

AUSBLICK

Mitteilungsblatt 1/2026



Hohe Ziele

23.4.
Mitglieder-
versammlung
im DAV Kletterzentrum
Regensburg



Faszination Hochtouren

HOHE ZIELE. GEMEINSAM ERREICHEN WIR MEHR.



Neue Gipfel zu erklimmen beginnt mit einer Entscheidung: den ersten Schritt zu wagen, sich vorzubereiten und auf einen starken Partner zu vertrauen. Ob auf Hochtour in den Bergen oder auf dem Weg zu persönlichen und finanziellen Zielen: Ausdauer, Mut und mentale Stärke machen den Unterschied.

Als Genossenschaftsbank stehen wir unseren Mitgliedern und Kunden genau dabei zur Seite. Verwurzelt in der Region und getragen von dem Gedanken des Miteinanders begleiten wir Sie auf Ihrem individuellen Weg. Verlässlich, vorausschauend und auf Augenhöhe.

Denn große Ziele erreicht man selten allein. Mit gemeinsamer Stärke, klarer Orientierung und einem sicheren Fundament lassen sich neue Höhen erklimmen.



**Volksbank Raiffeisenbank
Regensburg-Schwandorf eG**



Liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde,

hohe Ziele führen uns auf Gipfel, über Gletscher und in jene Regionen der Berge, die besondere Faszination, aber auch besondere Verantwortung mit sich bringen. Hochtouren stehen sinnbildlich für diese alpinen Unternehmungen. Sie verlangen nicht nur Kondition, Technik, Wissen und Erfahrung, sondern vor allem auch sorgfältige Vorbereitung. Eine realistische Tourenplanung, eine gute Einschätzung der aktuellen Verhältnisse, die passende Ausrüstung und eine ehrliche Selbsteinschätzung sind wichtige Bestandteile für ein erfolgreiches und sicheres Abenteuer in den Bergen.

In dieser Ausgabe berichten Bergführer von tiefgreifenden Veränderungen im Hochgebirge. Der Rückgang der Gletscher ist unübersehbar und birgt einige Risiken. Spalten verändern sich, Übergänge werden instabil, aperes Eis und brüchiger Fels erhöhen die naturgegebenen Gefahren. Vermintlich bekannte Routen sind nicht mehr so berechenbar bzw. sicher wie sie einst waren und klassische Zeitfenster verschieben sich. Hohe Ziele anzustreben bedeutet unter diesen Bedingungen noch einmal vermehrt flexibel zu bleiben, aufmerksam zu beobachten und auch den Mut zu haben umzudrehen, solange es noch sicher ist.

Eines unserer Vereinsziele ist es, euch Mitglieder zu verantwortungsbewussten und selbständigen Bergsteiger*innen auszubilden. Eine Grundlage dafür auch hohe Ziele anzugehen. Wenngleich hohe Ziele nicht immer mit Zahlen messbar sind. Es sind die eigenen Ziele wie zum Beispiel die erste selbst geplante Tour, eine seilversicherte Passage, ein schmaler Grat oder einfach den Mut zu haben, die eigene Komfortzone zu verlassen.

Inspirierungen zu persönlichen Zielen liefert auch unsere Bergkino-Reihe, die am 11. Februar im Leeren Beutel beginnt. An vier Abenden erzählen eindrucksvolle Filme von Menschen, Bergen und Visionen. Unser Antrieb sind hohe Ziele, ob zahlenmäßig messbar oder von innen heraus.

Zum Schluss lade ich euch noch herzlich zu unserer Mitgliederversammlung am 23 April ein. Hier kann der Verein aktiv mitgestaltet werden.

Viel Spaß beim Lesen und bis bald!

Max Dolles
1. Vorsitzender



AUSBLICK digital

Helft uns Ressourcen zu schonen!

Unser Mitgliedermagazin AUSBLICK möchten wir künftig verstärkt in digitaler Form zur Verfügung stellen.

Könnt ihr euch vorstellen, auf den gedruckten AUSBLICK zu verzichten? Super! Damit tragt ihr nicht nur aktiv zum Schutz unserer Umwelt bei, sondern unterstützt auch die Arbeit unseres Vereins. Die eingesparten Mittel können für zahlreiche gemeinnützige Projekte genutzt werden, u.a. die Jugendarbeit, unsere Hütten und die Bergsportausbildung.

Einfach das kleine Formular ausfüllen:
<https://forms.office.com/e/4dFm9rZbYw>



und schon erhaltet ihr den nächsten AUSBLICK in digitaler Form und sogar ein wenig früher als die postalische Variante.

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: 089 280 56 28

Druck:

Schmidl. Druck + Medien GmbH
Hofer Str. 1, 93057 Regensburg
Telefon: 0941 6 96 95 - 0
Telefax: 0941 6 96 95 - 10
www.schmidl-druck.com
Auflage: 10.000 Exemplare



Redaktionsschluss:

für die nächste Ausgabe: 01.04.2026

Titelbild:

Hochgefühl im Wallis: Marco Degasperi freut sich über Sonne am Gipfel des Weissmies.

✉ Christina Leupold

Alles rund um den Baum



vom staatl. geprüften Baumfachwirt
Marcus Klemm
Tel: 09 41/3 96 61 39
Mobil: 01 76/21 00 84 67
macatalpa@web.de Baumbeurteilung
Kronenpflege
Fällungen
Seilklettertechnik
Obstbaumschnitt
Pflanzungen



Nachwuchs? Wir gratulieren!

Schon gewusst?

Eure Kinder könnt ihr – kostenfrei bis inklusive zum Jahr, in dem sie ihren 18. Geburtstag feiern – in eure Familienmitgliedschaft mit aufnehmen lassen. Alleinerziehende können ihre Kinder ebenfalls kostenfrei anmelden. Kurz darauf ist der Ausweis unterwegs und eure Kinder kommen in den Genuss der günstigeren Hüttenpreise, der Alpinversicherung und der Familienangebote der Sektion.



Ermäßigung für Partner

Wenn dein Lebenspartner oder deine Lebenspartnerin auch dem DAV beitreten möchte, müsst ihr übrigens nicht verheiratet sein und auch keine eingetragene Lebensgemeinschaft vorweisen können. Eine gemeinsame Adresse und IBAN genügt, um den Vorteilspreis der Partner- bzw. Familienmitgliedschaft nutzen zu können. 140 Euro kostet die Mitgliedschaft für die ganze Familie, mit und ohne Standesamt.

Inhalt

Aktuelles aus der Sektion	6
Termine → 6, Vorträge → 7, Bergkino → 10, Ehrenabend → 12, Trauerfälle → 11, Peters Kolumne → 11	
Hohe Ziele	14
Hoch hinaus – zwischen Ehrgeiz und Demut → 14, Im Hier und Jetzt – Martina Hejtmanec im Interview → 17, Zwischen Eis und Fels – Der Weg zur ersten Hochtour → 18, Berge in Bewegung – Rund um die Neue Regensburger Hütte → 21, Hochtourentipps → 24	
Engagement in der Sektion	27
Hauptamtlich engagiert → 27, Neu im Ehrenamt → 28	
Mitgliederversammlung	30
Tagesordnung → 30, Einladung → 31	
Naturschutz	32
Naturschutzteam, Hakensanierung, Bergkino, Museumsbesuch → 32	
Bergsport	34
Kurs-Know-how: Schneeschuhbergsteigen → 34, Kontaktdaten Ressorts → 35	
Unterwegs	36
Mehrseillängenrouten in den Loferer Steinbergen → 36, 8 Tage Sarntaler Hufeisen → 38, Haus Hammer – Familienspaß im Leitzachtal → 40, Wildalmkirchlbawik im Steinernen Meer → 41	
Hütten	42
Hütten-Übersicht → 42, Hanslberghütte – uriger geht's nicht → 44, Vertragshäuser → 45	
Jugend DAV Regensburg	46
Sektionsgruppen	48
Familiengruppen → 48, Eltern-Kleinkind-Klettern → 48, Familienklettern → 48, Seniorengruppe → 49, Gruppe 50 PLUS → 50, Achtsam unterwegs → 50, Allrounder → 50, Alpenmädels → 51, Alpingruppe 24 → 51, Berggenuss → 51, Fotografie am Berg → 51, Generation Frischluft → 52, Gleitschirmgruppe → 52, Hochtourengruppe → 52, Hüttentouren → 54, Hunderunde → 54, Inklusion → 54, International Group → 54, Kaiserschmarrngruppe → 55, Klettersteiggruppe → 55, Laufgruppe → 55, Mountainbikegruppe → 56, MTB-Gravity-Gruppe → 56, Rund um Regensburg → 57, Ski- und Sommerymnastik → 57, Skitouengruppe → 57, Sportklettergruppe → 57, Trailrunning → 60, Walkgruppe → 60, Ortsgruppe Bayerwald → 61, Ortsgruppe Städtedreieck → 63	
Buchtipps	65
Wichtige Adressen	66

Termine

Veranstaltungen März bis Mai 2026

Donnerstag, 19.03.2026 / 19:00 Uhr

Besprechungsraum Geschäftsstelle,
St.-Katharinen-Platz 4, Regensburg

Info-Abend für das Trainer- Ausbildungsjahr 2027

Interessiert an einer Ausbildung im Bereich Bergsport sowie Kurse und Touren zu leiten? Um 19:00 Uhr startet der Infoabend im Besprechungsraum der Geschäftsstelle der Sektion.

Anmeldeinfos auf
www.alpenverein-regensburg.de

Dienstag, 23.04.2026 / 18:00 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth

Mitgliederversammlung der Sektion

Die Agenda findet ihr auf S. 30.
Schriftliche Anträge zu allgemeinen Aufgabenbereichen sind noch bis 12.03.2026 möglich.

Sonntag, 17.05.2026 / 10:00 – 17:00 Uhr

Walderlebniszentrums Regensburg, Riegling

Familientag

Jetzt hat er schon Tradition, der Familientag – wir feiern das 5. Jubiläum. Bei Lagerfeuer, Kuchen und Spielen im Wald lernen sich die Familien der Sektion kennen und pflegen Bergfreundschaften. Unsere Familiengruppen stellen sich mit einem kleinen Programm vor.



101 Jahre Zwieselstein

Die Talherberge Zwieselstein prägt seit 1925 das Ötztal – ein Ort, an dem sich Berggeschichte und Natur begegnen. Direkt am E5 gelegen, wurde sie von der Sektion Hamburg erbaut und 1991 von der DAV Sektion Regensburg übernommen. Nach dem Umbau 1992 ganzjährig geöffnet, feiert sie vom **09. bis 10. Mai 2026** ihr 101-jähriges Bestehen – ein Stück gelebte Alpenvereinsgeschichte.

100 Jahre

Auch die urige Hanslberghütte feiert Jubiläum – vom **19. bis 21. Juni 2026**. Ein Tag steht ganz im Zeichen des Sportkletterns an den nahegelegenen Kletterfelsen, dazu kommt ein bunt gestalteter Kindernachmittag. Am Sonntag rundet ein Tag der offenen Tür mit offiziellem Rahmenprogramm das Fest ab. Ein detaillierter Festablauf wird frühzeitig bekanntgegeben. Wir freuen uns darauf, mit euch gemeinsam 100 Jahre Hanslberghütte zu feiern!



35 JAHRE

ORTSGRUPPE STÄDTE DREIECK

mit Tag der offenen Tür

Wo?

Mehrgenerationenhaus
93158 Teublitz-Saltendorf
Rötleinstr. 35

Wann?

25. April 2026
14:00 bis 18:00 Uhr

Die Ortsgruppe stellt sich vor:

- Wanderungen regional und alpin
- Klettersteige
- Schneeschuh Touren
- umfangreiches Programm 2026 und vieles mehr

Jubiläumshighlights

- Verlosung mit attraktiven Preisen
- Kaffee und Kuchen
- Basar mit neuwertigem Equipment

Habt ihr Lust?

Wir suchen Organisator*innen für das Familienwandern mit Kindern und für Bergtouren aller Art, moderat bis anspruchsvoll.

Aktuelle Vorträge

Referent*innen

Toni Putz engagiert sich seit über 50 Jahren ehrenamtlich für die Sektion, davon über 25 Jahre als 1. Vorsitzender.



Dr. Marit Möhwald entwickelt im Amt für Sport und Freizeit der Stadt Regensburg den Sport in der Region weiter. Sie liebt das Klettern und Reisen, gerne auch mit dem Rad.



Uwe Stanke hat 2017 sein Hobby zum Beruf gemacht und ist als Goldsteig-Wegemanager in Ostbayern unterwegs.



Prof. Dr. Ralf Linker ist Direktor der Neurologischen Klinik der Universität Regensburg, Bergsteiger und langjähriges Mitglied der Sektion.



Dienstag, 03. Februar 2026 / 19:30 Uhr
DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Wandern ohne Auto – Tourenvorschläge mit Bus oder Bahn in Ostbayern

Referent: Uwe Stanke, Ostbayern Tourismus

Auf dem Goldsteig wandern, eine Trekkingtour durch den Oberpfälzer Wald unternehmen, die acht Tausender erklimmen – das alles lässt sich am besten mit den Öffis erreichen. Uwe Stanke, Wegemanager des Goldsteigs, schlägt euch zahlreiche Tourenziele im Bayerischen Wald und im Oberpfälzer Wald vor, die ihr bequem mit Bus und Bahn ansteuern könnt. Ob mit Igelbus, Wald- oder Ilztalbahn, Wanderwege sind im Bayerwald gut vernetzt. Das Auto kann im nahen Regensburg ruhig einmal stehen gelassen werden.

Dienstag, 24. Februar 2026/ 19:30 Uhr
DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Schwarzwald-Durchquerung – Teil 2: Von der Donauquelle an die Schweizer Grenze

Referent: Toni Putz

Was der Blick vom Berg Brend am Ende des Nordteils der Durchquerung versprach, ging in Erfüllung: abwechslungsreiche Landschaften, wilde Schluchten, eine 450 m lange Hängebrücke, Wasserfälle, hohe Berge mit Sicht bis in die Berner Alpen und wunderschöne Schwarzwaldhäuser. Dies bei bestem Wetter und blühenden Wiesen! Zum Schluss gab es ein besonderes Schmankerl. Die Fahrt mit einem historischen Dampfzug der Sauschwänzlebahn nahe der Schweizer Grenze. In vielen Kehren und Schleifen überwindet sie auf einer Strecke von 25,6 km einen Höhenunterschied von 230 m bei nur 9,5 km Luftlinie.

Aktuelle Vorträge



Donnerstag, 26. Februar 2026 / 19:30 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Tourenportale und Handy-Apps beim Bergsteigen

Referent: Toni Putz

Von der Handy-App fehlgeleitet und der Route gefolgt, bis es kein Vor und Zurück gibt – eine Situation dieser Art wird „Blockierung“ genannt. Diese Fälle häufen sich nach Auskunft der Bergwacht in letzter Zeit dramatisch, auch wenn Tourenportale oder Apps nicht immer der Auslöser sind. Im Vortrag versucht Toni Putz, Ursachen und Lösungsmöglichkeiten dieser Ereignisse aufzuzeigen. Neben den Gefahren, in die man sich selbst und andere bringt, kann ein Bergwachteinsatz auch teuer werden, wenn kein medizinischer Notfall vorliegt.

Donnerstag, 05. März 2026 / 19:30 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Böhmen: Landschaft und Kultur

Referent: Toni Putz

Böhmen, jahrelang durch den „Eisernen Vorhang“ für uns nahezu unzugänglich und ein breiter Streifen jenseits der Grenze nur dem Militär vorbehalten, konnte sich dank dieser Umstände eine fast ursprüngliche Natur mit tiefen Wäldern, frei fließenden Flüssen und Bächen sowie weiten Hochmooren erhalten. Unser Nachbar hat aber noch mehr zu bieten: historische Altstädte mit pittoresken Plätzen und herrlich restaurierten Bürgerhäusern sowie eine Vielzahl an Schlössern und Burgruinen. Der Stadtkern von Susice/Schüttenhofen wird durch die Zeit geprägt, als hier Salz und Gold gewonnen wurde. Nicht weit entfernt liegen die Burgruinen Rabi, Kasperk und Velhartice. Rabi ist die größte Böhmens, Kasperk weitgehend unzerstört. Velhartice zählt zu den romantischsten Burgen Böhmens.



Zeig's uns!

Die Bilder deiner besonderen Bergerlebnisse sind einfach zu schön, um sie für dich zu behalten?

Teile sie mit Bergfreundinnen und Bergfreunden in einem ehrenamtlichen Vortrag!

Wir freuen uns auf dich!
E-Mail an
vortraege@alpenverein-regensburg.de



Donnerstag, 12. März 2026 / 19:30 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Nepal: Auf dem Great Himalayan Trail rund um den Manaslu

Referentin: Dr. Marit Möhwald

Im Oktober 2025 begab sich Marit Möhwald auf eine eindrucksvolle, weniger bekannte Trekkingtour ins nepalesische Himalaya rund um den Manaslu (8.163 m), den achthöchsten Berg der Welt. Der abgelegene, spektakuläre wiefordernde Trek führte aus subtropischen grünen Tälern (900 m) über Terrassenfelder und Wiesen hinauf in entlegene Bergregionen auf über 4.460 m nahe der Grenze zu China und Tibet. Der Larkya La (Pass) war mit 5.105 m der Höhepunkt des Manaslu Circuit. Im Vortrag möchte Marit neben der gigantischen wie überwältigenden Bergwelt auch einen Eindruck vom Trekking in Nepal geben, dem Land, den Menschen, v.a. von denen, die in den hohen Bergen leben, den Tempeln und den Religionen Hinduismus und Buddhismus.

Donnerstag, 26. März 2026 / 19:30 Uhr

DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, Kareth/Lappersdorf

Darmgesundheit und Immunsystem

Referent: Prof. Dr. Ralf Linker

Wie beeinflusst die Ernährung unsere Darmgesundheit? Was schmeckt dem Mikrobiom am besten? Was ist der Unterschied zwischen Probiotika und Präbiotika? Und warum eigentlich können wir mit der richtigen Ernährung unser Immunsystem stärken? Dr. Ralf Linker erklärt in seinem Vortrag, wie eine gesunde Darmflora entsteht und wie sie Leistungsfähigkeit und Gesundheit fördert.



Alle Vorträge auch virtuell

Unsere Vorträge im DAV Kletterzentrum Regensburg könnt ihr im Seminarraum live erleben oder virtuell ansehen.

Informationen für die Liveteilnahme oder Logindaten für die Onlineteilnahme findet ihr auf www.alpenverein-regensburg.de im Bereich Veranstaltungen/Vorträge.

Weitere Vorträge für 2026 sind in Planung – bitte informiert euch auf www.alpenverein-regensburg.de/vortraege

Films for Future:

BERGKINO

in der Filmgalerie



Filmreihe in Kooperation mit dem
Alpenverein Regensburg



Filmgalerie
Kino im Leeren Beutel
Bertoldstr. 9
93047 Regensburg



In Kooperation mit der Regensburger Sektion des Alpenvereins lädt die Filmgalerie im Frühjahr zu einer besonderen Filmreihe ein. Vier ausgewählte Dokumentar- und Spielfilme zeigen, wie stark Natur inspirieren, herausfordern und berühren kann – und wie eng Klimaschutz, Resilienz und Lebensfreude miteinander verwoben sind. Begleitet werden die Abende von Einführungen und Gesprächen mit den DAV-Experten.

Mittwoch, 11. Februar 2026 / 18:00 Uhr

FOIRE MIO

► Paolo Cognetti ► 2025 ► ITA, BEL ► 1:20 Std. ► FSK 0
► mit Anmoderation

Mit seinem Hund Laki kehrt Bestsellerautor Paolo Cognetti in die Bergwelt zurück, die sein Leben geprägt hat. Von seiner Hütte im Aostatal folgt er den Wegen des Wassers bis zu schmelzenden Gletschern und trifft Menschen, die in dieser Landschaft verwurzelt sind. FIORE MIO beobachtet aufmerksam, wie sich die Alpen verändern – ohne den Blick auf ihre fortwährende Lebendigkeit zu verlieren. In ruhigen Bildern und offenen Begegnungen entsteht ein meditatives Porträt einer Region im Wandel, das zum Innehalten einlädt.



Mittwoch, 25. März 2026 / 18:00 Uhr

DER WILDE WALD

► Lisa Eder ► 2021 ► DEU ► 1:29 Std. ► FSK 0
► mit Diskussion

„Natur Natur sein lassen“ – dieser Grundsatz hat im Bayerischen Wald ein wegweisendes Schutzgebiet entstehen lassen. Trotz heftiger Widerstände wuchs hier aus ehemaligen Wirtschaftswäldern ein lebendiger Urwald heran, in dem Totholz Lebensraum ist und Artenvielfalt neu entsteht. Der WILDE WALD zeigt Ranger*innen, Forscher*innen und Besucher*innen, die Antworten auf die Frage suchen, warum wir wilde Natur brauchen – und was sie uns über Klimakrisen, Resilienz und den Wald der Zukunft lehren kann.





Mittwoch, 15. April 2026 / 18:00 Uhr

ACHT BERGE

- Felix Van Groeningen ► 2021 ► ISA, BEL, FRA
- 2:27 Std. ► FSK 6 ► mit Anmoderation

Die preisgekrönte Romanverfilmung nach Paolo Cognettis internationalem Bestseller zeigt die lebenslange Freundschaft zwischen dem Stadtjungen Pietro und dem Kuhhirten Bruno, die in den Alpen wurzelt und über Jahrzehnte hinweg Bestand hat. Vor der spektakulären Kulisse alpiner Landschaften entfaltet sich eine ruhige, atmosphärische Erzählung über Herkunft, Sehnsucht und die Bedeutung von Landschaft als innerem Kompass – ein moderner Klassiker des Bergkinos.



Mittwoch, 20. Mai 2026 / 18:00 Uhr

WEIT.

Die Geschichte von einem Weg um die Welt

- Patrick Allgaier, Gwendolin Weisser ► 2017 ► DEU
- 2:09 Std. ► FSK 0 ► mit Diskussion

Über 500.000 Kinobesucher*innen sahen den selbstproduzierten Film eines Paars, das ohne Flugzeug dreieinhalb Jahre um die Welt reist. Kein Sponsoring, kein Drehplan, kein Team – nur eine Kamera und die Bereitschaft, sich ganz auf Begegnungen einzulassen. Den Überraschungserfolg erklären sich die beiden so: „Der Film zeigt Menschlichkeit. Menschlichkeit, die über Grenzen und Nationen, Kulturen und Religionen hinweg existiert. Menschlichkeit, die Hoffnung macht und uns, ohne Wenn und Aber, verbindet.“



REGENSBURGER



RATHAUS KONZERTE

WO MUSIK ZUR MAGIE WIRD



FRÜHJAHR '26

08. MAI 2026 — 19:30 UHR

THE
MUNICH HARMONISTS

28. JUNI 2026 — 19:30 UHR

CHRISTIAN BENNING
PERCUSSION GROUP
„BEETHOVEN“



ALLE TICKETS ONLINE UNTER:
WWW.REGENSBURG.DE/RATHAUSKONZERTE

262 langjährige Mitglieder

Am 06. November 2025 ehrte die Sektion wieder ihre langjährigen Mitglieder. Insgesamt erhielten am traditionellen Ehrenabend, früher „Edelweißfest“, 262 der 21.000 Mitglieder der Sektion das Edelweiß-Ehrenabzeichen. Zwei der Geehrten sind bereits seit 70 Jahren Mitglied im größten Verein der Region: Ute Schroeder und Erich Sichert von Sichertshausen. Elf Mitglieder sind seit 60 Jahren, 26 Mitglieder seit 50 Jahren, 41 seit 40 Jahren und 182 seit 25 Jahren dem Alpenverein treu. Toni Putz zeigte Bilder rund um die erste Hütte der Sektion in den Geisler Dolomiten. Umrahmt wurde der Abend musikalisch von der „7gscheitn Geigenmusi“.



Seit 60 Jahren dabei: Siegfried und Herta Dollhofer, Helmut Freidlspurger und Max Angermeier.



40 Gäste freuten sich über die gute Stimmung am Ehrenabend.

Tomas Matysik

Wir trauern um unsere Mitglieder

Horst Rühr, Regensburg
Mitglied seit 2004

Klaus Aign, Regenstauf
Mitglied seit 1954

Dr. Diethard Schmid, Regensburg
Mitglied seit 1960

Willibald Wolf, Regensburg
Mitglied seit 1966

Werner Hubl, Regensburg
Mitglied seit 1994

Stefan Stangl, Bernhardswald
Mitglied seit 2024

Ludwig Hiltl, Regensburg
Mitglied seit 2004

Adalbert Rustler, Regenstauf
Mitglied seit 1972

Willibald Keßler, Lupburg
Mitglied seit 1981

Josef Montag, Rohr
Mitglied seit 2003

Dr. Bernhart Ostertag, Regensburg
Mitglied seit 1989

Georg Penzkofer, Regensburg
Mitglied seit 1967

Günter Aichinger, Laaber
Mitglied seit 1961

Hans Seiberl, Hemau
Mitglied seit 1973

Peters Kolumne



Huch – so hoch der Berg?!

Berge sind Sehnsuchtsorte, keine Frage. Und deren Besteigung gilt als Erfüllung der Sehnsucht. Dann oben stehen, den Weitblick haben, womöglich über den Wolken oder dem Nebel, und die Welt unter einem wird klein.

Erst recht wird die Welt klein, wenn trotz des Aufstiegs oben Nebel und zehn Meter Sichtweite herrschen, dazu Graupel, Wind und alles eine Jahreszeit kälter als unten im Tal. Huch, ganz schön hoch, so ein Berg.

Wobei, wann gilt ein Berg als „hoch“? Wenn er andere überragt? Wenn er ein gescheites Gipfelkreuz hat? Wenn der Anstieg Schweiß und Mühe kostet? Wenn er so hoch oder gar weit weg steht, dass auf dem Weg dahin Gefahren wie Schlechtwetter, Felsstürze, Gletscherspalten überwunden werden müssen?!

Ich wünsche allen für das kommende Jahr schöne Aufstiege, lohnende Ausblicke und auch wieder einen guten Weg zurück. Denn, frei nach Hans Kammerlander, macht das den guten Alpinisten aus: der nicht nur auf den hohen Berg hinaufkommt, sondern auch wieder gut hinunter.

∅ Peter Themessl
Ausrüstungslager



Hoch hinaus – zwischen Ehrgeiz und Demut

In über 3.000 m Höhe prägen Fels und Eis die Landschaft. Eine andere Welt. Was reizt an den hohen Bergen? Julia Achatz hat sich mit den Trainern Ludwig Šimek und Axel Weigl unterhalten.



Im Wallis locken 41 4.000er.

Kurz nach zwei Uhr morgens brennt im Wallis im August 2025 das erste Stirnlampenlicht. Der Schnee knirscht unter den Steigeisen, Atemwolken stehen in der kalten Luft. Zwischen dunklen Graten und ersten Konturen des Nordends (4.608 m) formiert sich die Gruppe, müde, aber entschlossen. „Das sind die Momente, in denen sich entscheidet, ob du wirklich da hoch willst“, sagt Axel. Hochtouren beginnen selten am Gipfel, sie beginnen im Kopf, oft lange vor dem ersten Schritt.

Wenn der Berg Nein sagt

Der Wind pfeift leise über die Firnfläche, irgendwo klimmt Metall. „Plötzlich brachen einem Teilnehmer die Steigeisen“, erzählt Axel Weigl. „Und ein anderer verlor gleichzeitig seinen Pickel in einer Spalte, wir dachten kurz, wir sind in einer Folge von ‚Verstehen Sie Spaß‘ gelandet.“ Doch im Hochgebirge bleibt selten Zeit für Scherze. Der Wind frischt auf, fegt Schneeverwehungen über die Firnfläche, und die Stirnlampen zeichnen nur noch zitterige Kreise in den Nebel. Auf 4.400 m ist klar, der Berg meint es heute nicht gut. Umkehren. „Für manche ist das schwer“, sagt Ludwig Šimek. „Aber es ist der wichtigste Schritt im Bergsteigen, zu erkennen, wann der Berg Nein sagt.“

Die Verwandlung

Warum also zieht es Menschen überhaupt hier hinauf, in diese kargen, kalten, unbarmherzigen Höhen? Axel muss nicht lange überlegen: „Es ist die Verwandlung. Du startest im Tal in kurzen Hosen, spürst die Sonne auf der Haut, und steigst mit jedem Meter in eine völlig andere, stille, glitzernde Welt.“ Ludwig ergänzt: „Mich fasziniert das Gesamtpaket. Auf einer Hochtour erlebst du den ganzen Berg. Den langen Hüttenzustieg, die ersten Felsen, die Gletscherbrüche, die Schlüsselstelle. Und oft entscheidet sich alles auf den letzten Metern kurz vor dem Gipfel.“



Monte-Rosa-Gletscher



Feeegletscher

Dort, wo die Wege enden

Hochtouren beginnen dort, wo die Wege enden, dort, wo die Luft dünner wird und die Geräusche verstummen. „Auf echten Hochtouren begegnest du Spalten, steilem Eis und ausgesetzten Graten“, sagt Axel. „Das ist kein Wandern mehr, das ist Fortbewegung in einer Landschaft, die dir nichts schenkt.“ Ludwig kennt von seinen Reisen und Expeditionen die Dimensionen darüber hinaus: „Auf 6.000 m ist der Blick überwältigend. Vom Stok Kangri habe ich die 8.000er gesehen wie Riesen im Morgenlicht. Vom Elbrus den Kaukasus, vom Ojos del Salado die Atacamawüste. Das brennt sich ein.“

Solide Basics

Wer diese Welt betreten will, sollte vorbereitet sein. „Eine gute Ausbildung ist das A und O“, betont Ludwig. „Man muss sich Zeit nehmen, sich führen lassen, Techniken verinnerlichen.“ Axel ergänzt: „Ein Hochtourenkurs legt das Fundament. Ohne solide Basics wird es da oben schnell gefährlich.“

Nicht überlaufen

Ihre Lieblingsgipfel? Axel zieht es zu den Klassikern – Aiguille Verte, Zinalrothorn, Kiffnergrat. Ludwig erzählt: „Ich mag auch die leisen Ziele. Die Glocknerwand statt dem Großglockner. Die Eisenzeit statt dem Höllental-Stau. In den Alpen gibt es viele wunderschöne Berge, die nicht so überlaufen sind und an denen man entspannt bergsteigen kann.“

Faszination in den Grenzmomenten

Ihre persönlichen Berggeschichten dagegen sind so unterschiedlich wie ihre Vorlieben. Ludwig hat seinen Weg über die Gebirgsjäger gefunden, später über den DAV, erst als Teilnehmer, dann als Trainer. „Prägend waren Touren, die mich körperlich und geistig gefordert haben“, sagt er. Axel stand als Kind mit seinen Eltern auf Gletschern. Für ihn liegt die Faszination oft in den Grenzmomenten: „Der Berg bringt dich in Situationen, die du im Alltag nie erlebst. Das Schönste als Trainer ist, wenn Teilnehmer sicherer werden, wenn du siehst, wie sie über sich hinauswachsen.“

Sichtwechsel üben

Im Wallis erlebte die Gruppe vergangenes Jahr genau das – frühes Aufstehen, technisches Lernen, Höhenluft, Unsicherheiten, Mut, Kameradschaft. „Nach einer Woche funktioniert eine Hochtourengruppe wie ein Team“, sagt Axel. „Man teilt alles, die Müdigkeit, das Staunen, den Moment am Gipfel oder den am Wendepunkt.“ Ludwig fasst es so zusammen: „Man sollte den Sichtwechsel üben. Es ist lohnend, sich überhaupt auf den Weg machen zu dürfen.“

Am Abend, zurück auf der Hütte, mischen sich Erschöpfung und Stolz. Die Höhenmeter verblasen. Was bleibt, sind Eindrücke, Erfahrungen – und der leise Wunsch, irgendwann zurückzukehren. Vielleicht bei besserem Wetter. Vielleicht auf einem anderen Grat. Sicher mit neuer Demut.

∅ Julia Achatz, ☎ Martina Hejtmanec, Dhruv Patel

Ludwig Šimek



Ludwig Šimek ist 42 Jahre alt und absolvierte bereits diverse Trainerausbildungen beim DAV: Er ist Trainer B Alpinklettern und Hochtouren und Trainer C Bergsteigen und Sportklettern, Zusatzqualifikation Leistungsbergsteigen. Seine Hobbys: Bergsport, Rennradfahren, Reisen.

Axel Weigl



Der Trainer C Bergsteigen ist 40 Jahre alt und Bergsteiger aus Leidenschaft. Daneben fährt er gerne Rennrad und Gravelbike, läuft und schaut gerne Football.



Sektionsgruppen mit Hochtouren-Ambitionen:

Hochtourengruppe

Die Hochtourengruppe ist die älteste der Sektionsgruppen in Regensburg – sie besteht bereits seit 1978. Es werden die namensgebenden Hochtouren unternommen, aber auch andere bergsportliche Aktivitäten wie Klettern, Skitouren, Schneeschuh-touren, Langlaufen, Bergwanderungen und Mountainbiken durchgeführt. Kontakt siehe S. 52

Alpingruppe 24

Die 2024 neu gegründete Alpingruppe 24 bereitet sich auf gemeinsame Hochtouren auch in größeren Höhen vor. Eine wichtige Rolle spielen neben Touren in den Ost- und Westalpen auch Vorträge über Materialkunde fürs Höhenbergsteigen, Vorbereitung auf eine Expedition, Akklimationstechnik etc. Voraussetzung für die Mitgliedschaft in der AG24 ist der Hochtourenkurs II. Kontakt siehe S. 51



Im Hier und Jetzt

Trainerin C Bergsteigen Martina Hejtmanec im Interview

Was fasziniert dich persönlich an den hohen Bergen?

Martina Hejtmanec: Die wahnsinnige Vielfalt, die wir in Mitteleuropa haben – die Alpen sindan jeder Ecke so unterschiedlich, obwohl es ein relativ kleines Gebiet ist. Mich fasziniert die Dimension der Berge – du stehst da und siehst den Berg, dann seinen Grat, auf den du gerade steigst, und weißt ganz genau, dass du keinen falschen Schritt machen darfst. Aber auch die Abgeschiedenheit mancher Berge. Du musst dich nur auf dich und dein eigenes Können, Wissen und Material verlassen und auf deine*n (Seil-)partner*in. Es gibt keinen Handyempfang und keine Bergrettung, die im Notfall kommen würde.

Vielelleicht erlebe ich beim Bergsteigen genau deswegen den absoluten Fokus auf das Hier und Jetzt wie sonst nicht in meinem Leben. In den Bergen tanke ich die Energie und genieße gerne auch die Ruhe und Stille im Vergleich zu meinem (beruflichen) Alltag. Ich staune auch immer wieder, in welchen Lagen und bei welchen Bedingungen Tiere und Pflanzen Überlebensstrategien finden – Steinböcke, Gämse oder auch kleine Pflanzen, Flechten, etc.

Welches Erlebnis hat dich am meisten beeindruckt?

Martina Hejtmanec: Ich genieße jeden Moment in der Natur – unabhängig davon, wo ich mich befinde. Es müssen auch nicht immer hohen Berge und anspruchsvolle Touren sein, mir reichen auch die Sonnenauf- und -untergänge im kleinen tschechischen Gebirge „Brdy“. Woran ich mich

sehr gerne erinnere: Die erste Tour, die ich als Trainerin auf den Weissmies führen durfte und auch die Besteigung des höchsten Schweizer Berges – Dufourspitze.

Oder auch die Winter-Watzmannüberschreitung, bei der wir nicht so schnell vorankamen und wir es uns bei -13 Grad in einer selbstgebauten Schneehöhle im Notbiwak gemütlich gemacht haben. So etwas erlebt man nicht jeden Tag! Ein unvergessliches Erlebnis bleiben auch die letzten Schritte zum Gipfel auf den 5.897 Meter hohen Cotopaxi in Ecuador, wenn man realisiert, dass man es geschafft hat und was der menschliche Körper alles leisten kann. Für jeden dieser Momente bin ich sehr dankbar.

Welchen Tipp hast du für alle, die sich an die hohen Berge ranwagen wollen?

Martina Hejtmanec: Sich zu trauen! Aber gleichzeitig im Kopf behalten, dass der Weg das Ziel ist. Wenn man Gleichgesinnte sucht und das erste Wissen und Können erwerben möchte, eignen sich die DAV-Kurse und -Touren hervorragend.

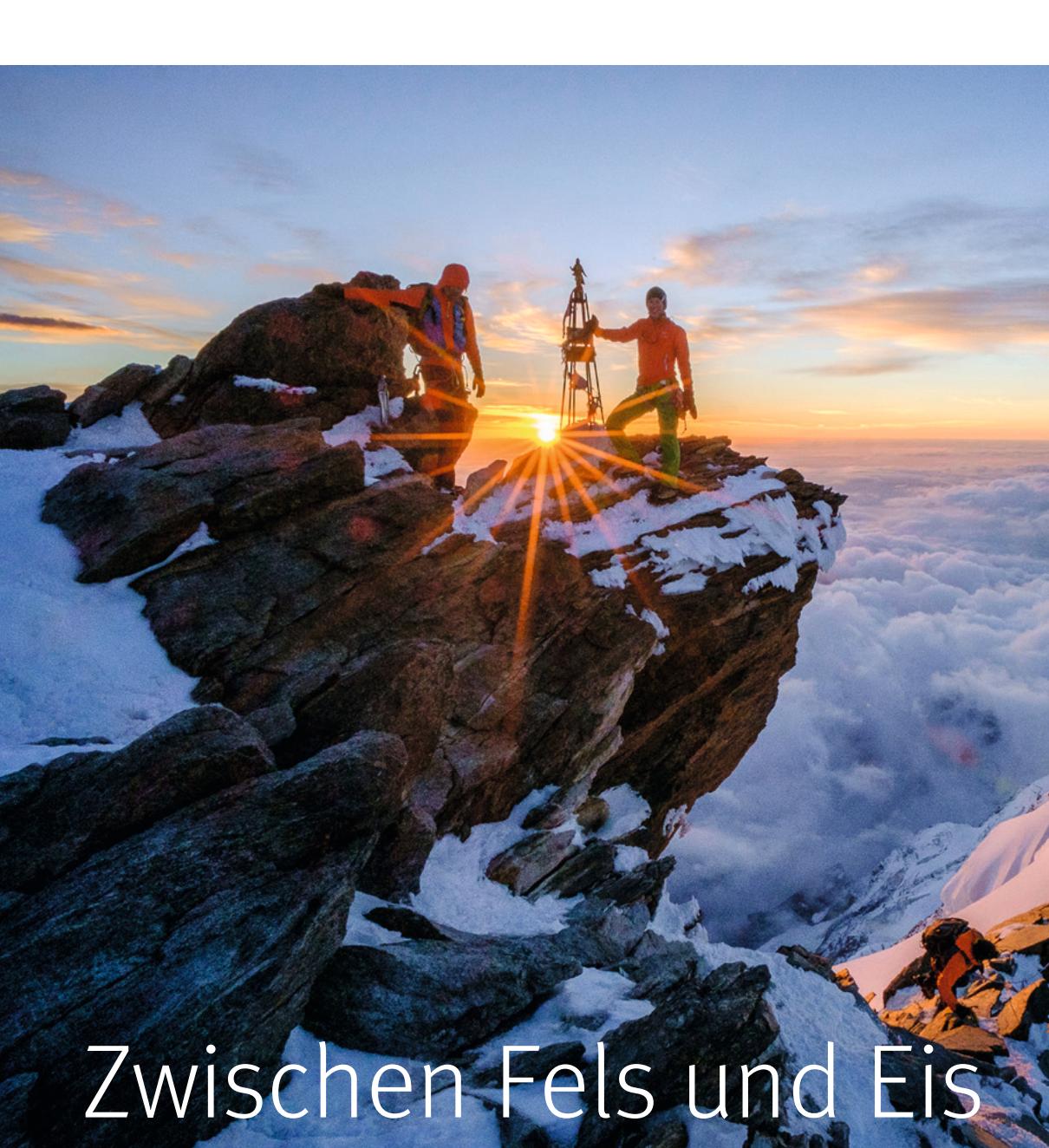
Danke für das Interview, liebe Martina.

∅ Monika Trojer

Martina Hejtmanec



Die gebürtige Tschechin ist seit acht Jahren Mitglied der Sektion und seit kurzem Trainerin C Bergsteigen. Martina arbeitet als Sprachanimateurin und Umwelt-pädagogin und ist viel in ihrer Heimat Böhmerwald unterwegs.



Zwischen Fels und Eis

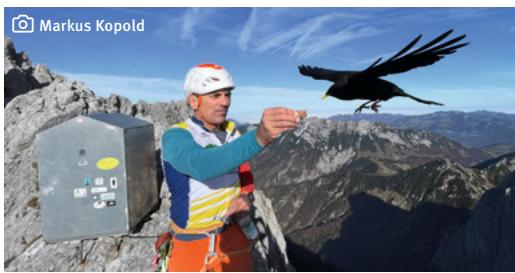
Der Weg zur ersten Hochtour

Wie sich der Traum von der Hochtour in den Alpen sicher verwirklichen lässt. Ein Gespräch mit Stefan Nargang.

Hochtouren sind mehr als nur Gipfelziele. Wer sich mit Steiggeisen und Pickel ins alpine Hochgebirge wagt, braucht nicht nur Kondition und Technik, sondern auch Vertrauen – in sich selbst und in die Menschen in der Seilschaft. Ausbildungsreferent Stefan Nargang erklärt, worauf es bei den ersten Hochtouren ankommt, wie man sich vorbereitet – und warum das Miteinander am Berg oft wichtiger ist als jedes Gipfelkreuz.



© Thomas Kellermann



© Markus Kopold

Was fasziniert dich persönlich am Hochtourengehen?

Stefan Nargang: Hochtouren sind für mich nahe am ursprünglichen Bergsteigen. Man bewegt sich in kombiniertem Gelände aus Fels und Eis, wo Technik, Teamgeist und Erfahrung zusammenkommen. Die Faszination liegt im Zusammenspiel aus Natur, Höhe und dieser besonderen Ruhe, die du nur dort oben findest. Außerdem reizt mich dieses Spontane und ebenso Ursprüngliche. Beim Hochtourengehen ist niemals alles vorhersehbar und es wird einem einiges abverlangt. Kondition, Technik, mentale Stärke – und das Vertrauen in die Seilschaft. Da ist man wortwörtlich miteinander verbunden. Und aus 10 geplanten Stunden Tour können eben schnell mal 17 werden. So erging es uns kürzlich bei einer Ortler-Überschreitung.

Klingt, als wären Hochtouren nichts für Bergun erfahrene. Welche Voraussetzungen sollte man mitbringen, bevor man an einem Hochtourenkurs teilnimmt?

Stefan Nargang: Die Ausbildung und Ausrüstung müssen passen, genauso die körperliche und geistige Verfassung. Wer ins Hochgebirge geht, ist dort für sich selbst verantwortlich. Deshalb ist der Bergsteiger-Grundkurs Voraussetzung oder zumindest empfehlenswert, bevor man einen Hochtourenkurs macht. Dort lernt man Grundlagen: richtiges Gehen – auch da haben viele Leute bereits Probleme, Kartenlesen, Kompass benutzen, Verhalten in Notsituationen. Das klingt banal, ist aber überlebenswichtig.

Und wie kann man sich konditionell vorbereiten?

Stefan Nargang: Reines Joggen bringt zum Beispiel wenig. Besser ist jegliches Training mit Steigung – etwa Nordic Walking in hügeligem Gelände, oder Mountainbiken. Ebenso ist ein Training auf dem Laufband mit Rucksack durchführbar, auch wenn das vielleicht komisch aussehen mag. Wichtig ist die Kombination aus Ausdauer und Kraft. Und dann ist es natürlich sinnvoll, das nicht nur für 30 Minuten, sondern für 2 bis 3 Stunden oder länger zu trainieren.

Stefan, du bist Ausbildungsreferent der Sektion. Was machst du genau?

Stefan Nargang: Ich bin in der Vorstandshaft zuständig für den Bereich Bergsport. Ich kümmere mich unter anderem um das Kurs- und Tourenprogramm – von der Planung bis zur Umsetzung, bin selbst Ausbilder sowie aktives Mitglied der Alpingruppe24.

*Nehmen wir an, der Körper ist gut vorbereitet.
Welche Ausrüstung braucht man?*

Stefan Nargang: Neben Steigeisen, Pickel und Helm ist gute Kleidung entscheidend – winddicht, warm, auch im Sommer. Viele unterschätzen das. Im Ausrüstungslager kann man vieles leihen, aber ohne Einweisung bringt das wenig. Ein Beispiel: Steigeisen funktionieren nur, wenn der Schuh die geeignete festere Sohle hat. Der Pickel muss in der Länge angepasst ausgewählt werden und kann in verschiedenen Methoden Anwendung finden. All das lernt man in einem Hochtourenkurs. Neben Helm, Stöcken und Gurt gibt es noch Eisgeräte und Eisschrauben. Im Vergleich zum Bergwandern kann man also nicht einfach losgehen, sondern benötigt erweitertes Wissen und mehr Ausstattung.

Gibt es im Alpenraum unterschiedliche Typen von Hochtouren?

Stefan Nargang: Rein landschaftlich betrachtet gibt es ab einer gewissen Höhe nur noch Eis, Schnee und Fels. Und da ist es tatsächlich völlig egal, ob ich bei 3.000, 4.000 oder 8.000 Metern bin. Mit einer Faustformel kann man aber doch einen markanten Unterschied zeigen, die auch bei der Tourenauswahl eine Rolle spielt: Pro 1.000 Höhenmeter benötige ich als Mensch einen Doppelschritt, um die Lunge mit Sauerstoff zu füllen. Bei 1.000 m atme ich in zwei Schritten einmal ein. Bei 2.000 m brauche ich schon zwei Doppelschritte bei 3.000 m drei usw., um die gleiche Menge Sauerstoff in die Lunge zu kriegen. Beim Höhenbergsteigen merkst du immer mehr, dass du einfach wahnsinnig viel atmest, um die Lunge mit Sauerstoff zu füllen, um überhaupt noch vernünftige Schritte machen zu können. Ab 2.000 m ist das schon spürbar.

Bei der Tourenauswahl rate ich jeder und jedem, sich zuallererst die Frage zu stellen: Habe ich die nötigen Kenntnisse? Kann ich das mit einem klaren Ja beantworten, folgt die Routenauswahl,



abhängig von der Erfahrung aller Gruppenmitglieder. Es gilt, sich vorab die Route auf der Karte gut anzusehen, die Ausrüstung vorzubereiten und das Wetter zu studieren. Ein Blick auf Luftdruck oder Wolkenlage kann entscheidend sein. Außerdem kann man sich immer gut bei Hüttenwirt*innen informieren, auch ob sich die Routen kürzlich geändert haben. Das kommt aufgrund von Steinschlägen und Co. immer häufiger vor.
→ Mehr dazu ab S. 21

Wie wichtig ist die mentale Verfassung auf Hochtouren? Das klingt ja doch alles sehr anspruchsvoll.

Stefan Nargang: Der Kopf ist entscheidend. Wer sich selbst überschätzt oder nicht ehrlich zu seiner Gruppe ist, bringt sich und andere in Gefahr. Es ist keine Schande, umzudrehen – im Gegenteil. Eine reflektierte und gute Selbsteinschätzung sowie Vertrauen in die Seilschaft sind das A und O.

Angenommen, der Hochtourenkurs ist geschafft und man hat Lust auf mehr. Was sind die nächsten Schritte?

Stefan Nargang: In der Sektion gibt es viele Möglichkeiten, sich Gruppen wie der Hochtourengruppe oder der Alpingruppe24 anzuschließen oder aber auch selbst Touren zu organisieren. Wer nicht genug bekommt, kann natürlich auch selbst Ausbilder werden.

Zum Schluss: Dein Rat für alle, die von einem 4.000er träumen?

Stefan Nargang: Macht zuerst einen Kurs und lasst euch alles zeigen. Dort lernt man die notwendigen Techniken, mit der Ausrüstung umzugehen und worauf es wirklich ankommt – technisch, körperlich und mental. Wer sich Zeit nimmt, sich sauber vorbereitet und ehrlich zu sich selbst ist, wird belohnt.

Danke, Stefan, für das spannende Interview!

∅ Barbara Ederer



Berge in Bewegung

Rund um die Neue Regensburger Hütte

Der Permafrost taut, die Gletscher gehen zurück, die Berge werden instabiler. Gletscher sind teils so weit geschmolzen, dass Übergänge nicht mehr möglich sind oder nur mehr unter sehr hoher Steinschlaggefahr. Bricht ein Gletscher ab, entsteht Toteis, das abschmilzt und oft glatte Steinflächen freilegt, die nur schwer begehbar sind. Bergsteigen – quo vadis? Wir haben uns mit Christoph Stern, Bergführer bei Stubai Alpin, Christian Tomaselli, Hüttenwirt der Neuen Regensburger Hütte, und Stefan Nargang, dem Ausbildungsreferenten der Sektion, darüber unterhalten.

Jahres- und tageszeitliche Unterschiede

„Das Risiko besser kalkulieren kann man, indem man Bereiche meidet, die objektiv stark von Stein- und Eisschlag gefährdet sind“, empfiehlt Christoph Stern. Und wenn man sich doch in dieser Hinsicht exponiert, sollte man die jahres- und tageszeitlichen Bedingungen berücksichtigen.

Im Hochgebirge liegt im Juni, wenn die Hütten aufsperrten, meist noch relativ viel Schnee.

„So können Übergänge oder Aufstiege durch Couloirs noch gut machbar sein, während sie im Hochsommer einem Himmelfahrtskommando gleichen“, so Christoph. Auch Stefan Nargang beobachtet: „Die Hochtouren-Saison verschiebt sich – heute startet man früher in die Saison, im Mai oder Juni, weil im August der Schnee bereits weitestgehend abgetaut ist.“ Und ergänzt: „Auch sollte man steinschlagkritische Bereiche nicht erst am Nachmittag betreten, sondern am besten

ganz in der Früh, wenn der Boden noch gefroren ist.“ Für die Trainings der Mitglieder in Ausbildung nutzen Stefan und seine Hochtourentrainer gerade die Phase im August und September mit den anspruchsvolleren Verhältnissen, weil sie die Teilnehmenden auf besondere Ereignisse vorbereiten wollen und nicht nur auf die Hochtour unter perfekten Konditionen.

Sorgfältige Planung und Vorbereitung

Was fasziniert eigentlich an den hohen Bergen? „Überspitzt gesagt, liegt der Reiz im Unbequemen. Um auf die hohen Berge zu kommen, muss man oft Strapazen auf sich nehmen, die so genannte „Komfortzone“ verlassen. Durch diese Überwindungen nimmt man Erlebnisse intensiv wahr“, so Christoph. Ein weiterer Reiz liege auch darin, dass viele Hochtouren komplett bergsteigerische Fähigkeiten voraussetzen.

Neue Route auf die Vordere Plattenspitze





Christoph Stern
ist 36 Jahre und kommt aus Neustift im Stubaital. Seit 2017 ist er staatlich geprüfter Berg- und Skiführer und erlebt die Bewegung der Berge seiner Heimat hautnah. Im Sommer 2026 führt er zwei Hochtourenkurse für die Sektion durch.
www.stubai-alpin.com



Stefan Nargang
ist im Vorstand für den Bereich Bergsport zuständig und seit fast 15 Jahren Ausbildungsreferent der Sektion. Der Vater von vier Töchtern liebt die Herausforderungen, die gerade die hohen Berge bieten.



Christian Tomaselli
bewirbt seit 2023 die Gäste der Neuen Regensburger Hütte mit rein vegetarischer Küche und regionalen Produkten. Der 46-jährige Tiroler genießt mit seiner Frau Angelika und seinen beiden Töchtern die Sommer in der spektakulären Landschaft um unsere bald 100 Jahre alte Hütte.

Die Vorbereitung auf Hochtouren setzt zudem eine gute Einschätzung der Bedingungen voraus. Man benötigt Informationen zu den Verhältnissen vor Ort, die man am besten von den örtlichen Bergführern oder Hüttenwirten bekommt. Zusätzlich empfehlen sich kostenlose Wetter-Apps, digitale Karten-Apps (wie alpenvereinaktiv), Webcams oder Wetterstationen, auf die man zugreifen kann.

Vordere Plattenspitze



Stubaital: Routen verändern sich

„Gewisse Hochtouren sind sicherlich riskanter als früher“, schätzt Christoph Stern die Lage im Stubaital ein. Das Zuckerhütl ist mit 3.507 m der höchste Berg der Stubaier Alpen und war bis vor wenigen Jahren bis zum Gipfel über eine steile Eisflanke erreichbar. Die immer-weiße Gipfelkappe war namensgebend für den Berg. Nun ist das Eis so weit verschwunden, dass der Gipfel im Sommer nicht mehr über Eis, sondern über steiles, loses Gestein erreichbar ist, mit sehr hohem Steinschlagsrisiko. „Wir Bergführer im Stubaital haben uns deshalb entschieden, den Hauptgipfel im Sommer nicht mehr zu führen, stattdessen begleiten wir unsere Gäste bereits seit fünf Jahren auf den Westgipfel, die Pfaffenschneide – was sehr gut angenommen wird.“

Ähnlich verhält es sich mit der Ruderhofspitze. Die Route von der Neuen Regensburger Hütte über die vereiste Nordflanke war bis vor wenigen Jahren wunderbar zu machen, erinnert sich Ausbildungsreferent Stefan. Der Hochmoosferner hat in den letzten Jahren sehr viel an Masse verloren, so dass die Route über die Nordflanke nicht mehr zu empfehlen ist. Eine Ersatzroute über die Grawagrubennieder und den Gratverlauf von der Gamsspitze zur Ruderhofspitze ist laut Christoph angedacht.

Neue Möglichkeiten rund um die Neue Regensburger Hütte

Lokale Bergführer sind ständig bemüht lohnende und sicherere Alternativen zu suchen und zu finden. Christian Tomaselli, Hüttenwirt auf der Neuen Regensburger Hütte, berichtet: „Die Berge verändern sich, wie das Video der Kräulspitze

zeigt, in der im Sommer häufig Gerölllawinen abgehen. Die Umgebung der Neuen Regensburger Hütte bietet aber weiterhin tolle Möglichkeiten, sich hochalpin zu bewegen. Zum Beispiel wurden zwei neue, tolle Klettertouren auf die Hintere sowie Vordere Platten spitze eingerichtet – diese bieten sich perfekt zur Vorbereitung für Touren in den Westalpen an, was den Umgang mit dem Seil, das Bewegen im Blockgelände sowie am Gletscher anbelangt. In Verbindung mit der geplanten Route auf die Ruderhofspitze bilden diese Unternehmungen durchaus spannende undfordernde Touren und es wird einem nicht langweilig.“



Gletscher im Stubaital – die Zukunft

„Die Gletscher werden weiter zurückgehen und auch komplett verschwinden“, erwarten Christoph, Stefan und Christian. Manche Hochtouren werden nicht mehr sinnvoll machbar sein. Das bedeutet für Christoph, auch einen Blick auf die Seite oder nach unten zuzulassen – es müssen nicht immer nur die höchsten Berge sein: „Wir haben wunderschöne Berge unter 3.000 m, die nicht überlaufen sind, die eine einzigartige Vegetation aufweisen, an der man sich erfreuen kann.“ Für die sportlich Ambitionierten kann das auch bedeuten, neue Sportarten auszuprobieren: Klettersteige oder Klettern an festen Felswänden. Stefan Nargang ergänzt: „Man erkennt jetzt schon stellenweise deutliche Veränderungen. Routen werden, wenn möglich, versucht zu verlagern. Aber diese Veränderungen bieten vor allem auch den Bergwanderern etwas Positives: So mancher 3.000er ist inzwischen ganz ohne Passagen mit Eis oder Schnee bis zum Gipfel wanderbar.“ Und es werden wohl immer mehr.

∅ Monika Trojer, ☎ Christoph Stern, Simon Baensch



BERGE IN BEWEGUNG



Bewegung im Stubaital

Bergführer suchen
neue Wege



Berge in Bewegung im Video

Felssturz auf der Kräulspitze von der Neuen Regensburger Hütte aus



Hochtourentipps



Überschreitung des Schwarzensteins im Zillertal

Die Überschreitung des Schwarzensteins im Zillertal ist eine einfache Hochtour, die jedoch mit Reizen nicht geizt. Sie startet an der denkmalgeschützten Berliner Hütte, der ältesten Hütte im Zillertal, die allein schon eine Reise wert ist, und endet an der Schwarzensteinhütte, einem modernen und sehenswerten Juwel. Unterwegs überschreitet man den Alpenhauptkamm und genießt Ausblicke über das gesamte Zillertal, die Stubaier Alpen und die Dolomiten. Der Gletscher ist spaltig, aber gutmütig, sodass die Tour auch von Einsteigern im Hochtourenbereich gut zu bewältigen ist. Und rund um die beiden Hütten warten noch viele weitere Berge, die sich auf Bergsteiger freuen.

Start: Berliner Hütte (2.044 m)

Ziel: Schwarzensteinhütte (3.206 m)

Länge: 11 km, 1.400 Hm, 6 Std.

Erforderliche Ausrüstung: komplette Hochtourenausrüstung

Gelände: Eis bis 30°, leichtes Blockgelände, Fels I+, WS-

Besonderheit: Grandiose Landschaft, tolle Aussichten und zwei sehenswerte Hütten

∅ Roland Schulz
(Leiter Hochtourengruppe)



Sonklarspitze

Die Sonklarspitze ist ein Gipfel in den Stubaier Alpen. Er liegt gegenüber den bekannten Bergen Zuckerhütl und wilder Freiger im Bereich des noch immer wunderschönen Übelalferners, neben den Hütten das Highlight dieser Tour. Als Stützpunkte eignen sich die Tiroler Müllerhütte und die höchste Berghütte Südtirols, das Becherhaus auf 3195m. Es handelt sich um eine klassische Hochtour. Für die Besteigung des Ostgrats wird der zweite Grat verlangt. Die Tour ist kurz, 400 Hm, 4 km von der Müllerhütte, etwas länger vom Becherhaus. Die Zustiege zu den Hütten über das Stubaital, das Ridnauntal oder das Timmelsjoch sind aber lang.

Start/Ziel: Becherhaus (3.195 m)

Länge: 7 km, 600 Hm, 5 Std.

Erforderliche Ausrüstung: komplette Hochtourenausrüstung

Gelände: Eis bis 30°, Fels II, WS

Besonderheit: Übelalferner und Becherhaus, die höchste Berghütte Südtirols

∅ Thomas Schmidmeier
(Leiter Hochtourengruppe)





Ortler über den „Hintergrat“

Neben dem Normalweg führt der Hintergrat auf den König der Ostalpen. Trotz wesentlich höherer Schwierigkeiten hat sich dieser schon fast zur Hauptroute gemausert. Dies hat mehrere Gründe. Zum einen ist der Ausgangspunkt, die aussichtsreich gelegene Hintergrathütte, leichter und schneller zu erreichen als die Payerhütte. Zum anderen ist der Hintergrat mit seinen Tiefblicken, die bei eisigen Verhältnissen selbständig abgesichert werden müssen, und der Aussicht zu Cavedale und Königspitze weit beeindruckender als der dann oft im Abstieg genutzte Normalweg. Die Beliebtheit sollte allerdings nicht darüber hinwegtäuschen, dass hier alpinistisches Vermögen gefordert ist. Mehrere Schlüsselstellen sowie ein abdrängender Riss (IV-) warten nach dem Signalkopf und müssen im Vorstieg souverän gemeistert werden. Bei einer geplanten Überschreitung können/müssen auch einige Abseilstellen eingerichtet werden.

Start: Hintergrathütte (2.661 m)

Ziel: Payerhütte (3.029 m)

Gehzeiten: Hüttenzustieg ca. 2 Std, Hintergrathütte → Hintergrat → Ortler, 1.244 Hm je nach Verhältnissen 4-6 Std., Ortler → Normalweg → Payerhütte ca. 4-5 Std., Talabstieg ca. 2,5 Std.

Erforderliche Ausrüstung: komplette Hochtourenausrüstung, Material zum Absichern

Gelände: Fels III- bis IV-, Eis bis 40°

Besonderheit: Grandiose Aussicht, hochalpine Tour für gute Bergsteiger. Bei gutem Wetter griffiger Fels. Bei Neuschnee und Vereisung muss sehr lange in Steigeisen geklettert und abgesichert werden und je nach Gruppengröße ist mehr Zeit einzuplanen.

∅ Klaus Heindl
(Alpingruppe 24)



Piz Bernina, Südgrat „Spallagrat“

Welcher Bergsteiger träumt nicht davon, den Gipfel des einzigen Viertausenders der Ostalpen zu besteigen? Dazu kann der berühmte Biancograt genutzt werden, oder wem dieser zu anspruchsvoll ist, dem bleibt als Alternative von Süden her der Weg über die Spalla (Schulter). Doch auch der Spallagrat ist kein Anstieg, den man geschenkt bekommt. Felseinlagen bis III-wechseln mit steilen Firnpassagen bis 35 Grad, bis sich der Grat in Schwindel erregender Luftigkeit von der Spalla hinüber zum Hauptgipfel schwingt. Am Gipfel ergibt sich ein grandioses Panorama.

Start/Ziel: Bovalhütte (2.494 m)
oder als Piz-Palü-Überschreitung

Länge: ca. 9 Std / 1.650 Hm

Erforderliche Ausrüstung: komplette Hochtourenausrüstung

Gelände: Fels III- , Eis bis 35°

Besonderheiten: Nicht zu unterschätzende Hochtour in der Berninagruppe. Der Piz Bernina wird auch gerne als Überschreitung mit dem Piz Palü kombiniert. Dann erfolgt der Abstieg weiter zur Diavolezza-Hütte.

∅ Stefan Nargang
(Leiter Alpingruppe 24)



Freund*in werben und 20-Euro-Gutschein sichern*



*Du bist Mitglied beim DAV Regensburg und möchtest, dass auch deine Freund*innen oder Familienmitglieder von den Vorteilen unseres Vereins profitieren?*

Dann empfehl uns weiter!

Als Dankeschön erhältst du pro geworbenem Mitglied einen Gutschein für das Kurs- und Tourenprogramm oder einen Aufenthalt in den Hütten der Sektion oder einen Gutschein für das DAV Kletterzentrum Regensburg.



SO GEHT'S:

- Kontaktdaten der Freundin, des Freunde oder des Familienmitglieds hier angeben und Prämie auswählen
- Prämie auswählen
- Neumitglied erhält per E-Mail Anmeldelink und meldet sich selbst an
- Prämie pro geworbenem Mitglied erhalten
- Gemeinsam die Berge genießen



Mitglieder werben

*Prämien erhalten Mitglieder der Sektion Regensburg, die selbst seit mindestens 30 Tagen Mitglied sind und am 1. Januar mindestens 18 Jahre alt waren, für alle neu geworbenen Mitglieder, die am 1. Januar des Eintrittsjahrs ebenfalls volljährig waren und erstmalig der DAV Sektion Regensburg beitreten.

Hauptamtlich engagiert



Herzlichen Dank, lieber Mickey!

Richard Heindl, der allen viel besser unter dem Namen „Mickey“ bekannt war, hat nach seiner Elternzeit Ende September seine hauptberufliche Tätigkeit als Mitarbeiter im Kurs- und Veranstaltungsmangement im Kletterzentrum beendet.

Mickey war über die Jahre ein wichtiger Teil des Kletterzentrums und geschätzter Ansprechpartner für Trainer*innen, Eltern, Kursteilnehmer*innen und Kunden – sei es vom Büro aus oder in der Halle, wenn er selbst am Klettern war.

Lieber Mickey, wir sagen Danke für alles, was du für das Kletterzentrum geleistet hast, für deine Ideen und deinen Einsatz und für die schöne gemeinsame Zeit. Wir wünschen dir und deiner kleinen Familie alles Gute für die Zukunft. Unsere Türen stehen dir jederzeit offen und wir hoffen, dich auch weiterhin immer wieder bei uns im Kletterzentrum zu sehen.

∅ Kathrin Skobjin für das Team des Kletterzentrums und der Geschäftsstelle



Sandra Weidhofer

Leiterin Kurs- und Tourenprogramm

» Hallo, ich bin die Sandra, 41 Jahre alt und bin in Regensburg geboren. Ich habe zwei Söhne. Seit fast sechs Jahren bin ich Teil unseres Teams in der Geschäftsstelle. Mein Fokus liegt auf dem Kurs- und Tourenprogramm. Gemeinsam mit unseren Ausbildern stelle ich alles auf die Beine, was euch in Bewegung bringt! Und für eure Fragen und Anliegen bin ich natürlich auch gerne da. Privat bin ich gerne mit Freunden und Familie unterwegs. Nur stillstehen ist nicht so meins – ich brauche jeden Tag ein bisschen Action, sei es beim Tennis, Mountainbiken, Yoga oder im Fitnessstudio. Meine große Liebe? Der Skisport – am liebsten in meinem Herzensort Sölden. Paradise isn't tropical! Ich freue mich, wenn ihr mal in der Geschäftsstelle vorbeischaut. Ich bin immer für einen Espresso zu haben 😊. «

∅ Sandra Weidhofer



Leonhard Hohenberger

Bundesfreiwilligendienst im Kletterzentrum

» Hallo zusammen, seit September letzten Jahres absolviere ich einen Bundesfreiwilligendienst im Regensburger Kletterzentrum. Eigentlich wollte ich nach meinem mittleren Schulabschluss auf die FOS gehen, aber ich hatte dann doch andere Pläne.... Ich war bereits vor meinem Bufdi oft in der Halle zum Klettern. Mein Opa war ein guter Bergsteiger. Als ich seine ganze Ausrüstung aus den Untiefen seines Kellers gezogen habe, hat mich das Bergsteigen plötzlich gereizt. Nach meiner Konfirmation hatte ich ein bisschen Geld und schwups hatte ich Seil, GriGri, Gurt, Schuhe... Das Klettern in der Halle macht mir sehr viel Spaß, aber ich würde liebend gern mal das Bergsteigen ausprobieren, wie mein Opa. Mein Bufdi taugt mir sehr, man lernt viele Menschen kennen, auch viele gute Bergsteiger und nicht nur Sportkletterer. Ich gebe viele Klettertrainings, unterstütze im Routenbau und helfe überall, wo ich sonst gebraucht werde. Nach meinem Dienst will ich Abitur machen und vielleicht Geografie studieren. Aber jetzt blicke ich erstmal mit Vorfreude auf meine Arbeit in der Kletterhalle :)! «

∅ Leonhard Hohenberger

Neu im Ehrenamt



Gloria Decker

Kletterbetreuerin

» Findet ihr nicht auch, dass Magie passiert, wenn Menschen sich trauen einen Griff höher zu gehen – selbst wenn die Knie vorher diskutieren? Klettern ist für mich weit mehr als Sport. Jeder Griff ist eine Einladung, das eigene Selbst neu zu spüren – egal ob man gerade elegant hochschwebt oder im Chaosgriff hängt. In der Wand zählt nicht, wer du bist, woher du kommst oder was du kannst. Hier hat jede* seinen Platz – unabhängig von Fähigkeiten, Hintergründen oder individuellen Grenzen. Die Wand unterscheidet, sie lädt ein. Ich liebe diesen inklusiven Raum, in dem Freiheit entsteht: die Freiheit mutig zu sein, zu zweifeln und zu wachsen. Und wenn dabei ein Lächeln über die Route huscht, ist das mein Lieblingsmoment. Und genau das möchte ich weitergeben! «

∅ Gloria Decker



Hannah Dusch

Kletterbetreuerin

» Klettern ist für mich mehr als ein Sport – es ist Ausgleich zur Arbeit, Fokus auf den Moment, Freundschaft, Partnerschaft, Natur, Urlaub, Körpergefühl, Ruhe ...

Ich bin Hannah, 35 Jahre alt. Ich komme ursprünglich aus dem Vilstal in der Nähe von Kallmünz. Seit meinem Studium wohne ich in Regensburg.

Als Kletterbetreuerin möchte ich meine Leidenschaft fürs Klettern weitergeben. Das Gefühl, dass sich ein schwerer Zug oder eine Route plötzlich machbar anfühlen – mit guter Technik und Vertrauen in die eigene Kraft. «

∅ Hannah Dusch



Judith Mengelkamp

Familiengruppenleiterin

» Servus! Ich heiße Judith und habe diesen Sommer die Ausbildung zur Familiengruppenleiterin gemacht. Ich komme gebürtig aus Norddeutschland und kannte Berge nur aus Büchern. Seit 10 Jahren wohne ich in Regensburg, habe einen 8-jährigen Sohn und eine Patchwork-Familie. Neben meinen anderen Hobbys Schwimmen und Laufen nehme ich mit meinem Sohn seit ca. 4 Jahren bei Wanderungen der Familiengruppe der Steinböcke teil. Da uns die Wanderungen immer sehr viel Spaß gemacht haben, wollte ich das Angebot ausbauen und fing sehr bald an, auch eigene Touren anzubieten. Mir ist wichtig, dass Kinder die Möglichkeit haben, viele Naturerfahrungen abseits von Schule und digitaler Welt zu machen. Ich freue mich auf alle weiteren Touren! «

∅ Judith Mengelkamp

Herzlich willkommen im Team.



Noemi Hayler

Jugendleiterin

» Hey, ich bin Noemi, 21 Jahre alt und seit 2025 Jugendleiterin bei der Gipfelstürmer-Gruppe der JDAV. Ursprünglich komme ich aus dem Allgäu und liebe daher die Berge sehr, weshalb Wandern und Skifahren für mich nicht mehr wegzudenken sind. Da ich aber aufgrund meines Studiums (Bewegungswissenschaften an der Uni Regensburg) umgezogen bin, habe ich die Sektion gewechselt und bin nun Mitglied im DAV Regensburg. Neben Bergsport hobbys bin ich auch ein kreativer sowie musikalischer Mensch und tanze diverse Tanzstile. Außerdem liebe ich unser Nachbarland Frankreich und bin dort ebenfalls sehr gerne in den Bergen. Ich bin für alles zu begeistern, was mit Bewegung und Natur zusammenhängt, und freue mich auf eine tolle bunte Zeit mit dem (J)DAV Regensburg! «

∅ Viele Grüße
Noemi



Lena Feiner

Jugendleiterin

» Servus zusammen! Ich bin die Lena und seit diesem Jahr neu dabei als Jugendleiterin bei den Gipfelstürmern. Die Berge haben mich schon immer begeistert, und ich bin liebend gerne draußen in der Natur unterwegs. Nach der Schule habe ich ein Freiwilliges Ökologisches Jahr im Nationalpark Berchtesgaden gemacht, in dessen Rahmen ich Kindergruppen geleitet habe und viel über Umweltbildung lernen durfte. Mittlerweile mache ich eine Ausbildung zur Schreinerin, die Zeit im FÖJ hat mich aber sehr geprägt und mich motiviert, mich auch jetzt noch weiter in der Kinder- und Jugendarbeit zu engagieren. Ich habe großen Spaß daran, meine eigene Begeisterung für Bergsport, Klettern und Natur mit den Kindern zu teilen und bin sehr froh darüber, die Möglichkeit zu haben, mich bei der DAV Sektion Regensburg einzubringen! «

∅ Lena Feiner



Leonie Hofmann

Jugendleiterin

» Servus zusammen, ich bin Leonie und eine der neuen Jugendleiterinnen unserer Sektion. Seit diesem Schuljahr begleite ich die Gipfelstürmer. Ich liebe es, draußen in der Natur unterwegs zu sein – besonders natürlich in den Bergen. Diese Begeisterung möchte ich an die Kinder weitergeben. Der Umgang mit Kindern macht mir unglaublich viel Spaß und ist auch ein Grund, weshalb ich hier in Regensburg Lehramt für Sonderpädagogik studiere. Vieles, was ich im Studium lerne, kann ich in der Gruppe wie bei der Gestaltung der Aktivitäten oder Unterstützung einzelner Kinder einbringen. Ich freue mich sehr auf die kommenden, gemeinsamen Erlebnisse und darauf, die Kinder beim Wachsen und Entdecken begleiten zu dürfen. «

∅ Leonie Hofmann

Ohne euch läuft nix!

*Wenn auch du dich ehrenamtlich engagieren möchtest,
melde dich gern beim Team Ehrenamt unter:
wir@alpenverein-regensburg.de*



Mitgliederversammlung der Sektion Regensburg des Deutschen Alpenvereins e.V.

**am Dienstag, den 23. April 2026 um 18:00 Uhr
im DAV Kletterzentrum Regensburg,
Am Silbergarten 6, 93138 Lappersdorf**

Tagesordnung

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Geschäftsbericht des Vorstands und der Geschäftsführung
3. Haushaltsergebnis 2025
4. Bericht der Rechnungsprüfer
5. Beschlussfassung über die Entlastung des Vorstands
6. Wahl der Jugendreferentin/des Jugendreferenten
7. Ausblick 2026
8. Haushaltsplan 2026
9. Bestätigung neuer Beiratsmitglieder
10. Bestätigung des Beirats
11. Sonstiges
12. Ende der Veranstaltung und Verabschiedung

Das Jahresergebnis 2025 und der Haushaltsplan 2026 werden zum 31.03.2026 auf der Website der Sektion veröffentlicht und in der Geschäftsstelle zur Einsichtnahme aufgelegt.

Regensburg, den 18.12.2025

Maximilian Dolles
1. Vorsitzender

Rückblick, Ausblick, Mitreden – Mitgliederversammlung 2026

Am Donnerstag, den 23. April 2026, um 18:00 Uhr ist es wieder soweit:
Wir laden alle Mitglieder herzlich zur Mitgliederversammlung ein und treffen uns erstmals im **DAV Kletterzentrum Regensburg, Am Silbergarten 6 in Lappersdorf**. Die Mitgliederversammlung ist nicht nur ein Pflichttermin – sie ist die Chance, gemeinsam auf ein ereignisreiches Jahr zurückzublicken und die Weichen für die Zukunft unserer Sektion zu stellen.

2025 war ein Jahr voller besonderer Momente: Bei zahlreichen Veranstaltungen – ob an der Uni, der OTH, beim Bürgerfest oder direkt in unserem Kletterzentrum mit Bass&Beta – konnten wir unseren Verein erfolgreich präsentieren und zeigen, wie lebendig und engagiert unsere Gemeinschaft ist. Ein echtes Highlight war auch das Bergsporttreffen, das noch mehr Besucherinnen und Besucher anzog und mit einem abwechslungsreichen Programm überzeugte – von spannenden Gesundheitsthemen bis hin zu Angeboten für Familien.

Ein weiterer Meilenstein war die Neugestaltung des Bistros im Kletterzentrum: Mit erweitertem Angebot, moderner Ausstattung und einer einladenden Präsentation ist es nun noch mehr ein Ort zum Genießen und Verweilen. Besonders erfreulich ist auch, dass wir die Talherberge Zwieselstein nahezu vollständig mit ehrenamtlicher Unterstützung betreuen konnten – ein starkes Beispiel für gelebtes Engagement in unserer Sektion. Und nicht zuletzt dürfen wir stolz auf den neuen Übernachtungsrekord auf der Neuen Regensburger Hütte sein – ein deutliches Zeichen dafür, wie sehr unsere alpine Heimat geschätzt wird.

Bei der Versammlung erfahrt ihr, wie sich unsere Sektion entwickelt hat, wie die Finanzen stehen und welche Projekte für 2026 geplant sind. Ihr entscheidet mit über die Entlastung des Vorstands und die Bestätigung neuer Beiratsmitglieder. Ein wichtiger Punkt ist die Bestätigung der Jugendreferentin/des Jugendreferenten. Diese/r wird von der Jugendvollversammlung gewählt und der Mitgliederversammlung der Sektion zur Wahl in den Vorstand vorgeschlagen – ein klares Zeichen für die Mitbestimmung der jungen Generation.

Nutzt die Gelegenheit, eure Ideen einzubringen, Fragen zu stellen und aktiv mitzugestalten. Eure Stimme zählt – seid dabei! Gemeinsam machen wir die Sektion Regensburg stark für die Zukunft.



Engagiert für Umwelt- und Naturschutz

DAS DAV-NATURSCHUTZTEAM

Leitung: Daniela Giehrl und Reinhardt Neft

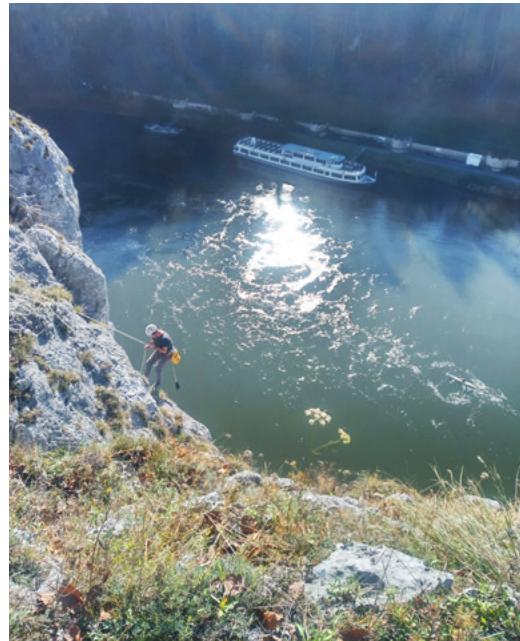
Wir sind eine offene Gruppe, die sich für Belange des Naturschutzes im weitesten Sinne einsetzt und treffen uns regelmäßig i. d. R. am letzten Montag im Monat. Wir beschäftigen uns mit Themen der Umweltbildung, organisieren Exkursionen, Vorträge und Veranstaltungen und möchten insbesondere die Mitglieder unserer Sektion 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 auf neue Ideen und Anregungen.

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



Ab Februar 2026 treffen wir uns jeweils um 18.30 Uhr in der Geschäftsstelle der DAV Sektion Regensburg oder im Spitalgarten (St.-Katharinien-Platz 1, Regensburg). In diesem Rahmen werden auch Kurvvorträge zu interessanten Themen angeboten. Ab April sind im Rahmen unserer Treffen Kurzexkursionen im Raum Regensburg geplant.

**Mach mit und bringe deine Ideen ein!
Wir freuen uns auf dich und deine Nachricht!**
naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de



Donaudurchbruch: Haken saniert

Die Gebietsbetreuer der Sektion leisteten Anfang November 2025 ganze Arbeit mit der Sanierung der Haken in der Weltenburger Enge. Insgesamt wurden über 120 Klebehaken und über 50 Sets aus Maillot + Ring im Donaudurchbruch verbaut. Den Löwenanteil der verantwortungsvollen und anstrengenden Arbeit leisteten die beiden Felsbetreuer Tom Lindner und Martin Ehrl, unterstützt vom Christian Lang und Johannes Hofmann. Herzlichen Dank dafür!

Auf der Website könnt ihr einen ausführlichen Bericht von Jörg Eberlein darüber lesen.





Ausflug ins Alpine Museum

Das Naturschutzteam besuchte Mitte November 2025 das neu renovierte und 2024 wieder eröffnete Alpine Museum in München – natürlich mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Neben der Dauerausstellung, die der Entwicklung der Alpen und der Geschichte des Alpinismus gewidmet ist, war ein Schwerpunkt das Thema „Klimaerwärmung“ und die Auswirkungen auf den Alpenraum. Im Rahmen der Führung wurden eindrücklich die rasanten Veränderungen des Alpenraums durch den Klimawandel, insbesondere auf die Gletscherwelt, thematisiert. So erwartet man dort bis zum Jahr 2100 eine deutlich größere Erwärmung von 3 bis 5 Grad Celsius als im weltweiten Durchschnitt. Die Auswirkungen auf den Wasserhaushalt, die alpine Flora, Hütten und Wege, geplante neue Erschließungsprojekte und die Entwicklung der Permafrostböden wurden erläutert und diskutiert.



Requiem in Weiß

Das Naturschutzteam organisierte Ende November 2025 ein Filmevent im Kino im Leeren Beutel mit rund 65 Teilnehmern über die Klimaveränderung in den Alpen, das Verschwinden der Gletscher, die Auswirkungen auf den Tourismus mit anschließender Diskussion. Der Film zeigte eindrucksvoll den dramatischen Rückgang der Gletscher und die sich daraus ergebenden Konsequenzen für Mensch und Natur im Alpenraum. Eindrücklich wurde der Schutz der verbliebenen Gletscher vor weiteren Erschließungen gefordert. Im Anschluss an den Film wurden die Themen „Konsequenzen für unsere DAV Sektion Regensburg, die Auswirkungen auf unsere Hütten, Wege und das Tourenangebot“ diskutiert.



Termine Februar bis Mai 2026

Sa., 09.05.2026 / 14:00 Uhr

Wildkräuterexkursion

Wildkräuter im Frühling für Küche und Gesundheit

Ort: Regensburg Aberdeenpark

Leitung: Gabriele Rogowsky

Anmeldung: T-BW-06-25

So., 24.05.2026 – Mi., 27.05.2026

Meditationswege im Blauen Land

Kostbare Orte entlang des Staffelsees

Ort: Staffelsee

Leitung: Reinhardt Neft

Anmeldung: T-BW-10-26

Anmeldung und Info:

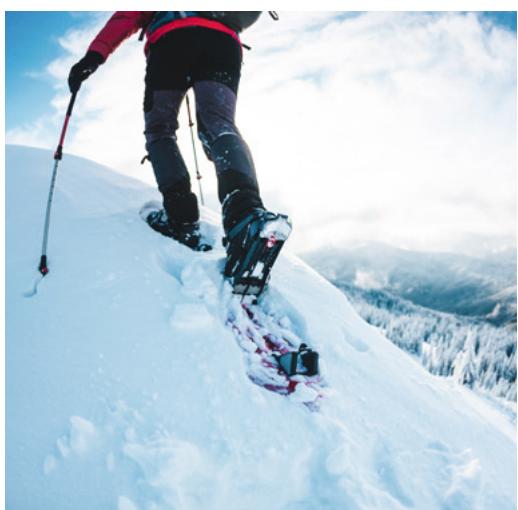
naturschutzteam@alpenverein-regensburg.de

Infos auch im Jahresprogramm auf S. 42/43

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



Mit jedem Schritt ein Knirschen unter den Füßen, unberührte Schneelandschaft um einen herum und warme Sonnenstrahlen im kalten Gesicht. So stellen sich das die meisten von uns vor, wenn wir an Schneeschuhbergsteigen denken. Dieser Sport bietet dazu auch noch gesundheitliche Vorteile für das Herz-Kreislauf-System, da die Belastung (ähnlich wie beim Wandern) konstant in der Zone 2 des Pulsbereiches stattfindet. Neben diesen romantischen Gedanken und gesundheitlichen Vorteilen ist aber auch Handwerkszeug in Lawinenkunde ein essentielles Thema, um sicher an diese Orte und wieder zurück nach Hause zu gelangen. All diese Erlebnisse und Erkenntnisse erfährt man, je nach Wetterlage, im Kurs zum Schneeschuhbergsteigen.



Unterschied Schneeschuhbergsteigen und Schneeschuhwandern

Der größte Unterschied zwischen beiden Disziplinen liegt in der Art der Ausführung und den damit verbundenen Anforderungen an weitere Expertise. Während man das Schneeschuhwandern in flacheren und nicht lawinengefährdeten Räumen ausführt, begeht man als Schneeschuhbergsteiger*in eben jene Wege, die auch Skitourengeher*innen laufen, also steiler, höher und spektakulärer – mit dem Unterschied, dass man sich bei ein bisschen Erde und Steinen nicht gleich Sorgen um die Ski machen muss. Mit dieser Ausführung des Sports ist somit auch eine Verantwortung verbunden, ein fundiertes Wissen in Lawinenkunde zu haben und zu beachten, gleichzeitig auch Verschüttetensuche zu beherrschen und entsprechend immer notwendiges Equipment mitzuführen. Wer also die Schneeschuhe nur für eine einfache Wanderung nutzen will, um auch im Winter aktiv zu sein und die Natur zu genießen, der ist beim Schneeschuhwandern genau richtig und kann ohne Vorkenntnisse loslegen. Für alle anderen, die mehr wollen, bietet die Sektion den Kurs für das Schneeschuhbergsteigen an.

Kursaufbau & Equipment

In der Sektion Regensburg wird sowohl ein Grundkurs (GK) sowie jetzt ein Aufbaukurs (AK) mit vier bis sechs Personen pro Gruppe für vier Tage angeboten. Grund- und Aufbaukurse finden in alpinem Gelände statt. Im Grundkurs liegt der Fokus auf dem Einstieg, d.h. wie gehe ich mit dem Equipment um, wie laufe ich damit und wie

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
ressortsfibergsteigen@
alpenverein-regensburg.de



RESSORT EHRENAMT

#WIR SIND DAV
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/>



lese ich das Gelände um mich herum. Außerdem gibt es eine Einführung in Lawinenkunde und man übt die Rettung einer verschütteten Person. Diese theoretischen Kenntnisse über Schnee und Lawinen vertieft man dann im Aufbaukurs und übt die Mehrfachverschüttetensuche. Zusammengefasst soll der Grundkurs ermöglichen, eine geführte Tour mitzulaufen und der AK befähigt dich, selbständig eine Tour zu gehen. Das benötigte Equipment, dazu gehören neben den Schneeschuhen und Stöcken auch klassisches Lawinenequipment wie LVS-Gerät, Sonde und Schaufel, aber auch ein Erste-Hilfe-Set sowie im besten Fall ein Biwaksack, kann im Ausrüstungslager ausgeliehen werden. Für den Grundkurs sind neben der sportlichen Verfassung und einer Grundkondition keine weiteren Voraussetzungen notwendig.

∅ Linda Brendel



Herbert Haller

Herbert ist nicht nur im Sommer, sondern auch im Winter ein aktiver Trainer u. a. für den Kurs Schneeschuhbergsteigen.

Er möchte damit den Sektionsmitgliedern die Chance bieten, das ganze Jahr aktiv in der Natur unterwegs zu sein. Daher wünscht Herbert sich, dass sich mehr zum/zur Trainer*in ausbilden lassen, um das Vereinsleben aktiv zu halten. Ein weiteres Anliegen von ihm ist der sensible Umgang mit der Natur, d. h. vorgegebene Wege nutzen, das Wild nicht stören und naturverträglich unterwegs sein.



Schneeschuhbergsteigen (SSB)

Buchungen auf: www.alpenverein-regensburg.de
Kursinhalte sind Ausrüstungskunde, Umgang mit LVS-Gerät, Verschüttetensuche Theorie und Praxis, alpine Gefahren, Lawinenkunde, Durchführung einer Tour mit praktischer Anwendung der Lehrinhalte, Umweltbildung

Mehrseillängenrouten in den Loferer Steinbergen

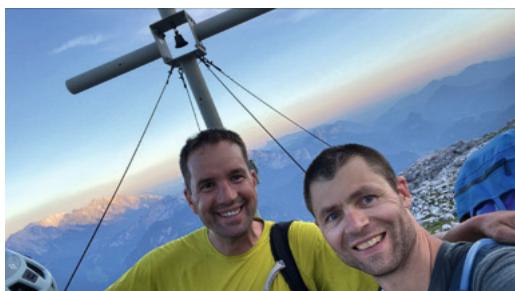
Am 02. Juli 2025 trafen sich die Kursteilnehmer*innen am Parkplatz Loferer Hochtal, um gemeinsam den Aufstieg zur Schmidt-Zabierow-Hütte anzugehen. Die Kursleiter Jan und Ludwig planten einen „mühsameren Hüttenzustieg“, über die Mehrseillängentour „Ende-nie“, eine der längsten Routen in den nördlichen Kalkalpen (38 SL!).



Aufstieg zur Hütte

Annette, Heike, Jean-Mary und Jérôme treten mit etwas Verspätung und bei großer Hitze gegen 14 Uhr den Aufstieg zur Schmidt-Zabierow-Hütte an. Rasch wird deutlich, dass sich hier – trotz etwas unterschiedlicher konditioneller Voraussetzungen – eine gut harmonierende Truppe zusammengefunden hat.

Hanna, die öffentlich aus Innsbruck anreist, kommt gegen 20 Uhr in der Unterkunft an, fast zeitgleich mit der Nachricht, dass Jan und Ludwig erfolgreich den Gipfel und damit den Ausstieg der „Ende-nie“ erreicht haben. Mit viel Empathie verfolgen wir bei einsetzender Dämmerung und schließlich im Dunkeln den Abstieg der beiden in dem von der Hütte aus einsehbaren Felsmassiv. Zusammen mit Jean-Mary, der ihnen mit Trinkwasser im Gepäck entgegengeht, erreichen sie gegen 22 Uhr erschöpft, aber wohlbehalten das Quartier.



Kurstag 1

Wir beginnen, eingeteilt in zwei Gruppen mit theoretischen und praktischen Übungen in Hütten Nähe. Während Jan uns drei Varianten des Standplatzbaus näher bringt (Reihenschaltung mit dem Kletterseil oder mittels Schlinge und „weichem Auge“ sowie Südtiroler Methode mit Infos zur Kräfteverteilung), übt Ludwig mit den Teilnehmer*innen das selbständige Abseilen am Fels hinter der Hütte.

Danach wenden wir unser neu erworbenes oder gefestigtes Wissen gleich im nahe gelegenen Klettergebiet „Hüttenstoa“ in Kletterrouten unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade an (Schwierigkeit 3+ bis 5). Aufgrund eines aufziehenden Gewitters müssen wir am frühen Nachmittag



schließlich den Rückzug antreten und sind pünktlich mit dem einsetzenden Regen zurück an der Schmidt-Zabierow-Hütte. Nach kleiner Kaffeepause lehrt Jan uns unterschiedliche Tragetechniken von Verletzten zur Anwendung am Berg. Diese setzen die Kursteilnehmer*innen unter allgemeinem Gelächter gleich praktisch in die Tat um.

Kurstag 2

Aufgrund des starken Regens bleiben wir zunächst auf der Hütte und erhalten am Vormittag einen ausführlichen Theorieunterricht zum Thema Ausrüstungs- und Materialkunde („Was gehört in den Kletterrucksack“, Schlingen- und Bandmaterial, unterschiedliche Karabiner,



mobile Sicherungsgeräte, Keile und Klemmgeräte etc.). Anschließend „retten“ wir am „Hüttenstoa“ noch ein Seil von uns, das wir gestern bei der raschen Rückzugaktion eingeklemmt zurücklassen mussten.

Am Nachmittag teilen wir uns in zwei Gruppen auf. Gruppe 1: Jan startet mit Annette, Hanna und Heike zu ihrer „ersten echten“ Mehrseillängentour in Wechselführung: „Pipifax“ (6 SL, Schwierigkeit 4 / 3+ obligat). Bereits bei der Suche nach dem Einstieg wird der Unterschied zur Sportkletterei deutlich. Mit einer gewissen Portion Respekt steigen wir in die Route ein und bewältigen sie mit Hilfe Jans mentaler Unterstützung ohne größere Probleme. Jan ermöglicht uns, unterschiedliche Standplatzbauweisen in der praktischen Anwendung zu erleben und korrigiert kleinere Fehler. Zufrieden und gut gelaunt werden am Ausstieg die Seile und das Material verstaut. Beim Abstieg begleitet Jan uns sicher durch unmarkiertes Gelände und gibt Tipps zur Schärfung der Wahrnehmung bei der Wegfindung.



Gruppe 2: Jérôme und Jean-Mary machen sich mit Ludwig auf die Suche nach der Route „So schmecken die Berge“ (5 SL, Schwierigkeit 4 / 5-), die sich in der Ostflanke des Reifhorns befindet. Die Route wird in „3er-Seilschaft“ geklettert: Der Vorsteiger klettert jeweils mit zwei Halbseilen hoch; nach dem Standbau sichert er die beiden Nachsteiger mit Tube hinterher. „Stand“, „Seil frei“, „Seil aus“, „Nachkommen“, „Grün kommt“, „Orange kommt“ ... So geht es weiter bis zum Grat des Reifhorns. Auf dem Rückweg zur Hütte können sich die drei auf einer langen Seilbrücke von ihrer Höhenangst-Resistenz überzeugen.

Kurstag 3

Die Männergruppe mit Ludwig marschiert in Richtung „Altherrensommer“ (5 SL, 5- / 5+). Die Frauengruppe startet zusammen mit Jan zur „Little Nose“ (5 SL, Schwierigkeit 5 / 4+ obligat). Der Zustieg beginnt mit der imposanten Seilbrücke in Hütten Nähe. Die Tatsache, dass wir den Routeneinstieg nicht sofort entdecken, kostet uns etwas Zeit und bereits die erste Seillänge fordert unser Kletterkönnen mit einer sehr bauchigen 4+ Stelle heraus. Jan sichert uns mit einem zusätzlichen Seil nach. Auch in den folgenden Seillängen werden uns alpine Gefahren, wie Steinschlaggefahr und Schwierigkeiten bei der Wegfindung deutlich vor Augen geführt.

Da die Schmidt-Zabierow-Hütte aufgrund der Bergwachtübung heute ausgebucht ist, übernachten wir am Campingplatz „Steinplatte“ in Waidring und verbringen unseren letzten Klettertag im Klettergebiet „Haslerschlucht“ (Schwierigkeit 5a+ bis 8a+).

Vielen herzlichen Dank an Jan und Ludwig für die erlebnisreichen Tage, für alles, was wir von ihnen lernen durften, und auch für ihr Verständnis und ihre Geduld, wenn es uns manchmal nicht sofort gelang, das Gelernte korrekt anzuwenden und umzusetzen.

PS: Den ausführlichen Bericht findet ihr auf www.alpenverein-regensburg.de/programm/infothek/kursberichte

∅ Heike Fröhlich



8 Tage Sarntaler Hufeisen

Ein alpines Abenteuer in Südtirol

Am Samstag, den 13. September 2025, starteten wir im Morgengrauen gemeinsam mit unserem Wanderführer Andreas Plößl am Regensburger Hauptbahnhof. Unser Ziel: das Sarntaler Hufeisen – eine spektakuläre Rundtour durch die Sarntaler Alpen in Südtirol.

Die Anreise verlief reibungslos: Mit dem Zug ging es über den Brenner nach Bozen, von dort mit der Seilbahn hinauf nach Oberbozen. Schon unterwegs begeisterten uns die bizarren Erdpyramiden, bevor wir mit der nostalgischen Schmalspurbahn nach Klobenstein (1.154 m) rollten – dem Ausgangspunkt unserer Tour.

Tag 1: Aufstieg zum Rittner Horn

Bei spätsommerlichem Wetter wanderten wir über Almwiesen hinauf zum Rittner-Horn-Schutzhaus (2.261 m), das direkt am Gipfel thront. Die Aussicht am nächsten Morgen war bereits hier ein Vorgeschmack auf das, was uns noch erwarten sollte.

Tag 2: Hochebene und Gipfelglück

Die Route führte über sanfte Almen zum Latzfonser Kreuz (2.305 m). Am nächsten Morgen erwachten wir über einem Wolkenmeer – ein magischer Moment. Noch vor der Tagesetappe erklimmen wir in einer Rundtour gleich drei Gipfel:

Ritzlarspitze (2.528 m), Kassianspitze (2.581 m) und Samsspitze (2.563 m). Der Blick auf die Dolomiten mit dem Rosengarten war schlichtweg atemberaubend.

Nach einer stärkenden Pause auf der Hütte ging es weiter zur Flaggerschartenhütte (2.481 m), wo uns überraschend indische Küche verwöhnte – ein kulinarisches Highlight mitten in den Alpen.

Tag 4: Beerengpade und Penserjoch

Über den Astenberg (2.367 m) wanderten wir zum Penserjoch (2.211 m), begleitet von reifen Schwarz- und Preiselbeeren am Wegesrand. Die Nacht verbrachten wir gemütlich im Alpengasthof.

Tag 5: Sarner Weißhorn – Panorama pur

Früh am Morgen machten wir uns auf zum Sarner Weißhorn (2.705 m). Der teils drahtseilversicherte Aufstieg war anspruchsvoll, aber lohnend: Oben erwartete uns ein 360°-Panorama mit Blick auf Dolomiten, Großglockner, Großvenediger und viele weitere Gipfel.





grandiosem Rundumblick machen wir uns an den langen Abstieg zur Meraner Hütte (1.937 m), vorbei am malerischen Kratzberger See.

Tag 8: Abschied mit Aussicht

Am letzten Tag wanderten wir über sanftes Almgelände zu den Stoanernen Mandln (2.003 m), einer mystischen Ansammlung von Steinmännchen, und weiter nach Schermoos. Von dort ging es mit dem Bus nach Bozen und mit dem Zug zurück nach Regensburg – voller Eindrücke und Erinnerungen.

Fazit: Ein Hufeisen voller Höhepunkte

Diese Rundtour durch das Sarntaler Hufeisen war ein wahres Wanderabenteuer: 105 km Strecke, rund 6.300 Hm – und unzählige unvergessliche Momente. Wer alpine Vielfalt, stille Pfade und grandiose Aussichten liebt, sollte sich diese Tour nicht entgehen lassen!

∅ Andrea Hinterwimmer



Der Weg führte weiter zum Wannserjoch mit Blick ins Passeiertal. Doch plötzlich verlor sich der Pfad – wir improvisierten und stiegen steil durch eine Schlucht ab. Müde und erleichtert erreichten wir die Ebenberg-Alm, wo uns die herzlichen Wirtsleute mit köstlichem Essen empfingen.

Tag 6: Königsetappe über die Gipfel

Bei strahlendem Wetter folgte die anspruchsvollste, aber zugleich schönste Etappe: Über alpines Gelände und viele Höhenmeter erreichten wir die Grünangerspitze (2.654 m). Der Gratweg über das Grubenjoch zur Pfandlspitze (2.538 m) und weiter zum seilversicherten Grünangerjoch war spektakulär. Schließlich stiegen wir durch liebliche Almenlandschaft zur idyllisch gelegenen Hirzer Hütte (1.983 m) ab.

Tag 7: Hirzer – das Dach des Sarntaler Hufeisens

Der krönende Abschluss: die Besteigung des Hirzers (2.781 m), dem höchsten Gipfel der Runde. Nach einer ausgedehnten Gipfelrast mit



Haus Hammer

Familienspaß im Leitzachtal

Bei der ereignisreichen Mehrtagestour im Haus Hammer, ein Selbstversorgerhaus der Sektion München, war eine lebhafte Gruppe von ein- bis fünfjährigen Kindern dabei. Auf den Wanderungen wurden viele Spiele eingebaut – etwa Tauziehen zwischen Kleinen und Erwachsenen oder verschiedene Spiele zur Ablenkung, falls die Kinder müde wurden oder der Weg wenig spannend war. Besonders interessant war es für die Kinder, Naturmaterialien zu sammeln und Paare zu finden, welche auf einer Unterlage (Biwaksack) am Boden ausgebreitet wurden.



Steinkobolde gesucht

Ein besonderes Highlight war das Suchen nach „Steinkobolden“ am Wegrand – kleine Steine mit aufgemalten Gesichtern. Die Kinder waren jedes Mal wieder erstaunt, wie viele Kobolde auf unserem Weg zu entdecken waren. Das hat die Fantasie angeregt, sodass Geschichten über Waldtrolle entstanden sind, die unserer Gruppe an Brücken und hinter Bäumen auflauerten.

Frische Milch für Frühaufsteher

Direkt neben dem Haus Hammer befindet sich ein Milchbauer, bei dem morgens frische Milch geholt werden kann. Vor allem die Frühaufsteher unter den Kindern waren begeistert, da sie dort Kühe und junge Kälber bestaunen konnten - leuchtende Kinderaugen waren garantiert.

Abends wurde gemeinsam in der großen Küche gekocht. Mit zehn Erwachsenen und knapp ebenso vielen Kindern sorgte die eigene Gaststube stets für lebhaftes Treiben. Der große Garten vom Haus Hammer bot viel Platz zum Austoben, und ein Spielplatz war ebenfalls vorhanden.

Wanderkarte für Kids

Durch das ähnliche Alter der Kinder entstanden schnell neue Freundschaften. Nach einer kurzen Eingewöhnungszeit spielten alle ausgelassen

zusammen, und selbst die Großen haben die Kleinen schön mit eingebunden. Besonders beliebt war die kindgerechte Wanderkarte, die vor jeder Wanderung gemeinsam gezeichnet und verteilt wurde. Die älteren Kinder behielten alle Wegstationen im Blick und meldeten sich, wenn sie etwas entdeckt hatten oder natürlich vor allem, wenn etwas fehlte.

Die vier Tage vergingen wie im Flug und viele Teilnehmer hätten gerne verlängert. Gleichzeitig machte sich aber bei einigen Kindern die Müdigkeit bemerkbar – kein Wunder nach so vielen spannenden Unternehmungen und Touren.

Wer auch Interesse an einer solchen viertägigen Familientour hat, kann sich bereits für 2026 anmelden.

∅ Philipp Wittmann



Wildalmkirchlbiwak im Steinernen Meer

Schon lange liebäugle ich mit einer Bergtour ins Niemandsland des östlichen Steinernen Meeres, zwingend mit Übernachtung im Wildalmkirchlbiwak. Von Hinterthal aus geht es kurz nach 10:00 Uhr am 11. Oktober 2025 los. Mein Sohn Stefan begleitet mich.



Hüfttiefer Schnee

Über den Massingsattel wandern wir hinauf zum Braggstein und befinden uns ab jetzt über dem Wolkenmeer. Die Sonne strahlt vom tiefblauen Himmel. Es ist ein wunderschöner Aussichtspunkt, vor dem sich das gewaltige Bergplateau präsentiert. Schon bald ist der Pfad nach oben schneedeckt. Am Fuße einer steilen Fels- und Schrofenflanke wird er schon ordentlich tief. Durch eine felsige Teilrunse führt die Route nach oben, allerdings unter metertiefem Schnee versteckt. Dann geht es technisch einfacher über schneedeckte Schotterfelder und felsige Geländestufen weiter hoch. Extrem anstrengend, weil wir knei- bis hüfttief im Schnee einsinken.

Biwak in Sicht

An der Wasserfallscharte ist erst eine Rast fällig. Weitläufige, karstige Hänge führen zur Wasserfallgrube. Hier quert der Weg 401, dem wir nach rechts folgen. Im Sommer wären es jetzt noch zwei Stunden zum Biwak ... Im Zickzack, immer wieder rauf und runter und dabei höllisch aufzupassen die Markierung nicht zu verlieren, weichen wir dem Mitterhörnl in weitem Bogen aus. Beim Abstieg in eine Karstmulde dämmert es bereits und weit oben auf einem Kamm wird das Biwak auf 2.457 m sichtbar. Doch die Kräfte schwinden. 50 Höhenmeter unterhalb ist es Nacht geworden. Dank gutem Spürsinn wird gegen 19:45 Uhr das Quartier dennoch erreicht.

Wurstsemmlen und nasse Socken

1.750 Hm sind absolviert, bedingt durch 350 Hm Zwischenabstiege. Ein tschechisches Pärchen ist vor Ort und die vier Bergsteiger verbringen einen entspannten Abend bei Kerzenlicht. Unsere nassen Socken und Stiefel trocknen im unbeheizten Biwak bis zum nächsten Morgen nicht. Es gibt Wurstsemmlen und etwas Rotwein und gegen die Kälte helfen genügend Decken.

Wildalmkirchl und Brandhorn

Am Morgen liegt noch Schatten auf dem weiten Fels-Rund. Zunächst erkunden die Bergsteiger das imposante Wildalmkirchl, das tatsächlich einer Kirche ähnelt. Der First vom „Kirchendach“ reicht Vater und Sohn. Die „Kirchturmspitze“ – erreichbar über einen extrem luftigen Grat – wird nicht bestiegen. Über das Biwak und abschüssige Karren hinunter ins Mittagsschartl und hinauf zum 2.610 m hohen Brandhorn, erschwert durch teils gefrorenen und teils aufgeweichten Schnee. Toll der Blick auf das Wolkenmeer, das die höheren Berge „umzingelt“. Dann 180 Hm Abstieg und gleich darauf Gegenanstieg zum Kleinen Brandhorn auf 2.529 m.

Hohe und Niedere Torscharte

Der Martelkopf wird passiert. Ein diffiziler Steilabbruch führt hinunter zur Hohen Torscharte. In der Flanke des Torkopfs geht es weiter zur Niederen Torscharte auf 2.246 m. Hier endet der anspruchsvolle Teil der Tour. Es liegen aber immer noch 1.250 Hm Abstieg vor uns und die „ziehen“ sich. Um 16:15 Uhr ist der Parkplatz erreicht. 500 Hm Aufstieg und 1.850 Hm Abstieg liegen hinter uns.

♂ Joachim Hofmann



Hütten



Neue Regensburger Hütte (2.286 m)

Lage:

im Hochstubai 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, Selbstversorgerküche, 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 Zwieselstein (1.472 m)

Lage:

Ötztal zwischen Sölden und Gurgl

Adresse:

Guglerstraße 4,
A-6450 Sölden
(Bushaltestelle Zwieselstein
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 Oberpfalz

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)



Hansberghütte (395 m)

Lage:

über der Donau, Oberndorf zwischen 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)



Hanslberghütte – uriger geht's nicht

Wir lieben sie, unsere Hanslberghütte, und das seit 100 Jahren. Tatsächlich, sie feiert heuer dieses sagenhafte Jubiläum. Am 10. Oktober 1926 feierte die Sektion die Eröffnung ihrer „Blockhütte“ über Oberndorf bei Bad Abbach. Damals wie heute versprüht sie einen ganz besonderen Charme.



Hütte der Jugend

Strom, fließendes Wasser, elektrische Heizung – wer braucht schon diesen Luxus? Die Hanslberghütte jedenfalls nicht. Neben Location für Geburtstagsfeiern, Auszeiten mit der Familie und teambildende Firmenevents ist die Hanslberghütte seit 100 Jahren das Basislager der Jugend. Und sie darf sich absolut zurecht so nennen. Die Baumstämme, die Kartoffelsäcke voll Zement und schließlich auch das erste Mobiliar wurden schließlich im Sommer 1926 von den Jungen hochgeschleppt.



Wer war Ludwig Hanisch?

Wer vor der Hütte steht, kann auf dem Messingschild den Namen „Ludwig-Hanisch-Hütte“ lesen. Diesen Zweitnamen verdankt die Hütte dem damaligen 1. Vorsitzenden, der nicht nur die erste Jugendgruppe der Sektion gründete, sondern diese sogar motivierte, sich selbst ihre eigene Hütte zu bauen. Die damals einzige Hütte der Sektion, doch nicht die erste, nach dem Verlust der Regensburger Hütte in Südtirol nach dem 1. Weltkrieg.

Einfach charmant

Die Hanslberghütte punktet nicht nur mit ihrer charmanten Einfachheit, sondern auch mit ihrer Nähe zur Regensburg. Mit dem Rad ist Oberndorf in einer halben Stunde erreicht, die Tour führt immer entlang der Donau, bis zum Sportplatz am Ortseingang. Von da sind es ca. 10 Minuten zu Fuß bergauf auf einem schmalen Steig, der nur mit gutem Schuhwerk begangen werden sollte. Die Hütte liegt direkt am Wanderweg, in beide Richtungen kann es direkt losgehen, Richtung Max-Schultze-Steig und Regensburg oder Richtung Felsportenweg und Bad Abbach. Die Klettercommunity locken die Hanslbergfelsen direkt hinter der Hütte – ein Traum!

♂ Monika Trojer



Hanslberghütte im Überblick

- Platz für 24 Personen im Aufenthaltsraum
- Geschirr für 20 Personen
- Biotoilette
- Solarstrom für Beleuchtung
- 11 Schlafplätze unter dem Dach

Vertragshäuser



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-phryn-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 Großarltal/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-grossarltal

Information:
www.vorderschappachhof.com

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

Hüttenempfehlung



Regensburger Hütte (Rifugio Firenze)

Lage: Cislesalm in Gröden/Südtiroler Dolomiten

Adresse: Fam. Perathoner,
I-39047 St. Christina (BZ), Ciaulonh 17

Kontakt:
Hütte: +39 0471 796307
Privat: +39 0471 795206
info@rifugiofirenze.com

Information: www.rifugiofirenze.com

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

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 Wanderfalken

Die Wanderfalken treffen sich alle zwei Wochen donnerstags von 8:00 – 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



Weihnachtsfeier auf der Hanslberghütte

Und täglich grüßt das Murmeltier – oder jährlich die Jugendleiterweihnachtsfeier auf der Hanslberghütte. Aber auch dieses Jahr war es wieder einmal ein schöner Jahresabschluss. Der gemeinsame Abend ist mit Kochen, Plätzchen essen, ins Feuer gucken und Spiele spielen viel zu schnell vergangen.

Wir freuen uns auf ein schönes Jahr 2026 mit vielen coolen Aktionen!

∅ 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



Nikolaus-Cup 06.12.2025

Am 06. Dezember war das Kletterzentrum Ausstragungsort des bestimmt bald legendären Nikolaus-Cups ;). Der Boulderspaßwettkampf richtete sich an alle boulderbegeisterten Kinder und Jugendlichen zwischen 6 und 18 Jahren. Während der Quali von 10:00 bis 14:00 Uhr wurde aufgrund des Wettkampfnamens nicht nur hart um die besten Boulderergebnisse gekämpft, sondern auch versucht die Nikolaus-Challenge zu meistern um sich einen Schoko-Nikolaus zu erklettern. Nach den 30 coolen Quali-Bouldern warteten auf die jeweils drei besten der sechs Startklassen noch zwei echt harte Final-Boulder, in denen bei allerfeinster Wettkampfstimmung alles gegeben werden musste. Zum Abschluss des schönen Wettkampftages gab es nach der Siegerehrung noch eine Verlosung unter allen Teilnehmern mit coolen Sachpreisen unseres treuen Sponsors Lauf und Berg König.

An dieser Stelle auch ein großes Dankeschön an die Volksbank-Raiffeisenbank Regensburg-Schwandorf, ohne die der Wettkampf nicht möglich gewesen wäre.

∅ Lena Wiessner



**SAVE
THE DATE**

**21.03.2026
Jugendvollversammlung**

Ja, das stimmt, „Jugendvollversammlung“ hört sich nicht so wirklich nach einer witzigen Veranstaltung an. Aber es ist schließlich eine JUGENDvollversammlung und wir als Jugend sind definitiv keine Fans von langweiligen, trockenen Versammlungen. Deswegen nehmen wir die Herausforderung an, den offiziellen Teil so spannend wie möglich zu gestalten. Dort bekommt ihr einen Einblick, was sich dieses Jahr alles in der Jugend getan hat, wofür wir Geld ausgegeben haben und was wir nächstes Jahr vorhaben. Außerdem dürft ihr wieder einen neuen Jugendausschuss sowie neue Delegierte wählen und den Budgetplan für 2026 beschließen. Nach dem offiziellen Teil wird es natürlich noch eine coole Aktion geben, um einen Ausgleich für das restliche kleine Bisschen an Langeweile zu schaffen, das während des offiziellen Teils vielleicht doch noch entstanden ist.

Wir freuen uns, wenn ihr alle am 21.03.2026 bei der Jugendvollversammlung im Kletterzentrum dabei seid!

∅ Liebe Grüße
Euer Jugendausschuss



© Steffi Berghofer



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 2018 und älter

Kontakt: Melanie Braun, Judith Mengelkamp und Carmen Spörl
steinboecke.dav.regensburg@gmail.com

* 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.

Februar bis Mai 2026

Mittwoch, 11.02.2026

Von Dinau nach Rechberg

Zeit: 09:00 Uhr, P2 Jahnstadion (**B trans**)
Wir starten in Dinau, wandern am Girnitzgraben
entlang nach Rechberg (2,5 Std.). Mittagsein-
kehr: Rechberger Hof. Über die Windräder und an
Nassenau vorbei geht es zurück (2 Std.).
Organisation: Georg Iberl

Mittwoch, 25.02.2026

Rund um Schwetzenhof

Zeit: 09:00 Uhr, P2 Jahnstadion (**B trans**)
Wir wandern von Pettendorf über Rohrdorf und
Baiern nach Hainsacker (2,5 Std.). Mittagsein-
kehr: Prößl. Über den Schwetzenhof Weiher
und Neudorf zurück nach Pettendorf (3 Std.).
Organisation: Ferdinand Beer und
Martha Weinzierl-Eicher

10.03.2026

Rund um Eichstätt

Zeit: 07:30 Uhr, P2 Jahnstadion (**B**)
Wir wandern zur Willibaldsburg und Frauenberg-
kapelle und wieder in die Altstadt (2,5 Std.).
Mittagseinkehr: Brauereigaststätte Trompete.
Entlang des Panoramawegs zum Hohen Kreuz
und zurück (1,5 Std.).

Organisation: Georg Iberl

24.03.2026

Kuppenalp

Zeit: 08:30 Uhr, P2 Jahnstadion (**B**)
Von Unterwiesenacker geht es über die Kuppenalp
nach Habsberg zur Wallfahrtskirche (2,5 Std.).
Mittagseinkehr: Gasthaus Schweppermann. Von
dort zurück nach Habsberg (2,0 Std.).
Organisation: Günther Bock

07.04.2026

Leidingshofer Tal – Leinleitertal – Heiligenstadt

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (**B**)
Unsere Tour startet in Veilbronn, Fränkische
Schweiz. Von dort wandern wir durch das Lei-
dingshofer Tal zum Naturfreundehaus Veilbronn
(3 Std.) mit Mittagseinkehr. Zurück entlang des
Leinleitertals nach Heiligenstadt (2,5 Std.).
Organisation: Inge und Werner Feßel



Mittwoch, 22.04.2026

Kirschblüte im Spalter Hügelland

Zeit: 07:00 Uhr, P2 Jahnstadion (**B**)
Wir fahren zum Igelsbachsee (Fränkische Seen-
platte) und wandern entlang des Gäns- und
Hatzelbachs über den Galgenberg nach Spalt
(3 Std.). Mittagseinkehr: Bayerischer Hof. Über
St. Ägidius in Hagsbronn und Igelsbachsee
zurück (2 Std.).

Organisation: Ferdinand Beer und
Martha Weinzierl-Eicher

weiter auf Seite 50 →

Mittwoch, 06.05.2026

Höhlenlabyrinth bei Betzenstein

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

Wir starten am Freibad Betzenstein. Wir wandern vorbei an Felsformationen und Höhlenlabyrinth über Leupoldstein nach Stierberg (3 Std.). Mittagseinkehr: Gasthaus Fischer. Über Münchser und Stierberger Wand geht es zurück nach Betzenstein mit Erkundung des historischen Ortskerns (2 Std.).

Organisation: Rosi und Heinz Gebhard

19.05.2026

Zwischen Saulburg und Falkenfels

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

Von Saulburg wandern wir ins Tal der Kößnach, über die Waldkapelle im Drexenholz zur Wallfahrtskirche St. Johann und nach Falkenfels (3 Std.). Mittagseinkehr: Restaurant Meraki. Über das Kößnachtal und Gößmannszell geht es zurück (3 Std.).

Organisation: Claudia und Gerd Vangerow

Im Monat Juni bitte nicht vergessen:

Toureneintragung für das 2. Halbjahr 2026

per E-Mail bei: [ida.spaeth@web.de](mailto:id.a.spaeth@web.de)



ACHTSAM UNTERWEGS

Aktivitäten: Wandern und Naturerlebnis mit achtsamen Elementen und Entspannung

Kontakt:

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



DIE ALLROUNDER

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

Kontakt:

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

Marita Sasso, 0941 992 233 84,
mrvoss@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



ALPENMÄDEL

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



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



ALPINGRUPPE 24

Aktivitäten: Bergtouren, Hochtouren, Eisklettern, Vorbereitung auf Expeditionen

Kontakt:

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

Termine:

jeden 2. Dienstag im Monat, 18:30 Uhr,
im Ausrüstungslager
Weitere 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 2. Montag im Monat um 18:00 Uhr in der Geschäftsstelle



DAV / Hans Herbig

GENERATION FRISCHLUFT

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

Alter: Jahrgänge 1990 – 2005

Kontakt:

Florian Habenschaden,
gen.frischluft.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

Jeden Dienstag
Klettertraining

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.





Februar bis Mai 2026

Di., 03.02.2026, 20:00 – 22:00 Uhr

HTG-Treffen

Ort: Bollywood, Kareth-Lappersdorf

Sa., 07.02.2026

Skilanglauftour in Ostbayern

Vorbesprechung: 03.02.2026 am HTG-Treffen

Ansprechpartner: Peter Lang

Ort: Ostbayern dort wo Schnee liegt

So., 15.02.2026

Traditionelle Arber-Skitour

Plätze: 8 Personen

Vorbesprechung: E-Mail

Ansprechpartner: Christian Zintl

Ort: Arberland

Di., 03.03.2026, 20:00 - 21:30 Uhr

HTG-Treffen

Ort: Bollywood, Kareth-Lappersdorf

Fr., 06.03.2026 – So., 08.03.2026

Skitourenwochenende in/um Unken

Plätze: max. 8

Vorbesprechung: E-Mail

Ort: Unken

Unterkunft: Selbstversorgerhaus der Sektion Gangkofen

Anfahrt: Freitagnachmittag

Ansprechpartnerin: Anette Pröbster

Fr., 27.03.2026 – Sa., 28.03.2026

Skitouren um die Rastkogelhütte im Zillertal

Plätze: max. 8

Vorbesprechung: online

Ansprechpartner: Thomas Schmidmeier

Ort: Fügen

Anforderungen: Skitouren bis 1.500 Hm; Vorbereitung und Akklimatisierungstour für die Wallisskitouren im April

Di., 31.03.2026, 20:00 – 22:30 Uhr

HTG-Treffen

Gemütliches Beisammensein und Tourenbesprechungen

Ort: Bollywood, Kareth-Lappersdorf

Fr., 03.04.2026 – Sa., 11.04.2026

Skihochtouren im Wallis

Tourenbeschreibung: Hochtouren im Wallis mit Aufstieg zur Britannia-Hütte und Übergang zur Monte-Rosa-Hütte mit Tagestouren auf Gipfel der Monte-Rosa-Gruppe

Plätze: max. 8

Vorbesprechung: HTG-Treffen am 31.03.2026

Ansprechpartner: Thomas Schmidmeier

Ort: Allalingruppe

Anforderung: Spaltenbergung, Gletschererfahrung

Mi., 06.05.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

HTG-Treffen

Ort: Spitalkeller, Regensburg

Sa., 16.05.2026 – So., 17.05.2026

Klettern und Paddeln

Plätze: max. 6

Ort: Viechtach

Ansprechpartnerin: Heidi Ringlstetter

Anmeldung: bis 01.03.2026

Schwierigkeit: Wildwasser II und eigenes Boot, kann ggf. ausgeliehen





HÜTTENTOUREN

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

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 Altmühlthal, in den Voralpen ...

Kontakt:

Julia Achatz und Isabel Schwarzenberger
hunderunde.dav-regensburg@gmx.de

Termine:

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



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

Contact:

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

Info about meetings:

WhatsApp, e-mail and on www.alpenverein-regensburg.de



KAIERSCHMARRngruppe

Aktivitäten: Wandern bis zum Kaiserschmarrn, Verkosten und Rezeptesammeln

Kontakt:

Nicole Rühr,
kaiserschmarrn.dav.regensburg@t-online.de

Termine:

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

Geschenk-Gutschein der Sektion Regensburg

Ihr benötigt noch schnell ein Geschenk für einen bergbegeisterten Menschen?

Schenkt ein paar Bergträume – z.B. ein Wochenende in unseren Berghütten – mit viel Ruhe und Entspannung in herrlicher Bergwelt.

Gutscheine sind in der Geschäftsstelle der Sektion Regensburg erhältlich oder online zum Selbstausdrucken unter:
www.alpenverein-regensburg.de
im Bereich Service



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 Terminänderungen per WhatsApp





NEU



MOUNTAINBIKEGRUPPE

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

Kontakt:

Bianca Wastl, 0160 636 09 50

Christoph Hagenmiller, 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

MTB-GRAVITY-GRUPPE

Aktivitäten: Radeln auf flowigen Trails, im Bikepark, auf dem Pumptrack, aber natürlich auch auf den Home-Trails von Regensburg

Alter / Voraussetzungen:

Ab 18 Jahren, mindestens S2-Fahrrtechnik und ein trailtaugliches Bike (E- oder Bio-Bike)

Kontakt:

Fabrice Dunkel und Michael Denk

mtb.dav.rggb@gmail.com

Schreibt uns – wir fügen euch in unserer WhatsApp-Community hinzu!

Termine:

Regelmäßige Ride-Outs, Stammtisch und vieles mehr. Alle Termine werden über WhatsApp kommuniziert.



achtsam wandern

www.schultemartin.de/wandern



RUND UM REGENSBURG

Aktivitäten: Wandern im Regensburger Umland

Kontakt:

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

Termine:

per Mailverteiler und auf
www.alpenverein-regensburg.de



SKITOURENGRUPPE

Aktivitäten: Skitouren und Skihochtouren, im Sommer auch Bergtouren

Kontakt:

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

Termine:

Termine über Mailverteiler und WhatsApp



SKI- UND SOMMERMATHEMATIK

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-Altdorfer-Gymnasium, Minoritenweg 33
bei Wolfgang: Donnerstag 18:30 – 19:30 Uhr
(Oktober bis Ostern), Turnhalle Willi-Ulfig-Schule, Isarstraße 24



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

SPORTKLETTERGRUPPE

» Das Beste ist die Gruppendynamik «



*Du suchst noch einen Kletterpartner?
Willst deine Technik verbessern?
Oder einfach gemeinsam Spaß in der Halle und am Fels haben?
Dann bist du in der Sportklettergruppe des DAV Regensburg genau richtig!*

„Wir fangen am Do. 2. Februar 2023 an. Kletterhalle 18.00 Uhr“ – Mit diesem Facebook-Post ging alles los: Andrzej Jagiellowicz und Christian Brazzale wagten den Neustart einer Sportklettergruppe beim DAV Regensburg.

Ziemlich genau drei Jahre später sitzt Andrzej in der Kletterhalle und wartet auf das Eintreffen der ersten Mitkletterer. Es ist Donnerstag, kurz vor 18 Uhr. Die „Sportklettergruppe 2.0“ hat sich etabliert, aus einer Idee ist dank des fortgesetzten Engagements von Christian und Andrzej eine echte Institution geworden. Rund 260 Mitglieder hat die offene Facebook-Gruppe der Sportkletterer mittlerweile, dabei sind Frauen und Männer aller Altersklassen bunt gemischt. Die sind natürlich nicht immer alle vor Ort, im Schnitt kommen zu den Klettertreffs zwischen acht und zehn Leute. Auch Christian ist heute ausnahmsweise nicht dabei, er macht Kletterurlaub in Griechenland. „Ihm ist es hier zu kalt geworden“, meint Andrzej augenzwinkernd. „Wir klettern nur jetzt im Winter drinnen in der Halle. Im Sommer nutzen wir die langen Tage und sind mit der Gruppe sehr gerne draußen am Fels in der Umgebung, in Schönhofer oder Kallmünz.“

Dafür bieten sie den Teilnehmenden im Winter in der Halle ein besonderes Schmankerl: Andrzej als Trainer C für Sportklettern und Christian als Kletterbetreuer geben nach dem Aufwärmen für jeweils 30 Minuten ein Technik-Update. „Heute plane ich zum Beispiel ein kleines Sturztraining“, erzählt Andrzej. „Wir schauen uns aber auch Bewegungsabläufe an und arbeiten an der Fußtechnik oder am Frontalklettern.“ Nach dem Technik-Part haben die Teilnehmenden Zeit, das Gelernte gleich in die Praxis umzusetzen. Andrzej und Christian leiten an und korrigieren.

Kletterkenntnisse als Voraussetzung

Wichtig ist dabei jedoch: Die Sportklettergruppe ersetzt keinen Kletterkurs. „Man muss über 18 Jahre alt sein und bereits Kletterkenntnisse mitbringen“, sagt Andrzej. Hier bieten sich optimalerweise der Toprope- und der darauf aufbauende Vorstiegskurs an, die der DAV in der Kletterhalle regelmäßig anbietet. „Wenn jemand woanders klettern gelernt hat oder den Vorstiegskurs noch nicht gemacht hat, dann können wir aber auch unterstützen“, sagt Andrzej.

Oft hätten neue Teilnehmende den Vorstiegskurs beendet, seien aber noch auf der Suche nach einem Kletterpartner. Oder aber jemand sei gerade in die Stadt gezogen und auf der Suche nach Gleichgesinnten. „Für diese Leute ist unsere Gruppe eine idealer Anlaufpunkt“, sagt Andrzej. „Manche bleiben bei uns, andere finden auch einen festen Kletterpartner und kommen nicht mehr. Das ist für uns alles fein, feste Verpflichtungen geht man bei uns nicht ein.“

Highlights an der Moldau und im Frankenjura

Wer dabei bleibt, profitiert vom Austausch in der Gruppe, vom gegenseitigen Lernen und den gemeinsamen Erfahrungen. Besonders intensiv sind diese bei den zweimal im Jahr stattfindenden Kletterausflügen. „Wir fahren immer zum Granitklettern an die Moldau und ins Frankenjura“, erzählt Andrzej. „Das sind tolle Klettergebiete, man lernt viel dazu – aber das Beste ist eigentlich die Gruppendynamik.“

Dabei sein ist alles

Wer Interesse hat, auch einmal dabei zu sein und mitzuklettern, kann sich über die Website des DAV Regensburg unter „Sportklettergruppe“ per E-Mail bei Christian und Andrzej melden. Aktuelle Infos gibt es in der Facebookgruppe „Sportklettern DAV Regensburg“. „Wir freuen uns immer über neue Leute, die zu uns kommen und mitmachen wollen“, sagt Andrzej noch. Dann zieht er sich die Kletterschuhe an und macht sich mit der Sportklettergruppe ans Aufwärmen.

❖ Susanne Herr



Andrzej Jagiellowicz

Bei einem Urlaub auf dem Balkan machte Andrzej 2017 gemeinsam mit seinem Sohn erste Kletterversuche - und wurde sofort süchtig. Dass seine Wahlheimat Regensburg ein solches „Kletter-Eldorado“ ist, wurde ihm erst ab diesem Zeitpunkt so richtig bewusst. Seitdem ist sein Motto „Haupt-sache Fels!“ Andrzej hat mittlerweile den Trainer-C-Schein Sportklettern und ist selbst im 7./8. Grad unterwegs. Wenn er gerade nicht klettert, arbeitet der gebürtige Pole als Programmierer.



Christian Brazzale

Den gebürtigen Ingolstädter hat es in den 90er Jahren nach Regensburg verschlagen, wo er nach einigen Jahren mit dem Kletternsport begann. Im Sommer ist der Kletterbetreuer am liebsten im Frankenjura unterwegs, in der kälteren Jahreszeit auch gerne in der Mittelmeerrregion. Christian begibt sich zudem gelegentlich auf alpine Bergtouren, steigt auf sein Mountainbike oder läuft einen Trail. Wenn der Sozialpädagoge nicht gerade sportlich unterwegs ist, betätigt er sich am Herd oder am Pizzaofen.



© Andreas Schatz



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

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)

www.um-welt.bayern

Wir sind alle _____ und unser _____ ist die _____.
um:welt

Finde die drei Lösungswörter und besuche uns in der Erlebnis-Ausstellung in Regensburg!

Bei richtiger Lösung erwartet dich ein kleines Geschenk!

Ü	G	A	A	E	Q	H	A	N	R	B	C
A	O	H	I	X	U	C	P	F	A	Y	
R	S	E	R	D	E	K	T	S	U	D	R
Y	O	T	I	J	L	O	Ü	R	M	V	T
X	N	L	R	F	N	G	V	Ü	S	G	A
L	P	Ü	O	O	W	V	T	R	C	O	O
S	F	P	Y	E	N	E	I	Ü	H	I	Ö
O	T	Ü	R	R	Ä	A	I	G	I	W	P
C	J	Z	Y	Y	N	T	U	X	F	K	J
Y	E	R	T	L	X	I	A	T	F	X	U
S	Ö	G	C	J	L	Ä	F	K	E	Z	Z
D	D	E	H	Z	B	Ö	J	Ö	I	N	L



ORTSGRUPPE BAYERWALD



Für unsere Sektionsmitglieder und alle interessierten Bergfreunde im Landkreis Cham. www.alpenverein-regensburg.de/gruppen/ortsgruppen/og-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: Reinhart 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 31.03.2026:

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



Februar bis Mai 2026

Do., 05. oder Fr., 06.02. bis So., 08.02.2026

Langlauftouren im Böhmerwald

Skiwanderungen in traumhafter Winterlandschaft und fast grenzenloser Einsamkeit sowie eine komfortable Unterkunft mit guter Küche erwarten uns an diesen beiden Tagen. Untergebracht sind wir im 1.200 m hoch und fast absolut schneesicher gelegenen Hotel „Alpska Vyhledka“ (Alpenblick) in Bucina (ehem. Buchwald) zwischen Finsterau und Kvilda (Außergefeld). Geplant sind ausgedehnte Skiwanderungen bis etwa 30 km mit teils anspruchsvollen Aufstiegen und Abfahrten auf nicht durchwegs maschinell gespurten Loipen.

Treffpunkt: wahlweise Donnerstag- oder Freitagabend in Bucina (Fahrzeit ab Cham ca. 2,5 Std.); für die Zufahrt von Kvilda von Bucina benötigt man eine Sondergenehmigung, die über das Hotel erteilt wird. Übernachtung im DZ mit reichhaltigem Frühstück ca. 60 € / Person und Nacht

Anmeldung bereits geschlossen

Plätze: max. 8 Personen

Organisation: Hans Grüneißl

Do., 12.02.2026

Fotovortrag Gibacht

Schwarzwald Süd

Treffpunkt: Gasthaus Gibacht, 18:30 Uhr

Referent: Toni Putz

Sa., 15.02. bis Mi., 18.02.2026

Skitouren im Schmirntal

Unser Quartier ist der familiäre und sehr herzliche Gasthof Steckholzer, zugleich Vertragshaus der Sektion. Lage: nahe St. Jodok, kurz vorm Brennerpass. Das Schmirntal sowie das angrenzende Valsertal sind ein Skitourenparadies; keine Hotelburgen, keine Lifte, nur „Skitour“ pur. Eine Tour startet direkt an der Haustüre, diverse Touren in 5 min. bis maximal 20 min mit dem Pkw erreichbar. Wir sind voraussichtlich in DZ untergebracht.

Anmeldung: bis 30.01.2026, bei Fritz Nirschl (fritz.nirschl@freenet.de)

Plätze: max. 8 Personen

Organisation: Fritz Nirschl

Sa., 28.02.2026

Skitour bei Nacht

Wir treffen uns am Abend und steigen mit Fellen zu einem Bergwirtshaus auf. Nach einer gemütlichen Einkehr fahren wir mit den Skiern ab. Das Ziel bestimmen wir kurzfristig nach Schneelage.

Anmeldung: telefonisch bis 26.02.2026

Organisation: Reinhard Neumeier, Tel. 09977 1634

Sa., 15.03. bis Mi., 18.03.2026

Skitouren um die Winnebachseehütte

Wir wollen eine neue Gegend erkunden – die nördlichen Stubauer. Vom Ortsende in Gries (großer Parkplatz), Zufahrt von Längenfeld aus dem Ötztal, steigen wir in ca. 2,5 Std. zur Hütte (2.362 m) auf. Ab der Hütte haben wir überschaubare Aufstiegszeiten und – je nach Verhältnissen – sind winterliche 3.000 m erreichbar.

Anmeldung: bis 20.02.2026, bei Fritz Nirschl (fritz.nirschl@freenet.de)

Plätze: max. 6 Personen

Organisation: Fritz Nirschl

Do., 26.03.2026

Fotovortrag Gibacht

Böhmisches „Kostbarkeiten“

in der Region Susice (Schüttenhofen)

Treffpunkt: Gasthaus Gibacht, 18:30 Uhr

Referent: Toni Putz

April / Mai 2026

Notfallübung mit der Further Bergwacht

Bei genügend Interesse organisieren wir in Zusammenarbeit mit der Further Bergwacht wieder eine praktische Übung von Notfallmaßnahmen unter realistischen „Outdoor“-Bedingungen. Näheres und Termin siehe Website; es wird zu gegebener Zeit per E-Mail eingeladen.

Sa., 11.04. bis So., 12.04.2026

Bike & Snow

Eine Tour für abenteuerlustige Radler und Skitourengeher

Bei unserer traditionellen kombinierten Radl- und Skitour, die den Abschied von der Winter- bzw. den Beginn der Sommersaison markieren soll, hatten wir in den letzten Jahren meist gute Bedingungen für beide Sportarten; Überraschungen können natürlich nicht ausgeschlossen werden.

Vorgesehener Ablauf: Samstag: Treffen am Brennes um 14:00 Uhr; Fahrt mit dem Rad über Arberhütte, Regenhütte, Schwellhäusl (Einkehr), Eisenstein, Zelezna Ruda (Übernachtung); Sonntag: Zelezna Ruda, Eisenstein, Grafhütte Brennes, Skitour Brennes – Arber – Brennes.

Information und Anmeldung: bis 23.03.2026 bei Hans Grüneißl

Plätze: max. 6 Personen

Fr., 24.04. bis So., 26.04.2026

Klettersteige in Nordböhmien / Raum Decin

Zahlreiche Möglichkeiten von B bis E, Dauer der einzelnen Steige meist ca. 45 min in einer faszinierenden Landschaft.

Anmeldung: per E-Mail bei Franz Vogl (franz.vogl9@freenet.de)

Anmeldeschluss: 23.03.2026

Organisation: Franz Vogl und Dr. Ludwig Engl

Do., 14.05.2026 (Christi Himmelfahrt)

MTB-Vatertagstour über die Jurahöhen westlich von Regensburg

Gemeinschaftsfahrt mit der Sektion

Start beim Gasthof Krieger in Mariaort um 09:00 Uhr. Wir fahren ca. 38 km und 700 Hm auf meist guten Wegen und leichten Trails. Eine Einkehr in Eichhofen ist geplant. Wie immer handelt es sich um eine Gemeinschaftsfahrt gleichberechtigter Plätze mit privatem Charakter; eine Führung findet nicht statt. Die Teilnehmenden verzichten untereinander ausdrücklich auf jegliche Haftungsansprüche.

Ausrüstung: funktionsfähiges Mountainbike, kleines Reparatur- und Erste-Hilfe-Set, Wärme- und Nässeeschutz, Zwischenverpflegung

Anmeldung: für die Plätze von der Ortsgruppe bei Hans Grüneißl bis 11.05.2026

Organisation: Toni Putz



So., 24.05. bis Sa., 30.05.2026 (Pfingsten)

MTB Schwarzwald

Mit dem Mountainbike durch den Südwestlichen Schwarzwald

Vorgesehener Ablauf (Änderungen bzw. Ergänzungen nach Planungsstand):

Pfingstsonntag, 24.05.2026: Anreise in Fahrgemeinschaften nach Sulzburg;

Pfingstmontag, 25.05.2026: über den Blauen (1.165 m) nach Badenweiler und durchs Markgräfler Land zurück nach Sulzburg, ca. 30 km, 1.100 Hm;

Di., 26.05.2026: Von Sulzburg über die Kälbelescheuer (980 m, Almwirtschaft) über Neuenweg nach Schönau, ca. 30 km, 1.100 Hm;

Mi., 27.05.2026: von Schönau auf den Belchen (1.414 m) und über das Wiedener Eck nach Todtnau, 39 km, 1.300 Hm;

Do., 28.05.2026: von Todtnau auf den Feldberg (1.493 m) und über Titisee nach Hinterzarten, 40 km, 1.030 Hm;

Fr., 29.05.2026: von Hinterzarten über Oberried auf den Schauinsland (1.284 m) und hinunter nach Freiburg im Breisgau, 51 km, 1.200 Hm;

Sa., 30.05.2026: mit der Bahn zurück zum Ausgangspunkt und Heimreise

An- und Abreise: in Fahrgemeinschaften nach Vereinbarung. Unterkunft mit Frühstück in Gasthöfen und Pensionen, geschätzt ca. 50 bis 70 €/Person; Essen und Getränke ca. 50 €/Person und Tag, wir werden wieder eine Gemeinschaftskasse führen.

Plätze: max. 8 Personen, Gemeinschaftstour auf überwiegend guten Wegen und Nebenstraßen.

Anmeldung: bis 31.01.2026 verbindlich per E-Mail bei Hans Grüneißl

Besprechung: nach Vereinbarung

Organisation: Hans Grüneißl

Sa., 30.05. bis So., 31.05.2026

Klettern im Salzkammergut

Plombergstein (4 bis 5-) und Traunstein (3+)

Voraussetzung: Kenntnisse auf Level Kletterschein „Vorstieg“ und Klettererfahrung am echten Fels

Ausrüstung: komplette persönliche Ausrüstung für alpines Felsklettern, Seile und Sicherungsmittel nach Absprache

Plätze: max. 6 Personen

Anmeldeschluss: 28.02.2026

Anmeldung: per E-Mail bei Franz Vogl (franz.vogl9@freenet.de)

Organisation: Franz Vogl und Dr. Ludwig Engl



ORTSGRUPPE STÄDTEdreIECK



Für unsere Sektionsmitglieder und alle interessierten Bergfreunde des Städtedreiecks. www.alpenverein-regensburg.de/gruppen/ortsgruppen/og-staedtedreieck

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, 0157 53699934 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:

Unsere Ortsgruppe trifft sich im Regelfall jeden 1. Montag des Monats im Gasthaus Burgblick, Naabgasse 7, 93133 Burglengenfeld:
von Oktober bis März um 19:00 Uhr,
von April bis September um 20:00 Uhr.

Februar bis Mai 2026



Sa., 01.02.2026

Schneeschuhtour Rabenkopf (1.555 m)

Anfahrt mit Pkw in die Jachenau.

Über Walchenalpe und Staffelalm zum Gipfel.
750 Hm. Abstieg evtl. über die Bergwachthütte.

Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 14.02.2026

Übern Eixlberg

14 km, 400 Hm. Mit der Bahn nach Nabburg. Von dort Wanderung zum Eixlberg. Einkehr Emmausklause. Weiter nach Wernberg und mit Bahn zurück.

Organisation: Siegfried Fischer

Sa., 21.02. bis So., 22.02.2026

Schneeschuhtouren Brixen i. Thale

Mögliche Ziel: Schwarzkogel (2.030 m). 1.000 Hm.
Auch Alternative mit weniger Hm möglich.

Weitere Ziele nach Absprache.

Übernachtung: Berg- und Skiheim in Brixen im Thale
Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 15., 22. oder 29.03.2026

Etappe König-Ludwig-Weg

Mit Bayernticket nach Starnberg. Eine der schönsten Etappen des König-Ludwig-Weitwanderwegs.
Nur bei schönem Wetter. Von Starnberg über Kloster Andechs (Einkehr) nach Herrsching am Ammersee. Rückfahrt mit Bahn.

Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 19.04.2026

Muggendorf – Fränkische Schweiz

Start Muggendorf – Kuchenmühle – Doos Riesenburg – König-Ludwig-Felsen – Engelhardsberg (Einkehrmöglichkeit) – Adlerstein – Quakenschloss (Felsgrotte) – Muggendorf. Eine sehr reizvolle Höhenwanderung. Gehzeit 4,5 Stunden.

Organisation: Joachim Hofmann



35 JAHRE
ORTSGRUPPE STÄDTE-DREIECK
mit Tag der offenen Tür

25. April 2026 / 14:00 bis 18:00 Uhr

Info siehe rechts oben
und auf www.alpenverein-regensburg.de/gruppen/ortsgruppen/og-staedtedreieck

Sa., 25.04.2026 / 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Tag der offenen Tür Ortsgruppe Städte-dreieck zum 35. Jubiläum

Mehrgenerationenhaus Saltendorf bei Teublitz,
Rötleinstr. 35, 93158 Teublitz

- Verlosung mit attraktiven Preisen
- kostenlose Abgabe von gebrauchten und teils neuwertigen Ausrüstungsgegenständen sowie Büchern und Landkarten.
- Kaffee, Kuchen und Getränke stehen für einen angenehmen Aufenthalt zur Verfügung.
- Infos über die Touren der Ortsgruppe 2026

Die Ortsgruppe stellt sich den Besuchern als kompetentes Team für regionale und alpine Unternehmungen vor.

Organisation: Joachim Hofmann

Sa., 02.05.2026

Übern Haidstein

An- und Abreise mit Bahn und Bus. Aufstieg vom Bahnhof Chamerau über Lufling zum Ziel. Einkehr in der Haidsteiner Hütte und Abstieg über die Wolframlinde nach Kötzting.

Tourlänge: 14 km und 400 Hm

Organisation: Siegfried Fischer

Sa., 09.05.2026

Mühlwanderung zur Ruine Brennberg

Ausgangspunkt ist der Parkplatz Ortsmitte Brennberg.

Tourlänge: 13 km und 330 Hm

Organisation: Christine Sebast

Do., 14.05.2026 (Christi Himmelfahrt)

Radtour im Regental

Mit dem Rad über Regendorf nach Mariaort. Retour übers Naabtal nach Krachenhausen. Dort Einkehr zum Vatertagsfest der Feuerwehr. Weiter über Kallmünz nach Burglengenfeld oder Maxhütte. Genauer Startpunkt wird noch mitgeteilt.

Plätze: max. 8 Personen

Organisation: Christine Sebast

Mo., 25.05.2026 (Pfingstmontag)

Waldnaab-Wanderung

An und Abreise mit Zug und Bus. Von Falkenberg flussabwärts der Waldnaab entlang. Picknick unterwegs. Ziel ist Windischeschenbach mit Einkehrmöglichkeit in einem Zoiglgasthaus.

Organisation: Siegfried Fischer

Buchtipps

Die 150. Ausgabe des Jahrbuches ist da!

1865, als der erste Band erschien, ging die Kleine Eiszeit gerade zu Ende. Heute verkörpern die rasant schmelzenden Gletscher den Beginn einer neuen Epoche. Der Jubiläumsband steht darum ganz im Zeichen des Wandels. In den BergFokus genommen wird die Natur, aber auch der Mensch – und wie er mit seinem Denken und Tun die Landschaft verändert hat. Protagonist der BergWelten ist – wie schon im allerersten Jahrbuch – der Großvenediger. Heute diskutieren Bergführer über die aktuellen Verhältnisse am Berg und über die Zukunft des Hochtourengehens. Vorgestellt werden auch ein außergewöhnliches Forschungsprojekt im Nationalpark Hohe Tauern und ein spektakuläres Stück Tourismusgeschichte: die schier unglaublichen Leistungen der Hüttenräger im Virgental.



DAV, ÖAV und AVS
Alpenvereins-
jahrbuch
Berg 2026

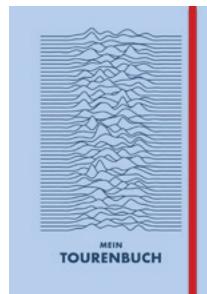
Bergwelten:
Großvenediger
Bergfokus:
Wandel
Tyrolia Verlag

25,00 €



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

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



In verschiedenen Farben

Mein Tourenbuch:
Wandertagebuch und
Gipfelbuch zum Aus-
füllen und Gestalten

Für alle Outdoor-Sport-
arten wie Wandern, Berg-
steigen, Radtouren ...

Mit Platz für 75 Touren.

Rother Bergverlag

14,90 €



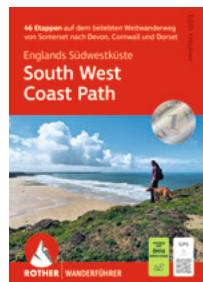
Mark Zahel

**Von Hütte zu Hütte
– Bayerische Alpen**

7 Mehrtagestouren
– Allgäu, Ammergau,
Zugspitze, Karwendel,
Voralpen, Chiemgau,
Königssee

Rother Bergverlag

18,90 €



Edith Kreutner

**Englands Südwestküste:
South West Coast Path**

46 Etappen auf dem
beliebten Weitwander-
weg von Somerset
nach Devon, Cornwall
und Dorset

Rother Bergverlag

18,90 €



Bernhard und Christina
Kühnhauser
Königsee

45 Touren – mit National-
park Berchtesgaden
und Watzmann

Rother Bergverlag

17,90 €



Folkert Lenz

**Die ultimativen Kletter-
steige in den Alpen**

51 legendäre Routen

Bruckmann Verlag

32,99 €



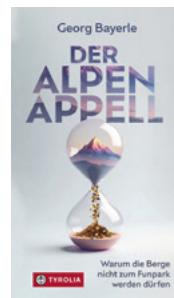
Stefan Herkner

Himmlische Hütten

In Nord-, Ost- und
Südtirol

Tyrolia Verlag

35,00 €



Georg Bayerle
Der Alpen-Appell

Ein Aufruf für
mehr Schutz eines
bedrohten Natur-
und Kulturras

Tyrolia Verlag

20,00 €

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
Tel. 0941 463 990 - 40
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, Julia Achatz, Linda Brendel,
Susanne Herr
Lektorat: Marion Glaser, Theresia Weiß,
Marion Bieler



Vorschau

*Das nächste Mitgliedermagazin
der DAV Sektion Regensburg
erscheint am 01. Juni 2026*

Titelthema: Jugend



**FINDE DEIN
KÖNIGREICH!**

WIR HELFEN DIR DABEI ...

KLETTERAUSRÜSTUNG_LAUFSPORT- UND BERGSPORT-
AUSRÜSTUNG_BERATUNG_LAUFKURSE_LAUFANALYSE_
LAUFTREFF_KLETTERKURSE_BERGTOUREN/FÜHRUNGEN_
VORTRÄGE_EVENTS_LEIHHAUSRÜSTUNG_REPARATUR
SERVICE_UND MEHR ...

**10% RABATT
AUF BERGSPORTARTIKEL*
FÜR DAV SEKTION REGENSBURG MITGLIEDER
*BITTE DAV AUSWEIS NICHT VERGESSEN!
AUF NICHT REDUZIERTE WARE! NICHT KOMBINIERBAR!**

Du willst 10% auf alles? Frag uns einfach!

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

WWW.LAUF&BERG.DE



GLOBETROTTER



NICER ALS NEU

2nd HAND AN- UND VERKAUF.
GEPRÜFTE QUALITÄT VOM OUTDOOR-PROFI.



WIR KAUFEN DEINE GEBRAUCHTE AUSRÜSTUNG
UND SO EINFACH GEHT'S:



1. Komm mit deiner gut erhaltenen und gewaschenen 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 I REGENSBURG
GLOBETROTTER.DE