

# Lörrach alpin

Nr. 44

Juli – Dezember 2022

Sektions-  
wochenende  
8.-10.07.2022  
Infos Seite 8



Aktuelles  
Berichte  
JDAV  
Familie  
Senioren  
Kurs- und  
Tourenprogramm  
uvm.





***Bergsport, Klettern, Wandern, Running,  
Trekking, Jogging, Walking, Tennis, Wintersport, ...***

***Erstklassiges Equipment, fachmännische Beratung,  
faire Preise, große Auswahl – auch in Sondergrößen.***

***Wir freuen uns auf Ihren Besuch.***

**10%**  
auf reguläre  
Bergsportartikel  
gegen Vorlage Ihres  
DAV-Mitglieds-  
ausweises

**GREINWALD**  
**SPORT-EXTRA**

79540 Lörrach, Hauptstr. 32, Tel. +49 7621 / 14100

## Liebe Mitglieder,

bei meiner gedanklichen Planung zu diesem Editorial ist immer wieder ein Begriff aufge- taucht, der mich nicht losgelassen hat – Wert- schätzung! Ich konnte mich aber erinnern – noch nie gesehen und schon wieder da – ich hatte diese Überschrift bereits im Editorial unseres Lörrach alpin Nr. 39 benutzt. Als «Eh- renämter» ist das ein Thema, an dem man ei- gentlich nicht vorbeikommt. Aber was bedeu-

immer gelungen, diesen Menschen den Dank auszusprechen, der ihrer Arbeit gebührt hätte. Das ist bedauerlich und wir können das Thema nur immer wieder aufnehmen und versuchen, hier gegenzusteuern: auch bei unserer Arbeit sollte der Mensch im Vordergrund stehen!



## Wertschätzung 2.0

tet das jetzt für uns? Am Ende meiner Danksagungen an der diesjährigen MV an unsere Touren- und Kursleiter, Trainer und Ehrenamtlichen ist ganz spontan Harald auf- gestanden und hat sich beim ganzen Vor- stands- und Beiratsteam für unsere tolle Ar- beit bedankt.

Und mit der gleichen Spontanität hat Sanne sich im Namen des Teams bei Heike bedankt, die uns in den letzten zwei Jahren als Zweite Vorsitzende durch die schweren Corona Zeiten begleitet hat und mit mir am Ende der KIT-Besprechungen immer in stun- denlanger Kleinarbeit versucht hat, unsere Entscheidungen in einem Text zu reflektie- ren, der dann unter anderem auf der Home- page veröffentlicht wurde.

Neben diesen letzten zwei Jahren im Vor- stand hatte Heike seit Heft 32 die Redaktions- leitung inne und mit ihrer Affinität zu Sprache und Texten unser Heft geprägt und die Quali- tät auf ein Maß geschraubt, welches für unse- ren Verein ein besonderes Herausstellungs- merkmal darstellt. Deshalb geht unser, aber auch mein ganz persönlicher Dank hier noch einmal an Heike – Heike, ganz großes Kino, DANKE!

In den jetzt bereits mehr als fünfundzwan- zig Jahren intensiver ehrenamtlicher Arbeit habe ich viele Menschen getroffen, die sich im Verein engagiert haben – immer mehr oder we- niger lang. Und wahrscheinlich ist es uns nicht

Vorstandsarbeit ist aber auch Sacharbeit, und nach diesen zwei Jahren Corona merken wir alle, dass es einen ordentlichen Motivations- schub benötigt, die «Maschine» wieder anzu- fahren, um hoffentlich bald wieder an unser altes Niveau anknüpfen zu können. Glückli- cherweise zeigt sich auch da wieder, was für ein gutes Team von Touren- und Kursleitern wir haben; denn auch in diesem Heft können wir wieder ein breites Programm vorstellen, welches uns durch das zweite Halbjahr 2022 führt. Und auch unsere Gruppen haben tolle Programme aufgestellt, die sich sehen lassen können. Und damit unser ökologischer Fußab- druck möglichst klein wird, versuchen wir als Pilotsektion im Rahmen der CO<sub>2</sub>-Bilanzierung den Bundesverband darin zu unterstützen, Werkzeuge zu entwickeln, um zukünftig Da- ten besser erfassen zu können. Dies sollte uns Wege aufzeigen, ein interessantes Programm für alle Mitglieder anzubieten und trotzdem ökologisch verträglich in die Natur zu gehen.

Ich bin zuversichtlich, dass wir diesen Weg schaffen und wünsche Euch damit ganz viel Spaß im Sommer in den Bergen.

Herzliche Grüße, Euer Ralf



## Sektion Lörrach des DAV e.V.

### Kontakt

Geschäftsstelle Sektion Lörrach des DAV e.V.  
Hauptstr. 3, 79540 Lörrach-Stetten  
Telefon 07621 / 510 50 42  
info@dav-loerrach.de  
www.dav-loerrach.de

### Öffnungszeiten

Montag & Donnerstag 19 bis 20 Uhr  
Verleihmaterial kann nicht reserviert werden!  
Fragen zum Verleih bitte richten an  
Hansjoerg Roessner; gz@dav-loerrach.de

### Bankverbindung

- Überweisungen Mitgliedsbeiträge  
(aus Deutschland)  
IBAN DE61 6835 0048 0001 0379 51  
BIC SKLODE66
- Überweisungen Mitgliedsbeiträge (aus der Schweiz) als Inlandsüberweisung in CHF  
IBAN CH03 8921 4000 0010 3795 1
- Überweisungen Kursgebühren  
(aus Deutschland)  
IBAN DE68 6835 0048 0001 0568 37  
BIC SKLODE66
- Überweisungen Kursgebühren (aus der Schweiz) als Inlandsüberweisung in CHF  
IBAN CH10 8921 4000 0010 5683 7



### Titelfoto

Beim Cover-Shooting auf der „Tour de Mont Blanc“.  
Foto: Andrea Balint

## Impressum

### Lörrach alpin

Heft 44 / 2022, 3000 Exemplare  
Magazin der Sektion Lörrach des DAV e.V.

### Herausgeber

Sektion Lörrach des DAV e.V.  
1. Vorsitzender: Ralf Hermann

### Kontakt zum Redaktionsteam

redaktion@dav-loerrach.de

### Redaktionsschluss

für das nächste Heft 45: 1. November 2022

### Erscheinungsdatum

für das nächste Heft 45: Dezember 2022

### Anzeigen

Marion Drömmer,  
verwaltung@dav-loerrach.de

### Layout, Satz

Peter Löwe, www.loewe-werbeagentur.com

Wir nehmen gerne Artikel und Leserbriefe entgegen. Die Redaktion behält sich vor, Artikel aus Platzgründen zu kürzen. Artikel, die mit vollständigem Namen gekennzeichnet sind, geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Einsendung gebt ihr Euer Einverständnis zur Veröffentlichung. Weitere Infos auf unserer Homepage.

Bitte sendet Eure Beiträge an:  
redaktion@dav-loerrach.de



## Inhaltsverzeichnis

- 3 Editorial
- 4 Kontakt/Impressum

### Aktuelles

- 6 Unsere Jubilare
- 8 Einladung zum Sektionswochenende
- 10 Rückblick Mitgliederversammlung 2022
- 11 Blitzlichter aus der Vorstandsarbeit
- 12 Unsere Teams stellen sich vor
- 17 Einführung von Stornoregelungen
- 18 Mitgliedschaft im DAV – Informationen
- 22 Vorgestellt
- 26 Probier's doch mal...„Beirat Jugend“
- 28 Eine von uns: Christine Wagner
- 30 Pauls Medientipp
- 32 Rucksack-Futter

### Umwelt

- 34 CO<sub>2</sub>-Bilanzierung
- 35 Dräggssägli & Umweltschutz-Kalender

### Auf Tour

- 36 Warum sich ein Schneeschuhkurs lohnt
- 40 In den Dächern von Weil am Rhein

- 42 Urner Haute Route
- 46 Arbeitseinsatz auf der Albert-Heim-Hütte
- 52 Reisen zu Mythischen Orten im Sundgau

### JDAV

- 59 Infos und Berichte
- 62 Programm 2/2022, Ansprechpartner

### Familiengruppe

- 64 Infos und Berichte
- 66 Programm 2/2022

### Seniorengruppe

- 68 Berichte
- 74 Programm 2/2022

### Kurs- & Tourenprogramm/Training

- 88 Kursprogramm
- 96 Tourenprogramm
- 110 Trainingstermine

### Kontakte

- 112 Tourenführer, Kursleiter, Trainer
- 114 Funktionsträger & Ansprechpartner

Folgende Inserenten bieten für Sektionsmitglieder gegen Vorlage des DAV-Mitgliedsausweises verschiedene Rabatte an:

Boulderhalle LÖ bloc  
 Christians Sportshop  
 Eiselin Sport  
 follow me  
 Greinwald Sport Extra  
 Kletterhalle Impulsiv  
 Veloziped



**Herzlichen  
Glückwunsch**

**Herzlichen Glückwunsch  
unseren Mitgliedern, die  
dieses Jahr ihr 18. Lebens-  
jahr vollenden! Ihr seid nun  
ab 2023 JuniorInnen.**

Miriam Asal  
Ronja Baum  
Jannik Bechtel  
Paul Blaha  
Micha Blattner  
Dominik Böhler  
Pierre Bühler  
Severina Bühler  
Yann Cousquer  
Rocco Feifel  
Lisa Flügel  
Felix Häbig  
Tobias Haselwander

Lena Nicole Heck  
Sebastian Kayatz  
Nils Kirtzeck  
Lars Knötgen  
Jannes Mika Koch  
Caroline Last  
Greta Laudert  
Amelie Laufs  
Neele Lenk  
Sandro Markoni  
Theodor Merschhemke  
Felix Möckel  
Justus Müller

Morris Popp  
Nick Priebe  
Lasse Ruch  
Max Schilling  
Finn Erik Schröder  
Luis Schulte  
Jonas Schulz  
Malte Strijewski  
Amelie Ströble  
Louis Tölle  
Neele Wagner  
Clara Wenzler  
Leni Wießner

## **Geburtstagsjubilare (2. Hälfte 2022)**

### **65 Jahre**

Bernhard Asal  
Bernhard Auer-Böer  
Helga Dorst  
Bernhard Fluck  
Bruno Germann  
Harald Haack  
Thomas Hönig  
Claudia Hoven  
Marion Koller  
Michael Loebbert  
Robert Multner  
Andreas Oswald  
Elke Rotzler  
Bernhard Scharf  
Heinrich Speck  
Burkhard Standke  
Petra Wirth

### **70 Jahre**

Heinz Joachim Bauer  
Wolfgang Busch  
Jürgen Conradt  
Elke Däschle  
Monika Duttlinger  
Karl Otto Friedrich  
Thomas Hess  
Peter Kamke  
Roswitha Klar  
Heinz Morkis  
Ingrid Müller  
Ingrid Roberts

### **75 Jahre**

Hans-Dieter Fleig  
Bernd Klar  
Hanspeter Lenz  
Achim Schulte-Kemna  
Ursula Schumann  
Jürgen Zimmermann

### **80 Jahre**

Ingrid Baumann  
Elke Paepcke  
Herbert Steiger

### **85 Jahre**

Werner Nann



# ELYS BOULDERLOFT



BAR | BISTRO  
BOULDERHALLE  
BEWEGUNGSLANDSCHAFT



ELSÄSSERSTRASSE 215A, 4056 BASEL | [BOULDERLOFT.CH](https://BOULDERLOFT.CH)

MO-SA: 09:00-23:00 | SO: 09:00-21:00



Noch nicht angemeldet zum  
**Sektionswochenende 2022**  
im Kanton Schwyz, Clubhaus Eseltritt?

**Freitag, 8. – Sonntag, 10. Juli 2022**

Hast du  
verpasst dich  
zum Sektions-  
wochenende  
anzumelden?



**Liebe Senioren, Familien, Jugendliche, Kletterer,  
MTB-ler, Wanderer, Läufer und Interessierte**

Für Kurzentschlossene gibt es evtl. noch freie Plätze.  
Anfragen bei Maria Weber unter:  
**[weber\\_maria@gmx.net](mailto:weber_maria@gmx.net)**



WEIL DAS RICHTIGE  
**NETZWERK**  
ENTSCHEIDEND IST.



layer7 GmbH | Im Entenbad 23  
79541 Lörrach | Tel.: 07621/916 179 91  
info@layer7-solutions.de | www.layer7-solutions.de

## Rückblick Mitgliederversammlung 2022

**Unsere MV 2022 fand am Donnerstag, 31. März 2022 in der Aula TonArt auf dem Campus Rosenfels statt. Für alle die nicht da waren – ihr habt etwas verpasst! Neben dem Apero gab es viele interessante Beiträge aus dem Geschäftsjahr 2021. Und eingeleitet wurde die Versammlung durch eine kleine Bilderschau der Seniorengruppe.**

Hier also ein Abriss über die MV:

Der Apero kam gut an, ab ca. 19.30 Uhr waren bereits mind. 40 Personen anwesend; es gab Softdrinks, Mineralwasser und Bier; aus Logistikgründen (Gläser) haben wir dieses Mal auf den Ausschank von Wein bzw. Sekt verzichtet – aber beim nächsten Mal können wir gerne wieder Wein bzw. Sekt ausschenken.

Dadurch, dass praktisch alle TeilnehmerInnen schon früh da waren und viele Diskussionen in Gang waren, konnten wir pünktlich um 20 Uhr mit den Bildern der Senioren starten; die Begrüßung fand dann um 20.05 Uhr statt.

Bei Start der MV waren 60 stimmberechtigte Personen im Saal – für diese Zeiten (Corona!) ein ganz guter Wert.

Von den Jubilaren waren 17 Personen gekommen (von ca. 70), dabei war der älteste Jubilar 70 Jahre DAV-Mitglied; außerdem konnten wir auch Hermann Lais ehren – er war zu Beginn der 80er Jahre einer der besten Kletterer der Sektion, und ich konnte ihn 1982 bei einer Sektionstour kennenlernen. Außerdem war mit Michael Jakobi ein Gründungsmitglied der JDAV Lörrach unter den Jubilaren.

Die Präsentationen liefen gut, und es gab nur wenige spezifische Fragen.

Bericht Kassenprüfer und Entlastung Kasse/Vorstand: hier konnte uns Eckard Lindner unterstützen, und dank dem sehr lobendem Bericht der Rechnungsprüfer (herzlichen Dank an Falk und Anne) wurden die Kasse und die Vorstandsarbeit einstimmig entlastet – Gratulation an das ganze Team!

Im Speziellen kam noch Harald auf die Bühne, um im Namen aller Tourenführer und Kursleiter dem gesamten Vorstands- und Beiratsteam zu danken. Außerdem bedankte sich Sanne im Namen des ganzen Teams bei Heike für ihre Arbeit im Vorstand- und Beiratsteam.

Wahlen Vorstand: die MV folgte unserem Vorschlag, die Position des Amtes Zweite(r) Vorsitzende(r) nicht im Rahmen dieser MV zu besetzen; alle anderen Personen wurden wie vorgeschlagen in ihre Ämter gewählt.

Wahlen Beirat: der Beirat wurde „en block“ gewählt, auch hier wurden alle Personen wie vorgeschlagen in ihre Ämter gewählt.

Verlosung und Aussprache: unter den Teilnehmern der MV wurden zwei Buchpreise verlost; Fragen wurden nur zum weiteren Vorgehen bzgl. Besetzung Zweiter Vorsitzender gestellt.

Die MV war ca. 22.15 zu Ende, damit liegen wir zeitlich in einem guten Rahmen.

Mit einem Schwätzchen am Schluss und dem Zusammenräumen waren wir noch ca. ein Stündchen beschäftigt.

*Im Namen des Vorstands, Ralf*

# Blitzlichter aus der Vorstandsarbeit

**N**eben der Vorbereitung der Mitgliederversammlung haben wir uns auch mit dem weiteren Vereinsgeschehen beschäftigt. Die wichtigsten Punkte habe ich hier zusammengefasst:

**Corona und KIT** – Corona ist zwar nicht vorbei, aber seit März ist es dann erheblich ruhiger geworden um dieses Thema. Wir werden die Lage im Blick behalten und haben bei Bedarf immer noch das „KIT“ (Kriseninterventionsteam) als unsere schnelle Eingreiftruppe. Aber hoffentlich brauchen wir das gar nicht. Gruppen, Sektionswochenende und Tourenführer-Wochenende – der Betrieb innerhalb der Gruppen ist wieder angelaufen. Das zeigt sich auch im Besonderen bei den Senioren, die für das zweite Halbjahr wieder ein volles Programm mit wöchentlich zwei Mittwochstouren ausgeschrieben haben. Auch die Trainingsgruppen sind wieder angelaufen. Bei den Klettergruppen waren regelmäßig 5-8 Personen am Start und auch das WinterFit konnte gut weitergeführt werden. Hier haben jetzt die MTBler übernommen, die jeden Mittwochabend vom Grütt aus starten.

**Das Sektionswochenende** findet nach zwei Jahren endlich wieder statt, diesmal wieder vom 8.-10. Juli auf dem „Eselstritt“ im Kanton Schwyz. Und auch ein Tourenführer-Wochenende ist in diesem Jahr geplant – wir werden mit allen Touren- und Kursleitern ein tolles Wochenende im Schweizer Jura am Chasseral verbringen, vom 30. September bis zum 2. Oktober.

**Stornogruppe** – die Projektgruppe „Stornoordnung“ hat an der Tourenführersitzung ihre Arbeit vorgestellt. Wir werden jetzt noch letzte Details klären und die Stornoordnung dann verabschieden, sodass sie ab 2023 zum Einsatz kommen kann. Mehr Infos hierzu gibt es dann in der nächsten Ausgabe des Lörrach alpin.

**Trainerbekleidung** – der lange Weg hat endlich zum Ziel geführt. Ende Januar konnten wir die Trainerbekleidung für unsere Tourenführer, Kursleiter und Ehrenamtlichen bestellen. Kurz darauf war auch die Seniorengruppe soweit – und diese Sachen sind auch schon da! Am Frühlingsfest der Senioren konnte Bernd die frisch organisierten Fleece Jacken an alle Wanderleiter und Organisatoren der Seniorengruppe übergeben.

*Euer Ralf*



Die Wanderleiter und Organisatoren der Seniorengruppe im neuen Outfit.

# Unsere Teams stellen sich vor

Neben den an der Mitgliederversammlung vom 31. März gewählten Positionen von Vorstand und Beirat stellen sich hier alle weiteren Gruppen und Personen vor, die euch in unserer Sektion bei Fragen mit Rat und Tat zur Verfügung stehen – mit Bild und einem kernigen Spruch. Also, die Show geht los:

## Vorstand



### Karin Rapp, Schriftführerin

Segeln oder Berge. Beides macht viel Spaß und irgendwie ist beides ein tolles Outdoorerlebnis. Und wenn ich mal nicht unterwegs bin, schreibe ich Protokolle.



### Naomi Walz, Jugendreferentin

Der Satz „Ich habe ein Motivationsproblem bis ich ein Zeitproblem habe“ ist für mein Engagement in der JDAV auf den ersten Blick ziemlich zutreffend, aber eigentlich habe ich einfach nur ein Problem mit zu wenig Zeit oder zu vielen Ideen und das Amt macht mir ziemlich viel Spaß.



### Ralf Hermann, 1. Vorsitzender

Was kommt eigentlich am Ende der alpinen Galaxis – ein schwarzes Loch? Aber vielleicht gibt es doch ein Leben nach dem Alpenverein!



### Hildegard Hiemer, Schatzmeisterin

Während der Ausbildung gehörte Buchführung absolut nicht zu meinem Lieblingsfach. Während der 45-jährigen beruflichen Tätigkeit konnte ich es erfolgreich vermeiden. Kaum im Ruhestand, übernahm ich vor 4 Jahren das Ehrenamt der Schatzmeisterin – so spielt das Leben.

### Angela Rosin, Beirat Touren

Wenn man wie ich die Berge liebt, muss man akzeptieren, dass sie die Bedingungen stellen, so wie das Leben auch. (frei nach Jean-Christoph Lafaille)

### Susanne Stegmüller, Beirat Ausbildung und Kurse/Datenschutz- beauftragte

Ich bin ja immer gerne dabei, und Ratschläge erteile ich natürlich auch immer gern. Also lag es ja nah Bei-Rat zu werden!

### Max Homberger, Beirat Jugend

Fun fact: Ich bin länger Jugendbeirat als offiziell Jugendleiter, aber psst....!

### Bernadette Abele, Beirat Familie

Mein Ziel auf einer Familientour ist meistens nicht in erster Linie der Gipfel, sondern den Kindern Freude an und in der Natur zu vermitteln... mit dieser Einstellung sind die Gipfel viel leichter zu erreichen.

## Beirat

### Volker Meier, Beirat Umwelt und Naturschutz

Wenn ich erzähle, dass ich als Raumplaner arbeite, folgt nicht selten ein Stirnrunzeln, weil nur wenige eine Vorstellung davon haben, was dieser „Menschenschlag“ so treibt. Dabei ist es ganz einfach. Man muss nur wissen, was sich hinter einer verschlossenen Klotür mit der Aufschrift „Vorsicht, bissiger Leopard!“ verbirgt.

### Hansjörg Roeßner, Beirat Geschäfts- zimmer und Busse

Es wäre schön, wenn man immer so abfahren könnte!

### Bernd Klar, Beirat Senioren

Seit vielen Jahren darf ich immer wieder mit sehr netten Menschen im Schwarzwald, den Vogesen und in den verschiedensten Bergregionen unterwegs sein. Das macht mir immer noch sehr viel Freude. Freue mich danach auf ein schönes Glas Wein. Prost!

### Stefan Heigl, Öffentlichkeitsarbeit

Vor kurzem vom Bayerischen Wald ins Dreiländereck ausgewandert. Im Gepäck: Lust auf Berge, Sport und Freude am Schreiben. Als Presseverantwortlicher beim DAV kommt alles drei zusammen.

## Geschäftsstelle



### Marion Drömmmer, Leiterin Geschäfts- stelle

Als „Mädchen für fast Alles“ raucht mir schon ab und zu mal der Kopf. Dafür ist meine Aufgabe sehr abwechslungsreich und ich lerne ständig dazu.



### Stefan Schmökel, Sektionsassistent

Alles im Leben, egal ob am Standplatz, oder ..., ist Organisation. Ist Planung. Ist vorausschauendes Denken und Handeln.

## Sektionsassistent

### Rüdiger Schmitt

#### Webseitebetreuung

Als ich beim Alpenverein angefangen habe, war dieser für mich ein Sinnbild von Natur, Berge, Wandern und Bergsteigen, aber nicht für Computer und Internet. Heute weiß ich, dass ich mich geirrt habe, der Rechner gehört auch dazu und ich bin für die Sektion Lörrach mit daran schuld.

### Jens Hassler

#### Webseitebetreuung

Der Alpenverein Lörrach hat mich vom Angsthasen zum Bergsteiger gemacht. Nun kann ich mich revanchieren, als Trainer C Bergsteigen und als (Mit-)Verantwortlicher für die Homepage.

## Homepage



### Marion Drömer, Leiterin Geschäfts- stelle

Als „Mädchen für fast Alles“ raucht mir schon ab und zu mal der Kopf. Dafür ist meine Aufgabe sehr abwechslungsreich und ich lerne ständig dazu.

### Ralf Hermann, 1. Vorsitzender

Was kommt eigentlich am Ende der alpinen Galaxis – ein schwarzes Loch? Aber vielleicht gibt es doch ein Leben nach dem Alpenverein!

### Stefan Schmökel, Sektionsassistent

Alles im Leben, egal ob am Standplatz, oder ..., ist Organisation. Ist Planung. Ist vorausschauendes Denken und Handeln.

### Stefan Heigl, Öffentlichkeitsarbeit

Vor kurzem vom Bayerischen Wald ins Dreiländereck ausgewandert. Im Gepäck: Lust auf Berge, Sport und Freude am Schreiben. Als Presseverantwortlicher beim DAV kommt alles drei zusammen.



## Redaktion



### Andrea Balint

Ich bin noch neu im Redaktionsteam. Ich lese und schreibe gern und da ich ein Genussmensch bin, habe ich die Rubrik „Rucksackfutter“ ins Leben gerufen. Über weitere Zusendungen von Rezepten freue ich mich sehr. Alle Rezepte werden von mir ausprobiert und von versierten Versuchskaninchen verkostet.

### Ilse Bauer Immer unter- stützend!

### Martina Paukert

Schreiben mochte ich schon immer gern, auch, bevor ich es eigentlich konnte! Und nachdem ich meinen gelernten Beruf - ich bin Journalistin - gewechselt habe, freue ich mich immer, für das Lö alpin die Feder zu schwingen, zu korrigieren, Tippfehler und Stilbrüche zu finden.

### Peter Löwe

Es ist egal, ob eine Radtour kürzer oder länger ist und es ist egal, wie viele Kilometer pro Stunde gefahren werden, ich finde das Wichtigste dabei ist, dass das, was man tut, einem selbst gut tut. So auch beim Ehrenamt.

**Gudrun Grieb**

Reisen, um andere Länder und Gepflogenheiten kennenzulernen und den eigenen Horizont zu erweitern, das macht mir sehr viel Spaß. Denn in welchem Land trinkt man ganz offiziell Bier mit dem Strohalm? Deutschland ist es sicherlich nicht!

**Bernd Klar,  
Beirat Senioren**

Seit vielen Jahren darf ich immer wieder mit sehr netten Menschen im Schwarzwald, den Vogesen und in den verschiedensten Bergregionen unterwegs sein. Das macht mir immer noch sehr viel Freude. Freue mich danach auf ein schönes Glas Wein. Prost!

**Geschäftszimmer****Margit Grundler****Hansjörg Roeßner,  
Beirat Geschäftszimmer und Busse**

Es wäre schön, wenn man immer so abfahren könnte!

**Karin Rapp,  
Schriftführerin**

Segeln oder Berge. Beides macht viel Spaß und irgendwie ist beides ein tolles Outdoorerlebnis. Und wenn ich mal nicht unterwegs bin, schreibe ich Protokolle.

**Barbara Plötz**

Immer in Action und den Blick Richtung Gipfel!



## Einführung von Stornoregelungen für Touren und Kurse zum 1. Januar 2023

**In den letzten Jahren hatten die Kursleiter und Tourenführer zunehmend Probleme mit verbindlichen Zusagen sowie kurzfristigen Absagen seitens der Teilnehmer. Sei es das schlecht angesagte Wetter am Wochenende, keine Erinnerung das man sich vor einigen Wochen verbindlich angemeldet hat und nun doch keine Zeit hat, oder man feststellt, dass die Kursvoraussetzungen nicht erfüllt werden... usw.**

**Desweiteren wird das Zahlungsziel eine Woche vor Kursbeginn nur unzureichend eingehalten. In diesen Fällen erfolgt die Zahlung erst nach Aufforderung.**

Dies stellt uns vor die Problematik, dass Teilnehmer von der Warteliste meist nicht kurzfristig nachrücken können (z.B. so spontan kein Urlaub, andere Aktivitäten geplant) und sich damit z.B. die Fahrtkosten für die übrigen Teilnehmer erhöhen. Im schlimmsten Fall müssen Aktivitäten kurzfristig wegen zu geringer Teilnehmerzahl abgesagt werden.

All dies bedeutet für die Tourenführer und Kursleiter, sowie die Verwaltung einen zunehmenden Verwaltungsaufwand.

Daher hat die Sektion beschlossen, verbindliche Stornoregelungen in einer Arbeitsgruppe zu entwickeln. Diese Gruppe hat nun einen ersten Vorschlag erarbeitet, welcher bei unseren Trainern bei der Tourenführersitzung breite Zustimmung gefunden hat. Nun muss diese Ordnung noch vom Vorstand genehmigt werden.

Da wir bewusst kein zentrales, anonymes Anmeldesystem haben möchten, werden wir wenige, aber klare Stornoregelungen einführen.

Hier vorab ein Einblick welche Änderungen sich ab 01.01.2023 ergeben könnten:

### Kurse

Der mögliche Anmeldezeitraum wird zukünftig so bemessen, wie er für die Kurs- und Tourenplanung unbedingt notwendig ist.

Das Zahlungsziel von 1 Woche vor Kursbeginn wird auf 4 Wochen erhöht.

Bei einer Absage weniger als 2 Wochen vor Beginn ist die Erstattung der Kursgebühr nicht mehr möglich.

### Touren

Bei einer Tourenabmeldung schlagen wir vor, dass die Tourengebühr bei Abmeldung unter einer Woche gezahlt werden muss.

Falls die Sektion Zahlungen an Dritte geleistet hat, welche von dort nicht zurückerstattet werden, können diese Zahlungen trotz rechtzeitiger Abmeldung bei Touren oder Kursen, nicht erstattet werden.

Wir erhoffen uns damit ein bewussteres Anmelde- und Zahlungsverhalten unserer potentiellen Teilnehmer. So verbessern sich evtl. auch die Chancen für wirklich interessierte Teilnehmer, einen Platz bei unseren beliebten Touren und Kursen zu erhalten.

Letztendlich sollte sich eine Reduzierung des Verwaltungsaufwandes ergeben.

*Marion Drömmner*

## Mitgliedschaft im DAV – Informationen

### Mehr Informationen

...rund um die Mitgliedschaft siehe Website [www.dav-loerrach.de](http://www.dav-loerrach.de) sowie bei der zuständigen Ansprechpartnerin:

Marion Drömmmer, Telefon: 07621 / 510 50 42

E-Mail: [verwaltung@dav-loerrach.de](mailto:verwaltung@dav-loerrach.de)

Geschäftsstelle: Sektion Lörrach des DAV e.V.

Hauptstraße 3, 79540 Lörrach

### Änderung Eurer Kontaktdaten

Bitte meldet die Änderung Eurer Kontaktdaten möglichst sofort an uns, damit Ihr ohne Unterbrechung das DAV-PANORAMA sowie unser Vereinsmagazin Lörrach alpin erhaltet.

### Anträge auf Beitragsvergünstigung

Mitglieder, die das 70. Lebensjahr vollendet haben, können eine Beitragsvergünstigung in Form der B-Mitgliedschaft beantragen. Lebensgemeinschaften können eine Familienmitgliedschaft beantragen, sofern beide Mitgliedsbeiträge zukünftig von einem Konto abgebucht werden können. Alleinerziehende haben Anspruch auf die Kindervergünstigung (kein Beitrag) der Familien. Anträge für 2023 bitte bis 30.11.2022 an die Sektionsadresse richten oder per E-Mail an uns senden (s.o.).

tigung (kein Beitrag) der Familien. Anträge für 2023 bitte bis 30.11.2022 an die Sektionsadresse richten oder per E-Mail an uns senden (s.o.).

### Kündigung

Der nächstmögliche Austrittstermin ist der 31.12.2022. Kündigungen sind gemäß Satzung schriftlich oder per E-Mail bis spätestens 30.09.2022 an die Sektion zu richten.

### Sektionswechsel

Für den Wechsel in eine andere Sektion muss eine Kündigung bis 30.09. des Jahres erfolgen. Unter Vorlage der Kündigungsbestätigung und dem Aufnahmeantrag der neuen Sektion ist dann ein Sektionswechsel ohne Aufnahmegebühr ab 01.01. des Folgejahres möglich.

### Gültigkeit des Mitgliedsausweises

Der Mitgliedsausweis 2022 behält seine Gültigkeit bei ungekündigter Mitgliedschaft bis 28.02.2023. Die Mitgliedsausweise für 2022 wurden im Februar 2022 versendet.

## Jahresbeiträge und Aufnahmegebühren 2022/23

Mitgliederkategorie	Definition *	Beiträge 2022/23	Aufnahmegebühr
A	Vollmitglieder ab 26 Jahre	€ 72,-	€ 20,-
B	Ehe-/Lebenspartner eines A-Mitglieds	€ 44,-	€ 20,-
C	Lörrach als Zweitsektion	€ 20,-	keine
D	Junioren von 19–25 Jahren	€ 35,-	€ 20,-
Kinder/Jugend einzeln	bis 18 Jahre	€ 20,-	€ 10,-
Familien (A- + B-Mitglied)	inkl. aller Kinder bis 18 Jahre	€ 116,-	€ 40,- + je Kind € 10,-

Für Schwerbehinderte gelten unter Vorlage eines gültigen Schwerbehindertenausweises mit einem Grad der Behinderung von mindestens 50% spezielle vergünstigte Beiträge. Beschlossen durch die Mitgliederversammlung am 30.03.2017. Eine Beschreibung der einzelnen Mitgliederkategorien im Detail kann auf der Homepage unter „Mitgliedschaft“ nachgelesen werden.

Der Einzug eures Mitgliedsbeitrages per SEPA-Lastschrift erfolgt ab 02.01. Unsere Gläubigeridentifikationsnummer lautet: DE42ZZZ00000551434. Eure Mandatsreferenznummer entspricht eurer Mitgliedsnummer ohne Sonderzeichen (steht auf dem Mitgliedsausweis) Bsp. 157/00/104304 wird zu 15700104304. Für Selbstüberweiser gilt eine Zahlungsfrist bis 31.01. Eine Zahlungserinnerung vorab wird nicht versendet. Bei säumigen Zahlern erheben wir eine Mahngebühr.

IBAN DE61 6835 0048 0001 0379 51 BIC SKLODE66

Für Überweisungen aus der Schweiz (Inlandsüberweisung in Schweizer Franken): IBAN CH03 8921 4000 0010 3795 1

## Umstufung Beitragsgruppen

Mitglieder der in der Tabelle aufgeführten Jahrgänge werden aufgrund ihres Alters zum 1. Januar 2023 automatisch in eine höhere Kategorie umgestuft.

Jahrgang	bisher	Beitrag 2021	neu
1997	Junioren (Kat. D)	€ 35,-	A-Mitglied
2004	Kinder/Jugend einzeln	€ 20,-	Junioren (Kat. D)
2004	Kinder/Jugend (Familie)	beitragsfrei	Junioren (Kat. D)

Achtung: Die Mitgliedschaft bei Jugendlichen Jahrgang 2004, die bisher beitragsfrei mit in der Familienmitgliedschaft waren, besteht auch in 2023 weiter! Wenn dies nicht gewünscht ist, muss eine Kündigung der Mitgliedschaft bis 30.09.2022 erfolgen.

# Teilnahmebedingungen zu den Sektionsveranstaltungen

## Allgemeines

Alle Bergsportarten gehören zu den Risikosportarten. Jeder Teilnehmer hat die Verpflichtung, sich über die konditionellen und technischen Voraussetzungen zu informieren und diese bei Teilnahme zu erfüllen.

## Art der Tour

Soweit nicht anders angegeben, handelt es sich bei den ausgeschriebenen Touren um Führungstouren. In dem Fall übernimmt der Tourenführer die Verantwortung und trifft alle wichtigen Entscheidungen (siehe „Durchführung“). Eine Gemeinschaftstour ist gekennzeichnet durch das Fehlen einer vorgegebenen Führung, alle Teilnehmer der Tour sind den gesetzten Zielen selbstständig gewachsen. Sie wird idealerweise aus einer bestehenden Gruppe organisiert, bei der Entscheidungen über die Tour, die Durchführung, den Zusammenhalt der Gruppe usw. gemeinsam getroffen werden.

## Teilnehmer

An Sektionstouren und -kursen kann jedes Mitglied der Sektion teilnehmen, das die geforderten Voraussetzungen erfüllt. Gäste (d.h. Mitglieder anderer Sektionen oder Nichtmitglieder) sind willkommen, sofern sie die Voraussetzungen mitbringen. Sektionsmitglieder haben bei begrenzter Teilnehmerzahl bei Kursen und Touren Vorrang. Über die Teilnahme entscheidet der Tourenführer.

## Anreise und Fahrtkosten

Anreise zu Sektionstouren und -kursen erfolgt i.d.R. in Fahrgemeinschaften oder im Sektionsbus oder mit dem ÖPNV. Richtwerte für Fahrtkosten sind: 0,30€/km/Pkw bzw. 0,50€/km im Sektionsbus. Eine eventuelle Kostenerstattung wird vom Tourenführer geregelt.

## Anmeldung

Für die Teilnahme bei allen im Programm ausgeschriebenen Sektionstouren und -kursen ist eine Anmeldung über unsere Homepage erforderlich. Anmeldung erfolgt mit vollständigen Kontaktdaten: Name, Adresse, E-Mail, Telefon sowie Notfallkontakt (Name und Telefon). Anmeldeschluss ist, falls kein Datum angegeben wurde, bei mehrtägigen Touren zwei Wochen vor Tourenbeginn und bei Tagestouren drei Tage vorher.

## Gebühren

Die Teilnahmegebühr für Touren ist an den Tourenführer zu entrichten. Die Teilnahmegebühr für Kurse ist auf das Kurskonto (IBAN DE68 6835 0048 0001 0568 37, BIC SKLODE66) bis eine Woche vor Kursbeginn zu überweisen (für Überweisun-

gen aus der Schweiz (Inlandsüberweisung in CHF): IBAN CH10 8921 4000 0010 5683 7). Für die Teilnahme an Kursen wird für Nichtsektionsmitglieder eine erhöhte Teilnahmegebühr erhoben (siehe Ausschreibung).

## Kostenerstattung

Für Jugendliche bis 18 Jahre, für Schüler, Auszubildende und Studenten bis 25 Jahre werden bei Sektionstouren bis zu 50%, bzw. maximal 40€/Tag der Kosten für Fahrt, Aufstiegshilfen und Übernachtung durch die Sektion erstattet. Ein Antrag ist über den Tourenführer (Vermerk im Touren-/Kursbericht) zu stellen. Die Erstattung erfolgt über den Jugendreferenten.

## Vorbesprechung

Zu jeder Sektionsveranstaltung findet eine Vorbesprechung statt. Die Teilnahme an der Vorbesprechung ist für alle Teilnehmer verbindlich. Anstelle der Vorbesprechung kann auch eine Information per E-Mail erfolgen. Dies entscheidet der Tourenführer.

## Ausrüstung

Die notwendige Ausrüstung wird vom Tourenführer bei der Vorbesprechung genannt und ist von den Teilnehmern mitzubringen. Im Geschäftszimmer steht für Sektionsmitglieder Ausrüstung begrenzt zum Ausleihen zur Verfügung. Ausrüstung kann nicht vom Teilnehmer reserviert werden. Nur der Touren- oder Kursleiter kann eine Reservierung für seine Gruppe vornehmen. Die weiteren Ausleihbedingungen können im Geschäftszimmer erfragt bzw. von der Homepage heruntergeladen werden.

## Durchführung

Der Tourenführer entscheidet, ob eine Tour wegen besonderer Verhältnisse abgeändert oder abgebrochen wird. Er bestimmt die Seilschaften und Seilersten. Er kann jeden von einer Sektionstour bzw. einem Kurs ausschließen, der sich eigenmächtig von der Gruppe trennt, sich nicht an die Anordnungen des Tourenführers hält oder andere Teilnehmer durch sein Verhalten gefährdet. Er kann jeden von der Teilnahme ausschließen, der unzureichend ausgerüstet ist oder den technischen bzw. konditionellen Anforderungen der Tour nicht gewachsen zu sein scheint. Streit- oder Zweifelsfälle werden vom Tourenreferat auf Antrag behandelt.

## Versicherungsschutz

Der Versicherungsschutz des ASS für sportliche Aktivitäten im alpinen Bereich gilt nur für DAV-Mitglieder (auch sektionsübergreifend). Nicht-DAV-Mitglieder sind bei der Teilnahme an Sektionstouren nicht versichert (Bergrettung, Sporthaftpflicht).

## Exklusiver Rabatt in der Kletterhalle in Weil ...

... wieder ein Grund mehr, in die Kletterhalle nach Weil zu gehen. Die Kletterhalle im Freizeitcenter IMPULSIV in Weil am Rhein gewährt exklusiv neue Vergünstigungen für Mitglieder der DAV-Sektion Lörrach gegen Vorlage des gültigen DAV-Ausweises: Preise für DAV-Mitglieder der Sektion Lörrach.

### 1. CLIMBING-CARD 20,- €-DAV-Rabatt

Die Climbing-Card berechtigt ab Kaufdatum ein Jahr lang zu 50 % ermäßigten Tagesstarif.

Erwachsene .....	€ 180,-	statt € 200,-
Schüler/Studenten ab 18 Jahre..	€ 140,-	statt € 160,-
Kinder bis 17 Jahre .....	€ 110,-	statt € 130,-

### 2. KLETTER-ABO

#### > 3-Monats-ABO 20,- €-DAV-Rabatt

Erwachsene .....	€ 220,-	statt € 240,-
Schüler/Studenten ab 18 Jahre..	€ 180,-	statt € 200,-
Kinder bis 17 Jahre .....	€ 140,-	statt € 160,-

#### > 6-Monats-ABO 30,- €-DAV-Rabatt

Erwachsene .....	€ 390,-	statt € 420,-
Schüler/Studenten ab 18 Jahre..	€ 300,-	statt € 330,-
Kinder bis 17 Jahre .....	€ 210,-	statt € 240,-

#### > Jahres-ABO 50,- €-DAV-Rabatt

Erwachsene .....	€ 550,-	statt € 600,-
Schüler/Studenten ab 18 Jahre..	€ 450,-	statt € 500,-
Kinder bis 17 Jahre .....	€ 350,-	statt € 400,-

### Also immer DAV-Ausweis dabei haben – es lohnt sich!

Schüler/Studenten bis zum 30. Lebensjahr/Azubis/Arbeitslose/Rentner/Wdl/Zdl müssen zusätzlich den gültigen Ausweis vorlegen.

### Auf Tageskarten und 11er-Karten gibt es keine Ermäßigung.

Bitte orientiert Euch auch auf der Homepage unter [www.impulsiv-weil.de/klettern.html](http://www.impulsiv-weil.de/klettern.html) über weitere Tarifmöglichkeiten, die Nutzungsbestimmungen und die Öffnungszeiten. Wir denken, dass diese Palette an Vergünstigungen für DAV-Mitglieder im Raum Lörrach mit diesem zusätzlichen Angebot noch attraktiver wird und empfehlen allen Mitgliedern die lebhaftige Nutzung dieser und aller anderen Vergünstigungsangebote! Diese Rabatte gelten nur für die DAV Sektion Lörrach! Nicht für andere DAV-Sektionen, nicht für den SAC, nicht für den französischen AV.

# Kletterhalle

*Weil*

- | 1.800 qm Kletterfläche
- | 3 Kletterhallen
- | 100 qm Boulderraum
- | Wandhöhe von 12 bis 17 m
- | über 200 definierte Routen
- | Schnupperkurse für Kids und Erwachsene
- | Kurse für Einsteiger
- | Kurse für Fortgeschrittene
- | Kinder-Klettertreff
- | Angebote für Gruppen und Schulklassen
- | Kindergeburtstage
- | Sauna im Preis inbegriffen
- | Gemütliches Bistro

## Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 10.00 – 23.00 Uhr

Samstag – Sonntag 10.00 – 19.00 Uhr

## Unsere Sport- und Freizeitangebote:

**KLETTERN | SQUASH | BADMINTON**

**SAUNA | SOLARIUM | BISTRO**

**KINDERLAND**

## Anfahrtsweg

| An der B3, ca. 500 m vor dem Zoll

„Weil-Otterbach/Basel“

| Buslinie 55, Haltestelle „Grün 99“

| Baslerstrasse 45, 79576 Weil am Rhein

| über 230 Gratis-Parkplätze

**FREIZEIT  
CENTER**

*iw*  
**PULSIV®**

**WEIL AM RHEIN**

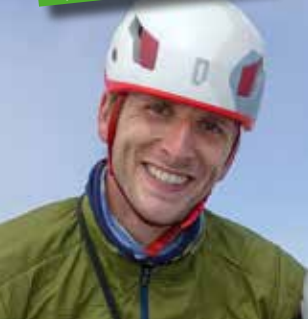
[www.impulsiv-weil.de](http://www.impulsiv-weil.de)

Tel. 0049(0)7621/77900

## Klettern ist wie Tanzen, nur anders.

Als Kind in einer Kindergruppe in Darmstadt sozialisiert, habe ich einige Jahre eine Bergpause eingelegt, um mich dem Tanzen zu widmen. Mit dem Studium in Freiburg kam ich dann zurück zu den wirklich wichtigen Dingen im Leben – den Bergen.

Vorgestellt



In Freiburg habe ich mich zum Jugendleiter ausbilden, zum Jugendreferenten breitschlagen und letztlich zum Trainer C Bergsteigen kühren lassen. Neben dem Engagement im Verein konnte ich auch privat viele Bergtouren unternehmen und

gute Seil- und Freundschaften schließen. Zum Tanzen blieb da nur noch nachts Zeit.

Vor drei Jahren hat mich dann die Arbeit nach Lörrach verschlagen. Getanzt wird fast nur noch zwischen Abendessen und Kind ins Bett bringen. In die Berge gehe ich aber nach wie vor gerne. Ich freue mich darauf, auch in Lörrach bergbegeisterte Menschen kennenzulernen, gemeinsam Touren zu unternehmen, Erfahrungen in Kursen weiterzugeben und – wer weiß – auch mal Tanzen zu gehen.

*Mathieu Lask*



## Outdoor, Indoor...everydoor

Wir sind Tina und Alex und durften in diesem Jahr Heiko beim WinterFit unterstützen. Interessiert an regelmäßiger sportlicher Betätigung, sind wir aber nicht nur in der Halle zu finden. Gern sind wir auch auf und neben den Skipisten unterwegs, zum Skifahren, auf Skitour oder beim Langlaufen. Im Sommer sind wir ebenfalls in den Bergen zu finden. Ob beim Wandern mit unseren Jungs oder auf Hochtour oder (zumindest Alex) beim Trail Running.

Mit 14 Jahren habe ich, Alex, meine Leidenschaft für die Berge entdeckt. Seitdem bin ich sehr gerne und viel dort auf den unterschiedlichsten Touren unterwegs. Tina kam im Jahr 2009 ebenfalls zum Alpenverein. In den vergangenen Jahren haben wir an verschiedenen Kursen und Touren des DAV teilgenommen. Der ein oder andere hat uns sicher schon gesehen.

Und jetzt...jetzt durften wir euch über die Wintersaison in der Halle mit sportlichen Impulsen versorgen...und gerne machen wir das auch im kommenden Jahr wieder.

Bis dahin, ob in den Bergen oder in der Halle...

*Tina Teufel-Hoferer & Alex Hoferer*



Vorgestellt

## Ich schon wieder

Viele von euch kennen mich in erster Linie vom klassischen Bergsteigen aus den

hohen Bergen. Wiederholt waren wir gemeinsam auf Hochtour unterwegs und haben dabei viele unvergessliche Eindrücke miteinander geteilt. Die meisten von euch wissen, dass jede Tour, dass jeder Kurs nicht etwa erst dann beginnt, wenn wir gen Berge starten, nicht etwa erst dann endet, wenn wir wieder zurück in Lörrach sind, sondern dass sowohl im Vorfeld als auch im Nachgang sehr, sehr Vieles zu erledigen, zu organisieren, im Blick zu behalten ist. Womöglich nur die wenigsten von euch wissen, wie viele kleine und kleinste Punkte dies umfasst, wie viele Puzzle-teile ineinander greifen müssen, damit wir am Ende alle – sinnbildlich gesprochen – gemeinsam „oben“ stehen, unser Ziel erreichen.

Berücksichtigt man dabei die Größe, die unsere Sektion und damit auch unser Programm mit deutlich über 3.500 Mitgliedern, sowie je nach Saison, ca. 40 bis 50 aktiven Trainern mittlerweile erreicht hat, wird schnell klar, dass all das allein ehrenamtlich nicht mehr zu leisten ist. Und deshalb ... gibt es mich! Natürlich gab es mich auch schon vorher, das steht vollkommen außer Frage. Allerdings haben wir als Sektion uns dazu entschieden, zusätzlich zur Geschäftsstelle eine zweite Teilzeitstelle zu schaffen, „Sektionsassistentz“ schimpft ☺ sich das Ganze, die sowohl die Referate Touren und Kurse als mittelfristig auch die Geschäftsstelle unterstützt, bei Bedarf vertritt und somit entlastet. Vom Tagesgeschäft (das sind in erster Linie all unsere Touren und Kurse sowie deren Vor- und Nachbereitung) abgesehen, gibt es eine Vielzahl kleinerer und größerer Aufgaben. Z.B. rund um unser Vereinsmagazin Lörrach alpin, unsere Vereinshomepage, unser Kurs-, d.h. Ausbildungskonzept, ..., um die ich mich in den kommenden Wochen und Monaten kümmern werde. Ihr hört bzw. lest von mir ... Für Anregungen, Fragen, Wünsche, ..., schreibt mir gerne unter [assistentz@dav-loerrach.de](mailto:assistentz@dav-loerrach.de) .

Euer Stefan Schmökel

In Gengenbach im Schwarzwald geboren, zog es mich 1994 zum Studium nach Freiburg, wo ich im noch im selben Jahr in der Jugendarbeit durch Erlebnispädagogik zum Klettern fand.



Vorgestellt

Ich war von Anfang an total begeistert und Klettern wurde bald zu einer nicht mehr wegzudenkenden Leidenschaft. Diese war nicht immer leicht mit meiner Aufgabe als alleinerziehende Mutter von zwei Kindern zu vereinbaren. Schon bald zog es mich in längere Klettereien in den Alpen, und ich fand zunehmend

Freude an alpinen Mehrseillängenrouten. Im Jahr 2009 beschloss ich, mich zur Trainerin B Alpinklettern ausbilden zu lassen und konnte nach drei spannenden Ausbildungswochen noch im gleichen Jahr erfolgreich abschließen. Besonders die letzte Woche im Wilden Kaiser begeisterte mich mit spannenden Klassikerrouten, wie die Totenkichl Westwand, von Dülfer im Jahr 1913 erstbegegangenen.

2016 ergänzte ich meine Trainerinnen-tätigkeit um die Ausbildung zur Trainerin B Eisfallklettern. Bei den warmen Wintern der letzten Jahre kommt jedoch das Eisklettern leider immer zu kurz.

Auch in meiner Arbeit im ambulanten Bereich der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel setze ich Klettern als therapeutische Methode mit Patientinnen bestens ein und konnte vor vier Jahren die Zusatzqualifikation zur Übungsleiterin «Therapieklettern» beim ITK Institut für Therapeutisches Klettern absolvieren.

Seit sechs Jahren lebe ich im wunderschönen Basler Jura, was mich im vergangenen Jahr dazu bewegte, von der Sektion Freiburg zur näherliegenden Sektion Lörrach zu wechseln. Es ist mir eine Freude, mich in die DAV-Sektion Lörrach einzubringen!

Susanne Schoen

## Vorgestellt



Hi,

Ich bin die Mikaela. Ich bin als Kind schon gerne draußen gewesen und bin auf kleine Wanderungen gegangen. Vor ca. 8 Jahren habe ich mit dem Klettern angefangen und mich von dieser Sportart begeistern lassen. Sonst mache ich auch gerne andere Sachen wie Mountainbiken oder Skifahren. Ich wohne seit 5 Jahren in Lörrach und bin damals sofort dem DAV zugetreten. Mittlerweile ist es nun so weit, dass ich aktiver beim DAV Lörrach mitwirken will. Vorerst werde ich den Patrick beim wöchentlichen Klettertreff unterstützen. Ziel ist es aber, dass ich in Zukunft auch bei dem einen oder anderen Kurs oder bei einer Tour mithelfen kann.

*Mikaela Kaunisaho*

Kurz nachdem ich 2021 vom Bayern ins Dreiländereck gezogen war, hielt ich das Heft „Lörrach alpin 43“ in den Händen. Interessiert blätterte ich es durch, auf der Suche nach spannenden Touren. Mein Blick blieb jedoch früh woanders hängen: Der DAV Lörrach sucht jemanden für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Nach kurzer Überlegung schrieb ich eine Mail an Marion, telefonierte mit Ralf, wurde von Susanne Stegmüller von der Kletterhalle zur Vorstandssitzung gefahren, stellte mich dort vor und schon gehörte die Aufgabe mir.

## Vorgestellt



Was mich daran reizt? Nach Lörrach hat mich der Beruf gezogen – zurzeit mache ich ein Volontariat in der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Als begeisterter Bergsportler sah ich in der Ausschreibung die Chance, mein berufliches Wissen im Verein einzubringen und den DAV bei seiner Darstellung nach außen hin zu unterstützen. Was das jetzt konkret heißt? Das weiß ich noch nicht genau, aber an den Ideen mangelt es nicht. Bleibt gespannt!

*Euer Stefan Heigl*



**Vorgestellt**



## Ein bisschen Ehrenamt

Durch meine aktuelle Ausbildung zum Trainer C Bergsteigen bekam ich letztes Jahr die Gelegenheit, an den Tourenführer-Sitzungen teilzunehmen, auf denen besprochen wird, wie wir als Verein ein ausgewogenes Touren- und Kursprogramm anbieten können.

Ab und zu gibt es da Aufrufe zu «vakanten Stellen» – dieses Mal war es die Betreuung der Homepage. Da ich mich ohnehin im Verein mehr engagieren wollte, schien mir das eine gute Gelegenheit. Ich reckte schüchtern die Hand, und schwupps war es passiert. So schnell kriegt man selten einen Job.

Mit meiner über langjährigen IT-Erfahrung fällt es mir relativ leicht, mich in das Thema einzudenken und kann sowohl strukturell als auch technisch unterstützen – sofern es die freie Zeit eben erlaubt.

*Jens Hassler*



## Radler aufgepasst!



## Nur noch wenige Radtrikots erhältlich

In der Geschäftsstelle können noch wenige Radtrikots zum Preis von 60 € erworben werden.

Die Trikots von der Marke CUORE aus der Ausstattungslinie SILVER haben folgende Eigenschaften:

Durchgehender Frontreißverschluss, gut gestaltete Trikottaschen und die Liebe zum Detail im gesamten Modell machen dieses Trikot leistungsbereit und funktionsstüchtig für jede lange Fahrt.

- Ultra leichte Materialien
- Horizontal-elastisches Material im Rückenbereich für Trikottaschen, die am Platz bleiben
- Feuchtigkeitstransportierend
- Effektive Luftzirkulation
- Nach hinten versetzte Seitenbahnen für bessere Passform
- Aerodynamischer Schulter-Arm Schnitt
- Körperbetonter Fit
- Material: 100% Polyester

*S' hāt solang s' hāt...*



„Probier's  
doch mal!“

## Wanted! Beirat Jugend asap! Und in Kürze: Jugendreferent\*in

Opps, we did it again;) Wir sind wiedergewählt. An dieser Stelle erst einmal „Danke“ für die Wiederwahl bei der letzten Mitgliederversammlung – in Abwesenheit. Nun liegen also für Max als Jugendbeirat zwei und für mich als Jugendreferentin vier Amtsjahre vor uns. Der vorangestellte Songtitel aus dem Jahre 2000 steht nicht nur für die Wiederwahl in unsere Ämter, sondern markiert zeitlich (fast) meinen Beginn in der Jugendgruppe. Ich müsste jetzt bei Ralf nachfragen, welcher Generation ich jetzt genau angehöre - 2. oder doch 3.? Ich weiß es nicht. Aber dafür kenne ich all meine männlichen Vorgänger und hatte/habe von zwei bereits die Kids in der Jugendgruppe. Max hat jetzt auch schon ein paar Jährchen als Trainer der Jugendgruppe hinter sich und es schlussendlich auch geschafft, einen Jugendleiterausweis zu ergattern. Seit 2019 ist er bereits als Beirat aktiv.

Hauptziel unserer zweiten Amtszeit ist es, diese nicht zu Ende zu bringen. ☺ Wir suchen jetzt ganz offiziell die nächste Generation. Was musst du können, um diesen Job zu machen? NIX! Das ist das Tolle an dem Job, du musst erst einmal nichts können, sondern nur wollen. Motivation für den Job solltest du haben, und zu wissen, auf welchem Gerät die Mails deiner Funktionsadresse landen, könnte auch hilfreich sein. Alles andere lässt sich spätestens in vier Jahren lernen.

Wie Ralf im letzten Lö alpin bereits gesagt hat, koordiniert der\*die Jugendreferent\*in die ganze Jugendarbeit. Joar, alles klar oder? Aber wer ist dieser JDAV? Was macht der Jugendausschuss? Jugendordnung? Schutzkonzept und Führungszeugnis? Und was sind diese komischen Abkürzungen in meinem Kalender? Fragen über Fragen.

Also, was macht denn jetzt der\*die Jugendreferent\*in und der\*die Stellvertreter\*in? Diese beiden Jobs wollen Max und ich ja schließlich an den Mensch bringen. Kurz gesagt, sind wir Vorstand 1. und 2. vom JDAV. Auch wir arbeiten nach innen und außen. Wir sitzen an der Spitze des Jugendausschuss und gestalten und entwickeln die Angebote vom Tagesgeschäft bis zu komplexen Projekten. Gleichzeitig vertreten wir die Interessen des JDAV im Vorstand und Beirat und vernetzen uns lokal mit anderen Vereinen und überregional mit anderen JDAV-Sektionen. Klingt nach viel? Ist es auch, aber viele Aufgaben musst du gar nicht, oder nicht alleine machen. Dazu hast du den Jugendausschuss und die Geschäftsstelle. Fast alles lässt sich (laut Jugendordnung;) delegieren, nur auf den Finanzen und den Vorstands- und Jugendausschusssitzungen bleibst du als Jugendreferent\*in sitzen. Immerhin hast du mit dem Beirat Jugend Verstärkung an deiner Seite, und die Menschen vom DAV beißen auch nicht und sind dank der Historie der JDAV mehr als wohlwollend gegenüber eingestellt.

Naomi Walz

follow  
me >>>  
bike & snowsports



THAT'S THE WAY...  
#WEBIKEIT!

+49 (0)7621-165551  
www.followmestore.de



An dieser Stelle stellen wir Euch Mitglieder unserer Sektion mit ungewöhnlichen Interessen abseits des Vereinslebens vor. Wenn Ihr eine Person kennt, die wir auch vorstellen sollten, schreibt an [redaktion@dav-loerrach.de](mailto:redaktion@dav-loerrach.de).

Eine von uns

# Ayurveda und Sport

**Hallo, mein Name ist Christine Wagner, ich bin Yogalehrerin und Ayurvedische Ernährungsberaterin. Seit etwa 15 Jahren bin ich im DAV, vor allem in der Familiengruppe waren wir mit Freude bei vielen Ausflügen und Aktionen unterwegs. Und dabei stellte sich mir folgende Frage:**



**W**oran liegt es eigentlich, dass der eine mit unerschöpflicher Kraft und Ausdauer tagelang einen Berg nach dem anderen besteigen kann und der andere zwischendurch immer wieder mal eine kraftschöpfende Pause braucht, einen Moment um zur Ruhe zu kommen.

Ayurveda, eine 5000-jährige Erfahrungswissenschaft, erklärt dies mit dem Model der Doshas.

**Aber langsam: was ist denn bitte Ayurveda und was ein Dosha?**

Ayurveda ist ein aus Indien stammendes umfangreiches Naturheilkundesystem, das die Bereiche Medizin, Ernährung, Therapie, Massagen und Lebensgestaltung umfasst (ayur = Leben, veda = Wissenschaft).

Die Doshas sind der Kernpunkt der ayurvedischen Betrachtungsweise, sozusagen der Schlüssel zur Gesundheit. Die einzelnen Doshas

setzen sich aus den sogenannten Panca Mahabhutas (panca = fünf, maha = groß, bhuta = Element) zusammen und diese sind Erde, Wasser, Feuer, Luft und Raum. Diese fünf Elemente bilden die Grundlage aller geformten Phänomene des Universums und somit auch für den Aufbau des Menschen. Es sind die Eigenschaften der Elemente, die entscheidend sind, z.B. kalt/heiß, schwer/leicht, trocken/ölig, fest/beweglich.

Ayurveda beschreibt 7 Typen, die drei „Hauptdoshas“ sind Vata, Pitta und Kapha. Je nachdem wie die Dosha-Kräfte verteilt sind, variieren die körperlichen, mentalen und geistigen Kombinationsmöglichkeiten und Ausprägungen.

**Vata:** das Bewegungsprinzip, Element: Luft und Äther. Die Eigenschaft von Luft ist beweglich, kalt, trocken, rau. Bei diesem Dosha sind die Eigenschaften von Luft ausgeprägt. Der Körperbau ist eher schmal, feingliedrig und knochig, die Haut ist trocken, zeigt oft schuppige raue Stellen, kann kaltes Wetter überhaupt nicht leiden und friert leicht. Die Handlungen sind schnell und spontan, manchmal hektisch und chaotisch. Die Gesundheit ist eher empfindlich, mentale und körperliche Anstrengungen erschöpfen Vata schnell, sie sind nicht besonders ausdauernd, daher sind Thai Chi und Yoga mit ihren eher entspannten Übungen und langsamen Bewegungen gut, sie senken den Stresspegel und bringen Balance.

**Pitta:** das Umwandlungsprinzip, Element: Feuer und Wasser. Die Eigenschaft von Feuer ist: heiß, scharf, spitz, sauer, beweglich. Pitta-Typen sind von mittlerer Körpergröße, athletisch gebaut und sportlich, die Haut reagiert empfindlich, rötet sich leicht. Menschen, bei denen Pitta überwiegt sind effizient und zielgerichtet. Ihr Interesse gilt technischen Dingen, Sport oder Aktivitäten in Politik und Öffentlichkeit. Pitta ist belastungsfähig, liebt Herausforderungen und funktioniert körperlich und mental

unter Druck am besten. Für Pitta Typen sind Ausdauer- und Kampfsportarten die passende Wahl, um den Körper so richtig auszupeinern. Besonders das Training an frischer Luft eignet sich hervorragend.

**Kapha:** das Stabilitätsprinzip, Element: Erde und Wasser. Die Eigenschaft von Erde ist schwer, kalt, ölig. Menschen mit einem hohen Kapha Anteil sind kräftig gebaut, eher schwer, die Haut ist dick und unempfindlich, manchmal ölig. Von Natur aus ruhig und gesetzt, handelt dieser Typ langsam und ohne Hektik, manchmal auch etwas schwerfällig. Kapha Typen sind gemütlich, eher häuslich, lieben gutes Essen.

Kapha sind in der Regel sehr gesund und widerstandsfähig, mit einem starken Immunsystem. Wenn es darauf ankommt, sind sie zäh, ausdauernd und belastungsfähig. Förderlich sind intensive Bergtouren sowie Kraft- und Ausdauertraining.

Für diejenigen, die sich mit Ayurveda neu auseinandersetzen, mag dies zunächst fremd wirken. Zahlreiche Erfahrungen zeigen jedoch, dass es genau dieses Wissen um die eigene Konstitution ist, die einem helfen kann, den richtigen Sport, die richtige Ernährung und Lebensweise für sich zu entdecken, um so im dynamischen Gleichgewicht zwischen Körper, Seele und Geist zu leben.



Wer neugierig geworden ist und Lust hat zu erfahren, welches Dosha er hat, kann im Internet unter <https://www.ayurveda-produkte.de/content/was-ist-ayurveda/dosha-test> einen Konstitutionstest machen.

Ich wünsche allen ein erfülltes Berg-Jahr!

*Eure Christine Wagner*

## Pauls Medientipp

Langeweile am Abend? Schlechtes Wetter am Wochenende? Auf der Suche nach einem originellen Geschenk? Wie wäre es mit einem Buch oder Film über den Bergsport? Abseits des Mainstreams stelle ich Euch an dieser Stelle weniger Bekanntes vor, das sich mit unserem gemeinsamen Hobby beschäftigt.

# Der Berg als Weg

**W**olfgang Lechler, leidenschaftlicher Fotograf aus Zell, hat jetzt ein Band über seine Heimat herausgebracht, in dem er 18 Touren auf bekannte und weniger bekannte Berge des Wiesentals vorstellt. Neben dem Feldberg hat hier auch ein Rollspitz oder Hochgscheid seinen Platz. Konsequenter beginnt Lechler seine Touren gerne weiter unten im Tal, so dass durchaus auch längere Anstiege anfallen.

Will man die Touren planen und nach Wunsch anpassen, vermisst man schmerzlich Kartenskizzen, gerade wenn die Gegend bekannt ist,

auch weil die Beschreibung des Geländes nicht immer ganz eindeutig ist.

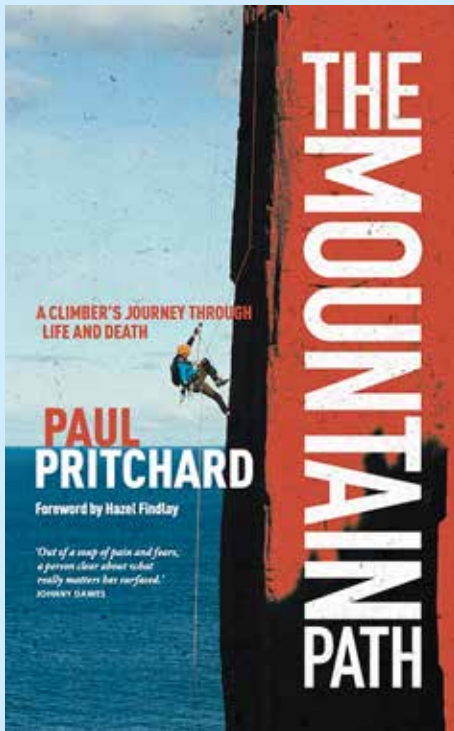
Alte Lörracher Wanderhasen werden das Buch eher wegen der wirklich starken Fotos und seiner gelungenen Gestaltung schätzen. Neulinge finden jedoch gute Tourenvorschläge, um das Wiesental zu entdecken.

**Wolfgang Lechler:  
Berge im Wiesental**

Verlag Regionalkultur, 2021  
[www.wl-fotografie.de](http://www.wl-fotografie.de)



**P**aul Pritchard reflektiert in diesem Buch über sein Leben und das, was „The Mountain“ für ihn bedeutet. Als Jugendlicher entflieht er in die Gritstone-Steinbrüche von Lancashire. Es ist für ihn „eine Offenbarung für einen, dessen Vorstellung von Spaß war, sich tagsüber zu betrinken und Sachen anzuzünden“. Die alpinistische Karriere wird jedoch durch Unfälle ausgebremst. Mit 26 stürzt er beim Klettern in den Klippen, verletzt sich schwer und bleibt 10 Minuten in der Irischen See unter Wasser. Ohne Puls und Atmung wird er von seinem Partner wiederbelebt – und klettert einige Monate nach dem Nahtoderlebnis wie zuvor.



Äußerlich folgenreicher bleibt ein Steinschlag 1998 am „Totem Pole“, einer extrem schmalen Felssäule in Tasmanien. Pritchard bleibt halbseitig gelähmt, leidet fortan unter epileptischen Anfällen und Gedächtnisstörungen. Er lernt, mit den Einschränkungen zu leben, fährt u.a. mit dem Dreirad zum Everest-Basislager, besteigt den Kilimanjaro, klettert und schreibt. Ja, und erreicht 18 Jahre nach seinem Unfall den Gipfel des Totem Pole ein zweites Mal. Heute lebt er mit seiner Familie in Tasmanien.

Der Fokus des aktuellen Buches ist jedoch die Betrachtung und Wertung seiner Erlebnisse im Rückblick als „Weg“. Buddhistische Meditation und Yoga, aber auch westliche Philosophie führen Paul Pritchard zu einem überraschenden Schluss: „This catastrophic brain injury is the single best thing that ever happened to me. It has given me a new perspective on life.“

Paul Pritchard weiß, wovon er spricht, wenn nach buddhistischer Auffassung Schmerzen und Leid gleichmütig hinzunehmen sind. Das Buch ist starker Tobak, eigenwillig spirituell, aber auch sehr fesselnd und anregend. Allerdings ist es aktuell nur in englischer Sprache erhältlich.

**Paul Pritchard:  
The Mountain Path**

Vertebrate Publishing, 2021  
www.paulpritchard.com.au



Immer wieder staune ich über die selbstgemachten Leckereien, die auf Touren aus den Rucksäcken gezaubert werden. Ob selbstgebackene Müsliriegel, Energiebäll-

chen, Quittenbrot... alles was aus der eigenen Küche kommt und den Bärenhunger auf Tour stillt, bekommt hier eine Plattform! Ich freue mich, wenn Ihr hier Eure kreativen, erprobten und lukullischen Rezepte mit uns teilt. Bitte schickt Eure „Rucksackfutter“-Ideen per Mail an: [andrea.balint@web.de](mailto:andrea.balint@web.de)

## Dattel-Schoko-Riegel mit Kokos und Cashewnüssen

Dieses Rezept habe ich bei einem Lauf-Wochenende kennengelernt. Eine der Trainerinnen hat die Energieriegel mitgebracht, damit wir auf dem 20km-Lauf nicht schlapp machen. ☺ Das hat gewirkt! Daher eignen sich diese Energiebomben auch prima als Rucksackfutter auf langen Wanderungen.

Sie sind glutenfrei, vegan und schnell hergestellt (ohne Backen). Allerdings braucht ihr dieses Mal eine Küchenmaschine.

### Zutaten:

350 gr Datteln, entsteint  
 140 gr ungesüßte Kokosraspel  
 130 gr Cashew-Kerne, ungesalzen  
 35 gr Kakaopulver, ungesüßt  
 3 EL Kokosöl  
 ¼ TL feines Meersalz

Wenn die Datteln zu trocken sind, kurz in



warmem Wasser einweichen und anschließend trocken tupfen.

### Und so geht`s:

Alle Zutaten in die Küchenmaschine geben und zerkleinern («Pulsfunktion» - bzw. zwischendurch umrühren). Die Masse so lange weiterpürieren, bis die Zutaten zu Klumpen beginnen.

Eine etwa 20x20 cm große Backform mit Backpapier auslegen. Die Mischung mit den Händen darauf verteilen und mithilfe eines Metallspatels gut andrücken, so dass eine gleichmäßig dicke «Teigplatte» entsteht. Im Kühlschrank 1 Std. kühlen stellen. Anschließend in z.B. 16 Stücke schneiden (das geht gut mit einem Pizzaschneider).

Eure Andrea Balint  
[andrea.balint@web.de](mailto:andrea.balint@web.de)



# WO DEIN SPORT ANFÄNGT:



Herausgeber: DECATHLON Sportspezialvertriebs GmbH, Filialslee 19, 73207 Plochingen

## CO<sub>2</sub>- Bilanzierung:

# Jetzt wird's noch konkreter!

**Es ist wie bei den 10 kleinen stark Pigmentierten, von 12 bleiben noch 5 Pilot-Sektionen die in die 2. Phase der Bilanzierung gegangen sind. Ja, auch wir waren wieder als mittelgroße Sektion mit dabei!**

**D**a die Anwedungs-/Eingabemöglichkeiten des ersten Anbieters beschränkt waren, wurde nun der Anbieter Planetly vom DAV Bundesverband beauftragt die endgültigen Tools für die Sektionsbilanzierungen zu erarbeiten. Damit verbunden waren nun auch etwas veränderte Eingabemasken und Definitionen. Unsere Sektion sollte das Tool Veranstaltungen, Gebäude, Mitarbeiter und Kunden testen.

Im Tool **Veranstaltungen** werden sehr viele Positionen erfragt, die für uns „kleine“ Sektion nicht zutreffen, z.B. die Frage nach unserem Kindergarten. Dies schreckte bei der Dateneingabe etwas ab. Hier würden wir uns eine auf unsere Verhältnisse angepasste Eingabemaske wünschen.

Im dem Tool **Gebäude**, hatten wir alle Dinge rund ums Geschäftszimmer zu ermitteln. Also im Wesentlichen Strom-, Heizöl-, Wasserverbrauch und Abfall verschiedenster Sorten. Da die Anzahl an Mitarbeiter überschaubar ist, konnte ich auch leicht meine Homeofficetage und Geschäftszimmertage, sowie Verkehrsmittel zum Erreichen des Arbeitsplatzes angeben. Offen blieb die Frage, ob unser ehrenamtliches Geschäftszimmerteam auch erfasst werden muss.

Das Tool **Mitarbeiter** stellte somit kein Problem dar.

Unter dem Tool **Kunden** sollte eingegeben werden, wie oft und lange Besucher unserer Homepage mit welchem Gerät besuchen und aus welchen Ländern die Besucher kamen. Diese Daten konnte mir Rüdiger beschaffen, aber welchen Einfluss diese auf unsere Bilanzierung haben, konnte ich nicht erkennen und dies konnte mir auf Nachfrage zum jetzigen Zeitpunkt auch nicht erklärt werden.

Seit Ende Februar ist diese Phase abgeschlossen und es wurden in der Zwischenzeit die Einzel- Toole angepasst.

Am 27.06.2022 wird nun unsere Sektion in den Roll-Out-Prozess des Bilanzierungstools gehen. Auf Deutsch: Jetzt wird's ernst!

In diesem Zusammenhang werden wir für die Erfassung der Daten unseren Touren- und Kursbericht anpassen müssen, da wir die An- und Abreise der Leiter und Teilnehmer konkreter erfassen müssen. Also WER ist wie mit WEM mit welchem Verkehrsmittel an- und abgereist.

*Marion Drömmer*

**In diesem Zusammenhang möchte ich auf den Bericht Ayurvedische Ernährung in der Rubrik „Eine von uns“ auf den Seiten 28-29 in diesem Heft hinweisen. Diese Ernährungsform gilt als sehr umweltverträglich laut ÖKO-TEST-Check.**

# Hast du mal `nen Dräggsäggli und einen MOVE-THE-DATE-Kalender für mich?



Hier erfahrt ihr, wo ihr den Umweltkalender noch bekommen könnt.



Wie schon im Lörrach alpin 43 bekannt gegeben, kann man in der Geschäftsstelle weiterhin noch unser feschcs Dräggsäggli für 5€ erwerben.

Über den Umweltschutzkalender MOVE-THE-DATE hatten wir ebenfalls in Heft 43 berichtet. Pünktlich seit dem Erdüberlastungstag am 4. Mai könnt ihr den Kalender zu einem Selbstkostenpreis von 12€ (incl. 3€ Spende) im Geschäftszimmer erwerben. Ihr findet unsere Sektion auf dem Oktober-Kalenderblatt.

*Marion Drömmner*



## Gestiegenes Bewusstsein für die Gefahr

Vor dem Spitzmeilen

### Warum sich ein Schneeschuhkurs beim DAV lohnt

Mit viel Glück und vermutlich dank Corona habe ich Anfang diesen Jahres noch kurzfristig einen Platz im Grundkurs für Schneeschuhtouren auf der Spitzmeilenhütte bekommen. Es war meine erste Tour mit dem DAV und eine Wunschtour, da meine Schneeschuhe im letzten Urlaub wegen der Lawinenwarnungen in der Tasche geblieben waren. Von dem Wochenende versprach ich mir, mehr Sicherheit im Beurteilen des Geländes und der Schneeverhältnisse zu bekommen und den Umgang mit Suchgerät, Sonde und Schaufel zu lernen.

**A**m Freitagmorgen ging es in Fahrgemeinschaften los. Am Flumserberg begrüßte uns strahlender Sonnenschein, der uns an allen drei Tagen begleiten sollte. Alle Teilnehmer bekamen ihre Ausrüstung, die uns die Tourenführer mitgebracht hatten. Wir lernten, wo wir Schaufel und Sonde sinnvoll verstauen und wie die LVS-Geräte am Körper getragen werden. Michael, Andreas und Eckart teilten uns in 3 kleine Gruppen ein, und so ging es nach einem Check der Funktion der LVS-Geräte an den Aufstieg. Bis Pantüöl folgten wir weitgehend gewalzten Wegen, so dass viel Zeit zum gegenseitigen Kennenlernen blieb. Stetig bergauf laufend, wanderte eine Jacke nach der anderen in den Rucksack. Nach der Mittagspause stapften wir weiter stetig berg-

auf und teilweise durch freies Gelände und erhielten dabei wertvollen Tipps zum richtigen Einsatz der Schneeschuhe.

**Schon vor Panüöl konnten wir** die Spitzmeilenhütte sehen; aber der Weg zog sich noch lange bergauf – vorbei an der Alp Fursch. Wir freuten uns auf die warme Gaststube und das Nachtessen auf der Hütte. Dort angekommen verzichteten wir gerne auf die kalte Dusche und ließen uns von den sehr netten Wirtsleuten verwöhnen. Lange warteten wir noch auf die letzte Gruppe mit Eckart. Sie hatten den Sirenenrufen der Wirtin auf Alp Fursch nicht widerstehen können und schwärmten selbst abends noch von der leckeren Spezialität des Hauses. Sicherheitshalber hatten sie dort auch eine mögliche Nutzung des Hotpots abgeklärt! Nach dem leckeren und reichhaltigen Nachtessen dauerte es nicht mehr lange, bis alle in die Kojen verschwanden. Bei 8 Personen im Zimmer vermissten wir die fehlende Heizung nicht.

**Ein Teilnehmer – unser hoch motivierter** Anfänger in Sachen Touren und Hüttenübernachtungen – meinte schon am ersten Abend, dass er sich einen Grundkurs für Anfänger chilliger vorgestellt habe. Nach der Nacht im ungeheizten 8-Bett-Zimmer hatte er Mühe, gut gelaunt in den Tag zu starten. Trotzdem hielt er wacker bis zum Ende durch und fand auch immer seine gute Laune wieder. Hut ab!

**Am nächsten Morgen nach einem** guten, kräftigen Frühstück ging es wieder auf die Schneeschuhe. Jetzt wurden die Tourenführer zwischen den Gruppen gewechselt und endlich konnten wir mit den praktischen Übungen zur Lawinenrettung beginnen. Ein Übungsfeld wurde angelegt und LVS-Geräte dort vergraben. Nun hieß es, diese mit Hilfe der Suchgeräte zu orten und zu markieren und dann auszugraben. Es ist gar nicht so einfach mit der Sonde zwischen Erde, Fels und einem Beutel mit LVS-Gerät zu unterscheiden, ►►►





Traumpanorama

aber mit der Zeit entwickelt man hierfür tatsächlich ein Gefühl. Auch die verschiedenen Schichten im Schnee konnten wir nachvollziehen. Da wir uns nur wenig bewegt haben, wurde es trotz Sonne kalt, und wir waren froh, mittags in die Hütte zurück zu kommen. Nachmittags schauten wir uns noch ein Schneeprofil an. Beindruckend war, die Kugellagerwirkung einer Griesschicht veranschaulicht zu bekommen! Spätestens am Abend war allen klar, dass es bei Winteraktivitäten vor allem darum geht, möglichst nie in eine Lawine zu geraten.

**Am Abend in der warmen Wirtsstube** auf der Hütte genossen wir vor den Panoramafenstern wieder die große Sonnenuntergangsshow vor dem Nachtessen. Samstagabend nach einem sonnigen Wintertag war die Hütte gut gefüllt, und so reichte es neben den Ansagen für den nächsten Tag aufgrund des Lärmpegels in der Stube nicht mehr für die Theorie.

**Am Sonntag waren wir schon** um 8 Uhr alle startbereit. Neben der Ausrüstung hatten wir wieder das „große“ Gepäck dabei, da es nach der Spitzmeilenumrundung direkt an den Abstieg gehen sollte. Wieder wurden die Tourenführer gewechselt und nach einem leichten Aufstieg ging es an eine Hangquerung in ungespurtem Gelände mit Sicherheitsabstand. Nach den Übungen von gestern trieb das den Puls schon ein wenig in die Höhe! Mehr Spaß



Auf der Suche



Jetzt muss es schnell gehen



bereitete uns definitiv das kontrollierte Abrutschen in flaches Gelände. Dort führten wir eine große Gruppenübung mit Simulation eines Lawinenabgangs durch. Jetzt mussten wir die Arbeiten koordinieren und geschockte Augenzeugen sichern und beruhigen! Das ist gar nicht so einfach, klappte aber dank Feedbackrunde nach dem Einsatz mit jedem neuen Versuch besser.



Aufstieg in der Sonne

**Doch ewig konnten wir nicht üben.** Schließlich sollte es ja noch auf den Pass und von dort auf den Wissmeilen gehen, bevor der Abstieg anstand. Nach einem gemütlichen Auf und Ab wurde es steiler, und wieder gingen wir im Sicherheitsabstand - diesmal in steilen Kehren bergauf zum Pass. Die Aussicht in der Sonne auf die umliegenden Gipfel war phänomenal und das langsame, gleichmäßige Gehen hatte fast

etwas Meditatives. Zumindest, wenn man nicht daran dachte, dass man ja abrutschen könnte! Niemand ließ sich jetzt den Aufstieg auf den Wissmeilen entgehen, und wir genossen gemeinsam die herrliche Rundumsicht. Vor dem Abstieg durch den zum Teil unberührten steilen Hang war ich doch sehr froh über die sehr geringe Lawinengefahr, denn so konnte man es richtig stieben lassen und genießen! Was für ein schönes, sonniges Wochenende. Um 18 Uhr erreichten wir wieder die Autos und stellten uns brav in den Sonntagabend-Stau.

**Mein Fazit:** Wir hatten sehr viel Spaß an einem Traumwochenende. Und auch gelernt haben wir Einiges. Allerdings hatten wir wirklich perfekte Bedingungen, und wann hat man die schon? Persönlich hätte ich gerne mehr über Tourenplanung, Schnee- und Routenbeurteilung gelernt. Aber dafür gibt es ja den Aufbaukurs. Hoffentlich kann ich Urlaub bekommen und habe wieder so viel Glück, noch einen Platz zu erwischen. Danke an Michael, Andreas und Eckart, die alle meine Fragen geduldig beantwortet haben! Allen Hobby-Schneeschuhläufern kann ich den Kurs nur wärmstens ans Herz legen. Er macht nicht nur Lust auf mehr (Schneeschuhtouren), sondern vermittelt Sicherheit und schärft den Blick für die Bedingungen am Berg. ▲

*Claudia Fojjanty*

## In den Dächern von Weil am Rhein – oder so ähnlich

**S**ieben kletterbegeisterte Lehrlinge begeben sich Ende März unter der weisen Führung zweier Klettermeister auf den Weg, die Kunst des Vorsteigens zu erlernen. Und weil wir einen Sicherungskurs machen – keinen Kletterkurs – starten wir unser Abenteuer spektakulär: mit Vokabellernen. Okay, es geht nicht darum, einen Karabiner von einem Seil zu unterscheiden, sondern um das Hintergrundwissen zu den Vor- und Nachteilen verschiedener Arten von Karabinern, Exen, Seilen und Sicherungsgeräten. Um Klettergurte, Partnercheck, Sicherungstechniken im Toprope und natürlich um Knoten. Klingt viel, und ein bisschen raucht der Kopf schon. Aber wir starten ja zum Glück nicht bei null.

Nachdem wir alle zufriedenstellend Achterknoten geknotet und unser Sicherungswissen unter Beweis gestellt haben, lassen unsere Klettermeister uns an die Wand – zunächst noch im Toprope. Theorie ist schön und gut, aber man will wissen, wie sich die Meute in der Praxis anstellt. Also packen wir unsere schönste Kletter- und Sicherungstechnik aus und erklimmen unter den Argusaugen unserer Lehrmeister die Wände von Weil am Rhein.

Unsere Gewohnheitsfehler werden ausgemerzt, und dann kann es endlich losgehen: Wir lernen – Seil geben. Okay, also noch nicht ins Vorsteigen. Sicherungskurs, kein Kletterkurs, verstanden. Also sichern wir zu zweit am Seil, eine Exe als Umlenkpunkt. Einer holt Seil ein, der andere gibt aus, immer abwechselnd. Kurz bevor die Daumen wund werden, geht es an die nächste Aufgabe: Klippen lernen. Wir nähern uns dem Vorsteigen. Also klippen wir im sichersten Stand überhaupt: auf dem Boden. Ob mit der linken oder der rechten Hand, Exe links oder rechts vom Körper, alle Varianten wollen geübt sein.

Ich mag ungeduldig geklungen haben. Fairerweise muss ich sagen, dass bis zu unserem ersten Vorstieg an der Wand gerade mal eineinhalb Stunden unseres ersten Kurstermins vergangen sind. Eigentlich waren wir schnell an der Wand.

Und dann heißt es sichern, klippen und klettern. Und ab diesem Moment bin ich froh über jede Minute Vorbereitung. Die ersten Male in fünfzehn Metern Höhe zu hängen, eine Hand von der Wand zu lösen, um zu klippen – und dann will sich diese Exe einfach nicht klippen lassen! Da merkt man schnell, wie sehr Klettern neben dem Körper auch den Kopf trainiert.

Daher gibt es auch eine kleine Einheit Falltraining im zweiten Termin, damit zumindest ein grundlegendes Gefühl dafür entsteht. Ich persönlich kann sagen, dass mich das Fallen unglaublich beruhigt hat (auch wenn das Loslassen an der Wand ziemlich Überwindung kostet). Zu wissen, wie sich fallen anfühlt, lässt mich im Klettern viel ruhiger werden.

Dann kommen schon der dritte Termin und unsere Prüfung. Seil geben, klettern und klippen werden immer gewohnter. Und so bestehen wir alle unseren Vorstiegskurs, während wir die Dächer von Weil erklimmen. Okay, niemand von uns ist tatsächlich im Dach geklettert, aber 17 Meter fühlen sich schon noch ziemlich hoch an.

An dieser Stelle ein großes Danke an Ralf und Marion, die uns so humorvoll, gekonnt, sicher und wertschätzend durch den Kurs begleitet haben. Es hat riesigen Spaß gemacht! Und eins ist versprochen: Keine Heldentode in der Halle.

**Und plötzlich ist der da, der große Moment: Ran an die Wand, im Vorstieg.**

*Lisa D'Astolfo*



# Film & Foto-Reportage von Petra & Gerhard Zwirger-Schoner Europas hoher Norden – Abenteuer am Polarkreis ISLAND | NORWEGEN | SCHWEDEN | FINNLAND



Der Gljúfrabui Wasserfall im Süden von Island.

**A**lles hinter sich lassen, durchatmen, Freiheit spüren. Mit ihrem für den Trip umgebauten Camper, ihrer „rolenden Almhütte“, machen sich die Reisefotografen und Filmemacher Petra und Gerhard Zwirger-Schoner auf den Weg, die riesige Polarregion des europäischen Kontinents zu allen Jahreszeiten zu erkunden. Ihre Live-Reportage begeistert mit exzellenten Aufnahmen und der hohen Kunst des Geschichtenerzählens.

Petra & Gerhard Zwirger-Schoner – beide Jahrgang 1969 aus Innsbruck, Österreich – sind professionelle Reisejournalisten, Vortragsreferenten, Filmemacher und Buchautoren. Im Anschluss an ihr Studium (Petra/Biologie, Gerhard/Medizin) haben sie beschlossen, dass sie ein gemeinsames Leben hinter der Kamera weit mehr erfüllt, als Labor & Praxis und sie haben ihren Traum zum Beruf gemacht. Die Weichen dafür stellten sich schon früh. Petra arbeitete 1992 in Manitoba / Kanada und lebte dort acht Monate bei Indianern

des „Ojibwa“-Stammes. Im selben Jahr packte Gerhard sein Mountainbike, radelte durch den Himalaya und tauchte dort ein halbes Jahr in die Kultur der Bergvölker Indiens ein. Kurz darauf lernten sie sich kennen und beschlossen den Weg gemeinsam weiter zu gehen

**Live-Reportage**

**Fr, 4. November 2022**

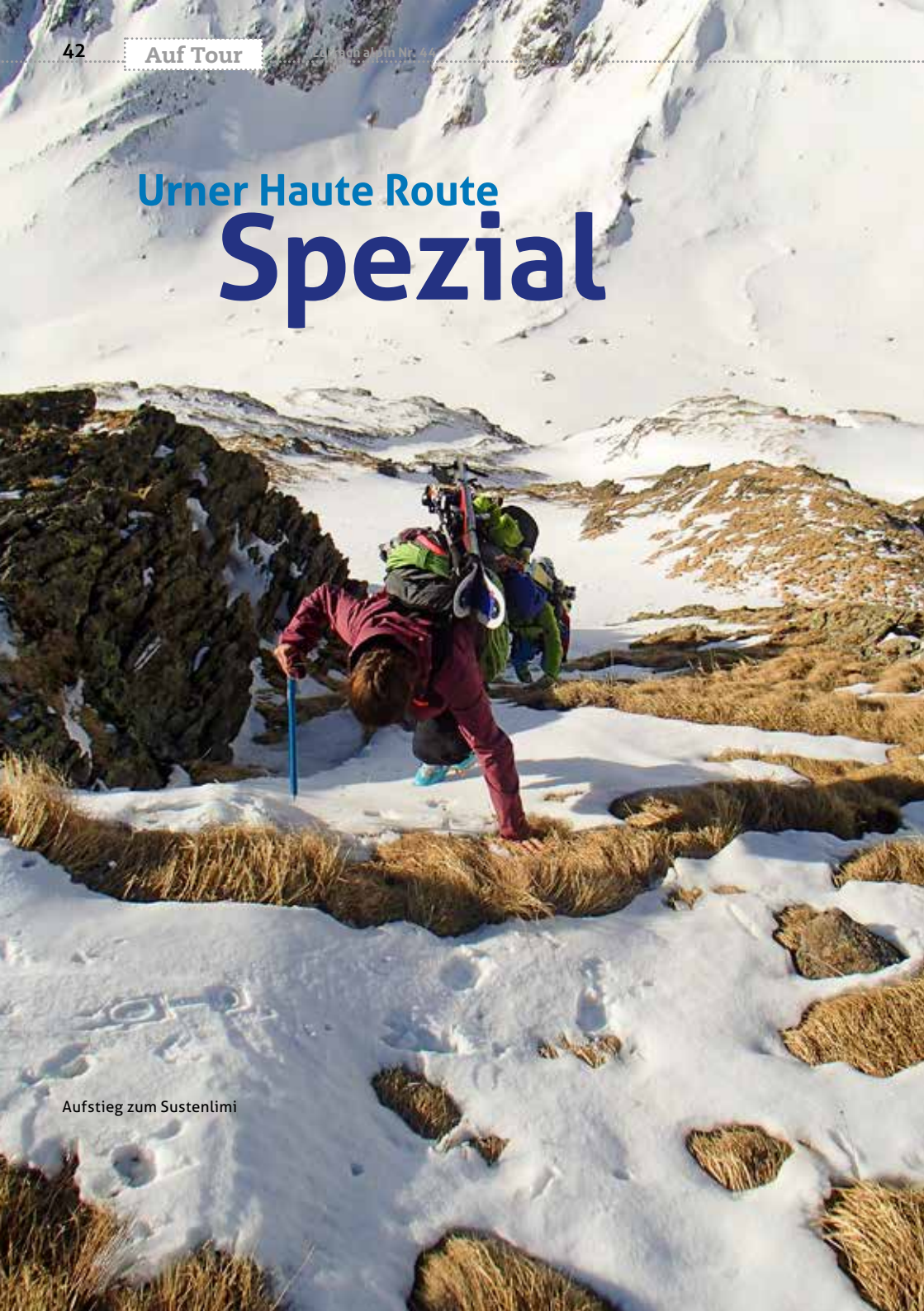
**um 19.30 Uhr**

**im Burghof, Lörrach**

**Karten an der Abendkasse  
sowie verbilligter Vorverkauf bei:  
Reservix + BZ + Burghof + Tourist-Info**

Die Vortragsreihe VISION ERDE der Volkshochschulen der Region wird präsentiert von Martin Schulte-Kellinghaus und der Badischen Zeitung. Weitere Informationen erhalten Sie unter: [www.visionerde.com](http://www.visionerde.com)

# Urner Haute Route Spezial



Aufstieg zum Sustenlimi



Abfahrt auf der Sustenpasstrasse

**Meistens kommt es anders ... so auch für die geplante Skidurchquerung von Aiolo zur Hinterrheinquelle. Es hatte sich schon Wochen vor unserem Start abgezeichnet, dass die Tour wahrscheinlich nicht machbar sein wird. So kam es dann auch, das heimtückische Altschnee-Lawinenproblem in diesem Teil der Schweiz stand immer noch an, ironischerweise gepaart mit sehr wenig Schnee. Aber Angela, nicht faul, hatte schon eine neue Tour aus dem Hut gezaubert. Na ja, nicht ganz, die Urner Haute Route ist ja schon lange ein Klassiker. Leider, oder auch zum Glück, war zum geplanten Termin aber nur eine von 4 Hütten bewartet. Da Angela aber kein Problem mit schweren Rucksäcken und langen Anstiegen hat, war der neue Plan schnell fixiert.**

**M**an kann ja nicht immer nur Pech haben; am Starttag in Realp trübte kein Wölkchen den stahlblauen Himmel. Also nahmen wir unsere mit Proviant und hochalpinen Spielsachen prall gefüllten Rucksäcke willig auf und saßen auch bald schon vor dem gedeckten Tisch in der Albert-Heim-Hütte.

Tag 2. der Lochberg wartet auf uns, mit seinem fiesen Schlussanstieg, der sich nicht mit Skiern bewältigen lässt. Dass Steigeisen und der Pickel nicht mehr im Rucksack sind, ist kein Trost, weil jetzt dafür die Skier dranhängen. Manche nennen das Skiturunen. Endlich dann die geniale Abfahrt zum Göschenalpsee, wo uns aber schon wieder das Pech trifft. Stefan reißt es an einem Stein die Stahlkante aus dem Ski: „Totalschaden“. An der Staumauer verabschieden wir uns von Alexandra und Stefan und machen uns auf den Weg zur Chelentalphütte. Es dunkelt schon, als wir wegen der beeindruckenden Steilheit und dem harten Schnee schon wieder die Skier am Rucksack tragend ankamen. Zur nächtlichen Stunde kamen Alexandra und Stefan mit Stirnlampenlicht und ein paar neuen Skiern nach.

Tag 3. Ein kurzer Blick hinter die Hütte verursacht mir sofort Rückenschmerzen. Zu steil und zu glatt für die Skier. Bald aber sind die Skier wieder wo sie hingehören und es geht flott übers Sustenlimi. Die abgeblasenen Gipfel „Sustenhorn“ und „Gwächtenhorn“ mögen uns nicht wirklich begeistern und wir ziehen es vor, auf dem guten Schnee abzufahren. An der Sustenpasstrasse angekommen, kommt uns der schneearme Winter gerade recht, denn diese ist bis Gadmen in einem Rutsch fahrbar.

Tag 4. Die Abrechnung für die Abfahrt ins Tal steht an. Die Sonne lächelt uns immer noch freundlich zu, was uns aber mangels Windes gar nicht so gut bekommt. Ein Wechsel zur schattigen Talseite bringt mir aber auch keine Entspannung, weil dort eine kleine Spitzkehrenorgie im steilen Gelände an meinen Nerven kitzelt. Nach vielen Stunden erreichen wir das Grassenbiwak unter dem spektakulären Titlis-Südpfeiler. Die putzige Schachtel war noch leer als wir ankamen, aber bald schon mussten wir die 6 m<sup>2</sup> auf 12 Personen aufteilen. Die gemeinsamen Spaghetti mit Rotwein-Schlacht

ließen keine „bad vibrations“ zu, im Gegenteil es wurde noch richtig witzig.

Tag 5. Ich dachte es mir schon; der Grassen musste schon noch sein! Die fixe Idee „zum Sonnenaufgang“ wurde erfolgreich abgewehrt. Ein paar Gipfelfotos und dann zack durch unübersichtliches Gelände ins Engelberger Tal.

Urner Haute Route „Spezial“ ... was ein wilder Ritt!! ▲

*Erich Rombach*



▲ Im Winterraum Chelenalphütte

◀ Aufstieg zum Lochberg



Auf dem Lochberg



Das Grassenbiwak

# Arbeits- einsatz

auf der Albert-Heim-Hütte





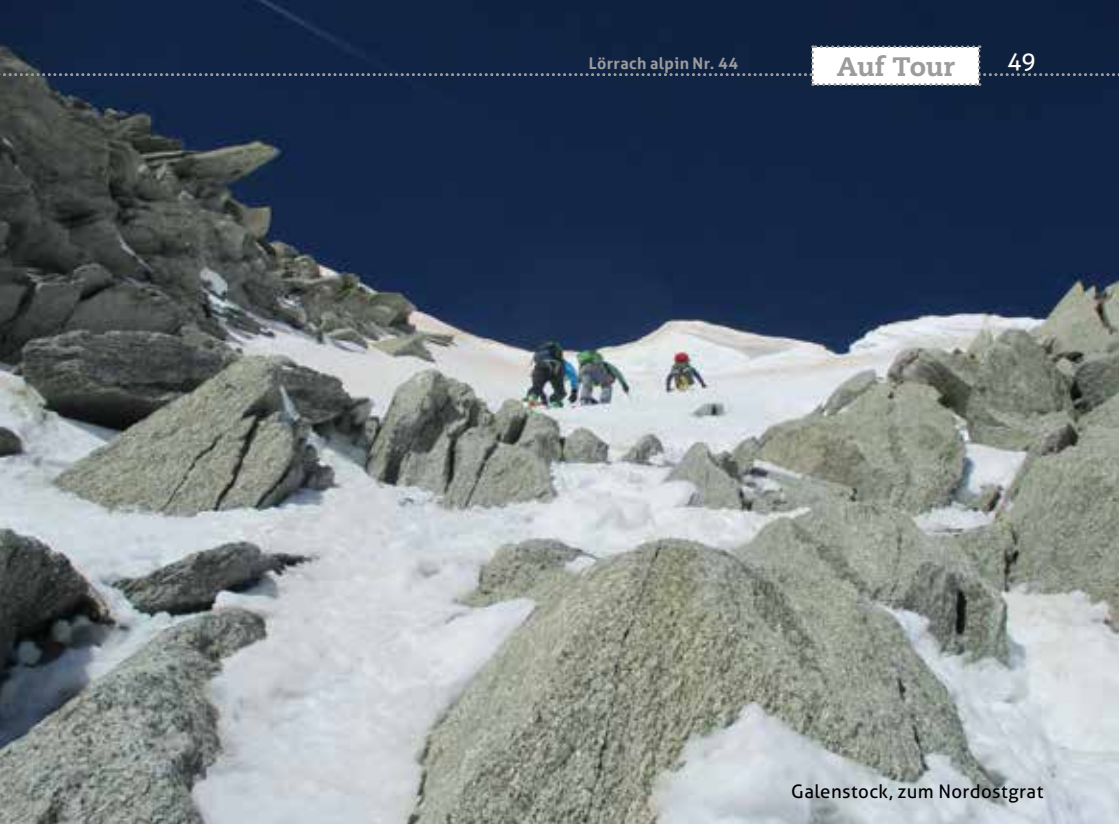


Tiefengletscher, Aufstieg



Galenstock, am Nordostgrat





Galenstock, zum Nordostgrat

**Arbeiten am Wochenende...freiwillig... klingt verlockend?!? Naja, auf den ersten Blick eher nicht, aber wir wären nicht der DAV, wenn Arbeit nicht auch gleichbedeutend mit Engagement, Austausch, Kreativität, Leidenschaft, ja – Spaß wäre! Denn auf Letzteres hatten wir uns im Vorfeld dieses „Arbeitswochenendes“ geeinigt:**

**Wir wollten uns austauschen und arbeiten, im weitesten Sinne, dabei den Spaß aber nicht zu kurz kommen lassen. Denn schließlich waren wir freiwillig hier!**



Galenstock, zum Nordostgrat



Riesenwechte am Galenstock Gipfel

**U**nd so trafen sich an einem sonnigen Märzwochenende sechs unerschrockene Trainer der Disziplin Bergsteigen/Hochtouren: Franzi, Sandra, Mathieu, Patrick, Wolfgang und ich auf der Albert-Heim-Hütte am Furkapass in den Urner Alpen. Sogar eine Agenda hatten wir uns im Vorfeld geschrieben, und ein Protokoll (hinterher). Gesprochen haben wir u.a. über Lehrinhalte und Lehrmeinungen und damit verbundene Anpassungen am Kurskonzept, eine im Hinblick auf die Programmplanung notwendige bessere Abstimmung der Trainer untereinander, sowie die sektionsinterne, ebenfalls notwendige, bessere Vernetzung der Trainer der verschiedenen Bergsportdisziplinen miteinander und über allgemeine organisatorische Themen. Das mit dem Spaß hatte ich ja schon kurz erwähnt, deshalb war ein weiteres Thema: Wohin gehen wir morgen? Was machen wir? Und so stan-

den wir an einem sonnigen Märzsonntag (den Gipfel des Tiefenstocks hatten wir am Vortag erreicht) auf dem Galenstock. Bei traumhaftem Wetter und grandioser Fernsicht. Glückliche und zufriedene. Mit einem dicken Grinsen im Gesicht. Was für ein „Arbeitswochenende“!

*Stefan Schmökel*

PS: Sofern dir dieser kurze Einblick in unsere Arbeitswelt gefallen hat, du dich fragst, ob du zu uns passen könntest und du gerne bei uns mitmachen würdest, melde dich gerne bei unserer Referentin für Ausbildung und Kurse, Susanne ([kurse@dav-loerrach.de](mailto:kurse@dav-loerrach.de)). Ich bin sicher, sie wird viele, wenn nicht gar alle deine Bedenken und Zweifel ausräumen können! Wir freuen uns auf dich!

ISLAND | NORWEGEN | SCHWEDEN | FINNLAND



# EUROPAS HOHER NORDEN

Reiseabenteuer am Polarkreis

[www.visionerde.com](http://www.visionerde.com)

Ticketinfos: [www.Zwenger-Schoener.com](http://www.Zwenger-Schoener.com)

LIVE MULTIVISION VON PETRA UND GERHARD ZWERGER-SCHÖNER



# 4.11. BURGHOF Lörrach

Badische Zeitung Freitag 19:30 Uhr

DIE GROSSE FREIHEIT SPÜREN!

Das Bild zeigt eine fiktive Darstellung eines Wohnmobils. Die tatsächliche Ausstattung des Wohnmobils kann von der abgebildeten abweichen. Die Abbildung ist eine künstlerische Gestaltung und nicht eine Abbildung des tatsächlichen Produkts. Die Abbildung ist eine künstlerische Gestaltung und nicht eine Abbildung des tatsächlichen Produkts.



Reisen zu  
Mythischen Orten im  
**Sundgau**

A group of people, mostly older adults, are sitting on wooden benches outdoors. They are facing a building with a red-tiled roof and a wooden gazebo structure. The scene is surrounded by lush green trees and foliage, suggesting a park or a scenic outdoor area. The overall atmosphere is peaceful and scenic.



Dieses wundervolle Plätzchen mit Kapelle und ehemaligem Bruderhaus in einer stillen Waldlichtung zwischen Oltingue und Liebenswiller ist ein Wallfahrtsort besonderer Art.

Eingesenkt zwischen dem Grundgebirgsmassiv der Vogesen im Norden und den nördlichsten Falten des Jura im Süden liegt die burgundische Pforte. Sie bestimmt das milde Klima in unserer Region, Pflanzen und Tiere aus dem Süden wandern hier ein. Auf dem uralten Verkehrsweg kam Cäsar mit seinen Soldaten genauso wie die Händler mit den Waren des Mittelmeerraumes. Für den Handel wurde 1784 mit dem Bau des Rhein-Rhône-Kanal begonnen, der die beiden großen europäischen Flüsse Rhein und Rhône verbindet, die Wasserscheide wird mittels einer Schleusentreppe bei Valdieu-Lutran überwunden.

Jeder kennt diese Region zwischen Basel, Mulhouse und Belfort von der schnellen Durchreise auf der Autobahn A36 nach Südfrankreich. Doch es lohnt sich hier zu verweilen! Die sanfte Hügellandschaft ist bestens geeignet für Wanderungen und Fahrradtouren, und mancher Gasthof lädt ein zur verdienten Rast und Einkehr. Mythische Orte mit ihrer Geschichte und Legende laden zu ganz besonderen Reisen ein.

### Das Drei-Jungfrauen-Grab in der Waldlichtung

Auf einer idyllischen Lichtung im Wald zwischen Wentzwiller und Hagenthal liegt die Grabstätte von drei wundertätigen Jungfrauen. Über die Herkunft der Frauen ist nichts Genaues bekannt. Laut der Überlieferung sollen sie hier in der Einsamkeit fromm gelebt und Gutes getan haben, bevor sie von einem Unbekannten ermordet wurden. Die Bewohner von Wentzwiller bestatteten die drei Frauen mit allen Ehren im Wald, und im Lauf der Zeit entwickelte sich hier eine Wallfahrt. Von Hilfe bei Gehbehinderungen und Zahnschmerzen wird berichtet. Im Dorf bringt man die drei Jungfrauen auch mit Einbeth, Wilbeth und Worbeth in Verbindung – Begleiterinnen der heiligen Ursula. Im 19. Jahrhundert wollte der Pfarrer von Wentzwiller mit der Legende aufräumen. Er ließ die Gräber öffnen und fand zu seinem Erstaunen drei Skelette, die er auf den Friedhof überführen ließ. Nach der Bestattung begann ein sintflutartiger Regen, der erst aufgehört haben soll, als die drei Eremitinnen wieder an ihrem alten Platz im Wald lagen.



Das Drei-Jungfrauen-Grab



Kapelle und Bruderhaus St. Brice

### Quelle, Kapelle und Gastlichkeit

**D**ieses wundervolle Plätzchen mit Kapelle und ehemaligem Bruderhaus in einer stillen Waldlichtung zwischen Oltingue und Liebenswiller ist ein Wallfahrtsort besonderer Art. Einmal im Jahr, am Pfingstmontag, wird die Kapelle mit ihrem zierlichen Barockaltar zum religiösen Mittelpunkt der Umgebung. Der Aussenaltar, eine große Besonderheit, wird für die Messe im Freien geöffnet, die um zehn

Uhr beginnt. Eine friedliche Gemeinschaft, die St. Bricius die Ehre erweist. Saint-Brice wurde vor allem bei körperlichen Leiden aufgesucht. Unzählige Votivgaben, meist aus Blech, etwa Arme, Beine, schwangere Frauengestalten und Kröten, als Symbole der Gebärmutter, hat man 1910 auf dem Dachboden der Kapelle gefunden. Sie befinden sich heute im archäologischen Museum von Straßburg. Grabungen an der Ostseite der Kapelle haben vier Bestattungen zum Vorschein gebracht, die in die Zeit zwischen 900 und 980 datiert werden. Saint-Brice lag früher an einem wichtigen Durchgangsort, einer Römerstraße, die auf der Anhöhe nordwestlich des Leimentals von Allschwil bis nach Oltingue führte, wo sie in die große Hauptverbindung von Kembs nach Besançon mündete. Vielleicht war der Ort schon damals eine Kultstätte und die heute noch den Brunnen von Saint-Brice speisende Quelle Anlass für eine Station, an der man sich laben konnte.

### Das Martinskirchlein im Feld

**S**aint-Martin des Champs“ liegt, wie der Name sagt, draußen im Feld, rund 500 Meter südwestlich vom Dorfzentrum Oltingue entfernt. Nach einer alten Sage soll hier einst eine Stadt gewesen sein. Tatsächlich handelt es sich bei dem spätgotischen, dem heiligen Martin geweihten Gotteshaus um die aus merowingischer oder frühkarolingischer Zeit stammende Mutterkirche der umliegenden Orte Oltingue, Fislis, Huttingue und Lutter. Möglicherweise steht sie auf dem Boden eines früheren, vorchristlichen Heiligtums. In der Nähe hat man prähistorisches Steinwerkzeug, aber auch römische Tonwaren, Ziegel und behauene Steine gefunden. Auf dem Oltinger Berg weisen Steinwälle und Überreste von Wohngruben auf eine verschollene, gallorömische Burg hin. Bei Grabungen hat man 1989 unter dem Fußboden der Kirche Gräber und Sarkophage aus dem 7. bis 8. Jahrhundert entdeckt.



Das St. Martinskirchlein

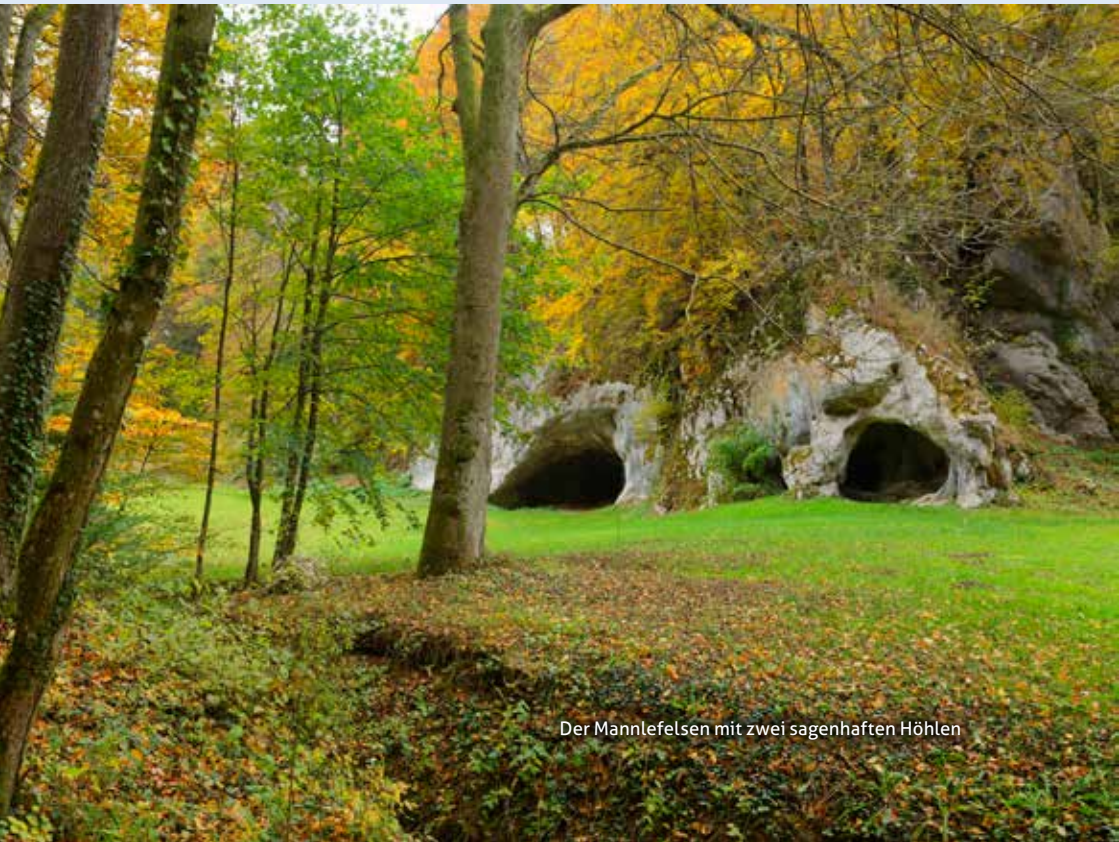
## 14 Nothelfer, Largquelle und Steinzeithöhlen

**A**m letzten Sonntag im Juli fahren am frühen Nachmittag Heerscharen aus der ganzen Umgebung nach Oberlarg, dem kleinen Dorf im Jura Alsacien zwischen Ferrette (Pfirt) und Lucelle (Lützel). Nicht nur Autos und Motorräder treffen ein – vom Traktor bis zum Kinderfahrrad wird alles, was auf Rädern läuft, und seien es auch bloß Rollerblades – entlang der Rue Principale in Reih und Glied aufgestellt. Das hat seinen Grund, werden doch die Gefährte mit ihren Besitzern während der Prozession, die zum Gedenken der «14 Nothelfer» stattfindet, gesegnet. Oberlarg lohnt aber nicht nur an seinem großen Fest einen Besuch – eine Informationstafel auf dem Parkplatz unterhalb der Kirche lädt dazu ein, die Umgebung auf einer Rundwanderung, die auch zur Burg Morimont führt, zu erkunden. Nimmt man den Weg entlang des Friedhofs unter die Füße, gelangt an eine kleine Furt. Das



Die Prozession in Oberlarg am letzten Sonntag im Juli.

Wasser kommt von der Quelle der Larg, zu der man von hier aus in einem kurzen Spaziergang gelangt. Kurz davor aber erreicht man in dem romantischen Tälchen den «Mannlefelden» mit zwei sagenhaften Höhlen, in denen noch im 19. Jahrhundert eine arme Ziegenhirtin mit ihrem Kind gehaust haben soll.



Der Mannlefelden mit zwei sagenhaften Höhlen





Gallorömisches Theater in Mandeuere.

### Epomanduodurum

**D**er Fluss Doubs fließt nördlich aus dem Jura heraus, dann macht er eine große Wende nach Südwesten. Hier liegt das ehemalige württembergische Städtchen Mömpelgard (Monbéliard). Heute sind die Orte Monbéliard, Sochaux, Audincourt und Mandeuere zu einem einzigen Großraum zusammen gewachsen, geprägt von großen Betrieben der Automobilindustrie. Am südlichen Rand dieses gewaltigen Ballungsraumes steht man völlig überraschend vor den Ruinen eines großen römischen Theaters. Es ist das zweitgrößte Theater Galliens und der einzige sichtbare Überrest der gallorömischen Stadt Epomanduodurum. In der gallischen Provinz der Sequaner mit der Hauptstadt Vesontio (Besancon) war Epomanduodurum damals die zweitwichtigste Stadt. Sie liegt eingeschmiegt in eine große Schlaufe des Doubs, der Fluss war bis hierhin schiffbar. Von der großen Blüte zeugen die Reste des monumentalen Theaters mit 142m Durchmesser. Allerdings ist nur noch das Skelett erhalten, denn seine Fassaden und die Bühne sind fast vollständig verschwunden. Erst 1819



entdeckt gab es seitdem immer wieder Grabungen. 4 Ränge lehnen sich an den Hügel, darauf fanden 18.000 Zuschauer Platz, die Westfassade war über 30 Meter hoch. Alle anderen Teile der antiken Großstadt liegen verborgen unter der heutigen Bebauung. Mit viel Phantasie und mit der Hilfe der modernen Archäologen kann man sie wieder auferstehen lassen. Von den oberen Rängen des Theaters hat man einen wunderbaren Blick über das Tal des Doubs. ▲

*Martin Schulte-Kellinghaus*

► [www.mythische-orte.eu](http://www.mythische-orte.eu)

# BERGREISEN WELTWEIT

PLANEN SIE MIT UNS IHRE NÄCHSTE BERG-AUSZEIT



GEMEINSAM  
100% GEBEN

15 Tage  
ab 1575,-

## GEORGIEN: TAGESWANDERNUNGEN IM GROSSEN KAVKASUS

- 15 Tage, anspruchsvolle Tageswanderungen
- Am Fuße des Kazbek (5047 m)
- Mzcheta und Swanetien entdecken
- Uralte Klöster und Kathedralen
- Tbilissi, moderne Landeshauptstadt
- Weinverkostung und die berühmte georgische Küche

Deutsch sprechender Bergwanderführer • ab/bis Hotel in Tbilissi • 8 × Hotel\*\*\* im DZ • 5 × familiäre Hotelpension\*\*\* im DZ • 1 × Gästehaus im DZ • Vollpension (Mittags Picknick oder Lunchpaket) • 3 × Halbpension • Fahrten und Eintritte lt. Programm • Weinverkostung auf einem Familiengut • Versicherungen • uvm.

15 Tage | 5 – 15 Teilnehmer  
Termine: 30.07. | 13.08.2022

EZZ ab € 355,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-127

[www.davsc.de/](http://www.davsc.de/) **GEORG**



GEMEINSAM  
100% GEBEN

8 Tage  
ab 695,-

## MAROKKO: HÜTTENTREKKING AUF DEN JEBEL TOUBKAL, 4167 M

- 8 Tage, anspruchsvolle Bergwanderung
- Hüttentrekking im Hohen Atlas
- Karge Gebirgswelt und grüne Terrassenfelder
- Königsstadt Marrakesch: Märchen aus 1001 Nacht
- Gipfelmöglichkeiten, u. a.: Jebel Toubkal, 4167 m, Timesguida, 4089 m & Ras Ouanoukrim, 4083 m

Englisch sprechender Bergwanderführer • Deutsch sprechender Stadtführer in Marrakesch • ab/bis Hotel in Marrakesch • 2 × Hotel\*\*, 2 × Hotel\*, jeweils im DZ • 3 × Hütte im Lager • Vollpension während des Trekkings, sonst Halbpension • Busfahrten lt. Programm • Gepäcktransport per Bus oder durch Maultiere, 15 kg Freigepäck • Versicherungen • uvm.

8 Tage | 2 – 15 Teilnehmer  
Termine: 14.08. | 11.09. | 18.09. | 25.09. | 02.10. | 09.10. | 16.10.2022

EZZ ab € 125,-

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-132

[www.davsc.de/](http://www.davsc.de/) **MAJEB**

ÜBER 500 WANDER-  
UND TREKKINGREISEN  
WELTWEIT ZUR AUSWAHL.

DAV Summit Club GmbH  
Bergsteigerschule des  
Deutschen Alpenvereins  
Anni-Albers-Straße 7  
80807 München  
Telefon +49 89 64240-0



# Touren- und Kursübersicht 2/2022



Hier geht's zum Touren- und Kursprogramm auf unserer Homepage.



**Anmeldung zu Touren und Kursen nur noch über die Homepage.**  
Bitte Anmeldezeitraum und aktuelle Corona-Regelungen beachten. Es können sich daher Änderungen bei den Veranstaltungen ergeben (siehe Homepage).

# Touren-Übersicht 2/2022



Datum	Tour	Disziplin	Schwierigkeit	Tourenführer / TF	Nr.
<b>Juli</b>					
01.07. - 03.07.	Kursbezogene Übungstouren alpine Mehrseillängen	KL	Vorstieg bis 5c	Jochen Kuri	T169
02.07. - 03.07.	Pizzo Taneda	BW	T3+	Carsten Hein	T127
02.07. - 03.07.	Hochtour Fründenhütte und Fründenhorn 3.368m	HT	WS+	Wolfgang Wagner	T139
08.07. - 10.07.	Sektionswochenende breites Spektrum an Möglichkeiten, für alle etwas dabei			Maria Weber	T145
15.07. - 17.07.	Bärentrek Teil 3 – Von Kandersteg nach Lauenen	BW	T3	Kirsten Philipp	T140
16.07.	Wander- & Klettersteigtour Bälmeten (2.415m)	HT	T4, Klettersteig K3	Andreas Gözl	T129
16.07.	Brienzer Rothorn	MTB	T: schwer K: schwer	Heiner Wirtz	T078
22.07. - 24.07.	Klettersteige bei Lecco	HT/KL	K4-5	Michael Fischer	T151a
22.07. - 24.07.	Wandern bei Lecco - Paralleltour	BW	T3	Nikoletta Fischer	T151b
22.07. - 25.07.	Vogesen Cross	MTB	K: schwer; T: schwer	Peter Hohm	T095
22.07. - 24.07.	Vom Oberalppass zum Gotthardpass	BW	bis T3	Christian Heinrich	T102
23.07. - 24.07.	Kursbezogene Übungstour Groß Spannort Südgrat (3198m)	HT	WS+, II	Andreas Maier	T118
23.07. - 24.07.	Hochtour Diechterhorn von der Gelmerhütte	HT	WS/3a	Sandra Tremmel	T135
24.07.	Hotzenwaldtrails	MTB	S1	Matthias Koesler	T122
28.07. - 31.07.	Haute Route durchs Rätikon	BW	T4, meist T2- T3	Carsten Hein	T131
30.07.	Fürstein, Schafmatt und Schwändilflue	BW	T3+	Michael Fischer	T074
<b>August</b>					
06.08.	Hangsackgrat	BW	T4/T4+	Carsten Hein	T128
07.08.	vom Feldberg nach Freiburg	MTB	S1	Matthias Koesler	T134
08.08. - 15.08.	Vom Mont Blanc an den Genfer See	BW	T 3	Christian Heinrich	T096
13.08.	Gällihorn und Wyssi Flue über den Üschenegrat	BW	T3	Eckart Lindner	T162
19.08. - 21.08.	Blinnenhorn(3373m) und Bättelmatthorn (3043m)	BW	T3+	Michael Fischer	T150
20.08.	Grosse Scheidegg und Bachalpseetrail	MTB	K: schwer, T: schwer	Peter Hohm	T104
27.08. - 04.09.	Sentiero Roma – Höhenweg im Bergell	BW	T5; I-II, K2	Angela Rosin	T086
27.08. - 28.08.	Sunnig Täler Höhenweg und Panoramaweg	BW	T4	Almut Dickmann	T124
<b>September</b>					
03.09. - 04.09.	Wildhorn 3246m	HT	L, max. WS-	Jens Hassler	T132
04.09. - 10.09.	Kletterparadies Dolomiten – Alpinklettern	KL	5b	Rainer Titze	T083
09.09. - 11.09.	Von Biasca nach Maggia – Tessin	BW	T3	Nikoletta Fischer	T149
10.09. - 11.09.	Hochtouren-Wochenende	HT	WS bis Z5-, II, 40°	Patrick Nacke	T133
16.09. - 18.09.	Gemeinschaftstour: Jungfrau, Innerer Rottalgrat	HT	Z5+, 4a	Stefan Schmökel	T092G
17.09.	Surenepass	MTB	T: schwer K: schwer	Heiner Wirtz	T079
17.09.	Zindlenspitz	BW	T3+/T5-	Carsten Hein	T130
24.09. - 25.09.	Hochtour Doldenhorn	HT	WS	Wolfgang Wagner	T168
24.09.	Singletrail satt von Melchsee-Frutt zum Hasliberg	MTB	K: mittel, T: max. S2	Wolfgang Kothny	T148

Datum	Tour	Disziplin	Schwierigkeit	Tourenführer / TF	Nr.
<b>Oktober</b>					
08.10.	Pilatuskette und Esel Ostgrat/-wand	HT	T3/T5+/II	Franziska Urstöger	T164
15.10.	Ballon d'Alsace	MTB	T: schwer K: schwer	Heiner Wirtz	T141
22.10. - 24.10.	Leichte Mehrseillängentouren	KL	IV	Patrick Nacke	T161
<b>November</b>					
05.11. - 06.11.	Fonduewochenende in der Balmhütte	BW	T3	Michael Fischer	T152
13.11.	Münstertal - Belchen: Saisonabschluss	BW	T2	Christian Heinrich	T099
<b>Dezember</b>					
18.12.	1000 Hm+ im Schwarzwald	ST	WS+	Angela Rosin	T160
11.12.	Kleine Wanderung und Nikolausfeier	SV		Bernadette Abele	
<b>Januar 2023</b>					
06.01. - 08.01.	Gemeinschaftstour: Eisklettern trifft Skibergsteigen	ST /EK	bis WI 4 bzw. ZS	Stefan Schmökel	T165G
14.01.	Rassige Tagestour Blüemberg	ST	WS+	Bastian Feifel	T153
15.01.	Turne	ST	WS-	Martin Krall	T147
19.01. - 21.01.	Älplihorn (3006 m) und Büelenhorn (2806 m)	ST	ZS-	Bastian Feifel	T157
27.01. - 29.01.	Freeride Davos	ST	bis ZS+	Bastian Feifel	T154
<b>Februar 2023</b>					
04.02. - 05.02.	Freeride Wochenende Lötschental	ST	bis ZS+	Burkhard Peter	T167
08.02. - 10.02.	Freeride Days Sedrun/Disentis	ST	ZS+	Bastian Feifel	T155
18.02. - 23.02.	Skidurchquerung von Airolo zur Hinterrheinquelle	ST	ZS+	Angela Rosin	T159
22.02. - 23.02.	Blüemberg-Glatten	ST	WS+	Bastian Feifel	T156
<b>März 2023</b>					
01.03. - 05.03.	Schneeschuhschneewochenende in der Zufallhütte	SST	WT3	Michael Fischer	T146
03.03. - 06.03.	Die wilden W's – Skidurchquerung	ST	ZS	Martin Krall	T163
<b>Juni 2023</b>					
Vorauss. 01.06.-10.06.23	Nationalpark von Ordesa und Monte Perdido – Pyrenäen	BW	bis T4	Nikoletta Fischer	T166

# Kurs-Übersicht 2/2022

Datum	Kurs	Disziplin	Kursleiter	Nr.
<b>September</b>				
25.09.	Sicherheitstag Fels (Bergrettung)	KL	Ralf Hermann	K141-1
<b>Oktober/November</b>				
Okt./Nov.	Sicherheitstag Klettern (Sicher Sichern)	KL	Markus Bähr	K149-1
Oktober	Vorkurs Hallenklettern I (Toprope)	KL	Ralf Hermann	K142-1
Okt./Nov.	Vorkurs Hallenklettern II (Vorstieg)	KL	Naomi Walz	K143-1
Oktober	Spezialkurs Sportklettern (Halle)	KL	Claudia Harder	K147-1
<b>November</b>				
25.11. - 27.11.	Grundkurs Skitouren	SB	Harald Erbacher	K103-1
<b>Dezember</b>				
09.12. - 11.12.	Grundkurs Skitouren	SB	Martin Krall	K103-2
10.12.	Sicherheitstag Lawine - auch für Skitourengeher	SS	Carsten Hein	K111-1
16.12. - 17.12.	Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengeher	SB	Bastian Feifel	K101-1
17.12. - 18.12.	Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengeher	SB	Martin Krall	K101-2
<b>Januar</b>				
08.01.	Sicherheitstag Lawine - auch für Schneeschuhgeher	SB	Sandra Tremmel	K101-3
14.01. - 15.01.	Sicherheitstag Lawine + Tour für Schneeschuhgeher	SS	Michael Fischer	K111-2
14.01. - 15.01.	Spezialkurs Freeriden	FR	Burkhard Peter	K105-1
21.01. - 22.01.	Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengeher	SB	Angela Rosin	K101-4
22.01.	Sicherheitstag Lawine - auch für Schneeschuhgeher	SB	Gerson Pfaff	K101-5
27.01. - 29.01.	Grundkurs Schneeschuhtouren für TN an Sektionstouren	SST	Michael Fischer	K112-1
Januar	Spezialkurs Eisklettern I (Anfänger)	EK	Stefan Schmökel	K161-1
<b>Januar/Februar</b>				
Januar/Februar	Spezialkurs Eisklettern II (Fortgeschrittene)	EK	Stefan Schmökel	K162-1
<b>Februar</b>				
17.02. - 21.02.	Aufbaukurs Schneeschuhtouren	SST	Carsten Hein	K113-1

**Legende/Disziplinen:** BW Bergwandern; EK Eisklettern; FR Freeriden; HT Bergsteigen/Hochtouren/Klettersteig; KL Klettern/Bouldern/Klettersteig; MTB Mountainbike; SB Skibergsteigen; SST Schneeschuhtouren; ST Skitouren; SV Sektionsveranstaltungen



## Was gibt's Neues bei uns?

### Einladung: Jugendvollversammlung

- Wann?** Dienstag, 29. September 2022 – ab 17.30 Saftempfang  
**Wo?** Wird noch bekannt gegeben  
**Was?**
1. Begrüßung durch Jugendreferentin und Jugendbeirat
  2. Rückblick 2021
  3. Finanzen 2021 & Budget 2022
  4. Vorstellung neuer Jugendleiter\*innen
  5. Wahlen: Jugendreferent, Jugendbeirat, Jugendausschuss und Delegierte
  6. Wünsche
  7. Sonstiges
- Warum?** Für mehr Mitbestimmung im JDAV  
**Wer?** Alle (J)DAV-ler unter 27 Jahre, Jugendleiter\*innen sowie geladene Gäste

### BliTzLichTer

#### Neue Jugendordnung, JA-Sitzung

Endlich nimmt die ehrenamtliche Arbeit wieder richtig Fahrt auf. Im Frühling/Sommer finden wieder viele abwechslungsreiche Touren und Ausfahrten statt. Das wöchentliche Training läuft gut und langsam kommt die Trainingsform und die Regelmäßigkeit zurück. Nach der langen Zwangspause ist Beides nicht immer leicht. Auch die organisatorisch, strukturelle Arbeit im Jugendausschuss startet wieder richtig durch. Es gibt Präsenzsitzungen im gemütlichen GZ-Keller, Anpassung der Jugendordnung (muss noch verabschiedet werden), Führungszeugnisse werden angefordert, JL-Marken aufgeklebt, Fortbildungen gebucht, Grundausbildungen absolviert und endlich

ist auch das Handout für neue Jugendleiter fast fertig. Irgendwie spüren wir alle den langen Leerlauf: Wie war das nochmal mit dem Datenschutz bei Fotos? Wo finde ich das Abrechnungsformular? Welche Kosten werden vom Verein bezuschusst und wo ist eigentlich mein Jugendleiterausweis? Die meisten Fragen lassen sich schnell klären und für alle anderen gibt es Marion. Im Zweifel kann man die JL-Marke auch auf den Helm kleben, der ist nämlich eh viel wichtiger am Fels.

An dieser Stelle möchte ich auch noch unserer neuen Jugendleiterin Amelie Bär zur bestandenen Grundausbildung gratulieren. Wir freuen uns, dass du die Kindergruppe so tatkräftig unterstützt.

*Eure Naomi*

## Unsere neuen Jugendleiter

**Hi zusammen, wir sind Hannah und Amelie und wir sind als neue Jugendleiterinnen der Kindergruppe aktiv. Wir haben ein kleines Interview für euch vorbereitet, um uns vorzustellen.**



**Hannah wie alt bist du denn?**

*Ich bin wie du 16 Jahre alt.*

**Was machst du eigentlich in deiner Freizeit Amelie ?**

*Ich bin sehr oft am Klettern und in den Bergen unterwegs. Ausserdem spiele ich Cello, gehe gerne Radfahren und bin im Winter ganz viel auf den Ski!*

**Und du Hannah?**

*Ich klettere natürlich viel, bin auch viel am*

*Radfahren, gehe im Winter auf Skitouren und finde es toll, draußen zu sein. Deshalb gehe ich gern in die Berge zum Wandern etc.*

**Amelie, was isst du am liebsten während oder nach dem Klettern?**

*Während dem Klettern reicht mir schon ein Apfel und ein paar Nüsse. Abends nach dem Klettern esse ich am allerliebsten Spaghetti mit Pesto und mit ganz viel Parmesan.*

**Wie sieht das bei dir aus Hannah?**

*Ganz klar Ratatouille mit Couscous!*

**Mich würde noch interessieren warum du (Amelie) Jugendleiterin geworden bist?**

*Ich finde es cool, mit Kindern zu arbeiten und ihnen den Sport näher zu bringen, der mir selbst so viel Freude macht.*

**Hannah und wieso möchtest du Jugendleiter werden?**

*Deine Gründe treffen zu 100% auch auf mich zu!*

Dieses Interview wurde im LöBloc auf einer Bodenmatte bei wunderschönem Sonnenschein geführt!

*Liebe Grüße  
Amelie und Hannah*



## Inside der Kindergruppe

Immer donnerstags um 17.00 Uhr beginnt unser Training. Wir beginnen mit einem kleinen Aufwärmspiel oder einer kleinen Aufwärmrunde. Das Lieblingsspiel der meisten Kinder ist „Feuer-Wasser-Sturm“. Danach geht das Training los. Wenn wir im Impulsiv in Weil am Rhein sind, teilen sich die Kinder meist in Dreiergruppen auf und bilden eine Seilschaft. Jede Gruppe darf sich dann eine Kletterroute aussuchen. Manchmal führen wir (die Trainer\*innen) die Kinder auch zu guten Routen. Einige Kinder möchten auch gerne im Vorstieg klettern. Wenn der Trainerschlüssel dies zulässt, ist das auch möglich.

Wenn wir im LöBloc sind, suchen sich die Kinder selbstständig ihre Routen aus und wir stehen ihnen bei Fragen zur Seite.

Zum Abschluss jedes Trainings machen wir oft ein Abschlussspiel, welches sich die Kinder aussuchen dürfen. Um 18.30 Uhr gehen die Kinder wieder glücklich und zufrieden nach Hause.



*Eure Svea*

## Jugendgruppe in Müllheim

Einblick in die Boulder- und Klettertrainingsgruppe des JDAV Lörrach in Müllheim. Aufgrund des schlechten Wetters und der kalten Temperaturen haben wir in letzter Zeit viele Indoor-sessions im heimischen Keller-Boulderraum gemacht. Wir machen dann viele Spiele, Technik- und Krafttraining.

Neulich waren wir auch an einer größeren Kunstkletterwand und haben da richtig Gas gegeben ;)

Gerne gehen wir auch in den Wald, um auf Bäume zu klettern, oder wir nutzen Spielplätze für abwechslungsreiche Boulder- und Parkourspiele. Demnächst möchte ich mit meiner Gruppe vermehrt an die lokale Kletterwand, um den Neueinsteigern das Sichern beizubringen und es mit allen anderen zu vertiefen.

Wir haben immer viel Spaß beim Training und uns auch ein paar Ziele gesteckt, die wir dieses Jahr noch erreichen wollen. Unsere Gruppe besteht derzeit aus 5 Jugendlichen.



*Viele Grüße, Freya*

# Was kommt?

## Programm / Ausblick JDAV Touren 2. Hj. 2022

Detaillierte Ausschreibungen erhaltet Ihr in den Gruppen oder auf Anfrage bei den jeweiligen Jugendleitern. Anmelden kann sich grundsätzlich jedes DAV-Mitglied im passenden Alter. Vorrang haben jedoch Mitglieder der JDAV-Jugendgruppe.

### Juli 2022

#### JuMa im Allgäu

Ab 16 Jahren

**Org.:** Maren Laufs & Svea Kaiser

### 8. – 10.7.

#### Sektionswochenende in der Zentralschweiz

Weitere Informatione siehe Homepage

### September 2022

#### 23. – 25.9.

#### Hochtouren-Schnuppern in der Silvretta

A-Silvretta, Madlenerhaus und  
Wiesbadener Hütte

Wenn die Wege aufhören, fängt das Hochtouren-Abenteuer an: Geröll- und Firnfelder, Gletscher und Kraxeleien, ... komm mit uns nach Österreich in die Silvretta und erlebe ein alpines Wochenende in der Gruppe, das du so schnell nicht mehr vergisst!

#### **Bewertung:** WS, II

**Vorbesprechung:** Mi., 14.09.2022, 18:30 Uhr, DAV Geschäftszimmer (gerne mit Eltern)

#### **Ab 12 Jahren**

**TF.:** Franziska Urstöger & Stefan Schmökel

### 29.9. 17.30-20 Uhr

Jugendvollversammlung

Siehe Einladung

Für: (J)DAV-Mitglieder bis 27 Jahre und Gäste mit Einladung

### Oktober 2022

#### 4.10. 17.15 Uhr - ca. 20.15 Uhr

#### Nachtklettern im Erlebniskletterwald Lörrach

Nähere Informationen siehe Homepage

#### Für alle Sektionsmitglieder ab 8 Jahren

**TF:** Marion Drömmner

### 8-9.10.

#### Kletter-Biwak im Jura

Ein Wochenende an den schönen Felsen unserer Heimat. Wir klettern im Jura, kochen gemeinsam und übernachten im Freien - vielleicht ja auf einem Felsband mitten in der Wand!?!)

#### Ab 12 Jahren (oder nach Absprache)

**TF:** Leon König

### 8.10.

#### Pilatuskette und Esel Ostgrat/-wand

Aufstieg über die gesamte Pilatuskette von Gfellen bis Kulm, Besteigung des Esels via Ostgrat/-wand (optional), Abstieg nach Alpnachstad

#### **Bewertung:** Pilatuskette sowie Abstieg:

**T3; Esel Ostgrat/-wand: T5+/II**

**Hinweise:** ÖV-Tour; Kombitour Jugend und Erwachsene

#### **Ab 14 Jahren**

**TF:** Franziska Urstöger

## Ansprechpersonen

### Jugendausschuss

Naomi Walz: juref@dav-loerrach.de  
(Jugedreferentin)  
Max Homberger: jugend@dav-loerrach.de  
(Jugendbeirat)  
Benjamin Gombocz: b.gombocz@aikq.eu  
(Stadtjugendring)  
Maren Laufs: marenla02@gmail.com  
Franziska Urgstöger: franziska.urstoeger@gmx.de

### Jugendleiter / Ausbilder / Betreuer

#### JuMa

Svea Kaiser: kaiser-svea@t-online.de

#### JuGr

Sören Unger, unger.soeren@outlook.de  
Max Homberger, max.homb@gmail.com  
Leon König, leon@leon-koenig.eu

#### KiGr

Amelie Bär, baer.amelie@web.de  
Svea Kaiser, kaiser-svea@t-online.de  
Franziska Urstöger: Franziska.Urstoeger@gmx.de  
Hannah Huber i.A.

#### KiGr Müllheim

Meike Jünemann, lampolino.74@gmx.de  
Frea Jünemann, fjuenemann29@gmx.de

#### Springer / weitere JL

Marion Drömmmer (Logistik):  
verwaltung@dav-loerrach.de,  
Maren Laufs: marenla02@gmail.com,  
Naomi Walz: juref@dav-loerrach.de

## Trainingstermine

#### JuGr

Dienstag 17:30 – 20 Uhr (Halle) / – 21 Uhr (draußen)

#### KiGr

Donnerstag 17 – 18:30 Uhr

#### KiGr Müllheim

Montag 15 – 17 Uhr

#### Klettertreff JuMa

Donnerstag 19 – 21 Uhr





**Familiengruppe  
Lörrach**

## Liebe Familien,

nun geht es endlich wieder richtig los!

Nachdem wir in einen etwas länger andauernden Corona-Winterschlaf versetzt wurden, können wir wieder mit einem etwas reicheren Programm in den Sommer starten.

Allein an dem Wochenende Mitte Mai finden drei Parallelveranstaltungen in der Familiengruppe statt und alle davon erfreuen sich reger Teilnahme! Schade, dass wir an dieser Stelle nicht davon berichten können, da davor schon der Redaktionsschluss dieses Heftes ist. Seid also schon mal gespannt auf die Berichte im nächsten Heft!

Auch hoffen wir, dass wir dieses Jahr besser durch den Winter kommen und endlich mal wieder eine Nikolausfeier stattfinden kann! Neben den Touren die hier im Heft mit abgedruckt sind, bieten wir auch immer mal wieder spontan organisierte Touren an – schaut einfach regelmäßig auf der Homepage nach oder meldet euch zum „Newsletter“ an unter: [familie@dav-loerrach.de](mailto:familie@dav-loerrach.de)

Und für alle, die sich selbst aktiv in der Familiengruppe einbringen möchten, planen wir dieses Jahr ein Treffen zum kreativen Austausch für die zukünftige Tourenplanung! Da können sich dann die alten Hasen mit den Neuen austauschen, Erfahrungen teilen und Ideen sammeln, so dass ein neuer Schwung von motivierten Tourenführern entsteht. Wenn sich das interessant für Dich anhört, dann schreib mir doch ([familie@dav-loerrach.de](mailto:familie@dav-loerrach.de)) und ich lade Dich gerne zu diesem Treffen ein. PS: Du brauchst dafür keine DAV Ausbildung, jeder ist willkommen!

*Liebe Grüße, Eure Bernadette*



# LÖ bloc

DIE Boulderhalle

...mehr als Bouldern



LÖ Bistro



Training



Treff



und vieles mehr

Unsere **BESONDEREN**  
Preise für **DAV Mitglieder\***

Basic (18 +)	Ermäßigt* (18 +)	Jugendliche (10 - 17)	Behindertenausw. (3 +)	Kind (6 - 9)	Kleinkind (3 - 5)
<b>Tageskarte</b> *DAV (Lörrach u. Hochrhein)					
10,00 €	8,50 €	6,50 €	5,00 €	5,00 €	4,00 €
<b>Jahreskarte</b> *DAV (Lörrach u. Hochrhein)					
560,00 €	470,00 €	380,00 €	290,00 €	290,00 €	240,00 €
<b>Monatsabo</b> (Laufzeit 6 Monate) *DAV (Lörrach u. Hochrhein)					
56,00 €	47,00 €	38,00 €	29,00 €	29,00 €	24,00 €
<b>Monatsabo</b> (Laufzeit 3 Monate) *DAV (Lörrach u. Hochrhein)					
65,00 €	55,00 €	44,00 €	34,00 €	34,00 €	28,00 €
<b>10+1 Karte</b> *DAV (Lörrach u. Hochrhein)					
100,00 €	85,00 €	65,00 €	50,00 €	50,00 €	40,00 €

LÖ bloc – DIE Boulderhalle

Im Fallberg 6 • 79639 Grenzach-Wyhlen

+49 (0)7624 – 80 999 70 • [www.loebloc.de](http://www.loebloc.de)

## Programm der Familiengruppe 2/2021

### Leiterin der Familiengruppe

Bernadette Abele, familie@dav-loerrach.de,

Telefon 07623/467 68 53

**Hinweis:** Sowohl bei den geführten Touren als auch bei den Gemeinschaftstouren der Familiengruppe haben die Eltern die Aufsichtspflicht über die eigenen und für die von ihnen eingeladenen Kinder.



Familiengruppe  
Lörrach

02.07.2022

### Klettersteig Braunwald – Klettersteigtour über die Eggstöcke

Der Klettersteig hat 3 Abschnitte, nach jedem ist ein Ausstieg.

Die ersten beiden Abschnitte sind für Kinder ab 9 gut geeignet.

Der dritte Abschnitt wird nur auf Teilnehmerwunsch gemacht.

**Hinweise:** Nur für Kinder in Begleitung eines Erziehungsberechtigten.

**Bewertung:** Bewertung: Schwierigkeit erster Teil KS3, zweiter Teil KS4, dritter Teil KS5; Gz: Gehzeit ca. 5-6 Stunden; TZ max. 8 Personen

TF: Michael Hahn, Sebastian Hahn

**Anmeldung:** bei Michael Hahn, hahn.davloerrach@gmail.com, Tel. 07622/63586

Tournr. T142

09.07.2022 -  
18.07.2022

### Die Sextner Dolomiten

Klettersteige zum Teil auf alten Kriegspfaden der Dolomitenkriege des 1. Weltkrieg. Wir durchwandern den Großteil der Sextner Dolomiten.

**Ort:** Dolomiten

**Bewertung:** Klettersteige bis zur Einstufung D; Gz: Gehzeit bis zu 9 Stunden pro Tag; TZ max. 6 Personen

**Voraussetzungen:** Teilnehmer müssen Klettersteigerfahrung haben und mit Michael Hahn schon einmal eine Tour mitgemacht haben

**Vorbesprechung:** Termin wird noch bekannt gegeben.

TF: Michael Hahn

**Anmeldung:** - 28.02.2021 bei Michael Hahn, hahn.davloerrach@gmail.com, Tel. 07622/63586

29.07.2022 -  
31.07.2022

### Göscheneralp

Und weil es so schön war beim letzten Mal: Zelten und Wandern in der wildromantischen Göscheneralp mit viel Wasser, schönen Blumen, Heidelbeeren und Lagerfeuer.

**Hinweise:** Findet nur bei gutem Wetter statt (ansonsten Terminverlegung unter Absprache der Teilnehmer)

**Voraussetzungen:** Da wir uns den ganzen Tag Zeit für die Wanderung nehmen und viele Pausen einlegen werden, ist die Wanderung für trittsichere Kinder ab etwa 4 Jahren geeignet.

TF: Bernadette Abele

**Anmeldung:** bei Bernadette Abele, familie@dav-loerrach.de, Tel. 07623/4676853

09.10.2022

### Geocaching mit Familien

Und wieder wollen wir uns auf Schatzsuche begeben und irgendwo in der Region, wo genau wird noch bekannt gegeben, gemeinsam einen Geocache suchen. Was haltet ihr davon, unseren ersten eigenen „DAV Lörrach“ Cache zu platzieren? Wer ist alles dabei?

Gz: Gehzeit ungefähr 3 Stunden

**Voraussetzungen:** Nicht kinderwagen-, aber kindertauglich (ab ca. 4 Jahren)

TF: Matthias Abele

**Anmeldung:** bei Matthias Abele, abele13@web.de, Tel. 07623/4676853

11.12.2022

**Kleine Wanderung und Nikolausfeier**

Nachmittägliches Treffen der Familien an einer Hütte/Lagerfeuerplatz in der Nähe. Wenn alle brav waren, kommt der Nikolaus. Weitere Infos über die Homepage und per E-Mail. Offen für die gesamte Sektion und Gäste!

**Anmeldung:** bei Bernadette Abele, familie@dav-loerrach.de, Tel. 07623/4676853

**Training Familien**

Jeden  
2. Sonntag  
im Monat

**MaPa-Klettern**

Klettertreff für Familien mit Kleinkindern. Der Fokus liegt auf dem Klettern von den Mamas und Papas.

**Voraussetzungen:** Selbständiges Klettern

**TF:** Markus Bähr (markus\_baehr@web.de), Naomi Walz

**Anmeldung:** nur über die Homepage

**Ein halber Tag****Sicherungskurs in der Halle: Eltern sichern ihre Kinder**

Ihr wollt gerne mit euren Kindern klettern gehen, seid aber etwas aus der Übung und wollt Euch sicher gehen, dass ihr alles richtig macht beim Sichern? Dann seid dabei beim Grundlagenkurs "Eltern sichern ihre Kinder" in der Halle!

**TF:** Naomi Walz, naomiwalz@yahoo.de

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Genauer  
Termin wird  
via Homepage  
bekannt gegeben

Anzeige



Spiel und Spaß  
auf 2.500 m<sup>2</sup>

IMPULSIV

KINDERLAND



Weil

Freizeitcenter impULSIV Weil

Baslerstrasse 45 | 79576 Weil am Rhein | [www.impulsiv-weil.de](http://www.impulsiv-weil.de)



Trotz Pandemie sehr viel unterwegs,

**glücklich**  
und entspannt!





**Wie haben sich die Senioren gefreut, als das gemeinsame Wandern wieder möglich wurde. In Kleingruppen von maximal 10 Personen, wurde versucht, eine bzw. zwei Touren anzubieten.**



Winterwanderung Bernau



Schneeschuhtour Hochkopf



Herzogenhorn



Bernau Hochtal

**D**ie Schneeschuhtourer haben sich gefreut, dass es Anfang des Jahres noch reichlich Schnee gab und fünf Schneeschuhtouren durchgeführt wurden. Ausserdem fanden zwei Winterwanderungen statt.

In den Monaten Januar bis März waren Michaela und ich immer wieder gefordert. Wir hatten

gehofft, dass der Schnee bis Ende März für Schneeschuhtourer und Winterwanderer ausreichen würde. Leider kam es nicht so! Deshalb wurde zu der im Programm vorgesehenen Wanderung eine zweite angeboten.

Auf unsere Tourenführer\*innen ist stets Verlass. Eine E-Mail reichte, und ruck zuck hatte sich jemand gemeldet und eine zweite Wanderung angeboten.



Welschberg Jura



Zeller Blauen

Michaela und ich haben uns sehr gefreut, dass wir 6 neue Tourenführer\*innen gewinnen konnten. Einige haben schon in der ersten Hälfte 2022 schöne Wanderungen angeboten und durchgeführt.

Vielleicht hat der/die eine oder andere Lust, auch einmal eine Wanderung zu organisieren. Einfach bei uns melden. Wir werden euch bei Problemen immer unterstützen.

Zum Schluss möchte ich mich bei den Tourenführer\*innen bedanken für ihr Engagement und die tatkräftige Mithilfe bei der Zusammenstellung des neuen Tourenprogramms, das sich wieder sehen lassen kann.

Viele Grüße und ein gesundes zweites Halbjahr 2022 wünscht Euch

*Bernd Klar*

## Beim Frühlingsfest der Senioren



# Der alte Baum ...

(nach dem Song „Der alte Wolf“ von Hildegard Knef)

Der alte Baum wird langsam grau,  
Er kennt die Jahreszeiten alle sehr genau.  
Den alten Baum erfasst der Groll,  
Er hat vom Klimawandel schon die Schnauze voll.

Der alte Baum wird immer grauer,  
Er liebt das Wasser und den kalten Regenschauer.  
Dem alten Baum, dem ist jetzt klar,  
Dass Vieles nicht mehr so ist wie es einmal war.

Doch die Natur erkennt in dem uralten Spiel,  
Auch ein alter Baum kommt noch manchmal ans Ziel  
Und schmückt er sich gar noch mit lindgrünen Blättern,  
Beschreibt die Natur ihn mit kunstvollen Lettern.

Der alte Baum mit grünem Kleid,  
Trotz grauer Rinde tut er uns nicht mehr so leid.  
Der alte Baum sucht wieder Glück  
Und kommt zur Blütezeit in die Natur zurück.

Denn die Natur erkennt in dem uralten Spiel,  
Auch ein alter Baum kommt noch manchmal ans Ziel.  
Und schmückt er sich gar mit lindgrünen Blättern,  
Beschreibt die Natur ihn mit kunstvollen Lettern.

Der alte Baum ist lang schon grau,  
Er kennt die Jahreszeiten alle sehr genau.  
Der alte Baum, mit leisem Groll,  
Summt mit dem Regenwind die Melodie in Moll –  
Summt mit dem Regenwind die Melodie in Moll.

Alfred Ettrich

Anzeige

The advertisement shows a bottle of wine on the left and a green sign on the right. The bottle label reads: "R. V. S. E. R. CUTE DEL RADISCHER LANDWEIN HANDELSREI 1970". The sign on the right contains the following text:

R. V. S. E. R.  
WEINBAU  
R. V. S. E. R.  
LANDWEINE  
AVS  
LÖRRACH  
TÜLLINGEN  
WWW.WEINBAU-R.VS.E.R.DE  
07621-47620  
MO-DO-17-11 UHR  
FR-11-11 UHR  
SA-7-12 UND 11-12 UHR

## Programm der Senioren 2. Halbjahr 2022

**Anmeldung:** Zu Tagestouren bitte am Tag zuvor zwischen 17 und 19 Uhr beim Tourenführer anmelden. Änderungen werden zwischen Freitag und Dienstag vor der Tour in den Zeitungen „Die Oberbadische“ und „Badische Zeitung“ bekannt gegeben.

**Soweit nicht anders angegeben, handelt es sich bei den Seniorenwanderungen um Führungstouren (Details siehe Rubrik „Infos zur Mitgliedschaft“ in diesem Heft).** Bei schlechtem Wetter wird, wenn möglich, eine leichtere Ersatztour durchgeführt.

**Abkürzungen:** Gz: Gehzeit (Zeitangaben beziehen sich auf die reine Gehzeit); Hm: Höhenmeter im Aufstieg, TZ: Teilnehmerzahl

**Leiter der Seniorengruppe**  
Bernd Klar  
Tel. 07621/71634  
senioren@dav-loerrach.de

**Programmgestaltung**  
Michaela Horn  
Tel. 07623/3497  
michaela.dav@icloud.com

06.07.2022

### Auf den König des Entlebachs

Von Luthern Bad mit seiner Wallfahrtskirche und der Kraftquelle Badbrünneli mit dem heilenden Wasser geht es heute hoch hinauf auf die Aussichtswarte Napf. Der kreisförmige, etwa 25 km messende Hügelzug des Berges prägt im erheblichen Ausmaß die Landschaften von Emmental und Entlebuch. Er besteht hauptsächlich aus Nagelfluh, einem Erosionsprodukt der Alpenabtragung. Es ist ein Konglomerat aus Gestein und Bindemittel, das Flüsse hier ablagerten.

Luthern Bad 873 m, Änzisattel 1195 m, Napf 1406 m, Hängst 1372 m, Änzi Wald, Luthern Bad

**Gz:** 5 h (750 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hans Eichacker, Christa Vischer

**Anmeldung:** bei Hans Eichacker, Tel. 07621/688087

06.07.2022

### Zu den wilden Zweribachwasserfällen

Durch mystischen Bannwald über steile und steinige Pfade wandern wir zu den Wasserfällen, wo nach imposanten Ausblicken ins Wildgutach- und Simonswäldertal das Wasser mit voller Wucht über drei Stufen 40 Meter in die Wilde Gutach stürzt. Eiszeitliche Vergletscherung ließ hier besonders steile Karwände entstehen. In das mit über 300 Meter Tiefe markanteste dieser Kare stürzen sich hier die Wasser hinab. St. Märgen 880 m, Rankmühle, Bannwald Zweribach, Hirschbachfälle, Kapfenkapelle, St. Märgen

**Gz:** 4½ h (520 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Martin Reiner

**Anmeldung:** bei Martin Reiner, Tel. 07621/12569

13.07.2022

### Abenteuerliche Wanderung über dem östlichsten Juraausläufer

Vor den Toren Zürichs steht der lange Bergrücken des Lägeren einsam in der Landschaft. Er ist die östlichste Erhebung des Faltenjuras und eine von weitem gut erkennbare Gestalt. Dank der Einmaligkeit seiner Tier- und Pflanzenwelt ist er zu einem Waldreservat erklärt worden.

Wettingen 382 m, Buck 629 m, Burghorn 859 m, Lägern 866 m, Chrummorge 595 m, Mooshalde 481 m, Wettingen

**Bewertung:** T2 - T3; **Gz:** 6 h (700 Hm, 17 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Der teilweise sehr schmale Lägerengrat verlangt Trittsicherheit und kann bei Nässe unangenehm sein.

**Org.:** Hansjörg Roeßner

**Anmeldung:** bei Hansjörg Roeßner, Tel. 07621/63905

13.07.2022

**Im Hotzenwald, wo die Seelen von Moosteufeln wohnen**

Schwarzwald naturnah und ursprünglich: Durch die pittoreske, einzigartige Höllbachschlucht wandern wir heute auf die Hochfläche des Hotzenwaldes am Rand des Albts. Hier wird man verwöhnt mit überdurchschnittlich vielen Sonnenscheinstunden. In einigen Hotzenwaldsagen kommen Riesen und Moosteufel vor. Vielleicht erspähen wir sie?

Görwühl 675 m, Höllbachwasserfall 584 m, Strittmatt 930 m, Stellebühl 777 m, Fuchsrütte, Görwühl

**Gz:** 4½ h (430 Hm, 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Roswitha Endlicher

**Anmeldung:** bei Roswitha Endlicher, Tel. 07622/6882206

20.07.2022

**Enzian, Flühblume und Soldanelle auf der Musenalp**

Es gibt Menschen, die wollen am liebsten garnicht mehr hinunter, wenn sie es erst mal hier herauf geschafft haben. Natur mit Vollaustattung - hier gibt es das noch, soweit die Füße tragen. Und herrlichen Alpkäse noch dazu. Nichts wie hinauf!

Niederrickenbach Bergstation 1156 m, Chästrägerweg, Musenalp 1755 m, Bärenfallen 1579 m, SAC Brisenhaus 1753 m, Bergstation

**Bewertung:** T2 bis T3; **Gz:** 5 h (800 Hm, 11 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Heike Bitzer

**Anmeldung:** bei Heike Bitzer, Tel. 07621/170880

20.07.2022

**Gämsen und Eisenhut im stillen Tal auf dem Weg zum Feldberg**

Mit etwas Glück sehen wir heute auf unserer Wanderung Gämsen an den Hängen des St. Wilhelmer Tals hier im Biosphärengebiet. Früher war vor Ort eine Klosteransiedlung, heute ist es noch ein relativ idyllisches und stilles Schwarzwalddtal abseits vom Touristenrummel und Durchgangsverkehr. Der Katzensteig aus dem Tal zum Stübenwasen wurde im Mittelalter von den Freiburgern benutzt, um auf Eseln und Maultieren Silber in die Münze nach Basel zu transportieren. Der Weg durchs Rheintal war zu gefährlich. Überall wuchsen auch große Mengen der giftigsten Pflanze Mitteleuropas, des Blauen Eisenhuts. Man nannte ihn früher nicht zu Unrecht "Wolfstöter".

St. Wilhelmer Tal 813 m, Gasthaus Napf, Hüttenwasen, Feldberg 1493 m, St. Wilhelmer Hütte, St. Wilhelmer Tal

**Gz:** 4 h (700 Hm, 10 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Adelheid Kimmich, Wolfgang Beck

**Anmeldung:** bei Adelheid Kimmich, Tel. 07621/5825770

27.07.2022

**Emmental, Schweiz wie aus dem Bilderbuch**

Liebliche Hügel, schroffe Täler, grüne Wiesen, wilde Wasser, hier im Emmental, auch "Hogerland" genannt, ist das alles und noch viel mehr vorhanden und wartet darauf, von uns entdeckt zu werden. Und hier ist natürlich die Heimat des weltbekannten Emmentaler Käses mit seinen vielen Löchern!

Eggiswil 740 m, Pfyffer 1280 m, Chäserenegg 1260 m, Eggiswil

**Gz:** 5 h (600 Hm, 16,5 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Bernd Klar

**Anmeldung:** bei Bernd Klar, Tel. 07621/71634

27.07.2022

**Grandiose Aussichten vom Menzenschwander Panoramaweg**

Auf den Hochlagen bei Bernau und Menzenschwand wandert es sich immer wieder ganz wunderbar. Und die Ausblicke erfreuen und erwärmen unser Herz! Ein guter Platz für Sonnenhungrige und Genußwanderer!

Wanderparkplatz Menzenschwand 880 m, Panoramaweg 1224 m, Menzenschwander Wasserfall 913 m, Parkplatz

**Gz:** 3 h (200 Hm, 9 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Jarek Monkiewicz

**Anmeldung:** bei Jarek Monkiewicz, Tel. 07623/59554

03.08.2022

**Berggenuß auf dem Höhenweg am Üschenengrat**

Heute können wir eine überaus beglückende Rundwanderung genießen. Vom immer über 2000 m verlaufenden, mit Schafweiden und Felsbändern durchsetzten Üschinengrat haben wir grandiose Fernsicht auf die Schweizer 4000er: Firngleibende Kuppen, schroffe Wände, weite, tiefe Blicke. Wohltuend sind Stille und Einsamkeit hier oben. So eine grandiose Natur!

Kandersteg Bergstation Sunnbüel 1930 m, Üschenengrat, Wyssi Flue 2471 m, Schwarzgrätli 2382 m, Berghotel Schwarenbach 2060 m, Bergstation

**Hinweise:** Seilbahn retour Gruppe ab 10 Personen 28,80 sfr., sonst 36,00 sfr.

**Bewertung:** T3; Gz: 6 h (730 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Dorothee Rapp

**Anmeldung:** bei Dorothee Rapp, Tel. 07621/84179

03.08.2022

**Panoramablicke von der Sissacher Flue**

Imposant und mächtig thront die Sissacher Flue als Wahrzeichen über dem Tal. Der Ausblick von dieser Felsenkanzel ist grandios. Die Sicht reicht von den Vogesen über die Jurakette bis hin zu den Alpen. Auf unserer Wanderung liegen noch weitere Jurakämme und Fluen, sowie die Ruinen Bischofsstein und Itkon, die wir besuchen werden.

Sissach 455 m, Sissacher Flue 702 m, Ruine Bischofsstein 695 m, Böckerflue 740 m, Isletenebeni, Sissach

**Gz:** 4½ h (450 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Adelheid Kimmich, Wolfgang Beck

**Anmeldung:** bei Adelheid Kimmich, Tel. 07621/5825770

09.08.2022 -  
10.08.2022**2-tägige Bergwanderung im Engelberger Tal**

Vom Bergwandern zum Bergsteigen: Um die Ruggubelhütte kommt man mit Firnfeldern und steilem Geröll in Berührung. Der Wissigstock ist der überragende Aussichtswandergipfel im Engelberger Tal. Auf dem geräumigen Gipfeldach ist die Rundsicht erstaunlich: Die gesamten Urner Alpen werden von den Berner 4000-ern weit überragt und es eröffnet sich mit dem gleißenden Weiß der Firne und dem Grau der Geröllwüsten eine andere Welt.

1. Tag: Chrüzhütte 1718 m, Chaiserstuel 2400 m, Rot-Grätli 2544 m, Wissigstock 2887 m, Ruggubelhütte 2296 m

2. Tag: Ruggubelhütte 2296 m, Brunnihütte 1867 m, Walegg 1900 m, Chrüzhütte 1718 m

**Hinweise:** Übernachtet wird auf der schön gelegenen Ruggubelhütte, 2296 m hoch über Engelberg in Mehrbettzimmern.

**Bewertung:** T3 Höchster Punkt 2887 m; Gz: 1.Tag:7 h (+1250 Hm, -850 Hm, 14 km)/2.

Tag:6 h (+520 Hm, -950 Hm, 15 km); **TZ** begrenzte Teilnehmerzahl! Teilnahmegebühr pro Tag und Person 10 Euro

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich!

**Org.:** Hans Eichacker, Christa Vischer

**Anmeldung:** bei Hans Eichacker, Tel. 07621/688087

10.08.2022

**Wanderung durch die Ravennaschlucht**

Heute wollen wir durch eine legendenumwobene Schlucht an Kaskaden, Stromschnellen und Wasserfällen vorbei zu den ältesten Kapellen und Kirchen der Gegend wandern.

Hinterzarten Bahnhof 881 m, Ravenna-Schlucht 855 m, Steinhäusle 1002 m, Hinterzarten

**Gz:** 5 h (420 Hm, 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hildegard Hiemer

**Anmeldung:** bei Hildegard Hiemer, Tel. 07627/972124



10.08.2022

**Weit über den Ebenen und Fluren**

Der Passwang ist ein Bergkamm im solothurnischen Jura zwischen Mümliswil um Süden und Reigoldswil im Norden. Dort sind wir auf der ersten Jurakette und genießen einen grandiosen Ausblick ins Mittelland und auf den Alpenbogen aber auch nach Norden zu Belchen und Feldberg.

Parkplatz Passwang-Pass 940 m, Chellenchöpfli 1159 m, Wasserfallen 954 m, Vogelberg 1204 m, Passwang Parkplatz

**Gz:** 4½ h (500 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl

**Org.:** Franz Mydla

**Anmeldung:** bei Franz Mydla, Tel. 07621/63821

17.08.2022

**Der Tüfel in der Waldschlucht**

Natürlich, strahlend, schön: Das hier vorliegende Relief des Faltenjuras, der mehrere hintereinanderliegende, durch Verwerfungen, Überschiebungen und Erosion untergliederte Bergketten umfasst, wird durch den Cholersbach entwässert. Er hat in seinem unteren Streckenabschnitt über Jahrmillionen die pittoreske Teufelschlucht gebildet. Wir steigen in vielen Windungen über Brücken und Stege vorbei an Höhlen und Klüften dort hinauf. Wo einst eine wilde Teufelschar ihr Unwesen getrieben haben soll, läuft heute ein gut ausgebauter Wanderweg. Schließlich erklimmen wir noch die Belchenflue mit ihrer Aussicht, die ihresgleichen sucht.

Hägendorf 440 m, Allerheiligenberg 886 m, Gwidemhöchi 998 m, Belchenflue 1099 m, Homberg 894 m, Gönn 662 m, Hägendorf

**Gz:** 5½ h (770 Hm, 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl

**Org.:** Elfriede Wahl, Mechthild Rosenkranz

**Anmeldung:** bei Elfriede Wahl, Tel. 07621/8117

17.08.2022

**Zu einem der größten Seen des Schweizer Mittellands**

Der Baldegger See ist das größte Schutzgebiet von Pro Natura in der Schweiz. Er ist ein Hotspot der Biodiversität, ein weitgehend unverbauter Mittellandsee mit natürlichen Ufern und einem vielfältigen Lebensraum für Pflanzen und Tiere.

Baldegg 450 m, Gelfingen, Schloss Heidegg 475 m, Wolfetschwil, Rinderweid 521 m, Baldegg

**Gz:** 4 h (100 Hm, 15 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Wolfgang Kinzinger

**Anmeldung:** bei Wolfgang Kinzinger, Tel. 07621/69288

24.08.2022

**Zur Klippe Sommetres über der Schlucht des Doubs**

Der Ausblick vom Sommetres über die gewellte Hügellandschaft der Freiberge und hinab in das romantische, tief eingeschnittene Tal des Doubs ist gewaltig und sucht im Jura seinesgleichen! Er fällt als schmale, steile Klippe ins Tal ab und so genießen wir den weiten Blick. Was viele nicht wissen, ⅔ des Juras liegen in Frankreich und sind uns völlig unbekannt, nur ⅓ liegt in der Schweiz. Es gibt also noch viel zu entdecken in diesem einsamen, geheimnisvollen Waldgebirge.

Goumois 493 m, Doubschlucht 507 m, Sommetres 1079 m, Goumois

**Hinweise:** An der Gipfelhütte steht die exponierteste Toilette des Juras!

**Gz:** 5 h (650 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Etwas Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Michaela Horn

**Anmeldung:** bei Michaela Horn, Tel. 07623/3497

24.08.2022

**Wir haben es heute wunderschön auf dem Schluchtensteig**

Heute wandern wir auf einem Teilstück des Schluchtensteigs beim Domstädtchen St. Blasien; nicht durch das Auenland, aber durch das Muchenland hinab in die Windbergschlucht immer auf einer Höhe von 1000 m. Schmale Pfade führen durch die Schlucht und wir beobachten das Wasser auf seinem Weg hinab ins Tal, wo sich ein großer und viele kleine Wasserfälle gebildet haben.

St. Blasien 766 m, Windbergschlucht 845 m, St. Blasien

**Gz:** 4 ½ h (520 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Roswitha Endlicher

**Anmeldung:** bei Roswitha Endlicher, Tel. 07622/6882206

31.08.2022

**Schwefelwunderwasser im Biosphärengebiet Entlebuch**

Vorbei an der alten Schwefelquelle von Schimbrig Bad mit seinem speziellen Geruch (dort gab es einst ein florierendes Kurhaus, das zweimal abgebrannt ist. Was so stinkt, muss doch Wirkung haben!?) erreichen wir nach etwas ruppigem Aufstieg den Gipfel des Schimberig. Dort genießen wir die herrliche Aussicht aufs Entlebuch, den Pilatus und die Berner Alpen. Steil hoch, aber jetzt gehts gemütlich runter und zurück.

Brüederesagi Parkplatz 1016 m, Stettli 1396 m, Schimberig Bad 1426 m, Schimberig 1817 m, Chnubelalp 1232 m, Älleggbach, Parkplatz

**Hinweise:** Vielleicht trauen wir uns und nehmen einen Schluck des heilenden Quellwassers!?

**Bewertung:** T2 bis T3 ; Gz: 5 ½ h (850 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich!

**Org.:** Hansjörg Roeßner

**Anmeldung:** bei Hansjörg Roeßner, Tel. 07621/63905

31.08.2022

**Kneippen oder Kneipen, was ist schöner? Once again!**

Bisher immer ein großer Knaller, darum dieses Jahr auf vielfachen Wunsch wiederholt: Das ganzheitliche Naturverfahren der fünf Elemente Sebastian Kneipps dient der Gesundheit und Erholung! Der Kneipp-Wanderzirkel bietet alle Voraussetzungen dafür. In großartiger Landschaft wandern wir von einer Wellness-Station zur anderen und bringen Körper, Geist und Seele in Einklang.

Wieden 828 m, Rüttener Höhenweg 1122 m, Wiedener Eck 1035 m, Lourdesgrotte, Wieden

**Hinweise:** Wenn uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung macht, müssen wir zu inneren Anwendungen in verschiedene Kneipen ausweichen!

**Gz:** 4 ½ h (420 Hm, 13 km) + Kneippanwendungs-Zeitdauer; **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hildegard Hiemer

**Anmeldung:** bei Hildegard Hiemer, Tel. 07627/972124

07.09.2022

**Auf das Schnebelhorn bei Zürich**

Das Schnebelhorn ist der höchste Berg des Kantons Zürich. An klaren Tagen kann der Blick bis Eiger, Mönch und Jungfrau schweifen. Die Berge im Tösstal bestehen größtenteils aus Nagelfluh, scherzhaft auch "Herrgottsbeton" genannt, welcher auf unserer Tour immer wieder zu sehen ist. Nagelfluh ist ein geologisch junges Gestein (10 bis 30 Millionen Jahre alt), entstanden aus Geröllen und Flussskiesel, also dem Erosionsmaterial der Alpen und aus Moränen von Gletschern.

Steg im Tösstal 695 m, Vorderegg 827 m, Hirzegg 1088 m, Schnebelhorn 1292 m, Tierhag 1141 m, Sennhütte 1028 m, Steg

**Bewertung:** T2 bis T3; Gz: 6 h (740 Hm, 18 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Martin Reiner

**Anmeldung:** bei Martin Reiner, Tel. 07621/12569

07.09.2022

**Eine Erfrischung für Herz und Seele**

Heute sind wir auf Wildpfaden im Münstertal unterwegs. Es geht auf wurzeligen Pfaden nördlich vom Münstertal bergauf zu den Resten der Rödelsburg. Danach wandern wir wieder abwärts, entlang mehrerer Weiher vorbei an lauschigen Plätzchen zum munter plätschernden, kühlen Riggenbach. Nachdem wir zurück durchs Münstertal geschlendert sind, erfahren wir noch einiges über den dortigen Bergbau im Mittelalter. Außerdem können wir dem Kloster St. Trudpert einen Besuch abstatten.

Münstertal 525 m, Rödelsburg 773 m, Riggenbach, St. Trudpert, Münstertal

**Gz:** 4 h (410 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Mechthild Rosenkranz, Elfriede Wahl

**Anmeldung:** bei Mechthild Rosenkranz, Tel. 07621/18812

14.09.2022

**Zu Gast bei den Gastlosen**

Wir hoffen, die Berge zeigen sich heute gastlich bei unserer Rundwanderung um die Gastlosen, die sich mit ihren zerklüfteten, imposanten Zähen und den über 300 m hohen senkrecht aufragenden Felswänden weit über das Tal erheben. In Punkto Geologie und Flora sucht man lange, bis man Ihresgleichen findet. Ein Erlebnis fürs Leben!

Muserbergli 1568 m, Wolfsort 1915 m, Grat 1641 m, Muserbergli

**Bewertung:** T2 bis T3; **Gz:** 5 h (670 Hm, 11 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Dorothee Rapp

**Anmeldung:** bei Dorothee Rapp, Tel. 07621/84179

Anzeige

# Autoservice vom Profi



- Inspektion nach Herstellervorgabe
- Achsvermessung
- Bremsen-Service
- Öl-Service
- Hauptuntersuchung\*
- Unfallinstandsetzung
- Glasreparatur
- Einlagerung
- und vieles mehr

\* Auch Sondereintragungen nach § 19 Abs. 3 StVZ. Prüfung durch externe Prüfengeure der amtlich anerkannten Überwachungsorganisationen.

**Stefan Held GmbH**

Wölblinstraße 76 · 79539 Lörrach

Telefon: 07621/45088



14.09.2022

**Auf dem Felsenweg zum Hohneck**

Hoch über dem Munstertal führt diese aussichtsreiche Elsass-Wanderung auf den dritthöchsten Vogesengipfel vorbei an einladenden Fermes zu dramatisch steilen Felsabschnitten und Geröllhalden. Stramm marschieren wir heute auf breiten Waldpfaden, aber auch auf schmalen, mit einem Stahlseil gesicherten Felsenwegen. Hier bedarf es Konzentration und etwas Trittsicherheit. Und immer wieder ergeben sich spektakuläre Aussichten über die Weiten der Vogesen.

Col de la Schlucht 1130 m, Felsenweg 800 m, Ferme Frankenthal 1030 m, Hohneck 1366 m, Ferme des Trois Furs, Col de la Schlucht

**Bewertung:** T2 bis T3; Gz: 5 h (600 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Bernd Klar

**Anmeldung:** bei Bernd Klar, Tel. 07621/71634

21.09.2022

**Felsentour im Schwarzwälder Elztal**

15 Kilometer nördlich von Freiburg breitet sich das grüne, blütenreiche Elztal aus. Mit stattlichen Bauernhöfen an den Hängen zieht sich dieses Kleinod malerisch nach Nordosten. Wie ein Turm lugt der Huberfelsen über die Baumwipfel. Links und rechts verlieren sich zahlreiche Hügel- und Bergkuppen im Dunst. Der Alltag ist ganz weit weg!

Oberprechtal Dorf 457 m, Huberfelsen 760 m, Prechtaler Schanze 836 m, Oberprechtal Dorf

**Gz:** 5 h (600 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Wolfgang Lorenz

**Anmeldung:** bei Wolfgang Lorenz, Tel. 07623/61896

21.09.2022

**Am einsamen Ursprung der Mosel**

Die Mosel entspringt in den Südvogesen auf 715 m Höhe am Col de Bussang. Von dort geht es durch dunkle Wälder hinauf zum aussichtsreichen Gipfel des Drumont. Es folgt ein beeindruckender Marsch durch weitere Wälder auf dem Vogesenhochkamm, um schließlich auf wunderschönen Wegen wieder abzusteigen zur Ferme Auberge Gustiberg.

Source de la Moselle 715 m, Le Drumont 1200 m, Tete de Fellingier 1223 m, Aire d'Urbes, Source de la Moselle

**Gz:** 5½ h (850 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Siegfried Zettel, Regina Stephinger

**Anmeldung:** bei Siegfried Zettel, Tel. 07628/95276

28.09.2022

**Ein herrausragendes Ziel: Der Petit Ballon**

Unser Ziel heute ist einer von fünf Bergen in unserer Gegend mit dem Namen Belchen: Der Petit Ballon. Wir wandern heute eine herbstliche Vogesenrunde mit unglaublich schönem Panorama in Sichtweite des Grand Ballons. Dessen markante Radarkuppel ist von unserem Weg gut zu sehen.

Wasserbourg 507 m, Petit Ballon 1272 m, Wasserbourg

**Gz:** 5 h (700 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Jarek Monkiewicz

**Anmeldung:** bei Jarek Monkiewicz, Tel. 07623/59554

Anzeige



# FERNSICHT

**zickenheiner**

Freude am Sehen.

Zickenheiner Optik GmbH · Turmstraße 4 · D-79539 Lörrach  
Tel. +49(0)76 21.9 24 50 · [info@zickenheiner-optik.de](mailto:info@zickenheiner-optik.de) · [www.zickenheiner-optik.de](http://www.zickenheiner-optik.de)

**28.09.2022****Im Schatten des Belchens**

Wir wandern heute auf den Rollspitz, wo sich ein Stück unterhalb des Gipfels der Startpunkt einer ehemaligen rassigen Skipiste nach Wieden befindet. Das ehemalige Lifthäuschen ist noch zu bewundern. Eigentlich liegen alle anderen Berge rund um den Belchen in seinem "Schatten", er ist halt der berühmteste und am meisten besuchte. Und keiner ist so majestätisch, geheimnisvoll und aussichtsreich wie letzterer. Deswegen können wir etwas abseits von diesem vielbesuchten Gipfel auf unserer heutigen Tour auch Einsamkeit erwarten!?

Aitern Parkplatz "Auf den Winden" 836 m, Hinterer Berg 1060 m, Tannenboden 990 m, Rollspitzsteig, Rollspitz 1236 m, Wagneln 1080 m, Rheinfeldner Hütte 1040 m, Lauterbach 850 m, Parkplatz

**Gz:** 4 ½ h (530 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Joachim Duttlinger

**Anmeldung:** bei Joachim Duttlinger, Tel. 07621/706575

**05.10.2022****Auf den König des Schwarzwaldes**

Auf dem zum schönsten Wanderweg 2020 gekrönten Genießerpfad "Belchensteig" sind wir heute unterwegs. Der Belchen ist eigentlich der schönste Schwarzwaldgipfel: Mystisch, geheimnisvoll und wunderschön, mit grandioser allumfassender Fernsicht. Er sucht wirklich Seinesgleichen!!! Wenn er nur deswegen nicht immer so überfüllt wäre! Alles was hatschen kann, besucht vor allem im August seinen Gipfel; mit Badeschlappen, Stöckelschuhen, aber auch oft mit Wanderstiefeln, so wie es sich eigentlich gehört. Trotzdem erliegen auch wir ganz süchtig seiner Faszination. Es zieht uns immer wieder dort hinauf.

Multen 1087 m, Lückle, Wiedener Eck 1047 m, Heidstein 1159 m, Krinne, Belchen 1414 m, Belchenhaus, Böllener Eck, Multen

**Gz:** 5 h (620 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Dorothee Rapp

**Anmeldung:** bei Dorothee Rapp, Tel. 07621/84179

**05.10.2022****Jubiläumspfad Laufenburg: Zwei Länder - eine Stadt!**

Grenzüberschreitend machen wir heute Bekanntschaft mit dem deutschen und dem schweizerischen Teil Laufenburgs. Wir wandern auf einem Naturpfad mit 12 Stationen, tollen Aussichten und vielen Wundern der heimatlichen Natur.

Laufenburg 302 m, Andelsbachtal 330 m, Altholz Eichen, Laufenburg, Chaisterchopf/CH 496 m, Schwarzwaldblick, Neue Rheinbrücke, Laufenburg,

**Gz:** 4 h (300 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Joachim Duttlinger

**Anmeldung:** bei Joachim Duttlinger, Tel. 07621/706575

**12.10.2022****Unterwegs auf einem fast alpinem Felsenweg**

Unser heutiger aussichtsreiche Qualitätswanderweg führt von Oberried durch eine beeindruckende Felsenlandschaft in rund 1000 m Höhe hinunter in das ursprüngliche St. Wilhelmer-Tal. Der Weg wurde 2021 nach den Vorgaben des Deutschen Wanderverbandes e. V. zertifiziert. Wir genießen die Ruhe und die Panoramablicke auf Feldberg, Schauinsland, Stübenwasen und auch hinab ins Dreisamtal.

Oberried 454 m, Kleiner Luchsfelsen 870 m, Rappenfelsen 1047 m, St. Wilhelm 720 m, Hohe Brücke 619 m, mit Bus oder auf dem Historischen Wilhelmitenpfad zurück nach Oberried

**Gz:** 4½ h (570 Hm, 13 bzw. 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit erforderlich!

**Org.:** Martin Reiner

**Anmeldung:** bei Martin Reiner, Tel. 07621/12569

12.10.2022

**Mont Raimeux – die einsame Jurahöhe**

Eine Wanderung auf den Mont Raimeux, der der höchste Punkt des Kantons Jura ist, erweist sich als bestimmt nicht langweilig. Mal kraxelt man in der Schlucht, mal zieht man über die Juraweiden, mal wagt man einen Tiefblick in die Klus von Moutier, auf das es einem weich in den Knien wird. Hier spüren wir das wilde Herz des Schweizer Juras schlagen!

Moutier 536 m, Mont Raimeux 1302 m, Raimeux de Cremines 1118 m, Cremines, Belprahon, Moutier

**Gz:** 5 h (800 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Heike Bitzer

**Anmeldung:** bei Heike Bitzer, Tel. 07621/170880

19.10.2022

**Die Balzer-Herrgott-Runde**

Der Balzer Herrgott - eine Christusfigur, die in eine 300 Jahre alte Weidbuche eingewachsen ist - und die Hexenlochmühle: Zwei der berühmtesten Fotomotive des südlichen Baden-Württembergs sind auf dieser Wanderung vereint. Zusammen mit den tiefen Schluchten der Wilden Gutach und ihrer Seitentäler zeigt sich hier die ganze Schönheit des Schwarzwaldes: Wilde Natur, schmale Pfade, romantische Mühlen, gemütliche Dörfer und prächtige Aus- und Weitblicke auf sanfte Bergwiesen und dunkle Wälder.

Gütenbach 827 m, Mörderloch, Balzer Herrgott 899 m, Hexenlochmühle 671 m, Unteres Zinkhäusle 844 m, Gütenbach

**Gz:** 5 h (580 Hm, 16 km); **TZ** begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hans Eichacker, Christa Vischer

**Anmeldung:** bei Hans Eichacker, Tel. 07621/688087

19.10.2022

**Zu drei idyllische Vogesenseen und schönen Hochweiden**

Auf dieser aussichtsreichen Wanderung lernt man gleich drei idyllisch gelegene Vogesenseen kennen. Vom Lac Noir wandern wir, vorbei am Lac Blanc, hinauf zu einem Gebirgskamm, wo sich die Hautes Chaumes ausbreiten, einzigartige, inzwischen unter Naturschutz stehende Hochweiden. Nach dem Abstieg zum Lac du Forlet ist eine Einkehr in eine der urigen Ferme-Auberges nicht ausgeschlossen.

Lac Noir 953 m, Chateau Hans 1230 m, Soultzerer Eck 1307 m, Lac du Forlet 1067 m, Lac Noir

**Gz:** 3½ h (430 Hm, 9 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Regina Stephinger, Siegfried Zettel

**Anmeldung:** bei Siegfried Zettel, Tel. 07628/95276

26.10.2022

**Eine schöne Runde im Markgräflerland**

Hier in unserer näheren Heimat ist es immer wieder schön, besonders im Herbst, wenn die Blätter sich verfärben und die Natur sich ein letztes Mal furios in Szene setzt vor dem nahenden Winter!

Wollbach Sportplatz 292 m, Steinbüchle 423 m, Wittlingen 293 m, Weinberge bei Fischingen 382 m, Läufeberg 393 m, Egringen, Wollbach

**Gz:** 4 ½ h (340 Hm, 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Herta und Helmut Jakobi

**Anmeldung:** bei Herta und Helmut Jakobi, Tel. 07626/6993

**26.10.2022****Zum geheimnisvollen Druidinnenfels im Jura**

Hier auf der dritten Jurakette sagen sich Fuchs und Hase Gute Nacht. Sogar am Wochenende trifft man in dieser Gegend kaum einen anderen Wanderer an. Es gibt Orte, die entrücken einen mit ihrer Atmosphäre in sagenumwobene Sphären. Hier ist es der 33 Meter hohe Kalksteinmonolith "La fille de mai", die Maibräut. Er gleicht einer versteinerten Frauengestalt. Für die keltische Urbevölkerung verkörperte er einst die Landesgöttin Maia.

Pleigne 810 m, La fille de mai 807 m, Bourrignon 770 m, Les Mermets 870 m, Pleigne

**Gz:** 4½ h (450 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Jarek Monkiewicz

**Anmeldung:** bei Jarek Monkiewicz, Tel. 07623/59554

**02.11.2022****Auf den Schweizerischen "Hausberg" der Bad Säcking**

Heute wandern wir durch Wald und offenes Gelände, mit schönen Blicken nach Norden auf die deutsche Rheinseite und in den Hotzenwald, auf den sich wie der Rücken eines Dinosauriers südlich über Säcking erhebenden Schweizer Schinberg.

Laufenburg 309 m, Chaisterchopfhütte 484 m, Sulzerberg 510 m, Schinberg 723 m, Ittenthal 420 m, Kaisten, Laufenburg

**Gz:** 6 h (600 Hm, 20 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Eva Hecker

**Anmeldung:** bei Eva Hecker, Tel. 07761/8509

**02.11.2022****Bummeln und schlendern durch Reben und Wiesen**

Heute wollen wir genußvoll wandern im Markgräfler Land: Durch bekannte Orte, charaktervolle Dörfer und auf schmalen Pfaden durch urigen Wald mit immer wieder schönen Aussichten. Von Mühlheim geht es gemütlich durch den Eichwald ins Kurstädtchen Badenweiler mit der Burg "Baden", von wo wir einen herrlichen Rundblick haben. Durch das gepflegte, hübsche Örtchen Lippburg schlendern wir wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Mühlheim 274 m, Badenweiler 418 m, Sehringen 655 m, Alter Mann 610 m, Lippburg 399 m, Mühlheim

**Gz:** 4 h (450 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Roswitha Endlicher

**Anmeldung:** bei Roswitha Endlicher, Tel. 07622/6882206

**09.11.2022****Hoch über den Nebeln im Sonnenschein**

Heute erleben wir einen abwechslungsreichen Wandertag im Wasserfallengebiet. Wir kommen durch ruhige, noch sehr einsame Gebiete. Die Touren hier sind zu jeder Jahreszeit sehr lohnenswert. Vor allem der Herbst ist an Farbenpracht nicht zu überbieten. Schauen wir, was der Tag uns heute alles Schönes bringt!

Reigoldswil 517 m, Balsberg 772 m, Stierenberg 960 m, Passswang-Wasserfall 850 m, Reigoldswil

**Gz:** 4 ½ h (600 Hm, 14 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Franz Mydla

**Anmeldung:** bei Franz Mydla, Tel. 07621/63821

**09.11.2022****Das geheimnisvolle Auge des Feldberges**

Auf unserer herbstlichen Runde besuchen wir heute einige der Höhepunkte des ganzen Schwarzwaldes, den Feldberg und den scheinbar unergründlichen Feldsee, den größten Karsee des Schwarzwaldes. Er ist bis zu 35 m tief und steht unter Naturschutz. Die steilen Felswände südlich und westlich des Sees bilden eine imposante Kulisse.

Todtnauer Hütte 1306 m, Feldberg 1493 m, Zastler Hütte 1262 m, Baldenweger Hütte 1325 m, Feldsee 1106 m, Seebuck 1448 m, Todtnauer Hütte

**Gz:** 5 h (700 Hm, 15 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Heike Bitzer

**Anmeldung:** bei Heike Bitzer, Tel. 07621/170880



16.11.2022

**Traumhafter Schwarzwald am Schauinsland**

Am Schauinsland wurde 800 Jahre lang Silber, Blei und Zink abgebaut. Diese Zeiten sind aber vorbei. Das größte Silberbergwerk Süddeutschlands ist jetzt nur noch ein Museum. Jetzt wird das Geld vor allem durch die Touristen und Wanderer erwirtschaftet. Hoch über dem Rheintal kann man auf dem Hausberg der Freiburger abseits der Hauptwege aber noch viele einsame, aussichtsreiche Ecken finden. Heute steigen wir vom Gipfel hinunter ins Tal und fahren dann mit der Gondel wieder hinauf. Schauinsland Bergstation, Schauinslandturm 1284 m, Gieshübel 1069 m, Gerstenhalm, Horben, Talstation 470 m

**Gz:** 4½ h (-860 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Martin Reiner

**Anmeldung:** bei Martin Reiner, Tel. 07621/12569

16.11.2022

**In unserer Heimat ist es immer schön: Rund um Kandern**

Auf dem Zeit- und dem Planetenweg umrunden wir heute Kandern und genießen hoffentlich noch letzte herbstliche Sonnenstrahlen.

Kandern 358 m, Sausenburg 665 m, Sitzenkirch 417 m, Kandern

**Gz:** 3½ h (350 Hm, 12 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Adelheid Kimmich, Wolfgang Beck

**Anmeldung:** bei Adelheid Kimmich, Tel. 07621/5825770

23.11.2022

**Gipfelschau bei Todtnauberg**

Weit über dem Tal und den Herbstnebeln sind wir heute im hoffentlich gleißenden Sonnenschein bei stahlblauem Himmel unterwegs. Und weit gehen unsere Blicke über den Südschwarzwald und über den Schweizer Jura zur Alpenkette mit seinen 4000er Gipfeln. Bald bricht der Winter ein, und so können wir heute nochmals ausgiebig Sonne tanken und es uns gut gehen lassen.

Todtnauberg Ratschert 1156 m, Fatima Kapelle 1145 m, Berger Höhe, Stübenwasenkreuz 1388 m, Ratschert

**Gz:** 4 h (370 Hm, 11 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Dorothee Rapp

**Anmeldung:** bei Dorothee Rapp, Tel. 07621/84179

23.11.2022

**Schöne Aussichten ganz ohne Kraxeln in den Vogesen**

Eine rundum bequeme Wanderung, die wunderschöne Aussichten auf die umliegenden Vogesen bietet. Aber sie präsentiert auch einiges historisch Bemerkenswertes und lässt sich mit einem guten Glas Wein perfekt abschließen. Was will man mehr im Elsass?

Soultzmat 265 m, Val de Patre 385 m, Ohrschwih 275 m, Bollenberg 325 m, Soultzmat

**Gz:** 3½ h (260 Hm, 11 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Siegfried Zettel, Regina Stephinger

**Anmeldung:** bei Siegfried Zettel, Tel. 07628/95276

30.11.2022

**Heimatgeschichte zum Anfassen: Die Barockschanze Gersbach**

Die Schanze Gersbach war im frühen 18. Jahrhundert auf Grund ihrer strategischen Lage Dreh- und Angelpunkt einer breiten Abwehrfront gegen mögliche Angriffe französischer Truppen. Markgraf Ludwig von Baden ließ zwischen 1692 und 1701 eine Linie von derartigen Bauten errichten, die sich 200 km über den gesamten Schwarzwald hinweg zog. Infotafeln, sowie abwechslungsreiche Panoramablicke finden sich im Angebot und nehmen uns mit auf eine Zeitreise.

Gersbach Waldparkplatz 940 m, Fetzenbach 830 m, Schwarzenbach 890 m, Au im Wehratal 684 m, Neusäge 797 m, Barockschanze 931 m, Gersbach

**Gz:** 4 ½ h (430 Hm, 15 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hildegard Hiemer

**Anmeldung:** bei Hildegard Hiemer, Tel. 07627/972124

**30.11.2022****So schön ist es auf dem Freiburger Schönberg**

Heute haben wir einen Traumblick auf Freiburg! Mit sonnenverwöhntem Klima ist Ebringen allseits von Reben umgeben. Der Schönberg ist die höchste Erhebung der sogenannten Vorbergzone. Diese bildete sich bei der Absenkung des Oberrheingrabens und hinterließ am Grabenrand fruchtbaren Lössboden. Obst- und Weinbau haben hier also ideale Voraussetzungen.

Ebringen 245 m, Stationenweg, Berghäuser Kapelle 406 m, Schönberg 645 m, Ruine Schneeberg 515 m, Ebringen

**Gz:** 4½ h (520 Hm, 15 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Hans Eichacker, Christa Vischer

**Anmeldung:** bei Hans Eichacker, Tel. 07621/688087

**07.12.2022****Auf den Rheinfelder Hausberg**

Heute geht es auf die Hohe Flum. Wir können sozusagen von daheim starten und haben es ganz nah! Die Aussicht vom Turm bei schönem Wetter ist auch nicht zu verachten. Wir sehen die Alpen in voller Pracht.

Rheinfelden Beuggen Waldfriedhof 320 m, Nordschwaben 473 m, Hohe Flum 534 m, Beuggen

**Gz:** 4 h (300 Hm, 13 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Jarek Monkiewicz

**Anmeldung:** bei Jarek Monkiewicz, Tel. 07623/59554

**07.12.2022****Ganz nah in unserer Heimat**

Heute machen wir die kleine Hornfelsentour. Der Hornfels ist ein beliebter Aussichtspunkt und bietet weite Blicke nach Basel, in den Schweizer Jura und auf die Burgundische Pforte. Wie sieht es hier inzwischen mit dem Buchsbaum aus? Konnte er sich wieder erholen? Wir werden es sehen!

Riehen Wenken 321 m, Hornfels 369 m, St. Chrischona 513 m, Riehen

**Gz:** 3 h (300 Hm, 10 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Herta und Helmut Jakobi

**Anmeldung:** bei Herta und Helmut Jakobi, Tel. 07626/6993

**14.12.2022****Am frühwinterlichen Kaiserstuhl**

Heute wandern wir über den interessanten Geopfad auf den zweithöchsten Kaiserstühler Gipfel, den Eichelspitz. Neben der Entstehung der Kaiserstühler Gesteine wie Phonolith, Karbonatit usw. wird auch der Einfluß früherer und jetziger Landwirtschaft auf die Landschaft und die Natur erläutert.

Eichstätten 209 m, Kiefers Hütte 309 m, Karl-Otto-Hütte 302 m, Robert-Meier-Hütte 433 m, Eichelspitz 521 m, Eichstätten

**Gz:** 4½ h (440 Hm, 16 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Bernd Klar

**Anmeldung:** bei Bernd Klar, Tel. 07621/71634

**14.12.2022****Wo? Rund um den Munzenberg!**

Den Munzenberg kennt keiner, aber den Parkplatz Scheideck zwischen Kandern und Schlächtenhaus sehr wohl. Hier wollen wir heute für unsere Waldbegehung parken und ab dort wandern. Gut gelüftet vom "Waldbaden" werden wir danach auf alle Fälle sein! Weihnachten kann jetzt kommen!!!

Wanderparkplatz Scheideck 546 m, Gugelhut 600 m, Beuggen Brunnen,

Siegenbachhüsli 563 m, Nasse Küche 572 m, Parkplatz

**Gz:** 3 h (250 Hm, 9 km); **TZ** Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Org.:** Jarek Monkiewicz

**Anmeldung:** bei Jarek Monkiewicz, Tel. 07623/59554

# Leichter schlafen mit Komfort und sooo viele tolle Möbel...



Ein bisschen Luxus im Alltag macht das Leben lebenswert. Noch dazu, wenn Komfort so gut aussieht. Ein Bett in Komfort-Liegehöhe entlastet Rücken und Bandscheiben und Sie können leichter aufstehen. So fängt der Morgen entspannt an. Die passenden Schränke, Kommoden und Regale runden das Programm ab. Komfort tut einfach gut. Lieferung frei Haus montiert.

*Aus Freude am Wohnen!*

Seit  
1952

# möbel Koesler

Blasiring 8 · 79539 Lörrach · Tel. 07621/2262 · [www.moebel-koesler.de](http://www.moebel-koesler.de)

## Kursprogramm 2. Halbjahr 2022



Hier geht's zum Touren- und Kursprogramm

Anmeldung – wenn nichts angegeben ist – spätestens bis zum Anmeldeschluss beim Kursleiter. Kursgebühr: richtet sich nach der Dauer des Kurses. Die Kursgebühr ist nach Teilnahmebestätigung durch den Kursleiter auf das **Kurskonto (IBAN DE68 6835 0048 0001 0568 37, BIC SKLODE66, für Überweisungen aus der Schweiz: Inlandsüberweisung in CHF IBAN CH10 8921 4000 0010 5683 7)** bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn unter Angabe der Kursnummer zu überweisen. Erst mit der Überweisung hat der Teilnehmer das Recht zur Teilnahme. Übernachtung und Fahrtkosten sind nicht enthalten. Stornokosten für Übernachtungen, die bei kurzfristiger Absage entstehen, sind durch die Teilnehmer zu zahlen.  
Abkürzungen: TZ = max. Teilnehmerzahl, TF = Tourenführer

### Klettern

25.09.2022

**Ganztägig  
ca. 10-18 Uhr**

**Kursnr. K141-1**

#### Sicherheitstag Fels (Bergrettung)

Kleiner Unfall, große Auswirkung! Wer kommt denn heute schon einmal in die Situation, einen Kletterpartner / eine Kletterpartnerin „vom Berg“ retten zu müssen? Und das im Zeitalter des Handys!

**Hinweise:** Teilnahme Theoretieil / Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** D-Rheinfelden/Degerfelden, Eigenturm

**Bewertung:** Sicherheitstag;

**TZ 5-8; Kursgebühr 20 € für Sektionsmitglieder, 30 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Gute Kenntnisse von Seil- und Sicherungstechniken.

**Vorbesprechung:** Mittwoch, 14.09.2022 um 19 Uhr im DAV Geschäftszimmer, Lörrach-Stetten.

**TF:** Ralf Hermann, Pit Hermann

**Anmeldung:** ab 01.07.2022 nur über die Homepage

**Oktober/  
November  
2022**

ca. 4 Std in der  
Kletterhalle  
Genauer Termin  
wird via Homepage  
bekannt gegeben

**Kursnr. K149-1**

#### Sicherheitstag Klettern (Sicher Sichern)

Du hast bereits Erfahrungen im Vorstieg durch regelmäßiges Klettern und Sichern gesammelt und möchtest nun deine Sicherungstechnik weiterentwickeln oder wieder auffrischen?

**Hinweise:** Halleneintritt ist extra zu zahlen.

**Ort:** Der Kurs findet in einer der umliegenden Kletterhallen statt.

**Bewertung:** Sicherheitstag;

**TZ 5-8; Kursgebühr 20 € für Sektionsmitglieder / 30 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Erfahrung im Vorstieg durch regelmäßiges Klettern und Sichern.

Sichere Bedienung und routinierte Handhabung des persönlichen Sicherungsgerätes.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Markus Bähr, Susanne Stegmüller

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 nur über die Homepage

**24.10./28.10.  
ab 18 Uhr und  
29.10.2022  
ab 10 Uhr**

**Kursnr. K142-1**

#### Vorkurs Hallenklettern I (Toprope)

Möchtest du gerne mit dem Klettern in der Halle anfangen?

**Hinweise:** Halleneintritte sind extra zu zahlen.

**Ort:** D-Weil am Rhein, Kletterhalle Impulsiv

**Bewertung:** Vorkurs;

**TZ 5-8; Kursgebühr 40 € für Sektionsmitglieder, 60 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Lust aufs Klettern.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Ralf Hermann, Astrid Rasmussen-Schmitt

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 nur über die Homepage

**Oktober/  
November  
2022**

Genauer Termin  
wird via Homepage  
bekannt gegeben

**Kursnr. K143-1**

### Vorkurs Hallenklettern II (Vorstieg)

Du hast bereits Erfahrungen im Toprope-Klettern in der Halle gesammelt und möchtest nun einen Schritt weiter gehen?

**Hinweise:** Halleneintritte sind extra zu zahlen.

**Ort:** D-Weil am Rhein, Kletterhalle Impulsiv

**Bewertung: Vorkurs;**

**TZ 5-8; Kursgebühr 40 € für Sektionsmitglieder, 60 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Sicheres Toprope-Klettern und -Sichern in der Halle.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Naomi Walz, Vanja Seger

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 nur über die Homepage

**Oktober/  
November  
2022**

Genauer Termin  
wird via Homepage  
bekannt gegeben

**Kursnr. K147-1**

### Spezialkurs Sportklettern (Halle)

Dieser Kurs richtet sich an Kletterer und Kletterinnen, die ihr persönliches Können beim Sportklettern steigern und gezielt an ihrer Klettertechnik- und taktik arbeiten möchten.

**Hinweise:** Halleneintritte sind extra zu zahlen.

**Ort:** Der Kurs findet in einer der umliegenden Kletter- und/oder Boulderhallen statt.

**Bewertung: Spezialkurs;**

**TZ 5-8; Kursgebühr 40 € für Sektionsmitglieder / 60 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Sicherer, selbstständiger Vorstieg im Grad frz. 5c. Inhalte der Vor- bzw. des Grundkurses Klettern. Mindestens zwei Saisons selbstständiges Klettern vom sicherer Umgang mit dem Sicherungsgerät.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Claudia Harder

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 nur über die Homepage

## Sicherheitstag Lawine für Schneeschuh- und Skitourengeher

Der jährlich  
absolvierte  
Sicherheitstag ist  
Voraussetzung,  
um an einer  
von der Sektion  
Lörrach geführten  
Ski- bzw.  
Schneeschuhtour  
teilzunehmen.



### Obligatorisch für die Teilnahme an Wintertouren!

Notfall Lawine! Jede Sekunde zählt! Nur durch den perfekten Umgang mit dem LVS-Gerät und der richtigen Suchstrategie kann man Leben retten. Dies wird nur erreicht durch wiederholtes üben, üben, üben.

#### Vorkenntnisse

- Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs.
- Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

#### Ziele

- Bedienung des eigenen oder des ausgeliehenen LVS-Gerätes
- sicherer Umgang mit dem LVS-Gerät
- Wissen über die richtigen Such- und Bergestrategien

#### Inhalte

- Signalsuche – Grobsuche – Feinsuche – Punktortung / Sondieren
- LVS-Suche auf Zeit
- systematisches Ausschaufeln von Verschütteten
- erste Soforthilfemaßnahmen
- Lösen einer Mehrfachverschüttung
- Szenario: Simulation eines Lawinenunfalls (Gruppenaufgabe)
- optional: Wiederholung Lawinenkunde und Tourenplanung

**10.12.2022****Kursnr. K111-1****Sicherheitstag Lawine - auch für Skitourengerher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Auch für Skitourengerher geeignet.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Sicherheitstag;

**TZ 3-8; Kursgebühr 20 € für Sektionsmitglieder / 30 € für Nichtmitglieder**

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Carsten Hein

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage

**16.12.2022 -****17.12.2022****Kursnr. K101-1****Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengerher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Mit Skitour und deshalb nur für Skitourengerher geeignet.

**Ort:** CH-Maighels- oder Lidernenhütte

**Bewertung:** Sicherheitstag, WS-ZS; Gz: 3-4 Std;

**TZ 3-8; Kursgebühr 30 € für Sektionsmitglieder / 50 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren oder vergleichbare Kenntnisse. Kondition für ca. 1.000 -1.500 Hm im Aufstieg.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Bastian Feifel

**Anmeldung:** ab 30.11.2022 - 12.12.2022 nur über die Homepage

**17.12.2022 -****18.12.2022****Kursnr. K101-2****Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengerher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Mit Skitour und deshalb nur für Skitourengerher / Splitboarder geeignet.

**Ort:** CH-Maighelshütte oder nach Verhältnissen

**Bewertung:** Sicherheitstag, WS-ZS; Gz: 3-4 Std;

**TZ 7-12; Kursgebühr 30 € für Sektionsmitglieder / 50 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren oder vergleichbare Kenntnisse. Kondition für ca. 1.000 -1.500 Hm im Aufstieg.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Martin Krall, Wolfgang Wagner

**Anmeldung:** ab 01.10.2022 - 15.12.2022 nur über die Homepage

**08.01.2023**

Von morgens bis  
zum mittleren  
Nachmittag

**Kursnr. K101-3****Sicherheitstag Lawine - auch für Schneeschuhgeher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Auch für Schneeschuhgeher geeignet.

**Ort:** Wahrscheinlich im Schwarzwald. Ggf. mit kleiner Tour im Anschluss.

**Bewertung:** Sicherheitstag;

**TZ 7-12; Kursgebühr 20 € für Sektionsmitglieder / 30 € für Nichtmitglieder**

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Sandra Tremmel, Harald Erbacher

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage



*Einfach mal rausgehen...*

*...und Abstand gewinnen.*

*Deine Ausrüstung  
für die Berge  
findest Du  
bei uns !*

**CHRISTIANS  
SPORTSHOP**

G R E N Z A C H

**Berg Bike Sport**

**14.01.2023 -  
15.01.2023**

**Kursnr. K111-2**

### **Sicherheitstag Lawine + Tour für Schneeschuhgeher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Mit Schneeschuhtour und deshalb nur für Schneeschuhgeher geeignet.

**Ort:** CH-Fromatthütte, Blankenburg-Simmental

**Bewertung:** Sicherheitstag, bis WT3; Gz: 5 Std, ca. 1.000 Hm;

**TZ 7-12; Kursgebühr 30 € für Sektionsmitglieder / 50 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Grundkurs Schneeschuhtouren oder vergleichbare Kenntnisse.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Michael Fischer, Andreas Gölz

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage

**21.01.2023 -  
22.01.2023**

**Kursnr. K101-4**

### **Sicherheitstag Lawine + Tour für Skitourengerher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Nur für Skitourengerher geeignet. Anreise mit ÖV (Halbtax von Vorteil).

**Ort:** CH-Bannalp

**Bewertung:** Sicherheitstag, bis ZS+;

**TZ 7-12; Kursgebühr 30 € für Sektionsmitglieder / 50 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren oder vergleichbare Kenntnisse. Kondition für ca. 1.000 -1.500 Hm im Aufstieg.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Angela Rosin, Gerard Kozdon

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage

**22.01.2023**

**Kursnr. K101-5**

### **Sicherheitstag Lawine - auch für Schneeschuhgeher**

Der Sicherheitstag ist ein Auffrischkurs. Der Umgang mit dem LVS-Gerät sollte bekannt sein.

**Hinweise:** Die Kursgebühr bitte nicht überweisen, sondern passend in bar vor Ort am Sicherheitstag bezahlen. Auch für Schneeschuhgeher geeignet.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Sicherheitstag;

**TZ 3-8; Kursgebühr 20 € für Sektionsmitglieder / 30 € für Nichtmitglieder**

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Gerson Pfaff

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage

## **Kursprogramm Schneeschuhtouren**

**27.01.2023 -  
29.01.2023**

**Kursnr. K112-1**

### **Grundkurs Schneeschuhtouren für TN an Sektionstouren**

In diesem Kurs vermitteln wir dir die notwendigen Fertigkeiten, um im voralpinen sowie nichtvergletscherten alpinen Gelände sicher auf Schneeschuhtour zu gehen.

**Hinweise:** Dieser Kurs richtet sich an potenzielle Teilnehmer an geführten Sektionstouren. Zustieg zur Hütte mit Seilbahn. Teilnahme Theorieell / Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** CH-Lobhornhütte, Isenfluh

**Bewertung:** Grundkurs; Gz: 5-6 Std pro Tag;

**TZ 9-18; Kursgebühr 60 € für Sektionsmitglieder / 90 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Erfahrung im sommerlichen Bergwandern. Ausdauer für bis zu 1.200 Hm / 4 Std. Aufstieg pro Tag.

**Vorbesprechung:** Termin und Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Michael Fischer, Andreas Gölz, Eckart Lindner

**Anmeldung:** nur über die Homepage



# DER UNVERPACKTLADEN IN LÖRRACH



Tumlinger Straße 221 | 79539 Lörrach  
[www.schuettwerk-unverpackt.de](http://www.schuettwerk-unverpackt.de)

Mit dieser Anzeige erhalten Sie bei Ihrem Einkauf einmalig 5 % Rabatt auf alle gewogenen Lebensmittel.  
Entdecken Sie bei uns unverpackte Lebensmittel, Kosmetika, Reinigungsprodukte und vieles mehr.



# ARMBRUSTER

Bad Sanitär Heizung Solar

**Wolfgang Armbruster GmbH**  
Margeritenstraße 2  
79576 Weil am Rhein

Tel. 07621/7 13 59  
Fax. 07621/7 74 89

[info@armbruster-weil.de](mailto:info@armbruster-weil.de)  
[www.armbruster-weil.de](http://www.armbruster-weil.de)



**17.02.2023 -  
21.02.2023**

**Kursnr. K113-1**

### **Aufbaukurs Schneeschuhtouren**

In diesem Kurs vermitteln wir dir aufbauend auf den Inhalten des Grundkurses Schneeschuhtouren weiterführende Fertigkeiten, die erforderlich sind, um im voralpinen sowie nichtvergletscherten alpinen Gelände sicher und selbständig auf Schneeschuhtour zu gehen.

**Hinweise:** Teilnahme Theorieteil / Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** IT-Zufallhütte, Ortler-Cevedale Gebiet

**Bewertung:** Aufbaukurs, bis WT3;

**TZ 4-5; Kursgebühr 80 € für Sektionsmitglieder / 110 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Inhalte des Grundkurses sowie sicherer Umgang mit LVS-Gerät, Sonde, Schaufel. Kenntnisse der Suchstrategie für den Fall eines Lawinenabgangs. Ausdauer für bis zu 1.200 Hm / 4 Std Aufstieg pro Tag.

**Vorbesprechung:** Termin / Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Carsten Hein

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 - 31.12.2022 nur über die Homepage

## **Kursprogramm Skitouren**

**25.11.2022 -  
27.11.2022**

**Drei volle Tage,  
Start Freitag  
Ausweichtermin  
16.-18.12.2022**

**Kursnr. K103-1**

### **Grundkurs Skitouren**

In diesem Kurs vermitteln wir dir die notwendigen Fertigkeiten, um im voralpinen sowie nichtvergletscherten alpinen Gelände sicher auf Skitour zu gehen.

**Hinweise:** Der Kurs beinhaltet zwei jeweils dreistündige Theorieabende unter der Woche. Die Teilnahme an diesen ist Voraussetzung für die Teilnahme am praktischen Teil.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Grundkurs; Gz: Aufstieg bis 1.200 Hm / 4 Std pro Tag.;

**TZ 7-12; Kursgebühr 60 € für Sektionsmitglieder / 90 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Sicheres Tiefschneefahren (entspricht Vorkurs Variantenfahren).

**Vorbesprechung:** Zwei obligatorische Theorieabende. Termin und Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Harald Erbacher, Jörg Gutowski

**Anmeldung:** ab 23.09.2022 nur über die Homepage

**09.12.2022 -  
11.12.2022**

**Drei volle Tage,  
Start Freitag  
Ausweichtermin  
16.-18.12.2022**

**Kursnr. K103-2**

### **Grundkurs Skitouren**

In diesem Kurs vermitteln wir dir die notwendigen Fertigkeiten, um im voralpinen sowie nichtvergletscherten alpinen Gelände sicher auf Skitour zu gehen.

**Hinweise:** Zwei Theorieabende am 29.11. sowie 06.12.2022 (jeweils ca. 19-22 Uhr) sind Bestandteil des Kurses und Voraussetzung für die Teilnahme am praktischen Teil.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Grundkurs; Gz: Aufstieg bis 1.200 Hm / 4 Std pro Tag.;

**TZ 7-12; Kursgebühr 60 € für Sektionsmitglieder / 90 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Sicheres Tiefschneefahren (entspricht Vorkurs Variantenfahren).

**Vorbesprechung:** Theorieabende am 29.11. sowie 06.12.2022. Teilnahme obligatorisch.

**TF:** Martin Krall, Stefan Schmökel

**Anmeldung:** ab 01.10.2022 - 28.11.2022 nur über die Homepage

**14.01.2023 -  
15.01.2023**

**Kursnr. K105-1**

### **Spezialkurs Freeriden**

Wenn du im Skigebiet die tollen Linien bestaunst die abseits der markierten Pisten zu sehen sind, aber Skitouren nicht dein Ding sind, weil du viel lieber runter fährst als rauf läufst, dann bist du hier richtig.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Spezialkurs; Gz: bis 1 Std;

**TZ 7-12; Kursgebühr 60 € für Sektionsmitglieder / 100 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Sehr guter Pistenskifahrer mit ersten Tiefschneeerfahrungen.

Aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Burkhard Peter, Luca Dressino

**Anmeldung:** ab 01.12.2022 - 31.12.2022 nur über die Homepage

## Kursprogramm Eisklettern

**2 Tage im  
Januar 2023**

**Anreise am  
Vorabend**

**Genauer Termin  
wird via Homepage  
bekannt gegeben**

**Kursnr. K161-1**

### Spezialkurs Eisklettern I (Anfänger)

Das Klettern an gefrorenen Wasserfällen hat sich dank neuer Trainingsmethoden und spezieller Ausrüstung in den letzten 25 Jahren zu einer eigenen alpinen Sportart entwickelt.  
**Hinweise:** Teilnahme TheorieTeil / Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Spezialkurs;

**TZ 5-8; Kursgebühr 60 € für Sektionsmitglieder / 100 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Kletterkönnen im Vorstieg frz. 5a am Naturfels sowie dazugehörige Seil- und Sicherungstechnik (entspricht AK Felsklettern oder SK Alpinklettern).

**Vorbesprechung:** Ca. 4 Wochen vor dem Kurs. Termin / Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Stefan Schmökel, Patrick Nacke, Andreas Francke, Ralf Hermann

**Anmeldung:** ab 04.10.2022 nur über die Homepage

**3-4 Tage im  
Januar/Februar  
2023**

**Anreise am  
Vorabend**

**Genauer Termin  
wird via Homepage  
bekannt gegeben**

**Kursnr. K162-1**

### Spezialkurs Eisklettern II (Fortgeschrittene)

Das Klettern an gefrorenen Wasserfällen hat sich dank neuer Trainingsmethoden und spezieller Ausrüstung in den letzten 25 Jahren zu einer eigenen alpinen Sportart entwickelt.

**Hinweise:** Teilnahme TheorieTeil / Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** Spezialkurs;

**TZ 5-8; Kursgebühr 120 € für Sektionsmitglieder / 200 € für Nichtmitglieder**

**Voraussetzungen:** Inhalte des SK Eisklettern I. Kletterkönnen im Vorstieg frz. 5a am Naturfels sowie dazugehörige Seil- und Sicherungstechnik (entspricht AK Felsklettern oder SK Alpinklettern).

**Vorbesprechung:** Ca. 4 Wochen vor dem Kurs. Termin / Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Stefan Schmökel, Andreas Francke, Ralf Hermann

**Anmeldung:** ab 10.10.2022 nur über die Homepage

Anzeige



## Mit Stil ans Ziel

Busreisen ▪ Ausflüge ▪ Gesellschaftsfahrten ▪  
Schülerbeförderung ▪ Rollstuhlbeförderung

Reibmattenstraße 2  
79591 Eimeldingen  
Tel: +49 (0) 7621 10673  
info@renk-busservice.de



**Renk**  
BUSSERVICE GMBH

www.renk-busservice.de

## Tourenprogramm 2. Halbjahr 2022

Auf den folgenden Seiten findet Ihr sortiert nach Rubrik unsere Touren für die nächste Saison. Bitte beachtet, dass unsere Tourenführer auf der Homepage weitere Informationen zu ihren Touren veröffentlichen. Dort seht Ihr auch Änderungen nach Redaktionsschluss sowie ausführlichere Infos z.B. zu den Schwierigkeitsgraden (Touren- und Kursprogramm > Teilnahmebedingungen).



Hier geht's zum Touren- und Kursprogramm

**Verwendete Abkürzungen:** Gz Gehzeit, h / Std. Stunde, Hm Höhenmeter (Höhendifferenz), TF Tourenführer, Org Organisation, TG Tourengelbühr, TN Teilnehmer, TZ max. Teilnehmerzahl, ÖV öffentliche Verkehrsmittel, ÜN Übernachtung, HP Halbpension

**Führungstouren:** Soweit nicht anders angegeben, handelt es sich bei den ausgeschriebenen Touren um Führungstouren. Der Tourenführer übernimmt die Verantwortung für die Sicherheit der Teilnehmer, genießt das volle Vertrauen der Teilnehmer und trifft die wesentlichen Entscheidungen, z.B. zur Routenwahl, zu den Sicherungsmaßnahmen, zum Tourenabbruch etc. Die

Tourengelbühren werden während der Tour an den Tourenführer entrichtet.

**Gemeinschaftstouren:** Die Teilnehmer sind dem Tourenleiter und idealerweise auch untereinander bergsteigerisch bekannt; sie sind in der Lage, die Tour selbstständig und eigenverantwortlich durchzuführen. Alle sicherheitsrelevanten Entscheidungen werden gemeinschaftlich getroffen. Der Tourenführer fungiert als Organisator, übernimmt jedoch keine sicherheitsrelevante Verantwortung für die Teilnehmer. Die Gemeinschaftstouren sind als solche gekennzeichnet. Eine Teilnahmegebühr seitens der Sektion wird nicht erhoben. Der Organisator kann eine Organisationsgebühr bzw. eine Anzahlung verlangen, die direkt an den Organisator zu entrichten ist.

**Kursbezogene Übungstouren:** Hierbei handelt es sich um Touren, die sich speziell als Übungstouren zu bestimmten Kursen eignen. Sie stehen aber grundsätzlich allen Mitgliedern zur Teilnahme offen, wobei die Teilnehmer bestimmter Kurse Vorrang haben. Die Tourengelbühr wird während der Tour an den Tourenführer entrichtet.



### Bergsteigen / Hochtouren / Klettersteig

02.07.2022 -  
03.07.2022

#### Hochtour Fründenhütte und Fründenhorn 3.368m

Aufstieg zur Fründenhütte über die untere Fründenschnur T4, am nächsten Tag Hochtour zum Fründenhorn.

**Ort:** CH-Fründenhütte

**Bewertung:** WS+; Gz: 4 Std, 1.200 Hm; TZ 4-6; TG 20 €

**Voraussetzungen:** Aufbaukurs HT der letzten zwei Jahre oder vergleichbare Kenntnisse. Kondition für Aufstieg bis 1.200 Hm.

**TF:** Wolfgang Wagner

**Anmeldung:** ab 01.04.2022 nur über die Homepage

Tournr. T139

16.07.2022

Tournr. T129

**Wander- & Klettersteigtour auf den Bälmeten (2.415m)**

Der Bälmeten bietet fantastische Tiefblicke ins Reusstal und auf den Urnersee, die man sich aber erst verdienen muss. Nach dem Zustieg bis auf 2.160m führt ein kurzer, aber ausgesetzter Klettersteig von der Nordseite zum Gipfel.

**Hinweise:** Die Tour ist konditionell anspruchsvoll und das KS-Material sorgt für Zusatzgewicht im Tagesrucksack.

**Ort:** Schattdorf/Uri

**Bewertung:** 1.400 Hm, Wanderung T4, Klettersteig mittel / maximal K3.; Gz: 7 Stunden; TZ 4-6; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen und Klettersteigerfahrung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit.

**Vorbesprechung:** Teilnehmerinformation per Mail.

**TF:** Andreas Gölz

**Anmeldung:** ab 01.05.2022 nur über die Homepage

22.07.2022 -  
24.07.2022

Tournr. T151a

**Klettersteige bei Lecco**

Wir verbringen das Wochenende im Rifugio Stoppani und begehen einige der vielen Klettersteige in der Gegend.

**Ort:** Lecco

**Bewertung:** K4-5; Gz: bis zu 7 Std und 1000hm; TZ 4-5; TG 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse und Klettersteigerfahrung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit.

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Michael Fischer

**Anmeldung:** nur über die Homepage

23.07.2022 -  
24.07.2022

Tournr. T135

**Hochtour aufs Diechterhorn von der Gelmerhütte**

Von der Talstation Gelmerbahn steigen wir via Parkplatz Chüenzentennen & Gelmersee zur Gelmerhütte auf.

Am Sonntag geht es je nach Bedingungen als Überschreitung via Gwächtenhorn oder über den Normalweg aufs Diechterhorn.

**Bewertung:** WS/3a; Gz: 7-10; TZ 6-8; TG 40 €

**Voraussetzungen:** AK Bergsteigen/ Hochtouren oder vergleichbare Kenntnisse

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Sandra Tremmel, Franziska Urstöger

**Anmeldung:** ab 01.06.2022 - 11.07.2022 nur über die Homepage

27.08.2022 -  
04.09.2022

Tournr. T086

**Sentiero Roma - hochalpiner Höhenweg im Bergell**

abwechslungsreicher und anspruchsvoller Höhenweg durch hochalpines Gelände, über zahlreiche Pässe, ÜN auf gemütlichen CAI-Hütten, ständig begleitet von einem phantastischen Bergpanorama; optionale Gipfel: Piz Cengalo/Piz Badile und Monte Disgrazia

**Hinweise:** Anreise mit ÖV

**Ort:** südliches Bergell (Italien)

**Bewertung:** T5; I-II, K2; Gipfel: bis Z5; III; Gz: 5-7 h; TZ 4-6; TG 90 €

**Voraussetzungen:** sehr hohe Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, da unabgesicherte Kletterstellen I-II z.T. vorhanden; sehr gute Kondition für die Gehzeiten (bis zu 1300 Hm im Aufstieg).

**Vorbesprechung:** am 21.07.2022

**TF:** Angela Rosin

**Anmeldung:** ab 15.01.2022 - 23.07.2022 nur über die Homepage

03.09.2022 -  
04.09.2022

### Wildhorn 3246m

Die perfekte Einsteiger-Hochtour: Von der Wildhornhütte aus geht es über zwei kleine Gletscher und schliesslich in leichter Kraxelei hinauf auf den aussichtsreichen Gipfel des Wildhorns.

**Ort:** CH, Wildhornhütte

**Bewertung:** L, max. WS-; Gz: Zur Hütte 2-3 Std., Hütte-Gipfel ca. 3-4 Std., Abstieg ins Tal ca. 3-4 Std.; TZ 4-5; TG 20 €

**Voraussetzungen:** AK Bergsteigen/Hochtouren oder vergleichbare Kenntnisse

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Jens Hassler

**Anmeldung:** ab 01.06.2022 - 31.08.2022 nur über die Homepage

10.09.2022 -  
11.09.2022

### Hochtouren-Wochenende

Leichte bis mittelschwere Hochtour

**Ort:** Ort wird noch bekanntgegeben.

**Bewertung:** WS bis ZS-, II, 40°; Gz: 6-10; TZ 3-5; TG 40 €

**Voraussetzungen:** AK Bergsteigen/Hochtouren oder vergleichbare Kenntnisse inkl. fortgeschrittener Steigeisentechnik, Trittsicherheit im exponierten Gelände, Kondition, vorherige Akklimatisation

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Patrick Nacke

**Anmeldung:** ab 01.06.2022 - 13.08.2022 nur über die Homepage

16.09.2022 -  
18.09.2022

### Gemeinschaftstour: Jungfrau, Innerer Rottalgrat, 4.158 m

Herausfordernde, anspruchsvolle, abwechslungsreiche, lange und eindrückliche Hochtour in Firn UND Fels. Bitte detaillierte Beschreibung (lt. Homepage), Hinweise sowie Voraussetzungen beachten!

**Hinweise:** Gemeinschaftstour, d.h. die Teilnehmer sind für sich selbst verantwortlich. Lediglich die Organisation wird übernommen. Teilnahme an Vorbesprechung obligatorisch.

**Ort:** CH-Berner Alpen, Rottal- & Mönchsjochhütte

**Bewertung:** ZS+, 4a; Gz: am Gipfeltag (Sa) 10-14 Std, evtl. mehr; TZ 3-4; TG 30 €

**Voraussetzungen:** AK Bergsteigen/Hochtouren sowie mehrjährige selbständige Hochtourenpraxis, absolute Trittsicherheit im exponierten Gelände, sehr gute Kondition

**Vorbesprechung:** Persönlich ca. 4 Wo vor der Tour. Termin und Ort werden noch bekannt gegeben.

**TF:** Stefan Schmökel

**Anmeldung:** ab 13.06.2022 - 09.08.2022 nur über die Homepage

24.09.2022 -  
25.09.2022

### Hochtour Doldenhorn

Technisch einfachere aber konditionell anspruchsvollere Hochtour.

**Ort:** CH-Doldenhornhütte

**Bewertung:** WS; Gz: 10-12 Std. am Gipfeltag; TZ 6; TG 40 €

**Voraussetzungen:** Aufbaukurs Bergsteigen/Hochtouren oder vergleichbare Kenntnisse. Gute Ausdauer und Kondition!

**Vorbesprechung:** Virtuell, Zeitpunkt wird noch bekannt gegeben.

**TF:** Wolfgang Wagner, Jens Hassler

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Tournr. T132

Tournr. T133

Tournr. T092G

Tournr. T168

08.10.2022

**Pilatuskette und Esel Ostgrat/-wand**

Aufstieg über die gesamte Pilatuskette von Gfellen bis Kulm, Besteigung des Esels via Ostgrat/-wand (optional), Abstieg nach Alpnachstad  
**Hinweise:** ÖV-Tour; Kombitour Jugend und Erwachsene

**Ort:** CH-Pilatusmassiv, Zentralschweizer Voralpen

**Bewertung:** Pilatuskette sowie Abstieg: T3; Esel Ostgrat/-wand: T5+/II; TZ 4-6; TG 10 €

**Voraussetzungen:** ab 14 Jahren; Ausdauer und Kondition für einen langen (!!!) Tag auf den Beinen mit vielen Höhenmetern sowie absolute Trittsicherheit und Kraxelerfahrung

**Vorbesprechung:** vorauss. per Mail

**TF:** Franziska Urstöger

**Anmeldung:** ab 25.07.2022 - 26.09.2022 nur über die Homepage

Tournr. T164

**Bergwandern**22.07.2022 -  
24.07.2022**Wandern bei Lecco - Paralleltour**

Wir verbringen das Wochenende im Rifugio Stoppani und machen jeden Tag Ausflüge auf die umliegenden Gipfel: Pizzo d'Erna, Monte Resegone und Monte Magnodeno.

Und am Abend genießen wir die italienische Gastlichkeit mit schönem Ausblick.

**Ort:** Lecco

**Bewertung:** T3; Gz: ca. 6 Std. und 1.100 Hm; TZ 4-6; TG 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse. Trittsicherheit.

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Nikoletta Fischer

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Tournr. T151b

30.07.2022

**Fürstein, Schafmatt und Schwändiliflue**

Von Stäldeli überschreiten wir den Fürstein und gehen über die Wasserfalleneegg weiter zur Schafmatt. Den Gipfel besteigen wir weglos von Süden her und steigen dann zum Gipfelkreuz ab. Auf dem Rückweg gehen wir noch auf die Schwändiliflue.

**Ort:** Flühli - Stäldeli

**Bewertung:** T3+; Gz: 8 Std, 17km, 1300hm; TZ 4-8; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse, Kondition für ca. 1300 hm

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Michael Fischer

**Anmeldung:** ab 01.06.2022 - 27.07.2022 nur über die Homepage

Tournr. T074

06.08.2022

**Hangsackgrat - im Reich der Steinböcke und Bartgeier**

Unsere Tour führt uns ins eidgenössische Banngebiet Graue Hörner. Mit etwas Glück sehen wir Steinböcke oder einen der drei Bartgeier, die hier ihren Lebensraum haben. Die Tour führt teilweise durch wegloses Gelände.

**Bewertung:** T4, stellenweise T4+; Gz: 8 Std.; TZ 4-7; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit im anspruchsvollen Gelände, Schwindelfreiheit, Kondition für 1300hm Auf- und Abstieg

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Carsten Hein

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Tournr. T128

13.08.2022

**Gällihorn und Wyssi Flue über den Üschenegrat**

Von Kandersteg mit der Seilbahn nach Sunnbüel und dann über den Üschenegrat nach Schwarnbach und zurück nach Sunnbüel und Kandersteg.

**Bewertung:** T3; Gz: 7 h; TZ TZ 4-8; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit und gute Kondition für 1000 Hm und 7h Wanderung

**Vorbesprechung:** nach Erfordernis am 11.08.22

**TF:** Eckart Lindner

**Anmeldung:** ab 13.07.2022 - 11.08.2022 nur über die Homepage

Tournr. T162

19.08.2022 -  
21.08.2022

Tournr. T150

### Blinnenhorn (3373m) und Bättelmatthorn (3043m)

schweizer Gipfel und italienische Hütten. Wir wandern vom Val Formazza ins Val Bedretto und besteigen dabei 2 3000er. Übernachten werden wir in CAI Hütten: Rifugio Claudi e Bruno und Rifugio Citta di Busto

**Hinweise:** Anreise mit ÖV

**Ort:** Val Formazza

**Bewertung:** T3+; Gz: 6h, 1100hm; TZ 4-8; TG 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse, Kondition für ca. 1100 hm

**Vorbesprechung:** keine, Infos kommen per Mail

**TF:** Michael Fischer

**Anmeldung:** ab 01.07.2022 - 16.08.2022 nur über die Homepage

27.08.2022 -  
04.09.2022

Tournr. T086

### Sentiero Roma - hochalpiner Höhenweg im Bergell

s. auch S.XX

**Bewertung:** T5; I-II, K2; Gipfel: bis Z5; III; Gz: 5-7 h; TZ 4-6; TG 90 €

**Voraussetzungen:** sehr hohe Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, da unabgesicherte Kletterstellen I-II z.T. vorhanden; sehr gute Kondition für die Gehzeiten (bis zu 1300 Hm im Aufstieg).

**TF:** Angela Rosin

**Anmeldung:** ab 15.01.2022 - 23.07.2022 nur über die Homepage

27.08.2022 -  
28.08.2022

Tournr. T124

### Sunnig Täler Höhenweg und Panoramaweg

Anspruchsvolle Bergwanderung über sonnige Grate, an Bergseen vorbei und auf Gipfel

**Ort:** Innerschweiz, zwischen Amsteg und Erstfeld auf der Höhe, Kröntenhütte

**Bewertung:** T4; Gz: 1.Tag: 4h30min, 1288m hoch, 473m runter 2.Tag: 6 h30min, 766m hoch, 1283m runter; TZ 8-12; TG 20 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen, trittsicher und schwindelfrei, T4

**Vorbesprechung:** keine, Planung via Mail

**TF:** Almut Dickmann, Andreas Gözl

**Anmeldung:** ab 27.06.2022 - 20.08.2022 nur über die Homepage

09.09.2022 -  
11.09.2022

Tournr. T149

### Von Biasca nach Maggia - Tessin

Bei dieser Wanderung starten wir im Leventina Tal, queren das Verzasca Tal und beenden die Tour im Maggia Tal.

**Hinweise:** Anreise mit ÖV am Freitag früh. Wir tragen Schlafsack und Verpflegung für die Gemeinschaft – schwere Rucksack.

**Ort:** Tessin

**Bewertung:** T3; Gz: 8 Std., 2000Hm; TZ 4-7; TG 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse. Kondition für 2000Hm und 8 Stunden Gehzeit

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Nikoletta Fischer

**Anmeldung:** ab 01.07.2022 - 31.07.2022 nur über die Homepage

17.09.2022

Tournr. T130

### Zindlenspitz

Vom Wägitaler See aus wirkt der Zindlenspitz schroff und abweisend - und lässt sich dennoch verblüffend einfach besteigen.

Eine abwechslungsreiche Rundtour führt uns vom See aus über den Rossalpelispitz und den Zindlenspitz .

**Bewertung:** T3+ , Brünnelistock T5-; Gz: 7 Std.; TZ T5; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Trittsicherheit , Kondition für 1200hm Auf- und Abstieg, der (nicht notwendige)Abstecher zum Brünnelistock ist mit T5- bewertet

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Carsten Hein

**Anmeldung:** ab 25.06.2022 - 03.09.2022 nur über die Homepage



05.11.2022 -  
06.11.2022

### Fonduewochenende in der Balmhütte

Dieses Jahr gehen wir zum Fondue auf die Balmhütte, unterhalb des Hardergrates. Wir starten in Ringgenberg und gehen via Gragentor auf den Schönbuel, bevor wir zum gemütlichen Teil des Wochenendes in der Balmhütte kommen.

**Hinweise:** Selbstversorgerhütte: wir tragen das Fondue und den Wein selber hoch.

**Ort:** Ringgenberg

**Bewertung:** T3; **Gz:** 5 h und 100hm; **TZ** 4-7; **TG** 20 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse, Kondition für ca. 1000 hm

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Michael Fischer

**Anmeldung:** ab 12.07.2022 nur über die Homepage

13.11.2022

### Münstertal - Belchen: Saisonabschluss im Hochschwarzwald

Vom Bahnhof Münstertal geht es über das Münstertaler Kloster auf den Heidstein und von dort auf den Belchen und anschließend über den Hohkelch wieder zurück an den Start - mit 1200 HM der größte Höhenunterschied einer klassischen Schwarzwaldtour!

**Ort:** Untermünstertal

**Bewertung:** T2; **Gz:** 7 Stunden; **TZ** 4-8; **TG** 5 €

**Voraussetzungen:** gute Kondition - zumindest für Schwarzwaldverhältnisse

**TF:** Christian Heinrich

**Anmeldung:** ab 01.10.2022 - 31.10.2022 nur über die Homepage

Vorschau 2023

### Nationalpark von Ordesa und Monte Perdido - Pyrenäen

**Hinweise:** Achtung: Abreise Freitagmorgen 3:00, ca. 13Std. fahrt. Anzahlung bei Anmeldung erforderlich. Eventuell müssen wir Biwak Ausrüstung tragen.

**Ort:** Pyrenäen, Nationalpark von Ordesa und Monte Perdido

**Bewertung:** bis T4; **Gz:** Lange Strecken bis zu 9 Stunden, 1400Hm; **TZ** 8-11; **TG** 100 €

**Voraussetzungen:** Gute Kondition, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse

**Vorbesprechung:** Ja, wird noch bekannt gegeben

**TF:** Nikoletta Fischer, Michael Fischer

**Anmeldung:** ab 01.09.2022 - 30.09.2022 nur über die Homepage

voraussichtlich  
1.06.-10.06.2023  
Termin wird über  
die Homepage  
bekanntgegeben

Tournr. T166

## Klettern / Bouldern / Klettersteig

01.07.2022 -  
03.07.2022

### Kursbezogene Übungstouren alpine Mehrseillängen

**Hinweise:** Anreise evtl. schon Donnerstagabend. Übernachtung auch in Selbstversorgerhütte möglich.

**Ort:** Urner Alpen, Tessin oder Wallis

**Bewertung:** Vorstieg bis 5c; **Gz:** 6-8 h; **TZ** 4-5; **TG** 40 €

**Voraussetzungen:** AK Felsklettern und/oder SK Alpinklettern oder vergleichbare Kenntnisse

**Vorbesprechung:** Infos per Mail

**TF:** Jochen Kuri

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Tournr. T169

22.07.2022 -  
24.07.2022

### Klettersteige bei Lecco

s. auch S. XX

**Bewertung:** K4-5; **Gz:** bis zu 7 Std und 1000hm; **TZ** 4; **TG** 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse und Klettersteigerfahrung, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit.

**TF:** Michael Fischer

**Anmeldung:** nur über die Homepage

Tournr. T151a

04.09.2022 -  
10.09.2022

### Kletterparadies Dolomiten - Alpinklettern

Die Dolomiten sind ein einzigartiges Klettereldorado. Gemeinsam machen wir uns auf den Weg um das live zu erleben. Alpines Klettern vom Allerfeinsten. Anspruchsvoll und spektakulär!

**Ort:** Colfosco - Alta Badia

**Bewertung:** V+/5b; Gz: 2-3 h; TZ 3-4; TG 140 €

**Voraussetzungen:** Sicherer Vorstieg in alpinem Gelände bis 5a Spezialkurs

Alpinklettern oder vergleichbare Kenntnisse

**Vorbesprechung:** 2-3 Wochen vor dem Termin - nach Absprache

**TF:** Rainer Titze

**Anmeldung:** ab 13.03.2022 - 18.07.2022 nur über die Homepage

Tournr. T083

22.10.2022 -  
24.10.2022

### Leichte Mehrseillängentouren

Ende der Klettersaison mit leichten Mehrseillängentour. Die Kletterfelsen am Lago Maggiore z.B. das Gebiet Ponte Brolla bieten schöne Plaisirouren. Bei den Klettertouren habt ihr die Möglichkeit eure Erfahrungen aus den Kursen zu vertiefen und erst

**Hinweise:** Übernachtung auf einem Campingplatz.

**Bewertung:** IV; TZ 6-7; TG 60 €

**Voraussetzungen:** AK Felsklettern oder gleichwertige Klettererfahrung. Sicherer Klettern in Mehrseillängen im IV-ten Grad.

**Vorbesprechung:** ca. 3 Wochen vor der Tour, Termin und Ort werden noch bekannt gegeben

**TF:** Patrick Nacke, Claudia Harder

**Anmeldung:** ab 01.08.2022 nur über die Homepage

Tournr. T161

## Mountainbike

16.07.2022

### Brienzer Rothorn

Von Meiringen per Bahn und Bergbahn nach Lunger/Turren. Auffahrt zum Brienzer Grat und Abfahrt über alpine Trails nach Sörenberg. Hier nochmals Auffahrt zum Eisseesattel. Es folgt eine spektakuläre Singletrailabfahrt, 1500 Tm, nach Brienz.

**Hinweise:** Kosten für Bahn und Bergbahn ca. 40-50 Sfr. Abfahrt früh morgens !!!

Protektoren dringend empfohlen.

**Bewertung:** Fahrtechnik: schwer, Kondition: mittel bis schwer (1400hm und 2300 tm); Gz: 9h plus An- und Heimfahrt nach Lörrach; TZ 3-4; TG 20 €

**Voraussetzungen:** Ihr fahrt sicher auf alpinen Trails. Längere Abschnitte im S2 Bereich stellen kein Problem dar. Schwindelfreiheit an exponierten Stellen. Kondition für zwei Anstiege mit Schiebe- und Tragepassagen.

**TF:** Heiner Wirtz

**Anmeldung:** bis 06.07.2022 nur über die Homepage

Tournr. T078

22.07.2022 -  
25.07.2022

### Vogesen Cross

Nord-Süd Durchquerung der Vogesen in 4 Tagen. Geprägt von landschaftlicher Vielfalt, regionalen Köstlichkeiten und hohem Trailanteil.

**Hinweise:** Anreise voraussichtlich mit der Bahn. Unterkunft in Hotels oder Berggasthöfen.

**Ort:** Obernai

**Bewertung:** Kondition: schwer; Fahrtechnik: schwer (bis S2); TZ 6-7; TG 80 €

**Voraussetzungen:** Kondition für Tagesetappen bis 1600 hm und 60 km,

**Vorbesprechung:** per email, evtl. in einer Lörracher Kneipe bei Bedarf

**TF:** Peter Hohm, Wolfgang Kothny

**Anmeldung:** bis 10.07.2022 nur über die Homepage

Tournr. T095

# veloziped

...ALLES RUND UM 'S RAD.

WEIL-HALTINGEN, GROSSE GASS 13, T: 07621-61154, MONDAY CLOSED

## E-BIKES, MTB, CITY-BIKE, RENNRAD...

Cube, Stevens, Veloheld, vsf Fahrradmanufaktur, Corratec...



[www.veloziped.com](http://www.veloziped.com)

24.07.2022

**Hotzenwaldtrails**

Wir starten im Wehratal und fahren auf Waldwegen und Trails

1200 hm und 5 Std. Fahrtzeit

**Bewertung: S1; TZ 4-8; TG 5 €****TF:** Matthias Koesler**Anmeldung:** ab 24.06.2022 - 23.07.2022 nur über die Homepage

Tournr. T122

07.08.2022

**Vom Feldberg nach Freiburg**

Wir fahren mit dem Bus auf den Feldberg und beginnen dann

die Tour. Ausblicke und lange Trailstücke sind bei dieser Runde dabei.

**Bewertung: S1; TZ 4-8; TG 5 €****TF:** Matthias Koesler**Anmeldung:** ab 01.07.2022 - 05.08.2022 nur über die Homepage

Tournr. T134

20.08.2022

**Grosse Scheidegg und Bachalpseetrail**

Abwechslungsreiche Singletrails mit einzigartigem Bergpanorama

**Hinweise:** Anreise mit PKW oder DAV Bus. Einkehr unterwegs geplant.**Bewertung: Kondition mittel - schwer, Fahrtechnik schwer (S2); TZ 6-7; TG 20 €****Voraussetzungen:** Fortgeschrittene Mountainbike Fahrtechnik und Trailerfahrung,

Kondition für 1500 hm, funktionsfähiges Mountainbike, Helm, Handschuhe

**Vorbesprechung:** per Mail**TF:** Peter Hohm, Wolfgang Kothny**Anmeldung:** bis 17.08.2022 nur über die Homepage

Tournr. T104

17.09.2022

**Surenenpass**

Königsetappe der Zentralschweiz. Von Engelberg geht es stetig bergauf im

imposanten Aatal. Nach Passüberquerung startet ein Feuerwerk an herausfordernden

alpinen Trails, bis wir 1900 tm später am Urnersee wieder festen Boden spüren.

**Hinweise:** Zusatzkosten für Bahn- und Schiffsticket ca. 55.- Sfr. Abfahrt früh morgens.

Protektoren dringend empfohlen.

**Bewertung: Fahrtechnik: schwer bis sehr schwer Kondition: schwer; TZ 3-4; TG 20 €****Voraussetzungen:** Komplette MTB Fahrer die sich sicher auf alpinen Pfaden bis

S3 bergab bewegen können und hierfür auch für die 1400 hm und 1900 tm die

notwendigen Körner haben.

**Vorbesprechung:** per Mail**TF:** Heiner Wirtz**Anmeldung:** bis 14.09.2022 nur über die Homepage

Tournr. T079

24.09.2022

**Singletrail satt von Melchsee-Frutt zum Hasliberg**

Wir starten mit der Gondel von Stöckalp zum Melchsee. Dort fahren wir im alpinen

Gelände über phantastische Trails ins Hasliberger Gebiet.

Eine tolle Beschreibung mit vielen Fotos findet ihr hier:

<http://chregubikeblog.ch/?p=5181>**Hinweise:** Anreise mit PKW oder DAV Bus. Einkehr unterwegs geplant.**Ort:** Melchsee - Hasliberger Gebiet - Lungern - Sarnen**Bewertung: Kondition mittel, Fahrtechnik mittel - schwer (S2 Passagen); TZ 4-6; TG 10****€****Voraussetzungen:** Fortgeschrittene Mountainbike Fahrtechnik und Trailerfahrung,

Kondition für 1000 hm Anstieg und 2300 hm Abfahrt, 50 km Strecke, funktionsfähiges

Mountainbike, Helm, Handschuhe

**Vorbesprechung:** per Mail**TF:** Wolfgang Kothny**Anmeldung:** ab 15.07.2022 - 14.09.2022 nur über die Homepage

Tournr. T148

15.10.2022

**Ballon d'Alsace**

Wie letztes Jahr im Herbst wollen wir zum Abschluss Endurostrecken im Elsass unter die Stollen nehmen. Aber Vorsicht !!! Es wird sehr steil, sehr eng, sehr kurvig aber auch sehr spannend.

**Ort:** St. Maurice sur Moselle

**Bewertung:** **Kondition:** mittel **Fahrtechnik:** schwer bis sehr schwer; **Gz:** ganztägig; **TZ** 3-5; **TG** 10 €

**Voraussetzungen:** Weit fortgeschrittenen Fahrtechnik. Sehr steiles Gelände, enge steile Kurven sollten problemlos !!! befahren werden können. Protektoren empfohlen.

**TF:** Heiner Wirtz

**Anmeldung:** bis 11.10.2022 nur über die Homepage

**Schneeschuhtouren**01.03.2023 -  
05.03.2023**Langes Schneeschuhwochenende in der Zufallhütte**

Martelltal und die berühmte Zufallhütte mit dem Hüttenwirt Ulli, irgendwann muss jeder dort hin.

Wie jedes Jahr werden verschieden Touren angeboten, auf die vielen 3000-er in der Umgebung.

**Hinweise:** Anzahlung für die Hütte bei Anmeldung, 50€ Abfahrt am Mittwoch früh.

**Ort:** Martell, Südtirol

**Bewertung:** **WT3;** **Gz:** ca. 7 Std. und 1.000 - 1.500Hm; **TZ** 12-21; **TG** 50 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Schneeschuhtouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Michael Fischer, Andreas Gözl, Eckart Lindner

**Anmeldung:** ab 01.12.2022 - 23.12.2022 nur über die Homepage

**Skitouren**

18.12.2022

**1000 Hm+ im Schwarzwald**

Zu Beginn der Saison durchstreifen wir auf Skiern die Heimat; Routenwahl je nach Schneelage; Anreise mit ÖV

**Ort:** Schwarzwald

**Bewertung:** **WS+;** **Gz:** 4-6 h; **TZ** 4-8; **TG** 5 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse. Gute Kondition. Zügiges An- und Abfellen.

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Angela Rosin

**Anmeldung:** ab 01.10.2022 nur über die Homepage

06.01.2023 -  
08.01.2023**Gemeinschaftstour: Eisklettern trifft Skibergsteigen.**

s. auch S. XX

**Hinweise:** Gemeinschaftstour, d.h. die Teilnehmer sind für sich selbst verantwortlich. Lediglich die Organisation wird übernommen.

**Bewertung:** bis **WI 4 bzw. ZS;** **TZ** 4-8; **TG** 15 €

**Voraussetzungen:** Spezialkurs Eisklettern I und/oder Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**Vorbesprechung:** per E-Mail

**TF:** Stefan Schmökel

**Anmeldung:** ab 17.10.2022 - 18.12.2022 nur über die Homepage

Tournr. T165G

**14.01.2023****Rassige Tagestour Blüemberg****Tournr. T153**

Geplant ist der Bluemberg und Chronenstock ab Riemenstalden Käppeliberg mit langer Abfahrt nach Muothatal.

**Hinweise:** Tagestour mit frühem Start und mit Verwendung von ÖV in der Schweiz.

**Ort:** Riemenstalden

**Bewertung:** WS+; Gz: 4 Std Aufstieg; TZ 4-6; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**TF:** Bastian Feifel

**Anmeldung:** nur über die Homepage

**15.01.2023****Turne****Tournr. T147**

Entspannte Saisoneinstiegstour auf klassischen Skiberg im lieblichen Diemtigtal mit viel Platz auf dem Gipfel und viel Platz für eigene Abfahrts Spuren.

**Ort:** Diemtigtal, Zwischenflüh

**Bewertung:** WS-; Gz: 1040 m Aufstieg in 3 Stunden; TZ 4-7; TG 10 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**TF:** Martin Krall

**Anmeldung:** ab 01.10.2022 nur über die Homepage

**19.01.2023 -  
21.01.2023****Älplihorn (3006 m) und Büelenhorn (2806 m)****Tournr. T157**

Donnerstag bis Samstag, 2 ganz geile Touren ab Davos Monstein. Evtl am Donnerstag bei der Anreise das Pischahorn. Ein nicht weniger cooler Skiberg!

Unterkunft gegenüber der Brauerei Monstein...(Besichtigung nicht ausgeschlossen...) mit Sauna.

**Ort:** Davos Monstein

**Bewertung:** ZS-; Gz: 5 Std Aufstieg, Älplihorn ; TZ 4-5; TG 30 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**TF:** Bastian Feifel

**Anmeldung:** ab 24.12.2022 - 14.01.2023 nur über die Homepage



Tödi Südwestwand  
Foto: Stefan Schmökel

27.01.2023 -  
29.01.2023

Tournr. T154

### Freeride Davos

3 Tage Freeriden in einem der Top Freeride Gebiete der Alpen! Geplant ist auch die 3 Bahntour. Weitere Highlights: Pische Hürel und Wolfgang Couloirs, Rinerhorn Sertigtal, Gotschna Wang und Drostobel...

**Hinweise:** Geplant ist die 3 Bahntour Davos-Arosa-Lenzerheide mit ca 4000 Abfahrts Höhenmetern. Achtung: Extrakosten für Bahnen/Zug, zusätzlich zum Skipass Davos.

**Ort:** Davos

**Bewertung:** bis ZS+; Gz: 30-90 min Aufstieg; TZ 8-12; TG 60 €

**Voraussetzungen:** Aktueller Sicherheitstag Lawine. Sehr guter Tiefschneefahrer und entsprechende Ski oder Board. Sehr gute Kondition.

**TF:** Bastian Feifel, Gerson Pfaff

**Anmeldung:** ab 24.12.2022 - 25.01.2023 nur über die Homepage

04.02.2023 -  
05.02.2023

Tournr. T167

### Freeride Wochenende Lötschental

2 Tage Freeriden im Lötschental. Unser Ziel ist es mit möglichst wenig Aufstieg die besten und längsten Abfahrten zu finden. Übernachten werden wir in einer schönen Unterkunft mit HP.

**Ort:** Lötschental

**Bewertung:** bis ZS+; Gz: 30-60 min Aufstieg; TZ 4-6; TG 40 €

**Voraussetzungen:** Aktueller Sicherheitstag Lawine. Sehr guter Tiefschneefahrer und entsprechende Ski bzw. Board. Evtl. Fußanstieg oder bis zu 1 Std Aufstieg mit Ski. Sehr gute Kondition. Alpine Erfahrung.

**Vorbesprechung:** In Abhängigkeit der Teilnehmer

**TF:** Burkhard Peter

**Anmeldung:** ab 01.12.2022 - 31.01.2023 nur über die Homepage

08.02.2023 -  
10.02.2023

Tournr. T155

### Freeride Days Sedrun/Disentis

Mittwoch-Freitag Freeriden mit kleinen Aufstiegen und grossen Abfahrten im Skigebiet Disentis und Sedrun.

Je nach Schneelage würde ich aber flexibel auf Touren ausweichen...mit langen Aufstiegen und super Abfahrten...

**Ort:** Disentis, Sedrun, Oberalppass

**Bewertung:** ZS+; Gz: 30-60 min wenn Freeriden; evtl Tourentag mit 4-5 Std; TZ 4-6; TG 60 €

**Voraussetzungen:** Aktueller Sicherheitstag Lawine. Schwindelfreiheit wegen ausgesetzter Zustiege. Sehr gute Kondition. Sehr guter Ski- oder Snowboardfahrer mit alpiner Erfahrung.

**TF:** Bastian Feifel

**Anmeldung:** ab 24.12.2022 - 04.02.2023 nur über die Homepage

18.02.2023 -  
23.02.2023

Tournr. T159

### Skidurchquerung von Airolo zur Hinterrheinquelle

Einsame Skidurchquerung in grandioser Landschaft zwischen Gotthard und San Bernardino mit Überschreitung des Rheinwaldhorns. Übernachtung hauptsächlich in Winteräumen, d.h. das Essen muss im Rucksack transportiert werden.

**Hinweise:** An- und Abreise mit ÖV; Anreise Samstagmittag; erste ÜN im Hotel in Airolo

**Ort:** östliches Tessin

**Bewertung:** ZS+; TZ 4-5; TG 60 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine; sicherer Skifahrer, gute Kondition für bis zu 1300 Hm, Erfahrung im Umgang mit Steigeisen und Seil, Schwindelfreiheit für leichte Gratklettern

**Vorbesprechung:** per Mail

**TF:** Angela Rosin

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 - 12.02.2023 nur über die Homepage

22.02.2023 -  
23.02.2023

### Blüemberg-Glatten

Geplant ist Mittwoch der Blüemberg ab Riemenstalden Käppelberg mit langer Abfahrt nach Muothatal. Am Donnerstag auf den Glatten ab Schwarzenbach mit rassiger Nordabfahrt.

Tournr. T156

**Hinweise:** Früher Start und mit Verwendung von ÖV in der Schweiz

**Ort:** Muothatal

**Bewertung:** WS+; Gz: 5 Std Aufstieg; TZ 4-6; TG 20 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**TF:** Bastian Feifel

**Anmeldung:** ab 24.12.2022 - 12.02.2023 nur über die Homepage

03.03.2023 -  
06.03.2023

### Die wilden W's – Skidurchquerung

Viertägige Skihochtour durch das westliche Berner Oberland über Wildhorn und Wildstrubel mit einer überwältigenden Aussicht auf die nahen Walliser Viertausender.

Tournr. T163

**Ort:** Startpunkt Col du Pillon, Endpunkt Lenk

**Bewertung:** ZS; TZ 6-8; TG 80 €

**Voraussetzungen:** Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**TF:** Martin Kral, Jürgen Kühnöl

**Anmeldung:** ab 01.11.2022 nur über die Homepage

## Eisklettern

06.01.2023 -  
08.01.2023

### Gemeinschaftstour: Eisklettern trifft Skibergsteigen.

Wir starten in die Saison. Eisklettern und/oder Skibergsteigen für Fortgeschrittene nach Absprache in eigenverantwortlichen Seilschaften bzw. Gruppen. Gebiet nach Verhältnissen.

Tournr. T165G

**Hinweise:** Gemeinschaftstour, d.h. die Teilnehmer sind für sich selbst verantwortlich. Lediglich die Organisation wird übernommen.

**Ort:** nach Verhältnissen

**Bewertung:** bis WI 4 bzw. ZS; TZ 4-8; TG 15 €

**Voraussetzungen:** Spezialkurs Eisklettern I und/oder Grundkurs Skitouren und aktueller Sicherheitstag Lawine oder vergleichbare Kenntnisse.

**Vorbereitung:** per E-Mail

**TF:** Stefan Schmökel

**Anmeldung:** ab 17.10.2022 - 18.12.2022 nur über die Homepage

## Sektionsveranstaltungen

11.12.2022

### Kleine Wanderung und Nikolausfeier

Nachmittägliches Treffen an einer Hütte/Lagerfeuerplatz in der Nähe.

Wenn alle brav waren, kommt der Nikolaus.

Weitere Infos über die Homepage und per E-Mail.

Offen für die gesamte Sektion und Gäste!

**Anmeldung:** bei Bernadette Abele, familie@dav-loerrach.de, Tel. 07623/4676853





# Wir arbeiten klimaneutral. Jetzt. Nicht morgen.

## Ökopionier der ersten Stunde

Klimaschutz liegt uns schon immer am Herzen. Mit über 100 Jahren Erfahrung in der Produktion von Ökostrom aus Wasserkraft ist die Energiedienst-Gruppe Ökopionier der ersten Stunde. Seit Januar 2020 ist die Energiedienst-Gruppe als eines der ersten Energie-Unternehmen in Deutschland und der Schweiz klimaneutral. Das Fundament für ihre Klimaneutralität hat die Unternehmensgruppe in den vergangenen Jahrzehnten gelegt – durch die eigene Produktion von Ökostrom, die Steigerung der eigenen Gebäude-Energieeffizienz, die konsequente CO<sub>2</sub>-Reduzierung bei Fahrzeugen und Fuhrpark, zertifiziertes Umwelt- und Energiemanagement und den Auf- und Ausbau der regionalen Wärmeversorgung.

Die Energiedienst-Gruppe vermeidet und reduziert CO<sub>2</sub>-Emissionen. Unvermeidbare CO<sub>2</sub>-Emissionen werden durch zertifizierte Klimaschutzprojekte ausgeglichen.

***[naturenergie.de/klimaneutral](https://naturenergie.de/klimaneutral)***



**NaturEnergie**

NaturEnergie. Eine Marke der Energiedienst-Gruppe

## Wiederkehrende Aktivitäten und Trainingstermine

Die aktuellen Termine oder Treffpunkte sind auf unserer Homepage [www.dav-loerrach.de](http://www.dav-loerrach.de) zu erfahren.

**Mittwoch**  
**18:30 Uhr**  
**April – Okt**

### MTB-Training

**Treffpunkt:** Vor dem Restaurant Ginza im Grütt, Lörrach  
Mehrere Gruppen, Start 18.30 Uhr, weitere Infos gerne per E-Mail  
**Kontakt:** Kothny, Wolfgang, kothnyw@gmail.com, 07621/1579300  
Matthias Koesler, matthias.koesler@moebel-koesler.de, 07621/44235

**Montag**  
**18:00 Uhr**  
**Mai – Okt**

### Rennrad-Training

**Treffpunkt:** nach Absprache  
Start am 2. Montag im Mai um 18 Uhr, Infos gerne auf Anfrage per E-Mail  
**Voraussetzung:** Grundkondition für ca. 60 km und 1000 Hm  
**Kontakt:** Peter Löwe, peter-loewe@gmx.net

**Dienstag**  
**ab 17:30 Uhr**  
**Jan – Dez**

### Klettertreff – Freies Training ohne Übungsleiter

**Voraussetzung:** Grundkurs Felsklettern bzw. entsprechende Erfahrung  
**Kontakt:** Patrick Nacke, p.nacke@web.de; Mikaela Kaunisaho, mkaunisaho@gmail.com

**Donnerstag**  
**19-21 Uhr**  
**Sept – Juni**

### Sportliches Klettern am Donnerstag

Das Training ist eine hervorragende Ergänzung zum bereits bestehenden gemeinsamen Dienstagsklettern. Am Donnerstag steht das sportliche Klettern mit ausgebildeten Klettertrainern im Vordergrund.  
**Trainingsstützpunkt:** Kletterhalle Impulsiv (Weil am Rhein)  
**Voraussetzung:** Grundkurs Felsklettern bzw. entsprechende Erfahrung; eigenständiges Klettern und Sichern im Vorstieg, wobei im Vorstieg mindestens der Grad 5c sicher beherrscht werden sollte  
**Kontakt:** Patrick Nacke, p.nacke@web.de

siehe Rubrik  
JDAV

### Klettern in der Jugendgruppe

**Mittwoch**  
**18:45 Uhr**  
**Nov – März**

### WinterFIT-Hallentraining

Bei Warmup, Zirkeltraining, Ball-Spielen, Faszientraining, Workouts ist bestimmt für Jeden und Jede etwas dabei.  
**Treffpunkt:** THR-Halle der Theodor-Heuss-Realschule, Schützenstraße 22, Lörrach  
**Voraussetzung:** bequeme Sportklamotten, Hallenturnschuhe, Handtuch (Duschen)  
**Dauer:** 90 min.  
**Kontakt:** Heiko Plag, Tina Teufel-Hoferer & Alex Hoferer; winterfit@dav-loerrach.de



Sellaronda  
Foto: Franziska Urstöger

Anzeige

# Alles. Nur nicht Alltag.



Oben ist, wo jeder Schritt entscheidend ist.  
Und du voll auf dein Material zählen kannst.  
Bei jedem Wetter. Auf jedem Trail.  
Verlass' dich drauf. **Wir leben Bergsport.**

[baechli-bergsport.ch](http://baechli-bergsport.ch)



**B'ACHLI**  
BERGSPORT

Filiale Basel Hochbergerstr. 70 | 4057 Basel

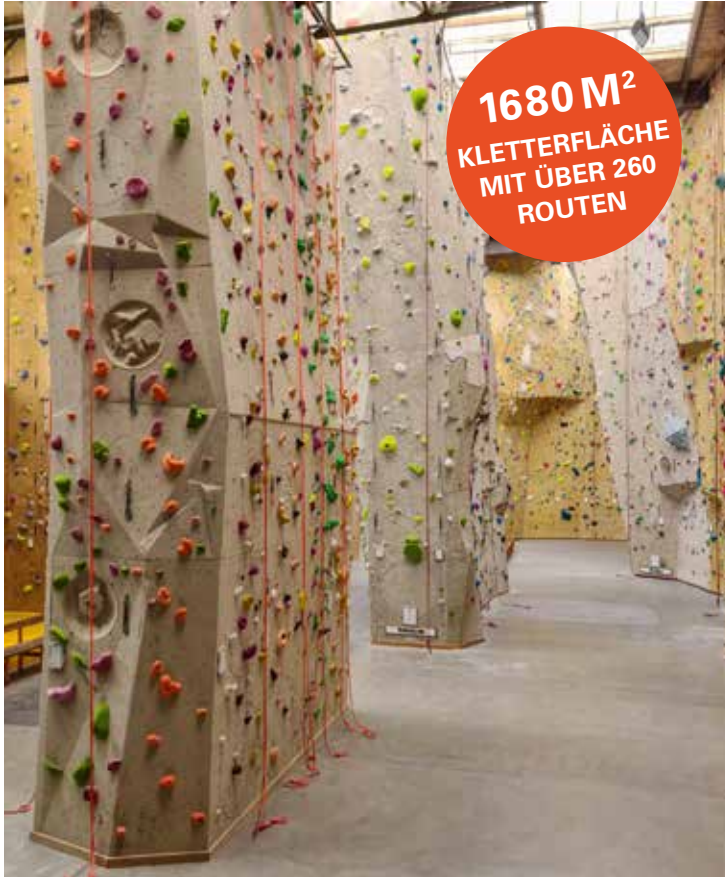
City Outlet Basel Güterstr. 137 | 4053 Basel

## Tourenführer / Kursleiter / Trainer der aktuellen Saison

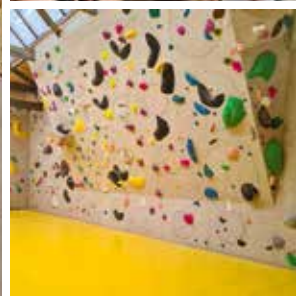
Die Übersicht enthält alle Tourenführer bzw. Kursleiter, die in der aktuellen Saison Touren bzw. Kurse anbieten. Unsere Trainer, Leiter und Organisatoren der Jugend-, Familien- und Seniorengruppe findet Ihr in unserem Heft in der jeweiligen Rubrik bzw. auf unserer Homepage unter: [www.dav-loerrach.de/kontakt/ansprechpartner](http://www.dav-loerrach.de/kontakt/ansprechpartner)

NAME	E-MAIL-ADRESSE	TELEFON	LIZENZ
Bähr, Markus	markus_baehr@web.de	0176/31378271	i.A., SP
Dickmann, Almut	almut@dickmann.ch	004161/8510833	SS, WL
Disch, Madlee	madlee@t-online.de	07621/44235	
Dressino, Luca	dressinoluca@gmail.com	0041/794448253	i.A., SB
Erbacher, Harald	haralderbacher@aol.com	07621/576172	AK, SB, SHT
Feifel, Bastian	bastian.feifel@gmx.net	0179/5141498	i.A., SB
Fischer, Michael	michael.fischer01@gmx.net	07621/5104965	BW, SS, WL
Fischer, Nikoletta	Nika_02@gmx.de	07621/5104965	
Francke, Andreas	herr.francke@googlemail.com		AK, BS
Gölz, Andreas	goelzandreas@t-online.de	07622/6844748	BW, SS, WL
Gutowski, Jörg	joerg_gutowski@web.de		SB
Harder, Claudia	gluecklichsein21@web.de		i.A.
Hassler, Jens	jens.hassler@gmail.com	0041/797820991	i.A.
Hein, Carsten	carsten-adventure@web.de	07627/8150	BW, SS, WL
Heinrich, Christian	christianheinrich_spd@gmx.de	07621/9147753	WL
Hermann, Pit	pit.peace@web.de		BO
Hermann, Ralf	speleoralf@web.de	07624/982235	SP
Hoferer, Alex & Tina	alex.hoferer@googlemail.com		
Hohm, Peter	mtb.dav-loerrach@online.de	07621/165982	MTB
Kaunisaho, Mikaela	mkaunisaho@gmail.com		
Koesler, Matthias	matthias.koesler@moebel-koesler.de	0157/34819907	
Kothny, Wolfgang	kothnyw@gmail.com	07621/1579300	i.A.
Kozdon, Gerard	kozdon@web.de	07621/5838372	BS, HT, SB, SHT
Krall, Martin	martinkrall2013@gmail.com	0041/767660847	SB
Kühnöl, Jürgen	juergenkuehnoel@web.de	0041/799449384	AK, SB
Kuri, Jochen	jkuri@mailbox.org	0041/763511362	AK, SB, SHT
Lindner, Eckart	eckart.lindner@web.de	0172/7466564	SS, WL
Löwe, Peter	peter-loewe@gmx.net	07621/1627284	
Maier, Andreas	amaier1@gmx.de	0043/6606642430	BS, HT
Nacke, Patrick	p.nacke@web.de	07621/6876190	BS, HT
Peter, Burkhard	burkhard_peter@gmx.net	0178/6384681	MTB, SB, FRG
Pfaff, Gerson	gersonpfaff@web.de	0176/51347415	i.A., SB, SHT
Philipp, Kirsten	kirsten_philipp@hotmail.com	0041 77/4683053	WL
Plag, Heiko	heiko@plag.de	07621/164194	
Rasmussen-Schmitt, Astrid	rasmussen_a@web.de	07635/3984	KB, SK
Rosin, Angela	angela_rosin@gmx.de	07621/4259285	BS, SB
Schmökel, Stefan	sschmoekel@web.de	07622/6659403	i.A., BS, HT
Seger, Vanja	segervanja@gmail.com		SP
Stegmüller, Susanne	susanne@stegmueller.cx	0171/5733222	i.A., SP
Titze, Rainer	rainertitze@gmx.de	0170/4437391	AK
Tremmel, Sandra	s_tremmel@web.de	07622/9014870	BS, SB
Urstöger, Franziska	Franziska.Urstoeger@gmx.de	07621/1571937	BS
Wagner, Wolfgang	DrWagnerWolfgang@gmail.com	07624/909703	BS, HT
Walz, Naomi	naomiwalz@yahoo.de		SP
Weber, Maria	weber_maria@gmx.net		
Wirtz, Heiner	sandstreuer@aol.com	0172/3070269	MTB

AK Alpinklettern; BS Bergsteigen; BO Bouldern; BW Bergwandern; EK Eisfallklettern; FRG Freerideguide; iA in Ausbildung; KB Kletterbetreuer Breitensport; HT Hochtouren; MTB Mountainbike; SB Skibergsteigen; SHT Skihohtouren; SK Skilaut; SS Schneeschuhbergsteigen; SP Sportklettern; WL Wanderleiter



**1680 M<sup>2</sup>**  
**KLETTERFLÄCHE**  
**MIT ÜBER 260**  
**ROUTEN**



**DAS** KLETTERWÄNDE FÜR  
**TOPROPE UND VORSTIEG**  
**KLETTERZENTRUM**  
**IN BASEL** BOULDERRAUM  
MIT 320M<sup>2</sup> KLETTERFLÄCHE

Dornacherstrasse 192  
CH-4053 Basel

T: 061 331 07 07  
info@kletterhalle7.ch

[www.kletterhalle7.ch](http://www.kletterhalle7.ch)

Öffnungszeiten:  
Montag – Freitag:  
12<sup>00</sup> – 22<sup>30</sup>h

—  
Samstag – Sonntag:  
10<sup>00</sup> – 19<sup>00</sup>h



## Funktionsträger / Ansprechpartner

### Vorstand

<b>1.Vorsitzender</b>	<b>Hermann, Ralf</b>	vorstand1@dav-loerrach.de	07624/982235
<b>2.Vorsitzender</b>	<b>vakant</b>		
<b>Schatzmeisterin</b>	<b>Hiemer, Hildegard</b>	schatzmeister@dav-loerrach.de	07627/972124
<b>Schriftführerin</b>	<b>Rapp, Karin</b>	schriftfuehrer@dav-loerrach.de	07621/5108311
<b>Jugendreferentin</b>	<b>Walz, Naomi</b>	juref@dav-loerrach.de	

### Beirat

<b>Touren</b>	<b>Rosin, Angela</b>	touren@dav-loerrach.de	07621/4259285
<b>Ausbildung und Kurse</b>	<b>Stegmüller, Susanne</b>	kurse@dav-loerrach.de	0171/5733222
<b>Jugend</b>	<b>Homberger , Max</b>	jugend@dav-loerrach.de	
<b>Familie</b>	<b>Abele, Bernadette</b>	familie@dav-loerrach.de	07623/4676853
<b>Senioren</b>	<b>Klar, Bernd</b>	senioren@dav-loerrach.de	07621/71634
<b>Umwelt und Naturschutz</b>	<b>Meier, Volker</b>	umwelt@dav-loerrach.de	07627/9224606
<b>Geschäftszimmer</b>	<b>Roeßner, Hansjörg</b>	gz@dav-loerrach.de	07621/63905

### Funktionen

<b>Geschäftsstelle</b>	<b>Drömmner, Marion</b>	verwaltung@dav-loerrach.de	07621/5105042
<b>Assistenz</b>	<b>Schmökel, Stefan</b>	assistentz@dav-loerrach.de	07622/6659403
<b>Sektionsbus / Reservierung</b>	<b>Roeßner, Hansjörg</b>	bus@dav-loerrach.de	07621/63905
	<b>Klar, Bernd</b>	bus@dav-loerrach.de	07621/71634
<b>Sektionsbus / Abrechnung</b>	<b>Roeßner, Hansjörg</b>	bus@dav-loerrach.de	07621/63905
<b>Presse</b>	<b>Heigl, Stefan</b>	presse@dav-loerrach.de	
<b>Redaktion Lörrach alpin</b>	<b>vakant</b>	redaktion@dav-loerrach.de	07621/5105042
<b>Homepage</b>	<b>Schmitt, Rüdiger</b>	homepage@dav-loerrach.de	07635/3984
	<b>Hassler, Jens</b>	jens.hassler@gmail.com	0041/797820991
<b>Datenschutz</b>	<b>Stegmüller, Susanne</b>	datenschutz@dav-loerrach.de	0171/5733222
<b>Klimaschutz</b>	<b>Drömmner, Marion</b>	verwaltung@dav-loerrach.de	07621/5105042

### Disziplinen

<b>Bergwandern</b>	<b>Heinrich, Christian</b>	christianheinrich_spd@gmx.de	07621/9147753	
<b>Bergsteigen Hochtouren Eisklettern</b>	<b>Schmökel, Stefan</b>	sschmoekel@web.de	07622/6659403	
<b>Klettern (allgemein)</b>	<b>Stegmüller, Susanne</b>	susanne@stegmueller.cx	0171/5733222	
<b>Klettergruppe</b>	<b>Nacke, Patrick</b>	p.nacke@web.de	07621/6876190	
	<b>Kurse</b>	<b>Kothny, Wolfgang</b>	kothnyw@gmail.com	07621/1579300
<b>MTB</b>	<b>Touren</b>	<b>Wirtz, Heiner</b>	sandstreuer@aol.com	0172/3070269
	<b>Training</b>	<b>Koesler, Matthias</b>	matthias.koesler@moebel-koesler.de	0157/34819907
		<b>Kothny, Wolfgang</b>	kothnyw@gmail.com	07621/1579300
<b>Schneeschuhgehen</b>	<b>Hein, Carsten</b>	carsten-adventure@web.de	07627/8150	
<b>Skibergsteigen</b>	<b>Kühnöl, Jürgen</b>	juergenkuehnoel@web.de	0041/799449384	
<b>Freeriden</b>	<b>Feifel, Bastian</b>	bastian.feifel@gmx.net	0152/53186566	



# Direkt, einfach und flexibel.

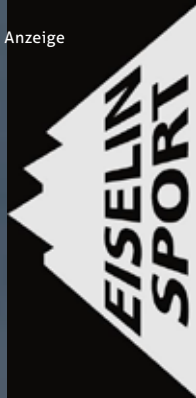
**Mit Online-Banking schnell und direkt zu Ihrer Sparkasse. Damit Sie Ihre Bankgeschäfte immer und überall erledigen können.**

Jetzt freischalten auf [s-lr.de/online](https://s-lr.de/online)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Lörrach-Rheinfelden



**LÖRRACH**  
(Deutschland)

**DER  
BERGSPORT-  
SPEZIALIST**

[www.eiselin-sport.de](http://www.eiselin-sport.de)

- Grenznah (CH-F-D)
- Kompetente Beratung
- Service / Reparaturen
- MwSt. Rückvergütung

Tel. +49 7621/167 640

**DEIN ABENTEUER  
BEGINNT HIER**

**47°36'32.6"N,**

**7°39'36.6"E**

**BERGSTEIGEN  
OUTDOOR  
WANDERN  
KLETTERN  
BOULDERN  
SKITOUREN  
FREERIDEN  
EISKLETTERN  
LAWINEN-  
AUSRÜSTUNG  
SCHNEESCHUH  
EXPEDITIONEN  
FERNREISEN**

