

[Wandern in Kanada - die beste Reiseart, um die Natur zu entdecken](#)

Mit einer Gesamtfläche von 9.984.670 Quadratkilometern ist Kanada das zweitgrößte Land der Welt. Eine faszinierende Seenlandschaft, tiefe Wälder und imposante Gebirge machen das Land zu einem idealen Ziel für Wanderferien. Kanada zu Fuß entdecken ist zu jeder Jahreszeit ein besonderes Erlebnis. Die kanadische Wildnis kann individuell oder im Rahmen geführter Wandertouren erkundet werden. In den insgesamt 45 Nationalparks und mehreren hundert Provinzparcs gibt es ein weit verzweigtes Wegenetz für Wander- und Trekkingtouren. An vielen Stellen kann inmitten der Natur gezeltet werden. Kanu-Touren bieten die Gelegenheit, die facettenreiche Landschaft auf Seen und Flüssen vom Wasser aus zu entdecken.

Ideal für Trekking- und Wandertouren

In der Zeit zwischen Juni und Mitte Oktober ist das Wetter in Kanada besonders angenehm. Die Monate Juli und August gelten [als ideale Reisemonate](#) für Wander- und Trekkingferien. Im Westen Kanadas liegen die Tagestemperaturen im Sommer zwischen 15 und 22 Grad, im Osten des Landes werden etwas höhere Werte erreicht. Insbesondere in Yukon und Alaska bleibt es lange hell, sodass die Tage für längere Touren und Ausflüge genutzt werden können. In den Rocky Mountains ist es im

Frühling und Herbst eher kühl. Tagestemperaturen zwischen 8 und 19 Grad sind ideal zum Wandern. Zwischen Ende Oktober und Mai herrschen in den meisten Regionen Kanadas winterliche Temperaturen, sodass bei Fahrten ins Landesinnere Schneeketten benötigt werden.

Worauf sollte bei Wanderungen im Gebirge geachtet werden?

Bei Wanderungen im Gebirge und durch die Nationalparks sollte entsprechende Outdoorbekleidung getragen werden. Dazu gehören stabile [Wanderschuhe](#), die den Füßen beim Wandern im Gelände sicheren Halt geben. Hochwertige Outdoorschuhe sowie Outdoorausrüstung sind bei diesem Fachhändler auch online erhältlich. Wanderschuhe, Outdoorjacken und -hosen sind die wichtigsten Bestandteile einer guten Outdoorausrüstung. Beim Wandern im unwegsamen Gelände Kanadas müssen die Füße durch geeignetes Schuhwerk vor Druckstellen, Blasen und Verletzungen geschützt werden. Auf Wander- und Trekkingtouren über Berge und durch Wälder sind Outdoorschuhe, die aufgrund ihrer speziellen Eigenschaften sicheren Halt bieten, unverzichtbar. Wanderschuhe unterscheiden sich in ihrer Funktion voneinander, sodass Schuhe zum Wandern in vielen Varianten erhältlich sind. Bei der Auswahl des passenden Modells kommt es darauf, welche Form von Wanderungen unternommen und in welchem Gelände gewandert wird. Bei Wanderschuhen wird zwischen Schuhwerk für:

- Alltag und Spaziergänge
- leichte Wanderungen
- Wander- und Trekkingtouren durch Mittelgebirge
- anspruchsvolle Touren im Mittel- und Hochgebirge
- Extrem-Trekkingtouren und Hochgebirgswanderungen

unterschieden. Die Schuhe sollten deshalb dem Wandergebiet entsprechend ausgewählt werden. Nachdem der Wanderurlaub in Kanada geplant ist und feststeht, welche Wanderungen hauptsächlich unternommen werden, kann das passende Schuhwerk eingepackt werden. Für Waldböden und ebene Untergründe genügen im Sommer geschlossene Halbschuhe oder Sandalen. Wer in den Bergen Kanadas wandert und dabei auch auf unbefestigten Wegen unterwegs ist, sollte knöchelhohe Trekkingschuhe tragen. Der höhere Schaft von Trekkingschuhen gibt den Füßen sicheren Halt und schützt sie vor dem Umknicken. Für steinigtes Gelände sind auch Wanderstiefel optimal geeignet. Im Herbst und Winter sowie bei Wanderungen über schneebedeckte Flächen werden grundsätzlich Wanderstiefel getragen.

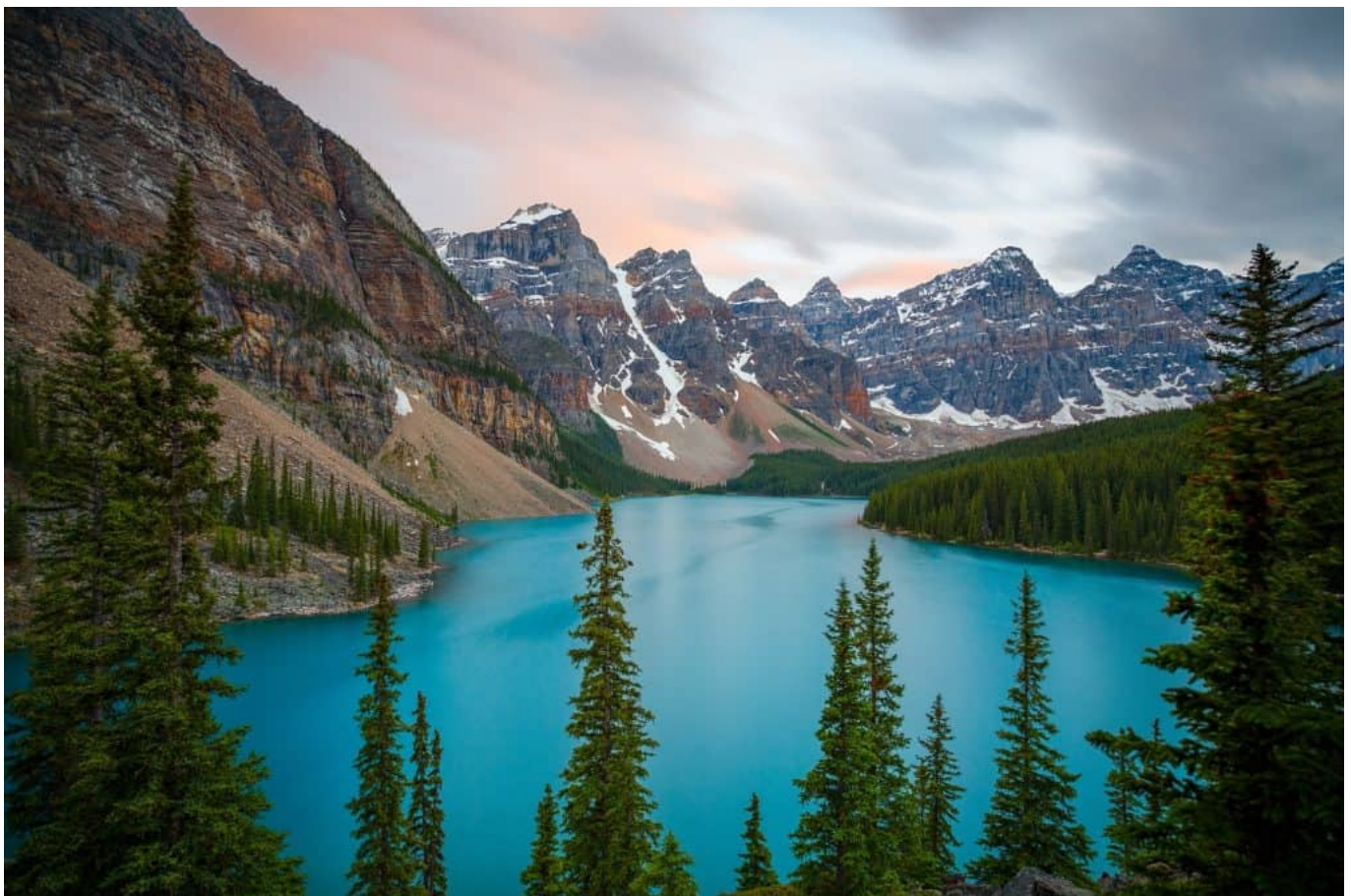
Fester Halt in schwierigem Gelände

Gute Wanderschuhe zeichnen sich dadurch aus, dass sie mit speziellen Sohlen ausgestattet sind, die das Wandern auch auf unbefestigten Wegen ermöglichen. Diese Sohlen sind robuster und dicker als

die Sohlen normaler Freizeitschuhe. Beim Wandern in Kanada sollten keine Straßenschuhe getragen werden, da das Risiko besteht, in diesen Schuhen umzuknicken oder auszurutschen. Die Sohlen hochwertiger Wanderschuhs bestehen hingegen aus einem gröber strukturierten, griffigen Profil mit steileren Zacken, sodass fester Halt auch auf unebenen Wegen gewährleistet ist. Damit die Füße bei längeren Wanderungen nicht ermüden, sollte auf die richtige Passform geachtet werden.

Wanderschuhe, die zu klein sind, können Druckstellen verursachen, während sich in zu großen Schuhen rasch Blasen bilden. Die Größe, in der normale Straßenschuhe gekauft werden, entspricht in den meisten Fällen nicht der Schuhgröße, die für Trekkingschuhe richtig ist. Beim Wandern und Klettern benötigen die Zehen mehr Bewegungsfreiheit, vor allem bei Strecken, die bergab verlaufen. Falls die Zehen bedingt durch zu enge Schuhe vorne anstoßen, entstehen Druckstellen. In der kalten Jahreszeit werden darüber hinaus dicke Wandersocken in den Wanderschuhen getragen. Deshalb sollten Wander- und Trekkingschuhe stets eine ganze oder halbe Nummer größer als gewöhnlich gewählt werden. Trekkingschuhe sitzen optimal, wenn die Schuhe am Mittelfuß und an der Ferse eng anliegen und im Bereich der Zehen circa ein Zentimeter Platz ist.

Touren in die Berge Kanadas



Was für eine herrliche Landschaft, die geradezu zum Wandern einlädt.

Auf einer Tour in die Berge Kanadas sollte bei jedem Wetter passende Outdoorbekleidung getragen werden. Zur Outdoorausrüstung für einen Wanderurlaub in Kanada gehören atmungsaktive Funktionsunterwäsche, thermoregulierende Socken sowie Trekkinghosen und Jacken. Ausgiebige Touren bei wechselhaftem Wetter oder starkem Wind erfordern Kleidungsstücke, die den Körper

warm halten und:

- wasserdicht
- winddicht
- schmutzabweisend
- strapazierfähig

sind. Außerdem sollte die Outdoorbekleidung besonders elastisch und pflegeleicht sein. Im Idealfall erfüllen Outdoor-taugliche Kleidungsstücke gleich mehrere Funktionen. Meist werden [Outdoorjacken und Outdoorhosen](#) aus Kunstfasern, Naturfasern oder einem Materialmix hochwertiger Stoffe angefertigt. Wichtig ist dabei der Feuchtigkeitstransport von innen nach außen, damit die beim Schwitzen entstehende Feuchtigkeit rasch aus dem Körper geschleust wird. Spezielle Klimastoffe, die zur Herstellung von Outdoorbekleidung verwendet werden, sorgen dafür, dass der Wasserdampf entweicht, während der Körper angenehm trocken gehalten wird. Die bekanntesten innovativen Materialien, die bei Outdoorprodukten zum Einsatz kommen, sind:

- Gore-Tex
- Sympatex
- Thermoball

Wenn die Bekleidung vor allem zum Wandern, Bergsteigen oder Klettern getragen wird, sollte besonders auf das Material und die Verarbeitung geachtet werden. Wanderschuhe für Trekkingtouren in den kanadischen Bergen müssen auch Schutz vor Kälte, Schmutz und Nässe bieten. Da das in den Wanderschuhen verarbeitete Funktionsmaterial einen großen Einfluss auf die Qualität hat, ist das Material eines der wichtigsten Auswahlkriterien.

Wandertouren auf eigene Faust

In den 46 Nationalparks in Kanada können Wandertouren auf eigene Faust und teilweise unter kundiger Reiseleitung unternommen werden. Der älteste Nationalpark liegt in den kanadischen Rocky Mountains. Das Terrain des Banff-Nationalparks in der Provinz Alberta wurde schon im Jahr 1885 zum Schutzgebiet ernannt. Zuvor hatten einige Arbeiter, die für die Eisenbahngesellschaft Canadian Pacific Railway in der Gegend arbeiteten, eine Höhle entdeckt, aus der heiße Quellen sprudelten. Allerdings kam es nie zu einer kommerziellen Nutzung der Heilquellen. Der im Jahr 1887 auf diesem Gebiet gegründete Rocky Mountains Park Act wurde später in Banff-Nationalpark umbenannt. Mit einer Gesamtfläche von circa 6.641 km² ist der zum UNESCO-Welterbe zählende Banff-Nationalpark gleichzeitig [der drittgrößte Nationalpark der Erde](#). In einer Bilderbuchlandschaft, die aus hohen Bergen, tiefen Schluchten, weiten Wäldern und Gletschern besteht, wird jede Wanderung zu einem besonderen Erlebnis. Türkisblaue Seen, Flüsse und imposante Wasserfälle ziehen jedes Jahr zahlreiche Wanderer, Kletterer und Bergsteiger aus aller Welt an. Im Sommer, der idealen Jahreszeit für Wander- und Trekkingausflüge, kommen besonders

viele Menschen in den Banff-Nationalpark. Der Anblick der gigantischen Bergwelt mit ihren türkisblau und smaragdgrün schimmernden Seen bleibt unvergesslich.

Wanderrouen rund um Lake Louise

Ebenso beeindruckend ist Lake Louise, ein berühmter Bergsee sowie ein Ort gleichen Namens, der sich inmitten hochalpiner Landschaft vor der grandiosen Gletscherkulisse des 3.459 Meter hohen Mount Victoria befindet. Im spektakulären Tal der 10 Gipfel liegt ein weiterer See, der Moraine Lake. Der größte See im Naturpark ist Lake Minnewanka. Durch Aufnahmen in zahlreichen Kanada-Bildbänden wurde der Peyto Lake weltweit berühmt. Wanderrouen führen rund um den Lake Louise, der zu Füßen des Mount Victoria liegt. Der türkisblau glitzernde See wird von den schneebedeckten Gipfeln der Rocky Mountains umrahmt. Das Gebiet im Banff-Nationalpark zählt mit seiner einzigartigen Landschaft zu den beliebtesten Wanderregionen Kanadas. Die meisten Wanderwege beginnen am Lake Louise sowie am nahe gelegenen Moraine Lake. Vom Chateau Lake Louise führt eine kurze Tagestour vorbei am Mirror Lake bis zum Lake Agnes Tea House. Das rustikale, im Jahr 1901 errichtete Teehaus ist eine beliebte Einkehrmöglichkeit für Wanderer. Bei Tee und Kuchen kann man sich vom Anstieg erholen. Vom Teehaus führt der Wanderweg bergauf bis zum Big Beehive. Von diesem spektakulären Aussichtspunkt bietet sich ein atemberaubender Ausblick auf den Lake Louise sowie die umliegenden Berge des Banff-Nationalparks.

Wandern auf dem Six Glaciers Trail

Der legendäre Lake Louise entstand vor über 10.000 Jahren durch den Victoria-Gletscher, der den See heute noch mit Gletscherwasser speist. Wer den Victoria Glacier erkunden will, kann auf dem 6 Kilometer langen Six Glaciers Trail wandern. Die wenigen Kilometer, die zur Gletscherzunge und zum gleichnamigen Teehaus führen, sind leicht zu bewältigen. Im Herbst ist das nur wenige Kilometer vom Moraine Lake entfernte Lärchental (Larch Valley) einen Besuch wert. Schon in den ersten Herbsttagen färben sich die Blätter bunt, sodass beim Wandern durch das Tal der Blick auf die Bäume, deren Blätter in verschiedensten Rottönen schimmern, fällt. Zwar ist die Tageswanderung durch das Lärchental bis zum Sentinel Pass etwas anstrengend, jedoch entschädigt der Blick auf den 3.453 Meter hohen Mount Temple sowie die umliegenden Dreitausender für den schweißtreibenden Aufstieg.

In den meisten National- und Provinzparcs von Kanada gibt es ausgezeichnete Wandermöglichkeiten. Die Wanderwege sind stets markiert, sodass die Orientierung gewährleistet ist. Darüber hinaus besitzt jeder Nationalpark ein Besucherzentrum, deren Mitarbeiter kompetent über Wanderstrecken, Schwierigkeitsgrade und die Dauer einzelner Wandertouren beraten. Außerdem steht in den meisten Informationszentren aktuelles Kartenmaterial zur Verfügung. Trekking und Wandern in kanadischen Nationalparcs setzen eine sorgfältige Vorbereitung und Planung voraus. Eine gute körperliche Verfassung ist bei mehrtägigen und anstrengenden Touren notwendig. In manchen Parks muss bei mehrtägigen Wandertouren ein backcountry permit vorgelegt werden, das in den Besucher- und Informationszentren erhältlich ist.

Wandertouren im Jasper Nationalpark

Zu den beliebten Regionen für Wander- und Trekkingtouren in Kanada gehört auch der Jasper Nationalpark. Der in den Rocky Mountains gelegene Nationalpark umfasst ein riesiges Wildnisgebiet, das durch Seen, Gletscher und hohe Gipfel wie dem 3.363 Meter hohen Mount Edith Cavell geprägt ist. In der Stadt Jasper beginnt der Icefields Parkway. Diese Straße führt im weiteren Verlauf an subalpinen Wäldern vorbei bis zum riesigen Columbia-Eisfeld. Im Jasper Nationalpark können einheimische Wildtiere wie Bären, Elche, Wapitis und Dickhornschafe in ihrer natürlichen Umgebung beobachtet werden. Darüber hinaus leben weitere Tiere, wie:

- Maultierhirsche
- Bergziegen
- Grizzlybären
- Luchse
- Wölfe
- Kojoten

in diesem großartigen Naturpark. Im Tal des Maligne River begegnet man mit etwas Glück den seltenen Waldkaribus. Meist sind die Tiere ein wenig scheu, allerdings können häufig Wapitis in der Ortschaft Jasper dabei beobachtet werden, wie diese die Blumen in den Vorgärten fressen. Zu den besonderen Sehenswürdigkeiten im Jasper-Nationalpark gehört [der Maligne Canyon](#), ein bis zu bis 55 Meter tiefer und schmaler Canyon mit Wanderwegen. Am Mitten Hot Springs entspringen heiße Quellen, deren Wasser anschließend in ein Schwimmbad geleitet wird. In der Nähe der Ortschaft Jasper befindet sich der 2.285 Meter hohe Aussichtsberg Whistlers Mountain. Zum Columbia-Eisfeld gehört auch der große Athabasca-Gletscher. Das riesige Eisfeld kann nur mit speziellen Fahrzeugen, den sogenannten Snowcoaches befahren werden. Seit 1984 zählt der Jasper-Nationalpark zum UNESCO-Welterbe. Im Jahr 2011 erhielt der Nationalpark zusätzlich die Auszeichnung als Lichtschutzgebiet.

Tipps zum Wandern und Trekking in Kanada

Wandern in Kanada stellt besondere Anforderungen an die Fitness. Trekkingtouren im kanadischen Gebirge sind nicht mit Wanderungen in Deutschland zu vergleichen. Viele Wege in den National- und Provinzparcs führen [durch menschenleere, urwüchsige Landschaften](#). Für Touren in die Wildnis sind deshalb bestimmte Sicherheitsvorkehrungen sowie umsichtiges Verhalten erforderlich. Die Reiseroute sollte zuvor gründlich geplant und die Wanderwege entsprechend der eigenen Kondition und der Wandererfahrung ausgewählt werden. Die richtige Bekleidung hat einen erheblichen Einfluss auf das persönliche Wohlbefinden und den Komfort beim Wandern und sollte deshalb im Hinblick auf Funktionalität und nicht nach modischem Geschmack ausgewählt werden.

Ein Erste-Hilfe-Set sollte bei Tagestouren in den kanadischen Bergen stets mitgeführt werden. Bei mehrtägigen Trekkingtouren ist eine Überlebens-Ausrüstung unbedingt erforderlich. Auch der Insektenschutz sollte nicht vergessen werden. Gegen Mücken und andere stechende Insekten helfen Mückensprays, die vor der Abreise in der Apotheke besorgt werden können. In Nationalparks müssen sich Wanderer jeweils an den Gates an- und abmelden. Nach Beendigung der Wanderung

sollte die Rückmeldung nicht vergessen werden, da sonst im Park automatisch Suchaktionen ausgelöst werden. Informationen über die geplante Route sind in den Besucherzentren der Nationalparks erhältlich. Diese Unterlagen stellen eine große Unterstützung bei der Planung der Reiseroute dar.