





Bergsport

Outdoor

Trekking

Freizeit

www.unterwegs.biz

Der Outdoor Shop

Bei uns findest Du ein umfangreiches Sortiment
an Bekleidung, Schuhen und Ausrüstung
von vielen namhaften Herstellern!

Lass' Dich von unseren geschulten Mitarbeitern
gerne individuell beraten!



Unterwegs Bonn

Wenzelgasse 17 | 53111 Bonn
Telefon 0228 - 9814 6747

... auch online: www.unterwegs.biz

Liebe Sektionsmitglieder, liebe Leserinnen und Leser von Berg & Tal,

Herzlich willkommen zu einer neuen Saison voller Abenteuer, Gemeinschaft und Naturerlebnis! Als Teil des Deutschen Alpenvereins sind wir stolz darauf, eine Plattform zu bieten, die nicht nur den Bergsport fördert, sondern auch die Liebe zur Natur und die Verantwortung für unsere Umwelt in den Mittelpunkt stellt.

KI und Bergsport – passt das zusammen?

„... wir laden alle Mitglieder ein, aktiv an unserem Vereinsleben teilzunehmen, neue Freundschaften zu schließen ... unvergessliche Erlebnisse in der Natur zu sammeln ... Herzstück unseres Vereins ... lebendige Gemeinschaft zu schaffen ... frische Luft zu genießen ...“

Dies ist die Hälfte von einem KI-generierten Vorwort.

Künstliche Intelligenz, kurz KI, wird sicherlich Einzug halten in unsere Welt des Bergsports. Dies könnte zum Beispiel bei der Tourenplanung geschehen, bei der Beratung vor dem Kauf von Bergsportmaterial, beim Verfassen von Tourenberichten für unser „Berg & Tal“, wahrscheinlich noch vieles mehr. KI ist der Gegenüber, mit dem man sich austauscht, mehr als eine Datenbank, ohne deren Genauigkeit. Vorbereitete Stichworttexte werden ruck-zuck in eine angenehme Erzählung gebracht.

Dies führt mich zu dem Wunsch (der sich zugegebenermaßen nicht mit dem unserer Redaktion deckt), von Euch, die sich vielleicht da schon besser auskennen, einen solchen Bericht zu erhalten. Ich werde mich beim nächsten Vorwort noch einmal daran versuchen, aber in der Vorbereitung ein bestimmtes Thema wählen.

Geben wir der KI eine Chance, vom Duft der Bergkiefern, von den im Hochgebirge zwischen Felsen eingebetteten kalten Bergseen, vom Anblick blühender Alpenrosen, vom Duft der Kühe, von der Konzentration, bei schwierigen Bergtouren einen Fuß vor den anderen zu setzen, vom netten „Grüezi“ in den Schweizer Bergen, vom Gefühl, wenn der Bergführer/Seilpartner einen Sturz verhindert hat, nach dem Anschnitt den nussigen Geruch eines Steinpilzes wahrzunehmen, zu erzählen. Ich könnte jetzt Seiten füllen, um diese, in den vielen Jahren meiner Bergsportaktivitäten gesammelten, Wahrnehmungen weiterzugeben. Kann KI diese Phantasie, diese Schwärmerei vom Erlebten, vermitteln?

Ohne KI wünsche ich Euch jetzt für die kommenden Monate viel mehr von dem zu erfahren, was ich oben ansatzweise aufgeführt habe.

Claus Koch

1. Vorsitzender der DAV Sektion Bonn



Die Hausener Wände im Naturpark Obere Donau wecken Kletterträume. (Foto: Björn Langer)



Der Vorstand informiert

- 3 Vorwort
- 4 Unsere Verstorbenen
- 5 Impressum
- 5 Einladung zur Mitgliederversammlung 2025
- 6 Nachruf auf Christoph und Elvira Klose
- 7 Wechsel des Ass-Versicherungspartners
- 7 Positive Mitgliederentwicklung
- 7 Ehrenamt in der DAV-Sektion Bonn
- 7 Mitgliedsbeitrag für 2025
- 8-9 Wir begrüßen die neuen Mitglieder der Sektion Bonn
- 9 Hinweis zur Kündigung der Mitgliedschaft in der Sektion.
- 10 Wir stellen vor

Unsere Hütten

- 11 Neue Bonner Hütte
- 11 Bonn-Matreier Hütte
- 11 Auflösung unseres Rätsel und neues Rätsel

Natur und Klima

- 12 Wir suchen: Ihre Fotos
- 12-13 Minus 24 Meter
- 13-14 Der Alpenschneehase
- 14 Ein Schritt zur Rückkehr?
- 15 „Mit 96-prozentiger Sicherheit“
- 15 Rückkehr in den Bayerischen Wald

Jugendgruppe

- 16 Die Bonner Jugend im Deutschen Alpenverein - JDAV Bonn
- 16 Ausflug zu Pütt@night
- 17-19 Auf die Wilde Hilde
- 19 Einladung zur Jugendvollversammlung 2025

Familiengruppe

- 20 Klettertreff für klettererfahrene Eltern

Mountainbike

- 21 Rückblick 2024

Trailrunning

- 22-23 Im Laufschrift unterwegs

Berichte unserer Mitglieder

- 24-31 Am blauen Band zum roten Berg
- 32-38 In König Watzes Reich
- 39-42 Auf die Zugspitze!
- 43-47 Das Tongariro Crossing

Neu in der Sektionsbibliothek

- 48 Heilende Schnäpse aus den Alpen
- 48-49 Natursteig Sieg
- 49 Zwei Frauen, zwei Räder, ein Zelt
- 49 Karls Wiederkehr

Ausbildung

- 50 Hitze und Gewitter
- 51-52 Mit Hunden ins Gebirge

Teilnahmebedingungen

- 54 Teilnahmebedingungen für Touren und Kurse der DAV Sektion Bonn

Veranstaltungen der DAV Sektion Bonn

- 55-62 Tagesveranstaltungen der DAV Sektion Bonn 2025
- 63-72 Mehrtagesveranstaltungen der DAV Sektion Bonn 2025

Service

- 73-74 Adressen und Ansprechpartner der Sektion Bonn

In der Heftmitte: **Termine der DAV Sektion Bonn**
zum Heraustrennen



Unsere Verstorbene

Dr. Elvira Klose
im Alter
von 90 Jahren

Die Sektion Bonn
des Deutschen Alpenvereins e.V.
trauert um ihr Ehrenmitglied

Dr. Elvira Klose,

die im Alter von 90 Jahren
am 24. Februar 2025 verstarb.

Dr. Elvira Klose wurde 1962 Mitglied der Sektion Bonn und
war lange Jahre, zusammen mit ihrem Mann Christoph
Klose, in der Redaktion für Berg & Tal tätig.



Wir werden sie in guter Erinnerung behalten.

Der Vorstand der DAV Sektion Bonn e.V.



Impressum



Berg & Tal

Mitgliederzeitschrift der Sektion Bonn des Deutschen Alpenvereins (DAV) e.V.

Heft 2/2025 - Nr. 181 – 65. Jahrgang

Herausgeber: Sektion Bonn des Deutschen Alpenvereins e.V., Postfach 30 03 05, 53183 Bonn

Auflage: 3.800 Exemplare

Ausgaben: 3 pro Jahr; 1 - Februar, 2 - Juni, 3 - Oktober

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Vorstand der Sektion Bonn des Deutschen Alpenvereins e.V.

Redaktion: Björn Langer, E-Mail: bergundtal@dav-bonn.de

Gestaltung: Harald von Pidoll, E-Mail: harald.vonpidoll@dav-bonn.de

Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH, 53340 Meckenheim
Berg & Tal wird auf umweltfreundlichem Papier gedruckt.

Versand: Bonner Werkstätten Lebenshilfe Bonn Gemeinnützige GmbH, 53332 Bornheim

Titelbild: Mount Ngauruhoe und Red Crater, Tongariro-Nationalpark, Neuseeland. Foto: Evelyn Albu

Bezug: Berg & Tal erhalten die Mitglieder der Sektion Bonn kostenlos.
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Redaktionsschluss für die Ausgabe 3/2025: 15. September 2025

Schriftliche Beiträge bitte an die Sektionsanschrift oder an die Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht unbedingt die der Sektion Bonn des Deutschen Alpenvereins wieder. Die Redaktion behält sich vor, in Einzelfällen eingereichte Texte zu ändern oder zu kürzen.

Haftung: Alle Angaben in diesem Heft sind mit Sorgfalt erarbeitet und erfolgen nach bestem Wissen. Eine Garantie für die Richtigkeit und jede Haftung sind jedoch ausgeschlossen. Das gilt insbesondere für Dauer und Verlauf von Touren und die in diesem Zusammenhang veröffentlichten Schwierigkeitsabstufungen.

Sektion Bonn e.V. im Deutschen Alpenverein e.V.

Mitgliederversammlung 2025 (JHV)

Datum/Uhrzeit: Donnerstag, 22. Mai 2025 / 19:00 Uhr

Ort: Veranstaltungsraum neben der Sektionsgeschäftsstelle
Gottfried-Claren-Straße 2, 53225 Bonn-Beuel

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Mandatsprüfung
3. Gedenken an die Verstorbenen
4. Ehrungen
5. Tätigkeitsbericht 2024 des Vorstandes
6. Kassenbericht 2024
7. Kassenprüfbericht 2024
8. Entlastung des Vorstands und der Beiräte
9. Haushaltsvoranschlag 2025
10. Verschiedenes

Anträge an die Mitgliederversammlung

sind bis zum **5. Mai 2025** dem Vorstand schriftlich an **Sektion Bonn des Deutschen Alpenvereins e.V., Postfach 30 03 05, 53183 Bonn** oder vorstand@dav-bonn.de einzureichen.

Stimmberechtigt sind alle Sektionsmitglieder mit Vollendung des 16. Lebensjahres.

Gast-(C)-Mitglieder sind berechtigt mit Rederecht, jedoch ohne Stimmrecht (§ 6/3 d. S.) an der JHV teilzunehmen.

Claus Koch,
1. Vorsitzender

Nachruf auf Christoph und Elvira Klose

Zwei Bergsteigerleben

Text: Ulrike Klose, Hans-Werner Bettinger

1935 im eher flachen Teil Niederschlesiens geboren, entdeckte Christoph Klose bereits als kleiner Junge eine gewisse Affinität zu Bergen – hier in Form des Zobten (Ślęza, 718 m), eines weithin sichtbar aus der Tiefebene aufragenden Gipfels. Nach der Vertreibung ins heutige Thüringen erklimmte er intensiv die Hügel des Thüringer Waldes, musste täglich auf dem Schulweg radelnd etliche Höhenmeter zurücklegen, überquerte als Jugendlicher den gesamten Thüringer Wald.

Später, als Student, entdeckte Christoph Klose die Berge auch im Schnee – per Zug fuhr er immer wieder in die bayerischen Alpen oder auch nach Tirol, um dort Ski zu laufen. Die Hochzeitsreise 1962 verbrachte er wieder in einem Mittelgebirge, dem Odenwald.

1963 trat er, angeworben durch seinen Kollegen Hans-August Froitzheim, den langjährigen Vorsitzenden der Sektion Bonn, zusammen mit seiner Frau Elvira der Sektion Bonn bei. Beide nutzten die Mitgliedschaft, um eine erste von unzähligen Hüttenwanderungen zu unternehmen: Es ging in die Ötztaler Alpen, wo Christoph und Elvira auf der Bielefelder Hütte feststellten, dass ihre Rucksäcke viel zu schwer waren und nach dem Abstieg einen großen Teil des Inhalts bei der Post einlagerten – um dann so erleichtert über die Martin-Busch-Hütte auf den Similaun auf- und über Vernagthütte, Hochjochhospiz und Breslauer Hütte wieder nach Vent abzustiegen. Offenbar leckten hier beide Blut – über viele Jahre hinweg war ein Sommerurlaub ohne Alpengipfel und lange auch ohne Hüttenwanderung keine Option, pausiert nur in wenigen urlaubslosen Jahren mit sehr kleinen Kindern. Auch in diesen erklimmte Christoph aber Berge, niedriger halt und mehr in der Nähe: Hohe Acht, Ölberg, Löwenburg, Nonnenstromberg, Hohes Venn, ...

Nach ersten Bergtouren mit Kindern um den Chiemsee herum auf Spitzstein, Geigelstein und Kampenwand erfolgte 1972 die erste Tour auf die Bonner Hütte. Geplant war die Auffahrt mit dem Pkw. Da aber über St. Georgen das Auto hinten „aufsass“, packte die inzwischen fünfköpfige Familie kurzentschlossen die wichtigsten Dinge in Rucksäcke um und

stieg zu Fuß auf. Oben angekommen traf man unter anderem auf den Hüttenwart Radermacher, entdeckte Theuerlnock und Aineck, Esseralp, Roten Riegel und Schwarzwand – und damit eine erste Bergheimat für die gesamte Familie. Über einige Jahre ging es auf die Bonner Hütte, ausschließlich oder auch zum „Einlaufen“. Um es „kletteriger“ zu haben, begann Christoph mit seiner Familie mit Hütten Touren in der Hafner- und Ankoegelgruppe. Der Jüngste erstieg so mit knapp sechs Jahren von der Kattowitz Hütte aus als seinen ersten Dreitausender den Großen Hafner.

Bald sollte es noch höher hinaus gehen – auf die zweite „eigene“ Hütte. Viele Jahre kam dabei eigentlich immer ein Gewitter auf, wenn Kloses sich auf den Weg zur Bonn-Matreier Hütte machten, sodass das letzte steile Stück im Laufschrift zurückgelegt werden musste. Als weitere Dreitausender wurden Rau- und Säulkopf erklimmt, die „Nordwand“ zur Badener Hütte über die Galtenscharte wirkte im Nebel mit den nach wie vor jungen Kindern nur halb so bedrohlich.

Auf der Bonn-Matreier Hütte hat sich Christoph dann wieder ein wenig „festgeliebt“. Als Hüttenwart und später Sektionsvorsitzender war ihm am guten Kontakt zu den Hüttenwirten wie auch den Sektionsvorsitzenden sehr gelegen. Das führte so weit, dass 1981 Kurt Raneburger und Sebastian Brugger die gesamte Familie in aller Herrgottsfrühe auf den Hohen Eichham führten – ein nachhaltig beeindruckendes Berg-Erlebnis.

Neben Bonner und Bonn-Matreier Hütte tat sich Christoph Klose aber auch sonst in den Ostalpen um: zahllose Male die Venedigergruppe, einmal mit Ersteigen des Großvenedigers, Ötztaler Alpen zusammen mit den Kindern, Zillertaler Alpen, Lechtaler Alpen, Karnische Alpen, Verwall, Glocknergebiet, Dolomiten, ... – mal mit einem oder mehreren Kindern, mal nur mit Elvira. Schließlich entdeckte Christoph das Ahrntal, grüßte von dort aus immer Osttirol auf der anderen Seite der Dreierherren- und Rötspitze – und jedes Jahr von neuem ging es „dienstlich“ mehrere Tage auf die Bonn-Matreier Hütte, am liebsten ins Rothmannzimmer.

Schließlich traf man sich auch mit Kindern und Kindeskindern oft in den Ber-

gen, einmal im Berchtesgadener Land, meistens aber im Ahrntal. Drei Enkelkinder unternahmen hier erste Bergtouren, entdeckten Klettersteige in den Dolomiten. Bis zur Coronapandemie verbrachten Christoph und Elvira jedes Jahr mindestens vier Sommerwochen in den Bergen, immer überzeugt davon, dass es für beide keine bessere Form von Erholung und Entspannung geben konnte, auch während und nach persönlichen Katastrophen, Krankheiten oder Unfällen.

Frei nach Lorient galt für Christoph Klose: „Ein Leben ohne Berge ist möglich, aber sinnlos.“

Ausgehend von dem sehr persönlichen Nachruf der Tochter von Christoph, ist es sehr nachvollziehbar, weshalb Christoph sein Engagement und Fokus auf die Hütten der Sektion gelegt und sich vehement dafür eingesetzt hat. Dazu zählt auch sein Engagement, teilweise mit juristischen Mitteln, für die Bonner Hütte am Pfannhorn oberhalb von Toblach: Das ehemals dem italienischen Staat gehörende Gebäude war, bedingt durch eine jahrzehntelange Nutzung als Weideviehunterstand, dem völligen Zerfall ausgeliefert. Die Intension von Christoph war, die Immobilie wieder so herzurichten, dass sie als Schutzhütte für uns Alpinisten zur Verfügung stehen konnte. Sein aufopfernder Einsatz brachte ihm leider und ungerechtfertigter Weise einige Häme, gelegentlich Feindseligkeit ein. Doch sicherlich hat auch sein Einsatz dazu beigetragen, dass das Haus renoviert und ausgebaut wurde, sodass sie heute wieder unter dem alten Namen Bonner Hütte zugänglich ist.

Unser Ehrenvorsitzender Christoph Klose starb am 21. Oktober 2024 einen Tag vor seinem 89. Geburtstag.

Nun müssen wir auch Dr. Elvira Klose, Ehefrau von Christoph und Ehrenmitglied der Sektion, betrauern. Sie verstarb am 24. Februar 2025 im Alter von 90 Jahren. Elvira hat Christoph in allen Belangen seiner langjährigen Tätigkeiten im DAV und der Sektion unterstützt.

Unser Beileid und Mitgefühl gilt den Angehörigen.

*Für die Mitglieder der Sektion
Der Vorstand.*

Wechsel des ASS-Versicherungspartners Neue Konditionen

Evelyn Albu

Für den großen Teilbereich der Bergungskosten und unfallbedingten Heilkosten hat der DAV die Zusammenarbeit mit der Würzburger Versicherung zum 31. Dezember 2024 beendet. Seit dem 1. Januar 2025 ist der neue Versicherer für diesen Teil des Alpinen Sicherheits-Service (ASS) die Union Krankenversicherung, ein Tochterunternehmen der Versicherungskammer Bayern. Die auf den Mitgliedsausweisen aufgedruckte Notrufnummer +49 89 30657091 bleibt bestehen; ebenso bleibt der von der Versicherung eingesetzte Assistance-Dienstleister, der die 24-Stunden Notfallnummer betreut, unverändert.

Die Versicherungssumme bei Such-, Rettungs- und Bergungsmaßnahmen beträgt künftig 50.000 Euro (bisher 25.000 Euro). Zudem werden bei tödlichen Unfällen jetzt Bergungskosten bis 10.000 Euro (bisher 5.000 Euro) übernommen, wenn der Eintritt des Todes bereits vor Beginn der Such-, Rettungs- und Bergungsmaßnahmen bekannt war. Ansonsten gilt auch hier künftig eine Versicherungssumme von 50.000 Euro. Beim Unfallschutz sowie bei der Haftpflichtversicherung gibt es keine Änderungen. Die Todesfallleistung aus der Unfallversicherung beträgt wie bisher zusätzlich 5.000 Euro.

Detaillierte Informationen zum bisherigen und künftigen Versicherungsschutz finden Mitglieder auf der Website des Alpenvereins unter **Services/Versicherungen/Alpiner Sicherheits-Service ASS**. ●

Im Verband, im Land, in der Sektion Positive Mitgliederentwicklung

Björn Langer

Der Deutsche Alpenverein ist im Jahr 2024 um 3,3 Prozent gewachsen. Die Zahl der Mitglieder stieg um 50.221 auf jetzt 1,57 Millionen. Bei den Neuanmeldungen handelt es sich überwiegend um Frauen – deren Anteil stieg von 41,2 Prozent 2014 auf nun 44,2 Prozent.

In Nordrhein-Westfalen betrug der Zuwachs 4,57 Prozent, der Landesverband zählt nun 140.206 Mitglieder. Deutlich überdurchschnittlich – 10,04 Prozent – ist die Steigerung in der Sektion Bonn.

Am 31. Dezember 2023 zählten wir 4.882 Mitglieder, ein Jahr später 5.372. ●

Ehrenamt in der DAV-Sektion Bonn

We want you!

Du möchtest gerne ehrenamtlich aktiv werden, weißt aber noch nicht, was genau Dich interessiert?

Du möchtest Dich in der Sektion engagieren, weißt aber nicht, ob wir Dich brauchen können?

Wir möchten Dir Antworten auf diese Fragen geben!

Dazu laden wir am Freitag, 16. Mai 2025, um 19 Uhr in unseren Gruppenraum, Gottfried-Claren-Straße 2, ein.

An diesem Abend informieren wir darüber, auf welche vielfältige Art und Weise du Dich in die Sektion einbringen kannst. Wir stellen Dir einige ausgewählte Bereiche konkret vor. Und wir verraten Dir, was wir von Dir erwarten – und was Du von uns zurückbekommst.

Zur besseren Planung bitten wir bis Mittwoch, 14. Mai 2025, um Anmeldung per Mail an bjoern.langer@dav-bonn.de.

Du darfst aber auch gerne spontan vorbeikommen. Und eins sei vorweg verraten:

Wir freuen uns in vielen Bereichen über helfende Hände!

Abbuchung bereits im Dezember Mitgliedsbeitrag für 2026

Bitte beachten Sie:

Beginnend mit dem Mitgliedsjahr 2026 werden wir die Mitgliedsbeiträge in der ersten Dezemberwoche des Vorjahres einziehen. Also erstmals zwischen dem 1. und 5. Dezember 2025.

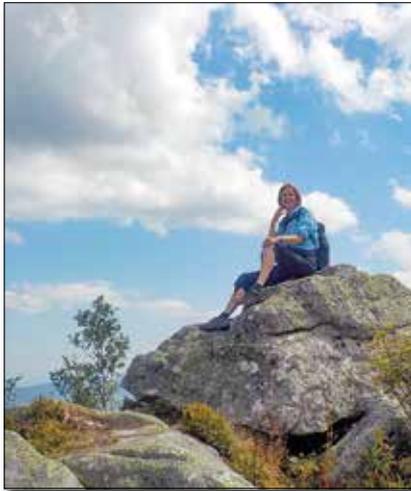
Begründung:

Das Mitgliedsjahr beginnt gemäß Satzung des Deutschen Alpenvereins jeweils am 1. Dezember eines Vorjahres (siehe Mitgliedsausweis).

Wir stellen vor

Wir möchten den Aktiven in unserer Sektion, ohne die viele Dinge nicht möglich wären, ein Gesicht geben. In dieser Ausgabe stellen wir Euch das Team der **Wanderkoordinatoren** vor.

Du hast Interesse, Dich ebenfalls einzubringen? Dann freuen wir uns über Deine Mail an info@dav-bonn.de!



Friederike Goetzke

Trainerin C Bergwandern

Ihr Motto: Gut leben heißt, engagiert zu leben.

B&T: Wie bist Du zum Bergsport gekommen?

F.G.: Von Kindesbeinen an durch Sommerurlaube in den Alpen, dann wurde es zur Passion.

B&T: Warum hast Du Dich für ein Ehrenamt beim Alpenverein entschieden?

F.G.: Die Aufgabe als Wanderkoordinatorin finde ich interessant und sinnvoll; außerdem arbeite ich gern gemeinsam an etwas. Aus meiner Trainertätigkeit konnte und kann ich mitnehmen, Verantwortung zu übernehmen; auch, Transparenz und Umsicht nach außen zu bringen.

B&T: Warum Berge und nicht das Meer?

F.G.: Als Kielerin kann ich darauf nur antworten: Sowohl die Berge als auch das Meer!

Kontakt: friederike.goetzke@dav-bonn.de



Lars Schmidt

Trainer C Bergwandern

B&T: Wie bist Du zum Bergsport gekommen?

L.Sch.: Ich bin in Alpennähe aufgewachsen und war von klein auf bei Bergtouren meiner Eltern mit dabei. Die erste war mit drei Jahren auf der Bovalhütte im Engadin.

B&T: Welche alpine Disziplin liegt Dir am meisten bzw. wie bist Du am liebsten unterwegs?

L.Sch.: Definitiv das Wandern, vor allem Weitwanderungen. Meine schönste Tour ging durch Nordengland von Küste zu Küste.

B&T: Was darf in Deinem Rucksack niemals fehlen?

L.Sch.: Die Stirnlampe. Seit einem Abstieg in totaler Dunkelheit bei einer Tagestour, die sich länger zog als erwartet, ist eine Stirnlampe in der Regel dabei.

Kontakt: lars.schmidt@dav-bonn.de



Christian Knoche-Hager

Trainer C Bergwandern

Motto: Berge sind stille Meister (Goethe)

B&T: Wie bist Du zum Bergsport gekommen?

Ch.K.-H.: Geboren in München und im Süden der Stadt aufgewachsen, hatte ich bei schönem Wetter immer die Bergkette der Ostalpen vor Augen. So bin ich in meinen jungen Jahren ihrer Anziehungskraft oft erlegen. Als ich dann vor 25 Jahren nach Bonn kam, war ich zunächst von der geringen Höhe der Berge enttäuscht. Nach und nach habe ich dann aber das Wandern in den Mittelgebirgen um Bonn herum sehr schätzen gelernt.

B&T: Welche alpine Disziplin liegt Dir am meisten?

Ch.K.-H.: In den letzten drei Sommern habe ich das Hüttentrekking in den Alpen als meine Lieblingsdisziplin entdeckt. Über mehrere Tage und Wochen hoch oben in den Bergen unterwegs zu sein, schafft wunderbar Abstand zum Alltag. Weitgehend unberührte Natur, die wechselnden Wetter, das Durchwandern von Talabschnitten, die am Ende auf einer Scharte wieder einen völlig neuen Weitblick ermöglichen – dazu das Ankommen jeden Abend auf einer anderen Hütte mit ihren Eigenarten – einfach großartig!

B&T: Was darf in Deinem Rucksack niemals fehlen?

Ch.K.-H.: Eine Lupe für das genaue Kartenstudium und das Stadion-Sitzkissen vom FC Bayern :-)

Kontakt: christian.knoche-hager@dav-bonn.de



Neue Bonner Hütte

Lage:

1.712 m oberhalb von Rennweg in Kärnten in gefahrlosem Almgebiet

Hüttenwirt:

Andreas König, Römerweg 18, A 9871 Seeboden,
Hütte: Frankenberg 18, A 9863 Rennweg am Katschberg
Tel.: (Tal) +43 699 11521051, Tel.: (Hütte) +43 664 9492446
E-Mail: neue.bonner.huette@gmx.at,
Internet: www.neue-bonner-huette.at

Hüttenöffnung:

vom 25. Mai bis Ende September/Anfang Oktober

Anreise:

Bahn: Bahnhof Spittal - Millstätter See; Bus bis Rennweg
Auto: Tauernautobahn Ausfahrt Rennweg, im Sommer auf teilweise ungeteilter Straße bis zur Hütte



Bonn-Matreier Hütte

Lage:

Osttirol, am Venediger Höhenweg am Rand des Nationalparks Hohe Tauern auf 2.750 m, umgeben von einem Kranz von Dreitausendern

Hüttenwirt:

Andreas Rainer
Tel.: (Hütte) +43 4874 5577, Tel.: (mobil) +43 664 3481006
E-Mail: office@bonnmatreier-huette.at
Internet: www.bonn-matreier-huette.at

Hüttenöffnung:

vom 1. Juni bis Ende September/Anfang Oktober

Anreise:

Bahn: Lienz i.O. weiter mit Bus nach Matrei-Prägraten
Auto: Inntalautobahn bis Kufstein, Mittersill, Felbertauern-tunnel, Matrei, Prägraten



Die Antworten auf unser Rätsel!

Wie heißen diese sieben Knoten?



Doppelter Ankerknoten



Doppelter Überhandknoten mit Schlaufe



Sackstich



Rettersitzknoten



Schmetterlingsknoten



Halbmastwurf



Mastwurf

Leider konnte dieses Rätsel nicht gelöst werden.

Der Kommunikationsgipfel 2024

Das abschließende Gruppenfoto.
Frage: Wo sind die Bonner?
Hier sind die Bonner!
Foto: DAV-Hauptverband



Harald von Pidoll

Evelyn Albu

Hier unser neues Rätsel!

Wie lang ist die längste, nach diesem Prinzip konzipierte Seilbahn Deutschlands?



Quelle: Zeit-online 2/2022
Grafik: Cyprian Lothringer

Zu gewinnen gibt es das AV-Jahrbuch 2025 (Schwerpunkte: „Dachstein“ und „Fotografieren“).

Die Gewinnerin oder der Gewinner wird per Los aus allen richtigen Einsendungen ermittelt.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die Lösung senden Sie bitte bis Montag, 15. September 2025 an bergundtal@dav-bonn.de

Viel Glück!

Internationales Jahr der Erhaltung der Gletscher

Wir suchen: Ihre Fotos

Text und Fotos: Björn Langer

Mit dem Ziel, das Bewusstsein für die Bedeutung von Gletschern im Klimasystem und Wasserkreislauf zu stärken sowie auf die Folgen des Gletscherschwunds aufgrund der globalen Erwärmung aufmerksam zu machen, wurde das Jahr 2025 von den Vereinten Nationen zum „**Internationalen Jahr der Erhaltung der Gletscher**“ erklärt. Wir möchten die Gelegenheit nutzen, um zu dokumentieren, was Gletscher für uns als Alpinsportler bedeuten. Daher sammeln wir Fotos, die „unberührte“, aber auch vom Menschen geprägte Eisfelder oder von Gletschern geformte Landschaften zeigen, ebenso wie Bilder von Aktivitäten auf Gletschern. Dabei ist es ganz egal, ob diese in den Alpen oder an einem anderen Ort der Erde entstanden sind. Eine Auswahl davon präsentieren wir in der nächsten Ausgabe unserer Sektionszeitschrift „Berg & Tal“.

Sie haben geeignetes Bildmaterial? Dann lassen Sie uns dieses inklusive einer kurzen Beschreibung bis zum 15. September 2025 per Mail an bergundtal@dav-bonn.de zukommen! Unter allen Einsendungen verlosen wir fünf Alpenvereins-Jahrbücher der letzten Jahre.

Mit der Einsendung erklären Sie sich damit einverstanden, dass die DAV-Sektion Bonn die Bilder unter Nennung Ihres Namens für Veröffentlichungen (Print und online) nutzen darf. Bitte senden Sie uns nur Aufnahmen, die von Ihnen gemacht wurden und, sofern Personen zu sehen sind, die Einverständnis der Abgebildeten eingeholt wurde. 



Österreichs Gletscher schmelzen in Rekordtempo Minus 24 Meter

Text: Björn Langer

2025 wurde von den Vereinten Nationen und der Weltorganisation für Meteorologie zum „Internationalen Jahr zum Schutz der Gletscher“ erklärt, der 21. März zudem zum „Welt-Gletscher-Tag“. Ziel dieser Aktionen ist es, den Fokus der Bevölkerung auf das Abschmelzen der großen Eisfelder weltweit zu lenken. Dies ist nicht nur nötig, damit wir Alpinsportler weiterhin ein Betätigungsfeld haben. Gletscher sind vor allem auch von entscheidender Bedeutung für die Regulierung des globalen Klimas und die Bereitstellung von Süßwasser für Millionen von Menschen. Doch die aktuellen Zahlen des Gletschermessdienstes des Österreichischen Alpenvereins alarmieren.

Insgesamt 90 Gletscher wurden im Gletscherhaushaltsjahr 2023/24 vermessen. Die traurige Bilanz: Nur drei blieben in



Gletschermesser Klaus Reingruber bei der Arbeit am Dachstein.
(Foto: Alpenverein/P. Neuner-Knabl)

ihrer Größe unverändert, im Schnitt zogen sich die Studienobjekte um 24,1 Meter zurück. Das ist nach dem Rekordjahr 2021/22 mit 28,7 Metern Rückgang und 2016/17 (25,2 Meter) der dritthöchste Wert, der in der Geschichte des Gletschermessdienstes ermittelt wurde – und dicht gefolgt vom Vorjahr 2022/23 (23,9 Meter). Die Daten der gesamten 134-jährigen Reihe sind im neuen interaktiven Gletschermonitor (alpenverein.at/gletschermonitor) abrufbar.

Die größten Eisverluste wurden in den Öztaler Alpen gemessen: Der Sexegerntenferner schrumpfte um 227,5 Meter, der Taschachferner um 176 Meter, der Gepatschferner um 104 Meter. Auf Platz

4 folgt der Hallstätter Gletscher am Dachstein, sein Rückgang beträgt 73,3 Meter. Die Pasterze, die im Messjahr 2022/23 noch mit einem Rückgang von 203,5 Metern die Liste anführte, liegt nun mit 66,3 Metern auf Platz 6.

Für den starken Rückgang machen die Forschenden vor allem ein außergewöhnlich warmes Jahr – 1,9 Grad über dem langjährigen Mittel – verantwortlich. „Besonders die hohen Temperaturen im Juni, Juli und August 2024 haben dazu geführt, dass die Gletscher in rasantem Tempo abschmelzen konnten“, erklärt Andreas Kellerer-Pirklbauer, der gemeinsam mit Gerhard Lieb den Gletschermessdienst wissenschaftlich leitet. Zudem seien

sommerliche Schneefälle, die den Prozess abbremsen können, ausgeblieben.

„Die neuerlichen Rekordwerte zeigen eindrucksvoll, dass sich die österreichischen Gletscher weiterhin in einer Phase des raschen Verfalls befinden“, erklärt Lieb. Es sei damit zu rechnen, dass die Alpenrepublik in spätestens 40 bis 50 Jahren weitestgehend eisfrei sein werde. Letztendlich ist diese Entwicklung aber ein globales Problem, erklärt Nicole Slupetzky, Vizepräsidentin des Österreichischen Alpenvereins: „Der Mensch muss nicht das Klima schützen, sondern sich selbst, indem er etwas für das Klima tut, aus reinem Selbsterhaltungstrieb.“



Text: Björn Langer

Jedes Jahr wählt die **Deutsche Wildtier Stiftung** ein Tier des Jahres, auf das in der Öffentlichkeit aufgrund seiner Gefährdung, der Bedrohung seines Lebensraums oder eines bestehenden Mensch-Wildtier-Konflikts aufmerksam gemacht werden soll. 2025 fiel die Entscheidung auf den **Alpenschneehasen**.

Das Vorkommen des Alpenschneehasen ist in Deutschland auf Höhenlagen ab 1.300 Metern begrenzt. Er bewohnt die Bereiche an der Baumgrenze, wo er zwischen Gebirgsweiden und schützenswerter Vegetation wechseln kann. Wichtig ist dabei, dass er immer genug Deckung

Das Wildtier des Jahres 2025 Der Alpenschneehase

sowie Gräser und Kräuter als Nahrung findet. Im Winter frisst der Alpenschneehase zudem Knospen, Rinde und junge Triebe. Für eine optimale Verwertung der pflanzlichen Kost lecken sich die Tiere den sogenannten Blinddarmkot vom Anus und fressen diesen direkt wieder auf. Durch die sogenannte Caecotrophie (zusammengesetzt aus Caecum = lateinisch für Blinddarm und Trophie = altgriechisch für Ernährung) kommen sie an Nährstoffe, die Bakterien im Blinddarm produzieren. Davon zu unterschei-

den sind die harten, hauptsächlich aus Grasresten bestehenden Kotpillen.

Schneehäsinnen werfen in höheren Lagen zweimal im Jahr drei Jungtiere, in tieferen Lagen dreimal im Jahr zwei. Dafür suchen sie sich geschützte Orte wie Felsnischen oder umgestürzte Bäume. Der Nachwuchs kann direkt nach der Geburt sehen und hat Fell; um nicht die Aufmerksamkeit von Adlern, Füchsen oder Mardern auf sich zu ziehen, kommt die Mutter für rund sechs Wochen nur einmal am Abend zum Säugen. Bereits etwa neun Tage nach der Geburt beginnen die jungen Hasen mit dem Fressen von Gras.

Alpenschneehase im Sommer- und Winterfell. (Fotos: [imagebroker.com/Stefan Huwiler](https://www.imagebroker.com/Stefan-Huwiler/))



Die nächsten Schneehasen-Populationen leben in Skandinavien, Schottland und dem Baltikum. Mit dem Feldhasen ist der Alpenschneehase verwandt, aber kleiner – die Kopf-Rumpf-Länge beträgt maximal einen halben Meter – und mit kürzeren Beinen und Ohren. Beides ist eine Anpassung an den Lebensraum, geht durch das günstigere Verhältnis von Körperoberfläche zu Körpervolumen bei niedrigen Temperaturen doch weniger Körperwärme verloren (Allensche Regel). Eindeutig zu erkennen ist der Alpenschneehase an seiner durchgehend weißen Blume, wie der Hasenschwanz in der Jägersprache genannt wird. An den Lebensraum im Gebirge ist der Alpenschneehase zudem durch breite, stark behaarte Pfoten, die ein allzu starkes Einsinken in den Schnee verhindern, angepasst. Das weiße Winterfell – im

Sommer ist das Tier braun gefärbt – dient nicht nur zur Tarnung, es schützt mit einem Unterfell sowie darüberliegenden hohlen, luftgefüllten und dadurch isolierenden Haaren auch vor niedrigen Temperaturen. Der Energieverlust wird dadurch im Vergleich zum Sommerfell um rund 25 Prozent gesenkt. Auch mit seinem Verhalten passt sich der Alpenschneehase an die Kälte an: Er lässt sich einschneien oder gräbt sich Höhlen in den isolierenden Schnee. Vor Fressfeinden wie dem Steinadler schützt sich der Alpenschneehase nicht nur durch die Tarnfärbung des Fells, sondern auch durch Dämmerungs- und Nachtaktivität.

Die größte Bedrohung für den Schneehasen ist der Klimawandel. Zum einen fällt der Schnee später und schmilzt früher, so dass die Tiere im Winterfell für

Beutegreifer auf schneefreien Flächen leicht zu entdecken sind. Eine Gefahr ist zudem die Konkurrenz durch den Feldhasen, der mittlerweile auch in höheren Lagen ideale Lebensbedingungen findet. Zum einen verdrängt der größere Verwandte die Alpenschneehasen, zum anderen kommt es vor, dass sich die beiden Arten paaren und Nachkommen zeugen; diese Hybriden werden im Alpenraum immer häufiger.

Zuletzt sorgen Tourenski- und Schneeschuhgeher für immer mehr Stress bei den scheuen und störungsempfindlichen Tieren, die meist Reißaus nehmen, bevor ein Wintersportler sie entdeckt. Jede Flucht kostet wertvolle Energie. Daher ist es wichtig, sich möglichst an ausgewiesene und/oder vielbegangene Wege zu halten und (saisonale) Sperrungen zu beachten. ●

Positionspapier zu Wolf, Bär, Luchs und Goldschakal Ein Schritt zur Rückkehr?

Text: Björn Langer

Wie umgehen mit Wolf, Braunbär, Luchs und Goldschakal? Diese Frage stellte sich im Auftrag der österreichischen Nationalparks ein Fachausschuss, der ein entsprechendes Positionspapier verfasste, in dem die Rückkehr generell begrüßt wird. Dieses soll als Grundlage für eine weitere Diskussion dienen.

Die wichtigsten Punkte:

- Zu den Kernaufgaben von Nationalparks gehört der Schutz von intakten Ökosystemen. Solche verfügen über ein vollständiges Artenspektrum, in dem sämtliche Angehörige der gebietstypischen Nahrungspyramide vertreten sind, einschließlich der großen Beutegreifer. In Mitteleuropa fehlen diese Arten zumeist, da sie in den letzten 200 Jahren vom Menschen ausgerottet oder stark zurückgedrängt wurden. Dadurch fehlt auch ein entscheidender Faktor, der auf Lebensräume und -gemeinschaften Einfluss nimmt.
- Gerade in Prozessschutzgebieten wie Nationalparks sollte an der Wiederherstellung des vollständigen, gebietstypischen Artenspektrums einschließlich großer Beutegreifer gearbeitet werden. Allerdings sind die fünf



Im Nationalpark Kalkalpen sind nach aktuellem Stand fünf Luchse heimisch.
(Foto: Roland Mayr)

österreichischen Nationalparks (Gesäuse, Hohe Tauern, Kalkalpen, Neusiedler See-Seewinkel und Thayatal), die gerade einmal drei Prozent der Landesfläche bedecken, zu klein, um unabhängig von der Schutzgebietsumgebung eigenständige, langfristige überlebensfähige Populationen von großen Beutegreifern beherbergen zu können. Daher ist die Einbindung des Umlands wichtig. Konflikte mit der Almwirtschaft sollen beispielsweise durch die Förderung von Herdenschutzmaßnahmen minimiert werden.

- Die Anwesenheit großer Beutegreifer sei nicht nur aus ökologischer Sicht sinnvoll, sie hätte auch großen Einfluss auf den Bildungsauftrag und die Attraktivität der Gebiete. Um Wildtiere nicht nur in Form von Spuren, Losungen oder Fellresten erleben zu können, müsste die Jagd innerhalb und außerhalb der Reservate eingestellt werden.
- Ein weiterer Aspekt: „Die Notwendigkeit, sich auf die Anwesenheit von großen Beutegreifern einzustellen, ist für Nationalparkbesucher ein wichtiges Lernfeld und regt zum Nachdenken über den Platz des Menschen in seiner Mitwelt ein.“ ●

Dünnschnabel-Brachvogel ausgestorben „Mit 96-prozentiger Sicherheit“

Björn Langer

Ende letzten Jahres veröffentlichte ein internationales Forscherteam in der ornithologischen Fachzeitschrift „Ibis“ einen Beitrag, in dem sie den Dünnschnabel-Brachvogel für ausgestorben erklären. Die Wahrscheinlichkeit dafür läge bei 96 Prozent.

Das letzte Nest wurde 1924 in der Nähe von Tara in der russischen Oblast Omsk dokumentiert, die letzte Sichtung stammt aus dem Jahr 1995, als ein im marokkanischen Merja Zerga überwinterndes Exemplar beobachtet wurde. Der finale Nachweis aus Deutschland wurde im April 1927 in Baden-Württemberg erbracht.

Der Dünnschnabel-Brachvogel brütete in den Mooren Westsibiriens, die letzten Vorkommen wurden – ohne Nachweis – in Kasachstan vermutet. Die Wintermonate verbrachte die Art im Mittelmeerraum. Bis ins 19. Jahrhundert hinein gibt es Berichte über große Schwärme, im 20. Jahrhundert nahm die Zahl rapide ab.



Die Zeichnung des Dünnschnabel-Brachvogles stammt vom dänischen Naturforscher Henrik Grönvold (1858-1940)

Als Hauptursache für das Aussterben werden eine Intensivierung der Landwirtschaft, die Trockenlegung von Feuchtgebieten sowohl in den Brut- wie auch den Überwinterungsgebieten, und, in geringerem Umfang, die Bejagung angenommen. Nach dem Riesenalk (das

letzte Exemplar wurde 1852 gesehen) und dem Kanaren-Austernfischer (1913 letztmals nachweislich gesichtet, eine unbestätigte Beobachtung stammt von 1981) ist der Dünnschnabel-Brachvogel die dritte europäische Vogelart, die in historischer Zeit ausstarb. ●

Pilzimpfung für Fichte, Buche und Tanne Rückkehr in den Bayerischen Wald

Text und Foto: Björn Langer

Zehn seltene, zum Teil stark bedrohte Pilzarten, die auf naturnahe Wälder angewiesen sind, sollen im Nationalpark Bayerischer Wald wieder angesiedelt werden. Dazu werden rund 400 Baumstämme der Wirtsbäume – Fichte, Buche und Tanne – mit Holzdübeln, auf die zuvor das Mycel (die „Wurzeln“) der gewünschten Spezies aufgetragen wurde, „geimpft“ und anschließend an 20 Plätzen in der Managementzone des Schutzgebiets verteilt.

„Von der Bedeutung her kann man das durchaus mit der Auswilderung der Bartgeier im Nationalpark Berchtesgaden vergleichen“, sagt der Mykologe Peter Karasch. „Ich bin sicher, dass wir in spätestens zwei Jahren erste Fruchtkörper entdecken werden.“

Die Deutsche Bundesstiftung Umwelt unterstützt das von der Universität Bayreuth wissenschaftlich begleitete Projekt mit 351.250 Euro. ●

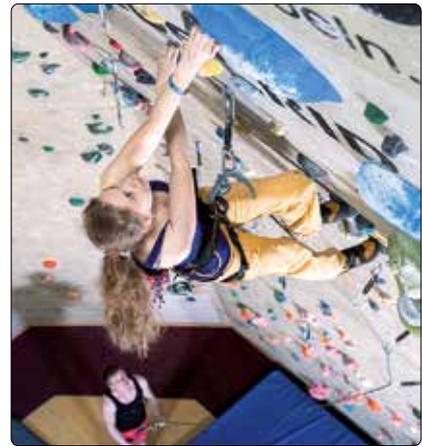
Der korallenartige, auf alten Buchen wachsende Ästige Stachelbart - hier eine Aufnahme aus dem Nationalpark Hunsrück-Hochwald - gehört zu den Arten, die im Bayerischen Wald wieder heimisch werden sollen.



Die Bonner Jugend im Deutschen Alpenverein - JDAV Bonn



Herbst 2019 auf der Madrisahütte im Montafon, Österreich. Foto: Tillmann Hüsch



Alle Jugendlichen ab 14 Jahren treffen sich freitagnachmittags in der Bronx-Rock Kletterhalle in Wesseling. Quelle: Goller/Oprean



Martha Peters, Jugendreferentin

In den Jugendgruppen heißt die Bonner Sektion bereits Kinder ab 10 Jahren auch ohne ihre Eltern willkommen.

Aufgeteilt nach dem Alter der Mitglieder gibt es drei Gruppen:

Die **Jugend 10+**, die **Jugend 14+** und die **Jugend 18+**.

Außer wöchentlichen Gruppentreffen in der Kletterhalle Bronx-Rock in Wesseling, organisieren die Jugendleiter bei gutem Wetter auch Tagesausflüge in die nähere Umgebung oder Jugendfahrten in die Alpen.

Wer sich für eine der drei Jugendgruppen interessiert, kann sich gerne unter www.dav-bonn.de/gruppen/jugendgruppe/ mit den Leitern in Kontakt setzen – Wir freuen uns über jeden, der schnuppern kommt.

Martha Peters, E-Mail: jdav@dav-bonn.de ●

NRW-Jugend traf sich zum Schwarzlichtklettern

Ausflug zu Pütt@night

Text: Tjore und Kathleen

Wie in den letzten zwei Jahren waren wir als Jugend wieder bei Pütt@night in Essen. Bei dieser Aktion sind alle Kinder und Jugendlichen aus NRW zum Schwarzlichtbouldern eingeladen.

Angereist sind wir am Samstagmittag mit öffentlichen Verkehrsmitteln und haben vor Ort noch ein paar Spiele gespielt. Nach der offiziellen Eröffnung ging es direkt mit verschiedenen Stationen, zum Beispiel Schminken mit Schwarzlichtfarben, Hangboard und

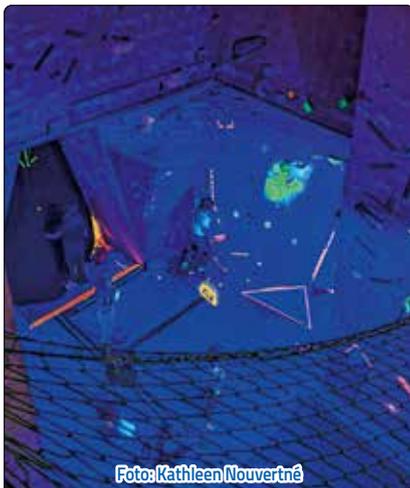


Foto: Kathleen Nouwertné

Boulder-Twister, los. Parallel konnte gebouldert werden, und auch das Abendessen kam nicht zu kurz. Bis spät in die Nacht wurde in den Sport- und Boulderhallen gespielt und getobt. Anschließend haben wir die Isomatten und Schlafsäcke ausgepackt, um Kraft für den nächsten Tag zu tanken.

Ausgeschlafen ging es mit dem Frühstück los, und alles wurde wieder aufgeräumt sowie geputzt. Zum krönenden Abschluss fand noch eine Tombola statt, wo die Gewinne von Aufstrich bis zu Kletterschuhen reichten. Die Rückreise wurde gemeinsam mit vielen anderen Sektionen per Bahn angetreten. Wir freuen uns, alle im nächsten Jahr wiederzusehen. ●





Alpinfahrt der 18+ auf die Fidelitashütte Zur Wilde Hilde

Gruppenfoto mit selbstgebautem Steinturm. (Foto: Lea Kamps)

Text: Kathleen Nouvertné und
Tim Riefstahl

Die Anreise der einzelnen Teilnehmenden hätte unterschiedlicher nicht sein können: Während die einen direkt von der vorangegangenen Hüttentour kamen, mussten ein paar wenige Packesel den gesamten Proviant und die geliehene Ausrüstung aus Bonn mit der Bahn heranschaffen.

Am Zielort Obergurgl (im Ötztal) angekommen, wurde die Zeit bis zum Abendessen knapp und entsprechend zügig machten wir uns auf den Weg zur Langtalereckhütte (2.430 m).

Nach einer entspannten Nacht ging es am nächsten Tag auf unseren ersten Gipfel, das Eiskögele (3.228 m). Wieder

Seilschaft auf dem Gletscher.
(Foto: Kathleen Nouvertné)



Zum Sonnenaufgang auf dem Gletscher. (Foto: Lilian Nouvertné)

zurück an der Hütte wurden die schweren Rucksäcke aufgesattelt und der Aufstieg zur Fidelitashütte (Selbstversorger, 2.883 m) begann. Unterwegs nutzten wir einen Bergsee zur Abkühlung. Von dort sahen wir schon unsere Unterkunft für die nächsten Tage, die von Gletschern und Gipfeln umgeben ist. Oben angekommen haben wir uns eingerichtet, Wasser geholt und den Ofen angeheizt. Nach einem leckeren Abendessen ging es schnell ins Bett. Der Tagesrhythmus in dieser Woche sollte aufgrund der Wetterlage stark von unseren Gewohnheiten abweichen.

Der Montag begann also mit einem Frühstück im Dunklen, um der Gewittergefahr am Nachmittag auszuweichen. Wir machten uns auf zum Gletscher, um am Rande des Gurgler Ferners Steigeisen- und Eispickeltechniken zu erproben.

Danach ging es noch auf den Annakogel (3.336 m) hinauf, von wo aus wir bereits die Gipfel der nächsten Tage erblicken konnten. Im Abstieg bauten und testeten wir T-Anker als Sicherungspunkte. Wieder zurück auf der Hütte nutzten wir den Nachmittag, um einen extrem festgezogenen Achterknoten mittels eines Flaschenzugs zu lösen. Nach diesem Erfolg aßen wir Reis mit Curry zum Abendessen. Außerdem bekamen wir in der eigentlich vollbelegten Hütte Besuch von einem weiteren Gast. Zum Glück gab es noch eine Notmatratze.

Für den Dienstag planten wir die Tour zur Falschungsspitze (3.363 m). Wir starteten wieder früh vor dem Sonnenaufgang, so dass wir um 9.30 Uhr auf dem Gipfel standen. Im Abstieg flohen wir zügig vor den aufziehenden Gewitterwolken zurück zur schützenden Hütte. Den Nach-



Die Hochwilde in Wolken. (Foto: Kathleen Nouvertné)

mittag gingen wir entspannt an. Nach dem Abendessen planten wir für den nächsten Tag den Nordgipfel der Hochwilden (auch Hohe Wilde, 3.458 m, von uns in „Wilde Hilde“ umgetauft).

Der Tag startete um 4.30 Uhr mit unserem Frühstück, welches aus Müsli mit Pulverhafermilch bestand. Danach ging es zügig zum Gletscher und weiter bis zum Annajoch (3.138 m). Ab dort bildeten wir eine Seilschaft, um sicher über den schneebedeckten Gletscher zu gelangen. Das letzte Stück bis zum Gipfel legten wir auf einem versicherten Steig zurück. Oben verspeisten wir unser Mittagessen,

welches, wie jeden Tag, aus selbstgebackenem Brot und Käse bestand. Da sich die Sicht vom Gipfel verschlechterte, machten wir uns auf den Rückweg. Unterwegs kamen wir an einer großen Gletschermühle vorbei, wo wir die Spaltenrettung mit dem Mannschaftszug erprobten und leichte Kletterei im Eis wagten. Wieder zurück auf der Hütte bereiteten wir den Gemüse-Linsen-Eintopf vor und wappneten uns für den höchsten Gipfel dieser Woche.

Am Donnerstag starteten wir noch mit Stirnlampen im Morgengrauen unseren Weg zum Schalfkogel (3.540 m). Am

Gletschersee. (Foto: Kathleen Nouvertné)



Übergang vom Gletscher zum Fels erwartete uns teils nasse Kletterei, in der wir ein Fixseil zur sicheren Besteigung einrichteten. Beim Erklimmen der Felswand lösten sich einige lose Steine, wobei ein größerer das Seil stark beschädigte, was uns einen großen Schrecken einjagte. Weiter ging es erst über Felsen und Geröll hinauf zum Kleinleitenerner. Über diesen Gletscher gelangten wir zum Schalfkogeljoch (3.371 m), von wo aus wir den Gipfelgrat bei unserer Mittagspause auskundschafteten. Frisch gestärkt bestritten wir den Grat, welcher sich als deutlich fester erwies als er-



Eisklettern. (Foto: Kathleen Nouvertné)

wartet. Am Gipfel genossen wir die Aussicht auf die wunderschöne Bergwelt und verspeisten wie immer unsere Gipfelschokolade. Danach ging es den selben Weg wieder zurück, wobei wir Steinmännchen bauten und statt des Fixseils eine Abseilpiste einrichteten. Zurück auf der Hütte wurden Nudeln gekocht. Spät abends gesellten sich auf Grund von Regen zwei auf der Veranda Biwakierende zu uns, mit denen wir noch die aufziehenden Sterne genossen.

Am nächsten Tag nahmen wir uns den Grat hinter der Hütte vor und setzten somit unsere Dreitausenderserie weiter fort. Wieder zurück an der Hütte bauten wir einen großen Steinturm, um unsere Wasserstelle zu markieren. Als Wegbeschreibung wurde zusätzlich ein selbst

verfasstes Gedicht in der Hütte hinterlassen. Anschließend gab es eine Suppe mit Brot zur Stärkung.

Am Nachmittag wurde gepackt und gereinigt. Zum Abendessen gab es veganen Kaiserschmarrn mit verschiedenen süßen Beilagen. Den Abend ließen wir mit Spielen ausklingen.

Am Samstag wurden die letzten Reste gefrühstückt und ein letztes Mal aufgeräumt. Im Abstieg machten wir noch einen Abstecher zu einer spektakulären Hängebrücke, bevor es wieder zurück nach Obergurgl ging. Von dort aus traten wir den Heimweg an.

Allen acht Teilnehmenden hat die Fahrt großen Spaß und viele neue Erfahrungen bereitet, trotzdem freuten wir uns alle auf eine warme Dusche. 🟡



Die Fidelitashütte, rechts, neben dem 2016 geschlossenem Hochwildehaus.
(Foto: Jonathan Volz)

Einladung zur Jugendvollversammlung 2024

Liebe Kinder und Jugendliche der DAV-Sektion Bonn!

Wir laden Euch hiermit herzlich zu unserer Jugendvollversammlung

am Sonntag, 2. November 2025 ab 15 Uhr

in die Gottfried-Claren-Straße 2, 53225 Bonn-Beuel ein.

So könnt Ihr mitbestimmen, wo es lang geht und wisst, was ansteht.

Wir möchten nicht **über** Euch sondern **mit** Euch entscheiden! Als höchstes Entscheidungsgremium der Jugend in der DAV Sektion Bonn gibt es deshalb einmal im Jahr eine Jugendvollversammlung. Dort stimmen wir über Änderungen unserer Jugendordnung ab, wählen, wer uns nach außen vertreten soll und überlegen, was wir im kommenden Jahr gemeinsam machen wollen. Damit es nicht zu langweilig wird, haben wir auch ein paar Spiele im Gepäck!

Teilnahme- und stimmberechtigt sind alle Mitglieder der Sektionsjugend ab 10 Jahren bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres.

Eine Stellvertretung durch Erziehungsberechtigte oder Jugendleiter*innen ist nicht zulässig. Ausschließlich teilnahmeberechtigt sind außerdem alle Funktionsträger*innen der Sektionsjugend sowie der Sektionsvorstand.

Vorläufige Tagesordnung

1. Herzlich willkommen! – Begrüßung
2. Was war?
 - 2.1 Berichte aus 2024/2025
3. Wahlen
 - 3.1 Wahl zweier Jugendringdelegierter
 - 3.2 Wahl des Jugendausschusses
 - 3.3 Wahl der Delegierten für Landes- und Bundesjugendversammlung
4. Was kommt? – Planungen für 2026
5. Sonstiges
6. Und tschüss! – Verabschiedung



Weitere Anträge an die Jugendvollversammlung sind bis zum **26.10.2025** schriftlich an jdav@dav-bonn.de einzureichen.

Meldet Euch bitte bis zum **26.10.2024** unter jdav@dav-bonn.de an, wenn Ihr an der Jugendvollversammlung teilnehmen möchtet und bringt Euren DAV-Mitgliedsausweis mit.

Herzliche Grüße

Martha Peters und Thilo Wüstenberg

(Jugendreferentin) (Stellv. Jugendreferent)

Familiengruppe der DAV Sektion Bonn

Möchtest Du Touren oder Wanderungen mit der Familiengruppe leiten, dann schreibe uns einfach an. Wir freuen uns immer wieder über neue Ideen und Leute, die Lust haben, in der Gruppe mitzuhelfen. Außerdem bietet der Deutsche Alpenverein tolle Aus- und Weiterbildungen zu und für Familiengruppenleitern/-leiterinnen an. Dabei dürfen die eigenen Kinder mitgenommen werden (max. zwei), es wird zwischen verschiedenen Altersgruppen unterschieden.

Bei Interesse und Fragen maile an:

familiengruppe-leitung@dav-bonn.de

Bei speziellen Fragen zu Aus- und Fortbildungen steht Euch auch unser Ausbildungsreferent David Colling zur Verfügung: ausbildung@alpenverein.de

Klettertreff für klettererfahrene Eltern

Termin: Jeden ersten Sonntag im Monat

Infos: bei Joachim Schowalter, E-Mail: joachim.schowalter@dav-bonn.de
Einladung erfolgt in der Woche vor dem Termin über den Familiengruppen-E-Mail-Verteiler.

Schreibe uns an, wenn Du auch mal eine Wanderung mit der Familiengruppe organisieren möchtest.

Oder schreibe direkt in den Verteiler. E-Mail: familiengruppe-verteiler@dav-bonn.de

Alle Wanderungen sind Gemeinschaftswanderungen, d.h. die Organisatoren übernehmen keine Verantwortung für andere Personen - außer Ihren Kindern.



Hinweis: Die Termine für die Veranstaltungen finden Sie im hinteren Teil des Heftes.

Wenns mal regnet. Ausmalbild vom Campen





Text und Fotos: Christiane Schmück, Florian Melchers und Harald Gahl

Der DAV-Mountainbike-Treff war 2024 leider nur mäßig besucht. Aus diesem Grund werden wir vorerst keine festen Termine mehr anbieten. Für 2025 sind von uns drei bis vier Tagestouren per MTB und/oder Gravelbike angedacht. Diese werden im Vorfeld über die Homepage der Sektion oder unsere WhatsApp-Gruppe (Anmeldung per Mail an mountainbike@dav-bonn.de) bekanntgegeben.

Wie auch 2022 fand die letzte Ausfahrt 2024 nicht im Siebengebirge, sondern im „Auswärtsgebiet“ statt. So trafen wir uns am 26. Oktober an der Heidsmühle bei Manderscheid. Bei bestem Herbstwetter starteten wir mit insgesamt sieben Leuten auf unsere Runde um das Meerfelder Maar und über Teile des Lieserpfad. Auf einer Strecke von 60 Kilo- und 1.200 Höhenmetern konnten wir die Herbstlandschaft in der Eifel in all ihrer Pracht genießen. Der Abschluss fand bei einem gemeinsamen Essen in der Heidsmühle statt. 🍷





Trailrunning mit der Sektion Im Laufschrift unterwegs

Text und Fotos: Sebastian Schönnenbeck

Wie kommt man eigentlich dazu, eine Gruppe für die DAV-Sektion Bonn zu leiten? In meinem Fall durch das Schreiben einer unvorsichtigen E-Mail ...

Im Januar 2019 wechselte ich, bedingt durch neue Laufbekanntschaften, vom Straßenlauf als Ergänzung zum Mannschaftssport zum Trail- und Ultralaufen, einer Sportart, die sich seit den späten 90ern jedes Jahr über zweistellige Prozentzahlen Teilnehmer:innenwachstum freuen darf (es sei an dieser Stelle allerdings auf das recht niedrige Anfangsniveau hingewiesen – von zehn auf elf Teilnehmer:innen sind auch zehn Prozent Wachstum).

Besagte Laufbekanntschaften haben leider über die letzten Jahre Bonn verlassen, und so sah ich mich im Frühsommer 2023 einem gewissen Mangel an potentiellen Mitläufer:innen ausgesetzt.

Nun handelt es sich beim Traillaufen eindeutig um einen Bergsport und noch dazu um einen Bergsport, der sich auch mit großer Freude in einem Mittelgebirge ausüben lässt (das Siebengebirge ist bekanntlich nicht gerade reich gesegnet mit interessanten Hochtouren Gipfeln), weshalb es für mich nahelag (und auch nach wie vor naheliegt), dass sich Trailläufer am ehesten im DAV versammeln sollten. (Hinweis: Der DAV-Dachverband sieht das nicht notwendigerweise so,

siehe beispielsweise das Interview mit Stefan Winter – dem Ressortleiter Sportentwicklung beim DAV – im Magazin „Alles laufbar“: <https://alles-laufbar.de/aktuelles/beim-dav-sind-alle-trailrunner-willkommen/>)

Also schrieb ich im Juni 2023 die oben erwähnte unvorsichtige Mail: „Hat die DAV-Sektion Bonn eigentlich eine Trailrunninggruppe?“ und bekam die Antwort „Nein haben wir nicht. Aber hast Du nicht Lust, eine zu organisieren?“ Und so erblickte am 3. August 2023 die Trailrunninggruppe der Sektion das Licht der Welt. Für den ersten Lauf hatte ich in den üblichen Kreisen auf Social Media ein bisschen Werbung gemacht, vor allem aber zwei Lauffreunde fest verpflichtet, aufzutauchen, um sicherzugehen, dass ich den Gründungslauf nicht allein bestreiten muss. Diese Angst stellte sich als unbegründet heraus (in den vergangenen anderthalb Jahren habe ich überhaupt nur dreimal alleine laufen müssen; in der Regel bei eher graulichem Wetter), sodass wir mit insgesamt acht Teilnehmern bei absolutem Traumwetter eine erste gemeinsame Runde im Ennert drehen konnten.

Seitdem trifft sich die Gruppe, gelegentlich unterbrochen von Urlauben, Auslandsaufenthalten und einer längeren Verletzungspause (Stirnlampen wirken vor allem dann unfallverhindernd, wenn

man sie nicht nur aufsetzt, sondern auch einschaltet), jeden Donnerstag zu einem gemeinsamen Lauf im wunderschönen Ennert. In der Regel finden sich drei bis fünf, an besonders guten Tagen auch bis zu zehn Läufer:innen ein und genießen im Sommer das gute Wetter oder trotzdem im Winter mit Stirnlampe dem Regen und der Kälte. Die Gruppe ist bunt gemischt: Vom erfahrenen Ultratrailläufer mit mehreren bestrittenen hochalpinen 100- und mehr-Kilometer-Wettkämpfen bis zu kompletten Trailneulingen ist alles dabei und herzlich willkommen.

Der Ennert bietet tolle Möglichkeiten, um ins Traillaufen einzusteigen – vor allem interessante aber nicht zu technische Trails, die in der Regel auch mit Straßenschuhen noch gut zu bewältigen sind –, und die erfahreneren Gruppenmitglieder sind immer gern bereit, Tipps zur richtigen Technik zu geben (gerade die Downhills sind selbst für geübte Straßläufer:innen gegebenenfalls eine Herausforderung).

Gelaufen wird immer gemeinsam in der Gruppe, und wenn es sich an Anstiegen mal ein bisschen auseinanderzieht, wird auf jede:n gewartet. Dabei schaffen wir in der Regel etwa zehn bis zwölf Kilometer, auf denen im Ennert rund 200 bis 300 Höhenmeter im Anstieg zusammenkommen (Richtwert für Interessierte: Damit es wirklich Sinn ergibt und

vor allem auch einfach Spaß macht, mitzulaufen, sollte man in der Lage sein, zehn Kilometer in circa 60 Minuten im Flachen zurückzulegen).

Auch abseits der donnerstäglichen Ennertrunde hören die meisten Mitglieder nicht auf zu laufen und nehmen in verschiedener Besetzung an den anderen Traillaufgruppen der Region teil oder starten bei Wettkämpfen, allen voran natürlich dem bekanntlich schönsten Traillauf der Welt, dem Drachenlauf. Ende Oktober vergangenen Jahres stellten sich allein vier regelmäßige Teilneh-

mer:innen unserer Gruppe (darunter die Siegerin der Kategorie W60) der jubiläumsbedingten Doppel-Drachen-Variante über 52 Kilometer und 2.100 Höhenmeter, und eine Reihe weiterer Läufer:innen bezwangen die klassische Variante über 26 Kilometer und 1.050 Höhenmeter.

In Zukunft würde ich gerne neben dem Lauftreff am Donnerstag unregelmäßig auch längere Läufe am Wochenende anbieten (von Bonn aus sind ja neben dem Siebengebirge auch noch andere schöne Laufreviere erreichbar). Hier fehlt

es mir aber zugegebenermaßen noch ein bisschen an Fantasie, welche Nische in der Region noch nicht durch andere Laufgruppen abgedeckt ist. Für Vorschläge in dieser Richtung wäre ich sehr dankbar.

Wer jetzt auch Lust bekommen hat, an einem Donnerstag dazuzustoßen oder vielleicht Vorschläge hat, welche Art von längeren Läufen mal an einem Wochenende angeboten werden sollten, melde sich jederzeit gerne bei mir: sebastian.schoennenbeck@dav-bonn.de. 🍷



Trailrunning-Trainer Sebastian Schönnenbeck als Teilnehmer beim „Doppeldrachen“ 2024 kurz vor Schloss Drachenburg. (Foto: Björn Langer)





Auf dem Öresundsleden nach Kullen

Am blauen Band zum roten Berg

Text und Fotos: Björn Langer

„9,90 m.ö.h.“ prangt in großen Lettern an der Wand des Bahnhofs im schwedischen Landskrona. Hier, 9,90 Meter über dem gar nicht weit entfernten Meer, starten Thorsten und ich unsere Reise auf dem Öresundsleden. Der Fernwanderweg verläuft parallel zu der Meerenge, die die dänische Insel Sjælland (Seeland) von Skåne (Schonen), das erst seit dem Frieden von Roskilde 1658 dauerhaft zu Schweden gehört, trennt.

Affenpflanzen über Ven

Zunächst setzen wir mit der Fähre „M/S Uraniborg“ nach Ven über. Ein zwölf Kilometer langer Rundwanderweg führt über das 760 Hektar große Eiland, den Rest einer Landbrücke, die nach der letzten Eiszeit das skandinavische Festland mit Sjælland verband. Das Meer nagt an den glazialen Ablagerungen. Bis zu 39 Meter steigt die fragile Steilküste, Backafall genannt, aus den Wellen des Öresunds in die Höhe. Zu deren Füßen beobachten wir Austernfischer, die im Schlick nach Nahrung stochern. Immer wieder sind die Rufe von Jagdfasanen zu hören – und wir können die farbenfrohen Vögel auch einige Male wenige Meter von uns entfernt im Gras entdecken.

Endlich geht es aufwärts. Vom Plateau der Insel lassen wir den Blick über den Öresund, mit rund 35.000 Schiffen jährlich eine der meistbefahrenen Wasserstraßen der Welt, schweifen.

Zur Mittagspause erreichen wir die alte Kirche von St. Ibb, deren Grundstein im 13. Jahrhundert gelegt wurde. Vom Friedhof, hoch über dem Fischerdorf Kyrkbacken gelegen, genießen wir den Ausblick, der bis zur dänischen Hauptstadt Kopenhagen (Kopenhagen) reicht.

Bild links: Blick vom Hafen in Mölle auf den Kullaberg.

Ven - Blick von der alten Kirche von St. Ibb auf Kyrkbacken.



Die Bezeichnung „alte Kirche“ (gamla kyrka) ist allerdings verwirrend: Als diese am Ende des 19. Jahrhunderts zu klein wurde, errichteten die Bewohner von Ven ein neues Gotteshaus im Zentrum der Insel. Doch nach nicht einmal 100 Jahren zog man 1995 zurück in den mittelalterlichen Bau.

Die mittlerweile entweihte „neue Kirche“ (nya kyrka), die wir wenig später passieren, dient heute als Museum, in dem an den bekanntesten Inselbewohner erinnert wird: Tycho Brahe erhielt Ven 1576 vom dänischen König Fredrik II (Friedrich II.) als Lehen. Aus den 1601 zerstörten Observatorien Urani- und Stjerneborg blickte der Astronom in den Nachthimmel. Einen Kometen, den er über den Jahreswechsel 1577/78 beobachten konnte, beschrieb der Weltraumforscher – entgegen der damals gültigen wissenschaftlichen Überzeugung – als sich frei im All bewegenden Körper, was selbst Galileo Galilei noch ein halbes Jahrhundert später über die „tychonischen Affenpflanzen“ spotten ließ.

Zurück auf dem Festland durchqueren wir das Zentrum von Landskrona. 1413 verließ der dänische König Erik av Pommern (Erik VII.) dem Fischerort Sønder Sæby die Stadtrechte, um ihn als „Krone des Landes“ zur Hauptstadt der in der Kalmarer Union vereinten nordischen Länder Dänemark, Norwegen und Schweden auszubauen. Doch schon drei Jahre später änderte der Monarch seine Meinung und entschied sich für Kopenhagen als Kapitale. Ein Zeugnis der Epoche, in der sich die Armeen von Schweden und Dänemark in unzähligen blutigen Schlachten (nicht nur) um Skåne stritten, ist die vom dänischen König



Die Festung in Landskrona.

Kristian III (Christian III.) im 16. Jahrhundert aus roten Backsteinziegeln errichtete beeindruckende Zitadelle, die wir fast vollständig umrunden.

Den Rest des Tages folgen wir dem Radweg, der am Ufer des Öresunds bis Borstahusen verläuft. Dort breiten wir unsere Isomatten in der zum Meer hin offenen Schutzhütte Lill-Olas aus. Einen Sonnenuntergang bekommen wir trotz perfektem Aussichtsfenster jedoch nicht geboten, zu viele Wolken versperren die Sicht auf den sinkenden Himmelskörper.

Backafall und Landborgen

Am nächsten Tag dauert es nicht lange, und wir blicken zunächst noch einmal aus der Höhe des Backafall über den Öresund. Diesmal jedoch vom Festland: Unser Weg führt durch das Naturreservat Hilleshøgs dalar. Die liebliche Hügellandschaft entstand am Ende der letzten Eiszeit: Nicht nur die Gletscher schmolzen, sondern auch das im Erdreich gebundene Wasser. Der Boden hat hier eine Mächtigkeit von bis zu 100 Metern. Durch den Höhenunterschied begann er beim Abtauen des Permafrosts zu fließen, staute sich an anderer Stelle wieder auf; später gruben sich Bäche in den Untergrund und vertieften die Täler. Das Meer nagt an der Steilküste, die sich über eine Länge von fast fünf Kilometern zieht. Offensichtlich zeigten sich schon die frühen Besiedler von dieser Szenerie beeindruckt: Bei Ålabodarna ragt ein auffälliger kleiner Hügel aus dem Rapsfeld: das „Grab am Meer“ (Gravet vid havet), eines der am besten erhaltenen Ganggräber Schwedens, rund 5.500 Jahre alt.

Eine unscheinbare Schatzkammer betreten wir kurz vor Råå: das Naturreservat Örby ängar. Das Schutzgebiet beherbergt



Über dem Backfall durch's Naturschutzgebiet Glumslöv.

mehr als 400 Pflanzenarten. Unsere Mittagspause verbringe ich daher zu einem großen Teil auf Knien über den Boden krabbelnd, um die Blütenpracht auf Chip zu bannen.

Dann biegen wir ab ins Landesinnere, denn vor uns liegt Helsingborg, 1085 erstmals urkundlich erwähnt und damit eine der ältesten Städte Schwedens – mit 116.000 Einwohnern zudem die neuntgrößte. Es ist vor allem der weithin sichtbare Ölhafen, der uns zu diesem Umweg zwingt.

Hinter der Kirche von Raus erklimmt der Öresundsleden die Landborgen, eine bis zu 40 nahezu senkrechte Meter aufragende Felswand, die sich mitten durch das Zentrum der skandinavischen Metropole zieht. Für die Entstehung sind tektonische Prozesse vor 135 Millionen Jahren verantwortlich, bei denen Teile von Skåne angehoben wurden. Später, nach der letzten Eiszeit, brandeten Wellen gegen das dadurch immer steiler werdende Kliff. Damals lag der Meeresspiegel bis zu 30 Meter höher als heute – oder, präziser, das Land entsprechend tiefer. Das Gewicht der bis zu 3.000 Meter mächtigen Gletscher hatte Skandinavien in die Erdkruste einsinken lassen, nach dem Abschmelzen des Inlandeises setzte ein langsamer Hebungsprozess ein. Dieser dauert bis heute an.

850 Kilometer nördlich von Helsingborg ist dieser Effekt sogar so deutlich, dass man die Veränderung in der Landschaft innerhalb eines Menschenlebens beobachten kann: Jedes Jahr wächst die direkt an der Ostsee liegende Höga



Vor dem 1897 im neugotischen Stil errichteten Rathaus von Helsingborg erinnert eine Statue an den Feldmarschall Magnus Stenbock, der die Stadt bei einem Angriff im März 1710 während des Großen Nordischen Kriegs erfolgreich gegen den letzten großen dänischen Angriff verteidigte.

kusten (Hohe Küste) sieben Millimeter aus dem Bottnischen Meerbusen. Dieses Tempo wird an keinem anderen Ort der Welt erreicht.

Vom Naturreservat Ättekulla, wo die Landborgen nach Osten ins Landesinnere schwenkt, gelangen wir in den im 19. Jahrhundert angelegten Kurpark von Ramlösa. In einer durch Eisenoxid rot ge-

färbten Felswand entspringt eine Mineralquelle, der seit dem Nordischen Krieg (1675 bis 1679) eine heilsame Wirkung nachgesagt wird: Damals sollen schwedische Soldaten, die an Magen-Darm-Erkrankungen litten, durch das Trinken des Wassers genesen sein. 1707 bestätigte der deutsche Arzt Johan Jacob Döbelius den medizinischen Nutzen, bald darauf kamen Gäste aus dem ganzen Land. 1912 begann man, das Wasser in Flaschen zu füllen. Das Geschäft war schnell lukrativer als der Kurbetrieb, der 1973 eingestellt wurde. Das Mineralwasser gehört noch immer zu den beliebtesten in Schweden, auf dem Etikett ist bis heute Döbelius' Portrait zu sehen.

Dem Lussebäcken folgen wir durch ein schattiges, mit alten Rotbuchen bestandenes Tal abwärts, um wenig später

entlang des in vielen kleinen Weihern aufgestauten Gåsebäcken wieder an Höhe zu gewinnen. Schließlich erreichen wir den ehemaligen Wachturm Kärnan, der auch das Stadtwappen von Helsingborg ziert. Ab dem frühen 14. Jahrhundert in strategisch wichtiger Lage, an der schmalsten Stelle des Öresunds, gerade einmal vier Kilometer breit, errichtet,

lassen heute Einheimische und Touristen aus 70 Metern Höhe ihre Blicke bis Malmö und Kopenhagen im Süden sowie zum Kullaberget im Norden schweifen. Wir verzichten auf den Aufstieg, schreiten stattdessen über eine große Freitreppe, die in die Wand der Landborgen gebaut wurde, abwärts zu unserem Hotel im Stadtzentrum.

Wir gönnen uns ein Abendessen in einem der vielen Restaurants, schließen uns dann den zahlreichen Flaneuren an. So erkunden wir den historischen Stadtkern und das moderne Viertel Norra Hamnen, das sich in den zurückliegenden vier Jahrzehnten am zentralen Hafen, in dem heute neben den Fähren ins dänische Helsingør vor allem Freizeitboote ankern, entwickelte.

Königlich zum Grillfest

133 Treppenstufen müssen wir uns – und das Gepäck auf unseren Rücken – am Beginn des dritten Wandertags hinaufstemmen, bis wir erneut am Fuß des Kärnan und damit auch wieder auf dem Öresundsleden stehen. Es dauert nicht lange, und wir gelangen zur prachtvoll eingefassten Sofiakällan, der einzigen salzhaltigen Quelle Schwedens. Vor dem Austritt passiert das Wasser eine Salzschiefer, die sich im Trias, vor mehr als 200 Millionen Jahren, bildete, als hier, im heutigen Nordeuropa, Wüstenklima herrschte. Benannt ist der Brunnen nach Sophia von Nassau, ab 1873 als Gattin von Oscar II (Oskar II.) Königin von Schweden und, bis 1905, Norwegen. Das Paar weilte unter anderem gerne in Bad Honnef, woran in der Stadt zwischen Siebengebirge und Rhein die Königin-Sophie-Straße erinnert.

Abstieg über die Landborgen bei Sofiero zum Strand.



Blick aus dem Naturreservat Domsten-Viken auf Viken. Die an den Küsten allgegenwärtige Kartoffelrose wurde Ende des 18. Jahrhunderts in Schweden eingeführt und sollte das Verwehen des Sands ins Landesinnere verhindern. Heute gilt die Art als invasiv und als Bedrohung für die biologische Vielfalt.

Bei Sofiero begegnen wir erneut, aber nicht zum letzten Mal, Sofia (so die Schreibweise der Königin in Skandinavien) und Oscar. Das Paar verbrachte den Sommer 1864 am Öresund, die Landschaft gefiel ihnen ausgezeichnet. So fassten sie den Entschluss, sich an der Meerenge eine Residenz zu errichten. Diese erhielt den Namen Sofie-Ro („Sophies Ruhe“), von dem sich die heutige Schreibweise ableitet. 1866 zog die junge Familie dauerhaft in den Norden von Helsingborg, musste das Heim jedoch nach dem Tod von Oscars Bruder, König Karl XV., aufgeben.

Nach der Krönung wuchs der Hofstaat auf eine solche Größe an, dass in dem kleinen Schloss der Platz fehlte; die Reisen in den schwedischen Süden wurden immer seltener. Das Gebäude liegt auf der Landborgen; der Landschaftsgarten, 2010 zum schönsten Park Europas gekürt, zieht sich durch eine Schlucht bis ans Meer. Vom schmalen Strand blicken wir durch den Zaun, der das Gelände abtrennt, auf einige der rund 10.000 darin blühenden Rhododendren.

Bei Kulla Gunnarstorp – hier urlaubten Sofia und Oscar im Sommer 1864, die Turmspitze des hiesigen Schlosses sehen wir über den Baumwipfel auffragen – endet die Landborgen in einer noch knapp einen Meter hohen Abbruchkante. Von nun an wechseln sich meist kleine Fischerorte mit Heidelandschaften ab, die in Südschweden als „fälad“ bezeichnet werden und sich über viele Jahrhunderte entwickelten: Während man die Feldfrüchte überwiegend im eigenen Garten anbaute, trieb man Rinder und Schafe auf



Stilleben in Rydebäck.

die weiter entfernt liegenden Weideflächen, die von der gesamten Dorfgemeinschaft genutzt wurden. Manche stehen heute unter Naturschutz und werden weiterhin auf herkömmliche Art und Weise bewirtschaftet, wovon zahlreiche Tier- und Pflanzenarten profitieren.

Zwischen Viken und Lerberget schlendern wir direkt über den Sandstrand, dann erreichen wir Hoganäs. Das ehemalige Fischerdorf entwickelte sich nach der Entdeckung von Steinkohle ab 1797 zu einem Industriestandort. Der Abbau des fossilen Brennstoffs endete 1961. Ein Nebenprodukt, das bei der Gewinnung anfiel: Ton. Die hier hergestellten Alltagskeramiken trugen den Namen des Ortes in alle Teile der Welt; die Produktion wurde jedoch 2008 aufgegeben.

Als wir den Lagerplatz Strandbaden erreichen, werden wir überrascht. Eine kurdische Familie, die vor dem Bürgerkrieg in Syrien geflohen ist, hat sich hier zum Grillen getroffen. Unsere Trekkingkost bleibt in der Tüte: Im Laufe des Abends werden wir zu Hähnchen, Hackspieß, Salat und Keksen eingeladen.



Lagerplatz Strandbaden.



Strandwanderung mit Blick auf die Silhouette des Kullabergs.

Hafen in Nyhammsläge.



Gesetzlos am Kullaberg

Unsere Tour setzt sich in einem Wechsel aus Naturschutzgebieten und kleinen Ortschaften fort. Hinter Lerham schlen- dern wir kurz auf der alten Eisenbahn- trasse. Züge rollten auf diesem Abschnitt von 1910 bis 1963, heute drehen sich die Räder von Velos. Außerdem führt der 30 Kilometer lange Rollstuhl-Wanderweg KullaRulla, der den Bahnhof von Kattarp mit Mölle verbindet, hier entlang. Den altherwürdigen Badeort erreichen auch wir wenig später.

Schon 1845 richtete man eine regel- mäßige Fährverbindung ein, um Dänen einen Aufenthalt zu Füßen des Kullabergs zu ermöglichen. 1905 wurde in der Bucht Ransvik, etwas außerhalb des Ortes ge- legen, das gemeinsame Baden von Frau- en und Männern gestattet – ein Novum in Schweden. Es dauerte nicht lange, und Mölle galt als der Sündenpfuhl des Lan- des (tatsächlich gibt es in dem skandi- navischen Staat, dem in Deutschland der Ruf besonderer Freizügigkeit vorausseilt, bis heute Badeanstalten, in denen Män- ner und Frauen getrennt voneinander ins Wasser steigen). 1907 ankerte Kaiser Wilhelm II. mit seiner Staatsyacht „Ho- henzollern“ vor Mölle, in der Folge setzte auch ein Boom deutscher Reisender ein. Bis zum Ersten Weltkrieg erlebte das kleine Städtchen seine Glanzzeit, an die es in der zweiten Hälfte der 1920er- Jahre noch einmal kurz anknüpfen konnte. Mit der Machtergreifung der Nationalsozialisten 1933 wurde dieser zweiten Blüte ein baldiges Ende gesetzt. Heute haben die meisten Hotels ge- schlossen, doch die mondänen Bauten prägen weiterhin das Bild des Ortes.

Hinter Mölle beginnt der alpinste Teil unserer Wanderung – kurioserweise nur knapp über dem Wasser. Ein Pfad führt, kurzzeitig sogar mit einem Seil gesichert, durch die Felslandschaft aus rötlichem Granit, mit der der Kullaberg ins Meer abbricht. Doch nach wenigen Metern ist der Wald erreicht, durch den wir sanft ansteigend weiter an Höhe gewinnen. Schließlich stehen wir unterhalb des Leuchtturms Kullen fyr, der aus einer Höhe von 68 Metern die Einfahrt in den Öresund markiert. Im Kiosk gönnen wir uns Eis und kühle Getränke, bevor wir die Wanderung über die Halbinsel fortsetzen.

Eine Sage erzählt, wie der Kullaberg entstand: Einst lebte ein Riese in Skåne, seine Braut auf der dänischen Insel Sjæl- land. Obwohl er den Öresund immer an seiner schmalsten Stelle überquerte,



Mölle am Rande des Kullabergs.

wollte sich der Verliebte eine Brücke bauen, um die Reise zu vereinfachen. Deshalb hub er im Zentrum von Skåne ein großes Loch aus, in dem sich der Ringsjön bildete. Die Erde füllte er in einen Sack, den er sich über die Schulter legte, um sie zum Öresund zu tragen. Doch bei Röstånga riss das Bündel auf. Wo die Erde zu Boden fiel, erhebt sich nun ein Gebirgszug, der Söderåsen. In Åstorp blickte der Gigant schließlich zurück, sah, was geschehen war, und warf den Beutel wutentbrannt von sich. Wo dieser ins Meer fiel, erhebt sich heute die Halbinsel Kullen.

Die wissenschaftliche Erklärung ist nicht minder spannend: Wir befinden uns hier an der sogenannten Tornquistzone, benannt nach dem deutschen Geologen Alexander Tornquist. Diese trennt zwei Kleinkontinente, die im Silur, also vor etwa 450 Millionen Jahren, kollidierten. Im Norden liegt der kristalline Baltische Schild, gebildet aus 1,8 Milliarden Jahre alten Gneisen und Graniten, im Süden befinden sich die sedimentären Gesteine Avaloniens, dem heutigen Mitteleuropa. Durch den Zusammenstoß zerbrach das Grundgebirge. Während einige Schichten in die Ringsjöverwerfung absanken, hoben sich im Gegenzug mehrere Gebirge, sogenannte Horste, empor. Darunter der Söderåsen, in dem Skåne auf 212 Metern kulminiert, und der Kullaberg.

Am Lagerplatz Josefinelust verzichten wir auf den Abstieg in die Bucht, die am 30. August 1865 noch Möllebäcksmalen hieß und von Josefina av Leuchtenberg (Josephine von Leuchtenberg) besucht wurde. Die Witwe von Oscar I (Oskar I.), von 1844 bis 1859 Königin von Schweden und Norwegen, schwärmte anschließend von der Schönheit des Platzes, den man

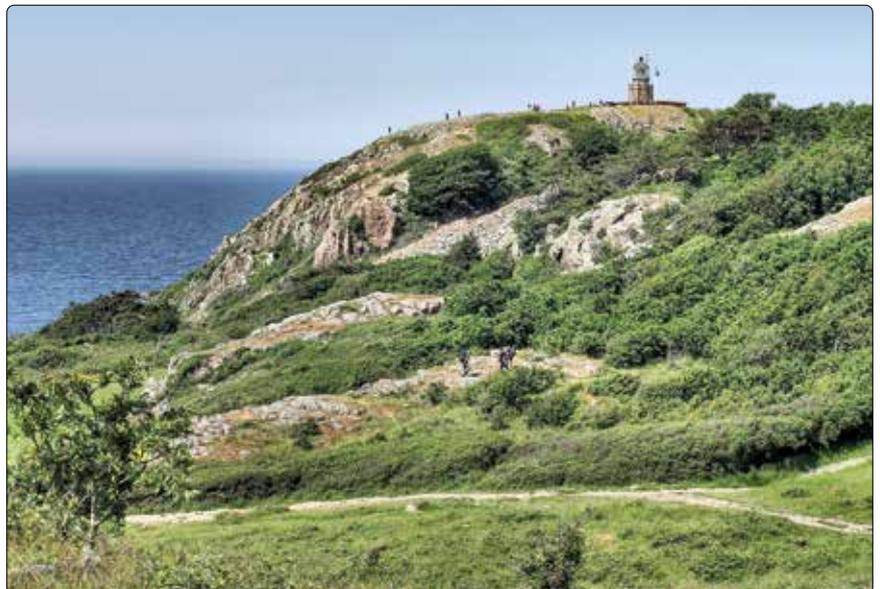
in der Folge ihr zu Ehren umtaufte. Fünf Grotten sind hier in der Felswand zu finden, darunter mit dem 50 Meter langen Trollhålet die am weitesten in den Kullaberg hineinreichende. Auch Oscar II hätten wir hier noch einmal begegnen können: Am 9. August 1868 ließ dieser seine Initialen in die Wand der daraufhin nach ihm betitelten Oscarsgrottan schlagen.

Der Öresundsleden führt in vielen Windungen weiter über die Höhe der Halbinsel. Der Gipfel des Kullabergs, der 188 Meter über das Meer aufragende Håkull, wird umgangen. Auf den Abstecher nach Ladonien verzichten wir. Ab 1980 konstruierte Lars Vilks (1945-2021) aus Treibholz und anderen angeschwemmten Fundstücken die Skulptur „Nimis“, die aus bis zu 100 Meter langen und 20 Meter hohen Elementen besteht. Erst zwei Jahre später wurden die Behörden

auf das illegal im Naturschutzgebiet errichtete Werk aufmerksam, mehrere Prozesse beschäftigen sich mit dem Fall – und weiteren Bauten: 1991 fügte Vilks das Steinbuch „Arx“ hinzu, schaffte es sogar, für dieses eine ISBN-Nummer zu erhalten (91-88248-47-X); „Omfalos“ folgte 1999, musste jedoch drei Jahre später auf richterliche Anweisung zurückgebaut werden.

Da Schweden nicht in der Lage sei, seine eigenen Gesetze zu überwachen, rief Vilks am 2. Juni 1996 rund um seine Schöpfungen als weiteres Kunstprojekt die einen Quadratkilometer große unabhängige Nation Ladonia aus – mit eigener Verfassung (diese schließt Männer auf dem Thron ausdrücklich aus), Währung (ein Örtug entspricht einem US-Dollar), Zeitzone (57 Minuten nach Greenwich Mean Time), Nationalflagge (grünes skandinavisches Kreuz auf gleichfarbigem Grund), mehr als 50 Nationalfeiertagen (beispielsweise wird am 3. Juli das Kaufen von Toilettenpapier für die Kunst zelebriert) und zwei Nationalhymnen, von denen eine die am häufigsten gespielte der Welt sein dürfte (der Ton eines ins Wasser geworfenen Steins). Landessprache ist das aus zwei Wörtern bestehende Ladonisch („waaaaaalll“, das unterschiedlich lang ausgesprochen werden darf, aber immer mehr a's als l's enthalten muss, ersetzt alle anderen Wörter der Welt; „ÿp“ soll nur im Kabinett oder zu herausragenden Anlässen verwendet werden), Amtssprache ist Latein, aber auch Englisch, Schwedisch, Norwegisch, Dänisch, Finnisch, Deutsch und Französisch werden akzeptiert. Die ausgegebenen Briefmarken berechtigen da-

Der Leuchtturm Kullens fyr markiert die Einfahrt in den Öresund.





Fachwerkhaus in Arild.

zu, die Post in allen Staaten der Erde selbst zuzustellen. 2003 wird Schweden, den USA und San Marino der Krieg erklärt. Die „Staatsbürgerschaft“ kann kostenlos im Internet beantragt werden. Beim letzten Zensus im Januar 2024 wurden 29.097 Ladonier gezählt, die als Nomaden verteilt über den Globus leben. Ein ladonischer Adelstitel ist für 30 Örtug erhältlich.

Der Lagerplatz Himmelstorp liegt neben einem als Museum und Café genutzten Hof, der an diesem Platz seit 1491 bezugt ist. Wir sind erschrocken-überrascht, als wir nach längerer Suche feststellen: Hier gibt es kein Wasser! Also rationalisieren wir unsere leider schon

lange nicht mehr aufgefüllten Vorräte, zum Abendessen gibt es Brot mit Käse und Kaviar aus der Tube. Dafür genießen wir wenig später die Ruhe an diesem Ort mitten im Wald: Nur das Konzert der Vögel und das Summen vereinzelter Mücken sind zu hören, als wir einschlafen.

Bucht statt Sund

Nach dem Frühstück brechen wir durstig und zeitig auf, wir wollen unseren Trinkwasserproviand so schnell wie möglich auffüllen. Dies gelingt uns schon bald im Hafen von Arild. Der Fischerort entwickelte sich parallel zu Mölle zum beliebtesten Reiseziel, allerdings mit einem eher aristokratischen Publikum. Es wird be-

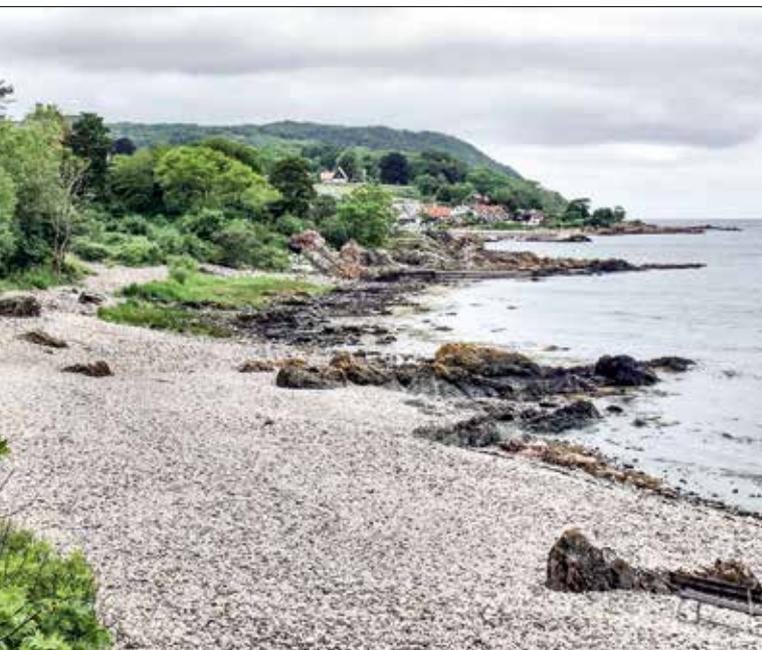
richtet, dass Urlauber, die in Mölle weilten, sich die Post nach Arild zustellen ließen, um nicht mit dem „Sündenbabel“ an der Westküste von Kullen in Verbindung gebracht zu werden. Zahlreiche Maler, Schriftsteller und Komponisten residierten im Ort. Zu den prominentesten Gästen zählt Regisseur Ingmar Bergman, der hier zwei Spielfilme – „Abend der Gaukler“ („Gycklarnas afton“, 1953) und „Lektion in Liebe“ („En lektion i kärlek“, 1954) – drehte.

Der Öresundleden führt uns (ähnlich wie auf der Südseite des Kullabergs) in stetem Wechsel durch kleine Fischerorte und Naturschutzgebiete, die einst als fäläd dienten. Doch die Küste ist hier im Süden der Skälderviken, einer von Kulla- und Bjärehalbinsel eingefassten Bucht, deutlich rauer. Felsen ragen aus dem flachen Wasser, große Geröllfelder ziehen sich am Ufer entlang.

Hinter Jonstorp ändert sich das Landschaftsbild plötzlich. Vor uns liegt der Schwemmfächer des Görslövsån. Der schmale Fluss, den wir auf einer schwingenden Hängebrücke überqueren, entspringt keine zehn Kilometer Luftlinie entfernt bei Höganäs und überwindet gerade einmal fünf Meter Höhenunterschied. Nach der letzten Eiszeit stand diese Rinne komplett unter Wasser, der Kullasund trennte den als Insel aus dem Meer ragenden Kullaberg vom Festland.

Vorbei am im Wind rauschenden Schilf und weidenden Kühen nähern wir uns dem Lagerplatz Farhult. Ohne Gepäck spazieren wir zu einer Aussichtsplatt-

Blick aus dem Naturreservat Nabben auf Arild und den Kullaberg.



Im Naturreservat Jonstorp-Vegeåns mynning - hinten der Kullaberg.



form, von der die Blicke über die vorge-lagerten Sandbänke schweifen. Dort suchen verschiedene Watvögel, aber auch Möwen und Nebelkrähen, eine graugefärbte Unterart der bei uns heimischen Rabenkrähe, nach Nahrung. In unmittelbarer Nähe lassen sich Neuntöter und Haubenlerchen nieder, während ein Mäusebussard über den Himmel gleitet. Gefleckte Fingerwurzeln, eine Orchidee, sorgen für farbige Akzente im Grün des frischen Grases. Es ist unsere letzte Nacht in Schweden – und die erste, an

der wir uns den Lagerplatz mit anderen Personen teilen müssen: Kurz vor dem Schlafengehen kommen zwei Wanderer, die vor der Hütte ihr Zelt aufbauen, am nächsten Morgen, den wir in aller Ruhe angehen können, aber bereits früh wieder verschwunden sind.

Saubere Heimreise

Wir sind noch nicht lange unterwegs, da erreichen wir Farhultsbaden. Hinter den Dünen lockt der Sandstrand zu einem Sprung ins kühle Nass. Erfrischt steige

ich nach einigen Minuten wieder aus dem Meer ans Land. Keine zehn Kilometer liegen mehr vor uns, bis wir in Utvålinge ankommen. Unspektakulär beginnt hier der Öresundsleden – und endet unsere Wanderung. Am Ufer des am Söderåsen entspringenden Vege å, der vor allem im Unterlauf in zahlreichen Mäandern der Skålderviken entgegenströmt und mit 55 Kilometern zu den längsten Flüssen in Skåne zählt, schlendern wir zur Bushaltestelle, die wir nach wenigen Minuten erreichen. ●

Der Öresundsleden

Der Öresundsleden ist ein Fernwanderweg in der südlichsten Region Schwedens, Skåne. Er beginnt in Utvålinge an der Skålderviken und führt dann meist nah am Öresund entlang durch Helsingborg, Landskrona und Malmö, um nach 214 Kilometern auf der Falsterbo-Halbinsel zu enden.

Er gehört zum Netzwerk des Skåneleden, das mit Varianten insgesamt rund 1.600 Kilometer umfasst: Der Kust-till-Kustleden (Küste zu Küste) hat eine Länge von 370 Kilometern, der Nord-till-Sydleden (Nord nach Süd) kommt auf 325 Kilometer. Der 162 Kilometer lange Ås-till-Åsleden verbindet die Gebirgszüge Söder- und Linderödsåsen, der 188 Kilometer lange Österlenleden führt durch die südöstlichste Region Skånes. Der Vattenriksleden erschließt auf einer Länge von 190 Kilometer das UNESCO-Biosphärenreservat Kristianstad Vattenrike, der Sydkustleden, mit 65 Kilometern Länge der kürzeste, folgt der Südküste zwischen Ystad und Trelleborg.

An-/Abreise:

Für die Anreise nutzten wir die Nachtzugverbindung von Hamburg nach Malmö (www.snalltaget.se), von dort weiter mit dem Regionalzug von Skånetrafiken (www.skandetrafiken.se) bis Landskrona.

Rückreise von Utvålinge bis Ängelholm mit dem Regionalbus von Skånetrafiken (Achtung: Fahrkarten sind ausschließlich über die App erhältlich!), dann mit dem Zug nach Malmö. Von hier nahmen wir die Fähre nach Travemünde (www.finnlines.de).

Etappen:

Landskrona – Ven – Lill-Olas	ca. 22 km	ca. 80 Hm Auf-/90 Hm Abstieg
Lill-Olas – Helsingborg	ca. 24 km	ca. 100 Hm Auf-/Abstieg
Helsingborg – Strandbaden	ca. 26 km	ca. 60 Hm Auf-/Abstieg
Strandbaden – Himmelstorp	ca. 21 km	ca. 390 Hm Auf-/270 Hm Abstieg
Himmelstorp – Farhult	ca. 17 km	ca. 70 Hm Auf-/190 Hm Abstieg
Farhult – Utvålinge	ca. 8 km	ca. 10 Hm Auf-/Abstieg
Gesamt	ca. 118 km	ca. 710 Hm Auf-/720 Hm Abstieg

Übernachtungen:

Lagerplätze, in der Regel mit Feuerstelle, Toilette und Wasserzugang ausgestattet, auf „first come, first serve“-Basis. Übernachtung im Zelt auf Campingplätzen und nach dem Jedermannsrecht in der Natur – Achtung: Dieses gilt nicht in Naturschutzgebieten, auf landwirtschaftlichen Flächen und in der Nähe von Siedlungen! In Helsingborg große Auswahl an Hotels.

Weitere Infos:

www.skaneleden.se (auch auf Deutsch)



Der Öresund. Zeichnung: H. v. Pidoll



Vom See durchs Meer ins Gries

In König Watzes Reich

Text und Fotos: Björn Langer

Zahlreiche Sagen ranken sich um den Watzmann (2.713 m). Die bekannteste erzählt – in verschiedenen Varianten – vom bösen König Watze, der in seinem Reich Angst und Schrecken verbreitet. Bei einem Ausritt trifft er auf eine Sennerin, die im Wald Brennholz sammelt. Erbozt über diesen Diebstahl lässt er die Jagdhunde los. Während die alte Frau von den Tieren totgebissen wird, spricht sie einen Fluch – und der grausame Regent, seine Gemahlin und die Kinder werden in Stein verwandelt.

Man mag kaum glauben, dass diese Geschichte hier angesiedelt ist, während man zu Füßen des höchsten vollständig in Deutschland stehenden Berges über den fjordartig eingeschnittenen Königssee gleitet. Beide bilden das Herz des Nationalparks Berchtesgaden.

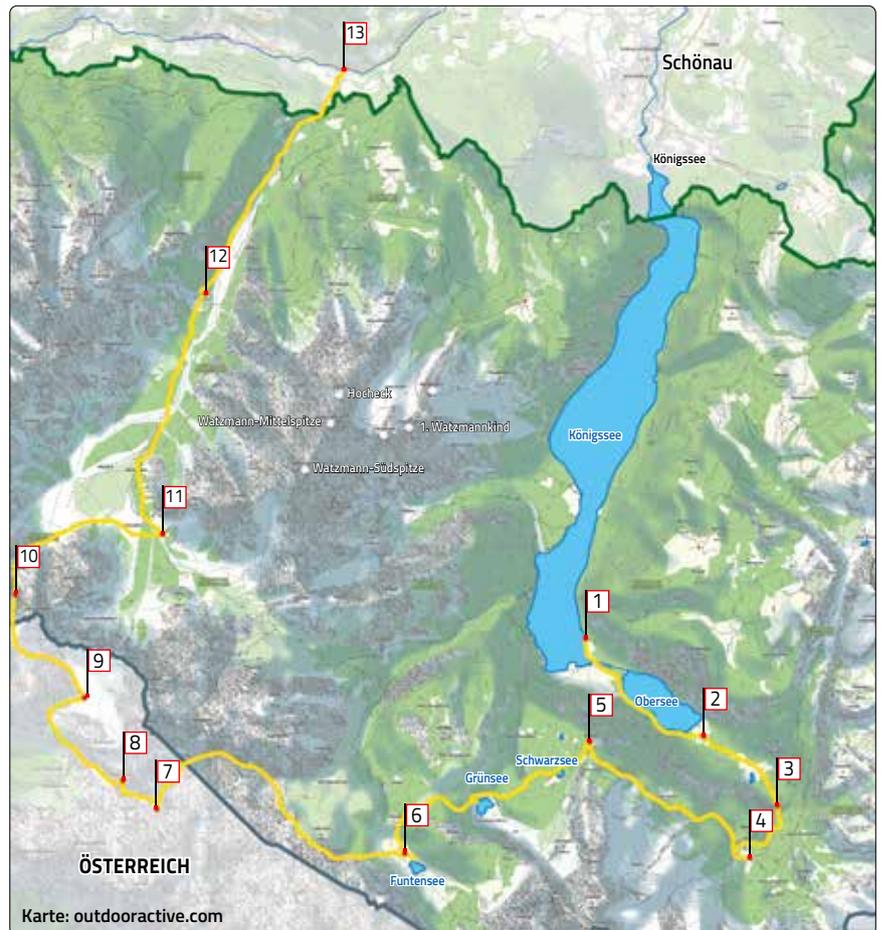
1910 wurde am Südennde des Gewässers, rund um den benachbarten Obersee und in den umgebenden Bergen der etwa 8.300 Hektar große Pflanzenschonbezirk Berchtesgadener Alpen ausgewiesen. Als nach dem Ersten Weltkrieg die Idee aufkam, in die Falkensteiner Wand einen Bayerischen Löwen als Denkmal für die gefallenen Soldaten einzumeißeln, führte der Protest 1921 zur Schaffung des Naturschutzgebiets Königssee. Dieses schloss auf einer Fläche von rund 200 Quadratkilometern auch Watzmann, Hochkalter (2.607 m) und Hohen Göll (2.522 m) sowie die bayerischen Teile von Hagengebirge, Steinernem Meer und Reiteralme ein. Es entsprach damit bereits im Wesentlichen dem Gebiet des Nationalparks. Dieser wurde am 1. August 1978 ins Leben gerufen. Ausschlaggebend waren Pläne, den Watzmann mit einer Seilbahn zu erschließen.

Aufbruch

Nach den obligatorischen Witzen einer jeden Königssee-Überquerung und der nicht mehr auf allen Booten gespielten Echo-Melodie kommen Maike und ich mit unseren Töchtern Lya (14) und Blia (9) am späten Vormittag am Anleger Salet (603 m) an. Gemeinsam mit zahlreichen Tagesausflüglern wandern wir zum Obersee (613 m), der an diesem heißen Tag zum Badegewässer umfunktioniert ist. An dessen Südufer stehen wir immer wieder im Stau: Sobald der

Bild links:

Blick vom Landtalsteig auf den Obersee, dahinter schimmert der vom Watzmann überragte Königssee im Tal.



- | | | | |
|-----------------|---------------------|----------------------|------------------|
| 1 Salet | 5 Halsköpfl | 9 Hochwies | 13 Wimbachbrücke |
| 2 Fischunkelalm | 6 Kärlingerhaus | 10 Wimbachscharte | |
| 3 Röthbachfall | 7 Ingolstädter Haus | 11 Wimbachgrieshütte | |
| 4 Wasseralm | 8 Kleiner Hundstod | 12 Wimbachschloss | |

Pfad ein wenig felsiger wird, stolpern Spaziergänger in Flip-Flops über die Unebenheiten.

Nach einer kurzen Rast an der Fischunkelalm (620 m) streben wir dem Talchluss entgegen. Dort rauscht der Röthbachfall in zwei Stufen insgesamt 450 Meter in die Tiefe. Das macht ihn nicht nur zu einer der höchsten Kaskaden

in den Alpen, sondern auch zum Rekordhalter in Deutschland. Wir müssen in die entgegengesetzte Richtung – aufwärts. Die Hitze steht selbst im schattigen Bergwald. Dafür haben wir den Pfad endlich fast für uns alleine. Wo sich dieser gabelt, entscheiden wir uns mit Rücksicht auf die Jüngste in unserer Familie für den etwas längeren, dafür

Aufbruch an der Wasseralm.



weniger ausgesetzten und schwierigen Landtalsteig.

Oben angekommen, folgen wir dem Wanderpfad durch das Wildtörl (1.290 m) südwärts. Immer wieder öffnet sich der Blick über den Ober- auf den Königssee. Darüber erhebt sich der Watzmann, dessen Gipfel sich in einem Wolkenhut versteckt.

Vor allem Bliä ist froh, als wir die Waseralm (1.416 m) erreichen. Wenige Augenblicke später bringt sie mich zum Staunen: Während ich mich zunächst einmal über ein kühles Getränk freue, beziehen die Mädels das Lager, erkunden dann barfuß die Lichtung und den angrenzenden Wald. Die Entdeckungstour bleibt nicht unbeobachtet, ein Murmeltier warnt mit schrillen Pfiffen vor den Eindringlingen, die das Signal umgehend verstehen und den Rückzug antreten. Wenig später, als wir beim Abendessen sitzen, dann das nächste große Naturerlebnis: Ein aus weiblichen und damit geweihlosen Tieren sowie ihren Kälbern bestehendes Kahlwildrudel Rothirsche weidet ohne große Angst vor den auf der Terrasse sitzenden Wanderern vor der Alpenvereinshütte.

Von See zu See

Am nächsten Morgen blicke ich in begeisterte Kinderaugen: Beim Frühstück wird über den beim Toilettengang vom Schlaf- zum Sanitärhaus erblickten Nachthimmel, von keiner Lichtverschmutzung getrübt, geschwärmt. Und aus dem Dachfenster konnte sogar eine Sternschnuppe entdeckt werden.

Pünktlich zur Mittagspause erreichen wir das Halsköpfl (1.719 m). Die Sonne knallt auf die Aussichtskanzel, so dass wir zunächst den Ausblick auf Königssee, Watzmann und die Teufelshörner (2.363 und 2.283 m) genießen, dann aber unsere Wurstbrote im Schatten des Waldes verzehren. Bliä möchte gar nicht weiterwandern, „es ist viel zu heiß“.

Vorbei am mit dunklem Wasser gefüllten Schwarzensee (1.568 m) erreichen wir den türkis schimmernden Grünsee (1.474 m). Ab hier beflügelt die Frage, welche Farbe der Funtensee (1.601 m) haben wird. Während Maïke mit den Kindern vorweg läuft, falle ich vor lauter Fotografieren immer weiter zurück – und stelle plötzlich erschrocken fest, dass mein Wasservorrat aufgebraucht, die Ersatzflasche aber an einem der den Davongeeilten gehörenden Rucksäcken befestigt ist.



Funtensee.

Als ich auf der Terrasse des Kärlingerhauses (1.638 m) ankomme, sitzt der Rest der Familie bereits mit erfrischenden Getränken unter einem Sonnenschirm. Wir blicken über den (übrigens grünlich glitzernden) Funtensee, der – so gar nicht passend zu seinem Ruf als kältester Ort Deutschlands – an diesem Tag als Badegewässer dient: Am Ufer liegen ausgebreitete Strandtücher, Schwimmer ziehen ihre Bahnen (bzw. drehen ihre Runden). Auch wir schlendern zum Wasser, nachdem wir unser Zimmer bezogen haben.

Der Funtensee liegt in einer Uvala, einer durch Lösungsprozesse im Kalkgestein entstandenen Hohlform, die in der letzten Eiszeit durch einen Gletscher vertieft wurde. Als das Eis abschmolz, verhinderte die undurchlässige Grundmoräne das Abfließen. Nur am Ostzipfel des Gewässers, fünfeinhalb Meter über dem

tiefsten Punkt, hat das Wasser einen Weg gefunden: In der Teufelsmühle hört man es aus dem Fels heraus deutlich klappern. Man erzählt sich, dass hier der Leibhaftige Steine zu Goldtalern malt, um die Seelen gieriger Bergsteiger zu fangen.

Aus geobotanischer Sicht interessant ist, dass es rund um den Funtensee nicht nur eine obere, sondern auch eine untere Baumgrenze gibt. Im Winter sammelt sich die kalte Luft in der Senke, wodurch Temperaturen erreicht werden, die ein Wachstum unmöglich machen. An Heiligabend 2001 wurde hier der deutsche Rekord von minus 45,9 Grad gemessen.

Abends beobachten wir noch einmal einen Rothirsch – diesmal ein männliches Tier, das sein Geweih in den Zweigen der Bergkiefern fegt. Durch dieses Verhalten wird die Basthaut, unter der der Kopfschmuck heranwächst, abgestreift.

Unterwegs im Viehkogetal.





Blick vom Viehkogel über den Funtensee und das Kärlingerhaus zum Watzmann.

Ein einsamer Gipfel

Eigentlich möchten wir uns heute am Funtenseetauern (2.578 m) versuchen. Doch der Wetterbericht warnt vor schweren Gewittern ab dem frühen Nachmittag. Also zaubern wir einen Plan B aus der Tasche: Steil bricht der Viehkogel (2.158 m) zum Funtensee ab, die Lage als alleinstehender Berg verspricht eine schöne Rundumsicht.

Nach einem kurzen, aber knackigen Aufstieg, der uns in der schwülen Luft schon früh am Morgen den Schweiß aus den Poren treibt, erreichen wir das Viehkogeltal. Der schmale Pfad scheint zu unserer Überraschung nur selten begangen zu sein. Sanft ansteigend nähern wir uns den finalen 120 Höhenmetern, die uns schnell zum Gipfel bringen. Allerdings vertreiben uns tausende fliegende Ameisen noch schneller vom Kreuz. Der schroffe Abstieg erweist sich als deutlich herausfordernder als der Weg hinauf – doch nach wenigen Schritten hat selbst unsere Jüngste den Dreh raus, wie sie diese Herausforderung sicher meistert.

Wir entscheiden uns, dem auf der aktuellen AV-Wanderkarte „Steinernes Meer“ verzeichneten, allerdings nicht ausgeschilderten Pfad durch die Schafgasse zu folgen. Dieser ist anfangs deutlich erkennbar, blaue Striche und Punkte weisen den Weg. Doch im Abstieg ins Baumgartl, der über verkarstete Felsen führt, ist zunächst der Steig nicht mehr zu sehen, dann fehlt die Markierung. Dort wo der letzte Farbklecks prangt, gibt es nur eine Option, weiter zu kommen – und ich bilde mir auch ein, eine

schmale Trittspur zu erkennen. Diese leitet uns in mehreren steilen Rampen zwischen zwar nur wenige Meter hohen, doch senkrechten Felswänden abwärts.

Schließlich wird das Gelände flacher – und wir stehen mitten im Wald. Die Schwüle nimmt zu, Mücken und Bremsen werden immer aggressiver, Fliegen laben sich an der blutenden Schürfwunde, die ich mir an irgendeinem Hindernis aufgerissen habe. Kurz denke ich darüber nach, umzudrehen – doch der Wanderweg, den wir erreichen möchten (und den es definitiv gibt, verbindet er doch als „Via Alpina“ das Kärlinger- mit dem Riemannhaus, 2.177 m), kann nicht mehr weit sein. Wir durchqueren hüfthohes Gras und Blaubeerbüsche, steigen über umgestürzte Baumstämme und tiefe Kar-

ren. Plötzlich stehen wir vor einer etwa zwei Meter hohen Steilwand und, nachdem wir diese erklommen haben, auf dem Pfad, der uns, vorbei am Funtensee, zurück zu unserer Unterkunft bringt.

Kurz überlegen wir, ob wir noch einen Abstecher auf den Feldkogel (1.886 m) wagen sollen, doch der Blick in den Himmel hält uns davon ab. Stattdessen gönnen wir uns auf der Terrasse des Kärlingerhauses kühle Getränke, dann verziehen wir uns zum Abendessen in die Stube. Während Bliä, der das Querfeld einlaufen im Gegensatz zu uns anderen gar keinen Spaß gemacht hat, über den Urlaub schimpft, wird uns die Frage gestellt, ob wir noch Platz für vier Personen am Tisch hätten. „Ja, natürlich.“

Kurze Zeit später sitzt eine weitere Familie – die Eltern Kathrin und Georg mit Julia und Annika – neben uns, die Töchter jeweils zwei Jahre jünger als unsere ... und ebenfalls am Schimpfen: Der Aufstieg von St. Bartholomä durch die Saugasse war „sauanstrengend“: „Eigentlich müsste die Saugasse Sauanstrengendgasse heißen“, erklärt Julia. Und nun quatschen sich auch noch die Eltern fest, statt, wie versprochen, zum Funtensee abzustiegen. Doch als die Teller geleert sind, sind neue Freundschaften geschlossen. Selbst als das lange erwartete – oder gefürchtete – Gewitter hereinbricht, ist von dem Quartett nichts zu sehen oder hören. Als wir die Betten ansteuern, haben die Vier herausgefunden, dass wir morgen das gleiche Ziel, das Ingolstädter Haus (2.120 m), haben. Und auch die weitere Planung stimmt mehr oder weniger überein. „Können wir zusammen weiterwandern?“

Noch trennt uns das Steinernes Meer vom Ingolstädter Haus zu Füßen des Großen Hundstods.





Blick über das Steinerner Meer.



Das Unwetter bricht los - jetzt ist es Zeit, sich in die Hütte zurückzuziehen.

Ein Meer aus Stein

Als wir, nun zu acht, am Kärlingerhaus aufbrechen, sind die Kinder wie verwandelt: Fröhlich quatschend gehen sie vorneweg. Die erste Geländestufe, für die wir gestern lange brauchten, wird locker erklommen, auch die zweite stellt kein Problem dar. Als das Tagesziel erblickt wird, bricht Jubel aus. Doch der Weg durch die wellige Karstlandschaft des Steinernen Meeres zieht sich ...

Es ist kaum vorstellbar, dass hier einst Almbauern ihr Vieh weideten. Nur noch Flurnamen wie Himmelreich, Schönflecken oder Verlorene Weid zeugen von dieser Zeit. Schon vor 2.000 Jahren siedelten die ersten Menschen auf der Karstfläche. Im Mittelalter begann man, die Bergwälder großflächig zu roden. Zusammen mit der im 15. Jahrhundert einsetzenden Kleinen Eiszeit wurde die Landschaft durch nachhaltig geschädigt: Die Kombination aus Beweidung, fehlender Bäume, die den Boden vor Erosion schützen, und sinkender Temperaturen beschleunigte die Verkarstung. Heute ist der Gebirgsstock, der tatsächlich an ein gegen die Küste brandendes Meer erinnert, ein scheinbar lebensfeindlicher Ort. Doch „aus allen Klüften pfeifen“ Murmeltiere „in einem Tone, welcher dem menschlichen nicht unähnlich ist“, wie der Pädagoge und Schulreformer Franz Michael Vierthaler 1816 in einem Tourenbericht schrieb, einzelne Ziegen halten das spärliche Grün kurz.

In vielen Wellen steigen wir unserem Tagesziel entgegen. Ich staune über die Höhlen, die sich unweit des Weges als senkrechte Löcher auftun. Unweigerlich denke ich an Berichte von Wanderern,

die von ihrer Tour nicht zurückgekehrt sind – und nie gefunden wurden. An einem sonnigen Tag wie heute fällt es schwer, daran zu glauben. Doch bei Nebel oder in einem plötzlichen Wettersturz ...!?

Die Hitze drückt in der schattenlosen Landschaft – und die Stimmung droht zu kippen. Doch rechtzeitig stehen wir vor dem Ingolstädter Haus, sitzen auf der Terrasse, gönnen uns kühle Getränke. Gestärkt brechen Lya, Maike, Georg und ich noch einmal auf. Eigentlich lockt der Große Hundstod (2.594 m), doch auch heute droht der Himmel mit sich hoch auftürmenden Quellwolken, die Sonne sticht verdächtig. So begnügen wir uns mit dem Vorgipfel, dem Kleinen Hundstod (2.263 m). Die Namensherkunft der beiden Berge ist unklar – unter anderem werden sie mit der Watzmannsage in Verbindung gebracht. Kurz genießen wir die vom Wasserdampf getrübbte Aussicht, dann steigen wir ab. Es dauert nicht lange, und wir werden von der Terrasse in den Gastraum getrieben. Der Himmel verdunkelt sich, Sturmböen pfeifen ums Haus, der Regen wird gegen die Fensterscheiben gepeitscht, Blitze zucken und der Donner hallt in den Bergen wider.

Mutproben

Das Unwetter hat seine Spuren hinterlassen. Beim Abstieg ins Dißbachtal fehlt plötzlich der Wanderweg, stattdessen rauscht ein breit und tief eingeschnittener Wasserlauf die steile Bergflanke hinunter. „Das war gestern noch nicht“, berichtet eine Mitarbeiterin der Hütte, die uns entgegen kommt. Das erste Abenteuer des Tages wird jedoch mit ein wenig Mut gut gemeistert. Kaum im Tal

angekommen, geht es parallel zu einem Wasserfall wieder aufwärts. Danach schlendern wir über die ehemaligen Weiden der aufgegebenen Hochwiesalm. In weiten Mäandern strömt uns der kristallklare Dißbach entgegen. Der schattenlose Aufstieg zur Hochwiescharte (2.159 m) fordert in der erneut stechenden Mittagssonne die elterlichen Motivationskünste.

Den kurzen Abstecher zum Seehorn (2.321 m) lassen wir ausfallen. Zum einen fehlt den Kindern die Motivation, zum anderen entdecken wir die ersten Quellwolken am bislang strahlendblauen Himmel. Stattdessen balancieren Lya, Maike, Georg und ich über einen schmalen Grat, während die andere Hälfte unserer Wandergruppe diesen im Grashang umgeht.

Dann wartet mit der Querung eines Kalkschutthangs, auf dem der Pfad langsam an Höhe verliert, die nächste Mutprobe. Der lose Schotter gibt nicht immer festen Halt für die Füße. Doch die größte Herausforderung steht uns noch bevor ...

Als wir die Wimbachscharte (2.028 m) erreichen, schlägt es uns die Sprache. Der Blick aufs Wimbachgries lässt das Herz höher schlagen: Wie die Zähne eines Haifischs ragen die brüchigen Kalksteinstürme von Sigretkopf (2.066 m) zur Linken und vor allem dem Großen Balfenhorn (2.222 m) zur Rechten in die Höhe, rahmen das weiße Schuttband, das sich durch das Wimbachtal zieht, eindrucksvoll ein. „Ist das Schnee?“, fragen Blia und Annika im Chor.

Auch der Blick auf unseren Weg sorgt für Herzklopfen – allerdings auf andere Art



Blick von der Wimbachscharte auf das Wimbachgries.

und Weise. Zwei senkrechte Meter bricht die instabile Wand ab, danach warten steile, mit Geröll überzogene Platten. Wer hier fällt, fällt tief – rund 350 Höhenmeter, 40 Grad steil, trennen uns vom Talboden. Unvorstellbar, dass hier im Winter Skifahrer auf der Großen Reibn, einer 50 Kilometer langen Tour um Königssee und Watzmann, die Abfahrt wagen!

Wir vereinbaren eine Reihenfolge: Ich gehe vorweg, Georg macht das Schlusslicht, jedes Elternteil bekommt ein Kind zur Seite gestellt. Dann wage ich den ersten Schritt. Als ich halbwegs fest stehe, folgt mir Bliä. Ich erkläre ihr, worauf sie achten muss, als ich einen Satz höre, der mich überrascht: „Papa, ich kann das!“ In der Stimme ist kein Zweifel, sondern nur Überzeugung zu hören. Mutig beginnt sie, sonst eher ängstlich und vorsichtig, den Abstieg – und wächst Schritt für Schritt über sich hinaus.

Fast zwei Stunden brauchen wir, bis alle am Fuß der Wand angekommen sind. Wir sind umrahmt von steilen Felsen. „Aufgerissen bis in seine innersten Eingeweide umfängt der Mauerkranz das amphitheatrisch an seinem Fuße hingebreitete Trümmermeer“, beschrieb Hermann von Barth, der sich als Erschließer des Karwendels einen Namen machte, Ende der 1860er-Jahre diesen Anblick. Und in diesem Trümmermeer wartet ein letztes Hindernis auf uns: Ein tief in den Schotter eingeschnittener Graben muss durchquert werden. Immer wieder kommen oberhalb des Weges Teile der Geröllwand ins Rutschen. „Da gehe ich

nicht durch!“, höre ich erstickt aus den Mündern der Mädchen.

Doch, sie tun es! An einem Seil ziehen wir uns aus der vermeintlichen Gefahrenzone, dem Schuttgraben, heraus. Den von den Kindern geäußerten Wunsch nach einer Pause lehnen wir Eltern ab, der Himmel spricht eine klare Sprache: Quellwolken beginnen sich über uns aufzutürmen, ein leises Donnergrummeln ist zu hören. Zügig streben wir der Wimbachgrieshütte (1.327 m) entgegen, freuen uns aber noch über mehrere

Gämsen, die uns aus nicht allzu großer Entfernung genauso gebannt anschauen, wie wir sie.

Als wir aus dem Loferer Sailergraben treten, bekommen wir es mit der Angst zu tun. Bedrohlich kriechen die dunklen Wolken, von Blitzen durchzuckt, über den Trischübel (1.764), den Pass, der das Königssee- vom Wimbachtal trennt. Die Drohkulisse wirkt durch das Echo des Donners, das ununterbrochen durchs Tal hallt, noch imposanter. Dann fallen die ersten Regentropfen.

Dicke Hagelkörner prasseln schmerzhaft auf uns nieder, als wir durch den lichten Wald der Hütte entgegeneilen. Die Wolken hängen tief im stroboskopartig erhellten Tal, gegen das Grummeln kommen wir nur noch schreiend an. „König Watze zürnt, zeigt uns all seine Grausamkeit“, schießt es mir durch den Kopf. Anderthalb Kilometer können so lang sein ... Klitschnass bis auf die Unterhosen, aber ansonsten wohlbehalten, öffnen wir schließlich die Hüttentour.

Immer der Nase nach

Die Sonne lacht von einem strahlend blauen Himmel, als wir am nächsten Morgen aufbrechen. Nur noch die feuchten Wanderschuhe erinnern an die letzten zehn Minuten des gestrigen Tages. Gemütlich spazieren wir über den bis zu 300 Meter mächtigen Schuttstrom des Wimbachgries'. Dieser ist, wie ein

Der Schuttstrom des Wimbachgries'.



Wimbach.

Gletscher, ständig in Bewegung, fließt der Ramsauer Ache entgegen. Der Wimbach strömt hier unterirdisch, tritt erst unterhalb des Wimbachschlosses (937 m) wieder ans Tageslicht, um sich wenig später in der 200 Meter langen Wimbachklamm tief ins Gestein zu graben. Wir verzichten auf den Abstecher, wollen stattdessen den nächsten Bus zurück nach Schönau am Königssee erreichen.

An der Wimbachbrücke (630 m) erwartet uns ein letzter Schreck: Lya und Julia, die vorausgingen, sind nirgends zu sehen, auch telefonisch nicht zu erreichen. Doch auch sie tauchen rechtzeitig auf. „Wir sind falsch abgebogen, als wir die Ausschilderung zum Watzmann gesehen haben ...“ 

**Die einzelnen Tourenabschnitte:****Salet – Wasseralm (über Landtalsteig)**

8,5 Kilometer, 1.030 Höhenmeter Auf-/220 Höhenmeter Abstieg, mittel

Wasseralm – Kärlingerhaus (über Halsköpfl)

8 Kilometer, 650 Höhenmeter Auf-/430 Höhenmeter Abstieg, leicht

Kärlingerhaus – Ingolstädter Haus

6 Kilometer, 590 Höhenmeter Auf-/100 Höhenmeter Abstieg, leicht
(Achtung: bei Nebel Orientierungsprobleme!)

Ingolstädter Haus – Wimbachgrieshütte (über Wimbachscharte)

10 Kilometer, 525 Höhenmeter Auf-/1.310 Höhenmeter Abstieg, schwer

Wimbachgrieshütte – Wimbachbrücke

8,5 Kilometer, 700 Höhenmeter Abstieg, leicht

Anreise mit Bus und Bahn:

Am einfachsten und schnellsten ab Siegburg über München nach Salzburg, von dort mit dem Bus 840 bis Schönau am Königssee. Dauer: Etwa 7:15 Stunden.

Zurück von der Bushaltestelle „Wimbachbrücke“ bis zum ZOB Berchtesgaden, weiter mit dem Bus 840 nach Salzburg und über München zurück nach Siegburg. Dauer: Etwa 7:30 Stunden.

**Ausrüstungsverleih in der Geschäftsstelle nach Voranmeldung**

Gottfried-Claren-Straße 2, 53225 Bonn (Beuel), mittwochs von 17 bis 21 Uhr
Tel.: 0228 4228470 (nur während der Geschäftszeit, sonst Anrufbeantworter)



Alpen-AG des CSG im Wettersteingebirge

Auf die Zugspitze!

**Text und Fotos:
Alpen-AG des Clara-Schumann-Gymnasiums**



Im Sommer 2024 sind wir, eine kleine Gruppe von Schüler*innen des Clara-Schumann-Gymnasiums (CSG), im Rahmen der Alpen-AG auf die Zugspitze (2.962 m) gewandert. Mit 16 Leuten aus den Klassen 9 bis 11 und zwei Lehrerinnen, Frau Hartlmaier und Frau Schlüter, sind wir am ersten Tag früh morgens mit dem Zug nach Hammersbach gefahren. Dort haben wir unsere Wanderung gestartet. Jede*r von uns war bepackt mit einem Rucksack von sieben bis acht Kilo. Dort hatten wir alles für die kommenden fünf Tage eingepackt.

Montag

Am Anfang der Etappe sind wir durch die Höllentalklamm gewandert. Dort haben



wir wunderschöne Wasserfälle und Gumpen gesehen. Bisher noch ohne Blasen sind wir durch Tunnel und über Brücken die Klamm hinauf gewandert. Unser Ziel war die Höllentalangerhütte (1.387 m), an der wir nach circa vier Stunden ankamen. Die Hütte war trotz enger Schlafplätze ein Highlight, weil es kostenloses WLAN gab, was ungewöhnlich war. Als Vorspeise gab es Schwarzbrotssuppe, was für uns neu, aber lecker war.

Unsere erste Übernachtung im Lager mit circa 20 Betten war zwar kalt, aber aufregend. Die Stockbetten waren dreistöckig, was den Toilettengang in der Nacht etwas spannend gemacht hat. Ganz oben unter der Decke im dritten Stock des Bettes schliefen wir an unserem ersten Tag müde ein.

Dienstag

Wie jeder andere Tag unserer Hüttentour in den Alpen, war auch dieser auf seine

eigene Art besonders. Dienstag war eine unserer kürzeren Etappen. Diese hatte aber dennoch genügend Neues und viel Abwechslung zu bieten. Wir starteten um 9 Uhr morgens, was für uns entspannt war. Wir hatten nur fünf Kilometer und 410 Höhenmeter vor uns – nichts, was wir nicht hätten meistern können. Schon dadurch unterschied sich dieser





Tag extrem vom Vortag. Wir fingen direkt an, die Höhenmeter abzarbeiten und gelangten in kürzester Zeit auf einen wunderschönen Höhenweg, von dem man die Berge mit all ihrer Vegetation und Schönheit bewundern konnte. Die Wanderung hatte gerade erst angefangen, und schon hatte die Natur viel zu bieten, wie zum Beispiel einen großen Wasserfall in der Ferne, welchen man jedoch weithin hören und bewundern konnte!

Nachdem wir den Großteil der Höhenmeter schon hinter uns gebracht hatten, kamen wir zu den Knappenhäusern (1.527 m), einer Sammlung mehrerer kleiner Hütten, wo wir eine lange Pause machten – eine perfekte Gelegenheit, um Essen zu schnorren. Von der Hütte aus hatte man eine atemberaubende Aussicht auf die Berge und das Tal mit ... Zivilisatioon!

Als wir alle wieder bereit waren, ging unsere Wanderung weiter. Der Pfad wurde steiniger und wir stiegen immer höher. Während der Wanderung lernte man die Gruppe immer besser kennen und die Zeit verging. Unsere nächste größere Pause kam schnell, und zwar beim sogenannten Hupfleitenjoch (1.750 m).

Von da an wurde die Wanderung zur Hütte immer leichter, denn es ging jetzt überwiegend bergab. Schließlich kamen wir bei unserer nächsten Hütte, dem Kreuzeckhaus (1.650 m), an, wo ein Teil von uns blieb, während die anderen noch

freiwillig den Osterfelderkopf, einen Gipfel in der Nähe, erklommen. Diese Wanderung war anstrengend, denn der Osterfelderkopf ist ganze 2.057 Meter hoch, was für uns bedeutete: Ein anstrengender Anstieg in der knallenden Sonne – eine echte Herausforderung. Aber ...: Es hat sich gelohnt! Die Aussicht war extrem cool und man konnte seine Leistung in einem Buch am Gipfel festhalten – der erste Flex¹ der Tour!

Der Weg zurück zur Hütte war entspannt, denn die Sonne wurde schwächer und es ging größtenteils bergab. Das Essen, die Spiele und die großen Betten in der Hütte sorgten für ein perfektes Ende des zweiten Tages. Die meisten von uns fanden diese Hütte am besten.

Mittwoch

Am Mittwoch sind wir um 8.30 Uhr zu unserer längsten und anstrengendsten Etappe aufgebrochen. Am Anfang ging

es bei gutem Wetter und Sonnenschein am Hang entlang. Wir mussten an dieser Stelle sehr leise sein, da in dem Gebiet akute Steinschlaggefahr bestand. Anschließend erreichten wir ein Waldgebiet, wo wir zu unserer Begeisterung auf eine Kuhherde trafen. Nach einem 600 „Tiefenmeter“ langen Abstieg kamen wir bei der Bockhütte (1.052 m) an, wo wir eine kurze Pause machten. Weiter ging es dann sechs Kilometer durch das Reintal (nicht zu verwechseln mit dem Rheintal). Kurz vor der Reintalangerhütte (1.366 m) hatten wir einen wunderschönen Blick auf einen imposanten Wasserfall. An der Hütte angekommen kehrten einige ein und kamen in den Genuss der leckeren Gerichte der Hütte.

Aufgrund einer Gewitterwarnung brachen wir dann doch recht schnell zum letzten und steilsten Stück der Etappe auf. Kurze Zeit später teilte sich die Gruppe, ein paar von uns gingen zum Ursprung der Partnach (Fluss). Als die zwei Gruppen wieder zusammentrafen, machten wir eine kurze Pause an einem hohlen Baum, in den man sich setzen konnte. Nun brachen wir zum steilsten Stück auf, bei dem wir durchgehend von Schafen begleitet wurden. Nach der Erlaubnis der Lehrerinnen teilte sich die Gruppe, damit alle den langen, steilen Anstieg in ihrem Tempo bewältigen konnten. Die schnellere Gruppe wartete auf die Langsameren, so dass alle das anstrengende Geröllfeld am Ende gemeinsam bewältigen konnten. So erreichten wir abends als Gruppe endlich die schön gelegene Knorrhütte (2.051 m), von der man eine tolle Sicht ins Tal und das Wettersteingebirge hatte. Insgesamt war es ein sehr schöner, aber auch anstrengender Tag, und alle waren froh und stolz, die Etappe gut bewältigt zu haben.



1 Ein „Flex“ ist in der Jugendsprache eine angeberische Aktion.



Donnerstag

Die Wanderung von der Knorrhütte zur Zugspitze war unsere vierte und letzte Etappe. Am Anfang des Weges ging es zunächst durch felsiges Gelände, immer mit der beeindruckenden Kulisse der Alpen im Blick. Während unserer Wanderung stießen wir auf Schneefelder und übten, im Schnee zu wandern. Es war ein tolles Gefühl, diesen Weg als Gruppe zu beschreiten. Vor dem Aufstieg zur Zug-

spitze machten wir eine Pause und sammelten unsere Kräfte.

Der Weg wurde nun mit schmalen Pfaden, steilen Passagen und Drahtseilen im Fels zum Festhalten viel anspruchsvoller. Doch diese Anstrengungen waren es wert, denn der Blick von oben war unglaublich. Wir waren nun seit vier Tagen unterwegs, um am Ende auf der Zugspitze zu stehen – und alle unsere Mühen hatten sich gelohnt! Vom Gipfel

aus sahen wir die Hütten, wo wir übernachtet hatten, und es war faszinierend zu erkennen, wie viel Strecke wir zurückgelegt hatten.

Nach Gipfelfotos und Stärkung fuhren wir mit Gondel und Zahnradbahn runter und inspizierten von der Gondel aus die steile Passage, die wir zurückgelegt hatten. Schon cool! In der Zahnradbahn scherzten wir bereits darüber, welche Berge wir als nächstes erklimmen würden.

In der Jugendherberge in Garmisch-Partenkirchen freuten wir uns alle über den Komfort, den wir vier Tage lang nicht hatten. Der Abschluss dieses Abends war ein gemeinsames Essen beim Italiener. Die Stimmung war ausgelassen und wir feierten unseren Erfolg.

Die Hüttentour, definitiv ein Abenteuer und für die meisten von uns die erste in den Alpen, hat uns alle näher zusammengebracht.

Freitag

Am Freitag sind wir in der sehr schönen Jugendherberge aufgewacht, immer noch voll vom Essen des Vorabends. Es war die beste Nacht der ganzen Tour und wir waren noch nie so dankbar für richtige Betten und eine Dusche. Früh morgens sind wir dann aufgebrochen in der Hoffnung, dass die Deutsche Bahn ihren Job erledigt. Spoiler: Hat sie nicht, zumindest nicht pünktlich. Trotzdem haben wir es erschöpft und glücklich nach Hause geschafft. Wir sind sehr dankbar für die Tour und die Eindrücke, die wir gewonnen haben! ●

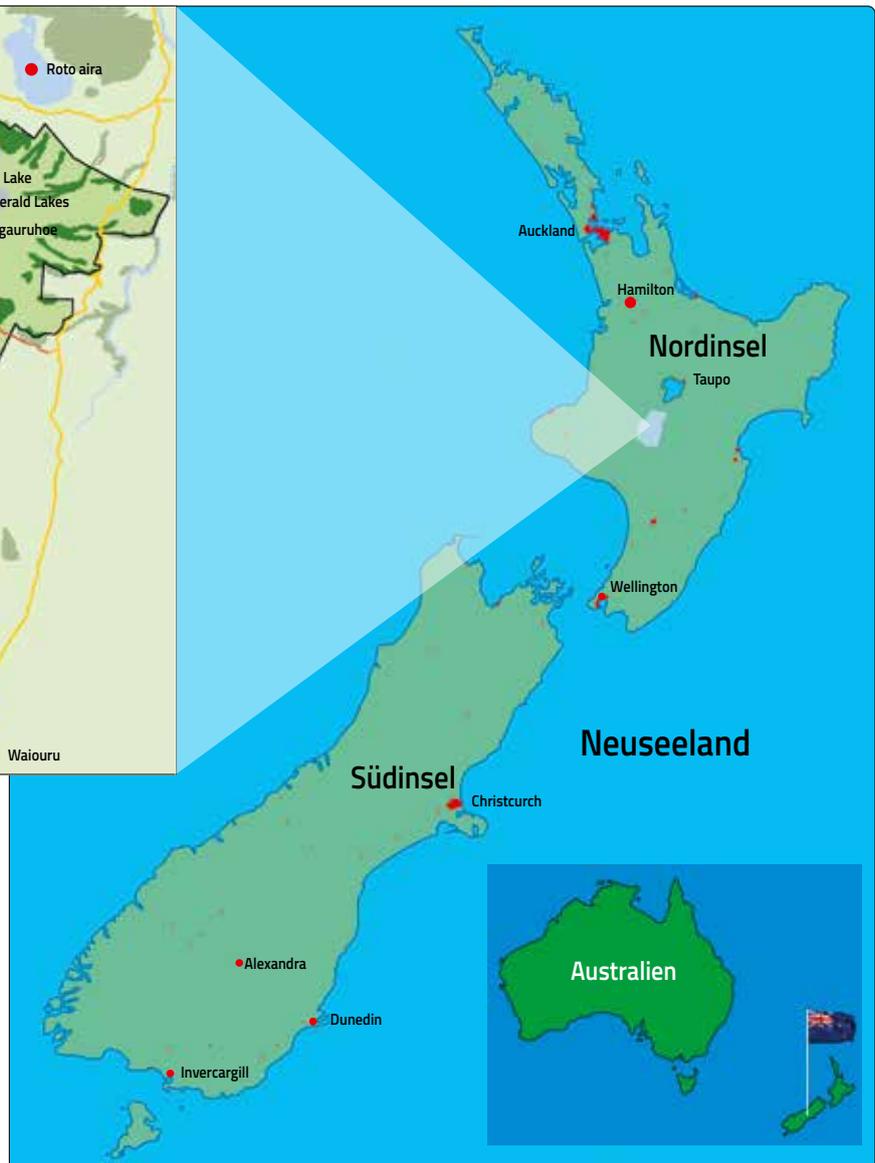
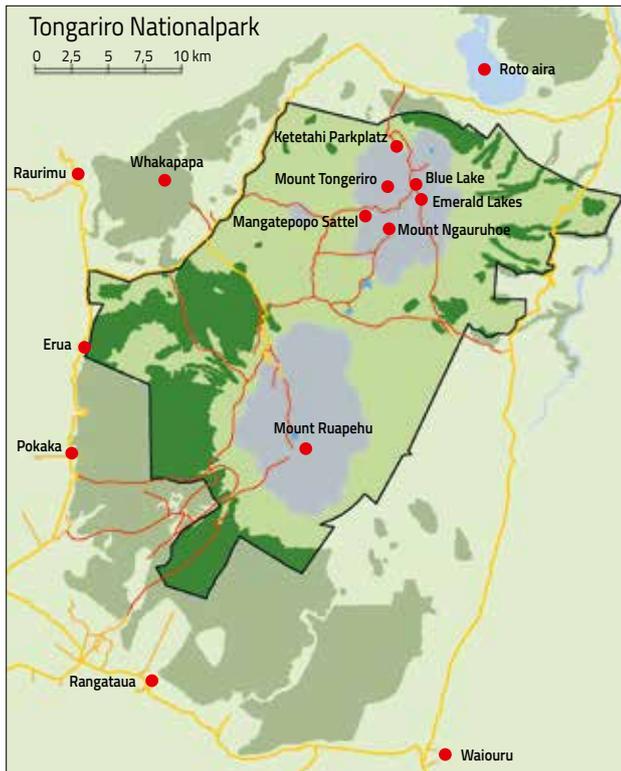


A hiker with a blue backpack is walking away on a metal grating trail that winds through a volcanic landscape. The terrain is rocky and sparsely vegetated with low-lying plants. In the background, there are dark, jagged volcanic mountains under a blue sky with wispy white clouds. The overall scene is bright and clear.

Heißer Trail im Land der
langen weißen Wolke

Das Tongariro Alpine Crossing

Text und Fotos: Evelyn Albu



Im Dezember 2024 konnte ich mir einen langersehten Wunsch erfüllen: eine Rundreise durch Neuseeland. Das aus zwei Inseln bestehende Land am anderen Ende der Welt begeisterte mich auf Anhieb mit seiner unglaublichen landschaftlichen Vielfalt.

Im Rahmen dieses Berichts lässt sich unmöglich auf alle Eigenheiten und Besonderheiten der einzelnen Regionen eingehen.

Grundsätzlich gilt die Nordinsel als eher flach und tropisch, die Südinsel hingegen als deutlich alpiner, weshalb insbesondere letztere Bergsportinteressierten häufig empfohlen wird. Tatsächlich sind die auf der Südinsel gelegenen Neuseeländischen Alpen sehr beeindruckend und Orte wie den Nationalpark Aoraki/Mount Cook oder den Nationalpark Mount Aspiring sollte man auf einer Reise nach Neuseeland auf keinen Fall verpassen.

Dennoch muss man sagen, dass sich keine der beiden Inseln eindeutig kategorisieren lässt. Auch die Nordinsel ist vielfältig und definitiv einen Besuch wert, wenn man einen Wanderurlaub in Neuseeland verbringen möchte. Schließlich befindet sich die so ziemlich bekannteste und spektakulärste Tagestour Neuseelands auf dieser: das Tongariro Alpine Crossing.

Bild Vorderseite: Ein idyllischer Weg durch das Mangatepopo-Tal.

Am Abend des 14. Dezembers kam ich an meinem Campingplatz im winzigen Ort Whakapapa im Tongariro-Nationalpark an. In dessen Zentrum befinden sich drei aktive Vulkane: der Tongariro (1.967

Meter), der Ngauruhoe (2.287 Meter) und der Ruapehu (2.797 Meter). Diese bilden das südliche Ende einer 2.500 Kilometer langen Kette von Vulkanen, die durch das Zusammentreffen der Pazi-

Abendstimmung im Tongariro-Nationalpark.





Ausblick in das karge Mangatepopo-Tal.

fischen mit der Indisch-Australischen Platte entstanden sind. Ein für Europäer außergewöhnliches und zudem nicht ungefährliches Terrain, spontane Eruptionen lassen sich nämlich keinesfalls ausschließen, wie den Besuchern im Laufe der Tour auch mitgeteilt wird. Doch beginnen wir am Anfang.

Aufbruch

Der nächste Morgen begann bei kühlen zwölf Grad und herrlich blauem Himmel. Ein kleiner Shuttlebus brachte mich um 7 Uhr vom Campingplatz zum etwa 20 Kilometer entfernten Ausgangspunkt der Tour, an dem viele weitere Wanderer starteten. Später am Tag würde mich ein Shuttlebus auch wieder zurück zum Campingplatz bringen, allerdings von einem anderen Endpunkt aus. Aufgrund der sehr starken Sommersonne (zur Erinnerung: Deutschlands Wintermonate sind Neuseelands Sommermonate) packte ich schon nach wenigen Minuten meinen Pullover ein und meine Sonnencreme aus. In Neuseeland steigt der UV-Index in dieser Jahreszeit selbst auf Meereshöhe auf bis zu 12 und ist damit extrem hoch.

Die ersten Kilometer durch das Mangatepopo-Tal verliefen ohne größeren Anstieg an einem Bach entlang. Von den sonst so strahlend grünen und tropischen Landschaften der Nordinsel fehlt hier jede Spur. Stattdessen dominieren Vulkangestein und typisch neuseeländische, gelbliche Grasbüschel, auch Tussock genannt. Das neuseeländische Department of Conservation, das für den Schutz und Erhalt der Natur sowie der Nationalparks im

Land zuständig ist, neigt dazu, die Fähigkeiten und Erfahrung der Besucher und Wanderer zu unterschätzen. Mehrfach wird man auf der Strecke darauf hingewiesen, dass man sich auf wechselnde Wetterverhältnisse einstellen und keinesfalls ohne geeignete Kleidung, genügend Proviant und ausreichend Kondition weiterlaufen soll.

Ein nach etwa vier Kilometern auf einer großen Tafel gedruckter Hinweis ließ mich schmunzeln: **„Das war der leichte Teil. Ab hier wird es deutlich schwieriger! Fühlen Sie sich erschöpft oder ist Ihnen kalt? Wird das Wetter schlechter?“**

Drehen Sie um!“ Tatsächlich ist das Tongariro Alpine Crossing (der Zusatz „Alpine“ wurde im Übrigen erst vor einigen Jahren hinzugefügt, um ungeübten Besuchern zu verdeutlichen, dass es sich hier um einen „richtigen“ Bergwanderweg handelt) eine zwar anspruchsvolle, aber für Bergerfahrene durchaus machbare Tagestour.

Zwischen Feuerbergen

Ich drehte nicht um. Schwieriger wurde es allerdings wirklich, denn es folgte der erste steile und nicht enden wollende Anstieg zum Mangatepopo-Sattel zwischen Mount Ngauruhoe und Mount Tongariro, den man auch als Devil's Staircase (Treppenhaus des Teufels) bezeichnet. Auf diesem Plateau angekommen konnte man etwas verschnaufen und hatte bereits einen fantastischen Blick ins Tal und auf die umliegenden Vulkane. Doch der höchste Punkt der Tour war erst nach einem weiteren steilen Aufstieg entlang eines schmalen Grates erreicht. Schritt für Schritt bahnte ich mir meinen Weg über das lose vulkangestein. Eiskalter Wind zog mir durchs Gesicht und erschwerte jeden Schritt. Nach insgesamt circa sieben Kilometern und knapp 800 überwundenen Höhenmetern erreichte ich jedoch endlich den stark exponierten Red Crater, der auf 1.886 Metern liegt. Hier machte ich eine kleine Pause, genoss die Sonne und den atemberaubenden Rundumblick auf den imposanten Mount Ngauruhoe, das durchquerte Plateau sowie den Mount Tongariro.

Ausblick vom Red Crater auf den imposanten Mount Ngauruhoe (2.287 Meter).





Der rötlich schimmernde Red Crater auf 1.886 Metern.

Auch der rötlich schimmernde Krater selbst war absolut beeindruckend. Er ist etwa 10.000 Jahre alt und gehört zu den jüngsten des Tongariro-Massivs. Die Farbe wird durch die extreme Hitze erzeugt, die das Eisen im Gestein oxidieren lässt. Ein wenig mulmig wurde es mir allerdings, als ich ein Hinweisschild mit den folgenden Worten las: **„Sie wandern in einer aktiven Vulkanlandschaft. Eruptionen können jederzeit ohne Vorwarnung auftreten.“** Wenngleich die Wahrscheinlichkeit für einen solchen Ausbruch nicht besonders hoch

ist, darf man nicht vergessen, dass der Red Crater schon seit jeher zu den aktiven Kratern in der Umgebung gehört. Zudem sind in der Vergangenheit bereits mehrfach Touristen aufgrund vulkanischer Aktivität auf neuseeländischem Gebiet ums Leben gekommen – zuletzt im Jahr 2019 auf der Insel Whakaari.

Abwärts

An diesem Punkt folgte ein Abstieg, der ein weiteres Naturspektakel offenbarte: die Emerald Lakes. Die leuchtend smaragdgrüne Farbe dieser drei Kraterseen

Die Emerald Lakes, drei leuchtende Kraterseen.



stammt von durchgesickerten Mineralien aus dem umliegenden Thermalfeld. Die Intensität der Färbung ist dabei von deren Konzentrationen abhängig und kann zwischen bläulichen und grünlichen Tönen variieren. Empfindliche Nasen bemerken hier den Schwefelgeruch der vulkanischen Dampfschwaden, die aus kleinen Öffnungen im Gestein austreten – ein etwas unangenehmer Nebeneffekt der eindrucksvollen Vulkanlandschaft.

Der Abstieg ist relativ steil und führt über losen Schotter in Richtung der Seen. Konzentration, Trittsicherheit und im besten Falle knöchelschützendes Schuhwerk sind hier sehr wichtig, denn tatsächlich kann man auf diesem schmalen Weg äußerst leicht rutschen und umknicken. Der teils starke Wind erhöht die Stabilität beim Laufen auch nicht besonders. Ich selbst rutschte auch mehr über das Gestein, als das ich lief, mit der nötigen Vorsicht funktionierte jedoch auch das einigermaßen kontrolliert und machte sogar ein wenig Spaß. Auch aus der Nähe ist die leuchtende Farbe der Seen faszinierend. Das Baden ist aufgrund der Mineralienkonzentration allerdings verboten. Zudem sind die Emerald Lakes für den lokalen Māori-Stamm heilig und sollen daher aus Respekt nicht berührt werden.

Weiter ging es über den Central Crater zum ebenfalls sehr schönen Blue Lake. Von hier konnte der finale Abstieg über die Flanken des Nordkraters in Richtung des Parkplatzes beginnen, an dem mich ein Shuttlebus wieder abholen würde. Tatsächlich lag an diesem Punkt erst etwa die Hälfte der gesamten Strecke hinter mir – der finale Abstieg allein ist mit circa zehn Kilometern wirklich lang und kräftezehrend. Er führte mich zunächst über zahlreiche mit Tussock-Gras bewachsene Hänge. In der Ferne hatte man einen tollen Blick auf die Seen Rotoaira und Taupō. Obwohl ich bereits ziemlich erschöpft war, beeilte ich mich, denn ich wollte versuchen, den ersten Shuttlebus um 15 Uhr zu bekommen. Alternativ hätte ich auch auf den nächsten um 16 Uhr warten können (und auch um 17 Uhr wäre noch einer gekommen), doch mich packte der Ehrgeiz, zudem freute ich mich auf eine richtige Mahlzeit zurück am Campingplatz.

Endspurt

Je tiefer ich abstieg, desto wärmer wurde es und desto grüner wurde die Landschaft. Die letzten Kilometer wanderte ich schließlich durch einen wunder-



Beim Abstieg hat man einen schönen Blick auf die Seen Rotoaira und Taupō.

schönen Wald mit der typisch neuseeländischen, immergrünen Vegetation. Der erste Schatten an diesem Tag kam an dieser Stelle mehr als gelegen. Für das Genießen blieb leider wenig Zeit, die letzten 20 Minuten musste ich joggen, um das Ende des Wanderwegs am Ketetahi-Parkplatz noch rechtzeitig zu erreichen. Doch ich schaffte es – und kam schon bald entkräftet, aber be-

geistert am Campingplatz an. Insgesamt bewältigte ich etwa 20 Kilometer, stieg 800 Höhenmeter auf, 1.100 Höhenmeter ab und war sieben Stunden unterwegs. Die Organisation mit den Shuttlebussen war dabei mit 63 Neuseeland-Dollar (im Januar 2025 entspricht dies 34 Euro) nicht ganz günstig, aber gut geregelt. Auch langsame Wanderer, oder solche, die ausgiebige Pausen machen möchten,

müssen nicht fürchten, nicht mehr nach Hause zu kommen. Allerdings kann es natürlich etwas nervig sein, sein Lauftempo den Abholzeiten anpassen zu müssen, wie ich selbst erfahren musste. Gut zu wissen ist zudem, dass es keinerlei Hütten mit Verpflegungsmöglichkeiten auf dem Weg gibt, aber einige Toiletten, bei denen es sich allerdings um sehr naturbelassene und nicht besonders einladende Trockentoiletten handelt.

Abschließend kann ich sagen, dass das Tongariro Alpine Crossing für mich zu den Highlights auf meiner vierwöchigen Reise gehört. Die Ausblicke auf die karge Vulkanlandschaft und die leuchtenden Seen waren absolut beeindruckend, und es war sehr aufregend, alles aus der Nähe zu erleben. Dem Risiko der vulkanischen Aktivität muss man sich natürlich bewusst sein, wenn man hier wandern möchte.

Die Tour gehört jedoch zu Recht zu den schönsten und beliebtesten des Landes, die sich auf jeden Fall lohnt, wenn man schon in Neuseeland ist oder vorhat, dorthin zu reisen. Das kann ich trotz der langen und beschwerlichen Anreise übrigens ebenfalls unbedingt empfehlen, denn Aotearoa („Das Land der langen weißen Wolke“), wie Neuseeland von der indigenen Bevölkerung genannt wird, hält auch abseits des Tongariro-Nationalparks zahlreiche unglaubliche Naturspektakel für einen bereit. ●

Tongariro – Neuseelands erster Nationalpark Von weltweiter Bedeutung

Björn Langer

In Neuseeland stehen dreizehn Gebiete, die mehr als zehn Prozent der Landesfläche bedecken, als Nationalpark unter Naturschutz. Der älteste ist der Tongariro-Nationalpark. Seine Ausweisung geht auf die Angst der Māori, der Ureinwohner Neuseelands, zurück, dass die für sie heiligen Stätten durch weiße Siedler erschlossen werden. Daher übertrug Te Heuheu Tūkino IV., Stammesoberhaupt der Ngati Tuwhareteo, am 23. September 1887 die Gipfel von Tongariro, Ngauruhoe und Ruapehu, dem höchsten Berg der Nordinsel, an die britische Krone.

Seine Auflage: Die drei Vulkane müssten für immer vor menschlichen Eingriffen geschützt werden. Die Kolonialregierung entschied, ein Reservat nach Vorbild des 1872 gegründeten US-amerikanischen Yellowstone-Nationalparks auszuweisen. Da die geschenkte Fläche – knapp 26 Quadratkilometer – dafür jedoch als zu klein erachtet wurde, kaufte man weitere Gebiete im unmittelbaren Anschluss auf. Im Oktober 1894 verabschiedete das neuseeländische Parlament den Tongariro National Park Act, in dem eine Größe von 252 Quadratkilometern festgelegt wurde. Nach zwei Erweiterungen umfasst das Schutzgebiet heute 786 Quadratkilometer und bewahrt neben der Vulkanlandschaft auch Regen- und Bergbuchenwälder vor menschlicher Nutzung.

1990 wurde der Tongariro-Nationalpark von der UNESCO zum Weltnaturerbe erklärt, 1993 erhielt er aufgrund seiner spirituellen Bedeutung für die Māori zudem den Status als Weltkulturerbe – als erste Landschaft. Weltberühmt wurde diese, als Anfang des Jahrtausends Szenen der Filmtrilogie „Herr der Ringe“ im Schutzgebiet entstanden. Beispielsweise diente der Ngauruhoe als Schicksalsberg, an dem Sauron den Ring der Macht schmiedete, mit dem alle Völker von Mitteleuropa unterworfen werden können. Er ist damit auch das Ziel der Reise der Hobbits Frodo Beutlin und Samweis „Sam“ Gamschie, denn nur das Feuer dieses Berges kann den Ring wieder zerstören. Das Reservat diente zudem als Kulisse für mehrere Kampfszenen – nach den Dreharbeiten mussten diese Gebiete aufwändig restauriert werden.

Neu in der Sektionsbibliothek - ausgewählt von Norbert Paulus, DAV Bonn

Alle vorgestellten Titel können in der Bibliothek der Sektion ausgeliehen werden und sind im Buchhandel erhältlich.

Michaela Thöni-Kohler

Heilende Schnäpse aus den Alpen

**Destillate, Ansatzschnäpse und Liköre selbstgemacht
Gesundheit und Wohlbefinden mit den Aromen der Natur**

192 Seiten, fünf Schwarzweiß- und 102 farbige. Fotografien, 49 farbige botanische Illustrationen und 16 eineärbige Illustrationen, gebunden

Preis: 29,00 Euro

Tyrolia-Verlag, Innsbruck-Wien 2024

www.tyrolia-verlag.at

ISBN 978-3-7022-4219-0



So ein Zirbenschnapf ist schon was Feines, ob am Berggipfel, auf der Hütte oder auch zu Hause. Aber nicht jeder hat eine kräuterkundige Großmutter. Da kommt das Buch von Michaela Thöni-Kohler gerade richtig daher. In diesem erfahren Sie alles über die traditionsreiche Kunst der Kräuterheilkunde, die seit Jahrhunderten in den Alpen praktiziert wird, Sie lernen die Schätze der Natur und die richtigen Techniken zur Kräuternernte, zum Graben von Wurzeln und zur Herstellung von wohltuenden Destillaten, Ansatzschnäpsen und -likören, Tinkturen und Einreibungen kennen. Die erfahrene Kräuterhexe Michaela Thöni-Kohler ist im berühmten Brennerreidorf der Stanzer Zwetschke aufgewachsen und hat für dieses Buch im gesamten Alpenraum recherchiert: in der Chartreusegruppe und im Mont-Blanc-Gebiet, im Engadin und Appenzellerland, dem Aostertal und natürlich in Tirol und Bayern.

Hier teilt sie ihr umfassendes Wissen und ihre persönlichen Rezepte, gibt wertvolle Tipps zur Auswahl und Verarbeitung der Heilpflanzen, führt mit einem kleinen Schnaps ABC in Destillation und Brennrecht ein und begleitet tatkräftig auch beim ersten Ausflug in die Welt der selbst gemachten Spirituosen. Ob zur Stärkung des Immunsystems, zur Förderung der Verdauung oder einfach als köstlicher Genuss in geselliger Runde – mit diesem Buch holen Sie sich ein Stück alpine Heilkraft direkt ins Haus.

Claudia Irle-Utsch

Natursteig Sieg

Von der Mündung bei Siegburg bis ins Siegerland

1. Auflage 2024

120 Seiten mit 82 Fotos, 18 Höhenprofilen, 18 Wanderkärtchen im Maßstab 1:75.000 sowie zwei Übersichtskarten im Maßstab 1:500.000 und 1:800.000, kartoniert

Alle Etappen mit GPS-Tracks

Preis: 16,90 Euro

Bergverlag Rother, Oberhaching

www.rother.de

ISBN 978-3-7633-4747-6



Von der Mündung bis zur Quelle immer an der Sieg entlang – schöner als auf dem Natursteig Sieg kann genussvolles Weitwandern kaum sein. Virtuoso umspielt der Weitwanderweg die Sieg, wechselt zwischen Flussnähe, sanften Höhen und dichten Wäldern und bietet einmalige Ausblicke ins Siegtal und auf die Ausläufer des Bergischen Landes und des Westerwaldes. Der Rother Wanderführer „Natursteig Sieg“ stellt den Weitwanderweg mit allen Etappen und vielen Extras vor.

Der Natursteig Sieg bietet ambitionierten Wanderern ein abwechslungsreiches Terrain. Auf 200 Kilometern führt er durch idyllische Landschaften, immer wieder mit fantastischen Ausblicken auf die Sieg. Als individuelles Extra startet der Wanderführer mit einer zusätzlichen Etappe von der Siegmündung in den Rhein bis nach Siegburg und setzt den Weg in drei weiteren Etappen bis zur Siegquelle fort. Dabei durchmisst der Weitwanderweg das vom Erzbergbau geprägte Siegerland und führt auf die Höhen des Rothaarkamms.

Jede Etappe des Natursteigs Sieg wird mit einer zuverlässigen Wegbeschreibung, einem aussagekräftigen Höhenprofil und einem Tourenkärtchen mit eingetragener Route vorgestellt. Mit geprüften GPS-Tracks zum Download ist die Orientierung unterwegs ganz leicht. Alle wichtigen Infos zu Übernachtung, Einkehr, Verpflegung, Anforderung und Wegvarianten sind

übersichtlich aufgeführt. Informativ sind die Stadtporträts von Siegburg und Siegen sowie Tipps zu Sehenswürdigkeiten.

Ein Pluspunkt dieses Steiges ist die gute Anbindung an die Bahn: Die Etappen beginnen und enden jeweils an einem Bahnhof entlang der Linie Aachen–Köln–Siegen, was eine entspannte An- und Abreise sowie die Möglichkeit zu Tageswanderungen eröffnet.

Autorin Claudia Irle-Utsch, die bereits den Rother Wanderführer „Siegerland und Wittgenstein“ verfasst hat, bringt als Einheimische wertvolle Einblicke mit und vermittelt eine besondere Verbundenheit mit der Region.

Tanja Willers & Johanna Hochedlinger Zwei Frauen, zwei Räder, ein Zelt

Durch 21 Länder von Kapstadt nach Wien

288 Seiten, 451 farbige Abbildungen und elf Karten mit eingezeichnetem Routenverlauf sowie eine Übersichtskarte, Flexcover

Preis: 28,00 Euro

Tyrolia-Verlag, Innsbruck Wien 2025

www.tyroliaverlag.at

ISBN 978-3-7022-4253-4

Auch als E-Book erhältlich:

Preis: 23,99 Euro

ISBN 978-3-7022-4268-8



Geht nicht gibt's nicht, dachten sich die zwei Österreicherinnen Tanja Willers und Johanna Hochedlinger – und starteten in Kapstadt, um mit einigen Umwegen auf über 24.000 Kilometern nach Wien zu radeln. In 445 Tagen durchquerten sie 21 völlig unterschiedliche Länder in Afrika, Asien und Europa. Sie wurden angebettelt und ausgelacht, schliefen in ihrem Zelt in Schulen, verlassenen Hotels und in der Wüste, zwischen Löwen in Botswana und Wölfen im Iran, verkosteten Oryxwürste, Krokodilsteaks und Elefanteneintopf und wären auf der Straße mehr als einmal fast gestorben – vor Angst. Doch überall auf ihrer Reise fanden sie eines gleichermaßen: Gastfreundschaft.

Das Buch basiert auf 36 Originalberichten, die während der Reise entstanden. Es ist Bildband, Abenteuerbericht, zudem eine mit Karten und jeder Menge Tipps versehene Inspirationsquelle, die sich auch den essenziellen Fragen widmet: Was muss auf eine solche Tour mit? Wie wird unterwegs gekocht und gewaschen? Ist das nicht furchtbar gefährlich, vor allem für zwei Frauen? Und wie ist das eigentlich, wenn man als gleichgeschlechtliches Paar durch den Orient fährt?

Tanja Willers, geboren 1987 in Wien, ist zertifizierte Fahrradmechanikerin, Snowboardguide und Outdoorpädagogin. Mit ihrer 36-jährigen Lebenspartnerin Johanna Hochedlinger, einer Lehrerin für Sport und Spanisch an einem Wiener Gymnasium, bildet sie das Roaming-Pedals-Team.

Rudolf Alexander Mayr Karls Wiederkehr

Ein Bergroman

200 Seiten, gebunden

Preis: 24,00 Euro

Tyrolia-Verlag, Innsbruck Wien 2024

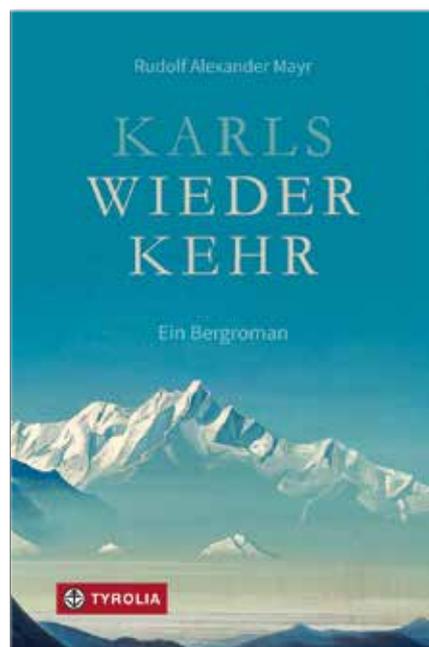
www.tyroliaverlag.at

ISBN 978-3-7022-4216-9

Auch als E-Book erhältlich:

Preis: 19,99 Euro

ISBN 978-3-7022-4217-6



Tirol, 1975. Der immer in Geldnöten steckende Extrembergsteiger Karl Platz trifft seinen ehemaligen Schulkollegen Angelus Korff wieder, mit dem ihn einige traumatische Jugenderlebnisse verbinden und der mittlerweile zu den reichsten Unternehmern des Landes gehört. Die beiden schließen eine fragwürdige Vereinbarung. Widerwillig nimmt Karl den zwielichtigen Bekannten mit zu einer Expedition in den Himalaya – auf eine Expedition, die alte Wunden aufreißt und für beide zum Schicksal wird ... Eine faszinierende und geheimnisvolle Lese-Tour, fesselnd bis zum Schluss.





Sicher durch den Bergsommer

Hitze und Gewitter

– was tun?

*Hier braut sich was zusammen
– Gewitterwolken über dem
Mangfallgebirge. Zum Glück war die
Hütte nicht mehr weit entfernt!*

Text und Foto: Björn Langer

An heißen Tagen sind eine sorgfältige Tourenplanung und umsichtiges Handeln unerlässlich, um eine schöne und sichere Zeit in den Bergen zu haben. Hitzeschlag, Dehydrierung oder Erschöpfung sind ernstzunehmende Risiken, mit steigenden Temperaturen steigt auch das Gewitterrisiko. Was gilt es zu beachten, wenn der Wetterbericht vor extremer Wärme oder Unwettern warnt?

Früher Aufbruch lohnt sich: Wer die Tour früh am Morgen beginnt, kann vermeiden, in der größten Hitze des Tages, die in der Regel ab 14 Uhr eintritt, unterwegs sein zu müssen.

Schatten schon während der Planung suchen: Wer Routen wählt, die überwiegend im Schatten verlaufen, beispielsweise durch Wälder, entgeht der größten Hitze und direkter Sonneneinstrahlung. Südhänge sollten bereits am frühen Morgen begangen werden, Nord- und Westhänge halten die Kühle hingegen am längsten.

Es muss nicht immer ein Gipfel sein: Kühle – und oft nicht weniger schöne – Alternativen zum Gipfelanstieg sind Klammern oder Wege, die an Flüssen und Bächen entlangführen.

Wasser, Wasser, Wasser: Sonnenstich und Hitzeschlag entstehen, wenn mehr Flüssigkeit verbraucht als aufgenommen wird. Die Symptome sind vielfältig: Kopfschmerzen und Schwindel können erste Anzeichen sein, später sind Atemnot oder Bewusstseinsbeeinträchtigungen möglich. Wird auf diese Anzeichen nicht reagiert, droht Lebensgefahr! Daher gehören mindestens zwei bis drei Liter Wasser pro Person ins Gepäck. Bei längeren oder anstrengenden Touren sowie an (schwül)heißen Tagen kann der Bedarf (deutlich) höher sein. Auch wenn man keinen Durst verspürt, sollte regelmäßig getrunken werden.

Sonne nicht unterschätzen: Oft wird die Kraft der Sonne unterschätzt. Doch mit zunehmender Höhenlage steigt auch die UV-Strahlung. Faustregel: Die Zunahme beträgt etwa zehn Prozent auf 1.000 Höhenmeter. Hinzu kommt die Reflektion von Felswänden oder Eis- und Schneeflächen. Ein hochwertiger Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor, der regelmäßig neu aufgetragen wird, bewahrt vor Sonnenbrand (und Hautkrebs). Durch luftige und lange Kleidung, die das Eindringen von

UV-Strahlung verhindert, wird der Körper geschützt, Kopf und Augen durch einen Hut und die Sonnenbrille.

Wetterschutz einpacken: Das Wetter ändert sich in den Bergen schnell. Ein Tag, der mit wolkenlosem Himmel begann, kann in einem Unwetter enden. Darum gehören Regenjacke und Pull-over immer ins Gepäck. Zudem kann es auf Kämmen und schattigen Wegen kühl und windig sein – auch hier bewahrt die Extraschicht vor Auskühlung. In Pausen leistet ein trockenes Shirt gute Dienste.

Mut zum Abbrechen: Setzt die Hitze mehr zu als erwartet oder bilden sich drohende Quellwolken, ist es keine Schande, die Tour abzukürzen oder umzudrehen. Mögliche „Notausstiege“ sollten bereits bei der Planung berücksichtigt werden.

Wenn es blitzt und donnert: Selbst, wenn der Wetterbericht einen schönen Tag vorhergesagt hat, kann es zu lokalen Hitzegewittern kommen. Die Gefahren sind vielseitig und gehen über den Blitzschlag hinaus. Sturmböen können im ausgesetzten Gelände zum Absturz führen, schnell fallende Temperaturen in Kombination mit Regen zum Auskühlen, große Hagelkörner hinterlassen schmerzhafteste Erinnerungen, Mulden und Rinnen füllen sich innerhalb kürzester Zeit mit Wassermassen.

Daher gilt: Das Wetter im Tagesverlauf beobachten und bei den ersten Anzeichen eines Gewitters umkehren/absteigen. Exponierte Stellen – Gipfel, Grate – schnellstmöglich verlassen, drahtseilversicherte Steige ebenso wie wasserführende Bereiche meiden. Waldränder, freistehende Bäume oder Felsnischen bieten keine Sicherheit; deutlich mehr Schutz geben Wälder oder Mulden von Bergwiesen, in Höhlen sollten mindestens anderthalb Meter Abstand von der Wand gehalten werden. Abstand hält man zudem von metallenen Ausrüstungsgegenständen wie Steigeisen oder Eispickeln sowie zu den Tourenpartnern. Wer sich mit geschlossenen und angezogenen Beinen auf eine isolierende Unterlage, beispielsweise einen trockenen Rucksack oder das aufgerollte Kletterseil, kauert, verringert das Risiko, vom sogenannten Kriechstrom getroffen zu werden. Der beste Platz, um ein Gewitter abzuwarten, ist jedoch immer eine Schutzhütte oder andere überdachte Unterkunft. ●



Tipps für Touren auf vier Pfoten Mit Hunden ins Gebirge

Text und Fotos: Robert Nikolayczik

Hunde können (noch) nicht Mitglied im DAV werden, aber DAV-Mitglieder können Hunde haben und möchten ihre Begleiter vielleicht auch gerne auf Tour mitnehmen. Damit es ein tolles Erlebnis für Mensch und Tier wird, hier ein paar Tipps, die helfen können.

Wir sind seit zehn Jahren mit unseren Nordhunden (ein Eurasier-Rüde und eine Husky-Dame) in den Bergen und sogar auf Gletschern unterwegs und können von unseren Erfahrungen berichten.

Saftey first!

Wie auch bei Touren nur für Zweibeiner geht es zu allererst darum, dass Ihr Euer Abenteuer ohne Zwischenfall übersteht. Dabei müsst Ihr schon bei der Touren-

planung um eine Ecke mehr denken und mögliche Gefahren für Eure Fellnasen antizipieren. Vieles gilt für alle Tourteilnehmer gleichermaßen, manches ist für Hunde besonders.

Das Gehen mit Hundeleine entspricht etwa dem gemeinsamen Gehen am Seil. Es besteht Mitreißgefahr! Ihr müsst die Umgebung immer gut im Blick haben, um auf einen plötzlichen Fangstoß über die Leine gefasst zu sein. Das gilt insbesondere für kritische Wegabschnitte. Das praktische Einhängen der Leine in den Becken- oder Klettergurt empfiehlt sich nur, wenn das Gelände absolut beherrschbar ist. Sonst immer in der Hand halten, um schlimmstenfalls die Leine auch loslassen zu können. Eure tierischen Begleiter stehen allemal besser auf vier Füßen als Ihr auf Euren zweien. „Kann ich in dieser Situation einen Fangstoß halten?“

Vor der Tour

Informiert Euch vorab genau über die Wegstrecke! Eine kurze Stahlleiter kann ein unüberwindbares Hindernis darstellen, wenn Euer Hund nicht so klein ist, dass man ihn in einen Tagesrucksack stecken kann. Unsere Hunde können einen 11. Grad im gestuften Gelände ganz gut klettern – runter besser als rauf. Ausprobieren und immer die Sturzgefahr mitbedenken. Da muss man die Vierbeiner aber heranzuführen, und wenn sie sonst nur den Stadtpark kennen, wird es eher nicht gehen. Ein Griff von oben ins Geschirr kann stabilisieren und weist den Weg. Den Einsatz von Flaschenzügen à la

Bergrettung zur Überwindung von Steilstufen sehe ich kritisch: Ihr braucht jede Menge Material, es muss erprobt sein und kostet viel Zeit.

Solltet ihr eine Hüttenübernachtung planen, müsst ihr vorher fragen, ob das geht (kostenpflichtig, in der Regel zehn Euro). Ihr bekommt dann meist ein Zimmerlager zugewiesen, in dem Ihr mit Eurem Begleiter allein seid. Eventuell Maulkorb mitführen – in den Hütten ist es eng und hat viele andere Gäste. Solltet Ihr keine Aufnahme finden, könnt Ihr fragen, ob Ihr im Hüttenumfeld biwakieren und Euch aus der Hütte verpflegen dürft – nicht einfach machen! Natürlich müsst Ihr das gesamte Futter mitführen. Es gibt Gebiete, wo Ihr unterwegs im Sommer selten oder kein Wasser findet (Kalkalpen). Dann müsste Ihr auch das mitführen.

Andere Tiere

Der Klassiker ist die Begegnung mit Kühen auf der Alm. Haltet Abstand und





achtet darauf, nicht zwischen Muttertier und Kalb zu kommen. Die Kuh ist sicher „not amused“, wenn sich Eure „Wölfe“ dem Nachwuchs nähern und beginnt möglicherweise, es zu verteidigen.

Gleiches gilt für die immer häufiger anzutreffenden Herdenschutzhunde (Frankreich, Italien, Schweiz). Anleinen, Abstand und die Herdenschützer im Auge behalten. Sie werden in der Regel ihre Herde nicht verlassen und Euch mit einer eskalierenden Reaktion gegebenenfalls zeigen, ob Ihr es richtig oder falsch macht. Versucht keinesfalls, Eure Hunde mit den Herdenhunden in soziale Interaktion tre-

ten zu lassen. Das ist die falsche Gelegenheit! Bringt Euch auch hier nicht zwischen die Herdenhunde und die Herde.

Grundsätzlich solltet ihr Eure Hunde an der Leine führen, auch wenn Ihr diese gut abrufen könnt. Ihr bewegt Euch in Lebensräumen von Wildtieren, die uns eher weniger gewohnt sind. Die Anwesenheit von Hunden kann unbeabsichtigt Fluchtverhalten auslösen und beispielsweise die Energiereserven etwa von Schneehühnern kritisch angreifen. Abgesehen davon können sich Eure Vierbeiner in der Verfolgung von Steinbock und Co in rich-

tige Schwierigkeiten bringen, Bergrettungseinsatz inklusive.

Auch wir Menschen sind ja in gewisser Weise Tiere. Wenn Ihr also auf unsere Artgenossen trifft, nehmt Rücksicht und denkt daran, dass unsere Mitmenschen unsere Hunde nicht unbedingt so toll finden wie wir. Wenn Ihr auf einem engen, ausgesetzten Wegstück einer anderen Partie begegnet, weicht aus oder wartet, bis die anderen vorbei sind. Bei manchen ist der Weg Herausforderung genug, da braucht es nicht auch noch Euren Hund dazwischen.

Ausrüstung

Das Futter wurde schon erwähnt. Ein Napf ist hilfreich, eventuell auch eine kleine Decke. Geschirr ist besser als ein Halsband (siehe oben). Es gibt Rucksäcke für Hunde – wer fressen will, muss tragen. Nicht mehr als 20 Prozent des Körpergewichts des Tieres (nicht Eures!) dem vierbeinigen Träger zumuten. Hunde sind Lauf-, aber keine Lasttiere.

Ihr könnt sogar einen technisch einfachen Gletscher gemeinsam begehen. Da empfehle ich Schuhe, damit die Pfoten auf Eis oder Firn nicht aufreißen. Üben! Unsere zucken förmlich aus, wenn sie im Sommer auf Schnee treffen.

Vielleicht helfen unsere Erfahrungen Euch, mit Euren Hunden unvergessliche Erlebnisse in den Bergen zu machen.

Bei Fragen gerne melden:

robert.nikolayczik@dav-bonn.de. 

Checkliste für den Hund im Urlaub

Teil 1: Sechs Wochen vor dem Urlaub

- Einreisebestimmungen für das Reiseland überprüfen
- Gesundheits-Check beim Tierarzt mit Kontrolle der erforderlichen Impfungen
- Reiseapotheke vorbereiten
- Heimtierausweis überprüfen oder ausstellen lassen
- Tierhaftpflicht- und Tierkrankenversicherung überprüfen
- Falls erforderlich: Grenzpapiere einholen - zum Beispiel Gesundheitszeugnis oder Nachweis von Prophylaxen
- Hund in der Unterkunft anmelden
- Nimmt Ihr Hund Medikamente: Vorrat für die Reisedauer besorgen



Quelle: Fressnapf

Teil 2: Das kommt in den Hundekoffer

- EU-Heimtierausweis und Impfpass, ggf. Gesundheitszeugnis
- Halsband, Geschirr, Leine und ggf. Schlepplleine
- Handtücher, Hundebademantel
- Spielzeug, z.B. Wasserspielzeug
- Schwimmweste
- Kamm und Bürste, Flohkamm
- Maulkorb (je nach Reiseland und Gesetzen)
- Adress-Plakette oder Hülse mit Heimat- und Urlaubsadresse
- Kotbeutel
- Schlafplatz und Hundedecke
- Ggf. Hundetasche oder -rucksack
- Wasser- und Futternapf für die Unterkunft
- Reisenapf für Wasser unterwegs
- Kühlflasche für Wasser unterwegs
- Futter (Trockenfutter, Nassfutter, BARF)
- Leckerchen und Kausnacks
- Reiseapotheke und Medikamente nicht vergessen!



Die Bronx Rock Kletterhalle Abenteuer vor der Haustür

Bonn und Umgebung bieten eine beeindruckende Kulisse für Outdoor-Abenteuer. Doch was, wenn das Wetter nicht mitspielt oder du gezielt deine Kletterfähigkeiten verbessern möchtest? Dann ist die Bronx Rock Kletterhalle in Wesseling genau der richtige Ort für dich!

Mit über **2.700 m² zum Klettern und Bouldern** und **mehr als 300 Routen** findest du hier alles, was dein Kletterherz begehrt – und das in unmittelbarer Nähe. Die Halle bietet abwechslungsreiche Routen für jeden Schwierigkeitsgrad. Egal, ob du Anfänger bist, der die Basics lernen möchte, oder ambitionierte Kletterin oder Kletterer, der sich auf die nächste Bergtour vorbereiten will: Die Bronx Rock ist der perfekte Trainingsort!

Von Anfänger bis Profi – hier findet jeder seinen Platz

Was die Bronx Rock besonders macht, ist die Vielfalt: Für Einsteiger gibt es spezielle Kurse,



in denen du Schritt für Schritt lernst, sicher und mit Freude zu klettern. Aber auch erfahrene Kletterinnen und Kletterer kommen hier voll auf ihre Kosten – ob an den anspruchsvollen Überhängen oder den kniffligen Boulderproblemen. Das erfahrene Trainerteam steht dir mit Rat und Tat zur Seite und sorgt dafür, dass du deine Grenzen austesten und erweitern kannst.

Für die ganze Familie

In der Bronx Rock wird gemeinsames Klettern großgeschrieben! Ob beim Eltern-Kind-Klettern, den Ferienfreizeiten oder Kindergeburtstagen – hier können schon die Kleinsten spielerisch lernen, wie man mit Mut und Geschick die Wand erklimmt. Und das unter professioneller Betreuung in einem sicheren Umfeld.

BRONX ROCK – die Kletterheimat der DAV Sektion Bonn

Die Bronx Rock und die DAV Sektion Bonn verbindet eine langjährige, freundschaftliche Zusammenarbeit. Als Kletterheimat der Sektion bietet die Halle Mitgliedern optimale Trainingsmöglichkeiten – sei es zur Vorbereitung auf alpine Abenteuer oder für das regelmäßige Klettervergnügen. Viele DAV-Kurse haben hier ihren Ursprung, bevor es für die Teilnehmenden in die Felsen oder Berge geht.

Doch auch Mitglieder anderer DAV-Sektionen, darunter DAV Rheinland-Köln, DAV Schleiden oder DAV Rhein-Sieg, schätzen die Bronx Rock als ihren Trainingsort. Hier finden Kletterinnen und Kletterer aus der gesamten Region eine starke Gemeinschaft, in der sie sich weiterentwickeln, voneinander lernen

und gemeinsame Seilschaften knüpfen können.

Mehr als Klettern – ein Ort der Gemeinschaft

Die Bronx Rock ist mehr als nur eine Kletterhalle. Sie ist ein Treffpunkt für Gleichgesinnte, ein Ort, an dem du nicht nur trainieren, sondern auch Freundschaften knüpfen kannst. Nach einer intensiven Session lädt das gemütliche Bistro zu einer wohlverdienten Pause ein – ob mit Kaffee, Snacks oder einem kühlen Getränk.

Dein nächstes Abenteuer wartet

Also, worauf wartest du noch? Schau vorbei, schnupper Hallenluft und entdecke, warum die Bronx Rock der Lieblingsort vieler Kletterbegeisterter in der Region ist.

Mehr Infos findest du auf www.bronxrock.de



Teilnahmebedingungen für Touren und Kurse der DAV-Sektion Bonn

Mitgliedschaft im Alpenverein

An den Touren und Kursen dürfen alle Mitglieder der Sektion Bonn und Mitglieder anderer Sektionen des DAV teilnehmen.

Mitglieder der Sektion Bonn (auch C-Mitglieder) werden bei der Anmeldung bevorzugt behandelt.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt gemäß der Angabe in der Tourenausschreibung. Sie wird vorgemerkt, in dem der Tourenleiter Ihre Anmeldung bestätigt und Ihnen das Anmeldeformular aushändigt. Erst mit Gutschrift des Beitrags auf das Bankkonto der Sektion ist die Anmeldung gültig und verbindlich. Als Anmeldedatum gilt das Datum des Geldeingangs. Bitte beachten Sie die Anmeldefrist der jeweiligen Tour.

Den Tourenleitern obliegt die Entscheidung über die Teilnahme an einer Tour. Über die konditionelle, fachliche, sportliche und gesundheitliche Eignung eines jeden Teilnehmers entscheiden die Tourenleiter. Ein genereller Anspruch auf Teilnahme an Touren besteht nicht. Die Tourenleiter behalten sich Änderungen, die der Sicherheit der Teilnehmer dienen, vor. Ein Anspruch auf die in der Tourenausschreibung genannten Ziele besteht nicht.

Tourenbeitrag

Der Tourenbeitrag ist, innerhalb von 14 Tagen, nach Bestätigung Ihrer Anmeldung durch den Tourenleiter, auf folgendes Konto zu überweisen:

Bank: Sparkasse KölnBonn

IBAN: DE92 3705 0198 0000 0053 55

BIC: COLSDE33

Bitte geben Sie bei Ihrer Überweisung den festgelegten Verwendungszweck und den Namen des Tourenleiter aus der Tourenausschreibung an.

Teilnehmer unter 16 Jahren sind von Tourenbeiträgen befreit. Sektionsfremde DAV-Mitglieder zahlen einen Aufschlag von 40 Euro auf den Tourenbeitrag und können einmalig an einer Tour teilnehmen.

Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Gastmitgliedschaft (C-Mitgliedschaft) bei der Sektion Bonn, um diesen Aufschlag einzusparen und die Beschränkung auf eine Tour zu umgehen.

Rücktritt durch Teilnehmer

Der Rücktritt von einer Tour ist der Sektion und dem Tourenleiter in schriftlicher Form, z.B. per E-Mail, mitzuteilen. Erfolgt der Rücktritt bis 30 Tage vor Tourenbeginn, so werden 90% des Tourenbeitrags zurückerstattet. Die verbleibenden 10% des Tourenbeitrags werden als Bearbeitungsgebühr einbehalten. Erfolgt der Rücktritt kürzer als 30 Tage vor Tourenbeginn oder erscheint ein Teilnehmer nicht zur Veranstaltung, wird der volle Tourenbeitrag einbehalten.

Forderungen durch Nichtbelegung der gebuchten Unterkunftsstelle (z.B. Hütte, Hotel, Pension) gehen voll zu Lasten des zu-

rückgetretenen Teilnehmers. Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reisekostenrücktrittsversicherung.

Absage oder Abbruch

Bei ungenügender Teilnehmerzahl oder Ausfall eines Leiters ist die Sektion berechtigt, die Veranstaltung abzusagen. Die Beiträge werden in dem Fall vollständig erstattet. Beauftragt die Sektion einen qualifizierten Ersatzleiter, ist der Teilnehmer nicht berechtigt, von der Tour zurückzutreten und die Erstattung des Beitrags zu verlangen.

Wird die Tour aus Sicherheitsgründen oder aus besonderem Anlass abgebrochen, besteht kein Anspruch auf Erstattung des Teilnehmerbeitrags.

Vorzeitige Abreise oder Ausschluss

Bei vorzeitiger Abreise oder Ausschluss des Teilnehmers durch den Tourenleiter, besteht kein Anspruch auf Erstattung des Beitrags.

Haftung und Versicherung

Bergtouren und Kurse im Sommer und Winter bergen immer Risiken. Deshalb erfolgt die Teilnahme an einer Veranstaltung der Sektion auf eigene Gefahr und eigene Verantwortung. Jeder Teilnehmer verzichtet auf die Geltendmachung von Schadensersatzansprüchen jeglicher Art, wegen leichter Fahrlässigkeit gegen Tourenleiter und Ausbilder, andere Sektionsmitglieder oder die Sektion Bonn, soweit der Schaden nicht durch die bestehende DAV-Haftpflichtversicherung abgedeckt ist.

Eigenkosten

Die Kosten für Fahrt, Verpflegung, Unterkunft, Eintritte, Lifte, Seilbahnen, Ausrüstungsausleihe usw. trägt jeder Teilnehmer selbst. Sie sind nicht im Tourenbeitrag enthalten. Eine Ausnahme sind nur solche Kosten, die explizit in der Tourenausschreibung als „im Preis enthalten“ beschrieben werden.

Ausrüstung

Die Mitnahme der vorgeschriebenen Ausrüstung ist zwingend erforderlich. Mangelhafte oder unvollständige Ausrüstung kann zum Ausschluss von der Veranstaltung führen. Wir weisen auf die Möglichkeit hin, bestimmte Ausrüstungsgegenstände bei der Sektion Bonn gegen Gebühr ausleihen zu können.

Bildrechte

Der Teilnehmer erklärt sich damit einverstanden, dass Fotos und Videos, auf denen er abgebildet ist, von der Sektion Bonn zur Veröffentlichung in den eigenen Druckerzeugnissen (Berg & Tal, Flyer, Vorträge etc.) und digitalen Medien (Website, Facebook, Instagram, Vorträge, Videos etc.) verwendet werden kann. Dem kann jederzeit schriftlich widersprochen werden. ●



Wichtig! Nicht vergessen!
Redaktionsschluss für Berg & Tal 3/2025: 15. September 2025

Tagesveranstaltungen der DAV Sektion Bonn 2025

■ = Wandern, ■ = Natur und Klima, ■ = Jugendgruppe, ■ = Familiengruppe, ■ = Mountainbiken, ■ = Vorstand,
■ = Klettern, ■ = Ausbildung

Zum Sonnenaufgang auf den Ölberg

- Termin:** Sonntag, 27. April 2025
- Klimafreundlich:** Anreise in Fahrgemeinschaften mit PKW
- Strecke:** 15 km, 700 Hm, Gehzeit 4- 5 Stunden (davon ca. 2 1/2 Stunden in der Dunkelheit) - Streckenlänge kann variieren, da ggfs. noch andere Gipfel „mitgenommen“ werden.
- Treffpunkt:** Rhöndorf / 4.00 Uhr – ggfs. auch früher (genauer Treffpunkt wird nach Anmeldung mitgeteilt)
- Personenanzahl:** min 4., max. 8 Personen
- Art der Tour:** Führungstour
- Anmeldung:** bis Ostermontag, 21. April 2025 beim Wanderleiter
- Wanderleiter:** Ralph Krämer, E-Mail ralph.kraemer@dav-bonn.de



Beschreibung: Wir starten früh am Morgen von Rhöndorf aus Richtung Ölberg vorbei an Breiberg, Löwenburg zur Margarethenhöhe. Schon auf der Margarethenhöhe wird uns ein leichtes Morgenrot begrüßen. Auf dem Ölberg werden wir bei gutem Wetter den phantastischen Sonnenaufgang mit Blick über das Siebengebirge und Rheintal genießen. Beim Abstieg nehmen wir noch ein oder zwei „Berge“ im Siebengebirge mit, bevor wir am Morgen wieder nach Rhöndorf zurückgelangen.

Die Tour richtet sich an Frühaufsteher, da wir gegen 4.00 Uhr – ggfs. auch früher – in Rhöndorf starten. Die Teilnehmer/innen sollten bereit sein, die Stille am Morgen und das Wandern in der Dunkelheit zu genießen. Wir werden mit Stirnlampe wandern – zumindest sollte jeder eine kleine Taschenlampe mitbringen. Rucksackverpflegung sollte dabei sein. Ggfs. besteht nach Rückkehr zwischen 9.00 - 10.00 Uhr die Möglichkeit in Rhöndorf in einem Cafe' einzukehren.

Der genaue Startpunkt und Uhrzeit wird nach Anmeldung vom Wanderleiter noch bekannt gegeben. Da eine Anreise grds. nur mit dem PKW erfolgen kann, bitte mitteilen ob und von wo Mitfahrgelegenheiten bestehen.

Best of Bonn, linksrheinisch

- Termin:** Samstag, 10. Mai 2025
- Strecke:** Ca. 33 Kilometer, ca. 700 Höhenmeter Auf-/Abstieg
- Treffpunkt:** Poppelsdorf, genaue Infos bei Anmeldung
- Wanderleiterin:** Monika Weber, E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de

Beschreibung: Diese Rundwanderung ist überraschend abwechslungsreich und zeigt, dass unser schönes Bonn auch linksrheinisch die Wanderherzen höher schlagen lässt. Neben dem Melbtal und dem Klufferbachtal wird uns das romantische Katzenlochbachtal begeistern, wo der unveränderte Bachlauf durch Erlen- und Eschenwälder noch immer natürlich mäandrieren darf. Hier und beim Überqueren der Kottenforster Hochfläche und im Quellgebiet des Annaberger Baches säumen mächtige Kopfbuchen unseren Weg. Beim Bommerichshüll geht es durch einen Waldtunnel. Auf der Ruine Godesberg darf die Turmbesteigung nicht fehlen, von wo wir den Blick ins Siebengebirge und in die Bonner Rheinebene genießen. Wir erwandern auf schmalen Pfaden malerische Bachtäler, streifen hier und dort auch mal Wohngebiete und bleiben vorwiegend im frühlingserwachenden Buchenwald. Die Kreuzbergkapelle und die Michaelskapelle runden diese Wanderung mit barocken Schmuckstücken aus der kurfürstlichen Zeit ab.



Begehung des Klettersteigs in Manderscheid

- Termin:** Samstag, 10. Mai 2025
- Beschreibung:** Wir fahren gemeinschaftlich zur Begehung des Klettersteiges in Manderscheid. Der Klettersteig ist in drei Teilen begehbar, für den Teil 32 ist Kondition und Kraft (Schwierigkeit D!) erforderlich!
- Treffpunkt:** Parkplatz bei Bauhaus/Lidl an der Eendenicher Straße. Abfahrt ist um 7:00 Uhr.
- Personenanzahl:** maximal 6 Personen

- Art der Tour:** geführte Tour, der Kursleiter begleitet die Teilnehmenden, in Notfallsituation wird abgeseilt
- Ausrüstung:** Klettergurt und Helm, gute Bergschuhe mit griffigen Sohlen, die auch guten Halt am Fuß haben, aktuelles Klettersteigset (keine alpinhistorischen Stücke!), zusätzliche Rastschlinge mit HMS-Karabiner wird empfohlen.
- Tourenbeitrag:** Für die Teilnahme ist ein Kostenbeitrag von 30,00 Euro pro Person für Mitglieder der Sektion Bonn (100,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen) auf das Konto der Sektion Bonn bis spätestens Dienstag, 1. April 2025, zu entrichten. Stichwort: Klettersteig Manderscheid - Name der/s Teilnehmenden. Fahrtkosten werden pro Auto durch die mitfahrenden Personen anteilig an den/die Fahrer/in entrichtet.
- Anmeldung:** Bitte bis Donnerstag, 25. April 2024, per E-Mail beim
- Tourleiter:** Christof Völker, Trainer B Alpinklettern, E-Mail: christof.voelker@dav-bonn.de

Wandern und Yoga

- Termin:** Sonntag, 11. Mai 2025
- Klimafreundlich:** Anreise mit ÖPNV
- Strecke:** 14 km, 250 Hm, Gehzeit knapp 3 Std.
- Treffpunkt:** 9.50 Uhr vorm Bahnhof Bad Godesberg
- Personenanzahl:** mindestens 6, maximal 12 Personen
- Art der Tour:** Führungstour mit qualifizierten Yoga-Unterricht (daher 10,00 Euro Gebühr für alle in der Sektion BN, andere Sektionen 15,00 Euro)
- Anmeldung:** bis zum Sonntag, 4. Mai 2025 bei der Yogalehrerin und Wanderleiterin
- Wanderleiterin:** Martina Allendorf, E-Mail: martina.allendorf@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Wir starten den „Wandern-und-Yoga“-Tag morgens (aber nicht frühmorgens, schließlich ist Muttertag!) in Bad Godesberg und gehen durch den Redoutenpark Richtung Wachtberg, von dort in einem großen Bogen in den Kottenforst und gelangen am Ende über die Godesburg wieder zurück; dort können wir noch auf den Turm steigen und die Aussicht genießen.
- Die 13-15 km lange Strecke mit ca. 250 hm werden wir in relativ zügigem Tempo bewältigen (reine Gehzeit 2,5 - 3 Std.), aber natürlich zwischendrin eine Verzehrpause für den mitgebrachten Proviant einlegen. Anschließend sind wir in einem Bad Godesberger Yoga-Studio zu Gast und widmen uns dort einer ruhigen, Muskelkater ableitenden Yoga-Stunde (60 min) zum Nachdehnen, für die man keinerlei Vorerfahrung im Yoga braucht. Das zugrunde liegende 15 min-Basis-Programm eignet sich hervorragend, um nach langen Touren oder Bergtagen die Recovery-Phase des myofaszialen Gewebes optimal einzuleiten, damit man auch am nächsten Tag wieder beweglich und belastbar ist. Dies erhält jeder Teilnehmer als Handout mit Strichmännchen.
- Je nach Witterung kann es rutschig sein, dann ist eine gewisse Trittsicherheit neben der Wander-Kondition nötig, doch wir bewegen uns überwiegend auf einfachen Wegen und Pfaden. Wetterfeste Kleidung und Schuhe mit Profilsohle sind trotzdem sinnvoll und bei Bedarf hilft der Einsatz von Stöcken bei den steileren Passagen. Das Ende unseres gemeinsamen „Wandern und Yoga-Tages“ ist gegen 14.45 - 15.00 Uhr geplant, so dass Ihr mit Euren Lieben den restlichen Muttertagsnachmittag genießen könnt.

Kleine Bergschule Bonn - Das 3x3 der Tourenplanung im Sommer

Viele alpine Notfälle haben ihre Ursache in mangelhafter bzw. fehlender Tourenplanung. Oder anders herum: Eine gute Planung ist der Schlüssel zum Erfolg jeder Bergtour. Aber: Welche Faktoren muss ich dabei beachten? Wie zum Beispiel erstelle ich einen seriösen Zeitplan? Wie funktioniert Risikomanagement? Vor allem aber: Wie gehe ich bei meiner Planung systematisch vor?

Zentrale Fragen, die uns zum „3x3 der Tourenplanung“ führen, einer praxistauglichen Formel, die hilft sicherzustellen, dass man glücklich vom Berg zurückkommt, ohne das Glück dabei über Gebühr strapazieren zu müssen. Die Theorieschulung richtet sich an alle, die Bergtouren eigenverantwortlich durchführen wollen, sei es auf alpinen Wanderungen oder auf Hochtouren in Fels und Eis.

- Termin:** Mittwoch, 14. Mai 2025, 19:30 bis ca. 22:30 Uhr
- Treffpunkt:** Gruppenraum der Sektion Bonn, Gottfried-Claren-Straße 2, 53225 Bonn
- Personenanzahl:** Die maximale Anzahl beträgt zwölf Personen
Für Mitglieder der Sektion Bonn ist die Theorieschulung kostenlos. Sektionsfremde DAV-Mitglieder müssen einen Eintritt in Höhe von 10,00 Euro entrichten.
- Anmeldung:** bis Freitag, 10. Mai 2025, formlos per E-Mail an den
- Leiter:** Markus Zeidler, Trainer C Bergsteigen, E-Mail: markus.zeidler@dav-bonn.de

Bike & Hike: Wahnbachtalsperre

- Termin:** Samstag, 17. Mai 2025
- Strecke:** Ca. 48 Kilometer auf meist flachen Radwegen und ca. 25 Kilometer Wanderwege mit ca. 400 Höhenmetern Auf-/Abstieg

- Treffpunkt :** Bonn-Beuel Rheinufer, genaue Infos bei Anmeldung
- Wanderleiterin:** Monika Weber, monika.weber@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Mit dem Rad zur Wanderung. Wir treffen uns am Rheinufer in Beuel und radeln gemeinsam über den gut ausgebauten Radweg entlang der malerischen Sieg bis zur Staumauer der Wahnbachtalsperre. Der Rundwanderweg um die Talsperre führt uns dann bei zügigem Gehtempo auf naturbelassenen Pfaden durch schöne Wiesen- und Waldlandschaften, quert reizvolle Bachtäler, schlängelt vorbei an kleinen Ortschaften und bietet uns zahlreiche Aussichtspunkte über die ruhig daliegende Wasseroberfläche. Auf unserem Rückweg, wieder über den Siegradweg, können wir im Biergarten „Sieglinde“ einkehren.

Begehung des Monte-Thyso-Klettersteigs in Duisburg

- Termin:** Samstag, 24. Mai 2025, Abfahrt: 8:00 Uhr in Bonn
- Beschreibung:** Wir wollen zusammen den Klettersteig im Landschaftspark Nord in Duisburg (www.dav-duisburg.de/klettergarten/klettersteig.html) begehen. Dieser verläuft an den Wänden der ehemaligen Kohle-/Erzbunker und gliedert sich in zwei Abschnitte: Die erste Runde geht es moderat an, die Schwierigkeiten liegen im mittleren Bereich, im zweiten Abschnitt geht es dann zur Sache, sind doch einige Passagen im Schwierigkeitsbereich D/E zu bewältigen, was gute Fußtechnik und einiges an Hand-/Armkraft verlangt. Aus versicherungstechnischen Gründen können an dieser Veranstaltung nur Mitglieder einer DAV-Sektion teilnehmen, die Mitgliedschaft wird schon bei der online-Anmeldung, spätestens aber vor Ort abgeprüft.
- Personenanzahl:** maximal 8 Personen; sollte die Anzahl der Interessierten größer sein, entscheidet die Reihenfolge der Anmeldung.
- Ausrüstung:** Zur Begehung des Klettersteiges empfehlen sich zumindest stabile, nicht zu weiche Wanderschuhe. In den schwierigeren Teilen des Klettersteigs (Kategorie D-E) können Kletterschuhe von Vorteil sein. Das Tragen eines Klettergurtes, Klettersteigsets und eines Kletterhelmes ist Pflicht! Ausrüstung kann zum Teil (gegen Gebühr) in der Geschäftsstelle entliehen werden.
- Teilnahmebeitrag:** 30,00 Euro für Mitglieder der Sektion Bonn, 100,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen. In diesem Preis ist der Beitrag zur Benutzung des Klettersteiges bereits enthalten. Die Kosten für die Fahrt nach Duisburg werden anteilig unter den Teilnehmern verrechnet. Eine begrenzte Anzahl an Material (Helm, Gurt, Klettersteigset) kann gestellt werden. Der Beitrag muss bis Anmeldeschluss auf das Konto der Sektion überwiesen worden sein!
- Anmeldung:** Folgendes ist zu beachten:
- Aufgrund der beschränkten Teilnehmerzahl ist zuerst eine Anmeldung per E-Mail direkt beim Tourleiter vorzunehmen!
 - Die Anmeldung muss bis spätestens Mittwoch, 23. März 2025, beim Tourleiter erfolgt sein, auch die Überweisung des Teilnahmebeitrages muss dann bereits in der Geschäftsstelle vorliegen.
- Tourleiter:** Christof Völker, Trainer B Alpinklettern, E-Mail: christof.voelker@dav-bonn.de

Die Rur – zur Stille gebändigt (Naturkundliche Wanderung)

- Termin:** Samstag, 24. Mai 2025
- Klimafreundlich:** 
- Strecke:** ca. 21 km, ca. 500 Hm im Auf- und Abstieg, Gehzeit: ca. 6 Stunden
- Treffpunkt:** 7:50 Uhr, Bonn Hbf, Gleis 1 (Abfahrt 8:04 Uhr mit RE 5 Richtung Köln)
- Anmeldung:** bis Mittwoch, 21. Mai 2025 beim
- Wanderleiter:** Björn Langer, Naturschutzreferent; E-Mail: bjoern.langer@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Jedes Jahr am 24. Mai feiert Europa in Erinnerung an die ersten Nationalparke, die an diesem Tag im Jahr 1909 auf unserem Kontinent ausgewiesen wurden, den „Tag der Parke“. Wir nutzen diesen, um den einzigen Nationalpark Nordrhein-Westfalens zu besuchen. Unsere Wanderung führt von Heimbach vorbei an der Abtei Mariawald auf den Kermeter. Unter teils alten Buchen führt uns der Weg zum Aussichtspunkt Hirschbley, wo wir einen Blick auf den Rursee werfen können. Dann geht es wieder abwärts, bis wir über den Meuchelberg zurück zum Ausgangspunkt gelangen.

Ahrtalbahn 1: Von Remagen nach Bad Bodendorf

- Termin:** Sonntag, 25. Mai 2025
- Strecke:** Ca. 20 Kilometer, ca. 385 Höhenmeter Auf-/ca. 370 Höhenmeter Abstieg, ca. 5,75 Std. Gehzeit
- Treffpunkt:** 9:20 Uhr, Bonn Hbf, Gleis 3 (RB 26 um 9:27 Uhr, Ankunft in Remagen um 9:46 Uhr)
- Anmeldung:** Bis Donnerstag, 22. Mai 2025, per E-Mail beim
- Wanderleiter:** Christian Knoche-Hager, E-Mail: christian.knoche-hager@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Nach den elf Touren durch den Naturpark Rhein-Westerwald möchte ich nun auf der anderen Rheinseite beginnen, Touren entlang der Ahtalbahn anzubieten. Es geht los am Bahnhof Remagen. Dort führt uns ein Pfad

hoch zur Apollinariskirche und einem ersten Ausblick auf das Rheintal – gemeinsam mit einer großen Franziskus-Statue. Ab hier folgen wir der Apollinarisschleife, vorbei am Teich des Waldschlösschens und runter ins Taubenbachtal, bis wir dann beim Scheidskopf eine Hochebene erreichen, die wir an einer Straußenfarm vorbei durchwandern, bis wir wieder bei der Waldburg die Rheintalhöhe erreichen. Von dort wandern wir entlang der Kante mit mehreren Ausblicken, bis wir am Reisberg in das Ahrtal einbiegen und zunächst durch das Peterstal schon fast nach Bad Bodendorf kommen. Dann steigen wir aber noch einmal steil auf, gehen durch den Wald in das Ahrtal hinein, um zu den Orchideenwiesen zwischen Lohrsdorf und Bad Bodendorf zu gelangen, die sich dort am südexponierten Hang ausgebreitet haben. Dann geht es durch Bad Bodendorf zurück zum dortigen Bahnhof.

Fels-Eldorado Nideggen

Termin: Samstag, 28. Juni 2025

Strecke: Ca. 32 Kilometer, ca. 1.100 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Wanderleiterin: Monika Weber, E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de

Beschreibung: Eine einzigartige Rundtour durch und über die imposanten Bundsandsteinfelsen rund um Nideggen. Die vor 500.000 Jahren entstandenen mächtigen Felsformationen stellen hier eine traumhafte Naturkulisse und eröffnen an vielen Stellen atemberaubende Ausblicke auf das Rurtal und über die Rureifel. Der pittoreske Felsenweg und steilere Felspassagen wechseln sich mit romantischen Bachtälern und weichen Waldpfaden ab und lassen diesen Tag mit etwas Neugier und Ausdauer zu einem kurzweiligen Wandererlebnis werden. Neben den bekannten Felsenwegen möchte ich mit Euch bei dieser spannenden Tour auch weniger bekannte Pfade erkunden. Rucksackverpflegung, Schlusseinkehr möglich. Anmeldung bitte mit Angabe zu Mitfahrangebot/-suche und aus welchem Stadtteil.

Marathonwanderung: Hunsrücker Traumschleifen-Trio

Termin: Samstag, 5. Juli 2025

Strecke: Ca. 42 Kilometer, ca. 1.500 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Wanderleiterin: Monika Weber,
E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de

Beschreibung: Diese anspruchsvolle Marathonwanderung vereint die schönsten Teile dreier Traumschleifen („Layensteig Strimmiger Berg“, „Masdascher Burgherrenweg“, „Dünnbach-Pfad“) mit vielen vergessenen Pfaden. Sie richtet sich an alle, die sich über reichlich Kilo- und Höhenmeter freuen und dabei Kraxeleyen nicht missen wollen. Wandergenuss pur: über die für den Hunsrück typischen Hochflächen, durch romantische Kerbbachtäler, steile Hänge querend, mal querfeldein, vorbei an Burgruinen und über historische Keltenwege. Unsere Konzentration wird gefordert bei seilversicherten Passagen über schroffe Felsen mit Eisentrübbügeln und Leitern am Fels. Absolutes Highlight ist die 360 Meter lange spektakuläre Hängeseilbrücke Geierlay. Eine sportliche, tagesfüllende Rundwanderung, die Trittsicherheit und Ausdauer voraussetzt. Rucksackverpflegung, Trinkwasserauffüllen und Schlusseinkehr möglich. Anmeldung bitte mit Angabe zu Mitfahrangebot/-gesuch und aus welchem Stadtteil.



Ahr: Lampertsbachtal und Schaafbachtal

Termin: Sonntag, 13. Juli 2025

Klimafreundlich: Anreise in Fahrgemeinschaften, ab Bonn 1 Std 15 Min.

Strecke: 23 km, ca 350 Hm; ca 5,5 Stunden Gehzeit

Treffpunkt: Ripsdorf, Wanderparkplatz

Anmeldung: bis Mittwoch, 9. Juli 2025 bei der

Wanderleiterin: Friederike Goetzke, E-Mail: friederike.goetzke@dav-bonn.de

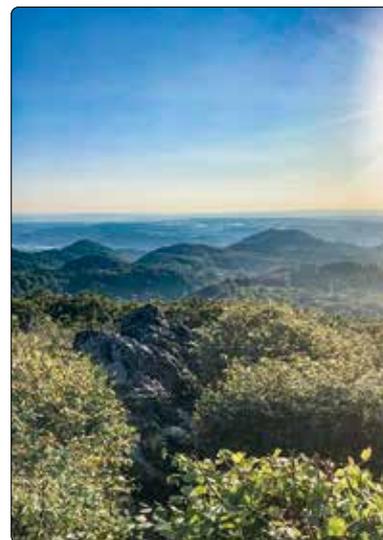
Beschreibung: Führungstour. Vom idyllischen Ripsdorf gehen wir hinüber ins ziemlich schöne Lampertsbachtal, steigen hinauf zur Burgruine Dollendorf, wo auch schon Napoleons Soldaten den Fernblick über die Ahrlandschaft genossen haben; von dort runter zum Freilinger See, wo im Sommer geschwommen wird, und kehren über den Bohrsberg und das naturbelassene Schaafbachtal nach Ripsdorf zurück. Dort Schlusseinkehr im uralten Dorfgasthof geplant.

Zum Sonnenuntergang auf den Petersberg

- Termin:** Freitag, 18. Juli 2025
- Klimafreundlich:** Anfahrt mit Öffentlichen Verkehrsmitteln oder in Fahrgemeinschaften
- Strecke:** 10 km, Hm 350, Gehzeit 4 - 5 Stunden (davon ca. 2 1/2 Stunden in der Dunkelheit) - Streckenlänge kann variieren, da ggfs. noch andere Gipfel „mitgenommen“ werden.
- Treffpunkt:** ca. 19:30 Uhrzeit in Oberdollendorf (genaue Uhrzeit und Treffpunkt wird bei Anmeldung mitgeteilt)
- Personenanzahl:** min.4, max 12 Personen
- Art der Tour:** Führungstour
- Anmeldung:** bis Montag, 30. Juni 2025 beim Wanderleiter
- Wanderleiter:** Ralph Krämer, E-Mail ralph.kraemer@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Wir starten am frühen Abend von Oberdollendorf aus, vorbei am Kloster Heisterbach Richtung Petersberg um bei gutem Wetter den phantastischen Sonnenuntergang auf dem Petersberg mit Blick auf den Drachenfels, die Drachenburg und Bad Godesberg zu genießen. Beim Abstieg nehmen wir noch ein oder zwei „Berge“ im Siebengebirge mit, bevor wir zwischen 23.00 - 24.00 Uhr wieder nach Oberdollendorf zurückgelangen. Die Tour richtet sich an Teilnehmer/Teilnehmerinnen, die einen phantastischen Sonnenuntergang erleben und anschließend das Wandern in der Dunkelheit genießen möchten. Wir werden mit Stirnlampe wandern – zumindest sollte jeder eine kleine Taschenlampe mitbringen. Rucksackverpflegung sollte dabei sein. Der genaue Startpunkt und Uhrzeit wird nach Anmeldung vom Wanderleiter noch bekannt gegeben. Eine Anreise kann mit Öffentlichen Verkehrsmitteln oder mit dem PKW erfolgen kann. Bitte mitteilen ob und von wo Mitfahrgelegenheiten bestehen.

Siebengebirge – die Klassiker

- Termin:** Samstag, 9. August 2025
- Strecke:** Ca. 27 Kilometer, ca. 1.200 Höhenmeter Auf-/Abstieg
- Treffpunkt:** Wird bei Anmeldung bekanntgegeben
- Wanderleiterin:** Monika Weber, E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de
- Beschreibung:** Aus gutem Grund ist dieser Teil des Siebengebirges so beliebt. Sind es nun sieben, oder, wie man auch nachlesen kann, 40 bis 50 Gipfel und Anhöhen im größten Naturschutzgebiet NRWs? Wer möchte, kann gerne mitzählen, oder einfach den herrlichen Buchenwald, die tief eingeschnittenen Siefen und die fantastischen Aus- und Weitblicke genießen von Drachenfels, Löwenburg, Großem Ölberg, Petersberg, Klosterruine Heisterbach, Stenzelberg, Nonnenstromberg, ... Im steten Auf und Ab erwandern wir die Siebengebirgsklassiker nördlich des Schmelzbachtals. Rucksackverpflegung. Das Getränkeangebot in den Biergärten werden wir sicherlich wahrnehmen, perfekt für eine schöne Sommertour.



Ulmener Maar und Umland - Entdeckerrunde

- Termin:** Sonntag, 10. August 2025
- Klimafreundlich:** - Anreise via Fahrgemeinschaften mit dem Auto.
- 190 km hin und zurück
- Strecke:** ca 18 km, ca 500 Hm, ca 5.5 Std
- Treffpunkt:** - Einsammeln: um 9:00 Uhr am Bahnhof Bonn Hintereingang (Quantiusstraße 13, 53115 Bonn), hier bilden wir Auto-Fahrgemeinschaften
- bzw in Ulmen: um 10:15 Uhr am Parkplatz Campingplatz Jungfernweiher (Am Jungfernweiher 4, 56766 Ulmen)
- Anmeldung:** bis Donnerstag, 7. August 2025 beim
- Wanderleiter:** Jörg Gaspers, E-Mail: joerg.gaspers@dav-bonn.de, Tel.: 0176 43474010
- Beschreibung:** Das Ulmener Maar und das gleichnamige Städtchen sind ein Kleinod in der Vulkaneifel. Wir entdecken die Magie dieser Gegend bei einer abwechslungsreichen Rundwanderung und kommen dabei natürlich auch an den bekanntesten Sehenswürdigkeiten vorbei: Unter anderem sind dies der Jungfernweiher, der Ulmener Maar-



Stollen, das Ulmener Maar, weiter über die Holzflur zum Theiskreuz und den Kölschen Höfen und schließlich in einem großen Bogen am Lessierbach und entlang der Endert zurück nach Ulmen. Hier wollen wir zum Abschluß noch einkehren.

Anforderung: Kondition, Trittsicherheit und festes Schuhwerk (wir werden zwischendurch auch mal querfeldein gehen)

Ahrtalbahn 2: Rund um Bad Bodendorf

Termin: Sonntag, 10. August 2025

Klimafreundlich: 

Strecke: 26 km, 500 Hm, Gehzeit 7Std.

Treffpunkt: um 9:40 Uhr Bonn Hbf

Personenanzahl: max. 15 Personen

Art der Tour: Führungstour

Anmeldung: bis Donnerstag, 7. August 2025 beim

Wanderleiter: Christian Knoche-Hager, E-Mail: christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Beschreibung: Vom Bahnhof in Bad Bodendorf gehen wir zunächst zur Kriegsgräberstätte an der Ahr, dann auf der anderen Ahrseite hoch auf den Hellenberg mit Blick auf Sinzig und das Rheintal. Auf dem Ahr-Urft-Weg wandern wir dann über den Mühlenberg bis zur Hubertushütte. Dort blicken wir nun über Heimersheim in das Ahrtal und zur Landskrone. Weiter geht es unter der A 61 durch in den Heimersheimer Wald zum Schloß Vehn, eine idyllisch gelegene Burganlage im Wald. Nun wandern wir zurück Richtung Ahr durch das Idenbachtal und über den Beilratsberg, um auf dem Ahrsteig zurück nach Heimersheim und Ehlingen zu kommen. Von dort geht es hoch zur Ehlinger Lay und weiter zum Winzerhäuschen Linden, wo wir einkehren können. Zum Schluss gehen wir runter zur Ahr und an ihr entlang zurück zum Bahnhof. 19:15 Uhr sind wir dann zurück am Hbf Bonn.

Bergischer Weg – Etappe 8

Termin: Samstag, 16. August 2025

Strecke: 18 km, Gehzeit 5 Std.

Treffpunkt: Treffpunkt und Uhrzeit werden am Vortag bekanntgegeben

Personenanzahl: max. 10 Personen

Art der Tour: Führungstour

Anmeldung: bis Donnerstag, 14. August 2025 beim

Wanderleiter: Lars E. Schmidt, E-Mail: lars.schmidt@dav-bonn.de

Beschreibung: Die achte von zwölf Etappen beginnt in Bergisch Gladbach Ball und führt vorbei an einem der Highlights im Bergischen Land – dem Altenberger Dom durch eine abwechslungsreiche Landschaft. In Altenberg, der ursprünglichen Residenz des Herzogtums Berg, sind wir somit im Herzen des Bergischen Landes angekommen. Die Etappe verläuft meist auf Waldwegen und gut ausgebauten Wanderwegen. Ziel der Etappe ist Burscheid.

Eifel: Rundwanderung Vom Kloster Steinfeld auf Römerwegen (VIA und Römerkanal)

Termin: Sonntag, 14. September 2025

Klimafreundlich: Anreise mit Pkw in Fahrgemeinschaften

Strecke: 22 km, 600 Hm, Gehzeit ca 6 Std.

Treffpunkt: 10:00 Uhr ab Kloster Steinfeld, Treff für Fahrgemeinschaften bei Anmeldung

Anmeldung: bis Sonntag, 9. September 2025 bei der Wanderleiterin

Wanderleiterin: Friederike Goetzke, E-Mail: friederike.goetzke@dav-bonn.de

Beschreibung: Führungstour. Vom Klosterportal starten wir und überqueren bei der Burg Dalbenden die Urft, steigen hinauf zur Burg Stolzenfels. Auf dem Römerkanalwanderweg durch Wald – und Heidelandschaft passieren wir kleine Dörfer bis wir auf der VIA, der Staatsstraße der Römer von Köln nach Westen, an die alte Flussquerung über die Urft gelangen. Von dort geht es mit etlichen Steigungen auf dem Eifelsteig zurück nach Steinfeld. Dort mehrere Möglichkeiten zur Schlusseinkehr.

Rheinburgenweg - Teil 3: von Bad Breisig nach Andernach

Termin: Samstag, 20. September 2025

Strecke: Ca. 23 Kilometer, ca. 700 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Bonn Hbf

Wanderleiterin: Silke Booms, E-Mail: silke.booms@dav-bonn.de

Beschreibung: Von Bad Breisig geht es vorbei an Schloss Augustsburg über die Eselstreppe und schmale Pfade zum alten Steinbruch „Hohe Buche“ und weiter über die Rheinhöhen nach Andernach. Schlusseinkehr in Andernach. Festes Schuhwerk, Trittsicherheit und gute Grundkondition sollten vorhanden sein.

Ahrtalbahn 3: Rund um Lohrsdorf

Termin: Sonntag, 28. September 2025

Klimafreundlich: 

Strecke: 19 km, 400 Hm, Gehzeit 5,5 Std.

Treffpunkt: 9:40 Uhr am Hbf Bonn

Personenanzahl: max. 15 Personen

Art der Tour: Führungstour

Anmeldung: bis Donnerstag, 25. September 2025 beim

Wanderleiter: Christian Knoche-Hager, E-Mail: christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Beschreibung: Vom Bahnhof Lohrsdorf steigen wir gleich hoch zur Landskrone mit der Maria-Hilf-Kapelle und der Burgruine. Nach diesem steilen Beginn geht es dann gemächlich weiter über die Katharinenhütte nach Kirchdaun mit seiner alten St. Lambertus-Kirche. Von dort wandern wir dann wieder hoch zu den Höhen des Scheidskopfes mit Weitblick auf das untere Ahrtal. Im Anschluss geht es abwärts ins Tal um am Ende noch einmal über den Heuberg zurück zum Bahnhof zu steigen.

Bopparder Traumschleifen Mittelrhein-Klettersteig und Elfenley

Termin: Samstag, 18. Oktober 2025

Strecke: Ca. 22 Kilometer, ca. 1.000 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Wanderleiterin: Monika Weber, E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de

Beschreibung: Diese Tour kombiniert die Traumschleifen „Mittelrhein-Klettersteig“ und „Elfenley“ und erweitert sie um attraktive Abschnitte im Welterbe Oberes Mittelrheintal. Die „Elfenley“ verzaubert mit einigen der schönsten Naturpfade in Bachtälern und abenteuerlichen Wegen um Boppard mit einzigartigen Blicken in das Rheintal und auf das Viadukt über die Hubertusschlucht. Der „Mittelrhein-Klettersteig“ liegt an der landschaftlich reizvollsten Schleife des Rheins und ist eher ein sportlich anspruchsvoller Weg mit seilversicherten Trittbügeln und Leitern am Fels. Auf schmalen und teils ausgesetzten Pfaden führt er durch die spektakulären Steilhänge am Rhein und bietet sensationelle Aussichten in das Rheintal und den Hunsrück. Schwierige Passagen können auf Pfaden umgangen werden. Trittsicherheit und gute Kondition werden jedoch vorausgesetzt. Rucksackverpflegung.

Rheinburgenweg - Teil 4: von Andernach nach Winningen

Termin: Samstag, 25. Oktober 2025

Strecke: Ca. 28 Kilometer, ca. 550 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Bonn Hbf

Wanderleiterin: Silke Booms, E-Mail: silke.booms@dav-bonn.de

Beschreibung: Eine lange und anspruchsvolle, aber schöne Etappe, die zunächst die offenen Felder auf dem Maifeld durchstreift und tolle Weitsichten bietet. Der zweite Teil verläuft dann überwiegend durch Wälder und testet kurz vor Schluss mit einem steilen Anstieg noch einmal ordentlich die Kondition. Festes Schuhwerk, Trittsicherheit und gute Grundkondition sollten vorhanden sein.

Kleine Rour und schwarzes Wasser (Naturkundliche Wanderung)

Termin: Samstag, 1. November 2024

Klimafreundlich: 

Strecke: ca. 17 km, ca. 150 Hm im Auf- und Abstieg, Gehzeit: ca. 4,5 Std.

Treffpunkt: 7:20 Uhr, P+R-Parkplatz Vilich (St. Augustiner Straße/Gartenstraße), Anreise nach Sourbrodt mit Privat-Pkw (Fahrgemeinschaft, bitte bei der Anmeldung angeben, ob eine Mitfahrgelegenheit benötigt wird bzw. wie viele Personen mitgenommen werden können)

Anmeldung: bis Mittwoch, 29. Oktober 2025 beim

Leiter: Björn Langer, Naturschutzreferent, Tel.: 0170/2458722, E-Mail: bjoern.langer@dav-bonn.de

Beschreibung: In den Ausläufern des Hohen Venns bei Sourbrodt entspringt die Rur, die auf ihrem 165 Kilometer langen Weg bis zur Mündung bei Roermond drei Staaten durchfließt. Auf dieser Wanderung schauen wir uns das Quellgebiet des Flusses an, passieren dort, wo drei Sprachen aufeinandertreffen, ganz nach Belieben die noch junge Rur

(Deutsch), Roer (Niederländisch) oder Rour (Französisch), erleben die Weite der Mooregebiete ebenso wie vom Menschen angepflanzte Forste und zuletzt auch die Spuren eines traurigen Kapitels der europäischen Geschichte.

Mondscheinwanderung Maria Laach

Termin: Freitag, 5. Dezember 2025

Strecke: Ca. 23 Kilometer, ca. 550 Höhenmeter Auf-/Abstieg

Treffpunkt: Wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Wanderleiterin: Monika Weber, E-Mail: monika.weber@dav-bonn.de

Beschreibung: Bei wolkenfreiem Nachthimmel spiegelt sich das Mondlicht im Laacher See besonders schön und ich möchte hier den Dezembervollmond für eine Feierabendrunde mit euch nutzen. Zu Beginn dieser abendlichen Wanderung haben wir die Gelegenheit, das Benediktinerkloster Maria Laach zu besuchen, eines der schönsten und besterhaltenen romanischen Baudenkmäler unseres Landes. Im Mondschein wandern wir von dort durch die winterlich eleganten Buchenwälder, genießen die nächtliche Aussicht vom Lydiaturm, schlängeln uns durch alte Hohlwege, kommen beim kleineren Waldsee vorbei, finden auch nachts die schmalen Pfade zur Teufelskanzle und zum Krufter Ofen empor, bis wir zum Abschluss am Ostufer des Laacher Sees ein Naturschauspiel erleben, das vom anhaltendem Vulkanismus in der Eifel zeugt: die blubbernden Mofetten. Bei einer vorweihnachtlichen Pause können wir uns am Tee wärmen und gemeinsam das mitgebrachte Adventsgebäck genießen. Los geht es um 17:00 Uhr am Laacher See, geplante Rückkehr in Bonn um ca. 0:30 Uhr. Anmeldung bitte mit Angabe zu Mitfahrangebot/-suche und aus welchem Stadtteil.



Adventswanderung

Termin: Sonntag, 14. Dezember 2025

Klimafreundlich: Anreise mit der Bahn

Strecke: 18 km, ca 400 Hm, Gehzeit ca 4,5 Std.

Treffpunkt: Bahnhof Unkel

Anmeldung: bis zum Donnerstag, 11. Dezember 2025 bei der Wanderleiterin

Wanderleiterin: Friederike Goetzke, E-Mail: friederike.goetzke@dav-bonn.de

Beschreibung: Führungstour. Vom Bahnhof Unkel steiler Anstieg zur Laurentiushütte, auf kleinen Wegen ins Kasbachtal, talabwärts bis zur Einkehr in der Steffens-Brauerei, wer mag mit Weihnachtsbier. Auf dem Rheinsteig in stetem Auf und Ab bis zur Erpeler Ley und Abstieg nach Unkel.



Herbst im Hohen Venn bei Sourbrodt. (Foto: Björn Langer)



Mehrtagesveranstaltungen der DAV Sektion Bonn 2025

■ = Wandern, ■ = Natur und Klima, ■ = Jugendgruppe, ■ = Familiengruppe, ■ = Mountainbiken, ■ = Vorstand,
■ = Klettern, ■ = Ausbildung, ■ = Bergsteigen

Von der Halle zum Fels

- Gebiet:** Kirner Dolomiten
- Beschreibung:** Der Kurs richtet sich an Indoor-Kletterer, die den Schritt an den Fels wagen möchten. Draußen ist anders, denn der Fels ist kein regelmäßig gewartetes Sportgerät. Dafür macht es allerdings unglaublich viel mehr Spaß, draußen in der Natur zu klettern. Die Inhalte des Kurses sind auf gut gesicherte Einseillängenrouten im Klettergarten ausgelegt:
- Rücksicht auf die Natur
 - Einrichten eines Topropes
 - Partnercheck beim Outdoor-Klettern
 - Besonderheiten beim Vorstieg im Fels
 - Erforderliches Material im Klettergarten
 - Materialkunde (Seil, Express-Schlingen, Schlingen und Reepschnüre u.ä.)
 - Lesen einer Routenbeschreibung (Topo)
 - Knotenkunde
 - Abbauen einer Route (Fädeln, Abseilen)
- Nach der bestätigten Anmeldung bekommt Ihr von mir eine Ausrüstungsliste zugeschickt.
- Termine:** **Dienstag, 29. April und Dienstag, 6. Mai 2025 um 18:00 Uhr in der BronxRock Kletterhalle in Wesseling.**
Freitag, 9., 16:00 Uhr bis Samstag, 10. Mai 2025, ca. 18:00 Uhr in den Kirner Dolomiten.
- Unterkunft:** Übernachtung nach Absprache mit der Gruppe auf dem Campingplatz Papiermühle in Kirn.
- Anforderungen:** Ihr solltet einen Vorstiegskurs in der Halle besucht haben, den DAV-Kletterschein Vorstieg erworben haben oder ähnliche Erfahrungen mitbringen. Den 5. Grad solltet ihr in der Halle im Vorstieg beherrschen.
- Personenanzahl:** min. 4, max. 6 Personen
- Kursgebühr:** 50,00 Euro für Mitglieder der Sektion Bonn, 105,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen. Nachdem ich Euch die Teilnahme bestätigt habe, zahlt Ihr die Kursgebühr kurzfristig auf das Konto der Sektion Bonn ein. Verwendungszweck: Ferber-Kirn 2025 - Name der teilnehmenden Person
Den Eintritt in die Halle, Übernachtungs- und Verpflegungskosten müsst ihr vor Ort persönlich bezahlen.
- Anmeldung:** **Termin abgelaufen** (Montag, 24. März 2025)
- Kursleiter:** Wolfram Ferber, E-Mail: wolfram.ferber@dav-bonn.de, Trainer C Bergsteigen und Kletterbetreuer

Familiengruppe goes Donautal 2.0

- Gebiet:** Naturpark „Obere Donau“, Schwäbische Alb
- Beschreibung:** Das letzte Jahr war so toll im Donautal. Let's do it again! Die Familiengruppe möchte mit Euch wieder ins urige Ebinger Haus im schönen Donautal. Dabei steht neben dem Wandern, Klettern, Paddeln und neue Wege gehen wie immer der Spaß mit den Kindern und das gemeinsame Erleben im Vordergrund. Familien mit Kindern jeden Alters und jeglichen Könnens kommen auf ihre Kosten. Wir übernachten auf einer Selbstversorgerhütte. Das heißt, wir werden gemeinsam für das leibliche Wohl sorgen. Das Programm werden wir individuell dem Wetter und den Interessen anpassen. Dabei werden die Tourenleiter ausschließlich für die Organisation der Hütte zuständig sein. Die Aktivitäten liegen in der Hand und der Absprache der Teilnehmenden.
- Termin:** **Christ Himmelfahrt Wochenende, Mittwoch, 28. Mai bis Sonntag, 1. Juni 2025**
- Treffpunkt:** ist am Abend des 28. Mai 2025 (Die Uhrzeit wird noch bekannt gegeben.). Die Möglichkeit am Donnerstag anzureisen besteht.
- Unterkunft:** DAV-Selbstversorgerhütte „Ebinger Haus“ (www.alpenverein-ebingen.de/huetten/Ebinger-Haus/14389)
- Anforderungen:** Spaß an der Natur – Freude, mit anderen auf Tour zu gehen.
- Personenanzahl:** Maximal 25 Personen
- Tourenbeitrag:** 60,00 Euro pro Erwachsener, Mitglied des DAV Sektion Bonn, 100,00 Euro pro Erwachsener, Mitglied des DAV andere Sektionen
Exklusiv Übernachtung und Verpflegung (Übernachtungs- und Verpflegungskosten werden vor Ort entrichtet. Übernachtungskosten: 12,00 Euro/Nacht/Erw. DAV Mitglied, Jugend 7-18 J. 5,00 Euro/Nacht/DAV Mitglied, Kinder einschl. 6 J. frei)
Verwendungszweck für die Überweisung des Tourenbeitrages: „Familiengruppe goes Donautal 2025“ (Überweisung erfolgt erst nach Bestätigung der Anmeldung)

Art der Tour:	Gemeinschaftstour - Tourenleiter/in fungiert als Organisator/in, übernimmt jedoch keine Verantwortung für andere und alle Entscheidungen werden gemeinschaftlich getroffen.
Anmeldung:	Bis Montag, 5. Mai 2025 an E-Mail: Familiengruppe-Leitung@dav-bonn.de
Leiterin/Leiter:	Ronny Janott, Kletterbetreuer Heike Webner, Familiengruppenleiterin, Kletterbetreuerin Christian Köfing, Familiengruppenleiter, Trainer C Bergsteiger

Moselsteig Etappen 16 – 20: Entlang der steilsten Weinberge Europas von Bullay nach Moselkern

Gebiet:	Weiter geht es auf dem Moselsteig. Eingerahmt von Eifel und Hunsrück erreichen wir am ersten Tag den romantischen Weinort Ediger-Eller am Fuße des steilsten Weinbergs in Europa – dem Bremmer Calmont. Weiter geht es am nächsten langen Wandertag zunächst durch die Briedener Schweiz nach Beilstein mit seiner von einer Stadtmauer umschlossenen Altstadt und von dort über felsige Pfade entlang der Hangkante mit toller Aussicht nach Cochem. Ab hier führt der Weg durch wunderschönen Hochwald, durch Weinberge und an Bachtälern entlang, bis wir schließlich unsere Unterkunft in Treis-Karden erreichen. Den Abschluss der Tour bilden auf dem Weg nach Moselkern anspruchsvolle Pfade mit Blick in die Wilde Schlucht des Krailsbachs sowie die Burg Eitz – eines der Wahrzeichen deutscher Geschichte.
Gesamtstrecke:	ca. 90 Kilometer mit ca. 3.100 Höhenmetern Auf- und Abstieg (in Summe), Gehzeiten bis 9 Stunden/Tag ohne Pausen
Termin:	Samstag, 7. bis Dienstag, 10. Juni 2025
Treffpunkt:	Bullay Bahnhof
Anforderungen:	Kondition - mittel, Technik - einfach/mittel
Personenanzahl:	Min. 4, max. 8 Personen
Vorbesprechung:	Per E-Mail
Tourenbeitrag:	65,00 Euro
Art der Tour:	Mehrtagestour
Anmeldung:	per E-Mail beim
Wanderleiter:	Jürgen Vogt, E-Mail: juergen.vogt@dav-bonn.de

Vom Tannheimer Tal über den Saalfelder Höhenweg zum Prinz Luipold Haus (Allgäuer Alpen)

Beschreibung:	Wir steigen von unserem Treffpunkt am Vilsalpsee vorbei am Traualpsee auf die Landsberger Hütte auf. Am Folgetag ist das Prinz-Luipold-Haus unser Ziel, welches wir über den Saalfelder Höhenweg, den Glasfelder Kopf und den Übergang zur Bockkarscharte erreichen. Dieses wird für zwei Tage unser Stützpunkt sein, so dass wir hier am Folgetag eine Wanderung in das Bergündletal unternehmen. Am vierten Tag werden wir über das Laufbacher Eck über wunderschöne Bergwiesen vorbei am Schneck, Schochen und Lachenkopf das Nebelhorn ansteuern und dort auf dem Edmund-Probst-Haus unser Lager aufschlagen. Am Folgetag werden wir von dort absteigen oder mit der Nebelhornbahn nach Oberstdorf gelangen und von dort unsere Heimreise antreten. <ol style="list-style-type: none"> 1. Tag: Landsberger Hütte (ca. 3 Stunden, ca. 650 Höhenmeter Aufstieg) 2. Tag: Prinz-Luipold-Haus (ca. 6 Stunden, ca. 800 Höhenmeter Auf-/730 Höhenmeter Abstieg) 3. Tag: Standorttour um das Prinz-Luipold-Haus (ca. 7 Stunden, ca. 1.000 Höhenmeter Auf- und Abstieg) 4. Tag: Edmund-Probst-Haus (ca. 6 Stunden, ca. 60 Höhenmeter Auf-/ca. 690 Höhenmeter Abstieg) 5. Tag: Abstieg oder Fahrt mit der Nebelhornbahn nach Oberstdorf
Termin:	Mittwoch, 18. bis Sonntag, 22. Juni 2025
Treffpunkt:	Parkplatz Vilsalpsee, Anreise mit ÖPNV möglich
Anforderungen:	Technik: mittel; Kondition: mittel
Personenanzahl:	Mind. 4, max. 6 Personen
Vorbesprechung:	Per E-Mail
Tourenbeitrag:	170,00 Euro für Sektionsmitglieder, 245,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen, per Überweisung auf das Sektionskonto, Stichwort: Prinz Luipold Haus. Fahrt-, Unterkunfts- und Verpflegungskosten, ggfs. Kosten für die Bergbahn trägt jeder Teilnehmende selbst.
Art der Tour:	Klassische Bergtour. Die Teilnehmenden sollte über eine gute Grundkondition verfügen und zumindest bereits Tagestouren in den Bergen von ca. 8 Stunden unternommen haben.
Anmeldung:	Termin abgelaufen (Freitag, 28. Februar 2025)
Wanderleiter:	Ralph Krämer, E-Mail: ralph.kraemer@dav-bonn.de Vorbesprechung bei einer Tagestour im Siebengebirge/Rhein Sieg. Ansonsten gerne Rückfragen an den Wanderleiter.

Über die Münchner Hausberge

- Gebiet:** Bayrische Voralpen
- Termin:** Donnerstag, 19. bis Sonntag, 22. Juni 2025
- Beschreibung:** Zwischen Isar- und Loisachtal überwindern wir im Süden Münchens die klassischen Hausberge der bayrischen Hauptstadt. Los geht es in Benediktbeuren, von wo aus die Benediktenwand eindrucksvoll aufragt. Am ersten Tag wandern wir aber nur bis zur Tutzingener Hütte, auf der wir zwei Nächte bleiben. Am zweiten Tag können wir dann eine ganze Reihe von Gipfeln zwischen dem Brauneck oberhalb von Lenggries, den Achselköpfen und der Benediktenwand besteigen und mittags am Brauneckhaus einkehren. Am dritten Tag erwartet uns dann die Königsetappe: Es geht am Jochberg vorbei runter zum Taleinschnitt zwischen Walchen- und Kochelsee und dann wieder hoch zum Berggasthaus Herzogstand. Am Tag 4 dann ein Highlight: Die Gratwanderung vom Herzogstand zum Heimgarten. Von dort wandern wir dann gleichmäßig abwärts ins Loisachtal, in dem wir von Ohlstadt mit dem Zug wieder nach Bonn zurückkehren.
- Treffpunkt:** 7.24 Uhr auf Gleis 6 in Siegburg (ICE 913 nach München)
- Anforderungen:** Kondition: mittel -schwierig, Technik: mittel (bis T3)
alpine Erfahrung, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit wünschenswert
Tag 1: ca. 11 Kilometer, ca. 3,75 Stunden Gehzeit, ca. 800 Höhenmeter Auf-/100 Höhenmeter Abstieg
Tag 2: je nach Wetter und Gruppe vieles möglich
Tag 3: ca. 20 Kilometer, ca. 7,75 Stunden Gehzeit, ca. 1.315 Höhenmeter Auf-/1.070 Höhenmeter Abstieg
Tag 4: ca. 12,5 Kilometer, ca. 4,5 Stunden Gehzeit, ca. 400 Höhenmeter Auf-/1.340 Höhenmeter Abstieg
Angaben nach alpenvereinaktiv – Gruppengerzeiten meistens länger!
- Personenanzahl:** min. 4 / max. 7 Personen
- Vorbesprechung:** Per E-Mail. Falls wir uns noch nicht kennen, bitte an einer Tagestour am Sonntag, 9. März, oder Sonntag, 6. April, teilnehmen.
- Tourenbeitrag:** 65 Euro per Überweisung einzuzahlen auf das Sektionskonto. Verwendungszweck: Knoche-Hausberge-Juni25-Vor- und Nachname. Kosten für Bahnfahrt, Übernachtung und Verpflegung kommen noch dazu.
- Art der Tour:** Alpen-Bergwanderung bis 1.801 Meter
- Anmeldung:** bis Samstag, 10. Mai 2025 und weitere Informationen per E-Mail beim
- Wanderleiter:** Christian Knoche-Hager, E-Mail: christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Einführung in das alpine Mehrseillängenklettern

- Beschreibung:** Die Wände an Gimpel, Zwerchwand, Hochwiesler und Roteflüh bieten gut abgesicherte Routen aller Schwierigkeitsgrade, also das richtige Gelände, um erste Schritte in die alpine Kletterei in Mehrseillängenrouten zu wagen. Unter Anleitung des Tourleiters werden sich die Teilnehmenden unter anderem mit den folgenden Themen beschäftigen:
- Aufbau eines sicheren Standplatzes
 - Sichern eines/r vor/nachsteigenden Kletterers/Kletterin
 - Routenplanung
 - Abseilen vom Fels über mehrere Seillängen
 - (non)verbale Kommunikation in einer Seilschaft in der Tour
- Für die Teilnahme ist unbedingt die Teilnahme an einem „Von der Halle an den Fels-Kurs“ oder Kurs mit ähnlichen Fertigkeiten Voraussetzung. Das Klettervermögen der Teilnehmenden wird durch gemeinsamen Besuch einer Kletterhalle wie auch eines der umliegenden Klettergebiete überprüft werden. Der Tourleiter behält sich vor, bei Nichteignung angemeldete Personen von der Teilnahme an der Fahrt in die Tannheimer Berge auszuschließen!
- Gebiet:** Tannheimer Berge/Allgäu
- Hütte:** Gimpelhaus/Nesselwängle
- Termin:** Donnerstag, 19. bis Sonntag, 22. Juni 2025
- Anreise:** Abfahrt in Bonn um 5:00 Uhr, Treffpunkt in Nesselwängle gegen 12:00 Uhr
- Anforderungen:** Klettern im Schwierigkeitsgrad V-VI im Vorstieg in der Halle und in Ein-Seillängenrouten am Fels ist strikte Voraussetzung. Das Klettervermögen wird vorab überprüft werden.
Persönliche Mindestausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Kletterhelm, pro Seilschaft ein 60-Meter-Einfachseil oder ein 50-Meter-Doppelseil. 10 Expressschlingen. Detaillierte Ausrüstungsliste wird nach Anmeldung zugeschickt.
- Tourenbeitrag:** Der Tourenbeitrag beträgt für Mitglieder der Sektion Bonn 175,00 Euro, für Mitglieder anderer Sektionen 225,00 Euro. Hinzu kommen Kosten für Unterbringung im Zimmer (40,00 Euro/Nacht) und Halbpension (35,00 Euro/Nacht; Stand 11/2024) sowie die Anfahrt.

Personenanzahl: 3-4 Personen
Anmeldung: Termin abgelaufen (Dienstag, 1. April 2025)
Tourleiter: Christof Völker, Trainer B Alpinklettern, E-Mail: christof.voelker@dav-bonn.de

Stein und Eis – Wanderung von Ramsau zum Hallstätter See (Naturkundliche Wanderung)

Gebiet: Auf unsere Wanderung erleben wir die vielfältigen Landschaften im UNESCO-Welterbegebiet „Kulturlandschaft Hallstatt-Dachstein/Salzkammergut“. Zunächst unterqueren wir die imposante Dachstein-Südwand, um dann durch das Karstgebirge zum Hallstätter Gletscher aufzusteigen. Der alpine Skibetrieb wurde hier 2023 eingestellt – stattdessen machen Attraktionen wie „Die Treppe ins Nichts“ oder die höchstgelegene Hängebrücke Österreichs die Umgebung um die Bergstation der Dachstein-Gletscherbahn zu einer hochalpinen Erlebniswelt. Der Hohe Dachstein (2.995 m) kann in eigener Verantwortung von der Seethaler Hütte aus bestiegen werden (Klettersteig B/C). Wenn es die Schneelage erlaubt, wechseln wir über den Hohen Gjaidstein (2.794 m) auf die Nordseite des Dachstein-Massivs, wo uns im Abstieg zum Hallstätter See mit der Rieseneishöhle ein „unterirdischer Gletscher“ erwartet. Unterwegs werden wir uns nicht nur mit Geologie, Fauna und Flora beschäftigen, sondern unter anderem auch der Frage nachgehen, wie der Klimawandel den Tourismus in den Alpen verändert.

Unterkunft: Die erste und letzte Nacht verbringen wir im TUI BLUE Hotel Schladming bzw. Dormio Hotel Obertraun (jeweils ca. 110,00 Euro/Person inkl. Frühstück); unterwegs sind folgende Hüttenübernachtungen geplant: Dachstein-Südwand-Hütte (1.871 m), Guttenberg-Haus (2.146 m), Seethaler-Hütte (2.740 m) und Gjaidalm (1.739 m).

Termin: Samstag, 28. Juni bis Freitag, 4. Juli 2025 (ggf. Verlängerung bis Samstag, 5. Juli – nähere Infos dazu nach der Anmeldung)

Tourenbeitrag: Der Tourenbeitrag in Höhe von 200,00 Euro (275,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen) ist nach der Teilnahmezusage (erfolgt nach der Vorwanderung) auf das Sektionskonto einzuzahlen. Genaue Informationen erfolgen per E-Mail. Weitere Kosten: An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung vor Ort, Eintritt in die Rieseneishöhle.

Personenanzahl: Min. 4, max. 6 Personen

Anforderungen: Kondition für Wanderungen mit bis zu fünf Stunden Gehzeit, 13 Kilometern Länge und 1.100 Höhenmetern im Auf-/1.600 Höhenmetern im Abstieg. Tritt- und Schwindelfreiheit sind Grundvoraussetzung.

Vorbereitung: Im Rahmen der obligatorischen Vorwanderung am Samstag, 8. März 2025. Nach dieser erfolgt die definitive Zusage und Aushändigung der Anmeldeunterlagen durch den Tourenleiter.

Anmeldung: Termin abgelaufen (Freitag, 28. Februar 2025)

Wanderleiter: Björn Langer (WL), E-Mail: bjoern.langer@dav-bonn.de

Anspruchsvolle 5-Tagestour im schroffen Kaisergebirge – Durchquerung des Zahmen und Wilden Kaisers

Gebiet: Von Ebbs aus führt der Weg über den schattigen Musikantensteig (Weg Nr. 811) bis zu den beeindruckenden schroffen Wänden des Zahmen Kaisers. Am Wandfuß geht es nun zum Teil etwas ausgesetzt und steil durch felsdurchsetztes Gelände Richtung Südwesten zur Vorderkaiserfeldenhütte. Weiter geht es an Tag 2 über die Pyramidenspitze, Abstieg über die Öchselweid und den Höhenweg zum Stripsenjochhaus. Vom Stripsenjochhaus aus folgen wir an Tag 3 dem Eggesteig um den Nordgrat der Fleischbank herum (Drahtseilsicherungen) in die Steinerne Rinne. Über gesicherte Stufen und Geröll steigen wir zum Ellmauer Tor hinauf. Vom Ellmauer Tor führt der Weg über Schutthalden hinab zum Fuß des Südostgrats der Vorderen Karlspitze auf den Jubiläumssteig und durch die eindrucksvolle Felslandschaft des Wilden Schloss zur Gruttenhütte, von der aus wir noch einen Abstecher zum Kopftörlgrat unternehmen. Von der Gruttenhütte aus schlagen wir an Tag 4 den Weg zur Steiner Hochalm ein, weiter auf dem Wilder-Kaiser-Steig zur Walleralm. Dort nehmen wir den Weg über das Hoheck zur Kaindlhütte. Der Abstieg an Tag 5 erfolgt über das Brentenjoch und weiter die Duxeralm nach Kufstein.

Tag 1: Gehzeit* ca. 3 Stunden, ca. 915 Höhenmeter Aufstieg, ca. 5 Kilometer
 Tag 2: Gehzeit* ca. 7 Stunden, ca. 1.135 Höhenmeter Auf-/1.140 Höhenmeter Abstieg, ca. 12,5 Kilometer
 Tag 3: Gehzeit* ca. 6 Stunden, 1.240 Höhenmeter Auf-/1.180 Höhenmeter Abstieg, 8,5 Kilometer
 Tag 4: Gehzeit* ca. 5,5 Stunden, 520 Höhenmeter Auf-/940 Höhenmeter Abstieg, 13,5 Kilometer
 Tag 5: Gehzeit* ca. 3 Stunden, 190 Höhenmeter Auf-/965 Höhenmeter Abstieg, 9 Kilometer
 *Gehzeiten ohne Pausen

Termin: Montag, 7. bis Freitag, 11. Juli 2025

Treffpunkt: Ebbs Bahnhof

Anforderungen: Kondition: mittel-hoch, Technik: mittel

Personenanzahl: Mindestens 4, maximal 8

Vorbereitung: Per E-Mail und ggf. Vorwanderung im Raum Bonn

Tourenbeitrag: 75,00 Euro

Art der Tour: Mehrtagestour
Anmeldung: per E-Mail beim
Wanderleiter: Jürgen Vogt, E-Mail: juergen.vogt@dav-bonn.de

Aufbaukurs Hochtouren-Training: Auf der Schweizer Seite des Mont-Blanc-Massivs

Beschreibung: Ihr habt bereits einen oder mehrere Hochtourenkurse besucht und erste Erfahrungen auf (geführten) Hochtouren gesammelt? Jetzt wollt ihr den nächsten entscheidenden Schritt zum selbstständigen Bergsteigen gehen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Euch. Konzipiert ist er als Ausbildungstour, das heißt: Wir wollen vor allem gemeinsam Bergsteigen – und das mit steiler Lernkurve. Denn Ihr plant und führt die Touren so weit es geht selbständig. Der Trainer unterstützt Euch dabei, gibt Tipps zu (Sicherungs-)Technik, Taktik und Routenfindung in Fels und Eis, greift ein, wo es sicherheitsrelevant wird, nutzt günstige Momente um Lerninhalte zu vermitteln und Wissenslücken zu schließen. Und am Nachmittag wird jede Tour beim Kaffee gemeinsam reflektiert. Unterwegs sein werden wir auf der Schweizer Seite des Mont-Blanc-Massivs im westlichen Wallis. Große Gletscher, elegant geschwungene Firngrate und feinster Granit warten dort auf uns. Mögliche Gipfelbesteigungen sind u.a.: Aiguille du Tour (3.540 m), Petite Fourche (3.512 m), Tête Blanche (3.421 m) und Le Portalet (3.343 m). Rund um die Cabane d'Orny locken zudem wunderbare Möglichkeiten, eure Skills im Begehen und Absichern alpiner Felsgrate zu trainieren.



Termin: Samstag, 12. bis Samstag, 19. Juli 2025

Treffpunkt: Samstag, 12. Juli 2025, 14:00 Uhr am Parkplatz der Bergbahn Col de Champex.
 Offizielles Veranstaltungsende: Samstag, 19. Juli 2025 gegen 14:00 Uhr am selben Ort
 Wir wollen uns aber so organisieren, dass wir von Bonn aus gemeinsam in gut ausgelasteten Fahrgemeinschaften reisen.

Unterkünfte: Cabane d'Orny (4 Nächte im Lager, circa 79,00 Franken/Nacht inkl. Halbpension)
 Cabane de Trient (3 Nächte im Lager, circa 79,00 Franken/Nacht inkl. Halbpension)

Anforderungen Mindestens Grundkurs Hochtouren (in den letzten drei Jahren) oder entsprechende selbst erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten (bitte mit schriftlichem Tourenbericht dokumentieren). Außerdem Grundkenntnisse der Sicherungstechnik im Fels.
 Im Fels werden wir bis UIAA III+ klettern; in Bergstiefeln und z.T. auch mit Steigeisen.
 Firn und Eis: bis 45 Grad (kurze Passagen ggf. auch steiler)
 Touren bis zu 8 Stunden/Tag mit bis zu 1500 Höhenmeter/Tag

Personenanzahl: max. 4 Personen

Vorbesprechung: Statt eines normalen Vortreffens werden wir am Samstag, 10. Mai 2025 (nachmittags), gemeinsam die Überschreitung des Langfig-Grates an der Ahr unternehmen. Die Teilnahme daran ist für alle TeilnehmerInnen obligatorisch.

Tourenbeitrag: 370,00 Euro für Mitglieder des DAV Bonn, 445,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen (exklusive Übernachtung/Verpflegung/Transport):

Art der Tour: Ausbildungskurs/-tour. Trainer übernimmt die sicherheitsrelevante Verantwortung und trifft die wesentlichen Entscheidungen. Mit zunehmendem Ausbildungsniveau geht jedoch immer mehr Eigenverantwortung auf die Teilnehmer*innen über.

Anmeldung: Termin abgelaufen (Dienstag, 1. April 2025)

Leiter: Markus Zeidler, Trainer C Bergsteigen; E-Mail: Markus.Zeidler@dav-bonn.de

Karwendeldurchquerung Ost

Gebiet: Karwendelgebirge

Termin: Freitag, 18. bis Freitag, 25. Juli 2025

Beschreibung: Das Karwendelgebirge ist ein großer Gebirgsstock im Süden Münchens und im Norden Innsbrucks. Nur eine kleine Mautstraße führt in sein Inneres. Ansonsten ist er ein großer Naturpark, in dem Wanderer von wilder Natur umgeben sind.

Nachdem wir 2024 eine Runde durch den Westen gedreht haben, möchte ich 2025 eine Ostdurchquerung anbieten. Gleich ist nur die Überschreitung der Birkkarspitze, des höchsten Gipfels des Gebirges. Im ersten Versuch ging das nicht, weil noch zu viel Schnee lag. Diesmal sind wir zwei Wochen später vor Ort und ab Mitte Juli müsste es dort schneefrei sein.

Wir beginnen im Norden, wo der Rissbach in die Isar fließt. Auf dem Weg zum zentralen Karwendelhaus kommen wir durch den großen und den kleinen Ahornboden und besteigen einige Gipfel (Scharfreiter, Kompar, Mahnkopf). Dann geht es über die Birkkarspitze runter zum Isarursprung bei der Halleranger Alm. Von dort geht es über die Speckkarspitze zur Bettelwurfhütte- schon mit Blick in das Inntal. Vor dem Abstieg ins Tal bei Absam können wir noch den großen Bettelwurf besteigen.

Treffpunkt: Freitag, 18. Juli 2025, abends, zum Nightjet nach München (ca. 21:45 Uhr in Köln oder Bonn)
Rückreise am 25. Juli 2025 individuell ab Absam in Tirol

Anforderungen: Kondition: schwierig, Technik: schwierig

Tag 1: Von Vorderriss zur Tölzer Hütte: ca. 12 Kilometer, ca. 5,75 Stunden Gehzeit, 1.315 Höhenmeter Auf-/265 Höhenmeter Abstieg

Tag 2: zur Plumsjochhütte: ca. 16 Kilometer, ca. 6,75 Stunden, ca. 800 Höhenmeter Auf-/1.010 Höhenmeter Abstieg

Tag 3: zur Falkenhütte: ca. 19 km, ca. 7,25 Stunden Gehzeit, ca. 1.350 Höhenmeter Auf-/670 Höhenmeter Abstieg

Tag 4: zum Karwendelhaus: ca. 13 Kilometer, ca. 5 Std. Gehzeit, ca. 830 Höhenmeter Auf-/890 Höhenmeter Abstieg

Tag 5: zur Halleranger Alm: ca. 16 Kilometer, ca. 7,75 Std., ca. 1.550 Höhenmeter Auf- und Abstieg

Tag 6: zur Bettelwurfhütte: ca. 8,5 Kilometer, ca. 4,5 Stunden Gehzeit, ca. 950 Höhenmeter Auf-/635 Höhenmeter Abstieg

Tag 7: nach Absam über den Großen Bettelwurf: ca. 11 Kilometer, ca. 5,25 Stunden Gehzeit, ca. 650 Höhenmeter Auf-/2.090 Höhenmeter Abstieg

Angaben nach alpenvereinaktiv (Zeitangaben für Einzelgänger! Als Gruppe brauchen wir länger)

Alpine Erfahrung, Schwindelfreiheit und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.

Mehrere schwarz markierte Wegabschnitte (an der Birkkarspitze bis T4-5).

Personenanzahl: mindestens 4, maximal 6 Personen

Vorbereitung: Per E-Mail – falls wir uns nicht kennen, unbedingt an einer Tagestour von mir am Sonntag, 9. März 2025, oder Sonntag, 6. April 2025, teilnehmen!

Tourenbeitrag: 145,00 Euro per Überweisung einzuzahlen auf das Sektionskonto; Verwendungszweck: Knoche-Karwendel-Juli25-Vor- und Nachname
Kosten für Übernachtung und Verpflegung von ca. 75,00 Euro pro Tag kommen noch dazu.

Art der Tour: Alpenbergwanderung bis 2749 m

Anmeldung: bis Freitag, 9. Mai 2025 per E-Mail beim

Wanderleiter: Christian Knoche-Hager; E-Mail: christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Familiengruppe goes Wilder Kaiser Classic

Gebiet: Wilder Kaiser

Beschreibung: Die Region Kaiser ist ein Paradies für kleine Entdecker. Empfohlen für Kinder ab fünf Jahren

Termin: Samstag, 2. bis Mittwoch, 6. August 2025

Strecke: Wird jeden Tag gemeinsam in Abhängigkeit des Wetters geplant

Treffpunkt: Wird bei der Vorbereitung bekannt gegeben

Unterkunft: Hans-Berger-Haus (www.hansbergerhaus.at/)

Anforderungen: Begeisterungsfähig für Natur und Berge.

Was wir machen: Wandern, Natur erleben, Spielen, Bäche aufstauen, bei Wunsch etwas klettern und vielleicht Klettersteige gehen – und einfach eine schöne Zeit haben

Personenanzahl: 20 bis 25 Personen

Tourenbeitrag: 100,00 Euro je erwachsener Teilnehmer Sektionsmitglieder, Gastteilnahme (andere Sektionen): 175,00 Euro, Kinder gehen natürlich frei mit. Zahlungsweise auf das Sektionskonto DAV Bonn.

Sonstige Kosten: Unterkunft, Essen, Getränke und Fahrtkosten.

Vorbereitung: Mittwoch, 29. Januar 2025 um 20:00 Uhr per Zoom (online); Anmeldung zur Vorbereitung bei Christian. koefinger@dav-bonn.de



- Art der Tour:** Führungstour. Trainer übernimmt die sicherheitsrelevante Verantwortung und trifft die wesentlichen Entscheidungen.
- Anmeldung:** nach der Vorbesprechung per Mail bei den Leitern
- Leiter/in:** Christian Köfinger, Trainer C Bergsteigen, Trainer C Skibergsteigen, Trainer B Skihochtouren und Familiengruppenleiter, E-Mail: Christian.koefinger@dav-bonn.de und Heike Webner, Familiengruppenleiterin und Kletterbetreuerin, E-Mail: heike.webner@dav-bonn.de

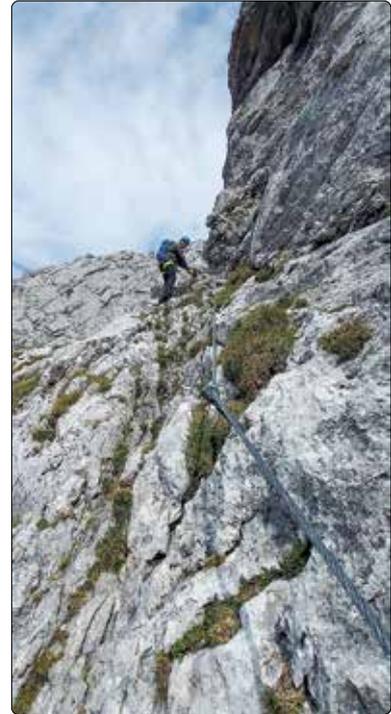
Grundkurs Mehrseillängenklettern

- Gebiet:** Loferer Steinberge
- Termin:** Sonntag, 3. bis Freitag, 8. August 2025
- Beschreibung:** Frische Bergluft, wilde Natur, ausgesetzte Kletterpassagen in einer malerischen Kulisse, das Gefühl von Freiheit und Abenteuer. Das alles kann Bestandteil einer Mehrseillängentour sein, doch bis es soweit ist müssen die Grundlagen dafür gelegt werden. Im Grundkurs Mehrseillängenklettern tasten wir uns langsam und sicher an das Abenteuer Seilschaft heran. Wir wollen uns an sechs Tagen dem Handwerkszeug widmen, welches es benötigt, um in längere Touren einzusteigen. Bestandteil des Kurses sind:
- Orientierung in den Bergen
 - Routen- und Ausrüstungsplanung
 - Grundlagen bei Notfällen in den Bergen
 - Knoten für Mehrseillängen
 - Standplatzbau
 - Klettertechniken für alpine Touren
 - Abseilen
 - Grundlagen im Umgang mit mobilen Sicherungsgeräten
 - Seilkommandos, verbal und nonverbal
 - Klettern von Mehrseillängen
 - Organisation am Standplatz
- Im Vorfeld an den Kurs wird es nach Abstimmung einen Abend im Gruppenraum der Sektion geben um die theoretischen Grundlagen zu vermitteln und ein weiteres Treffen in einer Kletterhalle oder draußen am Felsen. Die Teilnahme an beiden Terminen ist obligatorisch. Vor Ort beginnt der Kurs mit dem gemeinsamen Hüttenaufstieg am Parkplatz im Loferer Hochtal.
- Treffpunkt::** Parkplatz Loferer Hochtal
- Unterkunft:** Von Schmidt Zabierow Hütte, Lofer 162, 5090 Lofer, Österreich
- Anforderungen** Sicheres Vorstieg Klettern im oberen 5. UIAA-Grad in der Halle und am Felsen. Beherrschen eines Anseilknotens (Achter, Bulin), Schwindelfreiheit, Trittsicherheit, Kondition für 8 Stunden Gehzeit mit bis zu 1.000 Höhenmetern unterschied
- Personenanzahl:** 3 bis 4 Personen
- Vorbesprechung:** DAV-Gruppenraum nach vorheriger Absprache
- Tourenbeitrag** 320,00 Euro für Mitglieder der Sektion Bonn, 395,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen. Übernachtungs- und Verpflegungskosten müssen vor Ort persönlich bezahlt werden. Auf der Hütte kann nur bar bezahlt werden (Übernachtung im Matratzenlager mit Halbpension, 58,00 Euro (Stand 11/24)). Nach eingegangener Bestätigung der Teilnahme durch den Kursleitenden muss die Kursgebühr überwiesen werden. Die Übermittlung der Bankverbindung erfolgt durch den Kursleitenden. Nach erfolgreicher Anmeldung zum Kurs wird eine Ausrüstungsliste per Mail zugeschickt. Die Reservierung der Unterkunft erfolgt auch gesammelt. Stornierungskosten bei kurzfristiger Absage sind der Website der Hütte zu entnehmen und müssen in jedem Fall selbst getragen werden.
- Art der Tour** Ausbildungskurs – Tourenleiter/in übernimmt die Verantwortung und trifft die wesentlichen Entscheidungen. Mit zunehmendem Aus-bildungsniveau geht jedoch immer mehr Eigenverantwortung auf die Teilnehmer über.
- Anmeldung:** Termin abgelaufen (Dienstag, 1. April 2025)
- Tourenleiter:** Maciej Kirchhoff, Trainer C Alpinklettern; E-Mail: maciej.kirchhoff@dav-bonn.de

Familiengruppe advanced goes Klettersteige

- Gebiet:** Wilder Kaiser
- Beschreibung:** Die Region Kaiser ist ein Paradies für Klettersteiggeher:innen. Empfohlen für Kinder ab 13 Jahren
- Termin:** Mittwoch, 6. bis Sonntag, 10. August 2025
- Strecke:** Wird jeden Tag gemeinsam in Abhängigkeit des Wetters geplant

- Treffpunkt:** Wird bei der Vorbesprechung bekannt gegeben)
- Unterkunft:** Hütten im Kaisertal: Stripsenjochhaus, Gruttenhütte und Hans-Berger-Haus
- Anforderungen:** Begeisterungsfähig für Natur und Berge. Bei dieser Rundtour wird zweimal der Wilde Kaiser überschritten und einige Gipfel werden erklommen
- Personenanzahl:** 20 bis 25 Personen
- Tourenbeitrag:** 100,00 Euro je erwachsener Teilnehmer Sektionsmitglieder, Gastteilnahme (Mitglieder anderer Sektionen): 175,00 Euro, Kinder gehen natürlich frei mit. Zahlungsweise auf Sektionskonto DAV Bonn. Sonstige Kosten: Unterkunft, Essen, Getränke und Fahrtkosten.
- Vorbesprechung:** Mittwoch, 29. Januar 2025 um 20:30 Uhr per Zoom (online), Anmeldung zur Vorbesprechung bei Christian.koefinger@dav-bonn.de
- Art der Tour:** Führungstour. Trainer übernimmt die sicherheitsrelevante Verantwortung und trifft die wesentlichen Entscheidungen.
- Anmeldung:** nach der Vorbesprechung per E-Mail bei den Leitern
- Leiter/in:** Christian Köfinger, Trainer C Bergsteigen, Trainer C Skibergsteigen, Trainer B Skihochtouren und Familiengruppenleiter, E-Mail: Christian.koefinger@dav-bonn.de und Heike Webner, Familiengruppenleiterin, E-Mail: heike.webner@dav-bonn.de



Grundkurs Hochtouren in der Schweiz

- Gebiet:** Sustenpass, Urner Alpen (Schweiz)
- Termin:** Sonntag, 10. (pünktlich um 17:00 Uhr) bis Samstag, 16. August 2025 (circa 9:00 Uhr)
- Beschreibung:** Bei dieser Ausbildungstour geht es um das Bergsteigen im hochalpinen Gelände und insbesondere um das Begehen von Gletschern. Ziel des Kurses ist die selbstständige Begehung von leichten Gletschertouren. Bestandteile des Kurses sind unter anderem:
Gehen mit Steigeisen und Pickel
Anseilen am Gletscher
Spaltenrettung
Fixpunkte in Eis und Firn
Tourenplanung
- Treffpunkt:** Hotel Steingletscher, Sustenpass (Sonntag, 10. August 2025 um 17:00 Uhr)
- Unterkünfte:** Hotel Steingletscher und Tierberglhütte (mit Halbpension)
- Anforderungen:** Kondition für 6 Stunden Gehzeit mit bis zu 1000 Höhenmetern im hochalpinen Gelände, Klettern (mit Bergstiefeln) bis zum II. Grad UIAA, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit
Kondition - mittel, Technik - einfach
- Personenanzahl:** min. 4, max. 6 Personen
- Vortreffen:** Das Vortreffen ist eine Tagestour ins Ahrtal am Samstag, 10. Mai oder Sonntag, 18. Mai 2025. Teilnahme am Vortreffen ist verpflichtend!
- Tourenbeitrag:** 275,00 Euro für Mitglieder der DAV Sektion Bonn; 350,00 Euro für sektionsfremde DAV-Mitglieder. Weitere Kosten für An- und Abreise, Übernachtung inkl. Halbpension (ca. 100,00 Euro pro Nacht), weiteres Essen und Trinken, usw. müsst Ihr selbst tragen.
- Art der Tour:** Ausbildungskurs – Tourenleiter/in übernimmt die Verantwortung und trifft die wesentlichen Entscheidungen. Mit zunehmendem Ausbildungsniveau geht jedoch immer mehr Eigenverantwortung auf die Teilnehmer über.
- Anmeldung:** bis zum Mittwoch, 30. April 2025 per E-Mail unter Nennung des vollständigen Namens, der DAV-Sektion sowie der Mitgliedsnummer, beim
- Leiter:** Koen van den Dungen, E-Mail: koen.vandendungen@dav-bonn.de, Trainer C Bergsteigen

Grundkurs Hochtouren

- Beschreibung:** Der Kurs richtet sich an alle, die einen ersten Schritt in die faszinierende Welt des Gletschers wagen wollen. Die Oberwalderhütte in der Glocknergruppe ist umrahmt von 3.000ern. Dort werdet ihr das grundlegende Rüstzeug für das Bergsteigen im hochalpinen Gelände erlernen. Am Ende der Woche sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Lage sein, einfache Hochtouren selbstständig zu planen und durchzuführen.

Kursinhalte sollen sein:

- Gehen im Firn, Bremsen von Stürzen im Firn,
- Fixpunkte im Firn und im Eis,
- Gehen mit Steigeisen,
- Anseilen und Material am Gletscher,
- Spaltenbergung und Selbstrettung aus einer Spalte,
- Gehen am Fixseil/Geländerseil, Abseilen,
- Tourenplanung, Wetterkunde, Orientierung, Materialkunde.

Termin: Sonntag, 17. bis Samstag, 23. August 2025

Treffpunkt: Sonntag, 17. August 2025 um 18:00 Uhr auf der Oberwalderhütte

Anforderungen:

- Kondition für 6 Stunden Gehzeit mit bis zu 800 Höhenmetern im hochalpinen Gelände,
- Klettern (mit Bergstiefeln) bis zum II. Grad UIAA,
- Schwindelfreiheit

Personenanzahl: 8 bis 12 Personen

Vorbesprechung: Anstelle einer Vorbesprechung wird es am 8. bzw. 16. März 2025 eine gemeinsame Tour über die Teufelsley und den Langfig-Grat im Ahrtal geben. Diese Tour ist für alle Teilnehmer obligatorisch.

Tourenbeitrag: 240,00 Euro für Mitglieder der Sektion Bonn, 315,00 Euro für Mitglieder einer anderen Sektion. Nachdem wir Euch die Teilnahme bestätigt haben, zahlt ihr die Kursgebühr auf das Konto der Sektion Bonn ein, Verwendungszweck: Ferber-Oberwalderhütte- „Name der teilnehmenden Person“. Übernachtungskosten (Mehrbettzimmer mit HP: 75,00 Euro, Stand 11/2024), Getränke, Anreise und weitere Kosten müsst Ihr selber tragen.

Ausrüstung: Eine Materialliste bekommt Ihr bei der Vorbesprechung.

Art der Tour: Es handelt sich um einen Ausbildungskurs. Die Kursleiter übernehmen die Verantwortung und treffen die wesentlichen Entscheidungen. Mit zunehmendem Ausbildungsniveau geht jedoch immer mehr Eigenverantwortung auf die Teilnehmer über.

Anmeldung: Termin abgelaufen (Samstag, 1. März 2025)

Tourenleiter: Wolfram Ferber, Trainer C Bergsteigen und Kletterbetreuer

Kontakt: E-Mail: wolfram.ferber@dav-bonn.de, Johannes Klosterberg, Trainer C Bergsteigen

Bergwandern und Yoga im Sellraintal

Gebiet: Stubaier Alpen

Termin: Samstag, 6. bis Freitag, 12. September 2025

Beschreibung: Martina Allendorf als angehende Wanderleiterin und Yogalehrerin und ich, Christian Knoche-Hager als Trainer C Bergwandern, freuen uns, Euch eine interessante Kombination aus Bergwanderwoche und Yoga-Praxis anzubieten.

Wir wohnen die Woche über im sehr einsam und idyllisch gelegenen Alpengasthof Lüsens in Praxmar. Vor dort aus gehen wir jeden Tag nach dem Frühstück anspruchsvolle Bergtouren auf sehr schöne Gipfel der Stubaier Alpen (Schöntalspitze, Schafgrübler, Roter Kogel, Zirnkogel, Zischgeles). Schwarz markierte Wege sind jeweils dabei (Schwierigkeitsgrad bis T4) – Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sind deshalb Voraussetzung. Bis zu 1.400 Höhenmeter, Gehzeit bis zu 7,25 Stunden.

Vor dem Frühstück absolvieren wir eine uns ganzheitlich auf die Tour einstimmende Yoga-Praxis à 30 Minuten, die unsere Gelenke und Muskeln auf die Beanspruchung des Bergwanderns vorbereitet sowie Ausgleich zur teils einseitigen Belastung durch die vorgebeugte Haltung bietet. An zwei Abenden widmen wir uns außerdem einer spannenden Recovery-Session (YinYoga).

Treffpunkt: Wir fahren gemeinsam mit dem Zug – voraussichtlich sehr früh mit einem ICE von Siegburg nach München und dann weiter über Innsbruck ins Sellraintal.

Anforderungen: Kondition: schwierig, Technik: schwierig
Alpine Erfahrung, Schwindelfreiheit und Trittsicherheit
Keine Yoga-Erfahrung notwendig, absolute Beginner willkommen!

Personenanzahl: min. 4/ max. 8 Personen

Vorbesprechung: Per E-Mail. Falls Teilnehmende mir nicht bekannt sind, bitte unbedingt an einer meiner Tagestouren am Sonntag, 9. März, Sonntag, 6. April, oder Sonntag, 25. Mai 2025, mitwandern! Wer Martinas Yoga für Wanderer erleben will, kann am Sonntag, 26. Januar 2025, an „Wandern und Yoga“ teilnehmen.

Tourenbeitrag: 190,00 Euro für Sektionsmitglieder (265,00 Euro für externe) per Überweisung einzuzahlen auf das Sektionskonto. Stichwort: Knoche-Hager – Sellrain – Sept25 – Vor- und Nachname
Fahrkosten sowie die Kosten für Halbpension im Alpengasthof kommen noch dazu

Art der Tour: Bergtouren und tägliche Yoga-Praxis
Anmeldung: bis Samstag, 5. Juli 2025, per Mail beim
Wanderleiter: Christian Knoche-Hager, E-Mail: Christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Wandern gegen den Novemberblues 3: Von Satzvey über Bad Münstereifel nach Schuld

Gebiet: Eifel und Ahrgebirge

Termin: Samstag, 8. bis Sonntag, 9. November 2025

Start: Samstag, 8:00 Uhr am Hbf Bonn

Ende: Sonntag, 18:15 Uhr am Hbf Bonn

Beschreibung: Vom Bahnhof in Satzvey geht es an der Ritterburg vorbei zu den Katzensteinen im Mechernicher Wald, einem alten römischen Steinbruch. Danach wandern wir über Rißdorf zur Bruder-Klaus-Kapelle. Sie wurde von dem Schweizer Architekten Peter Zumthor auf einem privaten Feld errichtet. Dann geht es auf die erste Anhöhe, den Herkelstein mit Weitblicken in die Eifel im Westen und Süden. Nach einem Abstieg in das Tal des Eschweiler Baches erreichen wir schließlich über den Hirnberg Bad Münstereifel im Tal der Erft. Nun müssen wir nur noch hoch in den Höhenort Rodert. Dort essen und übernachten wir in der Jugendherberge Bad Münstereifel. Am nächsten Morgen geht es dann nach dem Frühstück durch den Münstereifeler Wald zur Wallfahrtskapelle auf dem Michelsberg – auch hier wieder ein herrlicher Weitblick in die Hocheifel. Von dort geleitet uns der Wasserfallweg durch die Sasserather Heide an der Wasserscheide von Erft und Ahr vorbei in die Mutscheid, eine auf einem Hochplateau gelegene Gemeinde mit 14 Dörfern. Bei Hilterscheid steigen wir dann ab ins Tal des Brommersbaches, dem wir bis zur Mündung in die Ahr kurz vor Schuld folgen. Von dort fahren wir mit Bussen über Ahrbrück bis Ahrweiler. Mit der RB 30 geht es dann zurück nach Bonn.

Unterkunft: Wir übernachten in Mehrbettzimmern der Jugendherberge Bad Münstereifel (HP ca. 45,00 Euro)

Anforderungen: Tag 1: 24 Km, 472 Hm rauf, 251 Hm runter, Gehzeit 6 Std. 30 Min
 Tag 2: 23 Km, 388 Hm rauf, 580 Hm runter, Gehzeit 6 Std. 15 Min
 Kondition - mittel, Technik - einfach

Personenanzahl: min. 6, max. 12 Personen, DAV-Mitgliedschaft ist obligatorisch

Vortreffen: Falls wir uns noch nicht kennen, bitte an einer Tagestour am 10. August oder am 28. September 2025 teilnehmen.

Tourenbeitrag: 20,00 Euro, 95,00 Euro für Mitglieder anderer Sektionen) per Überweisung einzuzahlen auf das Sektionskonto. Verwendungszweck: Knoche-Satzvey-November25-Vor- und Nachname

Kosten für Bahnfahrt, Übernachtung und Verpflegung kommen noch dazu.

Art der Tour: Führungstour

Anmeldung: Bis Freitag, 10. Oktober 2025 und weitere Informationen beim

Wanderleiter: Christian Knoche-Hager, E-Mail: Christian.knoche-hager@dav-bonn.de



Achtung: Bei allen angebotenen Wanderungen kann es zu kurzfristigen Änderungen oder in seltenen Fällen auch zu Absagen kommen. Daher nutzen Sie bitte die Möglichkeit der Voranmeldung und verzichten Sie auf ein spontanes Erscheinen zu den ausgeschriebenen Terminen. Sie erleichtern den Wanderleitern auch die Organisation. Dafür ein ganz herzliches Dankeschön!

Gäste sind jederzeit willkommen.

Haftungsbeschränkung siehe Berg & Tal, Nr. 1/2015, S. 46

Stand: 15.11.2023 ■

Rostblättrige Alpenrose. (Foto: Björn Langer)



DAV Sektion Bonn: Termine der Sektionsveranstaltungen 2025

zum Heraustrennen

Änderungen auf www.dav-bonn.de

■ = Wandern, ■ = Natur und Klima, ■ = Jugendgruppe, ■ = Familiengruppe, ■ = Mountainbiken, ■ = Vorstand,
■ = Klettern, ■ = Ausbildung

Sonntag, 27.04.2025

Zum Sonnenaufgang auf den Ölberg

ralph.kraemer@dav-bonn.de

Donnerstag, 22.05.2025

Mitgliederversammlung 2025

vorstand@dav-bonn.de

Montag, 21. bis Sonntag, 27.04.2025

**7 Tage auf dem Saar-Hunsrück-Steig - Das
Finale bis Boppard**

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Samstag, 24.05.2025

**Begehung des Monte-Thyso-Klettersteigs
in Duisburg**

christof.voelker@dav-bonn.de

Dienstag, 29.04.2025

Von der Halle zum Fels

wolfram.ferber@dav-bonn.de

Samstag, 24.05.2025

**Die Rur - zur Stille gebändigt
(Naturkundliche Wanderung)**

bjoern.langer@dav-bonn.de

Dienstag, 06.05.2025

Von der Halle zum Fels

wolfram.ferber@dav-bonn.de

Sonntag, 25.05.2025

**Ahrtalbahn 1: Von Remagen nach Bad
Bodendorf**

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Freitag, 9. bis Samstag, 10.05.2025

Von der Halle zum Fels

wolfram.ferber@dav-bonn.de

Mittwoch, 28.05. bis Sonntag, 01.06.2025

Familiengruppe goes Donautal 2.0

Familiengruppe-Leitung@dav.bonn.de

Samstag, 10.05.2025

Best of Bonn, linksrheinisch

monika.weber@dav-bonn.de

Samstag, 07. bis Dienstag, 10.06.2025

**Moselsteig Etappen 16 - 20: Entlang der
steilsten Weinbergs Europas von Bullay
nach Moselkern**

juergen.vogt@dav-bonn.de

Samstag, 10.05.2025

**Begehung des Klettersteigs in
Manderscheid**

christof.voelker@dav-bonn.de

Mittwoch, 18. bis Sonntag, 22.06.2025

**Vom Tannheimer Tal über den Saalfelder
Höhenweg zum Prinz Luipold Haus (Allgäuer
Alpen)**

ralph.kraemer@dav-bonn.de

Sonntag, 11.05.2025

Wandern und Yoga

martina.allendorf@dav-bonn.de

Donnerstag, 19. bis Sonntag, 22.06.2025

Über die Münchner Hausberge

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Mittwoch, 14.05.2025

**Kleine Kletterschule Bonn - Das 3x3 der
Tourenplanung im Sommer**

markus.zeidler@dav-bonn.de

Donnerstag, 19. bis Sonntag, 22.06.2025

**Einführung in das alpine
Mehrseillängenklettern**

christof.voelker@dav-bonn.de

Samstag, 17.05.2025

Bike & Hike: Wahnbachtalsperre

monika.weber@dav.bonn.de

Samstag, 28.06.2025

Fels-Eldorado Nideggen

monika.weber@dav.bonn.de

Samstag, 28.06. bis Freitag, 04.07.2025

Stein und Eis - Wanderung von Ramsau zum Hallstätter See (Naturkundl. Wanderung)

bjoern-langer@dav-bonn.de

Samstag, 05.07.2025

**Marathonwanderung:
Hunsrücker Traumschleifen-Trio**

monika.weber@dav-bonn.de

Montag, 07. bis Freitag, 11.07.2025

Anspruchsvolle 5-Tagestour im schroffen Kaisergebirge - Durchquerung des Zahmen und Wilden Kaisers

juergen.vogt@dav-bonn.de

Samstag, 12. bis Samstag, 19.07.2025

Aufbaukurs Hochtouren-Training: Auf der Schweizer Seite des Mont-Blanc-Massivs

markus.zeidler@dav-bonn.de

Sonntag, 13.07.2025

Ahr: Lampertsbachtal und Schaafbachtal

friederike.goetzke@dav-bonn.de

Freitag, 18.07.2025

Zum Sonnenuntergang auf den Petersberg

ralph.kraemer@dav-bonn.de

Freitag, 18. bis Freitag, 25.07.2025

Karwendeldurchquerung Ost

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Samstag, 02. bis Mittwoch, 06.08.2025

Familiengruppe goes Wilder Kaiser Classic

christian.koefinger@dav-bonn.de

heike.webner@dav.bonn.de

Sonntag, 03. bis Freitag, 08.08.2025

Grundkurs Mehrseillängenklettern

maciej.kirchhoff@dav-bonn.de

Mittwoch, 06. bis Sonntag, 10.08.2025

**Familiengruppe advanced goes
Klettersteige**

christian.koefinger@dav-bonn.de

heike.webner@dav.bonn.de

Samstag, 09.08.2025

Siebengebirge - die Klassiker

monika.weber@dav-bonn.de

Sonntag, 10.08.2025

**Ulmener Maar und Umland -
Entdeckerrunde**

joerg.gaspers@dav-bonn.de

Sonntag, 10.08.2025

Ahrtalbahn 2: Rund um Bad Bodendorf

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Sonntag, 10. bis Samstag, 16.08.2025

Grundkurs Hochtouren in der Schweiz

koen.vandendungen@dav-bonn.de

Samstag, 16.08.2025

Bergischer Weg - Etappe 8

lars.schmidt@dav-bonn.de

Sonntag, 17. bis Samstag, 23.08.2025

Grundkurs Hochtouren

wolfram.ferber@dav-bonn.de

Samstag, 06. bis Freitag, 12.09.2025

Bergwandern und Yoga im Sellraintal

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Sonntag, 14.09.2025

Eifel: Rundwanderung vom Kloster Steinfeld auf Römerwegen (VIA und Römerkanal)

friederike.goetzke@dav-bonn.de

Samstag, 20.09.2025

Rheinburgenweg - Teil 3: von Bad Breisig nach Andernach

silke.booms@dav-bonn.de

Sonntag, 28.09.2025

Ahrtalbahn 3: Rund um Lohrsdorf

christian.knoche-hager@dav-bonn.de

Samstag, 18.10.2025

Bopparder Traumschleifen Mittelrhein-Klettersteig und Elfenley

monika.weber@dav.bonn.de

Samstag, 25.10.2025

Rheinburgenweg - Teil 4: von Andernach nach Winningen

silke.booms@dav-bonn.de

Samstag, 01.11.2025

**Kleine Rour und schwarzes Wasser
(Naturkundliche Wanderung)**

bjoern.langer@dav.bonn.de

Sonntag, 02.11.2025

Jugendvollversammlung

jdav@dav-bonn.de

Freitag, 05.12.2025

Mondscheinwanderung Maria Laach

monika.Weber@dav-bonn.de

Sonntag, 14.12.2025

Adventswanderung

friederike.goetzke@dav-bonn.de

Samstag, 08. bis Sonntag, 09.11.2025

**Wandern gegen den Novemberblues 3: Von
Satzvey über Bad Münstereifel nach Schuld**

christian.knoche-hager@dav-bonn.de



Die DAV Sektion Bonn führt 2025 **Touren im Hochgebirge** durch.

Das Alpinklettern wird in der Sektion Bonn koordiniert von christof.voelker@dav-bonn.de.

Das Wandern im Mittel- und Hochgebirge wird koordiniert von thorsten.schneider@dav-bonn.de.

Die aktuellen Informationen gibt es auch mittwochs in der Geschäftsstelle, in der Kletterhalle und von den Aktiven direkt. Teilnahme in erster Linie für Alpenvereinsmitglieder, die A-Mitglied oder B-Mitglied oder C-Mitglied in der DAV Sektion Bonn sind. **Gäste** sind jederzeit willkommen – wer weiterhin teilnehmen möchte, der sollte spätestens nach der dritten Gastteilnahme die Aufnahme in die Sektion Bonn des DAV beantragen.

Sportklettern in der Kletterhalle findet in jeder Woche montags und freitags ab 18 Uhr in der Bronx Rock Halle in Wesseling statt.

Mitarbeit in der Geschäftsstelle immer mittwochs von 17 bis 21 Uhr.

Haftungsbeschränkungen: Eine Haftung der Sektion und der von ihr beauftragten Personen für Schäden, die einem Mitglied bei der Benutzung der Vereinseinrichtungen oder bei der Teilnahme an Vereinsveranstaltungen entstehen, ist über den Umfang der vom DAV abgeschlossenen Versicherungen hinaus auf die Fälle beschränkt, in denen einem Sektionsmitglied oder einer sonstigen für die Sektion tätigen Person, für die die Sektion nach den Vorschriften des bürgerlichen Rechts einzustehen hat, Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last gelegt werden kann. Die gleiche Einschränkung gilt bei Benutzung von Vereinseinrichtungen oder der Teilnahme an Veranstaltungen einer anderen Sektion des Deutschen Alpenvereins.



Wer erinnert sich noch? Klangwelle auf dem Bonner Münsterplatz am 23. September 2010. (Foto: Harald von Pidoll)

Geschmeidig in den Bergen unterwegs durch YOGA

Hallo und Namasté!

Wir sind Bine und Juliane – zwei naturverbundene Yoginis, die mit Begeisterung Yoga in die Welt tragen. Yoga ist so viel mehr als Körperübungen, Yoga ist ein Lebensstil, ein Lebensgefühl. Yoga bringt Körper, Geist und Seele in Balance.

Dass Yoga & Bergsport eine tolle Einheit bilden, weiß der DAV schon längst und bietet online unter dem Motto „Spüre dich selbst“ Yoga-Videos an. Äußere Geschmeidigkeit und innere Ausrichtung sind nicht nur im Alltag, sondern auch unterwegs in den Bergen gute Begleiter.



Was erwartet Dich?

Als zertifizierte Lehrerinnen unterrichten wir v.a. Hatha Yoga - einen klassischen Yogastil, der neben den berühmten Körperübungen (asanas) auch Elemente der Tiefenentspannung (savasana), Atemübungen (pranayama) und Meditation (dhyana) beinhaltet. Außerdem lassen wir Elemente aus dem Vinyasa Krama, Anusara Yoga, Yin Yoga und Faszien Yoga einfließen.

Die Stunden werden offen und nicht in Kursform gestaltet, sodass Du jederzeit einsteigen kannst. Für jedes Niveau finden wir im Yoga eine passende Alternative. Solltest Du körperliche Beschwerden haben, kläre bitte vorab mit Deinem Arzt/Deiner Ärztin ab, ob alle Übungen für Dich geeignet sind.

Wann?

Dienstags, 19:00 bis 20:30 Uhr.

(Manchmal benötigt die Kleine Bergschule Bonn die Räumlichkeiten. Dann müssen wir eher starten.)

Wo?

Gruppenraum der DAV Sektion Bonn, Gottfried-Claren-Straße 2, 53225 Bonn-Beuel

Anmeldung?

Melde Dich bitte unter: yoga@dav-bonn.de an.

Teilnahmebeitrag:

10,00 € pro Einheit

Was noch?

Bitte bring Deine eigene Matte mit. Hilfsmittel wie Kissen, Gurte, Blöcke sowie Decken sind vorhanden.



Über uns

Bine hat den Kurs ins Leben gerufen und ist mittlerweile mit einem Potpourri aus Yoga, Sprachunterricht, Reise- und Wanderleitung viel unterwegs. Wenn sie auf Heimatbesuch ist, beglückt sie uns mit einer schönen Yogastunde.

Juliane führt den Kurs mit großer Hingabe fort.

Als Mutter, Tagesmutter und Eltern-Kind-Waldgruppenleiterin ist Yoga für und mit Bergsteigern ein perfekter Ausgleich.

Wir freuen uns auf Dich! 😊

DU WILLST HOCH HINAUS? WELTWEITE BERGTOUREN

**DEIN 50 €
RABATTCODE*:
DAVBN25**

Spüre pure Freiheit und erlebe deinen nächsten Gipfelmoment mit Wikingen Reisen. Berechne die schönsten Gebirge weltweit – gemeinsam mit anderen Outdoor-Fans in kleinen Gruppen.

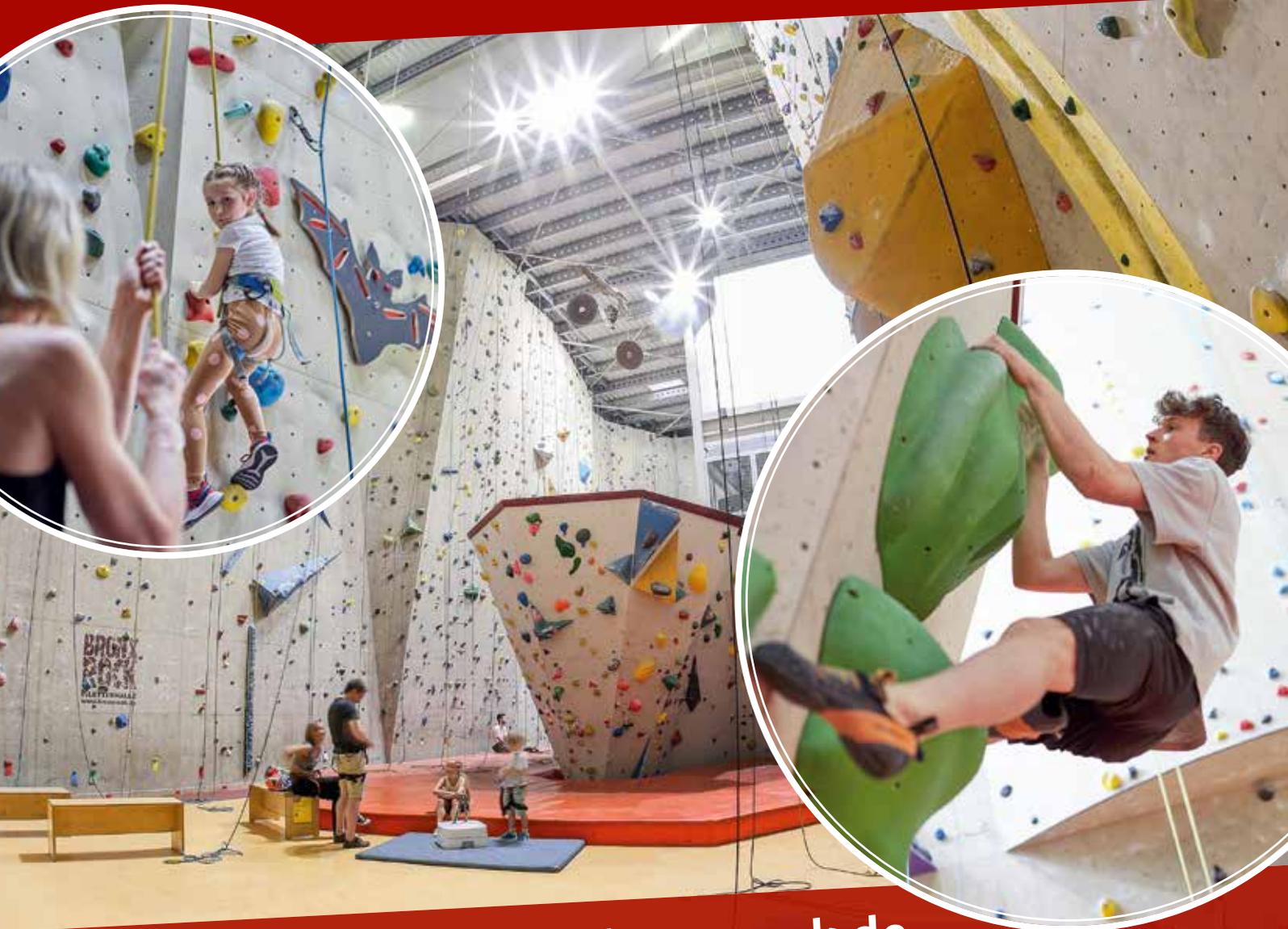
Beginne deine Reise auf wikingen.de
Wikingen Reisen GmbH,
Kölner Str. 20, 58135 Hagen
Tel.: 02331 – 9046, mail@wikingen.de



*Rabatt gilt nur für Neukunden bei Direktbuchung bis zum 31.12.25 über www.wikingen.de. Einmalig einlösbar ab 500 € Mindestbuchungswert.



BRONX ROCK KLETTERHALLE – KLETTERHEIMAT DER DAV SEKTION BONN



Mehr Infos unter www.bronxrock.de

**WIR SIND EURE SPEZIALISTEN FÜR
KINDER, JUGEND, SPORTKLETTERN**

- Ferienfreizeiten
- Einsteiger- und Familienkurse
- Therapieklettern
- Kinder-Themen-Klettern
- Kindergeburtstage
- Effektives Sporttraining
- Boulderwand



Like us  

Vorgebirgsstraße 5 | Wesseling | 02236 890570 | info@bronxrock.de