



Winterlandschaften erwandern

Wer innere Ruhe sucht und Naturerlebnisse in prachtvollen Landschaften liebt, der liebt meist auch das Wandern. Und das geht nun auch im Schnee: Familien lieben nächtliche Fackelwanderungen, Sportliche wählen das Tourenggehen auf Skiern. Und Sportanfängern sei das Schneeschuhwandern ans Herz gelegt: Man erarbeitet sich bergige oder flache Zauberlandschaften in absoluter Stille, hört den eigenen Atem, die Natur, das sanfte Stapfen im Schnee – sonst nichts. Wer Gehen kann, kann auch Schneeschuhwandern. Bereits eine Schneedecke von 15 cm genügt, um die Natur auf Feldern und im Park oder auch alpinen Hochleistungssport zu erleben, je nach Gusto und Fitness-Stand. Trotz der Einfachheit dieses Sports empfiehlt sich anfangs ein kurzer Einführungskurs, denn eine gewisse Grundtechnik, Lawinen- und Notfallwissen sind immer von Nutzen.

Schneeschuhkurse beispielsweise bei:

**OASE AlpinCenter, Bahnhofplatz 5, 87561 Oberstdorf
Tel. 08322-80 00 980, www.oase-alpin.de**

Eisstockschießen – Der Wintertrend des Jahres

Lange war der Ruf des Eisstockschießens nicht der Beste, doch wie heißt es so schön: Ist der Ruf erst ruiniert, schießt sich´s völlig ungeniert. Inzwischen ist Eisstockschießen DER Wintertrend in München. Gespielt wird nicht nur auf dem Nymphenburger Kanal, sondern auch auf extra angelegten Bahnen in Biergärten und auf den Gewässern der Parkanlagen. Besonders schön ist es auf dem Hinterbrühler See in Thalkirchen und auf dem See des Ostparks, der sowieso ein Paradies für städtische Wintersportler ist.

Infos: Vier künstliche Eisstockbahnen mit Flutlicht und Hüttenzauber gibt es zum Beispiel ab Mitte November bis Silvester im Winterbiergarten Park Café, Sofienstr. 7, 80333 München, Reservierung unter Tel. 51 61 79 80

