

# Vom eigenen Schatten überholt

Nachtskifahren in **Crans-Montana** – und noch viel mehr

*Crans-Montana ist klassischer Wintersport: die Ortschaften auf dem Hochplateau von Bausünden entstell, das Skigebiet weitläufig und von überwältigender Schönheit.*

Nein, ein wirklich gutes Gewissen hat man nicht. Die Nacht ist klar und klirrend kalt, die Piste in weisses Flutlicht getaucht, dazwischen schwarze Löcher, in denen man mehr ahndet als sehend zu Tal brettert. Weit unten leuchten die Lichter von Crans und Montana.

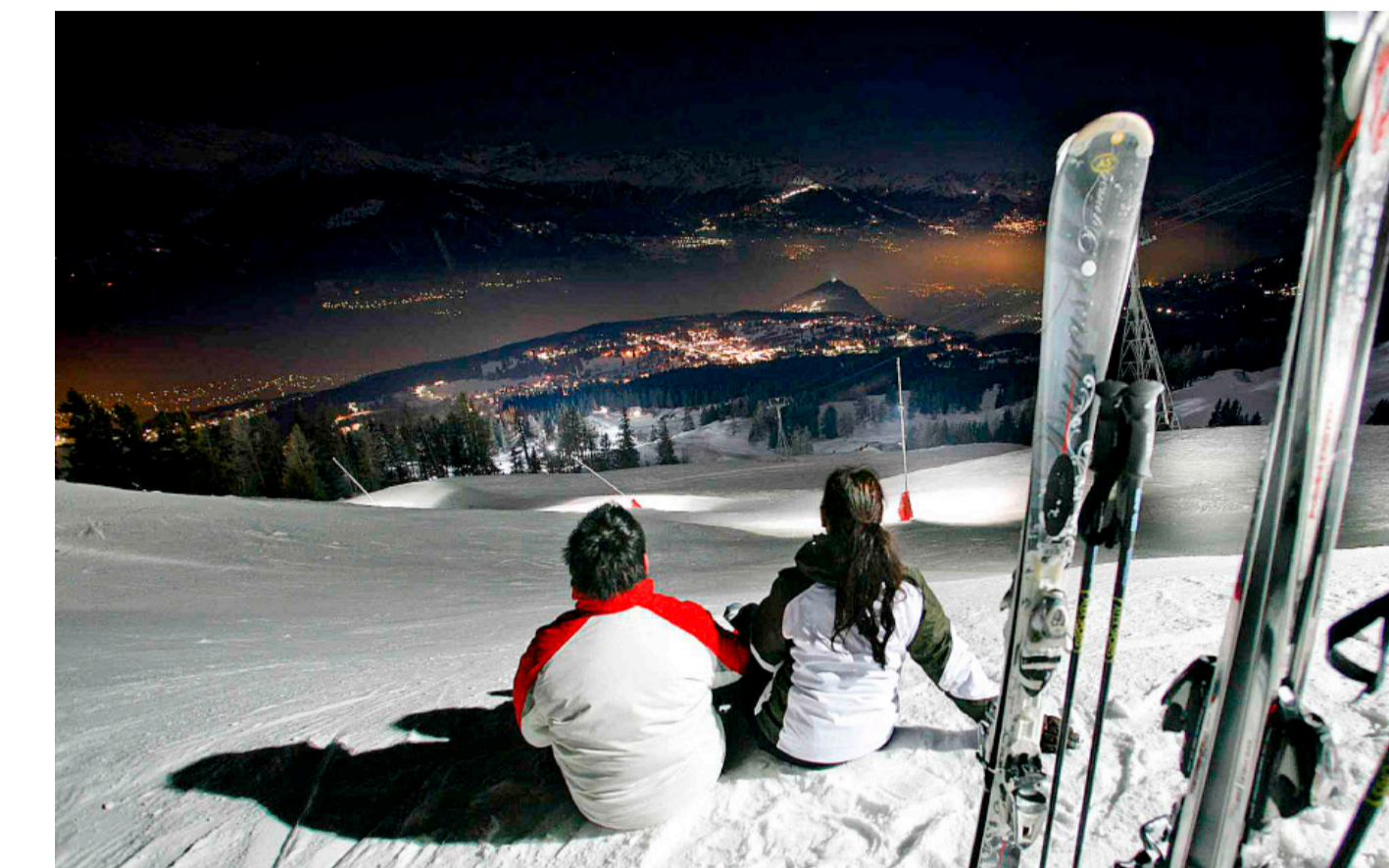
Jeden Freitag wird dieses Spektakel geboten: Man fährt in der Dunkelheit mit der Gondel zum Cry d'Er auf 2300 m ü. M. hoch und stürzt sich auf Skiern oder Snowboards in die Tiefe, wird, je nach Position der Flutlampen, von seinem Schatten in rasendem Tempo überholt – und fragt sich stets, wie viel Strom wohl vernichtet wird, um Skifahren und Snöbern das nächtliche Vergnügen zu ermöglichen.

Gesteigert werden kann das Erlebnis noch, indem man sich ein spätes Essen im Bergrestaurant «Arnouva» genehmigt und danach, wenn die Flutlichter erloschen sind, eine Abfahrt hinunter nach Montana wagt, mit den Stöcken in der linken und einer brennenden Fackel in der rechten Hand.

## 140 Kilometer Pisten

Mit 140 Kilometern Piste erfüllt das Skigebiet natürlich auch am Tag alle Wünsche. «Darüber hinaus schauen», riet ein Einheimischer auf die Frage, wie er die Bausünden vergangener Epochen, die riesigen Pseudo-Chalets und mit alpinem Kitsch verbrämten Allerwelts-Wohnblocks aushalte. Hier, auf den Pisten, gelingt das ideal: Stets hat man die überwältigende Aussicht auf die Berner und Walliser Alpenkämme vor Augen.

Ob man nun von Barzettes-Violettes zum Gletscher der Plaine Morte auf 3000 Meter hochfährt, von Aminona zum Petit Bonvin (2400 m ü. M.) oder von Crans oder Montana zur Bella Lui (2540 m ü. M.): Die Auswahl an Pisten, die meisten von ihnen im mittleren Schwierigkeitsgrad, ist unerschöpflich. Besonders Mutige können sich auf der Piste Nationale



Nachtskifahren im Flutlicht weit oberhalb von Crans-Montana und dem Rhonetal.

BILDER: COPYRIGHT CRANS-MONTANA TOURISME

wie Rennfahrer fühlen: Sie ist bereits für die Europacup-Rennen von Anfang März präpariert und pickelhart.

Ermattete finden am Pistenrand kleine Alphütten, vor denen sympathische junge Menschen Glühwein ausschenken und Raclette zubereiten, und wo man sich bequem auf Liegestühle fläzen kann.

Da der Mensch nicht von Skifahren allein lebt und die Wintersportorte schon längst nicht mehr nur von den Skifahrern, bietet Crans-Montana für jeden etwas: einen Golfplatz, ein Casino, 50 Restaurants, Nachtclubs, schicke und teure Modeboutiquen, ein paar Privatbanken, ein Musikfestival, ein Treffen von Heissluftballons.

Und man will sich mehr um Familien mit Kindern kümmern, nicht mehr nur um Prominente wie Alain Delon oder Roger Moore: Kinderbetreuung wird angeboten; Schlitteln, Eislaufen, Schneewandern und andere «sanfte» Sportarten werden propagiert. (akv)



Die pickelhart präparierte **Piste Nationale** – und immer das Alpenpanorama vor Augen.

## CRANS-MONTANA

### Crans-Montana

Die Station Crans-Montana, einst vor allem für ihre Sanatorien bekannt, erstreckt sich über sechs politische Gemeinden. Sie liegt auf einem ausgedehnten, nach Süden ausgerichteten Hochplateau über dem Rhonetal. Die jährliche Sonnenscheindauer übertrifft fast alle Schweizer Orte.

- Infos und Hotelbuchung: Crans-Montana Tourisme, Tel. 027 485 04 04 [www.crans-montana.ch](http://www.crans-montana.ch), [information@crans-montana.ch](mailto:information@crans-montana.ch)
- Hier kann man auch das Veranstaltungsprogramm bestellen.

### Anreise

- Mit dem Zug durch den Lötschberg nach Visp, weiter nach Siders, von dort mit der Seilbahn nach Montana, alternativ auch mit dem Postauto.
- Mit dem Auto per Autoverlad durch Furka oder Lötschberg oder via Montreux-Martigny-Sitten.

### Unterkunft

Von der Ferienwohnung über einfaches Bed and Breakfast (ab ca. Fr. 50.– pro Nacht und Person) bis zu edelsten Fünfsternehäusern ist alles zu finden. Das neueste Luxus-hotel, soeben eröffnet, «Le Crans Hôtel & Spa» oberhalb von Plans-Mayens, gehört zu den Leading Small Hotels of the World.

### Verpflegung

- An den Pisten: sympathische «Cabanes» (Alphütten), z. B. Cabane des Taules oberhalb von La Barmaz, einfachere Restaurants wie das «Arnouva» beim Signal hinauf zum Cry d'Er oberhalb von Montana, aber auch Gourmetrestaurants wie das «Violettes» an der gleichnamigen Zwischenstation zur Plaine Morte.
- Im Ort: Im «Dent-Blanche» in Plans-Mayens gibt es typische Walliser Gerichte; James Bond gehört zu den Stammgästen. In der «Hostellerie du Pas de l'Ours» wird Marktküche auf hohem Niveau geboten. Auch im Casino wird hervorragend gekocht. (Eintritt ab 18 Jahren, Identitätskarte nicht vergessen!)

[i] EINLADUNG Dieser Beitrag kam nach einer Einladung von Crans-Montana Tourisme zustande.

# Beim Bauern in der Hütte übernachten

Das Angebot für **umweltbewusste Touristen** wird immer grösser und vielfältiger

*Urlaub am Meer, exotische Kulturen, Shopping in fremden Metropolen – alles geht und wird immer billiger. Die Folgen für die Umwelt und für die «Bereisten» jedoch sind oft unerfreulich.*

ROBERT B. FISHMAN

Die Schweizerinnen und Schweizer reisen gerne und oft in die Ferne. Die Folge: Dauerstau am Himmel und in den Ferienorten, negative Auswirkungen auf die Umwelt und oft auch auf die «bereisten» Menschen. Vielerorts wird das Wasser für die Einheimischen knapp; Lebensmittel werden unerschwinglich teuer. Ganze Kulturen verschwinden unter den Hotelanlagen ebenso wie die Vielfalt der einheimischen Wirtschaft.

## Hindi in Varanasi

Für Leute, die bewusst, umwelt- und sozialverträglich reisen wollen, gibt es inzwischen eine Reihe spezialisierter Anbieter. Nehmen wir als Beispiel Insight-Reisen aus Zürich. Sie bieten zum Beispiel Reisen

nach Indien an. In der heiligen Stadt Varanasi lernen die Reisenden während dreier Wochen die indische Kultur kennen: Religion, Feste, Traditionen. Eine Frau führt die Gäste in die Geheimnisse der indischen Küche ein, ein Professor der örtlichen Hochschule erklärt den Glauben und eine Lehrerin bietet einen Grundkurs in der Landessprache Hindi an. An einem Thementag beschäftigen sich die Besucher mit dem Islam in Indien.

Mit solchen Angeboten wollen alternative Anbieter den Ansprüchen an einen «nachhaltigen Tourismus» genügen. Mehr als 150 von ihnen, darunter sechs Schweizer, haben sich zum Forum anders reisen für die Einheimischen geschlossen. In einem Kriterienkatalog haben sie ihre Ziele festgelegt:

- Kurzstreckenflüge über weniger als 700 Kilometer Entfernung sind wegen der Folgen fürs Klima ausgeschlossen.
- Reisen in ferne Ländern dauern mindestens zwei, besser noch drei Wochen, um das Verhältnis zwischen Flugstrecke und Aufenthaltsdauer zu verbessern.

Dahinter steht der Wunsch, dass die Touristen lieber seltener verrei-

sen und dafür länger am Zielort bleiben. Dann können die Veranstalter auf die meisten Inlandsflüge im Reiseland verzichten und ihre Kunden stattdessen mit Bussen, Bahnen, Schiffen und anderen öffentlichen Verkehrsmitteln durch das Reiseland bringen.

Die Gäste wohnen in kleinen, landestypisch gestalteten Hotels und Pensionen, die Einheimischen gehören. Diese sollen möglichst umweltschonend wirtschaften, indem sie zum Beispiel in der Umgebung erzeugte, frische Lebensmittel servieren. Die Urlauber bekommen so direkten Einblick in den Alltag und das Geld, das sie ausgeben, bleibt im Land.

## Reiten in der Mongolei

Dass umweltverträglicher Tourismus nicht unbedingt Verzicht und Langeweile bedeuten, zeigen Angebote wie Walbeobachtungen im Atlantik, Radtouren durch Kirgisien oder mit einem einheimischen Künstler durch New York, Reiterwanderungen durch die mongolische Steppe, Kulturcamps mit kanadischen Indianern oder Entdeckungsreisen durch den Regenwald in Costa Rica.

Organisationen für Entwicklungszusammenarbeit wie die deutsche gtz (Gesellschaft für technische Zusammenarbeit) helfen abgelegenen Dorfgemeinschaften in Afrika, Indochina und Südamerika auf dem Weg in den sanften Tourismus. Wer es ins westafrikanische Benin ohne Reiseveranstalter schafft, darf bei Voodoo-Zeremonien mitmachen, bei den Bauern in ihren Hütten schlafen und sich die Löwen, Leoparden, Hyänen und Elefanten des Pendjari-Nationalparks zeigen lassen. Im Westen Ecuadors nehmen Indianer Touristen mit in den tropischen Regenwald und auf die Jagd und lassen sie am Dorfleben teilhaben.

Hinter alledem steckt die Erkenntnis, dass die Menschen nur dann die Natur schützen und ihre Kulturen bewahren, wenn sie damit ihren Lebensunterhalt verdienen können.

## Winterwandern in Graubünden

Auch in Europa entdecken immer mehr Hoteliers und Tourismusmanager die sanfte Welle. Kaum eine Herberge kommt mehr ohne Wellnesslandschaft aus. Die Schweiz hat mit dem Steinbock des

Vereins Ö+ eines der strengsten Umweltlabels für Hotels.

Winterwanderungen auf inzwischen gespurten historischen Schweizer Handelswegen wie der Senda Sursilvana oder der Grande Traversata delli Alpi in Italien bietet der kleine deutsche Veranstalter Tra Cultura e Natura (TCEN) an.

Inhaber Gerhard Fitzthum (der auch des öfteren für die «Bund»-Reiseseiten arbeitet), verspricht unterwegs viele Begegnungen mit Einheimischen, etwa in Bündner Dörfern, wo noch jeder zweite von der Landwirtschaft lebt und die Alltagssprache rätoromanisch geblieben ist. Man wohnt in kleinen Privatquartieren und erfährt viel über die Geschichte der alten Handelswege und Saumpfade, auf denen man wandert.

Trotz der Wirtschaftskrise haben die Mitglieder des Forums anders reisen ihren Umsatz 2008 um 20 Prozent auf rund 140 Millionen Euro gesteigert. Gefragt sei vor allem «Qualität». Die Chefs der kleinen Veranstalter mit drei bis vier Beschäftigten kennen ihre Reisen und «wissen, was sie verkaufen», verspricht Forum-Geschäftsführer Rolf Pfeifer.

## ÖKO-REISEN

### Reisen – einmal anders

- Messe in München (26. Feb. – 2. März) für umwelt- und sozialverträgliches Reisen mit 250 Anbietern: [www.reisepavillon-online.de](http://www.reisepavillon-online.de)
- Arbeitskreis Ökologisches Reisen hat ein Verzeichnis von Bio-Bauernhöfen in ganz Europa zusammengestellt, die Ferienquartiere – zum Teil mit Sport- und Freizeitprogrammen – anbieten: [www.oekoreisen.de](http://www.oekoreisen.de)
- Hotels, Pensionen, Tourismusorte und -regionen sowie Campingplätze aus ganz Deutschland bieten ihre auf Umweltverträglichkeit geprüften Leistungen auf dieser Internetplattform an: [www.viabono.de](http://www.viabono.de)
- Zertifizierte Öko-Hotels: [www.yourvisit.info](http://www.yourvisit.info)
- Infos über Öko-Anbieter in Europa: [www.vertraeglich-reisen.de](http://www.vertraeglich-reisen.de)