

DER INHALT

DIE ZEHN BERGSTEIGERGEBOTE . . . 1

RÜSTZEUG UND HILFSMITTEL . . . 7

Ausrüstungskuriosa; Uralt sind die Dinge; Die Alpenballtracht und der Bergsteigeranzug; Kletterwesten und Hosensäcken; Die Kälte; Das Schichtensystem; Der Zeltsack; Der Regen ist naß; Die Bergschuhe und ihre Benagelung; Der selbsttragende und der gewöhnliche Rucksack; Pickel oder Regenschirm?; Die Steigeisen; Das Seil; Die Feld-, Wald- und Wiesenliste und die hundert Unentbehrlichkeiten. — Kochtopf und Kochkunst.

GEHEN / STEIGEN / KLETTERN . . . 30

Erst einmal gehen lernen! Wege und Steige. Bergab mit und ohne Knieschnaggler. Abfahren! Im weglosen Gelände. Das Gehen im Fels. Anleitung für die Gipselfresser. Die Energie des Entfagens. „Krazeln“. Der „Weg“. Kalk und Urgestein. Das Grundgesetz der drei Stützpunkte. Der „Stil“. Griff und Tritt — auf Zug und Druck. Sauberes Gehen. — Im Schrofengelände. Im „Kletterhimmel“. Menschlicher Steigbaum. Wände, Quergänge, Platten. Der „Plattenschwindel“. Im Urgestein. „Kriechbänder“ und „Landstraßen“. Risse und Ramine. Grate und Kanten. Von überrittenen Gendarmen. Das Seil und seine Anwendung. Allerlei Hilfsmittel. Gehen am Seil. Das Sichern. Die moralische Sicherung und die Mehlsacktechnik. Das Abseilen. Abwärts! Die „Sitzbremse“. Einmal am Winklerturm . . . Wozu das alles?

SCHNEE, FIRN UND GLETSCHER . . . 57

Was ist ein Gletscher? So viel Schnee! Das „Nähr- und Zehrgebiet“. Die Eiszeit. Die Alpengletscher. Die außereuropäischen Gletscher. Der größte Gletscher der Welt. Vom „Kalben“. Das Eis lebt! Zwei Kilometer täglich! Vorstoß und Rückgang der Gletscher. Die Eruption

im Gornersee. Masse und trockene Gletscherbrüche. „Brüllende, schießende und schreiende“ Gletscher. Sagen und Legenden.

Ursache und Folgen der Lebendigkeit. Spalten. Die Gletscherphänomene. Mühlen und Sümpfe. Das Tischlein-deck-dich. Die Moränen.

Das Gehen im Eis. Von den Besonderheiten der Ausrüstung: Pickel, Steigeisen, Seil. „Wenn ma nur woaß, wo der Berg steht!“ oder von der Orientierung. Auf dem aperen Gletscher. Über die Schneegrenze. Im Spaltengebiet. Schneebrücken. Sichern. Liegt schon drin! Das Herausholen: Steigbügel und Prusikknoten. Das älteste Spaltenunglück. Wie Perren starb. Im Eisbruch. Bergschwund und Randflust. Bergab! Eiswände. Steigeisentechnik und Stufenschlagen. Der sichernde Eishaken. Eisrinnen. Die großen klassischen Grate. Die Wächten. Julius Payer stürzt 800 Fuß hoch mit einer Wächte ab. Wächtenkatastrophen. Hans Graß'sens Meisterstück. Die hohe Schule der Berge.

DIE GEFAHREN. 88

Objektive und subjektive Gefahren. Steinschlag. Der ausbrechende Griff und Tritt. Der Absturz. Vereisung. Wettersturz! Wetterbeobachtung. Der rettende Zeltsack. Wetterkunde. Jakob Hofmeisters Wetterregeln. Früher Kälteeinbruch. Der Föhn. Blitzschlag. St. Elmsfeuer. Der menschliche Blitzableiter. Abenteuer an der Zinne. Nebel und Schneesturm. Orientierung. Elf Menschen gehen am Montblanc zugrunde. Erfrierungen. Die Nacht. Viraikweisheiten. Der Weiße Schrecken. Lawinenkatastrophen. Jährlich 9400 Lawinen in der Schweiz. 3000 oder 20000 Lawinentote? Wald und Wild. Lawinenunfälle. Zerstörte Schutzhütten.

Eugen Dertel über die Lawinengefahr. Das Lawinenmerkblatt. Lawinenarten. Verhalten. Rettung.

Der Bergsport ein Kampf mit dem Berg. Der überlegene Berg. Aus der Inhaltstatistik. Laienunfälle. Der tödliche Leichtsin. Ein paar Beispiele. Der Alleingänger. Die Tragödie der Drusenfluh. Ein Sturz in der Fleischbank-Ostwand. Das ist Energie!

Die große Bergsteigerfamilie. Die alpinen Vereine. Der Deutsche und Oesterreichische Alpenverein. Das Rettungswesen. Das alpine Notsignal.

Ideale und Rekorde. Der Bergsport. Die Vertiefung des alpinen Gedankens.

DIE BILDER UND IHRE URHEBER . 128