

1 | 2019



Deutscher Alpenverein
Sektion Offenbach

DAV Mitteilungen aus Offenbach und von

unterwegs



**Gletscher-
und Eiskurs**
im Schatten des Großglockner

**Genuss-Skitouren
in Osttirol**
in bezaubernder Winter-Idylle

**Jugendfreizeit
im Donautal**
Sonnige Tage im Schwabenland

Auf einen Blick
Termine, Bekanntmachungen **3**

Touren
Gletscher- und Eiskurs **4**
Sellrain, die Unvollendete **8**
Der Mont Blanc **10**
Pfundener Höhenweg **14**
Fitnesswandern **18**
Genuss-Skitouren in Osttirol **23**
MTB-Tour Dahner Felsenland **24**

Jugend-/Klettergruppe
Jugendfreizeit im Donautal **20**
Klettern an der Steinwand **22**
Runter vom Sofa **23**

Sektion
Jubilare / Pinnwand **26**
Bücherberg **26**
Mitgliederinfos **28**

Impressum: **unterwegs**
Mitteilungen der Sektion Offenbach a/M
des Deutschen Alpenvereins e.V.
Oppelner Straße 10, 63071 Offenbach a/M
Auflage 1500 Stück, erscheint 2x jährlich
Redaktionsschluss unterwegs:
Anfang Mai und Mitte Oktober
Redaktionsschluss Programmheft:
Mitte November

Redaktion und Layout:
Adina Biemüller (ViSdP)
redaktion@dav-offenbach.de

Druck und Versand:
Kubasch:Marketing
Geiseler Heide 16, 51570 Windeck
Tel. +49 02292 958 9 958

Titelfoto: Boris Buhlinger
Idyllischer Aufstieg durch das Marchental

Foto Rückseite: Sascha Mache
Gipfelkreuz Patscherkofel, 2246 m

unterwegs

Liebe Leserinnen und Leser,

wieder haben viele Mitglieder geholfen, ein abwechslungsreiches Programm zusammenzustellen. Mit ihren Berichten lassen sie uns teilhaben an ihren Erlebnissen. So führt Markus Tron seit einem Jahr die Fitnesswanderer regelmäßig durch den Taunus und dabei so manch einen an seine Grenzen. Auch ich habe mich der Herausforderung einmal gestellt und bin geschafft, aber glücklich und zufrieden am Ziel angekommen. Er berichtet außerdem über eine MTB-Tour durchs Dahner Felsenland, mit der Hoffnung, Interessierte zu finden, um unser Programm auch in diese Richtung auszuweiten. Die Jugendklettergruppe berichtet von ihrer ersten Jugendfreizeit und anderem. Die Jugendklettergruppe berichtet von ihrer ersten Jugendfreizeit und anderem. Auch Sascha Mache möchte mit seinem Skitouren-Kurzbericht Lust auf mehr machen. Auf einen lesenwerten Bericht, der im Panorama 6_2018 auf Seite 106 veröffentlicht ist, möchte ich ebenfalls besonders hinweisen. Sascha, unser Wegewart mit dreifacher Trainerausbildung war an einem DAV Pilotprojekt, einer inklusiven Alpenüberquerung beteiligt und somit „Gemeinsam anders unterwegs“. Eine beeindruckende Geschichte! Für das neue Jahr die besten Wünsche und viele Touren, über die es zu berichten lohnt

Adina Biemüller



Liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde,

unsere Sektion wächst und wächst..., inzwischen sind mehr als 1900 Bergsportbegeisterte Mitglied der Offenbacher Sektion. Auch deutschlandweit scheint der Alpenverein eine immer stärker werdende Anziehungskraft zu haben, ist doch die Mitgliederzahl des Deutschen Alpenvereins auf ca. 1,25 Millionen gewachsen. Und aus welchen Gründen jemand Mitglied wird, ob er nun aktiv am Sektionsleben teilnehmen will oder „nur“ den Mitgliedsausweis für die Vergünstigungen auf den Hütten möchte, ist letztlich egal.

Denn jeder unterstützt mit seiner Mitgliedschaft die Belange des DAVs hinsichtlich des Erhalts der Hütten und Wege in den Alpen und in den immer wichtiger werdenden Umweltschutzbemen, bei denen der DAV als größter deutscher Umweltverband wichtige Beiträge leisten kann. Dafür herzlichen Dank an alle neuen Mitglieder und herzlich Willkommen in unserer Sektion!

Ich würde mich freuen, wenn Sie an unseren Angeboten im nächsten Jahre teilnehmen und wer weiß, vielleicht findet der eine oder andere ja Gefallen daran, sich stärker einzubringen und selbst mal etwas zu organisieren.

In diesem Sinne viel Spaß beim Lesen dieser „unterwegs“-Ausgabe und beim Stöbern im Programmheft.

Eine friedvolle, besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr wünscht

Thomas Vogel, 1. Vorsitzender

Termine / Vorträge

Dienstag, 15.01.2019, 19:30 Uhr
Naturpark Schlern-Rosengarten
- im Reich des Steinadlers
Multimediovortrag von Valentin Pardeller (A)

Dienstag, 12.02.2019, 19:30 Uhr
Arktisfieber
Multimediovortrag von Philipp Schaudy (A)

Dienstag, 26.03.2019, 19:30 Uhr
Korsika und Sardinien
- Inselträume im Mittelmeer
Panoramavision, 6x7 Dia-Vortrag v. Dieter Freigang

Dienstag, 02.04.2019, 20:00 Uhr
Jahreshauptversammlung 2018
der Sektion Offenbach

Veranstaltungsort
Saal der Vereinsgaststätte Gemaa Tempelsee,
Obere Grenzstr. 161, 63071 Offenbach a/M

Dienstag, 26.10.2019, 19:30 Uhr
Von Nepal zum heiligen Berg
Kailash in Tibet
Multimediovortrag von M. + C. Hock (DAV AB)

Dienstag, 26.11.2019, 19:30 Uhr
Alpe-Adria-Trail
Multimediovortrag von Herbert Raffalt (A)

Samstag, 23.11.2019, 18:30 Uhr
Sektionsabend 2018
mit Ehrung der Jubilare

Samstag, 07.12.2019, 14-17 Uhr
Nikolausnachmittag 2019
in der Waldgaststätte Rosenhöhe

Nähere Informationen zu den Vorträgen,
siehe Programmheft. Einlass ab 18:30 Uhr.
Eintritt: Mitglieder frei. Nichtmitglieder 5,- €



Einladung zur Jahreshauptversammlung 2019

Liebe Vereinsmitglieder,
hiermit lade ich namens des Vorstandes gemäß § 19 unserer Vereinssatzung zur nächsten ordentlichen Mitgliederversammlung für

Dienstag, 02.04.2019 um 20.00 Uhr
im Saal der Vereinsgaststätte Gemaa Tempelsee,
Obere Grenzstr. 161, 63071 Offenbach a/M,

ganz herzlich ein.

- Tagesordnung:
1. Begrüßung und Totenehrung
 2. Jahresberichte für 2018
des 1. Vorsitzenden
des Wanderwartes
der Jugend- und Klettergruppe
der Seniorengruppe
der Familiengruppe
des Vortragswartes
des Wegewartes
des Umweltreferenten
des Ausbildungsreferenten
 3. Jahresrechnung 2018
 4. Bericht der Rechnungsprüfer
 5. Entlastung des Vorstandes
 6. Haushaltsvoranschlag 2019
 7. Diverses

Stimmberechtigt sind nur Mitglieder der Sektion mit gültigem Jahresausweis. Daher bitte den Mitgliedsausweis mitbringen! Sollte Ihr Partner oder Ihre Partnerin auch Mitglied der Sektion sein, so gilt diese Einladung auch für ihn oder sie.

Mit herzlichen Grüßen
Thomas Vogel, 1. Vorsitzender

unterwegs ist jetzt



Das verwendete Igepa-Papier Circle-gloss Premium White ist aus 100% Altpapier hergestellt, besitzt eine hohe Weiße, ist FSC® zertifiziert und mit dem EU Ecolabel (www.eu-ecolabel.de) ausgezeichnet. Die eingesetzte Öko-Druckerei zeichnet sich aus durch

- das ganze Unternehmen umfassende ressourcenschonende Verfahrensweisen
- Druck mit mineralölfreien Ökodruckfarben sowie Lacken auf Basis nachwachsender Rohstoffe
- Abwärmenutzung der Druckmaschinen
- Stromversorgung aus 100% erneuerbaren Energien

Das Unternehmen durchläuft zur Zeit das Zertifizierungsverfahren gemäß dem Blauen Engel.



Bachquerung beim Hüttenzstieg



Gruppenbild vorm Großglockner nahe der Oberwalderhütte

Gletscher- und Eiskurs im Schatten des Großglockner

Anreise mit Hindernissen

Ursprünglicher Plan war, dass sich alle Teilnehmer bis um 13:30 Uhr am Parkplatz der Franz-Josef-Höhe am Großglockner treffen sollten. Aufgrund verschiedener Staus und sonstiger Verzögerungen, zog sich die Anreise des von Offenbach gestarteten Autos mit Johannes, Benedikt und Daniel allerdings zäh dahin.

Die Aufholjagd wurde schließlich noch vor der Glockner-Hochalpenstraße jäh gestoppt, weil die Straße für das „Glocknerkönig“-Radrennen komplett gesperrt war. Da das andere Autos mit Sascha, Martin und Sven aber ebenfalls wegen des Radrennens warten musste, trafen wir uns alle vor der Straßensperre. Es wurde fleißig Material getauscht und nach

kurzer Wartezeit ging es dann gemeinsam weiter bis zum Parkhaus an der Franz-Josef-Höhe. Gegen 16:00 marschierten wir los Richtung Oberwalderhütte. Zunächst ging es durch den Gamsgrubentunnel, dann weiter im Regen auf breitem Wanderweg bis zum Wasserfallwinkel und schließlich bei wieder weitgehend trockenen

Frontalzacken im Einsatz



Eiskletter-Demonstration im Hufeisenbruch durch Sascha



Panorama vor der Oberwalderhütte



T-Anker Buddeln in Hüttennähe

Verhältnissen über Platten, Schneefelder und einen kurzen Steig bis zur Hütte auf dem Oberen Burgstall. Wir kamen gerade noch pünktlich zu einem vorzüglichen 3-Gänge-Menü und hatten ein prima 6er Lager für uns. Abends wurden in gemütlicher Runde Pläne für die kommenden Tage geschmiedet.

Spaltenbergung und Eistechniken

Gemütlich starteten wir unseren ersten Tag auf der Oberwalder Hütte mit einem für

Hochtouren recht spätes Frühstück, um dann unweit der Hütte einige Techniken zur Spaltenbergung wieder aufzufrischen. Nachdem die Bergung durch Mannschaftszug und Lose Rolle kurz im flachen Gelände durchgespielt worden war, ging es ans realitätsnahe Üben. Mit zusätzlicher Sicherung konnten wir Spaltenstürze mit beherztem Sprung über eine Kante nachstellen und dabei erproben, wie Fixpunkte und Bergung im Schnee unter voller Last funktionieren. Nachdem alle erfolgreich gestürzt und ge-

Steigeisen-/Pickeltechniken im Eisbruch



Durch das Spaltenlabyrinth



Im Eislabyrinth



Johannisberg 3453m - das Ziel für den nächsten Tag



Zustieg zur Nordostwand - noch bei schönem Wetter

borgen waren, ging es für eine kurze Pause zurück zur Hütte.

Sascha, der währenddessen zum Auto abgestiegen war, um einige zusätzliche Eisschrauben zu holen, erwartete uns bereits bestens gelaunt mit Strudel und Kaffee.

Die Restgruppe gesellte sich dazu und genoss neben den Leckereien auch das atemberaubende Panorama von der Hütten-terrasse auf die umliegenden Gipfel der Hohen Tauern.

Frisch gestärkt ging es mittags an den Rand des Hufeisenbruchs, einem Eisbruch, der nur eine halbe Stunde von der Hütte entfernt liegt, um dort Steigeisen und Pickeltechniken aufzufrischen. Vorwärts, rückwärts und auch seitwärts ging es auf vertikalen und frontalen Zacken durchs Eis, bevor wir uns an erste Versuche im steileren Gelände wagten. Als auch die steileren Passagen sicher mit unterschiedlichen Techniken bezwungen waren, traten wir den kurzen Rückweg zur Oberwalderhütte an.

Für unsere Mühen belohnte uns die Küchenmannschaft an diesem Abend mit Nudelsuppe, Spinatknödeln oder Geschnetzeltem und Griespudding. Die Hüttenruhe kam schneller als gedacht und so krochen wir bald in freudiger Erwartung auf den nächsten Tag in unsere Lager.

Wetterkapriolen und die Johannisberg Nordostwand

Am Freitag, den 13. wollten wir die gestern aufgefrischten Eistechniken endlich in der Praxis am Berg anwenden.

Die Johannisberg Nordostwand stand auf dem Programm, eine ca. 200 Meter hohe Firn- und Eisflanke mit einer Steilheit von maximal 45 Grad. Wir starteten früh bei sehr windigen und kalten Bedingungen, so dass sich zu Beginn mancher in seinen Hüttenschlafsack zurück wünschte.

Als wir aber unsere Steigeisen am Gletscherrand angezogen und uns angeseilt hatten, war die Motivation da - ja, wir wollten jetzt Bergsteigen, nicht Tennis spielen, wie Sascha so treffend sagte.

Das Wetter sollte zwar den Tag über halten, machte uns aber im Rifflwinkel auf etwa 3150 Metern fast einen Strich durch die Rechnung. Mal machten wir auf dem Gletscher eine längere, mal eine kürzere Pause und warteten hoffnungsvoll darauf, dass die Wolken in denen wir uns befanden, wenigstens einen Blick auf unsere Wand und die geplante Route zulassen würden.

Als es dann aufzog entschlossen wir uns, die Wand anzugehen und bildeten zwei Dreier-Seilschaften. Daniel, Bene und Johannes kletterten mit Doppelseil; Sascha, Sven und Martin mit Seilweiche am Einfachseil. In der Wand fanden wir viel Firn und Schnee und wenig Eis, so dass für die meisten Fixpunkte/ Standplätze T-Anker gegraben werden mussten. Für die Orientierung in der Wand waren wir immer wieder auf kurze Wolkenlücken angewiesen, dafür war das Steigen im tiefen Firn zwar anstrengend, aber technisch leicht.

Nach gut vier Seillängen standen wir auf dem Gipfel des Johannisbergs (3453m). Während der Gipfelpause wurden wir eine kurze Zeit lang sogar mit einem traumhaften Panorama auf die umstehenden Bergriesen, allen voran auf den Großglockner, belohnt. Entlang des Südostgrats ging es wieder hinunter und über sulzigen Schnee erreichten wir nach etwas mehr als acht Stunden wieder die Oberwalderhütte.

„Aphorismen im Eis“

Ob die Idee zur Herausgabe eines lyrischen Alpin-Handbuchs durch den Zirbenschnaps bedingt war oder einem allgemeinen Bedürfnis entsprang, wird sich nicht abschließend klären lassen. Jedenfalls beteiligten sich abends alle an eloquenter Dichtung und die „Aphorismen im Eis“ waren geboren. Eine kleine Kostprobe: „Vor der Spalde/ mussde halde.“ – „Außenrum/ is gar net dumm.“ – „Rutschst du in die Spalte aus,/ holt der Mannschaftszug dich raus./ Klappt das nicht so doll,/ holt dich die Lose Rolle.“ Eine gelungene Verbindung von Praxis und Theorie.

Eisklettern und Prusiken im Hufeisenbruch

Der Wetterbericht machte seine Drohungen nicht wahr: Viel schöner hätten wir es nicht haben können. Nach entspanntem Frühstück brachen wir in den nahe gelegenen Gletscherbruch auf, der wie erwar-



Abschlussbild vor der Oberwalderhütte

tet das ideale Trainingsgelände für uns war. Auf der Tageskarte stand das Klettern im steilen Eis und der Selbstflaschenzug nach Münchhausen-Art, um sich im Falle des Falles aus einer Gletscherspalte ziehen zu können.

Nach kurzem Suchen fand sich auch eine geeignete ca. 8m hohe Eiswand, z.T. senkrecht, stellenweise sogar leicht überhängend. Erklärungen plus praktischer Vorführungen von Sascha und Daniel, ergänzt durch Feingefühl und Tatkraft von Seiten der restlichen Gruppe, ließen die Zeit kurzweilig vergehen. Dass es allen gelang die (selbst) gestellten Aufgaben zu bewältigen, tat ein Übriges.

Der Rückweg war dann ein Erlebnis für sich, den wir willentlich länger und schöner gestalteten als notwendig, indem wir uns noch ein wenig kreuz und quer durch das geborstene Eis des Gletscherbruchs bewegten. Es ging entlang eisiger Wellenberge und erstarrter Strudel – schwer zu sagen, ob die eigene Phantasie oder die der Natur – fragil, verspielt und roh zugleich.

Auf der Hütte ließen wir die vergangenen Tage Revue passieren und genossen unser letztes Abendmahl dieser Tour.

Abstieg mit Hindernissen

Am Sonntag starteten wir mit einem gemütlichen Hüttenfrühstück in den Tag und machten uns dann mit schwer bepackten Rucksäcken an den Abstieg zum Parkplatz an der Franz-Josef-Höhe. Nach ca.

Dreiviertel des Abstiegs bemerkte ein Teilnehmer, dass er sein Handy auf der Hütte zurückgelassen hatte. Der benachrichtigte Hüttenwirt organisierte, dass eine andere Gruppe das Handy auf ihrem Abstieg mitnahm, so dass das Handy auf halber Strecke in Empfang genommen werden konnte. Die restliche Gruppe setzte den Abstieg zum Parkhaus fort. Dort stellten wir fest, dass die Franz-Josef-Höhe von drahtigen Ausdauersportlern und Sportlerinnen in bunten Funktionsklamotten bevölkert war, da an diesem Sonntag der offizielle Großglockner Berglauf 2018 stattfand. Aus diesem Grunde waren auch zwei Etagen des Parkhauses für das Laufevent reserviert und eines unserer Autos kurzerhand abgeschleppt worden. Nach einigem Gesuche und Gefrage konnten wir es schließlich in der hintersten Ecke einer Etage abholen. Abschließend wurde das geliehene Material ausgetauscht und das erste Auto machte sich auf den Heimweg, während der Rest sich zum Zeitvertreib mit sinnfreien Glockner-Souvenirs eindeckte.

Kurze Zeit später traf dann auch ein ausgepumpter, aber glücklicher Handybesitzer ein, wir kehrten den hohen Tauern den Rücken und machten uns über die malerische Glockner Hochalpenstraße auf den Heimweg Richtung Offenbach.

Text: alle Teilnehmer
Fotos: Benedikt Gerhards,
Daniel Schreiner



Auf dem Gipfel des Johannisberg



Abstieg vom Johannisberg



Prusiken im Eisbruch



Blick in Richtung Kühtai



Verdienter Mandelkuchen auf der Bielefelder Hütte

Sellrain, die Unvollendete

Erneuter Anlauf durch das nördliche Stubai

Auf ein Neues...

Nachdem wir im Sommer 2016 unsere Sellrainer-Hüttenrunde wegen schlechten Wetters an der Dortmunder Hütte in Kühtai beenden mussten, wollen wir in diesem Sommer unsere Runde nicht nur zu Ende laufen, sondern um die Variante über die Bielefelder Hütte ergänzen. Soweit so gut. Norbert, Thomas, Arno und ich waren letztes Jahr schon dabei, Ursula kommt neu dazu. Wir fünf starten am Montagmorgen gemütlich um neun Uhr in St. Sigmund (1513 m) im Sellrain. Nach zwei Stunden sind wir eingelaufen, die Sonne scheint und das erste Ziel – die Pforzheimer Hütte (2310 m), auf der wir letztes Jahr übernachtet haben – ist erreicht.

Kurze Kakao-Pause und es geht weiter über das Roßkar zum Gleirschjochl (2750 m). Die Fitnessstruppe drängt noch zum Vorgipfel des Gleischer-Roßkogel, während die Wellnessgruppe auf dem Jöchl einschläft – muss ja auch mal sein.

Bei schönstem Sonnenschein geht's dann gemütlich bergab zur Schweinfurter Hütte (2034 m). Wer die Hüttennudeln genommen hat, traf eine weise Wahl – die Schwarzwälder Kirsch entschädigt für den Hackbraten. Arno hat zum ersten Mal auf einer Hütten-tour seine Teebeutel vergessen. Wenn das mal kein schlechtes Omen ist...

Geburtstagsschnaps auf dem Hochreichkopf und hoffentlich kommt nicht raus, wer sich diese Variante hat einfallen lassen

Am nächsten Tag liegt die längste Etappe vor uns: Von der Schweinfurter Hütte geht es nach Nordwesten. Das Wetter hält seine vielversprechende Ansage und wir steigen gleichmäßig bergauf zur Hochreichscharte. Dass wir in einem Rutsch, ohne Pause gehen, gefällt nicht allen, aber auf dem Hochreichkopf (3010 m) versöhnt die Aussicht wieder den kleinen Unmut. Der obligatorische und mittlerweile jahrelang eingeübte Gipfelschnaps darf nicht fehlen und ist heute zugleich ein 72-jähriger Geburtstagschnaps. Allzu lange bleiben wir nicht auf dem Gipfel, denn zum einen ist es recht zugig und zum anderen liegen noch mehr als fünf Stunden vor uns.

Der Abstieg über „Lauser“ und „Osterkessel“ ist zum Teil versichert und erfordert an manchen Stellen leichte Kletterei. Mit ein paar kleinen Pausen kommen wir um kurz vor halb vier an der Alten Bielefelder Hütte an. Wir sind alle geschafft und ich hoffe, es kommt nicht raus, wer sich diese Variante hat einfallen lassen. Wir setzen zu einem letzten Spurt an, durchqueren noch ein Tal und erreichen nach insgesamt neun Stunden die Bielefelder Hütte (2112 m).

Trotz 9-Studentour, viel früher hätten wir nicht ankommen dürfen

Die 300 Gäste, die zur Blasmusik aus dem Tal heraufgekommen waren, sind gerade erst gegangen. Der Hüttenwirt ist jetzt alleine und außer uns, sind nur noch fünf andere Gäste da. Zu Kaffee und Tee gibt es einen Mandelkuchen, den Arno die letzten zwei Tage – von uns unbemerkt – in seinem Rucksack getragen hat. Die Hütte ist sehr einladend, die warmen Duschen sind umsonst und der Hüttenwirt ist noch längst nicht müde, sondern kocht sehr leckere Kaspatszen und Schnitzel. Usch organisiert in der Küche sechs Teebeutel für Arno und belegt danach beim Koch einen Schnellkurs in der Kunst der Kaiserschmarrn-Zubereitung. Das Topping mit Apfelspalten, gedrehten Orangenschalen, Johannisbeeren, Trauben und Sahne kann sich sehen lassen und so schließt das Dessert einen sehr schönen Tag ab.

In der Nacht hat es gewittert.

Aber morgens sitzen wir beim Frühstück und genießen den Blick über die Wolken. Die Bielefelder Hütte steht genau an der Grenze. Wie ein verlängerter Boden liegt die weiße Decke über dem Ötztal, während wir mit der Sonne im Rücken zum Wetterkreuz (2378 m) unsere Tour fortsetzen.



Abstieg von der Hochreichscharte (2912m)



Kaiserschmarrn-Schnellkurs



Morgens auf dem Wetterkreuzkogel (2591m)

Wir sind „mutig“ und wählen die in der Karte als „hochalpine Variante“ ausgeschilderte Route vom Großen Windegg (2644 m) hinab zur Mittertalscharte – alles nur halb so wild. Der Steig ist trocken und so bereiten uns das brüchige Gestein und die Seilsicherungen keine Schwierigkeiten. Da das Wetter für den Rest des Tages stabil zu sein scheint, lassen wir uns Zeit und legen am idyllischen Bach noch eine längere Pause ein. Um 15 Uhr gibt es dann die erste Schokolade des Tages vor der Dortmunder Hütte (1975 m). Letztes Jahr lagen wir im kalten und feuchten Lager im Keller; dieses Jahr haben wir zwei schöne Doppelzimmer im zweiten Stock – und eine „Kinder“-Beistellmatratze.

Dessen ungeachtet war die Bielefelder deutlich gemütlicher. Die Dortmunder Hütte entbehrt – nicht zuletzt durch das Personal – jeden Charme, aber sie zu überlaufen ist heute leider nicht drin.

Schon wieder das Wetter...

Leider macht uns das Wetter auch dieses Jahr einen Strich durch die Rechnung; die Inntalschlaufe müssen wir abkürzen. Nachdem Arno und Thomas gestern noch die Autos umgeparkt haben, starten wir heute nach kurzer Fahrt hinter Kühtai. Es ist kalt und wir sind mitten im Nebel, Sichtweite unter 50 Meter, aber der Weg ist deutlich erkennbar. Als wir in den letzten Serpentinaugen der Narrenböden sind, brechen wir durch den Nebel durch und über uns ist blauer Himmel und Sonne. Die nächste Stunde bis zum Bachwandkopf (2758 m) wiederholt sich dieses Schauspiel öfter –

letztlich sind wir aber über dem Nebel. Norbert und Thomas machen noch den Rietzer Grieskogel (2884 m), während wir Übrigen, inklusive unserer zwei neuen Weggefährtinnen die Nebelspiele und die Aussicht in die Stubai Berge bewundern. Nach Gipfelschnaps und Vesper tauchen wir dann endgültig in den Nebel ein und stehen nach knapp zwei Stunden vor einem Wegweiser, der uns aber leider keinen Hinweis gibt, wo es denn nun zur Peter-Anich-Hütte (1910m) weitergeht. Also stochern wir ein paar Meter in alle Richtungen in den Nebel hinein und lösen auch dieses Rätsel: Die Hütte liegt gerade mal 20 Meter vor uns.

Mit ihren zwölf Lagern, dem eingehetzten Ofen und der gemütlichen Stube könnte diese Hütte glatt als „Idealtyp“ durchgehen. Deshalb bleiben Usch und ich mit Christina und Dorothea noch eine Nacht hier.

Roßkogel samt Hütte wird dann doch irgendwann eine Tagestour

Norbert, Thomas und Arno wollen lieber heute noch absteigen, um dem „sicheren“ Regen morgen zu entgehen. Das Essen ist zum Abschluss nochmal beste Tiroler Küche und der zweistündige Talabstieg am nächsten Tag ist letztlich regenfrei. Auch dieses Jahr hatten wir eine sehr schöne Tour im Sellrain – den Roßkogel und seine Hütte müssen wir mal als Tagestour in Angriff nehmen. ■

Text: Martin Jost
Fotos: Arno, Thomas, Ursula, Martin



Endlich an der Bielefelder Hütte (2112 m)



Nach der Mittertaler Scharte (2631 m)



Aiguille du Midi. Mont Blanc du Tacul (4248 m), Mont Maudit (4465 m), Mont Blanc (4807 m) Aiguilles du Tour

Der Mont Blanc

Das Dach der Alpen - Chronologie der Ereignisse

Eine Reise von tausend Meilen beginnt mit einem einzigen Schritt. (Lao-tse - 4. Jahrhundert v. Chr.)

Also, der Mont Blanc soll es dieses Jahr sein. Einmal auf dem höchsten Punkt der Alpen stehen, mit meinen eigenen Füßen den 4807 Meter hohen Gipfel ersteigen und die Aussicht genießen. Warum nicht. Kann ja nicht so schlimm werden...

Vorneweg, ausgeschrieben als PD- (PD: peu difficile - wenig schwierig) kann der Berg erlaufen werden. Bei entsprechender Routenwahl setzt er nur sehr wenig Kletteranforderungen voraus. Einzig das Gehen mit Steigeisen sollte beherrscht werden (Eis/Firn bis 50° - Frontalzackentechnik ist Pflicht) und die Kondition sollte stimmen, inklusive ausreichender Reserven für Notfälle.

Also, Bergführer gesucht und gefunden, Plan zur Akklimatisierung gemacht, Route festgelegt und ab nach Chamonix!

Entschieden haben wir uns für die Trois Monts Route. Ich möchte diesbezüglich keine detaillierte Routenbeschreibung liefern. Denn dafür gibt es ausreichende Literatur (siehe: Westalpen Band 2, Bergverlag Rother

- ausleihbar über DAV Sektion Offenbach).

Hier nur ein kleiner Überblick:

Die „Voie des Trois Monts“ ist eine Hochtour auf das Dach der Alpen, die von der ‚Refuge des Cosmiques‘ bzw. der Gipfelstation der Seilbahn ‚Téléphérique de l'Aiguille du Midi‘ in Richtung Mont Blanc du Tacul startet. Sie führt durch die Nordwestflanke bis auf dessen Schulter um dann in Richtung Col Maudit weiter über die Nordflanke des Mont Maudit in Richtung Mont Blanc zu verlaufen. Eine charmante Tour die aber gerade nach Neuschneefällen objektiven Gefahren ausgesetzt ist. Neben akuter Lawinengefahr kommt die Gefahr von Eisschlag aus den Seraczones hinzu. Zahlreiche tödliche Unfälle der letzten Jahre weisen auf diese Gefahren hin.

Es folgt der Versuch, meine Erlebnisse chronologisch aufzubereiten:

Anreisetag Freitag

Anfahrt von Deutschland kommend über Basel, Bern, Montreux nach Chamonix. Besser nicht in den Ort gehen, da sich dort ein Bergsportausrüster neben den anderen reiht, und somit die Versuchung lockt, das eigene

Budget innerhalb von Minuten zu sprengen.

1. Tag Samstag

Früh am Morgen fahre ich mit der Seilbahn Téléphérique de l'Aiguille du Midi mit einem kurzen Zwischenstopp an der Mittelstation Plan de l'Aiguille auf 2.310 Metern zur Aiguille du Midi um damit zu beginnen, mich einen Vormittag auf 3.842 Meter mit der Höhe vertraut zu machen.

2. Tag Sonntag

Treffen der 3er-Seilschaft in Le Tour an der ‚Telecabine Le Tour Col De Balme‘. Das Ziel für den heutigen Nachmittag ist, neben gegenseitigem Kennenlernen, das ‚Refuge Albert 1er‘ auf 2.706 Meter.

3. Tag Montag

Wir stehen in der Früh‘ auf und gehen die Aiguilles du Tour (siehe: Westalpen Band 2, Bergverlag Rother). Die Tour bietet alles, was das Hochgebirge ausmacht in der richtigen Dosierung zum Eingewöhnen. Nachmittags Rückkehr von der Prinz Albert I Hütte und Übernachten in Chamonix.

4. Tag Dienstag

Klettern im Fels. Die Seilbahn bringt uns am



Aiguilles du Tour



Firngrat - L'Arête de l'Aiguille du Midi

Morgen zur Aiguille du Midi. Dort angekommen, verlassen wir die Gondel, durchqueren ein Tunnelsystem durch den Berg, um schließlich, wenn man sich nicht verläuft, an einem hüfthohen, verschlossenen Metallgatter anzukommen, darauf der Hinweis, dass ein Weiterkommen Alpinisten vorbehalten ist.

Also, Steigeisen an, anseilen, über das Gatter klettern, und durch einen kleinen Eistunnel die Aiguille du Midi verlassen. Es erwartet uns ein ausgesetzter und vereister Berggrat dessen rechte Flanke in das ca. 300 Meter tiefer gelegene Gletscherbecken Vallée Blanche zeigt. Die linke Flanke zeigt rund 2 Kilometer talwärts nach Chamonix. Ein schneller Abstieg ins Tal - könnte aber dauerhaft Schaden verursachen.

Wir überwinden den Firngrat (l'Arête de l'Aiguille du Midi) in das Vallée Blanche, um die Cosmiques-Grat Tour zu klettern. Eine Tour auf wunderschönen Granitfelsen (siehe: Mont Blanc - Die schönsten Touren in Fels, Eis und Schnee, Delius Klasing Verlag).

Tolle Kletterei!

Am Ende kommt man über eine Leiter auf eine Aussichtsterrasse der Aiguille du Midi und muss erkennen, Paparazzi.... tatsächlich, es gibt sie, ernüchternd.

Leider veranlasst freundliches und dauerhaftes Warten meinerseits die Gaffer nicht,

mit dem Handykamerafotografieren innezuhalten und Platz am Einstieg zu machen.

Bin ich ein Affe im Zoo?

Es gilt also Plan B umzusetzen: mit Schwung ein Bein über die Absperrung fliegen lassen, so dass der Stiefel knapp an den Handykameras inklusive Gesichtern der Papparazzi vorbei fliegt und schon ist Platz!

Es folgt der Abstieg mit der Seilbahn zum ‚Refuge du Plan de l'Aiguille‘ und einer Übernachtung mit herrlichem Blick auf Chamonix.

5. Tag Mittwoch

Nach einem Frühstück - generell empfiehlt es sich, die eigene Erwartungshaltung an das Frühstück auf Französischen Berghütten nicht gar so hoch anzusetzen - Rückkehr zur Aiguille du Midi und Abstieg zur Cosmique-Hütte.

Ein wenig Einlaufen an diesem Vormittag ist angesagt - um nicht einzurosten. Es geht in Richtung Col du Midi und Pointe Lachenal und wieder zurück zur Cosmique-Hütte.

Später, das Abendessen kommt gerade recht, um die Langeweile zu zerstreuen. Anschließend sortieren wir Material.

Es war gegen 22:00 Uhr, als ich dann endlich in den eher ungesunden Zustand des Halbschlafs übergewechselt bin, als meine Matratzenlager-Nachbarn links und rechts



Ausstieg aus der Aiguille du Midi



Cosmiques-Grat Tolle Kletterei





Refuge du Plan de l'Aiguille



Blick auf Chamonix

von mir hochschreckten und mich dabei unsanft in die reale Welt zurückgeholt haben! Was war passiert? Ein Bergkamerad, der über uns ruhte, hat entweder die Höhe oder das Abendessen nicht wirklich vertragen und sich auf uns übergeben... echt eklig und an Schlaf war überhaupt nicht mehr zu denken. Meinen Rucksack hat es erwischt, aber was soll's. Ein wenig Gelassenheit kann nicht schaden.

6. Tag Donnerstag

1:00 Uhr morgens - Frühstück...
Aber Hunger hatte ich keinen! Trinken, trinken, und nochmals trinken war angesagt, um alle Ecken und Enden des Körpers - wo möglich - mit Flüssigkeit aufzufüllen.
Gegen 1:40 Uhr - Abmarsch.
Wir wollen schließlich nicht die letzte Seil-

schaft an diesem Morgen sein.

Eine Gewitterfront - Grandioses Schauspiel der Naturgewalten

Aber was für ein Morgen, es ist beeindruckend zu sehen, wie ein Blitz aus einer Gewitterfront in die Aiguille du Midi einschlägt... ein grandioses Schauspiel der Naturgewalten. Und, ja ... wir gehen dann lieber wieder zurück zur Hütte, bevor wir in irgendeiner der zu überwindenden Bergflanken die Gewitterfront beobachten müssen, wie sie über uns hinwegzieht - Gewitter in den Bergen ist definitiv nicht witzig! Später fängt es auch noch an zu schneien. War es das? Rückreise? Strich durch die Rechnung gemacht bekommen?

Wir wollen abwarten. Seilschaft trifft sich um 4:00 Uhr morgens nach aufreibenden

Stunden des Wartens und Beobachtens der Wettersituation.

Dann die Idee:

Wir laufen mal los und schauen uns die Schneesituation vor Ort an. Taktisch brillant. Hat uns nur 2,5 Stunden unseres Zeitfensters geraubt. Müssen wir uns eben etwas ranhalten... Und los geht's. Vorbei an Mont Blanc du Tacul und Mont Maudit. Und schließlich der Gipfelhang des Mont Blanc. Auf den letzten Metern frage ich mich, wieso ich mir das antue. Unter keinen Umständen aufgeben. Ich setze einen Fuß vor den anderen, wieder und wieder...

Endlich auf dem Dach der Alpen

Eigentlich ist der Gipfel total überlaufen. Während Schönwetterphasen wird der Mont

Eindrücke vom Gipfel des Mont Blanc



Unterwegs zum Gipfel

Blanc täglich von einem Heer an Alpinisten bestiegen - was soll's...

Trotz allen Gipfelglücks gilt es nun, das nächste, viel wichtigere Ziel in Angriff zu nehmen – den unfallfreien Abstieg! Jetzt ist es wichtig den Konzentrationspegel hoch zu halten und Gravitationskräfte zu akzeptieren! Unterwegs kommen mir ungewollt Gedanken zum Gehen am Seil. Es wird schon nicht gerade jetzt „ein Ausrutscher“ passieren. Stürzt einer, dann können ihm die anderen in den Abgrund folgen, ob durch Fehleinschätzung, Müdigkeit oder Zeitdruck - Mitreißunfall - tragisches Ereignis. Zur falschen Zeit am falschen Ort gewesen - Pech gehabt.

Nach einer gefühlten kleinen Ewigkeit erreichen wir gesund aber nicht mehr ganz so munter den Col du Midi.

Hinauf zur Aiguille du Midi gequält



Gipfelglück auf dem Mont Blanc 2018

Ein toller Tag als Abschluss einer großartigen Woche in den Alpen!

Zuletzt möchte ich bemerken, dass die ‚Extra Meile‘ auf dem Weg zurück im Anstieg vom Col du Midi zur Aiguille du Midi, bezogen auf den eigenen Wohlfühlfaktor, sich wirklich lohnt! Runter vom Berg und eine schöne Dusche in Chamonix genommen. Auf keinen Fall die Cosmique-Hütte ansteuern! Also, Zähne zusammengebissen, das Jammern auf ein Minimum reduziert, zur Aiguille du Midi gequält und mit der Seilbahn zurück ins Tal. Duschen, Essen, Schlafen, und ab nach Hause.

Text: Markus Tron
Fotos: Markus Tron

Schön war's...

Der Gipfel - Ziel vieler Bergsteiger





Gruppe vor der Similemahdalm



Aufstieg ab Wiesen

Pfunderer Höhenweg

Hüttentour 2018/1 in Südtirol

Im Jahr 2018 ging es mit Hubert erneut gleich zweimal in die Berge – Hüttentouren im 16. Jahr in Folge!

Im August fuhren wir zunächst nach Sterzing unterhalb des Brennerpasses in Südtirol. Zwei Autos mit sieben Teilnehmern: Hubert, Maria, Karolin, Birgit, Christiane, Daniela und Jürgen.

Aufgrund des langen Anstiegs zur ersten Hüttenübernachtung nächtigten wir erst einmal noch im Tal im „Hotel Brenner“ auf dem weitläufigen Autohof in Sterzing.

Wir erkundeten am späten Nachmittag die Altstadt von Sterzing und fanden dort auch ein Lokal zum Abendessen. Bis auf einige Nebengeräusche von den LKWs verlief die Nacht angenehm und wir bekamen am Morgen ein ordentliches italienisches Frühstück. Die Möglichkeiten der Kaffeemaschine waren zahlreich und förderten so einige Tassen hervor. Lecker!

Von Wiesen bei Sterzing (964 m), wo wir die Autos parkten, stieg unsere Gruppe in den Pfunderer Höhenweg ein, der als ambitio-

nierter Höhenweg gilt. Der erste Tag führte fast 14 km und über knapp 2000 Höhenmeter im Auf- und Abstieg (1500 Hm rauf / 380 Hm runter) über das Trenser Joch (2205 m) mit offiziell sechs Stunden Gehzeit zur privaten Simile Mahdalm auf 2011 m. Oberhalb des Kuhstalls fanden wir unser uraltes Lager, das durch eine kleine Einstiegs-luke (auf den Knien) mit einer Treppe aus drei Bimssteinen auf die müden Wanderer wartete. Im Lager selbst konnte man wieder komfortabel stehen, Licht gab es auch und

Wiesengang mit Hinternissen



Mittagrast am Wildersee



Einstieg zum Lager



Lager in der Similemahdalm

die Nacht über rauschte immer mal wieder etwas Wasser von der Kühlung der Milch. Also sehr urig!

2. Tag, mehr eine Halbtagestour

Der zweite Tag war deutlich kürzer und hatte nur 9,5 km Wegstrecke. Er führte uns vorbei an der kärglichen Ochsenalm (2210 m), dem Sengesjöchl und dem „Wilder See“ (2532 m) hoch bis auf 2807 m über das Rauhtaljoch, dem höchsten Punkt unserer gesamten Tour, hinunter in das Rauhtal bis runter zur Brixner Hütte (2300 m). Um die Mittagszeit legten wir eine landschaftlich sehr schöne Mittagsrast am „Wilder See“ ein. Nach insgesamt nur vier Stunden erreichten wir bereits die Hütte – also mehr eine Halbtagestour. Genug Zeit, um uns auf die „Königsetappe“ am Tag 3 des Höhenweges zumindest mental vorzubereiten.

Die Königsetappe am 3. Tag

Die „Königsetappe“ stand am Mittwoch an. Tag 3 führte uns über eine Strecke von 14,5 km über insgesamt vier Scharten mit insgesamt etwa 2450 Höhenmetern. So standen wir bereits um 7 Uhr in der Früh nach Aufstehen, Waschen und Frühstück abmarschbereit vor der Hütte. Um 7:10 liefen wir los. Der Weg führte im Auf und Ab über die Steinkarscharte (2608 m), Kellerscharte (2439 m), Dannelscharte (2437 m) und die Gaisscharte (2700 m) bis zur Hütte. Das Brenningerbiwak zwischen den beiden letzten Scharten benötigten wir nicht. Direkt an der Ostseite der Gaisscharte ging es an dicken Ketten senkrecht in einer Felscharte um die 20 Meter hinunter. Hier galt für alle „nur nicht loslassen“. Mit einer Hand fest an der Kette, einem soliden Stand und ohne zu

pendeln, kann man hier spektakuläre Bilder schießen.

Von der Gaisscharte ging es „nur noch 200 Hm runter“ zur Hütte. Dummerweise lag hier noch ein Talschluss dazwischen, so dass es tatsächlich rund 500 Meter hinunter ging und dann noch einmal 300 Meter hoch auf den Sattel, auf dem die Hütte liegt.

Natürlich lag überflüssigerweise wieder einmal eines dieser weglosen Geröllfelder im Weg herum. Unsere Ankunft dort oben an der Edelrauthütte (2545 m) auf dem Eisbrug-gjoch bewegte sich zwischen 20:30 und 20:50 – es war gerade noch hell im August, was im September nicht mehr der Fall ist und zu Orientierungsproblemen führen kann. Die offizielle reine Gehzeit beträgt 8,5 Stunden! Dort oben ist das Hüttenpersonal auf die lange Etappe sehr gut eingerichtet.

Yeah, ein Restschneefeld



Rauhtaljoch, 2807 m





Bachüberschreitung



Gruppe an der Steinkarscharte



20 Meter runter an der Gaisscharte



Bachüberquerung

Um 21 Uhr konnten wir problemlos alle noch ein Abendessen von der Karte ordern. Ich war so ausgepowert, dass an den dort liegenden Geocache nahe der Hütte am Abend nicht zu denken war und ich sogar am nächsten Morgen diesen noch vergaß. Mehr als ungewöhnlich!

4. Tag, Donnerstag

Wir starteten erst um Viertel vor neun, da heute die reine Gehzeit nur 6,5 Stunden betragen sollte. Zunächst einmal führte der Weg wieder bergab bis auf nur noch 2035 m, wieder etwas hinauf über Almgelände und Wiesenpfade bis hinunter auf 1997 m. An der Gruipe-Alm (2222 m, privat) verpflegten wir uns aus unseren Rucksäcken bei einer Mittagrast. An der Gampishütte (2223 m) konnten wir bei dortigen Geträn-

ken noch einmal rasten. Danach führte der Weg hoch über eine Zwischenscharte mit Blick auf einen großen Bergsee weiter unten, Geröllgelände und schließlich die Hochsägelscharte (2650 m), dem heutigen höchsten Punkt. Von hier führte uns der Pfad hinunter zur Tiefrautenhütte (2312 m) und dem gleichnamigen See, wo wir kurz nach sieben ankamen.

5. Tag, Freitag

Das erste Auto (Christiane, Daniela, Jürgen) musste absteigen und bis zum Abend noch zurück nach Hause, da Christiane am Samstag ein Catering mitgestalten musste. Da mussten die Prioritäten richtig gesetzt werden. Überraschend: der Rest der Gruppe (Hubert, Birgit, Karolin, Maria) entschied sich ebenfalls dafür abzusteigen, denn für

weitere 2000 Hm und 20 km überwiegend abwärts ins Tal nach Bruneck fehlte die Motivation. Zumal beim Kofler am Kofl auf 1487 Meter schon lange nicht mehr übernachtet werden kann. Zunächst führte der Weg wieder bergab. Hier war er in tadellosem Zustand als richtig guter Weg bis zum Parkplatz oberhalb von Terenten für die Tagesgäste der Hütte. Wir liefen am Abzweig des Pfunderer Höhenweges einfach vorbei durch ein wunderschönes Tal. Um 8:40 losgelaufen kamen wir nach 900 Hm bergab um 10:30 am Parkplatz an. Dort stand bereits Christianes Auto, das von Petra, die leider nicht mitlaufen konnte, bereits umgeparkt worden war. Wir nahmen Hubert mit nach Wiesen, um dort sein Auto zu holen und mit dem Rest in Terenten wieder zusammen zu treffen. Im **** - Hotel „Wiesenhof“ leisteten wir

drei uns vor der Rückfahrt ein Mittagessen, bis wir dann über den Brenner und durch München die rund 600 km bis nach Münster bzw. Obertshausen zurückfahren, wo wir gegen 21:15 noch rechtzeitig eintrafen.

Fazit

Die Markierung, der rote Kreis, war insgesamt komplett vollständig – es gab nie Probleme mit der Orientierung. Jedoch waren die Wege recht anspruchsvoll. Auf den Wiesenhängen führte der „Weg“ des öfteren weglos über Gras, was bei dem trockenen Wetter, das wir die ganzen Tage hatten, zumindest keine Rutschgefahren aufwies. Täglich gab es Geröllfelder, die zwar gut markiert waren, aber es waren immer Wege über die schrägen Blöcke – ein „Weg“ war hier nicht gelegt. An den Scharten gab es

ein steiles Zick-Zack herauf oder herunter – OK, das ist teilweise im steilen Murengelände nicht soviel besser zu machen. Bei Tritten von bis zu gut einem halben Meter kann man sich ja schließlich auch irgendwo festhalten. Der Abstieg an der Ostseite der Gaisscharte ist immerhin solide und haltbar, wenn auch nahezu senkrecht. Mich persönlich hat er nicht geschockt. Da fand ich einige absturzgefährdete Stellen schon kritischer, die nur mit normalem Kletterseil gesichert waren, das natürlich an den Stellen mit Felsen bereits abgescheuert war – der innere Mantel hielt noch. Am Besten nicht benutzen. Wir zeigten die Bilder dem Hüttenwirt, der nur sagen konnte, dass die Sektion bereits informiert wurde. Leider liegt der Höhenweg oberhalb von bewirteten Almen, so dass tagsüber keine Einkehr

möglich ist. Dadurch hat man natürlich einen herrlichen weiten Blick, der sich durch die langen Tagesetappen relativiert, da zum Pausieren und Schauen wenig Zeit ist. Jede Hütte ist hier notwendig – wenn eine schließt, ist der Pfunderer Höhenweg „tot“. Tipp: wer den ganzen Tag auf höchst unterschiedlichen Wegen von gut ausgebaut bis zu nahezu weglos und dazu noch viel und nahezu ohne Pausen laufen möchte, für den ist der „ambitionierte“ Pfunderer Höhenweg genau richtig! Wir danken unserem Organisator Hubert für diese Hüttentour, im 16. Jahr die Nr. 17, und hoffen, dass er trotz der „ambitionierten Wege“ nicht die Lust an der Organisation weiterer Touren verliert.

Text: Jürgen Willnecker
Fotos: Jürgen Willnecker

Abstieg Edelrauthütte



Abstieg über Almgelände am Bach



Gruppe vor der Brixner Hütte



Abstieg nach Terenten





Auf dem Altkönig, 798 m



Weiße Mauer, 634 m

Fitnesswandern

Was steckt dahinter?

Text: Markus Tron
Fotos: Markus Tron

Die Idee zum „Fitnesswandern im Taunus abseits befestigter Wege“ wurde aus dem Anspruch geboren, eine regelmäßige Kontrolle der eigenen Kondition zu ermitteln, das draußen im Taunus zu machen, sich dabei aber gleichzeitig von den Menschenmassen fernzuhalten. Letzteres war und ist umso wichtiger, da das Fitnesswandern stets an einem Sonntag stattfindet.

Als Gletschertourenliebhaber sowie Mountainbiker ist es für mich wichtig, eine vernünftige Kondition das ganze Jahr über aufrecht erhalten zu können. Das Ziel „Viele Höhenmeter auf überschaubarer Fläche in möglichst wenig Zeit umzusetzen“ wurde zum Kerngedanken.

„Wandern ganz im Zeichen einer wohlthuenden Mischung aus Fitness, Entspannung, Naturerleben und Geselligkeit“

bedeutet für mich, dass man sich körperlich herausfordern darf, gleichzeitig angelegte Unterhaltungen führen kann, oder, wie man es eben mag, auch schweigend, meditativ Strecke machen kann und dabei die Natur des Taunus in seiner vielfältigen Ausprägung zu genießen. Es darf ruhig anstrengen, aber nicht überanstrengen.

Warum der Taunus?

Wir bewegen uns hauptsächlich auf dem bewaldeten, kaum besiedelten Hauptkamm des Taunus, der uns erlaubt, eine Vielzahl an Landschaften auf kleinstem Raum zu erkunden. Der Große Feldberg, mit seinen 881 Metern der höchste Berg im Taunus, bietet einen herrlichen Panoramablick bis hinunter nach Frankfurt am Main. Spektakuläre Aussichten bietet aber auch der Altkönig mit seinen 798 Metern. Unser Anspruch ist das Erkunden des Gebiets fernab der sogenannten „Taunus-Wanderautobahnen“. Wir bevorzugen wenig bekannte Trails, die uns durch dichte Wälder, wildromantische Täler, Wiesen und Felder führen.

Kultur und Geschichte

Die Spuren der Kelten und Römer sind im Taunus nicht zu übersehen. Beeindruckende Reste der beiden Kulturen prägen an vielen Stellen die Landschaft des Taunus. Auf dem Altkönig beispielsweise, dem dritthöchsten Berg des Taunus, befinden sich eindrucksvolle Überreste keltischer Baukunst: Jahrhunderte vor Christi Geburt ließen die Kelten sich im Taunus nieder und errichteten auf dem Gipfel des Berges mehrere Ringwälle, die wohl zu einem Fürstensitz oder einer Fluchtburg gehörten.

Die Tour

Die ursprüngliche Tour wurde mir in ihrer Rohfassung als .GPX-Datei freundlicherweise durch einen Arbeitskollegen zur Verfügung gestellt. Durch anfängliches, beständiges Verlaufen konnte ich stückchenweise nachschärfen. Hinzu kamen Touren, die wir zur Erkundung neuer Teilstrecken nutzten. Man kann also behaupten, die Tour lebt und wird stetig „nachverdichtet“.

Hier einige Wegpunkte:

Hohemark Taunus-Info-Zentrum (Start/Ende)
Weiße Mauer (ca. 634m)
Altkönig (ca. 798m)
Reichenbachtal
Kleiner Feldberg (ca. 825m)
Großer Feldberg (ca. 879m)

Die Selbsteinschätzung

Die Selbsteinschätzung der Teilnehmer/innen... kein ganz einfaches Thema. Zunächst die Fakten: Unsere Strecke fordert auf ca. 22 km deutlich über 1000 Höhenmeter ein. Diese, auf 5 bis 6 Stunden ausgelegte Tour - pausenminimiert - ist sicherlich nichts für völlig Untrainierte. Allerdings muss man kein/e Hochleistungssportler/in sein, um mithalten zu können.



Auf dem Weg zum kleinen Feldberg



Auf dem Weg zum Altkönig

Spaß an Bewegung (Trittsicherheit) und Natur, sowie eine durchschnittlich gute Grundfitness sollten Teilnehmer/innen einen erfolgreichen Sonntag garantieren.

Die Jahreszeiten

Ein intensives Wandererlebnis wartet das ganze Jahr über auf uns. An heißen Sommertagen bietet der Taunus kühle und erfrischende Temperaturen. Wenn Schnee liegt, kann man den Winter in all seiner Schönheit erleben. Nur den ganzen Tag regnen, das sollte es nicht...

Teilnehmer/innenkommentare:

Björn: „Die angebotene Form der Wanderung entspricht ziemlich genau meinen persönlichen Bedürfnissen, denn der physische und mentale Trainingseffekt macht

sich deutlich bemerkbar. Außerdem ist die ausgewählte Strecke einfach landschaftlich sehr schön und stellt sich je nach Wetter und Jahreszeit ganz anders dar.“

Charlotte: „Markus kennt den Taunus wie seine Westentasche, ein Verlaufen ist damit ausgeschlossen. Die Tour führt über Wege, die ich nie im Leben ausprobiert hätte und fast völlig abseits der Wandermassen. Mir hat es sehr gut gefallen, allerdings muss ich noch an meiner Ausdauer arbeiten, denn anspruchsvoll ist es auf jeden Fall.“

Alfred: „Ich laufe bei der Tour in unregelmäßigen Abständen mit. Das Tempo ist recht flott und die Tour hat eindeutig sportlichen Charakter. Der Tourguide hat

„seine“ Leute im Blick und wartet, wenn das Feld zu sehr auseinanderreißt.“

Birgit: „Das Fitnesswandern ist eine geniale Idee, eine gute Kombination aus Ausdauersport, Naturerlebnis und zwischenmenschlicher Begegnung. Ein Spaziergang ist es sicher nicht. Aber es lohnt sich. Ein großes Dankeschön an Markus, der uns geduldig durch den schönen Taunus schleust!“

Kontakt

Monatliche Termine werden ca. 14 Tage vorab via Mailingliste bekannt gegeben. Wer Interesse hat, sich in der Mailingliste eintragen zu lassen, bitte unter fitnesswandern@dav-offenbach.de melden, auch bei Fragen zum Thema. ■

Gruppenfoto auf dem Altkönig

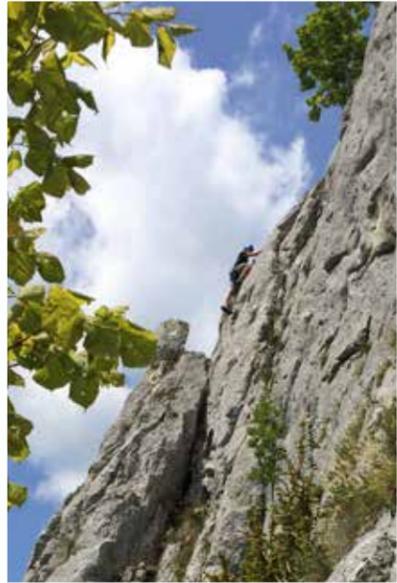


Been there, done that, and back again





Der Stuhlfels



Nachwuchskletterer an der Gotzmannkante



Jugendfreizeit Donautal

16.-19.07.2018

Text: Luisa, Svea, Viola, Jakob, Till, Tristan, Jürgen
Fotos: Edgar Maag

Die erste Jugendfreizeit der Sektion Offenbach fand diesen Sommer im „Ebinger Haus“ im Donautal statt. Vier Tage lang waren die Jugendleiter Claudia, Edi und Jürgen mit Luisa, Svea, Viola, Jakob, Till und Tristan am Fels und im Wasser unterwegs.

Tagebuch erlebnisreicher Tage

1. Tag - Keep calm and climb

Um acht Uhr in der Früh ging es von Offenbach aus los zum Ebinger Haus im Donautal. Dort angekommen wurden wir gleich mit Regen begrüßt. Die nette Hausmeisterin wies uns ein und erklärte uns, dass jeder am Tag nur 5 Minuten warmes Wasser zum Duschen bekommt. Frisch und motiviert ging es dann zum Klettern. Doch um überhaupt an die Wand zu kommen, ging es erstmal steil bergauf. Oben angekommen und fit wie wir sind,

haben wir Seile in die Routen gehängt und sind bis abends fröhlich geklettert. Zum Schluss haben wir uns vom Gipfelkreuz 35 m abgeseilt.

Im Ebinger Haus angekommen haben wir geduscht (Anmerkung der Jugendleiter: 6 Jugendliche haben in 3 Tagen 4 Duschmarken verbraucht.) und Spaghetti Bolognese gekocht. Natürlich gab es auch Salat (stay healthy). Das Abendprogramm rundete einen schönen ersten Klettertag ab. Keep calm and climb.

2. Tag

Heute Morgen war es für einige Personen sehr schwer aufzustehen, da diese erst um zwei Uhr im Bett lagen! Nach dem leckeren Frühstück packten wir unsere Lunchpakete zusammen und brachen zum Stuhlfels auf. Im Sektor Oswald

angekommen, hängten Jürgen und Edi schon mal die ersten Routen ein, die wir dann nachstiegen. Da Claudia eine Hängematte dabei hatte, bauten wir diese auf und hatten viel Spaß damit. Anschließend gingen wir zur Ostwand um noch zu klettern und uns selbst abzuseilen. Als die letzten zum Abseilen bereit waren, fing es an zu regnen. Nachdem alle unten angekommen waren, packten wir unser Equipment zusammen und gingen zurück zum Ebinger Haus. Nach einer Runde Bohnanza kamen Edis Eltern an und es wurde ordentlich Kuchen gegessen und anschließend gegrillt. Nun sitzen wir alle zusammen mit Stockbrot am Feuer und machen uns noch einen schönen Abend!

3.Tag

Heute haben wir, nachdem alle wach waren,



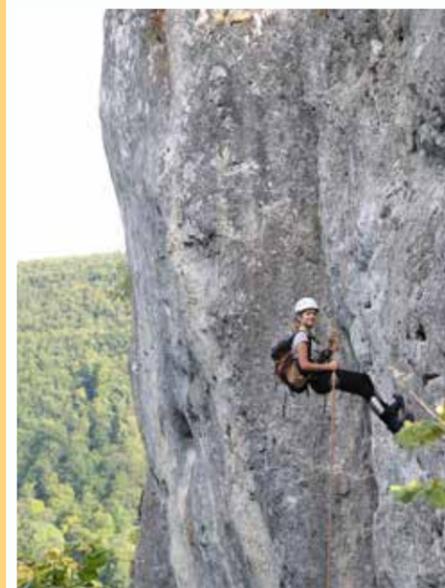
Am Stuhlfelsgipfel



lecker gefrühstückt. Nach dem Frühstück haben wir Brote, Kletter- und Schwimmsachen eingepackt und sind zum Naturparkfels gefahren. Am Fels angekommen haben wir uns mit einer Schulklasse die Kletterrouten geteilt. Wir konnten uns trotzdem auspowern und haben uns mittags noch auf den Weg ins Schwimmbad gemacht.

Nach einigen Stunden im Bad haben wir uns auf den Rückweg gemacht. Nachdem wir unsere Sachen verstaut hatten, haben wir Pfannenkuchen zubereitet und verpeist. Leider waren die Pfannenkuchen so hart, dass sich Tristan einen Zahn ausgebissen hat. Nach dem Abendessen haben wir den Tag mit tollen Spielen ausklingen lassen. Nach nächtlichen und nassen Auseinandersetzungen war es dann auch möglich zu schlafen.

Abseilen in die Stuhlfels-Ostwand



4. Tag

Nach dem Frühstück wurde erstmal gepackt, geputzt und aufgeräumt. Alle halfen hervorragend mit und so konnten wir uns schon früh zum Klettern am Stuhlfels aufmachen. Dort angekommen kletterte Edi erst mit Viola und Till, später mit Claudia und Tristan, den „Normalweg“, eine Mehrseillängentour im 4. Grad.

Die „Götzmannkante“ im oberen 3. Grad kletterte Jürgen erst mit Luisa und Svea und später mit Jakob.

Müde aber glücklich ging es gegen 15 Uhr zurück nach Offenbach. Nach einer etwas längeren Rückfahrt und einer Wasser-schlacht in Edis Auto -die anderen haben hoffentlich zu Hause geduscht-, waren wir zurück in Offenbach.



Entspanntes Clippen am Naturparkfels



Jugendfreizeit 21.-27.07.2019 - noch sind Plätze frei

Für die Jugendfahrt in den Sommerferien 2019 sind noch Plätze frei.

Wir besuchen nächstes Jahr die Jugendbildungsstätte der JDAV in Bad Hindelang im Allgäu. (Siehe Panorama 5/2018 und www.jubi-hindelang.de).

Eine Woche lang geht es von „A“- wie Abseilen bis „Z“- wie Zusammenhalt.

Der Preis für Übernachtung mit VP und Bahnfahrt beträgt ca. 380.- €.

Weitere Infos und Anmeldung bei Jürgen Volz (jugend@dav-offenbach.de).



Quizfrage: Helm aufsetzen a) am Wandfuß? b) am Picknickplatz? c) lieber Mütze

Klettern an der Steinwand

Wir haben uns am 22.09.18 um 9 Uhr getroffen. Da es sehr frisch war, waren alle dick angezogen. Insgesamt waren wir acht Kinder und zwei Trainer, sodass wir genau in zwei Autos passten. Anschließend sind wir dann ca. eine Stunde zur Steinwand bei Poppenhausen in der Rhön gefahren. Als wir ankamen, hat jeder einen Helm bekommen und wir sind die Regeln fürs Felsklettern durchgegangen. Dann haben wir uns einen Platz für die Picknickdecke gesucht, noch etwas am Fels herumgespielt und dann ging es endlich los mit dem Routenklettern. Wir wurden dazu in Zweier-teams eingeteilt. Von der Schwierigkeit waren es 3-er bis 5-er Routen. Wir sind 20-25 m hochgeklettert und hatten von oben eine tolle Aussicht auf die Wasserkuppe (den größten Berg Hessens).

Nach einer Weile kam der Hunger hoch und wir machten eine Kuchenpause. Aber wir merkten schnell, dass uns unsere Eltern viel zu viel Kuchen eingepackt hatten. Lecker war es trotzdem. Nach der Pause konnten wir, wenn uns langweilig war, in Dreiergruppen den Wald und den Felsen erkunden. Kurz vor dem Aufbruch hat jeder aus unserer Gruppe, der wollte, sich noch aus ca. 20-25 m Höhe abgeseilt. Wir sind hinten an der Steinwand hochgegangen und haben uns vorne abgeseilt. Wer darauf keine Lust hatte, konnte in der Zwischenzeit noch ein paar Routen klettern. Nachdem wir fertig waren und alles zusammen gepackt hatten, gingen wir wieder zu den Autos. Schnell hatten wir uns sortiert und die Fahrt konnte losgehen. Nach einer gefühlten Ewigkeit kamen wir dann bei Jür-

gens Haus an. Dort konnten wir erst einmal spielen und uns entspannen. Nun fingen wir an, Kräuterbutter, Stockbrotteig und Feuer zu machen. Anschließend grillten wir Würstchen und machten uns Kartoffeln im Feuer warm. Dann konnten wir endlich essen. Nach einer kurzen Verdauungspause machten wir Stockbrot über dem Feuer. Langsam kamen schon die ersten Eltern, um ihre Kinder abzuholen. Als dann die meisten Kinder abgeholt waren, haben wir noch ein bisschen am Feuer gesessen und geredet. Nachdem auch die letzten Eltern da waren, wurden alle todmüde.

Es war zwar anstrengend, aber ein tolles Erlebnis!

Text: Ferdi und Miriam
Fotos: Edgar Maag



Aufstieg zur Kreuzspitze mit Dolomitenblick



Am Gipfelgrat der Kreuzspitze

Genuss-Skitouren in Osttirol

Dieses Jahr planten wir unsere Skitouren in Innervillgraten in Osttirol. Das Tal trägt das Prädikat Bergsteigerdorf, weil dort kein Skigebiet die Berge verschandelt. Wo im Sommer Schafe und Kühe weiden, sind im Winter die SkitourengeherInnen unter sich und finden entsprechend traumhafte Bedingungen. Es war nicht unser erster Besuch hier und wird auch nicht der letzte sein, denn auch heuer waren es wieder wunderbare Touren inmitten einer bezaubernden Winter-Idylle. Diesmal hatten wir uns am Talschluss im Weiler Kalkstein am Ende der Straße eine Wohnung gemietet. Hier starteten wir direkt vor der Haustür jeden Morgen unsere Touren hinauf zu den wohl schönsten Aussichten Osttirols.

In der Schneedecke machte sich nach mehreren Wochen mit ruhigem Wetter ohne Neuschnee südseitig der Einfluss der Sonne schon kräftig bemerkbar. Aber selbst auf den Südwesthängen der Kreuzspitze, dem beliebtesten Skigipfel über dem Ort, fanden sich noch unverspurte Passagen ohne störende Harschdeckel.

Was für ein Panorama

Die anspruchsvolle Tour auf den Gipfel Marchkinkele auf der Grenze zwischen Ost- und Südtirol war sicher der Höhepunkt – skifahrerisch, aber auch optisch: das beeindruckende Panorama mit Blick zu den Sextener Dolomiten und den Drei Zinnen werden wir nicht vergessen.

Dank der extremen Kälte Ende Februar gab es aber insbesondere in den nördlich ausgerichteten Hängen des Marchkinkele noch tolle pulvrige Abfahrten.

Auch für die kommende Skisaison werden wir versuchen, wieder in einem der 27 Bergsteigerdörfer Quartier zu beziehen. Deren Motto ist schließlich „Anregung ohne Hektik“, genau das richtige für neue Entdeckungen im Einklang mit dem winterlichen Hochgebirge.

Ein Video von Boris über die Touren gibt es unter www.youtube.com/watch?v=QMao8RmcAcE&feature=youtu.be zu sehen.

Text: Sascha Mache
Fotos: Markus Sattler, Boris Buhlinger

„Runter vom Sofa“ ...mit Beteiligung der Sektion OF

Auch dieses Jahr war unsere Sektion wieder beim Sportfest „Runter vom Sofa“ aktiv. Viele Besucher fanden den Weg auf die Offenbacher Rosenhöhe. Rund 40 Vereine luden zum Mitmachen und Ausprobieren ein.

Unsere Jugend betreute den Kletterturm des Landessportbundes Hessen. Abwechselnd in drei Schichten sicherten Miriam, Lena, Luna, Svea sowie Ferdi, Lukas, Simon und Yannick ca. 150 Aktive den 6 m hohen Turm hinauf und hinab.

Vielen Dank an die Sicherer





Mountainbiken

Herbstliche Impressionen am Weiher bei Dahn



Natur Pur

Dahner Felsenland Unterwegs mit Mountainbikes

Es muss nicht immer der ausgedehnte Sommerurlaub sein! Gerade ein Kurzurlaub zwischendurch bietet oft enorme Erholung ohne das Urlaubskonto übermäßig zu strapazieren.

Dieser Idee folgend möchte ich nun also gemeinsam mit meiner Frau für ein verlängertes Wochenende den Pfälzer Wald mit dem Mountainbike erkunden.

Das Mountainbiken ist ein herrlicher Weg, zu entspannen, um Natur zu erkunden, in Form zu bleiben, oder einfach nur um Spaß zu haben. Und auch wenn es gefährlich sein kann, vorausschauend und mit Vorsicht gefahren, kann es dennoch von der ganzen Familie mit Freude genossen werden. Vorab noch mit dem Partner über Erwartungen und Wünsche gesprochen. Denn wenn insgeheim davon ausgegangen wird, dass beide dasselbe wollen, sind Konflikte oftmals vorprogrammiert - und der Erholungswert deutlich gedämpft.

Das Dahner Felsenland, unter Mountainbikern schon lange kein Geheimtipp mehr

Unweit der französischen Grenze, am südlichen Ende des Waldgebiets, befindet sich das Dahner Felsenland.

Möglicherweise die Essenz des Pfälzer Waldes, bieten sich hier Unmengen an Trails aller Schwierigkeitsstufen, inklusive ausreichend Höhenmeter, sowie einzelner sehr schwerer Singletrail-Spitzkehren (in Auf- und Abfahrt).

Hier reihen sich verträumte, verschlungene Pfade an schnelle Wechsel von steilen Anstiegen und technisch anspruchsvollen Abfahrten, eindrucksvollen Aussichten und Ansichten, romantischen Burgen und nicht zuletzt eine herzliche Bewirtung in urigen Hütten.

Ein Natur-Paradies für leidenschaftliche Mountainbiker - zu jeder Jahreszeit „erfahrbar“. Aber auch für Familien mit Kindern stehen passende Touren bereit. Da sich die Strecken oft kreuzen, sind die Variationsmöglichkeiten nahezu unbegrenzt.

Vor dem Aufbruch kommt die Planung: Eine genussvolle Radtour will gut vorbereitet sein.

Auf der Wunschliste stehen Radwege, ruhige Nebenstraßen und viel Natur, ohne technisch anspruchsvolle Trailpassagen meistern zu müssen.

Ein Trail muss gefunden werden, der sowohl für ‚E-Mountainbikes‘ als auch für ‚ohne-E-Mountainbikes‘ Spass bietet. Dabei ist zu

beachten, dass durch das weit höhere Gewicht, für das E-Bike sowohl Tragepassagen als auch Schiebepassagen gerade im Anstieg zu vermeiden sind.

Ob Biosphären-Tour, Raubritter-Tour oder Seerosen-Tour, im Internet finden sich diverse Tourenbeschreibungen, auf deren Basis sich unvoreingenommen eine eigene Tour in Rohform planen und im Anschluss veredeln lässt.

Auszüge aus den Beschreibungen des lokalen Tourismusvereins machen Lust zum sofortigen Aufbruch (siehe: www.dahner-felsenland.net) - Zitat:

„BURGEN UND BURGRUINEN
Das Dahner Felsenland kann als „Pfälzer Burgenland“ bezeichnet werden. Geheimnisvolle Felsengänge führen binab in unterirdische Felskammern und Verliese, und hoch droben auf den Zinnen bieten sich oftmals grandiose Ausblicke ins sagenumwobene Dahner Felsenland mitten im Biosphärenreservat Pfälzerwald/Nordvogesen.

Gleich einer Perlenkette in allen Rottönen der Felsen liegen die Burgen inmitten der grünen Wellen der Wälder. Jahrhundertalte Zeugen feudaler Lebensberren, aber



Wiese im Dahner Felsenland



Single Trail

auch Raubritter-Nester - mit atemberaubender Aussicht. „Wie die alten Ritterleute“ können sich Besucher auf den imposanten Burgen und Burgruinen fühlen.

FELSFORMATIONEN & AUSSICHTSFELSEN
Rote und gelbe Buntsandsteinfelsen inmitten grüner Wälder sind charakteristisch für die Region, mitten im Biosphärenreservat Pfälzerwald/Nordvogesen.

Das Dahner Felsenland kann sich sogar rühmen, eine der eindrucksvollsten Buntsandstein-Felslandschaften Deutschlands zu sein. Und dieses Landschaftsbild setzt sich auch auf der französischen Seite fort. Die Felsformationen weisen teils skurrile Formen auf.

Immer wieder haben diese die Fantasie der Menschen angeregt und es sind zahlreiche Mythen, Sagen und geheimnisvolle Geschichten erzählt worden. Der Buntsandstein ist vor rund 250 Millionen Jahren entstanden.“

Entschieden haben wir uns dann für einige Teilstrecken aus der ‚MTB-Tour 13 Dahn Mitte‘.

Die MTB-Tour 13 führt einmal rund ums Dahner Felsenland. Vorbei an Sehenswürdigkeiten, wie der Burgruine Neudahn, dem Aussichtsturm auf dem Eyberg, und vielem mehr.

Die Burgruine Neudahn liegt nordwestlich von Dahn, oberhalb des Neudahner Weihers. Die Ruine stammt aus dem 13. Jahrhundert und hat noch ein stattliches Aussehen. Erhalten sind von der älteren Anlage nur noch Mauerreste. Die untere Burg weist

noch deutliche Baureste auf. Gut erhalten sind der runde Treppenturm mit Zugang zur Oberburg.

Einen Zwischenstopp legen wir im Bio Gasthof „Bärenbrunner Hof“ ein (<http://www.baerenbrunnerhof.de/>). Mit angeschlossenen Biohof & Hofladen, sowie der Bärenhöhle, ein echt cooler Kletter- und Outdoorladen, fühlen wir uns hier richtig wohl und wollen eigentlich gar nicht mehr weiter...

Egal wo wir unterwegs sind, oberstes Credo ist immer locker bleiben!

Läuft etwas schief beim Mountainbiken, nicht darüber ärgern, sondern immer mit viel Humor begegnen.

Da wir stets davon ausgehen, dass garantiert irgendetwas Unvorhergesehenes passieren wird, oder nicht so läuft, wie wir es uns vorstellen, ist „immer locker bleiben“ die gesündeste Strategie für Körper und Seele. Oft ergeben sich aus den dümmsten Situation unbezahlbare Momente!

Und in jedem Fall daran denken, den Schlüssel für den Akku einzupacken...

Ein Wohlfühlipp: Vielleicht passt ja auch noch eine Runde Yoga mit anschließendem Saunagang ins Abendprogramm.

Für Fragen zum Mountainbiken im Allgemeinen oder speziell zum Dahner Felsenland stehe ich gerne zu Verfügung unter mountainbiken@dav-offenbach.de

Text: Markus Tron
Fotos: Markus Tron



Bärenbrunner Hof



Im Dahner Wald



Burgruine Neudahn



Foto: Holger Hanke

Ehrung der Jubilare

Am 24. November 2018 wurden folgende Jubilare für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. Der Vorstand bedankt sich bei allen Jubilaren für die große Verbundenheit und Treue zur Offenbacher Sektion.

- 50 Jahre:** Eva Reitz, Jürgen Reitz
Günter Krämer, Klaus Maiss, Jürgen Popp
Alois Wieland, Horst Wieland, Heribert Blumoehr
- 25 Jahre:** Uta Beckert, Renate Hartmann, Silke Lüdemann
Harald Fellinghauer, Franz Heim, Hans Weber

Wer möchte unterwegs und das Programmheft zukünftig nur noch per Mail erhalten???

Jeder kann entscheiden, wie er die Sektionsmitteilungen und das Jahresprogramm, samt Einladung zur Mitgliederversammlung erhalten möchte. Die einen mögen's lieber auf Papier, andere bevorzugen die digitale Ausgabe. Der Umwelt zu Liebe und um Versandkosten zu sparen, bitten wir alle Mitglieder, die zukünftig *unterwegs* und das Jahresprogramm nur noch digital erhalten möchten, unter Angabe von Namen und Mitgliedsnummer eine Mail an redaktion@dav-offenbach.de zu schreiben.



Wo finde ich was? Was erwartet mich unterwegs?

Wir stellen uns viele Fragen, wenn wir eine neue Tour planen und organisieren. Antworten findet man in der entsprechenden Führerliteratur. Schon seit Jahren gibt es in unserer Geschäftsstelle eine umfangreiche Sammlung von Auswahlführer, Alpenvereinsführer, Gebietsführer, Wanderbuch, Klettersteigführer, Kletterführer, Wanderführer, Trekkingführer, AV-Karten und sonstiger Literatur. Vom 1.4.-31.10.2019, jeweils mittwochs von 17:00–19:00 Uhr kann Material zum Planen von Mitgliedern kostenlos ausgeliehen werden oder nach Rücksprache mit 1vorsitzender@dav-offenbach.de. Die Führer und Karten werden laufend ergänzt und die Neuerscheinungen in unseren Sektionsmitteilungen veröffentlicht. Ein vollständiges Verzeichnis liegt in der Geschäftsstelle aus und findet sich auch unter Downloads auf unserer Homepage. Ist von einer geplanten Tour oder einem bestimmten Gebiet keine Literatur vorhanden, versuchen wir gerne entsprechende Rezensionsexemplare über den Bergverlag Rother oder andere Verlage zu besorgen. Anfragen per Mail an Adina Biemüller redaktion@dav-offenbach.de



Jörg Dulsky
Ein Mann geht quer
Auflage 2018 / Tyrolia
128 Seiten und
53 Farbbildungen
ISBN 978-3-7022-3691-5
17,95 Euro

Die Geschichte eines Mannes, der das Hamsterrad verlässt und über die Alpen zu sich selbst wandert. Geografisch beginnt sein Weg in der Steiermark, genauer gesagt in Frohnleiten an der Mur, dem Ort, in dem Jörg Dulsky zuhause ist. Von seiner Haustür aus geht's Richtung Nordwesten, den Bergen entgegen. Hinter sich lässt er seinen Job, seine Firma, sein bisheriges Leben, und so liegen zwischen dem Tag des Aufbruchs und der Ankunft in Nizza nicht nur 1500 Kilometer und 55 Pässe quer durch die Alpen, sondern auch 100 Tage, an denen er sich selbst stellen muss. Wege entstehen beim Gehen, stolpern inbegriffen: Das ist das Credo dieses Buches. Es ist die Geschichte eines Mannes, der sich dem Auf und Ab von Wind und Wetter stellt, um dem beginnenden Burnout und der Midlife-Crisis zu entgehen. Unterwegs erzählt er selbstironisch, komisch und nachdenklich seine Geschichte vom Aufbruch, vom Scheitern, vom Überwinden, von der Lust zu gehen und von der Liebe – bis zum Zieleinlauf in Nizza.



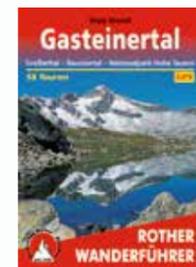
Dr. Ch. Fink / Dr. Ch. Hoser / Dr. P. Gföller
Gelenkfit in die Berge
Auflage 2017, Tyrolia
152 Seiten mit
57 Farbbildungen
ISBN 978-3-7022-3660-1
19,95 Euro

Was tun, wenn das „Fahrgestell“ zu knirschen beginnt? Rat und Tat für Menschen mit Gelenksbeschwerden. Das Wandern in den Bergen gehört zu den beliebtesten Freizeitbeschäftigungen. So mancher passionierte Bergwanderer sieht sich mit den Jahren allerdings mit Gelenksbeschwerden konfrontiert. Gerade der Weg hinab ins Tal wird dann oft gar zur Qual. Doch eine Arthrose bedeutet noch lange nicht, den Bergen Lebewohl sagen zu müssen, ganz im Gegenteil. Gelenksbeschwerden können vermieden und behandelt werden und Wandern ist dabei oft sogar die beste Therapie. Ein Team erfahrener Spezialisten erklärt die Wirkung des Bergwanderns aus medizinisch-physiologischer Sicht, gibt Trainings- und Ausrüstungstipps, stellt konservative und operative Behandlungsmethoden vor und beschreibt, wie mit künstlichen Knie- und Hüftgelenken die Bergwelt wieder unbeschwert genossen werden kann.



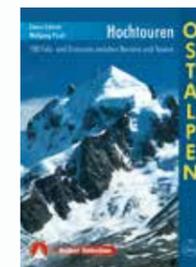
H. Bauregger, C. Braun
Hunsrück
2. neubearb. Aufl. 2018
168 Seiten mit
95 Farbfotos
ISBN 978-3-7633-4316-4
14,90 Euro

„Mosel, Nahe, Saar und Rhein schließen unsern Hunsrück ein.“ Dieser Spruch, mit dem Schulkinder die Ausdehnung ihrer Heimat lernen, lässt schon erahnen, welch herrliches Wandergebiet der Hunsrück ist: Flüsse und Bäche fließen in vielen Schleifen durch die Region, Weinberge zieren vielerorts die steilen Ufer und es gibt viele raue und wildromantische Wälder und Moore. Der Wanderführer stellt 50 abwechslungsreiche und genussvolle Touren durch dieses immer noch sehr ursprüngliche Mittelgebirge vor. Zahlreiche neue, erstklassige Touren und aktuelle Bilder haben Eingang gefunden in die zweite völlig neubearbeitete Auflage. Faszinierend sind die Tiefblicke auf grandiose Flusslandschaften im Rhein-, Mosel- oder Saartal. Jede Wanderung wird mit einer zuverlässigen Wegbeschreibung, einem detaillierten Kartenausschnitt mit Routeneintrag und einem aussagekräftigen Höhenprofil vorgestellt. Es gibt Infos zu Einkehrmöglichkeiten und zahlreiche Tipps zu Sehenswürdigkeiten.



Sepp Brandl
Gasteinertal
6. neubearb. Aufl. 2017
184 Seiten mit
131 Farbfotos
ISBN 978-3-7633-4021-7
14,90 Euro

Weiß ragen majestätische Gletscher empor, steil und grün erheben sich die höchsten Grasberge Europas, klare Bergseen liegen inmitten dieser traumhaften Bergkulisse: Die drei Täler Gasteinertal, Großarlal und Raurisertal sind ein herrliches Wandergebiet – sowohl für Bergsteiger als auch Familien. Gelegen im südlichen Salzburger Land reichen sie bis in den Nationalpark Hohe Tauern – einem wahrhaft landschaftlichen Juwel. Der Wanderführer stellt 58 Touren für jeden Geschmack vor. Die Tourenauswahl reicht vom einfachen Spaziergang bis hin zu anspruchsvollen Wanderungen in der Gletscher- und Gipfelregion des Alpenhauptkamms. Sämtliche Tourenvorschläge sind leicht und sicher nachvollziehbar dank ausführlicher Wegbeschreibungen, Kurzinfos mit allen wichtigen Angaben, Kartenausschnitte mit eingezeichnetem Routenverlauf und aussagekräftiger Höhenprofile. Angaben zu Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten, Busverbindungen und Sehenswürdigkeiten runden dieses Buch ab.



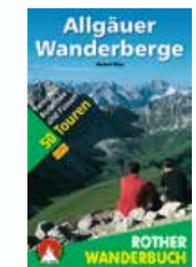
E. Schmitt, W. Pusch
Hochtouren Ostalpen
7. Auflage 2018
320 Seiten, 265 Farbseiten, 74 Tourenkarten
ISBN 978-3-7633-3010-2
29,90 Euro

Ortler, Großglockner, Adamello, Piz Bernina, Hochalm Spitze – große Namen von großen Bergen sind in dem Selection Band »Hochtouren Ostalpen« versammelt. Die Tourenauswahl von 100 Touren umfasst alle namhaften und vergletscherten Berggruppen der Ostalpen, meist mit mehreren schönen Anstiegen. Neben bekannten Top-Routen finden sich auch bislang kaum bekannte Ziele. Den Schwerpunkt bilden die vergletscherten Zentralalpen vom Bergell bis zur Ankogel- und Goldberggruppe. In den »Paradegebieten« ergeben sich oft Möglichkeiten für die Aneinanderreihung einzelner Routen zu mehrtägigen Unternehmungen. Die Palette der beschriebenen Hochtouren reicht von einfachen Einsteigerrouuten bis zu kombinierten Fels-/Eis-Touren. Die aufwendige Ausstattung mit genauen Routenbeschreibungen, Kartenausschnitten und Farbfotos - zu jeder Tour auch mindestens ein Foto mit eingezeichneten Routen - hilft bei Planung und Durchführung.



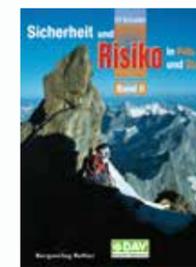
Franziska Röbner
Wandern mit Hund Südtirol
1. Auflage 2018
216 Seiten mit
169 Farbfotos
ISBN 978-3-7633-3085-0
16,90 Euro

Wanderglück auf vier Pfoten! Südtirol ist ein Wanderparadies für Menschen und Hunde: Abwechslungsreiche Pfade, schöne Wege und herrliche Almwiesen erfreuen Zwei- und Vierbeiner gleichermaßen. Das Rother Wanderbuch »Wandern mit Hund – Südtirol« stellt 51 Touren zwischen Reschenpass und den Sextener Dolomiten vor. Ob kleiner oder großer Hund, ob einfache Almwanderung oder anspruchsvolle Bergtour – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Die unterschiedlichen Anforderungen für Mensch und Hund sind separat gekennzeichnet, auf besondere Hindernisse wie Gittertreppen oder Stahltritte wird explizit hingewiesen. Hinweise, wo während der Almzeit mit Weidevieh und speziell mit Kühen zu rechnen ist, finden sich bei jeder Tour. Sehr nützlich für die Planung ist außerdem die Info, ob es ausreichend Trinkmöglichkeiten für Hunde gibt. GPS-Tracks stehen zum Download zur Verfügung.



Herbert Mayr
Allgäuer Wanderberge
6. Auflage 2017
176 Seiten mit
111 Farbfotos
ISBN 978-3-7633-3018-8
16,90 Euro

Blumenreiche Alpweiden, rauschende Wildbäche und tosende Wasserfälle, Steilgrasberge und wuchtige Felsburgen - das Allgäu ist ein beliebtes Ausflugs- und Urlaubsgebiet. Besonders reizvoll ist der Kontrast zwischen den saftigen Wiesen im Tal und den imposanten Felskulissen des Allgäuer Hauptkamms. Der Schwerpunkt liegt bei einfachen und mittelschweren Bergwanderungen, aber auch anspruchsvollere Gipfelziele sind in der Auswahl enthalten. So reicht die Palette von der familienfreundlichen Halbtageswanderung auf den Hirschberg im Bregenzerwald bis hin zu anspruchsvollen Bergtouren auf den höchsten Allgäuer Gipfel, den Großen Krottenkopf, auf die Mädelegabel und den Hochvogel. Jede Tour wird mit einer exakten Wegbeschreibung, einem Wanderkärtchen mit eingetragenen Routenverlauf und einem aussagekräftigen Höhenprofil präsentiert, samt Kurzinfo zu Ausgangspunkt, Anforderungen, Einkehrmöglichkeiten und vielem mehr.



Pit Schubert
Sicherheit und Risiko in Fels und Eis, Band II
4. Auflage 2018
320 Seiten mit 644 Farbfotos und Skizzen
ISBN 978-3-7633-6018-5
29,90 Euro

In drei Bänden beschreibt Pit Schubert Erlebnisse und Ergebnisse aus der alpinen Unfall- und Sicherheitsforschung und hat damit sicher schon viele Bergsteiger davor bewahrt, fatale Fehler zu begehen, für die andere zuvor oft mit ihrer Gesundheit oder gar ihrem Leben bezahlt haben. In Band II kommen insbesondere »Klettersteige« und alles, was damit in Zusammenhang steht, ausführlich zur Sprache – zusätzlich zu den Themen Wandern, Hochtouren und Klettern, die ebenfalls wieder einen hohen Stellenwert haben. Außerdem werden den Bergsteigern, Fels- und Eiskletterern Forschungsergebnisse des Sicherheitskreises des Deutschen Alpenvereins zugänglich gemacht. Pit Schuberts Credo ist: Aus Unfällen lernen. Er beschreibt viele außergewöhnliche, mitunter fast exotisch anmutende Unfälle, mit dem Ziel, andere von Ähnlichem abzuhalten.

**Deutscher Alpenverein
Sektion Offenbach a.M. e.V.**

1. Vorsitzender Thomas Vogel
1vorsitzender@dav-offenbach.de

Geschäftsstelle:

Oppelner Straße 10, 63071 Offenbach a/M
Tel.-Nr. 069 / 86 90 85, Fax-Nr. 069 / 85 09 07 85
info@dav-offenbach.de, www.dav-offenbach.de

neue Öffnungszeiten: 1.4.-31.10.2019, mittwochs 17-19 Uhr
Verleih von Ausrüstungsgegenständen und Büchern
außerhalb der Öffnungszeiten nach Rücksprache mit
Thomas Vogel 1vorsitzender@dav-offenbach.de

**Ein herzliches Willkommen
unseren neuen Mitgliedern** Stand 15.11.2018

Beli, Maria	Knies, Barbara
Bolley, Nino	Kurth, Lina
Brüggemann, Karl	Kurth, Andreas
Burkart, Hans	Kurth, Monica
Burkart, Ingrid	Kurth, Flynn
Czech-Kratz, Gerlinde	Lange, Saskia
Eberts, Thorsten	Dr. Linde, Nina
Eck, Greta	Macziek, Jana Sophie
Engel, Justus Immanual	Mancowski, Julia
Engel, Jens	Matern, Klaus
Engel, Clara Sophie	Mennekes, Nils
Engel, Frieda Jette Maria	Motorja-Niedernhuber, Ludmilla
Engel, Ulrike Christina	Müller, Theresa
Euler, Niklas	Niedernhuber, Alexander-Constantin
Fohgrub, Mia	Niedernhuber, Martin
Friedhoff, Judith	Schaller, Christian
Haneck, Susanne	Scheithauer, Nicole
Heuser, Julian	Scheithauer, Michael
Hewlett, Vayda-May	Schwarz, Esther
Höbelheinrich, Julia	Steigleder, Carsten
Horch, Thilo	Stock, Tobias
Huber, Stephan	Tömördi, Janos
Janssen, Amelie	Volp, Larissa Emma
Jaskulski, Lisa	Von Dahlen, Line
Karges, Thomas	Wesner, Marcus
Karges, Rita	Wißbach, Petra

**Wir gratulieren unseren
Geburtstagskindern des
2. Halbjahres 2018** insbesondere zum

94. Geburtstag:

Lieselotte Schäfer

93. Geburtstag:

Ilse Stroh

92. Geburtstag:

Irene Polenz

Harry Müller

91. Geburtstag:

Elfriede Schilde

Rosemarie Strunk

Gerhard Höf

89. Geburtstag:

Karl Kaiser

Klaus Klössmann

Günter Zinkand

Lieselotte Woznik

88. Geburtstag:

Werner Rauch

Wolfgang Nufer

Margaretha Jung

87. Geburtstag:

Ludwig Weigand

Heinz Quaizer

Helmut Seibt

86. Geburtstag:

Willi Jakobi

Lienhard Künzel

85. Geburtstag:

Werner Noack

Dr. Otto Zwick

Erwin Zimmermann

Albert Reining

Günther Walter

84. Geburtstag:

Hans Maith

Georg Schickedanz

Heinrich Albert

83. Geburtstag:

Horst Hardt

Manfred Eck

Susy Müller

Wolfgang Fischer

Günter Pointner

Paul Sturm

Ingrid Hayn

Kurt Schmidt

Günter Schnellbächer

82. Geburtstag:

Franz Brückmann

Anita Schwarz

Karl-Heinz Fey

Renate Hartmann

Michael Rommel

Günter Nigel

Helene Bauer

Olga Fey

81. Geburtstag:

Annerose Bär

Volker Kern

Anni Lehmann

Hannelore Weigand

Felicitas Schnellbächer

Ulf Reichelt

Dr. Klaus Lotz

Wilhelm Schmidt

Michael Poeschel

80. Geburtstag:

Oskar Büttner

Manfred Brückner

**Wir trauern um unsere
verstorbenen Mitglieder**

Weigmann, Renate
90 Jahre, Mitglied seit 1942

