



„Die Verhältnisse bestimmen das Ziel.“

Der 27-jährige Lukas Ruetz hat sich längst den Ruf eines Skitourenexperten erarbeitet. Dabei interessieren den Sellrainer statt Geschwindigkeitsrekorde eher neugierige Blicke auf seine Heimat – und natürlich die aktuelle Schnee- und Lawinensituation.

Die Kälber stehen in der hintersten Ecke der Weide und müssen in den Stall. Klappt in der Regel gut, doch diesmal haben sie keine Lust – kurz vor dem Eingang büxt immer wieder eines aus und das Spiel beginnt von vorne. So dauert es, bis alle Tiere verräumt und die Kühe gemolken sind. Erst danach hat Lukas Ruetz Zeit für das Interview in der Stube des Gasthofs, den seine Eltern neben ihrer kleinen Landwirtschaft betreiben.

Dein Vater stand bereits auf zwei Achtausendern und du lebst mitten im Skitourenparadies Sellrain. Dennoch hast du deine erste Skitour erst im Alter von 15 Jahren unternommen, warum?

„Ich war früher ein eher unsportliches Kind, das nur widerwillig mit den Eltern in die Berge ging. Nachdem ich allerdings Fotos von meinem Vater und seinen Touren angeschaut hatte, wollte ich das auch. Und jetzt gehe ich wahnsinnig gerne in die Berge. Allerdings bin ich sehr winterlastig, denn im Sommer arbeite ich

Stefan Herbke

INTERVIEW & FOTOS

Der begeisterte Skitourengeher liest immer wieder interessiert den Blog von Lukas Ruetz. Spannend sind neben den aktuellen Berichten zur Schneelage vor allem die Themen zu den Sellrainer Bergen, Blockgletscher, Bergnamen oder die Entwicklung der Gletscher.

in unserer Landwirtschaft – und mit der Stall- und Feldarbeit ist einfach wenig Zeit für die Berge. Im Winter bleibt nur die Stallarbeit, dann geht es oft vom Stall aus direkt auf Tour.

Was liebst du an den Sellrainer Bergen?

„Wir haben zehn Seitentäler und in jedem findest du zehn bis 20 Touren. Selbst wenn ich jeden Tag eine andere mache, gehen mir die Ziele nicht aus.

Außerdem steht bei uns im Sellrain nur ein Berg, der nicht mit Ski machbar ist, und das ist die Hohe Villerspitz. Klar sind viele Ziele extrem, aber du kannst mit entsprechendem Können alle mit Ski besteigen. Das sind rund 150 Gipfel, und ich glaube, das gibt es nicht so oft in den Alpen – wir haben einfach ein unglaublich schönes Tourengebiet ...

... das nicht nur bei Innsbruckern überaus beliebt ist – viele Gipfel sind Skitourenklassiker und entsprechend frequentiert.

„So schlimm ist es eigentlich gar nicht. Der Andrang konzentriert sich auf vielleicht zehn Touren – und die mache ich in der Regel nur, wenn es frisch geschneit hat. Alle anderen werden kaum begangen. Andererseits merke aber auch ich, dass es jedes Jahr mehr Tourengeher werden. Wenn ich die Erzählungen von meinem Vater hör', dass er unter der Woche am Rietzer Grieskogel um neun Uhr gestartet ist und dann noch Spuren musste, das gibt's heute nicht mehr.



↑ **Erst die Arbeit am heimischen Hof ...**
↗ **... dann das Vergnügen mit seinem Blog!**
→ **Stoff für seine Publikationen liefern die zahlreichen eigenen Touren.**

Was suchst und was findest du auf Tour?

» Heimat. Wenn du viel unterwegs bist, lernst du deine Heimat wahnsinnig gut kennen. Und dann genieße ich natürlich die Ruhe, die Zeit zum Nachdenken und die Freiheit. Während meiner Zeit an der Uni war es ganz schlimm: Die Hörsäle hatten keine Fenster, da kam ich mir regelrecht eingesperrt vor. Umso glücklicher war ich dann auf der nächsten Tour. Wenn ich allein auf einem Gipfel stehe, genieße ich das Freiheitsgefühl.

Bei deinen Touren sammelst du sicher auch viele Höhenmeter?

» Stimmt. Allein im Jahr 2015 haben sich die Höhenmeter meiner Touren auf 300.000 summiert: Mittlerweile habe ich sogar schon die Zwei-Millionen-Marke geknackt. Und im Jahr 2019 war ich in jedem Kalendermonat auf Skitour. Durchschnittlich komme ich auf weit über einhundert Skitouren pro Saison.

Entsprechend gut ist deine Kondition. Du wärst sicher auch bei Skitourenrennen ganz vorne dabei, oder?

» Ich mache keine Wettkämpfe, aber der Trainingsgedanke ist immer dabei. Wenn du im Frühjahr weite Sachen machen möchtest, dann ist das natürlich hilfreich. Du kannst halt keine 4000-Höhenmeter-Skitour gehen, wenn du im Winter nur zehnmal unterwegs warst. Natürlich geht es auch um Zeit und Höhenmeter. Aber eher unter dem Gesichtspunkt, dass ich weiß, wie weit ich gehen kann, wie weit mich meine Füße tragen. Es ist jedoch kein Zwang dahinter, wenn ich nicht mag, dann gehe ich auch nicht.

Im Grunde genommen bist du aber so oft wie möglich unterwegs. Woher nimmst du deine Motivation?

» Ich bin einfach gerne unterwegs. Momentan auch für den Muskelaufbau im rechten Oberschenkel nach meinem



Kreuzbandriss. Auch heute war die Wanderung wieder ein Traum: Den ganzen Abstieg lang habe ich Moos- und Preiselbeeren gegessen, bis ich Bauchweh hatte. Und so gibt es bei jeder Tour etwas, das ich genieße und über das ich mich freue. Mal ist es die Abfahrt, dann eher der Aufstieg, im Sommer mal der Gleitschirmflug und heute waren es eben die Beeren.

Mittlerweile bist du ein anerkannter Schneexperte, der regelmäßig über die aktuelle Schnee- und Lawinensituation schreibt und Vorträge hält.

» Anfangs habe ich mich mit dem Thema nur am Rand beschäftigt, ich wollte halt Skitouren gehen. Und dann fragte mich mein Klassenvorstand, der selbst begeisterter Tourengänger ist, ob ich nicht für die Geografie-Matura etwas über Lawinen schreiben will. Daraufhin habe ich angefangen, mich in die Thematik einzulesen – und dann hat es mich so interessiert, dass ich alle vorhandenen Beiträge dazu durchgearbeitet habe. Und jetzt halte ich praxisorientierte Vorträge, gebe für den Alpenverein Schneedeckenkurse, schreibe den Blog und bin auf Wunsch mit interessierten Tourengängern unterwegs, um Schneeprofile zu graben.

Das Feedback der Teilnehmer ist jedenfalls sehr positiv, oder?

» Vielleicht weil ich sehr praxisorientiert arbeite. Im Grunde ist das eine Nische. Denn die meisten Kurse und Vorträge sind von Profis – und damit sehr komplex. Als normaler Skitourengänger kann man damit wenig anfangen. Auf der anderen Seite gibt es Kurse von Bergführern, bei denen man hauptsächlich Lawinenunfallmanagement lernt – und meist weniger von der Lawinenprävention. Also ‚was macht man nach einem Lawinenabgang‘ statt ‚was macht man, damit man keine Lawinen auslöst‘.

Bücher über Lawinen gibt es reichlich – ein weiteres steht in Ausarbeitung. Was ist das Besondere an deinem Buch?

» Statt Statistiken oder Schneephysik geht es bei mir um den Menschen und wie er mit Lawinen umgehen kann. Ein Beispiel: Schneeprofile oder die Lawinengefahrenmuster sind für Anfänger komplett irrelevant und kommen daher bei mir erst ganz am Schluss. Für den Anfänger ist dagegen wichtig: ‚Wie lese ich den Gefahrenbericht und wie setze ich um, was dort steht‘. Viele wissen etwa gar nicht, was eine Höhenangabe zum

» Bei schlechtem Wetter bleibe ich lieber daheim und erledige die angefallene Arbeit. «

Altschneeproblem aussagt. Ein Lagebericht muss eine Situation möglichst objektiv beschreiben, aber du findest keine Aussage wie ‚Gehe nicht in Schattenhänge hinein‘. Ich möchte den Leuten erklären, wie man den Bericht am besten umsetzt, um mit möglichst geringem Risiko unterwegs ist.

Was findet man auf deinem Blog?

» Vor einigen Jahren habe ich angefangen, über meine Touren zu schreiben. Mittlerweile habe ich die Seite mit Gletschervergleichen und vielen Informationen zu den Sellrainer Bergen ausgebaut. Dazu gibt es einen aktuellen Schneereport für die Region Kühtai-Sellrain und das Schneegestöber als Kolumne über Schnee und Lawinen. Im Grunde ist der Blog wie ein persönliches Tourenbuch. Es ist ganz lässig, wenn du nach ein paar Monaten die alten Artikel mal durchschaust, das ist ganz was anderes, als die Fotos wie Karteileichen auf dem Computer verschwinden zu lassen.

Im Blog gewinnt man den Eindruck, dass du überwiegend allein unterwegs bist.

» Das hat in erster Linie mit der Zeiteinteilung zu tun. Unter der Woche finde ich kaum jemanden, der mitgehen kann. Andererseits gibt es aber auch nur wenige, die technisch und konditionell mithalten können. Außerdem mag ich die Einsamkeit im Sinne des Allein-



STECKBRIEF

Lukas Ruetz

Mein voller Name lautet ... Lukas Ruetz.

Geboren wurde ich ... 1993 in Innsbruck.

Gelernt habe ich ... Studium der Geografie und Biologie in Innsbruck, ansonsten habe ich mir alles autodidaktisch angeeignet.

Ich wohne in ... St. Sigmund im Sellrain.

Mit mir wohnt ... unsere Großfamilie aus vier Generationen.

Facebook-Fans habe ich ... 2686.

Mich unterstützen ... Fischer, Ortovox, Eska, Kohla, Salewa.

Meine Website lautet ... lukasruetz.at

Meine wichtigsten Erfolge:

▲ **Orient Express: Durchquerung der Stubai-er Alpen von West nach Ost (5860 Hm, 59 km) mit voller Standard-Skitourenausrüstung (kein Rennmaterial) in 17:13 Std.**

▲ **Sellrain Sinfonie: Durchquerung aller Sellrainer Seitentäler (5740 Hm, 58 km), mit voller Standard-Skitourenausrüstung in 15:50 Std.**

▲ **Besteigung des Aconcagua (6962 m) im Winter: an einem Tag vom Basecamp hin und zurück sowie Erstbefahrung der Nordwand Tres Gemelos (5220 m, bis 50 Grad) im Aconcagua-Gebiet.**

▲ **Dutzende Erstbefahrungen von Rinnen und Steilwänden in den Stubai-er Alpen sowie eintägige Skidurchquerungen mit über 4000 Höhenmetern.**

▲ **Stubai-er Höhenweg (6040 Hm, 73 km) autark in 21:39 Std.**

▲ **Berliner Höhenweg (6890 Hm, 85 km) autark in 28:35 Std.**

▲ **Sellrainer Hüttenrunde (4760 Hm, 52 km) autark in 13:28 Std.**



↑ Lukas unterwegs in seinem Heimatgebiet – dem Sellrain.

seins. Aber ich fühle mich nicht einsam! Es taugt mir einfach, allein unterwegs zu sein. Abgesehen davon bin ich ein ziemlicher Schönwettergeher, bei schlechtem Wetter bleibe ich lieber daheim und erlebte die angefallene Arbeit.

Was sind denn deine Lieblingstouren?

» Den Zwieselbacher Rosskogel gehe ich extrem oft im Winter – mittlerweile war ich 115 Mal oben. Im Frühjahr bin ich gerne am Gleirscher Fernerkogel, der ist zwar extrem lang und beim Anstieg durch das Gleirschtal sehr flach, aber hinten ist es interessant, weil der Anstieg zum Schluss schön steil ist – und weil man dort meistens allein ist. Skifahrerisch und landschaftlich steht für mich der Lisener Fernerkogel an erster Stelle. Der Berg sieht aus wie das Matterhorn

Nordtirols, man hat einen super Ausblick auf die Stubai Gletscherwelt, die „Mauer“ ist einfach skifahrerisch wunderschön, der Blockgrat vom Skidepot aus rundet die Tour ab und am Schluss steht man auf einem der höchsten Gipfel der Sellrainer Berge.

Und welche Touren empfiehlst du den ALPIN-Lesern?

» Ich bin zu hundert Prozent verhältnisorientiert unterwegs. Wenn die Verhältnisse im Frühjahr passen, empfehle ich neben der mittlerweile recht beliebten Kraspesrunde die Schneetalrunde vom Pirchkogel zum Kreuzjoch. Für mich einer der Höhepunkte unserer Skitouren. ▲

ALPIN INFO & TOUREN

LUKAS' LIEBLINGE

Der gebürtige Sellrainer aus St. Sigmund liebt Skitouren und den Winter. Mittlerweile ist der Blogger nicht nur anerkannter Experte, sondern auch Buchautor. Im Schnitt ist Lukas aber immer noch pro Saison über 100 Mal auf Skitour unterwegs. ALPIN verrät er die lohnendsten und schönsten Ziele seiner Sellrainer Hausberge.

1 Kraspesspitze, 2953 m – Kraspesrunde

Skitour, schwer

5 Std. 1230 Hm 1540 Hm

Immer wieder neue Perspektiven bietet die Kraspesrunde mit Start in Kühtai und Zieleinlauf in Haggen – eine abwechslungsreiche Tour zwischen Sulzkogel und Zwieselbacher Roßkogel.

BESTE ZEIT März bis April.

TALORT Kühtai, 2016 m.

AUSGANGSPUNKT Kühtai, Parkplätze bei der Talstation der Dreiseisenbahn, 1950 m.

→ **TOURENKARTE 14**

2 Pirchkogel, 2828 m – Schneetalrunde

Skitour, mittel

5 ¼ Std. 1100 Hm 1670 Hm

Auf der Schneetalrunde lernt man den Pirchkogel von einer ganz neuen Seite kennen. Voraussetzung für diese spannende Tour sind aber absolut sichere Schneeverhältnisse.

BESTE ZEIT März bis April.

TALORT Kühtai, 2016 m.

AUSGANGSPUNKT Kühtai bzw. Bergstation der Kaiserbahn (2445 m, Tickets für Einzelfahrt erhältlich).

→ **TOURENKARTE 15**



Bewegtbildmaterial zu Lukas Ruetz finden Sie unter alpin.de/ruetz



WEITERE INFOS AUF DEN TOURENKARTEN AB S. 58