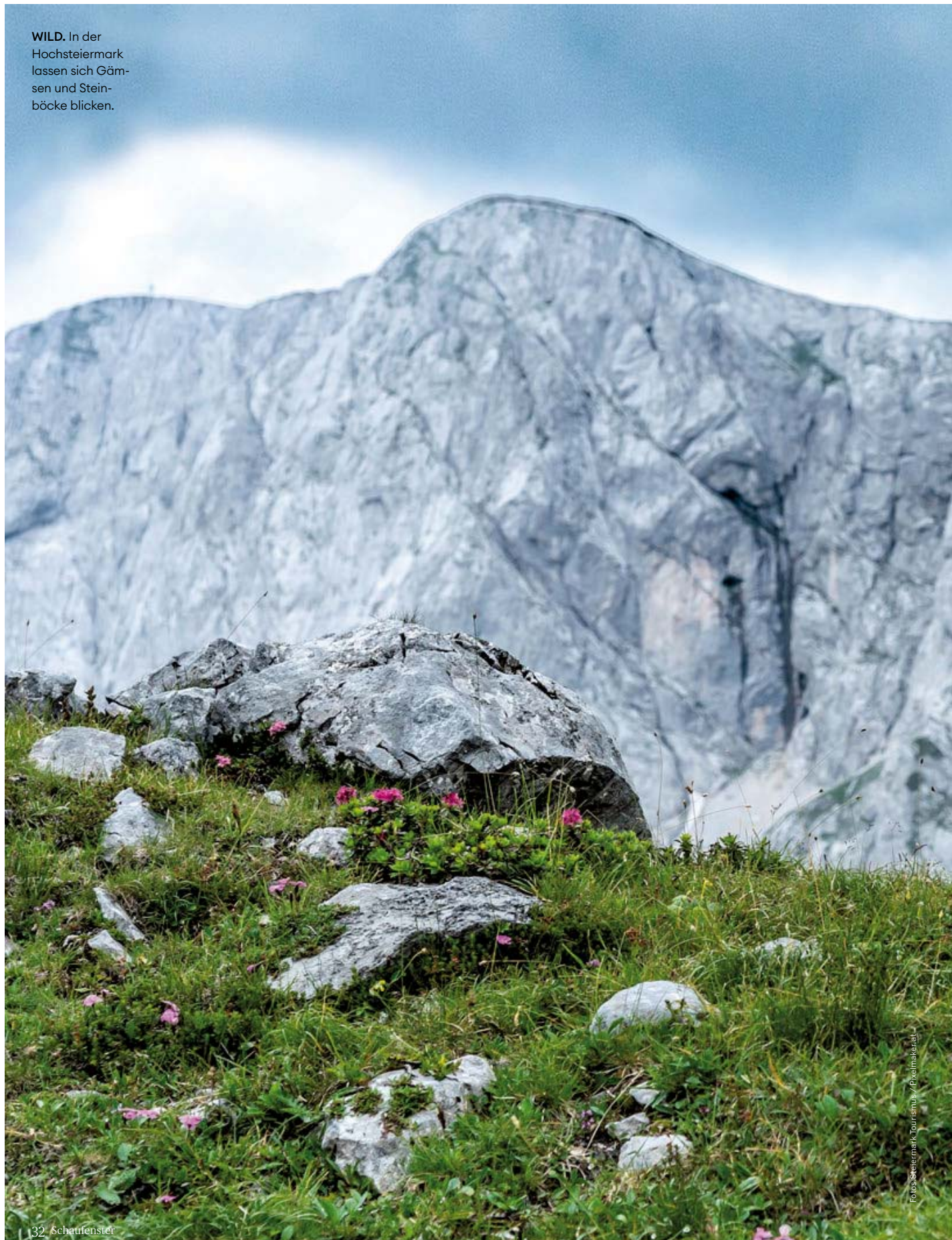


WILD. In der Hochsteiermark lassen sich Gämssen und Steinböcke blicken.



Fotos: steiermark.tourismus.at / P. Kalmakera

Reich der Gämsen und der Kräuter

Die Hochsteiermark ist ein Ziel für Alpinsportler. Mit der Aflenzer
Bürgeralm gibt es auch für Berganfänger geeignete Routen.

Text: Christiane Reitshammer



„Die Pflanzenvielfalt in der Region ist einmalig und sehr anpassungsfähig.“



MASSIV. Der Hochschwab ist bildbestimmend für den Wanderer.

GERINNE. Die Wanderer folgen dem Wasser, das hier so glasklar sprudelt.



GRÜN. Regina Müller (rechts) ist Wanderführerin und Kräuterpädagogin.

RAST. Die Berge sind mit uralten Hütten versorgt. Für manche nur ein Zwischenziel.



Schau, Regina, was da wächst, is das net liab?“ Obwohl Regina die professionelle Kräuterpädagogin ist, macht Ehemann Gustl sie auf dem Weg von der Aflenzer Bürgeralm hinauf zum Schönleitenhaus immer wieder auf blühende Schönheiten aufmerksam. Über die Jahre hat sie ihn nicht nur sensibilisiert, sondern mit ihrer Leidenschaft für alles, was wächst und gedeiht und meist auch noch heilsame Wirkung hat, angesteckt. Oft sind sie gemeinsam in den Bergen und auf den Almen der Region Hochschwab in der „Hochsteiermark“ unterwegs. Gustl (eigentlich Augustin) Pronnegg, inzwischen pensionierter Polizist, ist seit 1984 bei der Bergrettung in Aflenz und seit 1986 Bergführer. Regina Müller ist auch bereits seit ca. 28 Jahren Wanderführerin und seit über zwölf Jahren Kräuterpädagogin. In ihrer Funktion unternimmt sie gemeinsam mit Gästen Wanderungen zu den schönsten und pflanzenreichsten Plätzen, führt auf dem Heilkräuterweg Aflenz oder veranstaltet Workshops, wo sie den Teilnehmern nicht nur die Wirkung der Heilkräuter erklärt, sondern sie auch in die Kunst des „Salbenrührens“ mit ihren selbst gepflückten und getrockneten Blättern und Blüten einweicht.

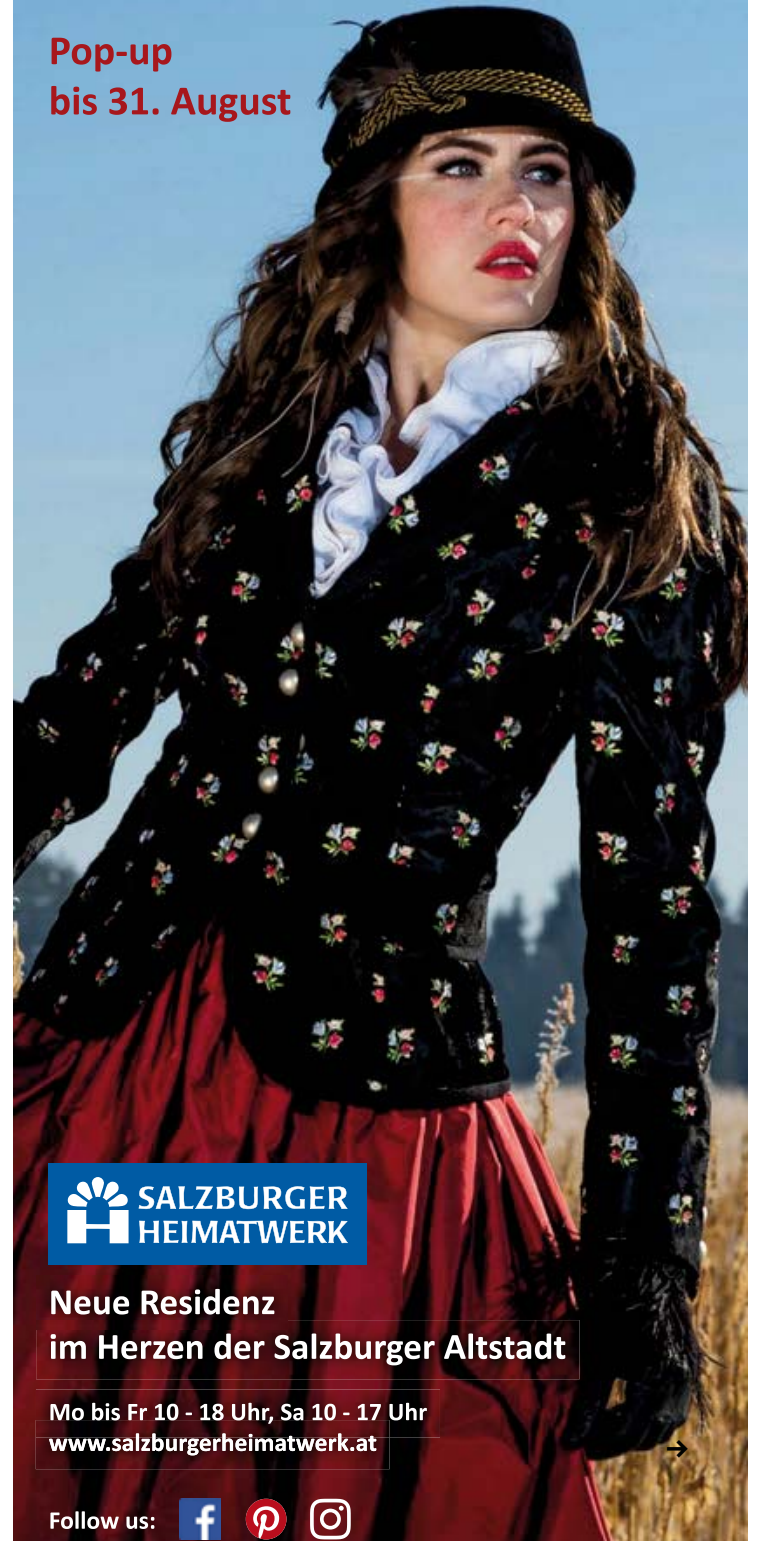
Die Nacht können Wanderer in einer der Almhütten verbringen, geweckt werden sie in der Früh meistens durch das Gebimmel der Kuhglocken, wenn die Tiere eine ihrer täglichen Runden auf der Alm ziehen. Diesmal geht es also gemeinsam („Ich wollt auch wieder mal raufgehen“, so Gustl) von der Bürgeralm, auf 1510 Metern gelegen und mit Sessellift oder per Mautstraße erreichbar, hinauf zum Schönleitenhaus - auf 1810 Metern. Der Anstieg ist leicht und „familienfreundlich“, aber für Menschen, die nicht jedes zweite Wochenende in den Bergen unterwegs sind, genauso herausfordernd. „Einfach gemächlich und beständig dahinmarschieren“, sagt Regina, „viele fangen zu schnell an und sind nach wenigen Metern aufwärts schon kaputt.“ Der Anleitung entsprechend ist es eine recht lockere Wanderung bergauf, von der Almrauschhütte durch den Wald, über Almwiesen, vorbei an der Jauringer Alm, am Paradieslift, an Kühen, die bedächtig Gras und Almkräuter kauen.

Almröserl, Enzian und Edelweiß. Immer wieder weist Regina während der Wanderung auf ein Gewächs und dessen Nutzung und Wirkung hin - Wilde Möhre, Wiesenkümmel, Blutwurz, Seidelbast, Frauenmantel, Schafgarbe, Meisterwurz, Augentrost, Disteln und so weiter - nie belehrend, selbst wenn so mancher Teilnehmer so gar keine Ahnung von Botanik hat. Obwohl sie jedes Pflänzchen zu kennen scheint, prüft sie das eine oder andere in ihrem Buch nach, vergleicht Blüten und Blätter und freut sich über besondere Fundstücke. Der Weg führt weiter auf einem Weg durch eine dichte Latschenzone und Preiselbeersträucher, später wird es steinig. „Das Besondere an unserer Region ist, dass vieles bis weit hinauf wächst. Die Pflanzenvielfalt ist einmalig und sehr anpassungsfähig“, erklärt sie. Weiter oben, am Hochriegel und mit einem Schlenker Richtung Höchstein auf einen felsigen Aussichtspunkt, sind es dann auch Almröserl, Enzian und Edelweiß, die die Herzen sowohl der Experten als auch der Wanderer erfreuen, →

Der Süden zieht an! „Kärntner Röschen“

Edles Trachten-Design von
Andrea Plieschnegger im Heimatwerk

Pop-up
bis 31. August



 SALZBURGER
HEIMATWERK

Neue Residenz
im Herzen der Salzburger Altstadt

Mo bis Fr 10 - 18 Uhr, Sa 10 - 17 Uhr
www.salzburgerheimatwerk.at

Follow us:



KALK. Über der Baum- und Almzone werden die Berge rau und karstig.



WIRKUNG. Die gesammelten Wildkräuter werden fein weiterverarbeitet.

Infos

Anfahrt Bürgeralm über die Panoramastraße (ab dem Wirtshaus Pierergut Mautstraße) oder mit dem Sessellift von der Talstation, www.aflenzer-buergeralm.at

Unterkunft Bürgeralm: z. B.: Friedlerhütte mit Selbstversorgung, www.friedlerhuetten.com
Regionale Küche: Schönleitenhaus (www.schoenleitenhaus.at) und Almräuschküche

Heilkräuteroase Regina Müller: www.heilpflanzenwissen.at

Weiterer Wandertipp: Bründlweg in Turnau. Aussichtsplattformen mit Blick auf den Hochschwab, Einkehr bei Bauern und Hütten sowie im Wirtshaus Steirereck am Pogusch. www.brundlweg.at

Infos: Kurort Aflenz und Alpenregion Hochschwab: www.region-hochschwab.at, Hochsteiermark: www.hochsteiermark.at

→ wie auch der grandiose Ausblick auf die Berge des Hochschwabgebiets, auf das Aflenz Becken und sogar auf den Grazer Hausberg, den Schöckl. „Schauts, da sind Gämsen“, ruft Gustl. Tatsächlich, das „gämsenreichste Gebiet“ Europas wird seinem Ruf gerecht, etwas unterhalb im Geröll lassen sich ein paar der Tiere in der Entfernung ausmachen.

Nach dem Ausflug auf die glatten Felsen, immer unter der behütenden Begleitung von Regina und Gustl, führt die Tour wieder ein Stück zurück auf dem Weg und später über eine grüne Hochebene, vorbei an Kühen und einem kleinen See, zur anvisierten Hütte. Die Panoramaterrasse erfüllt ihre Aufgabe bezüglich Aussicht, und auch die Verköstigung ist tippstopp. „Der Hochschwab ist die höchste Erhebung in unserer Gegend und Wasserreservoir“, erklärt Gustl die Besonderheit ihrer Heimat. Die Kläfferquelle bei Wildalpen gilt als die größte Trinkwasserquelle Europas, die Stadt Wien weiß das zu schätzen: 60 Prozent des glasklaren Trinkwassers kommen aus dem nördlichen Hochschwabgebiet. Die südlichen Regionen Österreichs profitieren wiederum von einem Tiefbrunnen an der Südseite des Massivs.

Mit 100 Gipfeln und 40 Tälern, Flüssen und Seen ist die Region beliebtes Gebiet für Wanderer und Bergsteiger, Kletterer, Mountainbiker und einfach Naturliebhaber. Der Gipfel des Hochschwabs ist ein begehrtes Ziel für Bergsteiger: „Er ist von jeder Seite begehbar, wobei die Südwand ein Paradies zum Klettern ist. In sechs Stunden kann man von Seewiesen hinauf - von 940 auf 2247 Höhenmeter.“ Schönwetter sei Voraussetzung. „Im Norden ist es oft ganz anders als im Süden,

das kann sehr gefährlich werden. Die Tour muss immer gut geplant sein, mit guter Ausrüstung und Vorausmeldung in der Hütte. Die Tourenplanung rettet Leben“, weiß der langjährige Bergretter. Oben sei man gut versorgt mit der Schiestl- und der Voisthalerhütte, Seilbahn gibt es keine.

Abendrot auf der Plattform. Doch bevor sich unerfahrene Bergsteiger auf das Gipfelabenteuer einlassen, ist noch Training notwendig. Vorerst geht es von der Hütte wieder talwärts, diesmal auf dem kürzeren und steileren Weg. Unten angekommen, ist die Almräuschküche auf der Bürgeralm ein beliebter Einkehrplatz. Bewegungswillige können sich auch noch den „Skywalk“, den Rundwanderweg, vornehmen, der durch den Wald,

über eine Holzbrücke mit Glaselementen und zu Panoramaplattformen führt. Holzbänke sind an den besten Aussichtspunkten platziert. „Bei Sonnenuntergang ist die Bank mit Blick auf Fölzstein und Hochschwab super. In der Früh beim Gipfelkreuz mit Aussicht ins Tal“, wissen die zwei Experten. Die zeitliche Abstimmung zahlt sich aus: Am Abend verfärbt sich der Himmel über den Gipfeln und Wäldern rot-orange.

Das Frühaufstehen, von Kuhglocken geweckt, lohnt sich ebenfalls: Wenn die Sonne erst die Berge rosa einfärbt, der Nebel noch durch das Tal zieht und die Landschaft immer heller und goldener leuchtet, stellt sich eine Art Glückseligkeit ein. Und wer dann noch ein Schäuflin mehr an Glück hat, dem begegnen an so einem Morgen auch noch Gämsen am Weg, nur wenige Meter vor der Nase. ✘

Die Wiener profitieren vom Trinkwasser aus dem Hochschwab.