

23.7.2020

Tragetouren- & Kraxentouren im Münchner Süden –

Worauf müssen Eltern beim Wandern mit Trage oder Kraxen achten



Ein neues Buch mit dem Titel: „Tragetuch- und Kraxentouren, Ammergauer Alpen, Bayerisches Voralpenland, Chiemgauer Alpen und Tiroler Berge“ gibt neben 45 wunderschönen Touren Aufschluss, auf welche Besonderheiten bei Berg- und Hüttentouren mit Trage zu achten ist. Gerade zum richtigen Moment, denn in Zeiten wie diesen wird ohnehin empfohlen, nicht allzu weit in die Ferne zu schweifen. Das Buch ist ein perfektes Hilfsmittel für alle Eltern, denen die Kinderwagen-Wanderungen auf den Almen zu wenig herausfordernd sind und die höhere Gipfel erklimmen wollen.

Drei Münchner Mütter haben ihre Babys eingepackt und ihre Lieblingstouren beschrieben. Die Hauptautorin, Conny Klittich, im Brotberuf Grafikerin, war schon vor der Geburt ihrer Tochter eine begeisterte Bergsteigerin. Auf die Gipfelerlebnisse und gemütlichen Rasten auf den Almhütten wollte und konnte sie nicht verzichten. Aber welche Wege eignen sich für Trage- bzw. Kraxentouren? Sind grundsätzlich alle Bergtouren auch mit Trage möglich? „Nein“, meint die passionierte Bergsteigerin, „mit Baby oder Kleinkind sind einige Punkte zu berücksichtigen“. So verlagert sich das Gewicht und stark ausgesetzte Stellen gehen gar nicht. Auch belasten die Abstiege mit Trage oder Kraxe die Knie stärker und generell werden alle Gelenke verstärkt beansprucht.

Bevor das Baby in der Kraxe am Rücken getragen werden kann, ist ein Tuch oder eine Babytrage die einzige Möglichkeit, mit dem Kind Wanderpfade zu begehen. Das Tuch ist allerdings nur für eine gewisse (erste) Zeit ratsam. Je nach Gewicht des Kindes geben die Knoten der gebundenen Tücher nach einer gewissen Zeit nach, das Baby rutscht zu tief. Außerdem sieht man mit einem Baby vorne den Weg nicht mehr gut, was vor allem beim Abwärtsgehen Schwierigkeiten bereitet. Gerade in der Anfangsphase sind daher die etwas breiteren und weniger anspruchsvollen Wege die richtige Wahl. Später kann man sich dann nach und nach an die höheren Berge heranwagen.

„Uns war wichtig, dass es auf jeder beschriebenen Tour eine nette Hütte zum Einkehren gibt, der gemütliche Ausklang darf nicht zu kurz kommen“ so die Autorinnen. Conny Klittich hatte die Idee zum Buch und ursprünglich wollte sie das Buch auch alleine schreiben. „Gemeinsam ist es jedoch netter“ und so kamen nach und nach die Berchtesgadenerin Angelika Berghald und die Münchnerin Stefanie Schindler dazu. Viele Bergtouren hat Conny jedoch alleine gemacht. „Meine Freundinnen hatten nicht immer Zeit und mein Partner ist vom Bergsteigen nicht so begeistert wie ich“. Die Autorin möchte mit ihrem Buch Mut geben und zeigen, dass man viele wunderschöne Erlebnisse in trauter Zweisamkeit mit dem Kind machen kann. „Wir sind richtig zusammengewachsen und haben wunderschöne Erlebnisse gehabt. Ich kann mir gar keine bessere Aktivität während der Babypause vorstellen, es ist eine Bereicherung für beide, Mutter und Kind.“ Das ist das Schöne beim Wandern, egal ob nur mit dem eigenen Kind, im Kreise der Familie oder mit Freunden, jede Konstellation hat seine Qualität. Zumal man bei weniger guten Tagen auch einfach einen netten Rastplatz am Wegrand oder an einem Bacherl suchen und ein paar Stunden verbringen kann, das Ziel muss nicht immer erreicht werden.

Bei jeder Wanderung steht dabei, ob und inwiefern die Tour auch für gehende Kinder geeignet ist, ob es alternative Wege mit Kinderwagen gibt und ob der Abstieg knieschonend ist. Die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist ebenso angeführt wie allgemein übliche Daten, von Wetterempfehlungen, technischen Anforderungen, Dauer und Höhenmetern. Von der Autorin selbst gezeichnete Skizzen erleichtern die Orientierung und eine Vielfalt an Fotos machen Lust auf schöne Erlebnisse.

Bibl. Daten: Tragetuch- & Kraxentouren, Ammergauer Alpen, Bayerisches Voralpenland, Chiemgauer Alpen und Tiroler Berge. 45 von München aus gut erreichbare Hüttenziele und Gipfel von leicht bis schwierig. Verlag: Wandaverlag, www.wandaverlag.com, € 15,90, 176 Seiten, ISBN: 978-3-902939-08-1.