

# Skitour mit Luxus: Der Nockberge-Trail

**ÖSTERREICH** Überraschend anspruchsvolle Tour mit  
langen Etappen – Keine steilen Abfahrten

VON FLORIAN SANKTJOHANSER

**INNERKREMS** – Um ein Gebirge auf Ski zu durchqueren, braucht man Technik, Kondition und den Willen zur Askesse. Oder man bucht den Nockberge-Trail: mit **Wellnesshotels**, Gepäcktransfer und entspannter Bergführerin.

Irgendwann an Tag drei, irgendwo im endlosen Weiß, dreht Elisabeth Fürstaller plötzlich den Kopf. „Ich könnte ewig so weiter gehen“, sagt sie und lächelt. „Das ist wie **Urlaub** für mich.“

Wirklich? Seit Stunden schlurfen wir durch dampfbaddichten Nebel, ringsum sind nur die Schemen von Nadelbäumen und die sanften Hänge der Schneekuppen zu sehen. Nicht gerade das Holz, aus dem Bergführerträume geschnitzt sind.

Aber Fürstaller ist ja auch keine normale Bergführerin. Anders als so manche Kollegen hat die 44-Jährige nicht den Drang zur Alleinunterhalterin. Und seit zwölf Jahren ist sie die einzige aktive Bergführerin **Kärntens**.

## Novum in Österreich

Drei bis fünf Mal pro Winter führt Fürstaller Gäste über den Nockberge-Trail, und das seit 2017 – also seitdem die 65 Kilometer lange Viertagestour als Gesamtpaket buchbar ist, inklusive **Wellnesshotels** und Gepäcktransfer. In dieser Form ein Novum in Öster-

reich. Denn: Durchquerungen bleiben oft die Domäne von Extremsportlern und anderen Könnern.

Sanft schaukeln wir am ersten Tag im Sessellift von der Katschberghöhe hinauf zum Aineck – und erschummeln uns so schon mal 600 Höhenmeter. Auf einem Forstweg fehlen wir zum ersten Mal auf: Felle ausrollen, in die Ski einhängen, glatt streichen. Allein an diesem Tag werden wir die Prozedur drei Mal wiederholen.

Rote, runde Schilder mit weißem Mittelstrich, deren Stangen fast vollständig im Schnee versunken sind, markieren den **Kärntner** Grenzweg, dem der Nockberge-Trail über weite Strecken folgt.

Meist werden wir auf den Grenzkämmen zwischen Kärnten, Salzburg und Steiermark unterwegs sein, quer durch die Gurktaler Alpen.

Die Nockberge sind ihre höchste Gebirgsgruppe. Durch ihr Millionen Jahre altes Urgestein, abgeschliffen von Gletschern und den ewigen Kräften der Erosion, zieht sich eine Linie von Kalksteininseln.

## Wedeln, dann saunieren

Meist geht es in den Nocken sanft bergauf, nur selten werden wir in den kommenden Tagen Spitzkehren brauchen. Die Gipfel sind im Nebel kaum als solche zu erkennen. Je länger wir laufen, desto

dünn werden die Wolken. Auf Kuppen stechen Felsplatten aus dem Schnee, gefleckt von hellgrünem Moos. Die Nockberge sind berüchtigt für ihren Wind, auf den Bergücken lässt er oft nur eine dünne Schneeschicht.

In der Mittagspause bricht endlich die Sonne durch, in der Ferne sehen wir die Ankgelgruppe mit der Hochalm spitze (3360 m). Und bei der letzten Abfahrt wedeln wir jauchzend durch lichten Wald und über offene Hänge.

Als wir in Innerkrams kommen, stehen die Taschen mit der frischen Wäsche schon an der Hotelrezeption. Die Sauna ist angeheizt.

Innerkrams war früher ein kleines Skigebiet, sogar die

Rennfahrer des Österreichischen Skiverbands trainierten hier. Da es in dem abgelegenen Bergnest nur vier Hotels gibt, wurde der Lift im Winter 2021/22 abgeschaltet.

## Der Preis der Stille

Ohne Lift müssen wir am nächsten Morgen alles mit Körperkraft bewältigen – und haben deshalb an diesem Tag 1500 Höhenmeter vor uns, verteilt auf 17 Kilometer Strecke. Die Königsetappe, heißt es.

Leider ist das Wetter wenig königlich. Nasser Schnee prasselt auf die Kapuze, mit zusammengekniffenen Augen und gesenkten Köpfen schlur-

fen wir dahin. Trotzdem ist der einsame Aufstieg zwischen Kiefern und Felsen mit Schneepolstern schön. Auf der

gesamten Durchquerung begegnen wir kaum einem Menschen. Wenn der Wind nicht pfeift, ist es vollkommen still.

Der Preis dafür: Unterwegs können wir in keiner Hütte einkehren, im Winter sind sie geschlossen. Selbst die wenigen Unterstände sind verriegelt. „Die Leute lesen im Internet „Wildnis und Wellness“ und unterschätzen manchmal die Tour“, sagt Fürstaller.

## Salto wegen Mulde

Geschätzt 60 Prozent sind auf eigene Faust unterwegs – was übel enden kann. Zwar gibt es keine Gletscher mit tückischen Spalten. Aber „die Nockberge haben viele Geländefallen wie Mulden.“ Etappen abzubrechen sei schwierig.

Beim ersten Abfellen reißt der Wind an Handschuhen,

Fellen und Skibrillen. Fürstaller wuchtet ihre Ski über einen Stacheldraht, rutscht an einem Grat entlang und steigt seitlich am Abgrund auf. Spätestens hier wären wir ohne sie verloren, mangels Sicht wäre der Einstieg zur kurzen Abfahrt selbst mit GPS Harakiri.

„Haltet bitte immer 15 Meter Abstand“, ruft sie noch und zieht ein paar elegante Schwünge. Doch dann rauscht

unsere Bergführerin in eine Mulde, ihre Skispitzen graben sich ein, und sie schlägt einen unfreiwilligen Salto. Wir haben den Luxus, ihrer Spur zu folgen.

Für Tourengerher, denen es nur um die Abfahrt geht, ergibt der Trail wenig Sinn. „Wirklich steil wird es in den Nockbergen nicht“, sagt Fürstaller. Viele seien aber überrascht, wie anspruchsvoll die Durchquerung ist – und wie lang die Etappen sind.

### Höchster Punkt der Tour

Ohne Fernsicht zieht sich

die Etappe. Am Königstuhl stoppen wir kurz für ein Foto: 2336 Meter steht am Gipfelkreuz, der höchste Punkt der gesamten Tour.

Wir gleiten aus einem Wald – und stehen unvermittelt vor Pistenschildern und Liftmasten. Wir sind auf der Turracher Höhe gelandet, dem noblen Etappenziel. Unten spazieren **Urlauber** über den zugefrorenen See, Schneemobile flitzen von Ufer zu Ufer. Vom Hotelbalkon ist das alles fein zu beobachten, beim Frischluftschnappen im Bademantel nach der Sauna.

In einer gelben Bimmel-

bahn fahren wir am nächsten Morgen an den Hotelpalästen entlang, ein beheizter Sessellift chauffiert uns auf den Kornock. Wir cruisen über einen Forstweg und steigen unterhalb von rötlichen Felsen auf, die von angezuckerten Bäumen gekrönt sind.

Über weite Hügel, durch Lärchen- und Zirbenwäldchen schlängeln wir uns bergan. Wieder ist alles menschenleer, wie meist in den Nocken. „Das lässt alles noch weiter und wilder wirken“, sagt Fürstaller, „freier.“ Dann spurt sie weiter. Fast wie im Urlaub.

## Der Nockberge-Trail in den Gurktaler Alpen



BILD: DPA-INFOGRAFIK GMBH

## REISEINFORMATIONEN

**Anreise:** Mit dem Zug bis Spittal-Millstättersee, dort geht es per Bus zuerst nach Gmünd in **Kärnten** und dann zur Katschberghöhe.

**Reisezeit:** Februar und März sind die besten Monate für den Nockberge-Trail per Ski.

**Skitour:** Die buchbare Skidurchquerung auf dem Nockberge-Trail ist in vier Tagesetappen eingeteilt. Inklusive Übernachtungen und Gepäcktransfer belaufen sich die Kosten derzeit auf einen Mindestpreis von 1149 Euro.



Elisabeth Fürstaller liebt die stille Winternatur in den Nockbergen.  
DPA-BILD: FLORIAN SANKTJOHANSER



Im Gänsemarsch durch die Einsamkeit: Im Biosphärenpark Nockberge begegnen Tourengeher kaum anderen Menschen.  
DPA-BILD: FLORIAN SANKTJOHANSER