

GEFAHRENHINWEIS · EXTREME-HIKING

Ich möchte hiermit darauf hinweisen, dass jeder, der die Impressionen von meinen Bergtouren hier sieht, keine Sekunde damit verschwenden sollte, so etwas nachmachen zu wollen!

Diese Aktionen sind höchst gefährlich und sind nur nach jahrelangem Training und jahrzehntelanger Bergerfahrung sicher durchführbar. Sprünge von Fels zu Fels, mitten im Geröll, ohne Seil und doppeltem Boden sind nur dann in dieser Art und Weise kalkulierbar, wenn von A-Z **ALLES PASST**.

Das heißt:

- › das Wetter am Vortag
- › das Wetter am Actiontag
- › die richtige Jahreszeit
- › die richtige Routenwahl
- › die persönliche Intuition
- › die persönliche Konstitution [Kondition, BMI, ...]
- › die persönliche körperliche Verfassung [100% Schnellkraft, Körperspannung, ...]
- › absolute Schwindelfreiheit!
- › die mentalen Voraussetzungen [100% Konzentrations- & Reaktionsfähigkeit | Null Beeinträchtigung durch Alk., Medikamente etc.]
- › die koordinativen Fähigkeiten auf Maximum [Trittsicherheit, dynamische Sprungweitenregulierung bzw. -abschätzung ...]
- › hochqualitative Ausrüstung
- › ... und vieles mehr

Wer meint einfach so auf einen Felsvorsprung steigen zu können, um dann voller Freude auf den nächsten springen zu können, weil's eben cool aussieht, derjenige wird schneller im Spital landen, als ihm/ihr lieb ist.

Zum Beispiel: eine kurze Unaufmerksamkeit oder Konzentrationsschwäche **vor dem Absprung** genügt & man landet mit dem Fuß auf einmal 2cm weiter vom eigentlichen Zielpunkt entfernt auf einem kleinen Stein, einer glatten oder brüchigen Stelle und das Endergebnis heißt **Abflug mit drauffolgendem Aufschlag** ein paar Meter weiter unten im Gesteinsbett oder im Latschenfeld!

Persönlich habe ich schon genug Leute kennengelernt, die sich und andere aufgrund ihrer Unwissen- bzw. Unbedarftheit, gewaltig in die Bredouille gebracht haben, und das möchte ich jedem Menschen ersparen. Es muss keiner als Puzzle enden...

Ich mache das „**Extreme-Hiking**“, so wie ich es bezeichne, schon seit über 30 Jahren, habe das Laufen eigentlich auf den Almwiesen gelernt & hatte immer einen fanatischen Hochalpinisten als Mentor bei der Hand, nämlich meinen Vater. Dazu kommt noch, dass ich heute noch ständig im Training bin, mich stetig weiterentwickle und als Leichtgewicht viele physikalische Vorteile mitbringe, die andere eben von Grund auf nicht haben.

Die Bild- & Videosequenzen sind gedacht als „**what's possible**“ und nicht „**you should do or start the same thing**“!

Ich weise jegliche Verantwortung von mir, wenn es darum geht, dass Nachahmer für ein paar Selfies ihr Leben ruinieren, weil sie sich durch meine Aktionen inspiriert fühlen!

Viel Spaß & tolle Erlebnisse auf den Bergen wünscht Euch
Euer Miller Franz

