



Matti Koivula

Huippuhetkiä

Vaelluksia Itävallan Alpeilla

Huippuhetkiä

Vaelluksia Itävallan Alpeilla

Matti Koivula

Huippuhetkiä

Vaelluksia Itävallan Alpeilla

© 2020 Koivula Matti

Kustantaja: BoD – Books on Demand, Helsinki, Suomi

Valmistaja: BoD – Books on Demand, Norderstedt, Saksa

ISBN: 9789528018537

Sisällys

Lukijalle	7
-----------	---

Vaeltamisen perusteita	9
------------------------	---

I

Nousu Similaun-vuorelle	29
-------------------------	----

Grossglocknerin valloitus	41
---------------------------	----

Wildspitzen huiputus	65
----------------------	----

Jäätikköseikkailu ja Fluchtkogel	79
----------------------------------	----

Omatoimisesti Kreuzspitzelle	89
------------------------------	----

II

Hüttschlag, vihreän laakson kylä	99
----------------------------------	----

Innervillgraten – koskematonta luontoa	111
--	-----

Kals, Itä-Tirolin helmi	123
-------------------------	-----

Schladming, jokaiselle jotakin	153
--------------------------------	-----

St Jakob, Defereggenin laakso	165
-------------------------------	-----

Vent, vaeltajan paratiisi	177
---------------------------	-----

Lukijalle

Tämä kirja on suunnattu vaelluksen ystäville. Heille, joilla jo on vaelluskokemuksia, mutta myös heille, jotka ovat vaeltamisesta kiinnostuneita, mutta eivät ole sitä vielä aloittaneet. Lisäksi on ihmisiä, jotka pitäisivät vaeltamisesta, mutta eivät sitä itse tiedosta. Toivottavasti tämän kirja innostaa lukijaansa kokemaan ihastuttavien vaelluspolkujen ja vaellusseutujen tenhoa!

Ensimmäisessä osassa kerrotut huiputukset perustuvat omiin toteutettuihin nousuihin. Ne on esitetty aivan kuin kirjoittaja olisi seikkaillut valloitusretkillään yksin. Tosiasiassa mukana on ollut muitakin, mutta kirjassa kuvaan puhtaasti omaa näkemääni, kokemaani ja tuntemaani.

Toisessa osassa perehdytään muutamien hienojen vaelluspaikkakuntien reittitarjontaan. Kyseisillä seuduilla on lukuisasti muitakin polkuvaihtoehtoja, mutta tässä kuvatut ovat omalla mittapuulla mitattuina parhaimmiksi koettuja. Jonkin verran päänvaivaa on tuottanut reittien vaikeusasteen kuvaaminen, sillä kartan valmistajasta riippuen merkinnoissa saattaa esiintyä pieniä eroja. Vuorien ja vuorimajojen korkeudet saattavat eri lähteissä niin ikään poiketa toisistaan. Korkeusmerkintöjen erot ovat pieniä, yleensä alle kymmenen korkeuserometriä, joten niillä ei ole vaelluksen kannalta käytännön merkitystä.

Kirjan alkuun on koottu vaellukseen liittyvää perustietoa. Tiedot perustuvat omaan toimintaan ja kokemukseen. Lukemattomia onnistuneita vaelluksia on näillä opeilla tehty. Täydelliseksi, kaiken kattavaksi tietolähteeksi tätä ei ole tarkoitettukaan. Kerrotulla tavalla toimien aivan tavallinen vaeltaja retkistä kuitenkin mallikkaasti selviytyy.

Turvallisuudesta ei pidä koskaan tinkiä, se olkoon vaeltajan perusasenne. Kun siitä huolehditaan, vaelluspolut tarjoavat rajattomasti upeita ja unohtumattomia henkisiä ja fyysisiä kokemuksia.

Vaeltaminen: luontoelämyksiä, fyysistä kuntoa ja sielunhoitoa

Vaeltaminen tai patikointi, kumpaa termiä haluaakin käyttää, on mainio tapa liikkua luonnossa, aistia luonnon tuoksua ja ääniä, ihastella kauniita maisemia, hengittää raikasta ilmaa ja kohottaa samalla lähes huomaamattaan omaa fyysistä kuntoaan. Vaellusta voi harrastaa lähes missä tahansa, kuten kotiseudun metsissä, kansallispuistoissamme, Lapin tuntureilla tai vaikkapa Alpeilla. Tässä kirjassa pitäydytään mykistyttävän upeilla Itävallan Alpeilla.

Alppien koskettavaa kauneutta on vaikea sanoin kuvata. Valokuvissa tai videoissakaan maisemat eivät välity yhtä komeina kuin omin silmin paikan päällä nähtyinä. Tunne on upea, on kuin liikkuisi satukirjassa!

Vaelluksia voi toteuttaa päivän mittaisina lenkkeinä kiinteästä tukikohdasta käsin, tai kulkemalla jotakin pidempää reittiä, jossa yövytään matkan varrella sijaitsevilla alppimajoissa. Jos tähtäimessä on haasteellisempi tavoite, vaikkapa jonkin korkean vuoren huiputus, on yöpyminen nousureitin varrella usein välttämätöntä. Silloin urakka on helpompi toteuttaa.

Vaeltaminen koetaan helposti extreme-harrastukseksi. Sitä sen ei tarvitse olla, joskin extremen puolelle on helppo siirtyä, mikäli siihen tarvetta ja haluja on. Tärkeintä on tietää ja tunnistaa oma kuntonsa, kykynsä liikkua vaativassa maastossa sekä oma terveydentilansa ja valita reitit niihin perustuen. Hyvä peruskunto, askellusvarmuus ja terveen järjen käyttö riittävät pitkälle. Huonokuntoisena ei ainakaan vaativimmille vaelluspoluille kannata

suunnata. Kun korkeus kasvaa ja ilma ohenee, hengästyy herkästi jo kävelyvauhdissa. Heikko kunto tekee liikkumisen ikäväksi, sillä veren maku suussa on vaikea nauttia liikkumisen ilosta ja jylhistä maisemista.

Hyvää peruskuntoa voi ylläpitää esimerkiksi hiihtäen, pyöräillen, juosten tai sauvakävelen. Jo pelkkä kävely vaihtelevassa metsämaastossa valmistaa mainiosti vaelluspoluille siirtymistä. Suomalaisiin melko tasaisiin maisemiin tottuneet jalkojen ”ylä- ja alamäkilihakset” saavat jyrkillä vaelluspoluilla aluksi kohtuullisen kovaa shokkihoitoa. Monesti kotiseudun kävelymaastoissa jo muutaman kymmenen korkeuserometrin löytäminen on haasteellista. Se on kohtalaisen kesyä verrattuna siihen, kun kunnon vaellusreitillä vertikaalista päivänousua on usein 1000 metriä tai enemmänkin. Alaspäin laskeuduttaessa ensisijaisessa vaaravyöhykkeessä ovat polvet, jotka kipeytyvät herkästi, jos intoutuu liialliseen laskukiitoon.

Sopivan rauhallinen matkavauhti antaa enemmän mahdollisuuksia aistia ympäröivää luontoa. Kirkkaat, solisevat ja kohisevat purot, erilaiset Alppien kukat ja kasvit, murmelit ja gemssit, luonnon tuoksut sekä henkeä salpaavat maisemat aistii paremmin, kun on aikaa katsella ympärilleen.

Vaeltajilla on tapana tervehtiä toisiaan, kun polulla kohdataan, iloinen Grüss Gott tuottaa aina hyvää mieltä. Tervehtiminen on yleistä myös kylien raiteilla: siellä ei pohdita, tunneko tuon henkilön vai en. Tavan soisi yleistyvän Suomessakin!

Vaella luonnon ehdoilla

Vaeltaminen on Itävallassa suosittu harrastus. Alppien rinteiden poluilla kulkee vuosittain mittava määrä ihmisiä. Pysyttelemällä

vaeltamiseen tarkoitetuilla merkityillä poluilla minimoi luonnolle aiheutuvat haitat. Nauti alppikasvien katselemisesta, mutta anna niiden jatkaa elämäänsä omassa luontaisessa ympäristössä. Tärkeää on myös roskaamisen ehkäiseminen. Vastuunsa kantava vaeltaja ei koskaan jätä roskiaan luontoon. Periaatteena on, että kaikki mitä kannetaan ylös vuorille, tuodaan sieltä omin voimin myös alas.

Pukeutuminen käytännöllisyys edellä

Vaeltamisessa tarvittavat asusteet eivät ole ihan halpoja, mutta eivät huippukalliitakaan. Niissä kannattaa pyrkiä laadukkaisiin hankintoihin. Onnistuneilla valinnoilla voi tulla toimeen vuosikausia ja saada kepeästi takaisin hankintahetkellä kenties menetettyt lisäeurot. Varusteiden toimivuus on tärkeämpi kuin muodinmukaisuus.

Aloitetaan tärkeimmästä: vaellusjalkineista. Niihin kannattaa panostaa. Jalkineen oikea sovitushetki on iltapäivä, sillä jalka tuppaa päivän mittaan kasvamaan. Aamulla sovitettu kenkä saattaa iltapäivällä ahdistaa sietämättömästi. Vuoristomaastoissa kengän pohjan tulee olla riittävän jäykkä. Jalkineen pitää istua riittävän napakasti, jotta alaspäin laskeuduttaessa jalkaterä ei pääse luistamaan kengän sisällä eteenpäin. Kenkien kärkiin puskevat varpaat ovat akka kipeät varpaat. Varsien täytyy tukea nilkkoja epätasaisessa ja kivikkoisessa maastossa. Gore-Tex tai sitä vastaava pinnoite on ehdoton. Vuoristopoluilla pitää ylittää puroja, kävellä kosteassa ruohossa ja joskus rapsakassa sateessa. Silloinkin jalkojen on pysyttävä kuivina. Asiantunteva myyjä on ostohetkellä painonsa arvoinen kultaa. Heitä kannattaa kuunnella.

Kotimaan partio- ja urheilukaupoista sekä alppiseutujen urheilu-
liikkeistä löytyy asiantuntevia opastajia, kunhan tietää kertoa,
millaiseen vaatimustasoon jalkineita etsii. Uusilla kengillä pitää
kävellä ”totutuskävelyjä” etukäteen ennen vaativimmille reiteille
siirtymistä. Jos hankkii uudet vaelluskengät vasta perillä vaellus-
maassa, olisi vanhan jalkineparin hyvä olla mukana turvana siltä
varalta, että uusiin kenkiin totuttelussa ilmenee ongelmia.

Seuraavaksi siirrymme kenkien sisälle, sukkiin. Niiden merki-
tystä ei voi myöskään liikaa korostaa. Parhaat ovat erityiset vael-
lussukat, ja mielellään sellaiset, joissa muotoilu on tehty erikseen
vasemmalle ja oikealle jalkaterälle. Sukkia on tarjolla useilla eri
vahvuuksilla. Monet vaeltajat käyttävät niitä kahdessa kerrok-
sessa, alimpana hyvin ohut sukka ja sen päällä paksumpi. Oman
kokemuksen mukaan yksikin sukka toimii kesällä hyvin. Vael-
luksen aikana repussa pitää olla mukana varasukat, jotta tarvitta-
essa voi vaihtaa kastuneen parin kuiviin.

Säätilan mukaan noudatetaan kerrospukeutumisen sääntöjä.
Päivän mittaan pukeutumista säädetään olosuhteiden mukaan.
On huomioitava korkeuden lisääntyessä laskeva lämpötila. Jos
alhaalla laaksossa on parikymmentä astetta lämmintä, niin tuhat
metriä korkeammalla on jo huomattavasti viileämpää. Karkea
nyrkkisääntö on, että lämpötila laskee viitisen astetta tuhatta ver-
tikaalista nousumetriä kohti. Sateen varalta pitää olla mukana ve-
denpitävällä kalvolla käsitelty takki ja housut. Märissä vaatteissa
vaeltamisen ihanuus karisee pikaisesti. Lämpötilan mukaan vali-
taan pitkä lämpöalusasus tai lyhyt urheilualusasus. Sopivaa läm-
mintä väliasua, fleecyä tai vastaavaa, on myös syytä olla mat-
kassa. Hyvissä vaellushousuissa ja -takeissa on ”ilmastointiveto-
ketjuja”, joita avaamalla ja sulkemalla voi säädellä lämpöä tilan-
teen mukaan. Vaellustakin hihoissa tulisi olla mittaa sen verran,

että ranteet eivät jää paljaiksi kurkoteltaessa käsillä ylöspäin. Selaiseenkin tilanteeseen toisinaan joutuu. Helteisellä säällä shortsityyppiset housut kovasti houkuttavat. Pitää kuitenkin muistaa, että punkit väijyvät myös alppimaisemissa, joten niiden takia pitkälahkeiset housut ovat turvallisin valinta. Lisäksi alppiaurinko on polttavaa sorttia, senkin takia pitkät housut ovat suositeltavimmat.

Päänsä voi suojata lippiksellä, erilaisilla puffivariaatioilla tahi suurimmissa korkeuksissa lämpimällä pipotyyppisellä päähineellä. Alppiaurinko huolehtii, että päähineelle on todellinen tarve. Sama pätee aurinkolaseihin, ne ovat välttämätön varuste. Kylmän sään varalta mukana on oltava myös lämpimät käsineet. Säätymiset eivät ole hassumpi hankinta silloin, kun liikutaan laajoilla lumikentillä. Ne estävät lumen pääsyn kenkien sisäpuolelle, jolloin jalat pysyvät paremmin kuivina.

Vaellusreppu

Hyvä reppu lisää vaelluksen mukavuutta. Tilavuutta on oltava niin paljon, että kaikki tarvittavat varusteet sopivat mukaan, mielellään niin, ettei varusteita tarvitse kiinnittää repun ulkopuolelle. Jos matkassa on makuualusta tai makuupussi, joutuu tuosta periaatteesta usein tinkimään. On eduksi, jos reppu on lokeroitu siten, että useimmin tarvittavat tavarat voi ottaa helposti esille. Silloin reppua ei tarvitse vaikkapa evästettäessä avata tai purkaa kokonaan. Repun tulee istua selkään ilmastavasti ja napakasti, olkahihnojen lisäksi tarvitaan sekä rinta- että lantiovyöt. Hyvä reppu on rakenteeltaan niin kapea, että se ei ota ahtaissa paikoissa kiinni vuoren seinämää. Juomapulloille tarvitaan käyttökelpoiset säi-

lytystaskut repun ulkopuolella. On eduksi, jos pullon saa käteensä reppua erikseen riisumatta. Reppuun voi sijoittaa myös erityisen juomasäiliön, josta johdetun letkun kautta juomaa on helppo imaista silloin, kun tarvetta tuntuu olevan. Sadesuoja on välttämättömyys, vaikka repussa olisi vedenpitäviäkin lokeroita. Yllättävän, rankan sateen jäljiltä on ikävä kuivatella seteleitään, ajokorttiaan, muistivihkojaan ja kastuneita vaihtovaatteita.

Repussa on hyvä olla mukana myös otsalamppu sekä linkkuveitsi. Mukava, joskaan ei välttämätön varuste on rannekello-tyyppinen urheilutietokone. Se tietenkin ranteeseen, eikä reppuun. Tämän kappineen käyttökelpoisin ominaisuus, ajan mittaamisen lisäksi, on mielestäni korkeusmittari. Mittarin avulla on helpointa arvioida vaikkapa sijaintiaan sekä jäljellä olevaa tai-valta, koska oma korkeusasema on aina tiedossa. Oma Suunto Vectorini on palvellut tässä tarkoituksessa luotettavasti jo yli 20 vuotta. Nykypäivänä tarjolla olevat välineet omaavat lukuisia erikoisominaisuuksia. Korkeutta ne mittaavat satelliittien avulla, kun vanhemmat mallit käyttivät sen mittaukseen ilmanpainetta. Innokkaimmat harrastajat voivat vaelluksen jälkeen tutkia laitteensa lokikirjaa, tai vaikkapa kerrata kuljettua reittiä sen varrelta otettujen videoiden tai valokuvien avulla.

Vaellussauvat

Vaellussauvat ovat hyödylliset sekä nousuissa että laskuissa. Teleskooppiiset sauvat on helppo säätää sopivan mittaisiksi. Ylösmäntäessä sauvat pidetään lyhempinä, alas tultaessa ne säädetään rinteen kaltevuutta vastaavasti pidemmiksi. Etenkin laskeuduttaessa pystyy sauvojen avulla säästämään polviaan, kun osa rasituksesta siirtyy sauvojen kautta ylävartaloon. Saatavissa on

myös sauvoja, joissa on erikoisuutena lyhyt joustovara, eräänlainen ”iskunvaimennin”, joka pehmentää sauvan maakontaktia. Sauvoissa kannattaa pitää sommat lumikenttien varalta. Sommat sauvat ovat vahvoilla lumikentillä käyttökelvottomat.

Ihon suojaaminen

Itävallassa aurinko nousee huomattavasti korkeammalle kuin kotona Suomessa. Ihon suojaaminen auringolta on ehdottoman tärkeä toimenpide jo oman terveyden takia. Omakohtainen testi syntyy helposti sitä erikseen haluamatta. Jos vaikkapa kasvoihin jää aurinkovoiteella voitelematon kohta, sen iho palaa aurinkoisella säällä takuuvarmasti. Paikallisissa apteekeissa neuvotaan aurinkosuojan kertoimeksi yleensä 50+. Voidetta on muistettava lisätä iholle useita kertoja päivässä. Myös huulet tulee aurinkosuojata sopivalla voiteella.

Ensiaputarvikkeet

Repussa on hyvä pitää mukana pientä ensiapuvarustusta. Keinoiho jalan hiertymille, laastareita, pienet sakset, polvien tai venaähdysten varalle erilaisia tukisiteitä, erillinen polvituki, linimentti lihaskipuihin sekä särkylääke tuovat turvaa. Omilla vaelluksilla useimmin on tarvittu linimenttiä sekä polvitukea.

Tarvittaessa vuokrattavia varusteita

Mikäli vaellusohjelmaan sisältyy vaativia reittejä, on niillä tarvittavia erikoisvarusteita mahdollista vuokrata paikan päältä. Jos näillä retkillä käyttää vuoristo-opasta, mikä tavalliselle vaeltajalle

on suositeltavaa, saa oppaalta käyttöönsä reitillä tarvittavat erikoisvarusteet ja ohjeet niiden käyttöön. Tavallisin lisävaruste lie-
nee vaellusjalkineisiin kiinnitettävät jääraudat, joiden avulla lu-
mettomalla jäätiköllä kulkeminen on helpompaa. Jäätiköllä, eten-
kin jos siinä on jyrkkyyttä, saatetaan tarvita jäähakkua. Turvaval-
jaat ovat tarpeen, mikäli reitillä on kohtia, joissa pitää kiinnittyä
turvaköyteen tai -vaijeriin. Esimerkiksi jäätiköillä liikuttaessa
vaeltajat kytkeytyvät yhteiseen turvaköyteen. Mikäli joku köysis-
tössä kulkeva tippuisi jään alla väijyvään railoon, muut vaeltajat
turvaavat, ettei putoamisesta tule kohtalokasta.

Kypärää tai muita kiipeilyyn liittyviä varusteita ei tavallinen
vaeltaja yleensä tarvitse. Nekin on saatavissa oppaalta, mikäli tar-
vetta eteen tulee.

Kaikkia tarvittavia erikoisvarusteita olisi hankala kuljettaa ko-
timaasta vaelluskohteelle. Matkalaukkujen vetävyys ja etenkin
paino tulevat nopeasti vastaan, varsinkin jos osa matkasta teh-
dään lentäen. Jo normaaleilla varusteilla lennoilla liikutaan
useimmiten aivan sallitun painon ylärajassa. Toki rahalla saa os-
taa sekä lisää painoa että laukkuja, mikäli ehdottomasti haluaa
olla omavarainen kaiken varustuksen suhteen.

Vaelluskartta

Ennen vaellusreitille lähtöä tulee hankkia paikkakunnan vaellus-
kartta. Sen voi yrittää tilata etukäteen alueen matkailutoimistosta
tai ostaa paikan päältä matkailutoimistosta, urheilukaupoista tai
tavallisista ruokakaupoista. Hyvään vaelluskarttaan on merkitty
kaikki seudulla käytössä olevat vaellusreitit. Reittien vaikeusaste
on kartoista luettavissa, samoin niihin on merkitty erityisen haas-
tavat maaston kohdat, esimerkiksi polulla olevat jyrkät portaat.

Oletko kiinnostunut vaeltamisesta? Tunnetko epävarmuutta kuntosi riittävydestä vuoristopoluilla? Huippuhetkiä - Vaelluksia Itävallan Alpeilla sisältää vaelluksen perustietoa tavallisen ihmisen näkökulmasta katsottuna. Kirjassa kerrotaan muutamista omakohtaisista huippuhetkistä, suurimpana nousu Itävallan korkeimmalle vuorelle, Grossglocknerille. Kirjaan sisältyy kuuden erilaisen alppikylän parhaiden vaellusreittien kuvaukset. Niistä selviää reitin patikointiin tarvittava aika, sen varrella sijaitsevat vaeltajaa palvelevat vuoristomajat, reitin vaikeusaste sekä paljon muuta tietoa.



BoDTM
BOOKS on DEMAND

www.bod.fi