

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

die Stöcke nur zur Beschleunigung des Gehens, nicht aber zur Verhinderung des seitlichen Umfallens zu benutzen. Das Gehen in der Ebene ist eine sehr schöne rhythmische



Abb. 12. Bergauf.

Bewegung und ihre vollkommene Beherrschung für spätere sportliche Tätigkeit, für Wettkämpfe, wie überhaupt für schnelle Zurücklegung langer Strecken von großer Bedeutung.

Das Gehen bergauf (Abb. 12) besteht aus stampfenden Gleitschritten, die jedoch begreiflicherweise kürzer sind. Die Brückenbiegung des Schneeschuhs verhindert bis zu einem gewissen Grade das Rückwärtsrutschen. Beim Bergaufgehen muß man sich etwas fester als beim Gehen in der Ebene auf die Stöcke stützen und, je nach der Schneeverhältnisse und dem Anstiegswinkel, die Schneeschuhe stampfend in den Schnee drücken.

Steile Hänge kann man nicht gerade hinauf ersteigen.