



Natur
Freunde
Gersthofen



**SOMMERPROGRAMM
2026**

In eigener Sache:

Liebe NaturFreunde und NaturFreundinnen,

im Sommerprogramm 2026 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 Anfang Mai 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 weiterhin die App „Klubraum“ für unsere Terminübersicht. Diese ist sowohl für Android- als auch Apple-Geräte in den jeweiligen Stores verfügbar. Der Zugriff kann auch mittels Webbrowser erfolgen.

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 2026!!! Unsere Trainer 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
Lila	Reisen
Pink	Ortsgruppenveranstaltung
Rot	Vereinsgelände

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

Berg Frei!

Bergsteigen:

Dieter Ortner
Florian Ortner
Tel.: 08230/2891592
eMail: bergsteigen@
naturfreunde-gersthofen.de

Mountainbike:

Patrick Schimanski
Jonas Weber
eMail: mountainbike@
naturfreunde-gersthofen.de

Mitgliederversammlung

Liebe Mitglieder,

wir laden Euch herzlich zu unserer Mitgliederversammlung am **Donnerstag, 12. März 2026, um 19:00 Uhr** 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
- TOP 9** Ehrungen
- PAUSE**
- TOP 10** Mitgliederentwicklung
- TOP 11** Neuwahlen
- 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 2026

... startet bald durch! Jetzt ist die perfekte Zeit, Dein Bike fit zu machen: Kette checken, Reifen aufpumpen und rein ins Abenteuer der neuen Saison 2026! 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 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 2026:

- Axel
- Jonas
- Julius
- Patrick
- Luggi
- Timmi



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!

Nordic Walking

Jeden Donnerstag drehen die Nordic Walker ihre Runden rund um unsere St. Klaus Hütte. Die Saison beginnt am 16. April und geht bis zur Zeitumstellung Ende Oktober.

Treffpunkt ist am Theaterheim Lützelburg um 18 Uhr!

Kontakt: Babsi: 015773829623

Boule

Beim Boule (französisch „Kugel“) spielen entweder zwei Spieler oder zwei Mannschaften gegeneinander, ähnlich wie beim Boccia. Um Punkte zu erzielen, wird versucht, mit den eigenen Spielkugeln möglichst nahe an die Zielkugel zu gelangen.

Auf dem Vereinsgelände steht eine Boule-Bahn zur Verfügung.

Unsere Boule-Gruppe trifft sich im Sommer - bei gutem Wetter - immer montags um 18 Uhr auf dem Vereinsgelände.

Hüttenputz

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:

07. März	09:00 Uhr
24. Oktober	09:00 Uhr

Vereinsgelände – Bunter Abend am Lagerfeuer

Entspannt am Lagerfeuer sitzen, gemütliches Beisammensein oder vielleicht noch eine Runde Disc Golf oder Boule? Das gibt's an folgenden Terminen ab 18 Uhr auf dem Vereinsgelände. Getränke sind vorhanden. Grillgut bringt sich jeder selbst mit.

26. Juni	18:00 Uhr
14. August	18:00 Uhr

Frühschoppen am Vereinsgelände

Wir starten entspannt ins Wochenende mit einem Weißwurst Frühschoppen am Vereinsgelände. Neben der Brotzeit können wir die Angebote auf dem Gelände nutzen, z.B. Boule spielen, Tischtennis oder einfach relaxen am Biotop! Wir freuen uns auf uch!

08. Mai	10:30 Uhr	Anmeldung bis 05. Mai
04. September	10:30 Uhr	Anmeldung bis 01. September

Anmeldung bei Herbert: 01517 2127289

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 das neue Programm für das Jahr 2026.

13.03. Wichteldorf aus dem Winterschlaf holen

17.04. Holzkugel für Kugelbahn gestalten

15.05. Barfußpfad bauen

12.06. Amphibien suchen (Biotop Lützelburg)

17.07. Container auf dem Gelände bemalen

18.09. Ramadama/ Müll sammeln rund ums Gelände

09.10. Fackelwanderung

13.11. Theaterprobe für die Weihnachtsfeier

11.12. Generalprobe für die Weihnachtsfeier



Bei Interesse bitte jeweils vorher bei
Amelie anmelden: 0178/1443074
oder über Amelie der Naturfreundchen-
Whatsappgruppe beitreten

Bike-Training für Kinder und Jugendliche:

Auch in der neuen Saison bieten wir wieder unser beliebtes Bike-Training für Kinder und Jugendliche an!

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/Ele1tIYcxQxCxJTM08xtvU>



Trainingszeiten:

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

Start ist am 14.04.2026. In den Schulferien pausieren wir. Es gibt in den Ferien ein besonderes Ersatzprogramm. Details dazu hier im Programm

Early Riders (5-8 Jahre)

Young Talents (9-13 Jahre)

Start: 14.04.2026

Start: 14.04.2026

Uhrzeit: 17:00 - 18:00

Uhrzeit: 18:00 - 19:00

Dienstag

Dienstag

Ferienprogramm im Bikepark

Schulferien und Euch ist langweilig? Kommt in den Bikepark. Vom Trainerteam ist jemand vor Ort. Ihr könnt biken, zu tun gibt es auch immer etwas (z.B. mähen, schaufeln, bauen). Ab 9 Uhr sind wir vor Ort. Meldet Euch gern bei Axel an (01575/8901617), dann richten wir für die Mittagspause eine Brotzeit!

Die Ferien-Termine im Bikepark:

- 31. März - Osterferien
- 2. Juni - Pfingstferien
- 3. November - Herbstferien

Bikettraining für Jugendliche und Erwachsene 2026

Nach Ostern starten wir wieder gemeinsam in die neue MTB-Saison. In der Jugend- und Erwachsenenengruppe legen wir in den ersten Wochen den Fokus auf Technik, Fahrgefühl und die nötige körperliche Basis. Spielerisch und abwechslungsreich arbeiten wir an Balance, Kurventechnik, Bremsen und einem sicheren Bike-Handling. Und das für wirklich alle Könerstufen! Dafür nutzen wir unser großzügiges Vereinsgelände.

Ab Mitte Mai geht es dann jede zweite Woche raus in die westlichen Wälder: Auf abwechslungsreichen Trails setzen wir das Gelernte um, erkunden neue Strecken, sammeln Höhenmeter und haben vor allem eines im Blick – den gemeinsamen Spaß am Mountainbiken. Gemeinsam Trails entdecken, Erfahrungen sammeln und als Gruppe wachsen stehen im Vordergrund.

Dieses Jahr peilen wir wieder unsere MTB Vereinsmeisterschaft als Highlight an: ein spaßiges Kräfteressen, das nach einigen wetterbedingt schwierigen Jahren dieses Jahr wieder stattfinden soll!

Organisatorisches:

Das Training findet wöchentlich statt. Die Anmeldung erfolgt unkompliziert über die WhatsApp-Gruppe.

Treffpunkt: Dienstag, 17:30 Uhr

Ort: Bis Mitte Mai Vereinsgelände, anschließend wird es per WhatsApp Gruppe vorab bekannt gegeben.

Dauer: ca. 1–1,5 Stunden, je nach Inhalt und vorheriger Ankündigung.

Ausrüstung:

Pflicht sind Helm, Brille, Handschuhe, sowie ein fahrtüchtiges Mountainbike. BMX oder Dirtbike sind für das Training auf dem Gelände in Ordnung, für Touren ist jedoch ein MTB notwendig.

Alter: ab 12 Jahren, offen für Jugendliche und Erwachsene.

Bei Fragen oder für weitere Infos könnt Ihr Euch jederzeit gerne an unseren Trainer Julius wenden.

Anmeldung: In unserer WhatsApp Community
Link: <https://chat.whatsapp.com/E1e1tIYcxQxCxJTM08xtvU>



Die „Bike-Minis“ - unsere Laufradgruppe

Die Laufradgruppe für unsere kleinsten Biker trifft sich wieder 1x pro Monat (Freitag 16-17 Uhr) im Bikepark. Mittlerweile sind schon einige Kids vom Laufrad aufs Bike umgestiegen. Die „kleinen Profis“ können aber gern weiter in der Laufradgruppe ihre Runden drehen oder evtl. sogar schon zu den „Early Riders“ wechseln. Bei Regen fahren wir nicht.

Termine:

- 27. März
- 17. April
- 29. Mai
- 19. Juni
- 03. Juli
- 18. September

Kontakt/Fragen: Axel 01575 8901617 oder Ihr meldet Euch in unserer Whatsapp Community an.

Für eine sichere und effektive Teilnahme ist bei allen Bikeveranstaltungen folgende Ausrüstung mitzubringen:

- Einwandfrei funktionierendes Mountainbike
- Helm (Pflicht!)
- Handschuhe
- Rucksack mit:
 - Regenjacke
 - Ersatzschlauch passend zum Bike
 - Werkzeug/Utensilien
 - Brille (optional, aber empfehlenswert)
- Mindestens 0,5 Liter Trinkflüssigkeit
- Beleuchtung (für die Heimfahrt)
- Kondition und Motivation für ca. 2 Stunden auf dem Bike

Wir freuen uns auf viele gemeinsame Fahrten, spannende Herausforderungen und eine sportliche Saison 2026!

Fr. 27. Februar 2026: Seniorenfilmenachmittag „Erinnerungen werden wach!“

- Beginn:** 14:30 Uhr
Vereinsheim der NaturFreunde, Westendstr. 20, Gersthofen
- Was erwartet Dich:** Ein gemütlicher Nachmittag mit Filmen aus unserem Archiv.
Für Getränke, Kaffee und Gebäck ist gesorgt. Nichtmitglieder sind herzlich willkommen!
Auch jene NaturFreunde, die erst seit einigen Jahren mit verreisen, haben sicher Spaß an den herrlichen Oldies.
Ich freue mich auf Euch!
- Anmeldung:** Bei Christine 0821 493747
oder Susi 0821 493793

Fr. 27. März 2026: Einladung zum Seniorenspielenachmittag

- Beginn:** 14:00 Uhr
Vereinsheim der NaturFreunde, Westendstr. 20, Gersthofen
- Was erwartet Dich:** Ein gemütlicher Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen.
Bring gern Deine eigenen Spiele mit!
Für Kaffee und Kuchen ist gesorgt.
- Anmeldung:** Bei Babsi 0821 2498796

Sa. 28. März 2026: Bikepark Arbeitstour

Wie immer zum Saisonbeginn machen wir unseren Bikepark fit für die Saison. Streckenpflege, Baumaßnahmen usw. Treffpunkt im Bikepark um 9 Uhr.

Mi. 01. April 2026: E-Bike Fahrtechnikkurs für Senioren (60+)

Sicher, entspannt und mit Freude unterwegs – mit dem E-Bike!

Dauer: 14.00 - 16.00 Uhr

Treffpunkt: Vereinsgelände der NaturFreunde Gersthofen - Westendstraße

Was erwartet Dich: Einführung in die Technik und Handhabung von E-Bikes
Praktische Übungen zum sicheren Fahren, Bremsen und Absteigen, Tipps zur Verkehrssicherheit und zum Verhalten im Straßenverkehr, sowie Austausch und gemeinsames Fahren in entspannter Atmosphäre.

Es ist kein MTB-Kurs!

Ausrüstung: Funktionstüchtiges E-Bike
Fahrradhelm

Zielgruppe: Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren, die:

- neu mit dem E-Bike unterwegs sind
- oder schon Erfahrung mit dem E-Bike haben und ihre Fahrtechnik verbessern möchten
- sicher und selbstbewusst am Straßenverkehr teilnehmen wollen

Anmeldung: Bei Axel 01575/8901617 – max. 10 Teilnehmer.

Mo. 06. April 2026: Ostereiersuche

Der Osterhase hat sich wieder 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 29.03.2026 unter osterhase@naturfreunde-gersthofen.de oder unter 08230/2891737.



So. 26. April 2026: MTB-Ausfahrt 1: Derching

Perfekt für Einsteiger und Genussbiker

Zielgruppe:

Young Talents (9–13 Jahre) und Begleitpersonen

Abfahrt:

10:00 Uhr - Waldparkplatz am Kohlstattweg, 86316 Friedberg

Höhenunterschied:

ca. 300 - 450Hm

Länge:

ca. 15 km / ca. 2 - 3 Stunden

Beschreibung:

Diese Ausfahrt eignet sich ideal für den Einstieg in das gemeinsame Mountainbiken im Gelände. In ruhigem Tempo erkunden wir abwechslungsreiche Strecken, die Sicherheit, Technik und Fahrgefühl fördern.

- Einfache Strecken zur Festigung der Grundfahrtechnik
- Leichte Trails mit gut fahrbaren Linien
- Wurzelpassagen zur Schulung von Balance und Kontrolle
- Kleinere Absätze und spielerische Hindernisse
- Gleichmäßige, gut fahrbare Anstiege
- Angenehmes Gruppentempo mit Fokus auf Fahrspaß

Hinweis:

Helm und Handschuhe sind verpflichtend. Bitte bringt ein funktionstüchtiges Mountainbike sowie ausreichend Getränke mit.

Do. 30. April 2026: E-Bike Tour 60+ Muttershofen – St. Klaus Hütte

Abfahrt:	13:00 Uhr - Vereinsgelände in der Westendstr. 20
Höhenunterschied:	ca. 200 - 300Hm
Länge:	ca. 35 km / ca. 2 Stunden reine Fahrtzeit
Route:	Gersthofen – Europaweier – Am Lech nach Langweid – Achsheim – Muttershofen – Gablingen – Batzenhofen - Gersthofen

Fr. - So. 01. - 03. Familien Outdoor Camp Konstein Altmühltal Mai 2026:

Freitag, 1. Mai und Feiertag! Wir nutzen das lange Wochenende für einen Ausflug ins Altmühltal. Rund um das NaturFreundehaus Konstein können wir klettern, biken und an der Altmühl auch eine Bootstour machen! Für jeden ist was dabei. Unsere Bike- und Bergtrainer begleiten uns und stellen ein attraktives Programm auf die Beine.

Wir treffen uns am Freitag, 01.Mai um 10 Uhr am NaturFreundehaus Konstein: Aicha 12 in 91809 Wellheim-Konstein und starten zu den ersten Touren!

Kosten pro Nacht (Übernachtung/Frühstück) je nach Alter zwischen 32€ - 36€ zahlt jeder selbst vor Ort. Abendessen im Restaurant nach Karte. Tagsüber verpflegt sich jeder selbst Unterbringung in Mehrbettzimmer/Lager

Anmeldung bei Axel 01575 8901617

Mitnehmen: Outdoor Klamotten für alle Wetterlagen, Bikes mit der üblichen Ausrüstung. Kletterausrüstung – falls keine eigene Kletterausrüstung vorhanden ist, haben wir einiges an Leihmaterial vor Ort.

Do. 14. Mai 2026:

Bergtour auf die Gedererwand (1398m)

Abfahrt: P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache

Gehzeit: ca. 4,5 Std.

Höhenunterschied: ca. 700Hm

Ausgangspunkt: Wanderparkplatz Kohlstatt bei Aschau

Einkehrmöglichkeit: Maisalm (905m)

Ausrüstung: G

Voraussetzung: GV

Charakter: Nicht allzu anspruchsvolle Genuss tour zum Saisonstart. Überwiegend einfache Wander- und Forstwege, aber auch ein etwas ausgesetzter Steig, sowie eine kurze Kraxelei erwarten uns. Deshalb sind gute Kondition und absolute Trittsicherheit obligatorisch.

Beschreibung: Zunächst auf Forstwegen überwiegend im Wald bergan, vorbei an der Maisalm bis kurz vor die unbewirtschaftete Schmiedalm. An einer etwas versteckten Abzweigung rechts in den Wald und auf einem schmalen Pfad weiter bis zu einem Geröllfeld. Dies querend hinüber bis zur Schlüsselstelle, einem kaminartigen Durchschlupf, der auch den Einsatz der Hände erfordert. Direkt auf dem Kamm über einen teils ausgesetzten Steig mit einigen Gegenanstiegen zum Gipfel. Ein Stück auf dem Kamm zurück, aber dann nicht auf dem Aufstiegsweg, sondern geradeaus weiter absteigend bis wieder ein Forstweg erreicht wird. Der restliche Abstieg ab der Maisalm wie Aufstieg.

Anmeldung: Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

Fr. 15. - So. 17. Mai NaturFreunde Riders Festival 2026: Bikepark Beerfelden

Bereits zum 4. Mal findet das bundesweite Riders Festival statt. Es werden sicherlich wieder einige aus unserer Ortsgruppe teilnehmen. Wer Fragen hat, sich informieren oder anmelden möchte – spricht bitte das Trainerteam an oder gehe direkt auf die Homepage:

www.ridersfestival.de

Sa. 16. Mai 2026: Wanderung vom Affinger Schloss zur Salzbergkapelle

- Abfahrt:** ca. 09:00 Uhr Parkplatz P+R Bahnhof Gersthofen
- Gehzeit:** ca. 4,5 - 5,5 Std. / 14 km
- Höhenunterschied:** 150Hm
- Einkehrmöglichkeit:** Keine, evtl. am Ende der Tour
Brotzeit für unterwegs mitnehmen
- Ausgangspunkt:** Affing oder Bergen
- Charakter:** Mittelschwere Wanderung mit gutem Schuhwerk
- Beschreibung:** Wanderweg, teilweise auch auf naturnahen, pfadigen Wegstrecken, mit Steigungen, aber mit gutem Schuhwerk problemlos zu begehen.
- Wanderleitung:** Peter Pfundmeier
- Anmeldung:** Anmeldung erforderlich bis 03.05.2026!
Eine Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

So. 17. Mai 2026: **MTB-Ausfahrt 2: Täferlingen / Aystetten**

Abwechslungsreiche Trails für jedes Level

- Zielgruppe:** Young Talents (9–13 Jahre) und Begleitpersonen
- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Wanderparkplatz, 86482 Aystetten
- Höhenunterschied:** ca. 200 - 300Hm
- Länge:** ca. 15 km / ca. 3 - 4 Stunden
- Beschreibung:** Diese Tour kombiniert einfache Passagen mit etwas anspruchsvolleren Abschnitten und eignet sich hervorragend zur Weiterentwicklung der Fahrtechnik.
- Einfache Streckenabschnitte zum entspannten Fahren
 - Leichte Trails mit spielerischem Charakter
 - Wurzelteppiche zur Verbesserung der Fahrstabilität
 - Kleinere Absätze für erste technische Herausforderungen
 - Mittlere Anstiege zur Schulung der Ausdauer
 - Steilere Abfahrten mit sicherer Linienwahl
 - Gemeinsames Fahren in angepasstem Tempo

Hinweis:

Bitte Schutzausrüstung, funktionstüchtiges MTB und ausreichend Getränke mitbringen.



HÜTTENFEST

24.05.2026
10 - 18 UHR
ST. KLAUS HÜTTE
MUTTERSCHOFEN/LÜTZELBURG

WEISSWURSTFRÜHSCHOPPEN

SCHMANKERL VOM GRILL

HAUSGEMACHTE KUCHEN

DAS FEST FINDET BEI JEDER WITTERUNG STATT
FÜR MUSIKALISCHE UNTERHALTUNG IST GESORGT

Do. 28. Mai 2026:

E-Bike Tour 60+ zum Bauernmarkt Dasing

Abfahrt:	13:00 Uhr - Vereinsgelände in der Westendstr. 20
Höhenunterschied:	ca. 200Hm
Länge:	ca. 40 km / ca. 3 - 4 Stunden reine Fahrtzeit
Route:	Gersthofen – Europaweier – Derching – Dasing – Bauernmarkt – Friedberg – Wulfertshausen – Gersthofen

Sa. 13. Juni 2026:

Bergtour über das Gottesackerplateau (bis ca. 2000m)

Abfahrt:	P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
Gehzeit:	ca. 7 Std.
Höhenunterschied:	ca. 1050Hm
Ausgangspunkt:	Parkplatz am Sportplatz in Au bei Hirschegg
Einkehrmöglichkeit:	Keine Einkehrmöglichkeit unterwegs!
Ausrüstung:	G
Voraussetzung:	GV, ZV1
Charakter:	Lange Rundtour ohne nennenswerten Gipfel aber dafür landschaftlich sehr reizvoll. Technisch keine besonderen Schwierigkeiten, aber gute Kondition erforderlich.
Beschreibung:	Anfangs nur leicht ansteigend über Wiesen und durch den Wald, bevor es steiler wird. Über das Gottesackerplateau, eine imposante Karstfläche, bis zur verfallenen Gottesacker-Alpe und rechts bis in eine Scharte. Von hier sind es nur wenige weglose Meter bis zur höchsten Erhebung der Oberen Gottesackerwände, dem Toreck. Abstieg durch das Mahdtal.
Anmeldung:	Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

So. 14. Juni 2026: MTB-Ausfahrt 3: Deuringen

Naturerlebnis und Fahrtechnik kombiniert

- Zielgruppe:** Young Talents (9–13 Jahre) und Begleitpersonen
- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Waldparkplatz Steppach, 86356 Neusäß
- Höhenunterschied:** ca. 300 - 450Hm
- Länge:** ca. 19 km / ca. 3 - 4 Stunden
- Beschreibung:** Eine abwechslungsreiche Tour mit steigenden technischen Anforderungen und längeren Streckenabschnitten.
- Einfache bis mittlere Strecken mit wechselnden Untergründen
 - Leichte bis mittlere Trails zur Technikschiung
 - Längere Wurzelpassagen
 - Kleinere bis mittlere Sprünge in sicherem Rahmen
 - Mittlere Anstiege mit geplanten Pausen
 - Fahren im geschlossenen Gruppenverband

Hinweis:

Helm, Handschuhe und leichte Protektoren werden empfohlen. Zusätzlich sinnvoll: kleiner Rucksack mit Wasser und Snack.

Do. 18. Juni 2026: E-Bike Tour 60+ zum Kloster Oberschönenfeld

- Abfahrt:** 13:00 Uhr - Vereinsgelände in der Westendstr. 20
- Höhenunterschied:** ca. 250Hm
- Länge:** ca. 50 km / ca. 3 - 4 Stunden reine Fahrtzeit
- Route:** Gersthofen – Neusäss – Diedorf – Oberschönenfeld – Inningen – Wertach – Gersthofen

Sa. 20. Juni 2026: „Gersthofen läuft!“ auf dem Vereinsgelände

Bereits zum fünften Mal heißt es wieder „Gersthofen läuft“. Zusammen mit der DAV Sektion Gersthofen, der Kolpingsfamilie Gersthofen und den Gersthofener Partyfreunden geht es in die nächste 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 finalen Planung. 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...



Do. 02. Juli 2026: E-Bike Tour 60+ Mandichosee/Lech

Abfahrt:	13:00 Uhr - Vereinsgelände in der Westendstr. 20
Höhenunterschied:	ca. 250Hm
Länge:	ca. 50 km / ca. 3 - 4 Stunden reine Fahrtzeit
Route:	Gersthofen – Lech – Hochablass – Siebentischwald – Mandicho See – Gersthofen Nehmt gerne eure Badesachen mit!

Sa. 04. - So. 05. Juli 2 Tages MTB-Hüttentour Karwendel 2026:

Lust auf ein kleines alpines Abenteuer? Dann kommt mit auf die berühmte Karwendelrunde!

MTB Profis fahren diese Tour an einem Tag – wir lassen uns Zeit und genießen die Bergwelt incl. Hüttenübernachtung im Karwendel. Bio-Bike / E-Bike - alles ist möglich.

Das Karwendelhaus hat eine Lademöglichkeit.

Tag 1: Treffpunkt am Bikepark um 9 Uhr. Anreise nach Mittenwald/Scharnitz. Von hier kurbeln wir zum Karwendelhaus hoch. (20km und 850Hm). Hier übernachten wir. Wer noch Kraft hat, kann zu Fuß auf einen der umliegenden Gipfel, bevor es abends mit der Hüttengaudi weitergeht. Nach einer hoffentlich ruhigen Nacht im Matratzenlager geht's an

Tag 2 weiter mit 45km und 900Hm. Wir fahren über Eng – Ahornboden – Hinterriss zurück nach Mittenwald/Scharnitz.

Es können max. 8 Biker mit. Übernachtet wird im Matratzenlager. Hüttenschlafsack ist vorgeschrieben. Kosten für Halbpension ca. 50€. Übernachtung 31€ (DAV 15€)

Bei Absage ab 10 Tage vor der Fahrt fallen Stornogebühren an.

Anmeldung bei Axel 01575 8901617 – Anmeldeschluss 25. Juni 2026

So. 05. Juli 2026: Staudenfest der NaturFreunde Augsburg

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

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.



Mo. 13. - So. 19. Juli **Bergwoche in den Stubaier Alpen** 2026:

Abfahrt:	P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
Gehzeit:	zwischen 4 und 7 Stunden täglich
Höhenunterschied:	zwischen 500 und 1000 Hm täglich
Ausgangspunkt:	Parkplatz Seduck im Oberbergtal
Zielort:	Neder oder Neustift im Stubaital
Übernachtung:	Franz-Senn-Hütte, Neue Regensburger Hütte, Dresdner Hütte, Nürnberger Hütte, Bremer Hütte, Innsbrucker Hütte
Ausrüstung:	G, Z1, Grödeln (wenn vorhanden)
Voraussetzung:	GV, ZV1
Charakter:	Der Stubaier Höhenweg ist einer der schönsten Höhenwanderwege der Alpen. Er ist ein schwarzer Bergweg und führt ausschließlich durch alpines Gelände. Trittsicherheit, eine entsprechende Grundkondition, Schwindelfreiheit und die richtige Ausrüstung sind deshalb Grundvoraussetzungen. Bei schlechtem Wetter kann von jeder Hütte ins Tal abgestiegen werden (oder zugestiegen werden).
Beschreibung:	Wir fahren am ersten Tag zum Parkplatz Seduck im Oberbergtal und laufen in ca. 3 Stunden vorbei an der Oberissalm hinauf zur Franz-Senn-Hütte (2149m). Die zweite Etappe geht über den Schrimmennieder zur Neuen Regensburger Hütte (2286m). Dabei kann das Basslerjoch (2829m) bestiegen werden. Der dritte Tag führt in ca. 7 Stunden zur Dresdner Hütte (2302m), die direkt an der Seilbahn des Stubaier Gletscherskigebiets liegt. Die vierte Etappe ist normalerweise in zwei Etappen aufgeteilt. Sie können aber zusammengefasst werden, und es geht direkt bis zur Nürnberger Hütte (2280m). In der fünften Etappe geht es weiter zur Innsbrucker Hütte (2369m), die auch als Ausgangspunkt für die Besteigung des Habichts genutzt wird. Am sechsten Tag geht es zur Bremer Hütte (2411m). Am siebten und letzten Tag steigen wir zunächst zur Karalm ab. Wir entscheiden dann, ob wir über das Pinnistal nach Neder absteigen oder hinüber zur Bergstation der Elferseilbahn gehen und nach Neustift abfahren.

Info und Anmeldung wegen Hüttenreservierung bis 31.03.2026 ausschließlich über die App "Klubraum".

Fr. 17. Juli 2026: Große Sommerparty auf dem Vereinsgelände

Die Skilehrer laden wieder zur großen Sommerparty ein! Ab 17 Uhr gibt es Lagerfeuer, Grillen, biken, Beachvolleyball usw....

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

So. 19. Juli 2026: MTB-Ausfahrt 4: Treuchtlingen

Trail-Abenteuer für Fortgeschrittene

- Zielgruppe:** Young Talents (9–13 Jahre) und Begleitpersonen
- Abfahrt:** 10:00 Uhr - Uhlbergstraße 54, 91757 Treuchtlingen
- Höhenunterschied:** ca. 300 - 700Hm
- Länge:** ca. 25 km / ca. 3 - 6 Stunden
- Beschreibung:** Diese Ausfahrt richtet sich an Fortgeschrittene, die längere Distanzen und technisch anspruchsvollere Trails meistern möchten.
- Einfache bis anspruchsvolle Streckenabschnitte
 - Mittlere bis anspruchsvolle Trails
 - Größere Absätze (optional)
 - Kleinere bis mittlere Sprünge
 - Mittlere Anstiege mit angepasstem Tempo
 - Fokus auf Technik, Ausdauer und Gruppenzusammenhalt

Hinweis:

Gute Schutzausrüstung, ausreichend Getränke und Verpflegung sind erforderlich.

So. 02. August 2026: Bergtour auf die Benediktenwand (1800m)

Abfahrt:	P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
Gehzeit:	ca. 9 Std.
Höhenunterschied:	1250Hm
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 abgespekten Schrofen und einige Drahtseile im Gipfelanstieg erfordern Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.
Beschreibung:	Nachdem letztes Jahr wetterbedingt nur die halbe Tour möglich war, wollen wir es dieses Jahr noch einmal versuchen. 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.

Sa. 08. August 2026: Sonnenaufgangswanderung mit Frühstück am Vereinsgelände

- Treffpunkt:** ca. 05:45 Uhr Vereinsgelände Westendstr. 20 Gersthofen
- Gehzeit:** ca. 1,5 – 2 Stunden / ca. 5km
- Höhenmeter:** 50Hm
- Ausgangspunkt:** Vereinsgelände Westendstr. 20 Gersthofen
- Einkehr:** Frühstück am Vereinsgelände
Wer möchte darf gerne Aufstriche, Marmelade, ... mitbringen.
Backwaren, Wurst, Käse besorgen wir gesamt für alle.
- Charakter:** leichte Wanderung mit gutem Schuhwerk
- Beschreibung:** Wanderweg, teilweise auch auf naturnahen, pfadigen Wegstrecken, mit Steigungen, aber mit gutem Schuhwerk problemlos zu begehen.
- Wanderleitung:** Peter Pfundmeier
- Anmeldung:** Anmeldung erforderlich bis 01.08.2026!
Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.



**So. 09. August
2026:**

MTB-Ausfahrt 5: Oberammergau

Bikepark-Erlebnis für echte Enthusiasten

Zielgruppe:

Young Talents (9–13 Jahre) und Begleitpersonen

Abfahrt:

10:00 Uhr - Kreislainerweg, 82487 Oberammergau

Höhenunterschied:

abhängig von Fahrzeit und Kondition

Dauer:

ca. 4–5 Stunden Bikeparkbetrieb

Beschreibung:

Zum Abschluss der Saison erwartet uns ein intensiver Tag im Bikepark Oberammergau. Dank Schlepplift stehen zahlreiche Abfahrten und Technikübungen im Mittelpunkt.

- Nutzung aller freigegebenen Bikepark-Strecken
- Kleine bis große Sprünge
- Holzelemente, Drops und North-Shore-Features
- Technische Wurzelpassagen
- Strecken von leicht bis anspruchsvoll
- Effiziente Auffahrten per Schlepplift

Hinweis:

Diese Ausfahrt setzt ein hohes Maß an Fahrkönnen voraus. Full-face-Helm, Protektoren, ein technisch einwandfreies MTB sowie ausreichend Verpflegung sind verpflichtend.

**Fr. 21. - So. 23.
August 2026:**

Bergtour auf den Hohen Riffler (3168m) im Verwall

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** 1.Tag: ca. 4 Std (Aufstieg); 2.Tag: ca. 5 Std (Gipfel);
3. Tag: ca. 4 Std. (Abstieg)
- Höhenunterschied:** 1.Tag: ca. 1200Hm (Aufstieg); 2.Tag: ca. 800Hm (Auf-und
Abstieg); 3.Tag: ca. 300Hm (Aufstieg) und ca. 1400Hm (Ab-
stieg)
- Ausgangspunkt:** Pettnau am Arlberg
- Endpunkt:** Kappl im Paznauntal
- Übernachtung:** Edmund-Graf-Hütte (2375m)
- Ausrüstung:** G, Z1
- Voraussetzung:** GV, (ZV1)
- Charakter:** Mittelschwere Tour auf den höchsten Gipfel des Verwalls mit
hervorragender Rundumsicht. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind obligatorisch.
- Beschreibung:** Eigentlich sollte dieser Gipfel schon letztes Jahr im Rahmen
der Wochenbergtour gemacht werden. Schlechtes Wetter ver-
hinderte das leider. Also versuchen wir es heuer noch einmal.
Wir fahren am Freitag nach Pettnau am Arlberg, und steigen
über das Malfontal vorbei an der vorderen Malfonalpe hinauf
zur Edmund-Graf-Hütte. Am zweiten Tag gehen wir auf dem
Karl-Handl-Steig, über Blockgelände und ein Schneefeld teil-
weise drahtseilgesichert abwechslungsreich hinauf in die
Scharte zwischen kleinem und hohem Riffler und weiter zum
sog. Vorgipfel. Dieser stellt aber das Ziel dar, da auf den zwei
Meter höheren Hauptgipfel nur eine Kletterei führt. Am dritten
Tag gehen wir zunächst auf das Kappler Joch (2672m) und
dann hinab nach Kappl im Paznauntal. Von dort mit Bus oder
Auto zurück nach Pettnau.
- Anmeldung:** **Info und Anmeldung wegen Hüttenreservierung bis
31.03.2026 ausschließlich über die App "Klubraum".**

Do. 17. September 2026: E-Bike Tour 60+ Überraschungstour „Fahrt ins Blaue!“

Abfahrt: 13:00 Uhr - Vereinsgelände in der Westendstr. 20
Route: Ziel? Legen wir nach den 4 bisherigen Touren gemeinsam fest. Wo soll es hingehen?

So. 20. September 2026: Bergtour auf den Bischof (2033m)

Abfahrt: P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
Gehzeit: ca. 7 - 8 Std.
Höhenunterschied: 1350 - 1550Hm
Ausgangspunkt: Parkplatz in Farchant
Einkehrmöglichkeit: Keine Einkehrmöglichkeit unterwegs!
Ausrüstung: G
Voraussetzung: GV, ZV1
Charakter: Lange Bergtour im Estergebirge über durchaus steil ansteigende Wege, jedoch ohne großen technischen Anspruch. Trittsicherheit und vor allem gute Kondition sind wie immer erforderlich. Je nach Wetter kann es in der exponierten Südflanke sehr warm werden, also ausreichend Getränke mitnehmen.

Beschreibung: Nach dem Parkplatz bleibt nur wenig Zeit fürs Einlaufen, bevor es recht bald steiler wird. Zunächst durch den Wald, später durch Latschenfelder und über Wiesen geht es stetig bergauf. Abstieg über eine von drei möglichen Varianten, je nach Wetter, Motivation und Kondition.

Anmeldung: Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

**So. 20. - Di. 22.
September 2026: Gesellige 3-Tages NF Busreise:
Oberpfälzer Seenland – Oberpfälzer Wald**

Geplant:

1. Tag: Schwandorf und Oberpfälzer Seenland (Gersthofen – Schwandorf ca. 185 km)
Wir entdecken die schönsten Seiten und Sehenswürdigkeiten der wasserreichen Region, die größten Seen Ostbayerns, unzählige Teiche und idyllische Flüsse mit örtlicher Bus-Begleitung.



Wir erleben eine Reise durch die Schwandorfer Unterwelt und tauchen in eine faszinierende Geschichte ein. Während eine Gruppe langsameren Schrittes den berühmten Felsenkeller und weitere Sehenswürdigkeiten Schwandorfs erkundet, sowie länger in einem schönen Gasthaus verweilen kann, gehen die Wanderer unter uns mit fachkundigem Gästeführer den idyllischen Weg entlang der Naab „Über sieben Brücken kannst du geh`n“ mit kurzem Zwischenstopp im Café Lawendls. Auf der Tour passiert die Gruppe historische Orte, wie das Schloss Fronberg, das Oberpfälzer Künstlerhaus, das Eisenwerk. Der Aussichtspunkt Schwammerling bietet einen einzigartigen Blick auf Schwandorf. Weiterfahrt in unser familiengeführtes *** Superior Hotel Wurzer im herrlich auf einen Hügel gelegenen Tännenberg (ca. 40 km). Einchecken, Abendessen



2.Tag: Oberpfälzer Wald: Zisterzienserinnen Abtei Kloster Waldsassen
Lebkuchenmanufaktur / Glashütte / Zoigl (ca.70 km)



Alle Zisterzienserklöster liegen an einem Fluss und der damit verbundenen traditionellen zisterziensischen Fischzucht.

Nach der Besichtigung der prächtigen Basilika und weltberühmten Stiftsbibliothek, erlebt jeder für sich die „Klostergärten für alle Sinne“ der Zisterinsinnen: Bauerngarten, Mariengarten, Heilkräutergarten nach Hildegard von Bingen und Pfarrer Kneipp. In der Klosterwirtschaft-bekannt durch die Sendung im Bayerischen Fernsehen „Landgasthäuser-Klosterschänken“- kehren wir zu Mittag ein.



Weltweit einmalige barocke Bibliothek



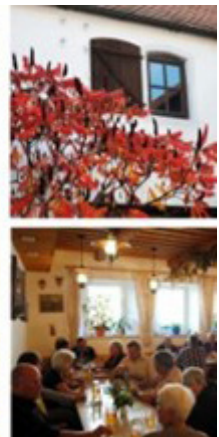
Im Klostergarten der Abtei



Am Nachmittag besuchen wir die traditionelle und familiäre Lebkuchenmanufaktur Rosner und erleben wie die berühmten Lebkuchen, laut dem Bayrischen Fernsehen und Fürstin Gloria die Besten der Welt, hergestellt werden – inklusive Kostproben und 1 Tasse Kaffee. Anschließend besichtigen wir die Glashütte Lamberts, die größte Glashütte für mundgeblasenes Flachglas der Welt!



Wir runden einen interessanten Tag beim Zoigl ab, denn Essen und Trinken hält „Leib und Seele“ zusammen und erfahren von Christa und Hans Lugert “Wey wird da Zoigl breyd?”. „Habt’s ihr a Broutzeit a? – Fraala homma“! Und für die Christine an naturtrüben Apfelsaft von Äpfeln aus dem eigenen Garten. Rückfahrt zum Hotel



3.Tag: Servus Oberpfalz: Heimfahrt ca. 200 km, Stadtführung Nabburg und Freilandmuseum Oberpfalz mit „gelebter“ Landwirtschaft

Die mittelalterliche Stadt Nabburg ermöglicht einen Blick zurück in längst vergangene Zeiten. Die historische Altstadt thront über dem Naabtal. Wir erleben die Tradition einer mehr als 1100-jährigen Stadtgeschichte. Lassen wir uns vom Flair dieser Stadt und interessanten Erzählungen verzaubern. Weiterfahrt zum Freilandmuseum.



Das einzigartige Konzept des Freilandmuseums macht die Geschichte, Kultur und Natur der Oberpfalz erlebbar. So entstanden die Hauslandschaften mit fünfzig regional typischen Gebäuden und 11 Museumsgärten. Auf über 30 Hektar Fläche wurden die Dörfer aufgebaut. Die Felder sind von Landwirten traditionell bewirtschaftet. Man trifft auf Gänse, Schafe, Rinder, Pferde, Ziegen, Pfauen, Schweine und Kaninchen. Mittagessen in der Gaststätte des Freilandmuseums! Auf der Heimfahrt werden wir zu Kaffee/Kuchen einkehren.





Leider waren mir zum Redaktionsschluss noch nicht alle Preise bekannt.
Am Filme-Seniorennachmittag Freitag, 27.02.26 werde ich die Ausschreibung verteilen. Ab 15.02.26 ist die Reise auf unsere Homepage eingestellt.

Anmeldung ab 27.02.26 bei Christine persönlich, telefonisch 0821-493747 und reisen@naturfreunde-gersthofen.de

HINWEIS: Das Programm ist gleichermaßen für NaturFreunde, die nicht mehr so viel gehen können oder möchten, als auch für die „Lauffreudigen“ unter uns geeignet:

- 1.Tag – Wanderung
- 2.Tag – Die Klostergärten
3. Tag - Großflächiges Freilandmuseum

Mit herzlichem „Berg Frei“ – Eure Christine



**Fr. 02. - So. 04.
Oktober 2026:**

Bike und Hike in der Zugspitzarena (Lermoos)

Leider fällt 2026 der 3. Oktober auf einen Samstag. Wir fahren deshalb „nur“ von Freitag bis Sonntag, dafür aber auch „nur“ nach Lermoos. So bleibt mehr Zeit für unsere Aktivitäten. In der Tiroler Zugspitzarena stehen uns zahlreiche Bike und Hike Möglichkeiten zur Verfügung. Die Unterkunft – ein ehemaliges Gasthaus – liegt nur 1,5km vom Zentrum entfernt. Wir haben Platz für 40 Personen und verpflegen uns mal wieder selbst.

Die Anreise am Freitag regeln die Fahrgemeinschaften. Abendessen gibt's ab 19 Uhr. Samstag und Sonntag wie üblich Bike- und Bergtouren nach Absprache. Infos für die Biker: www.bergbahnen-langes.at

Kosten: Das Haus hat einen Festpreis. Die Kosten verteilen sich auf die Anzahl der Mitfahrer. Je mehr mitfahren, desto billiger wird es. Ihr bezahlt nur die tatsächlichen Kosten vor Ort in bar. Rechnet mal so mit 100€ - 130€ für 2 Nächte incl. Frühstück und Abendessen. Getränke und Kurtaxe kommen noch dazu.

Anmeldung bei Axel 01575 8901617



Sa. 10. Oktober **Bergtour auf den Roßstein (1698m)** 2026:

- Abfahrt:** P+R-Parkplatz Gersthofen nach Absprache
- Gehzeit:** ca. 5,5 Std.
- Höhenunterschied:** 900Hm
- Ausgangspunkt:** Wanderparkplatz westlich von Bayerwald an der B307
- Ausrüstung:** G, Z2
- Voraussetzung:** GV, ZV1, (Variante ZV2)
- Charakter:** Überwiegend genüssliche Bergtour zum Saisonabschluss auf einen der Münchner Hausberge. Dennoch sind aufgrund der steilen Wege und des kurzen Klettersteigs gute Kondition und Trittsicherheit erforderlich. Klettersteig, sowie der anspruchsvollere Buchstein sind optional.
- Beschreibung:** Vom Parkplatz steil in Serpentina durch den Wald hinauf bis zum Sonnenbergalm Hochleger. Nun über offeneres Gelände bis zur Erhebung des Roßstein und über einen kurzen, leichten Klettersteig durch die Felsen. In wenigen Minuten weiter zum Gipfel und hinab zur Tegernseer Hütte, welche wie ein Adlerhorst zwischen Roß- und Buchstein thront. Der Roßstein kann auch westlich umgangen werden, dann ohne Klettersteig. Von geübten Bergsteigern kann optional auch noch der Buchstein bestiegen werden, was aber Klettern im II. Schwierigkeitsgrad über abgespeckten Fels erfordert. Von der Hütte zunächst steiler Abstieg nach Norden und vorbei an der Buchsteinhütte durch die Schwarzenbachklamm ins Tal. Nun noch ca. 3km über einen Wanderweg entlang der B307 zurück zum Ausgangspunkt.
- Anmeldung:** Die Anmeldung ist ausschließlich über die App "Klubraum" möglich.

So. 08. November Kulinarische Wanderung 2026:

- Beschreibung:** Wo es diesmal hingehet? Lasst euch überraschen!
Sicher ist, die Kulinarik kommt nicht zu kurz!
- Wanderleitung:** Jutta Hirsch
- Anmeldung:** Anmeldung telefonisch 0821 492525 oder per WhatsApp.
Teilnehmerzahl begrenzt, Änderungen vorbehalten.





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 weitere Angebote. 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 Veranstaltungen. 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, Radlhandschuhe, 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.

Bergsteigen:

Bei allen ausgeschriebenen Bergtouren werden die erforderlichen Voraussetzungen und
die Ausrüstung genannt (siehe nächste Seite!). Das sind Mindestanforderungen an Können
und Ausrüstung! Auch bei den als leicht ausgeschriebenen 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 (min. 1 Liter), eventuell Stöcke, persönliche Apotheke, Handy

Zusatzausrüstung Z1 (Mehrtagestouren):

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, min. 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, min. 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 min. 10 Stunden

Zusatzvoraussetzung ZV2:

Kletterkenntnisse bis II. Grad; Abseilkennnisse

Zusatzvoraussetzung ZV3:

Kletterkenntnisse bis IV. Grad; Sicherungskennnisse, Abseilkennnisse

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



Februar

27. Seniorenfilmenachmittag

März

07. Hüttenputz

12. **Mitgliederversammlung**

13. Naturfreundchen

27. Bike-Minis

27. Seniorenspielenachmittag

28. Bikepark Arbeitstour

31. Ferienprogramm im Bikepark

April

01. E-Bike Tour

06. Ostereiersuche

14. Start „Early Riders“

14. Start „Young Talents“

17. Naturfreundchen

17. Bike-Minis

26. MTB-Tour

30. E-Bike Tour

Mai

01.-03. Familien Outdoor Camp Konstein

08. Frühschoppen am Vereinsgelände

14. Bergtour

15. Naturfreundchen

15.-17. MTB Riders Festival

16. Wanderung

17. MTB-Tour

24. Hüttenfest

28. E-Bike Tour

29. Bike-Minis

Juni

02. Ferienprogramm im Bikepark

12. Naturfreundchen

13. Bergtour

14. MTB-Tour

18. E-Bike Tour

19. Bike-Minis

20. Gersthofen läuft!

26. Bunter Abend am Lagerfeuer

Juli

02. E-Bike Tour

03. Bike-Minis

04.-05. MTB Hüttentour

05. Staudenfest

13.-19. Bergwoche

17. Naturfreundchen

17. Sommerparty am Vereinsgelände

19. MTB-Tour

August

02. Bergtour

08. Wanderung

09. MTB-Tour

14. Bunter Abend am Lagerfeuer

21.-23. Bergwochenende

September

04. Frühschoppen am Vereinsgelände

17. E-Bike Tour

18. Naturfreundchen

18. Bike-Minis

20. Bergtour

20.-22. Busreise „Oberpfälzer Seenland“

Oktober

02.-04. Bike und Hike Wochenende

09. Naturfreundchen

10. Bergtour

24. Hüttenputz

November

03. Ferienprogramm im Bikepark

07. Skikursanmeldung

08. Kulinarische Wanderung

13. Naturfreundchen

22. Basar der Vereine

Dezember

11. Naturfreundchen

12. Eröffnungsskifahrt

13. Weihnachtsfeier

23. Waldweihnacht