



2026



Hochalpin
Klettern
Wandern
Mountainbiken

dav-kaiserslautern.de

Programm
Jahresheft

Intern

2	Liebe Mitglieder
3	AnsprechpartnerInnen der Sektion Kaiserslautern
4	Jetzt übersichtlicher online: dav-kaiserslautern.de
5	Geschäftsstelle, Kontodaten
6	Beitragsordnung
8	Neuaufnahmen 2025, Geburtsjubilare 2026
9	Vereinsjubilare 2026
10	Andenken an verstorbene Vereinsmitglieder
11	Ordentliche Mitgliederversammlung 2025
12-13	Neues aus der Kletterhalle und vom Kilterboard
14-16	Kletterzentrum und Eintrittspreise
18	Leistungsklettern
19	Familiengruppe
20-21	Jahresrückblick der Kletterkrabbelgruppe
22-23	Referat Bergsteigen
24	Referat Wintersport
25	Referat Ausbildung
26	Trainingszeit

Einladung

28	Einladung zur Mitgliederversammlung 2026
29	Einladung zu Gipfeltreffen und Sektionsfest

Kurz & Bündig

30	Inklusive Eichhörnchen-Kids bei der Feuerwehr KL
31	Mit dem Förster im Wald
32	Arbeitseinsatz Hakensanierung
33	Grenzen Los Klettern
34-35	Grenzen überwinden, Freiräume erschließen
36	Jugend trainiert für Olympia
38	Sektionsjugend in Berlin
39	Stützpunkt von Landes- und Bundesverband vor Ort

Aktiv - Wandern

40	Mittwochswanderung
41	Sonntagswanderungen
42-43	Albsteig HW1
44	Der Pfälzer Hüttensteig bei Lambrecht
45	Immaterielles Kulturerbe - Die Pfälzer Hüttenkultur
45-46	DAV macht Hüttdienst beim Pfälzer Waldverein

Aktiv - Klettern

48-49	Special Olympics Kletterwettbewerb
50	Wenn inklusive Eichhörnchen zum Klettern gehen
51	Draußenklettergruppe des JDAV
52-53	Kletterabenteuer an der Martinswand

Aktiv - Rad

54	Graveln durch die Pfalz
55-56	Mit dem Rad zum Felsen

Aktiv - Alpin

58-60	Schneeschuhbergsteigen im Gardertal
61	Skitouren in den Stubaier Alpen
62	Maximiliansweg
64-66	Rätikon Höhenweg
67-70	Bergsteigen an der Weissmies
72-73	Bergsteigen in der Bernina
74-76	Karwendel-Höhenweg
78-82	Unterwegs auf dem Friedensweg
84-85	Tourenbericht Braunschweiger Hütte
86-87	5 Mädels im Montafon
88-90	Alpinkurs auf der Saarbrücker Hütte
91	OHG-Abiturienten auf Abschiedstour

Weltweit

92-93	Indienhilfe Trippstadt NALAM e.V.
-------	-----------------------------------

Programm 2026

94-95	Teilnahmebedingungen
96-98	Ortsgruppe Idar-Oberstein
98	Ausbildung Klettern Halle
99-100	Kinder, Jugend, Familie
101-107	Führungs- u. Gemeinschaftstouren
108-112	Wandern vor Ort

Redaktion:
Gianna Nicolai, Elke Boerner
Horst Scherschel (verantw. I.S.d.P.)

Satz+ Layout: Printec Solutions GmbH
Auflage 3.000 Exemplare, erscheint Dezember 2025

Titelfoto: Der Wanderer über dem Nebelmeer, unser Franz, der letzte Highlander der Sektion, auf dem Luger Geierstein beim herbstlichen Sonnenaufgang.
Foto: Gabi Schreiner

Liebe Mitglieder

Auch dieses Jahr kann ich festhalten, dass es läuft im Verein: nicht immer rund, hier und da knirscht es, aber die Richtung stimmt, wir entwickeln uns weiter.

Dazu ein paar Beispiele.

Unser neu besetztes Familienreferat startet durch, die ersten Angebote fanden ein reges Interesse, und es gibt schon viele Ideen für das nächste Jahr. Hierzu passend möchte ich unsere Kinderkrabbelgruppe erwähnen, die sich wunderbar entwickelte, aber, weil die Kleinen älter werden, sich nun wieder neu erfinden will. Wir suchen Nachwuchs bei den „Krabblern“ und eine(n) neue(n) Verantwortliche(n) für unsere Gruppe – siehe eigenen Artikel im Heft.

Auch im Referat Bergsteigen wird die Luft dünner, weil sich die Teilnehmer der Trainingszeit immer mehr in den hochalpinen Bereich wagen. Das Reservoir von Mitgliedern, die eigene Touren anbieten, wird immer größer – nicht nur im alpinen Bereich. Deshalb können wir 2026 bei den Sonntagswanderungen statt eine im Monat zwei Wanderungen anbieten.

Besonders erfreulich finde ich, dass wir unsere sozialen Aktivitäten im Bereich Klettern in einem eigenen Referat, „Soziales“, zusammenfassen konnten. Die Themen Inklusion, Integration und Schulen werden, z.Z. noch kommissarisch, von Sonja Brand im neuen Referat „Soziales“ vertreten: dafür vielen Dank und viel Glück, Freude und Erfolg!

Wir freuen uns schon alle auf den nächsten Kletterwettbewerb für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung, die „Special Olympics Rheinland-Pfalz“, der schon für September 2026 terminiert ist.

Zum Thema Neue Webseite gibt es Positives zu berichten. Sollte alles nach Plan geklappt haben, dann könnt Ihr, wenn Ihr diese Zeilen lest, gleich mal auf die neue Webseite schauen.

An der Gestaltung unserer neuen digitalen Heimat haben viele mitgewirkt, bei denen ich mich ganz herzlich bedanken will. Ein besonderer Dank gilt Philipp Wisser und Lukas Käfer, die die technischen Grundlagen der Webseite bereitgestellt haben, und Hannah Sunde, die sich mit viel Enthusiasmus in das neue Programm eingearbeitet, ja reingewühlt, hat und jetzt unsere neue Webseite selbstständig administriert.

Wir werden den Anmeldeprozess für Kurse und Touren neu organisieren und komplett über das neue Antragsformular auf der Webseite abwickeln. Zu diesen beiden Themen gibt es ebenfalls weitere Information im Heft.

Doch es lief nicht alles gänzlich rund. Wie im Protokoll der Mitgliederversammlung 2025 ausgeführt, sind wir bei den beiden „großen“ Themen aus unserem Workshop „Visionen 2030 DAV Sektion Kaiserslautern“ noch nicht vorangekommen. Die Idee, einen Treffpunkt, ein Begegnungszentrum oder ein Vereinsheim zu schaffen, um die Kommunikation im Verein zu verbessern, konnten wir noch nicht umsetzen. Auch mit der zweiten Idee, die Bedingungen der Möglichkeit einer neuen 15 m hohen Kletterhalle zu untersuchen, sind wir nicht weitergekommen. Hier bleibt noch viel Luft nach oben!



Auch im Klimareferat läuft es weiterhin nicht wie erhofft. Wir konnten nur wenig von dem verwirklichen, was geplant war. Um das Bonmot von letztem Jahr, „Der Fortschritt ist eine Schnecke“, noch einmal zu bemühen, erhoffe ich mir, dass es gelingt, uns nächstes Jahr – auch als Schnecke – langsam auf der Überholspur bewegen zu können.

Ich wünsche Euch und Euren Familien im Namen des Vorstands und des Beirates ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr 2026.

Bleibt gesund.

Wir freuen uns sehr darauf, Euch bald beim **Gipfeltreffen** (ehemals Stehempfang) am 18.01.2026, auf der Mitgliederversammlung am 25.04.2026 und natürlich auch auf unserem **Sektionsfest** am 06.09.2026 begrüßen zu dürfen.

Horst Scherschel

AnsprechpartnerInnen der Sektion Kaiserslautern

Ehrevorsitzender	Dr. Lothar Lukoschek	E-Mail: lothar.lukoschek@dav-kaiserslautern.de
1. Vorsitzender	Horst Scherschel	E-Mail: horst.scherschel@dav-kaiserslautern.de
2. Vorsitzender	Stephan Guhse	E-Mail: stephan.guhse@dav-kaiserslautern.de
Schatzmeister	Harald Stössel	E-Mail: harald.stoessel@dav-kaiserslautern.de
Schriftführerin	Ute Barthel-Knoll Neuwahl auf der Mitgliederversammlung am 25. April 2026	E-Mail: info@dav-kaiserslautern.de
Jugendreferentin	Tabea Endres	E-Mail: jugend@dav-kaiserslautern.de
1. Beisitzer	Marius Obentheuer	E-Mail: marius.obentheuer@dav-kaiserslautern.de
2. Beisitzer	Thomas Breier	E-Mail: thomas.breier@dav-kaiserslautern.de
3. Beisitzer	Wahl auf der Mitgliederversammlung am 25. April 2026	
4. Beisitzer	Wahl auf der Mitgliederversammlung am 25. April 2026	
Alpine Touren	Marco Elsner	E-Mail: marco.elsner@dav-kaiserslautern.de
Ausbildungsreferent	Thomas Breier	E-Mail: thomas.breier@dav-kaiserslautern.de
Familienreferent	Sebastian Rau	E-Mail: sebastian.rau@dav-kaiserslautern.de
Hüttenreferent	Fabio Carminati	E-Mail: fabio.carminati@dav-kaiserslautern.de
IT-Referent	Karsten Kober	E-Mail: karsten.kober@dav-kaiserslautern.de
Idar-Oberstein	Heiko Kaiser Stephan Rudy	E-Mail: heiko.kaiser@dav-kaiserslautern.de E-Mail: stephan.rudy@dav-kaiserslautern.de
Kletterhallenreferent	Marius Obentheuer	E-Mail: marius.obentheuer@dav-kaiserslautern.de
Kletterreferent	Lucas Deubert z.Z. kommissarisch ernannt, die Wahl erfolgt auf der Mitgliederversammlung am 25. April 2026	E-Mail: lucas.deubert@dav-kaiserslautern.de
Klimaschutz	Nicht besetzt	
Leistungs- und Wettkampfklettern	Ria Grindel Felix Smarsly	E-Mail: ria.grindel@dav-kaiserslautern.de E-Mail: felix.smarsly@dav-kaiserslautern.de
Mountainbikereferent	Nicht besetzt	E-Mail: mtb@dav-kaiserslautern.de
Naturschutzreferent	Nicht besetzt	
Öffentlichkeitsarbeit	Mathias Schwartz	E-Mail: mathias.schwartz@dav-kaiserslautern.de
Wintersportreferentin	Andrea Prinz	E-Mail: andrea.prinz@dav-kaiserslautern.de
Wanderreferent	Horst Scherschel	E-Mail: horst.scherschel@dav-kaiserslautern.de

Alles rund um die Sektion – jetzt noch übersichtlicher online!

Unsere Sektion hat eine neue digitale Heimat!

Mit dem Relaunch unserer Homepage möchten wir Euch den Zugang zu allen Informationen rund um unsere Sektionsarbeit noch einfacher und ansprechender gestalten.

Die neue Seite präsentiert sich in modernem Design, ist auch auf dem Smartphone gut lesbar und bietet eine klare Struktur: Ob Tourenberichte, Kursangebote, Termine, Hütteninfos oder aktuelle Nachrichten – alles ist nun mit wenigen Klicks zu finden.

Ein besonderer Fokus lag auf Übersichtlichkeit und Aktualität. So können Veranstaltungen und Touren direkt online eingesehen werden, und auch kurzfristige Änderungen oder neue Angebote erscheinen zeitnah auf der Startseite.

Zudem stellt sich unsere Sektion nun ausführlicher vor – von den aktiven Gruppen über unsere Hütten bis hin zu unserem Engagement in der Jugendarbeit.

Schaut doch mal vorbei und entdeckt, was es Neues gibt – wir freuen uns über Rückmeldungen, Lob, Kritik oder Anregungen!

<https://www.dav-kaiserslautern.de/>

Jetzt den QR-Code scannen und direkt
zu unserer neuen Homepage gelangen



DAV
Deutscher Alpenverein
Sektion Kaiserslautern

Sektion Ausbildung Jugend Referate Kurse & Tourenprogramm Kletterzentrum Lautrer Hütte Ehrenamt

Mein Alpenverein MITGLIED WERDEN

Wir brauchen dich!
Ehrenamt im **DAV**

Wir suchen Dich
Engagement im Ehrenamt
[mehr erfahren](#)

Tipps für sicheres Wandern im Herbst
22.09.2025

Wenn inklusive Eichhörnchen zum Klettern in den Keller gehen
28.08.2025

Inklusive Eichhörnchenkids bei der Berufsfeuerwehr
Kaiserslautern
26.08.2025

Text: Hannah Sunde

Geschäftsstelle der Sektion Kaiserslautern

Geschäftsstelle

im **DAV Kletterzentrum Barbarossahalle**, Tel. 0631- 89 291 537
 DAV Sektion Kaiserslautern e.V, Ludwig-Thoma-Straße 1, 67663 Kaiserslautern
 Vereinsregister Amtsgericht Kaiserslautern VR 1218, USt.-IdNr. De289383767

Ansprechpartnerin

Elisabeth Wagner-Weig
 E-Mail: elisabeth.wagner-weig@dav-kaiserslautern oder info@dav-kaiserslautern.de

Öffnungszeiten

Winteröffnungszeiten Oktober – März
 Dienstag, 17:00 – 21:00 Uhr
 Donnerstag, 09:00 – 14:00 Uhr
Sommeröffnungszeiten April – Oktober
 Dienstag, 09:00 – 14:00 Uhr
 Donnerstag, 09:00 – 14:00 Uhr

Mitgliederverwaltung

Neuanmeldungen online über die DAV-Website oder unter folgendem Link:
<https://www.dav-shop.de/beta-mitgliederaufnahme/default.aspx?SN=1128>

Adressänderungen, Änderungen der Bankdaten online über „Mein Alpenverein“:
<https://mein.alpenverein.de/SitePages/Homepage.aspx>

Kündigungen bis zum 30.09.2026 an mv@dav-kaiserslautern.de

Bitte wenn möglich keine Zuschriften per Post einreichen.
 Nutze unsere online Serviceangebote oder die E-Mail-Adresse:
mv@dav-kaiserslautern.de

Bücherausleihe

Zu den regulären Öffnungszeiten des DAV-Kletterzentrums Kaiserslautern im Eingang der Kletterhalle.

Kontodaten

Sektionskonto
 IBAN: DE77 5405 0220 0000 0211 47
 BIC: MALADE51 KLK
 Sparkasse Kaiserslautern

Ausbildungs- und Tourenkonto
 IBAN: DE92 5405 0220 0000 0686 01
 BIC: MALADE51 KLK
 Sparkasse Kaiserslautern



Wir brauchen dich!
 Ehrenamt im **DAV**

Kommunikationstalent gesucht!

Du hast Spaß am Schreiben, Gestalten und Organisieren, bringst kreative Ideen mit und möchtest unsere Sektion in der Öffentlichkeitsarbeit unterstützen? Dann bist du genau richtig in unserem **Kommunikationsteam!**
 Ob Jahresheft, Website oder Social Media – hier kannst du Texte verfassen, Fotos auswählen, Beiträge planen und deine Ideen zur Gestaltung einbringen.

Interessiert? Dann melde dich bei:
 Elisabeth Wagner-Weig
info@dav-kaiserslautern.de

Beitragsordnung 2026

Die Mitglieder informiert...

Beiträge / Aufnahmegebühr

A-Mitglied 72,00 € / 45,00 €
Vollmitglied ab dem vollendeten 25. Lebensjahr

B-Mitglied 38,00 € / 25,00 €
Lebenspartner*in des A-Mitglieds

C-Mitglied 26,00 € / -----
Mitglieder, die bereits einer anderen DAV-Sektion
als A, B oder Junior angehören

Junioren [19 - 25] 54,00 € / 25,00 €
Mitglieder vom 18. bis vollendeten 25. Lebensjahr

Junioren ohne Einkommen 48,00 € / -----
[auf Antrag / Nachweis]
Mitglieder vom 18. bis zum vollendeten 25. Lebensjahr

Jugend [15 - 18] 48,00 € / -----
Mitglieder vom 15. bis zum vollendeten 18. Lebensjahr

Kinder [bis 14] 26,00 € / -----
Mitglieder bis zum vollendeten 14. Lebensjahr

Besondere Ermäßigung 38,00 € / 25,00 €
[Auf Antrag / Nachweis]

- » Mitglieder ab dem vollendeten 70. Lebensjahr
- » Aktive Bergwachtmitglieder
- » Ab dem vollendeten 25. Lebensjahr A-Mitgliedschaft für Studenten bis zum 28. Lebensjahr [mit Studien-Nachweis]

Familienbeitrag 110,00 € / 45,00 €
Beide Elternteile (A- und B-Mitgliedschaft)
Kinder unter 18 Jahren sind Mitglied ohne Beitrag.
Ab dem 18. Lebensjahr erfolgt automatische Umstufung in die Junior-Mitgliedschaft.

Allgemeine Informationen:

Die neuen DAV-Mitgliedsausweise werden 2026 versandt. Teilnehmer des Lastschriftverfahrens, wie 98 Prozent unserer Mitglieder, erhalten ihren Mitgliedsausweis automatisch bis Ende Februar. Bei allen anderen dauert es etwas länger. So lange ist Ihr Mitgliedsausweis aus 2025 auch noch gültig. Ihr Beitrag für 2026 wird als SEPA-Lastschrift zum 02.01.2026 oder am nächsten Bankarbeitstag eingezogen. Unsere Gläubiger-ID ist die DE30ZZZ00000527012. Die Mandatsreferenz entspricht Ihrer Mitgliedsnummer.

Der **Familienbeitrag** wird dann eingeräumt, wenn neben dem Antragsstellenden auch der Partner bzw. die Partnerin Mitglied werden. Beitragsermäßigungen sind aber auch für Alleinerziehende möglich (**auf Antrag / Nachweis**).

Im Gegensatz zur Spende sind Mitgliedsbeiträge an Vereine mit freizeitfördernden gemeinnützigen Zwecken steuerlich nicht absetzbar. Für die Beiträge darf der Verein auch keine Zuwendungsbescheinigungen ausstellen.

Eine dringende Bitte: Sollte uns bei der Abbuchung Ihres Beitrags ein Fehler unterlaufen, dann widersprechen Sie der Abbuchung bitte nicht, sondern machen Sie eine kurze Mitteilung an die Mitgliederverwaltung. Wir sorgen dann umgehend für die Korrektur. Sie helfen uns dadurch die Stornogebühren zu sparen, die nicht unerheblich sind.

Änderungen Ihrer Adresse oder Bankverbindung bitte der Geschäftsstelle / Mitgliederverwaltung bis spätestens Ende November mitteilen.

Umstufungen/Kategorieanpassungen erfolgen automatisch.

Einst ging ein Mann an Ufers Rand
Mit der Mappe in der Hand.
Nach dem blauen Himmel hoch
Sah er, wo die Schwalbe flog,
Unversehens **fiel** der **Mann**
Übern Rand ins Wasser dann.



Neuaufnahmen...

Im vergangenen Vereinsjahr 2025

Wir hoffen, dass Sie im Alpenverein viel Freude bei den angebotenen Aktivitäten haben werden. Zum Jahresende wird der Verein somit einen Mitgliederstand von ca. 3.700 Mitgliedern haben.

Geburtstagsjubilare im Jahr 2026

Vorstand und Beirat gratulieren allen Bergfreunden und Bergkameraden, die 2026 einen runden Geburtstag haben werden.

Besondere Glückwünsche, ältesten Mitglieder (>90 Jahre):

Heil, Lieselotte	07.1927
Rogall, Hedi	02.1930
Fraenger, Elvira	09.1932
Hübner, Helmut	01.1932
Schwenk, Friedrich	11.1933
Müller, Rudolf	03.1933
Gabelmann, Elsbeth	01.1933
Mai, Hermann	09.1935
Rewitzer, Heribert	07.1935
Rosenthal, Robert	06.1935
Mayer, Hans	05.1935
Gutsche, Herbert	05.1935
Molter, Otto	01.1935

90 Jahre

Wassner, Guenter	01.1936
Becker, Heinz	02.1936
Eckhard, Klaus	05.1936

85 Jahre

Kreuss, Tasso	02.1941
Walter, Anita	04.1941
Mai, Edeltraud	05.1941
Hoffmann, Siegfried	05.1941
Gscheidle, Berthold	06.1941
Glaser, Christine	08.1941
Tomm, Dagwin	08.1941

80 Jahre

Schmitt, Ursula	01.1946
Becker, Norbert	04.1946
Deppert, Willi	04.1946
Ebener, Emil	06.1946
Barthel, Jörg	06.1946
Weiss, Siegfried	07.1946

Kosselt, Kurt	07.1946
Krämer-Oeck., Marianne	08.1946
Kukla, Ruth	09.1946
Moßmann, Horst	10.1946
Turp, Maggie	12.1946

75 Jahre

Jung, Hans-Joachim	02.1951
Götte, Frank Georg	02.1951
Haas, Leonhard	03.1951
Moses, Hannelore	03.1951
Hoffmann, Angelika	03.1951
Janik, Wolfram	05.1951
Heil, Guenter	05.1951
Hem, Rainer	05.1951
Kögel, Werner	05.1951
Schmidt, Dieter	07.1951
Reiß, Karl-Heinz	07.1951
Roet, Karl-Heinz	07.1951
Gilcher, Regina	07.1951
Waite, Frank	08.1951
Schiffmann, Karl	08.1951
Borchers, Gisela	08.1951
Weckbecker, Hans-Peter	09.1951
Heintz, Wolfgang	09.1951
Weber, Hans-Peter	10.1951
Roche, Andreas	11.1951
Gillen, Mathias	11.1951
Kögel, Brigitte	12.1951

70 Jahre

Klein, Ludwig	01.1956
Juchem, Klaus	01.1956
Rohweder, Gitta	01.1956
Müller, Klaus	02.1956
Schmitt, Anneliese	03.1956
Roche, Jutta	03.1956
Bolz, Siegfried	03.1956
Sauer, Ulrike	04.1956

Ahlheim, Matthias	04.1956
Dietrich, Maria	04.1956
Borchholder, Klaus	04.1956
Schmidt, Hans	04.1956
Reinhart, Sigrid	05.1956
Müller, Franz	05.1956
Allmann, Jürgen	05.1956
Schermer, Paul	05.1956
Gabelmann, Heiner	06.1956
Rausch, Helmut	06.1956
Gauer, Margit	06.1956
Heymann, Ursula	06.1956
Feldmann, Heinz Richard	06.1956
Klein, Elke	07.1956
Barthel, Werner	07.1956
Behrens, Bernd	09.1956
Kreutz, Max	09.1956
Scheffler, Heidi	09.1956
Ecker, Norbert	09.1956
Steitz, Helmut	09.1956
Sommer, Ingrid	09.1956
Dunkel, Gerhard	10.1956
Jung, Bernhard	10.1956
Kappes, Franz	10.1956
Reiber, Manfred	11.1956
Heil, Hans	12.1956
Rothaupt, Thomas	12.1956
Rölle, Rüdiger	12.1956
Baldauf, Uwe	12.1956

Liebe Vereinsjubilare im Jahr 2026 ...

im neuen Vereinsjahr

Vorstand und Beirat danken Euch, liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde, für Eure langjährige Zugehörigkeit und Treue zum Deutschen Alpenverein.

Besonders bedanken wollen wir uns bei unseren langjährigen Mitgliedern, die seit 65 Jahren, seit 60, 50, 40 oder 25 Jahren mit ihrer Mitgliedschaft den Alpenverein unterstützen.

Ganz besonders bedanken wir uns bei Willi Deppert, der in 2026 seit 65 Jahren Mitglied in unserer Sektion sein wird.

Wir gratulieren Euch allen sehr herzlich zu Eurem Jubiläum und freuen uns ganz besonders, Euch auf unserem „Gipfeltreffen“ (Stehempfang) im Januar begrüßen zu dürfen.

Vorstand und Beirat der Sektion
November 2025

65 Jahre

Deppert, Willi

60 Jahre

Becker, Ralf

50 Jahre

Erchinger, Tilmann

Herrmann, Hans-Gerd

Höfer, Markus

Bolz, Gernot

Hamburger, Hedwig

40 Jahre

Klein, Gereon

Scherer, Manfred

Gabelmann, Wilfried

Ruby, Thomas

Kreuss, Tasso

Schlicher, Rolf

Weizsaecker, Katharina von

25 Jahre

Andes, Frederic

Blinn, Thomas

Breier-Sander, Jutta

Dekovic, Alsen

Erb, Thomas

Frankenberger, Henriette

Frankenberger, Ralf

Frisch, Johannes

Glantz, Fabian

Götte, Frank Georg

Götte, Christa

Herrmann, Heidrun

Hub, Anke

Juchem, Klaus

Klein, Christel

Klein, Fredi

Korell, Gunter

Kuntz, Sebastian

Leppla, Klaus

Mehler, Lothar

Mindnich, Andrea

Orlik, Julia

Owsianik, Benjamin

Preis, Claus-Jürgen

Reidel, Hans

Schermer, Leo

Schmauder, Leonie

Schneider, Klaus

Scholz, Matthias

Stössel, Harald

Thrun, Jonas

Vongerichten, Mark

Vongerichten, Annabelle

Wagner, Sven

Waitt, Frank

Weber, Bianca

Wind, Daniel

Woll, Theresa

Woll, Matthias

Woll, Aline

Woll-Wagner, Nora

Yilmaz, Sema

Zimmermann, Sabine

Ein Ehrendes Angedenken

Gilt unseren verstorbenen Mitgliedern...

Ehrgott, Volker-Horst

Hoffmann-Biundo, Jürgen Erich

Reeb, Sarah



unter allen wipfeln ist ruh:

RuheForst® Südpfälzer Bergland Wilgartswiesen



- Führungen
- Broschüre
- Informationen

www.ruheforst-suedpfaelzerbergland.de

Kontakt: Tel 06392 4090177
info@ruheforst-suedpfaelzerbergland.de



RuheForst®. Ruhe finden.



Ordentliche Mitgliederversammlung 2025

29.03.2025, Theodor-Zink-Museum

Nach der Begrüßung stellte der 1. Vorsitzende die Beschlussfähigkeit der Versammlung fest. Den verstorbenen Mitgliedern wurde gedacht.

Nach dem Bericht des Vorsitzenden und der Referatsleiter stand der Bericht der Kassenprüfer an. Dieses Jahr das erste Mal in neuer Besetzung, Ute Schellhammer fand ihre Nachfolgerin gleich in der Familie, ihre Schwester Gabi, und Franz Müller folgte Martin Hochreiter. Die beiden Neuen machten ihre Sache gut und der Vorstand wurde entlastet.

Die beiden wichtigsten Themen der Versammlung waren erstens die regulären Neuwahlen des Beirates und zweitens die Übernahme der Änderungen der Mustersatzung des DAV aus dem Jahr 2024 in unsere Sektionssatzung. Zusätzlich haben wir noch einige andere Änderungen in unserer Satzung beschlossen.

Die Beiräte, die wieder antraten, wurden alle wieder gewählt. Erfreulicherweise konnten wir zwei Referate neu besetzen: Andrea Prinz als neue Wintersportreferentin und Sebastian Rau als neuer Familienreferent.

Die von einer Arbeitsgruppe vorbereiteten Satzungsänderungen wurden von allen Anwesenden interessiert und sehr diszipliniert bewältigt und alle Änderungsvorschläge angenommen. Besonders wichtig für die Sektion scheint mir eine Änderung, die den Vorstand betrifft. Wir haben die Anzahl der Beisitzer von zwei Beisitzern auf „...bis zu vier Beisitzern“ geändert.

Damit hoffen wir, den Vorstand perspektivisch zu verjüngen und diverser zu machen.

Auf der nächsten Mitgliederversammlung 2026 ergibt sich nun die großartige Gelegenheit für junge, gerne weibliche, interessierte Mitglieder, sich in den Vorstand wählen zu lassen, um die Zukunft unseres Vereins aktiv auf der Vorstandsebene mitzugestalten.

Was gab es sonst noch Neues? Der Vorsitzende berichtete über die großen IT-Probleme im DAV-Verband. Durch die Einstellung eines IT-Experten auf Präsidiumsebene im letzten Jahr wurde die Voraussetzung geschaffen, die laufenden Projekte zu stop-

pen und grundsätzlich neu zu bewerten. So wurde die Einführung der neuen Mitgliederverwaltungssoftware komplett eingestellt. In der Zwischenzeit wurde eine Alternative gefunden, die Standardsoftware, die der Schweizer Alpenverein nutzt, eine gute Lösung, so nah, aber lange so fern. Die Entscheidung zur Einführung wird auf der Bundesversammlung 2026 getroffen werden.

Für uns interessant in dem Zusammenhang ist, dass auch alle für 2025/26 geplanten Beitragserhöhungen der Sektionen an den Verband gestoppt wurden, bis die missliche Situation auf Verbandsebene abschließend analysiert sein wird und ein realistischer Finanzbedarf abgeschätzt werden kann. D.h. die Beitragserhöhung ist aufgeschoben, sie wird aber kommen.

Aus unserem Visionsworkshop „Sektion Kaiserslautern 2030“ konnten wir schon einige Ideen verwirklichen, Sektionsbekleidung, unseren Sektionstag usw., andere sind immer noch offen. Einmal die Idee, die Gemeinschaft im Verein weiter zu stärken, indem wir Treffpunkte, ein Begegnungszentrum oder ein Vereinsheim, schaffen, um die Kommunikation im Verein zu verbessern.

Zum anderen wollten wir die Bedingungen der Möglichkeit einer neuen 15 m hohen Kletterhalle untersuchen. Es geht also nicht um ein Ja oder Nein zu einem An- oder Neubau einer Kletterhalle, sondern es geht im Moment nur darum, dass sich eine kleine Arbeitsgruppe einmal umschaute, ob so etwas realisierbar wäre. Dieses „Umschauen“ klingt recht locker, leicht und fluffig, aber im realen Leben heißt das: anfragen, warten, anfragen, warten... auf eine Antwort von dem oder von der Seite usw.

Kurz, es gibt noch nichts Weiteres zu berichten, obwohl seit der letzten Mitgliederversammlung schon wieder gut sechs Monate vergangen sind.

Das wiederum heißt, es lohnt sich, die nächste Mitgliederversammlung 2026 zu besuchen, da gibt es vielleicht dann doch Neues zu berichten.

Das Originalprotokoll mit Anlagen ist auf unserer Webseite einzusehen.

Horst Scherschel



Kletterzentrum

Neues aus der Kletterhalle und vom Kilterboard



Unsere Halle hat endlich ein eigenes Logo, welches „Der Brecher“ für uns erarbeitet hat. Dieses wird Euch sicherlich an der ein oder anderen Stelle über den Weg laufen – lasst Euch überraschen.

Die Verkaufsartikel für die Halle sind nun für jeden gut sichtbar direkt im Halleneingang links in der Vitrine untergebracht. Euer Lieblings-Chalk ist nicht dabei? In anderen Hallen gibt es viel leckerere Riegel? Ihr wollt noch mehr Bürstenauswahl? Gebt mir gerne Rückmeldung, damit wir unser Sortiment verfeinern können.

Auch wenn meine private Bibliothek zumindest im Bereich Sportklettern und Bouldern inoffiziell als Vereinsbibliothek gehandhabt wird, möchte ich doch gerne auf eine sehr komfortable Regelung hinweisen – und auch dazu anregen, von dieser Gebrauch zu machen. Wenn in unserer (offiziellen) DAV-Bibliothek eine Topo-Karte Eurer Wahldestination für den nächsten Kletter-, Wander- oder Boulder-Ausflug nicht vorhanden ist, könnt Ihr dieses ganz unkompliziert selbst erwerben und es nach eurem Trip in die Bibliothek aufnehmen lassen. Den Kaufbetrag bekommt Ihr erstattet (Quittung aufheben). So kann die Bibliothek sich Euren Wünschen anpassen und stetig wachsen. Falls sich jemand als „Bibliothekar“ berufen fühlt, könnte man hier aber sicher auch eine Online-Ausleihe inkl. Bestandsabfrage etc. aufbauen. Meldet Euch gerne, wenn Ihr dazu Lust und Ideen habt.

Im Bereich des Routenbaus ist ebenfalls viel passiert und umgesetzt worden. Es gibt viele neue Griffe, und v.a. für Touren in den leichteren Graden wurden großartige Shapes angeschafft. Ebenfalls wurden für den Bereich Inklusion durch Anregung von Sonja und in Absprache mit dem Routenbau passende Griffe erworben. Und es gibt neue Volumen – hier wurde der vielfach geäußerte Wunsch nach Rissvolumen umgesetzt. Enjoy!

Für einen der Termine wurde wieder ein Steiger organisiert und damit das Dach so eng mit Routen gespickt wie wohl nie zuvor. Für die bodennahe Traverse der Jugendgruppe wurden außerdem neue Griffe erworben und an die Wand gebracht. Aus allen Bereichen der Halle höre ich immer wieder sehr gutes Feedback zu den Touren – und zwar in allen Schwierigkeitsbereichen.

Ob das Routenbau-Team auch im nächsten Jahr noch so leistungsstark agieren kann, ist aktuell aber etwas fraglich. Martin Kohl, der hier nun einige Jahre die Zügel in der Hand hatte, musste aus beruflichen und privaten Gründen sein Engage-

ment deutlich zurückschrauben. Im Moment ruht Vieles auf den Schultern von Felix (Riexinger) und Joshi. An dieser Stelle möchten wir uns nochmal ausdrücklich bei Martin, Felix, Joshi und dem gesamten Routenbau-Team im Namen aller Kletterer bedanken! Für die Zukunft ist aber eines klar. Das Team braucht Unterstützung von Euch. Ihr habt Lust Euch im Bereich Routenbau zu engagieren? Meldet Euch und bringt am besten gleich Eure Freunde mit. Erfahrungsgemäß macht es gerade zusammen unglaublich viel Spaß, und man kann zusätzlich Vieles im Umgang mit PSA und Routenbau-Techniken erlernen. Und nebenbei sind Routenbauer gesucht – so könnt Ihr Euer erlerntes Wissen langfristig auch zum Beruf oder lukrativen Studentenjob machen. Also meldet Euch bei Martin.Kohl@dav-kaiserslautern.de

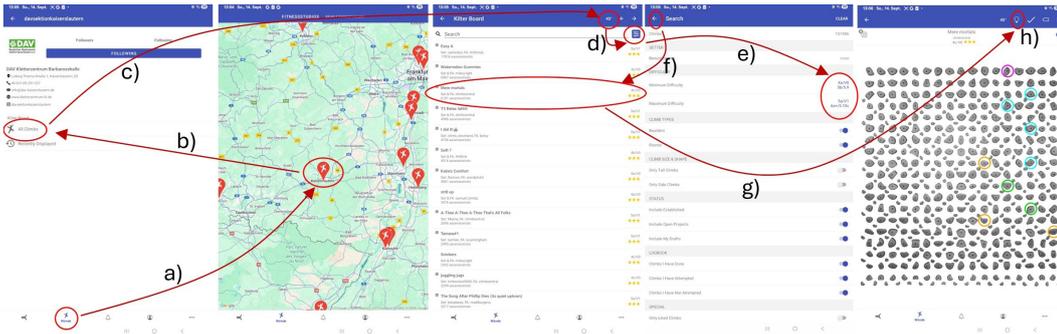
Das Kilterboard ist super angenommen worden und bringt auch neue Besucher in unsere Halle. Um den Zugang zu erleichtern und auch für Jugendliche (und Senioren) ohne Handy zu ermöglichen, haben wir rechts an der Wand ein Tablet angebracht, welches mittels Kilter-App mit dem Board verbunden ist. Mit einem double tap auf den Bildschirm erweckt Ihr dieses zum Leben (zweimal schnell hintereinander mit einem Finger auf den Bildschirm tippen) und könnt so direkt loslegen.

Viele unserer Mitglieder und regelmäßigen Hallenbesucher scheinen zwar auf Nachfrage durchaus Interesse am Kiltern zu haben – die technische Nutzung des Gerätes stellt jedoch für viele noch immer eine gewisse Hürde dar. Daher habe ich im Folgenden eine Schnellstartanleitung zusammengestellt. Mit dem eigenen Handy oder Tablet kann man so schon zu Hause alles vorbereiten und dann „wie ein alter Hase“ ans Kilter marschieren. Alternativ könnt Ihr natürlich auch einfach das Tablet vor Ort nutzen. Bitte bedenkt, dass Ihr vor der erstmaligen Nutzung eine Sicherheitsunterweisung durch unser Thekenpersonal benötigt – die geht aber flott und ist jederzeit machbar.

1. Wenn Ihr die Kilter-Board App auf dem eigenen Handy nutzen möchtet, ladet Euch diese herunter (siehe Bild QR code für Android & Apple) und erstellt Euch einen Account.



Dies hat den Vorteil, dass Ihr Eure eigenen Projekte speichern könnt und Eure gemachten Boulder in Eurem „Logbuch“ abgelegt habt. Ihr könnt ansonsten aber auch einfach das Tablet im Boulderraum nutzen (dies ist mit einem DAV-Account bereits angemeldet).



2. Klickt in der App auf „Wände“ (a), wählt dann auf der Karte „Kaiserslautern“ aus (b) und klickt dann auf „all climbs“ (c).

3. Wählt dann den aktuellen Winkel der Wand aus (dieses könnt Ihr links am Kilter ablesen und einstellen – für Einsteiger empfiehlt sich erstmal mit 10° zu starten). Klickt dann auf das Filter Symbol (d). Im darauffolgenden Menüfenster stellt Ihr Euch den minimalen und maximalen Schwierigkeitsgrad ein für die Boulder, die Euch die App anzeigen soll. Die Boulder werden in der Fontainebleau Bloc Skala angezeigt (Fb. Bloc). Wie sich diese in UIAA und französische Klettergrade umrechnen lassen, könnt Ihr in der Vergleichstabelle ablesen. Hier könnt Ihr auch weitere Filtereinstellungen vornehmen – für den Einstieg sind aber die Grade erstmal das Wichtigste.

Fb. Bloc	UIAA	FRZ.
1	1	1
1	2	2
1/2	3	3
2	4	4
2	4+	4+
2/3	5-	5a
3	5	5a/5b
4a	5+	5b
4a/4b	6-	5b/5c
4b	6	5c
4c	6+	6a
5a	7-	6a+
5b	7	6b
5c	7+	6b+
6a	7+/8-	6c
6a+	8-	6c+
6b	8	7a
6b+	8+	7a+
6b+/6c	8+/9-	7b
6c	9-	7b+
6c+	9	7c
7a	9+	7c+
7a+	9+/10-	8a
7a+/7b	10-	8a/8a+
7b	10-	8a+
7b+	10	8b
7c	10+	8b+
7c+	10+/11-	8c
7c+/8a	11-	8c+
8a	11	9a
8a+	11	9a/9a+
8a+/8b	11/11+	9a+
8b	11+	9a+/9b
8b+	11+/12-	9b
8c	12-	9b+
8c+	12	9c

4. Klickt dann auf den „zurück“-Pfeil (f) und wählt in der Auswahlliste einen Boulder durch Draufklicken aus (g).

5. Nun wird Euch der Boulder mit den zugehörigen Griffen auf Eurem Gerät angezeigt. Durch „Wischen“ nach rechts und links könnt Ihr sehr schnell zwischen verschiedenen Boulder wechseln. Die Farben der Griffe haben dabei folgende Bedeutung:

- Grün: Startgriffe für die Hände (dürfen auch getreten werden)
- Blau: Greifen und Treten erlaubt
- Orange: nur zum Treten erlaubt
- Lila: Ziel-Griffe

6. Nun müsst Ihr nur noch auf das Lampensymbol klicken (h) und dann im Bluetooth-Menü, welches aufpoppt, „Kilterboard“ anklicken, dann wird der Boulder am Kilterboard angezeigt. Hierfür muss an Eurem Gerät Bluetooth aktiviert und die Kontrollbox rechts hinter dem Kilterboard angeschaltet sein (und Ihr müsst natürlich vor Ort sein).

So, und nun keine Ausreden mehr. Ich hoffe, mit dieser kleinen Anleitung ein paar weiteren Kletterern die Freuden des Kilterboard näher bringen zu können.

Und zum Abschluss noch ein paar Worte an die „Enthusiasten“ und Vielnutzer. Wie Ihr sicher wisst, ist das Kilterboard ein Trainingsgerät, welches es erlaubt, durch sehr hohe Dichte an Bouldern in kürzester Zeit sehr schnell fit zu werden. Allerdings sind die Art der Boulder und die Shapes der Griffe doch auch sehr spezifisch, was ein gewisses Verletzungsrisiko mit sich bringt. Zur Verletzungsprävention würde ich auch jungen Athleten daher zwei Dinge empfehlen: Macht einmal im Monat eine Woche Kilter-Pause (und geht stattdessen ans Seil ...) und wärmt v.a. Eure Finger vor jedem Training sehr gut auf. Hierfür eignet sich das Campusboard mit Nutzung der Fußleisten gut. Außerdem haben wir noch Mini-Griffbretter mit Gummibändern im Boulderraum platziert – damit könnt Ihr Eure Finger konzentrisch und exzentrisch mit sehr geringer Belastung durchbewegen (siehe Abbildung 5) – auch gut für nach dem Kiltern.



Falls doch mal etwas schief geht, haben wir auch ein tolles Angebot für Euch. Bei kletterspezifischen Hand- oder Fingerletzungen könnt Ihr eine E-Mail an unseren neuen E-Mail-Verteiler kletterverletzung@dav-kaiserslautern.de schicken. Der Verteiler ist jung und aus einem Gespräch mit unserem Mitglied Andreas Veeseer entstanden. Andreas ist selbst Kletterer und Handtherapeut mit vielen Jahren Erfahrung. Ob Reha-Übungen, Erstellen von Hand- oder Finger-Schienen oder Vermittlung von Kontakten zu weiteren Handspezialisten – Andreas hat sicher einen guten Rat für Euch. Und falls Ihr selbst im medizinischen oder therapeutischen Bereich aktiv seid und gerne in den Verteiler aufgenommen werden möchtet, meldet Euch gerne bei uns. Die Idee ist, dass Therapeuten, die selbst klettern, unseren Mitgliedern mit (Erst-)Rat zur Seite stehen und dadurch auch die Möglichkeit haben, für sich die besten Patienten überhaupt zu gewinnen – Kletterer (die sind nett und kommen wieder).

Text und Fotos: Marius Obentheuer



Treffpunkt Kletterzentrum

Die Kletterhalle und die beiden Boulderräume stehen allen Kletterern zur Verfügung, die über die erforderlichen Kletter- und Sicherungskennnisse verfügen. Die Nutzung erfolgt eigenverantwortlich und auf eigenes Risiko, eine Betreuung erfolgt nur im Rahmen der angebotenen Veranstaltungen und Kurse. Das Kletterzentrum bietet viel Platz und Raum für unsere Kinder- und Jugendgruppen. Es bietet anspruchsvolle Herausforderungen für Freizeitkletterer und Breitensportinteressierte. Im großen Überhang finden sich bei Touren bis 14 m Länge aber auch lange und schwierige Routen für leistungsorientierte Kletterer.

Am Empfang können die üblichen Kletterutensilien ausgeliehen werden.

Die Kletterhalle steht den Schulen der Stadt Kaiserslautern bis nachmittags um 16:00 Uhr zur Verfügung (nach Absprache).

Allgemeine Infos

Hersteller:	Walltopia 2012
Kletterfläche:	Gesamt 665 qm
Vorstieg:	530 qm
Routen:	Die Kletterwand hat 38 Umlenkpunkte und ca. 95 Routen im Bereich 3 bis 9, Schwerpunkt des Angebots liegt im Bereich 4 bis 7. 5 Topropestellen mit ca. 15 Routen Kinder-Boulderbereich mit Spielen und kleinen Hangelgerüsten.
Kletterboard:	12 x 12 Original Layout, 10 Grad bis 60 Grad, Campusboard, Steckbrett und Griffbretter
Für Kinder:	Kinderboulderraum mit Bouldertwister und Kinderbouldern

Organisationsteam Kletterzentrum:

Kletterhallenreferent Marius Obentheuer
marius.obentheuer@dav-kaiserslautern.de

Geschäftsstelle Elisabeth Wagner-Weig
elisabeth.wagner-weig@dav-kaiserslautern.de
 Online: www.dav-kaiserslautern.de

Wir freuen uns auf Euren Besuch ...



**Du willst keine Neuigkeiten Rund um die Kletterhalle
und der DAV Sektion Kaiserslautern verpassen?
Dann folge unseren Social Media Kanälen.**



INSTAGRAM



WHATS-APP-
KANAL



DAV-WEBSITE



Eintrittspreise Kletterzentrum

	Sektionsmitglieder	DAV fremd	Gäste
Jahreskarte, Erwachsene	200,00 €	240,00 €	---
Jahreskarte, ermäßigt	135,00 €	160,00 €	---
Deimonatskarte, Erwachsene/-r	95,00 €	---	---
Deimonatskarte, ermäßigt	80,00 €	---	---
Familienkarte, 2 Erwachsene	400,00 €	---	---
Familienkarte, 1 Erwachsene/-r	300,00 €	---	---
11er Karte / Erwachsene	70,00 €	85,00 €	110,00 €
11er Karte / ermäßigt	60,00 €	70,00 €	80,00 €
Tageskarte / Erwachsene	7,00 €	8,50 €	12,00 €
Tageskarte / ermäßigt	6,00 €	7,00 €	8,00 €
Kinder unter 14 Jahren	3,00 €	4,00 €	5,00 €

- » Ermäßigt sind Mitglieder bis zum vollendeten 18. Lebensjahr, Schüler, Studenten, Azubis bis zum vollendeten 27. Lebensjahr, Senioren ab dem vollendeten 63. Lebensjahr, Mitglieder mit Behinderung (ab 50%), Preise für Sektionsmitglieder gelten auch für die C-Mitgliedschaft in der Sektion KL. Alle Ermäßigungen werden nur mit **gültigem Nachweis** gewährt.
- » Die Familienkarte gilt für den/die Erziehungsberechtigten und deren Kinder bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.
- » Kinder der Sektion haben bis zum vollendeten 6. Lebensjahr freien Eintritt (max. 3 Kinder, ab dem 4. Kind gilt der Eintritt „Kinder unter 14 Jahren“)
- » Kinder der Sektion haben bis zum vollendeten 14. Lebensjahr freien Eintritt, wenn sie in Begleitung eines Elternteils mit einer regulären Jahreskarte klettern
- » Aktive Jugendleiter*innen der Sektion haben freien Eintritt
- » Gruppentarife (Vereine, Schulen, soziale Einrichtungen usw.) auf Anfrage



Sicher in der Höhe. Stark im Team!

Wir suchen dich!

- + Fassadensanierung**
- + Malerarbeiten**
- + Korrosionsschutz**
- + Trockenbau**
- + Stahl- & Betonsanierung**
- + Projekt- und Baumanagement**

Heinrich Schmid GmbH & Co. KG
Am Tränkwald 10
67688 Rodenbach/Kaiserslautern
Janina Jäger
+49 1511 6775419
ja_jaeger@heinrich-schmid.de

Leistungsklettern

Die Kinder der "Leistungsgruppe Klettern" der Sektion Kaiserslautern

Uns gibt es seit dem Frühjahr 2024 und aktuell sind wir sechs motivierte Kids im Alter von 10 bis 12 Jahren, die nicht nur gerne klettern, sondern richtig gut darin werden wollen. Zweimal pro Woche treffen wir uns zum Training: montags in der Boulderhalle, donnerstags am Seil – und manchmal sogar an der Speedwand.



Gruppenfoto

Am Anfang wärmen wir uns immer gemeinsam auf, danach wird geklettert, ausprobiert und gekämpft. Wir probieren neue Bewegungen, üben knifflige Stellen und tüfteln zusammen, wie man bestimmte Züge schafft. Und manchmal hilft nur: nochmal probieren. Und nochmal. Und nochmal. Irgendwann klappt es! Neben dem Klettern machen wir auch Kraft- und Ausdauertraining. Zugegeben, das ist nicht unser Lieblingsprogramm – aber wir wissen, dass es wichtig ist. Am Ende sind wir immer stolz, wenn wir es durchgezogen haben.

Viele von uns starten regelmäßig bei den KidsCups, einige sogar bei Landesmeisterschaften. Die Wettkämpfe sind oft ganz schön aufregend – laute Hallen, schwere Routen, viele Leute und jede Menge Nervosität. Aber wir lernen jedes Mal dazu und fühlen uns in diesem „Wettkampf-Gewusel“ immer wohler.

Unsere Trainer heißen Emanuel, Jonas und Lucie. Sie sind echt cool, kennen sich super mit Klettern aus und wissen genau, wie sie uns weiterbringen. Wenn wir mal nicht weiterkommen, ge-

ben sie Tipps – oder lassen uns bewusst selbst heruntüfteln. Das ist zwar schwierig, aber wir wollen ja lernen, auch allein Lösungen zu finden.

Natürlich läuft nicht jedes Training gleich: Manchmal ist man müde, manchmal klappt einfach gar nichts und manchmal ist



Emma W. beim KidsCup 2025 am Peak 17 auf Platz 3

eine Route richtig gemein. Aber auch wenn wir gelegentlich jammern, haben wir fast immer gute Laune und machen weiter. Denn wir haben ein gemeinsames Ziel: mit Spaß und Disziplin immer besser zu werden.

Darauf freuen wir uns auch im nächsten Jahr.

„Mir gefällt es sehr sehr gut in der Sektionsgruppe. Die Trainer sind nett und das, was wir machen, macht immer Spaß. Am meisten mag ich Bouldern an der Platte. Ich habe viel gelernt und ich bin froh dabei zu sein.“

Mia (10)

Wir sind vielleicht keine große Truppe – aber dafür ein richtig starkes Team.

Wenn du schon etwas Erfahrung im Klettern und Lust hast ein wenig Wettkampfluft zu schnuppern, kannst du dich gerne bei uns melden und zu uns in ein Probetraining kommen.

Dafür reicht uns eine kurze Mail an Lucie (luciedoerle@web.de), alles Weitere klärt sich dann.

Text und Fotos: Emanuel Wolf

Familiengruppe

Los geht's

Ein fingierter Anruf vom Zwerg Zumpelpumpel: "Der Zauberer Pumpelzumpel hat ihm seine Zipfelmützen weggezaubert und braucht Eure Hilfe – Wollt Ihr ihm helfen?" - "JAAAAA" rufen sieben Kinderstimmen aus vollem Halse, und so beginnt meine "Prüfungstour" hin zum Zipfelfall bei Bad Hindelang. Es ist Ende Mai und der letzte Tag einer ereignisreichen Woche in der Jugendbildungsstätte des JDAV Bad Hindelang bei der Ausbildung zum Familiengruppenleiter. Klassische Bergthemen wie Wetterkunde, Orientierung, Verhalten in Notfällen werden von kinderspezifischen Inhalten wie Routenplanung mit Kindern, Motivationstricks und Spiele begleitet, und das Ganze mit acht Erwachsenen und 14 Kindern sowie zwei Ausbilderinnen, zwei Kinderbetreuerinnen und einer Praktikantin vom DAV Kaiserslautern. Trotz ordentlich vielen Inhalten und "Erwachsenenschule" teilweise bis 22 Uhr blieb immer genügend Zeit, um die anderen Teilnehmer kennenzulernen und Erfahrungen auszutauschen. Und so war es insgesamt eine tolle Woche, die mir eindrucksvoll gezeigt hat, wozu Familiengruppen da sind und wie schnell solch eine Gruppe zusammenwachsen kann.

So sind wir dann auch zurück zu Hause Anfang Juli zu unserer ersten Familientour in heimischen Gefilden aufgebrochen. Mit insgesamt drei Familien und Kindern zwischen 0 und 6 Jahren sind wir vom Helmbachweiher zum Naturfreundehaus Lambrecht im Kohlbachtal gelaufen. Immer direkt am Bach entlang gab es ständig etwas zu erforschen bis zur Entdeckung des Naturfreundehauses. Dort gab es das Lieblingsgericht aller Kinder aus „fritteusefreien“ Haushalten: Pommes. Und auch das ein oder andere pfälzische Gericht landete auf den Tellern. Nachdem die Teller leer waren, wurde der Bachspielplatz großzügig genutzt. Auf dem Rückweg kam auch der Helmbachweiher nochmal in den Blick. Bei knapp über 20 Grad hat sich immerhin einer von uns getraut, im kalten Helmbachweiher eine Runde zu schwimmen – Respekt! Insgesamt also ein gelungener Auftakt!

Zu unserer zweiten Tour Ende September gab es dann auch schon wesentlich mehr Anmeldungen, und so waren wir mit insgesamt fünf Familien (drei Familien mussten kurzfristig absagen) von Trippstadt aus unterwegs: Nach einem regnerischen Morgen ging es am rauchenden Holzkohlemeiler vorbei auf einem Abenteuerpfad hinab ins Karlstal, wo wir der rauschenden Moosalb bis zu unserem Rastplatz unterhalb der Einsiedelei gefolgt sind. Dort hielt es die Kinder erwartungsgemäß nicht lange beim Picknick, und der Pausenaufstieg zur Einsiedelei und darüber hinaus begann. Manche Kinder haben in der Pause wohl genauso viele Höhenmeter zurückgelegt wie auf der restlichen Tour. Zurück ging es dann unterhalb der Burg Wilenstein entlang zum Abschluss am Spielplatz neben dem Trippstadter Schwimmbad, der mit Boulderwand natürlich auch DAV-konform ausgestattet ist ...



Erkennen wir die Punkte auf der Karte während der Wanderung durch das Karlstal wieder?



Findlinge sind zum Klettern da, das wissen schon die Kleinsten

Bei allen Touren war es immer wieder schön zu sehen, was passiert, wenn die Kinder das Wandern nicht mehr als solches begreifen, sondern als Fortbewegung während des Spiels und als Entdeckungstour mit anderen Kindern.

Auch für 2026 planen wir weiter: etwa alle zwei Monate eine Tages-Familientour und hoffentlich auch ein oder zwei Mehrtagestouren im Pfälzerwald oder in nahegelegenen Mittelgebirgen.

Hast du auch Interesse nicht nur an der Teilnahme, sondern auch daran, Dich im Familienreferat zu engagieren? Du willst selbst weitere Tagestouren, spiele- oder kletterlastige Aktivitäten oder was auch immer Dir einfällt, organisieren oder selbst anbieten?

Vielleicht interessierst du dich auch perspektivisch für die Ausbildung zur Familiengruppenleitung? Dann melde dich gerne bei mir unter sebastian.rau@dav-kaiserslautern

PS: Natürlich hat der Zwerg Zumpelpumpel seine Zipfelmützen zurückbekommen!

Text und Fotos: Sebastian Rau

Jahresrückblick der Kletterkrabbelgruppe

Die kleinen Füchse

Seit über einem Jahr besteht bereits unsere Kletterkrabbelgruppe der kleinen Füchse und gemeinsam hatten wir eine sportliche und sehr gesellige Zeit in der Kletterhalle oder auch bei gemeinsamen Aktivitäten. Da Bilder bekanntlich mehr sagen als tausend Worte, hier ein paar Eindrücke vom Jahr 2025:



Text und Fotos: Sonja Adler



Kletterkrabbelgruppe (Die kleinen Füchse) Nachwuchs und neue/r Verantwortliche/r gesucht!

Leider rast die Zeit und die Kleinen sind so schnell groß geworden, dass sie bereits oder demnächst in die Kita gehen. Deswegen suchen wir für das Jahr 2026 für unserer Kletterkrabbelgruppe "Die kleinen Füchse" Nachwuchs und auch eine/n neue/n Verantwortliche/n, um die Gruppe weiterführen zu können. Die Gruppe bietet eine ideale Gelegenheit sportliche Betätigung und einen gemeinsamen Austausch zu vereinen. Interessierte gerne bei mir, Sonja Adler, melden.

Weiterhin sind alle kletterbegeisterten Mamas und Papas mit ihren Babys und Kleinkindern von 0 bis 3 Jahren eingeladen. Wir freuen uns auf neue Mitglieder.



Was? Eltern-Kind-Treff zum freien Klettern für die Erwachsenen und Krabbelgruppe für die Kleinen

Wann? immer montags von 9:30 -12:30 Uhr in der Barbarosshalle

Voraussetzungen: Sektionsmitglied, sicheres Klettern und Sichern und Spaß am Betreuen von Babys/Kleinkindern

Kontakt: sonja.adler@dav-kaiserslautern.de

WELTLADEN
KAISERSLAUTERN

Steinstraße 23
Alles aus Fairem Handel

Fair genießen – Fair schenken

www.weltladen-kaiserslautern.de

Liebe BergfreundInnen und Bergfreunde,

Unser Jahr im Referat Bergsteigen: Neue Wege in der alpinen Gemeinschaft!

Wir blicken auf ein spannendes und erfolgreiches Jahr zurück, das uns nicht nur auf spektakuläre Gipfel geführt, sondern auch unsere Gemeinschaft und unsere alpine Kompetenz gestärkt hat. Das Bergsteigen ist für uns mehr als nur Sport – es ist eine Leidenschaft, die wir teilen, ein Raum für persönliche Entwicklung und ein tiefes Naturerlebnis.

Schon bei der Gründung haben wir uns intensiv damit auseinandergesetzt, was das Referat ausmacht, wie wir es gestalten wollen und wie wir unsere Freizeit gemeinsam verbringen möchten. Es bildet das Herzstück für die Organisation und Umsetzung unserer Gemeinschaftstouren. Wir möchten eine wachsende, lebendige Gruppe sein, in der sich Bergbegeisterte aller Erfahrungsstufen wohlfühlen und das sichere, verantwortungsvolle Bergsteigen in all seinen Facetten erlernen können.

Dabei ist uns wichtig: Bei uns steht die Freiheit von Leistungsdruck und Bewertung im Vordergrund. Im Gegensatz zu vielen anderen Bereichen des Alltags sind die Berge ein Raum der Selbsterfahrung. Wir begleiten euch, damit ihr die große Freiheit in den Bergen in gemeinschaftlicher Verantwortung erleben könnt. Kurz gesagt: Bei uns geht es um die Freude an der Natur und die persönliche Weiterentwicklung – nicht ums Sammeln schwierigster Routen.

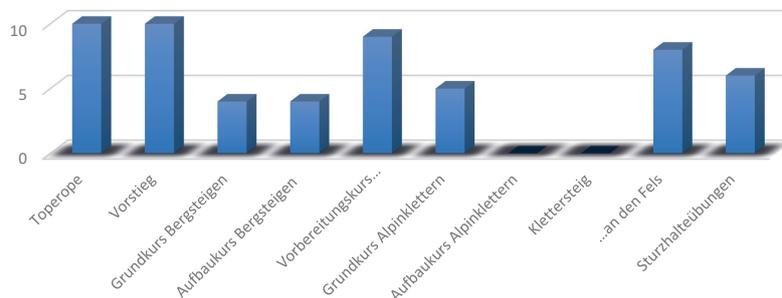
Um euch Bergerlebnisse zu ermöglichen und unsere Gemeinschaftstouren optimal zu organisieren, haben wir dem Referat die „Trainingszeit Bergsteigen“ zugeordnet. Ein echter Erfolg im Sinne dieser Philosophie war die Etablierung unserer „Trainingszeit Bergsteigen“. Wir wissen, dass viele nach einem Kurs zögern, selbstständig Touren zu organisieren. Die Trainingszeit bietet hier die perfekte Brücke:

- Kontinuität zahlt sich aus: Mit rund 20 aktiven Teilnehmern in drei Gruppen konnten wir monatlich das nötige Wissen festigen und Routine aufbauen – in der Halle, am Felsen und in der Theorie.

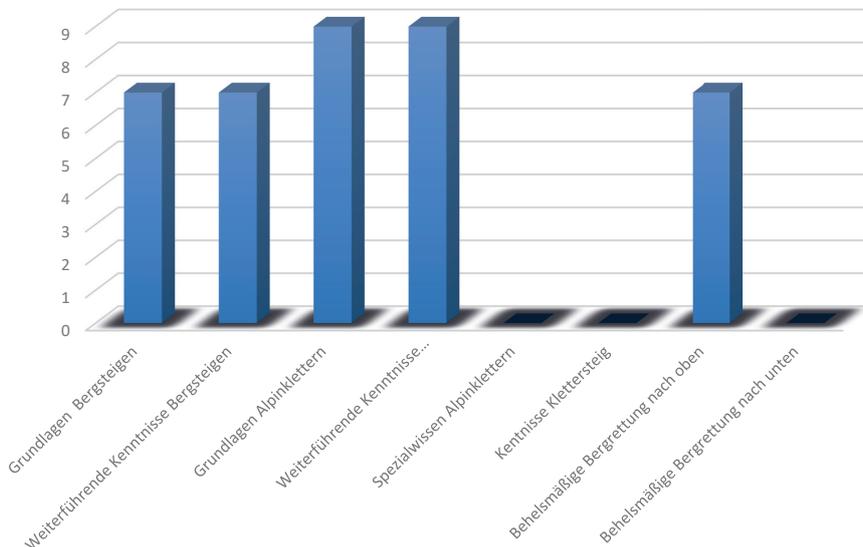
- Verantwortung wächst: Das Ziel ist klar. Wir begleiten euch schrittweise in die volle Selbstverantwortung! Der hohe Wissensstand unserer Teilnehmer wird systematisch dokumentiert, was uns hilft, jeden Einzelnen gezielt zu fördern. Hier die Kurse und behandelten Themen in der Trainingszeit. Die Dokumentation umfasst 10 Teilnehmer, die mindestens zwei Jahre die Trainingszeit besuchen.

Das durchweg positive Feedback bestärkt uns in diesem Weg. Mein persönlicher Dank gilt an dieser Stelle **Thomas Breier** für die hervorragende und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Referat Ausbildung. Nur so konnten wir unser vielfältiges Programm stemmen!

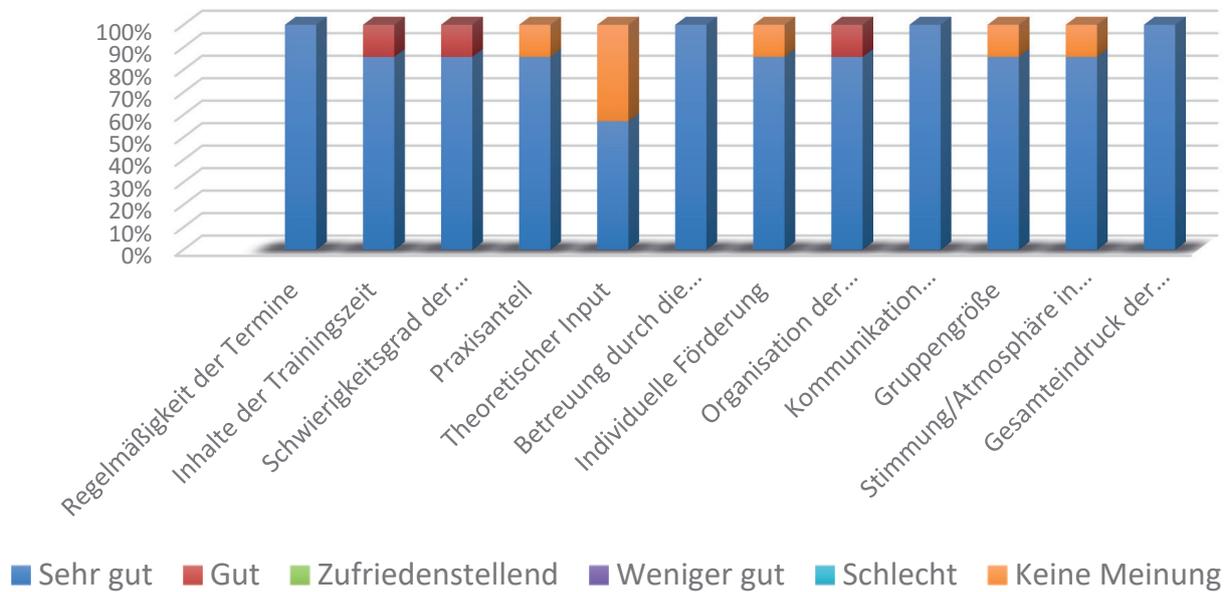
Besuchte Kurse von den Teilnehmern der Trainingszeit



Behandelte Themen in der Trainingszeit Bergsteigen



Auswertung "Feedbackbogen Trainingszeit"



Kategorie	Unsere Highlights 2025
Hochtouren & Alpin	Die zentrale Schulungstour im Weissmies-Massiv war ein Meilenstein: Wir haben zwei Viertausender, einen Kletterdreitausender und den höchsten Klettersteig bezwungen und dabei intensiv Bergrettung und Alpinetechnik trainiert. Auch die Hochtourenenerfahrung in den Bernina Alpen war unvergesslich.
Sport- & Alpinklettern	Das Klettern von Mehrseillängen stand im Fokus unserer Touren an der Martinswand (Vogesen) und am Kreuzkeck . Hier konnten wir sicher im 5. Grad trainieren und unsere Technik verbessern.
Alpine Durchquerungen	Der Sentiero della Pace in den Dolomiten war eine anspruchsvolle, achttägige Wanderung (bis T5) mit historischer Tiefe. Ebenso herausfordernd war der Karwendel Höhenweg (Kategorie Schwarz).
Weitwandern & Höhenwege	Auf den langen Wegen des Maximiliansweges und auf dem malerischen Rätikon Höhenweg (Grenzgang) haben wir die Faszination der Alpenflora und die Schönheit der Höhenwege genossen.

Unsere Höhepunkte 2025: Gemeinsam am Berg

Egal ob Fels, Eis oder langer Weg – wir waren unterwegs! Hier ein Auszug aus den Highlights, die wir als Gemeinschaft erlebt haben.

Ausblick

Wir werden auch im kommenden Jahr unser Engagement fortsetzen und uns mit ganzer Kraft dafür einsetzen, euch das Wissen und die Möglichkeiten für sichere und selbstbestimmte Bergerlebnisse zu bieten.

Eure Leidenschaft macht unser Referat zu dem, was es ist! Ich freue mich darauf, euch auf vielen weiteren Touren zu treffen.

Text: Marco Elsner

Ein neues Kapitel im Schnee

Das Referat Wintersport ist geboren!

Wir möchten Euch heute über eine wichtige und zukunftsweisende Entwicklung in unserem alpinen Programm informieren: die Umstrukturierung unseres bisherigen Referats Skibergsteigen.

Neuer Name, neue Chancen: Warum Wintersport?

Die Suche nach einer Referatsleitung für das Skibergsteigen gestaltete sich lange Zeit schwierig. Das ist verständlich, denn die Verantwortung ist hier enorm: Neben der sicheren Abfahrt gehört auch die umfassende Einschätzung der Lawinengefahr und alpiner Verhältnisse dazu – eine große Bürde, die viele qualifizierte Trainer nicht leichtfertig übernehmen.

Daher haben wir entschieden, das Referat umzubenennen und es breiter aufzustellen: das Referat Wintersport! Hier finden sich zukünftig alle Spielarten am Berg im Winter wieder. Der Schwerpunkt liegt nun auf dem alpinen Skifahren, was uns mehr Möglichkeiten gibt, fundierte und sichere Angebote zu schaffen.

Kontinuität gesichert: Unsere neue Führung

Wir freuen uns riesig, dass wir eine engagierte Referatsleiterin gefunden haben, die diese Neuausrichtung mittragen wird!

Die Idee dazu entstand direkt in unserer Gemeinschaft: Im Rahmen der **Trainingszeit Bergsteigen** bot sie einen ersten, sehr erfolgreichen Kurs am Feldberg an. Sie brachte die nötigen Voraussetzungen für die Aufgaben mit und wurde bei der letzten Hauptversammlung gewählt.

Allerdings war die neue Referatsleiterin zum Zeitpunkt der Wahl beruflich und privat stark eingebunden. Daher habe ich, Marco Elsner, die Leitung kommissarisch in enger Abstimmung mit ihr übernommen. Wir arbeiten Hand in Hand zusammen, um einen reibungslosen Übergang zu gewährleisten, bis die neue Referatsleiterin die Arbeit vollständig übernehmen kann. So stellen wir sicher, dass das Referat sofort mit voller Kraft starten kann.

Ausblick: Das kommt im Referat Wintersport

Die Neuausrichtung auf das alpine Skifahren ermöglicht es uns, Kurse anzubieten, die eine perfekte Grundlage für alle weiteren alpinen Winteraktivitäten sind.

Im kommenden Jahr steht bereits ein erster Kurs zum alpinen Skifahren im

Programm. Schaut dazu unbedingt in die Tourenausschreibungen! Wir legen damit den Grundstein für sicheren Spaß im Schnee, fördern die Skitechnik und begeistern neue Mitglieder für unsere Winteraktivitäten.

Wir freuen uns riesig auf die neuen Aufgaben im Referat Wintersport und darauf, Euch auf der Piste oder im Tiefschnee zu sehen!

Mit sportlichen Grüßen und der Vorfreude auf den ersten Schnee,

Eure Referatsleitung Wintersport (Andrea Prinz & Marco Elsner)



Foto: DAV-Kaiserslautern

Wir brauchen dich!
Ehrenamt im  DAV

Gruppenmensch gesucht!

Du möchtest dich engagieren, dein Wissen weitergeben oder neue Erfahrungen sammeln? Dann bist du genau richtig in unseren Gruppen für **Aspiranten, Jugend, Senioren und Wanderer!**

Ob als Fachübungsleiter-Aspirant, Jugendleiter*in oder in der Organisation unserer Wander- und Seniorengruppen - bring deine Begeisterung fürs Draußensein und die Gemeinschaft ein.

Interessiert? Dann melde dich bei:

Elisabeth Wagner-Weig

info@dav-kaiserslautern.de

Referat Ausbildung

Ausbildungsreferent Thomas Breier informiert

Einen besonderen Dank an die TrainerInnen und KletterbetreuerInnen für die Durchführung ihrer Ausbildungen im Jahr 2025. Für 2026 versuchen wir, wieder ein Ausbildungsprogramm anzubieten, das möglichst viele Facetten des Kletter- und Bergsports sowie des Mountainbikens ablichtet.

Unser Ausbildungsprogramm könnt Ihr weiter hinten im Heft einsehen (alpine Ausbildung und Kurse im ersten Halbjahr). Für die Kurse im zweiten Halbjahr sowie für die unterjährigen zusätzlichen Ausbildungsangebote lohnt sich immer ein Blick auf unsere Homepage, auf der wir aktuell die neuen Kurse einstellen. Über diese Seite erfolgt auch die Anmeldung.

Ausblick 2026:

Sportklettern:

Grundkurse pro Quartal eine Ausbildungsreihe A-C
Aufbaukurs – Mobile Sicherungen

Alpin:

Pfalz	Alpin Klettern Grundkurs Pfalz (Thomas)
Alpen	Alpin Klettern Aufbaukurs (Thomas)
Alpen	Alpin Bergsteigen Fels und Eis (Marco)
Alpen	Alpin Klettern Aufbaukurs Teil 2 Dolomiten (Werner, Jochen, Zinching)
Pfalz (Halle)	Alpin Fortbildung Behelfsmäßige Bergrettung
Pfalz	Trainingszeit Bergsteigen über das Jahr (Marco)

Techniktraining, Mobile Sicherungen, Trainingstage, Mountainbike

Mit Sicherheit auch wieder sehr interessant das Programm der **Ortsgruppe Idar-Oberstein!**



Auch ein Blick in die Rubrik **Gemeinschaftstouren** lohnt sich: Hier gibt es mit Sicherheit auch wieder einige schöne Angebote. Anmeldungen bitte über die Webseite. Bei noch nicht exakt bestimmten Ausbildungsterminen haltet Rücksprache mit unserer Geschäftsstelle bzw. mit den KursleiterInnen.

Über das Jahr verteilt versuchen wir, Kurse v.a. für die Halle anzubieten. Auf unserer Geschäftsstelle, an der Theke in der Kletterhalle nachfragen bzw. auf unserer Webseite nachschauen und anmelden.

Viel Spaß und Erfolg wünscht Euch Euer Ausbildungsreferent
Thomas Breier



Trainingszeit

Gemeinsam wachsen, gemeinsam erleben

Trainingszeit – gemeinsam wachsen, gemeinsam erleben

Unsere Trainingszeit ist weit mehr als nur ein fester Termin zum Sport. Sie ist ein Ort, an dem **Begeisterung für das Klettern und Bergsteigen auf Gemeinschaft trifft**.

Schon beim ersten Zusammentreffen spürt man die besondere Atmosphäre: ein freundliches Miteinander, gegenseitige Motivation und die Freude darauf, Zeit mit Menschen zu verbringen, die das gleiche Ziel haben – Schritt für Schritt und Griff für Griff die eigenen Grenzen zu erweitern.

In unseren Einheiten trainieren wir nicht nur Technik, Ausdauer und Kraft, sondern erleben, was es bedeutet, sich aufeinander zu verlassen. Vertrauen spielt beim Klettern eine zentrale Rolle – und genau dieses Vertrauen wächst mit jeder gemeinsamen Stunde. Wer sich ins Seil lehnt, weiß: da ist jemand, der aufmerksam sichert und Halt gibt. So entstehen **Verbindungen, die über den Sport hinausgehen**.

Doch die Trainingszeit ist nicht nur Training. Sie ist auch ein Raum, um **Neues auszuprobieren**, um voneinander zu lernen und gemeinsam über kleine und große Erfolge zu staunen. Wir teilen Tipps, motivieren uns gegenseitig, lachen über missglückte Versuche und feiern die Momente, in denen etwas gelingt, das zuvor unmöglich schien. Dabei spielt es keine Rolle, ob jemand schon lange klettert oder gerade erst beginnt – **in unserer Gruppe ist jede und jeder willkommen**.

Das Schönste aber ist das Gefühl, **Teil von etwas Größerem zu sein**. Aus einer bunt gemischten Gruppe wird mit der Zeit ein Team.



Wir erleben, wie sehr es bereichert, wenn sich unterschiedliche Erfahrungen, Stärken und Persönlichkeiten verbinden. Und jedes Treffen bringt uns ein Stück näher zusammen – ob in der Halle, am Fels oder hoch oben in den Bergen.

So wird die Trainingszeit zu mehr als nur Sport: Sie ist **Gemeinschaft, Abenteuer und Inspiration**.

Ein Ort, an dem wir wachsen dürfen – körperlich, technisch und menschlich. Ein Ort, der zeigt, wie schön es ist, gemeinsam unterwegs zu sein.

Text und Fotos: Marco Elsner



In über 200 Aus- und Fortbildungen vermittelt der Sportbund Pfalz Neues und Interessantes zu allen Themen rund um die moderne Vereinsarbeit.

Werde auch Du **Übungsleiter*in, Trainer*in, Betreuer*in, Vereins- oder Sportmanager*in** und unterstütze Deinen Verein.

Wir
bewegen
uns im
Pfalzsport!

keep movin'



Sportbund Pfalz
Paul-Ehrlich-Straße 28 a, 67663 Kaiserslautern
T 06 31.3 4112-0, F 06 31.3 4112-66
E info@sportbund-pfalz.de
I www.sportbund-pfalz.de

sportbund pfalz



 @pfalz.sport

 @sportbundpfalz

Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung 2026

der Sektion Kaiserslautern des Deutschen Alpenvereins e.V.

Tag: Samstag, 25. April 2026

Ort: Barbarossa Halle, Seminarraum 1. Stock, Ludwig-Thoma-Straße 1, 67663 Kaiserslautern

Beginn: 17:00 Uhr

Tagungsordnung:

Begrüßung, Feststellung der satzungsgemäßen Einladung, Feststellung der anwesenden Mitglieder und Ehrung der verstorbenen Mitglieder im Jahr 2025

Top 1 Geschäftsbericht des Vorstands und Jahresabrechnung 2025

- 1.1 Erster Vorsitzender, Horst Scherschel
- 1.2 Jugendreferentin, Tabea Endres
- 1.3 Schatzmeister, Harald Stössel

Top 2 Berichte des Beirats 2025

Top 3 Bericht der Kassenprüfer, Geschäftsjahr 2025

Gabi Schellhammer, Franz Müller

Top 4 Aussprache über die Berichte 2025

Top 5 Entlastung des Vorstands für 2025

Top 6 Wahlen zum Vorstand

- 6.1 Wahl einer Wahlkommission (3 Personen)
- 6.2 Erste(r) Vorsitzende(r)
- 6.3 Zweite(r) Vorsitzende(r)
- 6.4 Schatzmeister(in)
- 6.5 Schriftführer(in)
- 6.6 Jugendreferent(in) (nur Bestätigung, Wahlvorschlag durch den Sektions Jugendausschuss)
- 6.7 Vier Beisitzer(innen)

Top 7 Nachwahlen zum Beirat

Top 8 Genehmigung des Haushaltsvoranschlags 2026

Top 9 Anträge

Anträge von Mitgliedern können nur berücksichtigt werden, wenn sie spätestens 14 Tage vor Beginn der Mitgliederversammlung schriftlich beim 1. Vorsitzenden eingegangen sind (Poststempel, E-Mail)

Top 10 Verschiedenes

(Anfragen, Anregungen, Aussprache)

Kaiserslautern, im November 2025

Horst Scherschel, 1. Vorsitzender

Gipfeltreffen...

Unser neuer Stehempfang am 18. Januar um 19:30 Uhr

Bei hoffentlich angenehmem Winterwetter wollen wir den Gründungstag unserer Sektion erneut feiern, dieses Mal auf **der TSG, in der TSG Gastro Unterschiedlich**.

Dieses Jahr feiern wir zum ersten Mal unter dem neuen Namen „**Gipfeltreffen**“, den wir auf dem „Stehempfang“ letztes Jahr als neuen Namen ausgewählt haben.

Vorstand und Beirat der Sektion Kaiserslautern des Deutschen Alpenvereins e.V. laden dazu herzlich ein. Wir freuen uns auf

einen geselligen Abend in ungezwungener Atmosphäre zum Kennerlernen, zur Pflege alter Freundschaften und zur Ehrung langjähriger Mitglieder.

Das Gipfeltreffen findest dieses Mal auf der TSG, in der TSG Gastro Unterschiedlich, Hermann-Löns-Straße 25, in Kaiserslautern statt. Für Getränke und einen Imbiss wird wie immer bestens gesorgt.

Auf einen zahlreichen Besuch freuen sich Vorstand und Beirat.

Sektionsfest...

Am 06.09.2026 feiern wir uns selbst!

Nach dem wunderschönen und sehr gut besuchten ersten Sektionstag im Jahr 2024, war der Zuspruch dieses Jahr etwas geringer, was allerdings denjenigen, die da waren, die Laune bei sonnigem Wetter nicht verderben konnte. Trotzdem wäre es schön, wenn der Sektionstag 2026 wieder etwas mehr Zuspruch fände, damit möglichst viele von uns diesen Tag gemeinsam feiern können.

Wir, der Vorstand und Beirat der Sektion, würden Euch gerne schon heute ganz herzlich dazu einladen.

Über die genauen Details werden wir auf unserer Webseite und über unsere anderen Informationskanäle rechtzeitig informieren.

Horst Scherschel, 1. Vorsitzender



TSG Gastro Unterschiedlich

Das andere Sportheim

- Bürgerliche Küche
- 2 Biergärten
- Livemusik
- Themenabende
- Kegelbahn
- Nebenräume für bis 100 Personen

TSG Gastro 67655 Kaiserslautern
Herrmann Lönsstrasse 25
06317 84266590 tsggastro@gmail.com

Inklusive Eichhörnchen-Kids bei der Berufsfeuerwehr Kaiserslautern

Alarm im Feuerwehrhaus



Die inklusiven Eichhörnchen-Kids haben im September mit ihrem Jugendleiterinnen-Team einen Ausflug zur Berufsfeuerwehr Kaiserslautern unternommen.

Die Kletterkids konnten die Feuerwache mit ihren verschiedenen Schwerpunkten besichtigen. Die einzelnen Werkstätten fanden sie fast genauso interessant wie die Feuerwehrautos. Diese durften sie logischerweise anfassen und die Sitze testen.

Dann ein Alarm ... Licht ging an, ein Gong und eine Durchsage folgten. Schnell kombinierte Nils: „Das ist ja wie in der Schule. Wenn es gongt, rennen alle los.“

Des Weiteren wurden Schläuche untersucht, deren Gewichte und die Hohlstrahlrohre verglichen. In der Atemschutzwerkstatt konnte man einen Eindruck erhalten, was im Brandfall neben Schlauch, Strahlrohr, Kleidung und Helm noch alles an Gewicht am Körper getragen werden muss.

Ein weiteres Highlight folgte: Mutig begaben sich die Eichhörnchen nacheinander auf einen Höhenflug mit der Drehleiter. Ein spektakulärer Ausblick bot sich den Kindern, welcher mit Fotos direkt dokumentiert wurde.

Der sportliche Aspekt kam selbstverständlich auch nicht zu

kurz. Mutig kämpften sich die Eichhörnchen durch die Übungsstrecke der Feuerwehr, welche durch Röhren, Reifen und Türen führte. Das bereitete nicht nur den Kindern großen Spaß. Vom Ehrgeiz gepackt, wurden auch die Eltern mitgerissen.

Nach ausgiebiger visueller, haptischer und auditiver Erfahrung musste langsam die gustatorische Wahrnehmung getestet werden.

Gemeinsam ging es zum Kletterzentrum zurück, wo wir den ersten Kletterbrunch der inklusiven Eichhörnchengeschichte zubereiteten.

Bei wunderschönem Wetter waren allerlei Leckereien vor der Kletterhalle im Schatten des Baumes zu finden. So hatten wir ein tolles Picknick durch das Zutun jedes Einzelnen.

Frisch gestärkt zeigten die Kids den Eltern ihr Kletterkönnen und verbrachten einen sportlichen Nachmittag.

Wir hatten einen wunderschönen Tag mit den Eichhörnchen und ihren Familien. Vielen Dank dafür.

Eure JugendleiterInnen Alex, Aylin, Jana und Sonja

Text und Fotos: Sonja Brand

Mit dem Förster im Wald

...und seinem Hund Sam

Es ist Freitag 16:45 Uhr. Auf dem Kletterparkplatz an den Oberhausener Felsen stehen ein paar vereinzelt Autos. Nach und nach trudeln immer mehr Fahrzeuge ein. Kinder hüpfen aus den Autos begleitet von ihren Eltern. Anstatt wie sonst freitags um diese Zeit das Klettermaterial zu schnappen und zielstrebig an die Kletterfelsen zu marschieren, warten heute zwei besondere Gäste auf die bunte Meute: Tobias Helfenstein, Förster vom Forstrevier Kirn, und sein vierbeiniger treuer Begleiter Sam. Sie wollen heute der Jugend der Ortsgruppe Idar-Oberstein ihr Klettergebiet mal von einer anderen Seite zeigen. Einige Eltern und auch ältere Mitglieder der Ortsgruppe wollten sich das nicht entgehen lassen. So begeben sich 8 Jugendliche und 12 Erwachsene auf Entdeckungstour. Es dauerte nicht lange, da bleibt Förster Tobi stehen und fragt, ob jemand die Blumen am Wegesrand kennt. Zu seiner Überraschung hat ein Kind den Lerchensporn direkt erkannt.



Bevor es weitergeht kommt er noch auf den Eichenprozessionsspinner zu sprechen. Hier sind es dann die Erwachsenen, die Tobi mit Fragen löchern. Als wir in den Wald eintauchen erklärt Tobi, welche Gesteine hier üblich zu finden sind und wie die Kletterfelsen hierhin passen. Immer wieder bleiben wir stehen und Tobi lenkt die Aufmerksamkeit und Blicke mal auf einen kleinen Spitzhorn, mal auf einen Farn oder auf die unterschiedlichen Moose. Dabei erklärt er unter anderem wie die Pflanzen von artverwandten Pflanzen unterschieden werden können und was sie uns über ihren Standort verraten. Zum Abschluss der zweistündigen Tour erklimmen wir noch ein im Wald verborgenes Felsplateau, wo die Kinder ihre Begeisterung mit einem Daumen hoch zum Ausdruck brachten.

Das war sowohl für die Kinder als auch für die Erwachsenen eine interessante Abendgestaltung. Wir bedanken uns herzlich bei Förster Tobias und seinem Hund Sam und freuen uns auf eine weitere Zusammenarbeit um der Jugend die Natur neben dem Klettern näher zu bringen.

Text und Fotos: Lea Ulrich



Arbeitseinsatz Hakensanierung

Ausblasen. Ausbürsten. Ausblasen. Ausbürsten.

Wer denkt, dass wir mit unserem Großeinsatz im März und April an der „Kleinen Schwarzen Wand“ für dieses Jahr mit den Arbeitseinsätzen in unserem heimischen Klettergebiet „Kirner Dolomiten“ fertig seien, hat sich gewaltig geirrt.

Langsam merkt auch die nächste Generation von Vereinsmitgliedern, dass sich unser Klettergebiet nicht von selbst säubert, repariert und erhält. Es bedarf vieler Stunden von fleißigen HelferInnen im Hintergrund, um das Gebiet für unsere wöchentlichen Klettertreffen, aber auch für die vielen Gäste attraktiv und sicher zu gestalten. Insbesondere als Schulungs- und Fortbildungsort sind unsere Felsen deutschlandweit beliebt. Das bringt auch eine gewisse Verantwortung mit sich.

Bei diesem Arbeitseinsatz wurden alte Gerüst- und Schlaghaken in den Klettertouren, die nicht mehr dem heutigen Standard entsprechen, entfernt und durch neue Verbundhaken ersetzt. Auch Schlüssel- und Abseilstellen wurden entschärft. Was sich sehr kurzweilig liest, braucht jedoch seine Zeit. Erst einmal müssen Material, Werkzeug und Strom an die Felsen gebracht werden. Dann müssen sich die Helferinnen und Helfer mit Werkzeug, Strom und Material im Gepäck sicher zu den Stellen in der Wand abseilen. Anschließend die alten Haken abflexen und neue Löcher bohren.



Letzteres kann auch mal eine halbe schweißtreibende Stunde und drei zerstörte Bohrer pro Loch dauern. Danach Bohrloch reinigen. Dazu wird das Bohrloch mit einem Ausbläser ausgeblasen und mit einer Rundbürste ausgebürstet.



Ausblasen. Ausbürsten. Ausblasen. Ausbürsten. Nun wird das Bohrloch mit einem Zwei-Komponenten-Mörtel gefüllt, der Haken langsam in das Bohrloch eingedrückt und ausgerichtet. Dann wird noch der überschüssige Mörtel, der aus dem Bohrloch austritt, mit einem Spatel glattgestrichen. Während der Aushärtezeit darf der Haken weder bewegt noch belastet werden. Nach der Aushärtezeit muss jeder gesetzte Verbundhaken mit dem Karabinerdrehtest überprüft werden, ob der Mörtel korrekt abgebunden hat.

Nach fünf Stunden Arbeit haben sechs freiwillige HelferInnen ca. 10 alte Haken entfernt und 16 neue Verbundhaken gesetzt.



Vielen Dank im Namen der Ortsgruppe Idar-Oberstein für die geleistete Arbeit.

Text und Fotos: Lea Ulrich

Grenzen Los Klettern

Klettern für Geflüchtete



Seit mittlerweile drei Jahren bieten wir geflüchteten Kindern und ihren Eltern regelmäßig die Möglichkeit, gemeinsam Spaß zu haben und sich sportlich zu betätigen. Im Laufe der Zeit sind viele neue, fröhliche Gesichter dazugekommen – gleichzeitig hat sich eine feste Gruppe gebildet, die keinen Termin verpasst. Für unseren kleinen Kreis von Helferinnen und Helfern bedeutet das eine große Verantwortung. Monat für Monat müssen wir sicherstellen, dass genügend Freiwillige vor Ort sind. Besonders in der Ferienzeit ist das nicht immer einfach. Zum Glück werden wir für unseren Einsatz jedes Mal mit strahlenden Gesichtern und fröhlichem Lachen belohnt.

Ein besonderer Moment war unser Jahresabschluss im Dezember 2024 mit dem Besuch des Nikolaus.

Anfangs noch zurückhaltend, tauten die Kinder schnell auf, als klar wurde, dass der Mann mit dem langen Bart und den zerzausten Haaren Schokolade im Gepäck hatte. Die anfängliche Skepsis verwandelte sich rasch in ausgelassenes Lachen.

Zu Beginn dieses Jahres konnten wir dank Till Brand einen Toprope-Kurs für die Eltern und älteren Kinder anbieten. Unterstützt wurde er von einer Mutter, die hervorragend Deutsch spricht und an wichtigen Stellen für klare Kommunikation sorgte. Mit diesem Angebot wollten wir die Kinder befähigen, auch außerhalb unserer monatlichen Treffen eigenständig klettern zu gehen.



Ein weiteres Highlight war der Ausflug zum Kletterturm „Peak17“ der RPTU. Eine kleine Gruppe besonders zuverlässiger und geübter Kinder durfte bei strahlendem Sonnenschein den Turm erklimmen. Dort erklärten wir ihnen auch die Auto-Belay-Geräte – ein weiterer Schritt in Richtung selbstständiges Klettern.

Diese Erlebnisse zeigen uns immer wieder, wie wertvoll unser Engagement ist. Deshalb möchten wir das Angebot auch im Jahr 2026 fortführen. Damit das gelingt, freuen wir uns über zusätzliche Unterstützung. Wenn ihr Lust habt, den Kindern Freude zu bereiten und uns im Helferteam zu verstärken, meldet euch gerne bei uns:

philipp.wisser@dav-kaiserslautern.de

Voraussetzung ist lediglich, dass ihr im Toprope sichern könnt – alles Weitere erklären wir euch direkt vor Ort.

Text und Fotos: Philipp Wisser



Grenzen überwinden, Freiräume erschließen

Unser erlebnispädagogisches Highlight 2025

Das Jahr 2025 war für unsere „erlebnispädagogische Initiative“ ein ganz besonderes. Wir haben unseren Fokus auf die Zusammenarbeit mit den BVJ- und BF-Klassen der BBS-Pirmasens gelegt. Viele dieser Jugendlichen kommen aus weniger stabilen Verhältnissen, die oft zusätzliche Herausforderungen mit sich bringen. Für manche Jugendliche, die geflohen sind, ist Pirmasens seit ihrer Ankunft zum Lebensmittelpunkt geworden. Es war uns eine Herzensangelegenheit, diesen Jugendlichen das volle Vertrauen entgegenzubringen und ihnen über das Klettern Freiräume zu erschließen und neue Perspektiven zu bieten.

Auftakt am Fels: Der Brocken ruft

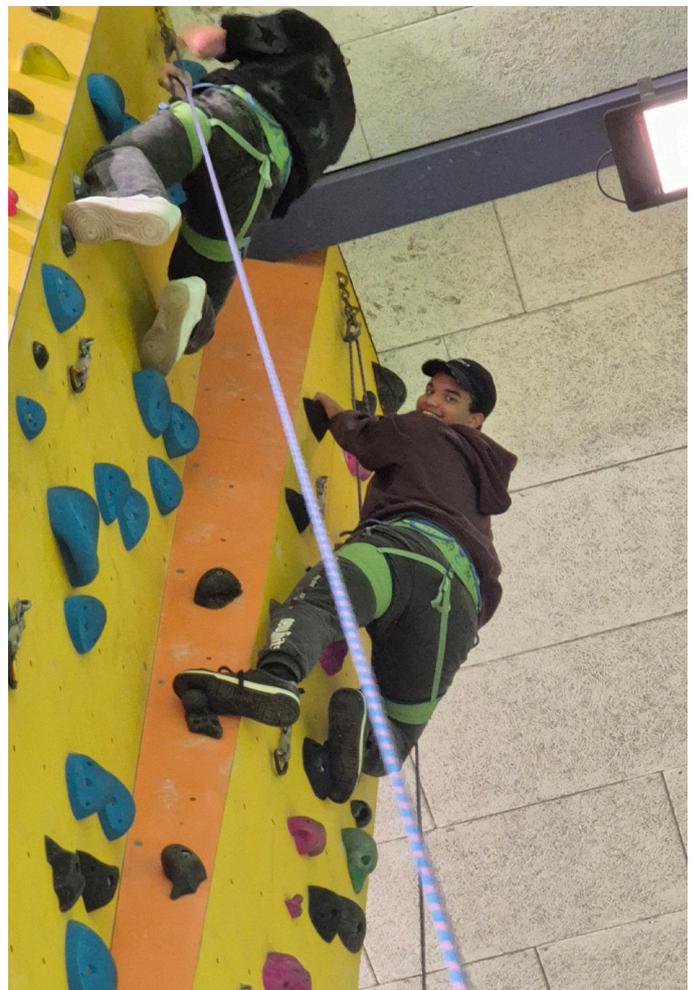
Die erste Veranstaltung fand mit der Klasse BVJW an den Fladensteinen in Bruchweiler statt. Bereits morgens um 8:00 Uhr startete die Fahrt von Pirmasens aus. Thomas und ich waren gespannt, denn dies war die Premiere für diesen Schülerkreis. Wir hängten zusammen mit unseren Helfern die Topropes ein, bauten einen Klettersteig in den Erlenbacher Turm und bereiteten alles für eine Gipfeltour auf den Brocken vor.

An den Fladensteinen angekommen, gab es kein Zögern: Jeder Schüler bekam Kletterschuhe und Gurt, und schon ging es los.



Der Erste, der um 10:00 Uhr den Gipfel des Erlenbacher Turms bezwang, war Nikita, ein ukrainischer Junge. Der erste Probelauf war geglückt! Die Jugendlichen verausgabten sich begeistert beim Toprope-Klettern und am Klettersteig.

Nach einer kurzen Stärkungspause mit Brezeln, Kuchen und Getränken nahm Thomas die ersten Jugendlichen mit auf den Brocken. Offizielles Ende war um 13:00 Uhr, doch sechs motivierte Schüler wollten einfach nicht aufhören. Sie blieben bis 15:00 Uhr und halfen engagiert beim Abbauen. Den krönenden Abschluss bildete eine Einkehr in der Eisdiele in Dahn, bei der jeder ein Eis bekam. Höhepunkt der Rückfahrt waren die Extrarunden in den Kreiseln. Unsere Jugendlichen posteten die tollen Erlebnisse umgehend und waren total zufrieden.



Ausweichmanöver. Volle Konzentration in der Halle

Die zweite Veranstaltung mit der Klasse BVJT musste wetterbedingt verlegt werden, da die Felsen zu nass und damit zu gefährlich waren. Also hieß es: Extrarunden in den Kreiseln und ab in die Barbarossahalle nach Kaiserslautern.

In der Halle war anfangs etwas Ablenkung bei den Sitzsäcken vorhanden, doch nach einer klaren Ansage war die Richtung vorgezeichnet. Alle Schüler konnten klettern, und einige überwand ihre anfänglichen Ängste und tasteten sich im Laufe des Vormittags bis zur Hallendecke vor. Lediglich beim Aufräumen der Leihausrüstung gab es noch kleinere Abzüge.

Die letzte Aktion erfolgte mit der Klasse BF1 Holz. Nach der ersten Einweisung und dem wichtigen Hinweis, "sich festzuhalten", waren auch diese Schüler mit großer Begeisterung bei der Sache.

Unser Ausblick und großer Dank

Rückblickend waren es tolle und erfolgreiche erlebnispädagogische Veranstaltungen. Im kommenden Jahr versuchen wir, diese Events früher umzusetzen, um jeder Klasse die Möglichkeit zu geben, die wertvolle Erfahrung am Naturfels machen zu können.

Es erfüllt uns mit großer Freude, diese wichtige Hilfestellung koordinieren und den Jugendlichen diese Erlebnisse ermöglichen zu dürfen. Unser Dank gilt allen, die uns dabei unterstützt haben, Grenzen zu überwinden:

- Seniorenkaffee, BBS Kreativ und dem Förderverein der Matzenbergschule, die uns ihre Kleinbusse zur Verfügung stellten.
- Schulleitung und Abteilungsleitung für das entgegengebrachte Vertrauen und die Ermöglichung der Unterstützung über das Start-Chancen-Programm.
- Dem DAV Kaiserslautern und allen ehrenamtlichen Helfern, die unermüdlich die Sicherung der Jugendlichen übernahmen.

Vielen Dank, dass wir über diese wertvolle Arbeit berichten durften. Wir freuen uns auf ein spannendes neues Jahr!

Text und Fotos: Marco Elsner



Jugend trainiert für Olympia (Jtfo)

Landesmeisterschaft und Testevent Sportklettern beim Bundesfinale in Berlin

Zum dritten Mal fand am 28. Mai 2025 ein Landesentscheid Sportklettern im Rahmen von Jtfo (Jugend trainiert für Olympia) in Rheinland-Pfalz statt. Bei eher „alpinen“ Witterungsbedingungen hatte Johannes Lau SchülerInnen aus Grundschulen, Förderschulen und weiterführenden Schulen zu einem – wie gewohnt – hervorragend organisierten Wettkampf eingeladen.



Weder der kalte Wind noch zeitweise leichter Regen konnten der Motivation der jungen SportlerInnen etwas anhaben. Mit großem Einsatz und großer Begeisterung zeigten sie in 2 Speed- und 3 Toprope-Routen am Kletterturm PEAK 17 ihr Können.

Als Landesmeister der weiterführenden Schulen qualifizierten sich schließlich in beiden Altersklassen mit beeindruckenden

Leistungen die Mannschaften des Heinrich-Heine-Gymnasiums Kaiserslautern.

Zusammen mit ihrem Trainer und Lehrer Johannes Lau wird eine der beiden Siegermannschaften unser Bundesland bei den deutschen Schülermeisterschaften vertreten, die als sogenanntes Test-Event erstmalig im Rahmen des Bundesfinales Jtfo am 23. September 2025 in Berlin stattfinden werden. Damit ist davon auszugehen, dass sich der Klettersport ab dem kommenden Jahr als fester Bestandteil des Wettbewerbs Jtfo auch auf Bundesebene etabliert haben wird. Das ist ein Meilenstein für das Klettern im Rahmen des Schulsports. Drücken wir Johannes und seiner Mannschaft deshalb die Daumen für einen erlebnisreichen und erfolgreichen Auftritt in Berlin.

Text und Fotos: Peter Klein



NEU!

PEAK[®] 17

RPTU

Paul-Ehrlich-Straße 17 a, 67663 Kaiserslautern



PEAK[®]
17

Der neue **Kletterturm** in Kaiserslautern.

rptu.de/unisport

Sektionsjugend in Berlin

HHG-Team gewinnt beim Bundesfinale



Im Schulwettkampf „Jugend trainiert für Olympia“ war Klettern 2025 erstmals Teil der offiziellen Bundesveranstaltung in Berlin. In Mixed-Teams der Altersklasse U16 durften die Landesschulsieger der 16 Bundesländer in die Hauptstadt reisen und dort auch neben dem Wettkampf Tage erleben, die in Erinnerung bleiben werden.

Zuvor fand am 28. Mai das Landesfinale unter Beteiligung von 18 Schulmannschaften in Kaiserslautern statt. Zwar waren dort auch Förder- und Grundschulen vertreten, das Bundesfinale wurde dann jedoch ausschließlich für die weiterführenden Schulen ausgetragen.

Am 22. September ging es für die sechs HHG-Schülerinnen und Sektionsmitglieder Yuna Fichtl, Rosalie Gieser, Jana Glatt,

Klara Walter, Emilia und Julika Reuter dann auf nach Berlin. Im Mannschaftswettkampf konnten sie sich am Folgetag souverän durchsetzen vor den vertretenden Schulen aus Bayern und Baden-Württemberg auf den Rängen zwei und drei.

Am Abend der großen Siegerehrung in der Max-Schmeling-Halle gehörte dann auch Burgi Beste, DAV-Vizepräsidentin, zu den Gratulierenden.

Nach einem Besuch des Bundestages auf aufnach Einladung des Kaiserslauterer Abgeordneten Matthias Mieves, ging die Reise weiter nach Leipzig, wo mit dem Deutschen Jugendcup ein weiterer Wettkampf stattfand.

Text und Fotos Johannes Lau

KENNST DU SCHON DEN DAV-WHATSAPP-KANAL?



Du findest uns hier.



Bleib auf dem Laufenden – verpasse keine News und Termine mehr!




Folge uns auf
SOCIAL MEDIA
@davsektionkaiserslautern




Stützpunkt von Landes- und Bundesverband vor Ort

Zahlreiche Entwicklungen in Kaiserslautern

Unsere Sektion macht sich zunehmend einen Namen im bundesweiten Wettkampfsport der Kletterinnen und Kletterer. Nicht mehr zu überhören war dies, als Ende September die Vorstellung der Top-4 im Deutschen Jugendcup-Speed der weiblichen U15 über den Leipziger Burgplatz schallte. Unter den 45 schnellsten Mädels der Republik sicherten sich Julika Reuter, Jana Glatt, Emilia Reuter und Rosalie Gieser (alle Sektion KL) die Ränge eins bis vier. Damit konnte das „Kletterteam RLP“ sicherlich den Höhepunkt des Wettkampfjahres erleben.

Kaiserslautern mit all den Beteiligten vor Ort konnte 2025 erneut viele Entwicklungen am Stützpunkt erleben. Im neuen Stützpunktkonzept des Bundesverbandes wurde der Standort neben Hannover, Hilden/Düsseldorf und München/Augsburg als einer von vier Orten anerkannt, an denen die Förderung des Nachwuchses im Fokus steht: Bundesstützpunkt mit dem Schwerpunkt der Nachwuchskaderentwicklung. Und auch die

Anerkennung als Landesleistungszentrum durch den Landessportbund wurde fortgesetzt für die kommenden vier Jahre.

Inzwischen tummeln sich wöchentlich zahlreiche Kinder und Jugendliche in den Trainingsgruppen und entdecken mit viel Freude die Bewegungswelt in der Vertikalen. So findet das Training des Landeskaders zumeist an den Trainingsstätten in Kaiserslautern statt. Mit dem Zustrom aus drei lokalen Stützpunktgruppen gelang immer mehr Sektionskindern auch der Sprung in den Kader. Diese wiederum erhalten Zuwachs aus der Trainingsgruppe der Sektion, geleitet von Lucie Dörle, Jonas Ecker und Emanuel Wolf.

Und wer möchte, kann das Angebot der Sportförderung am Heinrich-Heine-Gymnasium nutzen, wo im schulischen Umfeld und in enger Abstimmung mit den Gruppen aus Sektion und Landesverband ab der 5. Jahrgangsstufe Klettertraining stattfindet.



Ebendiese enge Zusammenarbeit zeichnete auch 2025 wieder verantwortlich für viele tolle Veranstaltungen und Erinnerungen. Highlight war dabei sicherlich die Ausrichtung des „Kids-Masters“, einer dreitägigen Veranstaltung Anfang August, bei der insgesamt 118 kletterbegeisterte Kinder zwischen 8 und 12 Jahren aus ganz Deutschland nach Kaiserslautern kamen, um tolle Wettkämpfe, aber eben auch dazwischen viel Freude zu erleben. Unsere Elternschaft formierte sich und gestaltete mit großem Engagement die Verpflegung vor Ort. Die Boulderhalle RockTown war als Austragungsort und das mit viel Herzblut, wie man es sich am Betze wünscht.

Viele weitere Veranstaltungen gaben dem Jahr einen Rahmen: drei Lehrgänge des DAV-Nachwuchskaders, weitere des Landeskaders; Landesmeisterschaften in allen drei Disziplinen vor Ort; der Landesentscheid zu „Jugend trainiert für Olympia“ und der Grundschulaktionstag für unsere Kleinsten.

Und sportlich ist über den eingangs erwähnten Vierfacherfolg von Seiten der Sektion Weiteres passiert: Florence Grünwald vertrat uns als RLP-Meisterin im Bouldern nicht nur national, sondern erneut bis in den Weltcup. Theodor Fetzer und Rosalie Gieser wurden Landesmeister*innen im Speed. Und mit Yuna Fichtl, Benjamin Höh, Lina Hubert, Fiona und Liana Schäfer, Theodor Theron und Klara Walter vertraten weitere Athlet*innen die Sektion im Deutschen Jugendcup.

Text und Fotos Johannes Lau

Glücksmomente...

Mittwochswanderungen der DAV Seniorengruppe Kaiserslautern

Wir, die fröhlichen Mittwoch-Senioren und -Seniorinnen, unternehmen zweimal monatlich bei Wind und Wetter bis zu 10 km lange Wanderungen in unserer Pfälzer Umgebung und erleben dabei immer wieder unsere Glücksmomente. Das Verweilen an schönen Aussichtspunkten oder interessanten historischen Stätten sowie Naturentdeckungen wie Felsformationen, Pflanzen, Pilze oder Tiere kommen auch nicht zu kurz.



Im vergangenen Jahr waren wir u.a. am Donnersberg unterwegs (siehe Tourenbericht unten), bei Merzalben und am Rodalbener Felsenweg, bei Trippstadt, Schmalenberg, Reipoltskirchen und Bad Münster am Stein, am Drachenfels und am Isenachweiher.



Jeder von uns plant und führt mal eine Wanderung, so ist die Aufgabe auf viele Schultern verteilt. Einkehr in eine Pfälzer Hütte oder Gaststätte oder eine gute Brotzeit aus dem Rucksack gehören immer dazu. Meistens bilden wir Fahrgemeinschaften mit privaten Autos. Dadurch können wir auch Ziele ansteuern, die mit Bus und Bahn nicht zu erreichen sind.

Traditionsgemäß lassen wir das Jahr mit einer fröhlichen und besinnlichen Weihnachtsfeier ausklingen. Wir freuen uns jederzeit über Nachwuchs! Frischer Wind tut immer gut!

Wanderung am 18. Juni bei Falkenstein / Donnersberg
Was gehört zu einer perfekten Wanderung? Gutes Wetter, schöner Weg mit herrlichen Aussichtspunkten und interessanten historischen Stätten, gemütliche Einkehr.

Von allem hatten wir reichlich bei unserer Wanderung am 18. Juni bei Falkenstein am Donnersberg. Bei bestem Sommerwetter wanderten wir vom Falkensteiner Hof durch den Wald zur Kronbuchenhütte und weiter Richtung Imsbach. Bald lockerte der Wald auf, und wir konnten weit ins Tal schauen.

Überall waren Spuren des ehemaligen Kupferbergbaus zu bestaunen, u.a. führte der Weg vorbei an den Stollen Katharina 1 und 2. Die Gegend hier ist sehr steinig und trocken mit Eichen, Kiefern und Lärchen – eine schöne Abwechslung zum üblichen Buchenwald. Nun ging es zurück zum Falkensteiner Hof, wo wir zum Abschluss der Wanderung auf der herrlichen Aussichtsterrasse ein spätes Mittagmahl einnahmen.

Text und Fotos: Marita und Edel

...in freier Natur

Sonntagswanderungen

Da unsere Sonntagswanderungen auch im Jahr 2025 so gut angenommen wurden, haben wir uns entschlossen, in Zukunft mehr als eine Sonntagswanderung im Monat anzubieten. Schaut Euch bitte das Programm 2026 an, es warten vielfältige, interessante Wanderungen auf Euch.



Märzwanderung

Unsere Märzwanderung auf dem Pfälzer Musikantenweg war für Samstag, den 15.03.2025, angekündigt mit dem Besuch und einer Brotzeit in der Bäckerei Kissel. Mit dieser Ansage im Heft trafen sich 31 WandererInnen in Reichenbach-Steegen am Otto Feick-Platz. Begleitet von einem doch recht frischen Wind, ging es direkt hoch auf 480 m. In offener Landschaft mit Wiesen, Feldern, Buchenwald und Weitblick wanderten wir dem

blauen Schild mit weißer Taube entlang. Der Weg führte durch das Musikantendorf Jettenbach, mit dem großen Dorfplatz und seinen Musikanten in Bronze.

Hier wurde die Mittagspause gemacht. Nach Kollweiler wanderte die Gruppe auf der Hochebene mit Blick zur Sickinger Höhe und zur pfälzischen Moorniederung. Weite Fernsicht war durch Dunst etwas verhangen, umso schöner war es, dass einige neue und junge MitwandererInnen dabei waren. Highlight der Tour: Brotzeit in der Bäckerei Kissel, die Roland routiniert im Vorfeld mit Frau Kunz organisierte. Freundlich begrüßt, gingen wir in die Backstube, in der Sitzgelegenheiten für alle Personen bereitstanden. Das so liebevoll, reichgedeckte Brotzeitbüfett ließ unsere Herzen höherschlagen. Ein HERZLICHES DANKE an Frau Petra Kunz und ihre Mutter, Frau Carra. Die ca. 20 km-Wanderung war so ereignisreich, dass wir ganz verpassten, Bilder zu machen. Die Erinnerungen an die außergewöhnliche Tour werden uns erhalten bleiben.

Juniwanderung

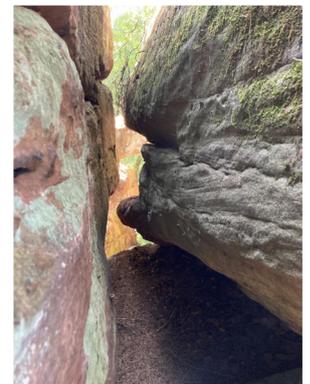
Wegen der für den 22. Juni 2025 erwarteten hohen Temperaturen wurde die geplante Wanderung "Sickinger Höhenweg" kurzfristig geändert. Am Bahnhof Waldfishbach startete eine Gruppe von 15 gutgelaunten Wanderern sowie die kleine Hündin Nanda, um einen Teil des Holzlandweges zu erkunden.

Die Route führte uns zunächst durch das Ortszentrum und am Sportplatz vorbei, bevor wir den schattigen Wald erreichten. Auf teils schmalen Pfaden gelangten wir zum Galgenfelsen.

Weiter ging es durch schönen Mischwald bis zum Gerstenfels und schließlich ins idyllische Schwarzbachtal. Dort konnten wir die kärglichen Überreste der Ruine Heideburg erkennen, die



bereits im 4. Jahrhundert einen römischen Handelsweg sicherte und einst das älteste Forsthaus Deutschlands beherbergte. Von da an führte der Weg stetig bergauf in Richtung Heltersberg. Im dortigen Naturfreundehaus legten wir eine ausgedehnte Pause ein. Bei leckerem Essen stärkten wir uns, bevor wir uns auf den Rückweg machten und nach rund 22 km Waldfishbach erreichten.



September

Bei leichtem Regen starteten am Bahnhof Winnweiler elf Wanderer die Sonntagstour.

Zunächst führte uns der Weg hinauf zur kleinen, im 17. Jahrhundert erbauten Wallfahrtskapelle. Von dort ging es weiter nach Imsbach. Oben im Dorf angekommen, erreichten wir den Waldrand.

Auf einem schmalen Pfad erklimmen wir den Kupferberg und marschierten weiter zur Kupferberghütte. Bei schönem Wetter hätten wir einen wunderschönen Ausblick gehabt – schade. Weiter ging es über Börstadt nach Gonbach. Ein kurzer Abstecher zur Kneippanlage schloss sich an.

Nach etwa 25 Minuten erreichten wir die Hohlsteinhütte.



Nach einer Stärkung ging es nur noch abwärts zum Bahnhof Münchweiler/A. Schön war's - trotz Regen!

Text und Fotos: März: Anne und Roland Schmitt,
Juni und September: Renate Schneider

Albsteig HW1

Teil 3, 29.04.-03.05.2025

Dieses Jahr wanderten wir den dritten Teil unseres Albsteigs von Owen (südwestlich von Nürtingen) bis Talheim entlang des Albtraufs. Albtrauf bezeichnet den nordwestlich ausgerichteten Steilabfall der in Baden-Württemberg und Bayern gelegenen Schwäbischen Alb. Im Albbereich ist er der markanteste und in mehrere Schichtstufen untergliederte Stufenhang des Südwestdeutschen Schichtstufenlandes und verläuft etwa von Südwest nach Nordost.

Nach der Anreise mit dem Zug wanderten wir von Owen bei bestem Wetter an blühenden Obstbäumen und frischem Waldmeister vorbei entlang des Albtraufs.



Wir passierten den Heidengraben am Brucker Fels, wo es die erste Rast gab. Nach einem überraschenden Kaffee in einer Dorfbäckerei wanderten wir weiter zur beeindruckenden Burg Hohenneuffen, die bereits auf 730 m Höhe liegt. Weiter ging es nach Neuffen, dem Ziel unseres Tages. Zum Einstieg waren es gemütliche 13 km und 450 hm.

Nach den ersten Glücksgefühlen bereits am Anreisetag führte uns unsere zweite Etappe von Neuffen nach Bad Urach, 17 km, 550 hm. Gestartet wurde gleich wieder mit einem Anstieg hoch hinauf auf den Albtrauf und wir wurden belohnt mit atemberaubenden Ausblicken. Wieder säumten üppige Wildkräuter wie Bärlauch, Sternmiere und Knoblauchsrauke unseren Weg. Vorbei an einem ehemaligen Vulkanschlot erklimmen wir kurz darauf den frisch errichteten Heidengrabenturm. Unsere Mittagspause legten wir bei herrlichem Sonnenschein auf dem Buckleter Kapf ein (732 m). Weiter ging es vorbei an den Höllenlöchern aus bröckeligem Kalkgestein, die am Wegrand tief aus dem Erdgrund klafften. In Bad Urach angekommen checkten wir im edlen Hotel Bischoff ein. Melissa ergatterte zuvor noch schöne neue Trekkingschuhe, da sich die Sohlen der altgedienten Wanderschuhe zu lösen begannen. Nach einem Eis am Marktplatz genossen wir

ein köstliches Abendessen im hochkarätigen Hotelrestaurant. Erholt, gut gefrühstückt, die Sonne im Gesicht begann die dritte Etappe. Durch die schöne mittelalterliche Stadt Bad Urach, tolle Fachwerkhäuser mit bis zu fünf Stockwerken hoch säumten den Weg. Der stetige Anstieg auf 692 m zum Schlossberg mit Ruine Hohe Bad Urach war gewaltig. Eine tolle Aussicht rundum belohnte die Anstrengung. Weiter ging's zum Urach Wasserfall. Diesen sahen wir nur von oben, denn unser HW 1 führt oben vorbei. Der Wassermangel des Wasserfalls war sichtbar. Am Pferdehof Rutschhof über dem Leimberg mit 779 m erreichten wir das höchste Ziel: die Hohe Warte auf 820 m. Ein weißer Rapunzel-Turm leuchtete uns entgegen. Hier machten wir Mittagspause.



Sonnenbegleitet ging es zum Wanderheim Eninger Weide, dort in der Nähe befindet sich das sehr große obere Speicherbecken des Pumpspeicherwerks Glems, das Strom erzeugt. Mit moderatem auf und ab an einem Segelfluggelände vorbei und sehr viele Begegnungen mit anderen Wanderern und vielen Familien auf großen Wiesenflächen, die den 1. Mai feierten, kamen wir glücklich und müde zu unserem Übernachtungsquartier dem Stahlecker Hof an, einer sehr schönen Unterkunft mit ausgezeichnete Gaststätte und leckerem Essen. So ging die dritte Tour mit 19 km und 480 hm zu Ende.

Am vierten Tag starteten wir früh, 26 km und 800 hm lagen vor uns. Auf der Hochebene ging es flott voran, vorbei an Ausgrabung der Burg Stahleck, dem Eckfelsen 748 m und der Ruine Burg Gräfenstein.



Wir durchquerten des Örtchen Holzelfingen, gingen weiter über den Rötelstein auf 769 m und ab hier bannte der Blick zum Märchenschloss Lichtenstein auf der gegenüberliegenden Talseite unseren Blick. Nach dem Locherstein schlängelte sich der Pfad herab ins Tal und dann meisterten wir den beschwerlichen Aufstieg zum Schloss, wo wir auf der Bank vor dem Denkmal Wilhelm Herzog von Urach, im Anblick des herrlichen Schlosses Pause machten. Während ein Teil unserer Gruppe den Schlosshof besichtigte, wanderten die anderen direkt weiter zur Nebelhöhle, einer der größten Höhlen der Schwäbischen Alb. Bergauf und bergab schlängelte sich der Pfad dorthin, vorbei am Geißstein 788 m mit fantastischem Panoramablick. Bei und in der Nebelhöhle lockte Kaffee, Kuchen, ein kühles Bier und die außergewöhnliche Besichtigung der bezaubernden Tropfsteine



in verschiedenen Hallen. Alles mehr als lohnend! Melissa verabschiedete sich traurig von ihren zerfallenden Wanderschuhen. Wir wanderten noch weitere 8 km, durchqueren Genkingen und schaffen als Abschluss den Aufstieg zum Wanderheim Roßberghaus. Wir schliefen im Turm auf 869 Metern Höhe mit einmaligem Blick auf den Albtrauf.

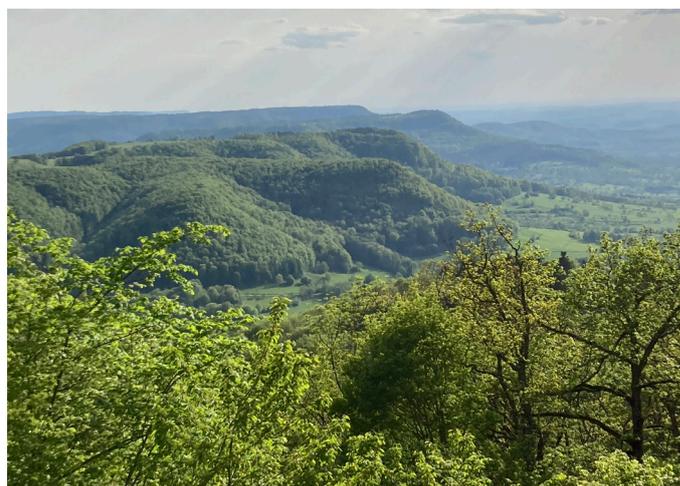
Bei leichtem Regen brachen wir vom Roßberghaus zur fünften und letzten Etappe mit 12 km und 500 hm auf. Talabwärts führte uns ein Pfad, später ein Wirtschaftsweg durch den Wald, neben einem Bach vorbei. Der Regen lockte einige Feuersalamander und viele Weinbergschnecken hervor, die auch „wanderten“.



Auf schmalen Wegen, wieder gesäumt von Bärlauch und Waldmeister und verschiedenen Blumen erreichten wir den Bolberg auf 880 m. Hier konnten wir die schöne Aussicht auf den Albtrauf und die weitere Umgebung genießen.

Dann ging's am Waldrand entlang bergab nach Talheim. Mit Stadtbus, Regionalbahn und ICE erreichten wir abends müde und voller guter Impressionen Kaiserslautern.

Text und Fotos: Elke Boerner



Der Pfälzer Hüttensteig bei Lambrecht

94 km und 2200 Höhenmeter im Pfälzer Wald...



Geplant war der Pfälzer Hüttensteig als Rundweg mit drei Übernachtungen in verschiedenen Hütten, aber leider war es nicht möglich die entsprechenden Übernachtungen zu buchen. Deshalb entschieden wir uns alle Nächte im schönen und urigen Naturfreundehaus Harzofen in Elmstein zu verbringen. Zu den Start- und Endpunkten der Wanderungen fuhren wir dann jeweils mit mehreren Autos - ein logistisches Meisterwerk.

Die erste Etappe wanderten wir durch eine einsame, wunderschöne Gegend ab Neidenfels bei bestem Wetter über Esthal, wo wir glücklicherweise im Elmsteiner Backparadies einkehren konnten. Vorbei am wunderbaren Schelmenteich Brunnen, an der leider donnerstags geschlossenen Wolfsschluchthütte und vielen Triftkanälen und -wehren zur Eschdler Bänk, einer kleinen Schutzhütte, bei der man wunderbar regionalem Schnaps einkaufen und genießen kann – mitten im Wald! Dann ging es bergab nach Weidenthal und zurück wieder mit dem Auto zum Naturfreundehaus.

Die zweite Etappe startete wieder in Weidenthal. Über das ehemalige Forsthaus Schwarzsohl, dessen Gasthaus leider schon länger geschlossen ist und das nun auch bald abgerissen wird, ging es entlang des Triftwanderwegs mit interessanten Schautafeln vorbei an weiteren Triftanlagen über Elmstein nach Iggelbach. In Iggelbach wanderten wir am dritten Tag über schöne kleine Pfade und größere Forstwege das Helmbachtal entlang bis zum Helmbachweiher, der zum Schwimmen wie fast immer zu kalt war. Nur zwei hartgesottene Wanderer ließen sich nicht abschrecken. Der Kiosk am Weiher war leider geschlossen. Weiter ging es das schöne Speyerbach Tal entlang vorbei am Forsthaus Breitenstein und dem historischen „Stutgarten“, einer sehenswerten ehemalige Pferdekoppel mit steinernen Sandsteinpfosten aus dem Jahr 1505. Bergauf über die Burgruine Spangenberg erreichten wir dann die Hellerhütte des Pfälzer Waldvereins für die wohlverdiente Einkehr mit riesigen Stücken Schwarzwälderkirchtorte. Über die „Breite Loog“, einen historischen Grenzpunkt, erreichten wir unser Ziel Lambrecht.



Am vierten Tag folgten wir auf dem Heimatpfad ab Lambrecht weiter dem Hüttensteig zum Waldhaus Lambertskreuz, wo wir den ersten Kaffee genossen. Bis zu unserem Ziel Neidenfels gönnten wir uns den Abstecher hoch auf den immer wieder beeindruckenden Drachenfels in der Sonne bei bestem Wanderwetter. Nach Besichtigung der Drachenhöhle und der Durchblickhöhle erreichten wir die Pfälzer Waldhütte Lichtensteinhütte in Neidenfels. Dort gab es als krönenden Abschluss unserer 92 km Tour nochmal Kaffee und Kuchen.

Es war eine wahre Freude durch den Pfälzer Wald zu wandern, vorbei an vielen kulturhistorischen Stätten mit tollen Ausblicken und gleichzeitig das Immaterielle Weltkulturerbe Pfälzerwaldhütten-Kultur für vier Tage zu genießen. Sehr zur Nachahmung empfohlen!

Text und Fotos: Elke Boerner

Immaterielles Kulturerbe (UNESCO)

Die Pfälzerwaldhütten-Kultur



Im Pfälzerwald und benachbarten Regionen betreiben viele gemeinnützige Ortsgruppen Wanderheime, Rasthäuser und Schutzhütten. Dabei überliefern sie Traditionen, regionales Naturschutzwissen, sowie Kenntnisse zur Pflege von Holzhütten und Wanderwegen.

Fakten

- Aufnahmejahr: 2021
- Verbreitung: Im Bereich der ehemaligen bayrischen Pfalz
- Zentraler Termin: Ganzjährig
- Bereich: Wissen und Bräuche in Bezug auf die Natur und das Universum, gesellschaftliche Bräuche, Feste und Ritual

Im Pfälzerwald und benachbarten Regionen finden sich vierzehn Wanderheime, 60 Rasthäuser und zehn Schutzhütten, die oft komplett ehrenamtlich bewirtschaftet werden. Sie werden zu meist von gemeinnützigen Ortsgruppen betrieben und gepflegt. Insbesondere zu Beginn des 20. Jahrhunderts wurden im Pfälzerwald und den benachbarten Regionen tausende Kilometer Wanderwege angelegt, Türme erbaut und Hütten auf den markanten Berggipfeln errichtete. Bis heute versorgen die Hütten

Wandernde preisgünstig, da nicht der Gewinn, sondern die Gemeinnützigkeit der Vereine für die Betreiberinnen und Betreiber im Vordergrund steht. Erzielte Überschüsse werden in Erhalt und Erneuerung der Hütten investiert.

Die Trägergruppe pflegt auch viele Kontakte zu Bildungseinrichtungen und bietet regelmäßige Naturseminare an, gerade auch für Familien auf den Hütten. Nachhaltigkeit ist das Motto, um die existenzielle Lebensgrundlage Wald als Naherholungsgebiet zu vermitteln und erhalten. Daneben erhalten und modernisieren die Ehrenamtlichen die Hütten. Da die Region an der Grenze zu Frankreich liegt, spielt auch der grenzüberschreitende Austausch bei der Pfälzerwaldhütten-Kultur eine besondere Rolle.

Regionale Küche und Kultur

Die Pfälzerwaldhütten-Kultur wird heute von tausenden Ehrenamtlichen gepflegt. In den Hütten lernen Besucherinnen und Besucher die regionale Küche mit Rieslingschorle, Saumagen und Handkees kennen, können aber auch mehr über die Natur beispielsweise des Pfälzerwalds erfahren.

Quelle:

<https://www.unesco.de/staette/pfaelzerwaldhuetten-kultur/>

Der DAV macht Hüttendienst beim Pfälzer Waldverein!

Und dann stand da: HÜTTENTEAM GESUCHT...

So begann im Jahr 2010 die PWV-Hüttenkarriere unserer zwei Wanderer-Teams vor vielen Jahren. Wir, ein Team von wanderfreudigen Freunden meldeten uns auf den Aufruf bei der Böchinger Hütte tief im Pfälzer Wald im Pottaschtal bei Eußerthal und starteten kurz danach einen ganzen Sonntag mit der eigenverantwortlichen Bewirtung der Hütte – und schon hatte uns der „Hüttenvirus“ gepackt! Seitdem sind wir auf dieser Hütte mit inzwischen acht Leuten 3-4 mal pro Jahr und bereiten alles zu, vom Schiefen Sack über Pälzer Teller bis zum Meenzer Spundekäs und natürlich dürfen die Pälzer Schorle nicht fehlen (Vier Finger Wein und vier Finger Wasser – in der richtigen Mischung...).

Die Böchinger Hütte nimmt auch jedes Jahr an der wunderbaren Aktion „Hüttenhopping“ der Gemeinde Edenkoben teil.



Die Böchinger Hütte

<https://www.boechingerhuette.de/>



Kupferberghütte

Ein paar Jahre später entschloss sich ein zweites Team der Kaiserslauterer Sonntagswanderer ein Hüttenteam für die wunderbar gelegene Kupferberghütte am Donnersberg über Imsbach zu bilden. Auch hier sind wir mit vier Leute immer abwechselnd aus dem „Acht Mann“-Team mehrmals pro Jahr vor Ort mit Hausmacher Broten, Würstchen und selbstgemachten Kuchen. Und die Pälzer Schorle schmeckt mit Blick über Imsbach und manchmal bis ins Saarland und zu den Vogesen hier doppelt gut!

<https://www.kupferberghuette.de/>

Wir sind stolz, dass wir die wunderbaren Hütten im Pfälzer Wald, die mit dem Siegel „Immaterielles Weltkulturerbe“ von der UNESCO ausgezeichnet wurden, nicht nur zu besuchen und uns lecker bewirten lassen, sondern auch aktiv bei der Erhaltung der Hüttenkultur mitarbeiten!

Text und Fotos: Elke Boerner

Auch für unsere wunderschöne Lautrer Hütte in der Nähe von Dahn suchen wir engagierte Helfer für unser Hüttenteam!



Wir brauchen dich!
Ehrenamt im **DAV**

Hüttenheld*in gesucht!

Du bist gern draußen, packst mit an und möchtest dich für unsere Sektion engagieren? Dann bist du genau richtig in unserem **Hüttenteam!**

Ob bei kleinen Reparaturen, Reinigungsaktionen, Pflege der Außenanlage oder Organisation von Arbeitseinsätzen – hier kannst du dein handwerkliches Geschick und deine Einsatzfreude für unsere Selbstversorgerhütte in der Pfalz einbringen.

Interessiert? Dann melde dich bei:
Elisabeth Wagner-Weig
info@dav-kaiserslautern.de

damm-solar

Ihr Partner für
Photovoltaik aus
Kaiserslautern

Photovoltaik
schafft Lebensqualität.

Jetzt kostenlose Beratung sichern
und die Sonne für sich arbeiten lassen.

www.damm-solar.de // 06301 320 320

Erster rheinland-pfälzischer Special Olympics Kletterwettbewerb

Special Olympics in der Barbarossahalle

Im November 2024 fand in der Barbarossahalle in Kaiserslautern ein ganz besonderes Ereignis statt: der erste rheinland-pfälzische Special Olympics Kletterwettbewerb, organisiert in Zusammenarbeit mit der DAV-Sektion Kaiserslautern. Das Kletterzentrum war mit 29 AthletInnen sowie zahlreichen mitgereisten ZuschauerInnen bis auf den letzten Platz gefüllt.

Nach einer herzlichen Begrüßung durch die Stadtbeigeordnete Anja Pfeiffer, den Vorsitzenden des DAV-Landesverbandes Dr. Lothar Lukoscheck und unseren Sektionsvorsitzenden Horst Scherschel startete der Wettkampf feierlich. AthletInnen aus Bayern, Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und dem Saarland waren angereist. Ein Höhepunkt gleich zu Beginn: die Eröffnungszeremonie mit dem Einzug der Special-Olympics-Fahne durch SportlerInnen der teilnehmenden Bundesländer sowie dem offiziellen AthletInneneid.

Sportlich standen drei verschiedene Wertungszonen zur Verfügung. Die Teilnehmenden traten nicht einfach gegeneinander an, sondern kletterten in leistungsgerechten Gruppen. So konnte jede und jeder sein Können unter Beweis stellen und sich mit gleich starken messen. Dabei herrschte eine besondere Stimmung: die Freude am Sport, gegenseitige Ermutigung und ansteckender Teamgeist begleiteten die Wettkämpfe von Anfang bis Ende.

In der gemeinsamen Mittagspause konnten alle neue Energie tanken. Das Unternehmen Simotec GmbH Kochwerk sorgte für das Mittagessen, es wurde zusammen gegessen, gelacht und Kraft gesammelt. Dieses Miteinander machte den Tag besonders – gestärkt und motiviert ging es danach wieder an die Wand.

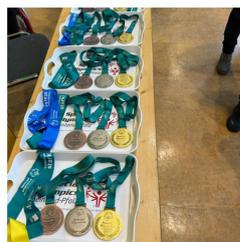
Ein großes Plus des Tages waren die vielen BetreuerInnen, die ihre AthletInnen begleiteten. Mit viel Geduld, Motivation und Zuspruch standen sie ihnen zur Seite. Gemeinsam mit den zahlreichen HelferInnen vor Ort sorgten sie für einen reibungslosen Ablauf, packten überall mit an und gaben dem Wettbewerb eine warme, familiäre Atmosphäre.

Besonders spannend wurde es, als vier AthletInnen so dicht beieinanderlagen, dass eine zusätzliche Finalrunde im 7. Grad notwendig wurde. Unter tosendem Applaus lieferten sie sich ein packendes Stechen, das die Halle zum Beben brachte.

Die emotionale Siegerehrung am Ende war ein würdiger Abschluss. In sieben Leistungsgruppen wurden alle AthletInnen einzeln geehrt und gefeiert. Strahlende Gesichter, stolze Siegebänder und Medaillen machten deutlich: Hier hat jede und jeder gewonnen. Beeinträchtigungen spielten keine Rolle – im Vordergrund standen Freude, Mut und das Gefühl, Teil einer großen Gemeinschaft zu sein. Ganz im Sinne des Special-Olympics-Eids:

„Lasst mich gewinnen. Aber wenn ich nicht gewinnen kann, lasst mich mutig mein Bestes geben.“

Ein herzliches Dankeschön gilt allen HelferInnen, ohne die dieser besondere Tag nicht möglich gewesen wäre.



Danke vor allem dem engagierten Orgateam rund um Nina Hagedorn, Oliver Kimmel und Michael Fritsch, dem Schrauberteam des Kletterzentrums unter Leitung von Martin Kohl sowie der Stadtverwaltung Kaiserslautern.

Es war ein Tag voller sportlicher Höchstleistungen, Begeisterung, Gemeinschaft und unvergesslicher Momente – ein Wett-

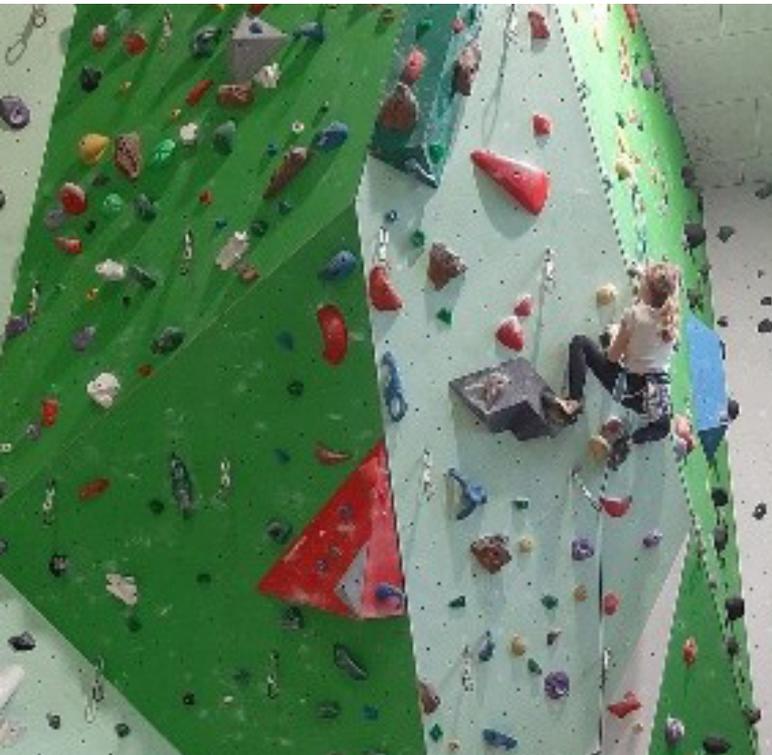
kampf, der gezeigt hat, dass Freude, Mut und Zusammenhalt die wahren Siege sind. Die vielen positiven Eindrücke und die spürbare Energie, die alle mit nach Hause nahmen, setzen zudem ein wichtiges Zeichen für die inklusive Entwicklung im Klettersport.

Text und Fotos: Sonja Brand



Wenn inklusive Eichhörchen zum Klettern in den Keller gehen

Die Eichhörchen in den Kirner Dolomiten



Am 23.8.25 machten sich die inklusiven Eichhörchen mit 14 Kindern, Erwachsenen und einer treuen Fangemeinde auf den Weg zu den Kirner Dolomiten. Schon beim Ankommen war klar: Das wird ein besonderer Tag – nicht nur wegen des perfekten Kletterwetters, sondern auch wegen unserer tierischen Begleiter.

Das Mooswändchen zeigte sich von seiner besten Seite und bot ideale Bedingungen für viele erste Handgriffe am echten Felsen. Mit Neugier und Begeisterung wagten sich alle an die



Routen, und schnell war die anfängliche Nervosität vergessen. Besonders beliebt war der „Keller“. Und nein, diesmal ging es nicht um dunkle Räume oder Lachen im Verborgenen – hier wurde fleißig geklettert! Längere und kurvigere Routen forderten Kraft, Mut und Technik. Selbst die Kleinsten übertrafen sich und wurden am Ende mit einer großartigen Aussicht belohnt.

Ein echtes Highlight war unser tierischer Überraschungsgast: **Ein Elefant** feierte seine Premiere an den Kirner Dolomiten! Mit Helm ausgestattet, sorgte er für viele Schmunzler und begeisterte Zuschauer. Auch unsere beiden Hunde begleiteten den Ausflug – stets aufmerksam, geduldig und zur Freude aller Kletternden. Sie hielten die Stellung am Boden, beobachteten neugierig das Geschehen und ließen sich zwischendurch natürlich auch ausgiebig verwöhnen.



Zur Stärkung gab es ein reichhaltiges Picknick – so vielfältig, dass wir wahrscheinlich eine Woche am Felsen hätten ausharren können. Mittelpunkt der Tafel war eine 17-kg-Wassermelone und ein wunderbarer Quetschkuchen, welche für viele fröhliche Gesichter und volle Bäuche sorgten.

Am Ende des Tages zeigte sich einmal mehr, was uns verbindet: **Gemeinsam stark sein**. Jede und jeder erreichte seinen persönlichen Gipfel – mit Mut, Kraft und der lautstarken Unterstützung unserer Fans.

Was bleibt, sind strahlende Gesichter, Muskelkater, viele schöne Erinnerungen und die Gewissheit, dass Eichhörchen, Elefanten und Hunde hervorragende Kletterpartner sein können – wenn man sie nur lässt.

Vielen Dank an die lieben Menschen, die uns an diesem Tag „einfach so“ unterstützt haben.

Text und Fotos: Sonja Brand

Die Gipfelstürmenden Gämsen - die Draußenklettergruppe des JDAV

Unser Jahr am Fels

Die Draußenklettergruppe des JDAV hat 2025 erstmals viel Zeit gemeinsam am Felsen verbracht. Unsere Gruppe besteht momentan aus Mädchen und jungen Frauen zwischen 12 und 18 Jahren, im Schnitt sind meist 5–7 Kletterinnen mit dabei. Ziel ist es, den Teilnehmerinnen den Einstieg ins Klettern am Felsen zu ermöglichen, Techniken zu lernen, Spaß zu haben und die Natur gemeinsam zu erleben.

Dieses Jahr waren wir insgesamt siebenmal draußen unterwegs. Den Start machte der Februar in Gimmeldingen, wo wir erstmals unsere neuen Sicherungstechniken ausprobierten und uns an den schönen Sandsteinrouten warmkletterten. Im März ging es weiter zum Hochstein in Dahn, der mit spannenden Überhängen und ersten kleinen Vorstiegen für einige Kletterinnen lockte. Im April standen an der Mittleren Deichenwand in Hauenstein luftige Plattenklettereien und tolle Aussichtspunkte auf dem Programm.



Im Mai trotzten wir dem einzigen Regentag des Jahres am Burghaldefels, nutzten die Gelegenheit, Technik und Teamgeist zu üben und ließen uns den Spaß nicht nehmen. Im Juni bot der Fensterfels knifflige Kamine und eine besonders schöne Stelle für unser Picknick direkt am Felsfuß. Im Juli erkundeten wir an der Westlichen Kesselwand Routen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, sodass jede Kletterin auf ihre Kosten kam. Den krönenden Abschluss bildete der August am Schafsfelsen in Erfweiler, wo wir Klettern mit einem kreativen Waldspiel kombinierten: Die Kletterinnen mussten innerhalb von 30 Minuten verschiedene Naturgegenstände wie Spinnenweben, Tannenzapfen, Pilze und Blätter wiederfinden – ein voller Erfolg und riesiger Spaß!

Bei allen Touren durfte Picknick nicht fehlen, manchmal sogar mit frisch gebrühtem Kaffee. Besonders an heißen Sommertagen sorgten Bachbesuche für erfrischende Abkühlung der müden Füße. Das Eis am Ende des Tages war dabei immer ein echtes Highlight und ein schöner Abschluss jeder Tour. Unsere Treffen zeichnen sich durch eine entspannte, offene und lustige Stimmung aus – für jede ist etwas dabei, egal ob Anfängerin oder Fortgeschrittene.

Wir, Linus und Lucas, wollen Philipp noch einmal Danke sagen für seine Idee, eine Draußenklettergruppe zu gründen, und für sein großes Engagement im letzten Jahr.

Im kommenden Jahr 2026 werden wir beide die Gruppe anleiten und die gemeinsamen Kletteraktionen in der Pfalz fortsetzen. Unser langfristiges Ziel ist es, einmal in die Alpen zu fahren, um dort alpine Mehrseillängen zu klettern und das Outdoor-Abenteuer auf die nächste Stufe zu bringen.

Die JDAV-Draußenklettergruppe freut sich über jeden der Lust hat, draußen aktiv zu sein, die Natur zu genießen und gemeinsam Kletterabenteuer zu erleben. Das Jahr 2025 hat gezeigt, dass Spaß, Teamgeist und Naturerlebnis bei uns an erster Stelle stehen – und darauf freuen wir uns auch 2026!

Text und Fotos: Lucas Deubert



Kletterabenteuer an der Martinswand in den Vogesen

Samstagmorgen, irgendwo in den Vogesen...

Das Navi sagte links, wir sagten: „Croissant zuerst!“ – und damit war die Richtung klar. Eine spontane Abzweigung führte uns in ein kleines französisches Dorf, wo wir tatsächlich fündig wurden: knusprige, butterweiche Croissants, so gut, dass wir glatt das obligatorische Beweisfoto vergaßen. Ein würdiger Start in unser Kletterwochenende!

Unsere Unterkunft, die Auberge du Pied du Hohneck, entpuppte sich als echter Glücksgriff: ideal gelegen zu den umliegenden Touren, sauber, gemütlich und mit hervorragender Küche – französischer Charme pur. Gut gestärkt machten wir uns noch am selben Tag auf den Weg zur Martinwand, wo wir direkt eine Mehrseillänge in Angriff nahmen. Kaum abgeseilt, folgte schon die nächste Route, deren Name uns glatt erröten ließ ... wenn wir nicht so coole Typen wären. Offenbar haben die Franzosen bei der Namensgebung ihrer Touren eine ganz eigene, sagen wir mal, kreative Ader.

Schnell stellten wir fest: Die Bewertungen der Routen sind mit Vorsicht zu genießen. Was im Topo als „angenehme 5c“ beschrieben war, fühlte sich für uns eher nach „ordentlicher 6er“

an. Offenbar klettern die Franzosen etwas anders – oder einfach besser. Trotzdem: Wir kämpften uns tapfer durch, mit viel Motivation und etwas Muskelkater als Souvenir.

Am zweiten Tag mussten wir den ersten kleinen Rückschlag hinnehmen: Andrea zog sich eine leichte Überdehnung zu und musste pausieren. Zum Glück erholte sie sich schnell und konnte die beiden folgenden Tage wieder genießen. Die Touren blieben anspruchsvoll, vor allem im Vorstieg: trotz eng gesetzter Haken und griffigem, aber fordernder Fels kam nicht nur das Adrenalin, sondern auch unser Material ordentlich zum Einsatz.

Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite. Morgens wehte zwar ein scharfer Wind, doch am Fels angekommen, war er schon eingeschlafen und es war stets angenehm warm und trocken – perfekte Bedingungen, die wir zu genießen wussten. Der Kleine Hohneck heißt nicht nur so, die Touren sind wie erwartet kürzer. Weniger knackig? Das kann man dem Kleinen nicht nachsagen. Auch hier ist alles dabei, um sich richtig auszutoben.





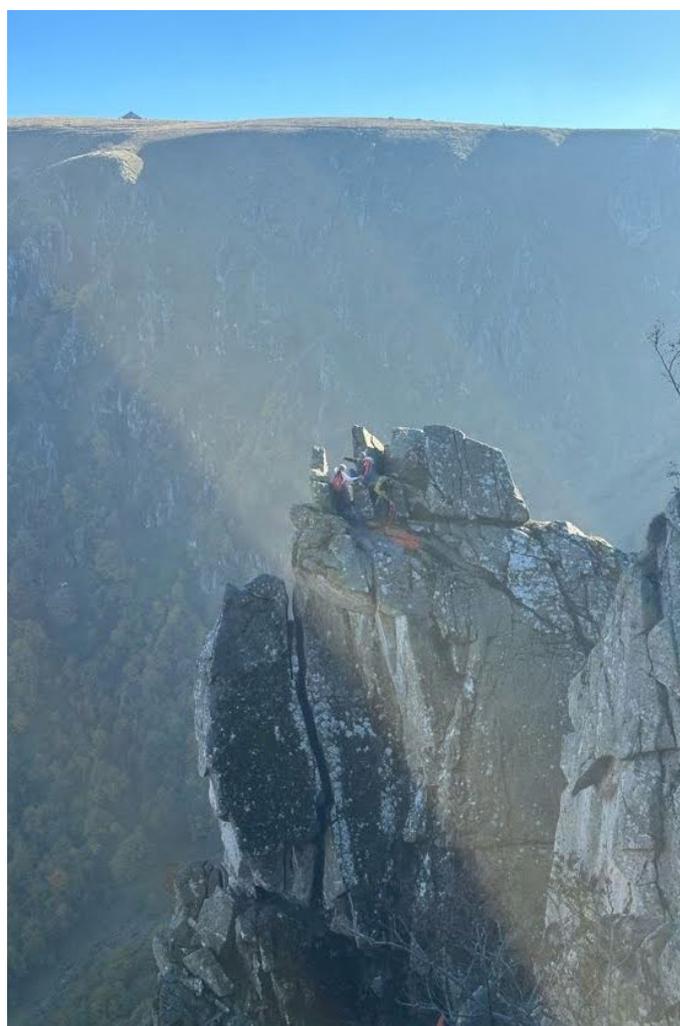
Zwischendurch landeten wir in Gérardmer in der Bar de l'Union, wo wir – notgedrungen, versteht sich – ein Bierchen tranken, während mein Elektroauto neuen Saft bekam. Und wie es eben so ist, waren wir schnell im Gespräch mit den Einheimischen. Nur eines schmerzte ein bisschen: Man hielt uns wahlweise für Belgier oder Holländer – letzteres lag vielleicht an unseren blonden Klettermädeln, die den Franzosen sofort ins Auge fielen.

Perfektes Wetter - naja – fast perfekte Bedingungen. Am letzten Tag wollten wir unsere Tour eigentlich mit einer fröhlichen Rutschpartie auf der Sommerrodelbahn an der Station de La Schlucht beenden. Doch der Nebel war so dicht, dass die Bahn geschlossen blieb. Vielleicht waren wir einfach zu früh dran – oder das Wetter wollte uns nur sanft darauf hinweisen, dass irgendwann auch mal Schluss sein muss.

Fazit:

Ein rundum gelungenes Wochenende voller Spaß, unserem Lieblingshobby, Croissants und französischem Charme. Die Martinwand in den Vogesen hat uns vieles abverlangt, aber auch unvergessliche Momente geschenkt – und ganz sicher nicht das letzte Mal gesehen.

Text und Fotos: Marco Elsner



Graveln durch die Pfalz

Unn, schaffeners do nuff?"

“Unn, schaffeners do nuff?” ruft uns eine Einwohnerin von Bann zu, als wir in den Anstieg zum Hausberg dort hineinfahren und wohl schon entsprechend bemitleidenswert aussehen. “Nä, nur wonn se schiewe helfe” ruft einer von uns zurück, was aber leider nur mit einem Lacher anstatt mit tatkräftiger Hilfe quittiert wurde. “Diese Pfälzer...” ist das Resümee einer weiteren Teilnehmerin unserer 4-köpfigen Gravelgruppe, die sich an diesem sonnigen und warmen Abend von der Barbarossahalle aus losgemacht hat. Zuerst geht es am Wasserwerk vorbei zur roten Hohl, und auf einer schnellen Abfahrt in Richtung Jagdhausweiher. Von dort geht es über die Breitenau und am Walzweiher vorbei ins Schweinstal. Dort geht es an Fischweihern und dem Eingang zum Steinbruch langsam ansteigend und auf gutem Asphalt bis kurz vor Queidersbach – diese Strecke ist definitiv ein Highlight für alle Gravel- und Rennradfahrer der Region, da sie zudem quasi autofrei ist. Von dort fahren wir in Richtung Bann, wo es zu besagter Szene kommt. Tatsächlich schaffen wir es dann doch ganz ohne fremde Hilfe bis zum Gipfelkreuz, wo sich ein toller Blick über die West- und Nordpfalz bietet. Zurück fahren wir über verschlungene Wege durchs Walkmühltal, am Gelterswoog und der Hoheneckener Grillhütte vorbei. Am Ende wartet noch leicht abfallender, kurviger Weg – sehr schön - und wir verlassen oberhalb von Lautern den Wald. In 2025 gab es noch zwei weitere Gravelausfahrten, dabei ging es einmal auch in Richtung Nordpfalz aus Lautern heraus. Auch



dieser Teil der Pfalz ist zum Graveln wie gemacht: Welliges Gelände mit etlichen asphaltierten Wirtschaftswegen und tollen Ausblicken, da viele der “Berge” dort landwirtschaftlich genutzt, also oft baumlos sind.

In 2026 werden es hoffentlich wieder mehr Touren geben. Wenn Ihr informiert bleiben wollt, dann schaut entweder regelmäßig auf die Homepage, oder schreibt Sebastian eine Mail (sebastian.rau@dav-kaiserslautern.de), damit Ihr in die entsprechende Chat-Gruppe kommt.

Text und Foto: Sebastian Rau

**Osteopathie
für Erwachsene und Kinder**

**Krankengymnastik
Physiotherapie**

Faszientherapie

**Bobath- und Vojta-Therapie
für Kinder und Erwachsene**

Tiergestützte Physiotherapie

Massage / Lymphdrainage

Manuelle Therapie

Krankengymnastik an Geräten

Sportrehabilitation

Akupunktmassage nach Penzel

NIC
THERAPIE
ZENTRUM

**PRAXIS FÜR
PHYSIOTHERAPIE
UND OSTEOPATHIE**

Königstraße 123
67655 Kaiserslautern
Telefon 0631-890 67 35
info@tzn-kl.de
www.tzn-kl.de

Mit dem Rad zum Felsen?

Geht!

Inspiriert von Initiativen wie Ecopoint und der französischen Kletterin Eline Le Menestrel habe ich Felix diesen Sommer überredet, das auch mal mit mir auszuprobieren. Die Idee dahinter ist es, möglichst nachhaltig zum Klettern anzureisen, also mit dem Rad, dem Zug oder zu Fuß an den Felsen zu kommen. Um gleichzeitig etwas Urlaubs-Feeling dabei zu haben, haben wir uns als Ziel die Nordvogesen ausgesucht. Ganz konkret wollten wir an den Fleckensteiner Weiher radeln, um dort zu Campen und in der näheren Umgebung zu klettern.

Der Plan sah vor an einem Tag gemütlich mit dem Rad hinzufahren, zwei Tage zu klettern und am vierten Tag gemütlich wieder zurückzufahren. Wir hatten uns das lange Wochenende um Fronleichnam ausgesucht. Auf Grund der hohen Temperaturen war „gemütlich“ dann allerdings etwas relativ.

Die große Frage im Vorfeld: Bekommen wir alles auf die Fahrräder? Felix hat sein Mountainbike mit einem Gepäckträger ausgestattet und ich habe mich für mein Gravelbike entschieden. Beide hatten wir zwei Gepäcktaschen und jeweils einen Packsack / Seilsack quer drüber gespannt. Gewogen haben wir es nicht, aber es fühlte sich an, als wären wir dem Maximalgewicht von 25kg pro Gepäckträger sehr nahegekommen. Tatsächlich haben wir darin aber unser Zelt, minimalistisches Koch-Equipment, Klettersachen inkl. 70m-Seil und Klamotten unterbekommen. Viel Platz für Essen war nicht. Da haben wir auf Verpflegung unterwegs spekuliert.

Los ging es am Donnerstagmorgen ungefähr wie geplant um 10 Uhr bei noch relativ humanen Temperaturen. Ich hatte mit Hilfe von Komoot eine hübsche Gravelbike-geeignete Route geplant, die uns vor allem durch den Wald nach Frankreich führen sollte. Länge: 65 km, Höhenmeter: 1.800 m



Die Streckenführung durch den Wald erwies sich zwar als durchaus anspruchsvoll, vor allem mit dem Gewicht des Gepäcks, aber als die Temperaturen immer höher kletterten waren

wir sehr dankbar für den Schatten. Mit einer netten Mittagspause an der Wieslauter sind wir im Laufe des Nachmittags auf den Campingplatz am Fleckensteiner Weiher gerollt. Dort haben wir uns dann eingerichtet und sind zum Abkühlen kurz in den

Weiher gesprungen. Zum Abendessen haben wir uns die mitgebrachte Portion Nudeln gekocht und schnell festgestellt, dass die Radtour doch mehr an unseren Kräften gezerrt hatte als wir dachten, weil wir danach immer noch sehr hungrig waren und dann noch spontan einen Flammkuchen in der kleinen Gastronomie am Weiher („La Buvette“) essen mussten, um nicht hungrig ins Bett zu gehen.



Der erste Morgen begann mit einem Einkauf im 4 km entfernten Carrefour Express, einem kleinen Supermarkt. Das ist auf leeren Magen nicht wirklich zu empfehlen, auch wenn vom Campingplatz ein hübscher Radweg entlang der Sauer in das Städtchen Lembach führt. Zurück am Campingplatz haben wir bei einem Petit Pain au Chocolat den Tag geplant. Wir wollten zunächst zum Langenfels, einem Felsriegel in unmittelbarer Nähe an dem wir uns erhofften ein paar Routen im Schatten zu finden. Für den Fels brauchten wir nun ja „nur noch“ die Klettersachen und etwas Proviant und so ging es dann mit halbvoll gepackten Rädern los, zunächst hoch Richtung Burg Fleckenstein. Der Weg auf einer gut ausgebauten und wenig befahrenen Straße ist nicht einmal 4 km lang, aber geht ziemlich sportlich bergauf (160 Hm). Oben angekommen haben wir die letzten Meter im Wald dann geschoben und waren nach ca. 20 Minuten schon am Ziel. Am Felsen war es zwar wie erwartet ziemlich warm, aber wir sind dem Schatten um den Felsen herum gefolgt und konnten so trotz Hitze ein paar schöne Touren klettern. Der Rückweg ist dann wirklich nur noch rollen lassen und man ist in weniger als 15 Minuten zurück auf dem Campingplatz. Abkühlen, essen, schlafen.

Am zweiten Tag haben wir uns den etwas weiter entfernten Krappenfels und Löwenstein ausgesucht. Hier ist die Anfahrt etwas länger (ca. 7 km), aber dafür mit etwas gemäßigter Steigung. Man kann auf Schotterwegen bis auf den Krappenfels

drauf fahren und von dort aus dann ein paar Meter an den Felsfuß absteigen. Parken konnte man die Räder ziemlich gut überall am Wegesrand, wahlweise mit einem Baum zum festschließen. Am Krappenfels ist uns der Wettlauf gegen die Sonne nicht so gut gelungen, sodass wir nach einigen Routen mit dem Rad zum Löwenstein weitergezogen sind. Dort haben wir einige



schöne und mittelschöne Routen gemacht, bevor wir nach einem kurzen Aufstieg zu Fuß auf die Burgruine noch die Aussicht genießen konnten und uns dann wieder auf den Rückweg gemacht haben. Den letzten Abend haben wir mit den Füßen im Weiher und einem kühlen Panaché von der Buvette ausklingen lassen.

Der Tag der Rückfahrt sollte der heißeste werden und wir (bzw. eher ich) haben kurz überlegt die Rückfahrt eher auf Straßen und Radwegen zu machen, um etwas schneller voranzukommen als auf Schotterwegen. Die Aussicht auf mehr Schatten hat uns dann aber doch dazu bewogen, den Rückweg genauso zu fahren wie den Hinweg. Nach einem Umweg über das Städtchen Lembach, in dem wir vergeblich versucht haben noch ein Croissant für die Rückfahrt zu ergattern, sind wir rechtzeitig aufgebrochen. Unsere Wasserversorgung auf der Route war nicht optimal und so mussten wir dann am Haus der Nachhaltigkeit in Johanniskreuz noch einen Stopp einlegen. Zu dem frischen Wasser gab es aber auch ein schattiges Plätzchen und ein leckeres Eis, also durchaus zu verschmerzen.

Fazit: Es ist machbar und nachhaltig, in diesem Fall mit dem Rad, zum Felsen zu fahren und es macht auch Spaß. Für den Anfang sollten Fitness-Level und Motivation zum Reiseziel passen, also vielleicht auch erstmal eine kürzere Tour probieren

oder die Kombination aus Zug und Rad nutzen. Die Fahrt auf Schotter ist anstrengender als auf Asphalt. Man kann von Kaiserslautern aus auch gut über die Pfälzerwald-Tour (62 km) bis nach Hinterweidenthal fahren und von dort aus auf guten Radwegen weiter nach Frankreich. Beim Gepäck heißt es „weniger ist mehr“, was zugegebenermaßen bei gutem Wetter leichter ist. Wir hatten uns unter anderem für die Nordvogesen entschieden, um an mobilen Sicherungsgeräten sparen zu können, da die Absicherung der Felsen in den Vogesen anders ist. Von uns also eine klare Empfehlung und Ermunterung es auch mal zu probieren.

Weitere Infos zu der Initiative und Community „Ecopoint Climbing“: <https://ecopointclimbing.com/> und Eline Le Menestrel: <https://www.bergsteigen.com/news/neuigkeiten/eline-le-menestrel/>

Text und Fotos: Nora Jankowski und Felix Rixinger



Foto: DAV-Kaiserslautern

Wir brauchen dich!
Ehrenamt im  DAV

Gruppenmensch gesucht!

Du möchtest dich engagieren, dein Wissen weitergeben oder neue Erfahrungen sammeln? Dann bist du genau richtig in unseren Gruppen für **Aspiranten, Jugend, Senioren und Wanderer!**

Ob als Fachübungsleiter-Aspirant, Jugendleiter*in oder in der Organisation unserer Wander- und Seniorengruppen - bring deine Begeisterung fürs Draußensein und die Gemeinschaft ein.

Interessiert? Dann melde dich bei:
Elisabeth Wagner-Weig
info@dav-kaiserslautern.de

≡ e-motion ≡
DIE E-BIKE EXPERTEN

Bis zu

**15 %
Rabatt**



#bikeand climb

Mitglieder des **Deutschen Alpenverein Kaiserslautern** erhalten bei Vorlage des Mitgliedsausweises **5%** auf die **Räder** und **15%** auf **Zubehör**.

e-motion e-Bike Welt Kaiserslautern

Merkurstraße 14 a | 67663 Kaiserslautern

0631 311 846 93 | kaiserslautern@emotion-ebikes.de

Schneeschuherbergsteigen im Gadertal

Am Eingangstor zu den Campiller Bergen

Unsere Schneeschuherbergsteigertour 2025 fand im Gadertal in dem kleinen Dorf Campill statt, es liegt auf ca. 1.350 m und wird als Eingangstor zu den Campiller Bergen bezeichnet und ist im Winter ein richtiges Kleinod, umgeben von einer grandiosen Bergkulisse. Untergebracht waren wir im „Bauernhof Lüch de Vank“. In der kleinen Gaststube gab es morgens ein leckeres Frühstück. Am Abend duften wir die köstliche ladinisch geprägten Speisen genießen. Wir bekamen immer ein köstliches Abendessen als ein 3-Gang-Menü serviert.

Sechs Tage Schneeschuherbergsteigen hieß es für insgesamt zwölf TeilnehmerInnen. Da Sicherheit oberstes Gebot war, wurde wieder der uns langjährig bekannte Bergführer Simon Kehrer aus Südtirol engagiert.

1. Tag: 04.03. Anreise. Um 5:00 Uhr ging es mit dem Minibus in Landstuhl los. Die TeilnehmerInnen waren: sieben aus Kaiserslautern, zwei aus Worms und drei aus Frankfurt. Unsere Freunde aus Frankfurt fuhren mit dem PKW. Um 13:40 kamen wir in Campill an. Die vorteilhafte Lage unserer Unterkunft „Lüch de Vank“ ist ein idealer Ausgangspunkt für unsere Schneeschuhergipfeltouren.

2. Tag: 05.03. Der zweite Tag fing um 07:00 Uhr mit einem ausgiebigen Frühstück an. Unser Bergführer Simon, der uns bereits seit vielen Jahren sicher auf die Gipfel führt, stieß um 08:30 Uhr zu uns. Am ersten Bergtourentag stand die obligatorische Lawinenschüttersuchgerät (LVS)-Übung auf dem Programm. Zunächst gab es eine Einweisung ins LVS-Gerät, und anschließend mussten die Teilnehmer ein LVS-Gerät, das Simon zuvor vergraben hatte, suchen. Nach erfolgreicher Unterweisung und Suchübung ging es um 10:00 Uhr auf unsere erste Bergtour. Ziel war der Medalges Gipfel mit 2.454 m, also galt es 900 hm zu überwinden. Wir starteten bei schönstem Wetter ab unserer Unterkunft zunächst ohne Schneeschuhe an den Füßen, da wenig Schnee vorhanden war. Nach kurzer Zeit zweigte ein Abkürzungsweg Richtung „Munt d'Adagn – Kreuzjoch“ ab. Ab dort schnallten wir uns unsere Schneeschuhe an. Der Weg führte

uns hinauf in Richtung Medalges-Alm. Die erste Tour verlangte uns schon Einiges an Kondition ab, denn im Verlauf des Aufstieges hatten wir es mit einigen steileren Abschnitten zu tun. Nach einer Trinkpause ging es weiter über das Kreuzjoch (2.282 m) zur Medalges Alm. Von dort war es nicht mehr weit zum Gipfel. Auf etwa 2100 hm lichtete sich das Gelände, und wir stiegen über freie Hänge auf den breiten Rücken der Madalges.

Um 13:30 Uhr standen wir am Gipfelkreuz der Madalges unserer diesjährigen ersten Schneeschuhtour. Die Aussicht war beeindruckend, direkt gegenüber der Peitlerkofel, majestätisch und schroff, nach Süden die Geislergruppe mit den scharfen Zacken, nach Norden die schneebedeckten Zillertaler Alpen.



Die Sonne wärmte, und wir genossen eine lange Rast mit Tee und Brotzeit. Der Abstieg erfolgte über die Aufstiegsroute. Die weiten Almhänge luden dazu ein, in großen Schritten durch den Pulverschnee abwärts zu „gleiten“. Wir kehrten um 16:00 Uhr in unsere Unterkunft zurück. Da unsere erste Tour nicht gerade eine entspannte Tour war, ging es für die meisten Teilnehmer nach dem Abendessen früh zu Bett. Festhalten konnten wir jedoch, dass unser erster Schneeschuhtourentag 2025 abwechslungsreich mit fantastischem Dolomitenpanorama war.

3. Tag: 06.03. Nach einer geruhsamen Nacht stand am zweiten Gipfeltag der Zwölferkofel mit 2.580 m auf dem Programm. Heute waren ca. 1.000 hm zu überwinden. Unsere Motivation war ungebrochen, zumindest zu Beginn unserer heutigen Gipfeltour, denn es sollte eine anspruchsvollere Tour werden als die gestrige. Alle waren pünktlich um 08:15 Uhr zum Abmarsch bereit. Eine Teilnehmerin hatte sich entschieden heute eine Pause einzulegen. Zu Beginn jeder Tagestour machte Simon, unser Bergführer, den obligatorischen LVS-Test. Ohne Schneeschuhe anzuziehen, ging es zunächst wieder entlang des Forstweges mit wenig Schnee, doch kurz darauf ging es mit den Schneeschuhen an den Füßen durch lichten Wald und über sanfte Schneefelder in Richtung der Medalges-Alm. Nach etwa zwei Stunden erreichten wir den Rücken unterhalb des Zwischenkofel. Von hier führte ein breiter, mäßig steiler Anstieg auf den Zwischenkofelgipfel.





Am Zwischenkofel angekommen, bot sich ein wunderschöner Blick auf den Peitlerkofel im Westen und die Geislergruppe im Süden. Kurze Rast, Tee aus der Thermosflasche – dann ging es weiter.



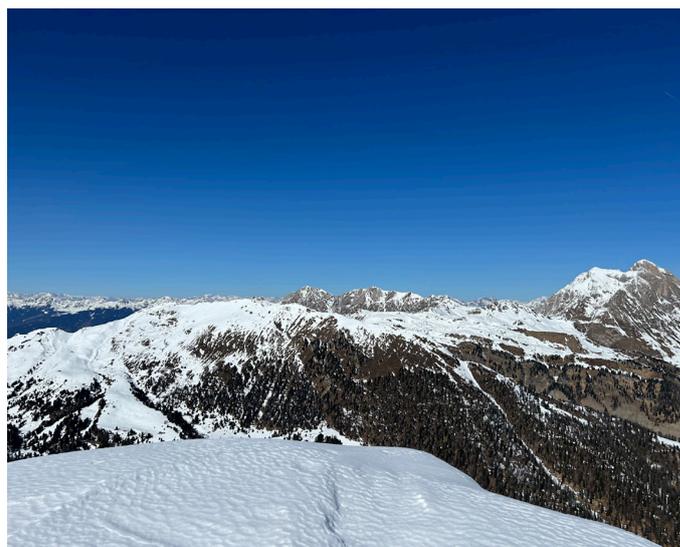
Der Rücken zum Zwölferkofel (2.580 m) war deutlich steiler, aber dank stabiler Schneeverhältnisse gut machbar. Im oberen Teil mussten wir über windgepressten Harsch vorsichtig aufsteigen. Nach etwa einer weiteren Stunde standen wir auf dem zweiten Gipfel des Tages, dem Zwölferkofel. Die Aussicht war grandios: im Norden die weißen Gipfel der Zillertaler und Stubai Alpen, im Süden die bleichen Zacken der Dolomiten bis zur Marmolata, direkt gegenüber der markante Peitlerkofel, der über Campill aufragt. Zurück ging es über die Aufstiegsroute: zunächst vorsichtig über den steilen Rücken, dann über weite, sonnenbeschienene Hänge in großen Schritten talwärts. Unterhalb der Almgrenze wurde der Schnee schwerer, und die

letzten Meter nach Campill zogen sich. Nach rund 6,5 Stunden standen wir wieder vor unserer Unterkunft Lüch de Vank – müde, aber erfüllt. Auf der Terrasse bei schönstem Wetter erholten wir uns von dem langen, aber lohnenden Aufstieg der heutigen Tour mit einem guten Bier, Apfelstrudel und Cappuccino.

4. Tag: Bereits früh am Morgen des 07.03. lachte die Sonne den Bergkamm schon an.

Da die beiden ersten Touren doch relativ anstrengend waren, entschieden wir uns zusammen mit Simon an diesem Tag eine gemäßigte Schneeschuhtour anzugehen. Wir entschieden uns für die Schneeschuhtour auf den Zendleser Kofel (2.422 m) und insgesamt galt es heute, ca. 860 hm zu überwinden. Heute entschieden zwei Teilnehmer, sich eine Auszeit zu gönnen. So starteten wir mit reduzierter Gruppe um 08:15 Uhr unsere heutige Schneeschuhtour. Auf den ersten Metern führte uns der Weg durch lichten Wald und über weite Schneefelder. Der Anstieg war zu Anfang moderat, doch nach ca. einer halben Stunde wurde er sehr steil, und so forderte er schon früh sein erstes Opfer, das aufgegeben musste. Kurze Zeit später hat es auch den nächsten aus der Gruppe erwischt, der die heutige Bergtour schließlich auch abbrach. Nach einer weiteren Stunde öffnete sich der Blick – die schroffen Zacken der Geisler ragten schneeweiß in den blauen Himmel. Die Spur führte wieder über die Medalges-Alm, und der Anstieg gestaltete sich auch wieder moderat, aber stetig, ab ca. 2.100 m wurde das Gelände wieder steiler.

Hier wechselte der Schnee zwischen windgepressten Harschflächen und lockeren Triebsschneefeldern. Wir entschieden uns für den direkten Aufstieg über den breiten Rücken, der sich in sanften Wellen zum Gipfel zieht. Nach knapp drei Stunden standen wir auf dem Zendleser Kofel. Die Aussicht war überwältigend: Die Villnösser Geisler im Süden, die Sella im Westen und weit im Osten die Dolomitenketten bis zu den Drei Zinnen.



Der Abstieg folgte der Aufstiegsroute. Unterhalb der Baumgrenze wurde der Schnee schwerer, und die letzten Meter hinunter nach Campill spürten wir die Höhenmeter in den Beinen. Aber am Ende der Schneeschuhtour, die wir um 15:15 Uhr glücklich beendeten, waren sich alle einig, es war heute eine traumhafte Schneeschuhtour. Der Zendleser Kofel war technisch zwar



Wir machten noch eine ausgiebige Rast und genossen die Ausblicke. Der Abstieg erfolgte über die Aufstiegsroute und nach rund zweieinhalb Stunden erreichten wir den Parkplatz, wo unsere Autos parkten. Um 15:00 Uhr waren wir wieder wohlbehalten und glücklich in unserer Unterkunft. Während wir auf der Terrasse die heutige Schneeschuhtour nochmals Revue passieren ließen, waren sich alle einig, die Schneeschuhtour über den Märchenweg war eine märchenhafte und landschaftlich eindrucksvolle Tour, absolut top!

Noch vor dem Abendessen verabschiedeten wir unseren Bergführer Simon, der sich sodann auf den Abstieg und den Heimweg machte. An unserem letzten Abend genossen wir noch einmal das leckere 3-Gang-Menü und feierten noch zünftig in gemütlicher und geselliger Runde.

nicht schwierig, erforderte aber gute Kondition. Eigentlich sollte es heute eine gemäßigte Tour gewesen sein, aber unsere müden Beine fühlten sich nicht so an. Am Abend entschieden wir uns, am nächsten Tag als Abschlusstour eine wirklich gemäßigte Schneeschuhtour vorzunehmen, damit wieder alle Teilnehmer dabei sein konnten.

5. Tag: 08.03. Nach unserem gemütlichen Frühstück um 08:00 Uhr waren wir startklar für unsere gemäßigte Abschluss-Schneeschuhtour. Auf Vorschlag von Simon fuhren wir den 2 km langen Weg, auf dem kein Schnee lag, mit den Autos bis zum Parkplatz im Weiler Pares am oberen Ortsrand, der auf ca. 1.530 m lag.

Vor uns lag die Schneeschuhtour auf den Peitlerkofelsattel (2.357 m) über den Märchenweg. Der Märchenweg führte in weiten Serpentin auf einem breiten Weg hinauf, und die Sonne brach zwischen den Bäumen hervor. Unterwegs stehen liebevoll geschnitzte Holzfiguren und Thementafeln – sie erzählen ladinische Märchen, Mythen und Naturgeschichten.

Nach etwa zwei Stunden hatten wir das Ende des Märchenweges erreicht, und der weitere Weg führte uns über eine weite Schneefläche, bis wir an einer kleinen schönen Hütte ankamen. Ein schöner Platz für unsere erste Rast mit Blick auf den Peitlerkofel (2.875 m). Nach einer Weile bei herrlichem Sonnenschein stiegen wir weiter auf Richtung Peitlerkofelsattel (2.357 m) und erreichten ihn nach weiteren zwei Stunden.

6. Tag: 09.03. Leider der Abreisetag. Bevor wir uns wieder auf den Heimweg machten und uns in die Autos setzten, stimmten alle zu, es war wieder einmal eine tolle Tour, alles stimmte, die Unterkunft war perfekt, das Wetter passte, die Winterlandschaft beeindruckend, tolle Gipfelerlebnisse und vor allem die TeilnehmerInnen zeichneten sich wieder einmal als super harmonische Gemeinschaft aus. Irgendwie ging diese Woche wieder viel zu schnell vorüber – schade!

Text und Fotos: Jüraen Fletschinaer



Skitouren in den Stubaier Alpen

Schneewittchen und die sieben Zwerge, oder warum wir Rachel Zegler doch nicht auf der Winnebachseehütte getroffen haben...

...doch der Reihe nach:

Da 2024 die Stelle des Skitourenwartes verwaist war, hatte Markus Höfer im Herbst 2024 die Initiative ergriffen und auf der Winnebachseehütte einige Plätze reserviert.

Da sich antizyklisches Verhalten nicht nur bei Bergtouren, sondern auch beim Autofahren rentiert, beschlossen das Schneewittchen und ich, bereits am Fastnachtsfreitag zu starten. Über den Fernpass ging es nach Gries im Ötztal. Unser heutiges Ziel: die Amberger Hütte auf 2135m.

Am nächsten Morgen sausen wir bei super Wetter und -10° C zurück zum Parkplatz in Gries. Die anderen 6 Zwerge (Markus, Stephan, Matze, Helmut, Freddy und Herbert) hängen-wie zu erwarten war- noch auf der A 8 rum.

Aufstieg zur Winnebachseehütte bei mäßigen Schneeverhältnissen, bei denen wir im unteren Bereich einige Male die Ski schultern mussten. In einem kleinen Talkessel vor dem letzten Steilaufschwung zur Hütte, wird mir endgültig klar, dass wir in König Laurins Reich angekommen sind.

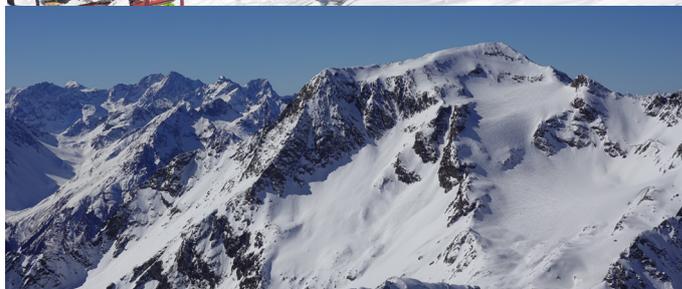
Ich sehe zwei bunte -vermeintliche Skitourengeher-, die anscheinend den Sommerweg zur Hütte einschlagen wollen. Doch dann sind sie einfach weg. Verschwunden! Ein weiteres buntes Männlein kommt von einem Bagger und verschwindet auch in einem kleinen 2x2m kleinen Häuschen. Vom Hüttenwirt erfahren wir später, dass das Häuschen der Einstieg zu einem unterirdischen Stollen ist. Richtig, Zwerge sind ja dafür bekannt, dass sie im Berg nach Schätzen suchen... Bin Ich im falschen Film? Ist Rachel Zegler doch nicht die Hauptdarstellerin?

An der Winnebach angekommen, fragen wir höflich nach den von Markus reservierten Lagern. Der offensichtlich überforderte neue Hüttenwirt erklärt uns, wir sollten gefälligst warten bis die anderen Zwerge kommen, er wolle das Lager ja schließlich nicht 2mal vorzeigen. Die tschechische Hilfskraft ist etwas flexibler und verbringt uns in den superneuen Winteraum. Kurze Zeit später neue Order: Wir sollen in ein 8er Lager (Schneewittchen + 7 Zwerge= 8); die fünf Franken, die schon Quartier bezogen hatten sind stinksauer...

Gegen 15.00 Uhr kommen dann auch die restlichen Zwerge. Der 1. Zwerg Markus gibt Order die geplante Nachmittagstour auf die Riml Spitze unverzüglich anzugehen. Auf Grund großem Gemurre muss er aber doch alleine losziehen, während die Anderen bei isotonischen Getränken den Nachmittag auf der Terrasse und dem neuen Gasträum verbringen.

Sonntag 02. März, Breiter Grießkogel, 3287m

Bei herrlichem Wetter und -6° C, ist unser heutiges Ziel der Breitere Grießkogel. Es hat sich noch Marco mit seinem Sohn eingefunden, sodass unsere Truppe jetzt aus 10 Personen besteht. Nach rund 950 hm erreichen wir alle den Gipfel. Je weiter wir zur Hütte wieder herunterkommen, desto geringer wird die Neuschneeaufgabe, sodass der ein oder andere mit den Steinen in Berührung kommt. Da es noch recht früh am Tag ist, macht ein Teil der Gruppe noch einen Abstecher zur Putzenkarscharte, wo



wir im Nordhang mit einem halben Meter Pulver belohnt werden.

Rosenmontag 03. März, Winnebacher Weißkogel, 3185m

Über das Winnebachjoch erreichen wir alle bei strahlend blauem Himmel das Skidepot unter dem Gipfel. Der weitere Anstieg ist aber nur mit Steigeisen ratsam und so müssen einige auf den Gipfel verzichten.

Der 1. Zwerg (Markus) und ein paar Unentwegte lassen es sich nicht nehmen, vom Winnebachjoch noch zum Westfalenhaus abzufahren. (Koffeinjunkies). Das bedeutet dann einen zusätzlichen Gegenanstieg (500 hm) wieder zurück zum Winnebachjoch!

Faschingsdienstag 04. März

Nach einer sternklaren Nacht ist der tags zuvor aufgefirnte Schnee pickelhart.

Meine Idee, dem abendlichen Verkehrschaos zu entkommen und schon morgens ins Tal abzufahren, sollte sich als Fehler herausstellen: Die Abfahrt auf dem betonharten Schnee ist nicht gerade ein Genuss. Ich bin froh, unseren Herbert und das Schneewittchen wieder heil und gesund nach Gries zurückzubringen; auch ich muss einen gebrochenen Skistecken in Kauf nehmen.

Für die anderen 5 Zwerge war der Bachfallenkopf, 3178m ein gelungener Abschluss

Irgendwie sind dann doch noch alle gesund nach Hause heimgekommen und träumen vielleicht schon jetzt von den nächsten Skitouren. Vielleicht das nächste Mal mit dem Rotkäppchen und den 7 Geißlein?

Text und Fotos: Hardy Knoll

Maximiliansweg

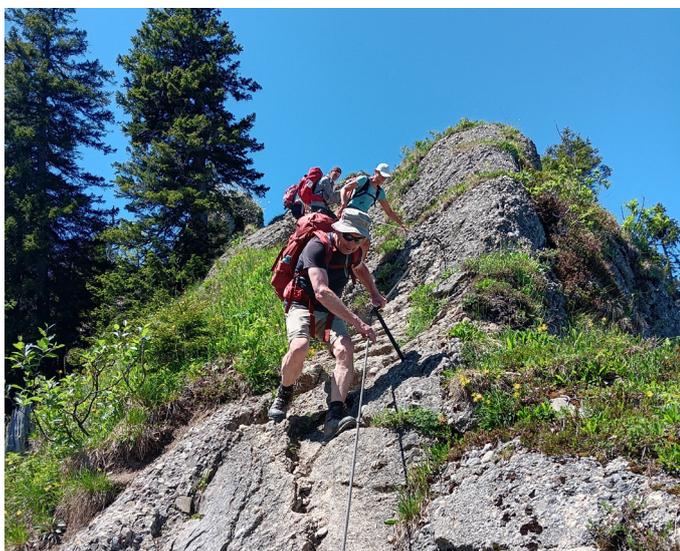
Vom Bodensee zum Königssee – 1. Teil

Es gibt Touren, da verläuft alles nach Plan. Und es gibt Touren, da verläuft vieles anders als geplant. Doch der Reihe nach. Ende Mai starteten wir zu sechst vom Bodensee auf dem Maximiliansweg Richtung Königssee. Die Anreise ganz früh mit der Bahn klappte problemlos! Die Sonne schien, es ging mittags am See entlang und nachmittags an der Bregenzer Ache.



Die Seebühne und eine Rast in der Altstadt von Bregenz sorgten für Abwechslung. Nach einem Tag im Bregenzer Wald mit Tuff-Lehrpfad führt der Weg an Tag 3 und 4 über die Nagelfluhkette. Das bedeutet 1200hm im Aufstieg und ein ausgesetzter Pfad über den Grat.

Der Ausblick ist gigantisch, auf der einen Seite weit ins Alpen-



vorland, immer wieder zurück zum Bodensee. Auf der anderen Seite die Berge der Alpen. So angenehm die Übernachtung im Gasthof im Tal auch ist - am Staufner Haus wurde uns die Einzigartigkeit der Alpenvereinslütten wieder einmal bewusst: An dem Spätnachmittag war die Terrasse durch die nahe Seilbahn voll. Doch das Personal war tiefenentspannt. Die Verpflegung frisch, regional und bio. Und die Lage genial. Ein besonderer Dank geht an Hüttenwirt Jo. Er hat uns als Sektionsgruppe aufgenommen, obwohl die Hütte schon im Januar für das Wochenende komplett ausgebucht war! Es ging weiter über Sonthofen, Unterjoch, Pfronten, Füssen bis zum Schloss Neuschwanstein.



Lauter bekannte Orte liegen auf der Strecke, dazwischen einiges an Höhenmetern. So weit lief alles nach Plan.

Angemeldet waren 8 Personen. Eine erkrankte vorher ernsthaft. Ein anderer musste sich kurzfristig um seine pflegebedürftige Mutter kümmern. Da waren's nur noch 6. Eine sehr erfahrene Weitwanderin hatte neubesohlte Schuhe und nach einer Stunde schlimme Blasen und am zweiten Tag offene FüÙe. Abbruch war die einzige Option. Nach 6 Wandertagen musste einer plötzlich beruflich nach Hause. Da nach 6 Tagen zwei weitere Teilnehmer von vornherein aussteigen wollten und ein anderer wegen Krankheit nicht anreisen konnte, waren wir noch zu zweit.



So endete die Tour nach einem Hagelgewitter am Abend im Hotel unter Schloss Neuschwanstein und einer morgendlichen Tour, noch vor dem Frühstück, zur Marienbrücke und zum Schloss in Hohenschwangau – und nicht erst in Lenggries. Die schlechte Wettervorhersage für die nächsten Tage hat die Entscheidung erleichtert. Vielleicht sind 12 Wandertage für viele auch zu viel? Eine ernsthafte Frage. Es war eine erlebnisreiche Tour mit einer freundlichen Gruppe!

Text und Fotos: Burkard Zill

Schwerdtfeger

Kompetenz-Zentrum



Ihr kompetenter Partner für:

- Orthopädieschuhtechnik und moderne Einlagenversorgung
- Bandagen, Orthesen und Kompressionsversorgung
- Praxis für Podologie



**Mit sensomotorischen Sporeinlagen ...
länger durchhalten - besser wandern, klettern,
bergsteigen, mountainbiken oder skifahren!**

Landstuhl · Telefon 0 63 71/9 46 35 54
Bahnstr. 22 · 66849 Landstuhl

Kaiserslautern · Telefon 06 31/6 45 53
Richard-Wagner-Str. 3 · 67655 Kaiserslautern



Grünstadt · Telefon 0 63 59/80 88 45-0
Asselheimer Str. 15 · 67269 Grünstadt

Ludwigshafen · Telefon 06 21/57 46 78
Leiningen Straße 49 · 67067 LU-Gartenstadt

... einfach mal reinklicken: www.schwerdtfeger-orthopaedie.de

Rätikon Höhenweg

Grenzgang zwischen Prättigau und Rätikon

Tag 1 - Abenteuer Bahn

Abfahrt um 6:20 in Kaiserslautern Bahnhof. 3 Mitwanderer sitzen schon im Zug, 4 steigen zu. Wir werden von einem netten Zugbegleiter in einem Zug der ÖBB empfangen. Die Tour beginnt gleich richtig. In Neustadt steigt der letzte Teilnehmer zu, wir sind vollständig. Alles läuft nach Plan. Dachten wir...

Ab Esslingen beginnt unser Abenteuer. In Plochingen ist dann erst einmal Ende. Der Zug wird nach Stuttgart zurückgesetzt und endet dort. Wie weiterkommen? Nach kurzer Beratschlagung ab in den nächsten, überfüllten ICE nach Ulm. Wir ergattern einen Platz im Kinderabteil.

Die restliche Fahrt klappt problemlos. Mit 2,5 Stunden Verspätung erreichen wir das Montafon. Es ist brütend heiß, Gewitter sind angesagt und es ist schon nach 14 Uhr. Zur Hütte laufen oder das Hüttentaxi nehmen? 7 Laufen, einer nimmt das Taxi.

Am Anfang geht es in der Hitze über eine Fahrstraße unschön hoch. Mit jedem Meter wird der Weg interessanter und die Hitze erträglicher. Rechtzeitig zum Abendessen erreichen wir trocken die Hütte. Der Wettergott war uns wohlgesonnen.

Wir teilen uns die Hütte mit ca. 50 Teenagern auf Klassenfahrt. Das Essen ist lecker, die Zimmer in Ordnung. Nur die Kuhglocken sind noch spät am Abend und schon früh am Morgen zu hören.



Tag 2 – der „Frühstückstag“

Nach einer erstaunlich ruhigen Nacht starten wir nach dem Frühstück bei bestem Wetter unsere Tour zur Totalphütte. Alle sind fit und die Stimmung ist bestens. Von der Hütte aus geht es erst einmal über den Kamm hoch zum Lünser See. Am See angekommen, nehmen wir unser zweites Frühstück zu uns. Gefühlt nur ein paar Meter weiter ruft das dritte Frühstück. Eine wunderschön gelegene Alm hat ihre Stalltür zur Darbietung leckerer Speisen und Getränke geöffnet. Da kann man doch nicht weitergehen. Bei selbstgemachtem Heidelbeerjoghurt und leckerem Kaffee hat der ein oder andere neue Freundschaften geschlossen, siehe Bild. Um etliche Kilo schwerer machen wir uns auf zum Anstieg zur Totalphütte.

Der Lünser See unter uns wird schnell kleiner und schon bald taucht unser heutiges Ziel auf. Schon am frühen Nachmittag

erreichen wir die Hütte. Zu spät zum vierten Frühstück, aber viel zu früh zum Abendessen. Wir genießen den sonnigen Nachmittag und verdauen die vielen Mahlzeiten.

Am Abend gewittert und regnet es noch ein bisschen, tolle Stimmungen lassen sich einfangen.

Obwohl wir uns die Betten wieder mit einer Schulklasse teilen, ist auch diese Nacht erstaunlich ruhig.



Tag 3 – das Gewitter

Bei noch bestem Wetter machen wir uns auf zum höchsten Punkt der diesjährigen Tour, die Schesaplana. Schnell verschwindet die Totalalplhütte hinter uns und wir gewinnen an Höhe. Beim Aufstieg werden wir mit fantastischen Ausblicken auf die umliegenden Berge und den Lüner See mit seinem tiefblauen Wasser weit unter uns belohnt. Das letzte Stück zum Gipfel ist etwas ausgesetzt, was aber überhaupt kein Problem darstellt. Recht schnell ist der Gipfel erreicht. Leider versteckt sich die herrliche Aussicht in Wolken und Nebel. Nach kurzer Rast und kleiner Fotopause machen wir uns an den Abstieg.

Das Wetter ist wieder super, der Tag noch jung, also beschließen wir einen Abstecher zur Mannheimer Hütte zu machen. Der Weg führt uns über einen wunderschönen Grat, auf der einen Seite Blick auf die Reste des Brandner Gletschers, auf der anderen Seite Blick in die Schweiz.

Die Hütte im Blick, wundern wir uns, dass alles verlassen und unbewohnt aussieht. Nach kurzem Check im Internet, müssen wir feststellen, dass wir uns zu früh auf ein kühles Getränk gefreut haben, die Hütte öffnet erst am kommenden Samstag. Nach einer kurzen Pause an den Schafsköpfen treten wir den Rückweg zu unserem heutigen Ziel, der Schesaplana Hütte, an. Leider hat es sich mittlerweile komplett zugezogen und das Alpenpanorama lässt sich nur noch erahnen.

Ganz unerwartet öffnet der Himmel seine Schleusen und es regnet, was es kann. Aber noch nicht genug, Blitz, Donner und Hagel kommen dazu. Bei jedem Blitz kauern wir am Boden, werden pitschnass und frieren. Immer wieder setzen wir den Weg fort, um beim nächsten Blitz zusammengekauert am Boden zu verharren. Zum Glück ist der Spuk bald vorüber, und wir sind, außer der Nässe, von weiteren Schäden verschont geblieben.

Der Abstieg über den Schweizer Weg zur Schesaplana Hütte hat es dann nochmals in sich. Im Regen und nass geht es über einen recht ausgesetzten Pfad mit ein paar leichten Kletterstellen nach unten. Die Hoffnung, dass der Weg auf dem letzten Stück über die Wiesen und Almen leichter wird, erfüllt sich nicht. Der Boden, aufgeweicht vom Regen, ist total glitschig.

Außer dreckigen Hosen und Bergstiefeln ist zum Glück nichts weiter passiert.

Erschöpft, aber alle gesund, erreichen wir die Schesaplana Hütte in der Schweiz. Als wenn nichts gewesen wären, scheint die Sonne und wir haben schönsten Wetter mit einem großartigen Panorama.

An Freundlichkeit und Herzlichkeit ist das Hüttenteam nicht zu übertreffen. Auch das Abendessen bei Sonnenschein auf der Terrasse ist klasse.

Ein Tag, den keiner von uns so schnell vergisst.

Die Nacht verbringen wir recht ruhig im urigen Schlafsaal, nur das Prasseln des Regens auf dem Dach ist am frühen Morgen zu hören. So stellt man sich eine Berghütte vor.

Tag 4 – die Alm

Am Morgen regnet es immer noch. Wir schlafen etwas länger und frühstücken gemütlich. Aber der Regen will nicht aufhören, also geht es bei leichtem Regen los. Wir wandern durch die Schweiz, sind überrascht von den vielen Alpensalamandern, den schönen Bergwiesen mit all ihren Blumen und genießen die Landschaft. Das Wetter wird besser, der Regen hört bald auf und die Sonne lacht.

Auf einem wunderschönen Weg geht es über das Schweizer Tor wieder zurück nach Österreich, zur Lindauer Hütte. Kurz vor der Hütte lädt die Obere Spora Alpe zur Einkehr ein. Bei Kuchen und Getränk schauen wir zu, wie die Kühe zum Melken in den Stall getrieben werden.

Frisch gestärkt sind die letzten 300 Meter bis zur Lindauer Hütte kein Problem mehr. Die Hütte liegt eingebettet in der Kulisse von Drusenfluh, Drei Türme und Sulzfluh. Aber was für ein Kontrast zur gestrigen Hütte. Die Lindauer Hütte ist mehr Berghotel als Berghütte. Unser Zimmer ist schon fast luxuriös eingerichtet und absolut kein Vergleich zu gestern.

Da uns die Hütte zu sehr Massentourismus ist, beschließen wir den Abend auf der Spora Alp ausklingen zu lassen und gönnen uns noch eine leckere Brotzeitjause, ein kühles Bier und eine sehr leckere selbstgemachte Arznei.





Tag 5 – nochmal Schweiz und zurück

Nachdem es uns an der Alp so gut gefallen hat, beschließen wir kurzerhand auf das Frühstück in der Hütte zu verzichten und entscheiden uns für Speck- und Käsebröte auf der Alp. Das war eine gute Entscheidung. Wir werden köstlich bedient und der Kaffee war hervorragend. Obendrauf bekommen wir noch eine kleine Führung durch die Sennerei.

Nach einem leckeren Frühstück geht es frisch gestärkt auf die Tour. Hoch zum Drusentor. Leider zieht es sich zu und wir laufen mal wieder im Nebel. Aber es bleibt trocken. Am Drusentor vorbei geht es zur Carschinahütte. Die wäre eigentlich unser Ziel für heute gewesen, ist aber wegen Renovierung und Umbau diesen Sommer geschlossen. Die Hütte liegt wunderschön auf einem Balkon vor den Südabstürzen der Drusenfluh, die 600 Meter hohen Wände sind ein Eldorado für Kletterer.

Die Sonne kommt endlich raus und wir haben einen wunderschönen Tag, wandern weiter über blühende Almwiesen nach Partnun. Im Berggasthaus Sulzfluh lassen wir uns mit frisch gebackenem Marillenkuchen und einem kühlen Getränk verwöhnen und treten gestärkt den Weg zur Tilisuna Hütte an.

Wir teilen uns auf. Eine Hälfte wählt den direkten Weg, der andere Teil nimmt den Weg über ein wunderschönes und einsames Hochplateau. Am Anfang geht es recht steil hoch bei brütender Hitze – die Sonne brennt unbarmherzig vom Himmel. Dafür werden wir auf dem Hochplateau für all die Mühen entschädigt. Einsam wandern wir über Blumenwiesen Richtung Tilisuna Hütte. Pünktlich zum Abendessen erreichen wir nach einem langen Tag unser Ziel. Der Rest der Gruppe ist schon da und hat das Zimmer in Empfang genommen. Wir lassen den letzten Abend gemütlich ausklingen.

In der Nacht regnet es mal wieder. Aber das stört uns wenig, wir liegen im Trockenen.

Tag 6 – der Abstieg

Da gegen Mittag wieder Gewitter gemeldet sind, machen wir uns frühzeitig und traurig auf den Weg. Wir müssen wieder nachhause. Nach den Erlebnissen an der Schesaplana möchte keiner mehr in ein Gewitter kommen, schon gar nicht am letzten Tag. Der Weg führt uns vorbei am schön gelegenen Tilisuna See, am Tobelsee zur Alpe Alpila.

Mit den guten Alperfahrern im Rucksack, legen wir eine Rast ein. Die zwei 7- und 10-jährigen Buben der Wirtsleute verbringen die Sommerferien heroben und belustigen uns mit ihrer Geschäftstüchtigkeit sehr. Mal wieder können wir den kulinarischen Verlockungen nicht widerstehen und füllen unseren Proviant mit selbstgemachten Stullen, Bergkäse und Kaminwürsten auf.

Nach kurzer Zeit erreichen wir den Endpunkt der diesjährigen Tour, Latschau. Ein aufziehendes Gewitter beendet recht schnell die Diskussion, ob wir noch bis ins Tal nach Schruns absteigen oder in den Postbus einsteigen.

Also ab in den Bus und mit ihm nach Schruns. Die Wartezeit verüßen wir uns mit einem leckeren Eis. Das haben wir uns verdient nach der tollen Tour. Schön war es.

Die Rückfahrt mit der Bahn verläuft fast problemlos. Kaiserlautern kommt langsam näher. Das ultimative Ende der Tour.

Wir, Maria, Stefan, Christel, Karina, Maria, Holger, Max und Gisela, hatten eine tolle Zeit und schöne Wanderwoche, deren Eindrücke und Erinnerungen noch lange erhalten bleiben.

Text und Fotos: Maria Endres



BERGSTEIGEN IN FELS UND EIS AN DER WEISSMIES

Erholungstour im Wallis

ANREISE

Endlich ist es so weit. Nachdem Bergstiefel unter Schmerzen eingelaufen, alle möglichen Outdoorläden mehrfach durchsucht und abgeklappert und die persönliche Fitness im Pfälzer Wald auf die Probe gestellt wurden, kann es losgehen. Den Trainer aber nicht vergessen! Marco (der Trainer) wurde von Julian und Lena aus der Schule gerettet, warf alles Nötige und Unnötige ins Auto – und dann hieß es: Abfahrt Richtung Saas Grund in der Schweiz.

An der Schweizer Grenze angelangt: Vignette kaufen und cool bleiben, um eine Durchsuchung zu vermeiden. Diese wäre ohnehin nicht möglich gewesen, da der Autoinhalt einer Mischung aus Expeditionslager, Wühltisch und rollender Rumpelkammer gleich – ein geordnetes Chaos, das selbst erfahrene Zollbeamte an ihre Grenzen gebracht hätte.

Ein erstes Highlight folgte wenig später: der Lötschberg. Statt die Berge mühsam zu umfahren, rollt das Auto ganz nonchalant auf den Zug. „Autoverlad“ heißt dieses Wunderding – eine praktische Abkürzung mitten durch den Berg, mit Panoramaausblick ins Wallis beim Ausfahren.

In Saas Grund, an der Talstation, begann der eigentliche Ernst – oder besser: das große Packchaos. Die Rucksäcke mussten für die bevorstehende Woche auf der Weissmieshütte sowohl für Felskletterei als auch Hochtour gepackt werden. Alles war irgendwo, und irgendwo war irgendwas. Hier gilt: möglichst die zehn Gegenstände aus dem Auto fischen, die tatsächlich gebraucht werden. Eventuelle optische Auswahlkriterien für das perfekte Gipfeloutfit müssen hintenangestellt werden.

„Marco, was soll ich einpacken?“ – „Julian, hast du...?“ – „Lena, wo ist...?“ – „Wer hat noch Platz im Rucksack?“

Nach intensiver Suche und einem Kompromiss zwischen Platz und Notwendigkeit ergab sich das Endergebnis: drei prall gefüllte Riesenrucksäcke mit schweren Bergschuhen, Steigeisen, Pickel, Seilen, Eisschrauben, Kletterausrüstung – und natürlich der Kleidung, für die nicht mehr viel Platz war. Tipp zum Platzsparen: Eine Unterhose kann täglich gewendet werden.

Mit der Seilbahn ging es von 1.600 m auf 2.400 m zum Kreuzboden. Von der Bergstation führte ein gemütlicher Aufstieg von einer Stunde zur Weissmieshütte auf 2.726 m. Mit dem Panoramablick auf 18 Viertausender ist sie eine der am schönsten gelegenen Berghütten im Wallis. Sie ist der Ausgangspunkt für die Viertausender Weissmies und Lagginhorn, den Beinahe-Viertausender Fletschhorn, die Sportkletterrouten in der Jegihorn-Südwand, den höchstgelegenen Klettersteig der Alpen, den Gsporner Höhenweg sowie zahlreiche Ski- und Snowboard-Touren.

Dort angekommen, erwarteten uns Kirsten und Claus – bestens akklimatisiert, entspannt und mit Bier in der Hand. Die Prioritäten innerhalb der jetzt vollzähligen Gruppe waren damit offiziell geklärt: erst mal ankommen, tief durchatmen, ein kühles Hopfenmisch-Getränk genießen.

Für den Nachmittag stand eine kleine Übungsrunde auf dem Plan: Spaltensturz und Selbststrettung wurden an einem Felsen nahe der Hütte durchgespielt.

Während wir noch 200 Meter entfernt an Seilen herumturnten, gerieten wir in Konflikt mit der sprichwörtlichen Schweizer Pünktlichkeit. Abendessen gibt es um 18 Uhr und nicht um 18:05. Also piff uns der Hüttenwirt freundlich, aber bestimmt in die Stube.

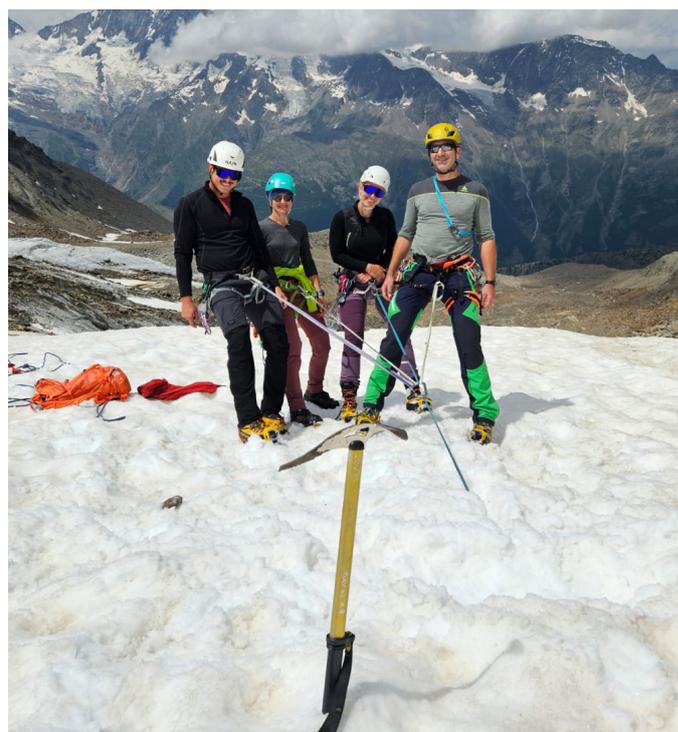
So wurde der Tag mit dem ersten Sonnenuntergang hinter den umliegenden Berggipfeln ausklingen gelassen.

Eingehetour am Triftgletscher

Nach reichhaltigem Frühstück mit frischgebackenem Brot wurde für unsere Eingehetour am Fuße des Weissmies - genauer am Triftgletscher - gepackt und losgestieft.

Für die meisten hieß es zum ersten Mal: Steigeisen anlegen, Pickel zücken und in eine Gletscherseilschaft einbinden. Zuerst über angenehmes Gelände – dann steiler, noch steiler und ganz steil trainierten wir das Gehen auf Steigeisen und den Einsatz des Pickels.

Außerdem standen technische Übungen auf dem Programm: Eisschrauben setzen, Standplatzbau im Eis und den „toten Mann“ vergraben. Letzterer – ein im Schnee vergrabener Pickel als Sicherung – wurde von uns mit vollem Körpereinsatz getestet. Alle Konstruktionen hielten dem Gruppengewicht stand, was allerdings bedeutete, dass das anschließende Ausbuddeln zu einer eigenen Disziplin wurde.



Toter Mann im Härtetest

Nach diesem intensiven Training fühlten wir uns bestens für die bevorstehende Weissmies-Besteigung gewappnet und hatten uns eine Pause verdient.

Nach einer Stärkung an der Hütte erkundeten wir den Zustieg und Einstieg zu den Mehrseillängen am Jegihorn – denn Vorsorge ist besser als Nachsicht.

Abends – diesmal pünktlich – saßen wir bei konserviertem, aber durchaus leckerem Essen zusammen und gingen die Einzelheiten für die bevorstehende Tour auf das Weissmies durch. Andächtige Stille herrschte bei der seelischen und moralischen Vorbereitung. Ähnlich wie am ersten Schultag wurden Kleidung und Ausrüstung sorgfältig bereitgelegt. Schließlich sollte morgen niemand die „Hausaufgaben“ vergessen.

Weissmies-Besteigung

Der Tag begann im Morgengrauen. 4:30 Uhr Frühstück, Schweizer Marschtee in die Thermoskannen und kurz nach fünf Abmarsch. Wieder ging es zunächst zum Triftgletscher. 600 Höhenmeter, 3,7 Kilometer, zwei Stunden. Dort banden wir uns in die Seilschaft ein, Reihenfolge: Marco, Julian, Kirsten, Lena, Claus.

Diszipliniert schritten wir über den zerklüfteten Gletscher. Die Steigung war zunächst moderat, fast gemütlich, bis wir an die Schlüsselstelle gelangten: eine steile Flanke, die beim späteren Abstieg noch für Gesprächsstoff sorgen sollte. Mit ruhiger Konzentration und fester Tritttechnik meisterten alle den Abschnitt souverän. Mit steigender Höhe wurde das Ausmaß der Tour ersichtlich. Erste Erschöpfungsanzeichen machten sich bemerkbar. Hier versprach Trainer (und Gaukler) Marco erstmalig eine Pause am Frühstückstisch, der sich nach jeder Serpentine allerdings mysteriös in die nächste verlegte. Die Steigung und die Höhe wurden zunehmend anstrengender, der Schnee war noch fest und gut begehbar. Die Gletscherspalten waren somit gut zu überwinden.

Endlich, gegen 9:30 Uhr, war der Frühstückstisch erreicht, an dem wir kurz rasteten.

Anschließend traten wir die letzten steilen und eisigen Meter zum Gipfel an. Um 10:30 Uhr standen wir auf 4.013 m: der Weissmies-Gipfel. Stolz, Erleichterung und sogar Tränen – ein unvergesslicher Moment.



An dieser Stelle gingen unsere Gedanken auch an unseren Freund Marcus, der kurz vor der Tour leider ausgefallen war. Wir haben oft an dich gedacht.

Beim Abstieg wurde der Schnee aufgrund der Sonneneinstrahlung zunehmend sulzig und rutschig. Während es beim Aufstieg noch eisig und windig war, war es beim Abstieg sehr heiß. Die Gletscherspalten wurden größer, und Brücken, die beim Aufstieg noch stabil waren, brachen ein. Manchmal half nur noch ein beherzter Sprung, wobei die gesamte Seilschaft aufeinander Acht gab.

Wir erreichten die bereits erwähnte steile Schlüsselstelle. Um exakt 12:03 Uhr verlor ein angehender Schweizer Bergführer hinter uns die Nerven, weil wir schweißgebadet die Sonnenbrille der Kategorie 4 säubern mussten.

Wir ließen die Gruppe passieren und meisterten anschließend auch diese Stelle mit klarer Sicht. Nach einem langen, kräfte-raubenden Abstieg erreichten wir die Hütte. Ohne Stürze, ohne Fädler an den Steigeisen – aber mit sehr unterschiedlichen Restenergien: Julian und Lena völlig platt, Marco und Claus erschöpft, und Kirsten fühlte sich gut aufgewärmt. Für die, die es lieber in Zahlen formulieren: 12 Kilometer, 1.320 Höhenmeter, 8 Stunden und 27 Minuten – inklusive „Pause“.



Ausmaß der Erschöpfung

Nach einem heißen Teller Suppe und dem wohlverdienten Abendessen fiel die gesamte Seilschaft in ihre Betten. Das Weissmies hatte uns Einiges abverlangt – und uns mit einem Gipfelerlebnis belohnt, das keiner von uns je vergessen wird.

Erholungstag

Nach der Anstrengung der Gipfeltour war ein Erholungstag angesagt. Frühstück gab es spät, ganz nach individuellem Bedarf. Gemeinsam wanderten wir zunächst Richtung Lagginhorn. Doch als das Gelände zunehmend verblockter und eisiger wurde, kehrten wir zur Hütte zurück – klug ist, wer seine Kräfte kennt. Der Rückzug erfolgte rechtzeitig, und das Mittagessen mit Rösti für gefühlte 1.000 Franken schmeckte umso besser. Da Erholung unterschiedlich definiert werden kann, teilte sich die Gruppe auf und jeder konnte seiner eigenen Vorstellung von idealer Erholung nachgehen. Claus nutzte die Gelegenheit für eine Solo-Tour auf den Normalweg des Jegihorns. Julian und Lena zogen es entspannter vor: ein Spaziergang Richtung Kreuzboden auf dem „Wellness- und Yogaweg“. Marco und Kirsten wagten sich an die ersten Seillängen der Route „Alpendurst“ am Jegihorn – bei Kälte, Wind und kleinen Schauern.

Die Rückkehr der beiden verzögerte sich etwas, da es zu einem nicht ganz selbst verschuldeten „Seilhänger“ kam. Am Abend traf sich die Gruppe wieder auf der Hütte, tauschte Berichte aus und plante den nächsten Tag: Kletterei am Jegihorn.

Auch Körperpflege will auf Hochtour gelernt sein. Auf der Weissmieshütte bedeutet tägliches Waschen: arschkaltes Gletscherwasser, direkt aus der Leitung – ein Erlebnis zwischen Mutprobe und Kreislauftraining.

Für die Hartgesottene gab es jedoch eine noch exklusivere Alternative: einen Gletscherbach unterhalb der Hütte, der sich durch ein steiles Geröllfeld schlängelt.

Dort haben wir uns unsere eigene Wellnesszone geschaffen – mit großen, vorgefundene Steinplatten, die wir kunstvoll als Fliesen verlegt haben. So entstand die wahrscheinlich höchstgelegene Freiluftdusche des Wallis: eiskalt, wunderschön und garantiert mit Panorama. Auf Anfrage verraten wir gerne den genauen Standort.

Kletterroute Panorama am Jegihorn

Frühstück um 7:30 Uhr, 30 Minuten Zustieg zur Südwand des Jegihorns. Geplant war die Route „Alpendurst“, doch die war bereits besetzt – viel Betrieb und wenig Aussicht auf Ruhe. Also spontanes Umentscheiden: „Panorama“. Eine Entscheidung, die sich als goldrichtig herausstellte. Die „Panorama“ bietet zehn abwechslungsreiche Seillängen an bestem Felsen im 5. Schwierigkeitsgrad und ist etwas schwieriger als der Klassiker „Alpendurst“.

Die Absicherung wurde im Kletterführer als normal beschrieben. In einer Dreier- und einer Zweierseilschaft arbeiteten wir uns nach oben. In der ein oder anderen Schlüsselstelle mussten wir jedoch feststellen, dass vom Bohrhaken nur noch die Ankerschraube zu sehen war und der eigentliche Haken abgenommen wurde. Wir vermuteten, dass dies vorsätzlich durch Bergführer geschah, da in der „Panorama“ außer uns nur zwei Seilschaften mit Bergführern unterwegs waren.

Chapeau an die Vorsteiger, die die Nerven behielten.



Am Gipfel des Jegihorn steht ein besonders schönes Gipfelkreuz. Bequeme Steinansammlungen und perfekte Aussicht auf die dahinterliegende Bergkette inklusive Eiger laden zum Verweilen ein.

Der Abstieg erfolgte über den Normalweg. Während uns der Abstieg nochmal Einiges abverlangte, wird er im Infomaterial der Weissmieshütte als einfacher Dreitausender für fitte Schweizer Kids bezeichnet.

Zurück auf der Hütte gab es die wohlverdiente Bierpause und Kaffee mit Kuchen. Abends planten wir für den nächsten Tag erneut einen Ausflug zum Gipfel des Jegihorn – diesmal über den höchsten Klettersteig der Alpen.

Klettersteig am Jegihorn

Der sechste Tag begann gemütlich mit spätem Frühstück. Gegen 10 Uhr erreichten wir den Einstieg zum Klettersteig. Der Klettersteig war überwiegend einfach, bis man entlang einer Gratkante zu einer überhängenden Verschneidung gelangt. Anschließend erreicht man das eigentliche Highlight, die sogenannte „Zitterpartie“, eine lange, wackelige Seilbrücke. Experten-Tipp von Claus an kurzsichtige Kontaktlinsenträger: Nur eine Linse einsetzen, Petzauge, dann sieht es auch gar nicht so hoch aus.

An der Schlüsselstelle (als C/D bewertet) mussten wir doch schmunzeln, wie diese entschärft worden ist. Es wurden nämlich sowohl Steinbrocken als auch künstliche Klettergriffe in die steile Schlussverschneidung gespaxt. Erneut Aufbruch in aller Frühe standen wir auf dem Gipfel und genossen den grandiosen Blick auf die umliegenden Gletscherriesen wie Allanhorn, Dom oder das bereits erklommene Weissmies. Am Abend versuchte Marco, uns das Lagginhorn schmackhaft zu machen. In diversen Beschreibungen wird es als „geschenkter und gletscherfreier 4000er“ bezeichnet, „nur ein Katzensprung entfernt“. Doch Begeisterung ließ sich nicht bei allen entfachen, da die Kraftreserven bereits ziemlich aufgebraucht waren.



Bonus-Gipfel und Abschied

Marco und Kirsten brachen in der Dunkelheit auf und erreichten noch vor 9 Uhr den Gipfel des Lagginhorns.

Claus, Julian und Lena hingegen genossen ein spätes Frühstück und eine gemütliche Wanderung auf dem „Weg der 18 4000er“.

Am super eingerichteten Klettergarten unweit der Weissmieshütte ließen wir alle gemeinsam die Woche in Touren mit patenten Namen wie „Blümlü“ oder „Räga Räga Tröpfli“ ausklingen.

Nun waren bei allen die Kraftreserven aufgebraucht, und das Abenteuerkonto bestens gefüllt. Oder, wie man bei uns sagt: „Die Määd un die Buwe han genuch gespielt.“

Nach einer Woche hatte uns der Hüttenwirt ins Herz geschlossen und verabschiedete uns deshalb persönlich. Bei



erlesenen Spirituosen saßen wir noch lange zusammen und erzählten Geschichten über Berge, Menschen und das Glück, gemeinsam dort oben gewesen zu sein.

Fazit

Nach einer Woche in Fels und Eis bleibt nicht nur Muskelkater zurück, sondern vor allem Erinnerungen an grandiose Gipfelmomente, gemeinsames Lachen und eine Portion Demut vor der Natur.

Ob in Steigeisen, am Fels oder beim Abendbier – am Ende zählte nicht die Zahl der erklommenen Höhenmeter, sondern das Miteinander, das jeden Meter leichter machte.

Und so steht fest: Wer einmal die Weissmieshütte mit dieser Truppe erlebt hat, weiß, dass selbst die steilste Flanke mit Humor und Teamgeist zu meistern ist – und dass eine Unterhose, richtig eingesetzt, sieben Tage halten kann.

Text und Fotos: Julian Schmitt und Lena Stahl





Finanzpartner zu sein ist für uns eine Herzenssache.

Wir sind mehr als nur eine Bank. Als Sparkasse Kaiserslautern sind wir Ihr verlässlicher Partner für faire Finanzdienstleistungen – vor Ort und digital.

Dabei geht es uns darum, Menschen dabei zu helfen, ihre Träume zu verwirklichen und wirtschaftlich teilzuhaben. Denn wir handeln aus Überzeugung – für Sie und unsere Region.

Mehr unter: www.sparkasse-kl.de



Sparkasse
Kaiserslautern

Bergsteigen in der Bernina

Im Festsaal der Alpen

Vom 9. bis zum 13. Juli 2025 stand die Bernina im Fokus der von Emil geplanten Gemeinschaftstour. Il Chapütschin und Piz Morteratsch sollten bestiegen werden. Im Grunde könnte der Bericht ganz kurz ausfallen: tolle Tour bei herrlichem Wetter in guter Gesellschaft mit fantastischen Ausblicken in und auf die schneebedeckte Bergwelt der Bernina – in den Festsaal der Alpen. Jetzt sollten mindestens 20 tolle Bilder folgen und gut ist. Dem geneigten Leser und Bergfreund wäre das dann doch wohl etwas dürftig und es fehlen die Inhalte, um die Touren selbst angehen zu können. Deshalb der Reihe nach. Wie immer war ein zeitiger Start (bei mir um 4 Uhr) notwendig, damit wir uns um 11.30 Uhr in Pontresina auf dem „Mehrtagesparkplatz“ in der Nähe des Bahnhofs treffen konnten. Natürlich haben wir die beiden PKW vorbildmäßig als Gemeinschaftsfahrzeuge genutzt. Einzig Karina kam wegen ihrer vorgelagerten Aktivität in der Schweiz allein angereist. Pünktlich um kurz nach 11 Uhr standen wir alle Neune (Birgit, Emil, Karina, Herbert, Michael, Horst, Marten, Leo und ich) vor den Autos und zogen uns um – raus aus den zivilen Klamotten und rein ins Bergsteigeroutfit. Noch ein letzter Materialcheck und die Seile den beiden athletischen Jungs (Leo und Marten) in Obhut gegeben. Aus der Erfahrung des Vorjahres gelernt, hatten wir uns für den Aufstieg durch das Val Roseg zum Hotel Roseg den Pferdeomnibus gebucht.



So haben wir die ersten acht Kilometer, bei gut 300 Höhenmetern, bequem in der Kutsche bewältigt und konnten sozusagen frisch an den eigentlichen Hüttenzustieg gehen. Zur Chamanna da Coaz waren es ca. dreieinhalb Stunden. Die gut 600 Höhenmeter zogen sich kräftig in die Länge. Jedenfalls waren wir zeitig vor dem Abendessen an Ort und Stelle und konnten unser gemeinsames Lager beziehen. Die konkreten Planungen für den Il Chapütschin konnten beginnen. Da nur gut 700 HM vor uns lagen, ließen wir es am nächsten Tag mäßig früh angehen. Geplant war der Anstieg über den Nordgrat zum Gipfel. Zunächst gewinnen wir auf einer Moräne schnell an Höhe, um

dann in ein vom Gletscherschliff geprägtes, eher wegloses Gelände zu gelangen. Die Steinmännchen, nicht immer eindeutig den Weg vorgebend, bringen uns dann doch zum Gletschereinstieg.

Der Rückweg war übrigens nicht eindeutiger. Die kurze, dafür eindeutige Gletscherpassage bringt uns an den Einstieg zum Nordgrat. Hier wird der Gletscherschwund deutlich und erschwert den Übergang in den Fels. Da nicht alle der anfordernden Kletterei zugeneigt waren, war der Alternativanstieg über die breite Südflanke angesagt. Zunächst auf dem Gletscher, unterhalb am Gipfel vorbei, zu der eisfreien großformatigen Schotterflanke. Der mühsame Aufstieg wurde durch den fantastischen Ausblick belohnt. Den Gipfel ziert übrigens ein überdimensional großer Steinmann, kein Kreuz.



Trotz des sehr sonnigen Wetters war der kräftige Wind am Gipfel unangenehm. Deshalb war nur eine kurze Rast mit der notwendigen „Bilderpause“ angesagt. Der Abstieg erfolgte auf der gleichen Route, wobei in dem schon beschriebenen Gletscherschliffgelände viele Wege nach unten führen. Die teilweise sehr glatten und mit feinem Geröll gespickten Passagen erforderten die volle Aufmerksamkeit. Alle sind wieder gut zur Hütte zurückgekommen, und einem schönen Abend stand nichts mehr im Wege.

Der nächste Tag stand im Zeichen des „Hüttenwechsels“. Zurück zum Hotel Roseg war Teil 1 dieses Unternehmens. Eile war nicht geboten. Zur Mittagszeit erreichen wir das Hotel Roseg. Die Terrasse verführt oder verlangt sogar nach einer erfrischenden Rast. Dem konnten wir uns auch nicht entziehen. Gestärkt traten wir den Anstieg zur auf knapp 2.600 m hoch gelegenen Chamanna da Tschierva an. Der überschaubare Anstieg ging über das erste „Nachmittagsradler“ auf der Hütte in den geselligen Abend über. Am nächsten Tag stand mit dem Piz Morteratsch (3.751 m) ein anspruchsvolles Unternehmen auf dem Plan. Alle waren eingestimmt und gingen früh zu Bett. Früh-

stück war für 5 Uhr angesagt. Wecken eine halbe Stunde früher. Pünktlich um 5.30 Uhr standen alle vor der Hütte, zum Abmarsch bereit. Recht schnell geht es in steiles Gelände hinein. Das ein oder andere Mal muss man auch die Hände zu Hilfe nehmen. Nach eineinhalb Stunden erreichten wir die Zunge des Vadrettin da Tschierva. Das Aufrüsten mit Steigeisen und Anseilen erfordert etwas Zeit, ehe es auf dem mäßig ansteigenden Gletscher in großem Bogen zu einer ersten Steilpassage geht. Die Steilstelle mit dem anschließenden Grataufstieg gingen wir seilfrei.



Zu besseren „Gletscherzeiten“ führte dieser Gletschergrat wohl bis zum Gipfel und wurde als Normalweg begangen. Heute endet das Eis an einem Felsgrat, der Kletterei erfordert. Die Alternative, für die wir uns entschieden, bedeutete, weiter den Gletscher zu queren, um schließlich über eine steile Eisflanke den Gipfel zu erreichen. Bei perfektem Wetter standen wir nun da und waren von dem An- und Ausblick geflasht.

Vor uns der Festsaal der Alpen: Piz Roseg, Piz Scerscen, Biancograt, Piz Bernina, Bellavista und der dreigipfelige Piz Palü. Einfach nur purer Genuss!



Eine ausgiebige Gipfelrast war unumgänglich. Und jede Menge Bilder wurden geschossen.

Beim Abstieg, auf der gleichen Route, ließen wir uns Zeit und hingen in Gedanken diesen wunderbaren Eindrücken nach. Der in den tieferen Lagen schon etwas aufgeweichte Gletscherschnee konnte dieses Erlebnis nicht mehr trüben. Ansonsten waren die Tourenverhältnisse nahezu perfekt. Auf dieses schöne Bergerlebnis konnte nur ein ausgelassener Abend folgen. Und natürlich war der Abend prädestiniert für allerhand Weisheiten unserer bekannten „Philosophen“ in der Gruppe. Hier eine zur Kostprobe, um das Niveau einschätzen zu können: „Wer lange eben geht, macht keine Höhenmeter.“ So meine Erinnerung, vielleicht war es auch nur so ähnlich.

In der Nacht schlug das Wetter um und so mussten wir leider bei Regen den Abstieg von der Tschierva Hütte antreten. Auf den Pferdeomnibus durch das Val Roseg mussten wir in der Frühe leider verzichten. Mit wundervollen Eindrücken ging es über den Albulapass zurück in die Heimat, wo alle wohlbehalten ankamen, mit Ideen für die nächste Bergfahrt im Kopf. Danke, Emil!

Text und Fotos: Reiner Beck



Karwendel-Höhenweg

Perfekt...für nur 33 Euro Aufpreis

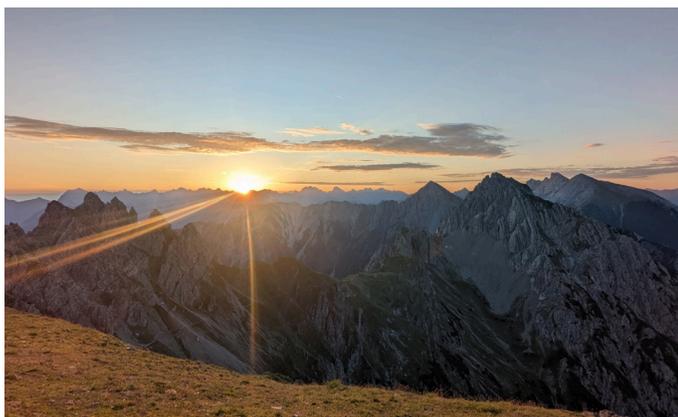
Höher, schneller, weiter oder so ähnlich. Nach 6 Leuten 2023 und 8 Leuten 2024 wag-ten Bernd und ich für unsere dritte Tour den Schritt mit einem Team aus 12 Leuten auf den Karwendel-Höhenweg. Für jeden Tag haben wir mindestens eine Gut- und eine Schlechtwetter-Variante im Gepäck mit dem starken Bestreben, wenn irgend möglich die Gutwetter-Variante zu machen.

Zum dritten Mal mit uns unterwegs ist – selbstverständlich – Thomas K. Zum zweiten Mal dabei: Jessica, Laura H., Thomas W., Benedict und Gerold Ihre Premiere mit uns feiern: Laura N., Frank, Martin und Julian

Tag 1: Anreise und über die Reither Spitze zur Nördlinger Hütte (19. Juli)

Bernd, Laura N. und Frank sind bereits in den Bergen und haben eine kurze Anreise. Alle anderen starten gegen 04:00 Uhr von zuhause mit dem Ziel Scharnitz. Wir kommen sehr gut durch und verlassen unsere Autos um 09:45 Uhr. Zu Fuß geht es zum Bahnhof und weiter mit dem Bus nach Seefeld. Dort nehmen wir die Bergbahn zur Rosshütte, um direkt etwas alpiner unterwegs zu sein als über den klassischen Tal-aufstieg von Reith aus.

Nach einem gemeinsamen Mittagessen, dem Kennenlernen und einer ersten kurzen Ansprache auf der Rosshütte, starten wir offiziell auf unsere 7-tägige Tour. Die Truppe ist recht zügig unterwegs, um den ersten Aufstieg zum Seefelder Joch schnell hinter sich zu bringen. Da die Vorhut sich vom schönen Wanderweg verleiten lässt, biegt sie etwas zu früh nach rechts in den Hang ab, wodurch wir die Seefelder Spitze links liegen lassen, statt sie zu überschreiten. Bestimmt haben sie das absichtlich gemacht, um Kräfte für die nächsten Tage zu sparen. Mit dem Besteigen der Reither Spitze haben wir direkt ein Highlight eingebaut und bei herrlichem Wetter einen Blick über den Alpenhauptkamm nach Süden und Richtung Zugspitze nach Nordwesten. Beim Aufstieg geben wir noch einige Tipps, um die Trittsicherheit zu erhöhen, sodass alle sehr gut oben ankommen. Nach einer Gipfelpause sind wir bereits um 14:30 Uhr an der Nördlinger Hütte und können uns von der kurzen Anreisenacht erholen.



Tag 2: Über den Freiunger Höhenweg zum Solsteinhaus inklusive Kuhljochspitze

Das Wetter des zweiten Tages ist so herausragend, dass wir uns dazu entscheiden den Karwendel Höhenweg kurzfristig zu verlassen und den anspruchsvolleren Freiunger Höhenweg zu beschreiten. In ständigem Auf und Ab geht es langsam und traumhaft immer nahe des Grats entlang. Dabei eröffnet sich uns ein Blick über alle Teile des Karwendels, die wir in den kommenden Tagen erwandern möchten. Kurz vor der Kuhljochspitze machen wir eine kleine Pause und versuchen die gesamte Gruppe zur Besteigung zu motivieren, was nach ein wenig hin und her gelingt. Die Rucksäcke unten lassend, kommen wir nach überschaubarer Anstrengung oben an und genießen den Weitblick vom Gipfelkreuz. Der Weg bleibt anspruchsvoll bis zum Solsteinhaus, das wir nach 6 Stunden erreichen.



Während dieser traumhaften Etappe habe ich mit Bernd bereits einen Blick auf morgen und die Wettervorhersage geworfen. Wieder einmal sollte der Tag unserer Königsetappe ins Wasser fallen. Die Schlechtwetter-Variante ist zwar möglich, aber nicht mehr als eine Notlösung. Da wir auf der danach kommenden Pfeishütte zwei Übernachtungen gebucht haben tendieren wir dazu die Königsetappe um einen Tag zu verschieben und das schlechte Wetter auszusitzen. Nach Rücksprache mit dem Hüttenwirt des Solsteinhauses wäre es tatsächlich möglich mit der großen Gruppe einen Tag länger zu bleiben. Nach einem weniger freundlichen Telefonat mit dem Hüttenwirt der Pfeishütte, der, statt konstruktiv gemeinsam an einer Lösung zu arbeiten, nur siebenmal wiederholt hat, dass er pro Person 33 Euro Stornogebühr erhält, entscheiden wir uns für 2 Nächte Solsteinhaus. Wir sollten es nicht bereuen.



Tag 3: Regenspaziergang und Großer Solstein

Wie vorhergesagt regnet es. Zwischen Frühstück und Mittagessen entschließen wir uns zu acht einen kleinen Spaziergang zu machen, um etwas frische Luft zu schnappen. Da wir nicht dafür bekannt sind kleine Spaziergänge zu machen, artet unser Versuch Richtung Oberrissjoch zu spazieren doch in ein anspruchsvolleres und rutschiges Manöver aus. Frank ist das etwas zu viel des Guten und er kehrt zurück zur Hütte. Wir anderen entscheiden uns später an einer ausgesetzten seilversicherten Stelle, die durch den Regen nicht ungefährlich ist, ebenfalls umzukehren. Mit einer warmen Hüttenmahlzeit und etlichen Runden Cabot, Wizard und Kniffel versüßen wir uns den Hüttenachmittag. Gegen 15:00 Uhr wittere ich allerdings ein kleines Zeitfenster für ein größeres Unterfangen und kann Martin schnell begeistern mit mir den Großen Solstein in Angriff zu nehmen. An der Hüttenentür entscheidet sich Gerold sich uns anzuschließen. Ihm ist zu diesem Zeitpunkt nicht bekannt, dass es sich um 750 Höhenmeter bis zum Gipfel handelt. Mit einem Affenzahn fliegen wir den Weg nach oben und sind bereits um 16:20 Uhr am Gipfel und die Sonne begrüßt uns erstmals für diesen trüben Tag. Was für ein sensationeller Ausblick von über 2.500 Metern. Für Gerold, Martin und mich ein Highlight dieser Tour.

In unter einer Stunde laufen wir den Weg zurück zur Hütte und können noch vorm Abendessen auf der Terrasse ein außergewöhnlich gut schmeckendes Radler in der Sonne genießen.

Tag 4: Königsetappe über Frau-Hitt-Sattel und Goetheweg zur Pfeishütte

Es hat sich gelohnt. Das Wetter ist großartig und wir starten bereits um 07:30 Uhr bei top Wetterbedingungen. Nach 45-minütigem Abstieg wandern wir wunderbar durch einen gut riechenden Nadelwald hinauf auf eine Hochalm, die schöner nicht sein könnte. Auf der Hochalm legen wir eine kurze Pause ein. Ich erinnere mich noch an die Empfehlung: „Lasst uns noch 100 Meter an den Kühen vorbeigehen, bevor wir unser Essen rausholen.“ Doch die Gruppe ignoriert diesen „Tipp“, da der Pausenplatz augenscheinlich perfekt ist. Mit dem ersten Bissen in

unsere Brote werden wir dann schon von den Kühen überrannt und spurten schleunigst weiter. Entgegen der sonstigen Gewohnheit hätte ich der Gruppe dieses Mal wirklich eine größere Pause gegönnt. Nun liegt die Schlüsselstelle der Tour vor uns. Nochmal kurz und steil bergab und dann hinauf zum Frau-Hitt-Sattel. Die letzten paar hundert Höhenmeter gehen anspruchsvoll hinauf durch den Schutt. Hier hilft es nur zu beißen und die Waden brennen zu lassen, ansonsten zermürbt einen die eigene Gedankenwelt, wenn man andauernd den Berg zurück nach unten rutscht. Wir schaffen es alle zügig nach oben und als wir am seilversicherten Sattel um die Kurve kommen, liegt tief unter uns Innsbruck. Ein außergewöhnlicher Kontrast. Seit mehreren Tagen wenig Menschenkontakt und schöne ruhige Berglandschaft und plötzlich so unverhofft vor einem die Alpenhauptstadt. Etwas surreal, doch lohnend für eine kleine Verschnaufpause. Nach dem Abstieg geht es einigermaßen höhenlinienparallel bis zur Nordkettenbahn.



Dort essen wir zu Mittag, da wir bereits gegen 13:00 Uhr ankommen. Direkt danach heißt es noch einmal anstrengen, denn es geht unmittelbar 300 Höhenmeter hinauf zum Gleirschjochl. Oben angekommen führt uns der Goetheweg mit seinem speziellen Panorama bis zur Pfeishütte, die wir nach gut 8 Stunden, 19 Kilometern und je 1.500 Höhenmetern hoch und runter sensationell schnell erreichen. Das Frühstück auf der Pfeishütte ist besonders hervorzuheben, allerdings geht es ansonsten eher zurückhaltend gastfreundlich zu. Unseren Spaß als Gruppe kann das allerdings nur bedingt reduzieren.

Tag 5: Über Wilde-Bande-Steig zur Bettelwurfhütte

Wir gehen nicht den direkten Weg, sondern noch über die Thaurer Jochspitze. Dabei navigieren wir statt zum Kreuzjochl versehentlich zum Kreuzjochl-Gipfel.



Durch den wunderbaren Ausblick und die Gämse im Anblick verzichtet die Teilnehmer-Gewerkschaft dieses Mal ausnahmsweise auf eine Beschwerde. Schnell runter zum geplanten Kreuzjochl und drüben anspruchsvoll hoch auf den geplanten Gipfel. Etwas ausgesetzt geht es weiter zum Stempeljoch. Der Abstieg vom Stempeljoch ist schwierig und extrem steil. Laura H. stürzt hier leider unglücklich was für einen Schreckmoment sorgt. Glücklicherweise sind die Blessuren gering und es kann nach einer Pause weitergehen. Nach einigen Höhenmetern bergab können wir seitlich mit Drahtseil aus der Scharte in den Wilde-Bande-Steig abbiegen, der uns absolut traumhaft über mehrere Stunden und das Lafatscher Joch bis zur Bettelwurfhütte führt. Dort verbringen wir einen legendären Spieleabend bei dem ein oder anderen Kaltgetränk und unendlicher Freude.

Tag 6: Zum Hallerangerhaus mit weiteren Gipfeln

Von leichtem Regen begleitet lassen wir die Speckkarspitze rechts liegen und meistern den Übergang zum Hallerangerhaus recht flott. Die Hüttenwirtin ist dankbar, dass wir noch 1-2 Gipfel mitnehmen wollen, bevor wir die Gaststube in Beschlag nehmen. Zu neunt wandern wir bei leichtem Regen auf den Reys. Da das Wetterfens-ter besser zu werden scheint

entschließen sich Julian, Martin, Gerold, Bernd und ich auch noch die Sunntigerspitze zu besteigen, um danach im Galopp zur Hütte zurück-zukehren. Beim Abendessen verlieren Bernd und ich noch einige nette Worte zu jedem Teilnehmer und gemeinsam genießen wir unseren wohlverdienten Latschenlikör und bedanken uns für diese grandiose gemeinsame Tour. Der Hüttenabend gestaltet sich so gesellig und schnelllebig, wir würden heute noch sitzen, wenn die Hüttenruhe und die Hüttenwirtin uns nicht ausgebremst hätten (bei der hartnäckigen Nachfrage nach noch einer Runde hat sie uns „Nein!“ buchstabieren müssen).

Tag 7: Abstieg nach Scharnitz und Abschlusspizza

Der Abstieg nach Scharnitz ist einfach und trotz 18 Kilometern nicht herausfordernd. Im Tal angekommen genießen wir zur Mittagszeit noch eine sehr leckere gemeinsame Pizza und nach einem Besuch der lokalen Eisdiele endet für uns der Karwendel-Höhenweg. Ein Traum! Danke an alle für dieses Erlebnis.

Text und Fotos Daniel Jost



Zurück aus dem Urlaub oder von deiner Tour? Dein ganz besonderer Moment als Erinnerung an deiner Wand!

Wir drucken Wandbilder, Poster und Leinwände aller Art und beraten dich individuell nach deinen Bedürfnissen.



Sende uns deine Anfrage per Mail
an: info@printec-solutions.de

pt
printec

Printec Solutions GmbH • Rudolf-Diesel-Straße 22 • 66919 Weselberg
T +49 6333 276 388-0 • info@printec-solutions.de • www.printec-solutions.de

Unterwegs auf dem Friedensweg

Sentiero della Pace - Erster Teil

Auf dem insgesamt 700 km langen Friedensweg, entlang der Frontlinie des 1. Weltkriegs, machen wir uns auf den ersten 150 km auf den Weg. Erst durch die Ortler Alpen, dann durch die Adamello-Presanella Gruppe.



Die Tour wird kein Spaziergang – das war uns allen klar. Und wo es runter geht, geht es auch wieder rauf (und umgekehrt) – zumindest bei dieser Tour; das hatten wir schnell begriffen. Und auch auf die Sichtweise kommt es an! Die Abwechslung macht's. So bestand unsere Tour eigentlich nur aus „Erholungs- u. Regenerationstagen“. Doch erst einmal der Reihe nach...

Früh morgens, pünktlich um 5:30h trifft sich unsere kleine Gruppe am Kaiserlauterer Hbf. Das waren Horst, Maria, Marion und Katharina. Matthias und Rolf steigen später dazu. Die Fahrt mit Zug und Bus hat überraschenderweise reibungslos und ohne Verspätungen geklappt. So sind wir schon am Nachmittag in Mals im Vinschgau angekommen und haben kurzerhand beschlossen, noch einen kleinen Ausflug zu Fuß ins nahegelegene kleine Städtchen Glurns zu unternehmen. Dort wurde die Tour noch einmal offiziell am Marktplatz mit Cappuccino und Eis eingeläutet.

Am nächsten Morgen ging es dann mit einem Schweizer Postbus hoch zum Stilfser Joch. Jetzt wurde es auch für uns endlich ernst. Die frische Bergluft konnten wir kaum erwarten. Unser Tagesziel



Stilfser Joch -noch ganz „frisch“ und voller Vorfreude auf die Tour

ist Bormio, welches von unserem Startpunkt aus ca. 2.200 hm abwärts im Tal liegt. Erst einmal recht ungewöhnlich, anfangs schon bergab zu laufen. Bis wir den Weg richtig gefunden hatten und in der Spur waren, hat es ein bisschen gedauert, und auch sonst war es nicht immer ganz einfach - selbst mit digitalen Hilfsmitteln - die Route zu finden. Die Beschilderungen waren nicht immer eindeutig und sinnvoll platziert. Auch durch einen Hangrutsch hat unser Weg an einer Stelle nicht mehr existiert und wir mussten Alternativen auf der asphaltierten und stark befahrenen Passstraße finden. Dadurch ging uns immer wieder Zeit verloren und ruck zuck war es später Nachmittag. Unsere Füße und Knie haben schon seit längerem gebrannt und einige von uns hatten sich schon die ersten Blasen gelaufen.

Marion, die in weiser Voraussicht entschieden hatte, die Strecke mit dem Bus zurückzulegen, um die Knie zu schonen, hat währenddessen auf uns in Bormio bei unserer Pension gewartet. Als wir uns dann gegen 20:30h, einer nach dem anderen die letzten Meter dorthin geschleppt hatten, zeigte sich ein Bild des Jammers. „Bin ich echt froh, dass ich da heut nicht dabei gewesen bin!“ Das war der erste Tag zum „Einlaufen“ und wir hatten währenddessen schon eine leise Ahnung davon bekommen, was uns auch die kommenden Tage bevorstehen könnte. Die Vermutung, dass es sich auch diesmal wieder um eine richtige „Horst“-Tour handelt, hat sich dann auch tatsächlich bestätigt. Der nächste Tag erschien dann ja regelrecht wie ein „Erholungstag“, da es diesmal nun „nur“ knapp 2.000 hm „bergauf“ ging. Eine Abwechslung und Wohltat für die Knie! Der Weg führte uns erst durch einen schönen lichtdurchfluteten Lärchenwald, dann folgten Wiesen und Almen. Der Duft von wildem Thymian stieg uns in die Nase und wir legten uns zur Pause ins Gras und ließen uns die Sonne ins Gesicht scheinen.



Immer gut gelaunt – es „läuft“

Wir beobachteten die Steinadler erst von unten und später dann von oben, als wir am Zebra-Pass (3.005m) angekommen sind. Unser Ziel war jetzt schon fast geschafft. Von nun an ging es nur noch abwärts zur Pizzini-Hütte mit einem tollen Ausblick auf Königsspitze und Mt.Chevedale.



Am kommenden Tag war die saftig grüne Landschaft durchzogen von etlichen Wasserfällen und Gebirgsbächen, die wir teilweise überqueren mussten.

Wir erreichten unsere Hütte auf dem Gavia-Pass auch - wie die Tage zuvor - recht spät. Die mutigen Männer haben sich trotzdem noch zum Schwimmen in den nahegelegenen See gewagt.

Mittlerweile waren wir gut eingelaufen und so konnten wir uns am nächsten Tag auf ein bisschen Kletterei freuen. Bevor es „an die Wand“ ging, gab es natürlich reichlich fachmännische Diskussionen und Spekulationen aus der Entfernung, wo denn nun der Weg eigentlich entlangführt. Die Markierungen und Seilver Sicherungen waren erst nicht zu erkennen, bis dann doch die klasse Idee in den Raum geworfen wurde, einfach mal ein Stück weiterzugehen und dann nochmal zu schauen. Den Einstieg hatten wir dann auch gefunden. Die Männer der Gruppe hatten natürlich ihre Handschuhe parat, um ihre zarten Hände zu schonen. Die Damen der Gruppe gingen selbstverständlich ohne.



Volle Konzentration!

Oben wurden wir mit einem herrlichen Ausblick auf den Adamello-Gletscher samt riesigem Wasserfall belohnt. Beim allerletzten Abschnitt ins Tal hatten wir uns eine Seilbahnfahrt gegönnt, da der Weg über die Piste eines Skigebiets verlief. Unten angekommen befanden wir uns in Passo Tonale, einem Retorten-Skiort mit Bettenburgen usw., der alles andere als ein gemütliches Bergdorf war. Immerhin gab es ein wenig Infrastruktur - und ganz wichtig - Eine Apotheke! Die war dann tatsächlich auch das allererste Ziel (von Katharina und Matthias), um sich mit allerlei Pflaster und Tape einzudecken, um die kommenden Tage gut ausgerüstet zu überstehen. „Die Fieß fiehle sich nur noch an wie e Stick Flääsch“. So viel zum Zustand der Füße...



Angekommen und geschafft - am Pass „Bochetta dei Tre Signori“ (3.102m)

In Passo Tonale waren wir in einem Hotel untergebracht. Morgens wurden wir vor dem riesigen Frühstücksraum von einer jungen Italienerin in Cowboyhut u. Cowboystiefeln begrüßt, platziert vor zwei Strohhallen. Drinnen wurden wir mit dem Song „Crocodile Rock“ (von Elton John) beschallt. Eine Hektik und ein Chaos zwischen den hunderten von Leuten um uns. Eine regelrecht schräge Szene und so waren wir froh, dass wir anschließend zum Glück schnell wieder ins Gebirge und in die Ruhe ent

fliehen konnten. Zwar verlief der Weg am Schluss auch wieder auf einer Piste, aber wir konnten zumindest für die Mittagspause in einer Hütte einkehren. Das restliche Stück Weg zum Pass war leider weggerutscht und das Gelände nicht mehr begehbar. So mussten wir gezwungenermaßen für das letzte Stück die Seilbahn nehmen. Oben angekommen - und leider 10 Minuten zu spät bemerkt - wurde festgestellt, dass Horsts T-Shirt fehlt, das noch zum Trocknen unten an der Hütte lag. Nachmittags hatten wir (kurzfristig) noch einen zweiten Verlust zu verzeichnen. Auf dem Rifugio Mandron, wo wir für einen Nachmittagskaffe, - bzw. Nachmittagsbier eingekehrt sind, und uns langsam wieder auf den Weg machen wollten, war plötzlich einer unserer Rucksäcke weg. Auf der ganzen Sonnenterrasse keine Spur. Ob der versehentlich von jemandem vertauscht und mitgenommen wurde? Das kann doch eigentlich nicht sein!!! Zum Glück hat sich dann nach einer Weile herausgestellt, dass er mit einem anderen Bündel von Rucksäcken in der Hütte schon im Schlafraum gelandet war. Puhh, noch mal Glück gehabt...



Rifugio Collini

Abends wurden wir dann mit einer richtig gemütlichen und liebevoll eingerichteten kleinen Hütte, dem Rifugio Collini, und den super netten Wirtsleuten überrascht. Sogar gebügelte Stofftischdecken gab es! Also das völlige Gegenteil zur Hotelübernachtung davor.

Der kommende Tag war einer der landschaftlich schönsten und abwechslungsreichsten, aber auch hier waren die Distanzen, die wir zurücklegen mussten, nicht zu unterschätzen. So war es für uns die richtige Entscheidung, die ersten 10 km der Strecke, die auf einer Forststraße verlief, mit einem Transfer zu überbrücken. Wir hätten es sonst vermutlich nicht mehr rechtzeitig bei Tageslicht geschafft. Der Weg führte uns dann zuerst durch einen Wald. Frische und kühle, feuchte Luft stieg von einem Bach zu uns auf. Wir kamen durch Wiesen und Almen, die Büsche wurden kleiner. Etliche Himbeeren und Heidelbeeren wuchsen an dem schmalen Pfad und so haben wir uns regelrecht den Berg hinauf-

gefuttert. Da vergingen die 1.700 hm wie im Flug! (Schon wieder ein heftiger Anstieg. Im Gegensatz zum langen Abstieg des vorigen Tages, eigentlich schon wieder ein Regenerationstag). Den Passo Altar (2.385 m) überwunden, folgte schwieriges Blockwerk.



Tiefenentspannt – eine Pause muss sein!

Es ging zwischen den Felsblöcken rauf und runter, dran vorbei, zwischendurch, drüber und drunter, schier endlos. Anstellen der ausgeschriebenen 2 Stunden für dieses Stück hatten wir auch hier wieder eine gute Stunde länger gebraucht, inklusive einer gelungenen Sonnenbrillen-Rettungsaktion. Am Schluss mussten wir noch eine Seilbrücke über einen rauschenden Gebirgsbach überwinden.

Hierbei hatten wir (fast) alle Spaß. Tatsächlich kamen wir an diesem Tag sogar schon nachmittags! an unserer Hütte an, sodass wir noch die letzten Sonnenstrahlen auf der Sonnenterrasse genießen konnten.

Am nächsten Morgen führte uns der Weg auch wieder ein Stück weit durch Blockwerk und dort wartete auch schon eine Überraschung auf uns.



Ein stolzer Steinbock, der sich genüsslich mit den langen Hörnern am Rücken kratzte, posierte für uns ein paar Meter entfernt. Und auch zwei weitere Artgenossen lieferten sich nicht weit entfernt einen kleinen Kampf zum Spaß. Ein faszinierendes Naturschauspiel!

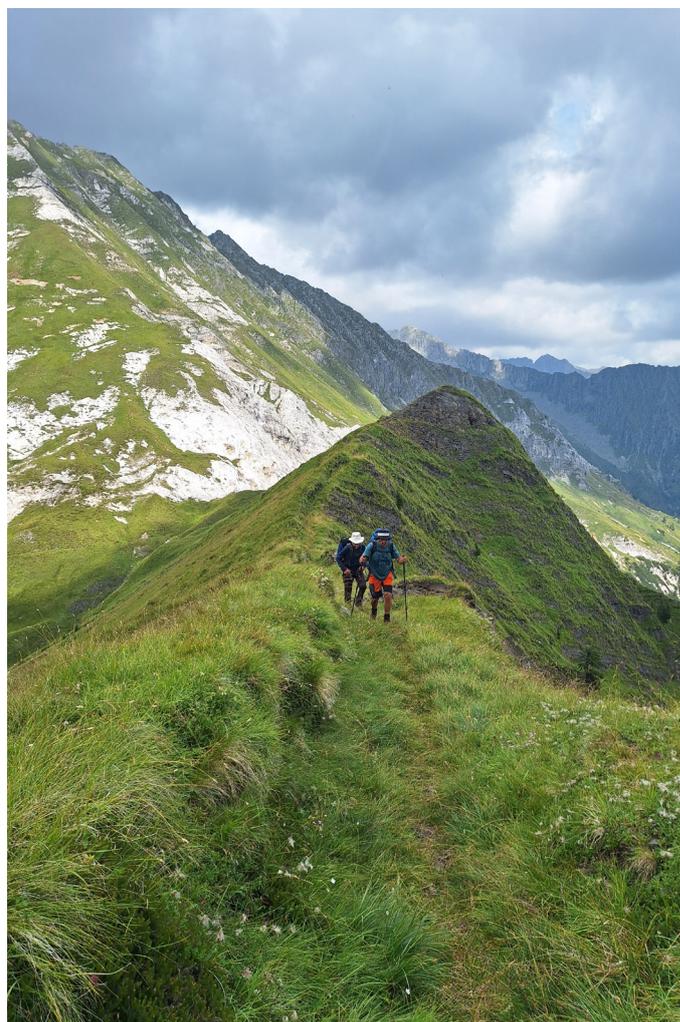


Für die weitere Strecke des Tages gab es kurzfristig eine Planänderung. Der Weg sollte eigentlich über einen Klettersteig auf die andere Seite des Berges verlaufen. Auch aufgrund der Gewitterprognosen mehrerer Apps hatte sich die Gruppe für eine alternative Route entschieden und ist ins Tal abgestiegen. Nach reichlich Kopfzerbrechen und Stimmungstiefs, konnte - Matthias sei Dank! - ein Taxi organisiert werden, welches uns im Nachbartal absetzte. Der Tag war wieder gerettet! Jetzt nur noch der Aufstieg zu unserer letzten Hütte, Rif. Trivena.

Der Weg unserer letzten Etappe war eigentlich als „Wanderweg“ ausgeschrieben, ähnelte jedoch eher einem kaum begangenen Pfad eines Dschungels. Wir kämpften uns durch Farne, Brennnesseln, Brombeeren, hohes Gras, über Wurzeln und Baumstämme. Der Pfad, oder was von ihm erkennbar war, verlief zum Teil recht steil und abenteuerlich, stellenweise sehr sumpfig und rutschig und mit Drahtseil versichert.

So schafften wir uns in einem auf- und ab in ca. zwei Stunden die drei Kilometer durchs Dickicht. An Höhe haben wir kaum gewonnen.

Endlich aus dem Wald geschafft, führte unser Weg über Wiesen und eine Alm mit Käserei, wo die Käsevorräte noch einmal aufgefüllt werden konnten. An diesem Mittag bestiegen wir auch tatsächlich den „ersten Gipfel“ unserer Tour, den Mt. Corona.





Zwar nicht besonders hoch (2.509m), aber dafür über einen wunderschönen, mit Gras bewachsenen Grad zu erreichen, bei dem auch wieder stellenweise Kraxelei gefordert war. Ein toller uns lohnender Abschluss für uns.

Und wo es hinauf geht, geht es auch wieder hinunter, diesmal nun ein letztes Mal. Die ca. 2.200 hm hinab ins Tal haben wir dann auch noch mit sehr müden Füßen und sehr müden Knien geschafft. Zum Abschluss gab es hier im Dörfchen Roncone noch einmal Eis und Cappuccino. Ein Bus hat uns anschließend nach Trento gebracht hat, von wo wir aus am nächsten Tag die Heimreise angetreten haben. Diese hat auch wieder reibungslos geklappt. Erst mit dem Fernbus, dann mit dem Zug innerhalb von 8,5 h an den Kaiserslauterer Hbf. So schließt sich der Kreis. Zwischen den insgesamt 8 Bergwandertagen und den 9.082 hm (bergauf) und 11.073 hm (bergab) lagen etliche schöne Bergerlebnisse mit tollem Wetter, abwechslungsreiche Landschaften zum größten Teil fernab der Massen, leckeres italienisches Hüttenessen (nicht nur Polenta am Abend und auch nicht nur „Fette Dorate“ zum Frühstück!), gesellige Hüttenabende und jede Menge Spaß zusammen in der Gruppe.

Wir freuen uns auf die kommenden Jahre. Weiter geht's mit den Etappen 2 und 3.

Text und Fotos: Katharina Deimling

LEX LAUFEXPERTEN DER LAUFLADEN



LAUFEN | WALKING | WANDERN



Öffnungszeiten: Mo-Fr: 10 - 18 Uhr | Sa: 10 - 16 Uhr
info@derlaufladen.de | Eisenbahnstr. 1a, 67655 KL

Teuflich gut versichert!



Die Krankenkasse
der Region



Tourenbericht Braunschweiger Hütte

03. – 07.09.2025

Tag 0

Die Anfahrt. Auf dem Parkplatz zum Aufstieg die erste Verlustmeldung: Jerd (Gerd mit weichem G) musste passen - das Holzbein machte Zicken und stellte sich in den Wartungsmodus. Trauer machte sich breit. Doch wir nahmen ihn im Geiste mit. Und tatsächlich begleitete uns Jerd während des Aufstiegs zur Hütte über den Jägersteig auf jedem Schritt und Tritt mit seinem Eispickel, sehr zu Jans Freude. Ebenso groß war die Freude des Wiedersehens der „alten Hasen“ mit dem Hüttenwirt Stephan. Nach zahlreichen Geschichten und einem köstlichen Mahl folgte der Kampf am Spieltisch: erst kreative Wahrheits-erweiterungen bei Mäxjen und dann logische Totalaussetzer beim Kakerlaken-Spiel (Tomate, Blumenkohl, Salat, Salat, verdammt!), Gehirnknoten inklusive.

Tag 1

Auf dem Plan stand: Üben. Üben im Eis. Üben in der Gletscherspalte. Was? Ja - in der Gletscherspalte! Jeder durfte einmal aus der Gletscherspalte gezogen werden, ob er/sie wollte oder nicht. Gerettet wurde mit Loser Rolle und Schweizer Flaschenzug. Die Angst wich, Spaß machte sich breit.



Es war sehr aufregend, 35m nach unten auf den Boden der Spalte sehen zu können. Mit großen Augen betrachteten wir das Azur-Blau des Gletschers vor uns.

Danach ging es in zwei Seilschaften über den Mittelbergferner. Mit neu erlernten Rettungstechniken im Hinterkopf genossen wir die überirdischen Formationen aus Eis und Fels – fast wie eine Netflix-Serie in 8K, nur ohne Pause-Knopf.

Abends wieder Gemüsegebrüll: Blumenkohl, Tomate, Kakerlake, Salat...! Die Küche war verwirrt.

Einige Mitstreiter träumten sogar davon.

Tag 2

Steinschlaggefahr am Frühstückstisch: Wegen schlechtem Wetter gönnten wir uns Ruhe und Jenga am Morgen. Dem Lagerkoller vorbeugend haben wir uns trotz Schlecht-Wetter-Prognose raus in die Natur gewagt. Immerhin konnten wir einen Teil des ursprünglich geplanten Mainzer-Höhenwegs absolvieren: Über den Franz-Auer-Steig bergauf und ab bis zum Stadion Sölden. Nach einer kurzen Rast kämpfen wir uns die Piste an der Schwarzen Schneide hoch zum Rettenbachjoch. Während des Rückwegs zur Braunschweiger Hütte überfiel uns der Schnee – wer braucht schon Sommerurlaub, wenn man gratis Weihnachtsfeeling bekommt?

Am Abend dann: Gulasch und Kaiserschmarrn bis zur Schmerzgrenze.



Der Kaiser persönlich hat applaudiert – wir konnten nur noch rollen.

Tag 3

Der Vollmond hielt einige Mitstreiter wach - oder war es doch das Völlegefühl durch das Gulasch-Kaiserschmarrn-Duett? Egal, denn am Morgen begrüßte uns die Sonne, als hätte sie das Drehbuch für einen perfekten Bergtag geschrieben. In zwei Seilschaften stapften wir über den Mittelbergferner und Mittelbergjoch durch das Tal der Spalten auf den Taschachferner zum Taschachhaus.



Die 10 cm Neuschnee vom Vortag machten die Landschaft so strahlend, dass Sonnenbrand zum Pflichtprogramm wurde.

Nach kurzer Rast am Taschachhaus ging's „nur noch“ bergab zur Taschachalm. An der Horde Kühen schlichen wir ehrfürchtig vorbei, das Scharren der Hufen ließ unsere Herzen schneller schlagen. Ein Teil der Gruppe schwört, dass eine der Kühe uns beim Vorbeigehen schon wissend zugemutet hat: „Meine Milch gibt's später auf der Alm.“ Auf der Taschach-Alm angekommen wurden wir belohnt mit einem Alm-Cheeseburger. In der Tat: Der Käse stammte aus eigener Herstellung, gewonnen durch die Milch der Kühe, an denen wir 2h zuvor noch vorbeiliefen. Ein herzliches Dankeschön für eine Tour, die neben akrobatischen Einlagen in der Spalte auch kulinarische Gipfel und jede Menge Gruppendynamik bereithielt. Fazit: Wir wurden gerettet und gesättigt, haben gelernt und gelacht – eine Unternehmung, die selbst der Kaiser mit einem breiten Grinsen abgenickt hat.

Text: Dominick Braun, Fotos: Jan Finteis und Jens Neumann



Kafitz & Antes

Reparaturservice, Beratung
und Verkauf

0631 / 696 900

Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9:00 - 18:00 Uhr
Sa 9:00 - 13:00 Uhr

Klosterstr. 15 / Ecke Salzstraße
67655 Kaiserslautern
E-Mail: info@euronics-kafitzantes.de

TV, HiFi, Sat, Waschmaschinen, Trockner,
Kühlschränke, Kaffeevollautomaten und Kleingeräte

5 Mädels im Montafon

Oder kann eine Bergwanderung mit Rheinland-Pfälzerinnen und Saarländerinnen überhaupt gelingen?



Um die Antwort gleich vorwegzunehmen: ja, das kann sie!

Am 8. September in den frühen Morgenstunden ging es los. Eingekauft wurden von Ursula in Kirn Anne, in Idar-Oberstein Gerlinde, dann ging es nach Neunkirchen-Heinitz zu Rosi, wo Caro aus Losheim gerade angekommen war. Rosis VW-Bus bot uns und unserem Gepäck ausreichend Platz, so dass die Fahrt nach Partenen im Montafon angenehm und reibungslos verlief. Bei herrlichem Sonnenschein beförderte uns die Tafamuntbahn die ersten Meter in die Höhe zur Bergstation und damit näher zu unserer ersten Unterkunft, der Neuen Heilbronner Hütte auf 2320 m, erbaut 1927 - 1928, erweitert 2001 – 2003. Doch zuerst ging es zu Fuß durch den Wald, dann an dem Wiegensee vorbei, der in einem Hochmoor gelegen ist. Dort genossen wir die herrliche Aussicht. Die Verbella Alpe auf 1.938 m lud durch ihre idyllische, urige Ausstrahlung zu einer Rast ein. Wegen des mittlerweile bewölkten Himmels verzichteten wir, schließlich galt es noch 382 Höhenmeter zu bewältigen. Nach dem letzten doch recht anstrengenden Anstieg auf einem Fahrweg, die Scheidseen und den Anblick der Hütte vor Augen schafften wir, noch trocken geblieben, die letzten Meter. Von Katrin, der Hüttenwirtin der Neuen Heilbronner Hütte, herzlich empfangen, genossen wir die im Preis inbegriffene heiße Dusche, die sehr gemütliche Atmosphäre und das leckere, reichhaltige Essen.

Am nächsten Morgen ging es zeitig weiter. Der Plan war das Hochtal Vallüla zu durchqueren und so zum Madlener Haus zu gelangen. Wie der Wetterbericht vorausgesagt hatte, regnete es sich bei unserem Abstieg zur Verbella Alpe ein. Wir hielten kurz an, um die Vorzüge des Außen-WCs zu nutzen und unsere Regenkleidung anzulegen. „Wohin des Weges?“ fragte uns der betagte Hüttenwirt, um uns nach der entsprechenden Auskunft dringend von dem Hochtal abzuraten. Zu gefährlich bei nassem Boden und schlechter Sicht. Na gut, besser war es auf ihn zu hören. Eine Planänderung musste her, so wanderten wir in mittlerweile strömendem Regen zum Alpengasthof Zeinisjoch, sowohl der Kaffee als auch die heiße Schokolade schmeckten fantastisch. Sobald wir angetrocknet waren, wanderten wir nach Wirl bei Galtür. Von dort aus, leider mit dem Bus, bis zur Bieler Höhe – unserem ursprünglich geplanten Ziel. Dort ange-

kommen, hatte der Regen nachgelassen, und es schien schon wieder die Sonne. Die Madlener Haus ist auf 1.986 m in der Silvretta gelegen. Die Ersteröffnung des Madlener Hauses war 1884. In den 1920er Jahren trank und spielte Ernest Hemingway, wenn er im Montafon weilte, gerne im Madlener Haus. Wir taten es ihm nach, aber dazu später.

Im Juli 2019 wurde es nach einer Modernisierung wieder als Privathütte eröffnet. Der Silvretta-Stausee liegt direkt nebenan. Bemerkenswert sind die freilaufenden Pferde, die keine Wildpferde sind, die einfach mal so, ohne nach links und rechts zu gucken, in Seelenruhe über die Straße schreiten. Sie laufen in dem gesamten Gelände herum, was man an den herumliegenden Pferdeäpfeln erkennen kann.

Nachdem wir eingekauft und uns kurz gestärkt hatten, galt es etwas gegen die sportliche Unterforderung, hervorgerufen durch die unplanmäßige Routenänderung und die Busfahrt, zu unternehmen. Das Bielerkopf-Gipfelkreuz, praktisch das „Hauskreuz“, bot dazu Gelegenheit. Der Nebel, der mal da war und dann wieder nicht, ließ uns an einen Theatervorhang denken, der die Aussicht auf das Panorama mal zuzog und dann wieder öffnete.



Am Abend erwartete uns beim Essen eine kulinarische Offenbarung. Der Hüttenwirt und Koch Elvis sorgte mit seinem 4 Gänge Menü für das Highlight des Tages, das an Köstlichkeit nicht zu überbieten war. Seine Frau Christine, die ein echter Schatz ist und er, führen die Hütte seit der Neueröffnung als Pächter. Erwähnt werden muss in jedem Fall noch Arno, eine Seele von Hund, ebenfalls zum Hüttenteam gehörend.

Nach einer ruhigen, angenehmen aber durchregneten Nacht machten wir uns nach dem Frühstück für unseren Ausflug zur Wiesbadener Hütte (2443m) bereit. Im Eingangsbereich der Hütte, in einem Kalender mit Sinnsprüchen, fanden wir das heutige Tagesmotto. „Wähle das Ziel und liebe den Weg“ (Helga Schäferling). Der Weg, der „Sommersteig“, der zur Wiesbadener Hütte führt, ist tatsächlich liebenswert und auch bei Nässe gut begehbar. Das war gut, denn es regnete unaufhörlich. Bis zur Wiesbadener Hütte nach 2,5 Std. und 457 Höhenmetern waren wir komplett durchnässt. Zum Glück befindet sich dort ein guter Trockenraum und Trockenschränke, die ihren Dienst taten, während wir eine Mittagspause bei Kaiserschmarrn und Apfelstrudel einlegten. Wir fühlten uns nicht nur gut versorgt, sondern auch bestens geschützt, da zur gleichen Zeit eine Landesbergpolizeitruppe zugegen war.

Ein Besuch zum Gletschertor des Ochsentaler Gletschers, er hätte uns hin und zurück ca. eine Stunde gekostet, fiel zu unserem großen Bedauern der ungünstigen Wetterprognose zum Opfer. Da sich der Gletscher durch den Klimawandel zurückzieht, wird er zukünftig in dieser Größe nicht mehr zu sehen sein. Ein weiteres Indiz für den Klimawandel sind die vielen Geröllrinnen, die von den Bergen zum Tal führen. Ein Felssturz, zum Glück nur ein kleiner, konnte von uns an diesem Tag selbst beobachtet werden.

Aufgrund der Erwartung des anhaltenden Regens wählten wir zum Abstieg den Fahrweg ins Tal zurück, der etwas kürzer ist als der Sommersteig, aber nicht halb so schön. Wie zum Hohn lachte uns nach ca. einer halben Stunde die Sonne entgegen und begleitete uns den ganzen Weg.

Höchste Baukunst erforderten unsere Steinmännchen, die wir in Ufernähe des Silvretta-Stausees liebevoll errichteten. Mit großem Interesse sahen wir, dass an der Außenseite der Staumauer in Richtung des Madlener Hauses ein Klettersteig angeschraubt ist. Den probierten wir mangels Ausrüstung jedoch nicht aus. Wir freuten uns auf einen weiteren Abend mit einem köstlichen Menü. Danach hielten wir es mit Hemingway und spielten Karten, genauer gesagt, spielten wir Skip Bo. Im Grunde genommen ist es auch gar nicht verwunderlich, dass unsere Bankerin Gerlinde von den sechs Spielen über die Woche verteilt, 4 gewann. Entweder man kann mit Zahlen, oder man kann nicht. Gerlinde kann. Am nächsten Morgen hieß es schon wieder Abschied nehmen vom Montafon, beim Abstieg mit strahlendem Sonnenschein.

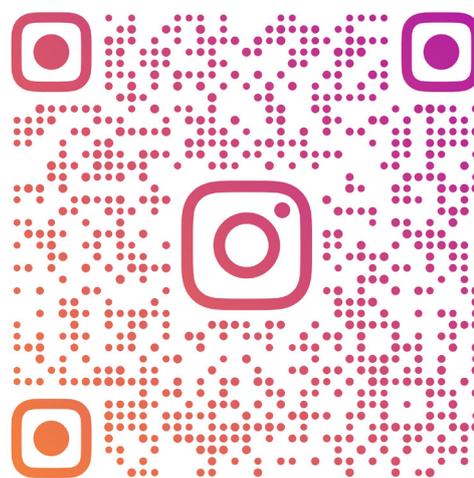


Die Wegfindung war wegen diverser Sperrungen wegen Steinerschlaggefahr nicht ganz einfach, ein Bergbus brachte uns letztendlich zur Vermuntbahn und diese wieder nach Partenen zu Rosis VW-Bus.

Um die lange Fahrt ins Saarland und den Hunsrück nicht ganz so lang werden zu lassen, übernachteten wir in Bregenz am Bodensee in einem Hotel. Der Stadtbummel dort war nach den Bergen mal ganz was anderes, aber auch sehr schön.

Beim Abendessen in der Pizzeria wurden schon die ersten Ideen für die nächste Mädels-Tour gesammelt, denn so eine Bergwanderung ist auch bei schlechtem Wetter immer noch sehr erholsam, man darf nur den Humor nicht verlieren.

Text und Bild: Anne Reiß



DAVSEKTIONKAISERSLAUTERN

Alpinkurs auf der Saarbrücker Hütte

Auf der Suche nach Schnee...

Die Tour begann früh am Samstagmorgen vor der Barbarossahalle. Von dort aus ging es gemeinsam nach Österreich. Nach unserer Ankunft am Parkplatz am Vermuntstausee an der Silvertta-Hochalpenstraße, machten wir uns zusammen mit Werner auf den Aufstieg zur Saarbrücker Hütte. 800 Meter höher wurden wir schon von Jochen und Zinching erwartet. Nachdem wir das Material für eine Standplatzübung eingepackt hatten, ging es direkt los ins Geschehen.

Zunächst wiederholten wir das Vorgehen zum Standplatzbau an zwei soliden Fixpunkten. Anschließend beschäftigten wir uns dann mit dem Bau von Standplätzen an fragwürdigen Fixpunkten. Bei dieser Gelegenheit schauten wir uns auch schon einmal die Richtung an, in die wir am nächsten Tag wollten.

Am Abend haben wir uns noch auf die Seilschaften für den nächsten Tag geeinigt. Nach dem Essen suchte jede Seilschaft die benötigten Materialien für den nächsten Tag zusammen und wir packten unsere Rucksäcke. Die Nacht wurde von zwei Hintergrundgeräuschen dominiert: Dem Fließen von Wasser aus der Gletscherschmelze und Stein-/Felsschlag von der gegenüberliegenden Talseite, eine Geräuschkulisse, die uns die komplette Zeit hindurch begleiten sollte. Für uns ein eindeutiges Zeichen, dass sich die Umgebung dort oben im starken Wandel befindet. Ursache hierfür ist laut dem Hüttenwirt unter anderem der sich zurückziehende Permafrost, ausgelöst durch den Klimawandel.

Am nächsten Morgen, auf dem Weg zum Einstieg in die geplante Tour, konnten wir noch einen besonders großen Bergsturz beobachten. Nachdem wir den Weg verlassen hatten, ging die

Kletterei los. Vorsicht war geboten, da das Gelände brüchig war. Jeder Griff oder Tritt musste vor Benutzung sorgfältig überprüft werden. Auf diese Weise stiegen wir in drei Seilschaften bis auf den Gipfel. Dabei erwiesen sich die Wiederholungen vom Vortag als hilfreich, doch wir lernten auch, wie die Gegebenheiten in der Praxis von den gelehrten Fällen abweichen können. Das Gelände erlaubte es dabei unseren Trainern Werner, Jochen und Zinching, sich ungesichert zu bewegen. Dadurch hatten wir die Möglichkeit, uns unsere eigenen Wege zu suchen und dennoch war bei Fragen sowie zur Überprüfung unserer Standplätze immer jemand in Rufweite. Für viele von uns war es die erste cleane Tour, die wir in den Alpen gegangen sind, sodass wir bei Ankunft am Gipfel besonders stolz auf unsere Leistung waren. An diesem Tag konnten wir die Aussicht in alle Richtungen genießen. Vor uns lagen die Schweizer Alpen, hinter uns die Österreichischen. Am beeindruckendsten war hier der Vergleich der Gletscher zu dem, was sie den Spuren nach zu urteilen einmal waren.

Auf großen Teilen der ehemaligen Gletscher sind lediglich ein paar Schneefelder zurückgeblieben. Eines dieser Felder, auf halber Strecke zurück zur Hütte, war unser nächstes Ziel. Der Weg dorthin führte uns über loses Gestein hinweg an einer alten Zollhütte vorbei. Die Lektion, für die wir das Schneefeld aufgesucht hatten, bestand darin, das Anhalten im Falle eines Sturzes im Firn zu üben.

Hierbei erlernten wir das Vorgehen sowohl mit als auch ohne Eispickel. So sind wir mehrere Male den Hang hinuntergerutscht und haben uns immer wieder unter den wachsamen Augen unserer Trainer abgefangen.

Dabei konnten wir uns gleichzeitig ein wenig im Schnee abkühlen.

Anschließend ging es den restlichen Weg zurück zur Hütte. Nach einer kleinen Feedbackrunde zur Tour des Tages war es dort Zeit fürs Abendessen.

Der Blick auf den aktuellen Wetterbericht zeigte uns: Der nächste Tag sieht nicht gut aus. Der eigentliche Plan war eine Mehrseillängentour mit Start unmittelbar in der Nähe der Saarbrücker Hütte, doch das Wetter hatte andere Pläne. Angesagt war ein Gewitter gegen Mittag, was es zu gefährlich machte, die Tour anzugehen. Wir brauchten also ein Alternativprogramm.





Zum Glück wurden vor kurzem neue, kurze Mehrseillängen-Routen direkt unterhalb der Hütte eingebohr. Also wurde der Plan geschmiedet, diese zu begehen. Bei einsetzendem Gewitter wäre hier ein schneller Rückzug zur Hütte möglich gewesen. Nach dem Essen und der Planung für den nächsten Tag, haben wir uns dann noch gemeinsam am Abendtisch mit diversen Knoten beschäftigt. Dabei hat jeder von uns noch ein paar neue Techniken gelernt oder andere, seltener genutzte, vertieft.

Der nächste Morgen kam nach einer weiteren kurzen Nacht. Die Wolken hingen dunkel am Himmel. So begaben wir uns, nur mit dem nötigsten ausgestattet, auf den Weg zum Einstieg. Wir wollten noch die eine oder andere Route begehen bevor der Regen einsetzt. Bis zum Mittag hat das Wetter gut gehalten. Dadurch konnten wir nach einer kurzen Pause noch weiter klettern sowie in kleineren Gruppen weitere Themen vertiefen, zum Beispiel das Abseilen und weitere Techniken des Standplatzbaus. Wider Erwarten konnten wir doch den ganzen Tag nutzen. Das angekündigte Gewitter hielt sich bis zum Abendessen zurück, um uns dann ein beeindruckendes Naturschauspiel zu liefern. Währenddessen ließen wir den Tag Revue passieren und planen dann den nächsten Tag, den Tag des Abstiegs.

Auch diesen letzten Tag wollten wir noch nutzen, bevor es wieder an den Abstieg zu den Autos und dann nach Hause gehen sollte. Der Plan war es, ein Schneefeld neben dem Weg ins Tal zu suchen und dort T-Anker, also Fixpunkte im Schnee, zu bauen. Von der Hütte aus konnten wir eines sehen, das für diesen Zweck geeignet aussah und identifizierten eine mögliche Route dorthin. Unterwegs stellten wir jedoch fest, dass der Weg von Nahem doch nicht geeignet aussah. So nahmen wir einen Alternativweg. Auf diese Weise konnten wir außerdem das schwere Gepäck an einer Stelle ablegen, an der wir zum Abstieg wieder vorbeikommen würden. Der Schnee war deutlich weicher und an einigen Stellen auch flacher, als es für einen T-Anker optimal gewesen wäre. Um die Technik zu erlernen, bauten wir dennoch welche und konnten bei vorsichtigen Tests die Haltekraft unserer Anker prüfen. Im Anschluss schauten wir uns noch eine Alternative an, die deutlich schneller zu etablieren ist, jedoch nicht so viel hält. Diese letzte Übung schloss unseren Kurs ab und wir machten uns an den Abstieg zurück zu den Autos.



Bevor wir uns auf die Autos verteilten und uns zufrieden wieder auf den Weg in die Heimat machten, stellten wir uns noch ein letztes Mal in dieser Runde zusammen, um auch diesen letzten Tag zu besprechen. Zudem haben wir uns noch einmal über unsere Eindrücke der gesamten Tour ausgetauscht.

Wir haben alle in diesen Tagen viel von Werner, Jochen und Zinching gelernt, neue Erfahrungen gesammelt und dabei viel Spaß gehabt.

Text: Nils Altenhofen und Fotos: Ria Grindel und Jochen Barthel



Foto: DAV/Marco Kost

Wir brauchen dich!
Ehrenamt im  DAV

Kommunikationstalent gesucht!

Du hast Spaß am Schreiben, Gestalten und Organisieren, bringst kreative Ideen mit und möchtest unsere Sektion in der Öffentlichkeitsarbeit unterstützen? Dann bist du genau richtig in unserem **Kommunikationsteam!**

Ob Jahresheft, Website oder Social Media – hier kannst du Texte verfassen, Fotos auswählen, Beiträge planen und deine Ideen zur Gestaltung einbringen.

Interessiert? Dann melde dich bei:
Elisabeth Wagner-Weig
info@dav-kaiserslautern.de

OHG-Abiturienten auf Abschiedstour

Abschiedswoche im Pitztal

Nach fünf Jahren Abstinenz ging es Ende Juni für uns sieben Abiturienten und ehemalige Mitglieder der Kletter-AG mit Peter Klein ins Pitztal, um unsere langersehnte Abschieds-Gebirgswoche zu realisieren.

Montagsmorgens starteten wir mit dem vollgepackten Auto ins Pitztal nach Österreich. Dort angekommen trafen wir Julius und Vincent, die direkt von ihrem Roadtrip zu uns stießen, luden die Rucksäcke aus, verteilten das Klettermaterial und machten uns an den Aufstieg zur Rüsselsheimer Hütte. Es ging an Kühen vorbei, wir querten einen Fluss und erreichten nach 700 hm die Hütte, welche auf 2323 m gelegen ist.

Das unbelegte Winterlager war perfekt für unsere Gruppe und so bezogen wir unsere vier Wände für die nächsten Tage. Nach dem hart erarbeiteten Steinbockgulasch genossen wir den Ausblick auf das Gewitter, das auf der gegenüberliegenden Talseite wütete und fielen erschöpft ins Bett. Dienstags meisterten wir gemeinsam den Klettersteig Kleinbärenzinne, gingen klettern und lernten die Theorie und Praxis hinter Mehrseillängen und Standplätzen kennen.

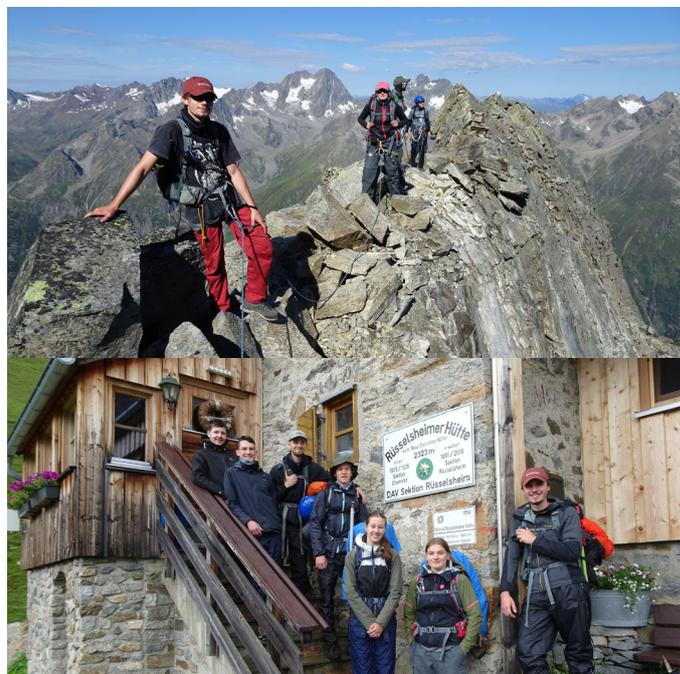


Zurück an der Hütte eröffnete Leonhard bei bester Aussicht seinen Friseursalon und schnitt Julius Haare (selbstverständlich nahmen wir am Ende wieder alles mit ins Tal). Wir genossen den ersten Apfelstrudel, das leckere Abendessen und machten den Plan für den nächsten Tag: Die Gipfeltour auf die Hohe Geige (3393 m) stand an. Um fünf Uhr klingelten unsere Wecker, wir machten uns fertig, frühstückten und gingen um sechs Uhr mit den am Abend gepackten Rucksäcken los. Der Aufstieg erfolgt über den Westgrat, da der Normalweg gesperrt ist. Den Aussichtspunkt Gahwinden erreichten wir unter Beobachtung von Steinböcken nach etwa einer Stunde und gingen weiter in immer wegloserem Gelände.

Nach einer kurzen Pause zogen wir unsere Klettergurte an und banden uns in die Seilschaft ein, um sicher über die Felsen und exponierten Stellen zu kommen, die teilweise mit Stahlseilen gesichert waren.

Anschließend trennten uns nur noch ein kleines Schnee- und Geröllfeld vom langersehnten Gipfel, den wir nach fünf Stunden und 1070 hm erleichtert erklommen.

Der zweite Dreitausender für alle, die schon 2020 dabei waren. Nach ein paar Erinnerungsbildern, dem Eintrag ins Gipfelbuch und einer Essenspause (der Laib Brot, Aufstriche und Salami mussten schließlich auch verspeist werden) ging es wieder runter, denn für den Mittag war schlechteres Wetter gemeldet. Im Anschluss genossen wir gemeinsam den wohl verdienten Apfelstrudel, Kaiserschmarrn und die heiße Schokolade auf der Terrasse der Hütte. Auch Leon hatte Lust auf eine neue Frisur, der Friseursalon eröffnete erneut und unter kritischer Beobachtung schnitt Leonhard ihm einen Mullet. Die unbeständige Wettervorhersage und der anspruchsvolle Weg auf den Gletscher veranlassten uns dazu, am darauffolgenden Tag die Rettungsübungen der Gletscherausbildung in Hüttennähe zwischen Steinen zu machen. Dabei lernten wir verschiedene Wege kennen, wie man eine Person aus einer Gletscherspalte rettet und probierten diese aus. Das Wetter hielt und wir entschieden uns, zum Abschluss dem Bergsee einen Besuch abzustatten. Wir schwammen, flitschten Steine und sonnten uns. Die aufziehenden Wolken im Blick machten wir uns auf den Rückweg zur Hütte, packten unsere Sachen und räumten auf, um am nächsten Morgen wieder den Heimweg anzutreten.



Wir verbrachten eine schöne und interessante Woche zusammen, die den Abschluss unserer langjährigen Teilnahme der Kletter-AG bildete.

Vielen Dank Peter für die schöne Zeit zusammen, deine Expertise und die vielen Lebensratschläge über die Jahre.

Franka Fani, Sophia Siener, Leon Haug, Christoph Hörner, Julius Keller, Leonhard Koch, Vincent Volkmann und Peter Klein

Text: Christoph Hörner

Indienhilfe Trippstadt NALAM e.V.

Ein Weg aus der Unterdrückung für Waisenkinder

Indien ist das bevölkerungsreichste Land der Welt: voller Energie, Fortschritt und Visionen. Es investiert in IT, Raumfahrt und grüne Technologien. Doch Millionen leiden weiter unter extremer Armut. Besonders Frauen sind betroffen. Viele Kinder sind chronisch unterernährt, Zwangs- und Kinderehen sind Alltag.

Vor 11 Jahren gründeten wir unseren Verein. Schwerpunkt ist ein Mädchenwaisenhaus in Südindien. Dort leben 155 Kinder bis zur 10. Klasse, obwohl eigentlich nur Platz für 120 ist. Das zeigt den großen Bedarf - und auch unseren Erfolg. Für nur 1 € pro Tag erhalten die Mädchen Bildung, gesunde Nahrung, medizinische Versorgung und Geborgenheit. Zusätzlich finanzieren wir aktuell Aus- und Weiterbildung sowie Studien von 45 jungen Frauen. Die Kosten: nur 1.400 € pro Jahr inklusive Unterkunft, Lernmaterial und Verpflegung.

2025 erhielten 12 Mädchen ohne Ausbildungsreife eine Nähmaschine und Startkapital, um eine Schneiderei zu eröffnen (Gesamtkosten 6.000 €). 90 % unserer bisherigen Kleinstprojekte machen die Frauen dauerhaft unabhängig.

Dieses Jahr begleitete mich Dr. Ruth Herzog, Ärztin für Allgemeinmedizin. Sie behandelte liebevoll im Waisenhaus, doch es fehlt an Geld für Operationen, Zahnersatz, Brillen und Hauttherapien.

Während unserer Projektreise besuchten wir auch wieder Frauen, die Ziegen und Kühe erhalten hatten. Ihre Dankbarkeit ist überwältigend.





Erfolge 2025:

- Waisenhaus mit 165 Mädchen: 60.000 €
- 10 junge Frauen in Krankenschwester-Ausbildung: 15.000 €
- 35 Studentinnen in Pflege, Pharmazie, Medizin, Labor, Agrarkultur: 50.000 €
- 8 Laptops, Bücher, Rucksäcke: 5.000 €
- Photovoltaik-Ausbau, Dach- und Gehwegreparatur: 30.000 €

Großer Bedarf 2026:

- Neubau Wohn- und Schlafbereiche (Asbest- und Einsturzgefahr): 100.000 €
- Unterhalt für 155 Mädchen: 56.000 €
- Studiengebühren 45 Studentinnen: 65.000 €
- Bücher, Hefte, Schuluniformen: 7.700 €
- Bibliothek: 6.000 €
- Laborausstattung: 6.750 €
- Solar-Wasserheizungen: 5.500 €
- Straßenlaternen für Sicherheit: 4.200 €
- Waschmaschine und Trockner: 4.800 €

Mit Ihrer Hilfe schenken wir diesen Mädchen ein würdevolles und selbstbestimmtes Leben. Spenden, Patenschaften und Anfragen sind jederzeit willkommen. Spenden sind steuerlich absetzbar.

Kontakt: Ute Keller, 1. Vorsitzende

Telefon: 06306 99 12 12

Indienhilfe Trippstadt NALAM e.V.

Email: nalam@t-online.de

www.nalamindia.org

Spendenkonto: Indienhilfe Trippstadt NALAM e.V.

Sparkasse Kaiserslautern

IBAN: DE33 5405 0220 0000 58 16 29

BIC: MALADE51KLK

Mit großer Dankbarkeit nehmen wir Ihre Hilfe an.
Ute Keller

Text und Fotos: Ute Keller

Teilnahmebedingungen

für Kurse und Touren der DAV Sektion Kaiserslautern e.V.

Wir freuen uns, dass Sie mit uns unterwegs sein wollen! Damit bereits im Vorfeld die wichtigsten Regeln bekannt sind, erhalten Sie nachfolgend einen Überblick über die allgemeinen Teilnahmebedingungen für Ausbildungskurse und Touren der DAV Sektion Kaiserslautern e.V.

1. Teilnehmerkreis

Grundsätzlich können an den Kursen und Touren der Sektion nur volljährige Vereinsmitglieder teilnehmen. Davon ausgenommen sind Veranstaltungen der JDAV, der Familiengruppen oder Veranstaltungen, die explizit auch für minderjährige Teilnehmer*innen ausgeschrieben sind. Ausnahmen davon kann die Kurs-/ Tourenleitung zulassen. Sie sind Mitglied einer anderen Sektion des DAV oder eines Verbandes mit Gegenrechtsabkommen (ÖAV, AVS, u.a.)? Dann können Sie als CMitglied unserer Sektion gleichberechtigt an unseren Veranstaltungen teilnehmen. Mitglieder*innen der DAV Sektionen, die eine Kooperationsvereinbarung mit der Sektion Kaiserslautern geschlossen haben, können auch ohne C-Mitgliedschaft gleichberechtigt an den Veranstaltungen teilnehmen. Nichtmitglieder können zum Zwecke der Mitgliederwerbung an bestimmten Veranstaltungen wie z. B. Theorieabenden und Tages-touren der Wandergruppe oder MTB-Gruppe teilnehmen, soweit dies in der Ausschreibung benannt ist oder die Kurs-/Tourenleitung es zulässt. Hinweis: Für Nichtmitglieder besteht dabei kein DAV Versicherungsschutz.

2. Persönliche Voraussetzungen

Bitte beachten Sie die in der Ausschreibung geforderten Anforderungen an Ihr körperliches Leistungsvermögen und den erforderlichen Wissens- und Erfahrungsstand. Diese Anforderungen sind verbindlich. Falls Sie sich nicht sicher sind, ob Sie alle Anforderungen erfüllen, kann Ihnen die Kurs- / Tourenleitung Auskunft geben. Sind Sie gesundheitlich oder körperlich eingeschränkt, müssen Sie die Kurs-/ Tourenleitung vor Ihrer Anmeldung darüber informieren. Mit Ihrer Anmeldung bestätigen Sie, dass Sie die angegebenen Voraussetzungen erfüllen.

3. Anmeldung

Bitte nehmen Sie in jedem Fall vor der Anmeldung Kontakt mit der Kurs- / Tourenleitung auf, um sich über die Anforderungen und den geplanten Ablauf der Veranstaltung zu informieren. Die Anmeldung erfolgt dann nach Zustimmung der Kurs-/Tourenleitung schriftlich mit dem Formular „Anmeldung für Kurse und Touren“ und wird mit der Zahlung der Anmeldegebühr auf das Ausbildungs- und Tourenkonto der DAV Sektion Kaiserslautern e.V. verbindlich.

Kreissparkasse Kaiserslautern

IBAN DE92 5405 0220 0000 0686 01

BIC MALADE51 KLK

Der Kurs-/ Tourenleitung steht es frei, Anmeldungen, die ohne ihre Zustimmung erfolgt sind, unberücksichtigt zu lassen.

4. Rücktritt von der Anmeldung

Falls Sie von Ihrer Anmeldung zurücktreten wollen, muss dies der Kurs-/ Tourenleitung und der Geschäftsstelle der Sektion schriftlich mitgeteilt werden. Bei Rücktritt bis 56 Tage vor Veranstaltung fallen keine Bearbeitungsgebühren an. Danach werden folgende Gebühren erhoben: Bei Rücktritt vom 55. bis 28. Tag vor Veranstaltungsbeginn 30 % des Veranstaltungspreises, mindestens jedoch 10€. Bei Rücktritt vom 27. bis 14. Tag vor Veranstaltungsbeginn 50 % des Veranstaltungspreises, mindestens jedoch 10€. Bei einem Rücktritt ab dem 13. Tag vor Veranstaltungsbeginn wird der volle Veranstaltungspreis berechnet. Ist eine Veranstaltung voll belegt und kann der Platz, der durch den Rücktritt frei wird, an eine Person von

der Warteliste vergeben werden, behalten wir 10€ Bearbeitungsgebühr ein. Erkrankung oder sonstige, auch unverschuldete Hinderungsgründe befreien nicht von der Zahlungspflicht.

5. Absage, Änderung und Abbruch der Veranstaltung

Die Sektion behält sich vor, Kurse und Touren kurzfristig abzusagen. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird, die Bedingungen vor Ort eine sichere Durchführung der Veranstaltung nicht zulassen oder die Kurs-/ Tourenleitung aus unvorhersehbaren Gründen nicht zur Verfügung steht und kein Ersatz gefunden werden kann. In diesem Fall werden keine Kurs- und Tourengebühren erhoben bzw. bereits eingezahlte Gebühren werden zurückbezahlt.

Die Erstattung weitergehender Schadenersatzansprüche ist ausgeschlossen. Der Kurs-/Tourenleitung steht es frei, den Ablauf und den Inhalt der Veranstaltung vor Ort zu ändern oder die Veranstaltung abzubrechen, wenn eine planmäßige Durchführung insbesondere aus den vorgenannten Gründen oder wegen Überforderung der Gruppe nicht möglich erscheint. Kursgebühren werden dann nur zu dem überschüssigen Teil, weitere Kosten für vermittelte Leistungen nur im Umfang der Erstattung dritter Vertragspartner erstattet. Bei verspäteter Anreise oder vorzeitiger Abreise besteht kein Anspruch auf geleistete Zahlungen oder Teilnahmegebühren.

6. Ausschluss vom Kurs/ von der Tour

Die Kurs- / Tourenleitung ist berechtigt, nach ihrem Ermessen Teilnehmer*innen von der Veranstaltung auszuschließen. Unter anderem können Personen ausgeschlossen werden, die den Anforderungen der Veranstaltung nicht gewachsen sind, die durch ihr Verhalten den Ablauf der Veranstaltung oder die Sicherheit der Gruppe gefährden oder die sich den sicherheitsrelevanten Anweisungen der Kurs-/ Tourenleitung widersetzen. Ebenso kann ausgeschlossen werden, wer nicht über die erforderlichen Ausrüstungsgegenstände verfügt (vgl. Ziff. 9) oder Anzahlungen (vgl. Ziff. 3, 8) nicht nachkommt. Über den Ausschluss, der auch nur teilweise erfolgen kann, entscheidet die Kurs- / Tourenleitung abschließend. Im Falle eines Ausschlusses werden weder Teilnehmergebühren noch weitergehende Ansprüche erstattet.

7. Teilnehmer-/ Kursgebühren

Der Preis beinhaltet, soweit nicht anders angegeben, ausschließlich die Kurs- bzw. Tourengebühr. Soweit nicht explizit benannt, sind Fahrt-, Verpflegungs-, Unterkunfts- und Materialkosten in der Teilnahmegebühr nicht enthalten.

8. Nebenkosten

Zur Vereinfachung der Durchführung kann die Kurs-/ Tourenleitung Leistungen Dritter wie z. B. Unterkunft, Verpflegung oder Transport vermitteln bzw. reservieren. Erforderliche Anzahlungen und Reservierungsgebühren werden von der Kurs- / Tourenleitung separat eingefordert. Zahlungsver säumnisse können zum Ausschluss von der Veranstaltung führen.

9. Ausrüstung

Die Teilnahme an den Veranstaltungen der DAV Sektion Kaiserslautern e.V. ist nur mit normgerechter Ausrüstung, die den Anforderungen der aktuellen Lehrmeinung des DAV entspricht, möglich. Die Kurs-/ Tourenleitung benennt vorab die erforderlichen Ausrüstungsgegenstände. Die Teilnehmer*innen müssen dafür Sorge tragen, dass sie spätestens zu Beginn der Veranstaltung über die benötigte Ausrüstung verfügen. Schadhafte, unvollständige oder überalterte Ausrüstung kann die Sicherheit des Einzelnen und der ganzen Gruppe beeinträchtigen. Aus diesem Grund kann mangelhafte Ausrüstung zu Einschränkungen

gen bei der Tour und somit auch zum Ausschluss Einzelner führen. In diesem Fall ist die Einschätzung und Entscheidung der Kurs-/ Tourenleitung verbindlich.

10. Anreise und Abreise

Die DAV Sektion Kaiserslautern verfolgt grundsätzlich das Ziel, klimafreundliche Kurse und Touren anzubieten. Bitte benutzen Sie soweit möglich öffentliche Verkehrsmittel oder bilden Sie Fahrgemeinschaften bei Benutzung von PKW. Bei Flugreisen soll eine CO2 Kompensation durch Kauf von Zertifikaten erfolgen. Die An- und Abreise sowie Fahrten während der Veranstaltung erfolgen grundsätzlich auf eigene Verantwortung und eigene Kosten.

11. Haftungsausschluss

Bei sämtlichen Veranstaltungen ist zu beachten, dass gerade im Berg- und Klettersport ein erhöhtes Unfall- und Verletzungsrisiko besteht, z. B. Absturzgefahr, Lawinen, Steinschlag, Spaltensturz, Höhenkrankheit, Kälteschäden etc. .. Dieses Risiko kann auch durch umsichtige und fürsorgliche Betreuung durch die eingesetzte Kurs-/ Tourenleitung nicht vollkommen reduziert und ausgeschlossen werden. Das Restrisiko müssen die Teilnehmer*innen selbst tragen. Weiterhin ist zu beachten, dass im Mittel- und Hochgebirge, vor allem in abgelegenen Regionen, aufgrund technischer oder logistischer Schwierigkeiten nur in sehr eingeschränktem Umfang Rettungs- und medizinische Behandlungsmöglichkeiten möglich sein können. Daher können auch kleinere Verletzungen oder Zwischenfälle schwerwiegende Folgen haben. Daher wird bei allen Teilnehmer*innen ein erhebliches Maß an Eigenverantwortung und Umsichtigkeit, eine angemessene eigene Vorbereitung und ein erhöhtes Maß an Risikobewusstsein vorausgesetzt. Es wird den Teilnehmer*innen deshalb dringend empfohlen, sich intensiv (z.B. durch Studium der einschlägigen alpinen Fachliteratur) mit den Anforderungen und Risiken auseinanderzusetzen, die mit der von ihm gebuchten Veranstaltung verbunden sein können. Eine Haftung für Schäden, die bei der Teilnahme an Vereinsveranstaltungen entstehen, ist über den Umfang der vom Deutschen Alpenverein abgeschlossenen Versicherungen hinaus auf die Fälle beschränkt, in denen einer für die Sektion tätigen Person Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last gelegt werden kann. Fälle einfacher Fahrlässigkeit sind durch die Haftpflichtversicherungen des Deutschen Alpenvereins abgedeckt. Die Teilnehmer*innen verzichten auf die Geltendmachung von Schadenersatz- und Entschädigungsansprüchen jeglicher Art wegen leichter Fahrlässigkeit gegen Tourenleiter, Ausbilder, andere Sektionsmitglieder und die Sektion soweit der Schaden nicht durch bestehende DAV-Versicherungen abgedeckt ist.

12. Datenschutz

Im Rahmen einer Veranstaltung ist die Verarbeitung personenbezogener Daten der Teilnehmer*innen durch die Sektion und durch andere Teilnehmer*innen unvermeidlich. Veranstaltungen des Alpenvereins dienen der gemeinsamen Freizeitgestaltung, haben damit eine starke soziale Komponente und können ohne eine gewisse Offenheit der Teilnehmer*innen nicht sinnvoll organisiert werden. Die Datenverarbeitung durch die Sektion erfolgt für folgende Zwecke auf der Basis der genannten Rechtsgrundlagen:

1. Abrechnung und sichere Durchführung der Veranstaltung, (Art. 6 Abs. 1 b DS-GVO „Vertragserfüllung“, Art. 6 Abs. 1 c DS-GVO „rechtliche Verpflichtungen“)
2. Kommunikation der Teilnehmer*innen untereinander. (Art. 6 Abs. 1 b DS-GVO „Vertragserfüllung“, Art. 6 Abs. 11 DS-GVO „berechtigtes Interesse“)
3. Pflege der Erinnerungskultur der Sektion (Art. 6 Abs. 1 f „berechtigtes Interesse“)
4. Freundschaftlicher Austausch unter den Mitgliedern der Sektion, einschließlich der nicht an der Veranstaltung teilnehmenden Mitglieder (Art. 6 Abs. 1 f „berechtigtes Interesse“)
5. Öffentlichkeitsarbeit der Sektion (Art. 6 Abs. 11 „berechtigtes Interesse“) Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass für Verarbeitungszweck Nr. 2, Kommunikation der Teilnehmer*innen

untereinander eine Teilnehmerliste mit Kontaktdaten und Notfall-Kontaktdaten an alle Teilnehmer*innen ausgegeben wird.

Im Rahmen einer Veranstaltung können folgende Daten verarbeitet werden:

1. Identifikationsdaten:
Name, Geburtsdatum, Mitgliedsnummer
2. Kontaktdaten: Anschrift, E-Mailadresse, Telefonnummer, ggfs. weitere, z.B. Messenger-IDs oder Social Media Kennungen
3. Abrechnungsdaten: z.B. Bankverbindung
4. Gesundheitsdaten: im Falle eines Unfalles im Rahmen der Veranstaltung.
5. Gesundheitsdaten: falls bei Teilnehmer*innen gesundheitliche Umstände vorliegen, die es geboten erscheinen lassen, den Veranstaltungsleiter oder sogar alle Teilnehmer*innen darüber zu informieren (z. B. Diabetes, Epilepsie, Hämophilie, Höhenangst, usw.)
6. Notfall-Kontaktdaten: (Daten einer nicht selbst teilnehmenden Person, die im Falle eines Notfalles, insbesondere eines Unfalles, als Ansprechpartner dient)
7. Veranstaltungsberichte
8. Bild-, Video- und Tonaufnahmen: (in der Folge nur noch als „Aufnahmen“ bezeichnet), die im Laufe der Veranstaltung angefertigt werden. Aufnahmen unterscheiden sich hinsichtlich des Umstandes, ob eine Person darin in „besonders hervorgehobener Weise“ dargestellt wird. Ist dies nicht der Fall, z.B. bei Gruppenbildern, sind die Verarbeitung und Veröffentlichung durch die Sektion durch die unter 12.1 genannten Rechtsgrundlagen abgedeckt. Für die anderen Fälle ist die explizite Einwilligung (nach Art. 6 Abs. 1 a) erforderlich.

Es gilt die Annahme, dass sich bei unseren Veranstaltungen persönliche Beziehungen ausbilden und die Teilnehmer*innen die Möglichkeit der Kommunikation untereinander auch über den Zeitraum der Veranstaltung hinaus schätzen. Daher halten wir weder unsere Veranstaltungsleiter noch die Teilnehmer*innen dazu an, Identifikationsdaten und Kontaktdaten der Teilnehmer*innen von ihren eigenen Systemen (gemeint sind v. a. Mobiltelefone) zu löschen. Einern Löschbegehren der Teilnehmer*in ist zu entsprechen, falls nicht schwerer wiegende, berechnigte Interessen anderer oder der Sektion entgegenstehen. Identifikationsdaten, Veranstaltungsberichte und Aufnahmen werden dauerhaft archiviert. Alle anderen Daten werden, soweit sie nicht aus von der Veranstaltung unabhängigen Gründen weiter gespeichert bleiben müssen oder ein berechtigtes Interesse der Sektion oder anderer Teilnehmer*innen (z. B. Rechtsstreitigkeiten) entgegensteht, im Laufe eines Jahres nach Abschluss der Veranstaltung gelöscht.

Im Rahmen einer Veranstaltung kommen Teilnehmer*innen in den Besitz personenbezogener Daten anderer Teilnehmer*innen. Alle Teilnehmer*innen verpflichten sich, mit diesen verantwortungsbewusst umzugehen und die Vertraulichkeit zu wahren. Alle Teilnehmer*innen sind verpflichtet, die Einwilligung zur Datenverarbeitung der Person, die als Notfall-Kontakt angegeben wird, sicher zu stellen.

Alle Teilnehmer*innen sind verpflichtet, nach Abschluss der Veranstaltung dem Ersuchen anderer Teilnehmer*innen auf Löschung deren personenbezogenen Daten nachzukommen, sofern nicht schwerer wiegende Gründe entgegenstehen.

Aus der Nutzung von Aufnahmen durch die Sektion können durch die Teilnehmer*innen keine finanziellen Ansprüche abgeleitet werden.

13. Salvatorische Klausel

Sollte eine Bestimmung dieser Teilnahmebedingungen unwirksam sein, berührt dies nicht die übrigen Bestimmungen.

Beschlossen in der Vorstandssitzung der DAV Sektion Kaiserslautern e. V. am 07.11.2019

Programm Ortsgruppe Idar-Oberstein

- Ansprechpartner:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de 0173/6840111
Stephan Rudy Stephan.rudy@web.de 0176/64369208
- Stammtisch:** Themen: Neuigkeiten, Termine, Unternehmungen
letzter Donnerstag im Monat, 20:00 Uhr
Hosser´s Hotel Restaurant, Idar-Oberstein
- Sommerfest:** Sonntag, 23.08.2026 ab 11:00 Uhr Freizeitplatz Kirn-Sulzbach
- Weihnachtsfeier:** Samstag, **12.12.2026**

Wanderungen

Frühjahrswanderung

- Tourbeschreibung:** „Auf, auf in den Frühling. In, um und rund um Reeelse herum“
- Ort / Treffpunkt:** Regulshausen
- Teilnehmerzahl:** unbegrenzt, um Voranmeldung wird gebeten
- Ansprechpartner:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de
- Wanderleiterin:** Janine Fernandez
- Termin:** Sonntag, **12.04.2026**

Herbstwanderung

- Tourbeschreibung:** „Durch die Ländereien und Höfe von Schloss Dhaun“
- Ort / Treffpunkt:** Parkplatz St. Johannisberg
- Teilnehmerzahl:** unbegrenzt, um Voranmeldung wird gebeten
- Ansprechpartner:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de
- Wanderleiter:** Jan Finteis
- Termin:** Sonntag, **11.10.2026**

Nikolauswanderung

- Tourbeschreibung:** „Mit Knecht Ruprecht auf der Suche nach dem Nikolaus“
- Ort / Treffpunkt:** Wird noch bekannt gegeben
- Teilnehmerzahl:** unbegrenzt, um Voranmeldung wird gebeten
- Ansprechpartner:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de
- Wanderleiter:** Peter Simon
- Termin:** Sonntag, **06.12.2026**

Klettern vor Ort

„Freies Klettern“ Idar-Oberstein

- Ort / Treffpunkt:** Kirner Dolomiten,
in den Wintermonaten: ungeraden Wochen im „Fitness- und Gesundheitspark“ in Kirchberg
geraden Wochen in der Kletterhalle „Rocklands“ in St. Wendel
- Termin:** Dienstags

„Abklettern“ Idar-Oberstein

- Termin / Ort:** Donnerstag, **31.12.2026** ab 13:00 Uhr mit Plätzchen und Glühwein Schwarze Wand, Kirn-Kallenfels
- Ansprechpartner:** Stephan Rudy Stephan.rudy@web.de 0176/64369208

Ausbildung Klettern

Eintägiger Basiskurs „Felsklettern“

- Kurzbeschreibung:** Draußenklettern für Einsteiger
- Kursinhalte:** Kletterausrüstung, Seil- und Knotenkunde, Grundlagen des Seilschaftskletterns, Abseilen
- Teilnehmerzahl:** begrenzt
- Kursort:** Kirner Dolomiten
- Termin:** Samstag, **25.04.2026**, 9:00 - 18:00 Uhr (Abfahrt/Ankunft an der Halle)
- Anmeldung:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de 0173/6840111
Torsten Klein Torsten-Klein@web.de 06781/24483
- Kursgebühr:** Sektionsmitglieder: 40,- €
Nichtmitglieder: 50,- €
Basisausrüstung wird gestellt

„Jenseits von ZU und AB“

- Kurzbeschreibung:** Zielgruppe des Kurses sind Draußenkletterer, die mehr wissen möchten.
Mögliche Inhalte: Rettungstechniken, Abseilalternativen, Seil- und Knotenkunde 2.0, Überlegungen im Vorfeld einer Tour..., kurz „Krisenmanagement“ für den Fall der Fälle
- Voraussetzungen:** selbständiges Klettern in Seilschaft
- Teilnehmerzahl:** begrenzt
- Kursort:** Kirner Dolomiten
- Kursleitung:** Torsten Klein
- Termin:** Samstag, **30.05.2026**
- Anmeldung:** Torsten Klein Torsten-Klein@web.de 06781/24483
- Kursgebühr:** keine Kursgebühr

Weitere Veranstaltungen der Ortsgruppe I-O

Umweltaktion in den Kirner Dolomiten

- Termin / Ort:** Samstag, **14.03.2026**, 11:00 Uhr
Parkplatz Oberhausener Felsen (bei Kirn)
- Ansprechpartnerin:** Jana Menßen jana-zie@web.de

Klettersteigtag in den Kirner Dolomiten

- Kurzbeschreibung** ca. 260m Klettersteig kreuz und quer über die Oberhausener Felsen – Ausrüstungsverleih - Kaffee und Kuchen- eine Kooperation der Ortsgruppe Idar-Oberstein mit X-Sport in Kastellaun
- Termin / Ort:** Sonntag, **05.07.2026** ab 10:00 Uhr
Oberhausener Felsen (bei Kirn)
- Ansprechpartner:** Heiko Kaiser heiko.kaiser65@t-online.de 0173/6840111
X-Sport info@x-sport.de 06762/401586

„Brutzeln und Klettern“

- Kurzbeschreibung** Freies Klettern und Wandern mit der Ortsgruppe Idar-Oberstein in den Kirner Dolomiten und gemeinsames Brutzeln
- Termin / Ort:** Samstag, **19.09.2026** ab 11:00 Uhr
„Schwarze Wand“, Kallenfels bei Kirn
- Ansprechpartner:** Lea Ulrich lea.ulrich@dav-kaiserslautern.de

Ortsgruppe Idar-Oberstein - Jugendgruppen

Jugendgruppe Idar-Oberstein I	4-9 Jahre
freitags alle 14 Tage (ungerade KW)	je nach Wetter und Jahreszeit im Boulderraum in I-O oder den Kirner Dolomiten ab 17:00 Uhr
Ansprechpartnerin	Jana Menßen jana-zie@web.de
Jugendgruppe Idar-Oberstein II	10-15 Jahre
freitags alle 14 Tage (gerade KW)	je nach Wetter und Jahreszeit im Boulderraum in I-O oder den Kirner Dolomiten ab 17:00 Uhr
Ansprechpartnerin	Lea Ulrich lea.ulrich@dav-kaiserslautern.de

Programm Ausbildung Klettern Halle

Klettern im Toprope:	Keine kletterspezifischen Voraussetzungen notwendig, Mindestalter 18 Jahre
Klettern im Vorstieg:	Voraussetzung Grundkurs A-Toprope oder vergleichbares Kompetenzniveau, Mindestalter 18 Jahre
Kursort:	DAV-Kletterzentrum Barbarosshalle, Kaiserslautern
Kursgebühr:	Sektionsmitglieder 30 Euro Fremdsektion 35 Euro, Nichtmitglieder 40 Euro
Anmeldung:	über das Kursprogramm auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de

07.03.2026	Topropekurs Klettern für Anfänger Keine Vorkenntnisse	Björn, Olek
18.04.2026	Vorstieg Klettern für Fortgeschrittene Topropekurs	Björn, Olek
13.06.2026	Mobile Sicherung Sicherer Vorstieg 5.Grad Halle Halle, Erfahrung am Fels (z.B. Kurs C - Von der Halle an den Fels)	Thorsten Andreas
20.06.2026	Trainingstag	Hannah, Björn

Für weitere Kurse siehe Kursprogramm auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de

Programm Kinder, Jugend, Familie

Kletterkrabbelgruppe » Die kleinen Füchse

Kurzbeschreibung: Eingeladen sind kletterbegeisterte Mamas und Papas mit ihren Babys und Kleinkindern von 0 bis 3 Jahren.

Was? Eltern-Kind-Treff zum freien Klettern für die Erwachsenen und Krabbelgruppe für die Kleinen

Wann? Immer montags von 9:30 -12:30 Uhr in der Barbarosahalle.

Voraussetzungen: Sektionsmitglied, sicheres Klettern und Sichern und Spaß am Betreuen von Babys/Kleinkindern

Kontakt: sonja.adler@dav-kaiserslautern.de



Wie man sehen kann, werden die kleinen Krabbelkinder langsam größer und wachsen langsam aus der kleinen Füchse Gruppe heraus. Deshalb suchen wir für das Jahr 2026 für unserer Kletterkrabbelgruppe **Die kleinen Füchse** Nachwuchs und auch eine/n neue/n Verantwortliche/n, um die Gruppe weiterführen zu können. Bitte bei Sonja melden.

Draußen Klettergruppe » Klettern für Kinder und Jugendliche draußen am Felsen

Kurzbeschreibung: Die im letzten Jahr ins Leben gerufene Draußenklettergruppe will weiter an den Felsen gehen. Habt Ihr Lust draußen am Felsen zu klettern, dann kommt doch mal vorbei! Ob Anfänger oder fortgeschritten, wir wollen zusammen die Gipfel der Südpfalz erklimmen, Abseilen und gemeinsam einen schönen Tag am Fels verbringen. Bei schlechtem Wetter sind wir in der Barbarosahalle und üben all das, was wir für das Klettern am Fels brauchen.

Termin: **25.01.2026**, jeden 4. Sonntag im Monat

Zeit: 9 Uhr – 18 Uhr (Abfahrt/Ankunft an der Halle)

Organisation: Lucas Deubert und Linus Kabs, deubertlucas@gmail.com, kabsi@web.de

Voraussetzungen: Ab 10 Jahren

Ausrüstung: Klettergurt, Kletterschuhe und Kletterhelm, Proviant für den Tag

MTB-Jugendgruppe » Mountainbiken für Jugendliche in der Gruppe

Termin: Von März – Oktober jeden ersten Dienstag, ab 17.30 Uhr bieten wir im Rahmen unserer Gemeinschaftstouren auch eine Tour für Jugendliche an.

Kontakt: mtb@dav-kaiserslautern.de

MTB-Gruppe für die Jahrgänge 2013-2016! » Mountainbiken für Kinder – nicht für Anfänger geeignet

Kurzbeschreibung: Wir freuen uns, eine neue Mountainbike-Gruppe für Kinder ins Leben zu rufen! Ab sofort bieten wir allen Kindern der Jahrgänge 2013 bis 2016 die Möglichkeit, unter fachkundiger Anleitung spannende Touren zu erleben und ihre Fahrtechnik zu verbessern.

Wann und wo? Die Gruppe trifft sich wöchentlich montags um 16:30 (außer in den Ferien). Der Treffpunkt ist am Ende der Straße „Im Jungwald“, am Wendeplatz (Adresse: Im Jungwald 43, 67663 Kaiserslautern).

Was erwartet euch? Unter der Leitung von Thomas erwarten Euch abwechslungsreiche Touren und Fahrtechnik-Training, das etwa 1,5 bis 2 Stunden dauert. Wir werden auf Singletrail-Skalen S1 unterwegs sein, also auf leichten bis mittellangen Trails mit kleinen Hindernissen. Ihr werdet viel über das richtige Fahren im Gelände lernen, dabei aber nie überfordert!

Wichtige Infos: Ihr solltet einen sicheren Umgang mit dem Mountainbike und Grundkenntnisse im Mountainbiken mitbringen. Bitte bringt ein eigenes Mountainbike mit (und vergesst nicht: ohne Fahrradständer).

Was erwartet euch? Die Schwierigkeit der Trails entspricht der Singletrail-Skala S1. Auf diesen Trails trifft ihr auf flache Wurzeln, kleine Steine, Wasserrinnen und Erosionsschäden. Der Untergrund kann stellenweise locker sein, und es geht teilweise bis zu einem Gefälle von 40% (22°). Keine Sorge, es gibt keine steilen Spitzkehren! Für den Umgang mit schwierigeren Passagen sind fahrtechnische Grundkenntnisse und ständige Aufmerksamkeit gefragt. Ihr lernt, wie man mit dosiertem Bremsen, Körperverlagerung und Fahrtechnik im Stehen die Herausforderungen meistert. Knieschoner sind übrigens nicht nötig!

Anmeldung: Bitte meldet euch vorher bei Thomas an unter: thomas.vollmar@dav-kaiserslautern.de.

Wir freuen uns auf viele motivierte junge Mountainbiker, die mit uns die Trails der Pfalz erobern!

Familien - Tagestouren

Kurzbeschreibung: Für das Jahr 2026 planen wir etwa alle zwei Monate eine Tages-Familientour und hoffentlich auch ein oder zwei Mehrtagestouren im Pfälzerwald oder in nahegelegenen Mittelgebirgen.

Folgende Termine stehen schon fest:

Tagestouren: 18. Januar 2026
15. März 2026
31. Mai 2026
15. November 2026

11.-13. September 2026 wollen wir ein Familien-Hüttenwochenende auf der DAV-Hütte der Sektion Ludwigshafen am Reinighof verbringen. Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Familien - Klettern Eltern mit Kindern

Kurzbeschreibung: Familienklettergruppe – Gemeinsam hoch hinaus
In unserer Familienklettergruppe möchten wir Kindern im Alter von 4 bis 12 Jahren die Möglichkeit geben, spielerisch erste Erfahrungen im Seilklettern in der Halle zu sammeln. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung, das gemeinsame Erleben in der Gruppe und das Stärken des Selbstvertrauens – ganz ohne Leistungsdruck oder sportliche Ambitionen.
Die Treffen finden etwa einmal im Monat statt und dauern jeweils zwei Stunden. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass die begleitenden Eltern über ausreichende Sicherungskennnisse verfügen, da keine Sicherung durch Dritte erfolgt. Für die Kinder selbst sind keine Vorkenntnisse nötig – nur Lust auf Bewegung und Neugier auf das Klettern.

Ansprechpartner: Sonja und Sebastian, sonja.adler@dav-kaiserslautern.de, sebastian.rau@dav-kaiserslautern.de

Termine:

Samstag	10. Januar 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	14. Februar 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	14. März 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	11. April 2026	14:30 - 17 Uhr
Sonntag	10. Mai 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	13. Juni 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	15. August 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	19. September 2026	14:30 - 17 Uhr
Samstag	24. Oktober 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	21. November 2026	09:30 - 12 Uhr
Samstag	12. Dezember 2026	14:30 - 17 Uhr



DAV
Deutscher Alpenverein
Sektion Kaiserslautern

Wir brauchen dich!
Ehrenamt im **DAV**

Gruppenmensch gesucht!

Du möchtest dich engagieren, dein Wissen weitergeben oder neue Erfahrungen sammeln? Dann bist du genau richtig in unseren Gruppen für **Aspiranten, Jugend, Senioren und Wanderer!**

Ob als Fachübungsleiter-Aspirant, Jugendleiter*in oder in der Organisation unserer Wander- und Seniorengruppen - bring deine Begeisterung fürs Draußensein und die Gemeinschaft ein.

Interessiert? Dann melde dich bei:
Elisabeth Wagner-Weig
info@dav-kaiserslautern.de

Programm Führungstour

Tour 01 » Schneeschuhbergsteigen Alpin – Schneeschuhbergsteigen um die Drei Zinnen

Kurzbeschreibung: Ausgangspunkt für unsere Touren ist Lago d'Antorno in den Sextner Dolomiten auf 1890 hm (www.lagoantorno.com). Sicherheit ist oberstes Gebot. Deshalb haben wir für die Gipfeltouren unseren altbekannten Bergführer Simon Kehrer (www.simon-kehrer.it) engagiert. Als Gipfeltouren sind geplant Monte Piana, Sextner Stein, Corno d'Angelo, Forcella della Neve.

Termin: 03. – 08.03.2026

Treffpunkt / Fahrt: Gemeinsame Fahrt mit Mietwagen und PKW, näheres wird in der Vorbesprechung abgestimmt

Kosten: 820 Euro pro Person, inklusiv Übernachtung mit HP (525 Euro / Person), mit örtlichem Bergführer, Fahrt mit Minibus und PKW (Hin- und Rückreise), Leihhausrüstung (Schneeschuhe, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde).

Organisation: Margot Sobotka, Annette Weisenstein;
E-Mail: ablammargot@yahoo.com

Voraussetzung: Ausdauer und Technik

Schwierigkeit: WT3 Anspruchsvolle Schneeschuhwanderung

Teilnehmerzahl: max. 13 Personen

Anmeldeschluss: 31.01.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Programm Gemeinschaftstour (ohne Führung)

Tour 02 » MTB-Tour - MTB-Trails Bad Münster

Kurzbeschreibung: In letzter Zeit wurde um Bad Kreuznach und Bad Münster eine Vielzahl neuer Trails angelegt und einige etablierte Lines legalisiert: Die Haardt-Lines am Dachskopf, der Corona-Trail, der Flak Trail, die Frei-Lauberline und noch ein paar mehr (<https://mtb-kh.de/home>). Der Charakter der Trails reicht von bikeparkähnlich bis naturbelassen, die Schwierigkeit von S1 bis S3. Neben den Trails bietet die Region um den Rotenfels eine beeindruckende Landschaft mit einer fast mediterranen Vegetation und fantastischen Ausblicken über das Nahetal. Auf dieser Tour verbinden wir einige der schönsten Trails der Umgebung mit landschaftlichen Highlights. Die Schwierigkeit der Trails passen wir an das Niveau der Gruppe an. Unterwegs bietet sich die Möglichkeit einzukehren. 35 km, 1100 hm

Termin: 09.05.2026

Treffpunkt / Fahrt: 10 Uhr am Bahnhof Bad Münster. Gemeinsame Anreise mit dem Zug möglich. Dauer: bis etwa 16:30 Uhr

Kosten: Verpflegung, Fahrtkosten

Organisation: Andreas Schmidt, E-Mail: andreasschmidt398@gmail.com

Voraussetzungen: Das müsst Ihr mitbringen: Ein für die Schwierigkeit der Tour angemessenes MTB oder EMTB, Sicherer Umgang mit dem Bike in S2-Gelände, Helm und ggf. Protektoren

Schwierigkeit: Singletrail-Skala S2

Teilnehmerzahl: Maximal 10 Personen

Anmeldeschluss: 31.03.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 03 » MTB-Tour - Waldmeister Trails, Hattgenstein

Kurzbeschreibung: Der Waldmeister-Trail führt durch schöne Laub- und Nadelwaldwaldpassagen bei Hattgenstein und Schwollen im Hunsrück-Hochwald. In Hattgenstein war ursprünglich eine Cross-Country-Strecke, die vor einigen Jahren zu einer großen Runde (Waldmeister-Trail) ausgebaut wurde. Man merkt diese Runde die Cross-Country Gene noch an. Sie zeichnet sich durch anspruchsvolle kurze Anstiege aus, in denen Kondition und technisches Können gefragt sind. Der Waldmeister-Trail besteht größtenteils aus naturbelassenen Trails, gelegentlich kombiniert mit Features wie Kickern und Steilkurven und aus Transferstücken auf Forstwegen. Die Schwierigkeit ist S1 bis S2.

Auf dieser Tour fahren wir die schönsten Abschnitte des Waldmeister-Trails und einige der Nebenlinien. Am Ende der Tour besteht die Möglichkeit zur Einkehr.

- Termin:** 22.08.2026
- Treffpunkt / Fahrt:** 10 Uhr am Aussichtsturm in 55767 Hattgenstein.
Leider keine Anreise mit dem Zug möglich. Dauer: bis ca. 15:30 Uhr
- Kosten:** Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Andreas Schmidt, E- Mail: andreasschmidt398@gmail.com
- Voraussetzungen:** Das müsst Ihr mitbringen: Ein für die Schwierigkeit der Tour angemessenes MTB oder EMTB, Sicherer Umgang mit dem Bike in S1-Gelände, Helm
- Schwierigkeit:** Singletrail-Skala S1 bis S2
- Teilnehmerzahl:** Maximal 10 Personen
- Anmeldeschluss:** 30.06.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 04 » Wandern Mittelgebirge - Albsteig HW1, 4. Teil

Kurzbeschreibung: Wir wandern weiter auf dem Albsteig über die Schwäbische Alb. Dieses Jahr von Thalheim nach Gosheim. Wie in den vergangenen Jahren übernachten wir in Gasthöfen, Hotels und Wanderheimen, daher wird kein Schlafsack benötigt. Das Gepäck tragen wir selbst, die Tagesetappen liegen um die 20km.

- Termin:** 28.04. – 03.05.2026
- Treffpunkt / Fahrt:** An- und Abreise erfolgen gemeinsam mit dem Zug ab/ an HBF Kaiserslautern
- Kosten:** Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Bettina Schuster, E- Mail: bettina8schuster@web.de
- Voraussetzungen:** gute Mittelgebirgs- Wanderausrüstung, Ausdauer und Trittsicherheit
- Schwierigkeit:** T2 - Berg-Wanderung
- Teilnehmerzahl:** max. 14 Personen
- Anmeldeschluss:** 15.01.2026 / Vortreffen erfolgt im Februar 2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 05 » Wandern Mittelgebirge - Moselsteig Teil 1

Kurzbeschreibung: In Tagesetappen von durchschnittlich 26 km geht es von Perl nach Trier. 2 Übernachtungen in einem Hotel an der Mosel, kurze Bahnfahrten, kurze An- und Abreise mit der Bahn am ersten bzw. letzten Wandertag.

- Termin:** 01. - 03.05.2026
- Treffpunkt / Fahrt:** Bahnhof Perl (gemeinsame Anreise möglich)
- Kosten:** Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Burkard Zill, E-Mail: hbzill@t-online.de
- Voraussetzungen:** gute Mittelgebirgs- Wanderausrüstung, Ausdauer und Trittsicherheit
- Schwierigkeit:** T2 - Berg-Wanderung
- Teilnehmerzahl:** max. 12 Personen
- Anmeldeschluss:** 31.01.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 06 » Wandern Mittelgebirge - Moselsteig Teil 2

Kurzbeschreibung: In Tagesetappen von durchschnittlich 23 km geht es von Trier nach Bernkastel. 3 Übernachtungen in einem Hotel an der Mosel, kurze Bahnfahrten, kurze An- und Abreise mit der Bahn am ersten bzw. letzten Wandertag.

- Termin:** 04. – 07.06.2026
- Treffpunkt / Fahrt:** Bahnhof Trier (gemeinsame Anreise möglich)
- Kosten:** Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Burkard Zill, E-Mail: hbzill@t-online.de
- Voraussetzungen:** gute Mittelgebirgs- Wanderausrüstung, Ausdauer und Trittsicherheit
- Schwierigkeit:** T2 - Berg-Wanderung
- Teilnehmerzahl:** max. 12 Personen
- Anmeldeschluss:** 31.01.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 07 » Wandern Mittelgebirge - Fränkischer Gebirgsweg, Teil 1

Kurzbeschreibung: Durchquerung dreier deutscher Mittelgebirge (Fränkische Schweiz/Fichtelgebirge/Frankenwald) als jeweils mehrtägige Etappentour über vier Jahre, insgesamt 428 km bis Hersbruck bei Nürnberg.
Teil 1, mittelschwer: Start in Blankenstein /Rennsteig (Untereichenstein), wir übernachten in Gasthöfen, Hotels und Wanderheimen, daher wird kein Schlafsack benötigt. Das Gepäck tragen wir selbst, die Tagesetappen liegen um die 20km.

Dich erwarten eindrucksvolle Landschaften, vielfältige Naturerlebnisse, stattliche Mittelgebirgsgipfel und eine Wandergruppe mit guter Ausdauer. Der Weg führt zum Teil am „Grünen Band“ entlang, der ehemaligen Zonengrenze.

Termin: 16. – 20.09.2026

Alle weiteren Infos folgen nach der Anmeldung.

Kosten: Fahrtkosten, Übernachtungen und Verpflegung

Organisation: Hans-Werner Kafitz, hawe85533@gmail.com,
Elke Boerner, elke.boerner@web.de

Voraussetzung: gute Mittelgebirgskondition, Ausdauer und Trittsicherheit

Schwierigkeit: T2 - Berg-Wanderung

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Anmeldeschluss: 15.03.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 08 » Alpinklettern Gemeinschaftstour mit Trainer

Kurzbeschreibung: Klettern in alpinen Mehrseillängen-Routen im Kalkfels des Tannheimer Tals.

Termin: 19. – 21.06.2026

Treffpunkt / Fahrt: Hüttenparkplatz Nesselwängle, Anreise gemeinsam möglich, Fahrgemeinschaften

Kosten: Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten

Organisation: Daniel Börtzler, E- Mail: danielboertzler@web.de

Voraussetzungen: Sicheres Klettern im Vorstieg im 4. Grad und Beherrschen des Nachstiegs im 5. Grad. Sicheres Beherrschen des Standplatzbaus (auch an fraglichen Fixpunkten) und der Abseiltechnik. Trittsicherheit in weglosem, schrofigem Gelände.

Gute Kondition für 6–8 Stunden Bergtour täglich, inklusive Klettern und die Bewältigung von ca. 500 HM im Zustieg.

Vollständige alpine Kletterausrüstung (Seil, Sicherungsgeräte, Gurt, Helm, Exen, Schlingen, Grundausrüstung mobile Sicherungen), wetterfeste Bekleidung.

Schwierigkeit: Schwierigkeitsbereich ca. UIAA IV–V. Routen von 6 und mehr Seillängen. Ausgesetztes Gelände mit teilweise längeren Hakenabständen (Plaisir-Alpin-Charakter). Zustiege von max. 600 HM. Mäßige Absicherung (mobile Sicherungen müssen verwendet werden). Absturzgefahr (im Fels und in den Zustiegen). Steinschlagrisiko. Wettersturz und Gewittergefahr im alpinen Gelände.

Teilnehmerzahl: max. 6 Personen

Anmeldeschluss: 31.03.2025

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 09 » Alpinklettern Gemeinschaftstour mit Trainer

Kurzbeschreibung: Klettern in zwei Schwierigkeitsoptionen: Sportklettern (lange Plaisirrouten) und anspruchsvolles Alpinklettern (Grat/Nordwand).

Termin: 03. – 06.07.2026

Treffpunkt / Fahrt: Fahrgemeinschaften ab Kaiserslautern

Kosten: Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten

Organisation: Marcus Rosenwirth, E- Mail: marcus.rosenwirth@web.de

Voraussetzungen: Ausrüstung Sport- und Alpinklettern (Muss mobil Sicherungsmaterial, Helm, Hochtourenausrüstung (je nach Route) und Zustiegsschuhe beinhalten.)

Option 1: Sportklettern / Alpispitze Nordwand (Plaisirrouten)

Sicheres Klettern von Mehrseillängen im 5. Grad. Sehr gute Kenntnis zum Standplatzbau in Plaisirrouten. Sicheres Legen von mobilen Sicherungen. Trittsicherheit in weglosem Gelände.

Konditionell müssen täglich ca. 500 HM bewältigt werden.

Option 2: Alpinklettern (Blassengrat / Jubigrat)

Sicheres Klettern im 6. Grad. Erfahrung im gestaffelten Klettern und Klettern am gleitenden Seil. Sicheres,

seilfreies Gehen bis zum 3. Grad. Sicheres Begehen von Firn und sichere Technik, um Stürze im Firn zu bremsen. Sehr gute Kenntnis zum Standplatzbau an fraglichen Fixpunkten. Sicheres Legen von mobilen Sicherungen. Trittsicherheit in weglosem Gelände.

Konditionell müssen täglich ca. 1000 HM im weglosen, alpinen Gelände in ca. 3000m bewältigt werden.

Schwierigkeit:

Mäßige Absicherung (insbesondere in alpinen Routen). Mobile Sicherungen müssen verwendet werden. Ständige Absturzgefahr (im Fels, am Grat und im Schrofen-/Geröllgelände). Gefahr durch Steinschlag. Wettersturzrisiko in exponiertem Gelände.

Option 1: Sportklettern / Alpspitze Nordwand (Plaisirrouten)

Lange Sportkletterrouten (auch in leichteren Graden) mit 6 und mehr Seillängen. Höhe ca. 2500m. Zustieg über wegloses Schrofen- und Geröllgelände (T4). Zustiege max. 600 HM. Option 2: Alpinklettern (Blassengrat / Jubigrat)

Lange, alpine Kletterroute im 4. Grad. Lange und sehr anspruchsvolle Grat-Kletterei. Höhe ca. 3000m. Zustieg über wegloses Schrofen- und Geröllgelände (T4/T5) im Absturzgelände. Tour mit mehreren Gegenanstiegen, ca. 2000 HM insgesamt.

Teilnehmerzahl: max. 6 Personen

Anmeldeschluss: 31.05.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 10 » Bergsteigen Alpin - Hochtourenwoche überm Piz- und Ötztal

Kurzbeschreibung: Gletschertourenrunde mit Start und Ziel Taschachhaus mit Gipfelbesteigungen. Je nach den Bedingungen vor Ort: Hinter Ölgrubenspitze, Weißseespitze, Hintereisspitzen, Fluchtkogel, Wildspitze.

Termin: **04. – 09.07.2026**

Treffpunkt / Fahrt: Fahrgemeinschaften

Kosten: Hüttenübernachtung, Verpflegung, Fahrt

Organisation: Emil Baqué, E-Mail: emil-baque@t-online.de

Voraussetzung: Hochtourenenerfahrung, Sicherer Umgang mit Seil, Pickel u. Steigeisen

Schwierigkeit: WS (wenig schwierig): Meistens noch Gehgelände, erhöhte Trittsicherheit nötig, Kletterstellen übersichtlich und problemlos. UIAA ab II. In der Regel wenig steile Hänge, kurze steilere Passagen, wenig Spalten.

Teilnehmerzahl: max. 12 Personen

Anmeldeschluss: 28.02.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 11 » Bergwandern Alpin - „Boomer Wanderwoche“ – im Stubai

Kurzbeschreibung: Unsere Wanderwoche ist ein eher spezielles Angebot, es richtet sich an die Boomer unter uns, als einzelne oder als Paar, die sich und anderen nichts mehr beweisen müssen, sondern gemeinsam eine ruhige, aber auch ereignisreiche Woche im schönen Stubai verbringen wollen. Von unserem Quartier aus, der Franz Senn Hütte, wollen wir je nach Wetter und Tagesform verschiedene Unternehmungen starten: von Blumenwiesen- und Kneippwanderungen, über Wanderungen auf umliegende, kleine Huwwel (kurze Anstiege mit Gipfelkreuz) bis zu anspruchsvollen Berg- oder gar Hochtouren. Oder wir klettern in den nahegelegenen Klettersteigen und Klettergärten auf der Suche nach dem sagemumwobenen Wellenbad, in dem wir vor ein paar Jahren beinahe mehrere Bergkameraden verloren hätten. Das Programm ist also vielfältig und kann individuell ausgelebt werden, vielleicht sogar auch mal den ganzen Tag mit einem Buch auf der Terrasse.

Termin: **02. – 08.08.2026**

Treffpunkt / Fahrt: In der Vorbesprechung werden wir noch die Details der Anreise und der Rückfahrt besprechen.

Kosten: Hüttenübernachtung, Verpflegung, Fahrt

Organisation: Horst Scherschel, E-Mail: horst.scherschel@dav-kaiserslautern.de

Voraussetzung: Je nach persönlichen Vorlieben unterschiedlich für Bergfreunde und Bergfexe

Schwierigkeit: Je nach Unternehmung, aber das wissen die Boomer..

Teilnehmerzahl: max. 10 Personen

Anmeldeschluss: 28.02.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 12 » Alpinklettern – 4 Tage Wettersteingebirge mit Besteigung der Zugspitze über das Höllental

- Kurzbeschreibung:** Anspruchsvolle, kombinierte Tour mit Klettersteigabschnitten, Gletscherüberschreitung und vielen Höhenmetern
- Termin:** Ende Juni oder Mitte August – nach Absprache mit der Gruppe:
19.- 23.06.2026 oder 14.- 18.08.2026
- Treffpunkt / Fahrt:** Nach Absprache in der Vorbesprechung
- Kosten:** Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Bernd Junglen und Daniel Jost, E-Mail: berndjunglen@web.de, djost1992@googlemail.com
- Voraussetzungen:** Sicheres Gehen mit Steigeisen auf Eis und Firn. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im ausgesetzten Gelände und am Klettersteig.
Sehr gute Kondition für Gehzeiten von 8 bis 10 Stunden und die Bewältigung von 1500+ Höhenmetern im Aufstieg.
Klettersteig-Set, Helm, Steigeisen/Grödel, Pickel/Stöcke, Anseilgurt, hochalpintaugliche Kleidung.
- Schwierigkeit:** Lange, konditionell fordernde Tour. Klettersteig-Passagen (B/C), Begehung des Höllentalferners (Spaltenzone). Lange Gesamtgehzeit (ca. 8–10 Stunden).
Spaltensturz auf dem Gletscher. Absturzgefahr im Klettersteig und den Felsstufen. Steinschlagrisiko (Klamm und Felsflanken). Wettersturz (insbesondere Gewittergefahr).
- Teilnehmerzahl:** max. 6 Personen
- Anmeldeschluss:** 31.01.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 13 » Bergwandern Alpin - Sentiero della Pace - Friedensweg 2. Teil

- Kurzbeschreibung:** Der Sentiero della Pace (SdP, Weg des Friedens / Friedensweg) ist ein technisch und konditionell sehr anspruchsvoller Fernwanderweg vom Stilfser Joch bis nach Sexten in den Dolomiten mit einer Länge von etwa 700 km und ca. 40.000 Höhenmetern. Insgesamt führt der SdP durch sechs in ihrer Unterschiedlichkeit beeindruckenden Alpenlandschaften und durch drei Regionen Italiens: Trentino-Südtirol, Lombardei, und Venetien. Der Weg leitet uns von den großen Gletschern und schroffen Bergen der Ortler- und Aamello-Prezanella-Alpen hinab in die mediterranen Gardaseeberge und hinüber in die bizarren Vizentiner Alpen. In den Fleimstaler Alpen führt er lieblicher durch Naturparks und ausgedehnte Wälder und endet in den imposanten Dolomiten. Der SdP ist nicht nur ein landschaftlich außergewöhnlich abwechslungsreicher Weg, er ist auch ein historisch bedeutender Weg, der auf nahezu jeder Etappe Einblicke in die Geschehnisse des Gebirgskrieges zulässt. Auf alten Kriegspfaden entlang der Frontlinie des Ersten Weltkrieges führt der Weg manchmal direkt durch Schützengräben und Tunnel.
Die Idee ist, dass wir den SdP in 5 Mehrtagestouren unterteilen, die wir über 5 Jahre einplanen wollen. Eine Anmeldung gilt immer nur für die je im aktuellen Jahr geplante Tour.
Dieses Jahr starten wir in Ladaro, 37km südwestlich von Trient, und laufen über Riva del Garda bis zum Monte Altissimo, dem südlichsten Punkt der Tour, und von dort in nord-östlicher Richtung bis Rovereto, von wo aus wir über Trient wieder nach Hause fahren werden.
- Termin:** **10. – 19.09.2026**
- Treffpunkt / Fahrt:** Anreise und Rückfahrt mit Bus und Bahn.
In der Vorbesprechung werden wir noch die Details der Anreise und der Rückfahrt besprechen.
- Kosten:** Hüttenübernachtung, Verpflegung, Fahrt
- Organisation:** Horst Scherschel, E-Mail: horst.scherschel@dav-kaiserslautern.de
- Voraussetzung:** Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, sehr gute Kondition für Gehzeiten bis zu gut 8 Std. erforderlich; im Schnitt gehen wir ca. 15 km in 7 Std. bei 950 hm rauf und runter.
- Schwierigkeit:** Schwere Bergtour bis T5
- Teilnehmerzahl:** max. 10 Personen
- Anmeldeschluss:** 28.02.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 14 » Alpinklettern **Gemeinschaftstour mit Trainer**

- Kurzbeschreibung:** Gut gesicherte Sportklettertouren, meist erst ab dem 5. Grad.
- Termin:** **03. – 06.10. 2026**
- Treffpunkt / Fahrt:** Nach Absprache in der Vorbesprechung
- Kosten:** Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Martin Bentz, Tel., E- Mail: martin_bentz@t-online.de
- Voraussetzungen:** Sicheres Klettern von Mehrseillängen im 5. Grad. Sehr gute Kenntnis zum Standplatzbau in Plaisirrouten. Sicheres Legen von mobilen Sicherungen. Trittsicherheit in weglosem Gelände. Konditionell müssen täglich ca. 300 HM bewältigt werden.
Komplette Ausrüstung für Mehrseillängen-Sportklettern: Helm (zwingend!), Gurt, Sicherungsgerät (MSL-tauglich), Bandschlingen, Prusikschlingen, Grundsortiment mobile Sicherungen (Klemmkeile, mittlere Friends), Seil (Doppelseile oder Einfachseil min. 60m), feste Zustiegsschuhe (T4-tauglich).
- Schwierigkeit:** Sportkletterrouten (auch in leichteren Graden) mit 3 Seillängen. Höhe ca. 1200m. Zustieg über wegloses Schrofen- und Geröllgelände (T4). Zustiege max. 300 HM.
Ständige Absturzgefahr (im Fels und im T4-Zustiegsgelände). Gefahr durch Steinschlag (im Zustieg und in der Wand). Risiken des Mehrseillängenkletterns. Wettersturzsrisiko.
- Teilnehmerzahl:** max. 6 Personen
- Anmeldeschluss:** 31.08.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Programm Ausbildung Alpin

Tour 15 » Trainingszeit **Bergsteigen**

- Kurzbeschreibung:** Verbesserung alpinistischer Fähigkeiten in Fels, Eis und Firn.
Alpen, Mittelgebirge; Klettergebiete in Europa und Halle.
- Termin:** **Monatlich (ganzjährig) sowie zwei Mehrtageskurse**
- Treffpunkt / Fahrt:** je nach Veranstaltung
- Kosten:** Kursgebühr für alle Veranstaltung im Jahr. 200 Euro, zzgl. Ggf. Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten
- Organisation:** Marco Elsner, E- Mail: marco.elsner@dav-kaiserslautern.de
- Voraussetzungen:** Klettern im Fels bis zum 6. Grad (mit mobilen Sicherungen) und sicheres Beherrschen der Hochtourentechnik. 1200 Höhenmeter im Gletscher- und alpinem Gelände müssen bewältigt werden können.
- Schwierigkeit:** Gletschertouren, auch auf 4000er. Klettern in alpinen, wenig gesicherten Touren mit mobilen Sicherungen bis zum UIAA IV–VI-Grad (mit mobilen Sicherungen) und sicheres Beherrschen der Hochtourentechnik.
Die alpinen Touren beinhalten spezifische Gefahren wie Spaltensturz auf Gletschern, Steinschlag und Absturzgefahr beim Klettern und im Expositionsgelände, sowie Wettersturz (insbesondere Gewitter, Kälte und Nebel).
- Teilnehmerzahl:** Warteliste

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 16 » Alpinklettern **Fortbildung „Behelfsmäßige Bergrettung Fels“ (Halle)**

- Kurzbeschreibung:** Wir erlernen die Seiltechniken für die Rettungsmethoden (Fels) für Notfallsituationen im Gebirge (Klettertouren): Knotenkunde, Rettungsmethodik nach oben und nach unten, Kursaufbau in Ausbildungsmodulen.
Die wichtigsten Infos wie Ausbildungsinhalte und Ausbildungsstruktur gehen Euch rechtzeitig zu. Gerne auch im Eigenstudium im Voraus vorbereiten.
- Termin:** **21.02.2026, 10:00 – 16:00 Uhr**
- Kursort:** Barbarossahalle: Kletterhalle DAV KL
- Kosten:** Kursgebühr: 30.- Euro / Person
- Organisation:** Thomas Breier und evtl. Werner Barthel und Marco Elsner, thomas.breier@dav-kaiserslautern.de
- Voraussetzung:** Etwas Alpine Erfahrung, Standplatzmethodik, Sicherungsmethodik, Mehrseillänge
- Teilnehmerzahl:** max. 8 Personen, nur DAV-Mitglieder
- Anmeldeschluss:** 31.01.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 17 » Alpinklettern Grundkurs Pfalz - Methodik: Mehrseillängen

Kurzbeschreibung: Wir erlernen das Klettern von Mehrseillängentouren in Seilschaft: Materialkunde, Standplatzmethodik, Sicherungsmethodik, Abseilorganisation. Die wichtigen Infos für diesen Kurs gehen Euch rechtzeitig zu

Termin: **Fr. 20.03.2026, 18.00 Uhr - 22.00 Uhr (Theorie)**

Sa. 21.03.2026, 8.00 Uhr Südpfalz (Praxis)

Kursort: Barbarossahalle: Kletterhalle DAV KL, Fahrgemeinschaft für den zweiten Tag in der Pfalz

Kosten: Kursgebühr: 40.- Euro / Person

Organisation: Thomas Breier, thomas.breier@dav-kaiserslautern.de

Voraussetzung: Vorstieg IV Grad UIAA in der Pfalz

Teilnehmerzahl: max. 5 Personen, nur DAV-Mitglieder

Anmeldeschluss: 01.03.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 18 » Alpinklettern Aufbaukurs Teil 2

Kurzbeschreibung: Wir starten vom Refugio Carlo Valentini, Sellapass, Dolomiten/Italien zu unseren Klettertouren im anspruchsvollen alpinen Gelände ohne Bohrhaken, üben die Wegfindung, das Sichern und die Handhabung des Doppelseils und das Abseilen

Termin: **24. – 28.06.2026**

Treffpunkt / Fahrt: Refugio Carlo Valentini, Fahrgemeinschaften ab Kaiserslautern.

Kosten: Kursgebühr 150 Euro, Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten

Organisation: Jochen und Werner Barthel, Zinching Dang E- Mail: werner.barthel@jb-photoworks.de, jba@jb-photoworks.de, zinching.dang@dav-kaiserslautern.de

Voraussetzungen: Vorstieg IV Grad UIAA Südpfalz
Kenntnis vom Legen mobiler Sicherungen

Trittsicherheit im weglosen Gelände

Besuch Kursteil 1 oder äquivalent

Schwierigkeit: Schwierigkeitsbereich bis V. Grad UIAA

Teilnehmerzahl: 9 Personen

Anmeldeschluss: 31.05.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Tour 19 » Alpinklettern Aufbaukurs Alpen Mehrseillängen, Kletterwoche im anspruchsvollen alpinen Felsen

Kurzbeschreibung: Wir erlernen das selbständige Durchführen von Mehrseillängen-touren im Gebirge in den Schweizer oder Österreichischen Alpen. Planung einer Klettertour, Erlernen der Standplatz- und Sicherungs- und Abseilmethodik, wir klettern in Seilschaften Alpintouren (relativ gut gesichert) und erlernen das sichere und effiziente Abseilen.

Die wichtigen Infos für diesen Kurs gehen Euch rechtzeitig zu. Vortreffen optional.

Termin: **23. – 26.08.2026, 4 Ausbildungstage, 3 Übernachtungen**

Treffpunkt / Fahrt: Hütte in der Schweiz oder Österreich, Fahrgemeinschaften ab Kaiserslautern.

Kosten: Kursgebühr 125 Euro, Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten

Organisation: Thomas Breier, thomas.breier@dav-kaiserslautern.de

Voraussetzungen: Kenntnisstand Alpingrundkurs Pfalz (oder vergleichbar), Vorstieg mind. IV-V Grad UIAA, Trittsicherheit in weglosem Gelände

Schwierigkeit: Schwierigkeitsbereich bis V. Grad UIAA

Teilnehmerzahl: max. 5 Personen

Anmeldeschluss: 01.07.2026

Die Anmeldung ist nur über die Seite „Kurse & Tourenprogramm“ auf unserer Webseite, dav-kaiserslautern.de, möglich.

Programm Wandern vor Ort

Mittwochswanderungen mit der Seniorengruppe

Tourenbeschreibung: Wir erwandern landschaftlich, naturkundlich oder geschichtlich interessante Wege und Ziele in der Pfalz und der näheren Umgebung mit Strecken von bis zu 10 km.

Anfahrt zu den Startpunkten unserer Wanderungen mit PKW, Fahrgemeinschaft ggf. möglich.

Termin: Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Ort/Treffpunkt: Kaiserslautern, 10:00 Uhr, Parkplatz Waldschlösschen (An der Treppe auf den Betze)

Ansprechpartner: Petra und Bernd Behrens Tel.06305-4149

Das Wanderprogramm und der Zeitpunkt des Treffens werden monatlich im Voraus per E-Mail bekannt gegeben; darüber hinaus veröffentlichen wir das Programm auf unserer Webseite: www.dav-kaiserslautern.de, unter dem Menu-Punkt „Referate Senioren“ Zur Aufnahme in den Senioren-Wanderverteiler bitte telefonisch bei Marita Schneider melden.

Sonntagswanderungen

Die einzelnen Sonntagswanderungen werden auf unserer Webseite www.dav-kaiserslautern.de angezeigt. Außerdem werden sie jeweils separat über den Sonntags-Wanderverteiler angekündigt.

Zur Aufnahme in den Sonntags-Wanderverteiler bitte per E-Mail melden: wandern@dav-kaiserslautern.de.

Aufgrund von sich verändernden Wetterbedingungen (Starkregen und Gewitter) kann es vorkommen, dass eine Tour kurzfristig verschoben werden muss.

Wir versuchen bei jeder Wanderung, ab dem Treffpunkt Barbarosahalle in Kaiserslautern Fahrgemeinschaften zu bilden. Es ist aber nicht gewährleistet, dass immer eine Fahrgemeinschaft zustande kommt. Ggf. sicherheitshalber bei der Ansprechpartnerin bzw. dem Ansprechpartner der jeweiligen Wanderung nachfragen.

Wir bieten verschiedene Arten von Sonntagswanderungen an, die sich in der Länge und im Schwierigkeitsgrad voneinander unterscheiden. In der Ankündigung werden die Wanderungen entsprechend bezeichnet:

- » Kurzwanderungen, leichte Wanderungen, bis 12 km
- » Mittlere Wanderungen, mittelschwere Wanderungen, ca. 12 km - 21 km
- » Weitwanderungen, anspruchsvolle Wanderungen, ab 21 km

Ansprechpartner:

Horst Scherschel, Wanderreferent

Tel.: 0157-583 7936,

horst.scherschel@dav-kaiserslautern.de



Wir brauchen dich!
Ehrenamt im 

Gruppenmensch gesucht!

Du möchtest dich engagieren, dein Wissen weitergeben oder neue Erfahrungen sammeln? Dann bist du genau richtig in unseren Gruppen für **Aspiranten, Jugend, Senioren und Wanderer!**

Ob als Fachübungsleiter-Aspirant, Jugendleiter*in oder in der Organisation unserer Wander- und Seniorengruppen - bring deine Begeisterung fürs Draußensein und die Gemeinschaft ein.

Interessiert? Dann melde dich bei:

Elisabeth Wagner-Weig

info@dav-kaiserslautern.de

Januarwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** 12. Glühweinwanderung: Hohenecken- Perlburg -Hohenecken
Wanderung mit ca. 18 km von Hohenecken über den Kohlkopf zur Perlburg und durch das Walkmühltal zurück nach Hohenecken.
- Termin:** Sonntag **25.01.2026**
- Ort/Treffpunkt:** Barbarossahalle: 09:00 Uhr (Fahrgemeinschaften) oder
08:30 Uhr Bushaltestelle Kaiserslautern Rathaus oder 09:15 Uhr Barbarossa Bäckerei in Hohenecken.
- Ansprechpartner:** Susanna und Hans-Werner Kafitz, Tel: 0172 – 4348121, hawe85533@gmail.com
- Anmeldung:** Wegen des Bedarfs an Getränken und Brezeln wird um frühzeitige Anmeldung gebeten. Anmeldung bei Susanna oder Hans-Werner

Februarwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Wintergrillen in Brennesseleck im Neuhöfer Tal
Wanderung mit ca. 15 km zwischen Trippstadt und Johanniskreuz auf schönen Wegen ins Brennesseleck wo wir grillen werden.
Eigene Verpflegung, Geschirr und Grillgut mitbringen, Getränke vor Ort.
- Termin:** Sonntag **22.02.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 9:30 Uhr Barbarossahalle, Fahrgemeinschaften oder 10 Uhr Parkplatz Campingplatz Sägmühle.
- Ansprechpartner:** Elke Boerner, Tel.: 0172/6799040, E-Mail: elke.boerner@web.de

1. Märzwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Rundwanderung im inneren Pfälzerwald bei Iggelbach
Wanderung mit ca. 21 km, drei Anstiege zusammen 440 hm. Vom Wanderparkplatz Stilles Tal – Geißkopf über die Ortslage Iggelbach zur Geißwiese und weiter zur historischen Geißkopfsiedlung. Abstieg über den Geißkopf (467 m) zur Gaststätte Stilles Tal in 500 m Entfernung zu unserem Parkplatz.
- Termin:** Sonntag **15.03.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 8:45 Uhr Barbarossahalle Kaiserslautern (Fahrgemeinschaften) oder um 9:30 Uhr Wanderparkplatz Stilles Tal – Geißkopf.
- Ansprechpartner:** Hans Peter Rauch, Tel.: 0151-7509 7773, hprauch@gmail.com

2. Märzwanderung (Weitwanderung)

- Tourenbeschreibung:** Lange Strecken-Wanderung von Wolfstein über den Remigiusweg nach Theisbergstegen
Der Remigiusweg ist eine der schönsten Wege der Westpfalz. In leichten Abwandlungen geht es auf 29 km u. a. über Königsberg und Potzberg mit tollen Rundblicken.
Wer noch nicht genug hat, kann noch 5 km weiter nach Kusel laufen und von dort mit dem Zug auf derselben Strecke zurückfahren.
- Termin:** Sonntag **29.03.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 8:30 Uhr Barbarossahalle Kaiserslautern (Fahrgemeinschaften) oder 9.15 Uhr Bhf. Theisbergstegen, mit dem Zug von KL Hbf. in 37 Min. erreichbar.
Rückfahrt von Theisbergstegen mit dem Zug nach KL Hbf. in 55 Minuten stündlich
- Ansprechpartner:** Burkard Zill, Tel.: 0151 57691353, hbzill@t-online.de

Aprilwanderung (Weitwanderung)

- Tourenbeschreibung:** Holzlandweg von Waldfischbach bis Steinalben
Streckenwanderung mit 27 km, 900 hm von Waldfischbach über Heideburg, Seelenfelsen, Heltersberg, Hirschalbermühle, Grauhansenfels, Ebig nach Steinalben. Einkehr im Naturfreundehaus Heltersberg
- Termin:** Sonntag **26.04.2026**
- Ort/Treffpunkt:** Kaiserslautern Hbf. um 09:15 Uhr, Abfahrt 09:35, Rückfahrt von Steinalben ab 17:06 Uhr stündlich.
- Ansprechpartner:** Harald Stössel, Tel.: 0173 6818702, harald.stoessel@dav-kaiserslautern.de

Für den Mai habt Ihr alle die Qual der Wahl!

1. Maiwanderung (Marathonwanderung)

Tourenbeschreibung: Freuen können sich alle Wanderfreunde auf eine abwechslungsreiche Tour durch die atemberaubende Landschaft des Donnersbergkreises mit fantastischen Ausblicken, geheimnisvollen Wäldern, weit auslaufenden Tälern, grünen Wiesen und natürlich dem imposanten Donnersberg. Ggf. wird neben dem Marathon auch wieder ein Halbmarathon sowie eine 30 km - Strecke geplant. Die Information stand zum Redaktionsschluss des Heftes noch nicht zur Verfügung. Deshalb bitte selbst informieren: <https://www.donnnersberg-touristik.de/de/veranstaltung/wandermarathon-am-donnnersberg>

Termin: Samstag (!) **09.05.2026**

Ort/Treffpunkt: 08:00 Uhr für den Marathon, Start- und Zielpunkt ist Steinbach am Donnersberg.

Voraussetzung: Marathon! Sehr gute Kondition und Durchhaltevermögen

Anmeldung: Die Anmeldung muss individuell beim Veranstalter erfolgen!

Ansprechpartner: wandern@dav-kaiserslautern.de

2. Maiwanderung (Uni-Villa-Wanderung)

Tourenbeschreibung: Unsere Uni-Villa-Wanderung führt durch wunderschöne Landschaften über verschlungene Pfade von Kaiserslautern über Waldleiningen bis zur Villa Denis in Frankenstein. Dort angekommen erwartet Sie im Villagarten ein großes Parkfest mit kulinarischen Köstlichkeiten, Musik, Kinderprogramm und vielem mehr. Zur Veranstaltung eingeladen sind neben den Angehörigen der RPTU auch alle Naturbegeisterten und Wander-Enthusiasten aus der Süd- und Westpfalz. <https://zsgw.rptu.de/events/uvw>

Termin: Samstag (!) **09.05.2026**

Ort/Treffpunkt: 08:30 Frühstück beim UNISPORT, RPTU in Kaiserslautern, 9:00 Uhr: Startschuss zur Wanderung der gesamten Strecke

Anmeldung: Keine Anmeldung erforderlich

Ansprechpartner: wandern@dav-kaiserslautern.de

3. Maiwanderung (Mittlere Wanderung)

Tourenbeschreibung: VitalTour Rheingrafenstein
Mittelschwere Wanderung, 18 km, VitalTour Rheingrafenstein zu zwei Höhenburgen, eiszeitlichen Felslandschaften und wunderbaren Weitblicken.

Termin: Sonntag **10.05.2026**

Ort/Treffpunkt: 8.15 Uhr Vorhalle Bahnhof Kaiserslautern oder um 9.30 Parkplatz Bad Münster/Stein

Ansprechpartner: Renate Schneider, Tel: 0176-7804 3223, renate.schneider.mehl@web.de

4. Maiwanderung (Mittlere Wanderung)

Tourenbeschreibung: Adolf von Nassau-Weg
Wanderung mit ca. 23 km, 450 hm. Kriegsberghütte bei Göllheim mit Schlusseinkehr in der Hütte, unterwegs Rucksackverpflegung.

Termin: Sonntag **31.05.2026**

Ort/Treffpunkt: 8:00 Uhr Barbarosahalle Kaiserslautern (Fahrgemeinschaften) oder 8:30 Uhr Parkplatz Kriegsberghütte bei Göllheim

Ansprechpartner: Axel Wolf, Tel.: 0176 34253334, mailanaxelwolf@web.de

1. Juniwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Donnersberg Trainingstour
Wir wandern auf dieser Trainingstour für die Alpen in sportlichem Tempo mit vielen Höhenmetern Zickzack auf und über den Donnersberg. Wer den Donnersberg kennt, kann sich schon auf einige Singletrails und wunderbare Ausblicke freuen. Ca. 26 km, 800 hm
- Termin:** Sonntag **07.06.2026**
- Ort/Treffpunkt:** Wird bei Anmeldung bekanntgegeben.
- Ansprechpartner:** Heike Raab, Tel.: 0172 6788875, heikeraab@web.de
- Anmeldung:** Bitte bei Heike vorab anmelden.

2. Juniwanderung (Wandermarathon des Heimatvereins Heltersberg e. V)

- Tourenbeschreibung:** Wandermarathon über 40 km, Halbmarathon über 25 km, sowie Kurzstrecke über 13 km. Start ab 7:00 Uhr am Vereinsheim Am Zimmerkopf. Für Verpflegung auf der Strecke ist wie immer bestens gesorgt.
- Termin:** Samstag **13.06.2026**
- Ort/Treffpunkt:** Vereinsheim am Zimmerkopf. Die Informationen standen zum Redaktionsschluss des Heftes noch nicht vollständig zur Verfügung. Deshalb bitte selbst informieren. <https://www.vgwaldfischbach-burgalben.de/kalender/2025-06-07-wandermarathon-des-heimatvereins-heltersberg-e.-v/>
- Anmeldung:** Die Anmeldung muss individuell beim Veranstalter erfolgen!
- Ansprechpartner:** wandern@dav-kaiserslautern.de

3. Juniwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Vive la france - Obersteinbach, Elsaß
Wir starten in Obersteinbach auf der französischen Seite und gehen entlang des Zundelsfelsens nach Schönau auf der deutschen Seite und in Richtung Klingelfelsen wieder zurück nach Obersteinbach. Die Einkehr erfolgt in Frankreich.
Die Tour umfasst ca. 19 km und 800 hm.
- Termin:** Sonntag **28.06.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 7:30 Uhr Barbarossahalle Kaiserslautern (Fahrgemeinschaften) oder 9:30 Uhr auf dem Parkplatz in Obersteinbach, Hauptstraße 40 (Rue Principale 40) neben dem Hotel/Restaurant Anthon.
- Ansprechpartner:** Caroline Frey und Martin Wiechmann, Tel.: 0176-46676530, martin_wiechmann@web.de

Juliwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Panoramaweg über Hardt, Runde von Neustadt / W.
Wanderung mit ca. 20 km, 730 hm vom Bahnhof Neustadt über die Ruine Wolfsburg zu den Aussichtspunkten Hoffels und Bergstein. Danach gibt es eine Rast im Weinbiethaus und dann wandern wir zurück zum Bahnhof Neustadt
- Termin:** Sonntag **19.07.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 8:30 Uhr Bahnhofhalle Kaiserslautern oder 09:30 am Bahnhof Neustadt
- Ansprechpartner:** Susanna und Hans-Werner Kafitz, Tel: 0172 – 4348121, hawe85533@gmil.com

Augustwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Rundweg ab Rahnenhof
Wir starten vom Naturfreundehaus Rahnenhof und laufen ca. 21 km, 470 hm über Höhnlingen zum Forsthaus Lindemannsruhe, wo wir Mittagsrast machen. Von da aus geht es durch lichten Kiefernwald zum Ungeheusersee. Hier können wir bei Bedarf nochmals rasten. Vom Ungeheusersee wandern wir an Altleiningen vorbei zurück zum Rahnenhof.
- Termin:** Sonntag **23.08.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 08:45 Uhr Barbarossahalle Kaiserlautern (Fahrgemeinschaften) oder am Naturfreundehaus Rahnenhof um 9:30.
- Ansprechpartner:** Peter Böttcher, Tel: 0151-4341 4049, peter.boettcher@mail.de

Septemberwanderung (Weitwanderung)

- Tourenbeschreibung:** Weinsteig 4. Teil
Wanderung auf den Spuren des Weinsteigs mit 24km, 900hm. Wir starten in Albersweiler, von dort über den Orensfels nach Dernbach, weiter zur Jungpfalzstätte. Danach Abstieg nach Annweiler mit Einkehr. Rückfahrt per Zug nach Kaiserslautern.
- Termin:** Sonntag **20.09.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 08:15 Uhr KL HBF Vorhalle nach Albersweiler oder Albersweiler Bahnhof um 09:30 Uhr
- Ansprechpartner:** Bettina Schuster, Tel: 0160-9590 3602, bettina8schuster@web.de

Oktoberwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** Deidesheim über Eckkopfturm zur Deidesheimer PWV Hütte
Wanderung mit ca. 18 km, 410 hm. Vom Bahnhof Deidesheim zu den Heidenlöchern am Kirchberg und vorbei am Eckkopfturm zur Deidesheimer PWV Hütte. Dort kehren wir ein und laufen dann wieder zum Bahnhof in Deidesheim zurück.
- Termin:** Sonntag **11.10.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 8:30 Uhr Bahnhofhalle Kaiserslautern oder 09:45 am Bahnhof Deidesheim
- Ansprechpartner:** Susanna und Hans-Werner Kafitz, Tel: 0172 – 4348121, hawe85533@gmail.com

Novemberwanderung (Weitwanderung)

- Tourenbeschreibung:** Stumpfwald und oberes Eistal
Wanderung mit 25 km, 370 hm im Stumpfwald mit Schlusseinkehr im Naturfreundehaus Rahnenhof, unterwegs Rucksackverpflegung.
- Termin:** Sonntag **15.11.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 08:15 Uhr Barbarossahalle Kaiserslautern (Fahrgemeinschaften) oder 09:00 Uhr Naturfreundehaus Rahnenhof
- Ansprechpartner:** Axel Wolf, Tel.: 0176 34253334, mailanaxelwolf@web.de

Dezemberwanderung (Mittlere Wanderung)

- Tourenbeschreibung:** In KL, um KL, um KL herum – die Vierte!
Als Start dieser Umrundung von Kaiserslautern wanderten wir 2023 ganz im Osten von KL, 2024 ging es durch den nordöstlichen Wald über die Eselsführt durch den Hagelgrund zum Schallbrunner Weiher. 2025 wanderten wir weiter im Hagelgrund im Norden der Stadt, über den Ruhetalweiher und den Wiesenthaler Hof durch schöne Wälder bis auf die Erzhütten und waren somit im Westen Kaiserslauterns angelangt. 2026 starten wir auf den Erzhütten und wandern ca. 17 km über Vogelwoog und Bännjerrück zur Burgruine Hohenecken, weiter über ein Bergfeld und den Espensteig zu unserem Ziel Dansenberg, zu unserer Schlusseinkehr mit Weihnachtsfeier - und damit sind wir im Süden Kaiserslauterns angekommen.
- Termin:** Sonntag **06.12.2026**
- Ort/Treffpunkt:** 9:15 Uhr Barbarossahalle Kaiserslautern, Fahrgemeinschaften oder 9:30 Uhr Primavera bei Skendo am TUS Dansenberg, Adresse: Am Handballplatz, 67661 Kaiserslautern-Dansenberg.
- Ansprechpartner:** Elke Boerner, Tel.: 0172/6799040, E-Mail: elke.boerner@web.de
- Anmeldung:** Um den Rücktransport zu den Autos planen zu können wird um frühzeitige Anmeldung bei Elke gebeten.