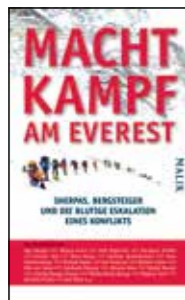


LESE- UND FACHBÜCHER

Spannende Neuheiten und praktische Standardwerke, inspirierende Geschichten, Bildbände und nützliche Tourenbücher: Die OUTDOOR GUIDE-Redaktion präsentiert eine breite Auswahl.



Feindselige Fusstritte

Steine fliegen, Füsse treten und das an einem Ort, der für Einheimische fast heilig ist: am Mount Everest. Die Steine flogen auf Ueli Steck, die Füsse traten nach seinem Begleiter Simone Moro. Der Angriff war so brutal, dass sie gezwungen waren umzukehren. Wie es dazu kommen konnte und wie sich das Klima zwischen Sherpas und Bergsteigern aus aller Welt am höchsten Berg der Welt verändert hat, seit aus dem heiligen Berg eine wichtige Einnahmequelle für die Einheimischen geworden ist, skizziert dieses Buch. Mehr als 20 Alpinisten, darunter auch Reinhold Messner, schildern ihre Sicht des Konflikts in einem Buch, das sich wie ein Krimi liest und gleichzeitig nach Lösungen sucht. Auch als E-Book erhältlich. **Ueli Steck, «Machtkampf am Everest», ISBN 978-3-89029-443-8, Malik Verlag, www.malik.de, CHF 18.90**



Lebensmut total

Dass das Leben aus mehr als Bergsteigen und Skifahren besteht, lernte Nicole Niquille, die erste Schweizer Frau mit Bergführer-Diplom, auf sehr harte Art und Weise: durch einen beinahe tödlichen Unfall beim Pilzesammeln. Seither an den Rollstuhl gefesselt, ordnet sie ihr Leben



Grenzerfahrungen

An die Grenzen gehen und sie überschreiten: Das ist der Motor des Extremalpinisten Simone Moro. Im Winter auf einen Achttausender zu steigen, war so eine Schwelle, die er auf der Suche nach Einsamkeit und Ursprünglichkeit hinter sich gelassen hat. Schonungslos beschreibt er die Höhen und Tiefen seines Lebensweges – von der Annapurna-Expedition, bei der sein Freund Anatoli Bukrejew ums Leben kam, bis hin zur Entstehung dieses Buches. Im Basislager am Nanga-Parbat tippte er Wort für Wort in ein kälteempfindliches Laptop, das nur von einer Wärmflasche auf Betriebstemperatur gehalten wurde – auch dies eine Grenzerfahrung.

Simone Moro, «In Eiseskälte – Die Achttausender im Winter», ISBN 978-3-89029-436-0, Malik Verlag, www.malik.de, CHF 28.90



Vertikale Varianten

Die 3. Auflage des Klassikers. Auf 600 Seiten beschreibt Diego Filippi, Kenner und Liebhaber des Sarcatal, 520 Kletterrouten. Darunter 200 komplett neue Wege in die Vertikale. Nach wie vor macht der Kletterführer nicht nur durch detaillierte und handgezeichnete Routenbeschreibungen Lust, ehemalige und noch aktive Kletterer erzählen darin auch von ihren kleinen und grossen Aben-

neu, betreibt als Wirtin ein Bergrestaurant am Lac de Taney und baut ein Bergspital am Fuss des Himalaya auf. Trotz des schweren Schicksalschlages beschreibt Nicole Niquille ihr Leben und die Liebe zu Nepal mit fröhlicher Herzlichkeit.

Nicole Niquille, «Und plötzlich ... am Himmel ein Berg – Schicksal einer Unbeugsamen», ISBN 978-3-906055-10-7, AS Verlag, www.as-verlag.ch, CHF 39.80



Grosse Bilder

Stephan Siegrist, berühmt durch seine spektakuläre Winterbegehung der Westwand des Cerro Torre 1999, präsentiert atemberaubende Bilder von schroffen Bergpanoramen, tiefen Schluchten und majestätischen Gipfeln in einem Buch. Grafisch raffiniert gestaltet, nimmt Siegrist den Betrachter mit auf eine Reise in luftige Höhen: Vom Highlining bis zum Basejumping und zu hochalpinen Abenteuern, vom Berner Oberland bis zu den sturmtumtosten Felswänden Patagoniens vereint dieser Bildband verschiedenste alpinistische Herausforderungen aus dem spannenden Leben des Schweizer Profi-Alpinisten. Sehr sehenswert! **Stephan Siegrist, «Unterwegs zwischen Himmel und Erde», ISBN 978-3-7688-5386-2, Delius Klasing Verlag, www.delius-klasing.de, CHF 53.90**



Wetter-Wissen

Spätestens beim ersten plötzlichen Wetterumschwung im Gebirge lernt jeder Bergsteiger, wie wichtig, ja (über)lebenswichtig, Wissen um Wetter ist. Wie kann man Vorzeichen für Regen erkennen? Wie lässt sich Schneefall voraussagen? Wie stark wird das aufziehende Gewitter sein? Das sind einige Fragen, die der Meteorologe Jean-Jacques Thillet und der Pilot Dominique Schueller zusammen mit dem Alpinisten Pit Schubert für alle Bergsportler verständlich und anschaulich darstellen. Eigentlich eine Pflichtlektüre für jeden, der sich zum Sport in die Berge wagt.



Die weisse Gefahr erkennen

Wann immer der glitzernde, weiche Pulverschnee lockt, lauert die weisse Gefahr: Lawinen. Immer mehr Wintersportler reizt das Vergnügen auf unverspurten Hängen. Wie man die richtige Notfallausrüstung zusammenstellt und vor allem das Wissen um Entstehung, Auslösung und Arten von Lawinen, erklärt der erfahrene Skitourengeher Eike Roth. Anschaulich und umfassend vermittelt der Physiker sein Wissen. Seine Erfahrung als Retter bei einem tragischen Lawinenunglück veranlasste ihn, dieses Buch zu verfassen, das ebenfalls Leben retten kann. **Eike Rother, «Lawinen – Verstehen, Vermeiden, Praxistipps», ISBN 978-3-7633-6085-7, Rother Verlag, www.rother.de, CHF 48.90**



Motor Angst

Ein Mann hängt ungesichert an einem Überhang. Scheinbar lässig baumelt seine zweite Hand hinter dem Körper: Nur die Kraft weniger Finger verhindert, dass er (lebens-) gefährlich abstürzt. Kann dieser Mensch Angst haben? Der Mann ist Alexander Huber, sagt «ja» und beschreibt in seinem sehr persönlich gehaltenen Buch «Die Angst – Dein bester Freund» seine Ängste vor und während spektakulärer Klettertouren. Im Allgemeinen gewinnt man der Angst selten etwas Positives ab. Alexander Huber jedoch sieht in ihr keinen Gegner, sondern einen Motor: «Wer sich mit der Angst auseinandersetzt, ist kein Weichei, sondern hat Courage.» Ein Buch für wirklich

jeden – egal ob bergbegeistert oder nicht.

Alexander Huber, «Die Angst – Dein bester Freund», ISBN 978-3-7110-0036-1, Ecowin Verlag, www.ecowin.at, CHF 28.50



Perlen an der Küste

Schroff und sanft zugleich – so zeigt sich die schottische Landschaft, durch die fast ein Viertel des 6000 km langen Nordseeküstenradwegs führt. Die gebürtige Tirolerin Edith Kreutner liefert mit ihrem Radwanderführer eine ausführliche Wegbeschreibung der kompletten Route. Natürlich mit den nötigen Informationen zu Unterkünften, Gaststätten und Werkstätten, aber auch mit kulturellen Tipps abseits der Hauptroute. Kreutner macht dem Leser Lust auf ihr liebstes Reiseland. Edith Kreutner, «Schottland: Nordseeküstenradweg», ISBN 978-3-86686-229-6, Conrad Stein Verlag, www.conrad-stein-verlag.de, CHF 18.90



Pilgerweg durch Europa

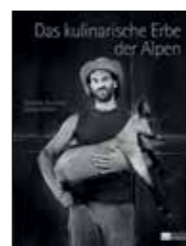
Seit mehr als 1000 Jahren pilgern Menschen auf der Route der Via Francigena von den Alpen nach Rom. Eine der schönsten Pilgerwegen Europas beschreibt Renate Flori auf über 300 informativen und einladenden Seiten. Sie lockt den Wanderer mit Beschreibungen der bezaubernden Landschaften und schneebedeckten Gipfel, der schimmernden Reisfelder in der Po-Ebene und der «unvergesslichen» Ankunft am Petersplatz in Rom. Mit diesem Führer ist man auch bestens informiert, um Reise und Ankunft richtig geniessen zu können. Renate Flori, «Via Francigena – von Lausanne nach Rom», ISBN 978-3-7633-4426-0, Rother Verlag, www.rother.de, CHF 26.50



Berausende Höhenwege

Die «Tour Monte Rosa», die «Tour Matterhorn» und die «Tour des Combins» beschreibt dieser handliche Wanderführer. «Unvergessliche Erinnerungen» verspricht Autor Mark Zahel dem Wanderer, der ihm in die Walliser Hochalpen folgt. Von allgemeinen Tipps zur Vorbereitung bis hin zu detaillierten Tourenbeschreibungen, hat Zahel alles zusammengefasst, was nötig ist, um diese «berauschenden Höhenwege» voll geniessen zu können.

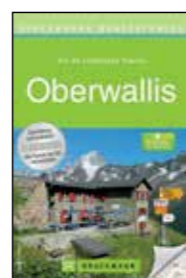
Mark Zahel, «Walliser Alpen – Die grossen Trekkingrunden», ISBN 978-3-7633-4427-7, Rother Verlag, www.rother.de, CHF 20.90



Besser Esser

Bereits seit seiner Jugend befasst sich Autor Dominik Flammer mit der Geschichte, der Herkunft und dem Einfluss von Lebensmitteln auf unsere Kultur. In diesem bildstarken und informativen Bildband hat er vom Alpsanddorn bis zum Zigerklee das Wissen um Verarbeitung und Bedeutung der Lebensmittel beschrieben und belebt. Detailliert recherchiert, runden viele historische Abbildungen und ungewöhnliche Fotografien von Sylvan Müller dieses spannende Buch ab.

Dominik Flammer/Sylvan Müller, «Das kulinarische Erbe der Alpen», ISBN 978-3-03800-735-7, AT Verlag, www.at-verlag.ch, CHF 98.00



Aprikosen am Matterhorn

Der internationale Popstar unter den Bergen, das Matterhorn, wacht über das Wallis. Im Schatten dieser Berühmtheit hat Eugen Hüsler 40 schöne Routen gesammelt, die er im Laufe seiner bereits 40-jährigen Begeisterung für die Berge kennengelernt hat. Aber nicht nur das Matterhorn lockt: Das Wallis ist

berühmt für seinen Wein und seine leckeren Aprikosen. All das und natürlich alle nötigen Informationen rund um Routen, Karten und Kulturelles finden sich in diesem handlichen Führer.

Eugen E. Hüsler, «Oberwallis – Die 40 schönsten Touren», ISBN 978-3-7654-6086-9, Bruckmann Verlag, www.bruckmann.ch, CHF 18.90



Vom Strand auf den Gipfel

Schroffe Gipfel, Meerblick, Mandel- und Orangenbäume. So präsentiert sich die Serra de Tramuntana, das Gebirge im Nordwesten Mallorcas. Hier zeigt sich die Insel von einer ihrer schönsten Seiten. In neun Etappen kann man mit diesem Wanderführer die Landschaft und ihre Geschichte erobern. Neben den kulturgeschichtlichen Ausführungen hat Susanne Schaber auch das Wichtigste zu Unterkunft und Verpflegung entlang des gut 130 km langen Weitwanderwegs zusammengestellt und macht richtig Lust auf die Höhepunkte dieser Insel.

Susanne Schaber, «Mallorca wilder Westen», ISBN 978-3-85869-565-9, Rotpunkt Verlag, www.rotpunktverlag.ch, CHF 32.00



Atemberaubende Schweiz

Die unglaubliche landschaftliche Vielfalt der Schweiz auf knapp 200 Seiten in grossartigen Bildern zusammenfassen. Das geht nicht? Doch! 40 fast schon magische Orte haben die Autoren ausgewählt – zum Erwandern und Staunen. Neben den imposanten Fotos bietet dieser Bildband auch die nötigen Informationen zur Planung und macht vor allem Lust, die Naturdenkmäler selbst einmal zu erleben.

Martin Arnold u. a., «Naturdenkmäler der Schweiz – Das grosse Wander- und Erlebnisbuch», ISBN 978-3-03800-669-5, AT Verlag, www.at-verlag.ch, CHF 49.90



Griechisches Inselleben

Wer Kreta zu Fuss erkunden will, hat mit diesem kleinen Wanderführer fast schon alles Nötige dabei. Die wichtigsten Informationen zur Geschichte, Flora und Fauna, ein kleiner Sprachführer und 60 ausführlich beschriebene Wanderrouen laden ein, am Meer zu wohnen und in den Bergen zu wandern. Dass man dabei die Zeit beinahe vergisst, liegt wohl nicht zuletzt daran, dass Besucher hier so herzlich empfangen werden wie alte Freunde.

Rolf Goetz, «Kreta – Die schönsten Küsten- und Bergwanderungen», ISBN 978-3-7633-4442-0, Rother Verlag, www.rother.de, CHF 20.90

Switzerland

Wasser, Berge und Wälder machen die Vielfalt der Schweiz aus und prägen unser touristisch attraktives und unverwechselbares Land. Der international bekannte Fotograf Robert Bösch zeigt die aussergewöhnlichen Naturlandschaften der Schweiz aus spektakulären Perspektiven.

Der faszinierende Bildband von Robert Bösch für «outdoor guide»-Leser zum Sonderpreis!



Robert Bösch – Switzerland
Vorwort von Jürg Schmid, Schweiz Tourismus
Mit Textbeiträgen von Emil Zopfi
Herausgegeben von Heinz von Arx
Text achtsprachig d/f/i/e/s/r/jap./chin.
144 Seiten, 56 Abb. vierfarbig
24 x 30 cm, Hardcover
ISBN 978-3-906055-16-9

Bestellung zum Sonderpreis:

per Telefon: +41 (0)44 300 23 21
per E-Mail: outdoorguide@as-verlag.ch
(in der Schweiz versandkostenfrei)

www.as-verlag.ch

AS Verlag, Buhnrain 30
CH-8052 Zürich





Bern bewandert

50 zumeist gemütliche Touren hat Daniel Anker im Berner Umland zusammengestellt, die auf Berghügel und zu Burgruinen führen. Er stellt eine sehr vielseitige Wanderregion vor, die viele ganzjährig begehbare Routen zu bieten hat. Kenntnisreich führt der Alpinjournalist mit kleinen Anekdoten und Tipps für Ausflugsziele durch das Bernbiet. Daniel Anker, «Rund um Bern – zwischen Biel, Burgdorf, Thun und Freiburg. 50 Touren», ISBN 978-3-7633-4442-0, Rother Verlag, www.rother.de, CHF 20.90



E wie Eiger Nordwand

Die Eiger Nordwand ist nicht einfach nur eine Wand. Sie ist eine Legende. Kaum überraschend, dass es jetzt ein Lexikon rund um alles Wissenswerte zum Thema Eiger Nordwand gibt. Von A wie Abseilunterricht über B wie Begehungsrekord bis hin zu Z wie Zwölfzacker kann man hier alles nachlesen. Aber nicht bloss Fakten, sondern auch Kurioses und Persönliches. Ein Buch zum Nachschlagen und Schmökern. Uli Auffermann, «Das grosse Eiger Lexikon – Die Eiger Nordwand von A-Z», ISBN 978-3-900533-76-2, Schall Verlag, www.schall-verlag.at, CHF 47.90



Sport und Charakter

Mit dem Kayak rund um Australien – alleine. Na ja – fast alleine. Auf ihrer spektakulären Paddeltour begegnen der deutschen Freya Hoffmeister viele, viele Wellen, Wale und Krokodile. Autor Joe Glickman schwankt zwischen Bewunderung für diese starke und leistungsfähige Frau und Erstaunen über ihre knallharte Sportlichkeit, die kein Pardon kennt. Gerade diese Ambivalenz macht «Hai Heels» zu einem lesenswerten Abenteuerbericht.



Joe Glickman, «Hai Heels – Eine Frau paddelt rund um Australien», ISBN 978-3-7688-3587-9, Delius Klasing Verlag, www.delius-klasing.de, CHF 25.90

Zum Geburtstag ein Buch

1863 wurde der Schweizer Alpen-Club SAC in Olten gegründet, feiert also 2013 sein 150-jähriges Bestehen. Grund genug, die 152 Hütten des SAC bildreich zusammenzufassen. Die kurzen Beschreibungen auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch sind für ein erstes Kennenlernen gedacht. Die Bilder machen richtig Lust auf mehr! Marco Volken/Remo Kundert, «Die Hütten des Schweizer Alpen-Club», ISBN 978-3-906055-08-4, AS Verlag, www.as-verlag.ch, CHF 68.00



Mehr als nur Treten

Hier wird das Velofahren mal genau unter die Lupe genommen – und zwar aus allen Perspektiven. Philosophieprofessoren, Veloprofis, Sportjournalisten – sie alle schreiben über das Zweirad und zeigen, dass Philosophie und Velofahren ein perfektes Tandem bilden können. Ein tolles Buch für jeden Velofan, der gerne seine Speichen mal aus einem anderen Blickwinkel betrachten möchte. J. Ilundáin-Agurruza/M. W. Austin/P. Reichenbach (Hg.), «Die Philosophie des Radfahrens», ISBN 978-3-938539-26-2, Mairisch Verlag, www.mairisch.de, CHF 29.90



Leckere Ruhe

Mit Ruhe und unberührter Natur locken Alpwirtschaften gestresste Städter an. In diesem reich bebilderten Wanderführer finden sich 50 ruhige Flecken, die Heimat von glücklichen Kühen und gutem Käse sind. Neben den Wanderungen finden sich in dem Buch für Geniesser auch interessante

Fakten rund um das Thema Käse. Und auch sonst lässt sich noch einiges entdecken. Die vorgestellten Alpen sind keineswegs nur klassische: Schon mal in einer Jurte geschlafen? Hier erfährt man, wo das geht.

David Coulin, «Die schönsten Alpwirtschaften der Schweiz – 50 genussvolle Wanderungen zu bewirtschafteten Alpen», ISBN 978-3-03800-691-6, AT Verlag, www.at-verlag.ch, CHF 49.90



Jungfräulicher Schnee

Powder, Tiefschnee, PowPow – es gibt viele Namen für das gefrorene Wasser, das uns in Kristallform und mit Ski an den Füßen die Wintersaison versüsst. In dem Freeride-Führer für die Jungfrau-Region beschreibt Roger Fischer systematisch insge-

samt 43 verschiedene Abfahrtsrouten abseits der Pisten und bewertet sie nach Kriterien wie Zeitbedarf, Höhendifferenz, Hangexposition und Schwierigkeitsgrad. Auch auf besondere Gefahrenstellen und Wildschutzgebiete weist der Autor hin. Geheime Orte für Einheimische und Besucher gleichermaßen.

Roger Fischer, «Freeride Guide Jungfrau Region», ISBN 978-3-9524054-0-6, www.freerideguide.ch, CHF 36.00



Angst im Dunkeln?

	MODE 1	MODE 2	MODE 3	MODE 4
S15	280 lm	70 lm	7 lm	0.5 lm
IC	45 m	4 h	32 h	15 d
W	84 m			
CD	1750 cd			
IPX	IPX-8			
I	86 mm, 46 g			
S10	400 lm	85 lm	5 lm	0.5 lm
IC	1.25 h	7.5 h	108 h	15 d
W	104 m			
CD	2700 cd			
IPX	IPX-8			
I	70 mm, 42 g			