

Sommerprogramm 2025

Natur
Freunde
Gersthofen



In eigener Sache:

Liebe NaturFreunde und NaturFreundinnen,

im Sommerprogramm 2025 findet Ihr eine große Anzahl an Veranstaltungen, Trainings, Ausfahrten, Reisen und noch einiges mehr! Wir haben uns auch bemüht, schon einige Termine für Herbst/Winter mit reinzunehmen - so könnt Ihr langfristig planen.

Neu ist die Abgrenzung Programm/Guckloch. Termine findet Ihr nur noch hier im Programm, online auf der Homepage, in der App Klubraum und in der neuen Bike Community auf WhatsApp.

Das Guckloch dagegen legt den Schwerpunkt auf Berichte von stattgefundenen Veranstaltungen. Das nächste Guckloch erscheint voraussichtlich Ende April und für ca. 75% der Mitglieder nur noch online auf unserer Homepage. Mit der Umstellung auf „Online“ tragen wir unserem Umweltbewusstsein Rechnung. Wir sparen Papier und natürlich auch Kosten für Druck und Versand. Mitglieder ab 65 Jahren erhalten das Guckloch weiterhin in Papierform.

Nun viel Spaß beim Lesen und vor allem bei der Terminplanung – ich hoffe Euch auf möglichst vielen Veranstaltungen zu treffen.

Wir nutzen ab sofort für unsere Terminübersicht sowie Anmeldungen zu Veranstaltungen die App „Klubraum“. Diese ist sowohl für Android- als auch Apple- Geräte in den jeweiligen Stores verfügbar. Weiterhin bietet die App auch einen Zugriff via Webbrowser.

Für eine Anmeldung scannt Ihr einfach den QR-Code auf Eurem Handy und schon werdet Ihr zur Anmeldung weitergeleitet.

Mitglieder, die lieber über einen Webbrowser zugreifen möchten, nutzen bitte folgenden Link: **<https://web.klubraum.com/j/gjXPEIpev2ZcCp>**

Berg Frei Eure Babsi





Liebe Berg-, Wander- und Mountainbikefreunde, sowie anderweitig Interessierte:

Es geht bald wieder los!!! Fahrrad richten, Ausrüstung checken und los geht die Saison 2025!!! Wir, Axel Schimanski (Trainer C Mountainbike), Dieter Ortner und Florian Ortner als Berg- und Wanderreferenten (Trainer C), haben für Euch wieder interessante und teilweise anspruchsvolle Touren zusammengestellt.

Zur besseren Unterscheidung haben wir die einzelnen Fachgruppen farblich gekennzeichnet. Auch diesmal haben wir andere Sommeraktivitäten mit aufgenommen. Weitere Termine findet Ihr auch auf der letzten Seite in der Übersicht. Damit müsst Ihr nur noch dieses Sommerprogramm bereit halten und Ihr wisst, was wir alles in den Monaten März bis Dezember anbieten!

- Grün** **Bergsteigen**
- Orange** **Wandern**
- Blau** **Mountainbike**
- Pink** **Ortsgruppenveranstaltung**
- Rot** **Vereinsgelände**

Wir würden uns freuen, Euch bei der Einen oder Anderen Tour oder Aktion zu sehen!

Berg Frei!



Mitgliederversammlung

Liebe Mitglieder,

wir laden Euch am **Donnerstag, 20. März 2025, um 19:00 Uhr** herzlich zu unserer Mitgliederversammlung im **„Gasthof Hillenbrand“, Bauernstr. 13 in Gersthofen** ein. Das Protokoll der letzten Mitgliederversammlung wird nicht verlesen, sondern liegt zur Einsicht aus. Die Berichte aus den Sparten werden am Schluss in Form eines Bilderrückblickes präsentiert!

Tagesordnung:

- TOP 1** Begrüßung der Anwesenden
- TOP 2** Genehmigung der Tagesordnung
- TOP 3** Gedenken an Verstorbene
- TOP 4** Bericht des Vorstands
- TOP 5** Bericht der Kasse
- TOP 6** Aussprache zum Kassen- und Vorstandsbericht
- TOP 7** Bericht der Kontrollkommission
- TOP 8** Entlastung der Vorstandschaft
- PAUSE**
- TOP 9** Wahl zweiter Kassier
- TOP 10** Neuaufnahmen
- TOP 11** Ehrungen
- TOP 12** Verschiedenes

Anträge sind mindestens 7 Tage vor der Mitgliederversammlung in schriftlicher Form bei der Vorstandschaft einzureichen.

Mit der Bitte um zahlreiches Erscheinen grüßen wir Euch mit

„Berg Frei!“

Babsi Schimanski
1. Vorsitzende

Johannes Frank
Schriftführer

Bikesaison 2025

... startet bald durch! Jetzt ist die perfekte Zeit, Dein Bike fit zu machen: Kette checken, Reifen aufpumpen und rein ins Abenteuer der neuen Saison 2025! Wie gewohnt planen wir spannende Touren für alle Levels – von entspannten Ausfahrten bis hin zu actiongeladenen Bikepark-Sessions. Doch wie das Leben spielt, kann es ab und an zu Änderungen kommen: Eine Tour könnte ausfallen oder spontan eine zusätzliche ins Programm rutschen.



Immer up to date?

Lass Dich in unsere MTB WhatsApp Community aufnehmen und erfahre alles aus erster Hand!

Link: <https://chat.whatsapp.com/El1t1YcxQxCxJTM08xtvU>

Email: mountainbike@naturfreunde-gersthofen.de

Unser MTB-Trainer-Team 2025

Lerne unser engagiertes Team kennen:

- Axel
- Jonas
- Julius
- Patrick



Viele, viele Bike-Kids, das bringt uns MTB-Trainer an unser Limit. Wir brauchen daher dringend Verstärkung im Trainer Team. Nun bietet sich die einmalige Gelegenheit ohne großen Aufwand die Einstiegsausbildung, den sogenannten "MTB-Teamer" hier bei uns vor Ort zu absolvieren (St. Klaus Hütte Muttershofen 18. - 23. Juni). Wer hat dazu Interesse, möchte uns unterstützen oder kann sich vorstellen auch ein eigenes Programm anzubieten? - der spricht uns Trainer bitte einfach an! Übrigens - unser Verein übernimmt einen Großteil der Ausbildungskosten!

Im Herbst/ Winter 2025: Bildervorträge im DAV-Haus

Voraussichtlich samstags 19 Uhr

Termine und weitere Infos folgen auf der Homepage und im Newsletter

Florian Ortner: Aotearoa – ein Jahr im Land der langen weißen Wolke (Neuseeland)

Dieter Ortner: Tanzania - Land zwischen Steppe und Eis - Safaris und Kilimanjaro

Faustball

Faustball ist ein Rückschlagspiel, bei dem sich zwei Mannschaften aus je 5 Spielern auf zwei Halbfeldern gegenüberstehen, ähnlich wie beim Volleyball. Der Ball darf aber nur mit dem Unterarm oder der Faust gespielt werden. Dabei darf der Ball zwischen jeder Berührung einmal auf dem Boden aufkommen. Gespielt wird im Sommer auf Rasen und im Winter in der Halle. Wir treffen uns im Sommer mittwochs oder donnerstags um 17:30 Uhr auf dem Vereinsgelände und im Winter donnerstags um 19:30 Uhr in der neuen Pestalozzi-Turnhalle. Interessierte und neue Mitspieler sind jederzeit willkommen!

Infos unter faustball@naturfreunde-gersthofen.de oder einfach einmal vorbei schauen!

Bike-Training für Kinder und Jugendliche:

Auch in der neuen Saison bieten wir wieder unser beliebtes Bike-Training für Kinder und Jugendliche an! Dieses Jahr starten wir mit drei Trainingsgruppen, um noch besser auf die Bedürfnisse der verschiedenen Altersklassen eingehen zu können.

Wichtig: Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über unsere WhatsApp Community. Nach der Anmeldung halten wir Euch über eine spezielle WhatsApp-Gruppe über alle Infos auf dem Laufenden.

Link: <https://chat.whatsapp.com/Elc1tIYcxQxCxJTM08xtvU>

Trainingszeiten:

Das Training findet jeden Dienstag statt und dauert je Gruppe 1 Stunde.

Early Riders (5-8 Jahre)

Start: 29.04.2025

Uhrzeit: 17:00 - 18:00

Dienstag

Young Talents (9-13 Jahre)

Start: 29.04.2025

Uhrzeit: 18:00 - 19:00

Dienstag



Neues Biketraining für Jugendliche und Erwachsene 2025

Wir freuen uns, Euch dieses Jahr ein neues Trainingsformat anbieten zu können, das sowohl für Jugendliche als auch Erwachsene geeignet ist. Der Fokus liegt auf sportlichem Fahren und der Verbesserung der Fahrtechnik – ideal für alle, die ihre Skills ausbauen möchten!

Das Training findet im wöchentlichen Wechsel statt:

Jugend-Training

Ort: Vereinsgelände

Zeit: 17:00 – 18:00 Uhr

Inhalte: Fahrtechnische Grundlagen und Übungen im Bikepark – wie gewohnt aus den letzten Jahren

Gemeinsames Training für Jugendliche und Erwachsene

Ort: Umgebung (Trails und Wälder)

Zeit: 18:30 – ca. 20:30 Uhr

Inhalte: Gemeinsame Ausfahrten mit Fokus auf Trail-Technik und sportliches Fahren

Starttermin:

Dienstag, 29.04.2025

Das Training beginnt mit einer gemeinsamen Anmeldung, Information und Organisation durch Julius.

Das altbekannte Dienstagsradeln ab „Heimstättenweg“ entfällt mit dem neuen Format.

Anmeldung: In unserer WhatsApp Community

Link: <https://chat.whatsapp.com/E1e1t1YcxQxCxJTM08xtvU>



WICHTIG FÜR DIE TEILNAHME AM TRAINING SIND:

- einwandfrei funktionierendes Mountainbike
- Helm
- Handschuhe
- Rucksack (für Regenjacke, Ersatzschlauch und Utensilien)
- Brille (wäre von Vorteil, aber kein muss)
- mindestens ein halber Liter zum Trinken (am besten eine Trinkflasche)
- Ersatzschlauch für das Bike
- Beleuchtung (für die Heimfahrt)
- Kondition und Motivation für ca. 2 Stunden auf dem Bike
- Werkzeug/Utensilien

Wir freuen uns auf viele gemeinsame Fahrten, spannende Herausforderungen und eine sportliche Saison 2025!

Arbeitstouren im NaturFreunde Bikepark - 9:00 Uhr

15. März	09:00 Uhr
29. März	09:00 Uhr
22. November	09:00 Uhr

Hüttenputz

Auch auf unserer Hütte können wir uns keine festangestellten Hausmeister und Gärtner leisten. Wir sind daher auf Deine Mithilfe bei der Pflege unserer Hütte angewiesen. Denn wenn Du auf der Hütte z.B. deinen Geburtstag feierst, möchtest Du bestimmt eine saubere und gepflegte Hütte vorfinden. Dazu brauchen wir Deine Hilfe. Deshalb unterstützt uns an folgenden Terminen:

22. März	09:00 Uhr
18. Oktober	09:00 Uhr

Vereinsgelände – Bunter Abend am Lagerfeuer

Entspannt am Lagerfeuer sitzen, gemütliches Beisammensein oder vielleicht noch eine Runde DiscGolf oder Boule? Das gibt's heute ab 18 Uhr im Vereinsgelände. Getränke sind vorhanden. Grillgut bringt sich jeder selbst mit.

24. Mai	18:00 Uhr
01. August	18:00 Uhr
13. September	18:00 Uhr

NATUR FREUNDCHEN

Die Kindergruppe "Naturfreundchen" trifft sich immer einmal im Monat an einem Freitag von 16:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr auf dem Vereinsgelände. Wir basteln, bauen, schnitzen, spielen und vieles mehr! Wir freuen uns auf jeden, egal ob regelmäßig oder einmalig. Hier ist bereits das neue Programm für das Jahr 2025.

14.03. Tontöpfe bemalen und Pflanze säen

11.04. Ramadama, Müll sammeln rund ums Gelände

16.05. Kugelbahn bauen

06.06. Mückenspray selber machen

18.07. Stecken schnitzen, anschließend Stockbrot backen im Rahmen des Summer meets Winter

19.09. Wichteldorf bauen

17.10. Brettspielnachmittag

14.11. Theaterprobe für die Weihnachtsfeier

12.12. Generalprobe für die Weihnachtsfeier



Bei Interesse bitte jeweils vorher bei
Amelie anmelden: 0178/1443074

Fr. 11. April 2025: Die „Bike-Minis“ unsere Laufradgruppe

Die Laufradgruppe für unsere kleinsten Biker trifft sich wieder 1x im Monat (Freitag 16-17 Uhr) im Bikepark. Bei Regen fahren wir nicht.

Kontakt/Fragen Axel 01575 8901617 oder Ihr meldet Euch auch in der neuen WhatsApp Community an.

Die weiteren Termine:

- 09. Mai
- 06. Juni
- 18. Juli
- 05. September

So. 13. April 2025: Saisonopening Tour mit Axel

Abfahrt:	10:00 Uhr - Bikepark - Vereinsgelände
Höhenunterschied:	ca. 300 - 400 Hm
Länge:	ca. 30 - 40 km / ca. 2 - 3 Stunden
Beschreibung:	Einrollen, Grundlagentraining für die neue Saison auf Forstwegen und einfachen Trails irgendwo bei uns in den westlichen Wäldern.

Mo. 21. April 2025: Ostereiersuche

Der Osterhase hat sich angekündigt. Er versteckt seine Ostereier am Ostermontag ab 14 Uhr bei unserer St. Klaus Hütte in Muttershofen. Mal schauen, ob die Kids ein paar Eier finden.

Nach der hoffentlich erfolgreichen Suche ist für Kaffee und Kuchen gesorgt. Wir freuen uns auf einen schönen Frühlingstag.

Für die Kinder hat der Osterhase eine kleine Überraschung dabei. Da er hierfür seine Helfer braucht, bitten wir um Anmeldung bis 12.04.2025 unter osterhase@naturfreunde-gersthofen.de oder unter 08230/2891737.



So. 27. April 2025: MTB-Kids Tour 1 Derching

- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Waldparkplatz am Kohlstattweg, 86316 Friedberg
- Höhenunterschied:** ca. 200 - 300 Hm
- Länge:** ca. 10 km / ca. 1,5 - 2,5 Stunden
- Beschreibung:** Diese Tour ist ideal für Einsteiger und alle, die Spaß an einem entspannten MTB-Erlebnis haben. Die Strecke bietet alles, was das Mountainbike-Herz begehrt:
- Einfache Strecken: Perfekt für den Einstieg und um Sicherheit auf dem Bike zu gewinnen.
 - Leichte Trails: Abwechslungsreiche, aber nicht zu schwierige Pfade, die einfach zu meistern sind.
 - Wurzelteppiche: Leicht zu befahren und eine tolle Gelegenheit, die Balance zu üben.
 - Kleinere Absätze und Sprünge: Spielerische Hindernisse für alle, die sich etwas ausprobieren möchten.
 - Gediegene Anstiege: Sanfte Anstiege, die für jeden machbar sind, ohne aus der Puste zu kommen.
 - Gemütliches Tempo: Der Fokus liegt auf dem gemeinsamen Fahren und dem Spaß an der Tour.

Hinweis: Bitte denkt an Eure Schutzausrüstung (Helm, Handschuhe) und bringt ein funktionstüchtiges MTB sowie ausreichend zu trinken mit.

Wir freuen uns auf Euch und eine unvergessliche Tour!

So. 04. Mai 2025:

Überschreitung von Veitsberg (1787m) und Frechjoch (1788m) mit Abstecher aufs Thalerjoch (1775m)

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 5 Std.
- Höhenunterschied:** ca. 1000 Hm
- Ausgangspunkt:** Wanderparkplatz kurz vor Riedenberg bei Landl (Thierseetal)
- Einkehrmöglichkeit:** keine Einkehrmöglichkeit unterwegs!
- Ausrüstung:** G
- Voraussetzung:** GV
- Charakter:** Relativ einfache Überschreitung am äußersten Rand der Bayerischen Voralpen. Wenige steilere Passagen, die Trittsicherheit fordern. Großartiges Panorama und reizvolle Landschaft erwarten uns.
- Beschreibung:** Vom Parkplatz zunächst auf der Forststraße zur Veitsbergalm, später auf einem Steig und durch Latschen auf den Veitsberg. Anschließend nach kurzem Abstieg weiter hinauf auf das Frechjoch und über den Ostrücken weiter auf das Thalerjoch. Abstieg zunächst zurück zum Sattel und über die Thaleralm zur Riedebenalm. Über einen schönen Waldsteig hinab, die letzten Minuten wieder auf einer Forststraße zurück zum Parkplatz.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

Sa. 10. Mai 2025: **Wemding Sagenweg**

Abfahrt:	ca. 08:00 Uhr Parkplatz P+R Bahnhof Gersthofen
Gehzeit:	ca. 4,5 - 5,5 Std. / 14 km
Höhenunterschied:	220 Hm
Einkehrmöglichkeit:	Keine / Brotzeit unterwegs
Ausgangspunkt:	Wemding
Charakter:	Mittelschwere Wanderung mit gutem Schuhwerk
Beschreibung:	Wanderweg, teilweise auch auf naturnahen, pfadigen Wegstrecken, mit Steigungen, aber mit gutem Schuhwerk problemlos zu begehen.
Wanderleitung und Anmeldung:	Peter Pfundmeier Anmeldung erforderlich bis 03.05.2025! Eine Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.



Sa. 17. Mai 2025: „Gersthofen läuft!“ auf dem Vereinsgelände

Nach der verregneten Ausgabe im letzten Jahr, die trotzdem ein voller Erfolg war, hoffen wir nun wieder auf freundlicheres Laufwetter. Zusammen mit dem DAV Sektion Gersthofen, der Kolpingsfamilie Gersthofen und den Gersthofer Partyfreunden geht es in die dritte Ausgabe des Spendenlaufs, dessen Erlös karitativen Einrichtungen in Gersthofen zugutekommt.

Bei einem Spendenlauf sucht sich jeder Läufer einen Sponsor, der pro gelaufener Runde einen vorher festgelegten Betrag spendet. Gelaufen wird auf einer ca. 350m langen Runde auf dem Vereinsgelände, die beliebig oft in individuellem Tempo (Spazieren bis Joggen) bewältigt werden kann (auch in mehreren „Etappen“).

Begleitet wird die Veranstaltung von einem bunten Rahmenprogramm. Geplanter Zeitrahmen für den Lauf ist 13-18 Uhr. Anschließend Ausklang bei einer Party mit Live-Musik. Wir befinden uns aktuell noch in der Detailplanung. Weitere Infos und Details erfährt Ihr rechtzeitig über unseren Newsletter oder auf der Homepage. Achtet dann auch auf die Plakate in Gersthofen.

Wir benötigen wieder Helfer, Läufer, Kuchenspenden...



So. 18. Mai 2025: MTB-Kids Tour 2 Täferlingen- Aystetten

Spaß auf Trails für jedes Level - Young Talents (9-13 Jahre) und Begleitungen

Abfahrt: 10:00 Uhr - Wanderparkplatz, 86482 Aystetten

Höhenunterschied: ca. 200 - 300 Hm

Länge: ca. 10 km / ca. 2 - 3 Stunden

Beschreibung: Diese Tour richtet sich an alle, die Lust auf ein abwechslungsreiches Mountainbike-Erlebnis haben. Die Strecke kombiniert einfache Passagen mit etwas anspruchsvolleren Abschnitten – ideal, um neue Herausforderungen zu meistern.

- Einfache Strecken: Für entspannte Abschnitte und zum Genießen der Umgebung.
- Leichte Trails: Spielerische Trails, die Fahrspaß garantieren.
- Wurzelteppiche: Perfekt, um Balance und Technik zu üben.
- Kleinere Absätze: Hindernisse für erste technische Herausforderungen.
- Mittlere Anstiege: Hier könnt Ihr Eure Kondition testen – aber keine Sorge, wir nehmen uns Zeit.
- Steilere Abfahrten: Ein bisschen Adrenalin für alle, die sich trauen! Natürlich mit Tipps für die sichere Bewältigung.
- Gemütliches Tempo: Niemand wird zurückgelassen – wir fahren gemeinsam und sorgen für gute Stimmung.

Hinweis: Denkt bitte an Eure Schutzausrüstung (Helm, Handschuhe) und bringt ein funktionstüchtiges MTB sowie ausreichend zu trinken mit.

Freut Euch auf eine abwechslungsreiche Tour in wunderschöner Natur!

Sa. 24. Mai 2025: **Bergtour auf den Säuling (2047m) – Albert (Bertl) Krieger Gedächtnisbergtour**

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 7 Std.
- Höhenunterschied:** ca. 1350 Hm
- Ausgangspunkt:** Parkplatz Hohenschwangau
- Einkehrmöglichkeit:** Säulinghaus (1693m)
- Ausrüstung:** G
- Voraussetzung:** GV, ZV1
- Charakter:** Hochalpine Bergwanderung mit einigen Kletterstellen (Felsen, Ketten, Leiter) im steilen und ausgesetzten Gelände. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kletterkenntnisse im Fels (max. I. Schwierigkeitsgrad) sind Voraussetzung. Für den geübten Bergsteiger gut zu bewältigen.
- Beschreibung:** Die Tour startet gemächlich auf Forstwegen. Später auf einem Trampelpfad über eine Wiese und auf einen Steig im Wald. Weiter oben durch steile Schrofen in der Nordflanke hinauf in einen Sattel. Drahtseile und eine Leiter entschärfen die ausgesetztesten Stellen. Dann in Serpentinien über den breiten Rücken zum Gipfelaufbau. Abstieg auf die Südseite über einen steilen, mit Ketten versicherten Steig zum Säulinghaus. Weiter nach Westen, die Südflanke des Säulings querend und am Pilgerschrofen nach einem kurzen Gegenanstieg wieder auf die Aufstiegsroute. Am 25. Mai 1975 verunglückte unser NaturFreund Albert (Bertl) Krieger bei einer Klettertour am Pilgerschrofen tödlich. 50 Wanderer, die gleichzeitig auf dem Säulinghaus waren, hatten davon nichts mitbekommen. Das war ein schwerer Schock für alle Mitglieder der Ortsgruppe! Im September 1975 wurde an der Unglücksstelle ein Gedenkkreuz errichtet und für viele Jahre fand eine Gedächtniswanderung dorthin statt. Zum 50. Todestag von Bertl wollen wir in seinem Gedenken den Säuling überschreiten. Im Abstieg kommen wir am Gedenkkreuz vorbei. Eine kürzere und leichtere Variante zum Gedenkkreuz (ohne Gipfel) kann auf Wunsch durchgeführt werden.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

HÜTTENFEST

08.06.2025

10 - 18 Uhr

**St. Klaus Hütte
Muttershofen/Lützelburg**

Weißwurstfrühschoppen

Schmankerl vom Grill

hausgemachte Kuchen

**Das Fest findet bei jeder Witterung statt
Für musikalische Unterhaltung ist gesorgt**

So. 15. Juni 2025: MTB-Kids Tour 3 - Deuringen

Abwechslungsreiche Trails und Natur pur - Young Talents (9-13 Jahre) und Begleitungen

- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Unnamed Road, 86391 Stadtbergen
- Höhenunterschied:** ca. 200 - 400 Hm
- Länge:** ca. 15 km / ca. 2 - 3 Stunden
- Beschreibung:** Diese Tour bietet eine tolle Mischung aus Naturerlebnis und fahrtechnischen Herausforderungen. Ideal für alle, die sich auf dem Bike wohlfühlen und Lust haben, ihre Fähigkeiten weiter auszubauen.
- Einfache bis mittlere Strecken: Wechselnde Untergründe für mehr Abwechslung und Spaß.
 - Leichte bis mittlere Trails: Perfekt, um Fahrtechnik und Kontrolle zu trainieren.
 - Längere Wurzelteppiche: Hier könnt Ihr eure Balance und Technik ausbauen – mit kleinen Tipps von uns.
 - Kleinere bis mittlere Sprünge: Für alle, die ein bisschen Action wollen, aber alles in einem sicheren Rahmen.
 - Mittlere Anstiege: Eine kleine Herausforderung für die Kondition – mit ausreichend Pausen, falls nötig.
 - Gemütliches Tempo: Wir fahren als Gruppe, sodass jeder mitkommt und Spaß hat.

Hinweis: Bitte denkt an Helm, Handschuhe, eventuell leichte Protektoren und ein zuverlässiges MTB. Für längere Touren empfiehlt sich zusätzlich ein kleiner Rucksack mit Wasser und einem Snack.
Wir freuen uns auf Euch – lasst uns gemeinsam die Trails rocken!

Sa. 05. Juli 2025:

Bergtour auf das Grasköpf (1753m)

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 7 Std.
- Höhenunterschied:** ca. 1300 Hm
- Ausgangspunkt:** Wanderparkplatz bei Fall am Sylvensteinspeicher
- Einkehrmöglichkeit:** keine Einkehrmöglichkeit unterwegs!
- Ausrüstung:** G
- Voraussetzung:** GV, ZV1
- Charakter:** Lange, technisch nicht allzu anspruchsvolle Rundtour in Sichtweite des deutlich bekannteren Schafreuter. Einige ausgesetzte und seilversicherte Stellen erfordert dennoch Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
- Beschreibung:** Anfangs etwas eintönig auf einem Forstweg stetig, aber moderat ansteigend, später auf einem Pfad ausgesetzt und felsig zum Gipfel. Abstieg über den Wiesbauern-Hochleger, weiter neben der Klamm vorbei an Moosbach und Krottenbach. Final wieder auf einer Forststraße.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.



So. 06. Juli 2025: **Staudenfest der NaturFreunde Augsburg**

Wir wollen eine alte Tradition wieder aufleben lassen und unsere benachbarten NaturFreunde aus Augsburg bei ihrem Staudenfest besuchen. Jahrelang fuhren die Fröhschoppler mit dem Rad nach Herbertshofen, um sich an den kulinarischen Schmankerln und der Musik zu erfreuen.

Für alle interessierten Radler ist der Treffpunkt um 9:00 Uhr an der Lechbrücke in Gersthofen. Es geht gemächlich immer am Lech entlang. Rückfahrt eigenständig nach Lust und Laune.

Das Fest findet an der Vinzenz-Behr-Hütte (Fischerweg 13, 86405 Meitingen) statt. Beginn ist am Sonntag um 10:00 Uhr.



So. 13. Juli 2025: MTB-Kids Tour 4 - Treuchtlingen

Abenteuer für Fortgeschrittene - Young Talents (9-13 Jahre) und Begleitungen

Abfahrt: 10:00 Uhr - Uhlbergstraße 54, 91757 Treuchtlingen

Höhenunterschied: ca. 300 - 500 Hm

Länge: ca. 20 km / ca. 3 - 5 Stunden

Beschreibung: Diese Tour richtet sich an erfahrenere Biker, die Spaß an Herausforderungen haben und sich auf abwechslungsreiche und anspruchsvollere Trails freuen. Eine längere Strecke, knackige Passagen und jede Menge Action erwarten Euch!

- Einfache bis anspruchsvolle Strecken: Der ideale Mix aus entspannten Abschnitten und fordernden Herausforderungen.
- Mittlere bis anspruchsvolle Trails: Technisch abwechslungsreiche Abschnitte, die sowohl Geschick als auch Ausdauer verlangen.
- Größere Absätze möglich: Für alle, die sich trauen – oder einfach um zuzusehen und dazuzulernen.
- Kleinere bis mittlere Sprünge: Optimal für Fortschritte in der Sprungtechnik und für einen ordentlichen Adrenalinkick.
- Mittlere Anstiege: Kondition und Durchhaltevermögen sind gefragt, aber wir fahren in einem gemütlichen Tempo.

Gemütliches Tempo: Auch wenn die Tour anspruchsvoller ist, fahren wir als Gruppe und achten darauf, dass jeder gut mitkommt.

Hinweis: Diese Tour erfordert ein gutes Mountainbike und Schutzausrüstung (Helm, Handschuhe, Protektoren). Bringt ausreichend Wasser, Verpflegung und gute Laune mit. Bereit für ein unvergessliches Trail-Abenteuer? Wir freuen uns auf Euch!

Sa. 12. Juli - Fr. 18. Bergwoche im Verwall

Juli 2025:

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gezeit:** täglich zwischen 4-7 Stunden; bei zusätzlichen Gipfeln auch länger
- Höhenunterschied:** max. 1100 Hm Aufstieg; max. 1300 Hm Abstieg oder weniger
- Ausgangspunkt:** St. Christoph an der Arlbergpasshöhe (1793m)
- Zielort:** Pettneu (1222m)
- Übernachtung:** Kaltenberghütte, Konstanzer Hütte, Darmstädter Hütte, Niederelbehütte, Edmund-Graf-Hütte (2x)
- Ausrüstung:** G, Z1, Z2
- Voraussetzung:** GV, ZV1
- Charakter:** Abwechslungsreiche Bergwanderung in eine einsame Bergwelt. Grüne Landschaften wechseln mit hochalpiner Gegend ab. Neben einer guten Kondition sind Schwindelfreiheit und Trittsicherheit obligatorisch. Kletterkenntnisse oder Gletscherfahrung sind nicht notwendig.
- Beschreibung:** Wir werden an insgesamt 7 Tagen durch das Verwall zwischen Arlberg und Paznauntal, das größtenteils in Tirol aber teilweise auch in Vorarlberg liegt, wandern. Die Etappen bewegen sich oft im alpinen Gelände, sind aber in punkto Länge und Höhenmetern so gestaltet, dass genügend Zeit zum Genießen und Verweilen bleibt. Mit etwas Glück sehen wir einen der zahlreichen Steinböcke. Es bieten sich unterwegs auch mehrere Gipfelziele an, die nach Absprache bestiegen werden können. Höhepunkt wird der Hohe Riffler sein, der mit 3168m der höchste Punkt im Verwall ist.

Info und Anmeldung wegen Hüttenreservierung bis 31.03.2025 ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

Fr. 18. Juli 2025: Sommer meets Winter – die Apres Ski Party im Sommer

Die Skilehrer laden wieder zur großen Sommerparty ein! Ab 18 Uhr gibt es Lagerfeuer, Grillen, biken, Beachvolleyball usw....

Wir besorgen Getränke. Essen bringt sich jeder selbst etwas mit.

Fr. 25. Juli 2025: Bike Sommerfest am Bikepark

Bevor sich die meisten der großen und kleinen Biker in die Sommerferien verabschieden, treffen wir uns zu einer großen Biker-Sommerparty.

Programm:

1. Vereinsmeisterschaft MTB mit Action, Spiel und Spannung
2. Gemütliches Beisammensein am Lagerfeuer
3. Grill and Chill

Getränke stehen gegen Unkostenbeitrag zur Verfügung – Essen bringt sich jeder selbst mit.



Do. 07. August - Rasenkonzerte
So. 10. August 2025:

Ihr kennt das ja schon... in der Konzertwoche steht uns unser Gelände und der Bikepark nur eingeschränkt zur Verfügung. Die Bühne wird bereits ab Anfang der Woche aufgebaut. Bitte passt auf. LKWs, Stapler und noch so einiges ist bei uns im Gelände unterwegs.

Fr. 08. August 2025: Von Thannhausen zur Ziemetshauer Christophorus-Kapelle

- Treffpunkt:** ca. 08:00 Uhr P&R Bahnhof Gersthofen
- Gehzeit:** ca. 4–5 Stunden / ca. 12km
- Höhenmeter:** 180 Hm
- Ausgangspunkt:** Tannhausen
- Einkehr:** Keine / Brotzeit unterwegs
- Charakter:** Mittelschwere Wanderung mit gutem Schuhwerk
- Beschreibung:** Eine Rundwanderung zu einem bemerkenswerten Aussichtspunkt am Rand des Zusamtals. Der Weg führt uns zunächst durch das Thannhauser Erholungsgebiet Hansenhohl und auf abwechslungsreichen Wald- und Feldwegen hinüber ins Zusamtal zur Christophorus-Kapelle mit schöner Aussicht.
- Wanderleitung und Anmeldung:** Peter Pfundmeier
- Anmeldung erforderlich bis 01.08.2025!
Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

**So. 17. August
2025:**

MTB-Kids Tour 5 - Oberammergau

Bikepark-Marathon für echte Enthusiasten Young Talents (9-13 Jahre) und Begleitungen

- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Kreislainenweg, 82487 Oberammergau
- Höhenunterschied:** So viele Höhenmeter, wie die Beine hergeben!
- Länge:** So weit, wie die Ausdauer reicht – geplant sind 4–5 Stunden purer Bikepark-Spaß.
- Beschreibung:** Bereit für das ultimative Bikepark-Erlebnis? Diese Ausfahrt bietet alles, was das Herz eines Mountainbikers höherschlagen lässt. Hier könnt Ihr Euch austoben und Eure Skills auf ein neues Level bringen – der Bikepark Oberammergau hat für jeden etwas zu bieten.
- Alles, was der Bikepark hergibt: Von flowigen Strecken bis hin zu knackigen Herausforderungen – hier wird's garantiert nicht langweilig.
 - Kleine bis große Sprünge: Ideal, um an Deiner Sprungtechnik zu feilen oder einfach nur Spaß zu haben.
 - Holzelemente: Drops, Brücken und North-Shore-Features für die Extra-Portion Adrenalin.
 - Wurzelteppiche: Für Fans von technischen Herausforderungen und präziser Linienwahl.
 - Leichte bis schwierige Strecken: Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, hier findet jeder die passende Herausforderung.
 - Schlepplift fahren: Weniger pedalieren, mehr abfahren – damit bleibt die Energie für die Trails!

Hinweis: Diese Tour ist für erfahrene Biker geeignet. Ein gutes MTB, Helm, Handschuhe und Protektoren sind Pflicht. Denkt außerdem an ausreichend Verpflegung, Wasser und eine Extraportion Energie!

Freut Euch auf einen Tag voller Adrenalin, Spaß und unvergesslicher Bikepark-Action in Oberammergau!

**Sa. 23. - So. 24.
August 2025:**

Überschreitung des Säntis (2502m)

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** 1. Tag: ca. 4 ½ Std.; 2. Tag: ca. 5 ½ Std.
- Höhenunterschied:** 1. Tag: 1250 Hm Auf; 2. Tag: 380 Hm Auf; 1630 Hm Ab
- Ausgangspunkt:** Wasserauen (868m)
- Einkehrmöglichkeit:** Berggasthaus Rotsteinpass (2124m)
- Ausrüstung:** G, Z1, Z2
- Voraussetzung:** GV, ZV1
- Charakter:** Landschaftlich sehr schöne, abwechslungsreiche, teilweise ausgesetzte Überschreitung
- Beschreibung:** Vom Ausgangspunkt geht es zunächst gemütlich in knapp einer Stunde zum Seealpsee. Von da steiler werdend hinauf zu den Häusern der Meglisalp, und dann immer alpiner zum Rotssteinsattel zwischen Alpstein und Säntis. Hier steht das gleichnamige Berggasthaus, wo wir übernachten werden. Am nächsten Tag folgen wir dem Lisengrat, der bestens mit Drahtseilen gesichert und mit einem leichten Klettersteig vergleichbar (A) ist, allerdings sehr ausgesetzte Passagen und Querungen bereithält. Hier ist absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit notwendig. Nach ca. 1 ½ Stunden stehen wir auf dem Gipfel des Säntis (dem höchsten Punkt des Alpstein) und genießen (hoffentlich) die fantastische Aussicht. Der Abstieg hat wieder Wandercharakter, verlangt aber Trittsicherheit und geht steil, dann flacher werdend hinunter zum Berggasthaus Mesmer. Hier bietet sich nochmals ein Einkehrschwung an. Wir sehen schon den bekannten Seealpsee, bei dem wir dann auf den Aufstiegsweg treffen. In einer knappen Stunde sind wir wieder bei den Autos.
- Anmeldung:** **Info und Anmeldung wegen Hüttenreservierung bis 31.03.2025 ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.**

**Fr. 05. – So. 07.
September 2025**

Alpingrundausbildung für Kinder

- Teilnehmer:** Kinder im Alter von ca. 8-12 Jahren
- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** bis 4 Std.
- Höhenunterschied:** bis 500 Hm
- Ausgangspunkt:** Parkplatz Alpsee Bergwelt bei Immenstadt
- Übernachtung:** Kemptener NaturFreunde Haus
- Ausrüstung:** G, Z1; die Kinder sollen in der Lage sein ihren Rucksack selbst zu tragen (ca. 6kg)
- Voraussetzung:** die Kinder sollen gerne und sicher laufen (auch bergauf), alpine Vorkenntnisse sind nicht erforderlich
- Ausbildung:** Es werden grundsätzliche alpine Kenntnisse kindgerecht in Theorie und Praxis vermittelt (z.B. Rucksack packen, Karte und Kompass, Tourenplanung, Erste Hilfe). Spiel und Spaß kommen natürlich auch nicht zu kurz.
- Beschreibung:** Nach 2022 kehren wir mit der Alpingrundausbildung zurück zum Kemptener NaturFreunde Haus. Anreise in Fahrgemeinschaften. Nach der Auffahrt mit dem Sessellift in ca. 90 Minuten Gehzeit hinauf zur Hütte. Wir werden wieder die Alpsee Bergwelt (Hochseilgarten, Sommerrodelbahn) einbinden. Je nach Wetter und Interesse stehen mehrere kindergerechte Gipfelziele zur Auswahl. Für die Kinder wird im Rahmen der Alpingrundausbildung eine Komplettbetreuung angeboten.
- Kosten:** ca. 140€ p.P. - im Preis enthalten: 2x Übernachtung (Lager) und HP (früh und abend); Bergfahrt Sessellift, Hochseilgarten, Sommerrodelbahn
zusätzlich sind zu entrichten: Getränke und zusätzliche Speisen auf der Hütte, Fahrtkosten (werden geteilt)
Eine separate Ausschreibung mit weiteren Informationen wird nach Anmeldeschluss verteilt.
- Leitung:** Dieter und Florian Ortner
- Info und Anmeldung wegen Hüttenreservierung bis 11.05.2025 ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.**

**Fr. 12 - So. 14.
September 2025:**

Bike- Camp Innsbruck

Ein Highlight der Saison – unser Bike-Camp in Innsbruck. Wir übernachten im Haus der Innsbrucker Ministranten in Nähe des bekannten Bikeparks Innsbruck-Mutters. Das Haus hat insgesamt 38 Betten in Mehrbettzimmern und Lager. Auch dieses Jahr kochen wir wieder selbst. Dabei ist Eure Mithilfe notwendig!

Anreise in Fahrgemeinschaften am Freitag ab 8:00 Uhr oder wer erst später Zeit hat kommt nach. Heimfahrt am Sonntag nach Absprache

Programm:

Action und Fun im Bikepark und auf den Trails in der Umgebung Spiel und Spaß am/im Haus. Für die Nicht-Biker gibt es zahlreiche alternative Freizeitangebote!

Kosten für 2x Übernachtung / Vollpension

Kinder bis 15 Jahre 65.-€ - Ab 16 Jahren 70.-€
Liftkarten müssen extra bezahlt werden.

Ausschreibung mit Detailinfos bei den Trainern

Kinder ab 10 Jahren nehmen wir - solange Platz in den Autos ist - auch ohne Eltern mit. Wir freuen uns aber auch, wenn uns wieder einige Väter/Mütter begleiten!
Anmeldung bei Axel 01575 8901617



Mi. 24. September Tagesfahrt - Zauberhaftes St. Gallen in der Ostschweiz und die Schokoladenfabrik des Glücks

Beschreibung:

Wir erkunden die malerische feine Altstadt mit den wunderschönen Fachwerkhäusern und seinen 111 kunstvollen Erkern. Weiterhin das UNESCO-Weltkulturerbe Stiftsbezirk, die Fürstabtei, das Herzstück der Stadt mit seinen Perlen u.a. die prachtvolle Kathedrale. Anschließend freie Verfügung. Du genießt in einem der gemütlichen Cafés oder probierst in einer der traditionellen Wirtsstuben den Klassiker, die berühmte St. Galler Bratwurst. Weiterfahrt nach Flawil zu Maestrani's Chocolarium. Wir lüften das Geheimnis, wie das Glück in die Schokolade kommt und begeben uns auf eine „süße“ Reise durch die fantastische Erlebniswelt von Munz und Minor. Naschen erwünscht! Nach der Führung bleibt uns Zeit, köstliche Souvenirs zu erstellen und im gemütlichen Kaffee mit Terrasse einzukehren.

Reisepreis: EUR 65,00

Leistungen:

Fahrt im ***** Reisebus der Firma Nussbaum
1 ½ Stunden Altstadtführung St. Gallen in 2 Gruppen mit Stiftsbezirk
Eintritt und Führung Maestrani's Chocolarium Munz und Minor in 2 Gruppen
Kaffee und Butterbreze bei der Hinfahrt

Abfahrt: 7.00 Uhr am Rathausplatz

Verbindliche Anmeldung:

bei Christine ab 20.03.25 auf der Mitgliederversammlung des Vereins,
anschließend telefonisch unter 0821 493747 und per Email: c.von-boetticher@gmx.de

Überweisung: bis 15. August

IBAN: DE 73 7315 00000030 4702 49 Sparkasse Schwaben-Bodensee



Sa. 27. September **Bergtour auf die Benediktenwand (1800m)** 2025:

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 8 - 9 Std.
- Höhenunterschied:** 1250 Hm
- Ausgangspunkt:** Wanderparkplatz bei Mariabrunn
- Einkehrmöglichkeit:** Tutzinger Hütte (1327m)
- Ausrüstung:** G
- Voraussetzung:** GV
- Charakter:** Lange, vor allem konditionell fordernde Rundtour auf einen Klassiker. Meist eine Bergwanderung ohne große technische Schwierigkeiten. Die abgespeckten Schrofen und einige Drahtseile im Gipfelanstieg erfordern Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
- Beschreibung:** Aufstieg durch das Lainbachtal entlang des Wildbach-Lehrpfades. An einer Abzweigung steil in Serpentina durch den Bergwald zur Tutzinger Hütte. Leicht hinunter auf die markanten Nordabstürze der Benediktenwand zu und parallel zu den Felswänden hinauf in einen Sattel. Steil über teilweise drahtseilversicherte Felsen und ausgetretene Schrofen hinauf aufs Gipfelplateau. Abstieg über die einfachere Westseite zur Tutzinger Hütte und in weiterer Folge über die Kohlstattalm zurück zum Ausgangspunkt.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

Do. 02. Oktober -

Bike und Berg Touren in Spiczak/Tschechien

So. 05. Oktober 2025:

Unser Bike- und Bergwochenende führt uns dieses Jahr nach Tschechien!

Unsere Unterkunft, das Hotel <http://www.hotelbelveder.cz/belveder/> liegt zentrumsnah in Spiczak - bis zum Bikepark sind es 4km. Zahlreiche Bike- und Wandertouren im Böhmisches Wald warten auf uns.

Kosten: je nach aktuellem Wechselkurs ca. 130,- € für 3 Nächte inkl. Halbpension. Ihr bezahlt bei mir direkt vor Ort die tatsächlichen Kosten in Euro.

Donnerstag individuelle Anreise in Fahrgemeinschaften.

Treffpunkt zum Abendessen im Hotel.

Freitag/Samstag geführte Bike und Bergtouren

Sonntag Heimreise regeln die Fahrgemeinschaften. Für die Biker bietet sich z.B. ein Stop im Bikepark Geisskopf an.

Weitere Infos und Anmeldung bei Axel Tel: 01575/8901617



Sa. 25. Oktober **Bergtour auf Hörndlwand (1684m) und Gurnwandkopf (1691m)** 2025:

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 6,5 Std.
- Höhenunterschied:** 1000 Hm
- Ausgangspunkt:** Urschlau bei Ruhpolding
- Ausrüstung:** G
- Voraussetzung:** GV
- Charakter:** Mit der Aufstiegsvariante Jägersteig eine zumindest teilweise anspruchsvolle Überschreitung in grandioser Landschaft. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind obligatorisch.
- Beschreibung:** Auf einem Forstweg zunächst entlang der Urschlauer Ache, bevor es nordseitig auf die Hörndlwand zugeht. Über den steilen und ausgesetzten Jägersteig in die Scharte zwischen den beiden Gipfeln und in leichter Kraxelei auf die Hörndlwand. Zurück auf den Grat und weiter auf den Gurnwandkopf. Über ein Hochplateau und durch die Westflanke auf schmalen Pfaden hinab ins Hochmoor Röthelmoos. Von hier fast eben entlang am Bach zurück zum Parkplatz.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

**So. 26. Oktober
2025:**

MTB Season-End Tour mit Axel

- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Bikepark - Vereinsgelände
- Fahrzeit:** 2 - 3 Std.
- Höhenunterschied:** 300 - 400 Hm
- Länge:** 30 - 40 km
- Beschreibung:** Gemeinsamer Saisonabschluss der Biker – noch einmal über „Stock und Stein“ bei uns in den westlichen Wäldern



Mi. 17. Dezember Vorankündigung Weihnachtszeit im Erzgebirge 2025:

Tradition und Lichterglanz im Erzgebirge
Zeit der Bräuche, des Innehaltens und zugleich des fröhlichen Zusammenseins!

Geplant:



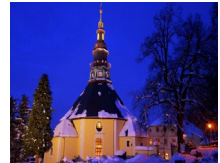
Fahrt mit Dampfeisenbahn nach Oberwiesenthal mit
Glühwein und Stollen



Gelebtes Handwerk in Seiffen - „Rachermanneln nabeln“ - kurze Führung und
kleines weihnachtliches Konzert in der berühmten evangelischen Bergkirche



Weihnachtsmarkt in
Annaberg-Buchholz



Die idyllischen Weihnachtsmärkte wie Annaberg, Schneeberg, Seiffen, Marienberg und
Freiberg sind geöffnet. Die Auswahl wird schwerfallen!

Unterkunft:

Gemütliches ***** Hotel Neustädter Hof in der Großen Kreisstadt Schwarzenberg

Ausschreibung im nächsten Guckloch und Winterprogramm 2025 sowie ab 01.05.25
auf unserer NF Homepage.

„Glück auf“ – Eure Christine

Veranstaltungen der Naturfreundejugend Bayern

Du wolltest immer schon Ferien mit Islandpferden machen, eine ganze Woche lang Klettern gehen oder ein cooles Sommercamp erleben? Dann schau doch einmal in das Programm der Naturfreundejugend Bayern. Dort findest Du viele spannende Angebote außerhalb unserer Ortsgruppe. Die Anmeldung erfolgt direkt bei der Landesjugend. Wenn Du Interesse hast, spreche doch andere Mitglieder an und vielleicht findet sich eine Gruppe aus Gersthofen, die gemeinsam teilnehmen möchte. Sprecht gerne auch Eure Trainer oder den Vorstand an, wenn es Fragen gibt.

www.bayern.naturfreundejugend.de

Veranstaltungen außerhalb der Ortsgruppe

Auch außerhalb unserer Ortsgruppe haben die NaturFreunde viele spannende Angebote. Ob Familienfreizeiten, Lehrgänge, geführte Touren oder kulturelle Angebote. Schaut doch einmal ins Programm der NaturFreunde-Erlebnis-Akademie (NeA):

www.naturfreunde-bayern.de/naturfreunde-erlebnis-akademie

Ausbildung bei den NaturFreunden

Ihr wollt Euer eigenes Können verbessern und/ oder selbst Touren organisieren? Dann werft doch einmal einen Blick in das Ausbildungsprogramm der NaturFreunde Deutschlands. Wenn Ihr Euch als Trainer für die Ortsgruppe zur Verfügung stellt, wird ein Großteil der Lehrgangsgebühren übernommen. Wendet Euch bei Interesse an den Vorstand. Unser Trainerteam ist froh über jede Unterstützung!

www.naturfreunde.de/trainer-ausbildung

Mountainbike

Um mit Euch wieder heil von der Tour nach Hause zu kommen, bitte folgendes beachten:
Zu jeder Tour gehören: Radl Helm, Radl Handschuhe, Brille, Rucksack, Regenbekleidung, Windjacke, Wechselwäsche, Sonnencreme, Mütze, Trinkflasche, Müsliriegel, Brotzeit o.ä., Erste Hilfe Set, Handy, Ersatzschlauch, Werkzeug, Luftpumpe

Wandern:

Bitte meldet Euch für die Veranstaltungen an, damit wir die Touren, Anfahrt und Fahrge-
meinschaften planen können. Zu jeder Tour gehören: Sonnenbrille und -schutz, Verpfle-
gung und Trinkflasche, Kleidung für alle Wetterlagen, Handy.

Bersteigen:

Bei allen ausgeschrieben Bergtouren werden die erforderlichen Voraussetzungen und
die Ausrüstung genannt (siehe nächste Seite!). Das sind Mindestanforderungen an Können
und Ausrüstung! Auch bei den als leicht ausgeschrieben Touren können sich einzelne
Passagen im absturzgefährdeten Gelände bewegen!

Bitte vor den Touren anmelden!

Eigene Ausrüstung (insbesondere Sicherheitsausrüstung, PSA) muss dabei in einem ein-
wandfreien Zustand sein. Die von den Herstellern angegebene Nutzungsdauer ist zu beach-
ten. Wir behalten uns ausdrücklich eine Kontrolle der Ausrüstung durch die verantwortlichen
Tourenleiter vor. Den Anweisungen der Tourenleiter ist Folge zu leisten. Bei Zuwiderhand-
lungen und unsicherer Ausrüstung behalten wir uns einen Ausschluss von der Tour vor.

Bei Hüttenreservierungen fallen ggf. Anzahlungen an. Diese werden an die Teilnehmer wei-
terverrechnet und sind ggf. im Voraus zu bezahlen. Stornobedingungen der Hütten werden
bei Anzahlung bekannt gegeben und ebenfalls an die Teilnehmer weitergereicht. Informati-
onen dazu können der jeweiligen Ausschreibung entnommen werden oder werden spätes-
tens bei Anmeldung kommuniziert.

Haftung:

Sämtliche Vereinstouren, die entweder nach Absprache durchgeführt werden, oder im Pro-
gramm angekündigt sind, sind über die NaturFreundeorganisation versichert. Alle Touren
werden im Rahmen der üblichen Sorgfaltspflicht von ausgebildeten Trainern geführt. Den-
noch ist jeder Teilnehmer eigenverantwortlich und Haftungsansprüche gegenüber dem
Referent oder dem Verein können nur im Falle von nachgewiesener grober Fahrlässigkeit
geltend gemacht werden.

Nichtmitglieder können nach Absprache an den Touren teilnehmen sind aber nicht über die
NaturFreunde versichert!

Grundausrüstung G:

Feste Bergschuhe, wetterfeste Kleidung, Mütze, Handschuhe, Sonnenschutz, Sonnenbrille, Wechselwäsche, Brotzeit, genügend zum Trinken (mind. 1 Liter), eventuell Stöcke, persönliche Apotheke, Handy

Zusatzausrüstung Z1 (Mehrstagestouren):

NaturFreunde und/oder AV-Ausweis, Hüttenschlafsack, Hüttenschuhe, Waschzeug, Geld, Stirnlampe oder Taschenlampe

Zusatzausrüstung Z2 (Klettersteig):

Hüftgurt, Klettersteigset, Helm, Klettersteighandschuhe, ggf. kurze Bandschlinge und ein Schraub-Karabiner (als Rastschlinge)

Zusatzausrüstung Z3 (Klettern):

Hüftgurt, Helm, mind. 1 HMS- Schraub-Karabiner, Abseilachter oder vergleichbares Sicherungsgerät, evtl. Kletterschuhe

Zusatzausrüstung Z4 (Hoch- /Eistour):

Helm, Hüftgurt, bei schwerem Rucksack ggf. Brustgurt und Bandschlinge zum Einbinden, Abseilachter oder vergleichbares Sicherungsgerät, mind. 1 HMS-Schraub-Karabiner, 2 lange Prusikschlingen, steigeisenfeste Bergschuhe, passende Steigeisen, ggf. Gamaschen, Biwaksack, Pickel, Gletscherbrille, Stirnlampe

Grundvoraussetzungen GV:

Kondition für min. 5 Std., Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

Zusatzvoraussetzung ZV1:

Kondition für mind. 10 Stunden

Zusatzvoraussetzung ZV2:

Kletterkenntnisse bis II. Grad; Abseilkenntnisse

Zusatzvoraussetzung ZV3:

Kletterkenntnisse bis IV. Grad; Sicherungskennnisse, Abseilkenntnisse

Zusatzvoraussetzung ZV 4:

Gehen auf Gletschern mit Steigeisen

Impressum:

Herausgeber:

NaturFreunde Gersthofen
Postfach 1102
86357 Gersthofen
info@naturfreunde-gersthofen.de
www.naturfreunde-gersthofen.de

Redaktion: Florian Pfundmeier, Florian
Ortner
V.i.S.d.P.: Babsi Schimanski

März

- 14. Naturfreundchen
- 15. Bikepark-Arbeitstour 1
- 20. Mitgliederversammlung**
- 22. Hüttenputz
- 29. Bikepark-Arbeitstour 2

April

- 11. Mini-Biker
- 11. Naturfreundchen
- 13. MTB Saisonopening
- 21. Ostereiersuche
- 27. MTB-Kids Tour 1
- 29. Beginn Bike Training - Dienstragsradeln

Mai

- 04. Bergtour
- 09. Mini-Biker
- 10. Wanderung
- 16. Naturfreundchen
- 17. Gersthofen läuft
- 18. MTB-Kids Tour 2
- 24. Bergtour
- 24. Bunter Abend am Lagerfeuer

Juni

- 06. Mini-Biker
- 06. Naturfreundchen
- 08. Hüttenfest
- 15. MTB-Kids Tour 3
- 18.-23. MTB-Teamer Ausbildung

Juli

- 05. Bergtour
- 06. Staudenfest
- 11. Seniorennachmittag
- 12.-18. Bergwoche
- 13. MTB-Kids Tour 4
- 18. Mini-Biker
- 18. Summer meets Winter
- 18. Naturfreundchen
- 25. Bike-Sommerfest

August

- 01. Bunter Abend am Lagerfeuer
- 07.-10. Rasenkonzerte
- 08. Wanderung
- 17. MTB-Kids Tour 5
- 23.-24. Bergtour

September

- 05. Mini-Biker
- 05.-07. Kinderalpinausbildung
- 12.-14. Jugend Bike-Camp Innsbruck
- 13. Bunter Abend am Lagerfeuer
- 19. Naturfreundchen
- 24. Tagesfahrt St. Gallen
- 27. Bergtour

Oktober

- 02.-05. Bike + Hike Spiczak
- 17. Naturfreundchen
- 18. Hüttenputz
- 25. Bergtour
- 26. MTB Season-End Tour

November

- 08. Skikursanmeldung
- 09. Reiseinfonachmittag
- 14. Naturfreundchen
- 16. Kulinarische Wanderung
- 22. Bikepark-Arbeitstour 3
- 23. Basar der Vereine

Dezember

- 12. Naturfreundchen
- 14. Weihnachtsfeier
- 17.-18. Busreise
- 21. Waldweihnacht