

**Im Gänsemarsch durch die Einsamkeit: Im Biosphärenpark Nockberge begegnen Tourengerher kaum anderen Menschen.**

Von Florian Sanktjohanser

**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 Bergführerräume geschnitzt sind.

Aber Fürstaller ist ja auch keine normale Bergführerin. Anders als so manche Kollegen hat die 44-Jährige nicht den Drang zur Alleinunterhalterin. Verwegene Bergabenteuer bekommt man von ihr kaum zu hören. Lieber erzählt Lisi, wie alle sie nennen, von ihrer Kindheit. Wie sie jeden Morgen vom Bauernhof der Eltern vier Kilometer zur Schule lief. Oder wie sie mit neun Jahren ihre erste Skitour ging, zusammen mit ihrem Vater, einem bekannten Bergführer.

Fürstaller lernte Köchin und Kellnerin, doch seit zwölf Jahren ist sie nun die einzige aktive Bergführerin Kärntens. Und wahrscheinlich gibt es niemanden, der diese Tour besser kennt als sie.

## 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 Viertages-tour als Gesamtpaket buchbar ist, inklusive Wellnesshotels und Gepäcktransfer. In dieser Form ein Novum in Österreich. Und für manche Bergsteiger sicher ein Sakrileg.

Durchquerungen gelten als Königsdisziplin des Skibergsteigens, legendäre Touren wie die Haute Route oder die Hoch Tiroi erfordern makellose Technik und extreme Kondition. Sie bleiben die Domäne von Extremsportlern und anderen Könnern. Was diese zähen Asketen allein über den Start unserer Tour sagen würden, kann man sich denken.

Sanft schaukeln wir am ersten Tag im Sessellift von der Katschberghöhe hinauf zum Aineck – und erschummeln uns so schon mal 600 Höhenmeter. Aber als wir in 2220 Metern Höhe aus den Sitzen rutschen, ruft Fürstaller: „Jetzt muss' ma a bisserl antauchen.“ Soll heißen: schieben.

Der doppelte Stockeinsatz zieht gleich in die Arme. Wir queren zugeschnittene Viehzäune, kurven zwischen Baumstümpfen einen steilen Hang hinab.

Bis 2004 waren die Nockberge ein Nationalpark, nun sind sie ein Unesco-Biosphärenpark und die Regeln lockerer – zur Freude der Holzwirtschaft, welche die Fichten-Monokulturen auf manchem Hang zu verantworten hat.

## Über die Grenzkämme quer durch die Gurktaler Alpen

Auf einem Forstweg fellen wir zum ersten Mal auf: Felle ausrollen, in die Ski einhängen, glatt streichen, Bindung drehen, Stiefel in den richtigen Modus stellen. Allein an diesem Tag werden wir die Prozedur drei



# Skitour mit Luxus: Der Nockberge-Trail

In den Gurktaler Alpen wartet der Nockberge-Trail mit Wellnesshotels, Gepäcktransfer und entspannter Bergführerin auf

Mal wiederholen. Wer im Umgang mit seiner Ausrüstung noch nicht sattelfest ist, lernt es auf dieser Tour.

An der Laußnitzalm vorbei steigen wir zum Laußnitzsee auf. Außer einem Viehzaun sind im milchigen Weiß nur Windgangeln zu sehen, stromlinienförmige Minidünen aus Schnee. Und gelegentlich rote, runde Schilder mit weißem Mittelstrich, deren Stangen fast vollständig im Schnee versunken sind.

Sie 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.

## Die Wolken werden langsam dünner

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 – zumal der Rote Riegel nicht einmal ein Kreuz trägt.

Auf der Schwarzwand, 2214 Meter über dem Meer, steht immerhin ein Steintürmchen. „Normalerweise würden wir jetzt rundherum über Nocken schauen“, sagt Fürstaller, bis zu den Hohen Tauern in der Ferne.

Wegen dieser Ausblicke sind besonders die ersten beiden Etappen auch als Tages-Skitouren beliebt. Oft gleitet man in alpinen Höhenlagen dahin – so wie auf dem folgenden Bergrücken, wo wir im leichten Auf und Ab von Gipfel zu Gipfel rutschen. Bei den kurzen Abfahrten im Pflug bleiben die Felle auf den Skiern.

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



**1 Das gemächliche Gehen in den stillen Nocken sei wie Urlaub für sie, sagt Bergführerin Elisabeth Fürstaller.**

**2 2336 Meter über dem Meer: Elisabeth Fürstaller am Gipfelkreuz des Königstuhls – der höchste Punkt der gesamten Tour.**

**3 Bergführerin Elisabeth Fürstaller liebt die stille Winternatur in den Nockbergen**

Fotos: Florian Sanktjohanser/dpa

er oft nur eine dünne Schneeschicht.

**Erst wedeln, dann entspannt saunieren**

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

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

Auf dem Hang gegenüber kurven ein Dutzend Tourengerher neben den Liftmasten herab, die ohne Gondeln postapokalyptisch wirken. Innerkrems 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. Es gab zwar Gespräche mit us-

bekischen Investoren, doch ob er jemals wieder anlaufen wird, ist fraglich.

Die Hoteliers konzentrieren sich nun auf Tourengerher, für Anfänger walzen sie sogar die alte Piste. Offenbar mit Erfolg: Die Stube des Hotels „Berghof“ ist gut gefüllt, unter dunklen Balken zwischen Sportler in Funktionswäsche ihr Belohnungsbier. Am Nebentisch singt eine Gruppe Graumeliertes ein Prostlied, die Stimmung ist bestens.

## Die Königsetappe ohne Kaiserwetter

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 schön. Vereinzelt Kiefern und Felsen mit Scheepolstern erinnern im konturlosen Weiß an japanische Gemälde.

Die Einsamkeit ist der Trumpf des Vorzeigewegs. 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. Wenn das Wetter umschlägt oder etwas schief geht, ist man auf sich gestellt.

„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. Und vor allem in puncto Orientierung sei das Revier sehr anspruchsvoll, sagt Fürstaller. Besonders bei widrigen Bedingungen wie an diesem Tag.

## Nervenaufreibender Fichtenslalom mit Salto

Beim ersten Abfellen reißt der Wind an Handschuhen, Fellen und Skibrillen. Fürstaller wuchtet ihre Ski über einen Stacheldraht, rutscht an einem Grat

## 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. Technisch einfach, erfordert sie aber Kondition. Spitzkehren sollte man beherrschen. Es gibt viele Alpenschulen und Bergführer, die Gäste begleiten. Inklusive Übernachtungen und Gepäcktransfer belaufen sich die Kosten derzeit auf einen Mindestpreis von 1149 Euro.

► **Tipp**  
Ab kommendem Winter wird der Trail auch als Schneeschuh-Tour angeboten.

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 hinterher zu fahren. Dennoch ist der folgende Fichtenslalom nervenaufreibend – besonders wenn Äste auf halber Höhe im Weg stehen. Zwischendurch aber verwöhnten Passagen mit unverspurtem Pulverschnee.

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

## Der höchste Punkt der Tour und die Belohnung

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. Mit seinem Mantel aus Eismadeln könnte es auch am Nordpol stehen.

Umso überraschter sind wir, als wir aus einem Wald gleiten – und unvermittelt vor Pisten Schildern und Liftmasten stehen. Skifahrer gucken uns erstaunt an, eine Niederländerin fragt nach dem Weg zu ihrem Hotel.

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. Winzige Eiszapfen hängen von Nadeln und Bartflechten, darunter haben Hasen und Schneehühner ihre Muster ins Weiß gedrückt.

Menschenspuren sind keine zu sehen, wie meist in den Nocken. „Das lässt alles noch weiter und wilder wirken“, sagt Fürstaller, „freier.“ Dann spürt sie weiter. Fast wie im Urlaub.

