

# Die Elbrus Besteigung

## Vorbereitung:

Die Vorbereitungen waren schon durchaus spannend. Das erste Mal geht es in die Berge. Ich meine so richtig in die Berge. Mit Gletscher, Schnee und allem was dazu gehört. Wie bereitet man sich auf ein solches Abenteuer vor? So ganz ohne Erfahrung? Ich habe Gott sei Dank einen sehr sehr guten Freund an meiner Seite, Tilly, der schon so einige Summits bestiegen hat. Zuletzt den Aconcagua in Argentinien / Südamerika. Der höchste Berg Südamerikas mit fast 7000m Höhenmeter. Nun geht es auf den höchsten Berg Europas: den Elbrus mit 5.642m. Liegt sehr abgeschieden an der Grenze zu Georgien im Kaukasus. Die Reise dorthin hat ab Hamburg über Düsseldorf nach Moskau und dann weiter über Mineralnye Vody nach Terskol zwei Tage gedauert. Der Elbrus liegt gefühlt wirklich am Ende der Welt.

Nach einigem anschaulichen Videomaterial bei YouTube und anderen Kanälen habe ich so langsam meine Ausrüstung zusammengestellt. Wir hatten eine Ausrüstungsliste von der Tour Organisation 7Summits Club erhalten, auf der die wichtigsten und notwendigsten Ausrüstungsgegenstände verzeichnet waren. Ganz schön viel. Vor allem wie soll das alles transportiert werden? Das Volumen der Ausrüstungsgegenstände hat bei mir viele Fragen aufgeworfen.

Ausrüstungsliste laut 7Summits Club:

- Heavy-weight fleece / pile jacket
- Light/medium-weight, synthetic long underwear shirt (polypropylene/capilene)
- Water proof / breathable jacket with hood (Gore Tex is strongly recommended)
- Long sleeve, light weight shirt for sun protection (preferably synthetic)
- Down or synthetic fill jacket with hood, must fit comfortably over your fleece jacket Fleece pants (full side zips allow ventilation)
- Thermal under wear
- Wind- waterproof and breathable pants with full length zips
- Liner socks - 2-3 pairs
- Wool or poly socks (medium-heavy thickness) - 3 pairs Light weight
- Trekking boots or strong shoes
- Climbing boots, plastic or leather – must be right for step-in crampons Gaiters
- Liner gloves - 2 pairs Medium weight
- Fleece gloves Wool or fleece mittens
- Wind-stop shell overmittens
- Wool or fleece hat Balaclava Glacier glasses with side flaps Extra pair of your normal glasses, or lenses

### Climbing gear:

- Double climbing boots
- Crampons (must fit your climbing boots)
- Ice-axe (glacier walking type, not a short "tool" for ice climbing!)
- Collapsible ski poles
- Down or synthetic sleeping bag good for -10°C Sleeping
- Closed cell foam pad
- Rucksack (40-50liters)
- Harness
- Prussiks
- Karabiners with screwgate lockers - 3 items
- 1-1.5liters thermos
- Personal first aid kit
- Head torch
- Water bottle
- Lip balm (spf 25+) and glacier cream (spf 40)
- Pocket knife Favorite snacks

Mein Daunenschlafsack Western Mountaineering füllt unkomprimiert locker einen 240l Sack. Komprimiert ohne Schweiß zu vergießen einen 60l Sack und mit viel Mühe, Zeit und Schweiß bekomme ich den Schlafsack in einen 40l Beutel. Aber das ist schon eine ganz schöne Tortur.

An solchen Dingen hatte ich noch eine Daunenhose und eine Daunenjacke. Mit der Hose und der Jacke war mein Rucksack schon voll. Den Schlafsack musste ich schon außen am Rucksack befestigen. Also was machen? Ich hatte ja noch ein paar andere Dinge mitzunehmen.

Nachdem ich alles zusammen hatte, entschied ich mich, auf die Daunenhose zu verzichten. Ich bin nicht so empfindlich an den Beinen. Zumal ich auch noch gute und wärmende Unterwäsche dabei hatte. Außerdem war ich optimistisch, dass das Wetter meinen Verzicht nicht enttäuschen wird. Wenn man sich vorher gut nach dem Wetter erkundigt und eventuell auch noch die Tour Organisation fragt, kann sich das eine oder andere vielleicht ersparen. Aber trotzdem Vorsicht: Das Wetter kann in den Bergen schnell umschlagen. Lieber mal ein bisschen zu viel dabei haben als zu wenig.

Die Jacke unten in den Rucksack gestopft. Die anderen Klamotten in das Hauptfach und der Schlafsack außen dran. So sollte das klappen.

Ich hatte Wanderschuhe aus Leder dabei, die ich dann in Terskol noch einmal imprägniert hatte. Für das Besteigen des Berges hatte ich mich entschlossen, mir Double Boots bei der Tour Organisation auszuleihen. Für vorerst so ein einmaliges Vorhaben wollte ich nicht 500/600 EUR extra für Schuhe ausgeben. Die gesamte Reise war schon teuer genug. Die Tour auf den Elbrus kostete schon allein 1.460 USD. Hinzukommen noch die Flüge nach Moskau und nach Mineralnye Vody. Die Hotels sind auch nicht zu vergessen.

Ausrüstung kann man sich jeder Menge bei der Tour Organisation ausleihen, wenn man sich nicht alles kaufen möchte. Stöcke, Schlafsack, Schuhe, Steigeisen, Gamaschen, wasserdichte Kleidung und vieles mehr. Hat nur alles seinen Preis (Preise in USD pro Tag):

- Plastic boots – 14
- Trekking boots – 12
- Collapsible ski-poles – 8
- Ski-poles – 6.5
- Sleeping bag – 12
- Duvet jacket – 16
- Duvet mitts – 7.5
- Warm trousers – 10
- Rucksack – 10
- Mountain skis/snowboards (with boots) – from 12 to 32, depending on a manufacturer and model
- Gaiters – 8
- Crampons – 10
- Ice-axe – 8
- Harness - 5

Es gibt einige Anbieter für die Besteigung auf den Elbrus. Aber irgendwie sind die auch alle gleich. Wir haben uns für den 7Summits Club entschieden. Aber das Angebot für die Überschreitung schien uns beim 7Summits Club am besten zu sein. Die Überschreitung? Warum einfach, wenn es auch kompliziert geht. Wir wollten nicht auf der einen Seite hoch und wieder runter sondern über den Norden den Berg wieder nach Süden absteigen. Die sogenannte Traverse. Mal sehen was das später noch so bedeutet.

### **1. Tag:**

Die Reise beginnt. Ich flog von Hamburg über Düsseldorf nach Moskau und wurde dort bereits vom Shuttle Service des Hotels erwartet. Mein Freund und ich machten eine Zwischenstopp in Moskau bevor es dann am Tag 2 weiterging.

Fast hätte ich meine Flieger in Hamburg verpasst. Trotz der sehr pünktlichen und überaus rechtzeitigen Ankunft am Flughafen war die Zeit sehr knapp. Ferienzeit. Da viele Reisende nicht so oft fliegen, reichten nur schon wenige aus, um mit kleinen Diskussionen und Fragen den gesamten Betrieb am Schalter aufzuhalten. Also immer noch rechtzeitig am Flughafen sein. Vor allem während der Ferienzeit.

Ich hatte es aber noch gerade geschafft. Drei Gäste hinter mir, die nur eine Minute später kamen, durften nicht mehr mit. Glück gehabt.

Im Hotel Nabat Palace hatte ich meine übliche Laufrunde eingelegt. 11km. Gleich hinter dem Hotel befindet sich direkt an der Hauptstraße ein kleiner Kiosk. Sehr praktisch. Zumindest Getränke, Brot und Aufschnitt war vorhanden. Daneben auch gleich ein kleiner Imbiss. Speisekarte aber nur auf Russisch. Da der "Koch" kein englisch konnte, hatten wir auf eine waghalsige Bestellung verzichtet.

Das Hotel Nabat Palace für 4.300 RUB pro Doppelzimmer und Nacht liegt nicht weit vom Flughafen entfernt. Für eine Zwischenübernachtung völlig okay. Der Transfer kostet pro Fahrt 450 RUB. Aber wenn das Hotelzimmer über ein Buchungsportal gebucht wird, ist der Transfer vielleicht auch mit inbegriffen.

## **2. Tag:**

Morgens ging es dann mit dem Hoteltransfer zum Flughafen. In 15 min waren wir da. Wir hatten genügend Zeit eingeplant, falls uns doch unerwartet ein Stau die Zeit stehlen sollte.

Am Flughafen angekommen der obligatorische Check des Gepäcks bevor man den Flughafen betritt. Von dem Charme von 1964, als der Flughafen gebaut worden ist, ist nicht viel übrig geblieben. 2006 wurde der Flughafen großzügig umgebaut und steht modernen Flughäfen westlicher Industrienationen nichts mehr nach.

Das Gepäck erfolgreich beim Check In der Ural Airlines abgegeben, rasch durch die Sicherheitskontrolle und dann knapp zwei Stunden auf den Abflug bei einem Bier und einer Cola gewartet.

Der Flug war recht stürmisch. Zuvor wurden Spucktüten verteilt. Jetzt wussten wir auch warum. Bei der Ankunft in Mineralnye Vody durften wir dann leider 45min auf unser Gepäck warten, bis wir dann von unserem Guide in Empfang genommen worden sind.

Mit einem kleinen Bus ging es dann nach Terskol Richtung Kaukasus. Vier weitere Bergsteiger warteten schon auf uns und konnten es vermutlich nicht abwarten, endlich loszukommen. Wir waren ja auch schon recht spät dran. Die anderen vier waren Russen und wir hatten kein Wort von denen verstanden. Aber unser Guide konnte ja super englisch. Schon irgendwie wichtig. Vor allem wenn es später auch den Berg geht.

Die Fahrt hat mich ein wenig an die Touren in Indien erinnert. Aber bei weitem doch noch nicht so chaotisch. Der Fahrer hatte zwar einen rasanten Fahrstil aber irgendwie hat er uns doch sicher an unser Ziel gebracht. Die zeitweisen Wutausbrüche des Fahrers wollten wir dann lieber nicht übersetzt bekommen.

Nach 180km und 2:40h Fahrt sind wir im Hotel Povorot in Terskol angekommen.

Trotz des langen Schlafs der letzten Nacht, des Schlafs im Flieger und im Bus waren wir irgendwie fertig. Nur nach einer halben Stunde nach Ankunft gab es schon um 18:30 Uhr Abendessen. Tilly und ich waren kurz zuvor noch in einem kleinen Supermarkt gleich um die Ecke einkaufen und sind dann hungrig zum Essen gegangen. Die Vegetarier unter uns sollten auf jeden Fall vorher bei der Tour Organisation Bescheid geben, damit dann für diese dann auch etwas Essbares vorrätig ist. Zumindest kann ich aus eigener Erfahrung sprechen. Es gab aber eigentlich immer Brot und Käse und sonst waren die Küchen auch immer bemüht, etwas Entsprechendes zu kochen.

Während der gesamten Vorbereitung vor der Reise konzentriert man sich auf die Ausrüstung für die Besteigung aber jedoch nicht um das drum herum. Also auch darüber nachdenken.

Unser Guide erklärte während des Abendessens den Ablauf der kommenden Tage. Unser Plan bzw. Programm für die Besteigung wich ein wenig von dem ab, was ursprünglich im Internet stand. Für uns ist wichtig die Besteigung des höchsten Gipfels und als zweit wichtigstes die Überschreitung. Natürlich kommt die Gesundheit an erster Stelle. Somit lassen wir uns also ein wenig treiben und schauen was uns erwartet.

Nach dem Abendessen kam noch der Ausrüstungscheck vom Guide. Haben wir auch alles dabei? Für mich war klar dass ich die Stiefel brauche. Tilly lieh sich zusätzlich noch Wanderstöcke aus. Dann hat sich herausgestellt, dass wir noch ein Klettersteigset benötigen. Na super. Es wurde vor Beginn der Reise darauf hingewiesen, dass wir es nicht benötigen. Jetzt auf einmal ja. Wir haben eines daheim liegen. Eines mit zu bringen, wäre nicht das Problem gewesen. Jetzt müssen wir uns eines ausleihen. Als Tipp: Vorsichtshalber eines mitnehmen und sonst ggfs. im Hotel lassen.

Über meinen Schlafsack musste der Guide ein wenig schmunzeln. Der Schlafsack hatte die Größe meines Rucksacks. Er schlug mir vor, einen Schlafsack auf der Hütte auszuleihen und meinen im Hotel zu lassen. Ich müsste dann weniger tragen und hätte es nicht ganz so warm. Mein Western Mountaineering schützt locker vor Temperaturen bis zu -50 Grad Celsius. Bei einem Schlafsack Test im Winter vor zwei Jahren bei -11 Grad Celsius wurde es verdammt warm bis sozusagen heiß. Wie es dann erst bei -10 Grad Celsius wird mag ich mir noch nicht vorstellen. Aber ich habe das Ding dabei also kommt es auch mit auf den Berg.

Als ich mir Tillys Ausrüstung anschaute, wollte ich am liebsten gleich in den nächsten Shop rennen und mich neu eindecken. Ich habe keine Ahnung, ob mein Equipment wirklich ausreicht und professionell genug ist. Aber zu spät sich darüber jetzt Gedanken zu machen. Die Ausrüstung muss jetzt reichen.

Tilly und ich sind dann noch am Abend in eine Kneipe gegangen und fielen dann um Mitternacht müde ins Bett.

### **3. Tag:**

Jetzt wird es langsam spannend. Der erste Aufstieg zur Akklimatisation auf 3459m Höhe. Um 9:15 Uhr ging es im Hotel los.

15min später sind wir dann an einem kleinen Platz angekommen, von dem man aus auf den Berg fahren konnte. Erst fuhren wir mit einem Doppelsessellift auf 2700m dann zu Fuß weiter auf 3459m auf den kleinen Gipfel "Azaughichieghietkara". Laut OSM wird der Gipfel wirklich so geschrieben. Auf dem Weg langsam nach oben hatten wir sehr gute Sicht auf den Elbrus auf der anderen Seite des Tals. Der Himmel war blau und wir freuten uns schon auf die nächsten Tage. Hoffentlich bleibt das Wetter so. Doch bald zogen aus Georgien Wolken über den Kaukasus und es wurde frisch und es begann sogar zu regnen. Es wurde recht ungemütlich. Während sich die anderen Bergsteiger sich in ihre dicken Jacken und Hosen verkrochen, bin ich weiter mit kurzer Hose und kurzem Shirt. Auch dass sollte zu meiner Akklimatisation dazu gehören.

Tilly als schwerster Teilnehmer (mal wieder) und ich als Gruppengrufti (mal wieder) waren doch erstaunlich fit gegenüber den anderen. Vielleicht waren die anderen aber auch nur viel schlauer und hatten sich geschont für die kommenden Tage. Wir können nicht sagen, dass wir uns außerordentlich angestrengt haben. Aber trotzdem ging es bei uns irgendwie leichter als bei den anderen.

Von 3055m sind wir dann erstmal mit einem Einfachsessellift auf 2700m zurückgefahren und dann wieder mit dem Doppelsessellift zurück nach Terskol auf 2100m. Wir wollten unsere Knie schonen. Wir müssen die nächsten Tage noch genügend auf den Bergen herumlaufen. Gegen 13:00 Uhr sind wir wieder unten im Dorf Terskol angekommen.

Um halb zwei gab es schon wieder Essen. Mittag. Wir hatten doch gefühlt eben doch erst gefrühstückt. Um 8:00 Uhr sind wir dazu extra aufgestanden. Um 8:30 Uhr stand dann schon alles im Gruppenraum im Keller für uns zum Frühstück bereit.

Am Nachmittag hatten wir eine Runde geschlafen und am Handy herumgespielt. Also das nennt man dann Bergsteigen.

Nach einem kleinen Spaziergang durch das Dorf waren wir wieder pünktlich um 19:00 Uhr beim Abendbrot. Mittlerweile gibt es ohne was zu sagen für uns zwei Vegetarier, eine Russe und ich, das Essen ohne Fleisch und Fisch. Sehr freundlich. Ratz Fatz steht die Vorspeise auf dem Tisch, gleich im Anschluss das Hauptgericht. In einer halben Stunde ist alles vorbei. Leider wird während des gesamten Essens nur russisch gesprochen. Wir bekommen also nicht wirklich viel mit. Nach einer halben Stunde zerschlug sich dann die Runde eh und jeder hat sich auf sein Zimmer zurückgezogen.

Um 23:00 Uhr haben wir dann auch endlich geschlafen.

#### **4. Tag:**

Heute geht es eine halbe Stunde früher raus. Unser letzter Tag unten im Tal bevor es am nächsten Tag auf den Berg geht.

Um 7:30 Uhr raus aus den Federn. 8:00 Uhr Frühstück und wehe da kommt jemand zu spät. Gestartet wurde pünktlich um 9:00 Uhr.

Mit dem Kleinbus ging es nach Azau, von wo aus wir dann mit dem Lift zuerst auf 2700m dann weiter auf 3000m und anschließend mit dem Sessellift auf 3800m gefahren sind.

Heute ging es höher als gestern und es sollte der erste kleine Test für mich stattfinden. Reicht meine Sonnenbrille oder benötige ich doch eine Gletscherbrille? Wie kalt wird es oben? Frieren meine Füße? Fragen über Fragen.

Ich war wieder kurzärmlig und kurzbeinig unterwegs. Genügend wärmende Kleidung hatte ich aber im Rucksack für den Notfall dabei. Waren so um die 8 Grad Celsius. Das ist auszuhalten.

Das eine ist die Höhe und die Kälte. Die Kälte kann man wesentlich besser ertragen, wenn nicht der unangenehme Wind wäre. Der kühlt einen doch ganz schön aus. Windundurchlässige Kleidung ist da schon sehr hilfreich.

Wir sind dann in einer Reihe wie die Orgelpfeifen auf 4100m hoch. Tilly und ich hatten die Höhe nicht gemerkt. Wie den anderen Bergsteigern es ergangen ist, wissen wir nicht. Wir hatten uns nicht darüber unterhalten. Der Aufstieg war in zwei Stunden geschafft. Als wir bei einer Hütte angekommen waren, hatten wir uns kurz ausgeruht, bevor es dann in nur 30 min wieder zum Sessellift zurückging. Ich habe das alles gut in kurzer Hose und in Tshirt meistern können. Aber viel kälter darf es auch nicht werden. Ich hatte die Temperaturen auf ca. 8

Grad geschätzt. Ohne Wind. Ich beschloss morgen wieder kurzärmelig zu starten. Mal sehen wie das Wetter dann auf der Hütte aussieht.

Die Abfahrt mit den Liften dauerte mit Wartezeiten ca. anderthalb Stunden. Also wenn das Wetter schlechter gewesen wäre, hätte ich mir auf jeden Fall etwas überziehen müssen. Die Fahrt nach oben dauerte länger. Fast zwei Stunden. Der Lift mit den kleinen Kabinen war wegen Wartungsarbeiten geschlossen. Somit mussten wir auf den alten russischen Kabinenlift umsteigen. Das Problem war, die Schläge vor dem Lift. Wir haben bestimmt 45 Minuten auf unsere Fahrt gewartet. Das war schon recht mühselig. Es fuhr nämlich immer nur eine Kabine nach oben während die andere nach unten fuhr. Über einen Höhenunterschied von 700m dauerte es ein wenig bis der andere Lift dann wieder unten war. Besonders vertrauenserweckend sah die Anlage nicht aus. Alles quietschte und die Gebäude sahen auch nicht neu und sicher aus. Aber alle Fahrten hatten wir unbeschadet überstanden.

Unten wieder angekommen, so gegen 15:00 Uhr, ging es gleich zum Mittagessen. Dann weiter zum dem Shop, in dem wir uns zusätzliches Material ausleihen konnten. Der Shop gehört ebenfalls dem 7Summits Club, der sich an der Hauptstraße nach Azou befand und fußläufig in ca. zehn Minuten vom Hotel zu erreichen war. Alle die, die noch was brauchten sind dann mit unserem Guide los.

Ich benötigte noch Double Boots, im weitesten Sinne Plastikschuhe mit Einlage, Steigeisen und Gamaschen. Alles drei wollte ich nicht überhastet vor der Reise im Internet bestellen und wollte mich erst einmal fachkundig vor Ort beraten lassen, damit ich auf jeden Fall auch die richtige Ausrüstung für den Berg habe. Unerfahrenen Bergsteigern kann ich das auch nur empfehlen.

Zusätzlich habe ich noch ein Sicherheitsseil bekommen. Laut Ausrüstungsliste benötigten wir keines aber jetzt auf einmal doch. Gemeint war eigentlich das Klettersteigset. Dafür mussten wir aber nichts bezahlen. Die Kosten dafür übernahm der 7Summits Club. Für die anderen Teile hatte ich dann für die vier Tage 3000 RUB bezahlt. Es wären noch 800 RUB für die Sonnenbrille drauf gekommen. Hatte mich aber kurzfristig und auf Basis des gestrigen Tages doch entschieden, mir doch eine zu kaufen. Erstens hatte mir das Ausleihmodell nicht besonders gut gefallen und außerdem kam es auch meinen Ansprüchen nicht nach. Im Shop nebenan, der auch vom 7Summits Club betrieben wurde, wurden dann entsprechende Utensilien verkauft. Ich habe mir eine Sonnenbrille ausgesucht, die sehr gut die Augen abdeckt. Mit der heute getragenen Sonnenbrille hatte ich doch am Ende des Tages doch schon Probleme. Ich hatte leichte Schmerzen in den Augen. Hier sollte man auf keinen Fall am falschen Ende sparen und sich dadurch vielleicht die Netzhaut der Augen schädigen. Somit hatte ich dann noch kurzer Hand 6200 RUB für eine Sonnenbrille auf den Tisch gelegt.

Übrigens in den Shops fürs Ausleihen und fürs Kaufen kann man wirklich alles für das Bergsteigen bekommen. Auch wenn man auf eigene Faust die Tour unternimmt, kann hier alles bekommen. Man sollte nur genügend Bargeld dabei haben. Kreditkarten werden nicht akzeptiert. Die beiden Shops sind von 9:00 Uhr bis 20:00 Uhr geöffnet. Vorsicht aber, wenn man gleich morgens hingehen möchte. Das möchten irgendwie alle und es kann schon gut voll werden. Staugefahr. Wartezeiten einplanen.

Tilly und ich hatten uns dann noch auf den Weg ins Dorf gemacht. Einen Bankautomaten ausfindig zu machen, ist gar nicht so einfach in Terksol. Aber die Dorfbewohner waren sehr hilfreich und haben uns dann an einen Automaten verwiesen, der etwas versteckt in zweiter Reihe in einer Gebäudewand zu finden war. Nicht so einfach. Scheinbar der einzige Automat des ganzen Dorfes. Als Tipp sollte man auf jeden Fall genügend Bargeld mit ins Tal bzw. ins Dorf mitbringen. Falls der Automat nicht funktionieren sollte, ist man ganz schön aufgeschmissen. Am Flughafen also genügend mit Geld eindecken.

In Terskol ist alles nicht so teuer. Halber Liter Bier in der Kneipe kostet 100 RUB. Das Essen war ja bereits im Gesamtpreis der Reise inbegriffen. Man benötigt eigentlich nur Bargeld für Souvenirs, Getränke und Naschkram. Mit 4000 RUB sollte man die drei Tage im Dorf locker auskommen. Hinzu kommen dann noch das Geld für eventuelle Ausleihen, Käufe von Ausrüstungsgegenständen und Mieten von Schlafsäcken.

Bitte bedenken, dass es zwar später auf dem Berg in den kleinen Shops etwas zu kaufen gibt. Aber das alles, wie immer in den Bergen, sehr teuer ist. Dafür dann auch noch genügend Kleingeld einplanen. Ich meine auch Kleingeld. Eventuell können große Scheine nicht immer getauscht werden.

Nach einem schnellen Bier und einem Getränkeinkauf ging es dann wieder ab ins Zimmer zum Rucksack Packen. Erste Vorbereitung für den Aufstieg am nächsten Tag. Fast eine Stunde hatten wir gepackt, optimiert, gepackt und wieder optimiert. Jedes Mal hatten wir uns dabei gefragt, ob wir es wirklich brauchen oder nicht. Das wird schon eine ganz schöne Schlepperei. Aber wegen der Kälte sollte man auf nicht zu viel verzichten.

Um 20:00 Uhr gab es dann Abendessen und eine letzte Lagebesprechung vor dem Aufstieg. Er erzählte uns, was wir alles mitnehmen sollen, woher wir Wasser bekommen und noch andere paar nützliche Tipps. Dazu aber einfach später mehr im Bericht.

Danach sind Tilly und ich ab aufs Zimmer, hatten uns noch ein paar Videos im Internet angeschaut und sind dann voller Spannung endlich gegen Mitternacht eingeschlafen.

## **5. Tag:**

Ich konnte schon wieder nicht so gut schlafen. Ich war schon wieder im 6:00 Uhr wach und grübelte noch anderthalb Stunden bis zum Aufstehen vor mich hin. Ich hatte an meine Maus gedacht, dass ich sie sehr vermisse. Ich hatte an den Berg gedacht, ob ich auch wirklich an alles gedacht habe. Ich hatte an die Höhe gedacht, wie ich wohl damit zu recht komme.

Insgesamt war ich schon recht aufgeregt. Es war schließlich meine erste "richtige" Gipfelbesteigung mit Eis, Gletscher und Schnee in einer solchen Höhe mit einer solchen Kälte. Alle anderen Besteigungen waren trocken und vor allem warm. Da lobe ich mir doch den Sommerurlaub am Gardasee. Das was man dafür vergleichsweise benötigt, passt ja entspannt in einen Tagesrucksack.

Um 7:30 Uhr war es dann soweit. Aufstehen und die letzten Sachen packen. Die Dinge, die wir nicht mit auf den Berg nehmen, verstauten wir in dem Tagesrucksack. Diesen gaben wir dann im Hotel ab. Dieser wurde dann später zu unserem Hotel am Ziel gebracht. Also schon mal eine ganze Menge weniger schleppen. Ich hatte mich außerdem kurzfristig entschieden, meinen -50 Grad Celsius Schlafsack nicht mitzunehmen. Dieser ist einfach zu sperrig, zu schwer für den Aufstieg und viel viel zu warm zum Schlafen. In den Unterkünften konnte man sich direkt Schlafsäcke ausleihen.

Ich hatte noch einen kleinen Baumvollschlafsack im Rucksack. Wenn es dann tatsächlich in der Unterkunft zu kalt wird, nehme ich dann einfach einen von der Unterkunft dazu. Frieren wollte ich nun ja nicht.

Wir sind im Eco Leaprus untergebracht auf einer Höhe von 3912m. Weitere Informationen zu der Unterkunft findet man hier: <http://caucasus.ru/en/placement/item/1>.



Wir schienen echt Glück mit dem Wetter zu haben. Die Wettervorschau sagt bestes Wetter der Woche voraus. Die aktuellen Wetterdaten können hier abgefragt werden: <http://www.mountain-forecast.com/peaks/Mount-Elbrus/forecasts/5642>.

In den vergangenen Tagen war das Wetter auf dem Elbrus sehr wechselhaft vorausgesagt worden. Jetzt schien es sich stabilisiert zu haben. Aber warten wir mal ab. Kann auch noch schnell umschlagen.

Wir waren also nach dem Frühstück um 8:00 Uhr pünktlich um 9:00 Uhr mit dem Kleinbus Richtung Azau gestartet. Vorher hielten wir noch kurz bei dem Verleiher an, um die Schuhe rauszuholen. Diese waren gestern noch nicht trocken. Kurzerhand gingen dann weiter. Die Permits für den Aufstieg hatten wir bereits einen Abend vorher erhalten. Allerdings eine benötigten wir noch. So hielten wir kurz bei der entsprechenden Behörde an. Unser Guide ist aus dem Bus gesprungen und hat kurz die Formalitäten erledigt. Wenn die Besteigung auf eigene Faust unternommen wird, dann sollte man die Permit nicht vergessen. Diese erhält man in Terskol in einem sehr sehr neuen Gebäude kurz vor Ende der Stadt auf der linken Seite, wenn man die Stadt bergaufwärts verlässt.

Flott ging es dann weiter Richtung Lift. Wie am vorherigen Tag ging es mit den beiden alten russischen Kabinenlifts bergauf. Dann weiter mit dem Sessellift. Von dort aus hatten wir den Luxus mit dem Snow Cat dann zum Hotel gebracht zu werden. Die Rucksäcke wurden vorn an der Schaufel aufgehängt und die "Passagiere" nahmen hinten Platz. Ab ging es dann zum Hotel. Wir waren dort erst um 12:30 Uhr. Der Weg zum Hotel hat sich ganz schön hingezogen.

Nach dem Mittag um 13:00 Uhr starteten wir mit Steigeisen auf unsere Trainingstour. Ich bin das erste Mal in den Double Boots und mit Steigeisen unterwegs. Ein paar Tips vom Guide sind da gar nicht mal so schlecht. Für den ersten Belastungstest hatte ich auch meinen vollgepackten Rucksack aufgeschnallt. Ich dachte, wenn ich den Berg jetzt mit dem Rucksack nicht schaffe, kann ich gleich wieder ins Tal fahren. Aber es hatte alles super geklappt.

Bei dem Training hatte uns unser Guide gezeigt, wie man sich richtig in den Steigeisen fortbewegt. Weiter bergaufwärts an einem steilen Hang zeigte er uns dann noch, wie wir uns mit dem Eispickel verhalten, wenn wir auf dem Rücken, auf dem Bauch und sogar rückwärts den Berg herunterschlitern. Das haben wir dann gleich selbst in die Praxis umgesetzt. Nicht gerade angenehm. Es war sehr kalt. Wolken hatten sich über uns zusammengezogen. Und bei den Übungen kam überall Schnee in die Kleidung. Ich war nicht richtig darauf vorbereitet. Also wenn die Übungen auf dem Tagesanbruch stehen, dann ordentlich warm anziehen. Vor allem warm, weil man doch lange herumsteht. Auf jeden Fall auch dicke Handschuhe mitnehmen, weil man viel im Schnee "herumrührt".

Nach den Übungen ging es ab ins Hotel. Zwei Stunden ausruhen und um 19:00 Abendessen fassen. Für die Akklimatisation ist es besser, wenn man sich nicht schlafen legt. Obwohl das Bedürfnis da ist. Lieber sich mit Lesen oder mit anderen Dingen beschäftigen.

Nach dem Abendessen ging es dann ab in die Koje. Koje im wahrsten Sinne des Wortes. Bis zu 20 Personen können in einer solchen Tonne untergebracht werden. Und die Tonne war voll. Somit kann man sich vorstellen, wie die Nacht verlief. Einer hustet immer, geht auf die Toilette, schnarcht, usw. Ausserdem hatten wir Bergsteiger in der Unterkunft, die nachts zum Aufstieg gemacht haben. Somit war dann in der Nacht schon sehr viel los. Aber als die dann los waren, hat sich die Lage auch schnell wieder beruhigt. Ohrstöpsel wären sehr ratsam gewesen. Diese hätte allerdings auch nachts bei dem Alarm nichts geholfen. In der Nacht ertönte auf einmal ein schriller Signalton. Ein Alarm, dass zu wenig Sauerstoff in der Tonne vorhanden war und wir für mehr Durchlüftung sorgen mussten. An alles gedacht.

Die Tonnen sind gefühlt nichts weiter als eine Jugendherberge. Das Luxusfeeling, was durch die Bilder im Internet vermittelt wird, weicht schnell der Bergsteiger Realität. Es muffelt. Überall liegen Klamotten herum. Der Esstisch im der Speisetonne gleicht einem Schlachtfeld. Nun ja. Mit anderen Worten ich würde hier nicht gerade einen romantischen Abend zu zweit erleben wollen. Im allem ist es aber für uns absolut okay.

## **6. Tag:**

Heute war unser Ruhetag. Zumindest sollte er es gewesen sein. Am Ende des Tages kann der Leser selbst entscheiden, ob es vielleicht doch ein Ruhetag war.

Nach einer sehr turbulenten Nacht, ich hatte es schon oben beschrieben, ging es um 7:00 Uhr zum Frühstück. Schlafen konnte ich aber schon seit 6:00 Uhr nicht mehr. Um 8:00 war pünktliches Antreten befohlen. Es sollte heute auf 4800m gehen. Zur Akklimation. Wir hatten uns schon gefreut, dass es gestern nicht stattgefunden. Dafür sollten wir heute ran. Verdammt. Ich hatte zu Übungszwecken wieder meinen ganzen Rucksack mit der gesamten Ausrüstung dabei. Der Guide sagte, dass ich es nicht müsse. Aber was soll's. Ich musste doch wissen, ob das mit dem Rucksack klappt.

Wir marschierten stramm los. Das Wetter ist perfekt. Strahlend blauer Himmel. Kaum Wind. Perfekt. Nach 45 Minuten machten wir die erste Pause. Eine weitere nach insgesamt 90 Minuten. Da gab es noch eine kurze Zwischenpause, bevor wir dann oben angekommen sind. Nach 3:15 hatten wir es dann geschafft. Wir hatten etliche Gruppen überholt. Also ganz langsam waren wir nicht. Obwohl Tilly und ich allein vermutlich noch schneller gewesen wären. Oben warm eingepackt, weil es oben doch durch den Wind recht kühl war, haben wir uns dann ein wenig ausgeruht und das herrliche Wetter genossen. Herrlich.

Für den Abstieg haben wir dann weniger als eine Stunde benötigt. Im Gegensatz zum morgen war der Schnee schon gut getaut. Morgens konnten wir darauf noch super auf dem gefrorenen Schnee laufen. Aber mit den Steigeisen unter den Stiefeln war das auch alles kein Problem.

Wir hatten dann die Ausrüstung bei der Unterkunft zum Trocknen in die Sonne gelegt und uns in der Koje auf das Mittagessen "vorbereitet".

Um 14:00 Uhr gab es Mittag. Das Essen ist nicht so doll. Aber was soll man hier oben auch schon großartig erwarten. Eine 5\* Küche ist das halt eben nicht. Als Vegetarier ist es dann noch eine Stufe schlimmer, wie ich finde. Da freute mich jetzt schon wieder auf die kulinarischen Köstlichkeiten mit meiner Frau, wenn ich wieder daheim bin. Heute gab es mal wieder Suppe.

Beim Mittag hatten wir entschieden, dass wir morgen früh mit dem Snow Cat auf die Höhe fahren, auf der wir heute bereits waren: 4800m. Von dort aus ginge es dann zu Fuß weiter. Über den Guide kann man sogenannte Bergtaxis bestellen, die den Bergsteiger dann auch eine gewünschte Höhe bringen. Es wurden angeboten: 4100m, 4800m und 5100m. 4100m hatte für uns keinen Sinn gemacht. Wir waren ja schon auf 3900m. Den Preis dafür habe ich allerdings auch nicht parat. Eine Fahrt auf 5100m kostet 50000 RUB. Jawohl. Ich habe mich nicht verschrieben. 50000 RUB. Allerdings passen auf eine Snow Cat auch 12 Personen und der Preis gilt pro Fahrzeug. Anders gerechnet bedeutet es, je mehr Personen sich auf dem Snow Cat befinden, desto günstiger wird es pro Person. Der Preis um sich auf die Höhe von 4800m bringen zu lassen, ist 35000 RUB. Wir haben uns in der Gruppe entschieden auf 4800m uns fahren zu lassen. Wenn ich vorher gewusst hätte, wie teuer es ist, hätte ich mich allein dagegen entschieden. Aber Tilly und ich haben gemeinsam entschieden, mit zu fahren. Nachmittags waren wir dann insgesamt sieben Personen, was bedeutet 5000 RUB für jeden.

Snow Mobiles sind auch fleißig unterwegs. Sind so eine Art Taxifahrer. Wenn jemand keine Lust hat mehr auf- oder abzusteigen, dann fährt man da einfach mit. 1000 RUB pro Person kostet eine Fahrt. Während des Mittags hatte ich den Guide gefragt, ob wir auch mit dem Snow Mobil fahren könnten. Aber der Guide sagte

nur, dass es nachts genauso teuer werden würde und dass die Gruppe nicht auseinander gerissen werden dürfte, weil ja nicht alle gleichzeitig fahren könnten. Ich hatte das nicht weiter kommentiert und ließ es so im Raum stehen. Ich wollte keine Diskussion anfachen.

Am Nachmittag war dann Faulenzen angesagt. Leider ging mal wieder das Internet nicht. Aber das war man ja schon gewohnt. Zumal, wenn es dann mal funktioniert hat, es super langsam war. Mit skypen war da nichts.

Neben Faulenzen hatte ich meinen Rucksack auch noch ein wenig optimaler gepackt. Aus unserer Gruppe einschließlich uns machten vier die Traverse. Also im Süden rauf auf den Elbrus und im Norden wieder runter. Das bedeutet, dass gesamte Gepäck muss mitgenommen werden. Die anderen hatten es da wesentlich einfacher, weil sie den Aufstieg und Abstieg im Süden machen. Die benötigen nur die Sachen für den einen Tag. Alle anderen Dinge blieben in der Unterkunft. Worauf hatte ich mich da bloß wieder mit Tilly eingelassen.

Der Rucksack hatte ein gutes Gewicht von 20kg. Wir hatten viel zu viel mitgenommen. Aber das weiß man halt nicht im Tal. Und nun müssen wir die Sachen alle mitschleppen. Aber lieber ein Wollunterhemd zu viel als zu wenig.

Ich legte meine Sachen raus, die ich für den Gipfelsturm anziehen wollte und packte die Sachen, die ich nicht mehr brauche ein. Die Hälfte hätte ich am liebsten hier gelassen. Das Wetter scheint ja wirklich bombastisch zu werden und da braucht man dann nicht mehr ganz so viel Kleidung.

Um gab es 18:30 Uhr Abendbrot und die letzten Informationen für den Start morgen. Es geht um 1:00 Uhr zum Frühstück und um 2:00 Uhr starten wir dann mit dem Snow Cat zum Ausgangspunkt. Das wurde ein sportliches Programm.

Die gute Nachricht war, dass die drei Italiener auch mit dem Snow Cat mitfahren und wir somit nur 3600 RUB für die Fahrt bezahlten. Es ist ratsam auch für de Transport genügend Geld miteinzuplanen. 7000 RUB bis 10000 RUB sollte man auf jeden Fall an Bargeld dabei haben.

Der eine Bergsteiger aus Amerika machte einen keinen guten Eindruck. Der sah kreidebleich im Gesicht aus und redete fast kein Wort. Wir hofften aber, dass er auch den Tag morgen gut überstehen wird. Er wird über den südlichen Teil den Berg wieder verlassen und somit nicht mit uns weiterziehen. Insgesamt werden wir morgen drei Guides dabei haben. Zwei werden mit uns vier über den nördlichen Teil maschieren und ein Guide wird mit den anderen dreien wieder zur Unterkunft zurückgehen. Der nördliche Teil scheint doch der anspruchsvollere Teil zu sein. Warten wir mal ab.

Mir ging es soweit bis auf leichte Kopfschmerzen sehr gut. Am Abend hatte ich viel getrunken und noch zwei Salzttabletten eingeworfen. Danach ging es mir viel viel besser. Salzttabletten empfehle ich dringend mitzunehmen und diese auch regelmäßig zu nehmen. Man ist geneigt, in der Höhe sehr wenig zu trinken. Um genügend Mineralstoffe zu bekommen, helfen die Salzttabletten ungemein. Andere hatten sich irgendwelche anderen Tabletten eingeworfen. Ich bin bisher davon verschont geblieben. Eine Arznei welche bei der Höhenkrankheit hilft, heißt Diamox. Mehr dazu aber im Internet. Rezeptpflichtig. Es ist eh ratsam, sich vor der Reise ausgiebig über die Höhenkrankheit zu informieren, damit man entsprechend vorbereitet ist. Das Internet bietet ja genügend Informationsquellen. Bei einer Höhe bis zu 6000m sollte aber normalerweise einem gesunden und fitten Menschen nichts passieren.

## **7. Tag:**

Wie oben schon geschrieben, ging es bereits halb eins aus den Federn bzw. aus dem Schlafsack. Ich hatte ja schon alles am Abend vorher vorbereitet, so dass ich mehr als pünktlich beim Frühstück war. Nach dem Frühstück ging es dann in die Klamotten und in die Ausrüstung. Das kann schon ganz schön lange dauern bis alles angezogen und angelegt ist. Ich hatte mich für ein Funktionsunterhemd und eine Funktionsunterhose, langärmeliges Funktionsshirt, eine Trekkinghose, eine wasserdichte Überziehhose und meine 800ter Montana Dauenjackette entschieden. Nicht zu vergessen die Wollsocken. Dazu kamen dann die Double Boots mit den Steigeisen und die Gamaschen. Die Stöcker hatte ich in der Hand und der Eispickel am Rucksack. Den Sicherungsgurt bereits über die Hose gezogen und das Sicherungsseil mit den Karabinern am Gurt befestigt. Auf dem Kopf hatte ich eine Sturmhaube und eine Mütze. Den halben Inhalt des Rucksacks hatte ich irgendwie am Körper. Damit wurden aus den 20kg Gepäck nur noch 15kg.

Um 2:00 Uhr ging es dann los mit dem Snow Cat. Wir sieben in unserer Gruppe und die drei Italiener plus die Guides. Irgendwie hatten wir schon ein schlechtes Gefühl, dass wir auf 4800m gefahren sind. Aber erstens waren wir nicht die einzigen, zweitens sind andere auf 5100m gefahren, drittens sind wir die Strecke schon am vorherigen Tag gelaufen und viertens, und als beste Ausrede, wir müssen noch über den Norden absteigen. Und das ist nicht gerade ein Katzensprung.

20min später, wofür wir drei Stunden benötigt hätten, waren wir dann auf 4800m. 10min fertig gemacht und Sachen sortiert und dann ging es um 2:30 Uhr los. Es war schon ordentlich frisch da oben. Genau kann ich die Temperatur aber nicht beziffern. Gefühlt aber -10 Grad Celsius.

Wir stampften zuerst auf 5100m. Für die 300 hatten wir zwei Stunden benötigt. Dann ging es über eine Traverse vorbei am östlichen Elbrus. Ein sehr steiler Abhang lag links von uns. Gut das der Schnee noch gefroren war. Ansonsten wäre das Laufen auf diesem schmalen Stück schon sehr schwierig gewesen. Angekommen waren wir zwischen östlichem und westlichem Elbrus bei 5300m um 7:00 Uhr. Wir hatten viel Zeit verloren, weil ein Teilnehmer, der Amerikaner, doch wesentlich langsamer war. Wir dachten schon, dass er aufgeben muss. Unser Guide hat ihm dann einen anderen von den dreien Guides übergeben und der ist dann allein mit ihm weiter. Somit konnten wir dann wieder ein wenig Fahrt aufnehmen.

Wir hatten eine größere Pause gemacht. Die Sonne war schon aufgegangen. Aber wir lagen noch im Schatten des östlichen Elbrus. Aber unser Elbrus stand schon voll in der Sonne. In dieser kleinen Senke kann man sich wunderbar ausruhen. Es ist sehr flach und man muss keine Angst haben, den Berg hinunter zu rutschen. Die gesamte Traverse war schon nicht gerade einladend, zum Pause machen.

Von dort aus haben wir dann noch drei Stunden auf den Gipfel benötigt. Ein noch sehr sehr steiler Weg nach oben auf die 5642m. Entlang an Felsen, steilen Abhängen und an Fixseilen, an denen wir uns mit dem Sicherungsseil sichern mussten. Aus unserer Sicht gab es vorher aber genügend kritischere Punkte, an denen ein Sicherungsseil angebracht gewesen wäre. Also den Gurt und das Sicherungsseil hätte man sich an Ausrüstung sparen können bzw. eine abgespeckte Variante wählen können. Beispielsweise ein Seil mit 2m Länge mit einem Karabiner zum Einhaken in das Fixseil. Das Sicherungsseil fixiert man dann geschickt an der Hüfte. Aber wie gesagt, es gab gefährliche und steilere Punkte zuvor. Eventuell macht das Fixseil zu einer anderen Jahreszeit und zu anderen Witterungsbedingungen mehr Sinn. Also wer Platz und Kraft hat, den Gurt und das Seil zu tragen, so sollte er es auch mitnehmen.

Wenn man zu zwei unterwegs ist, könnte auch ein 10m langes Seil ebenfalls Sinn machen. Im Falle, dass ein Partner abrutscht, kann er diesem beim Aufstieg behilflich sein bzw. ihn erst einmal sichern. Aber das nur zur absoluten Sicherheit.

Auf dem Weg nach oben musste noch ein bisschen an der Kleidung optimiert werden. Ich hatte immer noch meine Daunenjacke an und darunter wurde es jetzt ein wenig heiß. Zumal wir jetzt direkt in der Sonne gelaufen sind.

Um 10:00 Uhr waren wir auf dem Gipfel angekommen. Wahnsinn. Geschafft. Ein grandioser Ausblick. Herrlichstes Wetter. Blauer Himmel. Warm. Und fast kein Wind. Die Prognose sagte 5 km/h voraus. Mehr waren es bestimmt auch nicht. Und wir waren nicht die einzigen. Menschen über Menschen auf diesem kleinen Gipfel und alle überaus glücklich, es geschafft zu haben. Tilly trank standesgemäß sein Gipfelbier, was er auch noch zusätzlich mit nach oben geschleppt hat. Er sagte, es käme auf die 800 Gramm auch nicht mehr darauf an. Wo er recht hat, hat er recht. Das Bier hieß 5642. Wie passend.

Nach viertelstündiger Fotosession ging es dann wieder runter. Auf den ersten Metern nach unten hatten wir den Amerikaner Jason wieder getroffen. Der sah fertig aus. Aber fest entschlossen nach oben zu gehen. Wir hatten ihn am letzten Tag am Flughafen getroffen. Er erzählte, dass er es auch geschafft hatte. Super.

Zwei Bergsteiger hatten ja den Südadstieg gewählt. Somit hatten wir uns vier dann von den beiden andere verabschiedet. Wir wählten den Nordabstieg. Dieser beginnt sozusagen in der Senke zwischen östlichem und westlichem Elbrus. Dort wo wir schon um 7:00 waren. Nach langer Wartezeit ging es dann um 12:00 Uhr endlich in der Senke los. Wir waren zu viert mit zwei Guides. Einen Bergsteiger aus einer anderen Gruppe hatten wir noch mitgenommen, weil dieser den Aufstieg abgebrochen hatte. Die Guides kennen sich alle untereinander. Da hilft man sich dann gegenseitig gern.

Wir wurden an die Leine genommen. Tilly, der Guide, der erfolglose Bergsteiger und ich. Die anderen beiden hatten mit dem Guide eine extra Leine. Im Abstand von ca. 3m waren wir an dem Seil über unsere Karabiner gesichert. Was das sollte, hatten wir uns bis ans Ende des Schneefeldes ständig gefragt. Die Passage war aus unserer Sicht völlig ungefährlich. Komisch.

Auf dem Weg hatten wir wesentlich weniger Leute getroffen als auf der anderen Seite. Für Touristen ist der südliche Auf- und Abstieg der attraktivere zumal es auf der Seite halt auch die entsprechenden Transportmittel gibt: Lifte, Snow Cats, Snow Mobile. Gute Unterkünfte gibt es auch und in einem kleinen Shop am Lift kann man sich sogar noch ein wenig versorgen. Von all dem ging es davon nichts auf der nördlichen Seite. Es muss der komplette Anstieg zu Fuß bewältigt werden ab einer Höhe von 2500m. Ausserdem muss alles mitgenommen werden, was die Verpflegung angeht.

Aus diesem Grund trifft man auf diesem Abschnitt viel weniger Leute. Es sollte also gut überlegt sein, welche Variante man wählt. Der einsamere und schwierigere Teil ist mit Sicherheit die Nordvariante. Tilly und ich hatten das aber genau richtig gemacht.

Nach höllischen und langweiligen zwei Stunden waren wir dann bei der Hütte Tepliyi Ugol auf 3800m. Von dem Abstieg selbst kann ich nicht viel erzählen. Es ging die gesamte Zeit über ein Schnettfeld steil bergab. Langweilig und unspektakulär.

Auf 3800m sollten wir eigentlich in der Hütte übernachten. Es kam aber der Vorschlag auf 2500m abzustiegen, um dort in Oslik zu übernachten. Dazu gleich mehr.

Die Hütte war nicht gerade ansprechend und tierisch eng. Hier gab es nur Mittag. Die Hütte und auch andere Unterkünfte in diesem Areal dienen den Bergsteigern dazu, sich zu akklimatisieren und dann den Gipfelaufstieg von hier aus zu starten oder halt für die Absteiger als Zwischenübernachtung. Ein Bergsteiger musste sich gerade als ich in die Küche kam, um Wasser zu holen, von seinen Strapazen des Tages erholen und hat es allen deutlich mit seiner "hingebungsvollen" Art auch allen demonstriert. Sehr lecker.

Es kam aber nicht dazu, dass wir hier übernachteten. Wir sind auch gar nicht gefragt worden, ob wir absteigen oder hier übernachteten wollen. Das war schon irgendwie beschlossene Sache. Was mir aber ehrlich gesagt auch nicht ganz unrecht war. Aber bis dahin wussten wir auch alle nicht, wie mühsam die 1300m Abstieg noch werden würden. Es ging über ein Geröllfeld, bei dem man aufpassen musste, sich nicht die Beine zu brechen. Dann ging nach einem Plateau weiter und weiter den Berg hinunter. Um 18:00 Uhr und nach 2 Stunden 45 Minuten waren wir dann bei unserer Unterkunft in Oslik. Der Weg war schon recht beschwerlich. Zum einen waren wir alle schon seit 13 Stunden am Berg unterwegs und vor allem taten uns allen vom Abstieg im Schneefeld höllisch die Füße weh. Der Abstieg ins Tal auf 2500m und 12km muss gut überlegt sein. Vorteile hat es schon. Es gab hier Bier und andere Getränke. Und die Unterkünfte sehen ein bisschen besser aus. Es gab neben Betten in einem kleinen Haus auch kleine Zelte. Es ist ausserdem besser wegen der Höhe für die Kopfschmerzen und es ist deutlich wärmer hier unten.

Wir waren in den Zelten untergebracht. Schlafsack hatte ich bekommen. Eigentlich wollte ich ohne schlafen. Aber das wäre doch ein wenig zu frisch nachts geworden.

Nach der Ankunft hatten wir uns erst einmal genüsslich ein Bier gegönnt und beim Abendessen endlich auch mit den anderen beiden Bergsteigern unterhalten. Um 21:00 Uhr sind wir aber todmüde ins Bett gefallen. Als um 22:00 Uhr auch endlich der Generator ausgeschaltet worden ist, konnten wir auch die Nachtruhe genießen.

## **8. Tag:**

Dieser Tag war laut Plan unser Reservetag, falls es mit dem Aufstieg am vorherigen Tag nicht geklappt hätte. Aber wir konnten uns heute auf die Rückfahrt nach Kislovodsk zum Grand Hotel konzentrieren. Zwischen Oslik und Kislovodsk lagen ca. 90km. Für die Strecke hatten wir fast drei Stunden benötigt. Nachdem wir um 8:30 Uhr gefrühstückt hatten, hatten wir uns zu siebent einschließlich Gepäck von sechs Personen in einen Lada gezwängt. Eine echte Erfahrung. Was Alles so möglich ist. Das Reinzwängen ist das eine, aber dann auch so loszufahren ist schon sportlich. Warum? Die ersten 8km bestanden nur aus einer Schotterpiste mit steilen Auf- und Anstiegen bis zu 30 Prozent. Ausserdem waren wir durch ein Flussbett gefahren. Ich dachte, wir kippen um und das war's mit der Reise. Den Elbrus gut überstanden aber bei der Heimfahrt versagt. Klasse Ende. Am Ende des Berges wartete aber Gott sei Dank ein zweiter Fahrer, der dann drei Passagiere aufgenommen hat. Somit ist erst einmal viel Last weg. Nach insgesamt 8km waren wir auf einer sehr gut ausgebauten Asphaltstraße, die erst 2011 fertiggestellt worden ist. Ansonsten wären wir 39km weitere Kilometer über eine Schotterpiste gerattert und wir hätten noch deutlich länger benötigt.

Gegen 13:00 Uhr waren wir im Grand Hotel in Kislovodsk. Ein wirklich schönes Hotel mitten im Zentrum. Wir hatten eingchecked und die ausgeliehenen Ausrüstungsgegenstände an Vladimir unserem Guide zurückgegeben. Jawohl Vladimir ([vladimir-cotlyar@yandex.ru](mailto:vladimir-cotlyar@yandex.ru)). Heute hatten wir nach einem Vorwand noch einmal den Namen unseres Guides erfahren. Wirklich peinlich.

Nach ein paar Minuten im Hotel sind wir dann raus auf die Fußgängerzone und haben uns die Stadt angeschaut und ein bisschen was getrunken. Um 19:00 Uhr waren wir dann mit den anderen zum Abendessen verabredet. Nach dem Essen sind wir dann noch in eine Shi Sha Bar und hatten Abend gegen 1:00 Uhr gesellig ausklingen lassen. Das war vor dem Abflug nach Moskau.

Die Guides haben von uns noch angemessenes Trinkgeld erhalten, worüber sie sich auch sehr gefreut hatten. Aus hoffentlich verständlichen Gründen möchte ich hier die Höhe des Trinkgeldes nicht erwähnen. Aber fairnesshalber sollte man den Guides durchaus eine Kleinigkeit zukommen lassen.

### **9. Tag:**

Letzter Tag. Heute ging es vom Hotel direkt zum Flughafen. Ich hatte morgens noch meine Laufrunde gedreht, geduscht und anschließend mit Tilly gefrühstückt. Um 12:30 Uhr wurden wir dann vom Hotel von unserem Fahrer abgeholt. Nur nach 45 Minuten waren wir dann schon am Flughafen in Mineralnye Vody. Abgeholt wurden wir mit einem flotten Mercedes. Klimatisiert. Ledersitze. Verstellbare Sitze. Auch hinten. So einen Luxus hatten wir die gesamten Tage nicht. Ein schöner Abschluss, wenn da nicht eine zweistündige Verspätung unseres Fluges U6 154 mit Ural Airlines nach Moskau gewesen wäre. Schade. Die Zeit hätten wir natürlich lieber in Moskau verbracht als am Flughafen. Der Abflugterminal ist nicht besonders groß. Sehr übersichtlich. In zwei Minuten hatten wir alles erkundet. Man ist hier wenigstens mit dem wichtigsten versorgt. Es gibt einen Kiosk, einen Souvenirladen und sogar eine kleine Apotheke, in der ich mir noch zwei Compeed Blasenpflaster für 69 RUB gekauft habe. Im Kiosk hatte ich mir ein Käse Sandwich für 140 RUB und eine Cola für 80 RUB gekauft. Wirklich faire Preise für einen Flughafen. Wir wissen ja alle, was es in Deutschland am Flughafen kosten würde.

Noch ein Tipp am Rande: Im Eingangsbereich des Terminals gleich hinter der Sicherheitskontrolle zwischen den beiden Eingängen befindet sich eine Luggage Packing Station. Hier kann der Rucksack oder auch andere Gepäckstücke mit Folie für bis zu 350 RUB pro Gepäckstück umwickelt werden. Kleinere kosten 300 RUB. Auch das ist an anderen Flughäfen durchaus teurer. Ich hatte einen 240 Liter Müllbeutel dabei und hatte darin alles untergebracht und diesen dann mit Klebefolie umklebt. Aber sonst würde ich diesen Service durchaus nutzen.

Um 16:00 Uhr konnten wir dann endlich einchecken. Um 18:00 Uhr startete dann auch endlich der Flieger nach Moskau. Wir verließen das warme Wetter hier in der Region.

Wir hatten dann noch zwei Tage Sight Seeing Moskau hinten ran gehängt und somit noch ein paar schöne Tage in Russland verlebt.

### **Fazit:**

- Es war eine herrliche Tour. Hat riesigen Spaß gemacht. Die Guides und die Teilnehmer waren alle super nett.
- Am Ende hatten wir doch viel zu viele Dinge dabei. Vor dem Aufstieg noch zweimal alle Dinge im Rucksack durchgehen und genau überlegen, ob es benötigt wird. Beispielsweise hatte ich meine Kontaktlinsenflüssigkeit auf den Berg geschleppt. Das hätte man optimieren können.
- Ob die Tour acht Tage dauern muss oder länger, muss jeder selbst für sich entscheiden. Man kann ab und bis Flughafen den Berg auch in zwei Tagen schaffen. Da ist zwar Hardcore aber machbar. Tipps dazu können Tilly und ich geben. Etwas entspannter ab und bis Flughafen mit Akklimation am Berg sind drei Tage. Die beiden Touren sind aber nur etwas für erfahrene Bergsteiger, die auch keinen Guide benötigen.

Ich möchte allen danken, die mir diese Reise ermöglicht und mich darin unterstützt hatten. Meiner Frau, die mir die freie Zeit geschenkt hat. Meinen Eltern, die etwas zur Urlaubskasse beigetragen haben. Tilly, der mir auch wertvolle Tipps gegeben hat. Danke.

Bei Fragen könnt Ihr mich gern jederzeit ansprechen.

\*\*\* Ende \*\*\*