

MÄRZ - APRIL 2026

257 | DIE WELT DES GLEITSCHIRM- UND DRACHENFLIEGENS

DHJV magazin

Ausbildung
DHV-Tutorials:
grundlegende
Steuertechniken

Sicherheit
Interview mit
Vize-Weltmeister
HG Markus Baisch
zu mentaler Stärke

Abenteuer
Biwakfliegen in
Lapland

INHALT

257 | MÄRZ - APRIL 2026

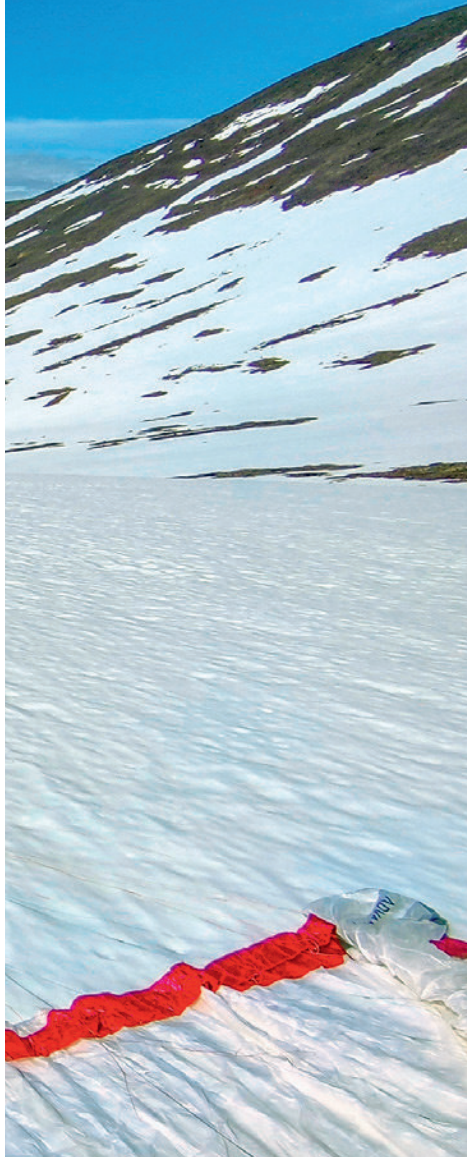


Foto: Pascal Purin in Bassano
Pilot: Mike Küng

Unser Titelpapier
ist komplett recycelbar

Fluggebiete - Reisen - Abenteuer - Events

- 6 Indonesien – von Insel zu Insel mit dem Gleitschirm
- 12 Hochalpenkopf in den Pragser Dolomiten
- 16 Spitzbühl – ein Geheimtipp für Gleitschirmflieger
- 34 Guatemala – das Land der Vulkane und Seen
- 38 Biwakfliegen in Lappland

Sicherheit - Ausbildung - Luftraum - Natur

- 20 DHV-Tutorials: grundlegende Steuertechniken
- 24 Interview mit Vize-Weltmeister HG Markus Baisch zu mentaler Stärke
- 32 Gesund unterrichten – sicher fliegen
- 74 Windenschlepp – warum eigentlich

Aerodynamik - Flugtechnik - Gerätetechnik

- 52 Strömungsabriss – theoretische Grundlagen
- 84 Flugplanung mit Big Data

Verband

- 44 Jugend- unterwegs in den Vogesen und am Lijak
- 46 Frauen im Flugsport – DHV-Umfrage
- 50 Zurück zur Leichtigkeit beim Drachenfliegen
- 68 Netzwerk für Schlepptermine
- 76 Vereine Briefe
- 88 Sportlertag – XC-Meister, Szene-Treffen, Vortrag

Meteo

- 70 Der Einfluss des Wassers auf den Klimawandel

Wettbewerbe

- 96 Meldungen

Standards

- 60 Neues aus der Geschäftsstelle
- 62 Shop
- 63 Wichtig-Neu-Kurz
- 65 Musterprüfungen
- 97 Schaufenster
- 99 Versicherungen



88 | Vortrag Sportlertag



Doubleskin, Doubleskin 2
und Bantam am Startplatz

Ein Panoramaberg am Rande der Dolomiten

TEXT UND FOTOS: MANUEL REGNER, GUNDO ZIERES, NORBERT WALDER

Der Hochalpenkopf liegt in den Pragser Dolomiten und bietet sich für eine schöne Frühlings- oder Herbstwanderung mit anschließendem Flug an. In den Saisonmonaten Juli, August und Anfang September ist das Gebiet von Touristen überlaufen. Um die Natur im Naturpark Fanes-Sennes-Prags zu schonen, wurde ein Verkehrskonzept entwickelt, die Besucherzahl ist limitiert. Im Juni und ab Mitte September ist es hier aber recht ruhig. Auch wenn rings um den Pragser Wildsee noch Trubel herrschen sollte, genießt man auf dem einsamen Hochalpenkopf die erholsame Stille der Berge. Der Hochalpenkopf steht im Schatten seines wuchtigen Nachbarn, des 2.810 m hohen Seekofel. Obwohl man vom Gipfelkreuz nicht senk-

recht auf den Pragser Wildsee hinabblicken kann, bietet der Gipfel des Hochalpenkopf in den Pragser Dolomiten eine herrliche Panoramaaussicht. Der Weg dorthin verspricht Abwechslung zwischen Erholung und Anstrengung sowie zwischen Almfeeling und mittelschwerer Bergtour. Einzuplanen sind etwa 3 – 4 Stunden Gehzeit.

Wir starten in Sillian und fahren über die Grenze nach Südtirol Richtung Toblach und Bruneck. In Fliegerkreisen ist der ebenfalls in dieser Richtung liegende Kronplatz ein Begriff. Hinter Toblach passieren wir noch Niederdorf und verlassen dann das Pustertal, da wir der Ausschilderung zum Pragser Wildsee in das Pragsertal folgen. Hier parken wir und beginnen unsere Hike & Fly Tour auf den Hochalpenkopf (2.542 m), direkt hinter dem geschichtsträchtigen Hotel

Prager Wildsee, indem wir uns an der Wegmarkierung Nr. 20 über den breiten Forstweg orientieren.

Der Prager Wildsee – Die Perle der Dolomiten

In einem wildromantischen Felsenkessel eingezwängt und vom majestätischen Seekofel überragt, gilt der Prager Wildsee als schönster See der Dolomiten, der durch sein tiefblaues, leicht smaragdgrünes Wasser und die idyllische Lage besticht. Er ist Teil des Naturparks Fanes-Sennes-Prags und ein geschütztes Naturdenkmal. Die „Perle der Dolomiten“ entstand vor langer Zeit durch einen Murenabgang und liegt auf fast 1.500 m Meereshöhe. In der Sagenwelt spielt der See eine wichtige Rolle, denn mit einem Boot konnte man angeblich das unterirdische Reich der Fanes erreichen. Das Tor zur Unterwelt befand sich am Süden des Sees, wo sich heute der imposante Seekofel erhebt.

Die mystische Königin des Fanes-Volkes soll in den Tiefen des Wassers ruhen, bereit, zurückzukehren, wenn ihr Volk sie braucht. Scheinbar ist das heute jedoch nicht der Fall, es ist alles ruhig am See und wir können unbesorgt den Anstieg zum Hochalpenkopf beginnen.

Vom See zum Gipfel - der Aufstieg beginnt

Unsere Tour besitzt mit der Kaserhütte, der Prager Furkel und dem Gipfelkreuz drei Zwischenziele, wenn der Startplatz für uns das Ziel darstellt. Für jeden der drei Abschnitte beträgt die Gehzeit etwa 60 – 80 Minuten, abhängig von der Geländegängigkeit der Piloten.

Hinter dem Hotel beginnt eine kleine Forststraße, die direkt zu einem Bauernhof, dem Riedlhof, führt. Der Wegweiser ist mit der Nr. 20 Hochalpenkopf beschriftet und nicht zu verfehlen. Rechts von uns stechen die weitläufigen grünen Wiesen ins Auge, wo wir uns später einen Landeplatz aussuchen können. Wir, das sind heute Manuel, Norbert und Gundo. Während Manuel und Norbert auch beruflich mit Gleitschirmen zu tun haben, ist Gundo reiner Hobby-pilot. Alle drei verbindet die Leidenschaft für das Fliegen und Bergwandern.

Kurz vor dem Riedlhof zweigen wir links ab, wiederum der Wegmarkierung Nr. 20 folgend. Wir können auswählen, ob wir die Forststraße bis zur Kaserhütte nehmen, oder den direkteren Weg entlang des Flussbettes. Wir entscheiden uns für den direkteren Weg. Von diesem zweigt alsbald der Weg Nr. 61 in Richtung Kasern ab. Die Markierung Nr. 61 fortan beibehaltend, geht es für uns im steten Anstieg weiter, bis wir den Wald verlassen und auf der Alm die Kaserhütte vor uns erblicken.

Möchte man hier einkehren, sind bei der neugebauten Kaserhütte die Öffnungszeiten zu beachten. Während der Rast können wir bereits auf einen Teil des Prager Wildsees hinabblicken, bevor der zweite Abschnitt beginnt.

Ausgeschildert ist der Weg Nr. 61 zur Prager Furkel und zum Hochalpenkopf. Jetzt erwartet uns das steilste Wegstück der Tour hinauf zur Prager Furkel.

Der Steig windet sich im serpentinenförmigen Anstieg die steilen, von Latschenkiefern, Grasflächen und Felspassagen durchzogenen Abhänge zur Prager Furkel empor.

Zu unseren Füßen schimmert alsbald der Prager Wildsee, während uns zunehmend auch die bleichen Dolomitenberge in ihren Bann ziehen.



Das letzte Wegstück zum Gipfelkreuz



Norbert am Gipfelkreuz



Gipfelblick



Blick zurück zur Pragser Furkel



Flug über den Pragser Wildsee



Pragser Wildsee mit Seekofel

Sobald wir die Steinmauer erblicken, ist der sehr steile und schweißtreibende Aufstieg geschafft. Am Sattel angekommen, haben wir den schwierigsten Teil bereits gemeistert.

Die Pragser Furkel zielt eine endlos lang erscheinende, von Hirten errichtete Steinmauer, die an die Chinesische Mauer erinnert, aber bei weitem nicht so hoch und natürlich auch nicht so lang ist. Dem felsigen Aufstieg folgt jetzt grünes Almwiesenwandern. Dieser dritte Abschnitt führt uns mit der Wegmarkierung Hochalpenkopf in Richtung des Gipfels. Der schmale Pfad schlängelt sich durch die nunmehr sanften Bergwiesen und geht dabei alsbald in den Weg Nr. 61 A über.

Auf dem Weg zum Gipfel kommen wir an möglichen grasbewachsenen Startplätzen vorbei.

Von weitem sehen wir bereits das Gipfelkreuz vom Hochalpenkopf, das in der Sonne glänzt. Das letzte Stück zum Gipfel hin wird nochmals etwas felsiger, dann haben wir unser letztes Zwischenziel erreicht, den Hochalpenkopf (ital. Cima dei Colli Alti), auch kurz „Zwölfer“ genannt.

Die beeindruckende Fernsicht ist über den ersten QR-Code als Video miterlebbar. Sie reicht von den Ahrntaler Bergen über die Riesenfernergruppe bis hin zu den Dolomiten mit der Dreifingerspitze, dem Piz da Peres, dem Peitlerkofel, der Rotwand und dem Seekofel. Auch Teile der Drei Zinnen sind bei guter Sicht ebenso zu erkennen wie die Zillertaler Alpen, der Großvenediger, die Bergwelt der Hohen Tauern und der Großglockner. Der Kronplatz erscheint zum Greifen nah. Über das Pustertal können wir bis zum Helm und nach Sillian schauen. Zu unseren Füßen erstrecken sich Olang und Antholz, wo im Rahmen der Olympischen Winterspiele 2026 die Biathlonwettbewerbe stattfinden.

Flugvorbereitung und Flug

Während der Berg nach Norden mit schroffen Wänden abfällt, bietet die Südseite mit ihren mäßig steilen Wiesen ideale Startbedingungen. Um zu diesen zu gelangen, gehen wir vom Gipfel ein Stück des Weges zurück, den wir gekommen sind. Je nach Windrichtung wählen wir aus dem großen Angebot den für uns angenehmen Startplatz aus. Auch Tandemflüge sind hier möglich. Eine etwaige Wartezeit bis zu passenden Windbedingungen lässt sich nicht nur durch die atemberaubende Aussicht überbrücken. Für Unterhaltung sorgen die Murmeltiere, die nach einiger Zeit erkennen, dass von Piloten keine Gefahr ausgeht.

Als Gleitschirme kommen heute Nova Bantam, Nova Doubleskin und Nova Doubleskin 2 zum Einsatz. Der Südwind ermöglicht uns einen schönen Start. Den See und die Landwiesen im Blick, bleibt genügend Zeit, den Flug auch wirklich in vollen Zügen zu genießen und auszukosten. Mit entsprechender Höhe ist ein Überfliegen des Pragser Wildsees möglich. Abhängig von den jeweiligen Bedingungen verliert man während des Fluges keine Höhe, sondern gewinnt ohne viel Zutun sogar noch an Höhe dazu. Die markanten Landwiesen sind jederzeit gut zu erkennen. Den avisierten Landeplatz, der auf 1.503 m Höhe liegt, überfliegen wir mehrmals, um ganz sicher zu sein, aus welcher Richtung der Wind hier weht. Wir achten auf gemähte Wiesen und landen nach Möglichkeit am unteren Rand der Wiesen, da wir von dort auf einem Weg durch das Waldstück in wenigen Metern den Parkplatz Nr. 3 erreichen.



Die Marienkapelle

Nach einem erlebnisreichen Tag schauen wir zum Abschluss noch bei der Marienkapelle am Ufer des Pragser Wildsees vorbei. Jeder kann hier seinen eigenen Gedanken für einen kurzen Augenblick nachgehen und die Bilder des Tages Revue passieren lassen, zu denen man über den zweiten QR-Code gelangt.

Die Kapelle wurde 1904 errichtet und Maria der Schmerzhaften geweiht. Unter den bedeutenden Persönlichkeiten, die die Kapelle besucht haben und hier beteten, war auch das österreichische Thronfolgerpaar Erzherzog Franz Ferdinand mit seiner Gemahlin, kurz vor dessen Ermordung am 28.06.1914 in Sarajevo. Das Attentat gilt als unmittelbarer Auslöser für den Ersten Weltkrieg.

Die Kapelle ist auch mit einem dramatischen Geschehen verbunden, das sich hier gegen Ende des Zweiten Weltkrieges ereignete. Hitler befahl 136 prominente Gefangene aus dem Konzentrationslager Dachau zum Hotel am Pragser Wildsee zu bringen, um sie sicher zu verstecken und sie anschließend zu exekutieren. Prinz Leopold von Preußen, der ehemalige österreichische Bundeskanzler Dr. Kurt von Schuschnigg, die Familie Stauffenberg oder Fritz Thyssen waren nur einige der Gefangenen. All diese Persönlichkeiten fanden Schutz in der Kapelle. Am 01.05.1945 wurden sie befreit und 4 Tage später von den amerikanischen Truppen nach Sizilien ausgeflogen, von wo aus sie in ihre Heimatländer zurückkehrten. 🗨️



Die Marienkapelle



Videos
Hochalpenkopf



Bilddokumentation
Hochalpenkopf



DER AUTOR

Manuel Regner fliegt seit vielen Jahren mit dem Gleitschirm. Er ist Fluglehrerassistent und Tandempilot. In der Gleitschirmszene kennt er sich perfekt aus und gibt sein Wissen als Berater in einer Flugschule an Kunden weiter.

Infos

Hike & Fly Tour zum Hochalpenkopf
Koordinaten Landeplatz (Höhe 1.503 m)
DG 46.7031264, 12.0848036
GMS 46°42'11.255"N, 12°05'5.292"E
Koordinaten Startplatz (Höhe 2.501 m)
DG 46.7118025, 12.0456766
GMS 46°42'42.489"N, 12°02'44.435"E

Land:

Italien, Südtirol, Grenzgebiet zu Osttirol (Österreich)
Ausgangspunkt: Hotel Pragser Wildsee, Pragsertal, nächstgrößere Städte sind Bruneck und Toblach
Höhenunterschied: 1.000 m
Strecke: ca. 4,5 km
Gehzeit: 3 - 4 Stunden

Aufstiegsvarianten:

Man folgt dem gut ausgeschilderten und markierten Weg Nr. 20, dann Nr. 61 und schließlich Nr. 61 A.
Startplatz: weitläufige Wiesenflächen südlich des Gipfelkreuzes

Flughinweise:

Start nur bei leichtem bis mäßigem Wind aus Süd (ideal). Süd-Ost und Süd-West ebenfalls möglich. Flug über die Pragser Furkel, Peilpunkt Pragser Wildsee. Talwind am Landeplatz beachten.

Landeplatz:

Landemöglichkeiten auf den Wiesenflächen in der Nähe des Parkplatzes Nr. 3 am Pragser Wildsee, südlich des Riedlhofes.

HIKE+FLY HINWEIS

Hike+Fly, auch Para-Alpinismus, stellt eine der schönsten Spielarten des Gleitschirmfliegens dar. Zu Fuß auf den Berg, schwerelos gleitend wieder ins Tal. Klingt sehr einfach, doch leider ist es das nicht. Start- und Landeplätze müssen selbständig ausgewählt und auf ihre Eignung beurteilt werden sowie Wind- und Wetterverhältnisse im unbekanntem Terrain zuverlässig eingeschätzt werden können. Gute körperliche Konstitution ist Grundvoraussetzung, um nach einem anstrengenden Anstieg genügend Reserven für einen sicheren Start und Flug oder Abstieg zu haben. Außerdem muss der Pilot vorher abklären, ob Start-, und Landeplätze legal sind. Jedes Land, oft sogar jedes Bundesland/Kanton, hat andere gesetzliche Bestimmungen. Viele Flugschulen bieten auf www.dhv.de unter Flugreisen Hike+Fly Touren an. Der DHV empfiehlt Einsteigern in dieses faszinierende Abenteuer, die ersten Touren unter fachkundiger Anleitung zu unternehmen.