10
25

outdoor

WANDERN. REISEN. ABENTEUER.

TESTSIEGER ZUM TOP-PREIS

Schlau shoppen! Mit diesem Equipment bist du bestens beraten.

WILDE DOLOMITEN

Grandiose Hüttentouren im Naturpark Fanes-Sennes

IRLAND OFF-SEASON

Einsame Wanderungen und gemütliche Pubs

REINHOLD MESSNER ÜBER DAS RISIKO BEIM BERGSTEIGEN:

»Es war auch Glück dabei.«

IM CHECK

ISOMATTEN & SCHLAFSÄCKE

Diese Modelle garantieren erholsame Nächte

Wo der Herbst am schönsten ist

20 Wander-Highlights in den Alpen, in Deutschland und am Mittelmeer

D 7,50 € · Ö 8,30 € · CH 12,00 SFR · BENELUX 8,70 € · I 10,20 €

YOUR BOOTS, YOUR STORY.

HANWAG TATRA II GTX

100% EUROPEAN PRODUCTION

Dein nächstes Trekking-Abenteuer beginnt hier: **WWW.HANWAG.COM**

HANWAG – handgefertigte Trekkingstiefel seit 1921.

KURZ NOTIERT

Was uns in diesem Monat bewegt

Kurz vor dem Nasswerden ist es oft am schönsten. Hier an den Geislerspitzen.

David Schultheiss

Liebe Leserin, lieber Leser!

Wenn ich mich an meine intensivsten Erlebnisse auf Wanderungen und Bergtouren erinnere, dann fallen mir als Erstes nicht die Tage unter blauem Himmel ein, sondern seltsamerweise jene, an denen es in Strömen geregnet hat. Lachende Gesichter unter verzurrten Kapuzen, Hüttenräume, in denen die Funktionsjacken vor dem Ofen ausdampfen oder Unterstände, die gerade noch rechtzeitig erreicht wurden. Insofern darf man sich jetzt durchaus auch auf ein paar regnerische Herbsttage freuen – aber sollte vorher vielleicht noch etwas Sonne genießen. Ob im Mittelgebirge oder am Mittelmeer, könnt ihr euch ab Seite sechs aussuchen. Wer dazu noch Equipment braucht, das den strengen Kriterien unserer Testcrew genügt, aber trotzdem kein riesiges Loch in die Kasse reißt, sollte sich unsere große Geschichte mit den besten Preis-Leistungs-Knallern zu Gemüte führen. Ansonsten bleibt uns nur noch, einen schönen Herbst zu wünschen. Möge er voller intensiver Erlebnisse sein!

Alex Krapp Chefredakteur

Der Weg zur *outdoor*-Community:

FACEBOOK facebook.com/outdoormagazin

INSTAGRAM instagram.com/outdoor_magazin

TIKTOK tiktok.com/@outdoor_magazin

AUS DER REDAKTION

Christian Tschurtschenthaler

Reinhold Messner im Interview: Der 80-Jährige spricht mit *outdoor* über neue Projekte und alte Werte. Ab Seite 64.

Judith Beck

Judith Beck im Kanu: Die Autorin hat sich einen Traum erfüllt und ist durch die Wildnis Manitobas gepaddelt. Ihre Story ab S. 82

Titelfoto: Stefan Hefele Ort: Cadini di Misurina, Dolomiten (I)

INHALT 10|2025

Die Themen dieser Ausgabe

100| Schlafsäcke im Check

Welche Modelle erholsame Nächte garantieren. Plus: die besten Isomatten.

18| Wilde Dolomiten

Der Naturpark Fanes-Sennes erinnerte unsere Autorin an den Westen der USA.

82| Kanada im Kanu

Stromschnellen und Bären: auf dem Bloodvein River durch die Wildnis Manitobas.

06| Herbstträume

20 Wander-Highlights in den Alpen, in Deutschland und am Mittelmeer.

54| Im Goldrausch
Wandern und Wein gehen im Pfälzerwald Hand in Hand - vor allem im Oktober.

64| Reinhold Messner
Der bekannteste Bergsteiger der Welt über Risiko, Respekt und die nötige Menge Glück.

34| Irland off-season
Einsame Wanderungen und gemütliche Pubs - zur Nebensaison in Connemara.

TOUREN & ABENTEUER

06 Wo der Herbst am schönsten ist
Von Schwarzwald bis Madeira – Top-Ziele für die beste Wanderzeit.

18 Wilde Dolomiten
Auf der Fanes-Hochebene öffnen sich Panoramen von rauer Dramatik.

34 Irland off-season
In der Nebensaison wird es in Connemara wunderbar ruhig. Unsere Tipps.

54 Im Goldrausch
Eine herbstliche Weinrunde durch den Pfälzerwald ist immer ein Genuss.

64 Reinhold Messner
Wo der Unterschied zwischen Bergsteigen und Bergtourismus liegt.

82 Kanada im Kanu
Auf den Spuren der Voyageurs den Bloodvein River hinunter.

TEST & EQUIPMENT

44 Testsieger zum Top-Preis
Von Jacke bis Zelt: Outdoor-Produkte, die wenig kosten, aber viel können.

62 Sport-BHs
Diese Modelle sehen gut aus und überzeugen mit Halt wie Komfort.

68 Aufschneider
Schweizer Messer & Co: acht schnittige Partner für Outdoor-Abenteuer.

70 Tested on Tour
Vom Einpersonenzelt bis zum Faltstock: Produkte im Langzeit-Check.

78 Das gute Produkt
Nicht direkt sexy, aber super: der Sonnenhut von Sunday Afternoons.

100 Schlafsäcke im Check
Die aktuellen Daunen- und Kunstfasermodelle im großen Test.

OUTDOOR-COACH

74 Pilze sammeln
Welche ihr nehmen könnt und worauf ihr als Laien noch achten solltet.

76 Wellness für den Kopf
Zu viel Stress schadet dem Gehirn. Was wir dagegen tun können.

80 Clever vorkochen
So steht ganz schnell ein gesundes und köstliches Essen auf dem Tisch.

90 Bikepacking
Sechs aktuelle Taschen-Sets und jede Menge Tipps, wie die Tour gelingt.

SZENE-NEWS

26 Dänische Karibik
Auf der Insel Møn locken vier Wanderwege zu mächtigen Kreidefelsen.

28 Wunsch und Wolle
Drei Produkte aus Wolle – und nur eines davon ist eine Socke.

32 Für umme
Der DAV belohnt die Anreise mit Öffis mit einer kostenlosen Hüttennacht.

Fachmarkt **79** Vorschau/Impressum **114**

TEST

44|
Gut & günstig
Testsieger zum Top-Preis.

70|
Tested on Tour
Produkte im Langzeit-Check.

Die wilden Karanfili-Berge in Montenegro bieten einen Anblick zum Niederknien.

mauritius images/Rainer Mirau

Es lebe der Herbst!

Ob in den Alpen, am Meer oder im Mittelgebirge: An diesen Zielen genießt ihr die schönste Outdoor-Saison des Jahres in vollen Zügen.

Wo jetzt die Berge locken

Adrian Greiter

↑ Klein und fein: das Rofangebirge

Östlich des türkisblauen Achensees, der »Karibik Österreichs«, erhebt sich das Rofangebirge, eine Untergruppe der Brandenberger Alpen. Über 150 Kilometer Wanderwege leiten hier durch sanfte Almwiesen und urige Bergwälder, vorbei an schroffen Kalkrippen und auf aussichtsreiche Gipfel. Zum Pflichtprogramm zählt zum Beispiel die anspruchsvolle Rundtour (4 Std., 7,5 km, 665 Hm) von der Bergstation der Rofan-Seilbahn über die Rotspitz (2067 m), den Streichkopf (2243 m) und den Gebietskönig Hochiss (2299 m), dabei bieten sich atemberaubende Blicke auf den glitzernden See im Tal und das gegenüberliegende Karwendel. Auch die knackige, teils seilversicherte Königstour durch das Massiv schraubt sich zum höchsten Punkt hoch: die viertägige Rofanrunde (30 km, 2635 Hm), die auf rot und schwarz markierten Pfaden viele der schönsten Winkel erschließt. Machbar ist sie bis zum 10. Oktober, bevor die Bayreuther Hütte ihre Nachtlager schließt. Infos: achensee.com

→ Tessin: Das Tal der Dichter

Seine Sehnsucht nach einem Ort »außerhalb von allem« stillte der Schweizer Schriftsteller Max Frisch in »einem grünen Tal, waldig wie zur Steinzeit«: dem Valle Onsernone im westlichen Tessin. Die Kulisse aus dschungelartig bewachsenen Bergflanken und tiefen Schluchten, durch die sich der Fluss Isorno schlängelt, begeisterte auch andere Literaten wie Golo Mann und Alfred Andersch. Wer ihre Faszination nachempfinden möchte, erkundet das Tal am besten zu Fuß – und genießt zwischendurch in authentischen Dörfern regionale Spezialitäten. Etwa in Loco, wo es im Caffe della Posta besonders gut schmeckt und ein leichter Rundweg (2,5 Std., 6,8 km, 440 Hm) auf den Spuren von Max Frisch startet. Sportlicher geht es bei der Tour (5,5 Std., 12 km, 1150 Hm) vom Weiler Spruga zum Aussichtsgipfel Pizzo Zucchero (1899 m) zu, entlang der Strecke warten Wasserfälle, ein malerischer Bergsee und die Alpe Salei (1777 m). bergsteigerdoerfer.org/10000-0-Valle-Onsernone

Getty Images/Roberto Moiola

Hannes Tell

↑ Farbspektakel im Lechtal

Wenn im Herbst leuchtendes Laub einen der letzten Wildflüsse der Alpen rahmt, gibt sich das Lechtal am stimmungsvollsten. Als moderate Fernwanderung zum Saisonausklang bietet sich der Lechweg (7 Tage, 125 km, 2710 Hm) vom Formarinsee in Vorarlberg bis nach Füssen im Allgäu an, doch es gibt auch kürzere Alternativen. Etwa die neun Lechschleifen: So geht es beim »Pfad der Sinne« (7 Std., 16,7 km, 477 Hm) mit Start/Ziel in Steeg durch dunkelgrüne Nadelwälder, in denen Bergahorne und Vogelbeeren bunte Akzente setzen. Die Schleife »Wasserwelten und Waldgeheimnisse« (4 Std., 10,8 km, 190 Hm) vom Naturparkhaus in Elmen punktet mit sprudelnden Wildbächen und Kaskaden sowie einer artenreichen Flora und Fauna. Aus einer luftigen Perspektive seht ihr den Indian Summer auf der Strecke »Von Rittern und Brücken« (4 Std., 9,3 km, 440 Hm) bei Ehenbichl: Sie führt über die 406 Meter lange Hängebrücke »highline179« zur Burgenwelt Ehrenberg. lechweg.com

Bike-Abenteuer unter der Sonne des Südens

Adrian Greiter

Daniel Geiger

↑ Im Herzen der Provence

Zwischen Olivenhainen, Lavendelfeldern und Weinbergen erhebt sich rund 50 km südöstlich von Avignon der Luberon, ein zirka 60 Kilometer langer und nur etwa fünf Kilometer breiter Gebirgszug von wilder Ursprünglichkeit. Das bis zu 1125 Meter hohe Kalksteinmassiv punktet nicht nur mit traumhafter Natur: Auch einige der schönsten Dörfer Frankreichs gibt es hier zu entdecken. Wer in sechs Tagen möglichst viel sehen will, schwingt sich aufs Bike und folgt der Rundtour »Autour du Luberon à vélo« (236 km, 2620 Hm), als Start/Ziel bietet sich zum Beispiel der Bahnhof von Cavaillon an. Lieber Tagestouren? Mit gelber, oranger und roter Farbpracht begeistern etwa die einzigartigen Ockerfelsen von Roussillon und Rustrel an der sportlichen Runde »Les Ocres à vélo« (8 Std., 68 km, 966 Hm). Die Strecke »Gordes à vélo« (6,5 Std., 69 km, 1093 Hm) leitet zur berühmten Abtei von Sénanque, vorbei an malerischen Windmühlen und in bezaubernde Bergdörfer. Infos: de.veloloisirprovence.com

← MTB-Geheimtipp: Valle Argentina

Wer bei Valle Argentina an das Land der Gauchos denkt, liegt falsch: Das urwüchsige Tal erstreckt sich auf rund 42 Kilometern Länge im Westen der norditalienischen Küstenregion Ligurien – und bietet eine einsamere, aber nicht minder reizvolle Alternative zum rund anderthalb Fahrstunden entfernten Mountainbike-Hotspot Finale. Die besten Trails starten beim 600-Seelen-Nest Molini di Triora, setzen allerdings eine solide Fahrtechnik voraus. In höchste Höhen schraubt sich etwa die Rundfahrt (6,5 Std., 52 km, 2140 Hm) zum Gipfelkönig Monte Saccarello (2201 m), hinab ans Meer leitet die Tour zur Blumenstadt Sanremo mit ihren palmenbestandenen Uferpromenaden (Infos zu beiden Strecken sowie zwei weitere Tourentipps: komoot.com/collection/2852143). Wer lieber mit einem Local loszieht, der auch weniger schwierige Trails kennt und den Shuttle-Service sowie Leihräder organisiert, wendet sich zum Beispiel an Guide Alberto von Molini MTB. molinimtb.com

Den Zauber der Wälder genießen

↓ Bayerischer Wald

An zwei Tagen über sieben Gipfel wandern und dabei den Blick über das farbenfrohe Herbstkleid der Bergmischwälder genießen – damit trumpft die Seven-Summits-Tour rund um Bodenmais. Es empfiehlt sich, die Strecke im Uhrzeigersinn zu gehen und an Tag eins zuerst die weniger besuchten Anhöhen Kronberg (983 m), Harlachberg (914 m) und Sternknöckel (818 m) zu erklimmen, zwischendurch bieten die Kuhalm und die GutsAlm Harlachberg Gelegenheit, Kraft zu tanken. Nach dem Kleinen Arber (1384 m) geht's hinab zum Etappenziel, der gemütlichen Chamer Hütte, bevor an Tag zwei auch der Gipfelkönig des Bayerischen Waldes auf dem Programm steht: der Große Arber (1456 m). Zurück in Bodenmais hat man 47 Kilometer Strecke und 1860 Höhenmeter geschafft. bodenmais.de/seven_summits

→ Schwarzwald

Glaubt man einem Bericht von Julius Caesar, hat der römische Feldherr vor über 2000 Jahren im Schwarzwald ein Einhorn gesehen – oder, wie Historiker vermuten, nur einen Hirsch mit teils abgebrochenem Geweih. Fabelwesen werdet ihr hier eher nicht zu Gesicht bekommen, Orte voller Magie aber schon. Etwa die Menzenschwander Wasserfälle, die in einer verwunschenen Kulisse zwischen moosbewachsenen Felsen rauschen. Hin führt zum Beispiel der Geißenpfad (4 Std., 10,8 km, 313 Hm) mit Start/Ziel am Möslepark-platz in Sankt Blasien (hochschwarzwald.de). Durch verwegenen Bannwald und den Lebensraum des seltenen Auerwilds geht es hingegen auf dem abenteuerlichen Silberberg-Trail (3,5 Std., 11,8 km, 359 Hm) vom Parkplatz am Feldbergpass aus (komoot.com/tour/179868420).

Woidlife-photography