

Dez. 2025

# SEKTIONS NACHRICHTEN

Das Magazin der DAV-Sektion Heidelberg 1869 e.V.

Ausgabe 251



[www.alpenverein-heidelberg.de](http://www.alpenverein-heidelberg.de)  
[www.kletterzentrum-heidelberg.de](http://www.kletterzentrum-heidelberg.de)



Lisa Marie Lorenz,  
Zweigstellenleiterin



Sophie Imhof



Uwe Maurer



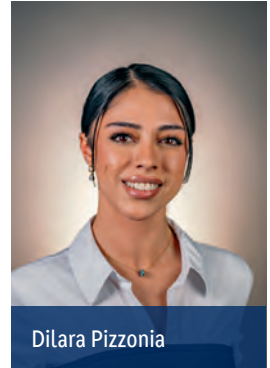
Silvan Schöpf



Alexandra Prill



Sophie Henseler



Dilara Pizzonia

# Kompetenz in Ihrer Nähe

Mit unserer **Genossenschaftlichen Beratung** finden Lisa Marie Lorenz und ihr Team gemeinsam für Sie in jeder Lebenslage und für jedes Bedürfnis die richtige finanzielle Lösung.

Vereinbaren Sie einen Termin. Telefon: 06221 514-0.



**VOLKSBANK**  
HEIDELBERG-NECKARTAL

Zweigstelle Rohrbach  
Karlsruher Straße 86

## Vorstand und Verein

- 4 Vorwort
- 6 Aktuelles
  - zum Beitragsjahr 2026
  - aus der Sektion
- 10 Workshop und Ideensammlung zur möglichen Erweiterung des Vereinsheims
- 12 Vierter Heidelberger Klettermarathon



## 14 Neues aus der Bibliothek

## Aus den Referaten

- 18 **Alpinistik und Ausbildung**
  - Allgemeine Infos zu Kursen und Touren
- 22 - LVS-Kurs
- 24 **Skibergsteigen**
- 25 - Blaue Fjorde - weiße Berge
- 28 **Wege**



Instandhaltungsarbeiten um die Heidelberger Hütte

## 30 Wandern

## 31 JDAV

## 32 Mountainbike

MTB in Baiersbronn

## 34 Sport

## 35 Klettern

Traditionell im Donautal

## 36 Familienbergsteigen

Die Familiengruppe am Plansee

## 39 Natur- und Umweltschutz

Exkursion im Berner Oberland

## 42 Bergsteigen

- Sportwandern



## 45 Wiedenbachhütte

## 46 Touren und Kurse

## 51 Ortsgruppe Waghäusel

## 53 Die Sektion im Überblick

5 Impressum





## **Liebe Mitglieder der Sektion Heidelberg,**

wie schon berichtet laufen die Vorbereitungen zur Planung der Hallenerweiterung. Inzwischen fand ein Treffen von interessierten Mitgliedern statt, um herauszufinden, wie man sich im Verein die Zukunft unserer Halle vorstellt. Hier kristallisierte sich schnell heraus, dass es einen größeren Raum für Sportkurse und mehr Möglichkeiten, um gemeinsam zusammensitzen zu können geben soll, und natürlich müssen die Klettermöglichkeiten vergrößert werden. Erste Gespräche mit unserem Architekten haben bereits stattgefunden. Im Sommer 26 wird es dann dazu eine außerordentliche Mitgliederversammlung geben. Der Vorstand wird in den Sektionsnachrichten und unserer Homepage frühzeitig auf den Termin hinweisen. Wir hoffen auf rege Beteiligung.

Mit der Sanierung der Sanitärräume wird im Januar begonnen. Die Vorbereitungen sind nun abgeschlossen, die Fliesen und Sanitäranlage sind ausgesucht, die Firma kann durchstarten. Nach über 20 Jahren ist das sicher dringend erforderlich. Ab September wurden wir an das Fernwärmenetz angeschlossen, auch wieder ein wichtiger Beitrag zum Klimaschutz.

Wie immer im November hatten wir auch in diesem Jahr zur Gartenpflege aufgerufen. Erfreulicherweise kamen doch unerwartet viele Mitglieder, um gemeinsam anzupacken. So konnte viel Unkraut, Büsche und braune Zweige entfernt werden. Nach mehreren Stunden war die Anlage für den Winter gerüstet. Bei anschließender Pizza und Getränken konnte die Aktion gemeinsam beendet werden. Der Winter und der Schnee können kommen.

Wir hoffen schon heute, dass sich auch im nächsten November wieder viele Mitglieder beteiligen werden.

Allen Mitgliedern wünsche ich nun eine schöne Adventszeit, vielleicht mit ersten Schneeflocken, ein schönes Weihnachtsfest im Kreise der Familien und alles Gute für 2026

**Ihr Ulf Gieseler**

♥ lichen Dank an all  
unsere Ehrenamtlichen!



## Spenden

Frau Lore Herrmann	300 Euro
Herr Peter Andreas Weigel	100 Euro

Spenden helfen uns sehr, das Vereinsheim, die Heidelberger Hütte, die Wiedenbachhütte und die Kletterhalle auch in Zukunft als attraktives Zentrum für unsere Mitglieder zu gestalten. Darum sind Spenden natürlich immer willkommen und wir freuen uns über jeden Beitrag. Eine Spendenbescheinigung stellen wir natürlich aus.

Spenden bitte auf unser Spendenkonto:  
Heidelberger Volksbank IBAN:  
DE93 6729 0000 0000 1019 23



## Impressum

**Herausgeber:** Sektion Heidelberg des Deutschen Alpenvereins 1869 e.V.  
Harbigweg 20, 69124 Heidelberg  
06221-484076  
geschaefsstelle@alpenverein-heidelberg.de

Die Sektionsnachrichten des Deutschen Alpenvereins Sektion Heidelberg 1869 e.V. (Herausgeber) erscheinen 4-mal jährlich. Der Bezugspreis für Mitglieder ist im Jahresbeitrag enthalten.

Die Beiträge geben die Meinung der jeweiligen Verfasser wieder. Deren Ansichten müssen nicht unbedingt mit denen des Vorstandes oder der Redaktion identisch sein.

**Redaktion/Anzeigen:** Sylvia Katz, Sektion Heidelberg 1869 e.V., Harbigweg 20, 69124 Heidelberg  
**Druck:** City-Druck Heidelberg, Bergheimer Str. 119, 69115 Heidelberg  
**Titelbild:** Dolomiten, Puezgebiet  
**Auflage:** 5.000 Exemplare

**Der Druck des Vereinsheftes erfolgt auf FSC-zertifiziertem Papier**

**Redaktionsschluss für die SN252: 25. Januar 2026**

Bitte alle Beiträge per e-Mail an: [sektionsnachrichten@alpenverein-heidelberg.de](mailto:sektionsnachrichten@alpenverein-heidelberg.de)

## Liebe Mitglieder,

wie gewohnt können Sie sich bei Fragen zur Mitgliedschaft oder anderen Themen rund um die Sektion gerne an uns wenden, entweder telefonisch, per Mail oder auch persönlich zu den Öffnungszeiten der Geschäftsstelle (Di, Mi, Do von 17:00 bis 19:00 Uhr). Wir möchten Sie bitten, Ihre Mitgliederdaten aktuell zu halten, das erleichtert die Kommunikation für uns und für Sie.

Wir wollen Sie schon jetzt über die Öffnungszeiten in der Weihnachtszeit und über den Jahreswechsel informieren.

Wir werden die Geschäftsstelle ausnahmsweise am **Montag, den 22.12.2025 zwischen 14.00 und 18.00 Uhr** öffnen. Das ist dann auch der letzte Termin, um Material oder Bücher über die Feiertage und den Jahreswechsel auszuleihen. Für die Materialleihe berechnen wir eine Feiertagspauschale von sechs Tagen.

Am 23.12.2025 ist die Geschäftsstelle geschlossen.

Wir öffnen wieder am **Mittwoch, den 7. Januar 2026** zu den gewohnten Öffnungszeiten.

Wir wünschen Ihnen allen eine wunderschöne Vorweihnachtszeit und ein frohes Weihnachtsfest!

Ihr Team der Geschäftsstelle



## Die Geschäftsstelle hält für unsere Mitglieder bereit:

Alpenvereinskarten und Planzeiger - mit Wegemarkierungen oder mit Skirouten, € 8,50 per Stück, Planzeiger € 8,50

SnowCard - Die Hologrammkarte für den Lawinen-Risiko-Check, € 13,50

Wanderkarte 1 : 25.000 um die Wiedenbachhütte - Bühler Tal und Umgebung mit Wandervorschlägen, € 3.90

AV-Hüttenschlafsäcke Baumwolle - Größe 220 x 88 cm, ca. 440 g, € 22,95

## Informationen zur Mitgliedschaft für 2026

### Mitgliedsbeitrag für 2026

Der Jahresbeitrag für die Sektion Heidelberg wird Anfang Januar 2026 per Lastschrift eingezogen. Mitglieder, die nicht am Lastschriftverfahren teilnehmen, müssen den Mitgliedsbeitrag bis spätestens Ende Januar 2026 entrichten.

### Adressen-/Kontoänderungen

Bitte teilen Sie uns nach einem Umzug Ihre **neue Anschrift** umgehend mit. Es besteht sonst die Gefahr, dass unsere Post (wie z.B. dieses Mitteilungsheft) oder auch der Ausweis 2026 Sie nicht erreicht. Gleiches gilt für eine **Änderung Ihrer Bankverbindung**, da wir sonst Ihrem Mitgliedsbeitrag nicht einziehen können. Dieses ist mit hohen Kosten verbunden, die wir von den Mitgliedern zurückfordern müssen.

Damit wir Sie im Bedarfsfall schnell kontaktieren können, möchten wir Sie bitten, uns auch eine aktuelle Email-Adresse mitzuteilen.

### Kündigungen

Der Austritt aus der Sektion zum Ende des laufenden Kalenderjahres hätte der Geschäftsstelle schriftlich **bis spätestens 30.09.2025** mitgeteilt werden müssen. Verspätete Austrittserklärungen wirken erst zum Ende des nächsten Vereinjahres, das Mitglied bleibt bis dahin beitragspflichtig. Bei einer Kündigung zum 31.12. endet die Mitgliedschaft am Jahresende. Zu diesem Termin erlischt auch der Versicherungsschutz. Bei erfolgter Kündigung versenden wir eine Kündigungsbestätigung. Sollten Sie diese nicht erhalten, nehmen Sie bitte nochmals Kontakt zu uns auf.

Bei nicht gekündigter Mitgliedschaft gilt der Ausweis 2025 bis zum 28.02.2026. Die Ausweise für 2026 werden zentral von München aus ab Anfang Februar verschickt.

### Kategorieumstellungen zum neuen Beitragsjahr

Wir möchten Sie mit dieser Ausgabe schon wieder auf die **Kategorieumstellungen** zum Jahreswechsel aufmerksam machen. Welcher Jahrgang umgestellt wird und wie sich das auf den Mitgliedsbeitrag auswirkt, entnehmen Sie bitte der Tabelle. Beachten Sie bitte, dass wir keine Einzelbenachrichtigungen zur Kategorieumstellung versenden können.

Jahrgang	Von Kategorie in 2025	Beitrag 2025 in €	Zu Kategorie in 2026	Beitrag 2026 in €
2011	5000	12,00	5020	28,00
2011	5010	35,00	5030	45,00
2007	5020	28,00	4000	50,00
2007	5030	45,00	4000	50,00
2007	7000	beitragsfrei	4000	50,00
2007	7800	beitragsfrei	4700	25,00
2000	4000	50,00	1000	100,00
2000	4700	25,00	2700	50,00

### Sektionsnachrichten online lesen und Ressourcen sparen

An dieser Stelle möchten wir Sie auf die Möglichkeit, die Sektionsnachrichten online zu lesen, aufmerksam machen. Melden Sie sich bitte auf der Geschäftsstelle [geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de](mailto:geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de) - wir stellen gerne für Sie um!

Auch das Mitgliedermagazin „Panorama“ steht Ihnen online zur Verfügung, dies können wir ebenfalls für Sie umstellen.



Seit Anfang November hat unser Sektionsbus nun auch wieder eine Folierung und ist unverkennbar der Bus der Sektion Heidelberg!

Vielen Dank an Markus für das Erstellen des Designs und fürs Kümmern um die Folierungsarbeiten!



Liebe Kletterer,

wir erweitern zur Entzerrung des hohen Besucherandrangs die Öffnungszeiten unserer Kletterhalle.

Ab Freitag, 5.12.25, werden wir bis ins Frühjahr 2026 an Freitagen von 12:00 Uhr bis 23:00 Uhr für den Kletterbetrieb öffnen





## Eine Geburtstagsroute für Theo

Die Idee entstand beim Workshop zur Erweiterung des Vereinsheims am 18.10.25:

Eine Geburtstagsroute für Theo, der sich aktiv in die Ideensammlung für eine mögliche Erweiterung des Vereinsheims einbrachte und mit seinen 80 Jahren noch manchem davonklettern!

Am letzten Routenbau-Wochenende wurde die Idee dann in die Tat umgesetzt, und Theo kam noch am Abend zum Klettern. Eingebunden, eingestiegen und sauber durchgezogen!

Herzlichen Glückwunsch dazu und natürlich auch zum Geburtstag, lieber Theo, und weiter so :-)



## Erweiterung des Vereins- und Kletterzentrums? Ideensammlung am 18. Oktober 2025

Am Samstag, 18. Oktober 2025, trafen sich 28 Sektionsmitglieder, insbesondere aus dem Kreis der Hallenkletterer, um Anforderungen an einen möglichen Erweiterungsbau des Vereins- und Kletterzentrums (VKZ) in einem strukturierten Prozess zu sammeln. Als wesentliche Wünsche der Teilnehmer an einen Erweiterungsbau konnten dabei identifiziert werden:

- Ein gemütlicher Sitzbereich mit genügend Platz zum Essen, Trinken, Zusammensitzen, idealerweise als Bistro.
- Mehr Kletterfläche für das Seilklettern auch im obersten Schwierigkeitsbereich
- Verbesserung der Bouldermöglichkeiten, insbesondere für Techniktraining. Es kam jedoch kein Wunsch nach einer größeren Boulderhalle.
- Sport – und Trainingsraum mit vielfältiger Ausstattung
- Erweiterung des Platzes für die Sektionsjugend
- Kinderbereich
- Ergänzung der Ausbildungsmöglichkeiten für alpines Klettern und mobile Sicherungsmittel im Außenbereich
- Kletterlinie mit Sicherungsautomat

Aus diesem Anforderungsprofil werden im nächsten Schritt die Projektkosten für einen Erweiterungsbau grob geschätzt.

Eine Entscheidung für oder gegen eine Erweiterung des VKZ ist bisher nicht gefallen. Sobald die Projektkosten beziffert werden können, wird es eine Mitgliederversammlung zur Entscheidung über den weiteren Projektverlauf und Projektvarianten geben. Nach derzeitigem Stand erwarten wir diesen nächsten Schritt für das Jahr 2026.

**Marc A. von der Heydt**





# Vierter Heidelberger Klettermarathon



Zwanzig hochmotivierte Seilschaften stehen auch dieses Jahr bereit, fünf Stunden lang Routen zu klettern, Unterarme zum Brennen zu bringen und alles zu geben – Willkommen beim vierten Heidelberger Klettermarathon!

Neben dem Punkte sammeln durch gekletterte Routen warten auch in diesem Jahr besondere Herausforderungen auf die Teilnehmer: Beim Speed-Klettern zählt jede Sekunde, beim Bouldern mit Sandsäckchen auf dem Kopf sind Ruhe und Balance gefragt, und beim Rucksackpacken entscheidet ein gutes Gefühl für Gewicht über wertvolle Zusatzpunkte.

Den ganzen Tag wird geklettert, gelacht und angefeuert – Pausen werden kurz gehalten, denn jede Route könnte die entscheidenden Punkte bringen. Selbst als das finale „drei, zwei, eins, null!“ ertönt, kämpfen sich einzelne Seilschaften noch in den letzten Sekunden zum Umlenker. Spannung bis zur allerletzten Minute gehört zum Marathon einfach dazu. Sechs der Seilschaften kletterten dieses Jahr jeweils mehr als 100 Routen – beeindruckende Leistung! Nach dem ein oder anderen Tropfen vergossenen Schweißes geht es schließlich in den gemütlichen Teil des Tages über. Zeit zum Durchatmen, Essen, Trinken und um die Sieger zu ehren.



Herzlichen Glückwunsch an das Team „Chaisin the pain“, das sich den ersten Platz sichern konnte. Platz zwei geht an „Plastik-Affen“, dicht gefolgt von „Tintefish“ auf dem dritten Rang. Und natürlich haben alle Teams etwas mit nach Hause genommen: schöne Erinnerungen an einen intensiven, fröhlichen und sportlichen Tag – und vermutlich auch ein wenig Muskelkater.



Ohne helfende Hände wäre ein solches Event nicht möglich. Mein großer Dank geht deshalb an alle, die dieses Jahr fleißig mit angepackt haben. Ganz besonders hervorheben darf ich Hans B., der mit liebevoller Vorbereitung die hungrigen Kletterer mit Kürbissuppe und Hotdogs verköstigt hat.

Bis zum nächsten Jahr, eure Kadi





**Kletterführer Schwarzwald Nord**  
**Battert, Plättig, Murgtal, Bad Herrenalb, Nagoldtal, Schramberger Gebiete, Oberer Neckar, Ortenau**  
2025, 4. Auflage (Sprache: deutsch)

Der Schwarzwald gehört zu den größten deutschen Mittelgebirgen - ein Grund, warum es für dieses Klettergebiet zwei Bände, aufgeteilt in Nord und Süd, gibt. Einen Großteil des Nord-Bandes nimmt natürlich der Battert ein. Er ist ein Kletterziel von überregionaler, ja sogar länderübergreifender Bedeutung. An seinen Türmen und steilen

Wänden hat der Klettersport eine weit über hundertjährige Tradition. Die Art der Kletterei unterscheidet sich hier deutlich von der üblichen bohrhakengesicherten Kalklochzieherei: In den steilen Urgesteinswänden ist eine gute Fußtechnik mindestens genauso wichtig wie dicke Unterarme. Ebenfalls hilfreich ist die Fähigkeit, mit mobilen Sicherungsmitteln wie Cams und Keilen umgehen zu können - die Bohrhaken sind eher großzügig verteilt. Wer sich darauf einlässt, findet im Battert ein fast unerschöpfliches Angebot an herrlichen Kletterwegen in reizvoller landschaftlicher Umgebung sowie klassische Kletterwege, die lange im Gedächtnis bleiben.

Doch auch die anderen im Band beschriebenen Gebiete lohnen immer einen Besuch: Für die rauen Granitzinnen des Bühlertals braucht man ein ziemlich dickes Fell, an der Gausbacher Straßenwand im Murgtal kann man quasi mit dem Auto an den Einstieg fahren, in Bad Herrenalb hingegen mit der S1 aus Karlsruhe.

(Quelle: panico.de)

Leider wurden hier bei der Neuauflage die Seiten der Badener Wand am Battert eingespart. Die Haken dieser schönen sonnigen Wand wurden auf Entschluss des Regierungspräsidiums aus Gründen des Naturschutzes 2023 abgeflext. Zum Thema wurde auch bereits in den Sektionsnachrichten in der Vergangenheit berichtet. Die ältere Auflage des Führers aus dem Jahr 2019 mit der Artikelnummer 251 bleibt aus diesem Grund auch weiterhin im Bestand der Sektionsbibliothek.



**Orientierung mit Karte, Kompass, GPS**  
Wolfgang und Peter Linke  
2025, 19. Auflage (Sprache: deutsch)

Unabhängig und sicher durch jedes Terrain zu navigieren, erfordert spezielle Fähigkeiten. Lernen Sie die Kunst der Navigation mit bewährten Methoden, die weltweit einsetzbar sind. Ob in Bergen, Wüsten oder bei Seefahrten - mit Karte, Kompass und modernem Equipment wie GPS und Höhenmesser sind Sie stets auf Kurs. Dieses Handbuch ist für alle, die sich in der Natur zurechtfinden möchten. Mit praktischen Anwendungen und Technologien erhöhen Sie Ihre Sicherheit und Unabhängigkeit in jeder Umgebung.

Traditionelle und moderne Navigationstechniken werden kombiniert. Weltweit anwendbare Fähigkeiten für unterschiedliche Bedingungen werden berücksichtigt. Das Buch bietet ein perfektes Wissen für Outdoor-Enthusiasten und Entdecker.

(Quelle: shop.deli-us-klasing.de)

Auch hier bleibt die ältere Auflage mit der Artikelnummer 2392 aufgrund der hohen Nachfrage zum Thema im Bibliotheksbestand.



**Erste Hilfe Outdoor**  
**Survival Medizin und Notfallversorgung in der Wildnis**  
Artemis Saage  
2025, (Sprache: deutsch)

[...] Der erste Teil konzentriert sich auf lebensrettende Sofortmaßnahmen wie die Behandlung von Bewusstlosigkeit, Herz-Lungen-Wiederbelebung unter extremen Bedingungen sowie das Management von Verletzungen fernab der Zivilisation. Dabei werden auch improvisierte Rettungstechniken mit Naturmaterialien erklärt. Im Bereich Survival-Medizin lernen Sie die Verwendung von Heilpflanzen, Techniken zur Trinkwassergewinnung und wichtige psychologische Aspekte für Krisensituationen. Ein eigenes

Kapitel widmet sich der richtigen Zusammenstellung eines bushcraft erste hilfe set und der notwendigen Präventivmaßnahmen. [...] Durch die praxisnahe Aufbereitung und zahlreiche Illustrationen eignet sich dieser Ratgeber sowohl für Einsteiger als auch fortgeschrittene Outdoor-Enthusiasten. Die Kombination aus medizinischem Grundlagenwissen und praktischen Überlebenstechniken macht Sie fit für Notfälle in der Wildnis. [...] (Quelle: freytagberndt.com)



**Nachhaltige und einfache Camping-Küche**  
Marie und Julius Feldt  
2022, (Sprache: deutsch)

„[...] Kochen beim Campen ist für uns keine Hausarbeit, sondern ein entspanntes Gemeinschaftserlebnis, vom Beerensammeln im Wald über den Einkauf auf dem Markt bis zur abendlichen Runde mit Stockbrot am Feuer. Und damit das Ganze für uns und für die Natur auch so stressfrei bleibt, haben wir einfache Rezepte zusammengestellt, die auf exotische Zutaten verzichten und trotzdem Urlaubsflair verbreiten.“(Marie und Julius Feldt)

Einfache, schnelle Rezepte mit viel Gemüse mit Packlisten und Hinweisen zu umweltfreundlichen Campingplätzen in Europa, Tipps zum Feuermachen, Wildkräutersammeln und "zero waste"



**Unterwegs mit der Kochkiste**  
**Technik – Ausrüstung – Rezepte**  
Joey Menzel  
2025, 2. überarbeitete Auflage (Sprache: deutsch) ; OutdoorHandbuch Band 214

Dieses OutdoorHandbuch informiert über die verschiedenen Möglichkeiten, sich unterwegs eine Kochkiste herzustellen (z.B. mit Pulli/Schlafsack) und mit der Konstruktion zu kochen bzw. zu kühlen. Joey Menzel beschreibt über 70 abwechslungsreiche Rezepte für Gemüse-, Fleisch- und Fischgerichte, Eier-, Mehl- und Brotspeisen, Feuer, Grill und Desserts, und liefert Ideen für Tages- und Wochenendtouren, die Sie zu Hause vorbereiten können.

Allgemeines zur Küchenausrüstung und die wichtigsten Regeln beim Kochen in der Natur ergänzen das Basiswissen. Die Autorin nennt die für die Kochkiste bzw. Reiseküche geeigneten Nahrungsmittel mit Hinweisen zur Lagerfähigkeit und Frischemerkmalen. Der kompakte Dolmetscher rund ums Kochen in vier Sprachen erleichtert den Einkauf in fremden Ländern. Ein unverzichtbarer Reisebegleiter für alle, die zu Fuß, mit dem Rad, Zelt oder Boot unterwegs sind.

(Quelle: freytagberndt.com)



## **Camping, Wandern & Biken Deutschland** **50 Campingplätze zum Wandern und Biken**

2025, 1. Auflage (Sprache: Deutsch) ; KOMPASS Outdoor-Führer

Mit dem eigenen Camper, mit dem Wohnmobil oder mit dem Zelt zu verreisen, das bedeutet Freiheit pur für Naturliebhaber. Aber welche Regionen bieten beides: einen schönen Campingplatz und traumhafte Möglichkeiten für das Rad und die Wanderschuhe? Genau das stellt dieses Buch vor: 50 Camping-Orte mit jeweils fünf Wander- bzw. Fahrradtouren. Damit bekommst du schon einen guten Eindruck: Ist es idyllisch oder eher sportlich, startet man zu einer gemütlichen Fahrradtour oder ist es eher die anspruchsvolle Wanderung, die in der Region wartet.

(Quelle: shop.kompass.de)



## **Rad und Raus**

### **Alles für Microadventure und Bikepacking**

Gunnar Fehlau

2025, 3. aktualisierte Auflage (Sprache: deutsch)

Freiheit und Fahrspaß: Einfache Kurzreisen mit dem Fahrrad! Autor Gunnar Fehlau beschreibt, warum langwierige Planungen oft den spontanen Spaß verhindern. Stattdessen eröffnet er Möglichkeiten, direkt nach der Arbeit aufs Rad zu steigen und die Natur zu erkunden. Diese Kurztrips bieten Erholung und Abenteuer, ohne aufwendige Vorbereitung.

- Praktische Ausrüstungstipps: Alles Wissenswerte zur passenden Ausstattung und Materialwahl für effektive Kurztrips mit dem Fahrrad.
- Survival-Skills für die Natur: Wichtige Kenntnisse für Übernachtungen im Freien und Tipps für das Überleben in der Wildnis.
- Effektive Tourplanung: Hilfreiche Ratschläge zur Planung und Durchführung von spannenden Kurzreisen mit dem Rad.

## **Bike Guide**

### **50 Touren in Vorarlberg, Liechtenstein und Schweiz für Einsteiger und Trainierte**

Alexander Sonderegger, Julius Moosbrugger, Werner Sandholzer

2025, (Sprache: deutsch)

Vom Einsteiger bis zum durchtrainierten PRO finden Biker in diesem Guide Touren aller Schwierigkeitsgrade. Die erfahrenen Biker Alexander Sonderegger ([www.tourenspuren.at](http://www.tourenspuren.at)),

Julius Moosbrugger ([www.xitrail.com](http://www.xitrail.com)) und Werner Sandholzer, der führende Autor an Bike-Literatur im Dreiländereck (Bike Guides AT, FL, CH), stellen dem Leser ihr Wissen rund ums MTB nützlich und übersichtlich zur Verfügung. Sowohl einfache Panorama-Touren, als auch Gipfelerlebnisse (Bike & Hike) und interessante Trails werden in diesem Buch vorgestellt. (Quelle: [freytagberndt.com](http://freytagberndt.com))

**Sabrina Jung**

[bibliothek@alpenverein-heidelberg.de](mailto:bibliothek@alpenverein-heidelberg.de)

## Ein Besuch in Eurer Mitgliederbibliothek lohnt sich!!

Ihr könnt aus dem reichhaltigen Bestand von über 2500 Titeln zu Berg-, Kultur, Natur- und Umweltthemen auswählen und ausleihen.

Wir haben für Euch aktuelle Ratgeber und Führer zu:

- Bergwandern/Bergsteigen
- Hochtouren
- Skitouren
- Schneeschuhtouren
- Hüttentrekking
- Klettersteiggehen
- Sportklettern
- Mountainbiken
- 

Der gesamte Bücherkatalog unserer Bibliothek befindet sich zusammen mit der Ausleihregelung und der Systematik auch auf unserer Homepage

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



## Hinweise zur Mitgliedschaft und Anmeldebedingungen

Für die Teilnahme am Ausbildungs- und Tourenprogramm ist eine Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein erforderlich.

Mitglieder von Fremdsektionen werden zunächst nur auf die Warteliste übernommen und rücken nach, wenn die Sektionsveranstaltung nicht mit Mitgliedern des Deutschen Alpenvereins Sektion Heidelberg 1869 e.V. gefüllt werden kann.

Falls ihr Mitglied einer Fremdsektion seid und teilnehmen möchtet: Oft lohnt sich der Abschluss einer C-Mitgliedschaft in der Sektion Heidelberg.

Eltern und Sorgeberechtigte oder Betreuer von minderjährigen Teilnehmern oder Teilnehmern die wegen ihres körperlichen oder geistigen Zustandes der Aufsicht bedürfen müssen beachten, dass der Deutsche Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e.V. sowie die vom verantwortlichen Ressort Alpinistik und Ausbildung eingesetzten Ausbildungs- und Tourenleiter keine Aufsichtspflicht über den genannten Personenkreis übernehmen.

Für die Teilnahme an Sektionsveranstaltungen aus Alpinistik und Ausbildung wird im Allgemeinen eine Anmeldegebühr erhoben. Hier sind jedoch keine Fahrt- oder Übernachtungskosten, keine Eintritte für Kletterhallen oder Gebühren für Leihrüstung enthalten.

Die Anmeldung zu einer Veranstaltung ist erst mit Begleichung der Anmeldegebühr gültig. Die Anmeldegebühr ist spätestens 8 Tage nach der Anmeldebestätigung zu zahlen (bei Veranstaltungen der Kletterhalle VertiGo nach 14 Tagen), da sonst die Anmeldung erlischt.

Bei Rücktritt wird eine Bearbeitungsgebühr von EUR 25.00 einbehalten (bei Anmeldegebühren < EUR 25.00 entsprechend die gesamte Anmeldegebühr). Bei Rücktritt innerhalb von zwei Wochen vor Beginn der Veranstaltung wird die gesamte Anmeldegebühr einbehalten.

Bei Rücktritt von Veranstaltungen der Kletterhalle VertiGo oder bei einem Nicht-Erscheinen zum Veranstaltungstermin wird die gesamte Anmeldegebühr einbehalten.



Weitere Infos bei: Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e.V.,  
Tel.: 06221 - 484076  
geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de



Weitere Infos bei:  
DAV kletter boulder zentrum Heidelberg,  
kurse@kletterzentrum-heidelberg.de,

## Allgemeines zu Gemeinschafts- und Führungstouren

In unserer Tabelle bezüglich der Ausschreibungen des Ausbildungs- und Tourenprogrammes in den Sektionsnachrichten sind diese nach Theorie- und Seminarreihe, nach Ausbildungsveranstaltungen sowie nach Gemeinschafts- und Führungstouren gekennzeichnet.

Wenn die ersten beiden Kennzeichnungen recht eindeutig sein dürften, bedarf es bezüglich Gemeinschafts- und Führungstouren vielleicht ein paar Worte der Erläuterung:

Bei einer Gemeinschaftstour handelt es sich um eine Tour, die, ohne eine vorgegebene Führung, aus einer Gemeinschaft, typischerweise einer bestehenden Gruppe organisiert wird, bei der die Entscheidungen, wie die Auswahl von Weg und Ziel, eine Entscheidung über den Abbruch der Tour, eine Abfahrt über einen unsicheren Hang, die Festlegung von Sammelpunkten, die Absprache von Führungs- und Schlussmann(frau), die Absprache für Zwischenfälle, gemeinsam getroffen werden; bei der alle Teilnehmer über den Verlauf und die Länge Bescheid wissen, die Gefahren selbständig abschätzen können; bei der alle Teilnehmer der Gruppe den gesetzten Zielen selbständig gewachsen sind; bei der sich die Teilnehmer zum überwiegenden Teil bereits von früheren Touren her kennen.

Bei einer Führungstour übernimmt der Tourenleiter die Verantwortung für die Gruppe. Er sorgt dafür, dass die Gruppe zusammenbleibt und trifft die wichtigen Entscheidungen. Er gibt 'top down' Rastpunkte bekannt, teilt Führungs- und Schlussmann(frau) ein, erklärt Verhaltensmassnahmen für Zwischenfälle und informiert die Teilnehmer über die Schwierigkeiten und Gefahren der Tour.



Weitere Infos bei: Jürgen Stroh,  
juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de  
Tel.: 0151 - 53139100

## Information für Ausbildungs- und Tourenleiter

Für die Teilnehmer von Sektionsveranstaltungen aus Alpinistik und Ausbildung steht neben der auf unserer Geschäftsstelle erhältlichen Ausrüstung noch Folgendes zur Verfügung:

- Bergsteigerschutzhelm, 6 Stück (Grösse S/M, 2 Stück; Grösse M/L, 4 Stück)
- Klettergurt (Sitzgurt), 6 Stück (Grösse M, 2 Stück; Grösse L, 2 Stück, Grösse XL, 2 Stück)
- Klettersteigset, 6 Stück (bezgl. Körpergewicht anpassbar, 3 Stück)
- Bandschlinge 120 cm, 6 Stück (incl. Schraubkarabiner)

- Eisgerät, 2 Paar
- Eisschraube 22 cm, 3 Stück
- Eisschraube 16 cm, 6 Stück
- Einfachseil 70 m, 3 Stück (kostenfrei)
- Einfachseil 50 m, 3 Stück (kostenfrei)
- Halbseil 60 m, 1 Paar (kostenfrei)

Die jeweilige Reservierung erfolgt über die Ausbildungs- und Tourenleiter. Der Verleih und die Reservierung erfolgt direkt über Alpinistik und Ausbildung, nicht über die Geschäftsstelle unserer Sektion.



Weitere Infos bei: Jürgen Stroh,  
juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de  
Tel.: 0151 - 53139100

## Kletterschein 'Sicher Vorsteigen'

Aufbauend auf den Standards beim Toprope-Klettern wird die Palette der sicherungstechnisch zu beachtenden Punkte hier um den Bereich Vorstieg erweitert: Wer die Seilsicherung aufmerksam und korrekt ausführt, die Zwischensicherung aus stabiler Position unverdreht einhängt, auf korrekten Seilverlauf achtet und vom Partner-Check bis zum Blickkontakt vor dem Ablassen nichts vergessen hat, erhält den Kletterschein 'Sicher Vorsteigen'. Zum Erwerb bietet sich hier ein Aufbaukurs Klettern Künstliche Anlagen an.

## Sicherungs-Update Kletterschein Vorstieg

Es gibt neue Sicherungsgeräte und viele neue Erkenntnisse über sicheres Verhalten beim Indoor-Klettern. Für alle Kletterer, die sich aktuell informieren und schulen lassen wollen, bieten wir daher verschiedene Fortbildungsmodulare in der Reihe 'Sicher Sichern - Sicher Stürzen' an.

In den beiden Modulen 'Sicher Sichern' können verschiedene Sicherungsgeräte ausprobiert und verglichen werden. Zunächst im Toprope (Modul 1a), dann auch im Vorstieg (Modul 1b).

Im Modul 'Sicher Stürzen' können auch erfahrene Kletterer das Sichern und Halten von Stürzen mit ihren eigenen Sicherungsgeräten verbessern. Nach erfolgreich absolviertem Kurs erhalten die Teilnehmer das 'Sicherungs-Update' zum Kletterschein Vorstieg.



Weitere Infos bei: Jürgen Stroh,  
juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de  
Tel.: 0151 - 53139100

## Hallenklettern

### Schnupperkletterkurs Künstliche Anlagen (Erwachsene, Kinder ab 12 Jahre)

Ausprobieren einer neuen Sportart, Sammeln von Bewegungserfahrungen. Der Halleneintritt und die Ausrüstung sind nicht im Preis enthalten. Inhalte: Kennenlernen der Ausrüstung, Sicherungstechnik, Klettern im Toprope (Klettern mit Seilsicherung von oben).

Anforderungen: Keine Vorkenntnisse, durchschnittliche Sportlichkeit, Freude an Bewegung; auch für Nichtmitglieder ...!



## Sport- und Hallenklettern

### Aktion 'Sicher Klettern'

Das Beherrschen der Kletter- und Sicherungstechnik ist Voraussetzung zur Verminderung des Risikos beim Klettern.

Die vom Deutschen Alpenverein bundesweit ins Leben gerufene Aktion 'Sicher Klettern' bietet allen Kletterinnen und Kletterern die Möglichkeit zum Erwerb von zwei aufeinander aufbauenden Kletterscheinen.

Kletterscheinbesitzer haben nachgewiesen, dass sie selbständig klettern und mit der Sicherungstechnik in der Kletterhalle umgehen können. Sie kennen die wichtigsten Kletterregeln und haben mit ihrem Können und Wissen gezeigt, dass sie vertrauenswürdige Kletter- und Sicherungspartner sind.

Das Ausbildungsprogramm der Sektion Heidelberg bietet sowohl Einsteigern in die neue Sportart wie auch 'alten Hasen' verschiedene Möglichkeiten, einen Kletterschein zu erwerben.

### Kletterschein 'Sicher Toprope-Klettern'

Hier dreht sich alles um das sichere Toprope-Klettern: Sind die Gurte richtig angelegt und korrekt verschlossen, die Knoten richtig geknüpft und das Seil korrekt eingebunden ... ? Ist das Sicherungsgerät richtig eingehängt und das Seil richtig eingelegt ... ? Werden Sicherungstechnik und Seilkommandos beherrscht und fehlerfrei ausgeführt ... ? Wer hier die Sicherheitsstandards einhält, kann im Rahmen eines Grundkurses Klettern Künstliche Anlagen den Kletterschein 'Sicher Toprope-Klettern' erwerben.

# Alpinistik & Ausbildung

Ausrüstung: Sportbekleidung, Sportschuhe, Kletterschuhe (falls vorhanden), Hüftgurt, HMS-Karabiner, Jul2 (kann geliehen werden); ggf. Brustgurt oder Kombigurt bei Kindern.  
Ort: DAV kletter boulder zentrum Heidelberg  
Vorbesprechung: keine  
Gebühr (ermässigt): EUR 10.00 (EUR 5.00) bzw. EUR 15.00 (EUR 7.50) bei 'Nichtmitgliedern'  
Teilnehmerzahl: 6



Weitere Infos bei:  
DAV kletter boulder zentrum Heidelberg,  
kurse@kletterzentrum-heidelberg.de,  
Tel.: 06221 - 484076

## Grundkurs Klettern Künstliche Anlagen (Erwachsene, Kinder ab 14 Jahre)

Grundlagen für das selbständige Klettern in künstlichen Anlagen. Der Halleneintritt und die Ausrüstung sind nicht im Preis enthalten. Inhalte: Vertiefung der Inhalte Schnupperkletterkurs, Einbinden, Sichern und Ablassen, Grundlagen der Klettertechnik, Klettern im Toprope (Klettern mit Seilsicherung von oben), Vorstieg von bekannten Routen, Seilkommandos (zu, ab), Falltraining, Auf- und Abwärmen; Abnahme oder Update Kletterschein Toprope möglich.

Anforderungen: Schnupperkletterkurs Künstliche Anlagen oder entsprechende selbst erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten, allgemeine Sportlichkeit, Freude an Bewegung.  
Ausrüstung: Kletterschuhe, Hüftgurt, HMS-Karabiner, Jul2 (kann geliehen werden), Expressschlingen; ggf. Brustgurt oder Kombigurt bei Kindern.

Ort: DAV kletter boulder zentrum Heidelberg  
Vorbesprechung: keine  
Gebühr (ermässigt): EUR 55.00 (EUR 40.00)  
Teilnehmerzahl: 6



Weitere Infos bei:  
DAV kletter boulder zentrum Heidelberg,  
kurse@kletterzentrum-heidelberg.de,  
Tel.: 06221 - 484076

## Aufbaukurs Klettern Künstliche Anlagen (Erwachsene, Kinder ab 14 Jahre)

Vertiefung und Ergänzung der Grundlagenkenntnisse. Der Halleneintritt und die Ausrüstung sind nicht im Preis enthalten. Inhalte: Wiederholung der Inhalte des Grundkurses, fortgeschrittene Klettertechnik, Vorstieg unbekannter Routen, Sturztraining, Einführung in das Bouldern, Auf- und Abwärmen; Abnahme oder Update Kletterschein Vorstieg möglich.

Anforderungen: Grundkurs Klettern Künstliche Anlagen oder entsprechende selbst erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten, eigene Klettererfahrung, allgemeine Sportlichkeit.

Ausrüstung: Kletterschuhe, Hüftgurt, HMS-Karabiner, Jul2 (kann geliehen werden), Expressschlingen; ggf. Brustgurt oder Kombigurt bei Kindern.

Ort: DAV kletter boulder zentrum Heidelberg  
Vorbesprechung: keine  
Gebühr (ermässigt): EUR 55.00 (EUR 40.00)  
Teilnehmerzahl: 6



Weitere Infos bei:  
DAV kletter boulder zentrum Heidelberg,  
kurse@kletterzentrum-heidelberg.de,  
Tel.: 06221 - 484076

## Sportklettern

### Sicher und umweltbewusst im Klettergarten

Draussen ist anders ... Die meisten Kletterer beginnen den vertikalen Sport an einer künstlichen Kletterwand. Wenn es später von der Halle an den Fels geht, wird das Klettern facettenreicher, die Sicherungssituation anspruchsvoller und es gilt zusätzlich, ökologische Aspekte zu beachten.

In den Lebensräumen am und um den Fels finden sich seltene Tier- und Pflanzenarten. Rücksichtsvolles Verhalten, Nutzungsregelungen und zeitlich befristete Sperrungen schützen diesen Lebensraum und ermöglichen ein Miteinander von Klettern und Umweltschutz.

In vielen Gebieten bestehen regionale Klettertraditionen, denen es mit Respekt zu begegnen gilt.

An jeder Wand herrschen andere Bedingungen. Zusätzliche Sicherungstechniken sind notwendig.

Der Fels ist kein gewartetes Sportgerät. Jede Route erfordert einen Risikochek.

Ziel eines Outdoor-Kletterscheins ist es, Indoor-Kletterer hinsichtlich Ökologie und Sicherheit zu sensibilisieren und praktisch auszubilden. Die Lerninhalte sind auf bohrhakengesicherte Einseillängenrouten im Klettergarten ausgelegt. Klemmkeile oder Camalots und Klettereien mit alpinem Charakter werden nicht behandelt. Mobile Sicherungsmittel können jedoch auch im Klettergarten erforderlich sein. Ihre sichere Verwendung setzt Erfahrung voraus und wird am besten in weiterführenden Kursen erlernt.



Weitere Infos bei: Jürgen Stroh,  
juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de  
Tel.: 0151 - 53139100



[www.swhd.de](http://www.swhd.de)

*für kleine talente*  
*für große rekorde*  
*für dich*



Wir unterstützen Sport-Talente zahlreicher  
Vereine in Heidelberg und Umgebung.  
Mehr dazu unter [www.swhd.de](http://www.swhd.de)

stadtwerke  
heidelberg

## LVS-Kurs des DAV Heidelberg, Wipptal, Österreich

Freitag, 14.03. bis Montag, 17.03.2025

Am frühen Freitagmorgen trafen sich die Teilnehmer:innen des LVS-Kurses in Heidelberg. Nach zwei vorausgegangenen Theorieabenden war die Vorfreude auf die praktische LVS Ausbildung groß und die Spannung greifbar. Hatten die Kursteilnehmenden noch während der letzten Tage um ausreichend Schnee für ihren Praxiskurs gebangt, so bestand nun kein Zweifel mehr: Es würde Schnee geben, und das nicht zu knapp, über zwanzig Zentimeter waren schon gefallen, für die nächsten Tage waren weitere Schneefälle gemeldet.

Angekommen in Gries am Brenner wurden zügig Tourenbekleidung und LVS-Geräte angelegt, die Ski aufgefellt und ein großer LVS-Check durchgeführt, bevor der Aufstieg begann. Die Gruppe erreichte nach einer Gehzeit kurz vor Dämmerung die Sattelbergalm, wo sie herzlich von der Hüttenwirtin begrüßt wurde. Das spätere dreigängige Abendessen ließ keine Wünsche offen, und im Anschluss saß die Gruppe noch bis in die Nacht hinein bei angeregten Gesprächen im Wohnzimmer ihrer Almhütte zusammen.

Am zweiten Kurstag fand sich die Gruppe pünktlich um neun Uhr mit vollständiger LVS-Ausrüstung am Rand des Trainingsgeländes auf einer verschneiten Anhöhe unweit der Sattelbergalm ein. Hier wurden im Tagesverlauf verschiedene Lektionen der LVS-Rettung geübt.

Als sich die Dämmerung auf das Übungsgelände legte, kehrte die Gruppe in ihre Almhütte zurück. Die Kursteilnehmenden versammelten sich um den Kachelofen und lauschten gespannt der Wiederholung der Theorielektionen. Nach dem Abendessen waren drei wagemutige Kursteilnehmende noch immer nicht erschöpft, sodass sie, ausgerüstet mit Stirnlampen, mit ihrem Ausbilder zu einer kleinen Skitour im Mondenschein von der Sattelbergalm aufbrachen und mit einer nächtlichen Tiefschneeabfahrt belohnt wurden.



Der dritte Kurstag wartete mit der nächsten Skitour auf, denn schließlich hatte die Gruppe am Vortag alle praktischen und theoretischen Aufgaben gemeistert und somit die Voraussetzungen für das Skitourengehen erfüllt. Von der Sattelbergalm führte die sogenannte „Waldstückvariante“ hinauf auf den Sattelberg. Bei dichtem Schneetreiben gelangte die Gruppe in den tief verschneiten „Zauberwald“, wo sie bald die italienische Grenze passierte und von Süden her den Sattelberg erklomm.

Nach einer kurzen Rast, mit dem obligatorischen Eintrag ins Gipfelbuch und bei zaghaften Sonnenstrahlen, war für manche die Abfahrt zur Sattelbergalm die erste gemachte Skitour.

Nach der Mittagspause wurde nochmals in fünf Durchläufen das Erlernte angewandt und der Ernstfall erprobt. Aufgabe der Gruppe war es hierbei, die gesamte LVS-Suche beginnend mit der Aufgabenverteilung bis hin zum Ausgraben des Verschütteten geordnet durchzuführen. Bei Einbruch der Dunkelheit verlegte sich die Gruppe in die Almhütte, wo als letzte Lektion des Tages die Herz-Lungen-

Wiederbelebung eines Lawinenverschütteten an der Übungspuppe trainiert wurde.

Am Morgen des vierten Kurstages verließ die Gruppe nach dem Frühstück die Sattelbergalm und fuhr zum Tourengänger-Parkplatz ab. Das Ziel, der Niedererberg, wurde aufgrund starken Windes und eingeschränkter Sicht nicht erreicht, dafür sorgte das Gelingen, der herausfordernden Abfahrt nach deren Ende für strahlende Gesichter bei allen Teilnehmern, die mit vielen neuen Eindrücken, Erfahrungen und einer fundierten LVS-Ausbildung ihre Heimreise antraten.



Druckprodukt mit finanziellem

# Klimabeitrag

[ClimatePartner.com/10331-2511-1002](https://ClimatePartner.com/10331-2511-1002)

## Liebe Skibergsteiger,

die meisten Tourenangebote sind inzwischen eingetroffen, und die Online-Anmeldung läuft bereits. Viele von euch haben sich schon angemeldet, und bei einigen Angeboten gibt es bereits Wartelisten. Meiner Meinung nach haben wir dieses Jahr ein attraktives Programm, das für jeden etwas bietet. Ich hoffe, dass für den Spätwinter noch weitere Touren ausgeschrieben werden – schaut einfach regelmäßig auf unsere Webseite. Und vielleicht habt ihr ja selbst Lust, eine Tour anzubieten? Wir sind ein Verein, der vom ehrenamtlichen Engagement lebt und kein professioneller Reiseveranstalter.

Vor der Tourensaison noch der obligatorische Hinweis:

Unsere Tourenleiter sind angehalten, nur Teilnehmer mitzunehmen, die ein 3-Antennen-LVS-Gerät mitführen! Für die Teilnahme an den ausgeschriebenen Touren ist der Nachweis eines aktuellen LVS-Trainings (max. 3 Jahre) erforderlich. Die Sektion verleiht im Bedarfsfall moderne LVS-Geräte und bietet auch LVS-Kurse an. Falls Unklarheiten bestehen, bitte vor der Tour mit dem Tourenleiter besprechen (Vorbereitung). Schaufel und Sonde sind für jeden ebenso ein Muss.

Sicherheit steht beim DAV an erster Stelle. Wir folgen der Philosophie „Risiko bewusst managen“: Jede Tour soll sorgfältig geplant, Gefahren realistisch eingeschätzt und Entscheidungen verantwortungsvoll getroffen werden. Bitte denkt daran, dass Eigenverantwortung und Teamgeist die Basis für unfallfreie Bergerlebnisse sind.

Als Vorbereitung lohnt sich ein Blick in das Faltblatt „Lawinen – Basiswissen“:

[https://www.alpenverein.de/artikel/faltblatt-lawinen-basiswissen\\_5acbf25a-28ad-44a2-a3ac-07c28c1248a3](https://www.alpenverein.de/artikel/faltblatt-lawinen-basiswissen_5acbf25a-28ad-44a2-a3ac-07c28c1248a3)

Ich wünsche uns allen eine schneereiche und unfallfreie Saison!

**Michael Hoffmann**



## Blau Fjorde - weiße Berge

**Touren jenseits des Polarkreises, 29.3.-5.4.2025**

Der einfachste Weg in die traumhafte nordnorwegische Winterlandschaft führte in 4 Stunden von Frankfurt nach Tromsø per Lufthansadirektflug. Drin saßen erwartungsvoll 11 Tourenteilnehmer unter der kompetenten Leitung von Bernhard: sowohl Wiederholungstätter mit Suchtfaktor wie auch begeisterungsfähige Neulinge; insgesamt eine gut gemischte harmonische Gruppe im Alter von 35 bis 75 Jahren.

Bernhards insgesamt schon 5.Tour dorthin startete wie gehabt in der 80.000 Einwohnerstadt Tromsø, der nördlichsten Unistadt der Welt. Sie liegt 344km nördlich des Polarkreises, somit auf einer geographischen Breite wie Nordalaska oder Mittelgrönland. Aber man hat ja den Golfstrom, der für ein stahlblaues eisfreies Nordmeer und den reizvollen Kontrast zu den zahlreichen glazial geformten Schneebergen sorgt. Nach Übernahme der 3 Mietwagen, die in der Folge von Klaus, David, Wolfgang und Bernhard souverän auf schneebedeckten Straßen gesteuert wurden, gings in das angenehme Stadthotel am Hafen für 3 Nächte. Trat man vor das Hotel, sah man die beeindruckende Eismeerkathedrale und bisweilen die bunten Hurtigrutenschiffe vorbeiziehen.

Gut gestärkt durch abendliche Biere (168 NOK, also fast 15 Euro für die Halbe im Hotel!) starteten wir am 1.Tourentag erwartungsvoll mit einer 40 minütigen Anfahrt vorbei an unzähligen Tourenzielen mit Traumphängen nach Kattfjordeidet. Da die Straßen meterhohe Schneemauern haben, sollte man rechtzeitig Parkplätze ergattern. Nach dem Aussteigen in strahlendem Sonnenschein konstituierten sich unsere beiden Gruppen: 6 Skitourengesher, 6 Schneeschuhgeher unter Edwins erfahrener Leitung.



Los gings Richtung Tverrfjellet (524m), dem sogenannten Hundeberg, da bei den Einheimischen beliebt als Sonntagsausflug mit Hunden. Der Hang mit idealer Neigung löste gleich Begeisterung aus. Unten durch typischen Birkenkrüppelwald gings im Powder nach 5 Tagen Schneefall zügig aufwärts. Zum Gipfel hin wurde es steiler und oben genossen die Skitourengesher bei einer aussergewöhnlich langen Rast die grandiosen Ausblicke Richtung Nordfjord. Dann trieb es unsere Skicracks hinunter in den unverspurten

Powder. Leider schafften es unsere Schneeschuhgeher infolge von Anstollproblemen nicht ganz hoch. Schade! Happy traf man sich am Startpunkt und beschloß eine großartige Sightseeingtour entlang des Nordfjords nach Sommaroya, einer kleinen bunten Ansiedlung, schon direkt am Nordmeer mit einem Arctic Hotel in dem wir uns mit vorzüglichem Kuchen und Kaffee stärkten.

Der 2.Tourentag zog uns wieder zum Nordfjord zu einer selten begangenen landschaftlich großartigen Tour auf den Kinnbeinet (657m). Beide Gruppen starteten bei strahlendem Sonnenschein wie üblich die ersten 200 Höhenmeter durch lichten Krüppelwald vorbei an zugefrorenen Seen in freies Gelände. Erst ein großes Fischmaul am Hang sorgte für etwas Bedenken. Aber safe- wie immer- gings daran vorbei und bald erreichten wir die Scharte. Plötzlich zogen Wolken auf und alles war weiß. Ich riet zu etwas Geduld und kurze Zeit später schien wieder die Sonne. Solche schnellen Witterungswechsel sind ganz typisch für Nordnorwegen. Davids großartige Drohnenfilme während der Tour halten die Erinnerung

# Skibergsteigen



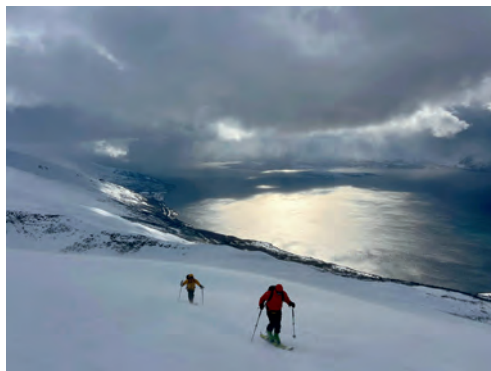
an diese Traumtour lange aufrecht. Edwin und Mara als Schneeschuhgeher zogen tapfer bis zu Scharte mit und das nicht langsam!

Am 3. Tourentag erfolgte der Wechsel nach Lyngseidet in den Lyngen Alpen.

Die Kommune zählt 800 Einwohner und liegt in einer der bevölkerungsärmsten Regionen (3E/km<sup>2</sup>). Trotz oft mangelnder Infrastruktur haben sich die Lyngen Alpen zu einem Tourenhotspot

besonders auch für Franzosen und Spanier entwickelt. Das kann man in diversen You Tube Filmen gut erkunden. Unser Quartier für den Rest der Woche sollte die schlossähnliche alte knallgelbe Schule Solhov- das größte Holzgebäude Nordnorwegens- und das danebenliegende ehemalige Direktorenhaus als jetziges Ferienhaus sein. Dort kochten wir auch lecker: Pasta, Fisch, Pizza, Kartoffelgratin, Salate,... Manchmal gab es fast zuviele Kochprofis in der Küche.

Am nächsten Tag regnete es leider und es wurde deutlich wärmer. Man kann sich im Internet bestens über regionales Wetter ([yr.no](http://yr.no)), Lawinenlageberichte ([vasom.no](http://vasom.no); [regobs.no](http://regobs.no)), Karten ([norgeskart.no](http://norgeskart.no)) und Touren (Skiguide) informieren. Auch Alpenvereinaktiv/Outdooraktiv bringen eine Vielzahl von gut beschriebenen Touren. Wir nutzten die Zeit zu einer ausgiebigen Lawinensuchübung. Danach folgte eine kleine Ausfahrt u.a. zu Wikingerhäusern und Elchen. Nachmittags reichte es noch zu einer kleiner Tour von Haus aus Richtung Hausberg Rornestinden (1031m). Durch kuppirtes Gelände im Nadelwald gings erst mal zur Skihytta, einer immer offenen dunkelroten Hütte für Notfälle, die gemütlich eingerichtet ist. Da der Regen in höheren Lagen zur einer üblen Eiskruste führte, drehten wir alsbald um. Der folgende Tag wurde witterungsmäßig besser; also entschieden wir uns für den Little-Galten (833m). Dieser Bruder des Klassikers Storegalten liegt im Norden fast am Nordmeer. Die 80 minütige Fahrt war kurzweilig, führte an idyllisch liegenden schiffbedeckten Häusern, kleinen Seen und gewaltigen Bergen vorbei. Viele mal wurden Fotos gezückt. Alle waren begeistert. Die Skitour erwies sich infolge des üblen Harschdeckels, der nach oben hin immer heftiger wurde, als wenig einladend. Aber die Sicht war toll und wir erreichten den Sattel von dem aus Bernhard, Wolfgang und David den vereisten Gipfel machten. Ich genoß die Pause am Sattel. Wie auf einem Reibeeisen gings dann mehr oder weniger gut abwärts.



Die Anderen fuhren entlang der Küste und wanderten Richtung Leuchtturm direkt an der nördlichsten Spitze der Halbinsel unmittelbar am Nordmeer.

Am letzten Tag setzten wir mit der Fähre von Lyngseidet über den Fjord nach Olderdalen über und fuhren 25km nach Dupnik, dem Ausgangspunkt der klassischen Tour auf den Storhaugen (1142m). Schneetreiben verhiess nichts Gutes. Wie bei den meisten gängigen Touren gibt es am Ausgangspunkt Infotafeln, LVS Testgeräte und eine meist gut gezogene Aufstiegsspur. Anfangs die ersten 400 Höhenmeter durch lichten Birkenwald

kamen wir bald auf die endlosen freien Hänge, die extrem dem Schneesturm ausgesetzt waren. Nur unsere ganz Harten (Wolfgang, David, Bernhard) schafften zügig ohne Pausen den Gipfel und machten sich sofort an die Abfahrt. Diese unterbrachen sie nur zum Filmen. Bernhard schrie laut: „David hierher, ...geil....!“ -- und schon schwang David souverän mit der inzwischen leicht aus den Wolken blinzelnden Sonne im Rücken den weißen steilen Hang direkt auf das blaue Fjordwasser zu. Gigantisch! Ich schloß mich auf halber Höhe den beiden verbliebenen tapferen Schneeschuhgehern Mara und Edwin an. Nach einer Pause gings vorbei an den Birken, die wie Slalomstangen standen, gemütlich nach unten, um uns in einem Supermarkt, dem einzigen im Umkreis von 50km, mit Kaffee und Gebäck zu stärken.



Am späten Abend gegen 22.40 erfolgte im Haus ein lauter Schrei. Bernhard kam vom Fenster und hatte zu unserer aller Freude entdeckt: Polarlichter, Polarlichter, Polarlichter überall. Grüne Streifen, geschwungene Girlanden, Kugeln, Tropfen, ..., einfach großartig!!!! Welch ein grandioses Highlight am Ende unserer tollen Tourenwoche!! Nach 40 Minuten war leider alles vorbei. Der Abfahrtstag brachte einige Aufregung. Die getimte Fahrt zur Fähre und Flughafen endete bei

Schneesturm und whiteout für ein Auto im Graben. Was tun? Viele Autos kamen nicht vorbei, auch konnte keiner helfen, dafür aber ein einsamer Schneeschuhgeher, der den entscheidenden Tipp auf einen naheliegenden Betriebshof gab. Der dortige hilfsbereite Mitarbeiter zog uns mit einem Radlader raus und durch die Verspätung des Rückfluges reichte es uns noch rechtzeitig zum Gate. Dort wurde Wolfgang persönlich von seinem Pilotenfreund abgeholt und durfte stolz im Cockpit mitfliegen.

Fazit: Diese Woche war für uns alle ein großartiges Erlebnis. Unserer Dank gilt Bernhard, der mit Herzblut alles langfristig und preisoptimiert plante. Wir brauchten ca. 1000 Euro (incl. Flug), kommerzielle Veranstalter bieten solche Tourenwochen für das Dreifache an. Immer auf das Wohl aller bedacht, führte er uns (auch unsere Kranken) durch diese unvergesslichen Tage bei den blauen Fjorden und weißen Bergen.

Teilnehmer: Bernhard, Charly, David, Klaus, Michaela, Wolfgang (Skitour)  
Armin, Edwin, Irene, Mara, Traudel (Schneeschuh); Karin (Hybrid)

Bericht: Charly  
Fotos: Teilnehmer



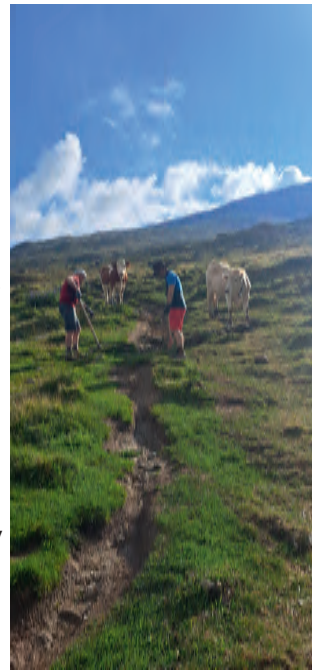


## Instandhaltungsmaßnahmen um die Heidelberger Hütte

Im Zeitraum vom 16. bis 20. August kümmerten sich erneut acht freiwillige Helfer\*innen um die Erhaltung der Wanderwege im Sektionsgebiet rund um die Heidelberger Hütte.

In diesem Jahr kümmerte sich das Team um die Wege in (fast) allen Himmelsrichtungen von der Heidelberger Hütte. Nach Westen hin wurde der Weg von der Heidelberger Hütte zum Ritzenjoch (AV Weg 311) und der Weg zur Heidelberger Scharte gewartet. Bei einem Abstecher auf die Heidelberger Spitze wurde das Gipfelkreuz auf eventuell nötige Wartungsarbeiten hin untersucht. Gen Osten arbeiteten die Freiwilligen am ersten Teil des Weges zum Fimberpass und Weitwanderweges 712 bis zum Fuße des Piz Davo Sassè. Insbesondere die Treppenstufen nahe der Heidelberger Hütte am Einstieg in den Weg zum Fimberpass/Weitwanderweg 712 waren zwischenzeitlich in die Jahre gekommen und stellten ein größeres Hindernis insbesondere für Mountainbiker dar. Eine leicht veränderte Wegführung konnte hier Abhilfe schaffen, sodass nach vollendeter Arbeit der Weg auch für Mountainbiker wieder besser fahrbar war und Tragestrecken reduziert wurden.

Gen Süden stand am letzten Tag der Weg zum Kronenjoch (AV Weg 302) auf dem Programm. Dort wurden schwerpunktmäßig verschlammte Wegabschnitte durch große Steinplatten für Wanderer so begehbar gemacht, dass sie trockenen Fußes den Weg beschreiten konnten. Durch Anlegen und Ausbessern



von Regenrinnen wurde zusätzlich die Erosion der Wanderwege reduziert. Trotz der in letzter Zeit sich immer wieder wandelnden Wetterlagen hatte das Team dieses Jahr Glück und konnte alle Arbeiten bei bestem Wetter verrichten. Der Regen konnte sich zusammenreißen und fiel erst am Tag der Abfahrt, wo er der guten Laune der Freiwilligen keinen Abbruch mehr tat. Für gute Stimmung sorgte auch die hervorragende und freundschaftliche Unterstützung durch Loisl und sein gesamtes Hüttenteam u.a. mit dem 5-Sterne Frühstück, dem Gruß aus der Küche und den hervorragenden Abendessen – da bleiben keine Wünsche mehr offen.

Noch einmal vielen Dank für die tolle und erfolgreiche Zusammenarbeit. Es hat wieder einmal so richtig Spaß gemacht!

Text: Oliver Fischer

Fotos: Christian, Helmut, Luisa, Paris



## Liebe Wandersleute,

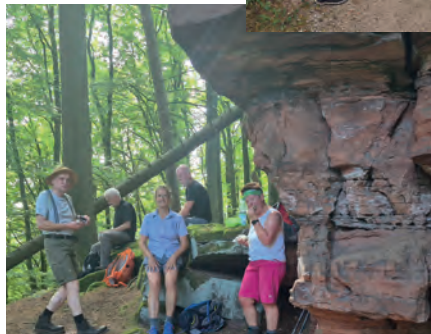
wieder einmal geht ein Jahr dem Ende entgegen. Im Wald und Flur herrscht Herbststimmung. Der Wald färbt sich, Blätter und Früchte wie Kastanien, Nüsse und Äpfel fallen zu Boden. Die Natur bereitet sich auf den Winter vor. Trotzdem hat das Wandern im herbstlichen Wald, ebenso wie in der Winterzeit seine besonderen Reize. Deshalb werden wie gewohnt wöchentlich Wanderungen mal länger, mal kürzer von unseren Wanderführern angeboten. In der Hoffnung, dass wieder viele Wandersleute die Angebote wahrnehmen und mitwandern.

Da in Kürze die Adventszeit beginnt und wir das Jahr 2025 verabschieden werden, wünsche ich euch allen ein frohes Weihnachtsfest und ein glückliches und gesundes neues Jahr.

Unser Wanderführer Karlheinz wird ab dem kommenden Jahr aus familiären Gründen keine Wanderungen mehr führen. Ebenso unser Wanderführer Bodo. Auch Bodo wird ab dem kommenden Jahr aus Altersgründen, er wird 85 Jahre alt, keine Wanderungen mehr führen. Er führte seit 2004 Ganztageswanderungen und seit 3,4 Jahren noch Seniorenwanderungen durch. Somit insgesamt 215 Wanderungen. Vielen Dank an Karlheinz und an Bodo. In der Hoffnung Bodo und Karlheinz bei der einen oder anderen Wanderung begrüßen zu dürfen verbleibe ich,

## Gruß Fritz

Die Wanderer unterwegs  
- von der Hornisgrinde nach Ottenhöfen  
- auf dem Almersberg  
- im Kraichgau  
- und mit Sicht auf Burg Trifels  
(gegen den Uhrzeigersinn)



## Unsere Delegierten bei der BJV 2025 in München

Am Freitag, den 10. Oktober, ging es für elf Delegierte der JDAV zur Bundesjugendversammlung nach München. Die Bundesjugendversammlung (BJV) ist die Vollversammlung der JDAV und damit das oberste Entscheidungsgremium. Sie kommt mindestens alle zwei Jahre zusammen. Insgesamt waren rund 400 Delegierte aus ganz Deutschland vor Ort, um gemeinsam über Themen wie Reservierungssysteme und Stornogebühren auf Hütten, Leistungssport, die Stärkung des Ehrenamts, internationale Jugendarbeit und Nachhaltigkeit im Verein zu debattieren, gemeinsame Positionen zu finden und Demokratie zu leben. Außerdem wurden die neuen stellvertretenden Bundesjugendleiter:innen gewählt und Berichte aus den letzten Jahren vorgetragen. Neben dem parlamentarischen Teil hatten wir ein wunderschönes Wochenende gemeinsam in München, mit wenig Schlaf, aber dafür einem traditionellen Besuch im Hofbräuhaus und einer legendären JDAV Party. Auch unsere jüngste Besucher:in (siehe Bild links) hat ihre erste BJV mit vielen neuen Eindrücken erfolgreich überstanden.



## Mountainbike-Wochenende in Baiersbronn – Juli 2025

Wie schon in den vergangenen Jahren führte uns auch in diesem Sommer eines unser Mountainbike-Wochenenden in den schönen Nordschwarzwald. Ziel war noch einmal Baiersbronn – ein wahres Paradies für alle, die abwechslungsreiche Trails und herrliche Ausblicke lieben. Bei strahlendem Sommerwetter und angenehmen Temperaturen stand drei Tage lang alles im Zeichen von Natur, Bewegung und Gemeinschaft.

Bereits am Freitagmorgen machten sich einige besonders Unternehmungslustige auf den Weg, um die Gartenschau zu besuchen und den Tag gemütlich einzuläuten. Andere konnten es kaum erwarten, auf das Rad zu steigen, und starteten schon am Nachmittag zu einer ersten kleinen Tour durch die hügelige Umgebung. So sammelten die Frühstarter schon vor dem offiziellen Beginn ein paar Kilometer und bekamen einen ersten Vorgeschmack auf das, was das Wochenende noch so bringen würde.

Am Abend traf sich dann die ganze Gruppe zum gemeinsamen Essen. Wie es sich für ein zünftiges Mountainbike-Wochenende gehört, gab es Deftiges mit viel Ei und Käse, was für die nötige Energie am nächsten Tag sorgte. Auf dem Rückweg durfte der traditionelle Zwischenstopp am Schnapsbrunnen bei Markus natürlich nicht fehlen. Dort wurde die eine oder andere Schnapsprobe genossen – begleitet von bester Stimmung.

Der Samstag begann mit Sonnenschein und idealen Bedingungen zum Biken. Nach dem Frühstück teilten wir uns in drei Gruppen auf, sodass für jeden die passende Strecke und das richtige Tempo dabei war. Die Touren führten über traumhafte Waldwege, entlang von Bächen und mancher Weide hinauf zu Aussichtspunkten, die wunderschöne Blicke über den Nordschwarzwald boten. Zwischendurch wurde an mehreren Rastplätzen Halt gemacht – besonders beliebt war die riesige Hollywoodschaukel, auf der man sich kurz ausruhen und die Seele baumeln lassen konnte.

Gegen Nachmittag zogen dunkle Wolken auf, und die Wetter-App kündigte ein Gewitter für halb fünf an. Doch unsere Guides haben uns rechtzeitig und wohlbehalten zurückgebracht, das angekündigte Gewitter fiel jedoch letztlich aus... So blieb uns noch genügend Zeit für einen Ausklang vor der Unterkunft und eine ausgiebige Dusche, bevor es am Abend erneut zu einem gemütlichen Beisammensein kam – natürlich wieder mit leckerem Essen und kleinen Anekdoten vom Tag.

Auch am Sonntag ging es wieder pünktlich los, um den Schwarzwald zu genießen. Der ein oder andere sprang während der Tour noch in ein kühles Nass, um die müden Beine zu erfrischen – eine willkommene Abwechslung zwischendurch. Dieser Tag bot eine etwas gemütlichere Tour über ein paar Hügel rund um Baiersbronn, vorbei an grünen Wiesen, duftenden Tannenwäldern und kleinen Weilern.

Gegen Nachmittag trafen wir uns alle zusammen in einem Café, um bei Kaffee und köstlichem Kuchen das Wochenende entspannt ausklingen zu lassen. In geselliger Runde wurden die schönsten Momente noch einmal Revue passiert, und schnell war klar: von diesem Wochenende werden wir die ganze Woche zehren können.

Ein ganz herzliches Dankeschön geht an Eva und Tine für die perfekte Organisation, die abwechslungsreichen Touren und den reibungslosen Ablauf. Dank ihrer Planung war für jeden etwas dabei – von sportlichen Herausforderungen bis zu gemütlichen Genussmomenten. Wir freuen uns schon jetzt auf die nächste gemeinsame Ausfahrt auf zwei Rädern!



## Liebe Mountainbiker\*innen,

traditionell haben wir mit unserem Herbstbiken die Saison offiziell beendet – wieder über ein Wochenende in der Pfalzakademie Lambrecht. Der Pfälzerwald hat uns dabei einmal mehr mit seiner traumhaften Kulisse und abwechslungsreichen Trails begeistert. Besonders hervorzuheben sind die inzwischen legalisierten Strecken rund um den Weinbiet, die mit Flow, Technik und Aussicht gleichermaßen punkten. Ein kurzer Ausflug dorthin lohnt sich wirklich – und dank der S-Bahn ist Neustadt auch mit dem Bike unkompliziert und klimafreundlich zu erreichen.

Unser regelmäßiger Treff für das gemeinsame „RIDE TOGETHER“ findet wie gewohnt samstags um 13:00 Uhr statt. Treffpunkt ist an der Shell-Tankstelle Weststadt/Rohrbacher Straße. Alle Interessierte sind herzlich eingeladen, vorbeizukommen, mitzufahren und einfach mal MTB- Vereinsluft zu schnuppern.

Neben den Touren steht bei uns der Spaß am gemeinsamen Erlebnis im Vordergrund – ob bei lockeren Runden im Odenwald, spontanen After-Work-Ausfahrten oder beim gemütlichen Einkehrschwung danach.

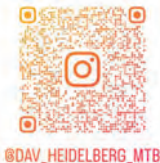
Zum Abschluss des Jahres möchten wir euch schon jetzt herzlich zu unserer Weihnachtsfeier am 6. Dezember 2025 ab 17:00 Uhr einladen! Ein schöner Anlass, gemeinsam auf die vergangene Saison zurückzublicken, Geschichten auszutauschen und in geselliger Runde das Jahr ausklingen zu lassen. Für das leibliche Wohl ist wie immer bestens gesorgt – leckere Salate, Dips und Desserts werden wie immer von allen mitgebracht. Nähere Infos zum Ort und Ablauf folgen rechtzeitig.

In diesem Sinne freue ich mich mit euch auf eine erlebnisreiche, sichere und schöne Bikesaison 2026!

Kette rechts!

**Alexander Holzwarth**

Referatsleiter Mountainbike



@DAV\_HEIDELBERG\_MTB



## Liebe Sportler,

ein sportliches Jahr neigt sich dem Ende zu.

Im Winter bleiben wir trotz der Witterung bewegt. Neben den wöchentlichen Angeboten Outdoor- und Indoorfitness, Akro-Yoga und Capoeira sporteln wir beim Wandern, Radfahren zu einem schönen Weihnachtsmarkt im Kraichgau, beim Langlaufen im Schwarzwald oder beim Skibergsteigen in den Alpen. Schaut einfach nach den Tourenangeboten auf der Homepage.

Das Trainerteam des Referates Sport wünscht allen eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen unfallfreien Rutsch ins neue Jahr!

### Maren Greive

Referatsleiterin Sport  
Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg  
1869 e.V.



## Outdoorsport mit Heike ▾



## Donautalklettern mit geistlicher Begleitung

Traditionell und wieder bestens organisiert von Frank trafen sich im Juli Mitglieder der Heidelberger Klettergruppe im schwäbischen Donautal. Aber oje, der beste Organisator kann nichts ausrichten, wenn der größte Teil des Campingplatzes, auf dem wir nächtigen wollten, geschlossen war. Kein einziger Platz mehr für uns. Was nun ? Himmel hilf, dachte wohl Frank, und er half und schickte uns zum neuen Wohnmobil-Stellplatz mit freien Plätzen direkt am Kloster Beuron. Und leider sind auch die herrlichen und zu Fuß erreichbaren Felsen um Beuron ausnahmslos für den Klettersport gesperrt. Die Alten unter uns werden sich wehmütig erinnern, als man dort noch klettern durfte. Aber Jammern hilft nix und so ging es samt Kletterausrüstung auf die Fahrräder und wie anno dazumal Herrmann Buhl zu den Wänden. Die glorreiche Opakante, der fordernde Weg der Jugend u.a. am Schreyfels samt spektakulären Abseilfahrten waren der Lohn.

Aber Beuron bietet mehr: um 4 Uhr 20 am Morgen das erste Glockenläuten, damit man auch rechtzeitig um 5 Uhr zum Morgengebet in der Klosterkirche erscheint, was unsere liebe Simone tatsächlich in Anspruch nahm. Respekt ! War es Bruder Longinus, ein Mönch des Klosters, der sie dazu bewegte und sich an beiden Abenden zu uns gesellte? Jedenfalls waren die Gespräche und Diskussionen mit ihm sehr interessant, bekamen wir doch Einblicke in ein klösterliches Leben, das man sich so nicht vorstellt. Oder kennt jemand einen Mönch, der aktives Mitglied in der örtlichen Feuerwehr ist und dazu auf einem Feuerwehr-Motorrad daher kommt ? Wer es nicht glaubt, möge nach Beuron reisen. Derart geistlich beseelt ging es am letzten Tag wieder in die Höhe. Nein nicht bis in den Himmel, nur an die Klassiker am Aussichts- bzw. Dreiecksfelsen. Und diese sind im Donautal ordentlich hoch, haben teilweise alpine Ausmaße, die mittels Mehrseillängen-Touren bewältigt werden müssen. Sehr empfehlenswert für angehende Alpinisten, die für Gebirgstouren und das Klettern in Mehrseillängenrouten lernen wollen. Spätestens nächstes Jahr ist das wieder möglich, wenn -so der Himmel will- unser lieber Frank die nächste Donautal-Ausfahrt organisiert. Berg heil und Gottes Segen.

Monika und Jürgen Eichhorn."



# Familienbergsteigen

**Hallo liebe Mitglieder,**

im Referat bieten wir vielfältige Aktivitäten für Familien. Dazu zählen unter anderem Wanderungen, Kletter- und Boulderaktivitäten, Natur- und Campingausflüge sowie Berg- und Hüttentouren. Das Familienbergsteigen ist eng mit der Bergsporttradition verbunden. Wir freuen uns darauf, gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen und unvergessliche Momente zu teilen. Gruppen:

## **Familienwandern**

Wir machen regelmäßig, 1x im Monat, am Sonntag eine Familienwanderung mit Kindern ab ca. 7 Jahren. Die Touren sind zwischen 6 und 14 km lang.

Zwei Mal im Jahr gibt es eine Wochenendtour. Ein bis zwei Mal im Jahr geht es auch in den Klettersteig. Das Angebot ist ein aktives Zusammensein und jede Familie kann sich mit einer Tour gerne einbringen. Wir freuen uns über alle Mitwandernden sowie interessierte Familien, die mit uns unterwegs sein möchten!

Weitere Infos bei: Dr. Denis Pöhler [denis.poehler@alpenverein-heidelberg.de](mailto:denis.poehler@alpenverein-heidelberg.de)

## **Klettern für Eltern mit Babys und Kleinkindern**

Wir treffen uns jeden Freitagvormittag ab 9:00 Uhr bis ca. 12:30 in unserer Kletterhalle. Die Kinder werden wechselseitig von den teilnehmenden Eltern betreut, so dass immer mindestens zwei Erwachsene klettern können. Voraussetzung für alle Teilnehmer ist Kenntnis der Sicherungstechnik und Grundkenntnisse des Hallenkletterns.

Weitere Infos bei: Judith Englert [judith.englert@alpenverein-heidelberg.de](mailto:judith.englert@alpenverein-heidelberg.de)

## **Kinderklettern:**

Klettern für Kinder ab 7 Jahren, Familien. Gemeinsames Erlernen und Ausüben des Klettersports primär künstliche Kletteranlagen. Der Klettersport besticht durch seinen individuellen Bewegungsablauf. Regelmäßiges Klettern verbessert mindestens Technik, Taktik, Ausdauer und Psyche des Kletterers. Für Fähigkeiten oder komplementär.

Weitere Infos bei: Daniel Hirschbach

## **Kinderkletterwand**

Der nächste Wartungstermin ist im Frühjahr 2026 und wird noch kommuniziert werden.

Weitere Infos bei: Daniel Hirschbach

Euer Daniel Hirschbach

## **Daniel Hirschbach**

Referatsleiter Familienbergsteigen  
DOSB-Trainer C Bergsteigen 2012





## Bericht über die Ausfahrt nach Tirol – Plansee

In der letzten Augustwoche machten sich 8 Erwachsene und 8 Kinder auf den Weg zum Plansee. Dort angekommen, erwartete sie zunächst gutes Wetter und eine wunderschöne Landschaft. Aber schon am folgenden Tag wurden unsere Pläne von frisch gesperrten Wegen durchkreuzt. Kurzerhand pedalierten wir mit kleinen und großen Rädern über Stock, Wurzeln und Stein um den Plansee herum. Viele Stopps am und im Wasser schmückten diese Fahrradtour. Die Stimmung war überraschend gut, und somit konnten wir den Tag entspannt mit Spiel und Spaß auf dem Campingplatz beenden.



Am Tag darauf ging es in die Stuibenschlucht zu einer geführten Canyoning-Tour. Selbst für manche Erwachsenen war dies anspruchsvoll und erforderte Mut, aber am Ende waren alle überglücklich und voller Adrenalin.

# Familienbergsteigen

Der dritte Tag sollte etwas ruhiger werden – zumindest, was wir DAVler als ruhiger bezeichnen. Es ging auf den Gipfel, den wir jeden Morgen vom Campingplatz aus bewundert haben, weil das Kreuz als erstes von der Morgensonne angestrahlt wurde. Der Weg war steil, schmal und oben auch ausgesetzt. Entgegenkommende Wandernde bewunderten die Lauffreude der Kinder. Sich zum ersten Mal in ein Gipfelbuch einzutragen, war für einige Kinder beeindruckend. Die 800 Tiefenmeter Abstieg verliefen unerwartet gut gelaunt. Ein weiterer Sonnentag erwartete uns, und Lene führte die Truppe hüpfend und springend durch eine weitere Schlucht. Da diese unbekannt ist, waren wir ganz alleine unterwegs und konnten die Natur staunend bewundern und überall hineinspringen und uns in der Schlucht bewegen, wie wir wollten. Nach vier Tagen Powerprogramm wünschten sich die Kinder einen Campingplatz-Tag, was bei einem mit Schauern durchmischten Tag auch für die Erwachsenen angenehm war. Zum Abschluss der Woche haben wir bei einer spannenden Schatzsuche die Burg Ehrenberg besucht und einiges Wissenswertes mitgenommen – inklusive eines Ohrwurms, der bis in die Heimfahrt hinein gesungen und gesummt wurde.



Bericht: Judith Englert





## Rund um das Wildhorn - Naturkundliche Ausbildungstour im Berner Oberland (23. - 27.07.25)

„Seltsam, im Nebel zu wandern...“ (Hermann Hesse, 1905).

Das Wildhorn zeigte sich, na ja, eher nicht. Trotzdem wurde die fünftägige naturkundliche Exkursion um das Wildhorn zu einem unvergesslichen Erlebnis, voller kleiner (Natur-) Wunder, nasser Schuhe und großer Hüttenfreuden.



Grundlegende Erkenntnisse: Nur weil das Wetter in den letzten Jahren bei den Touren großartig war, muss es diesmal nicht so sein. Wenn es vier Tage keine heiße Dusche gibt, heißt das nicht, dass man sich nicht auf die nächste Hütte freuen kann – auf Kuchen, Kaffee, Bier, trockene Sachen und ein warmes Abendessen. Nicht jede Hütte hat einen Trockenraum und selbst wenn, trockenet dort garantiert ... nichts. Und ja: das Wandern im Nebel ist genauso anstrengend wie bei Sonnenschein – nur eben leiser. Blumen blühen trotzdem, Enziane

sowieso. Und auf Schweizer Hütten gibt es immer Nudeln mit Käse – Kartoffeln noch dazu. Man lernt: kurze Pausen sind bei Regen besser, weil man früher und trockener ankommt. Zeit für die Fachreferate bleibt trotzdem genug. Auch ein T3-Weg kann „luftig“ werden. Und wer pünktlich mit der Bahn hinfährt, bekommt die Verspätung eben auf der Rückfahrt nachgeliefert. Übrigens: Nicht nur die Alpen haben Falten.

## Rund um das Wildhorn - Naturkundliche Ausbildungstour im Berner Oberland (23. - 27.07.25)

„Seltsam, im Nebel zu wandern...“ (Hermann Hesse, 1905).

Das Wildhorn zeigte sich, na ja, eher nicht. Trotzdem wurde die fünftägige naturkundliche Exkursion um das Wildhorn zu einem unvergesslichen Erlebnis, voller kleiner (Natur-)Wunder, nasser Schuhe und großer Hüttenfreuden.

Grundlegende Erkenntnisse: Nur weil das Wetter in den letzten Jahren bei den Touren großartig war, muss es diesmal nicht so sein. Wenn es vier Tage keine heiße Dusche gibt, heißt das nicht, dass man sich nicht auf die nächste Hütte freuen kann – auf Kuchen, Kaffee, Bier, trockene Sachen und ein warmes Abendessen. Nicht jede Hütte hat einen Trockenraum, und selbst wenn, trocknet dort garantiert ... nichts. Und ja: das Wandern im Nebel ist genauso anstrengend wie bei Sonnenschein – nur eben leiser. Blumen blühen trotzdem, Enziane

sowieso. Und auf Schweizer Hütten gibt es immer Nudeln mit Käse – Kartoffeln noch dazu. Man lernt: kurze Pausen sind bei Regen besser, weil man früher und trockener ankommt. Zeit für die Fachreferate bleibt trotzdem genug. Auch ein T3-Weg kann „luftig“ werden. Und wer pünktlich mit der Bahn hinfährt, bekommt die Verspätung eben auf der Rückfahrt nachgeliefert. Übrigens: Nicht nur die Alpen haben Falten.

### Tag 1 Heidelberg – Geltenhütte (2.002 m)

Frühstart in Heidelberg, die DB ausnahmsweise pünktlich! Trotz Zugausfall und Umleitung bei der SBB (verkehrte Welt) erreichen wir den Bus in Gstaad zum Lauenensee planmäßig. Wie machen die das nur in der Schweiz? Der Aufstieg durch das Gältenbachtal zieht sich – Kalkfelsen, Wasserfall, feuchtwarme Luft. Oben dann die Geltenhütte, schön gelegen, aber wenig Aussicht. Wolken und Nebel empfangen uns in den Berner Alpen! Dafür leckere Käsespätzle mit Kartoffeln und Apfelmus, später Kuchen. Die Anstrengung des ersten Tages ist vergessen.

### Tag 2 Geltenhütte – Wildhornhütte (2.302 m)

Dauerregen, grauer Himmel, feuchte Schuhe. Der Weg führt durch Almgelände über das Gältetrittli, Chüetungel und den Tungelpass zur Wildhornhütte. Fernsicht null, Stimmung trotzdem gut. Abends wieder Käsespätzle (diesmal zum Nachtisch Mocca-Pudding als Highlight). Die Schuhe dampfen leicht im Trockenraum – der allerdings mehr „Raum“ als „Trocken“ ist.



## Tag 3 Rundweg Iffigsee – Iffighore (2.378 m)

Fast trocken und etwas Aussicht! Ein Erfolgstag. Vorbei am schönen Iffigsee geht es steil hinauf auf die Iffighore. Der geplante Kuchenstopp beim Rückweg fällt einer kleinen „Navigationsverwechslung“ zum Opfer – die Iffigalm liegt viel weiter unten als gedacht und wird daher ausgelassen. Ein Teil der Gruppe macht trotzdem Mittagspause, der andere zieht weiter. Ergebnis: die Esspausen-Gruppe wird nass, die Durchmarsch-Gruppe bleibt (fast) trocken. Und die Entdeckung des Tages: Edelweiß ist nicht überall selten!

## Tag 4 Wildhornhütte – Cabane des Audannes (2.506 m)

Aufstieg über Moränenschutt am Rand von dem, was vom Chilchigletscher übrig ist – der Klimawandel lässt grüßen. Regen, Wind, Nebel, aber wenigstens kurz ein Blick auf Moränensee und Eis. Über teils felsiges T3-Gelände hinauf zum Schnidejoch (2.756 m), dem höchsten Punkt der Tour. Dann hinunter über Geröll zum kleinen Lac de Téné und über ein scharfkantig zerfurchtes Karstfeld und ein weiteres Joch zur Cabane des Audannes. Eine neue Hütten-Erfahrung: ein dreistöckiges eckiges „Metallhaus“ mit engen Stiegen, Schuh- und Waschraum direkt im Eingang, Matratzenlager unterm Dach, Gaststube in der Mitte, Plumpsklo im Container draußen, rustikal – aber immerhin trocken.

## Tag 5 Cabane des Audannes – Anzère – Heidelberg

Bei Aufbruch tatsächlich Wolkenlücken, ein paar wärmende Sonnenstrahlen und ein kurzer Blick auf das Wildhorn! Abstieg in ein Hochtal, vorbei an den gewaltigen Bergsturzmassen von 1946 – ein beeindruckendes Stück Erdgeschichte. Entlang der Bisse du Sion durch Bergwald nach Anzère, dort endet die Wanderung. Weiter mit Bus und Bahn Richtung Heimat mit lohnendem Zwischenstopp im sonnigen Sion. Nach pünktlicher Hinfahrt kommt die Rückfahrt mit geballten Hindernissen. Zugausfall in Basel SBB, nach Straßenbahntransfer, unbestimmte Abfahrt in Basel Bad Bf., Schaffner ohne Antworten, alle Anschlüsse weg und es schüttet wie aus Kübeln. Sehr spät, gegen Mitternacht, kommen wir nach Hause – müde, aber glücklich.



# Bergsteigen

## Liebe Bergfreunde,

In der letzten Saison haben 8 Tourenleiter/Innen Mehrtagestouren mit über 100 Teilnehmenden durchgeführt. Dazu kommen 10 Sportwanderungen mit zusammen ca. 100 Teilnehmer/Innen und 9 "Stammtische" bei denen zwischen 3 und 20 Personen mitgemacht haben. Vielen Dank an Edwin, Heike, Maren, Michael, Philipp, Stein und Tobias, die das Referat Bergsteigen mit Leben gefüllt haben.

Mit "Road 2 Alpinism" wurde - dank der Initiative von Philipp - ein Programm gestartet, das euch eine zusätzliche Möglichkeit bietet, einen Einstieg in den Alpinismus und Aktivitäten am Fels zu erleichtern. Gleichzeitig helfen wir euch, euer Wissen aktuell zu halten und Neues zu lernen. Ihr habt durch die Teilnahme die Möglichkeit, neue Leute für gemeinsame Touren und spannende Erlebnisse kennenzulernen.

Bei unseren regelmäßigen Abend- oder Halbtagesveranstaltungen könnt ihr neue Kletter- und Alpinski skills erlernen. Beispielsweise Erste Hilfe und Kameradenhilfe am Berg/Fels, das Legen von mobilen Sicherungen oder die Spaltenbergung. Ihr habt auch die Gelegenheit, Bekanntes mit fachkundiger Begleitung zu wiederholen und euch die neuesten Tipps abzuholen. Dabei könnt ihr gleichgesinnte Menschen treffen oder einfach nur Fragen stellen.

Sport + Speed Wanderungen mit mindestens 30km wird es auch in diesem Winter wieder geben, ein Teil davon ist bereits ausgeschrieben. Die Touren finden in der Regel einmal im Monat statt, mehr dazu im Artikel von Heike in dieser Ausgabe.

Die Anreisen zu den Ausgangspunkten werden soweit möglich mit den Öffentlichen zurückgelegt.

Zwei Hüttentouren in die Pyrenäen und eine Nepaltrekking Tour sind für den Sommer 2026 bereits ausgeschrieben.



## Stammtisch Bergsteigen + Hochtouren:

Der Stammtisch findet am ersten Donnerstag des Monats um 20:00 Uhr statt, den Winter über in einem der beiden Seminarräume.

Themen für die Abende werden in der Regel am Wochenende vorher bekannt gegeben.

Gerne nehme ich Themenwünsche aus dem Leserkreis mit ins Programm.

Nächster Termin ist der **Donnerstag, 04.12.2025**. Der Termin im Januar wird der 08.01.2026 sein.

Wer in den Verteiler für den Stammtisch mit aufgenommen werden möchte, schickt mir eine Mail an [bergsteigen@alpenverein-heidelberg.de](mailto:bergsteigen@alpenverein-heidelberg.de).

Ihr könnt euch auch in die Signalgruppe: "Hochtouren + Bergsteigen HD" aufnehmen lassen – eine Plattform zum Informationsaustausch oder der Möglichkeit selbst private Tourenangebote einzustellen oder Gleichgesinnte zu suchen.

(Ihr müsst die Signal App vorab installiert haben und mir eure Handynummer zukommen lassen, sonst kann ich euch da nicht aufnehmen).

Viele Grüße

**Jürgen Stroh**

Referent Bergsteigen und Wildwasser

### ▼ „Trockenübungen“ beim Stammtisch Bergsteigen



# Bergsteigen - Sportwandern



**Liebe alle,**

die 6. Sportwandersaison hat begonnen und die letzten Touren waren schnell ausgebucht.

Die nächsten Touren sind am

14.12.25: Odenwald

25.01.26: Odenwald

15.02.26: Nordpfalz

Teilnehmende schätzen neben dem Wandern durch die Natur, die Aussichtspunkte, Burgen und Felsen auch die sportliche Herausforderung und die anregenden Unterhaltungen mit Gleichgesonnenen.

Für die Touren könnt Ihr Euch unter Programm → Bergsteigen → Bergwandern anmelden.

Wenn Ihr über neue Ausschreibungen informiert werden wollt, meldet Euch gerne bei mir:

Heike.Lorenzen-Schmidt@alpenverein-heidelberg.de. Dann nehme ich Euch mit in den offenen Verteiler auf.

Ich freue mich auf neue Touren mit Euch,

**Heike LS**



## Unsere Wiedenbachhütte im Bühlertal (Nordschwarzwald)

Die Hütte eignet sich besonders für ein langes Wochenende oder einen Kurzurlaub mit der Familie oder Freunden. Für alle Jahreszeiten bietet die Umgebung viele Sport- und Wandermöglichkeiten. Die nahegelegenen Gertelbachwasserfälle bieten ein schönes Ausflugsziel. Ein weites Wanderwegenetz des Schwarzwaldvereins führt bis auf die Hornisgrinde (1164 m) oder zum Mummelsee. Im Winter gibt es Wintersportmöglichkeiten im Bereich der Schwarzwaldhochstraße. Die Wiedenbachhütte ist auch ein idealer Stützpunkt zum Klettern im nahegelegenen Battert oberhalb von Baden-Baden. Der Battert bietet ideale Kletterbedingungen in festem Rotliegendem (teils Konglomerat). Er zählt zu den schönsten Klettergebieten in Baden-Württemberg.

### Bitte beachten Sie die Hüttengebühren

[https://www.alpenverein-heidelberg.de/pdf/geb\\_wiedenbh4.pdf?v2022](https://www.alpenverein-heidelberg.de/pdf/geb_wiedenbh4.pdf?v2022)

### Reservierung über die Geschäftsstelle:

Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e.V.

Harbigweg 20 , 69124 Heidelberg (Kirchheim)

Telefon: 06221-484076

e-Mail: [geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de](mailto:geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de)



# Touren & Kurse

In der folgenden Übersicht finden Sie alle Veranstaltungen der Sektion, untergliedert nach Art der Aktivität. Ob es sich dabei um eine Führungstour, eine Gemeinschaftstour, ein Theorieseminar oder einen Ausbildungskurs handelt, erkennen Sie am jeweiligen Kürzel vor der Veranstaltungsnummer: F, G, T oder A.

Weitere Veranstaltungsdetails erfahren Sie auf unserer Homepage

[www.alpenverein-heidelberg.de](http://www.alpenverein-heidelberg.de). Hier können Sie sich auch anmelden. Um die gewünschte Veranstaltung aufzurufen, geben Sie die Veranstaltungsnummer in das Suchfeld oben rechts ein. Alternativ können Sie auch die interaktive Tourensuche unter [www.alpenverein-heidelberg.de/tourensuche](http://www.alpenverein-heidelberg.de/tourensuche) verwenden.

Sollten Sie über keinen Internetzugang verfügen, so haben Sie die Möglichkeit, sich schriftlich oder telefonisch anzumelden. Für alle Veranstaltungen ohne Teilnahmegebühr wenden Sie sich bitte direkt an den Organisator, dessen Kontaktinformationen Sie in der Spalte „Organisation“ finden. Für alle Veranstaltungen, bei denen eine Teilnahmegebühr anfällt (vermerkt in Spalte „Beschreibung“) kontaktieren Sie bitte die Geschäftsstelle.

Datum	Beschreibung	Organisation
Theorie und Seminare		
<b>03.12.25-10.12.25</b> A-7128	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>07.01.26-14.01.26</b> A-7129	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>28.01.26</b> A-7137	Skitouren Planung Theorie Gebühr 10.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>04.02.26</b> A-7138	Skitouren Planung Theorie Gebühr 10.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>11.02.26-18.02.26</b> A-7130	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>11.03.26-18.03.26</b> A-7131	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold

Datum	Beschreibung	Organisation
<b>Sport und Fitness</b>		
<b>14.12.25</b> F-7154	ECO: 14.12.2025 Sportwanderung im Odenwald (für Einsteiger geeignet)	Heike Lorenzen-Schmidt, heike.lorenzen-schmidt@alpenverein-heidelberg.de
<b>12.01.26</b> A-7091	Workshop Fascial Pilates ab 12.01.2026 Gebühr 40.00 € (40.00 €)	Maren Greive, sport@alpenverein-heidelberg.de
<b>Skilanglauf</b>		
<b>23.01.26-25.01.26</b> F-7146	Langlauf-Wochenende im Südschwarzwald 23.01.-25.01.2026	Heidrun Gardyan, heidrun.gardyan@alpenverein-heidelberg.de und Kurt Petri
<b>31.01.26</b> G-7081	Langlauf Schnuppertag "Klassisch im Schwarzwald 31.01.2026	Jürgen Stroh, juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de und Kurt Petri
<b>01.02.26</b> G-7082	Langlauf Schnuppertag SSkating im Schwarzwald 01.02.2026	Jürgen Stroh, juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de und Kurt Petri
<b>07.02.26</b> A-7083	Langlauf Tageskurs "Klassisch im Schwarzwald 07.02.2026	Jürgen Stroh, juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de und Kurt Petri
<b>13.02.26-15.02.26</b> A-7084	Skating-Wochenende in Oberhof/Thüringen 13.02.-15.02.2026	Jürgen Stroh, juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de
<b>Sportwandern</b>		
<b>14.12.25</b> F-7154	ECO: 14.12.2025 Sportwanderung im Odenwald (für Einsteiger geeignet)	Heike Lorenzen-Schmidt, heike.lorenzen-schmidt@alpenverein-heidelberg.de
<b>25.01.26</b> F-7155	ECO: 25.01.2026 Sportwanderung im Odenwald (für Einsteiger geeignet)	Heike Lorenzen-Schmidt, heike.lorenzen-schmidt@alpenverein-heidelberg.de
<b>15.02.26</b> F-7156	ECO: 15.02.2026 Sportwanderung voraussichtlich in die Pfalz (für Einsteiger geeignet)	Heike Lorenzen-Schmidt, heike.lorenzen-schmidt@alpenverein-heidelberg.de
<b>Bergsteigen und Bergwandern</b>		
<b>05.04.26-24.04.26</b> F-7097	Trekking Nepal " Von Jiri zum Kala Pattar und Everest Base Camp	Michael Bühler, michael.buehler@alpenverein-heidelberg.de

# Touren & Kurse

Datum	Beschreibung	Organisation
<b>Familienbergsteigen</b>		
<b>07.12.25</b> G-6972	Eislaufen	Denis Pöhler, denis.poehler@alpenverein-heidelberg.de
<b>05.12.25 bis 26.06.26</b> G-7072 bis G-7123	Klettern für Eltern mit Babys und Kleinkindern, freitags von 9:00-12:30 Uhr	Judith Englert, judith.englert@alpenverein-heidelberg.de
<b>Mittelgebirgswandern</b>		
<b>03.12.25</b> F-7020	Seniorenwanderung	Vera Jaroschek, veraja@web.de, 0160-7269633
<b>05.12.25</b> F-7051		Peter Rausch, peterrudolfrenz@aol.com, 0163 3920907
<b>12.12.25</b> F-7052	Abschlusswanderung	Bodo Ruf, Bodoruf@gmail.com, 06221-707496
<b>17.12.25</b> F-7026		Franz Sarbacher, franz.sarbacher@freenet.de, 0157 52470841
<b>19.12.25</b> F-7053		Erwin Schmid, ruthschmid@t-online.de, 06229/7891
<b>20.12.25</b> F-7059		Fritz Hormuth, wandern@alpenverein-heidelberg.de, 0172 725 1613
<b>Skibergsteigen</b>		
<b>03.12.25-10.12.25</b> A-7128	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>12.12.25-15.12.25</b> A-7132	LVS-Training - Einführung in die Handhabung des LVS-Gerätes, der Lawinsonde und -schaufel Gebühr 200.00 € (150.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>02.01.26-06.01.26</b> G-7145	Tagestouren um die Heidelberger Hütte	Katrin Schaller, katrin.schaller@alpenverein-heidelberg.de

<b>Datum</b>	<b>Beschreibung</b>	<b>Organisation</b>
<b>07.01.26-</b> <b>14.01.26</b> A-7129	Lawinkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenschüttungen Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>10.01.26</b> A-7157	LVS-Training - Update bei der Handhabung des LVS-Gerätes, der Lawinensonde und -schaufel Gebühr 45.00 € (35.00 €)	Jürgen Stroh, juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de
<b>13.01.26-</b> <b>17.01.26</b> F-7149	Freeride Training am Arlberg	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com
<b>16.01.26-</b> <b>19.01.26</b> A-7134	LVS-Training - Einführung in die Handhabung des LVS-Gerätes, der Lawinensonde und -schaufel Gebühr 200.00 € (150.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>17.01.26-</b> <b>21.01.26</b> F-7150	Freeride Training am Arlberg	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com
<b>28.01.26</b> A-7137	Skitouren Planung Theorie Gebühr 10.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>01.02.26-</b> <b>05.02.26</b> F-7151	Skitouren Region rund um den Prager Wildsee	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com
<b>04.02.26</b> A-7138	Skitouren Planung Theorie Gebühr 10.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>05.02.26-</b> <b>10.02.26</b> F-7152	Geißler, Puezgruppe in den Dolomiten	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com
<b>11.02.26-</b> <b>18.02.26</b> A-7130	Lawinkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenschüttungen Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
<b>13.02.26-</b> <b>15.02.26</b> F-7139	Skitouren von Lenk, Berner Alpen / Schweiz	Peter Kühnle, peter.kuehnle@alpenverein-heidelberg.de und Bernd Hallex
<b>20.02.26-</b> <b>23.02.26</b> A-7135	LVS-Training - Einführung in die Handhabung des LVS-Gerätes, der Lawinensonde und -schaufel Gebühr 200.00 € (150.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold

# Touren & Kurse

Datum	Beschreibung	Organisation
23.02.26- 27.02.26 A-7133	Grundkurs Skibergsteigen Gebühr 250.00 € (185.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
25.02.26- 01.03.26 F-7093	Südtirol/Vinschgau/Schling	Bernhard Jülg, bernhard.juelg@alpenverein-heidelberg.de
01.03.26- 06.03.26 F-7143	ECO Engadin-Süd-Tirol 6 Tage Skitour	Stein Wanvik, naturschutz@alpenverein-heidelberg.de
11.03.26- 18.03.26 A-7131	Lawinenkunde - Risiko und Tourenplanung, Suche und Bergung von Lawinenverschütteten Gebühr 15.00 € (10.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
19.03.26- 22.03.26 F-7096	Touren von Bourg St. Pierre am Großen St. Bernhard	Bernhard Jülg, bernhard.juelg@alpenverein-heidelberg.de
20.03.26- 23.03.26 A-7136	LVS-Training - Einführung in die Handhabung des LVS-Gerätes, der Lawinensonde und -schaufel Gebühr 200.00 € (150.00 €)	Michael Pfisterer und Adrian Leibold
20.03.26- 23.03.26 F-7142	Ausschreibung Amberger Hütte / Stubai Alpen	Hannes Frey, hannes.frey@alpenverein-heidelberg.de
27.03.26- 29.03.26 F-7140	Skitouren Großer Sankt Bernhard Pass / Walliser Alpen / Schweiz	Bernd Hallex, bernd.hallex@alpenverein-heidelberg.de und Peter Kühnle
07.04.26- 14.04.26 F-7094	Norwegen: Tromsö und Lyngen	Bernhard Jülg, bernhard.juelg@alpenverein-heidelberg.de
25.04.26- 29.04.26 F-7095	Chamonix, evtl. alternativ Arolla im Wallis	Bernhard Jülg, bernhard.juelg@alpenverein-heidelberg.de
<b>Tiefschneetechnik</b>		
13.01.26- 17.01.26 F-7149	Freeride Training am Arlberg	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com
17.01.26- 21.01.26 F-7150	Freeride Training am Arlberg	Herbert Lederer, herbert.lederer@sap.com

## Terminübersicht Winter 2025/2026

<b>11.12.-14.12.2025</b>	Skistart	Serfaus/Tirol
<b>02.01.-06.01.2026</b>	Ski- und Snowboardfreizeit Kinder	Alt St. Johann/Schweiz
<b>24.01.-27.01.2026</b>	Skiwochenende	St. Anton/Tirol
<b>15.03.-22.03.2026</b>	Sci Speciale	Brixen/Plose, Südtirol
<b>04.04.-11.04.2026</b>	Ski- und Snowboardfreizeit Jugend	Bettmeralp/Schweiz
<b>19.04.-24.04.2026</b>	Skifinish	Sulden/Südtirol

## Ski- u. Fitnessgymnastik

Oktober 2025 bis Juni 2026

## Informationen:

Uli Roß, Tel.: 07254/3888, Mail: [ross-waghaeusel@t-online.de](mailto:ross-waghaeusel@t-online.de)



*Präsentservice*  
für Firmen und privat

klassische und originelle  
Präsentverpackungen vorrätig  
mit Liefer- & Versandservice

WEINHAUS  
*Fehser*

HEIDELBERG  
*Weinkultur seit 1883*

Heidelberg  
Friedrich-Ebert-Anlage 26  
Tel. 0 62 21-2 29 11

[www.fehser.de](http://www.fehser.de)

# Neuer Kurs beim DAV

Bei Interesse meldet Euch  
bitte bei der Geschäftsstelle

**Wann: ab Januar 2026, einmal pro Woche**

**Wo: Großer Seminarraum**

**Was:**

Feldenkrais

Mittels der Feldenkrais-Methode können wir lernen, zu erkennen, wie wir uns bewegen.  
In Gruppenstunden werden wir zu Bewegungen im Stehen, Sitzen oder Liegen angeleitet.  
Wir werden angeregt sie ohne Anstrengung, zunächst langsam, auszuführen und Alternativen auszuprobieren.

Unsere **Beweglichkeit** und unser **Gleichgewichtssinn**  
**kann sich verbessern.**

Braucht ihr doch fürs Wandern, Klettern, Radfahren, oder?

Woher kommt die Feldenkrais-Methode?

Moshe Feldenkrais (1904 – 1984) war promovierter Ingenieur.

Er unterrichtete Judo und Kampfsport und entwickelte die nach ihm benannte Lemmethode.

Qualität, die sich lohnt



**ALLTOM**  
SANIERUNG + HAUSTECHNIK



Altbausanierung  
Heizung + Sanitär  
Badsanierung  
Dachbodenausbau  
Fliesenverlegung  
Fenster + Türen  
Innenausbau  
Parkett  
Projektleitung

[www.alltom.de](http://www.alltom.de)  
0621-17291800



## Vorstand

1. Vorsitzender	Dr. Ulf Gieseler	erster_vorsitzender@alpenverein-heidelberg.de
2. Vorsitzender	Paul Jonas	zweiter_vorsitzender@alpenverein-heidelberg.de
Schatzmeister	Marc von der Heydt	schatzmeister@alpenverein-heidelberg.de
Schriftführerin	Hannah Wytrickus	schriftfuehrer@alpenverein-heidelberg.de
Jugend	Marius Klein	jugend@alpenverein-heidelberg.de
1. Beisitzer	Marc Derungs	heidelbergerrhueette@alpenverein-heidelberg.de
2. Beisitzer	Sylvia Katz	sektionsnachrichten@alpenverein-heidelberg.de
3. Beisitzer	Karl Bellm	u.k.bellm@outlook.com

## Erweiterter Vorstand

Alpinistik&Ausbildung	Paul Jonas	ausbildung@alpenverein-heidelberg.de
Bergsteigen	Jürgen Stroh	juergen.stroh@alpenverein-heidelberg.de
Familienbergsteigen	Daniel Hirschbach	familienbergsteigen@alpenverein-heidelberg.de
Heidelberger Hütte	Marc Derungs	heidelbergerrhueette@alpenverein-heidelberg.de
Höhlen	Leonard König	hoehlen@alpenverein-heidelberg.de
Jugend	Marius Klein	jugend@alpenverein-heidelberg.de
Kletterhallenrouten	Marc von der Heydt	schatzmeister@alpenverein-heidelberg.de
Kletterhallentechnik	Simon Lammer	kletterhalle.technik@alpenverein-heidelberg.de
Klettern	Clarissa Benzin	klettern@alpenverein-heidelberg.de
Mountainbike	Alexander Holzwarth	mountainbike@alpenverein-heidelberg.de
Natur-&Umweltschutz	Stein Wanvik	naturschutz@alpenverein-heidelberg.de
Presse	N.N.	
Sektionsnachrichten	Sylvia Katz	sektionsnachrichten@alpenverein-heidelberg.de
Skibergsteigen	Michael Hoffmann	skibergsteigen@alpenverein-heidelberg.de
Sport	Maren Greive	sport@alpenverein-heidelberg.de
Vielfalt	N.N.	
Vorträge	N.N.	
Wandern	Fritz Hormuth	wandern@alpenverein-heidelberg.de
Wegewart	Marc Derungs	wege@alpenverein-heidelberg.de
Wiedenbachhütte	Dietmar Krummradt	wiedenbachhuetten@alpenverein-heidelberg.de

## Sonstige Ämter

Bibliothek	Sabrina Jung	bibliothek@alpenverein-heidelberg.de
Internet	Rainer Dahnel	rainer.dahnel@alpenverein-heidelberg.de
Rechnungsprüfer	Rainer Podhorny, Peter Stadler	

## Ehrenrat

Ehrenratsvorsitzender: Dr. Ulf Gieseler

Ehrenrat: Hans Wolters, Ursula Scholz, N.N., Maria Baumgart, Hartmut Schulz, Ute Bellm

**Ehrenmitglieder:** Dr. Eckart Schubert, Hans Wolters, Maria Robert, Karl Bellm

## Staatlich geprüfte Bergführer

Dörte Pietron info@doertepietron.com

Jörg Wilz jorg@ontopmountaineering.com

## Staatlich geprüfte Höhlenführer

Christian Kohl wera.chris@t-online.de

# Die Sektion im Überblick

## Geschäftsstelle

Harbigweg 20  
69124 Heidelberg

Tel.: 06221-484076  
Fax: 06221-437338

geöffnet: Di-Do: 17.00 - 19.00 Uhr

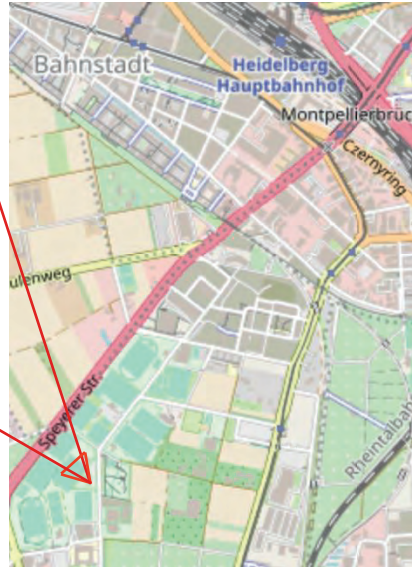
[www.alpenverein-heidelberg.de](http://www.alpenverein-heidelberg.de)  
[geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de](mailto:geschaeftsstelle@alpenverein-heidelberg.de)

## DAV-Kletter und Boulderzentrum

Harbigweg 20  
69124 Heidelberg

Tel.: 06221-1808116

geöffnet:  
Mo-Fr: 15.00-23.00, Sa-So 10.00-22.00 Uhr  
[www.kletterzentrum-heidelberg.de](http://www.kletterzentrum-heidelberg.de)  
[leitung@kletterzentrum-heidelberg.de](mailto:leitung@kletterzentrum-heidelberg.de)



© OpenStreetmap, und Mitwirkende, CC-BY-SA

## Unsere Hütten



### Heidelberger Hütte (Silvretta), erbaut 1889

Pächter: Alois Eiter

Öffnungszeiten:

Im Sommer: Ende Juni bis Ende September

Im Winter: ab Weihnachten bis Ende April

Tel. (Hütte): +43 5444 21021

Anmeldung zum Gepäcktransport telefonisch  
beim Hüttenwirt

Reservierung:

Sandra Hermann

Tel.: +43-6642781322

Mail: [info@heidelberger-huette.at](mailto:info@heidelberger-huette.at)

### Wiedenbachhütte (Nordschwarzwald), seit 1979

Wiedenbachweg 29  
77830 Bühlertal

Anmeldung nur über die Geschäftsstelle

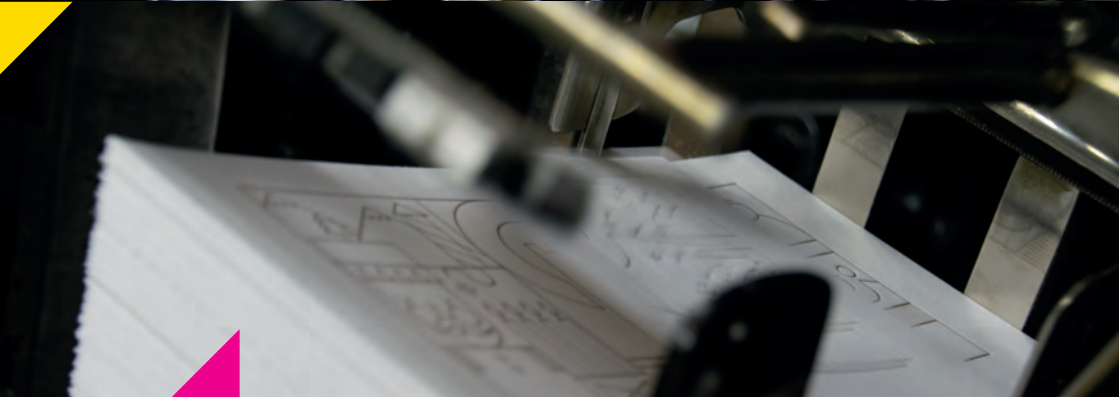
Nähere Informationen zu Hütte und

Umgebung:

Dietmar Krummradt

[wiedenbachhuette@alpenverein-heidelberg.de](mailto:wiedenbachhuette@alpenverein-heidelberg.de)





Farbe trifft Papier  
Tradition trifft Zukunft

# KALENDER 2026

WIR HABEN DIE RICHTIGE AUSRÜSTUNG FÜR DICH!  
UND DIE RICHTIGEN TERMINE FÜR JEDE JAHRESZEIT!

Infos zu allen Terminen:  
**Onlineshop**  
www.backpacker-stores.de



## JANUAR

## FEBRUAR

## MÄRZ

## APRIL

## MAI

## JUNI

1 Do	Neujahr	KW 1	1 So	1 So	1 Mi	1 Fr	1 Mo	23
2 Fr			2 Mo	2 Mo	2 Do	2 Sa	2 Di	
3 Sa	WUNDER		3 Di	3 Di	3 Fr	3 So	3 Mi	
4 So	WELTEN		4 Mi	4 Mi	4 Sa	4 Mo	19 Do	Fronleichnam
5 Mo		2	5 Do	5 Do	5 So	5 Di	5 Fr	
6 Di	Heilige Drei Könige		6 Fr	6 Fr	6 Mo	6 Mi	6 Sa	
7 Mi			7 Sa	7 Sa	7 Di	7 Do	7 So	
8 Do			8 So	8 So	8 Mi	8 Fr	8 Mo	24
9 Fr			9 Mo	9 Mo	9 Do	9 Sa	9 Di	
10 Sa			10 Di	10 Di	10 Fr	10 So	10 Mi	
11 So	E.O.F.T. 2025		11 Mi	11 Mi	11 Sa	11 Mo	20 Do	
12 Mo		3	12 Do	12 Do	12 So	12 Di	12 Fr	
13 Di			13 Fr	13 Fr	13 Mo	13 Mi	13 Sa	
14 Mi			14 Sa	14 Sa	14 Di	14 Do	14 So	Christi Himmelfahrt
15 Do			15 So	15 So	15 Mi	15 Fr	15 Mo	25
16 Fr			16 Mo	16 Mo	16 Do	16 Sa	16 Di	
17 Sa			17 Di	17 Di	17 Fr	17 So	17 Mi	
18 So			18 Mi	18 Mi	18 Sa	18 Mo	21 Do	
19 Mo		4	19 Do	19 Do	19 So	19 Di	19 Fr	
20 Di			20 Fr	20 Fr	20 Mo	20 Mi	20 Sa	
21 Mi			21 Sa	21 Sa	21 Di	21 Do	21 So	
22 Do			22 So	22 So	22 Mi	22 Fr	22 Mo	26
23 Fr			23 Mo	23 Mo	23 Do	23 Sa	23 Di	
24 Sa			24 Di	24 Di	24 Fr	24 So	24 Mi	
25 So			25 Mi	25 Mi	25 Sa	25 Mo	25 Do	
26 Mo		5	26 Do	26 Do	26 So	26 Di	26 Fr	
27 Di			27 Fr	27 Fr	27 Mo	27 Mi	27 Sa	
28 Mi			28 Sa	28 Sa	28 Di	28 Do	28 So	
29 Do			29 So	29 So	29 Mi	29 Fr	29 Mo	27
30 Fr			30 Mo	30 Mo	30 Do	30 Sa	30 Di	
31 Sa			31 Di	31 Di	31 Do	31 So	31 So	Alle Angaben ohne Gewähr

**DIE OUTDOOR-PASSAGE**

BACKPACKER  
CLIMB



BACKPACKER  
TRAVEL & FOOTWEAR



STORE AM  
HAUPTBAHNHOF

**BACKPACKER**

BACKPACKER  
OUTPOST



**IN HEIDELBERG!**

Kurfürstenanlage 62 - 69115 Heidelberg

**IN DER ALTSTADT**

Plöck 73 - 69117 Heidelberg

Direkt am Hauptbahnhof, 1000m<sup>2</sup> Outdoor Erlebnis.