

BREMEN ALPIN



Ausbildung & Touren 2022

Jugendvollversammlung am Samstag, dem 05.03.2022, 15:00 Uhr

Mitteilungen 1/2022

alpenverein-bremen.de

Gutschein
für eine Trainings-
beratung bzw.
ein Probetraining

Jetzt
kostenlose
Beratung und
Schnupper-
training
vereinbaren!

Physio K

gesund trainieren

- > Sie möchten Ihre Gesundheit und Beweglichkeit steigern und erhalten?
- > Sie wollen Ihren Körper stärken und Ihre Schmerzen in den Griff bekommen?
- > Dann sind Sie bei uns richtig!

Trainieren bei den Experten

Wir begleiten Ihr Training persönlich – mit erfahrenen Mitarbeitern unter ärztlicher Leitung. Individuelle Trainingspläne und moderne Geräte, die auch gesundheitliche Einschränkungen berücksichtigen, machen das Physio K zum sicheren und effektiven Partner.

Besondere Schwerpunkte

Orthopädie, Gelenkersatz, Rheumaerkrankungen, Schmerztherapie, Unfall- und Operationsnachsorge. Auch Physiotherapie, Ergotherapie, Prävention, Rehasport, Kältekammer, Massagen und das große Kursangebot gibt es im Physio K mit und ohne Rezept.

Klimaneutralität bis 2030

Liebe Mitglieder,

zwei Jahre ist es her, dass auf der Hauptversammlung des DAV in München der Beschluss gefasst wurde, einen starken ersten Schritt zu gehen in Richtung auf verstärkten Klimaschutz in allen Bereichen des DAV. Ein Klimaschutzkonzept sollte erstellt werden mit dem Ziel der Klimaneutralität spätestens in 2030. Durch die Einführung des „Klima-Euro“ pro A-Mitglied und Jahr wurde 2019 die finanzielle Basis geschaffen, um aus einem Fond Klimaschutzkonzepte zu finanzieren. Vorgesehen für 2020 war, wichtige erste Rahmenbedingungen zur Umsetzung auf dem Weg zur Klimaneutralität zu erarbeiten. Allerdings machte die Pandemie einen Strich durch diese Rechnung, nun aber ist es so weit. Mit großer Mehrheit der Sektionen verabschiedete die Hauptversammlung des DAV am letzten Oktoberwochenende das Klimaschutzkonzept. Somit wurde vom DAV mit all seinen Untergruppe-

rungen das Ziel ausgegeben, bis 2030 klimaneutral zu werden. In den Sektionen wird viel Arbeit nötig sein, um die notwendige Reduzierung der CO₂-Emissionen zu erreichen.

Auch für uns wird es in den nächsten Jahren in diesem Bereich zu tun geben.

Allerdings ist die DAV Sektion Bremen bereits recht gut aufgestellt. Unser Kletterzentrum hat sich schon länger auf den Weg gemacht, um ein Nachhaltigkeitskonzept zu entwickeln, mit dem in diesem Jahr sogar zwei nationale Auszeichnungen errungen wurden. Die Bremer Hütte ist im Bereich der Stromversorgung bereits klimaneutral aufgrund der Nutzung ihres Wasserkraftwerks für die Stromerzeugung. Das sind bereits wichtige Schritte hin zur Klimaneutralität.

Der DAV hat als Bergsport- und Naturschutzverband ein deutliches Zeichen für mehr Klimaverantwortung gesetzt. Es gibt viel zu tun

- packen wir es an, das Klima wartet nicht!
Es grüßt euch herzlichst euer 1.Vorsitzender
Dieter Mörk



INHALT

- | | | | |
|-------|---------------------------|-------|-------------------------------------|
| 3-7 | Aktuelles | 24 | Dachstein |
| 8-9 | Natur & Umwelt | 26-29 | Vereinsmeisterschaft |
| 10 | Einladung zur JVV | 30-31 | Klettern ohne Grenzen |
| 11-12 | Vorträge | 32-37 | Ausbildung & Touren 2020 |
| 14-16 | Deferegental | 38-41 | Gruppen |
| 18-23 | Valle Maira | | |



Wegebauhelfer gesucht!

Wegebau in den Stubai Alpen

Unsere Bremer Hütte feiert Jubiläum, aber auch in diesem Jahr benötigt unser Wegenetz rund um die Hütte seine jährliche Pflege, damit viele Wanderer eine entspannte Zeit in den Bergen genießen können. Daher werden wir in der Woche vor der Jubiläumsfeier gemeinsam auf die Bremer Hütte fahren und unter Anleitung unseres Wegewartes vor allem Markierungs- und Beschilderungsarbeiten durchführen. Auch einige Optimierungen im Bereich der Wegführung und des Erosionsschutzes stehen an.

Für die Mithilfe sind keine speziellen handwerklichen Vorkenntnisse, sondern lediglich die Bereitschaft zur teils anstrengenden Arbeit im alpinen Gelände erforderlich. Die Kosten für die gemeinschaftliche Anreise und Unterkunft werden durch die Sektion

getragen. Gerade in Kombination mit einer Fahrt zur Jubiläumsfeier auf der Hütte am darauffolgenden Wochenende, bietet diese Wegebauaktion also eine einzigartige Möglichkeit, die Wanderwege der Stubai Alpen aus einem besonderen Blickwinkel zu erleben. Wir freuen uns auf eine erfolgreiche Arbeitswoche mit hoffentlich reger Beteiligung.

Ort/Region: Stubai Alpen, Bremer Hütte

Termin: 20.08. bis 25.08.2022

max. 7 Teilnehmende ab 16 Jahre

Leistung: Anreise, Unterkunft, Jubiläumsfeier im Anschluss

Anmeldung und Rückfragen bei: Christian

Katlein

christian.katlein@alpenverein-bremen.de

Ein Huberbua im Norden

Alexander Huber mit Vortrag in der Glocke

Nun kommt der Huberbua endlich nach Bremen, zweimal haben wir seinen Besuch verschieben müssen. Nun präsentiert Alexander Huber im Rahmen des FernSichten-Festivals am 13. März 2022 seinen Vortrag „Die steile Welt der Berge“. In der Bremer Glocke zeichnet er mit Bildern und Videosequenzen ein lebendiges Bild vom modernen Alpinismus: Er zeigt extremes Freiklettern sowohl in den Alpen als auch in der Kälte der Arktis, Herausforderungen an wilden Bergen Pakistans und vieles mehr.

Auf dem FernSichten-Festival dreht sich alles um fremde Länder und draußen aktiv zu sein. Namhafte Fotografen präsentieren ihre Live-Reportagen und nehmen uns mit in fremde Kulturen und fantastische Landschaften.

Und im Foyer der Glocke können die Gäste sich über Reise- und Sportangebote der Partner des Festivals informieren. *Dirk Hermann*

Tickets: Nordwest-Ticket
www.fernsichten-festival.de.



DAV-Hauptversammlung beschließt Klimaneutralität bis 2030

Am 29. und 30. Oktober fand die Hauptversammlung des Deutschen Alpenvereins (DAV) in Friedrichshafen unter strengen Corona-Auflagen statt. Rund 360 Delegierte aus 220 Sektionen trafen sich am Messegelände der Bodenseestadt und setzten dort ein klares Zeichen: Bis zum Jahr 2030 will der größte Bergsportverband der Welt klimaneutral sein. Er konkretisiert damit den Beschluss der DAV-Hauptversammlung 2019 zum konsequenten Klimaschutz. DAV-

Präsident Josef Klenner sagte im Anschluss an die Entscheidung: „Gemeinsam gehen wir im Deutschen Alpenverein einen massiven Schritt in Richtung Zukunft. Mit diesem Schritt tragen wir die Verantwortung, die uns als Teil der Bergsportgemeinde und als große zivilgesellschaftliche Kraft zukommt.“

Für nähere Informationen siehe auch folgende Links: www.alpenverein-bremen.de
www.alpenverein.de

Großer Verbandstag des Landesverbands Nord für Bergsport im Bremer Kletterzentrum

In diesem Jahr waren wir Ausrichter des jährlich stattfindenden großen Verbandstags der 19 norddeutschen Sektionen. Die Veranstaltung fand am letzten Septemberwochenende in unserem Kletterzentrum statt - und damit endlich wieder in Präsenz, was auf jeden Fall für ein positives Stimmungsbild gesorgt hat! Die letzten beiden Veranstaltungen waren leider coronabedingt immer nur als Online-Konferenz möglich gewesen. Wichtige

Themen waren die Vorbereitung zur HV des Bundesverbands und hier vor allem die Diskussion zum vorgelegten Klimaschutzkonzept. Weiterhin standen Neuwahlen, Berichte und Satzungsänderungen an. Insgesamt war es eine produktive und intensive Veranstaltung. Viel Lob gab es von allen Seiten an uns als Ausrichter, vor allem wurde unser Kletterzentrum mit seiner tollen Außenanlage hoch gelobt, was uns natürlich sehr gefreut hat!

Unser Newsletter



Möchtest Du 1-2x im Monat Aktuelles und Neues aus unserer Sektion erfahren? Dann abonniere unseren Newsletter! Hier bekommst Du vorab aktuelle Infos, Angebote, Aktivitäten u.v.m. rund um die Sektion Bremen.

Sei dabei und melde Dich hier an:
geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de

Für uns selbstverständlich: Wir geben keine Daten weiter, wir informieren ausschließlich aus unserer Sektion, der Newsletter ist jederzeit wieder abbestellbar!



B5: Podcast für Bergsteiger

Wissen Sie, was Reinhold Messner als seinen 15. Achttausender bezeichnet? Oder warum Wandern die Freizeitbeschäftigung Nummer 1 in Bayern ist? Oder welche Tour, welcher Klettersteig, welche Radlrouten zu empfehlen ist? Sie erfahren es in „B5 für Bergsteiger“. Das alpine Magazin rund um Hütten und Höhenwege, Gipfel und Grate. Aktuell und informativ.

Wir gratulieren herzlich und wünschen alles Gute!

Klaus Ostersehl, 95
Annemarie Woltersdorff, 95
Rosemarie Henrichsmeier, 85
Ilsabe Golombeck, 85
Wilhelm Mackenthun, 85
Helmut Schäfer, 85
Brigitte von Knoch, 85
Irmgard Raschen, 85
Rosemarie Jans, 85
Axel Fangk, 80
Peter Klepp, 80
Reinhard Brüning, 80
Peter Naumann, 80
Hartmut Goede, 75
Günter Brinkmann, 75
Helge Martin, 75
Günther Maerten, 75
Wilhelm Späth, 75
Thomas Lieber, 75
Horst Martens, 70
Georg von Wolff, 70
Hans-Werner Spychala, 70
Karola Jathe-Warning, 70
Michael Unterstein, 70
Reinhard Fronzek, 70

Dieter Stegmann, 70
Maria Elsner-Simon, 70
Heinz Ulrich Röllke, 70
Hans-Christoph Simon, 70
Arndt Richter, 70
Wolfgang Bayer, 70
Georg Randermann, 70
Johanna Diestelmeier, 70
Gerd Wolff, 70
Jürgen Lund, 65
Joachim Denk, 65
Axel Kammeyer, 65
Klaus Krah, 65
Franz Heskamp, 65
Bernd Ahlers, 65
Sabine Warsch, 65
Bernd Schulze, 65
Jürgen Wohlers, 65
Uwe Seemann, 65
Angelika Knauer, 65
Helmut von Kotzebue, 65
Christina Cater, 65
Cornelie Scherrle, 65
Detlef Schieferstein, 65
Gabriele Gebhardt, 65

Pilze, Bienen, seltene Pflanzen

Das Exkursionsprogramm von „Natur und Umwelt“

Waren die Angebote der Sektion im Bereich Natur in den ersten Monaten des Jahres vor allem durch Absagen und Verbote infolge der Coronaregeln geprägt, so hat das Programm in den letzten Monaten doch Fahrt aufgenommen.

Den Anfang machte eine großartige Führung durch die Moorgegend rund um den Bullensee im Juli. Der Biologieprofessor Martin Diekmann von der Bremer Uni und seine ebenso fachkundige Frau (beide Mitglied in der Sektion und passionierte Bergwanderer) zeigten den Mitwandernden typische und auch seltene Moorpflanzen. Seine fundierten wissenschaftlichen und lebendigen Anmerkungen stießen auf großes Interesse. Dass man nebenher noch 10 km gewandert ist, fiel dabei niemandem auf. Ob Herr Diekmann so etwas auch einmal im Gelände rund um die Bremer Hütte machen würde?

Josef Müller, ein ehemaliger Mitarbeiter von Prof. Diekmann, führte im September eine Sektionsgruppe durch den Überseehafen. Dort, meist auf unscheinbaren Brachen, wachsen versteckt zahlreiche exotische Pflanzen. Deren Samen wurden früher beim Entladen der Schiffe versehentlich ausgestreut und haben sich teilweise vom Bremer Hafen aus über ganz Deutschland verbreitet. Herr Müller brannte ein Feuerwerk an Informationen ab, alle waren beeindruckt und begeistert. Bei dieser Exkursion führte das Suchen und Staunen allerdings dazu, dass kaum Strecke gemacht wurde, was aber auch nicht geplant war. Die Tour endete – so ein Zufall – an einer Stelle, an der sich wild und unbeobachtet eine Hanfpflanze entwickelt.

Ende September informierte Thorsten Wilkens (Foto oben) über Imkerei, Bienenzucht und Gewinnung von gutem Honig. Thorsten



hat 10 Bienenvölker dauerhaft auf dem Gelände unseres Kletterzentrums stationiert, die dort im Radius von 3 km im Sommer Pollen einsammeln. Faszinierend waren nicht nur die Details über das Verhalten eines Bienenvolkes, sondern auch der reale Einblick in die Tiefen eines Bienenstocks. Die Tierchen waren durchwegs friedlich, deshalb konnte man den Ausführungen des Imkers ganz entspannt folgen.

Und was wäre ein Herbst ohne Pilze? Im Oktober zog eine Gruppe von DAV-Mitgliedern mit Pilzfachfrau Ulrike Öhler durch den Wald bei Kirchtimke. Waren einige nur auf der Jagd nach einem leckeren Abendessen, so waren doch alle schwer beeindruckt von der Vielfalt der Pilze, die ein eigenes Reich neben den Pflanzen und den Tieren bilden. Die Schönheit der Pilze sowie die Schönheit des erwanderten Waldes blieben den Pilzbegeisterten nachhaltig in Erinnerung. Einige trugen stolz den Ertrag des Tages nach Hause Richtung Bratpfanne.

Im November schließlich zeigte Jan Immen-dorf in einem Outdoor-Seminar im Garten des Kletterzentrums, wie man Obstbäume richtig beschneidet und pflanzt. Auch für diesen Termin war die Nachfrage größer als die mögliche Platzzahl. Es hat sich für alle Teilnehmenden gelohnt, ihre neuen Kenntnisse können sie jetzt zu Hause anwenden. Aber auch für das Kletterzentrum war dies ein fruchtbarer Tag, denn unter anderem folgen jetzt weitere Obstbaumpflanzungen vor Ort mit dem Ziel einer Streuobstwiese – ein weiterer Schritt in Richtung ökologische Nachhaltigkeit.

Das regionale Exkursionsprogramm soll in

den Wintermonaten ergänzt werden durch Vorträge zu naturkundlichen Themen und zum Natur- und Klimaschutz. Geplant sind in dieser Saison Vorträge zum Hochwasserschutz rund um Bremen sowie zur ökologischen Umgestaltung der Wümme und ihrer umliegenden Wiesen. (Siehe Vorträge). Im Frühjahr geht es dann wieder los mit geführten Wanderungen zu naturkundlichen Themen.

Das Programm kann nicht immer langfristig formuliert werden. Deshalb bitten wir alle Interessierten den Newsletter auf www.alpenverein-bremen.de (ganz unten auf der Startseite) zu abonnieren und auch in der Rubrik Natur und Umwelt nach neuen Veranstaltungen Ausschau zu halten. Wer mit guten Ideen und organisatorisch mithelfen möchte, möge sich bitte gerne per Mail beim Naturschutzreferenten oder in der Geschäftsstelle melden.



Einladung zur Jugendvollversammlung (JVJ)

Treffen der Jugend am Samstag, 05.03., um 15 Uhr im Kletterzentrum

Hallo, Servus und Moin,

du interessierst dich dafür, was in der Jugend unserer Sektion passiert? Du willst die Jugendarbeit mit deinen eigenen Anträgen verbessern und mitgestalten? Oder willst du dich einfach nur informieren, was nächstes Jahr bei uns kommt und was im letzten Jahr ging? Du bist herzlich zu unserer diesjährigen JVJ eingeladen! Im offiziellen Teil diskutieren wir wichtige Themen unserer Jugend und gestalten das nächste Jahr. Danach wollen wir, je nach Coronalage, noch zum Verweilen einladen, zusammen essen, schnacken und klettern. Also komm gerne dazu, wir freuen uns auf dich!

Wer kann kommen?

Alle Sektionsmitglieder unter 27 Jahren, zusätzlich sind alle Jugendleiter*innen und der Vorstand eingeladen.

Muss ich mich anmelden?

Damit wir besser planen können und ihr auch weiterhin mit Informationen zur JVJ versorgt seid, meldet euch gerne bis zum 01.03.2022 unter [belana.krone\[at\]alpenverein-bremen.de](mailto:belana.krone@alpenverein-bremen.de). Außerdem könnt ihr hier Anregungen und Ideen loswerden für den Fall, dass ihr selber zum Kommen keine Zeit habt. Konkrete Anträge können bis eine Woche vor der JVJ eingereicht werden.

Wie lange dauert das?

Die JVJ startete um 15:00 Uhr und wird circa 1,5 - 2 Stunden dauern.

Was muss ich mitbringen?

DAV Mitgliedsausweis

Vorläufige Tagesordnung:

1. Herzlich willkommen!
2. Rückblick - Was war?
Bericht des Jugendreferenten
3. Ausblick - Was kommt?
Planungen für das kommende Jahr
4. Anträge
 - a. Verabschiedung der neuen Sektionsjugendordnung der Sektion Bremen
5. Wahlen
 - a. Jugendausschuss
 - b. Delegierte für Landes- und Bundesjugendleitertage
6. Jugendetat
7. Sonstiges



Made in Bremen



JETZT
ÜBER 1000
PRODUKTE AUS
DER REGION

BREMER GESCHENKE FÜR DAS FEST

Made in Bremen, Langenstraße 13, in der Stadtwaage, 28195 Bremen,
Mo-Sa: 11-18 Uhr, auch Online-Versand www.madeinbremen.com



Natur- und Flusslandschaft

Thomas Arkenau über den Rückbau der Wümme zum ursprünglichen Fluss

Flusslandschaften haben eine hochrangige ökologische Bedeutung, im 20. Jahrhundert wurden viele stark geschädigt. Wenig bekannt sind umfangreiche Arbeiten des Landkreises Verden, um die Wümme wieder natürlich zu gestalten.

Schon 1995 startete der Landkreis Verden ein großes Projekt zur Renaturierung der Wümme im Bereich zwischen Fischerhude und den Borgfelder Wümmewiesen. Ziel des vorgestellten Projektes war und ist es, den Naturschutz in diesem Gebiet zu erhalten und wesentlich zu verbessern. Der Grundwasserspiegel wurde flächig angehoben, Überschwemmungen über längere Zeit und großflächiger ermöglicht.

Wiedervernässung und Renaturierung der Wümmeniederung erforderten neue Eigentumsverhältnisse. Der Landkreis hat deshalb große landwirtschaftlich genutzte Flächen gekauft. Zum Erhalt und zur Entwicklung von Feuchtgrünland wurde die frühere extensive landwirtschaftliche Nutzung weiträumig wiedereingeführt. Es ist geplant, im Mai 2022 im Rahmen einer kleinen Fahrradexkursion unter Begleitung von Thomas Arkenau die Maßnahmen vor Ort in Augenschein zu nehmen.

Mittwoch, 19.01.2022, 19.00 Uhr
DAV-Kletterzentrum, Robert-Hooke-Str. 19
Eintritt: frei, gerne eine kleine Spende
Anmeldung unter 0421-72484 oder geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de

Vorträge

Bitte informieren Sie sich über Durchführung und mögliche Teilnehmerzahl vor dem Vortrag auf der Website der Sektion Bremen des DAV.

Anmeldung erforderlich unter 0421-72484 oder geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de

Beginn: jeweils 19.00 Uhr
 Eintritt: Mitglieder 4,00 €, Gäste 6,00 €
 Ort: DAV-Kletterzentrum, Robert-Hooke-Straße 19
 Haltestelle Universität Nord
 Autobahnausfahrt Horn-Lehe in Richtung Universität.
 Parkplätze vor der Kletterhalle



STUBAI

„Wilde Wasser und hohe Hütten“
 von Bettina Haas, „die Gratschnecke“

Vom Stubaital aus gibt es zwei interessante Varianten, das Gebiet zu erwandern – entweder auf dem Stubai Höhenweg oder entlang des „Wilde-Wasser-Wegs“. Der Vortrag zeigt die spannendsten Orte rund um den Stubai Höhenweg und die schönsten Ansichten auf dem „Wilde-Wasser-Weg“. Sie spüren die Ruhe abgelegener Bergseen und die Kraft tosender Wasserfälle – sehen aber auch die Zeichen des fortschreitenden Gletscherschwundes.

Mittwoch, 09.02.2022, 19.00 Uhr
DAV-Kletterzentrum, Robert-Hooke-Str. 19
Eintritt: Mitglieder 4,00€, Gäste 6,00€
Anmeldung unter 0421-72484 oder geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de



Wandern rund um Meran

Dieter Freigang: Panoramavision auf 6x3m-Leinwand

Meran – die traditionsreiche Kur- und Traubenstadt bietet die typischen Südtiroler Kontraste: Von Weinbergen, Apfelpflanzungen und Palmenhainen in subtropischer Landschaft geht der Blick hinauf zu schneebedeckten Gipfeln an der 3000-m-Linie. Diese so vielgestaltige Region wandernd zu erkunden vermittelt die schönste und intensivste Art der Begegnung: So etwa der gemütliche Spaziergang entlang des Marlinger Waalweges oder die aussichtsreichsten Etappen des einzigartigen Meraner

Höhenweges. Ifinger, Hirzer und Mutspitze lassen keine Wünsche offen. Ausflüge ins ursprüngliche Ultental und zur Laugenspitze sowie im Passeiertal zur Pfandleralm, auf das Haflinger Hochplateau mit den geheimnisvollen Stoanernen Mandlen sowie ins Pfoesental zum Eishof und weiter zur Stettiner Hütte mitsamt der Hohen Wilde, 3480 m, dem höchsten Meraner Wandergipfel. Einzigartig auch die versteckten Spronser Seen. Ein Meraner Stadtpaziergang steht ebenso auf dem Programm wie die beliebten Ferienorte Dorf Tirol samt Schloss und Schenna. Typische Südtiroler Impressionen runden das Meran-Bild ab. Ein Infoblatt hält alle wichtigen Daten für den Besucher fest.

Mittwoch, 09.03.2022, 19.00 Uhr
DAV-Kletterzentrum, Robert-Hooke-Str. 19
Eintritt: Mitglieder 4,00€, Gäste 6,00€
Anmeldung unter 0421-72484 oder geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de



„Cold Spot“ Defereggental

Auf der Suche nach dem legendären Champagne Powder

Zappenduster! Von Anfang November bis Anfang Februar. „Ab Allerheiligen bis Maria Lichtmess erreicht kein Sonnenstrahl die Ortskirche in Sankt Jakob“, sagt Daniel Kleinlercher. So tappt der Ski- und Freeride-Guide im Osttiroler Defereggental fast drei Monate irgendwie im Dunklen. Aber obwohl sich die Sonne für so lange Zeit rar macht, schlägt das den Einheimischen offenbar nicht allzu stark aufs Gemüt. Kein Wunder, denn vor allem an Skitourengebiete hat das Defereggental mit den Villgratner Bergen und der Lasörlinggruppe einiges zu bieten. Auch bei problematischen Lawinen- oder Schneeverhältnissen gilt: Irgendwas geht immer!

Zum Beispiel am Kahorn: Entlang der Rodelbahn geht es von Maria Hilf bis zur Alpe Stalle. Dann weiter durch steilen Bannwald ungemütlich bergan. Zwischen Zirben und Lärchen muss man sich einen Durchschlupf suchen, bis ein freier Rücken endlich ordentliches Skitouren-Terrain bietet. Kilometerlang zieht sich der Anstieg noch durch die

Osthänge und über den steileren Gipfelkamm, bevor der höchste Punkt vom Kahorn (2692 m) erreicht ist. Das Kahorn ist eine typische Deferegger Skitour, denn einfach mal ein paar Hundert Höhenmeter in geneigten Serpentina die Hänge hinaufziehen: Das gibt es fast nirgends im Tal.

Zurück zum Mikroklima: „Sankt Jakob gilt als kältester Ort in Osttirol“, erzählt Daniel Kleinlercher weiter. Das kommt auch daher, weil im Defereggental häufiger als anderswo Inversionswetterlage herrscht. Dann sammelt sich im Kessel der Schwarzach die kalte Luft, während es auf den Höhen wärmer ist als drunten. So bildet sich dort im Winter regelmäßig ein Kaltluftsee, weil die Luft wegen einer Geländeschwelle nicht talauswärts fließen kann. Wenn es im nahen Iseltal unterhalb des Felbertauern schon frühlinghaft mild ist, kann man im eiserstarrten Defereggental hinter Hopfgarten noch auf raureifverzierte Bäume treffen.



Hoch über dem Tal ist dort der spitzgieblige Turm der Pfarrkirche von St. Veit zu sehen. Eine pittoreske Landmarke mit einer Handvoll Gehöfte und Wohnhäuser sowie Gottes- und Wirtshaus. St. Veit ist die höchstgelegene Gemeinde Osttirols – wieder so ein kleiner Superlativ!

Von St. Veit bietet sich eine Skitour zum Speikboden (2653 m) an. Der Gipfelname führt allerdings in die Irre, denn es handelt sich mitnichten um einen flachen Boden, sondern eher um einen kecken Kegel. Und der will mittels vieler Spitzkehren und kluger Spuranlage durch ein Muldensystem erarbeitet werden. Dabei handelt es sich um die Sonnenseite des Defereggentales – mit allen Vor- und Nachteilen, was den Schnee angeht. Präsentiert sich der Speikboden an warmen Tagen als schöne Firntour, so zeigt er sich an eisigen als ungemütlicher, hartgefrorener Buckel.

Deswegen soll hier auch der Champagne

Powder, der sonst eher aus Alaska oder Kanada bekannt ist, gelegentlich anzutreffen sein. Oder ist der ungewöhnlich trockene und fluffige Pulverschnee womöglich nur eine gern erzählte Legende der Osttiroler Touristiker? „Nein, nein“, sagt Kleinlercher und schmunzelt. Und führt wiederum das Mikroklima als Grund an, dass der Goldstandard für die Tiefschnee-Jünger tatsächlich manchmal hier zu finden ist. „Ich habe hier schon minus 26 Grad erlebt. Da wird der Schnee wirklich ganz trocken und leicht.“

Ob man bei solchem Frost eine Skitour zum Kauschkahorn oberhalb von Sankt Jakob machen will, sei dahin gestellt. Aber am Ende der Almstraße in Innerberg beginnt bei der „Jagastube“ die Skiroute, die sich erst einmal durch den Wald schlängelt. Bald sind ein paar Almhütten erreicht und das Gelände wird offener. „In den 1960er Jahren wurden hier noch 200 Hektar Bergweiden gemäht“, weiß Kleinlercher. Aber später holte sich die Na-



tur die Almwiesen zurück. Der Skiguide hält jetzt im Sommer dagegen und mäht selbst zwei Hektar mit der Motor- und der Handse, um die Verbuschung der Kulturlandschaft zu stoppen. Das Heu bringt er ins Tal: „Da stecken viele Kräuter drin. Und wegen des hohen Nährwertes ist es bei den lokalen Bauern sehr beliebt zum Zufüttern“. Aber nicht nur deswegen zählt das Kauschkahorn (2903 m) zu seinen Lieblingsgipfeln, sondern ebenfalls wegen der meist guten Schneeverhältnisse. Durch Lawinverbauungen und ein Kar zieht sich die Spur schließlich zum höchsten Punkt. Auch das Kauschkahorn ist ein hochalpines Ziel, obwohl der Gipfel die 3000-Meter-Marke nicht mal ankratzt.

Im Laufe der Jahre hat sich der „Coldspot“ Defereggental zu einem „Hotspot“ für Skitourengeher entwickelt. Auch wenn Langschneid, Pfannhorn oder Gasser Horn nicht die großen Namen bieten, so sind sie doch ordentliche Berge und sollten nicht unterschätzt werden, denn die Touren sind zu-

meist lang und fordernd und häufig auch recht steil. Wenn die Skitourensaison andrenorts zu Ende geht, dann findet man Daniel Kleinlercher eher am Talende, am Staller Sattel. In alle Himmelsrichtungen kann man von dort losziehen, wo im Sommer die Straße ins Antholzer Tal hinüberführt. Mandl, Almerhorn oder Rote Wand heißen die populärsten Skigipfel. Selbst im Mai könne man sich hier noch den Schnee aussuchen, schwört der Ski-Guide: „Nordseitig finden wir noch den letzten Pulver. Und auf den Südseiten fahren wir dann Firn.“ So kommt auch Kleinlercher noch auf ausreichende Sonnenstunden im Winter – obwohl er für einige Wochen in einem dunklen Loch lebt.

Diese Reportage entstand am Rande einer Skitourenwoche vom Alpenverein Bremen. Im Februar 2022 geht es mit Folkert Lenz auf Tour im schweizerischen St. Antönien im Prättigau (siehe Tourenprogramm).

Text und Fotos: Folkert Lenz

Wir lieben Bergsport!

JETZT NEU:

Der Online-Shop

www.quovadis-hb.de



Unsere Kletterschuhmodelle 2022

im Geschäft,
online &
im neuen Shop in der
Boulder Base im Tabakquartier

Auch 2022 bekommen Mitglieder der Sektion Bremen bei Vorlage des Ausweises 10% Rabatt

(red. Ware, Bücher & GPS ausgenommen)





St. Martino superiore

Valle Maira

Unterwegs auf alten Pfaden in Italien

Ein „okzitanisches Abenteuer“ hatte uns der Reiseveranstalter „vamos“ versprochen. Wir würden eine fast vergessene Alpenregion im italienischen Piemont an der Grenze zu Frankreich erwandern können. Massentourismus? Von wegen! Im Valle Maira, das an genau diesem entlegenen Zipfel der Alpen liegt, geht es ruhig zu. Eine Freundin, die das Tal bereits bei einer Wanderung erlebt hatte, bestätigte diese lockenden Worte aus dem Prospekt. Und so nahm bei uns über Jahre die Sehnsucht zu, dieses Tal endlich einmal zu besuchen. Leider kam immer wieder irgendetwas dazwischen, aber in diesem Jahr sollte es endlich klappen - trotz Corona! Bärbel und ich machten uns also tatsächlich 2021 auf den Weg zu dem rund 1.300 km entfernt gelegenen Tal im Mittelmeerraum. Als Flachland-Alpinisten aus Bremen mit

wenig Praxis wollten wir auf jeden Fall gut vorbereitet sein, in der „Bremer Schweiz“ wanderten wir uns daher schon an den Wochenenden ein. Vorsichtshalber buchten wir aber auch noch ein paar Tage in Damüls im Bregenzer Wald, um dort unserer alpinistischen Fitness bei Tagestouren den nötigen Feinschliff zu verpassen. Um es vorweg zu nehmen: Die Vorbereitung lief perfekt für unsere achttägige Familienwanderung im Valle Maira mit Gepäcktransport. Guter Dinge machten wir uns auf den Weg ins Piemont, in dieses einsame, fast verlassene Mairatal. Schon nach dem zweiten Weltkrieg, ab den 1950er Jahren, begannen die Bergbauern ihre Dörfer zu verlassen, um ihrem schweren Dasein in den Bergen zu entkommen und in den Städten Arbeit zu suchen. Fiat in Turin versprach attraktive Löhne und gezielte Arbeitszeiten. Heute zeugen von dem

einst regen Bergbauern-Leben entweder geschrumpfte oder gar ganz verlassene Dörfer. Doch einige Nachkommen kamen zurück und errichteten Berggasthöfe, die so genannten Posto Tappas. Und damit entstand auch der Maira-Rundweg „Percorsi Occitani“. Auf ihm kann man jetzt in rund zwei Wochen bis ans Talende wandern und zurück.

Die Posto Tappas bieten dabei am Ende eines Wandertags immer eine gemütliche Unterkunft mit typischem italienischen 4-Gänge-Menü und einem ausgiebigen Frühstück am nächsten Morgen. Doch es muss nicht unbedingt die zweiwöchige Wanderung sein. Nach Belieben (und Verfügbarkeit der Unterkünfte) lässt sich die eigene Tour zusammenstellen und über einen Reiseanbieter oder selbst buchen, so kommt die ganz individuelle Wandertour zustande. Und der Clou: Wer es nicht allzu schwer auf dem Buckel mag, kann sich sein Gepäck vom Sherpabus zum nächsten Gasthof bringen lassen. Diesen Luxus gönnten auch wir uns bei dieser Tour. Unser Koffer war stets vor uns da, wir trugen lediglich Verpflegung und Regenkleidung im Tagesgepäck.

Schon unser Start war herausfordernd: Zur ersten Unterkunft, der Locanda del Silenzio am Beginn des Valle Maira, führte eine enge steile Straße mit vielen Serpentinaen – ein ungewohntes Fahrvergnügen für uns Norddeutsche. Oben angekommen erwartete uns ein Ort der Ruhe. Die Unterkunft lag direkt am Hang mit Blick ins naturbelassene Tal über weitläufige Wälder. In der Locanda del Silenzio auf 1.000 m Höhe hatten wir zwei Nächte gebucht, um uns erst einmal zu akklimatisieren. Entsprechend dem Vorschlag unseres Reiseveranstalters wanderten wir am nächsten Tag auf einem dreistündigen Rundweg, der uns den ersten Eindruck verschaffte, was uns in den nächsten Tagen erwarten würde. Verzaubert waren wir von Anfang an von der mediterranen Blütenpracht am Wegesrand, den vielen Schmetterlingen und Eidechsen.

Auch faszinierten die typischen Häuser in den Bergdörfern im alpinen Baustil bis hin zu den nicht seltenen Ruinen alter, verlassener Bergdörfer und der Geschichten, die sich womöglich dahinter verbargen: Über Jahrhunderte bis ca. in die 1950er Jahre versorgten sich die Bewohner des Valle Maira selbst. Jeder mögliche Quadratmeter wurde für Ackerbau genutzt. Wo es nicht ging, legten die Bauern Terrassen an. Die Vieh- und Alpwirtschaft lief zunächst nebenher. Nach dem Zweiten Weltkrieg brach der Ackerbau zusammen und der Exodus der Bevölkerung nahm seinen Lauf. Doch die Terrassen blieben und wir konnten sie häufig unter der Vegetation entdecken. Im Zweiten Weltkrieg war das Tal Rückzugsort zahlreicher Partisanen, die gegen die Faschisten kämpften. Der Ort Camoglieres, in dem unsere Locanda del Silenzio liegt, war einer ihrer Verstecke. Aber nun zurück zu unserer Wanderung.

Immer wieder führt der Wanderweg an Ruinen ehemaliger Bergdörfer vorbei.





Am Tag nach der kleinen Rundtour ging es endlich zur Sache. 17 Kilometer wollten bis zum nächsten Gasthof, der Locanda Codiroso, in Ruata Valle erwandert werden. Der Weg war zu großen Teilen beschattet, was angesichts von Temperaturen an die 30 Grad sehr angenehm war, ins Schwitzen kamen wir trotzdem. Dafür sorgte allein schon ein kleiner Pass mit einer Höhe von 1.250 m,

aber auch ein zweiter unerwarteter Anstieg in praller Sonne. Hatten wir etwa die richtige Abzweigung verpasst? Darüber diskutierten wir, während wir bergan liefen. Gefühlte 100 Blicke auf die Karte und ein Plan B für den Fall, dass wir tatsächlich falsch lagen. Aber nein, wir waren richtig – zumindest laut Karte, der Reiseveranstalter wollte uns allerdings schonen und anders, entlang der

Höhenlinien, leiten. Glücklich und zufrieden in der Locanda Codiroso angekommen, genossen wir erst einmal einen Cappuccino und bezogen anschließend unser Doppelzimmer mit eigenem Bad, übrigens wie in allen Unterkünften. So entwickelte sich quasi ein Ritual: Cappuccino, dann ins Zimmer und anschließend Warten aufs Abendessen. Im Valle Maira wird spät gespeist, definitiv nicht vor 19 Uhr. Und da wir meist nicht länger als sechs Stunden am Tag unterwegs waren, kamen wir nachmittags schon zeitig an den Posto Tappas an und mussten uns bis zum Abendessen eben gedulden. Das Essen hatte es in sich. In jeder Hütte! Die vier Gänge mit Antipasti, Primo, Secondo und Dolce mit typischen lokalen Spezialitäten zogen sich nicht selten über fast zwei Stunden hin. „Slow Food“ eben. Wir haben es genossen.

sere Tour, der Pass S. Giovanni mit 1.872 m. Vorher wanderten wir im Wald ohne große Höhenunterschiede am Berghang entlang, passierten kleine Bäche und einige Orte, wie z.B. St. Martino. Hier gibt es das „Centro Culturale Borgata“, das 1990 von Maria und Andrea Schneider eröffnet wurde. Sie haben dafür gesorgt, dass das Valle Maira bei vielen Wanderern heute bekannt ist. Das Centro ist darüber hinaus ein schönes Beispiel für den Wiederaufbau und die Wiederbelebung eines Dorfes. Von St. Martino ging es weiter durch einen Lärchenwald zum Pass. Üblicherweise trafen wir auf den Wegen nur auf sehr wenig Menschen. Lediglich an Aussichtspunkten wie diesem Pass und selbstverständlich an den Posto Tappas wird es belebter. Unser Ziel war diesmal Elva, wo die Menschen früher so



Am dritten Tag ging es hoch hinaus. Auf uns wartete einer der höchsten Abschnitte un-

Links: La Tano di Grich in St. Michele. Nicht nur das Äußere ist ein „Hit“, sondern auch das Essen. Rechts: Bärbel und Bernd auf dem höchsten Pass der Tour, dem Colle di Sologlio Bue.



bitterarm gewesen waren, dass die Frauen ihre langen Haare an Perückenhändler hatten verkaufen müssen.

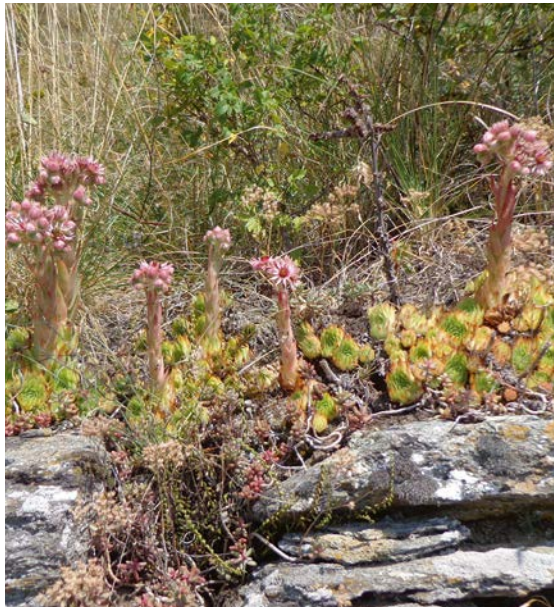
Je weiter wir in das Valle Maria hinein wanderten, desto höher kamen wir. Zwischen Elva und St. Michele querten wir den gleichnamigen Colle auf 1.935 m. Danach ging es sanft abwärts vor einer grandiosen Bergkulisse mit einigen (fast) Dreitausendern. Insgesamt waren die An- und Abstiege für uns gut zu bewältigen, laut Katalog eignete sich die Wegeführung auch besonders für Familien mit Kindern. Wir waren uns aber nicht an jeder Stelle sicher, ob wir sie mit Kindern hätten laufen mögen. In St. Michele, dem nächsten Etappenziel, liegen Unterkunft und Restaurant voneinander getrennt. Letzteres heißt La Tano di Grich, auf deutsch „Grillenloch“, und ist in einem wunderschönen Gebäude untergebracht etwa 700 m vom Gästehaus entfernt.

Ab St. Michele schummeln wir ein bisschen. Wir wandern nicht gleich wieder direkt los, sondern lassen uns mit dem Sherpabus zum Ausgangspunkt der nächsten Bergtour in Chialvetta bringen. Die Wetterprognose war nicht die beste, ab nachmittags war Regen möglich. So folgten wir also zielstrebig der gelb-blauen Markierung des Mairawegs „Persors occitani“ hinauf zum Colle Soleglio Bue auf 2.338 m Höhe. Hier wurde es nun richtig alpin. Wir stiegen über die Baumgrenze und querten Geröllfelder. Auf dem Colle erwartete

Ideal zum Wandern, aber auch Klettern ist möglich, z.B. an der Locanda del Silenzio.



*Oben: Ein typischer Wanderweg im Valle Maira, hier durch einen Lärchenwald.
Unten rechts: Locanda Codirosso Ruata Valle.*



uns ein atemberaubendes Alpenpanorama. Nach Norden schauten wir bis ins Valle Maira, auf der anderen Seite lagen das Tal von Preit und die Bergketten der Gardetta-Hochebene – heute leider verborgen in niedrig hängenden Wolken. Den Abstecher auf den angrenzenden 2.413 m hohen Gipfel Solegio Bue beendete ein Gewitterdonner abrupt. Jetzt hieß es nur schnell absteigen – über Almwiesen und vorbei an Murmeltierfamilien. Heute trafen wir unterwegs keine Menschenseele.

In Preit ließen wir auf rund 1.500 m Höhe unsere Wandertour ausklingen. Hier hatten wir in der Locanda degli Elfi drei Nächte gebucht. Der Blick vom Balkon fiel direkt ins Tal, aus dem die Berge steil bergan stiegen. Bis hier morgens die Sonne ankommt, dauert es. Wir gönnten uns zunächst einen Ruhetag mit viel Lesen. Am letzten Tag unserer Maira-Wanderrunde aber griffen wir noch einmal an. Unser Ziel: der Lago Nero auf 2.240 m Höhe, über eine schöne Rundtour zu erreichen. Oben angekommen, realisierten wir, dass Wochenende war – wir waren nicht allein! Mindestens 50 weitere Wandersleute hatten dieselbe Idee, dennoch war es ein wunderschöner Abschluss.

Von Preit brachte uns der Sherpabus schließlich zurück zu unserem Ausgangspunkt, der Locanda del Silenzio, wo unser Auto noch stand – vollgepackt mit Camping-Equipment. Nach der körperlichen Anstrengung wollten wir noch ein paar Tage am Lago Maggiore verbringen und baden. Im Valle Maira ließen wir Stille und Einsamkeit zurück, auf dem Campingplatz empfing uns der volle Touristen-Trubel – welch ein Kontrast. Wir nahmen es mit Gelassenheit. Die Zeit im Maira-Tal werden wir nie vergessen, es war genau die perfekte Mischung aus sanftem Tourismus, dem richtigen Maß an Bewegung und sehr gutem Essen. Wir werden wiederkommen!
Bernd Quellmalz

Reiseinfos

- Antipasti und alte Wege. Valle Maira – Wandern im andern Piemont. Ursula Bauer Jürg Frischknecht. Rotpunktverlag 1999. ISBN 978-3-85869-815-5
- Karte Charminar en Auta Val Maira. Maßstab 1:20.000. Bruno Rosano. WGS84-UTM 32T.
- www.vamos-reisen.de/reiseziele-sommer/familienwanderung-valle-maira/
- www.renatour.de/piemont-wandern





Tourenwoche am Dachstein

Alpine Basics in Firn, Fels und Eis

Mit dem GPS im Nebel den Weg über die Schneefelder finden. Am Drahtseil über einen luftigen Abgrund balancieren. Mit dem Flaschenzug einen „Verunfallten“ aus der Gletscherspalte holen. Über Klettersteige bis zum Gipfelkreuz kraxeln. Bergsteigen ganz praktisch zu lernen: Dafür gab es bei der Tourenwoche im Dachstein-Gebirge reichlich Gelegenheit.

Fit werden für die verschiedensten Spielarten des Bergsteigens: Das war das erklärte Ziel. Dazu dienten Bergwanderungen und Ferrata-Begehungen in der Silberkarklamm oder auf den Großen Koppenkarstein (2863 m) vom Talquartier in Ramsau aus. Eine Stippvisite in der Seethaler Hütte auf der Dachsteinwarde verschaffte uns eine atemlose Nacht auf

2740 Meter Höhe – und eine morgendliche Express-Begehung des Hohen Dachsteins, dessen Gipfel die 3000er-Marke um gerade fünf Meter verfehlt. Das Basislager in der Simonyhütte dann bot ausreichend Möglichkeiten, sich mit dem „weißen Medium“ vertraut zu machen: bei Exkursionen in Schnee, Firn und Eis.

Am Ende des „Alpine Basics“-Kurses wusste wohl jeder, wo er künftig seine alpinistischen Herausforderungen suchen will: Ob lieber auf den Gletschern oder lieber im steilen Fels.

Im Juli 2022 geht es mit Folkert Lenz auf Hochtourenwoche zur Tierberglihütte am schweizerischen Sustenpass (siehe Tourenprogramm).

Text und Foto: Folkert Lenz

Ausgezeichnetes Kletterzentrum

Bildungsinitiativen für nachhaltige Entwicklung ausgezeichnet

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung hat heute gemeinsam mit der Deutschen UNESCO-Kommission 25 Organisationen und Initiativen im Rahmen einer digitalen Festveranstaltung ausgezeichnet, die sich für Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) einsetzen.

Dazu erklärt Bundesbildungsministerin Anja Karliczek:

„Wir brauchen in Deutschland und der Welt ein möglichst weit verbreitetes Bewusstsein für den schonenden Umgang mit Ressourcen. Dafür spielt auch eine Bildung für nachhaltige Entwicklung eine wichtige Rolle. Sie hilft Menschen, nachhaltig zu handeln. Die heute ausgezeichneten Initiativen zeigen, wie vielfältig Bildung für nachhaltige Entwicklung schon heute in der Bildungspraxis stattfindet. Sie leisten einen wichtigen Beitrag zur Umsetzung des Nationalen Aktionsplans Bildung für nachhaltige Entwicklung. Ihr positives Beispiel bringt uns in der Verankerung von Nachhaltigkeit im deutschen Bildungssystem einen weiteren Schritt voran.“

Die Präsidentin der Deutschen UNESCO-Kommission Maria Böhmer betont:

„Wenn wir die großen Herausforderungen unserer Zeit meistern wollen, brauchen wir Bildung, die Menschen zu nachhaltigem Handeln ermutigt. Wie das gelingen kann, zeigen uns die heute ausgezeichneten Organisationen auf besonders beeindruckende Art und Weise. Ich freue mich, dass wir so viel Leidenschaft und Engagement ehren dürfen und gratuliere herzlich zur Auszeichnung!“

Die „Nationale Auszeichnung – Bildung für nachhaltige Entwicklung“ würdigt Organisati-

onen, Netzwerke und Kommunen, die sich im Rahmen des UNESCO-Programms BNE 2030 für eine lebenswerte, nachhaltige Gestaltung unserer Gesellschaft einsetzen.

BNE 2030 steht für „Bildung für nachhaltige Entwicklung: die globalen Nachhaltigkeitsziele verwirklichen“. Nachhaltige Entwicklung heißt, Menschenwürde und Chancengerechtigkeit für alle in einer intakten Umwelt zu verwirklichen. Bildung ist für eine nachhaltige Entwicklung zentral. Sie versetzt Menschen in die Lage, Entscheidungen für die Zukunft zu treffen und abzuschätzen, wie sich eigene Handlungen auf künftige Generationen oder das Leben in anderen Weltregionen auswirken. In der Agenda 2030 der Vereinten Nationen ist die Umsetzung von Bildung für nachhaltige Entwicklung als Ziel für die Weltgemeinschaft festgeschrieben. Das 2020 gestartete UNESCO-Programm BNE 2030 zielt darauf ab, die strukturelle Verankerung von BNE im gesamten Bildungssystem voranzubringen. In Deutschland wird BNE auf der Grundlage des Nationalen Aktionsplans Bildung für nachhaltige Entwicklung umgesetzt.



Vereinsmeisterschaft

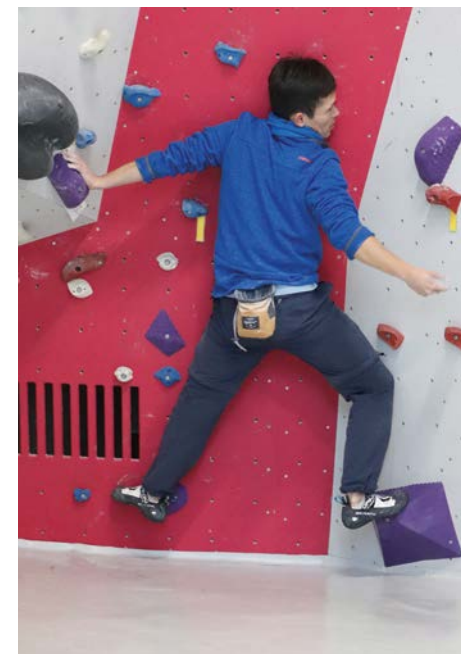
Unterschiedliche Teams des Kletterzentrums im Wettbewerb

Von den Mitgliedern für die Mitglieder! Wie entspannt kann eine gut besuchte und erfolgreiche Veranstaltung wohl sein? Unsere Mitglieder haben es gezeigt! Mit viel ehrenamtlichem Engagement haben sich die unterschiedlichen Teams des Kletterzentrums an den Vorbereitungen und der Durchführung der Vereinsmeisterschaft am 7. November beteiligt.

Der Routenbau wurde minutiös von Jona (Teamleitung Routenbau) im Vorfeld geplant und durch sein Team exzellent umgesetzt – dieses Mal unterstützt durch einen externen Routenschrauber aus der Kletterhalle RoXx in Göttingen. Hermann, unser Hausmeister, setzte noch kurz vor dem Event einen spon-

tanen Wunsch der Betriebsleitung um. So machte sich unsere Werkstatt wieder bezahlt, in der uns Hermann ein stattliches Podest für die Siegerehrung bastelte. Das Aufstapeln von Getränkekisten hat damit ausgedient, wir entwickeln uns ;-).

Wie schon 2019 konnten sich ausschließlich Vereinsmitglieder für den Wettkampf anmelden, was insgesamt 47 Starter*innen getan haben. Unsere Vereinsmeisterschaft richtet sich bewusst, anders als eine offene Stadtmeisterschaft mit offiziellem Regelwerk, an eine sehr eingeschränkte Zielgruppe. Wir wollen einen Wettkampf lediglich für das Stammklientel unserer Halle, hier geht es nicht um Spitzensport. Wir wollen Spaß am Klettern haben und dies möglichst niedrig-





schwellig und mit geringem organisatorischen Aufwand. Kletter*innen wie du und ich sollen sich angesprochen fühlen und tun dies zum Glück auch. Für Topathleten, die von Stadt zu Stadt tingeln (was auch absolut seine Berechtigung hat), gibt es genügend Wettkämpfe, die dann aber nicht diese be-

sondere und familiäre Atmosphäre bieten, wie gerade bei uns erlebt. Gewertet wurde in zwei Altersgruppen U40 und 40+ - aufgeteilt in männlich und weiblich. Die besten fünf männlichen und weiblichen Teilnehmer aus der Overall-Wertung durften ins Finale. Um dort hinzukommen, konnten in fünf Quali-



(v.l.) Claas Ahrens-Sternberg, Pepe Bastian, Florian Wöske



(v.l.) Janina Kramer, Mira Maxwitat, Clara Nottholt

fikations-Routen Punkte gesammelt werden. Eine erfolgreich durchstiegene Route brachte dabei 100 Punkte. Als kleine Überraschung bestand eine der Qualifikations-Routen aus einer langen Bouldertraverse inklusive einem Sächsischen-Überfall, der von einigen Starter*innen eine besondere Portion Mut erforderte. Ins Finale schafften es wegen eines Punktegleichstands letztlich fünf Damen und sieben Herren. Unter tobendem Beifall konnte sich die Vizemeisterin aus dem Jahr 2019, Miria Maxwitat, nun den Titel der Vereinsmeisterin sichern.

Bei den Herren sicherte sich Pepe Bastian zum dritten Mal in Folge den Titel des Vereinsmeisters und erhielt, wie alle mit erklettertem Treppchenplatz, einen der begehrten Stein-Pokale, mit denen wir inzwischen auch in anderen Kletterhallen Bekanntheit er-

zielt haben. Die Idee und die Produktion der Pokale stammt von unserem Haus- und Hofschreiner Gary. Vereinsmitglieder sammeln für ihn Steinbrocken aus Klettergebieten aus der ganzen Welt, die dann estnisch anmutend auf einem Holzsockel befestigt werden. Dieses Jahr wurden Stein-Pokale mit Herkunft aus: Thakhek/Laos, Mont Blanc/Frankreich, Leonidio/Griechenland, Orgon/Frankreich, Wiesenthal/Thüringen und Zschopautal/Erzgebirge von unserem ersten Vorsitzenden Dieter Mörk an die glücklichen Sieger*innen überreicht.

Eine tolle Veranstaltung aus der Mitte des Vereins! Vielen Dank an alle engagierten Helfer*innen, die viel Herzblut in dieses Projekt investiert und diese Veranstaltung möglich gemacht haben!
Jonas Loss, Betriebsleiter

NEUE DESIGNS
IM SPREADSHOP DES KLETTERZENTRUMS
BESTELLBAR ÜBER UNSERE WEBSEITE
WWW.KLETTERZENTRUM-BREMEN.DE

DAV
kletter
zentrum
BREMEN



UNTERWEGS

#KletternOhneGrenzen

Da kommt was ins Rollen!

Unsere Vereinsmitglieder und Trainer Marcus Wehner und Christian Schmidt haben ein großes Ziel: Sie wollen den Klettersport allen Menschen ermöglichen, speziell dem Personenkreis, der ohne Unterstützung kaum zum Klettern findet: Menschen mit körperlichen oder geistigen Behinderungen.

Beide Trainer haben bereits beruflich im Bereich Behindertensport und -betreuung zu tun, wissen also, welchen Herausforderungen sie sich und ihren Teilnehmenden stellen.

Den Versuch, behinderten oder beeinträchtigten Personen das Klettern zu ermöglichen, gab es in unserer Sektion schon einmal vor zwei Jahren. Damals initiiert von unserer

Trainerin Julia Krause, die sich beim Alpenverein speziell für diese Aufgabe ausbilden ließ. Der Bundesverband bietet diese Ausbildung „Trainer*in C Klettern f. Menschen m. Behinderungen“ in Kooperation mit dem Deutschen Behindertensportverband e.V. an. Da Julia jedoch nach ihrem erfolgreichen Studienabschluss aus Bremen wegzog, konnte das damals erfolgreiche Angebot leider zunächst nicht weiter fortgeführt werden. Ein Anfang war jedoch gemacht, die Idee war geboren und das Ziel klar: Die Sektion Bremen möchte sich im Behindertensport engagieren. Grundsätzlich ist dieses Anliegen nicht neu, in anderen DAV Sektionen gibt es bereits etablierte Behinderten-Sportgruppen, wie zum Beispiel in Hannover oder Hamburg. Den zweiten Anlauf nehmen nun also Mar-

cus und Christian und dies mit gehörigem Schwung. Auch wenn die Teilnahme an der speziellen DAV-Ausbildung durch Corona ausgebremst wurde bzw. noch nicht vollständig abgeschlossen werden konnte, haben sie bereits im Rahmen ihrer Möglichkeiten mit einzelnen Interessent*innen begonnen. Unter neuem Namen, in geschlechtergerechter Sprache und mit Hashtag für die sozialen Medien versehen, heißt das Angebot nun: #KletternOhneGrenzen

Wenn so ein Projekt erstmal ins Rollen kommt, geht's auf einmal ganz schnell und die Ereignisse überschlagen sich. Mit Lena Schuhmacher und Neela Gerken meldeten sich zwei weitere Vereinsmitglieder, die sich im Projekt engagieren wollen. In der gleichen Woche gab es vom DAV Landesverband die Information, dass im Frühjahr ein Sonderlehrgang für Trainer für Menschen mit Behinderung in Hannover stattfinden soll und Marcus und Christian dort einen Platz sicher haben.

Aktuell nehmen wir außerdem Kontakt mit dem Verein „Ich will da rauf! e.V.“ auf, der Kletter-Inklusions-Projekte unterstützt und fördert. Auf diesem Wege ist wiederum ein Kontakt zum Social Impact Lab Bremen entstanden, das uns ebenfalls bei der Realisierung von #KletternOhneGrenzen zur Seite stehen möchte. Des Weiteren sind wir mit dem Behinderten Sportverband Bremen in Kontakt und planen eine Anmeldung der Sektion als potenzielle Zuschussempfängerin bei der Aktion Mensch. Von diesen Stellen erhoffen wir uns Fördergelder, so dass Teilnehmende des Kletterangebots lediglich einen geringen Eintrittspreis zahlen und die Personalkosten, die Aufwandsentschädigungen der Trainer*innen, über die Zuschüsse gedeckt werden können.

In der Zwischenzeit hat uns die Firma Edelrid einen Komplettgurt, den wir als besonders geeignet für das Klettern zum Beispiel von

Rollstuhlfahrer*innen halten, zum Auftakt unserer Initiative kostenlos überlassen.

Am 2. November fand das erste offizielle KletternOhneGrenzen-Schnuppertraining mit drei Personen statt – ein voller Erfolg mit zufriedenen und motivierten Teilnehmenden, der aber zugleich aufzeigte, wo noch Klärungs- und Optimierungsbedarf besteht. Neben Individualterminen soll es zukünftig ein wöchentliches Angebot geben. Nun geht es aber erstmal daran, die gesammelten Erfahrungen auszuwerten und zusammen mit den in kürzester Zeit gefunden Kooperationspartner*innen ein nachhaltiges Konzept auf die Beine zu stellen, um das Angebot #KletternOhneGrenzen dauerhaft in der Sektion zu festigen.

Wir freuen uns auf eine weitere, spannende Facette unserer Vereinsarbeit. Wenn ihr euch für das Angebot interessiert und mitklettern möchtet oder Bekannte habt, die Interesse haben könnten, sagt ihnen gerne Bescheid und meldet euch unter: kletternohnegrenzen@kletterzentrum-bremen.de

<https://www.kletterzentrum-bremen.com/kurse-gruppen/klettern-ohne-grenzen/>



Ausbildung & Touren 2022

ausführliche Informationen zum Angebot unter
www.alpenverein-bremen.de

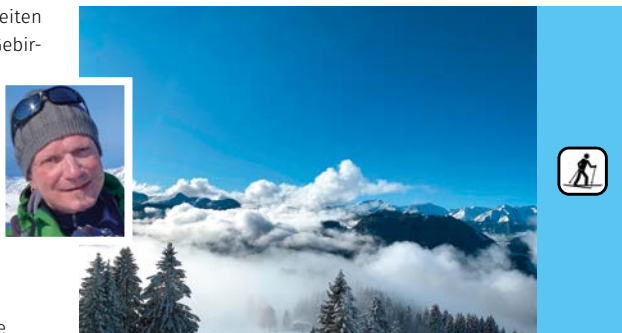
Skitourenwoche im Prättigau / St. Antönien / Prättigau (CH)

Geführte Skitouren und Ausbildungsmöglichkeiten zum Sicherheitsmanagement im winterlichen Gebirge. **Voraussetzungen:** Beherrschung von Aufstiegstechniken mit Tourenski. Kondition für Anstiege bis ca. 4 Stunden. Sicheres und zügiges Befahren von Tiefschneehängen. **Schwierigkeitsgrad:** Skitouren bis zu 6 Stunden.

Termin: 06.02. - 12.02.22, **Preis:** 620 - 820 €,

Leistungen: Übernachtung mit Halbpension, Tourenleitung und Kursorganisation. Preis je nach TeilnehmerInnenzahl

Anmeldung: FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



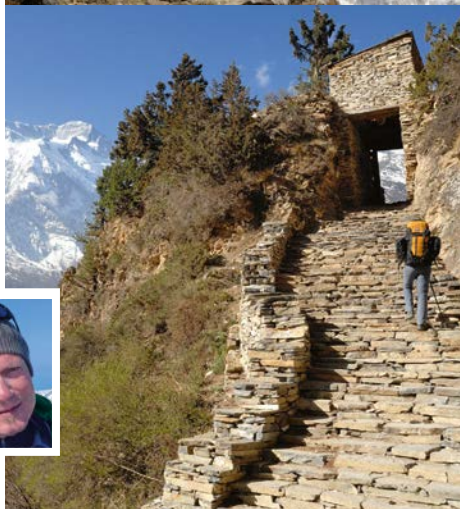
Nepal: Höhen-Trekking im ursprünglichen Himalaja

Das Trekking in die tibetisch geprägten Täler von Naar, Phu und am Tilicho-See vorbei führt uns in knapp drei Wochen durch einsame Talböden und ursprüngliche Bergdörfer, über schneebedeckte Pässe und an schroffen Bergflanken entlang. Wir durchqueren in 17 Tagen zu Fuß die berühmte Annapurna-Region im mittleren Nepal. Aber nicht auf dem legendären Annapurna-Trail, sondern quer zu der populären Route, die wir nur gelegentlich streifen. Highlights sind die Pässe Kanga La sowie Mesokanto La mit jeweils über 5.000 Meter Höhe. Und natürlich der Gipfel des Chulu Far East. Die Trekking-Etappen sind technisch nicht allzu schwierig. Konditionell aber sind sie fordernd. In bewohnten Regionen werden wir in landestypisch einfachen Lodges schlafen. Zwei Mal während des Treks sind Zeltübernachtungen vorgesehen, weil es dort keine Unterkünfte gibt. Unsere Helfer-Crew tut aber alles, damit es in den Camps nicht ungemütlich wird. **Voraussetzungen:** anspruchsvolles und konditionell forderndes Trekking. Die Gipfelbesteigung hat hochalpinen Charakter. Die TeilnehmerInnen müssen eine sehr gute Kondition haben – auch in Höhen über 4000 m und 5000 m. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit nötig. Gehzeiten von 5 bis 8 Stunden sind die Regel; bei Pass-Überschreitungen (oder an Gipfeltagen) länger. **Termin:** 12.04. - 07.05.2022.

Preis: ab. 3420 €, Zusatzkosten: internationaler Flug nach Kathmandu

Leitung: Folkert Lenz (Trainer B Skihochtouren)

Anmeldung: FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



Wandern mit Meerblick auf Mallorca

Eindrucksvolle Tageswanderungen mit leichtem Tagesrucksack und garantiertem Meerblick im Tramuntanagebirge. Wir wandern auf Pfaden, Steigen Treppen und Schotterwegen, abseits der ausgetretenen Touristenpfade. Unser Hotel liegt in Port de Soller direkt am Strand.

Voraussetzungen: Gehzeiten ca. 5-6 Stunden mit leichtem Gepäck auf Pfaden, Steigen, Treppen und Geröllwegen. **Schwierigkeitsgrad:** mittel, **Termin:** 23.04. - 30.04.2022

Preis: ca 1.100 € für Hin- und Rückflug, Transfer, HP im 4***Hotel, inkl. Führungsgebühr

Leitung: Klaus Wendt

Anmeldung: klaus.wendt1@nord-com.net



Vorstiegeklettern am Fels ! Ith, Weserbergland, JDAV Zeltplatz (D)

Kletterführerkunde, Materialkunde, Knotenkunde (Bullin, Prusik, HMS), Selbstsicherung, Umlenkung anbauen und abbauen, Abseilen, Naturschutz.

Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre. Beherrschen der Sicherungstechnik DAV-Vorstieg Kletterschein. Eigene Ausrüstung: Gurte, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm.

Schwierigkeitsgrad: Klettern im Grad 4 - 5

Termine: 23. - 24.04.2022 und 04. - 05.06.2022

Preis: 75 / 90 € (Mitglieder / Nichtmitglieder)

Leitung: Rafael Guadarrama

Anmeldung: Rafael.Guadarrama@gmx.de



Am Fels ist's anders! Ith, Weserbergland, JDAV Zeltplatz (D)

Der Kurs richtet sich an alle DAV Mitglieder ab 16 Jahre, die aus der Kletterhalle raus und an Naturfelsen klettern wollen. Bei diesem Wochenendkurs gibt es die Möglichkeit, das Klettern am Felsen in Top-Rope sichern zu lernen und zu üben. **Voraussetzungen:** DAV Top Rope Kletterschein, Beherrschen der Sicherungstechnik, eigene Ausrüstung, Helm, Schuhe, etc. **Schwierigkeitsgrad:** 4.-5.Grad, **Preis:** 75 / 90 €, **Termine:** 14. - 15.05. und 18. - 19.06.2022 **Leitung:** Rafael Guadarrama, Irene Lange. **Anmeldung:** Rafael.Guadarrama@gmx.de



Klettern im Ith - Vorstiegskurs, Weserbergland, JDAV Zeltplatz (D)

Der Kurs richtet sich an alle, die schon sicher „Topropen“ können, aber noch keine oder wenig Erfahrung mit Naturfelsen haben, z.B. für all die „Indoor-Kletterer“, die sich unter fachkundiger Anleitung an den Naturfelsen wagen wollen.

Voraussetzungen: Beherrschung grundlegender Sicherungstechniken (Topropeklettern)

Schwierigkeitsgrad: Klettern im Grad 5

Termin: 21. - 22.05.2022 und 11. - 12.06.2022

Preis: 75 /90 € (Mitglieder / Nichtmitglieder)

Leitung: Kristian Schade und Georg Schmitz

Anmeldung: georg.schmitz@alpenverein-bremen.de



In Eis und Fels am Sustenpass/ Tierberglühütte/Sustenpass-Gebiet (CH)

Du warst schon gelegentlich in den Bergen unterwegs? Am Gletscher aber häufig nur hinten am Seil? Jetzt willst Du mehr Alpin-Know-How für Hochtouren über Gletscher und im steileren Firn? Dann bist Du richtig bei dieser Woche. Hier wirst Du fit für selbstständiges Bergsteigen in Eis und Fels.

Voraussetzungen: Kondition für bis zu 4-stündige Aufstiege; Trittsicherheit; erste Erfahrungen im Hochtourenbereich.

Schwierigkeitsgrad: mittelschwierig

Termin: 26.06.22 - 02.07.22

Preis: ca 600 - 700 €

Leitung: Folkert Lenz (Trainer B Hochtouren)

Anmeldung: FolkertLenz@alpenverein-bremen.de



Schlern und Rosengarten / Tiers am Rosengarten (I)

Völsegg-Spitze, Bärenfalle, Bärenloch, Tschager Joch und entspannte Schaurunden unterhalb des Rosengartenmassivs und auf der Seiser Alm.

Voraussetzungen: Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Kondition. **Schwierigkeitsgrad:** einfache und mittelschwere Bergwege, teilweise drahtseilversichert. **Preis:** 100-160 € für Leitung und Organisation. Zusatzkosten: An- und Abreise, 7 Übernachtungen mit HP in gewünschter Zimmerkategorie (p.P. DZ 550 oder EZ 735 €

Termin: 02. - 09.07. **Leitung:** Karen Schulz-Kiske

Anmeldung: dolomiten.erleben@gmail.com



Zu Fuß über die Alpen - 1. Teil / Tegernsee (D) nach Ladurns / Südtirol (I)

Eine Alpenüberquerung einmal anders – wir laufen auf alten Wegen vom Tegernsee bis nach Südtirol. Wir starten am Tegernsee mit traditioneller bayrischer Kultur, wandern weiter bei Tiroler Gastlichkeit bis hin zu Südtiroler Wein und Speck – also zwei Wochen Genusswandern pur.

Voraussetzungen: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Schwierigkeitsgrad: Einfach bis mittelschwer

Termin: 09.07. - 24.07.2022, **Preis:** 1.200 € - 1.500 €

Leitung: Peter Pank

Anmeldung: peter.pank@alpenverein-bremen.de



Dolomiten Wanderrunde / Wolkenstein Südtirol (I)

Herrliche Ausblicke und beeindruckende Erlebnisse erwarten uns beim Durchwandern der verschiedenen Dolomiten-Gebiete. Besonders beeindruckend sind dabei die verschiedenen Vegetationszonen des WHO-geschützten Naturdenkmals. Die Region zählt zu der blumenreichsten Gegend der Dolomiten.

Voraussetzungen: Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Tagesetappen.

Schwierigkeitsgrad: mittelschwierig

Termin: 15.07. - 23.07.2022

Preis: ca 735 €

Leitung: Andrea & Burkhard Orlovsky

Anmeldung: orlovsky@gmx.at



Meraner Höhenweg / Algund bei Meran / Südtirol (I)

Die Mischung aus Wald- Wiesen- und auch steinigen Wegen von 1.500 bis knapp 3.000 Metern fasziniert immer wieder und läßt Südtirol mit seinen herrlichen Ausblicken und der guten Küche gerne genießen.

Voraussetzungen: Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Tagesetappen.

Schwierigkeitsgrad: mittelschwierig

Termin: 23.07. - 31.07.202

Preis: ca 650 €

Leitung: Andrea & Burkhard Orlovsky

Anmeldung: orlovsky@gmx.at



Grande Traversata delle Alpi – Teil 6 / Cuneo - Ventimiglia (I)

Bis zum Ende sind wir noch immer im Hochgebirge mit bis zu 3000 hm hohen Gipfeln und Hochalmen unterwegs. Start im Argentera-Massiv, durch den Naturpark Alpi Marittime, dann zum Tenda-Pass, weiter durch die Piccole Dolomite und zum Schluss der Sprung ins Mittelmeer.

Voraussetzungen: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Schwierigkeitsgrad: Einfach bis mittelschwer

Termin: 25.07. - 05.08.2022

Preis: 900 - 1170 €, **Leitung:** Peter Pank

Anmeldung: peter.pank@alpenverein-bremen.de



Bergwandern in der Silvretta / Galtür im Paznauntal /Tirol (A)

Täglich zwei unterschiedliche Wanderungen zur Wahl, die eine kürzer und leichter, die andere anspruchsvoller. Das Angebot richtet sich an Menschen, die gerne in der Gruppe in den Bergen wandern, aber unterschiedliche Ziele, Interessen, Kondition haben - und trotzdem am Abend zusammen sein wollen. **Voraussetzungen:** Kondition für bis zu 4-stündige Aufstiege; Trittsicherheit; erste Erfahrungen im Hochtourenbereich.

Schwierigkeitsgrad: mittelschwer. **Termin:** 06. - 13.08.2022, **Preis:** ca 110 - 160 €, Zusatzkosten: An- und Abreise, 7 Übernachtungen mit HP in DZ oder EZ. **Leitung:** F. Grimm & U. Friehe

Anmeldung: ulrich.friehe@alpenverein-bremen.de



Montblanc-Rundweg / Chamonix (F)

Auf über 160 km einmal um den ganzen Gebirgsstock durch Frankreich, Italien und die Schweiz; über 13 Pässe und über je 10000 Höhenmeter im Auf- und Abstieg. Dabei werden die Tagesetappen ausgewogen sein und nur an 4 Tagen insgesamt 2000 hm überschreiten.

Voraussetzungen: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Schwierigkeitsgrad: Einfach bis mittelschwer

Termin: 12.08. - 27.08.2022

Preis: 1.250 - 1.530 €

Leitung: Peter Pank

Anmeldung: peter.pank@alpenverein-bremen.de

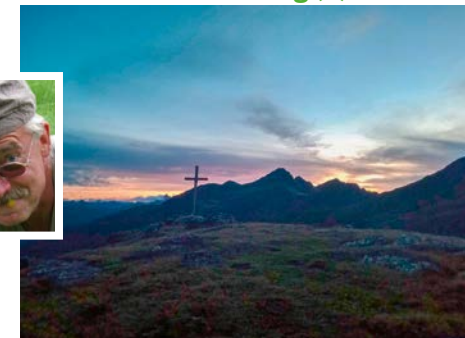


Via Alpina – Teil 3 / Von Stall im Mölltal nach Salzburg (A)

Zum nördlichsten Punkt am Königssee/Salzburg durchwandern wir die Kreuzeckgruppe, die Goldberggruppe (Hohe Tauern), die Salzburger Schieferalpen und die Berchtesgadener Alpen. Bekannte Namen wie Rauris, Maria Alm, Königssee, Watzmann, Fraganter Scharte, Steinernes Meer, Nationalpark Hohe Tauern und Berchtesgaden werden uns begleiten. **Voraussetzungen:** Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. **Schwierigkeitsgrad:** Einfach bis mittelschwer.

Termin: 28.08. - 11.09.2022, **Preis:** 1.070 - 1.350 €

Anmeldung: peter.pank@alpenverein-bremen.de



BREMER SKI-CLUB e.V.

Liebe Mitglieder des Bremer Alpenvereins, für Januar bis Mitte März plant der Bremer Ski-Club wieder Tagesfahrten in den Harz, an denen Sie gerne teilnehmen können. An folgenden Terminen soll es zum Langlauf oder Winterwandern und mit der Möglichkeit, Alpin zu fahren, in den Harz gehen:
Sa., 08.01. / So., 16.01. / Sa., 22.01. / So., 30.01. / Sa., 05.02. / So., 13.02. / Sa., 19.02. / So., 27.02. / Sa., 05.03. / So., 13.03.22

Bei den Wintersportreisen der kommenden Saison waren Mitte November einige der 40 Fahrten bereits ausgebucht oder es gab nur noch Restplätze. Buchbar waren Plätze noch bei diesen Reisen:

Livigno (I) 01.01.-09.01.22 - Ski, Snowboard für Erw., Fam., Jugend

Pertisau (A) 08.01.-15.01.22 - Langlauf, Winterwandern, Ski für Erw.

Windautal (A) 22.01.-28.01.22 - Tour für Erw.

Planneralm (A) 22.01.-05.02.22 - Ski für Erw.

Steinach am Brenner (A) (LSVB) 27.01.-31.01.22 - Ski, Rennlauf für alle

Kaunertal (A) 28.01./29.01.-01.02.22 oder 01.02.-06.02.22 - Tour für Erw.

Oberndorf/Kitzbühel (A) 05.02.-12.02.22 - Ski für Erw.

Zwiesel (D) 05.02.-12.02.22 - Langlauf für Erw.

Kleinwalsertal (A) 19.02.-26.02.22 - Tour für Erw.

Oberndorf/Kitzbühel (A) 05.03.-12.03.22 - Ski für Erw.

Spidbergseter (N) 06.03.-18.03.22 - Langlauf für Erw.

Campitello (I) 06.03.-16.03.22 - Ski für Erw.

Planneralm (A) 19.03.-26.03.22 - Ski für Fam.

Chatel (F) 19.03.-26.03.22 - Ski, Snowboard für junge Erw.

Piesendorf/Kaprun (A) 01.04.-10.04.22 - Ski, Snowboard für Jugend

Champéry (CH) 02.04.-09.04.22 - Ski, Snowboard für Fam.

Livigno (I) 08.04.-17.04.22 - Ski, Snowboard für alle

Informationen zu den Fahrten wie auch zum täglichen Sportprogramm, zu Tageswanderungen, Wanderwochen etc. sind auf der BSC-Website www.bremer-ski-club.de zu finden oder gibt es bei der BSC-Geschäftsstelle unter Tel. 0421/73610 (Di + Do, 15-19 Uhr und Mi., 9-13 Uhr).

Der Bremer Ski-Club wünscht Ihnen einen schönen Winter.

▲ JDAV Bremen

Wir wollen mit euch klettern! Ob Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittene – ihr seid uns herzlich willkommen. Unter Anleitung unserer Jugendleiter klettern Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren einmal wöchentlich im Kletterzentrum Bremen. Klettern und Sichern, Gleichgewicht halten und Trittsicherheit schulen, Klettertechniken ausprobieren, Fahrten an den Fels oder gar in die Berge – mal gemeinsam wandern, radeln oder paddeln, Freunde gewinnen, sich füreinander engagieren! Schnupperstunden sind, nach Absprache mit unseren Jugendleitern, problemlos möglich. Ausrüstung und Material stehen im Kletterzentrum zur Verfügung. Wir bitten Minderjährige um eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten.

Termine: Alle Gruppen treffen sich wöchentlich im Unterwegs DAV Kletterzentrum. Über ein Stattfinden während Ferien und Feiertagen wird gruppenintern entschieden.

| | |
|-------------------|---|
| Montagsgruppe | (Jahrgang 2009-2011) Mo: 16:30 - 18:00 Uhr |
| Montagsgruppe | (Jahrgang 2003-2005) Mo: 18:15 - 20:15 Uhr |
| Dienstagsgruppe | (neu) Di: 18:15 - 20:15 Uhr |
| Dienstagsgruppe | (Jahrgang 2010-2012) Di: 16:30 - 18:00 Uhr |
| Mittwochsgruppe | (Jahrgang 2008-2011) Mi: 16:30 - 18:00 Uhr |
| Mittwochsgruppe | (neu) Mi: 18:15 - 20:00 Uhr |
| Donnerstagsgruppe | (Jahrgang 2007-2010) Do: 17:00 - 18:30 Uhr |
| Donnerstagsgruppe | (Jahrgang 1999-2006) Do: 18:30 - 20:00 Uhr |

Ansprechpartnerin: Jule Poppenberg,
jdav@alpenverein-bremen.de,

Alpingruppe ab 16 Jahre:

Wir treffen uns alle zwei bis drei Wochen im Kletterzentrum für Theorie- und Praxisübungen und versuchen, so oft es geht, raus in die Berge zu kommen. Bei Interesse meldet euch über alpin.gruppe@alpenverein-bremen.de.

www.alpenverein-bremen.de/jugend oder
www.kletterzentrum-bremen.com



▲ Familiengruppe Outdoor

Wir haben keine festen Termine, keine festen Teilnehmer und keine festen Themen. Je nach Aktion begleiten verschiedene Familiengruppenleiter die Aktionen. Je nach Aktionsangebot kann es auch Anforderungen an die Teilnehmer geben. Bei Kanutouren zum Beispiel muss mindestens das Seepferdchen vorhanden sein. Bei Kletterangeboten müssen die Eltern das Beherrschen der Sicherungstechniken mit mind. einem Toprope-Schein nachweisen. Die Kondition der Teilnehmer muss entsprechend der Aktion gegeben sein und so weiter.

Vor Wochenendausflügen, Ganztagestouren oder Übernachtungen bietet es sich an, uns und mögliche andere Teilnehmer schon einmal bei einer der untertägigen Aktionen in Bremen kennengelernt zu haben. Beim Lichterfest trifft man die Meisten auf einen Schlag.

Unsere Angebote sind keine Ausbildungskurse, sondern Angebote zum gemeinsamen Erleben. Anmeldung über Lars Schmidt:
familien.outdoor@alpenverein-bremen.de

▲ Familienklettergruppe

Unsere Familien-Klettergruppen treffen sich freitags im Kletterzentrum Bremen. Die Freitag-Gruppen sind zur Zeit voll, Anmeldung ist nur auf Warteliste möglich. Sobald die Kinder flügge werden, besteht die Möglichkeit zum Wechseln in die Jugendgruppen. Es werden immer wieder Erwachsene gesucht, die sich für die Leitung von Familien-Gruppen ausbilden lassen möchten.

Familienklettergruppe I

Ansprechpartnerin: Hanna Lührs
Tel. 0176 25 18 83 14

Familienklettergruppe II

Ansprechpartner: Christian Barke und Pavel Schilinsky,
Tel. 0176 78 00 54 53

▲ Hallensport

Regelmäßige Termine (außer in den Ferien). In lockerer Atmosphäre ein paar Sätze Volleyball spielen. Bei Interesse einfach vorbeikommen.

Montags Gymnastik und Volleyball für Senioren 50plus

18:00 bis 20:00 Uhr in der Turnhalle »Schule an der Gete«, An der Gete 103, Bremen
Leitung: Peter Schultzen, Tel. 0421. 40 22 92

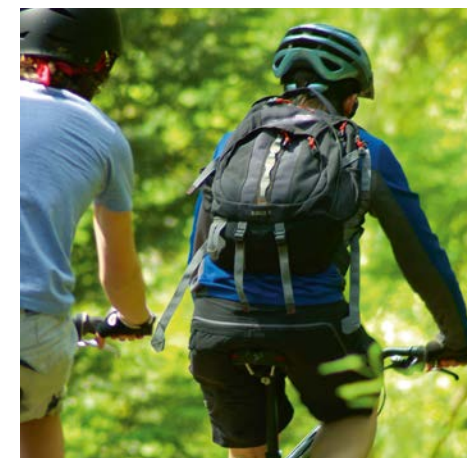
Montags Volleyball für Leute ab 30

20:00 bis 22:00 Uhr in der Turnhalle »Schule an der Gete«, An der Gete 103, Bremen
Leitung: Martin Sauer, Tel. 0421. 40 30 82, Jürgen Heyer, Tel. 04202. 63 80 33

▲ MTB-GRUPPE

Ob Einsteiger oder Alpencrosser – die neue Gruppe soll eine Heimat für alle begeisterten Mountainbiker werden: unkompliziert und ohne „Führungsstruktur“ kleine und große Fahrten zu unternehmen, von der kleinen Runde über Tagestouren bis zu Wochenendtouren, jeder, der interessante Tracks kennt, übernimmt mal die Leitung.

Treffen: jeden 2. Mittwoch im Monat um 19 Uhr im Kletterzentrum



▲ Klettern am Donnerstag

Wir klettern am Donnerstag (mindestens) zwischen 19:00 und 21:00 Uhr im Kletterzentrum. Dabei ist jeder in seinen eigenen Routen und Schwierigkeitsgraden unterwegs. Danach schnacken wir meist noch im Bistro. Neue Kletter*innen, die mindestens die Sicherungs- und Einbindetechnik beherrschen, sind herzlich willkommen.

Ansprechpartner:

Ronald Hillebrand, Tel. 0421. 69 67 84 62,
ronald.hillebrand@alpenverein-bremen.de
Nils Schwan, Tel. 0171 . 847 60 40,
nil_schwan@yahoo.de

▲ Klettergruppe für Studierende

In dieser neuen Klettergruppe für Studierende wollen wir gemeinsam und im individuellen Schwierigkeitsgrad klettern, dabei neue Leute und Kletterpartner*innen kennenlernen und uns über den Klettersport austauschen. Neue Studis sind jederzeit willkommen! Wer noch nie geklettert ist, kann über den Verein für Hochschulsport e. V. oder direkt beim Kletterzentrum einen Einstiegskurs buchen.

Treffen:

Jeden Freitag von 14.30 bis 16.30 Uhr im KLZ

Voraussetzungen:

Einstiegskurs oder vergleichbare Qualifikation; Beherrschung der Sicherungs- und Einbindetechniken; Zahlen des individuellen Eintrittspreises und ggf. der Materialleihgebühren

Ansprechpartnerin:

Johanna Mahlow, Tel. 0421. 51 42 90 53,
freiwilligendienst@kletterzentrum-bremen.de

▲ Klettergruppe

Jeden 1. Mittwoch im Monat treffen wir uns um 20:00 Uhr. Im Kletterzentrum trainieren wir zu wechselnden Terminen. Neue Mitglie-



der sind herzlich willkommen!

Zeiten und Orte unserer Gruppenabende:

Mi, 05.01.22 Gemeinsames Essen. Ort wird noch bekanntgegeben.

Mi, 02.02.22 Thomas Musch, Mühlenstr. 30, Stuhr- Brinkum, Tel. (0421) 894976

Mi, 02.03.22 Christiane Knipper, Donaustraße 62, Bremen, Tel. (0421) 4373307

Ansprechpartner:

Rainer Mahlstedt, Tel. (0421) 895407 priv.
(0421) 8006912 tagsüber
Torsten Möllenberg, Tel. (0421) 467 62 14
Ute Sonnekalb, Tel. (0421) 783 92

▲ Klettergruppe 50 Plus

In unserer Gruppe ist vom »blutigen« Anfänger bis zum »verdienten« Gipfelstürmer alles vertreten. Und so schwitzen wir uns gemeinsam durch die immer neuen Routen im Kletterzentrum, geben uns Tipps, unterstützen uns gegenseitig, feuern uns an und schnacken auch gerne mal. Neue »Alte« sind herzlich willkommen!

Treffen: Jeden Dienstag und Freitag ab 10:00 bis (mindestens) 12:00 Uhr

Voraussetzung: Beherrschung der Sicherungs- und Einbindetechnik, Neueinsteiger haben die Möglichkeit, die notwendige Qualifikation in einem 2x dreistündigen Einstiegskurs zu erlernen.

Ansprechpartner: Klaus Kasimirs
kkasimirs@aol.com

▲ Wandergruppe

Wir treffen uns jeweils nach telefonischer Vereinbarung.

15.01.22 Hambergen
05.02.22 Fischerhude
27.02.22 Dünsen
19.03.22 Sandstedt
09.04.22 Bothel

Leitung: Manfred Behrens, Huxfelder Damm 37, 28879 Grasberg, Tel. 04208-1250

▲ Wandergruppe Delmenhorst

Hinweis: Anmeldungen für die Wanderung bitte bis zum angegebenen Termin bei der jeweiligen Wanderleitung.

Aufgrund der Corona Lage können an den Veranstaltungen nur vollständig Geimpfte/ Genesene teilnehmen.

Sonntag 09.01.22

Wanderung durch die Bremer Schweiz

Wanderstrecke etwa 15 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. Mitfahrt im PKW: 3,00 €. In Fahrgemeinschaften geht es mit dem Auto zum Fähranleger in Lemwerder. Auf der anderen Weserseite verläuft die Wanderung dann entlang der Lesum, durch Knoop's Park und die hügelige Bremer Schweiz um Platjenwerbe. Tagesverpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Horst Döge, Tel.: 04221.70 173, bis zum 06.01.2022.

Samstag 22.01.22

von Kirchseele nach Fahrenhorst

Wanderstrecke etwa 12 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Parkplatz Graftwiesen. Mitfahrt im PKW: 3,50 €. Von unserem Startpunkt in Kirchseele wandern wir durch das Waldgebiet Homweg nach Fahrenhorst. Durch den Wald Buchholz geht es zurück nach Kirchseele. Verpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574, bis zum 19.01.2022.

Samstag 05.02.22

Von Harpstedt nach Dünsen

Wanderstrecke etwa 15 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Parkplatz Graftwiesen. Mitfahrt im PKW: 3,50 €. Von Harpstedt über Dünsen zurück zum Ausgangspunkt. Verpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574, bis zum 02.02.2022.

Sonntag 20.02.22

Von Ostrittrum in die „Rittrumer Berge“

Wanderstrecke etwa 12 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. Mitfahrt im PKW: 3,50 €. Von Ostrittrum in die Rittrumer Berge. Verpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574, bis zum 17.02.2022.

Samstag 05.03.22

Visbeker Braut und Bräutigam

Wanderstrecke etwa 16 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Parkplatz Graftwiesen. Mitfahrt im PKW: 4,00 €. Von Wildeshausen durch Wald, Wiesen und entlang der Aue die Großsteingräber „Visbeker Braut“ und „Bräutigam“. Tagesverpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Horst Döge, Tel.: 04221.70 173, bis zum 02.03.2022.

Samstag 19.03.22

Wanderung entlang der Flachsbäke

Wanderstrecke etwa 12 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Parkplatz Graftwiesen. Wir fahren in Fahrgemeinschaften nach Wildeshausen. Mitfahrt im PKW: 3,50€. Von dort verläuft die Wanderung entlang der naturbelassenen wilden Flachsbäke. Durch Wald, Felder und entlang der Hunte geht es nach Wildeshausen zurück. Verpflegung aus dem Rucksack. Anmeldung bei Horst Döge, Tel.: 04221. 70 173, bis zum 16.03.2022.

Gruppenleitung: Lieselotte und Horst Döge, Samlandstraße 17, 27751 Delmenhorst
Telefon: 04221. 70 173, Mobil: 0151. 511 504 01,
E-Mail: horst.doege@ewetel.net

**Deutscher Alpenverein
Sektion Bremen**

| | |
|---------------------------------------|---|
| 1. Vorsitzender | Dieter Mörk |
| 2. Vorsitzender | - |
| Schatzmeister | Nic Hastedt |
| Jugendreferentin | Jule Poppenberg |
| Hüttenwart Bremer Hütte | Frank Schröder |
| Hüttenwart Nauderer Hütte | Dr. Manfred Gangkofer |
| Ausbildungsreferent*in | - |
| Vorträge | Angela Kessemeyer |
| Referent Kletterzentrum | Dieter Mörk |
| Wegebeauftragter | Christian Katlein |
| Geschäftsstelle & Bücherei | Altenwall 24, 28195 Bremen |
| Telefon | 0421 . 724 84 |
| E-Mail | geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de |
| Homepage | www.alpenverein-bremen.de |
| Öffnungszeiten | Mo. 15:00 - 18:00 Uhr, Do. 15:00 - 19:00 Uhr, |
| Leitung | Petra Hallenkamp |
| Bücherei | Iris Hopmann |
| Buchhaltung | Katharina Niemeyer |
| Oldenburgische Landesbank | DE04 2802 0050 4662 0712 00 |

| | |
|---------------------------------------|--|
| Unterwegs - DAV Kletterzentrum | Robert-Hooke-Straße 19, 28359 Bremen |
| Telefon | 0421 . 51 42 90 53 (10:00 - 23:00 Uhr) |
| E-Mail | hallo@kletterzentrum-bremen.de |
| Homepage | www.kletterzentrum-bremen.de |

Impressum

| | |
|---------------------------------|--|
| Verleger und Herausgeber | Deutscher Alpenverein Sektion Bremen e.V. |
| Redaktion | Edu Woltersdorff (V.i.S.d.P.), Angela Fischer redaktion@alpenverein-bremen.de |
| Anzeigen | werbung@alpenverein-bremen.de |
| Auflage | 4000 Exemplare |
| Bezugspreis | Im Mitgliedsbeitrag enthalten |
| Titel Foto | U. Friehe |
| Layout-Umsetzung | Stevie Schulze, www.stv-grafik.de |

Wir freuen uns auf eure Beiträge an redaktion@alpenverein-bremen.de oder per Post an die Geschäftsstelle. Bilder bitte in hoher Auflösung senden. Bei eingereichten Bildern setzen wir das eingeholte Einverständnis der abgebildeten Personen voraus. Für namentlich gekennzeichnete Beiträge ist der jeweilige Verfasser verantwortlich. Mit vollem Namen gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Schriftleitung und des Vorstandes dar. Die Redaktion behält sich vor, die Texte redaktionell zu bearbeiten und zu kürzen.

Redaktionsschluss für das nächste BREMEN ALPIN ist der 12.02.22
Die nächste Ausgabe erscheint Mitte März.



**Freizeit
Biking
Outdoor
Trekking
Bergsport**

www.unterwegs.biz



2x in Bremen!

Unterwegs Bremen

Domshof 14-15 | 28195 Bremen

Telefon 0421 - 336 55 23

Mo-Fr 9:30 - 19 Uhr | Sa 9:30 - 18 Uhr



Unterwegs Outlet Bremen

Violenstraße 42 | 28195 Bremen

Telefon 0421 - 244 21 00

Mo-Fr 10 - 18:30 Uhr | Sa 10 - 18 Uhr

**... auch online: www.unterwegs.biz
(versandkostenfrei ab 35,- €)**

**Erstens sicher.
Erstens näher.
Erstens günstiger.**

hkk Krankenkasse –
Gesundheit gut versichert.

Deutschlands
günstige
Krankenkasse