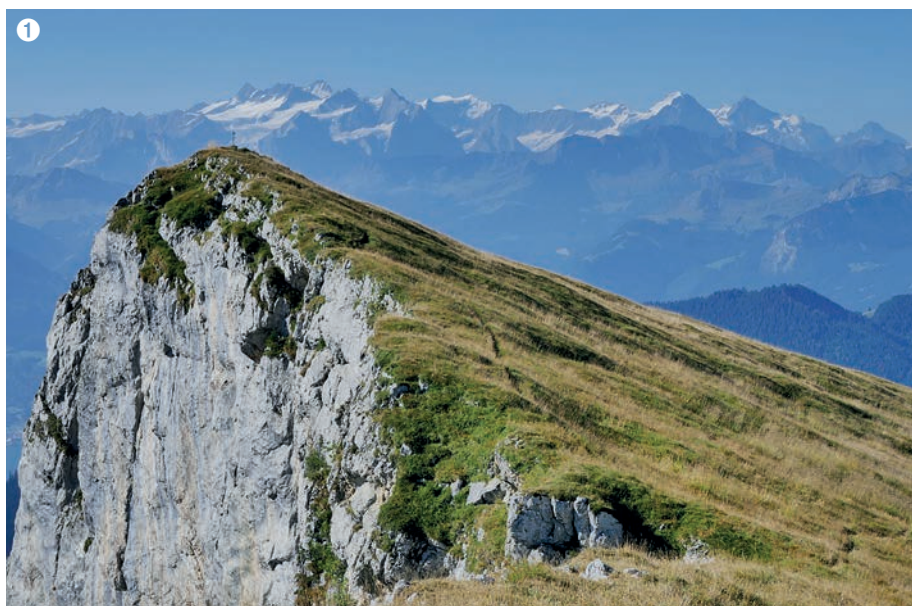
Das Namenmotiv für Schwarzenberg ist vom Standort Malters aus zu erklären. Mit dem Flurnamen Schwarzenberg wurde zuerst der Bergzug über Malters bezeichnet, der früher geschlossen bewaldet war. Von Malters aus betrachtet liegt dieser Berg im Süden, also im Gegenlicht. Der bewaldete, schattige Höhenzug wirkt dunkel oder schwarz.

Schwarzenberg ist mit 39,31 km² die achtgrösste Gemeinde des Kantons Luzern, davon sind 19 km² bewaldet. Der höchste Punkt befindet sich im Südosten beim Widderfeld auf 2075 m ü. M., der tiefste

Punkt im Nordwesten am Rümli bei Munstein bei etwa 590 m ü. M.

Zwischen dem Widderfeld und Gemsmättli befindet sich ein Grenz-Dreieck zwischen den Kantonen Luzern, Nid- und Obwalden. Hier scheint der Grenzverlauf der Gemeinde Schwarzenberg «unlogisch» zu sein, zumindest aus geogra-

phischer Sicht. Statt auf dem Grat weiter zu verlaufen, biegt die Schwarzenberger Grenze in einem Linksbogen steil ins Eigenthal hinunter. Gleichzeitig zieht sich die Nidwaldner Gemeinde Hergiswil vom nördlichen Teil des Pilatus bis zur Unterlauen und zum Rümli hinunter. Nicht, dass wir es den Stadtluzernern nicht gönnen möchten, aber der Luzerner





Hausberg, oder Drachenberg wie sie ihn auch nennen, «gehört» aufgrund dieser Grenzsituation den Nidwaldnern auf der Nordseite und den Obwaldnern auf der Südseite inklusive Hotels und Bahnstationen!

Die grossflächige Gemeinde Schwarzenberg beschert unserem Wander-

wegchef, Walter Lipp, und seinen Helfern einen riesigen Aufwand für die Wartung der Wanderwege. Währenddem die Pilatuskette von der Pro Pilatus anlässlich der Pilatus-Putzete unterhalten wird, ist Walter zuständig für das Eigenthal und die Rägeflüelikette sowie die Gebiete Stäfeli, Feldimoos, Rümlig, Kleine und Grosse Welt, rund

um das Dorf Schwarzenberg und Scharmoos mit dem Chrüzhubel bis zum Holderchäppeli!

Der Bote dankt Walter Lipp und seiner Arbeitsgruppe im Namen aller Wanderer für die stets perfekte und umsichtige Pflege unseres Wanderwegnetzes herzlich! 🏔️



① der höchste Punkt auf dem Widderfeld mit den herangezoomten Berner Alpen

② der südlichste Punkt zwischen Stäfeliflue und Risetestock

③ der tiefst gelegene Punkt der Gemeinde Schwarzenberg Nähe Munistein

Bikeroute Nr. 5

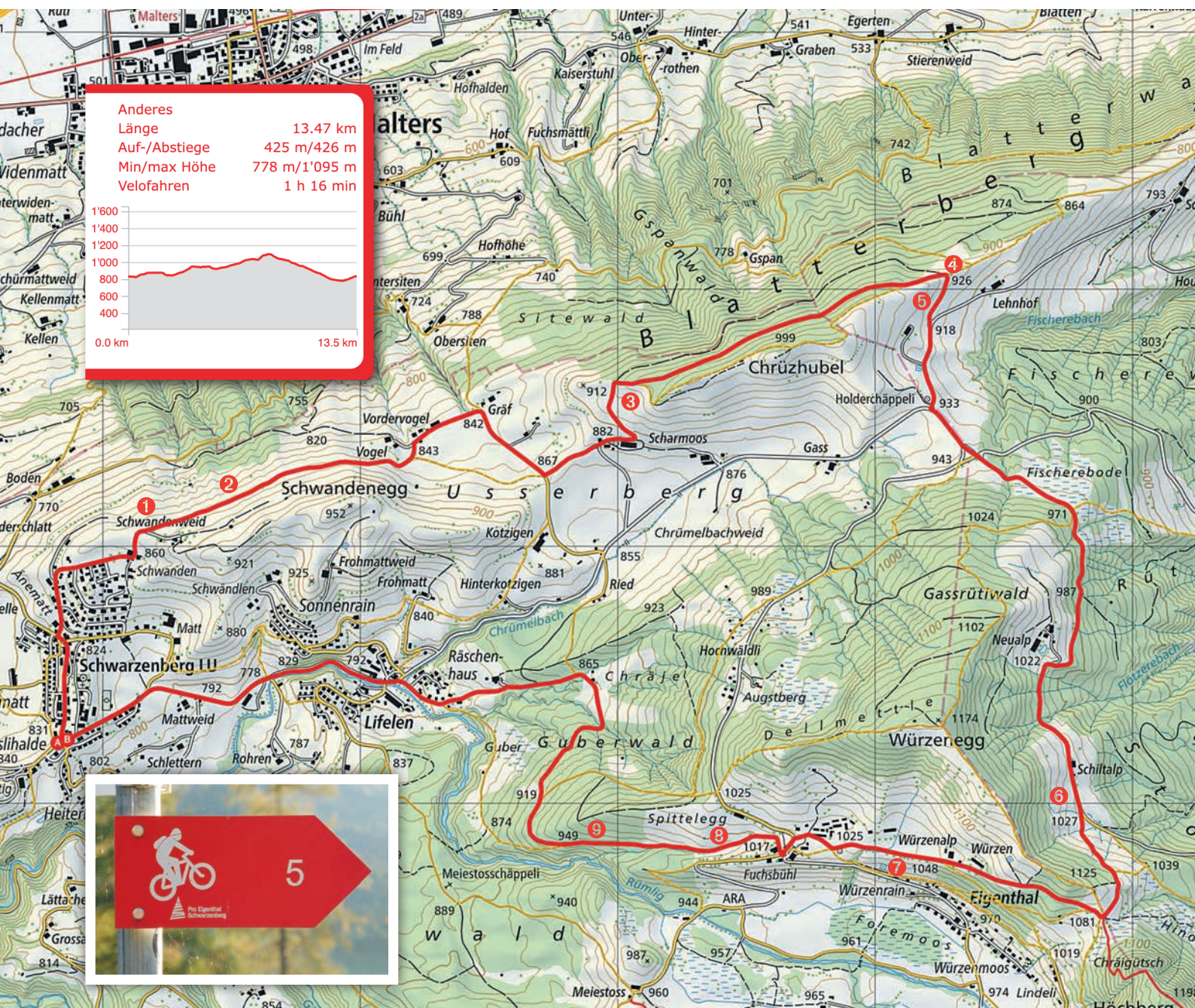
Schwarzenberg – Chrägütsch – Schwarzenberg:

Mit einer Länge von 13 km und über 400 Höhenmetern gilt diese Route als anspruchsvoll. Dank hervorragenden Weitblicken werden die Anstrengungen mehr als belohnt.

Nach dem Start beim Rössliparkplatz in Schwarzenberg beginnt nach ein paar hundert Metern ein kurzer Aufstieg zum Zöribänkli oberhalb Schwanden. Hier ist es wohl verfrüht, bereits eine Pause einzulegen. Trotzdem lohnt sich ein kurzer Halt, um die Aussicht zu geniessen: im Westen der Jura mit dem markanten Weissenstein, gegen Osten die Albiskette vor den Toren der Stadt Zürich.

Weiter geht es auf einem Höhenweg und dann hinunter zu den Liegenschaften Vogel und Gräf. Danach folgt ein weiterer Aufstieg, vorbei am Scharmoos und durch eine Waldpassage zu einem mächtigen Ahorn. Hier präsentiert sich ein eindruckliches Panorama zum Vierwaldstättersee, zur langgezogenen Rigi und zur Inner-schweizer Bergwelt.

Die Weiterfahrt führt zum Holderchäppli und hinauf zur Schiltalp. Gleich danach gilt es, den steilsten Anstieg des Tages zum Chrägütsch zu bewältigen. Von dort beginnt eine lange Abfahrt zum Eigenthalerhof und via Guberwald hinunter zur Lifelen. Nach der Lifelenschlucht folgen die letzten Höhenmeter zurück zum Ausgangsort Rössliparkplatz.





- 1 beim Zöribänkli, Blick Richtung Westen
- 2 auf der Weiterfahrt nach dem Zöribänkli
- 3 oberhalb Scharmooos,
in Bildmitte unsere befahrene Route zum Vogel
- 4 beim markanten Ahorn
- 5 kurz nach dem Ahorn Richtung Holderchäppeli
- 6 nach der Schiltalp hinauf zum Chräigütsch
- 7 Richtung Eigenthalerhof
- 8 vom Fuchsbühl zum Guberwald
- 9 im Guberwald

Wegsanierungen

Die Pro Eigenthal Schwarzenberg erhält regelmässig Anfragen von Schulklassen oder Vereine, die Arbeiten in der Natur verrichten möchten. Am ehesten können wir ihnen Arbeitseinsätze beim Wegbau anbieten.



Dieses Jahr erhielten wir eine Unterstützung durch die Bildungswerkstatt Bergwald. Tumasch-Flurin Schreich, Kursleiter, hat uns Bergwald vorgestellt:

Bildungswerkstatt Bergwald kurz erklärt

Die Bildungswerkstatt Bergwald ist eine gemeinnützige Schweizer Stiftung für Umweltbildung und Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) mit Sitz in Thun. Seit mehr als 25 Jahren führt sie Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene schweizweit in den Bergwald. Mit handwerklichen Arbeiten wie Bäume fällen, Wegunterhalt, Jungwaldpflege und Pflanzungen erfahren die Teilnehmenden die Sinnhaftigkeit vom Arbeiten im Wald.

Im Wald sehen die Teilnehmenden die Natur und sich selbst dabei aus ganz neuen Blickwinkeln. Durch die Arbeit spüren und

erweitern sie ihre Grenzen, erleben ihre Selbstwirksamkeit, die ihr Selbstvertrauen stärkt. Dies wird zusätzlich gefördert, indem sie essentielle Arbeiten für einen Auftraggeber aus Forst- und Landwirtschaft ausführen.

Die Angebote der Bildungswerkstatt fördern die gesunde Entwicklung der Persönlichkeit und der Sozialkompetenz. Sie sensibilisieren im Umgang mit der Natur und natürlichen Ressourcen. Und sie tragen zu einem Austausch, zur Verständigung und gelebter Solidarität zwischen Stadt und Land bei.

Mehr als 900 Freiwillige arbeiteten dieses Jahr mit der Bildungswerkstatt Bergwald im Schweizer Wald. In solchen Volunteeringeinsätzen tauschen Erwachsene in Teams oder als Einzelpersonen tageweise ihren Bürostuhl mit dem Bergwald. Dort arbeiten sie freiwillig in den von ihrer Firma organisierten

Einsätzen mit der Bildungswerkstatt. Dabei werden sie von Fachleuten im Wald bei der Arbeit angeleitet und betreut. Gemeinsam unterhalten sie Wanderwege und Alpweiden, bekämpfen Neophyten, pflegen den Jungwald, Gewässer und Biotope.

Während dem Einsatz erklären die Mitarbeitenden der Bildungswerkstatt die Zusammenhänge der aktuellen Arbeit und weitere Aspekte zu Ökologie und Nachhaltigkeit direkt vor Ort. Die Teilnehmenden gehen zukünftig mit anderen Augen und Ohren durch die Natur und im speziellen durch den Wald.




Mehr zur Bildungswerkstatt Bergwald und den Angeboten unter www.bergwald.ch

Sanierung Wanderweg Haseleggstäg – Gänghüseli

Am 8. und 9. September 2022 sanierte eine durch Bergwald betreute Gruppe von UBS-Angestellten und in Zusammenarbeit mit unserem Wanderwegverantwortli-

chen, Walter Lipp, den Wanderweg zwischen dem Haseleggstäg und Gänghüseli. Das ist der Verbindungsweg zwischen der Kleinen Welt und der Rümli Schlucht.

An beiden Tagen sassen die Banker für einmal nicht vor ihrem PC, sondern beschäf-

tigten sich mit Schaufeln, Pickeln, Hacken, Sägen, Pflöcke einschlagen, Tritte erstellen oder Wasserrinnen graben. Die Arbeiten wurden top motiviert angegangen und zur vollsten Zufriedenheit von Walter Lipp ausgeführt. Darüber freuen sich nun auch die Wanderer. 



Interessant und gleichzeitig beruhigend ist diese Information entlang des Wanderweges Scharmoos-Schwarzenberg, welche vor Ort angebracht ist und die Sie hier nachlesen können.

Hinterchotzigen

Woher denn wohl diese Namensgebung?

Antwort von Mundartredaktor Simon Lüthold, SRF,
14.01.2022

Im Luzerner Namensbuch finden sich Belege von «Chotzige» im Kanton Luzern und diese gehen über 700 Jahre zurück bis ins Jahr 1287.

Weil es so alte Belege gibt, liegt es ziemlich sicher auf der Hand, dass «Chotzige» sich auf einen Personennamen bezieht. In diesem Fall wohl auf einen «Chozzo» oder «Chuzzo», der dieses Gebiet beanspruchte.

«Chozzo» ist als Name in der Schweiz seit dem 13. Jahrhundert gut belegt. Das ist eine Koseform des Namens Kuonrad.

Hinterchotzige, Chotzige und alle Namen hier rundum haben nichts mit Erbrechen zu tun und auch so gesehen wenig mit dem schweizerdeutschen Verb «chotze». Dieser Zusammen-



hang würde einer Umdeutung Tür und Tor öffnen. Doch gänzlich unpassend ist diese Deutung auch nicht, denn «chotze» wird veranschaulicht mit einem Brunnenrohr, das spritzt und nicht ruhig fliesst. Mindestens passt diese Vorstellung zur Namensgebung des an der Strasse fliessenden Baches «Chotzibach»!



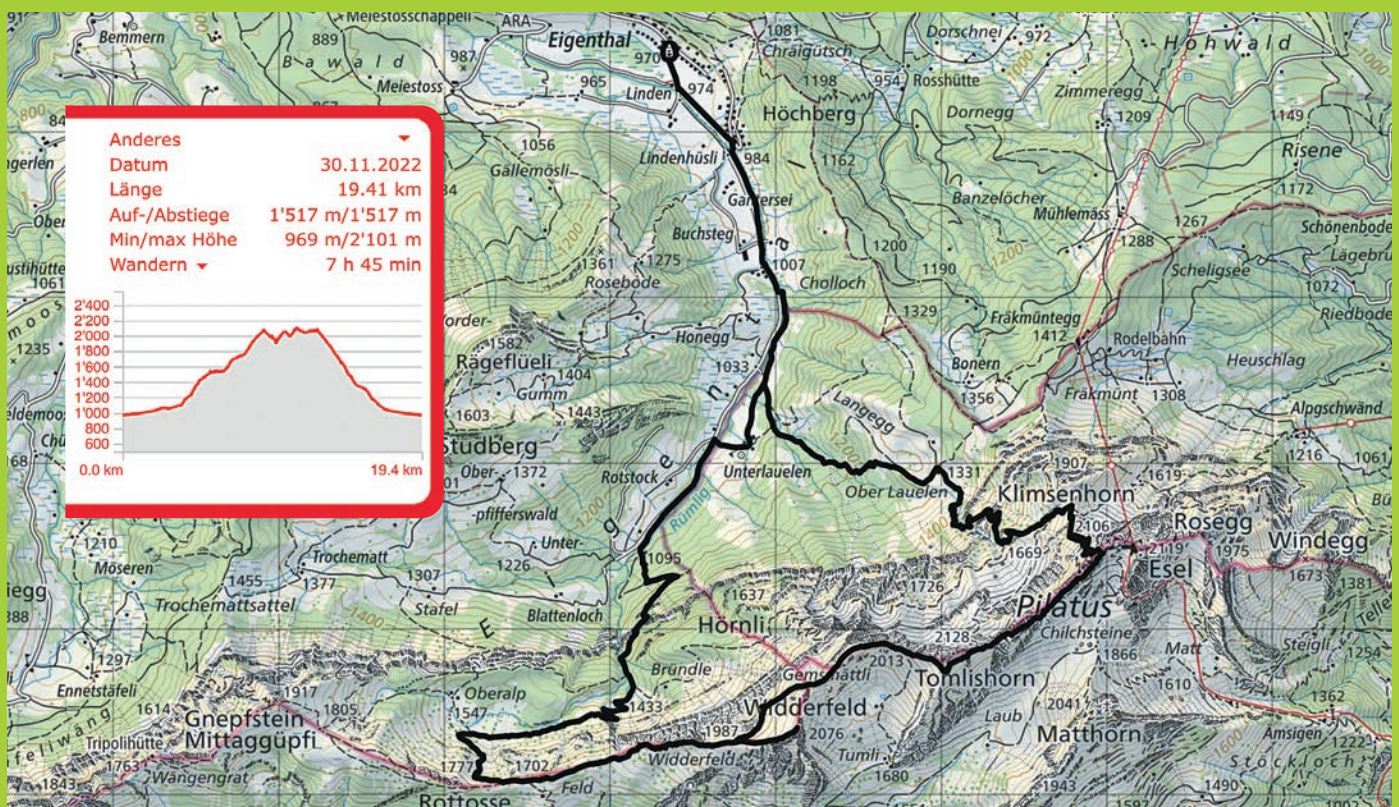
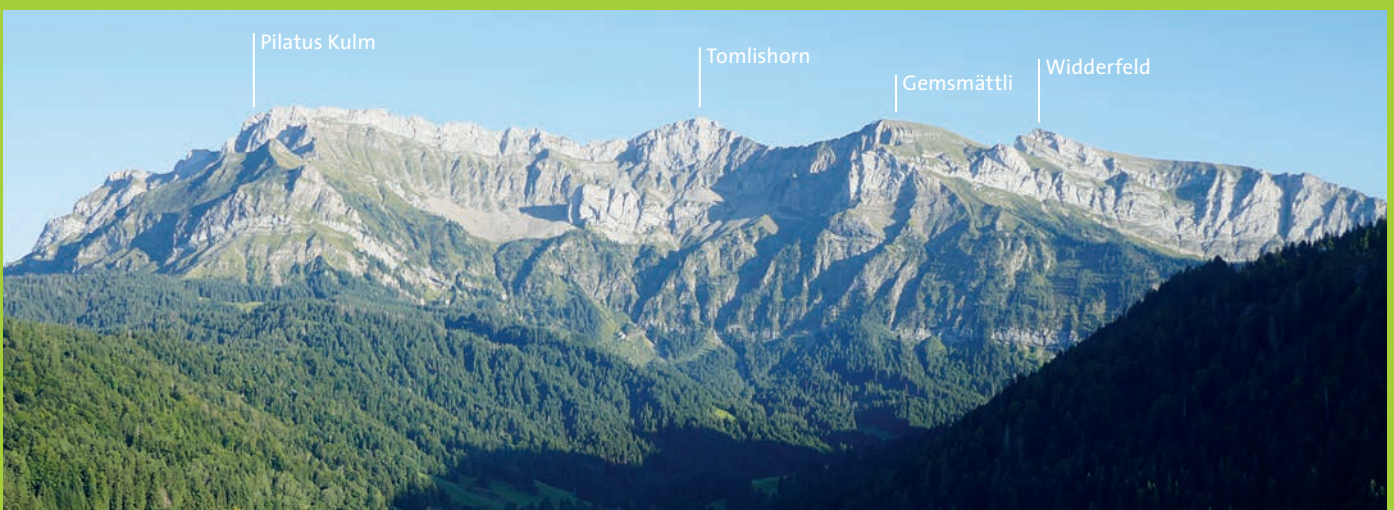
Also kein Grund zur Panik: auf diesem lieblichen Wanderweg wird es Ihnen (ziemlich sicher) nicht schlecht

Wanderung zum höchsten Punkt der Gemeinde Schwarzenberg

Widderfeld – 2075 m ü. M.

Auf der Nordseite des Pilatus führen zahlreiche, abwechslungsreiche, steile und alpine Routen auf das Widderfeld. Alle haben eines gemeinsam: sie sind lang. Ausserdem verlangen sie Trittsicherheit und zeitweise Schwindelfreiheit. Die Bergwege sind weiss-rot-weiss markiert und sollten nur bei trockenen Verhältnissen begangen werden.

Die hier vorgestellte Wanderung in Form eines «Bildbandes» führt via Bründle und Oberalp zum Widderfeld. Diese Variante hat den Vorteil, dass nach dem Weiterweg zum Pilatus Kulm wahlweise entschieden werden kann, ob der Abstieg zu Fuss, mit der Luftseilbahn oder Zahnradbahn erfolgen soll.





Kurz vor der Unterlauelen, im Hintergrund das Mittaggüpfli

Von der Postautohaltestelle Talboden führt eine rund einstündige, recht flache «Einlaufstrecke» via Unterlauelen zur ewl-Raststätte. Hier wechselt der Wanderweg in einen Bergwanderweg und führt steil hinauf zur Bründle.



Unterhalb der Bründle sind Ketten angebracht. Auf diesem Abschnitt ist Trittsicherheit erforderlich.



Auf dem Weiterweg wird die Oberalp rechts liegen gelassen und beim Felli wird der breite Rücken des Widderfeldes sichtbar.

Die Distanz täuscht: vom Felli dauert es noch eine Stunde bis zum Tagesziel



Nach dem Felli verläuft der Aufstieg teilweise nahe an der Bergkante und gewährt spektakuläre Tiefblicke ins Eigenthal und ins Luzerner Mittelland mit dem Sempachersee



Mitte August 2022 befindet sich der Gipfelhang des Widderfelds bereits im Herbstkleid. Darüber sind die Ausläufer der Pilatuskette ersichtlich, links Stäfeliflue, rechts Mittagüppi

Mitten im Gipfelhang trennen sich die Wege. Wer direkt zum Pilatus Kulm wandert, umgeht das Widderfeld auf der Nordseite. Anwärter auf das Widderfeld wandern geradeaus weiter.



Nach vier Stunden geschafft! Blick zum Gemsmättli, Pilatus Kulm, Tomlishorn, Matthorn



Blick Richtung Süden zum Sarnersee und zu den Berner Alpen



Die Schlüsselstelle der ganzen Tour. Von weitem erscheint dieser Durchgang sehr exponiert. Vor Ort gilt Entwarnung. Mit den angebrachten Ketten lässt sich diese Passage gut bewältigen. Ein Gegenanstieg führt danach zur nördlichen Seite des Widderfeldes.

Nach einer wohlverdienten Gipfelrast folgt ein kurzer Abstieg, zuerst entlang der Aufstiegsroute, danach nordwärts zu einem Felsriegel. Nach einem weiteren Anstieg wird das Gemsmättli direkt auf seiner Krete übersritten.



Massiv und imposant: am Nordfuss des Widderfeldes



Auf dem Gemsmättli ist Einer-Kolonne angesagt!



Auf dem Weiterweg Richtung Tomlishorn: Blick zurück zum felsigen Widderfeld (links) und zum flachen Grasrücken des Gemsmättli



*Ab dem Tomlishorn führt ein gut ausgebauter Weg auf der restlichen Pilatuskette zum Pilatus Kulm.
Ein einmaliger Höhenweg mit fantastischen Weitblicken.*



Pilatus Kulm: bereits 5½ Wanderstunden in den «Knochen». Nach Stunden der Einsamkeit ist die Ruhe definitiv vorbei!



Abstiegsvarianten: in luftiger Höhe hinunter mit der Luftseilbahn oder mit der steilsten Zahnradbahn der Welt?
Bequem mit dem ÖV oder 1100 Höhenmeter Abstieg zu Fuss?



Wer sich für den Fussabstieg entscheidet, wird nochmals reichlich mit schönen Tief- und Weitblicken belohnt. Blick hinunter Richtung Eigenthal, darüber die Rägeflüelikette, am Horizont die Jurakette, rechts oben der Sempachersee.



Nach Bewältigung dieser Bergflanke über den Heitertannliweg sind bei der Alp Oberlauelen (unten rechts) bereits 800 Höhenmeter geschafft. Nach einer weiteren Wanderstunde ist der Startort wieder erreicht – müde, aber um eine eindruckliche Wandertour reicher! 🏔️

Die Triste auf dem Tristboden


Werner Burri, Landwirt auf dem Tristboden, hat diesen Sommer eine alte Tradition aufleben lassen. Was für den Laien wie ein normaler Heuhaufen aussehen mag, nennt der Fachmann eine Triste.

Triste hat nichts mit dem französischen *triste* = *traurig* zu tun. Eine Erklärung für diesen Begriff steht im *Luzerner Namenbuch* von Erika Waser. Die Triste wird mit dem alt-hochdeutschen *driscida* = *Gedroschenes* in Verbindung gebracht und wie folgt beschrieben: *ein kegelförmiger, im Freien meist um eine Stange aufgeschichteter Haufen aus Stroh oder Heu*. Entsprechend erklärt sich daraus die Bezeichnung «Tristboden»: *Der ebene Platz beim Tristboden im sonst steilen Gelände war gut geeignet, die Heustristen zu errichten*.

Für den korrekten Aufbau einer Triste braucht es einiges an Fachwissen, wie Werner Burri erklärt. Zuerst wird eine vier bis fünf Meter lange Holzstange in den Boden verankert. Danach wird das Heu (der erste Schnitt des Jahres) rund um diese Stange von Hand aufgeschichtet und mit den Füßen festgetreten. Um es optimal verarbeiten zu können, muss das Heu zwar trocken, aber trotzdem eine kleine Restfeuchte aufweisen. Anfänglich hat die Triste eine Höhe von etwa drei Metern, senkt sich aber um einen Meter, da sich das Heu im Laufe des Winters verdichtet. Die Spitze des Haufens wird mit einem «Schübel» abgedichtet, das heisst ein Grasziegel wird rund um die Stange gesetzt. Damit wird gewährleistet, dass das Regenwasser nicht in der Mitte, sondern über die Oberfläche nach aussen ab-

geleitet wird. Bei einer fachmännischen Verarbeitung bleibt der Innenteil des Heuhaufens völlig trocken und nur die Aussenhülle wird nass. Für eine Triste braucht es Heu aus einer Fläche in der Grösse einer Juchart, d.h. ca. 36 Aren oder 3600 m².

Gemäss Werner Burri errichtete sein Vater jahrelang ein Dutzend Tristen. Mit

ein Grund war der fehlende Platz in der Scheune. Zudem hatte man in früheren Zeiten weit weniger Transportkapazitäten als heute - und die Herstellung von Siloballen kannte man schon gar nicht. In der Winterzeit wurde dann das im Freien gelagerte Heu mit Ross und Wagen respektive Schlitten in den Stall gebracht. 



Diese Triste befindet sich neben dem Wanderweg Tristboden-Fischenbach, nach der Wanderwegabzweigung beim Punkt 906 oberhalb Tristboden. Zu erreichen auf dem Wanderweg vom Rümli herkommend Richtung Weidboden-Tristboden oder auf der Bikeroute Nr. 6.



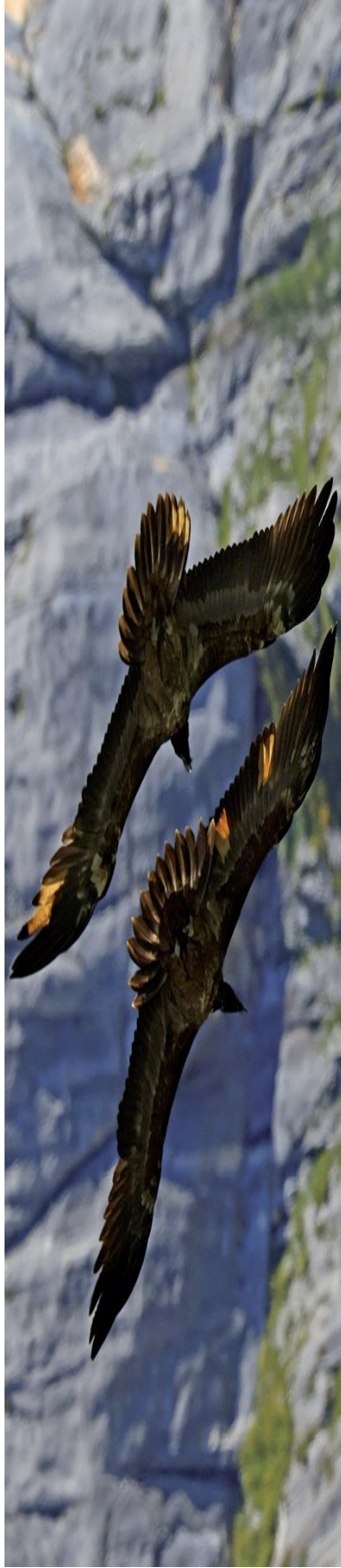
Aufgefallen

Im Laufe des Spätherbstes hat Werner Burri Löcher in der Triste entdeckt. Bei näherem Hinsehen stellte er Spuren von Hirschen fest. Offenbar benützen diese schlaun Tiere die Triste als Notvorrat oder Selbstbedienungsladen!



PRO PILATUS

NATURKUNDLICHE WANDERUNGEN



Ornithologische Exkursion Samstag den 20. Mai 2023

Leiter: Cornelis Heijman Luzern, Thomas Usteri Luzern
Route: Lütholdsmatt – Schwandi – Alp Fräkmünt – retour nach Lütholzalmatt
Besammlung: 6:00 Uhr Parkplatz Lütholzalmatt
Abfahrt mit Privatauto: 05:30 Uhr Ei Sarnen, 05:30 Uhr Luzern Inseli.
Zustiegsmöglichkeiten: Eichhof - Horw Parkplatz Gemeindehaus - Hergiswil Restaurant Adler - Alpnach Coop
Fahrtpreis: Miifahrt: PW Fr. 10.-- **Rückfahrt:** Irgendwann am Nachmittag
Anmeldung: bis Donnerstag den 18. Mai 2023
per E-Mail exkursionen@propilatus.ch oder telefonisch an Ida Stalder, Thorenbergmatte 13, 6014 Luzern, Tel. 041 250 71 89 (bitte auf Combox sprechen)
Angaben: Name, Adresse, Telefonnummer.
Haben Sie ein Auto? Können Sie jemand mitnehmen?
Wenn Sie kein Auto haben: Wo möchten Sie einsteigen

Ausrüstung: Verpflegung aus dem Rucksack, Wanderschuhe, Regenschutz, Kälteschutz, Feldstecher, evt Lupe
Auskunft/Durchführung: Am Vorabend ab 19:00 Uhr (Tel. 1600 Clubs/Vereine)

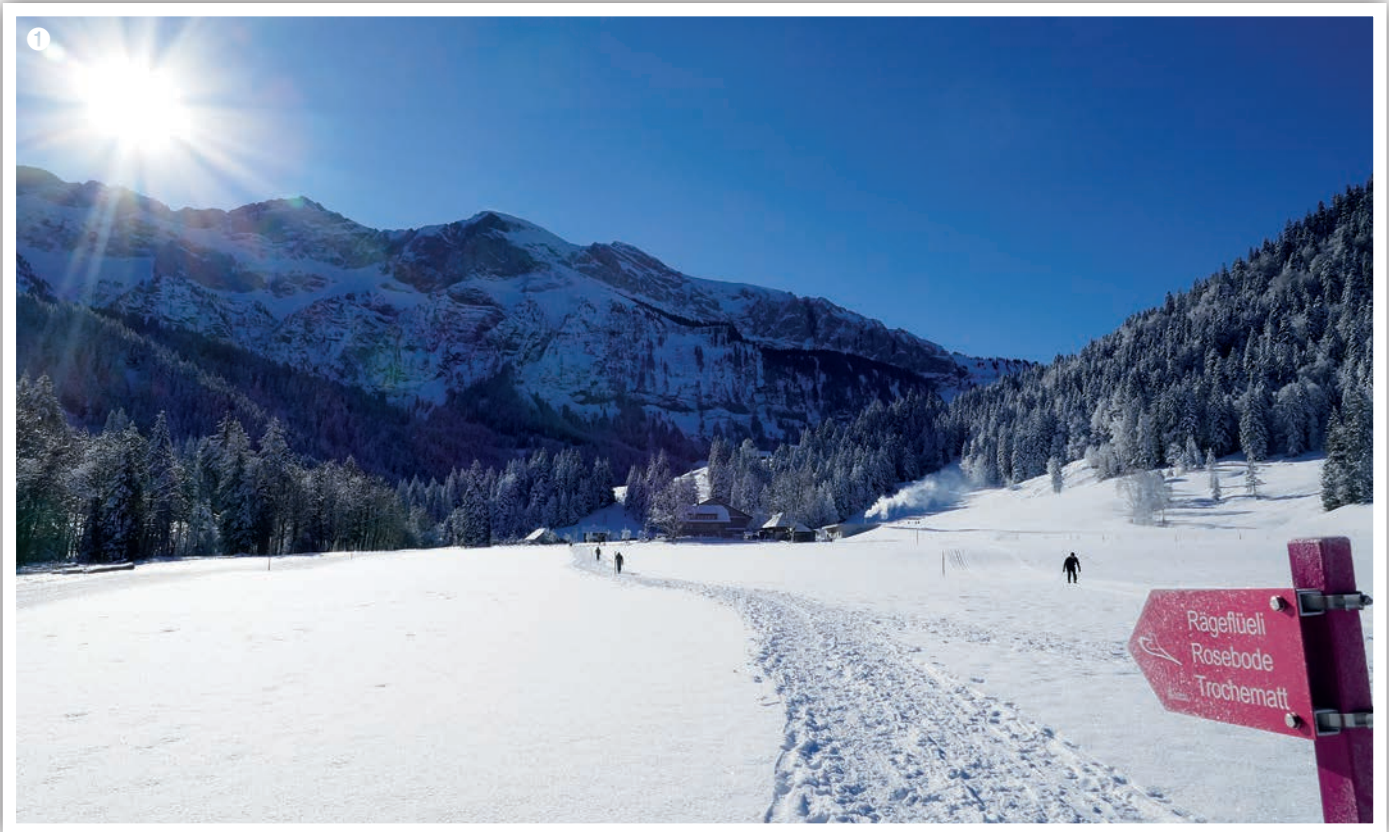
Botanische Exkursion Samstag den 3. Juni 2023

Leiter/in: Beat von Wyl Giswil, Rita Bachmann Malters, Alice Heijman Luzern
Ida Stalder, Luzern
Route: Fräkmüntegg – Alpgschwänd – Schönenboden – Buholzerschwändi – Krienseregg – Kriens
Besammlung: 8.30 Uhr Pilatusbahn Kriens
Fahrtpreis: Gruppentarif Pilatusbahn (Gutschein abholen bei Ida Stalder)
Anmeldung: bis Donnerstag den 1. Juni 2023
per E-Mail exkursionen@propilatus.ch oder telefonisch an Ida Stalder Thorenbergmatte 13 6014 Luzern
Tel. 041 250 71 89 (bitte auf Combox sprechen)
Angaben: Name – Adresse - Telefonnummer
Die Exkursionen sind öffentlich und kostenlos
Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

**Wir von der PRO PILATUS freuen uns auf Sie
und wünschen Ihnen einen erlebnisreichen Tag**

Schneeschuhroute «Rosebode»:

Eine attraktive Rundtour hoch über dem Eigenthal



auf der Höhe Gantersei Richtung Buchsteg

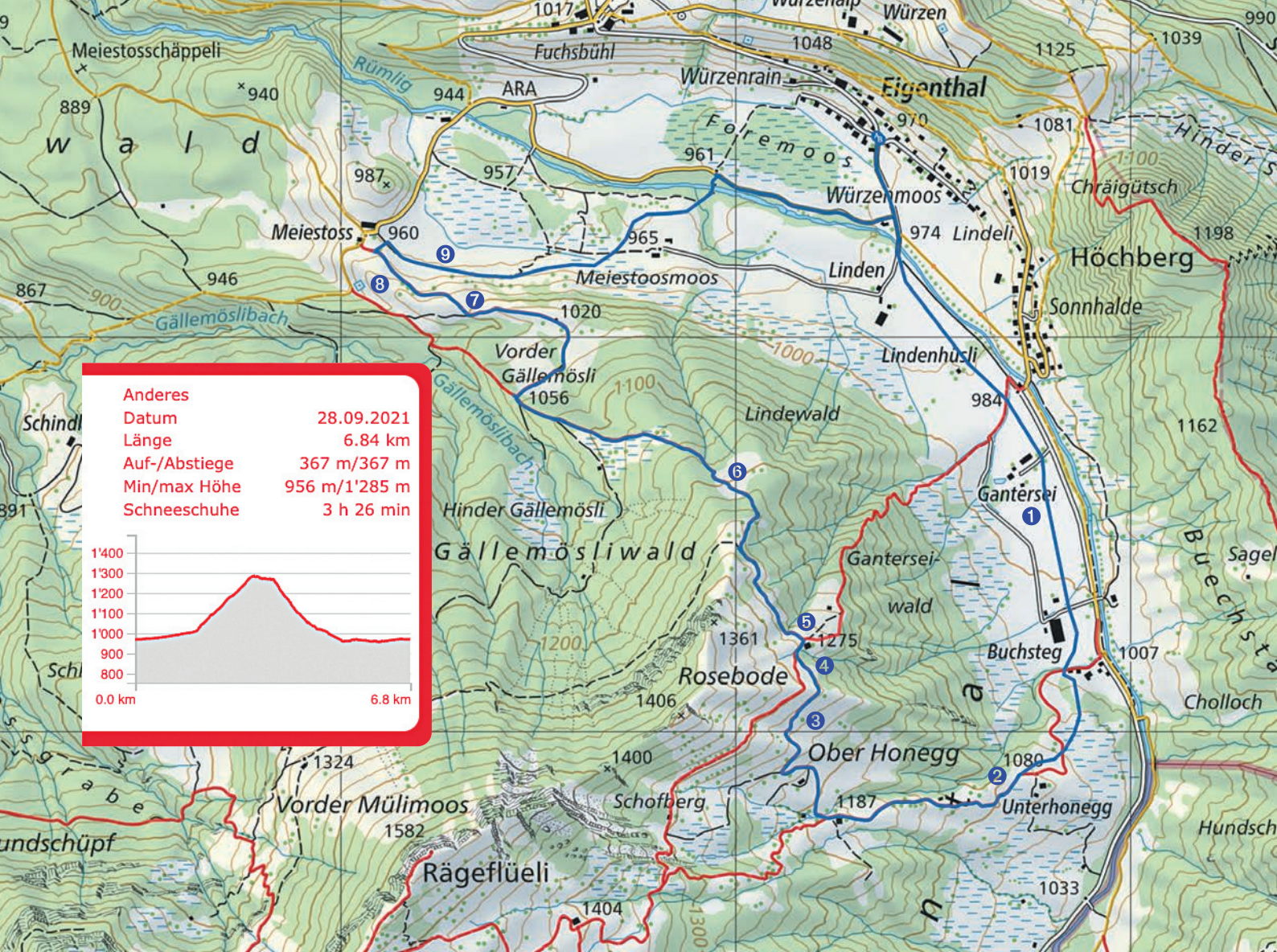
Wie bei den Routen «Trochematt» und «Rägeflüeli» erfolgt der Start zu dieser Rundtour entweder bei der Postauto-Endstation Talboden oder beim Parkplatz Gantersei. Wer diese Tour im Uhrzeigersinn unternimmt, gelangt zuerst zum Buchsteg. Hier endet das gemütliche Schneeschuhwandern. Der Aufstieg zu den Alpen Unter und Ober Honegg lässt den Puls ansteigen – und auch die Körpertemperatur. Selbst bei Minusgraden dürfte deshalb bald einmal eine «Tenue-Erleichterung» angesagt sein. Ab der Alp Ober Honegg wird es ruhiger. Die meisten Schneeschuhgeher und Skitürler peilen das Rägeflüeli an. Unsere Route biegt hier rechts ab. Bis zur Alp Rosebode stehen noch knapp 100 Höhenmeter an. Die Anstrengung lohnt sich. Je höher, umso eindrücklicher wird die Rundumsicht: 300 Meter über dem Eigenthal öffnet sich ein wunderbarer Blick zur Pilatuskette, im Osten zur Rigi und im weiteren Routenverlauf Richtung Norden bis zur Jurakette.

Nach der Alp Rosebode führt die Route durch Wald und Waldlichtungen hinunter zum Meiestoss und damit zurück zur «Zivilisation». Dort trifft man auf die Langlaufloipe, die an schönen Tagen rege benutzt wird. Beim zweimaligen Queren der Loipe muss auf den «Gegenverkehr» der Langläufer geachtet werden. Danke, wenn Sie hintereinander über die Loipe gehen. Dadurch werden Schäden auf den Langlaufspuren, verursacht durch Schneeschuhabdrücke, auf ein Minimum reduziert.

Nach dem Meiestoosmoos geht es zum Rümli bach, der auf einem schmalen Steg überschritten wird. Auf einem Natursträsschen wird der Startort via Lindenstübli erreicht.



kurz nach der Unter Honegg



Die Wanderzeiten können je nach Schneeverhältnissen und Schneemengen stark variieren!

▼ ACHTUNG

bei Schiessbetrieb ist die Route Rosebode gesperrt! Schiessanzeigen finden Sie auf www.eigenthal.ch / Menu / Region oder vor Ort beim Postautowartehaus, Parkplatz Linden, Ende Parkplatz Gantarsei



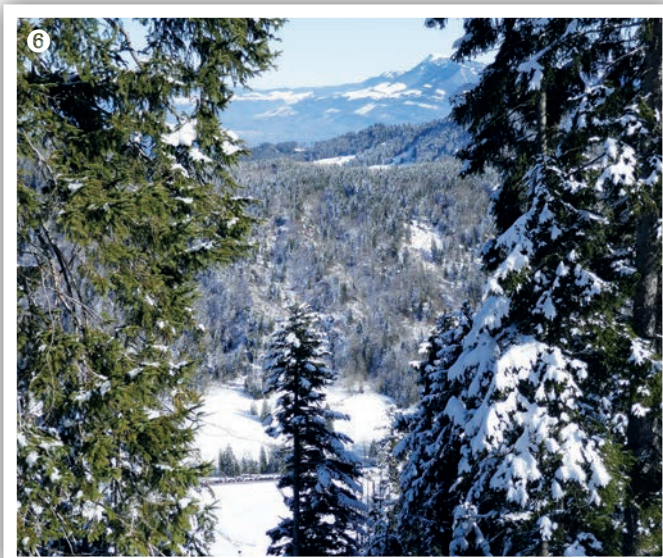
zwischen Ober Honegg und Rosebode



kurz vor dem Rosebode



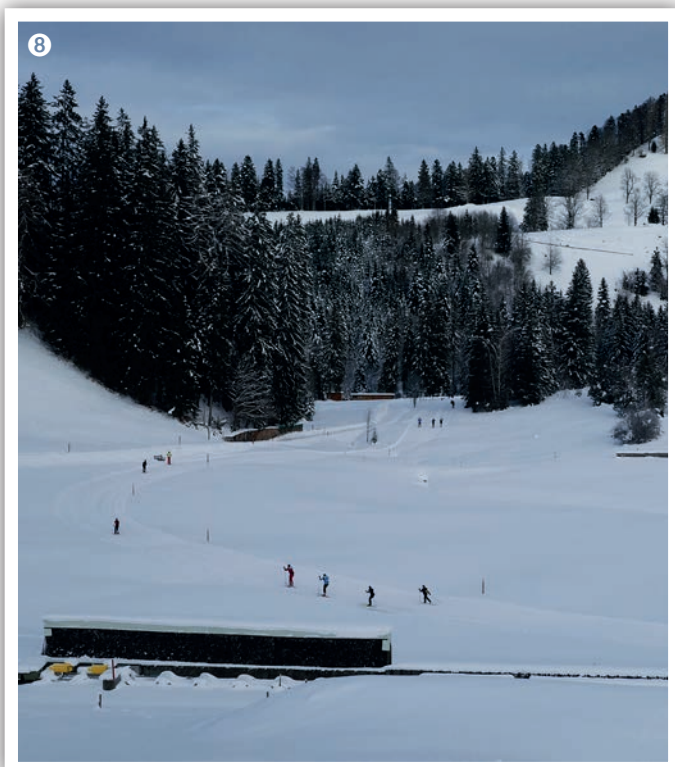
bei der Alp Rosebode



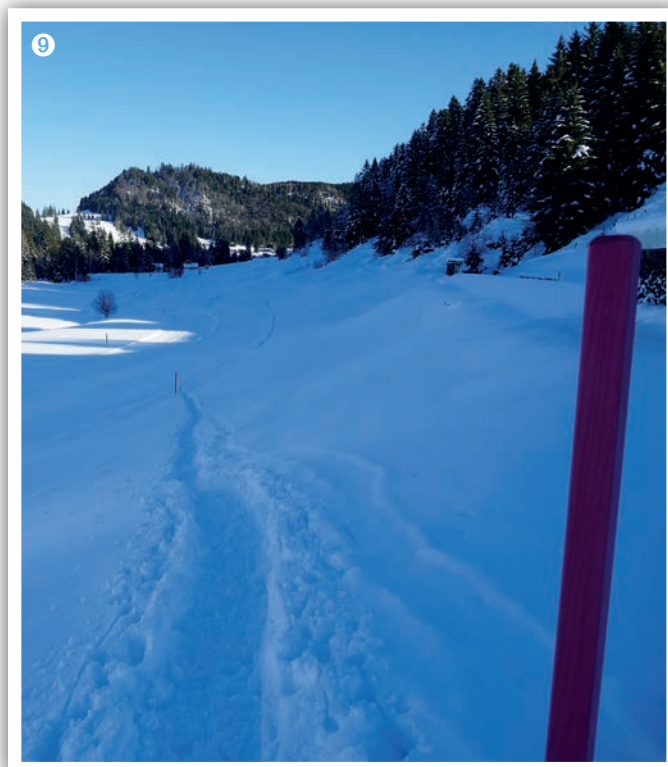
Tiefblick zum Parkplatz Gantersei



Alp Meiestoss im Vordergrund, im Westen die Jurakette



die Langlaufloipe naht



entlang der Langlaufloipe Richtung Meiestoosmoos

Hinweise

Alle Schneeschuhrouten sind pinkfarbig signalisiert, aber weder präpariert, noch beaufsichtigt oder gesichert.

Bitte beachten Sie das aktuelle Lawinenbulletin.

Die Begehung erfolgt auf eigenes Risiko.

Bei Schiessbetrieb ist die Route Rosebode gesperrt.

 Pro Eigenthal
Schwarzenberg

Klare Kommunikation: Obwohl die Schneeschuhroute ausgeschildert ist, müssen diese Hinweise zwingend beachtet werden. 



Zwei neue Toiletten im Eigenthal

Die Pro Eigenthal Schwarzenberg erstellt bei den Parkplätzen Fuchsbühl und Gantersei neue öffentliche Toiletten. Bei Redaktionsschluss des Boten war diejenige beim Fuchsbühl noch nicht bezugsbereit, beim Gantersei ist der Neubau für das Jahr 2023 geplant. Im nächsten Boten werden wir beide Gebäude näher vorstellen.



Neues Zahlungsmittel für Parkuhren im Eigenthal?

Beim Einwerfen des mittleren «Geldstückes» hat sich die unbekannte Person möglicherweise zu früh gefreut. Die Parkuhr schluckte zwar den «Fremdkörper», liess sich aber nicht überlisten.

Die Unterlagsscheibe entsprach nämlich nicht der üblichen «Fütterung»: zu gross für einen Zweifränkler, zu klein für einen Fünfliber und erst noch zu leicht.

Fazit: Falls Sie nicht das passende Kleingeld zur Hand haben, die Parkgebühr kann auch digital per Twint oder Parkingpay bezahlt werden.





skike AUCLAIR EXEL ~~LOWE~~ MADSHUS

X-LOUNGE
Langlaufshop Malters

Schweizer
LANGLAUFSCHULE LUZERN
www.langlaufschule-luzern.ch 078 624 72 97

Langlaufkurse für Einsteiger und Fortgeschrittene
Langlaufshop X-LOUNGE in Malters

NEU
Shop in Malters

Mühlering 5, 6102 Malters (bei der Mühle Meyerhans, vis-à-vis Bahnhof Malters)
persönliche Beratung und Verkauf • Langlauf + Rollskis • Ski- und Wachsservice

Alles für den Langlaufsport
Beratung - Verkauf - Vermietung
Service - Kurse
direkt an der Loipe

von Mitte November bis Mitte März
bei Loipenbetrieb täglich geöffnet

schwägi
nordic-corner.ch
Eigenthal

Nordic Corner Eigenthal
6013 Eigenthal : Telefon 041 497 01 04
schwaegi@schwaegi.ch : www.nordic-corner.ch



Langlaufschule
X-country Trail
Marie-Theres Bucheli
079 440 78 84 / 041 9281586
www.x-country.ch info@x-country.ch
Schneesportlehrerin eidg. FA
Nordic Walking Instructor SNO



B&B im Blockhaus

Andrea Gisler & Pius Janda
Würzenrain 32
6013 Eigenthal

041 241 17 91
076 681 03 65
info@bnb-im-blockhaus.ch
www.bnb-im-blockhaus.ch



Diese Fliegen haben wohl kaum Orientierungsprobleme – vielmehr dürften sie von der Wärme angelockt worden sein, die dieser Wegweiser Mitte November auf dem Hünerhubel ausstrahlte.

B&B
in the foothills of Mt Pilatus
Schwarzenberg, Lucerne, Switzerland

Reservations through Airbnb
(www.airbnb.com/rooms/19920038)
Hosted by Hanneke



2.5-Zimmer-Ferienwohnung am Pilatus
Sonnenrain 64, Schwarzenberg
Fon 041 930 16 49, mbuergler@gmx.ch

Eigenthaler Skigeschichten – brandneues Buch von Fredy Vogel, Kriens

Fredy Vogel präsentiert in seinem Buch die Anfänge und Entfaltung des Skisports im Eigenthal. Der klangvolle Untertitel «Unbekanntes, Interessantes, Amüsantes, Irrationales und Glaubwürdiges» weist auf eine interessante und unterhaltsame Lektüre hin.



Ein paar Angaben zum 85-jährigen Autor:

1962 – 1972 Elite Langläufer und Mitglied der Schweizer Biathlon-Nationalmannschaft
1975 – 1986 Präsident des Zentralschweizerischen Ski-Verbandes
1991 – 1999 Chef des Swiss Ski-Teams Nordische Kombination

Bisher verfasste Bücher:

· Krienser Sport Chronik 1820 – 2000
· Krienser Hochwald

Der Autor gibt dazu folgende Erklärungen:
Im Januar 2023 wird unter dem Titel «Eigenthaler Skigeschichten» ein umfangreiches Schriftwerk erscheinen, das über die mehr als 100-jährige Geschichte des Wintersports im Eigenthal Auskunft gibt. Es schildert die Zeit, als die Stadtluzerner 1904 das Hochtal erkundeten und mit den Hoteliers und Äplerfamilien die ersten Kontakte schmiedeten. Aus Chroniken und Erzählungen älterer Talbewohner sind Veranstaltungen wie der «Maskenball auf der Rosebodenalp» sowie das «Hüttenleben und das Frühlingsrennen im Stafel» ein Thema.

Auch der Glanz und das Elend der «Grossen Pilatus-Sprungschanze» ist dokumentiert. Einen riesigen Aufmarsch erlebte das Eigenthal bei der zum dritten Mal durchge-

führten Schweizermeisterschaft im 50-km-Langlauf. Dass trotz Kriegswirren 1943 eine schwedische Delegation am Wettkampf teilnahm und General Henri Guisan vor dem Kurhaus Eigenthal im Beisein hoher Militärs und viel politischer Prominenz die Siegerehrung vornahm, war grossartig.

Die eigentliche «Neuzeit» begann 1966, als der Ski-Club Kriens mit Wettkämpfen ins Eigenthal zog, die Vereinigung Erholungsraum Eigenthal gegründet wurde und der Malterser Hans Steiner 1970 die Nachtloipe eröffnete.



Buchbestellungen

Das Buch Eigenthaler Skigeschichten kann direkt bei Fredy Vogel zum Preis von CHF 20 bestellt werden:

Fredy Vogel, Kreuzhausweg 1, 6010 Kriens, Telefon 041 320 58 47
Mail fredy_vogel@bluewin.ch



12. Nachtrennen im Eigenthal

- Daten: Dienstag 13. Dezember 2022
 Dienstag 10. Januar 2023 (klassisch)
 Dienstag 24. Januar 2023
 Dienstag 07. Februar 2023
 Dienstag 14. Februar 2023 (Reservedatum)
- Laufstil: Das Rennen vom 10. Januar 2023 wird im klassischen Stil durchgeführt. Schneemenge und das Legen einer Spur vorbehalten. Alle anderen Rennen in der freien Technik.
- Parkplatz: Nur die offiziellen Parkplätze beim Lindenstübli benutzen. Bei der Scheune Lindenalp ist das Parkieren nicht erlaubt
- Startnummern: Startnummernausgabe bei der Nachtloipe in der Scheune Lindenalp
- Ski- + Wachsdepot Bitte das gekennzeichnete Ski- und Materialdepot benutzen, damit die Loipe nicht überquert werden muss.
- Start: Startzeit zwischen 18:45-19:30 Uhr frei wählbar
- Startgeld: ***Dank unseren Sponsoren ist die Teilnahme für alle kostenlos. Für einen kleinen Zustupf ins Teekässeli sind wir dankbar.***
- Durchführung: Wenn die Nachtloipe in Betrieb ist, findet der Anlass statt. Auskunft erteilt der automatische Wetter- und Schneebericht 041 497 27 27 oder www.eigenthal.ch
- Ranglisten + Reglement: Auf den Homepage www.sc-malters.ch oder www.sc-schwarzenberg.ch
- Kategorien 22:
- | | |
|---------------------|-----------------------|
| U10 2013 und jünger | D0/ H0 1993 - 2002 |
| U12 2011/2012 | D1/ H1 1988 - 1992 |
| U14 2009/2010 | D2/ H2 1983 - 1987 |
| U16 2007/2008 | D3/ H3 1978 - 1982 |
| U18 2005/2006 | D4/ H4 1971 - 1977 |
| U20 2003/2004 | D5/ H5 1970 und älter |
- Strecken: U10/U12/U14/U16 1 Nachtloipenrunde
 ab U18 2 Nachtloipenrunden.
- Versicherung: Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
- Schlusswertung:** Jede Kategorie wird einzeln gewertet. An jedem Rennen werden für die Ränge 1 bis 15 Punkte vergeben (keine Streichresultate). Bei Punktgleichheit zählt zuerst die Anzahl Starts, dann das bessere klassisch Resultat und zuletzt der ältere Jahrgang. Wer an mindestens zwei Rennen teilnimmt, erhält am Absenden einen Naturalpreis. Dieses findet direkt nach dem letzten Rennen vom 07. Februar 2023 um 20.30 Uhr im Lindenstübli, Eigenthal statt.

Sponsoren



Pro Eigenthal
Schwarzenberg

Präparierung der Langlaufloipe

Für den Langläufer ein vertrautes Bild: links die flach gewalzte Loipe für die Skating Technik, rechts Spuren für den klassischen Stil. Die wenigsten ahnen, was für ein Aufwand hinter der Präparierung solcher Loipen steckt. Zum

einen erfordert das Spuren mit dem Loipenfahrzeug vom Fahrer vollste Konzentration, zum andern sind Kenntnisse über die Schneebeschaffenheit unabdingbar. Dank seiner jahrzehntelangen Erfahrung kennt Martin Lipp

die Schneebedingungen im Eigenthal wie kein zweiter. Ein Gespräch mit dem «Loipenmacher» klärt viele Fragen, so z.B. warum noch nicht oder wann eigentlich gespurt wird und vor allem wie ein Loipenfahrzeug ausgestattet ist.



Das rund fünf Tonnen schwere, acht Meter lange und im hinteren Teil 3,40 Meter breite Loipenfahrzeug ist vorne mit einem Räumschild ausgestattet. Dieses Schild kann dank zwölf (!) verschiedenen Einstellungen den Schnee optimal schieben, gleichmässig verteilen oder zuführen.

Am hinteren Teil des Fahrzeuges befinden sich die kaum sichtbare Fräse, der gelbe «Finisher» und zwei Spurplatten. Die Fräse ist immer in Betrieb und lockert den Schnee auf, der danach mit dem Finisher wieder verdichtet und flach gewalzt wird. Der Fahrer entscheidet je nach Schneebeschaffenheit und

Schneehöhe, ob die Fräse langsam oder schnell, tief oder weniger tief eingestellt wird. Der Finisher hinterlässt die feinen Schneerillen, die auf der Skatingspur und zwischen den Klassisch-Spuren gut ersichtlich sind. Die Spurplatten sind einzeln einsetzbar und pressen hydraulisch die Spuren für die klassische Technik in den Schnee.

Blick in die Führerkabine



Die an den Raupen angebrachten, weissen Querstangen heissen Stege und geben dem Fahrzeug den notwendigen Halt im steileren Gelände. Bei einer zu dünnen Schneedecke kann das Loipenfahrzeug nicht eingesetzt werden, da die Stege die unter dem Schnee liegende Erde an die Oberfläche befördern würden. Deshalb kann erst ab einer Schneehöhe von mindestens 20 Zentimetern gefahren werden.



Der gelbe Finisher wälzt den durch die Fräse aufgelockerten Schnee. Die Spurplatten können zusammen oder einzeln eingesetzt werden.



Die Fräse lockert den frischen Schnee oder bestehende Spuren auf.



Das Rückwärtsfahren in die Garage unter dem Lindenstübli verlangt Präzisionsarbeit!

Loipen spuren


Im Handbuch des Loipenfahrzeuges wird jede einzelne Schalterfunktion erklärt. Bei der Herstellung der Loipe hingegen ist der Loipenmacher auf sich allein gestellt. Nur aufgrund seiner Erfahrung kennt er den idealen Zeitpunkt, wann er losfahren soll.

Aus Sicherheitsgründen und um die Langlangläufer nicht zu gefährden, startet Martin Lipp womöglich in den Randstunden. Fröhlichmorgens und am späteren Nachmittag oder abends ist der Schnee ausserdem leicht angefroren und deshalb am besten bearbeitbar. Im ersten Durchgang wird die Skatingspur gewalzt und auf der zweiten Fahrt werden mit den

Spurplatten die klassischen Spuren gezogen. Beide zusammen benötigen eine Breite von ca. sechs Metern. Eine Fahrt für die sechs Kilometer lange Standardloipe dauert ungefähr eine halbe Stunde.

Sehr anspruchsvoll wird das Befahren der Loipe bei Nebel. Obwohl Martin Lipp jeden Loipenmeter kennt, sind aufgrund des diffusen Lichtes die Kontraste kaum erkennbar und die Routenfindung extrem schwierig. Das «white-out» kann «Grindweh» oder Übelkeit auslösen. Für solche Verhältnisse wäre die Fahrt mittels GPS und dem automatisierten Anpeilen von Markierstangen hilfreich. Aus Kostengründen ist diese moderne Orientierungshilfe allerdings (noch) nicht realisierbar.

Oft kann der Laie nicht nachvollziehen, weshalb nicht oder nur teilweise gespurt wird. Dies erklärt Martin damit, dass aufgrund der geringen Schneehöhe die Loipe nur gewalzt werden kann. So geschehen z.B. anfangs Januar 2022. Es gab einige verärgerte Anfragen, weil eine Woche lang wegen Schneemangels nur die Skatingloipe präpariert werden konnte und anscheinend für die Klassisch-Läufer nicht gespurt wurde.

Nebst der Schneemenge spielt die Beschaffenheit des Bodens eine entscheidende Rolle. Wenn der Boden zu warm oder noch nicht ganz durchgefroren ist, würde das schwere Loipenfahrzeug den durchnässten Boden wie einen Schwamm ausdrücken und die Loipe wäre völlig durchnässt. 



Bei geringer Schneehöhe kommt die Walze zum Einsatz, die von einem Traktor gezogen wird. Damit kann jedoch nur die Skatingloipe präpariert werden.

In der Zeitschrift *Nordic Inside*, welches von den führenden Schweizer Langlauf-Fachgeschäften herausgegeben wird, erschien ein Interview mit Nadine Fähndrich. Nadine gibt darin interessante Einblicke in ihren Langlauf-Alltag, ihre Trainingsmotivation und zu ihrem neuen Ausrüster Salomon.

Interview mit Nadine Fähndrich

Du bist die Schweizer Nummer 1 im Ski-Langlauf der Damen. Was bedeutet dir dieser Erfolg?

Ich habe nicht stetig im Kopf, dass ich aktuell die beste Schweizerin bin, obwohl mich dies natürlich freut! Die Nummer eins zu sein ist aber nicht mein primärer Ansporn. Ich finde es schön, dass wir weitere Schweizer Athletinnen haben, die ebenso auf dem Weg sind, sehr erfolgreich zu werden. So sind wir ein gutes und starkes Team und haben eine gute Basis, um auf hohem Niveau gemeinsam zu trainieren. Dies gibt uns die Chance, auch international ganz vorne mitlaufen zu können. Generell konzentriere ich mich auf meine eigene Leistung und darauf, dass ich es stets besser mache als im vergangenen Jahr und so wirkliche Fortschritte verzeichne. Es sind die eigenen Fortschritte, auf die ich stolz bin und die schliesslich auch zum persönlichen Erfolg führen.

Innerhalb des Langlauf-Sports gibt es verschiedene Disziplinen? Welche liegt dir am besten und warum?

Am stärksten bin ich sicherlich im Sprint Skating. Ich konnte im letzten Jahr auch sehr gute Resultate im Sprint Klassisch erzielen. Von der Distanz her liegt mir Klassisch aber ein bisschen besser. Die LANG-Distanz im Skating ist tatsächlich die Disziplin, die ich am wenigsten mag. Wir sind noch keine Freunde geworden (lacht). Trotzdem liebe ich gerade die Abwechslung und die verschiedenen Disziplinen des Langlauf-Sports. Ich laufe sehr gerne Sprint, den engen Kampf Frau gegen Frau, die hohen Geschwindigkeiten, die Technik, welche so wichtig ist. Einfach alles rund um das Rennen: den ganzen Rennaufbau mit Prolog, Viertelfinal, Halbfinal und Final. Es ist ein interessantes Format, gerade auch hinsichtlich eigener Taktik. Ich freue mich aber auch immer wieder auf Einzelstart-Rennen, bei denen ich eigent-



lich nur gegen die Zeit, respektive gegen mich selbst laufe. Ich trainiere in allen Disziplinen hart, damit ich mich überall und stetig verbessern kann.

Beim Langlaufen läuft man oft auf den letzten Kraftreserven. Wie motivierst du dich dabei mental? Was geht dir durch den Kopf?

Im Sommertraining denke ich in solchen Momenten oft an meine Wettkämpfe und meine Ziele im Winter. Im letzten Jahr habe ich beispielsweise Intervall-Trainings auf der 400m-Bahn absolviert und habe mir dabei die Olympia-Strecke vorgestellt und wie ich dabei um die Medaille kämp-

fe. Ich setze mir in den Trainings oft auch einfach kleine Tagesziele oder auch saisonale Ziele. Daran stets zu arbeiten, motiviert mich immer wieder. Und schliesslich ist es auch die Vorstellung, dass ich bereits erreichte Erfolge wieder erleben möchte.

Hast du eigentlich ein spezielles Ritual, kurz vor dem Wettkampf?

Ich habe kein spezielles Ritual. Aber ich achte mich darauf, dass sich mein Ablauf vor den Wettkämpfen jeweils immer gleich gestaltet. Ich schreibe mir immer am Abend zuvor einen Plan für den Wettkampf auf und versuche dann, mich darauf zu fokussieren. Ansonsten versuche

ich gar nichts Spezielles zu machen, denn wenn etwas davon dann nicht klappen sollte, so würde mich dies umso mehr stressen.

Salomon hat einige ganz grosse Langlauf Talente unter Vertrag: unter anderem auch der internationale Topstar Jessie Diggins. Nun liegt ein Vergleich mit dir natürlich nahe, was sagst du dazu?

Ich trainiere jeden Tag, um die Schweizer Jessie Diggins zu werden! Sie konnte ja unheimlich tolle Erfolge feiern in den letzten Jahren, im Weltcup und an der Olympiade. Und dabei ist sie eine coole und sympa-



thische Persönlichkeit. Sie ist trotz toller Erfolge am Boden geblieben und macht wunderbare Werbung für den Langlaufsport in den USA und im ganzen Rest der Welt! So arbeite ich daran, bin aber sicher noch nicht dort, wo sie bereits ist.

Hat dich der Umstand, dass Jessie mit Salomon Equipment läuft, bei deiner Wahl für Salomon inspiriert?

Ich freue mich sehr, dass wir nun im selben Equipment-Team sind. Sie war jedoch nicht der Grund für den Wechsel, da das Equipment ja jeweils sehr individuell ist. Ich habe mir während des Testens viele Meinungen eingeholt. Schliesslich habe ich mir sodann zwei, drei Tage Zeit genommen, um herauszufinden, ob ich diese Zusammenarbeit möchte.

Top Equipment ist heute zu einem wichtigen Bestandteil jedes Leistungssports geworden. Nun bist du ganz neu bei Salomon unter Vertrag. Was überzeugt dich am Equipment von Salomon besonders?

Beim Equipment von Salomon sind Ski und Schuhe sehr stabil, leicht und die Kraftübertragung dadurch direkt. Ich muss mich überhaupt nicht darauf konzentrieren, dass ich gerade auf dem Ski stehe: die Stabilität ist mit diesem Equipment einfach gegeben. So kann ich mich viel stärker auf andere Dinge fokussieren. Ski, Bindung und Schuhe sind in meinen Augen perfekt aufeinander abgestimmt.

Besonders begeistert mich der Salomon-Service – im Weltcup wird beispielsweise ein Internationales Team vor Ort sein: sie werden mir eine tolle Unterstützung geben! Es ist auch einfach sehr lässig mit Salomon zusammenzuarbeiten, es sind alle so motiviert und das macht richtig Spass!

Es sind oft kleine technische Details, die den grossen Unterschied machen. Wo siehst du diesen Unterschied bei deiner Langlaufausrüstung?

Die angesprochene Stabilität und Leichtigkeit könnte ein grosser Unterschied sein. Ich kann jetzt noch nicht beurteilen, wie es dann im Wettkampf sein wird, aber ich erhoffe mir schon einen entscheidenden Unterschied zum Beispiel auf der Zielgeraden. Wenn man mich kennt, so weiss man, dass ich dort ab und zu einen Stolperer drin habe. Dies möchte ich mit dem neuen Equipment reduzieren. Zudem wird im Weltcup ja auch das Service-Team von Salomon vermehrt dabei sein: dies ermöglicht es mir, das Material öfters zu wechseln und zu optimieren. Diese Rädchen laufen viel schneller ineinander, was ich als riesigen Vorteil erachte.

Du trainierst auch in der Sommersaison hart: woran hast du gefeilt und gearbeitet? Was hat dir neue Impulse gegeben?

Der Sprint nächstes Jahr an der WM in Planica ist klassisch, und auch der Sprint Olympia in vier Jahren in Mailand wird klassisch sein. Beides sind meine grossen Ziele – obwohl ja eigentlich der Skating Sprint meine Stärke ist und nicht der klassische Sprint. Daher ist es sicher einer jener Punkte, bei denen ich mich gerne verbessern möchte.

Mein Ziel ist es, eine gewisse Leichtigkeit in meine Technik hineinzubringen, den Bodenkontakt zu verkürzen, explosiver zu werden. Dies gehe ich mit zahlreicheren Lauftrainings an, sei es in der Ausdauer oder im Intervall-Bereich.

Langlauf ist in den letzten Jahren richtig attraktiv geworden. Wie empfindest du diese zunehmende Popularität «deines» Sports?

Das finde ich sehr cool – und ich verstehe natürlich auch, dass das mittlerweile so vielen Menschen gefällt und sie den Weg zum Langlauf in den letzten Jahren gefunden haben. Mir gefällt's ja auch, es ist meine Leidenschaft! Es ist immer wieder eindrücklich zu sehen, wie viele Menschen

auf der Langlaufloipe unterwegs sind. Bei meinen Eltern zuhause im Eigental beispielsweise hat es in der Nacht jeweils ausgesehen wie ein Räbeliechtli-Umzug, Stirnlampe an Stirnlampe.

So versuche ich natürlich auch, durch meine Resultate zu dieser Popularität beizutragen.

Die Langlaufsaison 2022/23 steht vor der Tür. Welche persönlichen Ziele hast du dir gesetzt?

Die WM in Planica ist das grosse Ziel für die nächste Saison, mit dem Klassisch Sprint und danach mit dem Team Sprint Skating. Dies sind die zwei internationalen Höhepunkte für mich. Im Weltcup ist es der Heim-Weltcup in Davos und im Val Mustair. Im Weltcup generell ist es mein Ziel, regelmässig im Sprint in den Final zu laufen und um das Podest mitkämpfen zu können. Ich bin gegen Ende der vergangenen Saison wieder etwas näher an dieses Ziel herangekommen und versuche nun dort anzuknüpfen. In der Distanz möchte ich regelmässig in die Top 15 reinkommen.

Viele unserer Leser:innen möchten mit Langlaufen beginnen. Verrätst du ihnen einige Beginner-Tipps?

Das ist schwierig (lacht). Es ist sicher einfacher, mit dem klassischen Stil zu starten, da diese Bewegung näher an der normalen Laufbewegung ist. Ich empfehle Kurse zu buchen, die hilfreiche Tipps gerade beim Beginn vermitteln. Und schliesslich: Übung macht den Meister! Also üben, üben, üben und dabei die Geduld nicht verlieren!

Vielen Dank für das spannende Interview, Nadine Fähndrich.



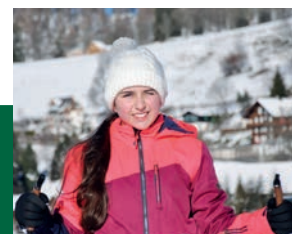
Der Langlaufsport begeistert – auch Schülerinnen und Schüler

Im Anzeiger vom Rottal erschien im Januar 2022 ein ausführlicher Bericht über den Dario Cologna Fun Parcours (DCFP). Redaktor Stefan Schmid begleitete zwei Hellbühler Schulklassen ins Eigenthal. Lesen Sie seinen spannenden Rückblick auf den Langlauf-Schnuppertag.

Premiere auf den schmalen Latten

Am vergangenen Freitag tauschten zwei Schulklassen aus Hellbühl das Schulzimmer mit der Langlaufloipe. Im Rahmen des «Dario Cologna Fun Parcours» genossen sie einen kostenlosen Langlauf-Kurs im Eigenthal. Für viele war es das erste Mal auf den Langlaufskis. Mit dem Projekt will Swiss Ski Kindern den Langlaufsport näherbringen.

Zwei Stunden unter fachkundiger Leitung mit zur Verfügung gestelltem Material kostenlos langlaufen lernen, so lautet das Angebot beim «Dario Cologna Fun Parcours». Das Förderungsprojekt ermöglicht den Schülerinnen und Schülern einen Erstkontakt mit der kostengünstigen Ski-Disziplin.



Amra Mustafai

Ich habe noch nie Ski und Langlauf gemacht. Aber es hat mir sehr gefallen. Die Abfahrt habe ich sogar ohne Sturz geschafft. Bei der Steigung bin ich immer wieder rückwärts runtergerutscht.





Simon Waltisberg (Lehrer)

Es ist schön, bei diesem wunderbaren Wetter wieder einmal mit der ganzen Klasse draussen etwas zu erleben. Die Kinder lernen eine neue Sportart kennen und bewegen sich an der frischen Luft.



Viel Spass trotz Stürzen

Viele waren zum ersten Mal auf Langlaufskiern, einige gar erstmals auf einem Wintersportgerät. Trotzdem war die ganze Gruppe schon nach kurzer Zeit auf der «Herzloipe» unterwegs. Mit noch wackligen Schritten und unterschiedlicher

Nachdem der Anlass 2020 wegen fehlendem Schnee und 2021 wegen Corona nicht durchgeführt werden konnte, klappte es nun endlich mit der Teilnahme der Schule Hellbühl. Lehrer Simon Waltisberg freute sich: «Es ist toll, die Sportart auf diese Art kennenzulernen. Und gerade in dieser Zeit ist Bewegung und frische Luft wichtiger denn je». Bei idealem Wintersportwetter und genügend Schnee für eine einwandfreie Loipe durften die 40 Schülerinnen und Schüler der 4./5. und 5./6. Klasse während zwei Stunden den Langlaufsport kennenlernen. Nach dem Anziehen der Schuhe waren die ersten Gehversuche mit den Skiern angesagt. Das Leitungsteam von «Pro Eigenthal Schwarzenberg» begrüßte die Schar freudig. Und die Kinder wurden nicht mit theoretischem Wissen gelangweilt: Mit Spielen auf der breiten Loipe wurden schnell die ersten Skatingschritte gemacht. Für das Fangis auf den Skiern legte man die Stöcke vorsichtshalber zur Seite. Stürze gehörten dazu und wurden von freudigem Gelächter begleitet. Trotz kühlen Temperaturen, wirklich kalt hatte niemand: Das viele Aufstehen nach dem Umfallen und der kräftige Armeinsatz beim Skaten führte gar zu etlichen Schweißstropfen.



Jael Schäfer

Es hat viel Spass gemacht! Aber es war auch mega streng. Die Langlaufskis sind viel dünner als die normalen Skis und man braucht viel mehr Kraft in den Armen.





Technik kamen alle vorwärts: entweder mit den Skiern in der Klassischspur und viel Doppelstock-Einsatz oder bereits mit den ersten Skatingschritten im flotten Tempo. Und auch die Abfahrten auf der Eigenthaler Loipe meisterten die Neo-Langläufer mutig. «Wenn es euch zu schnell wird, einfach seitlich absitzen», erklärte Leiter Philippe Hool. Der Ratschlag wurde mehr oder weniger umgesetzt, doch trotz vieler Stürze stand am Schluss ein grosses Lachen und Stolz im Gesicht der Schülerinnen und Schüler. Alle bewältigten mindestens die zwei Kilometer lange Herzloipe, einige gar das Doppelte. Die Jugendlichen hatten grossen Spass und der eine oder andere wird vielleicht zukünftig dem Namensgeber des Projekts – Dario Cologna – nacheifern wollen.

Förderprojekt von Swiss Ski

Mit dem «Dario Cologna Fun Parcours» will Swiss Ski Schulklassen ansprechen. Auf spielerische Weise soll der Zugang zum Langlaufsport vermittelt und die Freude an der Bewegung auf den schmalen Latten gefördert werden. Jährlich kommen schweizweit über 13 000 Kinder in den Genuss dieses Angebotes. Auch im Eigenthal ist der Parcours während zwei Wochen stationiert, ein Materialanhänger bietet Schuhe und Skis für alle Kinder an. Täglich sind vier Klassen während jeweils zwei Stunden auf der Loipe. Die Durchführung des Halbtags wird von einem lokalen Verein übernommen. Philippe Hool von der Tourismusvereinigung «Pro Eigenthal Schwarzenberg»



▼
Lynn Schupp

Ich stand zum ersten Mal auf den Langlaufskiern. Das Gleichgewicht zu halten ist schwierig. Es war cool, mit der Schule mal draussen im Schnee zu sein.



▼
Felice Bürkle

Mir hat es gut gefallen. Es war aber sehr anstrengend, vor allem das Runterfahren. Man fällt viel schneller um als beim Skifahren. Vielleicht probiere ich es aber wieder einmal.


koordiniert den Anlass im Eigenthal und organisiert die ehrenamtlichen Leiterinnen und Leiter. Er freut sich über die positiven Rückmeldungen: «Den meisten Kindern gefällt diese Art von Bewegung sehr. Und sie sind stolz, wenn sie die Runde geschafft haben. Und einige kommen später auch mit ihren Eltern vorbei». Damit sind gleich zwei Ziele erreicht: das Gewinnen von Nachwuchs für den Langlaufsport und das Zeigen des Naherholungsgebietes Eigenthal.

Langlaufen boomt auch im Eigenthal

Dass das Langlaufen boomt, stellt auch Philippe Hool fest. «Letztes Jahr hatten wir gemessen an den verkauften Langlaufpässen im Eigenthal einen absoluten Rekordwinter. Und auch diese Wintersaison können wir jetzt schon sagen, dass es wohl die zweitbeste Saison wird.» Den grossen Zuwachs erklärt er unter anderem auch mit Corona: «Letztes Jahr sattelten viele Leute vom Skifahren aufs Langlaufen um. Restaurants in den Skigebieten hatten geschlossen und Skifahren war mit Anstehen verbunden. Beim Langlaufen gibt es kaum je Menschenansammlungen». Dank Schnee im Dezember 2021 konnten die Loipen im Talboden schon früh geöffnet werden. Zudem hat man im Eigenthal vor drei Jahren eine Schneelanze angeschafft. Damit wird sogenannter «technischer Schnee» produziert und anschliessend mit dem Pistenfahrzeug verteilt. Mindestens zwei Kilometer Loipe sollen so sichergestellt werden, auch wenn der Winter einmal schneearm ausfällt.

Langlaufbericht von Chiara (5c Schule Maihof)

An einem Montagmorgen geht es los. Endlich nach 40 Minuten Fahrt mit dem Postauto sind wir da! In einem wunderschönen Gebiet im Eigental. Das Tal ist verschneit. Bald schon kommen die Langlauflehrer, begrüßen uns und erklären, wie wir am besten fahren. Nun bekommen wir schon unsere Schuhe. Sie sind etwas ungewohnt. Innen dran haben sie einen Reisverschluss.

Da wir jetzt die Schuhe anhaben können wir die Langlaufskier holen. Sie sind länger und dünner als normale Skier. Als wir losziehen merke ich schon wie anstrengend das ist! Für ein paar Kinder ist das schon knifflig, die meisten kommen aber gut voran. Nach ein paar Mal hin und her fahren, dürfen wir in der wunderschönen Schneelandschaft eine Strecke fahren. 



Hier sind ein paar Antworten wie die Kinder aus dem Maihof das Langlaufen fanden:

«Ich fand das Langlaufen cool und auch das Picknick am Schluss mit dem warmen Tee.»
(Rafael 5c)

«Ich fand die Langlauf-Piste cool, weil sie lang war und weil ich viel fahren konnte.»
(Levi 6c)

«Ich fand die Aussicht schön und es war cool nachher mit meinen Freunden zu essen und chillen.»
(Carolina 6c)

P.P.

6103 Schwarzenberg

DIE POST 



Pro Eigenthal Schwarzenberg
Panoramastrasse 10
6103 Schwarzenberg

Telefon 041 499 60 52
kontakt@eigenthal.ch
www.eigenthal.ch

Automatischer Wetter- und Schneebericht:
Telefon 041 497 27 27

Nächste Generalversammlung der Pro Eigenthal Schwarzenberg:
Mittwoch vor Fronleichnam, 7. Juni 2023



Foto: Alp Ober Pfifferswald mit dem Mittaggüpfli