

AUSBLICK

 **DAV**
Deutscher Alpenverein
Sektion Regensburg

Mitteilungsblatt **2/2025**

NEU:
Lieblingstouren

Familien



Raus ins echte Leben



FINDE DEIN KÖNIGREICH!

WIR HELFEN DIR DABEI ...

DEIN KLETTERSTEIGSET! GURT + Y-SET + HELM NACH WAHL!

IM PAKET
-15%
AUF UNSERE
REGULÄREN
PREISE

PETZL VIA FERRATA SET GURT + Y-SET + HELM



219€
STATT 259,95 €

CAMP SET GURT ENERGY CR 4 + KINETICREWINDPRO KLETTERSTEIGSET + IKON HELM

199€
STATT 239,95 €



EXPRESS SCHLINGEN SETS



AB 5 STÜCK
-10%
AUF UNSERE
REGULÄREN
PREISE

AB 10 STÜCK
-15%
AUF UNSERE
REGULÄREN
PREISE

AB 20 STÜCK
-20%
AUF UNSERE
REGULÄREN
PREISE

LAUF & BERG KÖNIG

| HAIDPLATZ | 93047 REGENSBURG | 09 41 - 64 66 36-0 |

WWW.LAUFUNDBERG-KOENIG.DE



Liebe Sektionsmitglieder,

früher war ich ständig am Fels – das nächste Projekt im Blick, immer auf der Suche nach der perfekten Linie. Heute, mit zwei kleinen Kindern, sieht mein Kletteralltag etwas anders aus. Der Zustieg ist kürzer, die Kletterei weniger alpin, dafür die Brotzeit wichtiger. Und ganz ehrlich? Es ist anders – aber richtig schön.

Die Prioritäten verschieben sich: weg von Schwierigkeitsgraden, hin zum gemeinsamen Unterwegssein. Ein Tag im Wald, ein bisschen Felskontakt, vielleicht ein Seil zum Schaukeln – das reicht oft schon für ein kleines Abenteuer mit der Familie.

Genau da setzen auch unsere Familiengruppen im Verein an. Ehrenamtlich organisiert, offen für alle – ob frisch dabei oder schon lange kletterbegeistert. Es geht ums Miteinander, ums Draußensein, ums Erleben. Besonders für Familien mit kleinen Kindern sind das tolle Möglichkeiten, sich zu vernetzen und Ideen zu teilen, wie man zusammen aktiv sein kann.

Mein ganz persönlicher Tipp für gemeinsame Familien-Outdoor- urlaube und Wochenendausflüge sind unsere Selbstversorger- hütten. Gerade um mit Familien und Freunden unterwegs zu sein, sind sie der ideale Stützpunkt für ein gemeinsames Wochenende. Sie sind alle naturnah und so ist kein großes Programm nötig. Was braucht es mehr als ein bisschen Wald, einen schönen Fels, ein Feuer am Abend – und schon wird's besonders.

Ich freue mich, wenn noch mehr Familien zu uns kommen. Denn auch wenn sich unsere Perspektive auf den Klettersport und unsere sportlichen Aktivitäten immer wieder ändern darf – die Freude am Draußensein bleibt.

Viele Grüße

Max Dolles

1. Vorsitzender



Freie Nacht fürs Klima

Die Neue Regensburger Hütte startet
am 05. Juni 2025 in die Saison.

Mit Öffis anreisen:

Wer öffentlich anreist und
zur Neuen Regensburger Hütte aufsteigt,
zahlt die erste Nacht nichts.



Winterferien auf der Hütte

**Ihr möchtet die Weihnachtsferien,
Silvester oder die Faschingsferien
2025/2026 auf unseren
Hütten verbringen?**

Zum Stichtag Samstag, 28. Juni 2025/
10:00 Uhr werden die Buchungslinks
für diese Zeiträume freigeschaltet.

Für Silvester auf der Hansberghütte
schreibt bitte ab dem Stichtag eine
E-Mail – das Los entscheidet am
14. Juli 2025. Buchungslinks auf S. 44/45.
Bitte beachtet die jeweiligen Buchungsbedingungen.

Impressum

Herausgeberin:

Sektion Regensburg
des Deutschen Alpenvereins

1. Vorsitzender: Max Dolles

Erscheint jeweils am 01.02., 01.06., 01.10.
jeden Jahres.

Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Anzeigenverwaltung und Redaktion:

Geschäftsstelle

St.-Katharinen-Platz 4, 93059 Regensburg

Telefon: 0941 463 990 - 30

info@alpenverein-regensburg.de

Gestaltung:

Gschwendtner & Partner, München

Feilitzschstr. 21, 80802 München

info@gschwendtner-partner.de

Telefon: 089 2805628

Druck:

Schmidl & Rotaplan Druck GmbH

Hofer Str. 1, 93057 Regensburg

Telefon: 0941 6 96 95 - 0

Telefax: 0941 6 96 95 - 10

www.schmidl-rotaplan.de

Auflage: 10.000 Exemplare

Redaktionsschluss:

für die nächste Ausgabe: 01.08.2025

Titelbild:

Levin, Julia und Emil (Familiengruppe Steinböcke)
kraxeln am Gaisberg nahe des Berg- und Ski-
heims Brixen im Thale.

📷 Monika Trojer

Alles rund um den Baum



**vom staatl. geprüften
Baumfachwirt
Marcus Klemm**

**Tel: 0941/3 96 61 39
Mobil: 0176/21 00 84 67
macatalpa@web.de**

**Baumbeurteilung
Kronenpflege
Fällungen
Seilklettertechnik
Obstbaumschnitt
Pflanzungen**



Komm mit!

Ihr schwingt euch mit eurem Gleitschirm gern in die Lüfte?

Fliegt mit uns!

Unberührter Pulverschnee ist euer Ding?

Geht mit uns auf Skitour!

Ihr würdet gerne noch mehr im Regensburger Umland entdecken?

Schließt euch uns an!

Gut ausgebildet und jetzt?

Erobert gemeinsam die hohen Berge!

Unsere Sektionsgruppen heißen euch herzlich willkommen. 25 Sektionsgruppen für Erwachsene, von „50PLUS“ über die „Hochtourengruppe“ und die „MTB-Gruppe“ bis zur „Walkgruppe“, fünf Familiengruppen nach dem Alter der Kinder gestaffelt und zwei Familienklettergruppen, zwei Ortsgruppen Bayerwald und Städtedreieck und natürlich unsere sehr aktive Jugend – da knüpft ihr garantiert Bergfreundschaften.

Ab Seite 46 findet ihr, in welchen Gruppen sich die Sektionsmitglieder zusammenfinden und wie ihr sie kontaktiert.

Viel Spaß und schöne Gemeinschaftszeit!

Inhalt

Aktuelles aus der Sektion 6

Termine → 6, Aus dem Kletterzentrum → 7, Umweltgütesiegel für die Neue Regensburger Hütte → 7, Mitgliederversammlung 2025 → 8, Trauerfälle → 9, Peters Kolumne → 9

Familien 12

Raus ins echte Leben → 10, Draußen in der Natur sein stärkt die psychisch-körperliche Gesundheit → 14, Kinder im DAV-Kletterzentrum → 16, Familien und Hütten → 18, Familientag → 20, Nawareum – Das Museum für Nachhaltigkeit → 20

Engagement in der Sektion 21

Danke Rita, Franz und Hans-Peter → 21, Ehrenamt → 22

Klima- und Naturschutz 25

Klimabilanz → 25, Das Naturschutzteam → 26

Bergsport 28

Kurs-Know-how: Hochtouren → 28, Kontaktdaten Ressorts → 29

Lieblingstouren 30

Klettertouren → 30, MTB-Trailrunde → 31, Wandertouren → 32, Lieblingstouren mit Kindern: Regensburger Burgensteige → 33

Unterwegs 34

Wanderwoche am Ledrosee → 34, Skibergsteigen in den Tuxer Alpen → 36, Tourenggehen im Gsiesertal → 37, Wanderung auf den Wallberg → 38, Auf den Hohen Bogen → 39, Skibergsteigen am Spitzingsee → 40, Die Bergfuchse unterwegs → 41

Hütten 42

Maurerwirt → 42, Vertragshäuser → 43, Hütten-Übersicht → 44

Jugend DAV Regensburg 46

Sektionsgruppen 48

Familiengruppen → 48, Eltern-Kleinkind-Klettern → 48, Familienklettern → 48, Seniorengruppe → 49, Gruppe 50 PLUS → 50, Achtsam unterwegs → 50, Allrounder → 51, Alpenmädels → 51, Alpingruppe 24 → 51, Berggenuss → 52, Fotografie am Berg → 52, Generation Frischluft → 52, Gleitschirmgruppe → 52, Hochtourengruppe → 53, Hüttentouren → 54, Hunderunde → 54, Inklusion → 55, International Group → 55, Klettersteiggruppe → 55, Laufgruppe → 55, Mountainbikegruppe → 56, Öffi-Trupp → 56, Rund um Regensburg → 56, Ski- und Sommergymnastik → 56, Skitourengruppe → 57, Sportklettergruppe → 57, Trailrunning → 57, Walkgruppe → 57, Ortsgruppe Bayerwald → 58, Ortsgruppe Städtedreieck → 63

Buchtipps 65

Wichtige Adressen 66

Termine und Aktuelles



Samstag, 31.05. / Sonntag, 01.06.2025

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Kids Cup und Quali für Bayerische U17-Meisterschaften

Es wird spannend: Bayerns Klettertalente kämpfen am 31. Mai und am 01. Juni 2025 in Lead-Wettbewerben um den Einzug ins Finale. Am Samstag geht es für die U13 und U15 um den Einzug ins Kids-Cup-Finale, am Sonntag für die U17 um die Qualifikation für die Bayerischen Meisterschaften. Wir drücken die Daumen.

Freitag, 20.06. bis Sonntag, 22.06.2025

Altstadt Regensburg

Bürgerfest: DAV auf der Nachhaltigkeitsmeile

Es ist wieder Bürgerfest in der Altstadt – dieses Mal mit uns mittendrin. Das ganze Wochenende findet ihr uns an der Weinlände an der Donau auf der Nachhaltigkeitsmeile. Wir freuen uns auf euren Besuch!



Mittwoch, 02.07.2025 / 19:00 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Infoabend für Neumitglieder

Ihr seid neu in der Sektion? Kommt zum Neumitglieder-Infoabend am 02. Juli 2025 um 19:00 Uhr in den Seminarraum des Kletterzentrums! Ihr könnt dort erste neue Bergfreundinnen und Bergfreunde finden. Wir freuen uns, euch persönlich kennenzulernen und eure Fragen zu beantworten.

Vorschau Oktober

**Samstag, 18.10.2025 /
13:00 – 17:00 Uhr**

SAVE
THE DATE

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Bergsporttreffen

Es hat eine mittlerweile lange Tradition: das Bergsporttreffen, das seit einigen Jahren mit dem Tag der offenen Tür des Kletterzentrums zusammenfällt. Kommt vorbei! Jede*r ist willkommen, ob Nichtmitglied oder langjähriges Mitglied, ob Groß oder Klein, alle können sich informieren, ausprobieren und entdecken, was die Sektion zu bieten hat. Das detaillierte Programm folgt im nächsten AUSBLICK.



Die bereits 2023 sehr gut angenommene Nachhaltigkeitsmeile in der Keplerstraße und am Weinmarkt wird dieses Jahr durch die Weinlände erweitert – mit dabei: der Alpenverein Regensburg! Außerdem: drei Bühnen mit cooler Musik, biozertifiziertes Streetfood, der RVV-Repair-Bus, die Greenpeace-Kleidertauschparty, Upcycling-Stände, Tinyhäuser, 17-Ziele-Bus und viele weitere interaktive Angebote.

---> Info: www.na-mei.de

Aus dem Kletterzentrum

Bass & Beta

Am 28. Februar war es endlich so weit und das lang geplante Event Bass & Beta hatte seinen Auftakt. DJ F. Breit legte ab 16:30 Uhr auf. Was mit Hintergrundmusik zum Flohmarkt startete, endete mit einer vollen Tanzfläche zu bestem Downtempo-Techno.

Während sich in der Halle bereits die ersten an 40 brandneuen Bouldern zu den Beats eingroovten, wurde im Bistro fleißig gestöbert und gefeilscht. Der Kletter- und Outdoor-Flohmarkt bot eine feine Auswahl an gut erhaltenen Kletterschuhen, Bekleidung und Ausrüstung – eine perfekte Gelegenheit, um Schnäppchen zu ergattern oder ausrangierte Lieblingsstücke weiterzugeben.

Mit fortschreitendem Abend zog es immer mehr Leute auf die Tanzfläche. Erst noch zaghaft, dann immer ausgelassener – bis es schließlich kaum noch jemanden auf den Sitzen hielt. Für die nötige Erfrischung sorgten kalte Getränke zum unschlagbaren Preis von 2,50 €, während das Event kein festes Ende hatte – gefeiert wurde bis kurz nach Mitternacht. Die Kombination aus guter Musik, freshen Bouldern, ausgelassener Stimmung und einer einzigartigen Atmosphäre machte den Abend zu etwas ganz Besonderem.

Ein riesiges Dankeschön an alle, die diesen Abend zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht haben. Und eins ist sicher: Fortsetzung folgt ...

Hängematte selbst gestrickt

Gute Dienste geleistet und dennoch nicht ausgedient: Sportkletterin Carmen Weig hat in vielen Arbeitsstunden drei aussortierte Seile zu einer Hängematte gestrickt. Danke an die fleißige Gönnerin für die echt nachhaltige „Chilllocation“: Wir suchen noch nach dem richtigen Platz dafür im Kletterzentrum.



Ausgezeichnet: Neue Regensburger Hütte erhält Umweltgütesiegel

Seit 2024 steht die Neue Regensburger Hütte unter dem Motto „köstlich vegetarisch und nachhaltiger Hütten- und Gästebetrieb“ und ist die erste rein vegetarische Berghütte Tirols. Nun erhalten wir für zunächst fünf Jahre zudem das Umweltgütesiegel der Alpenvereine, das das „höchste Haus der Regensburger“ als ökologisch errichtete und betriebene Alpenvereinshütte auszeichnet. Ganz besonderer Dank gebührt unserem Hüttenwirt Christian Tomaselli, ohne dessen Mitarbeit, Ideen und Herzblut für die Nachhaltigkeit der Hütte wir das Siegel nicht erhalten hätten. Seit 2023 bewirtschaftet er unsere Hochgebirgshütte im Stubaital mit viel Liebe und Engagement, auch für Natur- und Klimaschutz.

Geprüft wurden im vergangenen Jahr vielfältige, strenge Kriterien in den Bereichen Energie- und Klimaschutz, Trinkwasser/Abwasser, Abfall, Luft, Lärm, Bauausführung, Hüttenbetrieb und Hüttenumfeld sowie klimafreundliche Ernährung. Die Prüfer waren abschließend am 01. September 2024 auf der Hütte, die Verleihung des Siegels wurde daraufhin empfohlen. Die feierliche, offizielle Verleihung auf der Hütte wird am 07. Juni 2025 stattfinden.

Für den Natur- und Klimaschutz strengen wir uns gemeinsam mit unserem Pächter Christian Tomaselli an – damit die Gäste der Neuen Regensburger Hütte noch lange diesen einzigartigen Ort erleben und genießen können.

✍ Manuel Höllering

Mitgliederversammlung des Regensburger Alpenvereins

Am Dienstag, den 29. April 2025, trafen sich um 18:00 Uhr die Mitglieder des Alpenvereins Regensburg zur Mitgliederversammlung.

Themen der Versammlung: u. a. Geschäftsberichte des Vorstands und der Geschäftsführung, Haushaltsergebnis 2024 und Haushaltsplan 2025, diverse Satzungsänderungen sowie die Wahl von neuen Vorstandsmitgliedern.

Neuer 1. Vorsitzender wurde Max Dolles, sein Stellvertreter ist Siegfried Fischer



© Ingrid Scheuffler

Wahlen Vorstand und Ehrenrat

Die Wahl zum 1. Vorsitzenden fiel auf den 33-jährigen Maximilian Dolles, der seit über zehn Jahren ehrenamtlich in der Sektion aktiv ist, zunächst als Jugendleiter und Jugendreferent, dann als Vorstandsmitglied für das Kletterzentrum. Die Mitglieder stimmten für Siegfried Fischer als Vertreter des 1. Vorsitzenden; zuständig ist er für die Bereiche Klima- und Umweltschutz sowie Inklusion und Integration. Zum stellvertretenden Vorsitzenden für das Kletterzentrum wurde Wolfgang Dobner gewählt. Die übrigen stellvertretenden Vorsitzenden bleiben im Amt. Zudem wurden zwei neue Ehrenratsmitglieder gewählt: Mit Arthur Scheuffler, der sowohl ehrenamtlich als auch hauptberuflich bereits für die Sektion tätig war und Peter Lang, der u.a. viele Jahre lang die Hochtourengruppe geleitet hat, ist der Ehrenrat nun wieder komplett.

Satzungsänderungen

Nach einer intensiven Überarbeitung der Vereinsatzung stellte der Vorstand bei der Mitgliederversammlung umfangreiche Änderungen zur Abstimmung vor. Besonderen Fokus legen diese auf einen optimierten Ablauf von Vorstandswahlen und Mitgliederversammlungen. Weitere Anpassungen betonen die demokratische Grundordnung und Toleranz innerhalb des Vereins. Damit soll das Vereinsklima gestärkt und ein inklusives Umfeld gefördert werden. Mitglieder können sich sicherer und willkommener fühlen, unabhängig von ihrer Herkunft oder ihrem Glauben.

✉ Sabrina Esser
Geschäftsführerin

Detailinformationen können dem Sitzungsprotokoll entnommen werden, unter:

**[www.alpenverein-regensburg.de/
mitgliederversammlung](http://www.alpenverein-regensburg.de/mitgliederversammlung)**

Wir trauern um unsere Mitglieder

Helmuth Maier, Weiden
Mitglied seit 1953

Dr. Anton Forster, Regensburg
Mitglied seit 1971

Dr. Margret Bassewitz-Rohde, Regensburg
(verstorben 2022)
Mitglied seit 1984

Dr. Monika Greger, Neunburg
(verstorben 2023)
Mitglied seit 1997

Werner Breidbach, Regensburg
Mitglied seit 2017

Hans Groß, Regensburg
Mitglied seit 1951

Peters Kolumne



Lieber „Abenteuer“

Vorneweg: Der Autor dieser Zeilen blickt auf sechs Lebensjahrzehnte zurück. Da sammelt sich einiges an Erfahrungen, was er am Berg mit Kindern erlebt hat. Und manches verschimmt auch wieder.

Da ist zum Beispiel die Erkenntnis, den Moment zu genießen. Gut, das passt jetzt auch in jeden Glückskeks oder ein Poesie-Album. Den Moment nutzen Kinder, ob nun mit vier oder vierzehn, ja schon mal ganz anders – und meist temperamentvoller als die planenden Eltern. Die ihre eigene Bergbegeisterung nun den Kindern weitergeben wollen. Und gleich mal ihre eigenen Ansprüche an Weg und Leistung herunterschrauben sollten. Wie beispielsweise das Wort „wandern“ besser vermeiden. Eher ein Abenteuer draus machen und es als solches zu verkaufen: mit Zwischenstationen wie „Bach“, „Burg“, „Turm“ oder „oben gibt’s was Leckeres“.

In jedem Fall hilft auch, sich mit anderen Eltern oder Kindern zusammenzutun. Dann verteilen sich Strecke und Spaß schon mal auf mehrere Schultern, und das ist meist unterhaltsamer als das dröge hinter den Eltern Herschlurfen (und sonst niemand zum Spielen).

In der größeren Gruppe ist einfach mehr los: mehr kreative Einfälle, um die Freude am Unterwegssein zu steigern und mehr Hilfe, wenn z. B. Ersatzklamotten nötig werden.

Übrigens hat die Sektion sieben Familiengruppen, zwei kletternd und fünf hauptsächlich wandernd, für Familien mit Babys bis Teens. Ab Teeniealter sollte die Berg-Begeisterung schon übergesprungen sein. Und dafür gibt es dann die Jugendgruppen.

✍ Peter Themessl
Ausrüstungslager

Raus ins echte Leben

Kleine und große Alpenvereinsabenteuer für Familien



Die Kontaktdaten zu den
Familiengruppen der Sektion
findet ihr auf S. 48

„Woah, in so einer Welt war ich noch nie!“ Die Augen des kleinen Marmel-tiers leuchten. Auf der Sommerwiese vor ihm blühen Gänseblümchen, Löwenzahn, Glocken- und Kornblumen. Bienen sammeln summend fleißig Nektar. Das Marmeltier macht sich mit seinen Freunden auf, diese wunderbare Welt zu entdecken... Der Anfang eines Kinderbuchs? Nein. Ein Ausflug der Familiengruppe der Marmeltiere nach Tegernheim.



Leonie (6 Jahre)
von den Steinböcken

„Am liebsten mag
ich das Klettern auf
Felsen, Wurzelwege, auf Hütten
einkehren. NUR mit gleichaltrigen
Kindern macht Wandern
richtig Spaß.“

Sieben Familiengruppen der Sektion Regens-burg erleben und begreifen zusammen die Natur und die Berge – fünf hauptsächlich wandernd, zwei kletternd – und finden ganz nebenbei noch andere Dinge, herzliche Freundschaften, andere Perspektiven, neue Motivationen, Freiheit.

Echte Erfahrungen

„Ui, jetzt quakt er gleich!“, fünf Kinder sitzen rund um Johanna in der Hocke, am Aufstieg zum Prostkogel in den Kitzbüheler Alpen. Die Steinböcke (Jahrgänge 2016 bis 2018) wohnen im Sommer 2022 drei Tage lang im Berg- und Ski-heim in Brixen im Thale und haben sich gerade – trotz oder wegen der grusligen Sage – durch die Teufels-gasse gewagt. Ein winzig kleiner Frosch sitzt auf Johannas Hand und bläht die Bäckchen. Vorsichtig setzt sie ihn wieder in die Wiese und er springt davon. Der Gipfel? Nicht so wichtig. Viel cooler ist das Schneefeld hinter dem Straubinger Haus an Pfingsten 2024, das die Steinbockkin-der – samt Eltern – bei einer anderen Hüttentour jauchzend runterrutschen. Die Steinadler (Jahrgänge 2023 und jünger) begeistern sich für die riesige Schafherde, die ihnen im Frühling 2024 am Alpinen Steig begegnet. Das echte, einfache Leben eben.

Freies Spielen

„Wind und Wetter machen den Kindern nichts aus“, erzählen Andrea und Andi, die Leiter der Marmeltiere (Jahrgänge ca. 2019 und 2020), beide vom Bundesverband ausgebildete Fami-liengruppenleiter. Neulich kamen sie bei einer ihrer Sonntagstouren nahe Regensburg an einem Feld vorbei „und die Kids haben mit vollem Elan Steine ausgegraben und mit Fantasie etwas daraus gebaut. Es macht viel Freude, zuzuschau-en und mitzumachen,“ so Andrea und Andi, die schon seit 2021 „im Amt“ sind. Manche Eltern hätten erst Schwierigkeiten, sich darauf einzulas-sen, doch „irgendwann haben wir alle so weit“, lachen sie. „Beim Entdecken von Höhlen, Ruinen oder beim Spielen am Bach finden auch die grö-ßeren Kinder schnell zusammen und vergessen gerne die Zeit“, weiß Carmen Spörl von den Eich-hörnchen (Jahrgänge 2016 und älter). Anleitung brauchen Kinder weniger als man denken mag. „Die Kinder wissen den weiten Raum und die Freiheit in der Natur zu schätzen“, beobachtet Philipp Wittmann, Leiter der Steinadler. „Wichtig ist für die Eltern zu verstehen, dass wir mit den Kindern gehen, nicht die Kinder mit uns.“ Das werde in der Ausbildung vermittelt, die auch Philipp genossen hat.



Anton und Konstantin
(12 Jahre)
von den Eichhörnchen

„Dass wir Freunde treffen und mit
ihnen was erleben, ist das Schöne
an der Familiengruppe.“

Wilde Wege und Gruppendynamik

„Auf keinen Fall Forstwege, lieber Trails mit Wurzeln, Kraxelfelsen oder zumindest schmale Wege“, empfiehlt Melanie Braun, ausgebildete Familiengruppenleiterin der Steinböcke. Das gilt über alle Altersstufen hinweg. Wie lange die Touren sind und mit wie vielen Höhenmetern sie zu Buche schlagen, hängt vom Alter und der Fitness der Kinder ab. Grobe Richtlinien findet ihr im Infokasten „Tourenplanung“. Diese müssen auf keinen Fall ausgereizt werden. In der Tourenplanung flexibel zu bleiben, eine Abkürzung oder auch Verlängerung in petto zu haben, zahlt sich ebenfalls aus.

Falls der Weg einmal unausweichlich langweilig ist, ist es immer gut, ein paar Motivationsspiele „im Rucksack“ zu haben. Die Steinadler zackeln dann schon mal in der Seilschaft den Hügel hinauf. Die Bergfuchse (Jahrgänge 2021 und 2022) spielen „Der Boden ist Lava“ und hüpfen von Stein zu Wurzel zu Baumstamm, ohne die Erde zu berühren. Die Murmeltiere werden zu Hühnern und gackern „Fuchs, was machst du da?“. Und die Steinböcke bauen einen Barfußpfad. Weitere Spielideen zur Motivation auf langweiligen Wegen findet ihr im Infokasten „Spieletipps“ und auf unserer Website. Der wichtigste Anreiz allerdings: andere Kinder. Dann wird das Wandern oft zum Selbstläufer. „In der Gruppe ist die Motivation höher“, so Melanie Braun. Die Kids rennen, weil sie vor den Erwachsenen am Gipfel sein wollen. Mit viel Fantasie werden unterwegs Geschichten gesponnen, gemeinsam und kreativ werden die Natur und die Berge entdeckt. „Manchmal gründen sie eine Räuberbande, versperren mit Ästen den Weg und verlangen Wegzoll“, erzählt sie.

„Überlebenswichtig ist natürlich eine Mega-Brotzeit“, lacht Bergfuchse-Leiterin Alice Nagel. Auch das verlockende Dreigängemenü auf der Hütte kann die Motivation ungemein steigern ...



Marie, Emilia
und Marco
(6, 6 und 7 Jahre)
von den
Murmeltieren

„Wir erschaffen mit Fantasie Welten im Wald, wenn wir zum Beispiel ein Haus aus Bäumen bauen, und wenn wir zusammen allein vorauslaufen, ist auch toll.“



Charlotte (8 Jahre)
von den Steinböcken

*„Vor allem das
Zusammensein mit
anderen Kindern, Spielespielen,
Entdecken und den Spaß, den wir
zusammen haben, mag ich.“*

Die richtige Hütte

Für Familien mit kleineren Kindern ist unbedingt die Selbstversorgerhütte zu empfehlen, wie zum Beispiel unser Berg- und Skiheim Brixen im Thale. Und das nicht nur aus Kostengründen. Die Kinder können sich im Haus freier bewegen. „Mit der Schlaf- und Essensplanung ist man dort einfach flexibler“, weiß Philipp. Andrea und Andi von den Murmeltieren verteilen die Organisation der verschiedenen Mahlzeiten übrigens gern vorab an die Teilnehmenden. So kann sich jede Familie vorher Gedanken machen, jede trägt zur Versorgung ihren Teil bei und entspannt damit die Verpflegungssituation vor Ort.

Auf die Chamer Hütte unterhalb des Großen Arbers im Bayerwald wagten sich die damals ca. zwei- bis dreijährigen Bergfuchse im vergangenen Jahr. „Ich hatte davor wirklich Respekt, aber wir haben uns getraut und waren positiv überrascht“, erzählt Alice. 500 Höhenmeter galt es zu bewältigen. Unbedingt empfehlenswert: ein Zimmer pro Familie, wenn irgendwie möglich. Die Steinböcke entdeckten mit dem Straubinger Haus auch schon eine bewirtschaftete Hütte. „Das Gelände rund um die Hütte muss absturz-sicher sein, damit die Kids frei laufen können“, betont Melanie. Wenn es dann noch einen Spielplatz, einen Bach, kleine Felsen oder gar Tiere gibt, können sich die kleinen Alpinisten prima selbst beschäftigen. Gut ist, wenn die Hütte dann noch für den nächsten Tag einen Gipfel, einen See oder etwas anderes Spannendes bietet. Welche Hütten für welches Alter der Kinder geeignet sind, findet ihr auf www.alpenverein.de unter dem Stichwort „Mit Kindern auf Hütten“.

Vor dem Aufstieg geht Melanie mit den Kindern eine selbstgemalte Tourenkarte durch, um ihnen eine Orientierung zu liefern, sie mit und erst zu nehmen. Auch die Murmeltiere erhalten immer

wieder eine Karte, in die sie auch selbst Erlebnisse oder Wegpunkte einzeichnen dürfen. Einer von vielen Tipps aus der einwöchigen DAV-Familiengruppenleiter-Ausbildung.

Positives Feedback

Es mache Freude, zu sehen, dass die Kinder gerne draußen sind und sich Bekanntschaften, gar Freundschaften entwickeln – da sind sich alle Familiengruppenleiter*innen der Sektion einig. Das Feedback der Eltern und der Kinder sei großartig und motiviere sie, immer wieder neue Ausflüge zu planen. Dass sich andere Eltern auch beteiligen, Touren organisieren oder auch auf der Wanderung etwa ein Bastel- oder Spielelement planen, ist dabei durchaus erwünscht und die grundsätzliche Idee der Familiengruppen. Liebe Eltern, meldet euch also gerne bei den Gruppenleitern und bringt euch ein. Übrigens muss es für die Familiengruppen nicht immer das Wandern sein, auch Museen werden erkundet, es wird gebouldert, „geSUPT“ und auch mal eine Stadtrallye unternommen.

Einige kleine Steinadler werden derzeit flügge, sie fangen an selbst zu laufen. Wenn sie sich an den Händen fassen und als Seilschaft der Zwerge lachend vorauslaufen, geht den Eltern das Herz auf. Was gibt es Schöneres als die eigenen Kinder draußen im echten Leben mit leuchtenden Augen zu sehen?

✍ Barbara Ederer und Monika Trojer

Tourenplanung

Als grundsätzliche Faustregel gilt: Das Alter der Kinder gibt Orientierung für die Tourlänge und die Höhenmeter, doch jedes Kind ist unterschiedlich. Zeitangaben in Wanderführern darf man mal 1,5 rechnen.

Orientierungswerte zu Höhenmetern

1- bis 4-Jährige: max. 300 Hm/3 Std.
(teilweise noch in der Kraxe)

4- bis 6-Jährige: max. 400 Hm/4 Std.

6- bis 10-Jährige: max. 600 – 800 Hm/5 Std.

ab ca. 10 Jahren: ca. 1.000 Hm/max. 6 Std.

Doch nicht vergessen: Es handelt sich hier um Anhaltspunkte. Wandern mit Kindern bedeutet in erster Linie flexibel zu bleiben. Der Weg ist das Ziel!

Mehr Infos zur Tourenplanung mit Kindern



Spieletipps

Gewappnet für alle Fälle: Unsere Spiele-Tipps aus den Familiengruppen der Sektion:

“Fuchs – was machst du da?”

Ein Kind ist der Fuchs. Alle weiteren mitspielenden Kinder und Erwachsenen bilden einen Kreis um den Fuchs. Sie sind die gackernden Hühner, die fragen: “Fuchs, was machst du da?” Schritt für Schritt erklärt dieser, dass er Hühnersuppe kocht... die Hühner rennen daraufhin davon, der Fuchs versucht sie zu fangen.

“Waldmemory”

Ein Tuch wird auf dem Boden ausgebreitet. Es werden unterschiedliche Gegenstände aus dem Wald gesammelt und auf das Tuch gelegt (Eicheln, Äste, Rinde, Steine usw.). Die Kinder sollen sich diese Dinge einprägen, bevor diese abgedeckt werden. Im direkten Anschluss werden die Kinder gebeten, das Bild nochmal zu legen.

“Der Boden ist Lava”

Ein Klassiker. Besonders auf Wegen mit vielen Steinen oder Wurzeln bietet sich dieses Spiel an. Alle Wandernden dürfen nur noch auf Steine/Wurzeln treten. Wer daneben tritt, ist „verbrannt“!

Diese und weitere Spieletipps findet ihr auf unserer Website



Außerdem: hilfreiches “Equipment” für Touren mit Kindern:

- Becherlupe (zum Insektenfangen und -beäugen oder auch einfach, um eine Blüte oder ein Blatt zu inspizieren)
- kleine Tütchen, um Dinge auf dem Weg zu sammeln
- doppelseitiges Klebeband + Pappkarton: Kinder können auf dem Klebeband verschiedene Materialien sammeln: Heu, Gras, Baumrinde, Blüten usw.



Tipp: Broschüre „Spiel, Spaß und Verstehen“ des DAV mit 72 Naturerfahrungsspielen



» Draußen in der Natur sein stärkt die psychisch-körperliche Gesundheit «

Eine DAV-Kampagne schickt Kinder „raus ins echte Leben“ und behauptet, dass sie das wollen. Stimmt das?

Kinder und Jugendliche wollen mit Sicherheit das echte Leben erleben. Gerade nach dem Corona-Lockdown und viel Zeit vor Bildschirmen bzw. dem Smartphone ist es für sie besonders wichtig, wieder echte Erfahrungen und Erlebnisse in der realen Welt und in der Natur zu sammeln. Sie müssen sich in der Natur wieder frei bewegen dürfen, am besten gemeinsam mit Freunden. Dass die Kinder hierzu ein sehr ausgeprägtes eigenes Bedürfnis haben, merken wir in unserer täglichen Arbeit.

Was können Angebote wie unsere Familien- und Jugendgruppen leisten?

Solche Angebote sind als sehr wertvoll anzusehen, einerseits für die körperliche, aber auch für die psychische Gesundheit von Kindern. Man motiviert sich gegenseitig und achtet besser auf seine Grenzen und die vermeintlich „Schwächsten“. Bei den Jugendgruppen ohne Eltern stehen Autonomie und Eigenverantwortung in der Peergroup im Vordergrund – ein weiterer Schritt Richtung Erwachsenwerden und Realitätscheck eigener Wünsche und Ansprüche als junger Mensch.



Welchen Effekt hat das Draußensein auf die Psyche der Kinder?

Draußen in der Natur zu sein stärkt nachweislich die psychisch-körperliche Gesundheit und Resilienz. Naturkontakt reduziert Stress und hebt die Stimmung. Außerdem erhöht es die Aufmerksamkeit und kann psychischen Krankheiten vorbeugen bzw. bei ihnen helfen. Die Natur an sich ermöglicht einen fundamentalen Perspektivwechsel, die Kinder können dabei abschalten und Abstand zu Problemen gewinnen.

Das Besteigen eines Berges kann aus psychologischer Sicht als Metapher für das Überwinden persönlicher Herausforderungen und geistigen Wachstums gesehen werden. Hierzu bedarf es zunächst einer realistischen Einschätzung eigener Ressourcen und Stärken sowie einer guten Tourenplanung ggf. auch mit Festlegung von geeigneten Zwischenzielen. Ist der Gipfel dann erreicht, führt dies zu einer Erfahrung von Selbstwirksamkeit.

Wie erleben bzw. begreifen Kinder die Natur?

Regelmäßige Naturerfahrungen unterstützen Kinder in ihrer gesamten Entwicklung, insbesondere auch bei der Reifung der Sinne. Die atmosphärische Ruhe vieler Naturorte und die Entschleunigung



Dr. med. Florian Schalkhaußer:

Seit 19 Jahren ist Dr. Florian Schalkhaußer in der Sektion Regensburg und geht gerne mit der ganzen Familie in die Natur und in die Berge. Auch DAV-Bergferien genoss der Kinder- und Jugendpsychiater mit seinen Kids immer sehr.



Dr. med. Michael Penth

lebt mit seiner Familie in Regensburg und ist ebenfalls Mitglied der Sektion. Als passionierter Kletterer arbeitet er derzeit an einem Projekt zum Thema Bouldertherapie als Gruppenangebot.

gung (im Vergleich zum Alltag) ermöglichen dabei Momente der Versunkenheit und der Achtsamkeit. Dabei sind es gerade die Kleinigkeiten, wie zum Beispiel ein Stein, eine Feder, ein Blatt, die Kinder in der Natur besonders fesseln können.

Ohne die Anwesenheit von Eltern wird die Entwicklung von Autonomie unterstützt. In der Gruppe wird Verantwortung übernommen, es werden soziale Kompetenzen gefördert und neue Kompetenzfelder erschlossen, um sich selbst und die Natur – das Leben – zu entdecken.



Worauf sollten Eltern bei der Planung einer Bergtour mit Kindern aus psychologischer Sicht achten?

Die Eltern dürfen die Fähigkeiten der Kinder nicht über-, aber auch nicht unterschätzen. Wer mit Kindern in die Berge aufbricht, sollte die Tourenplanung sehr sorgfältig angehen und die Wünsche der Kinder mit einfließen lassen. Spannende Zwischenziele helfen, das Interesse der Kinder hoch zu halten und deren Kräfte besser einzuteilen. Am besten plant man zudem flexibel, um die Tour nach Bedarf verkürzen oder erweitern zu können.



Manche Kinder sind mitunter schwer zu motivieren, rauszugehen, zocken lieber oder nutzen soziale Medien. Sind Kinder heute mediensüchtig?

Laut einer aktuellen DAK-Studie zu Gaming, Social Media und Streaming bei 10- bis 17-Jährigen liegen die Zahlen immer noch deutlich über dem Vor-Corona-Niveau. Tatsächlich bemerken auch wir bei unseren Patienten einen mitunter sehr hohen Gebrauch von digitalen Medien mit der Gefahr der Entwicklung einer Abhängigkeit. Eine echte Mediensucht ist zwar selten, Eltern sind hiermit dann aber oftmals überfordert, so dass eine professionelle Hilfe erforderlich werden kann.

Kinder wachsen heute anders auf als noch vor 40 Jahren und das ist auch in Ordnung. Eine gute Balance aus Gelassenheit und Regelkontrolle ist dabei zu empfehlen. Ganz wichtig: Die Erwachsenen müssen sich an die gleichen Regeln halten und nicht beim Abendessen „noch schnell was im Handy checken“ oder Nachrichten beantworten. Über die sozialen Medien kann man Kinder aber auch erreichen und sie für Aktivitäten im wirklichen Leben begeistern!

Herzlichen Dank für das spannende Interview!

✍️ Monika Trojer

Nichts muss, alles kann

Kinder im DAV Kletterzentrum Regensburg



Samstag, 10:30 Uhr im Eingangsbereich des Kletterzentrums (KLZ): Sechs Kinder im Alter von 6 bis 9 warten auf den Beginn des Kletter-Kindergeburtstags. Bevor die Gruppe mit der Trainerin in die Halle hinabgeht, gratuliert sie natürlich dem Geburtstagskind. Seine Eltern sind mit dabei, nach der Ausgabe der Leihausrüstung begleiten sie das Programm.

Auf geht's in die Kletterhalle! Erst einmal ein kurzer Sitzkreis im Boulderbereich – die Trainerin erklärt ein paar wichtige Regeln für das Verhalten in der Kletterhalle. Dann ist Aufwärmen angesagt, und diese Gruppe ist bei „Feuer, Wasser, Sturm“ sofort mit an Bord. Dann wird ein bisschen gebouldert, und zwar mit einem besonderen Kniff: Die Trainerin hat in der Vorbereitung einige Goldmünzen als Schatz in den Griffen an der Boulderwand versteckt, die die Kinder jetzt mit vollem Elan suchen.

Im Anschluss geht es in die Höhe: Die Kinder können mit der Trainerin am Seil klettern. Während das eine Kind dabei nur einige Meter klettern möchte, ist das andere schon erfahrener und klettert bis zum Top. Alles ist willkommen, und

die Kinder lernen von Anfang an: „Nichts muss, alles kann“. Sie sollen sich beim Klettern wohl fühlen und Spaß haben, das ist das Wichtigste.

Am Schluss folgt noch ein Highlight: die Strickleiter. Im Toprope gesichert können die Kinder hier nacheinander hochklettern. Mittlerweile sind sie am Ende ihrer Kräfte, kein Wunder nach zwei Stunden ausgiebigem Bewegen und Klettern! Darum freuen sie sich umso mehr auf den Kuchen, den die Eltern des Geburtstagskinds mitgebracht haben.

Gelegenheiten für Familien, die Angebote des Kletterzentrums des DAV Regensburg zu nutzen, gibt es viele. So oder so ähnlich ist der Ablauf der beliebten Kindergeburtstage; je nach Alter und Können der Kinder befinden sich unterschiedliche Spiele und Abläufe im Repertoire unserer Trainer*innen. Für jede Gruppe ist hier etwas dabei. Eltern, die für ihr Kind ein solches Programm buchen möchten, sollten sich allerdings mindestens vier Wochen vor dem Wunschtermin beim Kletterzentrum melden.

Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 17 Jahren werden auch bei den regelmäßig statt-

findenden Kinder- und Jugendtrainings an das Klettern und Sichern herangeführt. So haben sie wöchentlich Kletterspaß und schulen nebenbei ihre Konzentrationsfähigkeit und Koordination. Jüngere Kinder benötigen keine Voraussetzungen, ab 10 Jahren wird ein Toprope-Schein und somit sicheres Beherrschen der Sicherungstechnik im Toprope vorausgesetzt.

Eltern kommen bei den freien Familiengruppen des DAV auf ihre Kletter-Kosten. Beim Eltern-Kleinkind-Klettern werden die Kids abwechselnd betreut, während die Erwachsenen in die Vertikale gehen. Beim Familienklettern wird ebenfalls familienübergreifend gesichert und so der Kletterspaß maximiert. Wichtig ist hier, dass Sicherungskompetenz zwingend vorausgesetzt wird – eine Tatsache, die allgemein für das freie Seilklettern im Kletterzentrum gilt. Familien sind auch außerhalb der Trainings und Gruppen im KLZ immer willkommen. Wer sein Sicherungsgerät aber nicht fehlerfrei bedienen kann oder das Sichern nicht im Kurs gelernt hat, kann entweder den Boulderbereich nutzen oder das Kursangebot des KLZ: Es gibt Anfängerkurse für Kinder und für Erwachsene sowie flexibel buchbare Privattrainings.

In der Kids-Bouldergrotte sowie auf dem Spielplatz und der Außenfläche können sich alle noch weiter austoben. Auch ein Ferienprogramm stellt das KLZ auf die Beine, bei dem beispielsweise Armbänder aus alten Kletterseilen gemacht werden. So ist für die Zeit abseits des Seilkletterns auch für Spiel und Spaß gesorgt.

✍ Leonie Bechtold



Angebote für Familien und Kinder im Kletterzentrum

Kurse:

- Aktuell 13 wöchentliche Kinder- und Jugendtrainings
 - Altersspanne 4 bis 17 Jahre
 - Freie Plätze derzeit über eine Warteliste
- Info → [www.kletterzentrum-regensburg.de/treffs + Trainings](http://www.kletterzentrum-regensburg.de/treffs+trainings)

Gruppen:

- Eltern-Kleinkind-Klettern
- Familienklettern

Info → www.alpenverein-regensburg.de/gruppen/familiengruppen

Kindergeburtstage:

- Dauer: 2 Stunden, in der Regel samstags
- Max. 12 Kinder
- Anfragen bitte mind. 4 Wochen vor dem gewünschten Datum

Info → www.kletterzentrum-regensburg.de/index.php/kurse-uebersicht

Familien und Hütten

Interview mit Familientouren-Guide Steffi Berghofer



Steffi, 41 Jahre, verheiratet und zwei Kinder, seit 2011 Trainerin C im Bergsteigen, bietet seit mehreren Jahren Touren für Familien mit Kindern rund um das Berg- und Skiheim in Brixen im Thale an. Am liebsten bewegt sie sich in der Natur beim Bergsteigen, Mountainbiken, Joggen oder Skitourengehen.

Warum empfiehlt sich Brixen mit Kindern und was bietet die Gegend für Bergsportfamilien?

Die alpine Umgebung bietet Familien die Möglichkeit, im Sommer zu wandern oder Rad zu fahren, während im Winter Skifahren, Snowboarden und Rodeln auf dem Programm stehen. Das Berg- und Skiheim verfügt über gemütliche Zimmer, einen Grill- und Lagerfeuerplatz, eine Boulderwand, Platz zum Spielen auf der Wiese oder am in der Nähe gelegenen Bach. Außerdem gibt es eine großzügige Küche zur Selbstversorgung und einen Gemeinschaftsraum, wodurch sich der Aufenthalt zu fairen Preisen sehr flexibel gestalten lässt.

Für welche Altersgruppen sind die Berge dort geeignet? Hast du Lieblingstouren?

Die Berge in Brixen im Thale sind für alle Altersgruppen geeignet, da sie eine breite Palette von Aktivitäten und Schwierigkeitsgraden bieten. Meine Lieblingstour ist über den Sintersbacher

Wasserfall zur Wildalm oder die Teufelsgasse und Prostalm, beides empfehlenswerte Wanderungen für Familien, die die Schönheit der Tiroler Alpen erleben möchten. (Weitere Tourentipps findet ihr unter dem QR-Code unten rechts)

Was machst du, um Kinder bei Wanderungen zu motivieren?

Kinder motivieren sich gegenseitig, wenn sie mit anderen zusammen sind. Sie möchten sich selbstständig bewegen und eigene Erfahrungen sammeln. Bei der Planung im Vorfeld beziehe ich außerdem schon die Kinder mit ein.

Attraktive Etappenziele wie ein Bach oder eine Kletterstelle motivieren die Kinder zusätzlich.

Rundwege sind oft interessanter als Auf- und Abstieg auf dem gleichen Weg. Forststraßen sind für sie langweilig, Wege und Steige viel spannender.

Flexible Planung ist das A und O für Unternehmungen mit Kindern. Ich plane auch genügend Zeit für Abstecher und Spielpausen ein!



Steffis Angebot über Pfingsten

Vier Tage Familienwandern – Abenteuerstage in Brixen (T-BW-17-25) vom 08. – 11.06.2025:

Die Ferientage sollen Eltern und Kindern die Chance bieten, miteinander das Abenteuer Berge zu erleben. Wir wandern auf abwechslungsreichen Wegen zu einer Hütte und besuchen als Abschlusstour einen Kinderklettersteig.



Hast du Schlechtwetter-Tipps für Brixen?

Ich gehe meist auch bei Regen in entsprechender Kleidung, aber es gibt auch Alternativmöglichkeiten: Das Kaiserbad in Ellmau, das Badezentrum Aquarena in Kitzbühel, Murmis Kinderland – ein Indoor-Spielplatz in Kirchberg oder der Halligalli-Indoorspielplatz in Kirchbichl.

Was macht eine Hütte für Kinder so spannend und die Erfahrung, auf einer zu übernachten, so wertvoll?

Die Hütten liegen oft in atemberaubenden Landschaften, umgeben von Bergen, Wäldern und Seen. Dies bietet der Familie die Möglichkeit, die Natur hautnah zu erleben und gemeinsam Zeit im Freien zu verbringen. Hütten sind oft gesellige Orte, an denen man andere Familien trifft. Das gemeinsame Essen, Spielen oder einfach nur das Zusammensitzen fördert den Austausch und schafft schöne Erinnerungen. Die Übernachtung in einer Hütte ist wesentlich authentischer als in einem Hotel. Gemeinsames Kochen und Essen werden zu einem besonderen Erlebnis.

Herzlichen Dank für das Interview, liebe Steffi!

✍ Julia Achatz / 📷 Steffi Berghofer

Tourentipps rund um
unsere Hütte in Brixen



Wie finde ich die richtige Hütte für meine Familie?

Mit alpenvereinaktiv, der Plattform des Deutschen Alpenvereins, sind familienfreundliche Hütten leicht an der Auszeichnung „familienfreundlich“ oder „Mit Kindern auf Hütten“ erkennbar, einer Initiative des Alpenvereins. Damit jede Familie eine Hütte findet, die zu ihren Bedürfnissen passt, ist bei allen Hütten die Alterseignung für Kinder angegeben.

Hütten, die bereits für Babys und Kleinkinder geeignet sind, zeichnen sich unter anderem dadurch aus, dass der Weg zur Hütte kurz und meistens für Kinderwagen geeignet ist. Außerdem steht bei diesen Hütten vor Ort ein Wickelplatz zur Verfügung. Babybetten, Rausfallschutz und Kindersitzmöglichkeiten sind ebenso vorhanden. Hütten für Kinder ab 3 bis 4 Jahren sind bei normaler Gehzeit in weniger als 2 Stunden zu erreichen. Kindersitzgelegenheiten sind vorhanden und auch die Waschräume und Toiletten verfügen über entsprechende Hilfsmittel für die Kleinen.

Mehr Informationen zum Thema
„Mit Kindern auf Hütten“



4. Familientag im Walderlebniszentrum



Ein Sofa im Wald, viele fleißige Bienchen, die Naturschätze suchten, Tierspuren in Ton ... Am Familientag der Sektion Regensburg kamen am 04. Mai wieder viele kleine und große Bergfreundinnen und -freunde zusammen um gemeinsam die Natur zu genießen, Spaß zu haben, zu spielen, zu basteln und zu ratschen.

Nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur die falsche Kleidung“ interessierten sich rund 180 Gäste für die Familiengruppen der Steinadler, Bergfuchse, Murmeltiere, Steinböcke und Eichhörnchen sowie für die weiteren, vielfältigen Angebote der Sektion für Familien. Ein wärmendes Lagerfeuer konnte nachmittags endlich die nassen Klamotten trocknen und es wurden Würstchen gegrillt und duftende Stockbrote gebacken.

Herzlichen Dank an alle, die den Tag mitgeplant und mitgestaltet haben, an alle Helfer*innen beim Auf- und Abbau, an die JDAV und ihre tollen Upcycling-Projekte, an die Helfer*innen am Kuchen- und Infostand sowie am Lagerfeuer, an die Familiengruppenleiter*innen, die sich wieder schöne Programm ausgedacht haben, sowie an die Mitarbeiter*innen des Walderlebniszentrums, das wieder die perfekte Kulisse bot. Und natürlich an all die fröhlichen, kleinen und großen Teilnehmenden. Bis zum nächsten Jahr!

✍️ Monika Trojer

ADVERTORIAL

NAWAREUM



Das Museum für Nachhaltigkeit

Das moderne Mitmach-Museum in Straubing lädt ein, in die Themen Nachhaltigkeit und Klimaschutz einzutauchen. Auf rund 1.250 m² entdecken Besuchende an interaktiven Stationen spannende Aspekte zu Klimawandel, Pflanzen, Ernährung, erneuerbaren Energien und nachwachsenden Rohstoffen.

Die Ausstellung richtet sich an Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren. Einige Mitmach-Stationen der Kinderlinie eignen sich bereits für Gäste ab 6 Jahren. Der liebevoll gestaltete Garten, die eindrucksvolle Architektur und ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm machen das NAWAREUM zu einem besonderen Erlebnisort.

Aktuelle Termine unter:

www.nawareum.de/veranstaltungskalender

Der Straubinger Bahnhof ist ca. 15 Gehminuten, das Stadtzentrum rund 10 Minuten und die Donau nur wenige Schritte entfernt. Kostenlose Parkplätze sind über Zufahrt Paul-Münch-Straße erreichbar (E-Ladesäule vorhanden).

Öffnungszeiten und Eintritt:

Di – So sowie an Feiertagen
von 10:00 bis 18:00 Uhr

Eintrittspreise:

5 € (Erwachsene), 4 € (ermäßigt)
Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren sowie Schüler haben freien Eintritt. Die Ermäßigungsgründe können auf der Webseite eingesehen werden.



NAWAREUM – Museum für Nachhaltigkeit

Schulgasse 23a, 94315 Straubing

Tel.: 09421 300-510

info@nawareum.de, www.nawareum.de

Herzlichen Dank!



Rita Friedl

1. Vorsitzende, stv. Vorsitzende, Organisationsentwicklung

Liebe Rita, wir wollen Danke sagen für deinen Einsatz und dein Herzblut, das du in unsere Sektion investiert hast. Danke für dein riesiges Engagement, deinen klugen Blick, dein offenes Ohr und dein großes Herz. Als stellvertretende Vorsitzende (seit 2018) und 1. Vorsitzende (kommissarisch 2021 und 2023, gewählt seit 2024) hast du nicht nur Strukturen aufgebaut und Prozesse angestoßen, sondern vor allem eines geschafft: ein Miteinander auf Augenhöhe zu etablieren. Dein Mindset hat den Ton gesetzt – respektvoll, ehrlich, zugewandt. Damit hast du nicht nur den Vorstand, sondern den ganzen Verein geprägt.

Dazu kommt dein Einsatz für den Klimaschutz: Du hast das Thema von Anfang an mitgedacht, mitgetragen und in unsere Arbeit eingebaut. Was früher ein Extra war, ist heute ein selbstverständlicher Teil unseres Handelns – dank dir. Auch deine ehrenamtliche Arbeit in der Steuerungsgruppe Organisationsentwicklung, in die du in den Jahren 2015 bis 2020 viel Zeit investiert hast, hat den Verein maßgeblich vorangebracht.

Es war nicht immer leicht, aber du bist mit Mut, Haltung und Humor vorangegangen. Davor ziehen wir den Hut. Wir lassen dich nur ungern ziehen und hoffen, du bleibst uns verbunden – als Mensch, als Ratgeberin und als Freundin.

Alles Liebe und auf bald!

✍ Max Dolles für Vorstand und Geschäftsstelle



Klimaschutz-koordinator*in

Du hast Lust, den Klimaschutz in der Sektion voranzubringen und Maßnahmen zu erarbeiten und umzusetzen, die unseren ökologischen Fußabdruck verkleinern? Herzlich willkommen im Klimaschutzteam!

Deine Aufgaben als Klimaschutzkoordinator*in:

- Du vertrittst den Klimaschutz nach außen und beantwortest zum Beispiel Fragen zum Klimaschutzkonzept.
- Du koordinierst die Umsetzung der Emissionsbilanzierung und betreust die Auswertung.
- Wir entwickeln gemeinsam passende Maßnahmen auf Basis der Bilanzierung.
- Du nimmst an verbandsweiten Info- und Netzwerktreffen teil.

Interesse?
Melde dich unter:

wir@alpenverein-regensburg.de

Vielen Dank für euren Einsatz!



Franz Hierlmeier

Über 30 Jahre Ehrenamtsvielfalt

Im Jahr 1981 trat Franz Hierlmeier dem DAV und unserer Sektion bei und begann damit eine beeindruckende Reise, die unseren Verein maßgeblich geprägt hat. Von 1993 bis 2011 war er als Fachübungsleiter für Bergsteigen tätig und vermittelte vielen Mitgliedern unvergessliche Bergerlebnisse und wertvolle Kenntnisse. Seine Rolle als HTG-Leiter, die er mit Unterbrechungen von 1991 bis 2016 insgesamt neun Jahre innehatte, war von unschätzbarem Wert für unsere Vereinsgemeinschaft.

Ab 2016 brachte Franz sich aktiv in die Vereinswerkstatt ein und arbeitete daran, unsere Sektion attraktiv und zukunftsfähig zu gestalten. Besonders sein Engagement für das Thema Organisationsstruktur, das er bis 2019 verfolgte, bewirkte nachhaltige Veränderungen. Zuletzt trieb Franz als Ressortsprecher das Digitalisierungsprojekt voran und führte den Verein damit in eine moderne Zukunft. Er führte zusammen mit seinem Team das Tool MS Teams in der Sektion ein und konzipierte ein einheitliches Dateiablagensystem für alle Haupt- und Ehrenamtlichen. Sein Einsatz ist ein beeindruckendes Beispiel für ehrenamtliches Engagement und eine Inspiration für uns alle.

Danke, Franz, für deine unermüdliche Unterstützung, deine Ideen, dein Hinterfragen und nicht zuletzt deine Geduld. Wir werden dich vermissen!

✍ Sabrina Esser (Geschäftsführerin)



Hans-Peter Alkofer

15 Jahre Hanslberghüttenreferent

Lieber Hans-Peter, seit August 2010 warst du Hüttenbetreuer der Hanslberghütte. Neben der Instandhaltung und Kontrolle der Hütte, der Reinigung der Biotoilette und dem Wegebau hast du regelmäßig Rindenmulch, Holz und Gasflaschen geschleppt, Fensterläden erneuert, das Dach vom Laub befreit, Wege hergerichtet, neue Treppen gebaut und den Hang gesichert.

Die Holzbetten hast du durch reparaturarme Metallbetten ersetzt. Leider ging der ursprüngliche Plan nicht auf, da die Betten nicht durch die Luke ins Obergeschoss passten. Deine rettende Idee: die Treppe für die Schlafräume ausbauen, die Betten hochziehen (4 mal) und dann die Treppe wieder einbauen. Am denkwürdigsten: Die Klobrille und der Deckel der Biotoilette waren kaputt und im Baumarkt war so ein spezieller Aufbau nicht zu bekommen. Daher mussten die Original-Ersatzteile aus der Schweiz bestellt werden, mit zusätzlich 14,- Euro Zollgebühren. Den Karton hast du immer noch als Souvenir daheim. Besonders anstrengend war der Stegbau, der die Hütte mit dem oberen Weg verbindet. Für diese Arbeiten habt ihr vier 160 kg schwere Eisenträger benötigt, die ihr erst teilen musstet um sie schleppen zu können.

33 Jahre hattest du die Hausstattalm (1.327 m) an der Benediktenwand mitbetreut, die 2009 einer Lawine zum Opfer fiel. Da kam die Ausschreibung 2010 im AUSBLICK zur Hanslberghütte gerade recht. Ein wunderbares Team: Während Heinz Gebhard die regelmäßige Kontrolle und Reinigung übernahm, warst du fürs Handwerkliche zuständig.

Vielen Dank für deine hervorragende Arbeit, das du regelmäßig über 30 km Anfahrt auf dich genommen, viel Zeit investiert und Schweiß vergossen hast – für die Hanslberghütte. Wir freuen uns sehr, dass du weiter als Berater zur Verfügung stehst!

✍ Sonja Hannig

Herzlich willkommen im Team!



Alexander Diem

2. Hüttenreferent Hanslberghütte

» Servus beinand, ich bin der Alex, 47 Jahre alt und selbstständiger Beratungsingenieur im Feuerwehrwesen. „Erst wenn ich wieder absteige, spüre ich das Gewicht der Welt (Anatoli Bukrejew)“. Die Faszination der Bergwelt mit all ihren Möglichkeiten bietet mir einen perfekten Ausgleich zum Alltag, um sich selbst und, manchmal auch, sich neu zu finden.

Nach 25 Jahren Ehrenamt in einer größeren Feuerwehr als Jugendausbilder und Kommandant habe ich mit dem Bergsport eine neue Aufgabe gefunden. Neben dem Klettersport in der Halle und am Fels begeistern mich das Skifahren sowie Klettersteig- und Bergwandertouren in den Alpen. Vor allem in langen Routen mit vielen Höhenmetern finde ich meine persönliche Herausforderung. Es lag nahe, dem DAV beizutreten und mich ehrenamtlich zu engagieren. Daher freue ich mich sehr, künftig dem Verein als Hüttenreferent zur Verfügung zu stehen. Meine Aufgabe soll es sein, die älteste, von der Sektionsjugend erbaute Hanslberghütte zu pflegen und für die Zukunft zu erhalten. Kommt's vorbei in unserer „Urigen“! «

✍ Alexander Diem



Patrick Pollok

1. Hüttenreferent Neue Regensburger Hütte

» Mein Name ist Patrick, ich bin 36 Jahre alt und einer der neuen Hüttenreferenten der Neuen Regensburger Hütte. Die Berge sind für mich ein Ort der Leidenschaft und Erholung. Egal, ob im Sommer oder Winter, ich bin immer gerne in den Bergen unterwegs. Vor drei Jahren bin ich dem Deutschen Alpenverein Sektion Regensburg beigetreten. Mir war klar, dass ich mich aktiv in der Sektion einbringen will und so habe ich als Unterstützer für die Hüttenreferenten der Brixener Hütte angefangen. Als die Möglichkeit kam, Hüttenreferent für die Neue Regensburger Hütte zu werden, habe ich nicht gezögert und mich beworben. Ich freue mich darauf, die Hütte zu betreuen und einen Ort zu schaffen, an dem sich Menschen treffen und die Natur genießen können. Neben meiner Arbeit liebe ich den Bergsport und das Gravelbiken. Diese Hobbys geben mir die Freiheit, die Schönheit der Natur zu erleben und aktiv zu bleiben. Die Berge sind für mich nicht nur ein Hobby, sondern ein Lebensgefühl. Vielleicht sehen wir uns bald auf der Hütte. «

✍ Patrick Pollok



Johannes Haidl

2. Hüttenreferent Neue Regensburger Hütte

» Ich bin Johannes, verheiratet, zwei Töchter, Jahrgang 1968 und Wahl-Regensburger. Geboren in Eichstätt im Altmühltal hatte ich die Berge bereits unmittelbar im Blick. Steht man bei ausreichend Föhn und mit gestrecktem Hals auf den Höhen des Jura, kann man sie tatsächlich mit bloßem Auge erkennen (sehenswert!). Im Alter von zwei Jahren haben mich meine Eltern dann zum ersten Mal in die Berge mitgenommen, in einen Bergbauernhof in Südtirol. Ab diesem Zeitpunkt wurde der Besuch des Hofes samt seiner Bewohner zum jährlichen Ritual, gemeinsam mit Freunden und Verwandten. Die Einfachheit und Abgeschiedenheit verwandelten diesen Ort für uns Kinder zu etwas Magischem, was keiner von uns je vergessen hat. Dieser Sehnsucht folgend freue ich mich, die Betreuung der Neuen Regensburger Hütte unterstützen zu dürfen. Die Herausforderungen, die mit dieser Form der alpinen Beherbergung verbunden sind, sind heute natürlich völlig anders. Umso spannender ist es für mich, diese Erfahrung zu machen. «

✍ Johannes Haidl

Neu im Ehrenamt



Amelie Hopfmüller

Kletterbetreuerin

» Ich bin die Amelie (22) und studiere Soziale Arbeit hier in Regensburg. Aufgewachsen im bayerischen Alpenvorland, liebe ich die Natur – ob beim Wandern, Klettern, Paddeln oder Skitourengehen.

Als Kind war ich jahrelang in einer DAV-Gruppe und habe nun selbst die Ausbildung zur Kletterbetreuerin gemacht. Mein Papa hat mich, seit ich klein war, oft zum Klettern mitgenommen und mich so für den Sport begeistert. Egal, ob in der Halle oder draußen am Fels – Klettern ist für mich schon immer eine Möglichkeit, den Kopf freizubekommen und durch die sportliche Herausforderung auch über mich selbst hinauszuwachsen. Ich freue mich schon, nun selbst meine Begeisterung an andere weiterzugeben! «

✍ Amelie Hopfmüller



Jakob Schlagenhauer

Kletterbetreuer

» Servus, ich bin Jakob, 26, und seit Kurzem ausgebildeter Kletterbetreuer. Meine Leidenschaft fürs Klettern begann mit dem Bouldern, bevor ich zum Seilklettern kam. Man findet mich sowohl in der Halle als auch draußen am Fels – nicht nur in der näheren Umgebung, sondern gerne auch weltweit. Neben dem Sport selbst begeistert mich vor allem die Gemeinschaft, der Austausch und die Weitergabe von Wissen. Es macht mir Spaß, anderen zu helfen, sich weiterzuentwickeln und die Freude am Klettern zu entdecken. Besonders wichtig ist mir dabei die Sicherheit – denn eine gute Sicherungstechnik ist die Grundlage für unbeschwertes Klettern. Ich freue mich auf viele gemeinsame Klettererlebnisse mit euch! «

✍ Jakob Schlagenhauer



Lea Aschkar

Kletterbetreuerin

» Hi, ich bin Lea und arbeite als Sozialpädagogin. Ich habe vor etwa drei Jahren angefangen, am Fels zu klettern und habe damit das Sportklettern für mich entdeckt. Ich liebe die Natur und den Fels. Ich mag es zu reisen und Europa durch die Augen des Felskletterns kennenzulernen. Gerne auch auf Wanderungen und Fahrradtouren. Vor ein paar Jahren habe ich angefangen, im DAV Kletterzentrum in Regensburg an der Theke zu arbeiten und mochte die Atmosphäre in der Halle. Jetzt habe ich im November meine Ausbildung zur Kletterbetreuerin abgeschlossen und diese sehr genossen. Ich bin hochmotiviert, mein Wissen weiterzugeben, und freue mich auf pädagogisch orientierte Angebote mit Kindern und Erwachsenen. «

✍ Lea Aschkar

Die CO₂-Bilanz der Sektion ist eine Erhebung aus verschiedenen Datenquellen für die Handlungsfelder Mobilität, Infrastruktur, Verpflegung, Bildung und Kommunikation. Für die Mobilität sind das im Wesentlichen unsere Fahrten. Die Daten dazu erhalten wir als Rückmeldungen der Trainer und Gruppen. Die Bereitschaft, Daten zurückzumelden, geht von Verweigerung bis verhaltener Begeisterung. Die Zahlen, die wir somit für die Mobilität ermittelt haben, sind basierend auf den Rückmeldungen und daraus übertragenen Abschätzungen für die restlichen Kurse, Touren und vor allem auch für die Gruppen-Unternehmungen, sofern wir diese überhaupt auf sektionsspezifische Ausfahrten zuordnen können. Leider kostet das einigen Aufwand, den Daten hinterherzulaufen oder sie abzuschätzen. Zeit, die wir gerne damit verbringen würden, Lösungen und Alternativen zu finden und umzusetzen. Für die übrigen Handlungsfelder können wir die Einkaufsdaten der Sektion nutzen. Diese Einkaufsdaten rechnen wir mit den vom Bundesverband gelieferten Umrechnungsfaktoren in CO₂ um. Seit Beginn unserer Aufzeichnungen steigt unsere

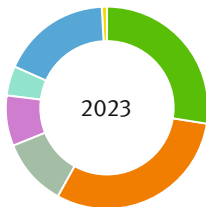
CO₂-Bilanz, weil wir mehr erkennen und genauer bei der Datenerfassung hinschauen. Auch die Abrechnung für 2024 wird hier nochmal eine Steigerung bringen. Langsam aber haben wir einigermaßen komplett beisammen, welche Emissionen durch die Sektion Regensburg erzeugt werden. Insgesamt werden wir voraussichtlich auch weiterhin im Bereich von 300-350 t CO₂ durch die Sektion Regensburg ausstoßen. Naheliegende Maßnahmen zur Reduzierung der Bilanz wurden bereits umgesetzt: Umstellung auf Ökostrom, Nahwärme Steinwaldhütte, auch die Bereitschaft, zunehmend mit Öffis zu fahren, ist leicht gestiegen. Damit haben wir einige Verbesserungen erzielt. Wir werden weiter versuchen, unsere regelmäßige Ausgaben zunehmend CO₂-neutral zu halten, obwohl wir wissen, dass einzelne Anschaffungen, Umbauten und Renovierungen bei der Infrastruktur uns immer wieder die Klimabilanz verhageln werden. Wir möchten aber alle Mitglieder motivieren, sich weiterhin am großen Ziel Klimaneutralität zu beteiligen.

✍ Siegfried Fischer

CO₂-Bilanz aus Einkauf

(Angaben in Tonnen CO₂)

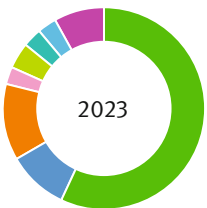
Einkauf, Infrastruktur, Pendeln, Geschäftsreisen	2023
Geschäftsstelle	58
Kletterzentrum	64
Berg- u. Skiheim Brixen im Thale	22,9
Talherberge Zwieselstein	17,1
Steinwaldhütte	10
Neue Regensburger Hütte	36,6
Hanslberghütte	1,5
Einkäufe insgesamt	210,1



CO₂-Bilanz bei der Mobilität

(Angaben in Tonnen CO₂)

Mobilität	2023
Geschäftsstelle	57,7
Übernachtungen	9,6
Kletterzentrum	12,4
Familien	2,9
Jugend	4
Ortsgruppe Städtedreieck	3,1
Ortsgruppe Bayerwald (Schätzung)	3,1
Mahlzeiten	8,1
Flugreisen	0
Mobilität insgesamt	100,9



Die CO₂-Bilanz der Sektion Regensburg liegt in 2023 insgesamt bei 311 t (2022 bei 285 t).

Engagiert für Umwelt- und Naturschutz



DAS DAV-NATURSCHUTZTEAM

Leitung: Daniela Giehl und Reinhardt Neft

Wir sind eine offene Gruppe, die sich für Belange des Naturschutzes im weitesten Sinne einsetzt, und treffen uns regelmäßig i. d. R. am letzten Montag im Monat. Wir beschäftigen uns mit Themen der Umweltbildung, organisieren Exkursionen, Vorträge und Veranstaltungen und möchten insbesondere die Mitglieder unserer DAV Sektion Regensburg für die Belange des Umwelt- und Naturschutzes sensibilisieren. Bei uns gibt es eine offene Diskussion, wie und wo wir uns engagieren wollen, und wir freuen uns auch auf neue Ideen und Anregungen.

Wir sind in verschiedenen Gremien wie z. B. dem Umweltforum und bei der Biodiversitätsstrategie 2040 der Stadt Regensburg sowie im Naturschutzbeirat des Landkreises Regensburg als anerkannter Naturschutzverband vertreten.

Von Frühjahr bis Sommer 2025 bieten wir im Rahmen unserer monatlichen Treffen interessante Outdoor-Programme im Raum Regensburg an. Geplant sind u. a. die Themen Stadtwälder, der Brixen-Park, die Winzerer Höhen – auf den Spuren von Albertus Magnus sowie Wasser- und Feuchtflächen im Stadtgebiet Regensburg.

Im Rahmen einer geplanten Wanderung von Etterzhausen nach Pielenhofen werden wir uns den botanischen Besonderheiten des Naabtals widmen.

Ab September 2025 treffen wir uns jeweils um 19:00 Uhr in der Geschäftsstelle der DAV Sektion Regensburg oder im Spitalgarten (Regensburg St. Katharinen-Platz 1). In diesem Rahmen werden auch Kurzvorträge zu interessanten Themen, wie z. B. zur Biodiversität rund um unsere Hütten, angeboten.

Mach mit und bringe deine Ideen ein!

Wir freuen uns auf dich und deine Nachricht!

naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de



Steinbruch Wiesent

Die Planung und Umsetzung des Projekts „Steinbruch Wiesent im Fürstlichen Thiergarten“ wird leider trotz großer Proteste der örtlichen Bevölkerung weitergeführt. Es ist mitten in einem großen, geschlossenen Waldgebiet nordwestlich von Wiesent in der Nähe des Nepal Himalaya Pavillons eine 12 ha große Rodungsfläche geplant, auf der bis zu 40 m tief Granit abgebaut werden soll. Gleichzeitig wurden bereits erhebliche

Rodungsmaßnahmen (ca. 20 ha Wald) entlang der Staatsstraße von Wiesent nach Brennborg für den Südostlink im Rahmen der Energiewende durchgeführt und es sind eine Reihe von Windkraftanlagen westlich des Steinbruchs geplant. Kann man das öffentliche Interesse an den Eingriffen im Rahmen der Energiewende noch nachvollziehen, ist der geplante Steinbruch nicht akzeptabel und ein nicht vertretbarer Eingriff in den Naturraum. Die DAV Sektion Regensburg sowie die Gemeinden Wiesent und Brennborg haben sich bereits frühzeitig gegen das Projekt ausgesprochen, auch eine Bürgerinitiative mit mehr als 11.200 Unterschriften hat sich eindeutig gegen das Projekt positioniert.

Es bleibt abzuwarten, wie die Genehmigungsbehörden im weiteren Verfahren die vorgebrachten Einwände berücksichtigen. Die Hoffnung bleibt, dass die Erhaltung dieses besonderen Naturraums als Erholungs- und ökologisches Rückzuggebiet doch noch Vorrang bekommt.



Petition: Artenvielfalt und Klimafläche in Regensburg bedroht

Im Rahmen einer Änderung des Flächennutzungsplans und Aufstellung eines Bebauungsplans im Regensburger Osten ist inmitten der Schlammteiche, ein herausragendes Feuchtgebiet, die Errichtung großer Logistikhallen geplant. Trotz frühzeitiger Einwände der Naturschutzverbände wurde das Projekt unverändert weiterverfolgt und am 27.02.2025 vom Stadtrat beschlossen. Die örtlichen Naturschutzverbände, die DAV Sektion Regensburg sowie die Naturfreunde verschließen sich nicht einer Stadtentwicklung im Regensburger Osten, es stellt sich aber die Frage, ob diese nicht sensibler und ökologisch vertretbarer umgesetzt werden kann. Vor diesem Hintergrund wurde eine Petition gestartet mit dem Ziel, die Feuchtflächen zu erhalten (aktuell ca. 3.500 Unterschriften), an der sich auch die DAV Sektion Regensburg beteiligt hat.



Termine 2025

04. – 06.07.2025

Vergessene Heilpflanzen

Leitung: Herbert Haller und Gabriele Rogowsky

Ort: Jugendbildungsstätte des JDAV,

Allgäuer Alpen

Anmeldung: T-BW-33-25

12.07.2025

Wir pflegen den Zukunftswald

Leitung: Sieglinde Sporrer und Reinhardt Neft

Ort: Raum Beratzhausen/Lupburg

Anmeldung:

naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de

25. – 27.07.2025

Lebensraum Bergwald

Wanderungen im Isarwinkel

Leitung: Reinhardt Neft

Ort: Raum Bad Tölz/Lenggries

Anmeldung:

naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de

01. – 03.09.2025

Rund um die Neue Regensburger Hütte neue Wege entdecken

Leitung: Reinhardt Neft

Ort: Neue Regensburger Hütte im Stubaital

Anmeldung: T-BW-61-25

Termin: noch offen

Filmevent „Requiem in Weiß“

Eine eindringliche, filmische Hommage an das Sterben der Gletscher in den Alpen als Folge des Klimawandels

Ort: DAV Kletterzentrum Regensburg

Alle weiteren wichtigen Informationen findet ihr auf unserer Homepage unter „Natur und Klima\ Naturschutz“.



Andrea Hinterwimmer

ist so gerne an der frischen Luft zum Joggen und Wandern, dass sie dieses Hobby gerne mit anderen teilt. „Alleine ist es ja langweilig“, erzählt Andrea, die

Tages-Wandertouren im Bayerischen Wald und Alpenvorland, die man mit dem Zug erreichen kann, plant und führt. Spannend wird es für sie, wenn sie neue Wege und Touren aus Karten mit einer Gruppe ausprobiert. Besonders schön ist es dann, wenn sie mit Stolz sagen kann, was das für eine aufregende Tour war. Fast täglich ist Andrea ehrenamtlich für den Alpenverein aktiv, unter anderem als Ressortsprecherin Bergsteigen sowie in den Bereichen Klimaschutz, Ehrenamt und Digitalisierung.



Hochtouren und Eisausbildung

Leichte Gletschertouren (HE-AK1)

Mittelschwere Hochtouren (HE-AK2)

Auffrischung Spaltenbergetechniken (HE-ST)

Buchungen auf:

www.alpenverein-regensburg.de

Ausbildungsinhalte: Ausrüstungskunde, Wetterkunde, Knotenkunde, natürliche Fixpunkte, Umgang mit Fixseil und Geländerseil, Sicherungsmethoden und einfacher Standplatzbau, Abseiltechnik, Tourenplanung, Taktik und Tourenstrategie entwickeln, Begehen von Blockgelände, Orientierung im Gelände, Sicherungsmethoden auf Graten, Durchführung einer Tour mit praktischer Anwendung der Lehrinhalte, Umweltbildung

Hochtouren bzw. Gletschertouren oder Touren im kombinierten Gelände mit Gletscher und Felsgrat – diese Kurse sind für all die Personen da, die eine neue Herausforderung suchen oder die ihre Wandererfahrung auf ein neues Level bringen wollen.

Die Sektion Regensburg bietet für ihre Mitglieder je nach Fähigkeit und Erfahrung unterschiedliche Gletscherkurse (leicht, mittelschwer und schwer) an. Letzterer ist aufgrund der geringeren Nachfrage aber nur selten im Angebot. Teilnehmen können grundsätzlich 6 Personen pro Kurs, die dann gemeinsam mit der Kursleitung in zwei Seilschaften (ca. 3 – 5 Personen pro Seil) den Gipfel erklimmen. Seilschaften seien aber nur dann notwendig, wenn die Spalten nicht frei sichtbar sind, so Andrea Hinterwimmer.

Mit welchem Kurs kommt man am besten auf den Gipfel?

Leichte Gletschertouren sind der Einstieg und vermitteln die Grundlagen für Gletschertouren wie beispielsweise Gehtechniken mit Steigeisen, Einführung in die Spaltenbergetechniken oder wie man mit einem Eispickel umgeht. Lediglich Kartenkunde sollte man schon als Vorwissen mitbringen, ebenso wie eine gute Grundkondition.

Anders und anspruchsvoller wird es beim Kurs der mittelschweren Gletschertouren. Bei diesem ist die Erwartung, dass man bereits eigene Gletschertouren gemacht hat und somit Praxiserfahrung mitbringt.

Die schweren Gletschertouren haben ihren Fokus vor allem auf dem kombinierten Gelände mit Gletscher, steilerer Rinne sowie Felsgelände oder -grat, die insgesamt besonders anspruchsvoll sind.





Neben den Praxiskursen auf dem Gletscher wird in diesem Bereich noch die Auffrischung für Spaltenbergertechniken in der Kletterhalle in Regensburg angeboten. Dies hat vor allem den Zweck, die Abläufe zu wiederholen und regelmäßig zu üben, sodass man für die eigenen Gletschertouren vorbereitet ist.

Ich packe meinen Rucksack und packe ein...

... zu allererst Sonnenschutz, lange Kleidung und eine Gletscherbrille! Die UV-Strahlung werde nämlich häufig unterschätzt, so Andrea. Außerdem sind festes Schuhwerk, Steigeisen, Seil, Klettergurt sowie Karabiner, Eisschrauben, Bandschlingen und Reepschnüre zwingend mitzuführen. Auch ein Eispickel sollte dabei sein, weil er nicht nur beim Gehen unterstützt, sondern auch für die Spaltenbergung notwendig ist. Teilweise können diese Ausrüstungsgegenstände auch aus dem Materiallager ausgeliehen werden.

Eine genaue Packliste wird rechtzeitig vor Kursbeginn in einer Vorbesprechung mitgeteilt.

Gibt es überhaupt noch Gletscher?

Der menschengemachte Klimawandel ist leider vor allem an dem starken Rückgang der Gletscher zu beobachten. Primär finden die Kurse in Österreich, etwa im Stubaital, Zillertal oder Großglockner-Gebiet, statt. Neben einem begehbaren Gletscher ist der Anspruch an den Ausbildungsstützpunkt, dass es dort genügend Spalten gibt (in denen man das Bergen üben kann).

Touren und mögliche Kursorte finden die Trainer*innen entweder in ihrem eigenen Gedächtnis wieder oder lassen sich von Karten oder Führern inspirieren. Es soll ja sowohl für die Teilnehmenden als auch die Kursleiter*innen spannend bleiben.

📍 Linda Brendel / 📱 DAV-Truppe Finsteraarhorn

Kontakt zum Team

BEREICH BERGSPORT

Stefan Nargang, Ausbildungsreferent
dav@nargang.de

Ressort Bergsteigen

Kontakt: Andrea Hinterwimmer
ressortbergsteigen@
alpenverein-regensburg.de



Ressort Bergwandern

Kontakt: Herbert Haller
ressortwandern@
alpenverein-regensburg.de



Ressort Klettern

Kontakt: Andreas Keller
ressortklettern@
alpenverein-regensburg.de



Ressort Mountainbike

Kontakt: Bianca Wastl
ressortmountainbiken@
alpenverein-regensburg.de



Ressort Skibergsteigen

Kontakt: Hansjörg Baurecht
ressortskibergsteigen@
alpenverein-regensburg.de



RESSORT EHRENAMT

#WIRSINDDAV
wir@alpenverein-regensburg.de



Ausbildungsprogramm des DAV

Welche Trainerausbildungen gibt es überhaupt? Und welche Fortbildungen? Hier findet ihr das Ausbildungsprogramm des Bundesverbandes:
<https://ausbildung.alpenverein.de/>



Lieblings-Klettertouren



📷 Melissa Kutscher

„Traktionskontrolle“ am Hundskopf, 9-

Unsere Klettertour beginnt am Fuß der imposanten Wand des Hundskopfs bei Kallmünz. Um zum Einstieg der Route zu gelangen, kann man entspannt auf dem Parkplatz an der Naab parken, der vor allem am Wochenende viel Platz für alle Kletterbegeisterten bietet. Der Zustieg zur Wand ist sehr kurz, somit spart man sich sämtliche Ausdauer für das Projektieren der 9-. Die Route „Traktionskontrolle“ fordert mit ihrem Überhang und der markanten Verschneidung einiges an Technik und Kraft. Schon der Einstieg verlangt beherzte Züge, doch richtig spannend wird es erst nach dem Überhang.

Hier wartet die Crux: Ein Zug über den „Bauch“ der Wand hinweg in eine winzige Leiste, die kaum sichtbar ist. Wer sie trifft, hat das Schwerste hinter sich. Nun folgen noch zwei Meter herrlich ausgesetzte Kletterei, die mit präzisen Bewegungen und sauberer Fußarbeit absolviert werden will. Das Top ist nach diesem finalen Abschnitt schnell erreicht.

Die Route bietet eine perfekte Mischung aus Athletik und Fingerfertigkeit und ist mit 9 Metern Länge eher ein Sprint als ein Marathon – ein guter Einstieg für alle, die sich das erste Mal an eine 9er-Route heranwagen möchten.

🔗 Florian Kohlmeier
(Bouldertrainer)



📷 Naturpark Altmühltal

„Heiße Sohle“ am Mühltor, 6-

Prunn wird den meisten Kletterfans ein wohlbekannter Begriff sein. Unsere Route „Heiße Sohle“ befindet sich am Mühltor, welches Routen für fast jedes Level bietet, zwischen 5 und 9 ist alles dabei. Der Fels befindet sich direkt hinter dem Gasthaus „Zum Klettergarten“ und ist vor allem im Frühling und im Herbst gut begehbar. Bei den Touren am Mühltor handelt es sich um teils ziemlich abgespeckte, aber dennoch schöne Plattenkletterei.

Die Route „Heiße Sohle“ ist trotz des Grades 6- eine echte Herausforderung für Kopf und Körper. Auf 35 Metern plattiger Kletterei verlangt sie saubere Bewegungen, vorausschauendes Planen und eine stabile mentale Haltung. Der Fels ist abgespeckt, die Haken – sechs oder sieben an der Zahl – sind spärlich gesetzt. Wer sich hier wohlfühlen will, sollte wissen, wo die besten Griffe und Tritte sind.

Die Route bietet kaum Ausweichmöglichkeiten, zwingt zur Präzision und belohnt mit einem flowigen Klettergefühl, wenn man sich auf sie einlässt. Mobile Sicherungen – sieben bis acht Stück – können das Nervenkostüm beruhigen, doch letztlich zählt das Vertrauen in die eigene Technik. Wer sich dieser Herausforderung stellt, wird mit einer einzigartigen Erfahrung belohnt.

🔗 Martin Ehrl
(Routenbauer)



🔗 Klettertouren gesammelt von Melissa Kutscher

Lieblings-MTB-Touren

Schöne Trailrunde „An den Donau- und Naabhängen“

Wir starten mit einer Schleife Richtung Braunkohlegrube und überqueren die A3 nach Pentling, rollen die Erlenstraße runter durch den Wald zum Spielplatz und kurbeln die andere Seite wieder hoch, über die Straße zum Panoramaweg „rotes Quadrat“. Dem folgen wir bis zur T-Kreuzung - links Richtung Wasserturm, bis der Feldrain erscheint; dort in die Senke und drüben wieder hoch. Es folgt ein langer Singletrail vom Feldkreuz quer durch den Wald Richtung Großberg. Wir biegen nach Oberirading ab, überqueren die Verbindungsstraße, anfangs auf dem Wanderweg „grünes Dreieck“. In der Kurve wenden wir uns rechts und bleiben am Waldrand bis zur Kreuzung und zum Trail. An einer Waldkreuzung folgen wir den Radspuren Richtung Donau. Dort beginnt ein weiterer Singletrail, der versteckt in den Hang einbiegt, zum Hanselberg und über den Felsenweg (S2) nach Matting (Tipp: Biergarten Zunftstuben). Nach der Pause überführt uns die Fähre ans Donau-Westufer. Auf ebenem Schotterweg



nach Lohstadt und hoch nach Bergmatting, dann nutzen wir den Jurasteig zur Möseleiche, dann nach Sinzing und Riegling. Auf kleinen Pfaden geht es ins Naabtal. Der Kamelbuckel-Trail bringt uns zur Marienhöhe und die neue Radbrücke zum Startort.

Start/Ziel: Prüfeninger Schlossgarten

Länge: 45 km/950 Hm, 4,5 Std. Fahrzeit

Schwierigkeit: leichte – mittlere Fahrtechnik

✍ Reinhold Huber
(Trainer C MTB, Wanderleiter)



FEINE RÄDER
REGENSBURG



Alltagsräder

Lastenräder

Falträder

E-Bikes

Kinderräder

Leasing

Werkstatt

www.feine-raeder.de

FEINE RÄDER GmbH | Furtmayrstr. 10 - 12 | 93053 Regensburg

Jetzt einen
Beratungstermin
vereinbaren!



Lieblings-Wandertouren

West-Aufstieg

Hirschenstein (1.095 m) von Rettenbach aus

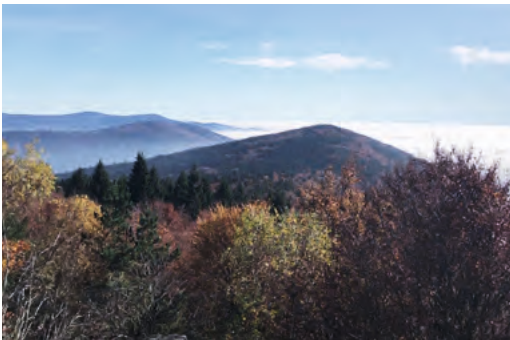
Der Hirschenstein nahe St. Englmar ist das ganze Jahr über eine Tour wert. Ein besonderes Highlight erlebt man auf dem Hirschenstein immer wieder in der Zeit von Oktober bis März bei einer bei einer Inversionswetterlage. Während „unten“ alles grau und trüb ist, wanderten wir mit der Gruppe „Rund um Regensburg“ letzten Winter zunächst durch grauen Nebel, der im Verlauf immer weißer wurde, bis plötzlich blauer Himmel und Sonne da waren. Auf dem Gipfel befanden wir uns über den weißen Wolken, aus dem die nahen Bayerwaldberge herausragten und in der Ferne die Konturen der Alpen zu sehen waren. Der Gipfelbereich besitzt einen Aussichtsturm, eine kleine Hütte, und viele Plätze (Tische, Bänke, Baumstämme) für eine gemütliche Brotzeit, für die wir uns viel Zeit ließen. Im Sommer, wenn es unten 30 °C und mehr hat, bietet der Hirschenstein-Bereich wegen der Höhen um die 1.000 m noch erträgliche Wander-Temperaturen um die 24 bis 25 °C.

Der West-Aufstieg (knapp 400 Hm) vom Ort Rettenbach (bei St. Englmar) aus ist ein wenig steil und steinig, aber abwechslungsreich. Man folgt dem Weg Nr. 8. Der Süd-Abstieg (knapp 400 Hm) ist nur anfangs steil, wird dann über Schuhfleck und Loderwinkl zurück nach Rettenbach gemütlicher.

Start/Ziel: Rettenbach

Länge: gut 8 km/knapp 400 Hm

✍ Max Kauer
(Rund um Regensburg)



Großer Falkenstein (1.315 m)

Wenn ich gefragt werde, was hier in unserer Heimat meine Lieblingstour ist, fällt es mir wirklich schwer, mich festzulegen. Spätestens seit Corona wissen die meisten, wie privilegiert wir hier in unserer Heimat sind, weil wir so unglaublich wundervolle Natur fast direkt vor der Haustür haben. Ich möchte euch „meinen“ Liebling, den Großen Falkenstein vorstellen. Zum einen gibt es verschiedenste Wege rauf und runter. Zum anderen liegt er halt mitten im Nationalpark Bayerischer Wald, d. h. die Natur bleibt sich selbst überlassen und kein Mensch greift ein.

Start ist beim Parkplatz Zwieslerwaldhaus und mein Lieblingsaufstieg ist über das Höllbachgspreng, das allerdings immer von Februar bis Juni wegen der Brutzeit der Wanderfalken gesperrt ist. Wobei diese Route sowieso im Sommer am schönsten ist, weil die Temperaturen kühler und die Wasserfälle auch für Wanderer mit Hunden empfehlenswert sind. Die Routen sind ab dem Wanderparkplatz bestens beschildert. Das Falkensteinschutzhaus mit dem großen Panoramafenster ist wirklich einen Einkehrschwung wert.

Im Winter gehe ich am liebsten den steileren Aufstieg direkt und runter über die Ruckowitzschachten. Auch Mountainbiker kommen auf ihre Kosten, weil man über den Hüttenversorgungsweg sehr fein mit dem Bike auf eine Halbe Stanzn-Grupp im Schutzhaus radeln kann. Wer die Tour nicht alleine gehen möchte: Ich biete sie meist im Februar als Schneeschuhtour an.

Start/Ziel: Zwieslerwaldhaus

Länge: 13 km/700 Hm (Höllbachgspreng-Variante)

Dauer: 2,5 – 3 Std.

✍ Daniela Ritthaler
(Wanderleiterin)



Regensburger Burgensteige – auf den Spuren der Ritter

Das Regensburger Land ist Burgen-Land. Rund 80 Burgen zierten einst die Hügel rings um die Hauptstadt der Oberpfalz. Die fünf Regensburger Burgensteige verbinden heute 44 von ihnen.



Jede Menge Sagen und Geschichten ranken sich um die steinernen Zeitzeugen und versetzen Wanderer schnurstracks mitten hinein in die Epoche von Rittern, Minnesängern und Edeldamen. So soll auf der Burg Wolfsegg schon seit vielen Jahrhunderten die gespenstische Gestalt einer weißen Frau umgehen. In den Mauern der Burg von Brennb erg hat sich ein mysteriöser Meuchelmord ereignet ...

Auf den Spuren der Geschichte führen die Burgensteige mitten hinein in sagemumwobene und sagenhafte Landschaften. Mal hoch über dem Fluss, dann wieder direkt am Wasser verlaufen die Pfade in den Flusstälern von Regen, Naab und Schwarzer Laber. Auf den Burgensteigen rund um Donaustauf und Brennb erg tauchen Wanderer ein in die grünen Hügel des Vorderen Bayerischen Waldes.

Ständiger Begleiter ist der
liebesswerte Ritter Wonnebold,
der als Maskottchen
den Weg weist.



Tipp für Burgenfans: Burg Wolfsegg

Mit Burgmuseum und lebensgroßen Nachbildungen der einstigen Bewohner

Öffnungszeiten: 01. Mai bis 03. Oktober,
Samstag, Sonn- und Feiertage, 10:00 bis 16:00 Uhr

Burgenrunde im Tal der Schwarzen Laber

Besonders zu empfehlen für Touren mit Kindern ist die Burgensteigrunde bei Beratzhausen. Die Rundtour führt ins Tal der Schwarzen Laber und verbindet die Burgställe Hoher Felsen, Alte Burg/Kohlmühle und die Burgruine Ehrenfels. Auch für Naturliebhaber hat die Wanderung viel zu bieten: In malerischen Windungen schlängelt sich die Schwarze Laber durch die felsige Landschaft des Bayerischen Juras. Höhepunkt der Runde ist die ehemals bedeutende Burg Ehrenfels, deren Überreste mitten im Wald versteckt liegen.

Start und Ziel: Markt Beratzhausen

Länge: 8,2 km

Interessant für Kinder: In Beratzhausen gibt es am Anfang der Tour einen Spielplatz

Burgensteig im Regental

Ebenfalls toll für Familien ist die Etappe von Regensstau nach Karlstein auf dem Burgensteig im Regental. Vom Schlossbergturm in Regensstau bietet sich eine herrliche Aussicht über das Regental. Weitere Highlights der leichten Tour sind das Schloss Karlstein und die Burgruine Forstenberg. Im Sommer bietet sich ein Besuch des Valentinsbads an. Es liegt am Regen direkt auf der Strecke.

Start: Schlossberg Regensstau (Parkplatz)

Ziel: Karlstein (Landgasthof Lautenschlager)

Länge: 5 km

Interessant für Kinder: Ritterspielplatz und Info-center „Geschichte trifft Natur“ am Schlossberg Regensstau, Valentinsbad

Weitere Touren, die sich – nicht nur – für Familien mit Kindern eignen, sind im Wanderführer des Regensburger Landes beschrieben.

Erhältlich im Tourismusbüro des Landkreises,
tourismus@lra-regensburg.de,
Tel. 0941 4009 495

oder

im Tourenportal des Landkreises:
www.landkreis-regensburg.de,
Rubrik Freizeit/Tourismus, Wandern



Ein Schloss, acht Wanderbegeisterte & ein bisschen Gianna Nannini

*Pizza, Wandern, Aperol Sprizz – und mittendrin das italienische Lebensgefühl:
Diese DAV-Wanderwoche am Ledrosee war mehr als nur Wandern.
Wer nicht dabei war, hat etwas verpasst. Aber lest selbst:*



Ankommen wie in einem italienischen Film

Wenn man an einem Sommerabend in einer alten Villa sitzt, selbstgemachte Bruschetta in der Hand hat und Gianna Nannini in den Ohren, und der Blick über den still daliegenden Ledrosee gleiten kann – dann kann es nicht um einen gewöhnlichen Wanderurlaub gehen.

Ein Märchenschloss über dem See

Die Wanderwoche der DAV Sektion Regensburg im Juni 2024 war vielmehr: besonders. Eine Gruppe von sieben Teilnehmenden machte sich mit Wanderleiterin Conny Wellein auf den Weg in den italienischen Frühsommer. Ziel: die Villa La Dianella, ein charmantes Kleinod mit historischem Flair, irgendwo zwischen Herrensitz und Märchenschloss, über dem Ledrosee thronend.

Und bereits der erste Abend mit knuspriger Pizza und einem Spaziergang entlang des spiegelglatten Wassers setzte den Ton für die Woche: entspannt, herzlich, voller Entdeckungsfreude.

Gemeinsam unterwegs, gemeinsam geplant

Was folgte, war eine Mischung aus Wandern, Entdecken und purem italienischen Lebensgefühl. Wer glaubt, dass DAV-Touren immer streng durchgetaktet sind, irrt: Die Gruppe wurde bewusst in die Tourenwahl eingebunden – ganz nach dem Motto „mitbestimmen statt mitlaufen“.

Dolce Vita auf Schritt und Tritt

Vom Tennosee mit seinen Maulbeerbäumen bis zu den Gassen von Limone, vom mittelalterlichen Dörfchen Villa Canale bis zu den Olivenhainen um Malcesine und vom kleinen Ort Pieve, der wie ein Adlerhorst am oberen Ende einer Felswand liegt, bis zum Papiermühlental, das heute eins der wichtigsten Symbole des industriellen Erbes Italiens darstellt – jeder Tag bot neue Highlights, neue Eindrücke, neue Gesprächsthemen. Ein paar Regenschauer in den ersten Tagen? Kein Problem. Die haben wir mit Aperol Sprizz und Kartenspielen in kleinen italienischen Bars gut überstanden.

Plötzlich barfuß im Paradies

Zwischendurch ließen wir es uns nicht nehmen, das Wandern gegen das Wasser einzutauschen. In Malcesine haben wir nach einer Tour einfach unsere Schuhe in den Sand geworfen und uns jauchzend und kreischend ins eiskalte Wasser gestürzt. Und natürlich waren wir auch im Ledrosee, direkt vor unserer Haustür. Aber zuerst mussten wir uns trauen, von der Plattform ins Wasser zu springen. Das war ein Spaß, bis alle im Wasser waren... Das Wasser war kühl, die Sonne warm, und das Lachen der Gruppe hallte über das Ufer. Es war einer dieser Augenblicke, in denen man spürte: Genau dafür ist man hier.

Der Berg ruft – und belohnt

Besonders eindrucksvoll: die Besteigung des Cima d'Oro, unseres „Hausbergs“. 1.170 Höhenmeter, gute sieben Stunden unterwegs – aber die Mühe war schnell vergessen, als wir oben standen und der Blick über das Tal und den See schweifte.

Abende, die in Erinnerung bleiben

An den Abenden verwandelte sich die Villa dann in einen Ort des Miteinanders. Besonders in Erinnerung bleibt der gemeinsame Grillabend, bei dem alle mitanpackten: schnippelnd, lachend, würzend, und begleitet vom Duft von Rosmarin, Knoblauch und gegrilltem Gemüse. Natürlich durfte die passende Musik nicht fehlen – Gianna Nannini entwickelte sich für einige zu einem Favoriten. Und dieser Abend war es, was diese Woche ausmachte: Gemeinsamkeit, die über das Wandern hinausging.



Wandern zwischen Altstadtlichtern und Gelato

Wer bei „Wanderreise“ nur an Marschieren in der Gruppe und dann müdes Fallen in das Bett denkt, hat noch nie italienische Abende in Malcesine oder Limone erlebt, wenn die Lichter der Altstadt langsam angehen, das Gelato auf der Zunge zergeht und sich plötzlich eine Leichtigkeit über alles legt.

Verona zum Abschied

Am letzten Tag gab es schließlich noch einen Ausflug nach Verona – ein letztes, wunderbares Eintauchen ins italienische Lebensgefühl. Die Stadt war voller Touristen, natürlich. Aber das Flair, das Geräusch der unentwegt parlierenden Italiener, das Sonnenlicht auf den Fassaden – das ist es, was am Ende in Erinnerung bleibt. Es war ein würdiger Abschied.

Wer zuerst kommt, wandert zuerst

Vielleicht liest du das hier und denkst dir: „Warum war ich da eigentlich nicht dabei?“ Gute Frage. Aber keine Sorge – es gibt eine zweite Chance: Vom 21. bis 28. Juni 2025 bietet Conny Wellein erneut eine Wanderreise an – diesmal rund um den Comer See. Nur noch zwei Plätze sind frei. Und ganz ehrlich: Wer zuerst kommt, wandert zuerst.

✍ Conny Wellein & Carsten Lexa



Skibergsteigen in den Tuxer Alpen

„Ba uns giabt's gnuä“, so hieß es am Telefon und so machten sich acht schneehungrige Optimisten der HTG auf, um ein Wochenende in den Tuxer Alpen auf Skitour zu gehen.

Erste Zweifel nach der anfänglichen Euphorie kamen erst wieder auf, als wir die grünen Hänge zu unserer Unterkunft hinauffahren – und sie auch grün blieben. „Alles, was wir hinauffahren, müssen wir nicht gehen“, ließen sich mitunter sehr pragmatische Stimmen vernehmen und so wählten wir nach einem ausgedehnten Frühstück einen Parkplatz weiter oben, um Richtung Gipfel zu starten.

Großer und Kleiner Gamskogel

Nach der ersten Etappe war bald klar, der Schnee würde reichen und er war nicht mal schlecht. Unser erster Skitourentag führte uns bei strahlendem Kaiserwetter zuerst zum Großen Gamskogel. Auf dem Rückweg und einer zweiten Gipfelrunde zum Kleinen Gamskogel beschlossen einige der Übereifrigen unserer Gruppe, weil es gar so schön war im Pulver durch die sanften Almhänge zu gleiten, noch einen weiteren Hang mitzunehmen, um dann erneut aufzusteigen. Da sich die wahren Genussmenschen unter den HTGlern aber nicht lumpen lassen, bewiesen sie, dass man mit einer gehörigen Portion Gemütlichkeit im Leben oftmals genauso weit kommt. Beim anschließenden gemeinsamen Kaffeetrinken mit selbstgebackenem Guglhupf wurden die Lagepläne für den nächsten Tag besprochen.

Sonntagsköpfl

Geeinigt haben wir uns dann auf das Sonntagsköpfl, was uns sehr passend für diesen Tag erschien. Im sonnendurchfluteten Ambiente zogen wir in sanften Kehren dem Gipfel entgegen. Gemeistert haben wir ihn auf den letzten Metern dann in doppelter (Eigen-) Spuranlage. Da aber

alle Wege nach oben führen, trafen wir recht bald am Gipfelkreuz zur Brotzeit wieder zusammen, die man in einer windgeschützten Lage nur etwas unterhalb des Hauptkammes mit grandioser Aussicht genießen konnte. Die nordseitige Abfahrt hielt erneut herrlichen Pulver bereit. Ausklingen ließen wir den Tag auf der Loasalm bei einem isotonischen Kaltgetränk mit Schaumkrone, um sich an diesem lauschigen Plätzchen nach den ganzen Strapazen noch ein bisschen mehr von der Sonne auf den Pelz scheinen zu lassen.

Es war wieder einmal ein wunderschönes Wochenende im Kreise der HTG mit viel Sonne, viel Pulver, ungewöhnlich vielen guten Nudelvariationen und vor allem viel guter Stimmung. Ich freue mich auf die nächste Tour.

✍ Monika Fischer
(Hochtourengruppe)



Auf ins urige Gsiesertal!

Dieser Winter hat uns – wieder einmal – nicht mit Schnee verwöhnt. Müssen wir uns nun daran gewöhnen und Wege finden, damit umzugehen? Oder werden auch wieder bessere Winter für uns Schneebegeisterte kommen?



Wir, sechs Tourengerher mit unserem Guide Hansjörg, waren regelrecht vom Glück verwöhnt. Am Tag vor der Anreise hatte es bis auf 1.500 m nicht nur geregnet, es hat geschüttet. Die große Hoffnung war, dass dieser Niederschlag weiter oben als Schnee niedergehen würde. Und so war es zum Glück: Am Tag der Anreise strahlender Sonnenschein und Neuschnee!

Pragser Wildsee und Klassiker des Gsiesertals

Als „Eingehtour“ peilten wir den Kleinen Jaufen in den Pragser Dolomiten an. Vom Parkplatz „Zum Brückeke“, unweit des Pragser Wildsees, ging es durch eine zauberhafte Winterlandschaft. Es galt doch 800 Hm zu überwinden, was aufgrund einiger steilerer Stellen für den einen oder anderen gar nicht so einfach war. Die nächsten Tage standen die Klassiker des Gsiesertals auf dem Programm: Rotlahner, Hoher Mann und Kalksteinjöchel. Die Tourenauswahl wurde jeweils am Abend vorher auf Vorschlag von Hansjörg gemeinsam getroffen. Insbesondere der Rotlahner erforderte bei der Abfahrt aufgrund der sehr wechselhaften Schneeverhältnisse schon eine solide Skitechnik. Dafür kamen wir nach dem Aufstieg zum Kalksteinjöchel auch in den Genuss eines unberührten Tiefschneehangs!

Gelebte Dorfgemeinschaft

Ein Highlight war die Einkehr in der Stumpfalm bei der Abfahrt vom Rotlahner. Wer einmal die Ursprünglichkeit des Gsiesertals mit seinen Bewohnern erleben möchte, sollte unbedingt bei den Wirtsleuten auf der Alm vorbeischaun. Unvergessen, urig und sehr unterhaltsam. Gleiches können wir aber auch über unsere

Unterkunft, den „Kircherwirt“ in Sankt Martin sagen. Herzliche, hilfsbereite, offene und völlig unkomplizierte Gastgeber, die uns jeden kulinarischen Wunsch erfüllten. Selten so einen leckeren Kaiserschmarrn und eine gute Gemüselasagne gegessen!

Beim Kircherwirt erlebt man aber auch noch „gelebte Dorfgemeinschaft“. Hier trifft sich jeden Morgen anscheinend das ganze Dorf zum Ratschen, bevor es an die Arbeit geht oder am Sonntag früh vor, während und/oder nach der Kirche zum Frühschoppen.

Fazit: Tolle Skitourentage bei traumhaftem Wetter in einer tollen Umgebung mit einer tollen Truppe und einem Guide, der uns nicht nur zur Skitechnik, sondern auch zur Lagebeurteilung vor Ort sehr gute Tipps mit auf den Weg gab. Vielen Dank an Hansjörg und allen anderen für die schönen gemeinsamen Tage.

✍️ *Monika und Johann Lautenschlager*



Dem Wallberg aufs Haupt gestiegen

Zwischen den Jahreszeiten zum Aussichtsbalkon am Südende des Tegernsees

Zu noch fast menschenleerer Stunde treffen sich am 08. März um 5:30 Uhr sechs wanderfreudige DAV-Mitglieder und eine frisch gebackene Wanderleiterin am Regensburger Hauptbahnhof. Unser früher Aufbruch zum Ende der Faschingsferien bei prognostiziertem frühlingshaften Wetter mit bis zu 10 Sonnenstunden erweist sich jedoch als goldrichtig, denn wir erreichen planmäßig und vor der erwarteten Überfüllung der Züge kurz nach 9:00 Uhr die Talstation der Wallbergbahn – den Ausgangspunkt unserer Wanderung. Ein traumhafter, nahezu wolkenloser und durchwegs sonniger Tag mit fantastischer Sicht in die umliegenden Berge rund um den Tegernsee sollte uns bevorstehen.

Über Stock und über Stein dem Himmel entgegen

Wir lassen die Talstation der Wallbergbahn links liegen, tauchen in den noch kühlen, jedoch bereits größtenteils schneefreien Wald ein und gewinnen relativ schnell an Höhe, so dass es nicht lange dauert, bis wir uns unserer ersten Kleiderschicht entledigen. Einzelne Frühlingsblumen zeigen sich bereits am Wegesrand und immer wieder mal werden wir mit einem atemberaubenden Blick auf den tiefblauen Tegernsee belohnt. Das letzte steinige und teils sehr steile Wegstück durch den Wald bringt uns ordentlich zum Schwitzen. Unsere Mühe zahlt sich aus: Gegen 11:30 Uhr erreichen wir die markante 1909 erbaute Wallbergkapelle.



Muskelkraft trifft auf moderne Technik

Schlagartig befinden wir uns in einer völlig anderen Welt. Nachdem uns während des ca. 2,5-stündigen Aufstiegs nur wenige Gleichgesinnte begegnet sind, vermischen wir uns nun im Bereich der Kapelle und des Panoramarestaurants der Bergstation mit einer bunten und internationalen Menschenmenge, wovon die meisten natürlich die Seilbahn als Aufstiegshilfe in Anspruch genommen haben. Uns bietet sich ein Bild aus Sonnenanbetern, mehr oder weniger ambitionierten Wanderern, stillen Genießern und Kindern, die sich mit ihren Schlitten an den letzten Schneeresten erfreuen. Auch wir gönnen uns eine längere Pause an der Wallbergkapelle, halten kurz inne, machen Erinnerungsfotos und genießen dank ungetrübter Fernsicht den Blick auf den gut 800 Höhenmeter tiefer gelegenen Tegernsee und die noch schneebedeckten Gipfel der umliegenden bayerischen Voralpen.

Gipfelreizen und wohlverdiente Kulinarik

Aber dann packt uns der Ehrgeiz: Das Wallberg-Gipfelkreuz (1.722 m) ist in unmittelbarer Sichtweite und nur ca. 100 Höhenmeter und weitere 30 Minuten Gehzeit trennen uns davon. Der Weg ist im Endstück steinig und beinhaltet einige leichte Kletterpassagen – aber er ist dank direkter Sonneneinstrahlung nahezu schneefrei, so dass wir den Aufstieg wagen. Wir schaffen es problemlos und werden während unserer Gipfelrast mit einem 360-Grad-Panoramablick belohnt. Der Abstieg zurück zur Bergstation erfordert nochmal unsere volle Konzentration und Trittsicherheit. Von dort aus erreichen wir in nur wenigen Minuten auf bequemem Weg gegen 14 Uhr das idyllisch gelegene, jedoch aufgrund des sonnigen Wetters und in Anbetracht des Weltfrauentags auch hoch frequentierte Berghotel „Altes Wallberghaus“ am Fuße des Setzbergs. Das umfangreiche, wenn auch etwas hochpreisige Speisenangebot lädt zum kulinarischen Schlemmen ein. Wir haben es uns verdient ...

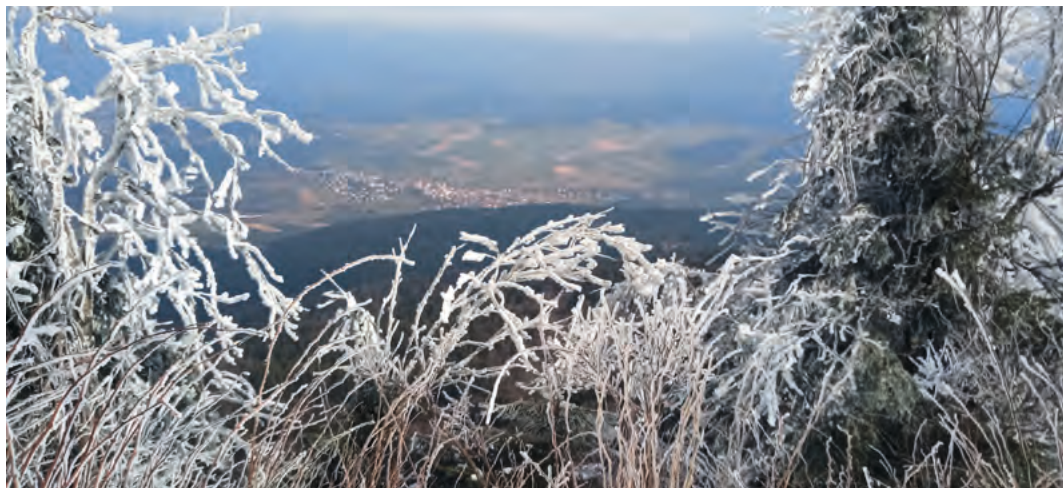
Abstieg und Tagesausklang

Gestärkt machen wir uns gegen 15:00 Uhr an den unschwierigen, teils steilen Abstieg und erreichen bereits nach gut einer Stunde wieder die Talstation der Wallbergbahn. Dass wir wegen einer Zugverspätung schließlich eine Stunde später in Regensburg ankommen als geplant, schmälert die gute Stimmung nicht. Wir sind uns einig: Obwohl wir eine in jeder Hinsicht bunt gemischte Gruppe sind, haben wir uns optimal ergänzt und voneinander profitiert, so dass es ein perfekter Tag wurde.

✍ Alexandra Bär

Auf den Hohen Bogen

Auf der Suche nach dem Winter trieb es ein paar Allrounder in die nördliche Oberpfalz.



Am Parkplatz der Hohen-Bogen-Bahn konnten wir aufatmen. Auch neben der Skiabfahrt gab es auf 650 m Meereshöhe ein wenig Weiß zu sehen. Gemütlich ging es zunächst auf einem Forstweg bergauf. Die mitgebrachten Grödeln konnten dabei im Rucksack bleiben, Schnee und Eis waren zwar vorhanden, aber eher spärlich. Erstes Etappenziel war der Burgstall, das sind die Reste einer im 10. bzw. 11. Jahrhundert erbauten Burg, auf denen der Bayerische Rundfunk eine Sendeanlage errichtet hat. Wir ließen uns am Picknickplatz die mitgebrachte Brotzeit schmecken und genossen den Anblick der rauhreifgeschmückten Bäume und den Blick ins wolkenverhangene Tal.

Versuchung am Schwarzriegel

Zurück über das Forsthaus folgten wir dem Kamm und wir knackten am Bärenriegel erstmals die 1.000er-Marke. Über den Eckstein gelangten wir schließlich zum Schwarzriegel, wo gigantische frühere Natoabhörtürme heute als Aussichtstürme begehbar sind. Der böhmische Wind half uns rasch bei der Entscheidung, den mühevollen Aufstieg auf den Außentreppen einfach wegzulassen, zumal wir ja auf dem insgesamt acht km langen Gipfelkamm immer wieder herrliche Ausblicke auf Neukirchen b. Heiligen Blut und die anderen Siedlungen der Oberpfälzer und Böhmisches Wälder genießen konnten. Letzter Gipfel des Tages war schließlich der Schwarzriegel, die Bergstation der Hohen-Bogen-Bahn. Wir widerstanden der Versuchung, im Berghaus Hoher Bogen einzukehren, obwohl eine attraktive

Speisekarte und ein schöner Ausblick lockten, denn es wartete eine weitere gute Gelegenheit für eine Einkehr. Ein paar Minuten am Rande der kaum befahrenen Skipiste, die sich in erstaunlich gutem Zustand befand, und wir waren beim Berghaus Schönblick, wo wir uns überzeugen konnten, dass die Namenswahl durchaus berechtigt war. Nach einer kleinen Stärkung waren wir bereit für den Abstieg auf einem abwechslungsreichen Pfad. Wir kreuzten die Straße und gelangten über einen kleinen Umweg auf einem idyllischen, bemosten Pfad über kleine Bächlein zurück zum Parkplatz, ohne an der Teerstraße entlanglaufen zu müssen.

Fazit und Genießertipp

Fazit: Man musste auch im schneearmen Winter 2024/25 nicht mal ganz 100 km einfach fahren, um in einer tagesfüllenden Wanderung weiße Gipfel zu sehen. In gut 5 Stunden Gehzeit bewältigten wir 16,5 km und ca. 650 Hm auf und ab, das sind schon fast alpine Ansprüche.



Unter diesem Link könnt ihr die Tour in alpenvereinaktiv.com aufrufen.

Kleiner Tipp für Genießer: Wenn es im Sommer anderswo brütend heiß ist, kann man sich an dieser Tour auf schattigen Waldwegen mit einem frischen Lüfterl um die Nase ebenfalls erfreuen.

✍️ Resi Weiß (Allrounder)

Mit den „Alpenmädeln“ auf Grundkurs

Skibergsteigen am Spitzingsee

Vom 17. bis 19. Januar 2025 waren sechs Alpenmädel auf Grundkurs fürs Skibergsteigen am Spitzingsee, mit Basislager in der Albert-Link-Hütte. Und bei so vielen „Engerln“ war natürlich auch von Freitag bis Sonntag durchgehend strahlende Sonne!



Start am Freitagabend in der Albert-Link-Hütte

Am Freitag später Nachmittag kamen wir, trotz zweier Fahrzeuge, fast auf die Minute gemeinsam am Parkplatz „Kirche“ am Spitzingsee an. Der Fußweg zur bestens geführten Hütte war mit 20 Minuten kurz. Die Kulinarik, insbesondere der Kaiserschmarrn, konnte jede begeistern. Nach Einchecken in der Hütte und dem Abendessen war der Tag noch nicht vorbei – Lawinenkunde in der urigen „Wurzelstube“ stand auf dem Programm. Tapfer hielten die bergerprobten Damen bis fast 21:00 Uhr aus, der Auslösung von Lawinen oder den Lawinenproblemen zu folgen.

Zuerst die Basics: LVS-Suchübung und erste Schritte auf Skitour

Am Samstagvormittag gab es auf den Wiesen direkt an der Hütte die Einführung und die Übung mit dem LVS-Gerät, alle waren bestens ausgerüstet, eifrig bei der Sache und haben ihren „Verschütteten“ jeweils auch zügig gefunden. In der Nachmittagssonne gab es dann die erste kleine Skitour, durch den Wald hoch zur Haushamer Alm. Dabei wurden die ersten Spitzkehren geübt oder versucht, mit den verschiedenen Methoden die Steilheit eines Hanges einzuschätzen und zu messen. Zurück zur Hütte ging's dann über die Grünsee-Tourenabfahrt.

Am Abend stand wieder – wenngleich etwas müde vom gut gefüllten Tag – die Fortsetzung der Lawinenkunde auf dem Programm: Die SnowCard wurde versucht zu verstehen und besprochen, beim Begriff Lawinen-Mantra ist den Damen nun auch klar, dass das nix mit Indien zu tun hat, und die Tour für den Sonntag wurde vorbesprochen.

Dann 'ne richtige Skitour (mit interessanter Hütteneinkehr)

Am Sonntag ging's dann hoch Richtung Taubenstein, 'ne richtige Skitour, im östlich des Spitzingsees gelegenen Tourengehergebiets, abseits vom Trubel des Skigebietes. Nach kurzem Pausenhalt an der Maxlrainer-Alm gingen die meisten noch weiter zur Taubensteinbahn-Bergstation und versuchten sich mit einer ersten Skiabfahrt im freien Gelände in eine breite Almwiese unterhalb des (leider geschlossenen) Taubensteinhauses, was alle hervorragend skitechnisch meistern konnten. Zur Mittagspause gegen 13:30 Uhr ging es auf die Sonnenterrasse in die Maxlrainer-Alm mit einem sehr geselligen und gesprächigen Wirt: Er war in seinem vorherigen Leben als Manager weltweit unterwegs, hatte vom Stress irgendwann die Nase voll, und ist nun glücklicher Besitzer und Wirt der Maxlrainer-Alm. Die Alpenmädel können das vollauf nachvollziehen. Und zugleich war der Wirt mit seiner Maxlrainer-Alm in der darauffolgenden Woche am 27.01.2025 im BR beim Schmidt Max in der Sendung „Freizeit“, Untertitel „Auf der Suche nach Schönheit“ zu sehen.

An den Folgetagen wurden immer noch Fotos ausgetauscht und mancher „Smiley“ ging rundum. Alle hatten ihre Freude an diesem sonnigen Wochenende, zwar überschaubare Schneelage, aber alles, was wir machen wollten, hat auch geklappt. So haben die Alpenmädel ihre Freude am Bergsport ein wenig erweitern können, und die ersten waren auch schon in den Folgewochen dabei in den „richtigen“ Bergen, im Schmirntal in unserem Vertragshaus „Gasthof Steckholzer“. Und – der nächste Winter kommt bestimmt.

✍ Fritz Nirschl

Abenteuer in der Tegernheimer Schlucht

Die Bergfuchse unterwegs

Im Februar machte sich die Alpenvereinsgruppe „Die Bergfuchse“ auf zu einem aufregenden Ausflug in die Tegernheimer Schlucht. Mit Wanderschuhen an den Füßen, Rucksäcken voller Proviant und einer gehörigen Portion Abenteuerlust starteten die kleinen Entdecker ihre Tour.

Zauberhafte kleine Bergfuchse

Da wir die Wanderung in der Faschingszeit machten, konnte man auch die eine oder andere Fee entdecken. Ritter schwenkten kraftvoll ihre Schwerter und auch ein Steckenpferd namens „Kleiner Onkel“ begleitete uns mit seiner Frieda auf dem Weg nach oben.

Auf dem Weg konnte man eine kleine Brotzeit in einem Tipi machen, welches andere Kinder aufgestellt hatten. Es wurden Spiele gespielt, wie „der Boden ist Lava“, oder auch Strecken gesperrt und nur gegen kleine Naturmaterialien wieder frei passierbar gemacht. Auch eine Popo-Rutschbahn konnte entdeckt werden.

Picknickpause mit einer kleinen Basteleinheit

Das absolute Highlight des Tages war das Basteln von Libellen am Aussichtspunkt. Mit großer Begeisterung verwandelten die Kinder Stöcke und Äste in kunstvolle Fantasiewesen, die mit ein wenig Moos und Blättern sogar fast lebendig wirkten. Einige Exemplare bekamen Namen, andere wurden zu Flugtests über die Felskante geschickt – mit wechselhaftem Erfolg.



Nach einem ausgiebigen Picknick und vielen spannenden Entdeckungen endete der Tag mit ausgelassenem Toben auf dem Spielplatz. Während sich die einen begeistert auf die Schaukel schwingen, erklimmen andere das Klettergerüst oder lieferten sich wilde Wettrennen. Glückliche und erschöpft machten sich die Bergfuchse schließlich auf den Heimweg – mit strahlenden Gesichtern und einer ganzen Horde selbstgebastelter Libellen im Gepäck. Ein rundum gelungener Tag in der Natur!

✍ Alice Nagel (Bergfuchse)



Vielfalt am Rande der Kalkalpen

Vertragshaus Maurerwirt am Hengstpass

*Rosenau am Hengstpass,
das am Rande des
Nationalparks Kalkalpen
liegt, liefert Grün, so weit
das Auge reicht, und
bietet für kleine und
große Abenteuerer eine
Menge Spaß. Wer hat Lust
Oberösterreich zu Fuß,
per Rad, im Wasser oder
im Felsen zu erkunden?*



Im Pyhrn-Priel-Gebiet ist für alle auf 600 km Wanderwegen etwas dabei – ob mehr oder weniger fordernd. Z. B. eignet sich der leichtere Wanderweg „Jagahäusl zur Blumaueralm“ auch als Lauf- oder Walkingstrecke. Wer's luftiger mag, erlebt ein Traumpanorama beim „Rumplmayrsteig“, die Wanderung führt übers Karlkreuz zur Kampermauer. Im Maurerwirt liegen verschiedene Wanderkarten auf, die Gäste gerne ausleihen können. Kletterer werden in den verschiedenen Klettersteigen des Gebiets fündig.

Darüber hinaus gibt es nur wenige Fahrminuten entfernt zwei Hochseilklettergärten. Maurerwirt-Gäste erhalten Ermäßigungen.

Weitere Aktivitäten in Kürze:

Rad: Das Radwegenetz umfasst 250 km und bietet sowohl familienfreundliche als auch anspruchsvolle Touren. Auch die Mountainbiker kommen am Hengstpass nicht zu kurz.

Badeurlaub: Von Badeseen (Gleinkersee, Naturbadeanlage Edlbach, Elisabethsee) über Freibäder (Windischgarsten, Klaus, Hinterstoder) bis Hallenbäder (Windischgarsten, Spital am Pyhrn) gibt es etwas für kleine und große Wasserratten (mit der Pyhrn-Priel AktivCard ist der Eintritt kostenlos).

Golf: Der Golfclub Windischgarsten Pyhrn-Priel ist 4,5 km vom Maurerwirt entfernt. Übernachtungsgäste erhalten 20% Ermäßigung auf die Greenfee.

Canyoning: Die Schlucht „Hexengraben“ ist nur wenige Minuten zu Fuß entfernt. Die Familie Benedetter stellt gerne den Kontakt zu Guides her. Ausführliche Informationen zu den verschiedenen Aktivitäten:

www.urlaubsregion-pyhrn-priel.at

Lage und Zimmer:

Der Maurerwirt ist ca. 270 km von Regensburg entfernt, liegt im Zentrum der Gemeinde Rosenau und wird seit mehreren Generationen als Familienbetrieb geführt. Es gibt 2 Doppelzimmer, 1 Dreibettzimmer, 1 Vierbettzimmer und eine Ferienwohnung mit 4 Betten. Alle verfügen über Dusche, WC und einen Flachbildfernseher. Sektionsmitglieder erhalten 10% Rabatt auf den Zimmerpreis. Alle Gäste erhalten die Pyhrn-Priel AktivCard, die vom Anreise- bis zum Abreistag gilt und mehr als 40 Gratis- und 20 Bonusleistungen beinhaltet.

Einkaufsmöglichkeiten, u. a. regionale Produkte gibt es im 6 km entfernten Windischgarsten.

✉ Corinna Fernando



Maurerwirtin Michaela Benedetter

ist verheiratet und hat 3 Kinder. Sie gibt gerne Tipps und Infos zu Unternehmungen im Pyhrn-Priel-Gebiet.



Maurerwirt

Lage:

im Pyhrn-Priel-Gebiet

Adresse:

Gasthaus Maurerwirt
Hauptstr. 12, A-4581 Rosenau

Kontakt:

Michaela Benedetter
+43 664 6317210
office@gh-maurerwirt.at

Bergsportmöglichkeiten:

SA, ST, SST, BW, MTB,

Tourentipps:

www.alpenverein-regensburg.de/
tourentipps-pyhrn-priel

Information:

www.gh-maurerwirt.at

% bei direkter Reservierung 10% Nachlass
auf die Übernachtungspreise für
Mitglieder der Sektion Regensburg



Berggasthof Steckholzer

Lage:

Wipptal in Tirol

Adresse:

Padaun 19, 6154 Vals/St. Jodok

Kontakt:

Fam. Martina und Daniel Wolf
Telefon +43 5279 5390
Mobil +43 664 2464547
steckholzer@aon.at

Bergsportmöglichkeiten:

BW, ST, SST, MTB, K

Information:

www.gasthof-steckholzer.at

% bei direkter Reservierung 20% Nachlass
auf die Übernachtungspreise für
Mitglieder der Sektion Regensburg



Vorderschappachhof

Lage:

im Großarlal/Salzburg

Adresse:

Bauernhof Vorderschappach
A-5612 Hüttschlag 9

Kontakt:

Fam. Johanna und Siegfried
Lederer
+43 6417 245
info@vorderschappachhof.com

Bergsportmöglichkeiten:

SA, ST, SST, BW, KS, MTB

Tourentipps:

www.alpenverein-regensburg.de/
tourentipps-grossarlal

Information:

www.vorderschappachhof.com

% bei direkter Reservierung 10% Nachlass
auf die Übernachtungspreise für
Mitglieder der Sektion Regensburg

Praktisches für die
Übernachtung auf
Alpenvereinshöfen
ist in unserer
Geschäftsstelle
erhältlich.

DAV
Hüttenschlafsack
Baumwolle kariert
Mitglieder
22,95 €



© DAV / Jens Klatt

Hütten



Neue Regensburger Hütte (2.286 m)

Lage:

im Hochstübai am Falbesoner Bach

Adresse:

Waldcafé, Falbeson 1
A-6167 Neustift im Stubaital
(Bushaltestelle Krößbach und Falbeson, Parkplatz)

Kontakt:

Christian Tomaselli
+43 664 202 5070
info@regensburgerhuette.at

Geöffnet:

bewirtschaftet von Juni bis September

Bergsportmöglichkeiten:

BW, HT, WW (Weitwandern, Stubaier Höhenweg)

Kulinarik:

vegetarische Hütte, Siegel „So schmecken die Berge“

Zimmer:

65 Zimmerlager in
2- und 4-Bett-Zimmern und
36 Matratzenlager

Buchung:

<https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/275/wizard>



Berg- und Skiheim Brixen im Thale (855 m)

Lage:

Brixental zwischen Kitzbüheler Alpen und Wilder Kaiser

Adresse:

Oberlauterbach 14
A-6463 Brixen im Thale
(Bahnhof Brixen im Thale
650 m entfernt)

Kontakt:

Oliver Klahn
+43 5334 8542
brixen@alpenverein-regensburg.de

Geöffnet: ganzjährig

Bergsportmöglichkeiten:

SA, ST, LL, SST, BW, MTB, GF,
K (Wilder Kaiser)

Tourentipps

www.alpenverein-regensburg.de/tourentipps-brixen

Zimmer:

29 Zimmerlager in 2-, 3- und
4-Bett-Zimmern,
24 Matratzenlager

Ausstattung:

Selbstversorgerküche,
Gemeinschaftsduschen und
-toiletten, Aufenthaltsraum,
Seminarraum, Spielplatz und
Lagerfeuerstelle

Ferienwohnung:

10 Betten in 3 Zimmern, Selbst-
versorgerküche, Bad & Gäste-WC

Buchung:



Haupthaus

<https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/475/wizard>



Ferienwohnung

<https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/538/wizard>

Legende Bergsportmöglichkeiten

Sommer

W = Wandern
BW = Bergwandern
HT = Hochtouren
WW = Weitwandern
MTB = Mountainbiken
K = Klettern
KS = Klettersteig
GF = Gleitschirmfliegen

Winter

SA = Ski alpin
ST = Skitouren
SHT = Skihochtouren
LL = Langlaufen
SST = Schneeschuhtouren



Talherberge Zwiesselstein (1.472 m)

Lage:

Ötztal zwischen Sölden und Gurgl

Adresse:

Gurglerstraße 4,
A-6450 Sölden
(Bushaltestelle Zwiesselstein
Hotel Neue Post)

Kontakt:

+43 5254 2763
zwieselstein@alpenverein-
regensburg.de

Geöffnet: ganzjährig

Bergsportmöglichkeiten:

SA, ST, SHT, BW, HT, MTB,
K (verschiedene Klettergärten
im Ötztal), KS, Kajakfahren,
Eisklettern

Zimmer:

17 Zimmerlager,
18 Matratzenlager

Ausstattung:

Selbstversorgerküche,
Gemeinschaftsduschen und
-toiletten, Aufenthaltsraum

Buchung:

[https://www.hut-reservation.org/
reservation/book-hut/495/wizard](https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/495/wizard)



Steinwaldhütte (701 m)

Lage:

im Steinwald/nördliche Ober-
pfalz

Adresse:

Pfaben 25
92681 Erbendorf
(Bahnhof Reuth bei Erbendorf,
9,6 km entfernt)

Kontakt:

Nina Biedermann-Michl
0159 0671 7621,
steinwaldhuette@alpenverein-
regensburg.de

Geöffnet: ganzjährig

Bergsportmöglichkeiten:

LL, SST, W, K, MTB

Zimmer:

22 Matratzenlager

Ausstattung:

Selbstversorgerküche,
Gemeinschaftsduschen und
-toiletten, Aufenthaltsraum

Buchung:

[https://www.hut-reservation.org/
reservation/book-hut/547/wizard](https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/547/wizard)



Hanslberghütte (395 m)

Lage:

über der Donau, Oberndorf zwi-
schen Matting und Bad Abbach

Adresse:

Donaustraße 81
93077 Bad Abbach/Obern-
dorf (Bushaltestelle Oberndorf
Kirche)

Kontakt:

0941 463 990 30
huetten@alpenverein-
regensburg.de

Geöffnet: ganzjährig

Bergsportmöglichkeiten:

W, K

Zimmer:

11 Matratzenlager

Ausstattung:

Stube mit 24 Sitzplätzen
(kein Wasser, Strom nur für
Beleuchtung)

Geeignet für:

Gruppen und Familien
(Achtung: steiles Gelände)

Buchung:

[https://www.hut-reservation.org/
reservation/book-hut/537/wizard](https://www.hut-reservation.org/reservation/book-hut/537/wizard)



Jugend

Aktivitäten:

Klettern, Wandern, Biken, Hüttenaufenthalte, Spiele, Boulderwettkämpfe und vieles mehr

Kontakt:

Klettergruppen für Kinder und Jugendliche

Jeden Tag (außer sonntags) treffen sich Klettergruppen für Kinder und Jugendliche im Kletterzentrum.

Infos auf www.kletterzentrum-regensburg.de und service@kletterzentrum-regensburg.de

Team RegPoint

Unser leistungsorientiertes Jugendtraining richtet sich an alle motivierten Kids, die noch stärker klettern wollen und interessiert sind, an Wettkämpfen teilzunehmen.

jugendausschuss@alpenverein-regensburg.de

Jugendleiter*innen

Momentan sind wir ein Team von rund 20 Jugendleiter*innen. Wenn du auch Interesse hast, dich ehrenamtlich zu engagieren, kannst du dich sehr gerne an unseren Jugendausschuss wenden.

jugendausschuss@alpenverein-regensburg.de

8-12

Jugendgruppe Regensburger Gipfelstürmer

Die Gipfelstürmer treffen sich alle zwei Wochen freitags von 16:30 – 18:30 Uhr oder nach Absprache. Es wird gespielt, gebastelt, geklettert, gewandert und auch mal gezeltet.

13-16

Jugendgruppe Wanderfalke

Die Wanderfalken treffen sich alle zwei Wochen donnerstags von 18:00 – 20:00 Uhr oder nach Absprache. Im Mittelpunkt steht für die Gruppe der Spaß am gemeinsamen Klettern und Bouldern. Auch Wandern oder Mountainbiken kommen nicht zu kurz.

Wenn du Interesse hast, dann melde dich unter jugendausschuss@alpenverein-regensburg.de
Derzeit können wir dich nur auf die Wartelisten nehmen.

Jugendvollversammlung am 01. Februar 2025

Unsere alljährliche Jugendvollversammlung fand dieses Jahr am 01. Februar statt, und war somit ein schöner Start ins neue Jahr. Wie immer berichtete der Jugendausschuss im offiziellen Teil zunächst über das Jahr 2024, der Bericht beinhaltete sowohl alle schönen Aktionen und Erlebnisse, als auch die Finanzen. Danach folgte ein Ausblick auf das Jahr 2025, für das in diesem Zug der Haushaltsplan, ohne Gegenstimme, beschlossen wurde. Bevor es an die Wahlen des Jugendausschusses sowie die der Delegierten ging, wurde eine kleine Änderung an unserer Sektionsjugendordnung einstimmig angenommen. Wer neugierig ist, wer jetzt dieses Jahr unseren Jugendausschuss bildet, darf gerne einen Blick auf unsere Website werfen. Dort findet ihr auch das Protokoll zur Versammlung.

Da wir als Jugend keine langweiligen Veranstaltungen mögen, wurde die Jugendvollversammlung

durch lustige Spiele aufgelockert und selbstverständlich gab es zum Abschluss ein gemütliches Lagerfeuer und leckeres Stockbrot.

 Lena Wiessner



18-30

Offener Klettertreff für alle 18- bis 30-Jährigen

Jeden Montag um 19:00 Uhr findet in unserer Kletterhalle in Lappersdorf ein offener Klettertreff statt. Dieser richtet sich an alle 18- bis 30-Jährigen, die gerne regelmäßig klettern möchten, aber noch keine*n Kletterpartner*in haben.

Voraussetzung ist gutes und selbständiges Sichern im Toprope und Vorstieg.

Das Kletterkönnen ist völlig egal. Wenn du Interesse hast, dann melde dich unter

klettertreff@web.de



Start ins Wettkampffahr

Am Samstag, den 08. Februar 2025, startete in München-Thalkirchen die bayerische Wettkampfsaison und somit auch die des RegPoint-Teams mit einem Boulder-Nominierungswettkampf. Los ging der lange Wettkampftag mit der U15, die antrat, um sich in den wirklich anspruchsvollen Bouldern Slot-Plätze auf den DJCs Bouldern zu sichern. Weiter ging's dann mit der U17, die sich nicht nur für die DJC-Plätze nominieren, sondern sich auch zur Bayerischen Meisterschaft Bouldern qualifizieren konnte. Hier war der Boulderbau sogar schon ähnlich anspruchsvoll wie auf einer Bayerischen Meisterschaft! Schließlich startete noch die U21, die genau wie die U15 ausschließlich um DJC-Boulder-Startplätze kämpfte. Mit dem ersten Wettkampf der Saison können die RegPointies durchaus zufrieden sein. Kilian und Marco starteten auf einem DJC und auch auf der Bayerischen Meisterschaft werden wir einige Starter haben.



SAVE THE DATE
31.05.2025
 Kidscup Lead Nord-Ost
01.06.2025
 Qualifikationswettkämpfe
 zur Bayerischen Meisterschaft U17



Boulder-Jugendcup

Am letzten Mai-Wochenende wird bei uns im DAV Kletterzentrum Regensburg einiges los sein: Am Samstag, den 31. Mai 2025, findet der Kids Cup Lead Nord-Ost statt. Starten dürfen Kids aus Franken, der Oberpfalz, Niederbayern und Schwaben der Jahrgänge 2015 bis 2011. Nach der Qualifikation am Vormittag wird es am Nachmittag um 15:30 Uhr ein cooles Finale geben. Und am Sonntag, den 01. Juni 2025, sind die etwas älteren Kids (Jahrgänge 2011-2009), dieses Mal sogar aus ganz Bayern, an der Reihe: Wir sind Ausrichter des 2. Qualifikationswettkampfs zur Bayerischen Meisterschaft Lead U17. Hier wird es zwar kein Finale geben, aber trotzdem erwartet uns ein spannender Wettkampf mit tollen Routen. Wer neugierig ist, was die Jugend so alles drauf hat, darf gerne zum Zuschauen vorbeikommen. Wir freuen uns schon sehr auf das coole Wettkampfwochenende!

✍️ Lena Wiessner / 📷 Krohafotografie



FAMILIENGRUPPEN

Aktivitäten: auf das Alter der Kinder zugeschnittene Touren und Aktivitäten in der Region, im Bayerwald und in den Alpen, Bergferien auf einer Hütte, Klettern, Geocaching, Höhlenbesuche, Schlittenfahren und mehr

Motto: Die Eltern gehen mit ihren Kindern.

Steinadler

Alter der Kinder: Jahrgang 2023 und jünger*

Kontakt: Philipp Wittmann und Matthias Schwab
steinadler.dav.regensburg@gmail.com

Bergfuchse

Alter der Kinder: Jahrgang 2021 und 2022*

Kontakt: Alice Nagel und Alfred Lechner
bergfuechse.dav.regensburg@gmail.com

Murmeltiere

Alter der Kinder: Jahrgang 2019 und 2020*

Kontakt: Andrea Kreuzer und Andreas Claß
murmeltiere.dav.regensburg@gmail.com

Termine über Teams-Gruppe, bitte meldet euch per E-Mail, um aufgenommen zu werden.

Steinböcke

Alter der Kinder: Jahrgang 2016 bis 2018*

Kontakt: Melanie Braun und Alexander Högerl
steinboecke.dav.regensburg@gmail.com

Eichhörnchen

Alter der Kinder: Jahrgang 2016 und älter

Kontakt: Carmen Spörl und Judith Mengelkamp,
eichhoernchen.dav.regensburg@gmail.com

Termine auch über die WhatsApp-Gruppe, bitte meldet euch, um aufgenommen zu werden.

* plus ältere Geschwisterkinder



ELTERN-KLEINKIND-KLETTERN (0 - 2 Jahre)

Aktivitäten: Die Eltern klettern am Autobelay, die Kinder spielen und werden abwechselnd von den Eltern beaufsichtigt.

Kontakt:

Carmen Flörchinger, ca-rm-en@web.de

Termine:

über Mailverteiler und WhatsApp



FAMILIENKLETTERN (5 - 15 Jahre)

Aktivitäten: Klettern im Kletterzentrum oder an den umliegenden Felsen, der Spaß steht im Vordergrund

Bitte beachten: kein Kursangebot, Kurse können auf www.kletterzentrum-regensburg.de gebucht werden

Kontakt:

Friedrich Geiger, friedrich-geiger@freenet.de
Martina Hofstetter, mart.schindler@web.de

Termine:

Alle Termine auf www.alpenverein-regensburg.de im Bereich Gruppen



SENIORENGRUPPE

Aktivitäten: Bergtouren, Wandern im Umland, Kulturfahrten

Alter: 60 bis über 80 Jahre

Kontakt:

Werner Feßel, 0941 373 00, werner@fessel.de
 Ida Spaeth (Anmeldungen), 0941 992 214 33,
 Montag + Freitag von 18:00 – 21:00 Uhr
 Ingeborg Feßel (Programm und Website),
 0941 373 00, inge@fessel.de

Termine:

i. d. R. jeden zweiten Dienstag;
 Weitere Termine oder Änderungen per Mailver-
 teiler und auf www.alpenverein-regensburg.de

Anmerkung:

(B) Anreise mit dem Bus
 (B trans) Der Bus ist während der Wanderung
 nicht verfügbar.

Achtung Änderung: 30.09.2025

Tourenplanung 2026

Zeit: 14:00 Uhr, Westendstraße 15 in Sinzing

Organisation: Inge und Werner Feßel

Juni bis September 2025

03.06.2025

Zum höchsten Berg des Frankenwalds

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Wir fahren mit dem Bus nach Schwarzenbach am Wald. Von dort wandern wir unterhalb des Döbrabergs auf der Hochfläche nach Rodeck, zur Ruine Rodeck und weiter zur Bischofsmühle (ca. 2,5 Std.). Mittagseinkehr im Gasthaus Bischofsmühle. Am Nachmittag wandern wir an Rodeck vorbei nach Döbra und dann hinauf zum Döbraberg. Nach dem Rundblick von der Aussichtsplattform des Gipfelturms führt uns ein Waldweg zurück nach Schwarzenbach (ca. 3 Std.)

Organisation: Inge und Werner Feßel

Im Monat Juni bitte nicht vergessen:

**Toureneintragung per E-Mail
 für das 2. Halbjahr 2025**

ida.spaeth@web.de

17.06.2025

Von Kelheim über Randeck zum Schulerloch

Zeit: 08:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B trans)

Unser Bus bringt uns nach Kelheim-Niederdürfl. Wir wandern über den Irlrsteiner Hang nach Wäscherhartl und an der St. Bartholomäus-Kapelle vorbei nach Randeck (ca. 3 Std., 370 Hm), Mittagseinkehr in der Ritterschänke Randeck. Am Nachmittag steigen wir hinab nach Essing und wandern im Altmühltal bis zum Parkplatz Schulerloch (ca. 1,5 Std.).

Organisation: Ingrid Stadlbauer

01.07.2025

Finsterau, Siebensteinkopf

Zeit: 06:30 Uhr, P2 Pender Jahnstadion (B)

Wir starten unsere Wanderung in der Museumsstraße in Finsterau. Wir wandern den Reschbach entlang bis zur Reschbachklause. Von dort geht es hinauf zum Siebensteinkopf und anschließend hinunter nach Bucina (Buchwald, ca. 3 Std. 400 Hm). Mittagseinkehr im Restaurant Alpska vyhlidka in Bucina. Am Nachmittag geht es zur Teufelsbachklause, den Schwellgraben entlang durch das Finsterauer Filz zurück zum Ausgangspunkt (2,5 Std., 100 Hm)

Organisation: Georg Iberl

Mittwoch 16.07.2025

Salzalphentour – Von Samerberg nach Nußdorf

Zeit: 08:30 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Wir wandern von Samerberg zur Dandlbergalm (ca. 3 Std., 320 Hm), Mittagseinkehr in der Alm. Am Nachmittag geht es weiter nach Nußdorf am Inn (ca. 2,5 Std., 500 Hm).

Organisation: Eva und Fortun Kretzer

29.07.2025

Kleiner und großer Kordigast im oberen Maintal

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Busfahrt nach Klosterlangheim (LIF). Von dort wandern wir über Roth und Isling hinauf zum kleinen Kordigast (ca. 3,0 Std., 200 Hm). Mittagseinkehr im Gasthaus zur Steinernen Hochzeit. Am Nachmittag wandern wir auf den großen Kordigast und dann in großer Schleife nach Weismain (ca. 2 Std.)

Organisation: Inge und Werner Feßel

12.08.2025

Heiglkopf und Blomberg

Zeit: 06:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Vom Ausgangspunkt Lehen, südlich von Bad Tölz, wandern wir hinauf zum Heiglkopf (1.218 m) zum Blombergkreuz und zum Blomberghaus (ca. 3 Std., 550 Hm). Mittagspause im Blomberghaus. Am Nachmittag wandern wir in Richtung Westgipfel um den Berg Zwiesel, über die Gassenhofer Alm zurück zum Ausgangspunkt (ca. 2,5 Std., 530 Hm Abstieg).

Organisation: Georg Iberl

26.08.2025

Röthenbachklamm und fränkischer Dünenweg

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Unser Bus bringt uns nach Röthenbachtal. Vom Parkplatz Birkensee wandern wir zum großen Birkensee und durch die Röthenbachschlucht, anschließend auf dem „7 Brückla Weg“ und fränkischem Dünenweg nach Ungelstetten (ca. 3 Std.). Mittagseinkkehr im Gasthaus „zur Linde“ in Winkelhaid. Am Nachmittag starten wir auf dem Reichswaldweg in die Röthentalklamm in Richtung Altdorf (ca. 2 Std.).

Organisation: Rosi und Heinz Gebhard

09.09.2025

Kaitersbergwanderung

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Busfahrt über Arnbruck zum Ecker Sattel. Wir wandern von dort über den großen Riedelstein und die Rauchröhren zur Kötztinger Hütte (3 Std., 200 Hm). Mittagseinkkehr in der Kötztinger Hütte. Nach der Pause geht es über den Kaitersberg, vorbei an der Heigl-Höhle nach Schönbuch (ca. 2,5 Std.).

Organisation: Claudia und Gerd-Dieter Vangerow

23.09.2025

Riesenpilz und Höhlenmystik in der nördlichen Oberpfalz

Zeit: 07:30 Uhr, P2 Jahnstadion (B)

Busfahrt nach Auerbach. Wir wandern vorbei an Riesenpilz und Höhleninformation zur Hohen Tanne (ca. 2,5 Std.). Mittagseinkkehr im Gasthaus „Hohe Tanne“. Am Nachmittag wandern wir vorbei an den Parasolfelsen zum Rabenfels. Weiter führt unser Weg vorbei an weiteren Felsgruppen zur Maximiliansgrotte (ca. 3 Std.).

Organisation: Inge und Werner Feßel



GRUPPE 50 PLUS

Aktivitäten: Klettern, Skitouren, Mountainbiken, Mithilfe bei der Wegesicherung und andere Unternehmungen

Alter: 50 Jahre und älter

Kontakt:

Henner Noell, 0172 8318740, berge@noell.biz
Ludwig Sicheneder, 09404 8821, ludwig.sicheneder@web.de

Termine:

Donnerstagvormittag im Kletterzentrum

Weitere Termine per Mailverteiler und auf www.alpenverein-regensburg.de



ACHTSAM UNTERWEGS

Aktivitäten: Wandern und Naturerlebnis mit achtsamen Elementen und Entspannung

Kontakt:

Waltraud Auburger und Annegret Hantschel, achtsamunterwegs-DAV-Regensburg@gmx.de

Termine:

per Mailverteiler und auf www.alpenverein-regensburg.de

Stammtisch ist immer am 1. Dienstag im Monat, 18:30 Uhr, Unter den Linden im Stadtpark



Tom Dierlof

DIE ALLROUNDER

Aktivitäten: Wandern, leichte Hochtouren, Radfahren, Ski- und Schneeschuhtouren, Kochkurs und mehr

Kontakt:

Helmut Wehr, 0151 598 434 21,
Helmut.Wehr@freenet.de

Marita Sasso, 0941 992 233 84,
mrvooss@t-online.de

Termine:

jeden 2. und 4. Dienstag im Spitalkeller,
ab 19:30 Uhr

Weitere Termine per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



DAV / Hans Herbig

ALPENMÄDELS

Aktivitäten: Wandern, Klettern, Skitouren, Mountainbiken und mehr – Ladies only

Kontakt:

Nicole Nargang und Monika Baumann,
Alpenmaedels.DAV.Regensburg@gmail.com

Termine:

per WhatsApp, Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



Simon Baensch

ALPINGRUPPE 24

Aktivitäten: Bergtouren, Hochtouren, Eisklettern, Vorbereitung auf Expeditionen

Kontakt:

Stefan Nargang und Simon Baensch,
AG24-dav-regensburg@web.de

Termine:

jeden 1. Dienstag im Monat, 18:30 Uhr,
im Ausrüstungslager

Weitere Termine per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de

*Ihr seid motivierte und gut ausgebildete Bergsteiger*innen und wollt eure Grenzen verschieben? Die Alpingruppe 24 (AG24) steckt sich hohe Ziele und bereitet sich zusammen darauf vor.*

Geschenk-Gutschein der Sektion Regensburg

Erhältlich in der Geschäftsstelle der Sektion Regensburg und jetzt auch online zum Selbstaussdrucken unter:
www.alpenverein-regensburg.de
im Bereich Service





BERGGENUSS

Aktivitäten: Bergwandern um 1.000 Hm mit Genussfaktor

Alter: Jahrgänge 1975 – 1990

Kontakt:

Achim Kinsky und Teresa Raith,
berggenuss-dav-regensburg@gmx.de

Termine:

per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



FOTOGRAFIE AM BERG

Aktivitäten: Austausch über Fototechnik(en), gemeinsames Fotografieren am Berg

Kontakt:

Ingrid Scheufler und Remy Demus,
foto-dav-regensburg@gmx.de

Termine:

Foto-Stammtisch jeden zweiten Montag im Monat
um 18:00 Uhr in der Geschäftsstelle



GENERATION FRISCHLUFT

Aktivitäten: Wandern, Biken, Klettern, Kanufahren – Hauptsache draußen und Spaß

Alter: Jahrgänge 1990 – 2005

Kontakt:

Florian Habenschaden,
gen.frischlucht.dav.regensburg@gmail.com

Termine:

per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



GLEITSCHIRMFLIEGEN

Aktivitäten: Gleitschirmfliegen, Hike & Fly, Vol Biv. **Bitte beachten:** keine Ausbildung oder Schulung

Kontakt:

Simon Fleischer,
Tel. 0174 244 90 66, GleitschirmDAV@gmx.de
Stefan Lang, DAV-Stefan_Lang@gmx.de

Termine:

nach Absprache per E-Mail und WhatsApp



HOCHTOURENGRUPPE

Aktivitäten: Hochtouren und klassisches Bergsteigen; erlebnisreiche, unfallfreie Bergtouren in angenehmer Gemeinschaft

Kontakt:

Roland Schulz, 0941 89056227

Thomas Schmidmeier, 09402 4718702

HTG-Regensburg@gmx.de

Termine:

Sofern nicht anders im Programm vermerkt, treffen wir uns jeden Dienstag ab ca. 17:30 Uhr zum Klettern:

April bis September:

im Klettergarten Schönhofen oder nach Ansage

Oktober bis März:

im DAV Kletterzentrum Regensburg

Weitere Termine nach Absprache per E-Mail und WhatsApp

Sämtliche Touren der HTG sind Gemeinschaftstouren und keine Führungstouren. Jeder geht auf eigene Verantwortung mit. Eine Teilnahme setzt voraus, dass der Schwierigkeitsgrad voll beherrscht wird. Der Organisator kümmert sich nur um die Rahmenbedingungen.

Juni bis September 2025

Mi., 04.06.2025, 19:00 – 21:30 Uhr

HTG-Treffen

Spitalkeller, Alte Nürnberger Straße, Regensburg

Fr., 06.06. bis Mo., 09.06.2025

Alpinklettern in den Tannheimern

Plätze: 8,

Unterkunft: Gimpelhaus

Vorbesprechung: HTG-Treffen am 04.06.2025

Ansprechpartner: Monika Fischer u. Andrea Leopold

Do., 19.06. bis So., 22.06.2025

Unterwegs am Mainzer Höhenweg

Plätze: 6

Vorbesprechung: HTG-Treffen am 04.06.2025

Ansprechpartner: Roland Schulz

So., 29.06.2025

Klettern im südlichen Frankenjura

Plätze: 10

Anmeldeschluss: 22.06.2025

Ansprechpartner: Peter Lang

Mi., 02.07.2025, 19:00 - 21:30 Uhr

HTG-Treffen

Spitalkeller, Alte Nürnberger Straße, Regensburg

Fr., 11.07. bis So., 13.07.2025

Totes Gebirge, Grimming Südost Grat

Plätze: 6

Unterkunft: Ferienwohnung in Tauplitz

Anmeldeschluss: 13.06.2025

Ansprechpartner: Anette Pröbster

Fr., 18.07. bis So., 20.07.2025

Hüttentour durchs Kaisergebirge

Plätze: 8

Anmeldung: geschlossen

Vorbesprechung: HTG-Treffen am 02.07.2025

Ansprechpartner: Andreas Plößl

Fr., 25.07. bis So., 27.07.2025

Hochtouren im Zillertal

Plätze: 4

Unterkunft: Berliner Hütte

Anmeldung: geschlossen

Vorbesprechung: 09.07.2025

Ansprechpartner: Günter Lugauer

Mi., 06.08.2025, 19:00 – 21:30 Uhr

HTG-Treffen

Spitalkeller, Alte Nürnberger Straße, Regensburg

Mi., 03.09.2025, 19:00 – 21:30 Uhr

HTG-Treffen

Spitalkeller, Alte Nürnberger Straße, Regensburg

Fr., 05.09. bis Mo., 08.09.2025

Klettern in den Loferer Steinbergen

Plätze: 6

Unterkunft: Schmidt-Zabierow-Hütte

Anmeldeschluss: geschlossen

Vorbesprechung: 15.06.2025

Ansprechpartner: Thomas Schmidmeier



HÜTTENTOUREN

Aktivitäten: Wandern mit Einkehrschwung, von Hütte zu Hütte bis hin zum Alpengross

Kontakt:

Arkadius Wypior und Klaus Schäfer,
huettentouren.dav.regensburg@gmail.com

Termine:

jeder 1. Dienstag im Monat um 19:00 Uhr im Spitalkeller, Alte Nürnberger Str., Regensburg
 Weitere Termine per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



HUNDERUNDE

Aktivitäten: Wanderungen mit Hund im Regensburger Umland, im Bayerischen Wald, im Altmühltal, in den Voralpen ...

Kontakt:

Julia Achatz
hunderunde.dav-regensburg@gmx.de

Termine:

per WhatsApp, Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



*Klettern im Naturpark Steinwald
 für Groß & Klein*

WEITERE INFOS



www.steinwald-urlaub.de/klettern

FOTO | Ingo Rögner



INKLUSION

Aktivitäten: gemeinsame sportliche Aktivitäten für Menschen mit Behinderung und Interessierte

Kontakt:

Leonhard Bauer und Stefan Mrozinski,
inklusion-dav-regensburg@t-online.de

Termine:

per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



INTERNATIONAL GROUP

Activities: hiking, biking and other outdoor activities together with friends from all over the world

Kontakt:

Max Santander und Andreas Nausch,
dav.reg.international@gmail.com

Termine:

per WhatsApp, Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



KLETTERSTEIGGRUPPE

Aktivitäten: Klettersteige, Bergtouren mit seilversicherten Abschnitten

Kontakt:

Martin Sporn und Jakob Trümpelmann,
klettersteig.dav.regensburg@gmail.com

Termine:

Regelmäßige Stammtische zur gemeinsamen Tourenplanung, Termine über Mailverteiler und WhatsApp



LAUFGRUPPE

Aktivitäten: Laufen, ca. 60 min bei einer Zeit von 6:30 – 7:30 min pro km

Kontakt:

Julia Moosburger
über www.alpenverein-regensburg.de

Termine:

Mittwoch 18:00 Uhr an der
Swiss International School,
Klosterackerweg 10

Weitere Termine oder Termin-
änderungen per WhatsApp





MOUNTAINBIKEGRUPPE

Aktivitäten: wöchentliche Mountainbiketouren im Regensburger Umland, mehrtägige Touren auch in anderen Regionen

Kontakt:

Bianca Wastl, 0160 636 09 50
 Christoph Haggenmiller, 0179 132 15 96
 ressortmountainbiken@alpenverein-regensburg.de,
 Facebook „DAV-MTB-Gruppe Regensburg“

Termine:

April bis Oktober:

Dienstag 18:00 Uhr Touren ab Parkplatz Prüfeninger Schlossgarten

Termine auf www.alpenverein-regensburg.de, weitere Ausfahrten nach Absprache



ÖFFI-TRUPP

Aktivitäten: Bergtouren, Klettern, Skitouren und mehr mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Kontakt:

Alexander Feeß, oeffis-DAV-Rgb@web.de

Termine:

per Mailverteiler und auf www.alpenverein-regensburg.de



RUND UM REGENSBURG

Aktivitäten: Wandern im Regensburger Umland

Kontakt:

Petra Alzer und Max Kauer,
Rgbg-Umland-DAV-Regensburg@gmx.de

Termine:

per Mailverteiler und auf www.alpenverein-regensburg.de



SKI- UND SOMMERGYMNASTIK

Aktivitäten: Skigymnastik, allgemeine Athletik und Fitness im Sommer

Kontakt:

Eva Rütz, 0175 973 8989
 Wolfgang Seßler, wolfgang.sessler@gmx.de

Termine:

bei Eva: Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr
 (außer in den Schulferien), Turnhalle Albrecht-Altendorfer-Gymnasium, Minoritenweg 33

bei Wolfgang: Donnerstag 18:30 – 19:30 Uhr
 (Oktober bis Ostern), Turnhalle Willi-Ulfig-Schule, Isarstraße 24



SKITOURENGRUPPE

Aktivitäten: Skitouren und Skihochtouren, im Sommer auch Bergtouren

Kontakt:

Roland Bonke,
skitouren.dav.regensburg@gmail.com

Termine:

Termine über Mailverteiler und WhatsApp



TRAILRUNNING

Aktivitäten: Laufen auf Trails im Regensburger Umland, Bergläufe

Kontakt:

Andreas Schatz und Andreas Perzl,
trailrunning-dav-regensburg@web.de

Termine:

über Mailverteiler und WhatsApp



SPORTKLETTERGRUPPE

Aktivitäten: Sportklettern, outdoor und indoor

Kontakt:

Andrzej Jagiellowicz,
andrzej.jagiellowicz@gmail.com
Christian Brazzale, manidoro@gmx.net

Termine:

jeden Donnerstag um 18:00 Uhr, im Kletterzentrum oder an den umliegenden Felsen
Weitere Termine nach Absprache per E-Mail und WhatsApp



WALKGRUPPE

Aktivitäten: Nordic Walking

Kontakt:

Alfred Stegbauer, stegbauer13@t-online.de

Termine:

Montag um 17:30 Uhr, unter der Mariaorter Brücke
(über „Bei der Schanze“ in Großprüfening)

ORTSGRUPPE BAYERWALD

Grenzgänger zwischen Bayern, Böhmen und Bella Italia

Ob auf Skiern, per Mountainbike oder zu Fuß – seit ihrer Gründung im Jahr 1990 erkundet die Ortsgruppe Bayerwald den Woid und seine Umgebung. Wobei „Umgebung“ durchaus großzügig zu interpretieren ist: Rund die Hälfte der Kurse und Touren der Ortsgruppe führt in den Bayer- und Böhmerwald, die andere Hälfte jedoch in alpine Regionen. Bergsportliches Highlight seit fast 30 Jahren: der Alpencross mit dem Mountainbike bis zur Adria.



Der Bayerische Wald – eine Landschaft im Wandel. Während am Lusen in beeindruckender Geschwindigkeit wieder junger Wald entsteht, hinterlässt der Borkenkäfer am Rachel und Falkenstein immer deutlichere Spuren. Hans Grüneißl und Fritz Nirschl beobachten die Veränderungen ihrer Heimat seit vielen Jahren: „Es lohnt sich, jedes Jahr vorbeizuschauen. Ständig entdeckt man auf Touren Neues, schaut der Natur beim Werden und Vergehen zu.“

Mit dieser Einschätzung stehen die beiden Mitglieder der Ortsgruppe Bayerwald nicht alleine da: Die rund 15 Touren und Kurse der Ortsgruppe in Bayer- und Böhmerwald in diesem Jahr waren kurz nach Veröffentlichung des Jahresprogramms auch schon ausgebucht. Die Teilnehmer kommen dabei regelmäßig aus der gesamten Sektion Regensburg. Stehen im Winter Skitouren, Lawinenkunde und Langlaufen auf dem Programm, geht es im Sommer zum Mountainbiken und Wandern dies- und jenseits der Grenze zum Nationalpark Sumava.

Eigenes Flair im Böhmerwald

Gerade der Böhmerwald ist auch für viele Einheimische mehr als 35 Jahre nach der Grenzöffnung noch unentdecktes Terrain, die Ortsgruppe jedoch war dort von Anfang an unterwegs. „Die Landschaft ist anders als im Bayerischen Wald, es hat ein ganz eigenes Flair“, sagt Hans. „Es geht vielerorts ruhiger zu, gleichzeitig ist der Böhmerwald touristisch teils sogar besser erschlossen als der Bayerische Wald.“ Außerdem taucht man an vielen Stellen tief in die Geschichte des Kalten Krieges ein, trifft etwa bei Ferdinandsthal auf alte Grenzanlagen und Bunker.

Die Geschichte der Ortsgruppe selbst beginnt kurz nach der Grenzöffnung im Jahr 1990: Nach einem Fotovortrag in Cham gründeten DAV-Urgestein Toni Putz und Herbert Mühlbauer die OG Bayerwald. Zahlreiche Bergfreundinnen und Bergfreunde, vorwiegend aus dem Bereich Arnschwang, beteiligten sich schon bald an den Aktivitäten der Gruppe. Gemeinsam mit Hans und Fritz zählen aktuell acht Aktive zum organisatorischen Kern der Ortsgruppe.





Zum Baden radeln

Zu einem jährlichen Highlight im Ortsgruppen-Kalender entwickelte sich schnell der Alpencross mit dem Mountainbike. Seit mittlerweile fast 30 Jahren heißt es jedes Jahr für acht Unerschrockene im August: „Zum Baden radeln an die Adria!“ Die Strecke variiert jedes Jahr, diesmal sind die oberitalienischen Seen im Visier der Waidler. „So richtig verfahren haben wir uns noch nicht“, erinnert sich Fritz. „Wobei: Einmal mussten wir die Radl über einen angeblichen Waldweg drei Stunden tragen. Der ‚Weg‘ war total zugewachsen und ausgewaschen.“

Im Winter zieht es die Ortsgruppe regelmäßig in die Brenner-Berge zum Skitouren-Wochenende. Station gemacht wird dabei im Gasthof Steckholzer inmitten des auch aus der Sendung „Bergauf bergab“ bekannten Schmirn- und Valsertals. Auf Vorschlag der OG konnte die Sektion Regensburg den Gasthof mittlerweile sogar als Vertragshaus gewinnen.

Winterliche Abend-Highlights sind darüber hinaus die jährliche Advents-Sitzweil sowie Bergbilder-Abende im Berggasthof „Gibacht“ in Waldmünchen: Meist donnerstagabends berichtet unter anderem OG-Mitgründer Toni Putz dort von Rad- oder Skitouren auf der ganzen Welt. Gemeinsam mit der Bergwacht Furth organisierte die Ortsgruppe Anfang April außerdem einen zweitägigen Erste-Hilfe-Workshop speziell für Outdoor-Sportler.

Für die Zukunft wünschen sich Fritz und Hans, dass die Ortsgruppe noch viele Jahre „Weiter so!“ machen kann. Deshalb freuen sie sich über Interesse und Verstärkung gerne auch durch jüngere Mitglieder. Auf die nächsten 35 Jahre!

✍️ Susanne Herr



Hans Grüneißl

Seit mehr als 40 Jahren ist Hans Grüneißl Mitglied im DAV Regensburg. Aktiv sowohl bergsteigerisch – dreimal war der heute 70-jährige in jungen Jahren für Hochtouren sogar in Nepal – als auch ehrenamtlich für den Verein. Das anstrengende Amt des Sektions-Kassenwarts hing der Eisenhändler 1992 sehr gerne an den Nagel, als für die noch junge Ortsgruppe Bayerwald ein Gruppenleiter gesucht wurde. Seitdem ist er dort nach eigener Aussage hauptsächlich als „Vergnügungswart“ aktiv. Sein Lieblingsziel ist mittlerweile der Böhmerwald, den er seit vielen Jahren mit dem Mountainbike erkundet.



Fritz Nirschl

„Im Sommer freue ich mich auf die Skitouren im Winter, im Winter auf die Mountainbike-Touren im Sommer“, sagt Fritz Nirschl. Der 61-jährige ist Ende der 90er Jahre zur Ortsgruppe gestoßen. Als Fachübungsleiter organisiert und gibt er Kurse für Skitouren, Lawinenkunde und Mountainbike. Seit einigen Jahren hat er auch das Wandern für sich entdeckt und lässt es bei Mehrtagestouren gerne etwas gemütlicher angehen. Sein Lieblingsplatz im Bayerischen Wald ist der Berggasthof Schareben bei Bodenmais, „weil er in den vergangenen Jahrzehnten nichts an seinem urigen Charme eingeübt hat“.

ORTSGRUPPE BAYERWALD

Aktivitäten: Mountainbiken, Ski- und Hochtouren, Langlauf, Wanderungen, Klettersteige und alpines Felsklettern

Kontakt:

Hans Grüneißl, 09971 8524 32, 0171 3666 269,
info@grueneissl-cham.de

Fritz Nirschl (FÜL Skibergsteigen, FÜL MTB),
0172 8650 568, fritz.nirschl@freenet.de

Herwig Decker, 0173 9588 485,
herwig-decker@t-online.de

Dr. Ludwig Engl, fam.engl@web.de

Thomas Schönberger, 09977 8288,
thschkon@t-online.de

Franz Vogl, 0152 0358 9054

Ausrüstungslager und Bücherei OG Bayerwald:

Warmleiten, 93473 Arnschwang

Kontakt: Reinhard Neumeier, 09977 1634,
ccmr.neumeier@t-online.de

Öffnungszeiten: nach telefonischer Vereinbarung

Programm:

jährlich rund 30 ein- und mehrtägige Gemeinschaftstouren in den Alpen und im Bayerwald, offen für alle Mitglieder der Sektion.

*Eine ausführliche Beschreibung der Veranstaltungen (Teilnahmevoraussetzungen, Ausrüstung, Teilnehmerzahlen, Kosten etc.) bitte der Homepage entnehmen unter:
www.alpenverein-regensburg.de/gruppen/ortsgruppen/og-bayerwald*



DAV-Naturfreunde-Kletterzentrum Bayerwald

Kontakt:

Kleemannstraße, 93413 Cham
09971 99698-0, Fax 09971 996829
info@kletterzentrum-bayerwald.de
www.kletterzentrum-bayerwald.de

Öffnungszeiten bis 31.03.2025:

Montag und Samstag geschlossen
Dienstag bis Freitag und
Sonntag 18:00 bis 21:30 Uhr

Bürozeiten:

Montag bis Freitag von 08:00 bis 17:00 Uhr



Juni bis Oktober 2025

So., 08.06. bis Sa., 14.06.2025 (Pfingsten)

MTB Thayatal

Das etwa 50 km nordwestlich von Wien gelegene, tief eingeschnittene Tal der Thaya (Dyje) ist ein bilateraler Nationalpark von Österreich und Tschechien mit einzigartiger Natur, wunderbaren Landschaften und zahlreichen kulturellen Sehenswürdigkeiten rundum. Zudem hat die Gegend eine lange Weinbautradition. Im tschechischen Teil können wir uns auf viele ausgewiesene Mountainbikerouten im und außerhalb des Naturschutzgebietes freuen.

Unser Standortquartier wird eine Pension in einem historischen Gebäude in der alten und wunderschönen, hoch über der Thaya gelegenen, mährischen Königsstadt Znojmo (Znojmo) sein. Wir legen unsere Ziele in gemeinsamer Absprache je nach Wetter fest, z.B. zum überaus pittoresken Städtchen Hardegg mit Burg, der Weinstadt Retz, den eindrucksvollen Schlössern Vranov (Frein) und Bitov (Vötteau) der Talsperre Vranov (Frein), den Ruinen Cornstejn (Zornstein), Kaja, oder Nový Hrádek (Neuhäusel), wir fahren vorbei an Weinbergen und zu Aussichtspunkten mit tollen Tiefblicken oder weiter Fernsicht.

Plätze: max. 8 Personen, Gemeinschaftstour

Anmeldung: geschlossen

Besprechung: nach Vereinbarung

Organisation: Hans Grüneißl

Fr., 27.06. bis So., 29.06.2025

Schwerer Klettersteig + alpinen Klettern bei Eisenerz

Geplant sind: Kaiserschild-KS, sehr anspruchsvoll und lang, Schwierigkeit D/E; Fledermausgrat, gut gesicherte Kletterei im 4. Grad, 11 Seillängen
Voraussetzung: solide Klettersteig- und Klettererfahrung

Ausrüstung: vollständige Klettersteig- und Kletterausrüstung! Seil + Sicherungsmittel nach Absprache.

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldung: geschlossen

Organisation: Franz Vogl und Dr. Ludwig Engl

So., 29.06.2025

MTB Bayern – Böhmen

Länge: 32 km, 900 Hm

Dauer: 3,5 Std. reine Fahrzeit

Treffpunkt: um 10:00 Uhr am Centrum Bavaria-Bohemia an der Weidinger Str. in 92539 Schönsee. Evtl. Fahrgemeinschaften bilden.

Mittelschwere MTB-Tour mit tollen Singletrail-Passagen im Up- und Downhill. Auf tschechischer Seite ist eine Einkehr geplant. Bitte an Geld und Ausweis denken! Getränke und Zwischenverpflegung mitführen. Helm ist Pflicht! Jeder Teilnehmer fährt auf eigenes Risiko. Für Schäden und Unfälle wird nicht gehaftet.

Organisation und Anmeldung: Robert Mückl (robert.mueckl@web.de)

Do., 03.07. bis So., 06.07.2025

MTB-Tour Karwendel – Oberland

Geplante Route: Wir parken in der Nähe des Tegernsees und fahren über „Fall“ (Jäger von Fall – Biergarten) und Vorderriß rein ins Karwendel, Übernachtung Plumsjochhütte; von hier weiter über den Achensee ins „Oberland“ zur Guffert-hütte; am 3. Tag zum Spitzingsee und hoch zum Bodenschneidhaus; am Schluss zurück zum Tegernsee.



Wir fahren bis zu 60 km / 1.200 Hm am Tag, meist aber weniger; die Strecke besteht überwiegend aus Forstwegen.

Je nach Teilnehmer-Zahl und Verfügbarkeit der Schlafplätze Hüttenänderungen möglich.

Anmeldung: geschlossen

(fritz.nirschl@freenet.de)

Plätze: max. 6 Personen

Organisation: Fritz Nirschl

Do., 24.07. bis So., 27.07.2025

Gipfelhütten-Bergwanderung im Ötztal

Im Ötztal, östlich von Sölden, findet sich die „stille Seite des Ötztals“, das Seitental „Windachtal“. Ziel der Tour sind Gipfel-Hütten mit herrlichem Fernblick: Gipfelhütte Brunnenkogelhaus (2.738 m), danach Zwischenstation in der Hildesheimer Hütte (ca. 2.899 m) und weiter zum Höhepunkt Hochstuba-Hütte (3.173 m). Wir sind dabei auf Bergwanderwegen täglich bis zu 6 Std. und ca. 1.000 Hm im Aufstieg unterwegs.

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldung: geschlossen

bei Fritz Nirschl (fritz.nirschl@freenet.de)

Organisation: Fritz Nirschl

Fr., 25.07. bis So., 27.07.2025

Klettersteig im Wilden Kaiser

Freitag: Anton-Karg-Haus, Samstag: Kufsteiner Klettersteig (bis D), Sonntag: Abstieg und Klettersteig Kitzbüheler Horn (kurzer KS, C/D)

Ausrüstung: komplettes Klettersteig-Set mit Helm

Voraussetzung: solide Klettersteig-Erfahrung

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldung: per Mail bei Franz Vogl

(franz.vogl9@freenet.de)

Anmeldeschluss: 22.06.2025

Organisation: Franz Vogl und Dr. Ludwig Engl

Fr., 25.07. bis So., 27.07.2025

MTB-Tourenwochenende im Vorwald

Unser „Vorwaldwochenende“ hat sich zu einem überaus beliebten „Klassiker“ entwickelt. Auch heuer wollen wir bei zwei ausgedehnten Touren ein relativ unbekanntes Stück „Bayerwald“ erkunden. Organisator und Guide ist wieder unser ausgewiesener Gebietskenner Lothar Fuchs. Unser Stützpunkt ist wieder das urige und wunderschön gelegene „Waldlerhaus“ in Aumbach bei Rettenbach.

Plätze: max. 8 Personen

Übernachtung: im Selbstversorgerhaus, Bettwäsche vorhanden; Frühstück, Kaffee und Kuchen auf Wunsch durch den Gastgeber

Anmeldung: geschlossen

Organisation: Lothar Fuchs

Fr , 22.08. bis So., 24.08.2025

Klettern in den Tannheimer Bergen

Stützpunkt: Tannheimer Hütte oder Gimpelhaus
Es sind mehrere Routen von 3+ bis 5- mit einer Länge von 5 bis 9 Seillängen möglich.

Voraussetzung: Klettererfahrung im Fels

Ausrüstung: Vollständige Kletterausrüstung!
Seil + Sicherungsmittel nach Absprache.

Plätze: max. 4 Personen

Anmeldung: geschlossen

Organisation: Franz Vogl und Dr. Ludwig Engl

Fr., 22.08. bis So., 24.08.2025

Bergwandern in der Bergwelt des Soiernkessels

Nur wenige Kilometer vom Massentourismus von Garmisch entfernt tauchen wir in die ruhige, abgeschiedene Bergwelt des Soiernkessels ein. Anreise mit privatem Pkw.

Freitag: Anreise nach Kürn, Aufstieg zum Soiernhaus über die Fischbachklamm und den Lakaiensteig. Gehzeit: 3 Std., 810 Hm

Samstag: Bergwanderung über Soiernspitze (2.257 m), Reißende Lahns Spitze (2.209 m), Feldernkopf (2.071 m), Schöttelkarspitze (2.050 m) und zurück zum Oberen Soiernhaus, Gehzeit: ca. 5 Std., ca. 900 Hm

Sonntag: Abstieg über Fischbachalm – Wallgau – Isarauen zurück nach Kürn, alternativ über Krapfenkarspitze und Krinner-Kofler-Hütte nach Kürn; Gehzeit: 5 Std., 600 Hm

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldung: bei Herbert Mühlbauer bis 30.06.2025 (muehlbauer@gmx.de)

Organisation: Herbert Mühlbauer



So., 24.08. bis So., 31.08.2025

Transalp 2025

Alpencross Oberitalienische Seen

In wechselnder Zusammensetzung der Gruppe haben wir nun schon auf fünfundzwanzig verschiedenen Routen mit dem Rad Teile der Alpen über- und durchquert; auch bei bisweilen nicht optimalen Wetterverhältnissen war die Tour dem Vernehmen nach für jeden Teilnehmer ein einmaliges Erlebnis, so dass wir sie heuer zum 26. Mal – höchstwahrscheinlich zum letzten Mal – anbieten.

Voraussetzung: ist eine gute Kondition für Tagesetappen von durchschnittlich 60 km und 1.400 Hm, Flexibilität und viel Humor; geplant sind wieder sechs Tourentage und ein „Rasttag“ am Ziel. Eine detaillierte Ausrüstungsliste ist auf Wunsch gerne bei mir erhältlich.

Vorgesehene Route (Änderungen möglich):

Samstag: Treffen in Riva

Sonntag: Riva – Lago di Ledro -Lago d Idro / Anfo

Montag: Lago d'Idro – Bovegno

Dienstag: Bovegno – Lago d Iseo / Castro

Mittwoch: Lago d'Iseo – Piazza Brembana

Donnerstag: Piazza Brembana – Lago di Como / Menaggio

Freitag: Lago di Como – Lago Maggiore / Locarno

Samstag: Rasttag, evtl. Cimetta

Sonntag: Rückfahrt mit Shuttle von Locarno nach Riva / Heimreise.

Anmeldung: Möglichst frühzeitig und schriftlich (bzw. per E-Mail) bei Hans Grüneißl.

Den Besprechungstermin legen wir nach Absprache mit den Teilnehmern fest.

Plätze: max. 8 Personen

Organisation: Hans Grüneißl

Di., 09.09. bis Do., 11.09.2025

Seniorenwanderung in den Kitzbüheler Alpen

Unser Motto: Wandern und Genießen

Und: Es muss nicht immer Wochenende sein!

Dienstag: Anreise ab Regensburg in Fahrgemeinschaften zum Gasthof Wegscheid, Kelchsau. Aufstieg zur Bamberger Hütte auf 1.761 m (637 Hm, ca. 2,5 Std.).

Mittwoch: Bamberger Hütte – Östlicher Salzachgeier auf 2.466 m (720 Hm, ca. 3 Std.)

Donnerstag: Tristkogel (2.359 m) oder Kröndlhorn (2.444 m), Abstieg und Heimfahrt nach Regensburg

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldung: bis 30.06.2025

bei Günter Bock (berge@guenter-bock.de)

Organisation: Günter Bock



ORTSGRUPPE STÄTTEDREIECK

Aktivitäten: regionale Wanderungen, einfache und anspruchsvolle Bergwanderungen, Hochtouren, leichte Klettertouren, Klettersteige, Radtouren, Winter- und Schneeschuhwanderungen

Kontakt:

Joachim Hofmann, 09471 979 66, 0160 9487 5191,
joachimhofmann50@gmx.net

Christine Sebast, 09471 206 39,
c1sebast@t-online.de

Siegfried Fischer, 09471 2405,
siegfried.fischer@219.alpenverein.digital

Ausrüstungslager OG Städtedreieck:

Glashütte 18 (Loisitz) in Teublitz
(b. Joachim Hofmann)

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 17:00 bis 19:00 Uhr,
und nach Vereinbarung

Programm:

jährlich rund 30 ein- und mehrtägige Gemeinschaftstouren in den Alpen und in der Region, offen für alle Mitglieder der Sektion. Um Anmeldung bei der Organisation wird gebeten.

Natürlich gibt es außer den offiziellen Touren noch weitere Unternehmungen. Am besten immer wieder mal bei den Monatstreffen vorbeischauen.

Termine:

jeden 1. Montag im Monat um 20:00 Uhr
im Gasthof Sauerer in Burglengenfeld

Juni bis Oktober 2025

So., 15.06.2025

Vergessene Wege

Von Grattenbach zur Rossalm (1.681 m), Wandspitz (1.685 m), Mühlhornwand (1.658 m), Mühlhörndl (1.518 m) auf einsamen Pfaden. Option für Konditionsstarke ist der Geigelstein (circa 1.080 Hm).

Organisation: Reinhold Regensburger

Fr., 27.06. bis So., 29.06.2025

Mittenwalder Hütte – Noesteig

Mit Bayernticket. **Tag 1:** Anfahrt und Aufstieg zur Mittenwalder Hütte auf 1.518 m. **Tag 2:** Aufstieg zur Nördlichen Linderspitze (2.372 m). Dann via Noesteig hinüber/hinunter zur Brunnsteinhütte. **Tag 3:** Über den Leitersteig zurück nach Mittenwald und Heimfahrt.

Organisation: Siegfried Fischer

Fr., 19.09. bis So., 21.09.2025

MTB-Herbstfahrt Tauernblick

Voraussichtlich wird die Herbstfahrt 2025 wieder einmal in den Pinzgau gehen.

Als Ziele bieten sich die bewirtschafteten Hütten und Almen im Bereich von Maiskogel, Hundstein und Schmittenhöhe an. Bei gutem Wetter genießen wir traumhafte Ausblicke in die meist schon verschneiten Hohen Tauern. Touren bis etwa 1.000 Höhenmeter und 50 Kilometer. Anreise in Fahrgemeinschaften.

Unterkunft: im Gästehaus Steger, Kaprun, DZF 72 € pro Person und Nacht.

Anmeldung: verbindlich und schriftlich (bzw. per Mail) bis spätestens 01.07.2025 bei Hans Grüneißl

Plätze: max. 8 Personen

Organisation: Hans Grüneißl

Fr., 24.10. bis So., 26.10.2025

Böhmerwaldwanderung

Der Ausgangspunkt unserer traditionellen Böhmerwaldwanderung wird wieder eine komfortable Unterkunft im zentralen Böhmerwald oder im Böhmerwald-Vorland sein.

Von unserem Quartier, oder mit kurzer Anfahrt, werden wir zwei reizvolle Wanderungen unternehmen; Gehzeiten ca. 6 Std.. Die Ziele passen wir der Wetterlage an.

Genauere Informationen sind zeitnah auf der Homepage der Ortsgruppe Bayerwald zu finden. Gemeinschaftsveranstaltung von Ortsgruppe Bayerwald und Sektion Regensburg.

Plätze: max. 20 Personen

Anmeldung: (für alle) bei Hans Grüneißl bis spätestens 31.07.2025

Organisation: Hans Grüneißl, Toni Putz



Fr., 04.07. bis So., 06.07.2025

Rund um Lofer

Ziele: Rundtour Großes Hundshorn (1.703 m) ab Hirschbichl über Hundsalm (770 Hm), Rundtour Grubhörndl (1.747 m) und Gfällhörndl mit 1.000 Hm Aufstieg und 700 Hm Abstieg bei Bahnbenutzung (nur Gfällhörndl: 500 Hm) oder von Mittelstation Loderbichl über Bräugfällalm zum Gipfel. Alternativ diverse Klammen. Über Bräugfällalm zum Gipfel. Alternativ diverse Klammen.
Übernachtung: Quartier im Tal
Organisation: Christine Sebast

So. 06.07.2025

Viererspitze (2.054 m)

Von Mittenwald hinauf zur Dammkarhütte. Über Viererkar und Viererscharte zum Gipfel.
Schwierigkeit: Kletterstellen UIAA II beim Gipfelanstieg
Organisation: Joachim Hofmann

Do., 17.07. bis So., 20.07.2025

Mainzer Höhenweg

Tag 1: Von Plangeross (1.612 m) zur Rüsselsheimer Hütte (2.323 m). **Tag 2:** Aufstieg zum Rheinland-Pfalz-Biwak (3.247 m). **Tag 3:** Weiterweg zur Braunschweiger Hütte (2.759 m). **Tag 4:** Abstieg nach Mittelberg (1.736 m) und mit Bus nach Plangeross. Hochalpine Tour durch Schnee, Fels und Geröll.
Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 26.07. bis So., 27.07.2025

Musterstein (2.478 m)

Aufstieg von Ellmau zur Meilerhütte (1.350 Hm). **Tag 2:** über Westgrat auf den Musterstein
Schwierigkeit: II – III nach UIAA, Abstieg über das Angerloch
Organisation: Joachim Hofmann

Fr., 08.08. bis So., 10.08.2025

Hochgall (3.435 m)

Tag 1: Aufstieg von Rein (1.596 m) zur Hochgallhütte (2.276 m). **Tag 2:** Über Graues Nöckl (3.084 m) zum Gipfel. Schwierigkeit I – II. Retour zur Hochgallhütte. **Tag 3:** Abstieg und Heimreise
Organisation: Joachim Hofmann

Do., 21.08. bis So., 24.08.2025

Karnischer Höhenweg

Tag 1: Von Gailtalbundesstr. über Nostra zur Hubertuskapelle (1.120 m). Dann hinauf zum Rifugio Lambertenghi (1.950 m). **Tag 2:** Aufstieg über Klettersteig C/D oder Koban Brunnerweg A/B zur Hohen Warte (2.781 m). Zurück zur Hütte Lambertenghi. **Tag 3:** Rauchkofel (2.460 m) oder Seekopf (2.554 m). Anschließend Abstieg und Heimreise oder nochmal Übernachtung auf der Lambertenghi-Hütte.
Organisation: Reinhold Regensburger

So., 31.08. bis Mo., 01.09.2025

Schönfeldspitze (2.653 m)

Tag 1: Aufstieg zum Riemannhaus und Übernachtung (1.080 Hm). **Tag 2:** Direktaufstieg zur Schönfeldspitze. Abstieg über Wurmkopf (2.451 m) und Schöneegg (2.389 m). Weiter bergab mit etwas kniffliger Routenfindung. Am Napfetzter links vorbei und zum Parkplatz.
Organisation: Joachim Hofmann

Do., 11.09. bis So., 14.09.2025

Dolomitengipfel rund um Ampezzo oder

Brenta mit z.B. Gipfel Cima Tosa

Entscheidung je nach Nachfrage.
Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 27.09.2025

Frauentour

Vom Talort Rettenbach auf Schopf und Grandsberg. 406 Höhenmeter
Organisation: Christine Sebald

Mi., 08.10. bis Fr., 10.10.2025

Wanderungen rund um die Steinwaldhütte

Karstkundlicher Pfad von Neuhaus zur Steinernen Stadt. Felsenlabyrinth Luisenburg/Kösseine. Waldnaabtal
Organisation: Joachim Hofmann

So., 19.10.2025

Abwandertour

Einfache Wanderung mit Gipfelüberraschung
Organisation: Joachim und Irmgard Hofmann

Buchtipps

38 Tagestouren ohne Stress

Kein Stau, kein Planungsstress zur Rückfahrt an den Ausgangsort: Endlich ist er da, der Wanderführer für Bergsafaris für Durchquerungen und Überschreitungen zwischen Allgäu und Berchtesgadener Land von Michael Vitzthum, Angelika Feiner und weiteren Autoren. Nach dem Skitourenführer mit Öffis können nun auch die Wandfans Tagestouren mit Bahn und Bus unternehmen, mit unterschiedlichem Start- und Zielpunkt.



Michael Vitzthum,
Angelika Feiner et al.
Natürlich mit Öffis
Die besten Bergtouren
ab München
mit Bahn & Bus
Rother Bergverlag
24,90 €



**Alle neuen Bücher
gibt es jetzt
auch in unserer
Sektions-Bücherei**

Öffnungszeiten
Mo 16-19 Uhr
Mi 15-19 Uhr
Fr 10-13 Uhr



Christof Herrmann
**Alpenüberquerung
Salzburg – Triest**
28 Etappen durch 3
Nationalparks, 4 Länder
und 7 Gebirgsgruppen
bis ans Mittelmeer
Rother Bergverlag
17,90 €



Stefan Baur, Paul Werner et al.
**Klettersteige Bayern
– Vorarlberg – Tirol –
Salzburg**
90 Touren zwischen
Bodensee und Salzburg
Rother Bergverlag
19,90 €



Stefan Heim
Walserweg Vorarlberg
In 25 Etappen vom
Brandnertal über
Triesenberg nach
Laterns und Damüls
Tyrolia Verlag
28,00 €



Uli Preunkert und
Holger Saarschmidt
**Transalp mit dem
Gravelbike**
Auf unbefestigten
Wegen über die Alpen
Bruckmann Verlag
22,99 €



Sabrina Fiebrig
**Wanderspaß mit
Kindern in Franken**
40 erlebnisreiche Touren
Bruckmann Verlag
16,99 €



Andrea und Harald Hesse
**Wandern für die Seele:
Wohlfühlwege Chiemgau**
20 Touren rund um
den Chiemsee und
im Chiemgau
Droste Verlag
18,00 €



Heiko Gietlhuber
**Wanderführer
Köttzinger Land &
Land der Regenbogen**
Entdecker-Touren
rund um Bad Kötzting,
Cham & Roding
Battenberg Bayerland Verlag
19,90 €

Wichtige Adressen

DAV Sektion Regensburg

Adresse:

Sektion Regensburg des Deutschen Alpenvereins
St.-Katharinen-Platz 4, 93059 Regensburg
info@alpenverein-regensburg.de
www.alpenverein-regensburg.de

Geschäftsstelle:

St.-Katharinen-Platz 4, 93059 Regensburg
Tel. 0941 463 990 - 30

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 09:00 – 13:00 Uhr
Mittwoch: 09:00 – 16:00 Uhr
Montag: 15:30 – 18:30 Uhr

Bankkonto der Sektion:

Volksbank Raiffeisenbank Regensburg
Schwandorf eG
IBAN: DE48 7509 0000 0000 0350 09
BIC: GENODEF1R01

Ausrüstungslager und Bücherei

Adresse:

St.-Katharinen-Platz 4, 93059 Regensburg
verleih@alpenverein-regensburg.de
Andere Öffnungszeiten als Geschäftsstelle

Öffnungszeiten:

Montag: 16:00 – 19:00 Uhr
Mittwoch: 15:00 – 19:00 Uhr
Freitag: 10:00 – 13:00 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg

Adresse:

Am Silbergarten 6, 93138 Lappersdorf
Tel. 0941 463 990 - 50
service@kletterzentrum-regensburg.de
www.kletterzentrum-regensburg.de

Öffnungszeiten:

täglich von 10:00 – 22:00 Uhr

Wichtige Funktionen

1. Vorsitzender

Max Dolles

Stellvertretende Vorsitzende

Stefan Nargang, Lena Fuchs, Markus Rühr,
Manuel Höllering, Siegfried Fischer,
Wolfgang Dobner

Geschäftsführerin

Sabrina Esser, Kontakt über Geschäftsstelle

Naturschutzreferent

Reinhardt Neft
naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de

Vortragskoordinator

Oliver Brendel
vortraege@alpenverein-regensburg.de

Redaktion des Mitteilungsblattes

GST DAV Regensburg, Linda Brendel, Julia Achatz,
Susanne Herr, Barbara Ederer, Leonie Bechtold,
Melissa Kutscher, Corinna Fernando
Lektorat: Marion Glaser, Theresia Weiß,
Marion Bieler



Vorschau

*Das nächste Mitgliedermagazin
der DAV Sektion Regensburg
erscheint am 01. Oktober 2025*

Titelthema: Gesundheit



Info auf
Seite 44



Unser Haus in den Bergen

**Wart ihr schon in unserem wunderschönen
Berg- und Skiheim Brixen im Thale?**

Herrlich gelegen zwischen Kufstein und Kitzbühel, gleich hinter dem Wilden Kaiser, bietet unser ganzjährig geöffnetes Selbstversorgerhaus die beste Ausgangslage für eure Outdooraktivitäten, zum Beispiel tolle Bike- und Hike-Touren. Ganz besonders ist unser Berg- und Skiheim für Familien geeignet.



**Unser Haus ist
unkompliziert und
schnell mit der
Bahn erreichbar.**



GLOBETROTTER
RE.THINK



WIR KAUFEN DEINE GEBRAUCHTE OUTDOOR-AUSRÜSTUNG.

UND SO EINFACH GEHT'S:

-  1. Komm mit deiner gut erhaltenen Markenausrüstung in die Filiale.
-  2. Unser Fachpersonal überprüft deine Ausrüstung und macht dir ein faires Gutscheinangebot.
-  3. Du kannst deinen Globetrotter Gutschein gleich beim nächsten Einkauf einlösen.

MAXIMILIANSTRASSE 13 | REGENSBURG
GLOBETROTTER.DE