

Perseiden 2026: Meteorologen-Interview, die schönsten lichtarmen Hütten & Foto-Tipps vom Experten

Inhalt

1. Die Perseiden 2026: Das erwartet Sternenbeobachter:innen
2. Interview mit Naturfreunde-Meteorologe Arno Studegger-Renner
3. Warum die Berge ideale Orte für Sternenbeobachtungen sind
4. Tipps für eine gelungene Sternschnuppennacht
5. Sonnenfinsternis und Perseiden in einer Nacht – der Zeitplan für den 12. August
6. Ausgewählte NaturfreundeHütten für einen freien Blick
7. Sternenklar das ganze Jahr – Folder der Naturfreunde zum Download
8. So gelingen Fotos vom Sternenhimmel: Tipps vom Naturfreunde-Fotografen Alexander Sattleder
9. Toolbox für Kinder- und Jugendarbeit
10. Naturfreunde Foto-Pool

1. Perseiden 2026: Sonnenfinsternis & Sternschnuppen in einer Nacht

Jedes Jahr im August bietet sich eines der bekanntesten astronomischen Schauspiele: der Sternschnuppenregen der Perseiden. **2026** hält der Nachthimmel jedoch eine **seltene Besonderheit bereit**: Am **12. August** lassen sich in Österreich gleich zwei außergewöhnliche Himmelsereignisse an einem Tag erleben. Am Abend ist eine **partielle Sonnenfinsternis** zu beobachten, bevor in der darauffolgenden Nacht die **Perseiden** ihren **Höhepunkt** erreichen.

Besonders eindrucksvoll lässt sich das Himmelsspektakel an Orten mit wenig künstlichem Licht erleben. Die Berge bieten dafür mit klarer Luft und geringer Lichtverschmutzung ideale Bedingungen.

Die Naturfreunde Österreich geben gemeinsam mit Meteorologe Arno Studeregger-Renner **Tipps zur Beobachtung** der Perseiden, stellen **besonders geeignete Hütten** vor und zeigen, wie beeindruckende **Fotos des Nachthimmels** gelingen.

2. Interview mit Naturfreunde-Meteorologe Arno Studegger-Renner

a) Grundlagen

Was sind die Perseiden überhaupt?

Die Perseiden zählen zu den bekanntesten Sternschnuppenströmen des Jahres. Sie entstehen, wenn die Erde die Staubschweifspur des Kometen 109P/Swift-Tuttle durchquert. Die winzigen Staubteilchen treten mit rund 59 km/s in die Erdatmosphäre ein und verglühen in etwa 80 bis 120 Kilometern Höhe. Die Leuchtspuren scheinen dabei aus dem Sternbild Perseus zu kommen – daher der Name.

Gibt es dieses Jahr eine Besonderheit?

Ja. Am **12. August 2026** fällt das **Maximum der Perseiden mit einer partiellen Sonnenfinsternis am selben Abend zusammen**. In Österreich ist die Sonnenfinsternis mit einer Verdeckung der Sonnenscheibe von rund **85 Prozent** deutlich sichtbar. Die beiden Ereignisse stehen jedoch in keinem direkten Zusammenhang. Für die Beobachtung der Sternschnuppen ist vor allem die Mondphase entscheidend: Da der Mond in diesem Jahr nur wenig stört, sind die Bedingungen für die Perseiden besonders günstig.

Wann sind die Perseiden heuer am besten zu sehen?

Das Maximum wird in der Nacht vom **12. auf den 13. August** erwartet. Die besten Beobachtungszeiten liegen zwischen etwa **23 Uhr und der Morgendämmerung**, wobei die Aktivität in den Stunden vor Sonnenaufgang meist am höchsten ist.

Ist an den anderen Tagen auch etwas zu sehen?

Ja. Die Perseiden sind bereits Ende Juli aktiv und können bis etwa **24. August** beobachtet werden. Rund um das Maximum sind die meisten Sternschnuppen sichtbar, aber auch einige Nächte davor und danach lohnt sich ein Blick zum Himmel.

Wie viele Sternschnuppen kann man unter idealen Bedingungen sehen?

Unter perfekten Bedingungen – dunkler Himmel, freie Sicht und das Maximum des Meteorstroms – sind theoretisch bis zu **80 bis 100 Meteore pro Stunde** möglich. In der Praxis sehen Beobachter meist deutlich weniger, etwa **30 bis 60 pro Stunde**, da nicht alle Meteore gleich hell sind und der Himmel selten perfekte Bedingungen bietet.

b) Der beste Beobachtungsort

Wie groß ist der Unterschied zwischen Stadt und Berg?

Der Unterschied kann enorm sein. Während man in einer hell erleuchteten Stadt oft nur die hellsten Sternschnuppen sieht, sind an einem dunklen Bergstandort ein Vielfaches mehr sichtbar. Oft steigt die Zahl der beobachtbaren Meteore um den Faktor drei bis fünf.

Wie stark beeinflusst Lichtverschmutzung die Sichtbarkeit?

Sehr stark. Lichtverschmutzung hellt den Nachthimmel auf und überstrahlt schwächere Sternschnuppen. Bereits wenige Kilometer außerhalb größerer Städte verbessert sich die Sicht oft deutlich.

Wie kann ich in der Stadt meine Chancen erhöhen, etwas zu sehen?

Suchen Sie möglichst dunkle Orte wie größere Parks oder Stadtrandlagen auf. Wichtig ist, direkte Lichtquellen zu meiden und den Augen etwa **20 bis 30 Minuten** Zeit zur Dunkeladaptation zu geben. Je dunkler der Standort, desto größer die Chance.

Bringt Höhenlage oder ein Standort am Berg Vorteile?

Ja, allerdings ist die Dunkelheit wichtiger als die Höhe. Bereits ab etwa **1.000 bis 1.500 Metern** kann die Luft klarer sein und störender Dunst unterhalb liegen. Entscheidend bleibt jedoch ein möglichst dunkler Himmel ohne künstliche Beleuchtung.

Braucht man einen freien Horizont?

Ein möglichst freier Himmel ist hilfreich. Die Sternschnuppen können überall am Himmel auftreten. Deshalb sollte man nicht direkt zum Sternbild Perseus schauen, sondern einen möglichst großen Himmelsausschnitt beobachten.

c) Wetter und Umwelt

Wie stark beeinflussen Wetter und Bewölkung die Sichtbarkeit?

Bewölkung ist der wichtigste Unsicherheitsfaktor. Schon lockere Wolken können die Zahl sichtbarer Sternschnuppen deutlich reduzieren. In Wetter-Apps sollte man besonders auf Bewölkung, hohe Wolken (Schleierwolken) und gegebenenfalls Nebel achten. Eine klare Nacht mit trockener Luft bietet die besten Chancen. Da Wetterprognosen mehrere Tage im Voraus noch unsicher sein können, empfiehlt es sich, die Vorhersagen etwa zwei bis drei Tage vor der Beobachtungsnacht noch einmal genau zu prüfen und den Beobachtungsort gegebenenfalls anzupassen.

Welche Rolle spielt der Mond heuer?

Der Mond beeinflusst die Sichtbarkeit deutlich, wenn er hell ist. 2026 sind die Mondbedingungen jedoch günstig, sodass das Mondlicht die Beobachtung nur wenig beeinträchtigt.

Verändert der Klimawandel den Blick auf den Sternenhimmel?

Nicht direkt. Die Perseiden selbst werden durch den Klimawandel nicht beeinflusst. Allerdings können häufigere Hitzeperioden, Dunst, Waldbrandrauch oder hohe Schleierwolken die Sicht verschlechtern. Umgekehrt können stabile Hochdrucklagen auch besonders gute Beobachtungsbedingungen bringen.

d) Gut vorbereitet in die Sternschnuppennacht

Muss ich eine bestimmte Ausrüstung mitnehmen?

Nein. Die beste Ausrüstung sind warme Kleidung, eine Liege oder Decke und etwas Geduld. Ein Fernglas oder Teleskop sind für Sternschnuppen sogar ungeeignet, da sie nur einen kleinen Himmelsausschnitt zeigen.

Kann man die eigene Sehfähigkeit in der Dunkelheit verbessern?

Ja. Die Augen benötigen etwa **20 bis 30 Minuten**, um sich vollständig an die Dunkelheit anzupassen. Helles Licht – besonders von Smartphones – sollte in dieser Zeit möglichst vermieden werden. Falls Licht nötig ist, eignet sich eine Taschenlampe mit Rotlichtfunktion.

Welche Fehler machen viele Menschen?

- Zu früh aufgeben – oft braucht es einige Minuten bis zur ersten Sternschnuppe.
- Direkt in helle Displays oder Taschenlampen schauen.
- Einen zu kleinen Himmelsausschnitt beobachten.
- Zu warme Kleidung unterschätzen – auch Sommernächte können in den Bergen kühl sein.

Welche drei Tipps würden Sie Menschen geben, die zum ersten Mal Sternschnuppen beobachten möchten?

Tipp 1: Suchen Sie einen möglichst dunklen Ort fernab von Straßen- und Stadtbeleuchtung.

Tipp 2: Bringen Sie Geduld mit und gönnen Sie Ihren Augen mindestens 20 Minuten zur Anpassung an die Dunkelheit.

Tipp 3: Schauen Sie mit bloßem Auge auf einen möglichst großen Himmelsausschnitt und informieren Sie sich vorher über Wetter und Bewölkung.

Kontakt: Arno Studeregger-Renner

Meteorologe der Naturfreunde Österreich

gerichtlich beeideter Sachverständiger für Meteorologie, Schnee- und Lawinenkunde, Alpinistik und physische Geographie

Tel: +43 664 503 81 66

Email: arnold.studeregger@gmx.at

3. Warum die Berge ideale Orte für Sternenbeobachtungen sind

Der Blick auf den Sternenhimmel hängt nicht nur vom Wetter ab, sondern auch von der Umgebung. Künstliche Lichtquellen in Städten und Siedlungsgebieten überstrahlen viele Sterne und erschweren die Beobachtung astronomischer Phänomene.

In den Bergen sind die Bedingungen häufig deutlich besser: Durch die geringere Besiedelung gibt es weniger Lichtquellen, die Luft ist oft klarer und die freie Landschaft ermöglicht einen ungestörten Blick in den Himmel.

Die Naturfreunde setzen sich seit vielen Jahren dafür ein, Natur bewusst zu erleben und sensible Lebensräume zu schützen. Auch beim Beobachten der Sterne gilt: Weniger Licht bedeutet mehr Naturerlebnis und bessere Bedingungen für die Beobachtung des Nachthimmels.

4. Tipps für eine gelungene Sternschnuppennacht

Damit die Perseiden möglichst gut sichtbar werden, empfehlen die Naturfreunde:

1) Dunklen Ort wählen

Je weniger künstliches Licht vorhanden ist, desto mehr Sterne und Sternschnuppen sind sichtbar.

2) Wetter im Blick behalten

Kontrollieren Sie die Wetterprognose zwei bis drei Tage davor noch einmal im Detail. Schon wenige Kilometer Unterschied können darüber entscheiden, ob der Himmel klar oder bewölkt ist.

3) Augen Zeit geben

Das menschliche Auge braucht rund 20 Minuten, um sich an die Dunkelheit zu gewöhnen.

4) Handylicht vermeiden

Displaylicht kann die Dunkeladaption der Augen stören. Wenn Licht notwendig ist, empfiehlt sich eine Rotlichtlampe.

5) Warm anziehen

Auch im August können Nächte in höheren Lagen kühl werden. Warme Kleidung und eine Sitzunterlage sorgen für mehr Komfort.

6) Geduldig bleiben

Sternschnuppen lassen sich nicht auf Knopfdruck beobachten. Wer länger wartet, erhöht die Chance auf besondere Momente.

7) Rücksicht auf die Natur nehmen

Nachts sind viele Tiere besonders aktiv. Deshalb gilt: auf Wegen bleiben, ruhig verhalten und keine unnötigen Lichtquellen verwenden.

5. Sonnenfinsternis und Perseiden in einer Nacht – der perfekte Zeitplan für den 12. August

Der 12. August 2026 vereint gleich zwei beeindruckende Naturereignisse: eine partielle Sonnenfinsternis und den Höhepunkt des Perseiden-Meteorschauers. Wer den Abend in den Bergen verbringt und den Ablauf gut plant, kann beide Himmelsschauspiele unter idealen Bedingungen genießen.

- **Nachmittags aufbrechen**
 - Wanderung zu einer NaturfreundeHütte mit möglichst freiem Blick nach Westen.
- **19:15 Uhr – Partielle Sonnenfinsternis**
 - Beginn der Verfinsterung.
 - Maximum gegen 20:15 Uhr.
 - Sonnenuntergang gegen 20:30 Uhr.
 - Hinweis: Nur mit geeignetem Sonnenschutz beobachten.
- **Dämmerung genießen**
 - Abendessen oder Jause auf der Hütte.
 - Danach möglichst keine hellen Lichtquellen mehr verwenden.
- **Ab ca. 22:30 Uhr**
 - Augen an die Dunkelheit gewöhnen.
 - Handy weglegen.
 - Falls Licht nötig ist: Rotlicht verwenden.
- **Ab ca. 23 Uhr**
 - Ideale Bedingungen für die Perseiden.
 - Dank Neumond besonders dunkler Himmel.
- **Wohin schauen?**
 - Sternschnuppen können überall erscheinen.
 - Orientierung am Sternbild Perseus und am "Himmels-W" (Kassiopeia).

6. Lichtarme Naturfreundehöhlen für die Perseiden-Nacht

Naturfreunde Schutzhaus Neubau (Salzburg)

Das Naturfreunde Schutzhaus Neubau ist seit Kurzem wieder mit neuen Pächter:innen geöffnet und liegt inmitten der historischen Stätten des Goldbergbaues. Ein weiteres Highlight ist der vor kurzem eröffnete Gletscherschuttfad.

Höhe: 2.175 Meter

Anreise: Erreichbar mit den Öffis

Bergbauern-Lackneralmhütte (Steiermark)

Die Bergbauern-Lackneralmhütte verbindet traditionelles Bergerlebnis mit nachhaltiger Weiterentwicklung. Im Jahr 2026 wurden mit Fördermitteln aus dem EU-Programm Ländliche Entwicklung (LE) das Dach erneuert und eine Photovoltaikanlage errichtet.

Höhe: 1.020 Meter

Anreise: Erreichbar mit dem Mountainbike

Tribulaunhütte (Tirol)

Das Gebiet rund um die malerischen Tribulaune ist besonders naturbelassen und beeindruckt mit seiner ursprünglichen Berglandschaft. Die Hütte ist vor allem bei Kletterern beliebt, bietet aber auch für Wandernde zahlreiche Möglichkeiten. Etwa eine Tour zum wunderschönen Sandessee. Mit etwas Glück kann man hier nicht nur Sterne, sondern auch ein Rudel Steinböcke beobachten.

Höhe: 2.064 Meter

Anreise: Erreichbar mit den Öffis

Stallburgalm (Oberösterreich)

Die Stallburgalm bietet eine ruhige Umgebung für alle, die den Sternenhimmel in ursprünglicher Atmosphäre erleben möchten. Das Besondere: Samstag, Sonntag und Feiertag wird die Alm bewirtschaftet. Unter der Woche kann sie als Selbstversorgerhütte privat gemietet werden.

Höhe: 1.032 Meter

Anreise: Erreichbar mit den Öffis

Göllerhütte (Niederösterreich)

Die Göllerhütte ist die höchstgelegenste Naturfreunde-Hütte Niederösterreichs. Sie ist ein beliebter Ausgangspunkt für Wanderungen und bietet durch ihre ruhige Lage gute Bedingungen für Naturbeobachtungen. Wer eine Nacht in den Bergen verbringen möchte, kann hier den Sternenhimmel besonders intensiv erleben.

Höhe: 1.442 Meter

Anreise: Erreichbar mit den Öffis

Steinplan-Schutzhaus (Steiermark)

Das Steinplan-Schutzhaus liegt in ruhiger Berglage und bietet ideale Voraussetzungen, um den Sternenhimmel abseits großer Lichtquellen zu erleben. Seit Juni 2026 wird die Hütte wieder bewirtschaftet und lädt Wandernde zu besonderen Naturerlebnissen ein.

Höhe: 1.670 Meter

Anreise: Erreichbar mit den Öffis und dem Mountainbike

Weitere lichtarme Hütten in Ihrer Region entdecken:

Die vorgestellten Hütten sind eine kleine Auswahl besonders geeigneter Standorte für die Sternschnuppenbeobachtung. Unter <https://www.naturfreunde-huetten.at/> finden Sie eine Übersicht aller NaturfreundeHütten. Über die Filterfunktion können Sie gezielt nach Hütten in Ihrem Bundesland oder in lichtarmen Regionen suchen.

7. Sternenklar das ganze Jahr – Folder der Naturfreunde zum Download

Ein klarer Nachthimmel zeigt, wie beeindruckend Natur auch nach Sonnenuntergang sein kann. Damit dieses Erlebnis erhalten bleibt, lohnt sich ein bewusster Umgang mit Licht.

Die Naturfreunde empfehlen:

- unnötige Beleuchtung vermeiden
- Rücksicht auf Tiere nehmen
- keine hellen Lichtquellen in sensiblen Naturräumen verwenden
- die Nacht als Teil des Naturerlebnisses bewusst wahrnehmen

Weitere Tipps zum Thema Sternenbeobachtung am Berg finden Sie im Folder:

„Sternenklar“ https://www.naturfreunde-huetten.at/files/uploads/2025/05/nat-jugend-sternkarte-sommer-druckbogen-moniert_3.pdf

8. So gelingen Fotos vom Sternenhimmel: Tipps vom Naturfreunde-Fotografen Alexander Sattleder

Der Sternenhimmel fasziniert nicht nur beim Betrachten mit freiem Auge. Auch fotografisch lassen sich beeindruckende Momente festhalten. Dafür braucht es nicht unbedingt eine professionelle Kamera: Bereits moderne Smartphones können bei geeigneten Bedingungen erstaunliche Aufnahmen ermöglichen.

Der wichtigste Faktor ist jedoch nicht die Technik, sondern der richtige Ort: Je dunkler die Umgebung und je weniger künstliche Lichtquellen vorhanden sind, desto besser kommen Sterne und Sternschnuppen zur Geltung.

Die wichtigsten Tipps für Sternenfotos mit dem Handy:

Den richtigen Standort wählen

Für Aufnahmen des Nachthimmels sind dunkle Plätze abseits von künstlichen Lichtquellen entscheidend. NaturfreundeHütten in lichtarmen Regionen bieten dafür besonders gute Voraussetzungen.

Das Smartphone ruhig halten

Bei schlechten Lichtverhältnissen benötigt die Kamera längere Belichtungszeiten. Ein kleines Stativ, eine feste Unterlage oder ein Stein helfen, verwackelte Bilder zu vermeiden.

Nachtmodus verwenden

Viele moderne Smartphones verfügen über spezielle Nacht- oder Astrofotografie-Modi. Diese sollten aktiviert werden, um möglichst viel Licht einzufangen.

Nicht nur auf die Sternschnuppe warten

Da sich nicht vorhersagen lässt, wann genau eine Sternschnuppe durchs Bild fliegt, empfiehlt es sich, mehrere Aufnahmen zu machen und etwas Geduld mitzubringen.

Die Dunkelheit bewusst erleben

Wer fotografiert, sollte trotzdem den Moment genießen: Die Augen sehen nach einiger Zeit deutlich mehr Sterne als unmittelbar nach dem Einschalten eines Displays oder einer Taschenlampe.

Für Fortgeschrittene: Mehr als nur ein Handyfoto

Wer mit einer Kamera fotografiert, kann mit manuellen Einstellungen noch mehr aus dem Sternenhimmel herausholen. Entscheidend sind eine lange Belichtungszeit, eine stabile Position der Kamera und ein möglichst dunkler Standort. Für die Fotografie der Perseiden empfiehlt Naturfreunde-Fotograf **Alexander Sattleder** ein

Weitwinkelobjektiv, eine **Belichtungszeit von rund 30 Sekunden**, eine möglichst **offene Blende** (kleine F-Zahl) sowie einen **hohen ISO-Wert** (je nach Kamera auch über ISO 1000). Am besten werden die Einstellungen vorab mit Testaufnahmen überprüft.

Da der Autofokus bei Dunkelheit häufig an seine Grenzen stößt, sollte möglichst **manuell auf Unendlich (∞)** fokussiert werden. Alternativ kann zunächst eine weit entfernte Lichtquelle scharfgestellt und anschließend der Autofokus deaktiviert werden.

Für scharfe Aufnahmen ist außerdem ein **Stativ** empfehlenswert. Wer keines dabei hat, kann die Kamera auch auf einer stabilen Unterlage nach oben ausrichten. Mithilfe des Selbstauslösers lassen sich Verwacklungen vermeiden. Da Sternschnuppen zufällig erscheinen, lohnt es sich, viele Aufnahmen hintereinander zu machen.

„Für Sternenfotografie braucht es vor allem zwei Dinge: Dunkelheit und klare Sicht. Je weniger Lichtverschmutzung vorhanden ist, desto besser können Sterne und die Milchstraße sichtbar gemacht werden“, erklärt Naturfreunde-Fotograf Alexander Sattleder.

9. Toolbox für Kinder- und Jugendarbeit

Die Faszination des Sternenhimmels bietet auch die Möglichkeit, Kinder und Jugendliche für Natur, Astronomie und den Schutz der Nacht zu begeistern. Mit der Wissens- und Methodenbox „Kunstlicht, Nacht und Sternenhimmel“ hat die Naturfreunde Jugend Österreich ein vielseitiges Bildungsangebot entwickelt.

Die Toolbox vermittelt anschaulich Grundlagen zu Sternbildern, Orientierung am Nachthimmel, Lichtverschmutzung und Nachtschutz. Ergänzt wird sie durch zahlreiche Spiel- und Gruppenaktivitäten, mit denen das Thema altersgerecht und praxisnah vermittelt werden kann. Wissenskärtchen, Methodenkärtchen sowie eine Sternkarte für Sommer und Winter ermöglichen einen einfachen Einstieg – sowohl für Schulklassen als auch für Jugendgruppen und Familien.

Ziel der Methodenbox ist es, jungen Menschen die Bedeutung eines natürlichen Nachthimmels näherzubringen und gleichzeitig für die Auswirkungen künstlicher Beleuchtung auf Mensch und Natur zu sensibilisieren.

Weitere Informationen zur Wissens- und Methodenbox:

<https://www.naturfreundejugend.at/werkzeugkasten/materialien/kunstlicht-nacht-und-sternenhimmel-wissens-und-methodenbox/>

10. Naturfreunde-Fotopool

In unserem Foto-Pool finden Sie passendes Bildmaterial inklusive Fotocredit zum

Download: <https://www.naturfreunde.at/berichte/presseinformationen/naturfreunde-fotopool/>

Pressekontakt & Bildmaterial:

Naturfreunde Österreich

Veronika Wenninger

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Mobil: +43 664 848 19 43

veronika.wenninger@naturfreunde.at

www.naturfreunde.at