



MZ.de > Leben > Reisen > Österreich: Skitour-Luxus: Der Nockberge-Trail in den Gurktaler Alpen

ÖSTERREICH

Skitour-Luxus: Der Nockberge-Trail in den Gurktaler Alpen

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

Von Florian Sanktjohanser, dpa Aktualisiert: 05.12.2023, 12:47



Wie ein Stück Lappland in den Alpen: Die von Gletschern und Erosion abgeschmirgelten Nocken erinnern an die Berge Skandinaviens. Florian Sanktjohanser/dpa-tmn

-Anzeige-

Innerkrems - 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.

Königsdisziplin des Skibergsteigens

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 Österreich. 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 fellen wir zum ersten Mal auf: Felle ausrollen, in die Ski einhängen, glatt streichen. Allein an diesem Tag werden wir die Prozedur drei Mal wiederholen. Wer im Umgang mit seiner Ausrüstung noch nicht sattelfest ist, lernt es auf dieser Tour.

-Anzeige-

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.

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

Erst wedeln, dann saunieren

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

Als wir in Innerkrams ankommen, 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 mit wenigen Betten gibt, wurde der Lift im Winter 2021/22 abgeschaltet.

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 zusammen gekniffenen Augen und gesenkten Köpfen schlurfen wir dahin. Trotzdem ist der einsame Aufstieg zwischen Kiefern und Felsen mit Scheepolstern schön. Auf der gesamten Durchquerung begegnen wir kaum einem Menschen. Wenn der Wind nicht pfeift, ist es vollkommen still.

Der Preis der Stille

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.

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 Tourenger, 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. „Die Einheimischen können sich nicht vorstellen, dass man auf Skiern so weit geht.“

Der höchste 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 Bimmelbahn 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

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.

Das könnte Sie auch interessieren

Schweizer Technikwunder: Ein Hörgerät für alle, die nie eins wollten

In 3 einfachen Schritten zum kostenlosen Hörgeräte-Test: 1. Beantworten Sie ein paar Fragen zu Ihrer Hörsituation 2. Geben Sie Ihre Kontaktdaten ein 3. Wir melden uns bei Ihnen und vereinbaren

Hörberatung | Anzeige

Mehr erfahren

Bruck An Der Leitha Wählt dieses Spiel 2024 (Keine Installation)

Finde heraus, warum die Spieler Taonga seit Jahren lieben. Erlebe tropische Landwirtschaft und Abenteuer. (Jetzt spielen)

Taonga: Die Inselfarm | Anzeige

Jetzt spielen

Kosmetikhersteller wütend: Das hilft wirklich gegen Falten

Mit diesem genial einfachen Trick verblassen Falten in kurzer Zeit

Endlich Faltenfrei | Anzeige

Fast niemand kennt dieses unsichtbare Hörgerät aus der Schweiz

In 3 einfachen Schritten zum kostenlosen Hörgeräte-Test: 1. Beantworten Sie ein paar Fragen zu Ihrer Hörsituation 2. Geben Sie Ihre Kontaktdaten ein 3. Wir melden uns bei

Hörberatung | Anzeige

Mehr erfahren

Zum 100. Jubiläum: Die allererste Schilling-Münze als Neuprägung in purem Gold erhältlich

Zum Jubiläum extrem günstig!

IMM Münz-Institut | Anzeige

Jetzt Kaufen

Ärzte empfehlen: Tragen Sie diese Socken beim Schlafen

Gesund im Alter | Anzeige

Mehr erfahren

Sie nehmen B12 ein, Neuropathische Symptome zu bekämpfen? Versuchen Sie stattdessen dies

Nervicit | Anzeige

Mehr erfahren

Österreichs Kultspiel Schnapsen jetzt auch um echtes Geld!

Neben einfachen Bummerln, werden täglich Turniere und auch völlige Gratis Turniere veranstaltet! Also, worauf wartest du noch?

schnopsn.com | Anzeige

Jetzt anmelden

Die allererste Schilling-Münze wird zum 100. Jubiläum in purem Gold neu geprägt

Zum Jubiläum extrem günstig!

IMM Münz-Institut | Anzeige

Jetzt Kaufen

Ein Chirurg rät: "Wenn Sie das jeden Morgen tun, sieht Ihr Haut 10 Jahre jünger aus ..."

So können Sie um 10–15 Jahre jünger aussehen (ohne Filler oder Schönheitsoperation)

goldentree.de | Anzeige

Mehr erfahren

Nehmen Sie B12, um Neuropathische Symptome zu bekämpfen? Versuchen Sie stattdessen dies

Nervicil | Anzeige

Mehr erfahren

Ärzte verblüfft: Ein einfacher Tipp gegen Nagelpilze (Heute Abend testen)

PilzPlus+ | Anzeige

Top-Ärzte: Wenn jemand Tinnitus (Ohrgeräusche) hat, sollte er dies sofort tun

Tinnitus Research | Anzeige

Mehr erfahren



Anzeige

DAS TUT GUT!

Das Hirtentäschelkraut zeigt gute Erfolge bei ...



TECHNIK-TEST

Samsung S24 Ultra: Was kann das KI-Smartphone?

SMARTPHONE

**Samsung schickt
beim Galaxy S24
die KI ins
Rampenlicht**

TEAM GEGEN TEAM

**„The Finals“:
Sprengen für den
Jackpot**

3D, DOPPELSCHIRM
UND COPILOT

**Die
spannendsten
Notebook-Trends
der CES**

-Anzeige-

Mitteldeutsche Zeitung

LOKAL

Halle (Saale) Aschersleben Bernburg
Bitterfeld-Wolfen Dessau-Roßlau Eisleben
Hettstedt Jessen Köthen Magdeburg
Merseburg Naumburg Quedlinburg
Sangerhausen Weißenfels Wittenberg
Zeitz Sonderthemen

DEUTSCHLAND & WELT

Politik Deutschland

PANORAMA

Stars

KULTUR

Buch Musik TV & Streaming

VIDEO

Studios talk

MITTELDEUTSCHLAND

Sachsen-Anhalt Landespolitik Kultur
Wirtschaft Blaulicht Leipzig

SPORT

Hallescher FC MBC DRHV 06 Fußball
Sportmix

FAMILIE

LEBEN

Auto Familie Finanzen Gesundheit
Haus & Garten Haustiere Job & Bildung
Reisen Rezepte Technik



[Über uns](#) [Impressum](#) [Abo@MZ](#) [Werben@MZ](#) [Karriere@MZ](#)

[Wir helfen e.V.](#) [Klasse 2.0/Medienklasse](#) [Kleinanzeige aufgeben](#)

[Datenschutz](#) [Cookie-Einstellungen](#) [Kontakt](#)