

How to Lechweg: Tipps und Tricks für die richtige Vorbereitung

Wie plane ich eine Fernwanderung?

Kurz & knapp

→ *Weitwandern - gute Vorbereitung ist alles*

→ *Beispiel Lechweg: Worauf kommt es vor Ort an?*

→ *Checkliste für die Ausrüstung*



Der Weg als Ziel: Eine Fernwanderung kombiniert intensive Naturerlebnisse mit Fortbewegung aus eigener Kraft - und ist in der Regel nicht einfach nur eine Reise entlang einer festgelegten Strecke, sondern meist auch zu sich selbst. Einfach loslaufen sollte man allerdings nicht, denn auch für eine moderate Mehrtagestour sind rechtzeitige Planung und gute Vorbereitung unerlässlich. Worauf es ankommt und was es zu beachten gilt,

zeigt folgende Checkliste der verantwortlichen Produktmanagerin Daniela Pfefferkorn am Beispiel Lechweg - von der Quelle bis zum Fall. Kostenlose Infos, Kartenmaterial, Serviceheft-Bestellung sowie weitere Broschüren zur grenzüberschreitenden Weitwanderroute vom österreichischen Vorarlberg bis ins bayerische Allgäu unter www.lechweg.com

Foto (download): Der Lechweg - von der Quelle bis zum Fall ist ab beziehungsweise bis zu seinen Start- bzw. Endpunkten in Lech/Vorarlberg bzw. Füssen/Allgäu durchgängig beschildert. Dennoch ist bei einer derartigen Fernwanderstrecke sorgfältige Planung unerlässlich.

Bildnachweis: Verein Lechweg/Fabian Heinz

Faktencheck Zahlen - Länge, Etappen, Höhenmeter, Zeit. Ein Vorab-Check der Hard Facts ist unerlässlich. Der Lechweg beispielsweise hat eine Gesamtlänge von rund 125 Kilometern, die sich wahlweise in sieben (klassisch), acht (gemütlich) oder zehn (entschleunigt) Einzeletappen erwandern lässt. Bergauf geht es etwa 2.540 Höhenmeter, bergab 4.100. Die reine Gehzeit beträgt ohne Pausen und Einkehr gut 40 Stunden.

Faktencheck Schwierigkeitsgrad. Der Lechweg ist für Anfänger mit guter Kondition zu bewältigen, idealerweise sind grundlegende Wanderfertigkeiten vorhanden. Die Strecke besteht aus überwiegend

breiten Wegen mit geringer Steigung. Es gibt aber auch einige schmale, steile Stellen, die jedoch in der Regel keine Absturzgefahr bergen.

Tourenbeschreibung und Streckenverlauf. Mithilfe der 15 Abschnitte teilen sich Lechweg-Wanderer ihre Tages-Etappen je nach Kondition und Ambition individuell ein. Die Zeitangaben sind ohne Pausen sowie Einkehr kalkuliert. Der Lechweg ist an den öffentlichen Nahverkehr angeschlossen, somit können Etappen auch mit dem Bus abgekürzt werden.

Laufrichtung. Wie bei allen ausgezeichneten Weitwanderwegen erfolgte die Wegemarkierung und Beschilderung beim Lechweg nach den Richtlinien der Europäischen Wandervereinigung und ist daher durchgängig in beide Laufrichtungen. Wer also lieber sportlich bergauf und in die Alpen hinein wandert, kann den Lechweg auch vom Fall in Füssen/Allgäu bis zur Quelle in Lech/Vorarlberg begehen.

Jahreszeit. Der Lechweg kann von Mitte Juni bis Anfang Oktober in seiner gesamten Länge erwandert werden, erst dann ist auch der letzte Schnee in den oberen beiden Abschnitten geschmolzen. Wer schon vorher losstarten will, wandert ab Mitte Mai auf der verkürzten Frühjahrsvariante von Steeg im Lechtal bis Füssen im Allgäu (ca. 80 km). Bei guter Schneeschmelze ist auch Warth als Ausgangspunkt möglich und verlängert den Weitwanderweg um weitere 15 km.

An- und Abreise. Stressfrei beginnen Wanderer ihren Urlaub, wenn sie bereits am Vorabend in Lech am Arlberg bzw. Füssen ankommen. Alle Infos zu Anreise und Parkmöglichkeiten vor Ort gibt's online. Wahlweise erfolgt die Anreise mit der Bahn. Da zwischen Füssen und Lech am Arlberg öffentliche Busse verkehren, können diese entweder zur An- oder Abreise mit den einzelnen Regionen-Cards kostenlos genutzt werden. Von Füssen aus verkehren Buslinie 74 und 100 zum Bahnhof Reutte. Dort umgestiegen, fährt Line 110 weiter nach Lech. Die gesamte Fahrt dauert gut drei Stunden und kostet etwa 17 Euro pro Person. Achtung: Der letzte Bus von Füssen nach Lech startet gegen 14 Uhr, beide Linien verkehren auch in Gegenrichtung.

Konditionstraining - ja oder nein? Für die Absolvierung einer moderaten Fernwanderroute wie dem Lechweg braucht es vorab kein extra Konditionstraining. Wichtig ist vielmehr eine gute Selbsteinschätzung und welche Strecke man sich selbst und dem eigenen Körper zumuten möchte bzw. kann.

Vor Ort unterwegs. Der Wanderbus von der Rüfikopf-Haltestelle in Lech zum Formarinsee verkehrt fast stündlich, die Fahrt dauert etwa 40 Minuten. Weitere Busverbindungen zum Abkürzen der Strecke unterwegs finden sich auf der Lechweg-Homepage unter Prospektbestellungen.

GPS - ja oder nein? Da der Lechweg durchgehend markiert ist, benötigen Wanderer kein GPS. Sie finden das weiße L auf dunklem Grund an Wegweisern, Bäumen sowie Felsen entlang des Wegs. Die Abstände zwischen den Markierungen betragen in der Regel nicht mehr als 250 Meter.

Gepäcktransport - ja oder nein? In der Regel offeriert jede Fernwanderstrecke auch Gepäcktransporte. Am Lechweg übernimmt Fima Feuerstein GmbH den Shuttle von Reisetasche und Co. zur nächsten Unterkunft. Allerdings sollte dieser bereits vor Antritt der Fernwanderung gebucht

werden, bis zu zwei Tage vor einem Transport ist dies möglich unter Tel: +43 5633 5633 oder E-Mail: info@feuerstein-bus.at.

Unterkünfte vorbuchen - ja oder nein? Grundsätzlich sind Fernwanderer auf der sicheren Seite, wenn sie Ihre Unterkünfte im Voraus buchen, die örtlichen Tourismusbüros sind gern dabei behilflich. Gerade im Juli und August wird dies sogar dringend empfohlen. Das gilt außerhalb der Hochsaison auch für alle, die Wert auf einen bestimmten Ausstattungsstandard legen oder direkt an der Wanderroute übernachten wollen.

Lechweg mit Hund - ja oder nein? Viele moderate Fernwanderstrecken wie der Lechweg sind mit Hund begehbar. Hundefreundliche Gastgeber sind im Serviceheft mit einem Piktogramm gekennzeichnet, online zu finden unter der Rubrik „Ausstattung“. Achtung: In Bussen besteht Maulkorb- und Leinenpflicht.

Übernachtungsmöglichkeiten. Alle Unterkünfte am Lechweg sind nach klaren Kriterien geprüft und nehmen Wanderer auch für nur eine Nacht auf. Die Partnerbetriebe finden sich im Serviceheft.

Einkehrmöglichkeiten. Entlang des Lechwegs reihen sich zahlreiche Hütten, Restaurants und Cafés aneinander. Nicht immer liegen diese direkt an der Strecke, gelegentlich sind kleine Abstecher zu absolvieren. Aber vor allem in den Ortslagen gibt es zahlreiche Gastronomiebetriebe mit regionalen Spezialitäten und hausgemachter Kost. Alle Lechweg-Gastrobetriebe sind aufgelistet im Serviceheft.

Wegsperrungen bzw. Wegezustand. Kurzfristige Wegsperrungen und Infos finden sich unter www.lechweg.com. Ebenso werden stets alle fünf Tourismusregionen (Füssen/Allgäu, Reutte/Tirol, Tiroler Lechtal/Tirol, Warth/Vorarlberg, Lech/Vorarlberg) informiert, um Wanderern aktuelle Auskünfte geben zu können.

Lechweg pauschal. Wer das Rundum-sorglos-Paket bevorzugt, wendet sich an einen professionellen Reiseveranstalter. Auf der Website finden sich alle, die den Lechweg im Programm haben.

Literatur

Wanderführer Lechweg, Berg und Tal Verlag

Wanderführer Lechweg, Kompass Verlag

Wanderführer Lechweg, Verlag Esterbauer

Wanderführer Lechweg, Conrad-Stein-Verlag

Wanderführer Lechweg mit Lechschleifen, Rother Wanderführer

Ausrüstungs-Checkliste von Lechweg-Expertin Daniela Pfefferkorn

„Die richtige Ausrüstung ist das A und O für eine gelungene Fernwanderung wie den Lechweg. Qualität und Passform spielen dabei eine entscheidende Rolle.“

Was unbedingt mit ins Gepäck muss:

Wanderrucksack mit belüftetem Rücken / Regenhülle / Regenjacke und -hose (ggf. Funktionsbekleidung) / bequeme Kleidung je nach Jahreszeit / Wanderschuhe oder Bergschuhe /

Wanderstöcke / Sonnenbrille, ggf. mit Brillenband / Sonnenhut, Schildmütze (Kopfbedeckung) / Pullover/Jacke (auch im Sommer in den Alpen notwendig) / zusätzliches Paar Socken / Proviant (mind. Müsliriegel, Traubenzucker) / genügend zum Trinken (ggf. Trinkflasche mit Trinksystem) / Sonnencreme / Erste-Hilfe-Set / Kulturbeutel (Waschzeug, Zahnbürste/-pasta, Creme etc.) / Medikamente nach persönlichem Bedarf / Hygieneartikel nach persönlichem Bedarf / Taschentücher / Handtuch / Hausschuhe oder Sandalen / Nachtbekleidung / Mobiltelefon und Ladekabel / Taschenmesser / Personalausweis, Reisepass, E-Card, Geld / Wanderkarte

Pressekontakt

Jessica Thalhammer

+49 8807 21490-15

jessica.thalhammer@hermann-meier.de

Natalie Schneider

+49 8807 21490-17

natalie.schneider@hermann-meier.de

AHM Kommunikation

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de