

# Naturfreund

Magazin für Freizeit und Umwelt

115. Jahrgang 4/2022

STEIERMARK-  
AUSGABE



SEITE 32-47



Lohnende Ausflugsziele:

## Die Hütten & Häuser der Naturfreunde

Seite 6  
Schöne Herbst-  
wanderungen

Seite 10  
Projekt  
„Respect Nature“

Seite 18  
Sternenfotografie



# DAS STÄRKSTE: DACH UND SOLARKRAFTWERK IN EINEM.

[WWW.PREFA.SOLAR](http://WWW.PREFA.SOLAR)

**JETZT 200,-  
GUTSCHRIFT  
SICHERN**

für aktive  
Naturfreunde  
Mitglieder



\* Bei der Farbgarantie handelt es sich um eine Garantie der P.10 Lackoberfläche gegen Absplittern und Blasenbildung unter den im Garantiezertifikat genannten Bedingungen.



## DAS ERSTE DACH, DAS DIE KRAFT DER SONNE VOLLFLÄCHIG NUTZT.

Die Weltneuheit PREFA Solar ist Dach und Solarkraftwerk in einem und die Antwort auf herausfordernde Zeiten. Denn mit der zukunftsweisenden, nachhaltigen, extrem widerstandsfähigen und zugleich optisch äußerst eleganten Technologie made in Austria erzeugen Hausbesitzer ihren eigenen Strom und machen sich so komplett unabhängig. Was noch alles dafür spricht? Werfen Sie einen Blick auf unsere Website. Gewinnen Sie einen umfangreichen Einblick unter [www.prefa.solar](http://www.prefa.solar).



# PREFA SOLAR

# Mit Menschen und Ressourcen achtsam umgehen



Sport und gemeinsame Aktivitäten lassen Nähe und einen freundschaftlichen Umgang miteinander entstehen, und das ist auch gut so. Um körperliche und emotionale Grenzüberschreitungen – insbesondere bei Kindern und Jugendlichen – zu vermeiden, fördert die Naturfreundejugend in ihrem Wirkungsbereich eine Kultur der Aufmerksamkeit und des verantwortungsvollen Handelns. Maßnahmen zur Prävention von – vor allem sexualisierter – Gewalt tragen dazu bei, dass sich die Mädchen und Burschen bei den Veranstaltungen der Naturfreunde wohl und sicher fühlen können.

Die Naturfreunde verstehen sich als multikulturelle Organisation. Die Integration von Menschen unterschiedlichster Kultur, Religion oder ethnischer Herkunft und der Abbau von Vorurteilen sind uns ein wichtiges Anliegen. Wir wollen einen solidarischen Beitrag für ein friedliches Miteinander leisten. Durch die Teilnahme am Vereinsgeschehen etwa können Menschen, die aus ihrer Heimat fliehen mussten, einige Stunden Ablenkung erleben. Wir reichen Flüchtlingen die Hand, wie es in unserem seit 1895 bestehenden Logo abgebildet ist, und bedanken uns herzlich bei den zahlreichen Naturfreunde-Ortsgruppen, die im Rahmen der Betreuung und Integration von Flüchtlingen einen wertvollen Beitrag leisten.

Niemand kann es zurzeit abschätzen, wie sich die momentane Energiekrise weiter auswirken wird. Auf den sinnvollen Einsatz unserer Ressourcen sollten wir jedoch immer achten. Alleine durch die Einführung der digitalen Mitgliedschaft konnten die Naturfreunde seit 2021 bereits rund 1 Tonne Papier und somit ca. 1 Tonne CO<sub>2</sub>-Emissionen sowie 20.500 Liter Wasser einsparen. Auf Seite 14 findest du einen interessanten Artikel mit Tipps für einen ressourcenschonenden Alltag.

Die Naturfreunde sind auch im heurigen Herbst wieder bei zahlreichen Events vertreten. So betreuen unsere Schitouren-Guides vom 18. bis 20. November 2022 am Kitzsteinhorn die Touren des Bergwelten-Skitouren-Festivals, und auf der vom 12. und 13. November 2022 in Vösendorf stattfindenden Photo+Adventure erwarten dich die Naturfreunde mit einem großen Infostand, der sogar einen tollen Bike-Parcours bietet. Viele weitere Aktivitäten findest du wie immer auf naturfreunde.at.

Wir wünschen dir einen schönen, erlebnisreichen und sportlich aktiven Herbst!

**Günter Abraham**

Bundesgeschäftsführer der Naturfreunde Österreich

## INHALT

Naturfreund 4/2022

### Themen & Storys

Vier leichte Flowtrails	4
Herbstwanderungen im Osten Österreichs	6
Umwelt: Projekt „Respect Nature“	10
Nachhaltig am Berg: Naturfreunde-Hütten	12
Umwelt: Tipps für einen ressourcenschonenden Alltag	14

### Service & News

Naturfreunde-Bonusmitgliedschaft	9
Fotobundesmeisterschaft 2022	16
Sternenfotografie	18
Aktuelles, Impressum	21, 28

Reisen & Kurse 24

Steiermark-Ausgabe 32







WEITERE TRAILS UND TOUREN  
AUF **tourenportal.at!**

# Rasante Abfahrten ohne Wurzeln und Steine

**Österreich** ■ Ein genussvoller Flow macht richtig Spaß, auch Anfängerinnen und Anfängern!  
Im Folgenden vier leichte Flowtrails, die du auch mit Öffis gut erreichen kannst.

*Text: Mag. Peter Gebetsberger, Sportmanagement und Abteilungsleiter Radsport bei den Naturfreunden Österreich, Fotos: Martin Hofmann, Region Villach Tourismus GmbH*



## 1 Flowgartner & Lowgartner Trail (Kärnten)

Eine umfunktionierte Schipiste dient nunmehr Bikerinnen und Bikern als Spielwiese. Man hat hier eine herrliche Aussicht auf den Faaker See und jede Menge Spaß. Der mittelschwere Flowgartner Trail startet beim Baumgartnerhof und mündet in den leichten Lowgartner Trail, der sowohl für Einsteiger\*innen als auch für Fortgeschrittene bestens geeignet ist. Der Einstieg dieses Trails befindet sich beim Parkplatz Baumgartnerhof und führt durch den Wald hinunter bis zur Abzweigung Outschena bzw. Baumgartnerhof. Mit der Bahn (Bahnhof Faak am See) erreichbar



**Start:** Baumgartnerhof  
**Schwierigkeit:** ■■■ bzw. ■■  
**Strecken:** 2,2 km, Dauer: 10 Min.;  
1 km, Dauer: 10 Min.

## 2 Steinberg-Line by FOX (Salzburg)

Flüssige Line für alle Könnenstufen. Ausgehend von der Steinbergbahn-Bergstation schlängelt sich diese Flow Line mit einem Durchschnittsgefälle von ca. 9 % und vielen Anliegern und Kurven durch den Wald Richtung Steinbergbahn-Talstation. Obwohl dieser Trail als leicht angeführt wird, wird folgende Schutzausrüstung empfohlen: Integralhelm ist Pflicht, Protektorenjacke, Handschuhe, Knieschoner und Nackenschutz sind optional. Im Bikepark Leogang gibt es auch einen Riders Playground zum Üben. Mit der Bahn (Bahnhof Saalfelden oder Leogang) erreichbar



**Start:** Steinbergbahn-Bergstation  
**Schwierigkeit:** ■■  
**Strecke:** 8,3 km, Dauer: 31 Min.

## 3 Wexl Flowtrail (Niederösterreich)

Ob begeisterte Freerider\*innen, E-MTB-Fans oder motivierte Kids ab 6 Jahren – dieser wurzelfreie Flowtrail mit lässigen Anliegern zaubert allen einen Grinsen ins Gesicht. Frei nach dem Motto „surfin' trails“. Entlang der Strecke hast du immer wieder Rastmöglichkeiten und Ausweichstellen, damit du neben dem Heidelbeernaschen auch noch die Aussicht genießen kannst. Mit Bahn und Bus erreichbar



**Start:** Speicherteich St. Corona am Wechsel  
**Schwierigkeit:** ■■  
**Strecke:** 2,5 km, Dauer: 18 Min.

## 4 Flowline „Tschengla unchained“ (Vorarlberg)

Mit vielen Anliegern und Wellen ist dieser Flowtrail im Bikepark Brandnertal ideal für Einsteiger\*innen. Optionale Wallrides, Northshores sowie kleine Sprünge machen ihn auch zu einer Spaßstrecke für fortgeschrittene Rider\*innen. Bei der Talstation der Einhornbahn II findest du auch einen (Kids-)MTB-Playground zum Üben. Den Bikepark Brandnertal erreicht man vom Bahnhof in Bludenz aus mit der Linie 81, und von Tschengla oder Bürserberg aus kann man mit dem Lift zum Trail gelangen.



**Start:** Bergstation der Einhornbahn II, Bürserberg  
**Schwierigkeitsgrad:** ■■  
**Strecke:** ca. 3,5 km, Dauer: 10 Min.



**Österreich** ■  
Naturlandschaften mit  
anderen Augen sehen  
und das Ferne in der  
Nähe entdecken – dazu  
inspirieren Eva Grubers  
Wanderbücher. In  
diesem Artikel stellt sie  
drei Wanderungen im  
Osten Österreichs vor.

Text und Fotos:  
Eva Gruber, Buchautorin



# Wildes Wasser, herrliche Ausb

## Schneealpe: auf den Windberg

Es ist einer jener Herbsttage, an denen ein Nebelmeer die Täler verhüllt und man auf den Bergen „über den Wolken“ ist. Dieses Privileg erlebe ich auf der Schneealpe und bejuble es schon beim Aussteigen auf dem Parkplatz Kohlebnerstand (1450 m).

Über acht Kehren wandere ich auf einem geschotterten Fahrweg mit schönen Rax-Blicken dahin und sodann zwischen Latschenfeldern und Dolinen zu einem topfebenen Höhepunkt: zur Schneealpe (= Schneealm). Wie ein Bild erhab-

ner Stille liegt hier auf ca. 1700 Metern eine etwa zwei Kilometer weite Alm, eingebettet zwischen sechs Bergkuppen. Ihre weite Ebene, ihre Kargheit, ihre nunmehr herbstlich-dürre Grasdecke erinnern mich an Bilder mongolischer Steppen. Das Goldblond des Almbodens zieren mehrere, an diesem wolkenlosen Tag saphirblau schimmernde Punkte – mit Wasser gefüllte Dolinen. Tief unter ihnen birgt das Berginnere einen wahren Schatz: reines Quellwasser, das von Neuberg in einem rund zehn Kilometer langen Tunnel zur 1. Wiener Hochquellenleitung fließt. Von der Alm führt der Panoramaweg Nr. 445 relativ flach zum Schneealpenhaus (1788 m), das bis Ende Oktober geöffnet ist. Nun geht es in westliche Richtung auf dem Nordalpenweg bis zur Rinnhofer- und Michlbauerhütte, wo

der Anstieg zum Windberg (1903 m) beginnt, dem höchsten der drei Gipfel der Schneealpe. Seine Südwestflanke prägt weißer, großteils zu Schutt geborstener oder zerklüfteter Karst – eine alpine Mondlandschaft, in der einzelne Schneeflecke mitunter das ganze Jahr nicht schmelzen. Vom Gipfel öffnet sich ein großartiger Rundumblick auf Veitsch, Hochschwab, Dürrenstein, Ötscher, Göller, Gippel, Obersberg, Unterberg, Schneeberg, Rax, Stuhleck etc. Nach einem Schwenk über das Schneealpenhaus biege ich am Almboden in den Panoramaweg ein und folge ab dem Kinderbündle meiner Aufstiegsroute retour.

**Schwierigkeit:** ■■■■

**Routeninfo:** ca. 3,5 Std./9,8 km/  
500 Hm ↑

[muerzeroberland.at](http://muerzeroberland.at)

“  
**Vom Gipfel des Windbergs  
öffnet sich ein großartiger  
Rundumblick!**





Am Windberg auf dem Rückweg nach Westen ins Steirische blickend (Bild links). Auf dem „Wasserleitungsweg“ zwischen Baden und Mödling erwarten einen im Herbst pralle Weintrauben und eine traumhafte Blattfärbung.

# licke, farbenfrohe Rieden

## Auf dem Wasserleitungsweg von Baden nach Mödling

An einem sonnigen Oktobertag zieht es mich in die Thermenregion zwischen Baden und Mödling – denn hier bin ich mitten in Weinkulturen und zugleich dem Wasser nahe, weil diese Wanderung auf dem „1. Wiener Wasserleitungsweg“ verläuft. Ausgangspunkt meines Ausflugs ist der Bahnhof Baden. Ich spaziere durch das Zentrum von Baden zum Kurpark, in dem man auf der Höhe des Beethoven-Tempels auf den „Wasserleitungsweg“ trifft.

Nach Baden liegt die Landschaft in leuchtendem Rot und Gelb vor mir. Sie durchwandernd – mal entlang der Breit-, mal entlang der Längsseiten der Rieden – ist mir, als ginge ich durch ein gigantisches abstraktes Gemälde, auf dem die von Hellgelb bis zu Braunrot reichenden Farbzeilen mit einer Latte oder Spachtel aufgebracht

wurden. Wie Silberhaar schimmern da und dort im Gegenlicht Altweibersommerfäden, die vom leisesten Hauch langsam schlingernd durch die Luft getragen werden, bis sie sich an einem Halm, Busch oder Weinstock verfangen, ehe sie erneut erfasst werden. Das Festliche der Landschaft, das Himmelsblau, die Wärme und die Rieden, die der Hangneigung folgend, oft eine leichte Schräglage haben – als hätten sie ein Achterl zu viel erwischt –, all das macht mich beschwingt, ganz ohne Wein. Hier, wo heranwächst, was mit „fruchtiger Säure“, „feiner Blumigkeit“ und „goldenem Schimmer“ zum Genuss lockt, kann man sich in Buschenschenken bei einer Weingartenpfirsichbowle oder einem Sturm herrlich bacchantisch der Feier des Augenblicks hingeben, ganz im Sinne des Liedes

„Es wird a Wein sein, und wir wern nimma sein ...“. Tatsächlich ist die Geschichte des örtlichen Weinbaus von Dauer: Sie begann vor mehr als 2000 Jahren, als die Römer hier erste Reben pflanzten.

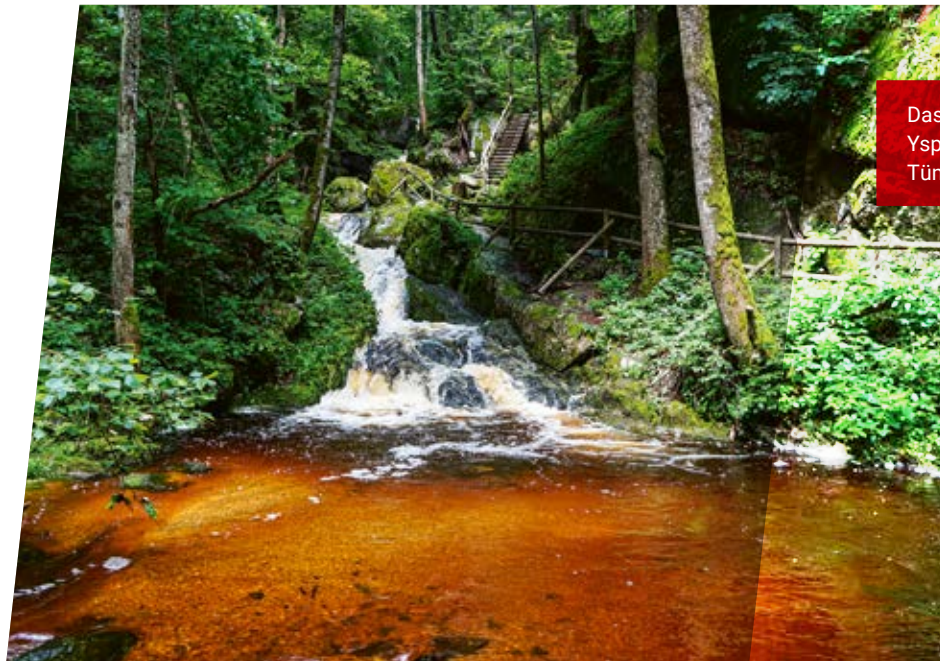
Nach dem äußerst romantischen Weinort Gumpoldskirchen geleitet einen der „Wasserleitungsweg“ weiter nach Mödling, vorbei am Freigut Thallern, einem Weingut des Stiftes Heiligenkreuz, an der Weingartenkapelle in Guntramsdorf und am Eichkogel mit seinen Halbtrockenrasen und Flaumeichenbeständen.

**Schwierigkeit:** ■■

**Routeninfo:** ca. 3,75 Std./  
14 km/100 Hm ↑

[wien.at](#) > [Umwelt & Klimaschutz](#) >  
[Wiener Wasser](#) > [Bildung und Freizeit](#) > [Wasserwanderweg](#)





Das Wasser der Großen Ysper leuchtet in den Tümpeln intensiv rostrot.

## Ysperklamm und Druidenweg

Immer wieder, zumal nach heftigen Regenfällen, lockt mich die Ysperklamm: eine zwei Kilometer lange, dank Aufstiegshilfen ganzjährig begehbare wilde Schlucht, durch die sich die Große Ysper in Kaska-

den und imposanten Wasserfällen rund 300 Höhenmeter durch das größte geschlossene Waldgebiet Österreichs, den Weinsberger Wald, hinabstürzt.

Unter dem Holzportal in der Form einer altnordischen Rune namens „Mannaz“ (= Mann/Mensch) betrete ich die Klamm und bin sofort begeistert: Gischtend und rauschend ergießt sich der Bach – oft über hohe Stufen frei fallend – zwischen Felsblöcken talwärts. In Tümpeln verlangsamt sich sein Wasser und schimmert dank des hohen Gehalts an Eisen und Huminsäuren im Boden intensiv rostrot. Bemooste Granitblöcke, kleine und wohnwagengroße, sowie Baumstämme liegen im Bachbett und in der Schlucht. Ab dem Rastplatz, bei dem die Obere Klamm beginnt, wird es steiler. Eine fast durchgehende Steiganlage führt nun nahe einer Folge ohrenbetäubender Wasserfälle bergan bis zum Ende der Klamm.

Ab hier folge ich dem markierten Druidenweg (Weg 31) in ein Reich der Stille – zu dem, was man als Keltenkultstätten propagiert: die Phantasie anregende, mystisch wirkende Steininformationen, die „Phallus und Vulva“, „Sitzender

Hund“ und „Sphinx“ getauft wurden. Diese Steine sind die wollsackverwitterten Reste uralter Gipfel des Variszischen Gebirges, das sich erhob, als Gondwana und Laurussia vor 420 bis 250 Millionen Jahren kollidierten.

Der Weg geleitet mich zu einem weiten von Steinen übersäten Platz im Wald. Man sagt, hier hätten keltische Druiden von 450 bis 350 vor Christus ihre Riten zelebriert. Gewiss ist jedenfalls, dass dem märchenhaft gelegenen Druidentreffpunkt eine mystische Aura anhaftet.

Neben der Keltenmystik sind auch die Schalensteine – kreisrunde Vertiefungen im Fels mit fraglicher Entstehungsgeschichte – rätselhaft. 1500 Schalen hat man im Waldviertel gezählt. Im Weinsberger Wald steht eine Schale senkrecht, die „Große Schale“ enthält auch im trockensten Sommer Wasser, und auf dem „Böndel“ sind 13 Schalensteine kreisförmig angeordnet.

Danach steige ich auf zum aussichtsreich gelegenen Kaltenbergkreuz, nehme dort den Steilabstieg (kann man auf dem Forstweg umgehen) hinunter zur Kaltenbergstraße und erreiche über das Gut Wim die Klammstraße, auf der ich 650 Meter zu meinem Auto am Parkplatz spaziere. ■

**Schwierigkeit:** ■■■■

**Routeninfo:** ca. 4 Std./11 km/500 Hm ↑ (nur Klamm hin & retour: 2 Std./4 km/300 Hm ↑)  
Die Betreiber raten, die Klamm nur bergan zu begehen.

[ysperklamm.info](http://ysperklamm.info)



### Buchtipp

Eva Gruber  
**Stille Wasser, weite Berge,  
goldener Wein**  
Wanderungen im Osten Österreichs

Paperback, 192 Seiten mit zahlreichen Farbabbildungen, GPS-Daten, Skizzen und Beschreibungen der Routen, Styria-Verlag, ISBN 978-3-222-13682-5, 23 €

In 24 sorgfältig ausgewählten landschaftlich herausragenden Wanderungen zu Wein, Wasser und Berg im Osten Österreichs zeigt Eva Gruber beeindruckende Naturerlebnisse im Osten Österreichs: rauschende Wasserfälle, bemooste Felsen, mystische Wälder und herbstgoldene Weinberge. Mit anregenden Ausflugstipps und Wegbeschreibungen erzählt sie über das, was sonst in Wanderbüchern kaum zu finden ist: über die einfühlsame Begegnung mit der Natur, der Landschaft, aber auch mit Kultur und Geschichte – über all das, was Wanderungen zu einzigartigen Erlebnissen macht.



# Bonus für neue Mitglieder

**Aktuell** ■ Willst du ein Mitglied der Naturfreunde werden? Wenn du jetzt für 2023 eine Bonusmitgliedschaft eingehst, werden dir die Beiträge für die restlichen Monate des heurigen Jahres geschenkt.

*Text: Peter Emrich, Abteilung für Öffentlichkeitsarbeit, Marketing & Pressebetreuung der Naturfreunde Österreich, Foto: Sven Posch*

Für eine Naturfreunde-Mitgliedschaft gibt es sehr viele gute Gründe. Besonders toll ist es, dass die Prämie für unsere weltweit gültige Freizeit-Unfallversicherung

bereits im Mitgliedsbeitrag inkludiert ist. Die Versicherung deckt u. a. Bergungs- und Rückholkosten ab und bietet eine Haftpflichtversicherung.

Als Naturfreunde-Mitglied kannst du viele fundierte Kurse und Trainings absolvieren: etwa in unseren alpinen Ausbildungszentren und Kletterhallen in den Bereichen Bergsteigen, Sportklettern, Wildwasser- und Schneesport.

In Hütten kannst du als Mitglied vergünstigt übernachten. Kinder und Jugendliche können im Rahmen unserer spannenden Ferien camps, Ski- und Snowboardkurse sowie Umweltprojekte viele unvergessliche Abenteuer erleben.

Das Naturfreunde-Tourenportal bietet dir die Möglichkeit, Touren auf deinem Computer bzw. Handy zu planen. In diesem Portal stehen

auch Tausende Routenbeschreibungen. Mitglieder erhalten für die Benützung des Tourenportals Ermäßigungen.

In unserem Magazin „Naturfreund“ und in der „Murmelpost“ der Naturfreundejugend sind viele Ideen für die Freizeit- und Urlaubsgestaltung nachzulesen.

Im Webshop der Naturfreunde findest du hochwertige Produkte zum Mitglieder-Sonderpreis.

Als Naturfreunde-Mitglied bist du Teil einer großen Umweltbewegung. Die Naturfreunde engagieren sich in Sachen Natur- und Klimaschutz und achten auch auf die sozialen Aspekte. Wenn du dich für eine digitale Mitgliedschaft entscheidest, bekommst du von uns alle Informationen und Publikationen ausschließlich digital. ■



## GUNTAMATIC EVOLUTION

Die Sensation unter den Heizungen!

Guntamatic setzt mit einer bahnbrechenden Wohnraum-Hybridtechnologie neue Heizungsmaßstäbe. Das innovative Konzept verbindet die Vorteile einer komfortablen und energiesparenden Luftwärmepumpe mit der hohen Effizienz einer Biomassefeuerung bei tieferen Minusgraden. Gleichermassen sorgt das sich automatisch einschaltende Kaminfeuer für besondere Behaglichkeit und Entspannung. Natürlich bietet das System EVO auch perfekten App-Bedienkomfort, kann auf Wunsch überschüssige Photovoltaikenergie speichern und ist smart-grid-tauglich.

Qualitätshybridsysteme, -pelletkessel und -holzheizungen von Guntamatic werden nachhaltig in Österreich produziert und sind zu fairen Preisen erhältlich. Sie stehen für 5-Sterne-Kundenzufriedenheit, niedrigste Betriebskosten und geringsten Verbrauch.

Weitere Infos: [office@guntamatic.com](mailto:office@guntamatic.com), [guntamatic.com](http://guntamatic.com)



# GUNTAMATIC



# Für ein respektvolles Naturverständnis

**Umwelt** ■ Das 2021 gestartete fünfjährige Projekt „Respect Nature“ der Naturfreunde in Kooperation mit den Österreichischen Bundesforsten widmet sich auch heuer dem Thema „Fair Play in der Natur“.

Text: DI<sup>n</sup> Regina Hrbek, Leiterin der Abteilung Natur-, Umweltschutz und Hüttenmanagement der Naturfreunde Österreich, Fotos: Doris Winder, Adobe Stock, Carina Fritz

Mit dem Projekt „Respect Nature“ soll ein konstruktiver Beitrag zu einer naturverträglichen Erholungsnutzung geleistet werden. Um möglichst viele Menschen zu erreichen, startete man im vergangenen Jahr unter „#WeRespectNature“ auf Instagram und Facebook drei bewusstseinsbildende Kampagnen; heuer wurde eine cool gestaltete interaktive Wanderkarte erstellt, über die mit vielen Tipps, Infos und Quizfragen spielerisch ein respektvoller Umgang mit Natur und Mensch thematisiert wird; mehr darüber auf [umwelt.naturfreunde.at/respect-nature](http://umwelt.naturfreunde.at/respect-nature).

## Modellregion im Forstrevier Mürzzuschlag der Bundesforste

Neben Aktionen zur Bewusstseinsbildung mit humorvoller Aufbereitung von Dos und Don'ts sind auch regionale Pilotprojekte geplant, in deren Rahmen gemeinsam mit Grundbesitzerinnen und -besitzern konkrete Lösungsansätze für die in der Region vorherrschenden Konfliktfelder entwickelt werden. Die erste Modellregion ist das Forstrevier der ÖBf in Mürzzuschlag. Dieses Gebiet wurde deswegen ausgesucht, weil es hier viele ganz unterschiedliche Nutzungsansprüche an die Natur gibt. Man hat



Regina Hrbek, die Umweltexpertin der Naturfreunde Österreich, setzt sich schon seit Jahren für ein gutes Miteinander am Berg ein.

Winter- und Sommertourismus, den Windpark Pretul, Lebensräume des Birkwilds und viele Almweiden. Vor allem das Stuhleck und die Pretul sind beliebte Ausflugsziele. Die Besucherfrequenz hat sich während der Corona-Pandemie und auch wegen des E-Bike-Booms deutlich erhöht, mancherorts sogar verdreifacht. Gemeinsam mit den Österreichischen Bundesforsten wurde ein Katalog von bewusstseinsbildenden Maßnahmen erarbeitet, an deren Umsetzung mit den Naturfreunde-Ortsgruppen Spital am Semmering, Ratten, Hönigsberg und Mürzzuschlag schon begonnen wurde. Die Naturfreunde-Ortsgruppe Spital etwa hat in der Volksschule bereits einiges zum Thema „Müll in der Natur“ gemacht und möchte sich auch weiterhin auf Aktivitäten mit Kindern fokussieren. Im Herbst werden die

Naturfreunde und die ÖBf zu einer Gesprächsrunde mit möglichst vielen Stakeholderinnen und Stakeholdern aus der ganzen Region einladen, in der man Vorschläge für ein gutes Miteinander sammelt und diskutiert.

Darüber hinaus ist ein digitales Routenmanagement angedacht. Die meisten Erholungsuchenden informieren sich nämlich vor einer Bergtour über einschlägige Internet-Plattformen. Man erfährt hier allerdings nicht, ob die beschriebenen Routen auf legalen Wegen verlaufen und ob es etwa aus forstwirtschaftlichen Gründen Wegesperren gibt. Die Naturfreunde arbeiten daher daran, dass illegale Routen aus Tourenportalen entfernt und aktuelle Informationen aufgenommen werden.

## Für jeden Rucksack ein „Zrucksacker!“

Ein zentrales Thema des Projekts „Respect Nature“ ist die Müllvermeidung. Mit dem Plakat „Du kommst für einen Tag, dein Müll bleibt viele Jahre“ möchten die Naturfreunde Erholungsuchende zu einem nachhaltigen Aufenthalt in der Natur motivieren. Mit diesem Sujet wurden auch robuste langlebige Schilder angefertigt, die seit Mai



**Kein Müll in der Natur: Was man auf den Berg hinauftragen kann, kann man auch hinuntertragen!**





In das praktische „Zrucksackerl“ der Naturfreunde passt sehr viel Müll rein; es sollte in keinem Rucksack fehlen!

2022 an jeder Naturfreunde-Hütte angebracht sind. Für alle Menschen, die in der Natur unterwegs sind, soll es selbstverständlich sein bzw. werden, ihren Müll mit nach Hause zu nehmen. Bei den Naturfreunden gibt es schon seit Langem die Regel, dass Abfälle nicht in der Natur weggeworfen und auch nicht in Hütten abgegeben werden sollen. Das Motto lautet: Was man auf den Berg hinauftragen kann, kann man auch hinuntertragen! – Am besten in einem „Zrucksackerl“ der Naturfreunde Österreich, einem aus

recyceltem Kunststoff produzierten verschließbaren Müllsack für den Rucksack, der besonders reißfest und daher auch für scharfkantige Gegenstände geeignet ist. Wenn der Müllsack richtig verschlossen wird, kann keine Flüssigkeit auslaufen. Nach Verwendung reinigt man ihn ganz leicht mit warmem Wasser und etwas Geschirrspülmittel und lässt ihn trocknen. Ein „Zrucksackerl“ sollte in keinem Rucksack fehlen!

Die erste Auflage des „Zrucksackerls“ war im Mai innerhalb

kürzester Zeit vergriffen. Daher haben sich die Naturfreunde dazu entschlossen, im Herbst eine zweite Charge herstellen zu lassen.

Jedes Naturfreunde-Mitglied kann ein „Zrucksackerl“ gratis bekommen. Nichtmitglieder können den Müllsack um 10 Euro (inkl. Porto) beziehen. Bestellungen nur solange der Vorrat reicht. ■

#### Weitere Infos:

[umwelt.naturfreunde.at/respect-nature](http://umwelt.naturfreunde.at/respect-nature)

**Bye Bye CO<sub>2</sub>!**  
Sonne statt Kohlendioxid

**ORF**  
WIE WIR.

Mehr über Klima und Energie unter:

[www.muttererde.at](http://www.muttererde.at)



**MUTTER  
ERDE**

MUTTER ERDE dankt:





# Nachhaltig am Berg

**Umwelt** ■ Naturfreunde-Hütten bieten Wanderinnen und Wanderern nicht nur Schutz vor alpinen Gefahren, sondern sind auch ein Vorbild für nachhaltiges Wirtschaften.

Text: DI<sup>in</sup> Regina Hrbek, Leiterin der Abteilung Natur-, Umweltschutz und Hüttenmanagement der Naturfreunde Österreich, Fotos: Alfred Leitgeb

Viele Hütten der Naturfreunde Österreich liegen in Nationalparks, Naturschutzgebieten und ökologisch sensiblen alpinen Regionen. Zu den wichtigsten Aufgaben der Naturfreunde zählen daher die Modernisierung und der umweltverträgliche Betrieb dieser Hütten.

## Ökologisierung von Naturfreunde-Hütten

In den letzten Jahren setzten die Naturfreunde im Hüttenbau Meilensteine. Das Hofgasteinerhaus auf der Schlossalm und das Naturfreundehaus Knofeleben am Schneeberg beispielsweise wurden in zeitgemäßer Architektur neu errichtet; das

Traunsteinhaus und das Schobersteinhaus in Oberösterreich wurden saniert und teilweise neu gebaut. Viele andere Hütten und Häuser, etwa die Johann-Waller-Hütte in der Steiermark, wurden mit umfassenden Renovierungs- und Verbesserungsmaßnahmen modernisiert und auf einen herzeigbaren ökologischen Standard gebracht. Auch im Bereich der umweltgerechten Abwasserentsorgung wurde schon viel getan: Die Bregenzer Hütte etwa bekam eine neue vollbiologische Kläranlage, und die Traisnerhütte wird noch heuer an den öffentlichen Kanal angeschlossen. Diese Maßnahmen sind alle sehr kostenintensiv.

## Naturfreunde setzen auf regionale und saisonale Lebensmittel

Eine österreichweite Umfrage ergab, dass 90 Prozent der Naturfreunde-Hüttenwirtinnen und -wirte ihr Fleisch regional beziehen, also in einem Umkreis von 100 km. 82 Prozent verwenden Obst und Gemüse aus der Region. 97 Prozent kochen und backen mit saisonalen Lebensmitteln wie Pilzen, Kürbis, Bärlauch sowie Beeren und Marillen. Frische Milchprodukte kommen in 81 Prozent der Naturfreunde-Hütten zum Einsatz; nur Hütten in exponierter Lage müssen sich mit Haltbarmilch behelfen. Rund 50 Prozent der Hüttenbewirtschafter\*innen bevorzugen biologische Lebens-





Die Traisnerhütte (linkes Foto) und das Höllensteinhaus wurden mit dem Österreichischen Umweltzeichen zertifiziert.

mittel; vor allem bei Milchprodukten, Obst und Gemüse wird großer Wert auf biologische Herkunft gelegt. In einem Viertel der Naturfreunde-Hütten werden ausschließlich Bio-Eier und in 50 Prozent der Hütten Eier aus Freilandhaltung verarbeitet. Auf Eipulver wird überall verzichtet.

## “ Die Naturfreunde modernisieren laufend ihre Hütten und streben einen hohen ökologischen Standard an.

Ein Geheimtipp ist das Gauertalhaus in Vorarlberg, deren Pächter in Tschagguns auch den Biobauernhof „Kristahof“ führen: Im Gauertalhaus werden ausnahmslos Köstlichkeiten aus der heimischen Bioküche serviert. Das Gauertalhaus ist mit dem Gütesiegel „LACON“ biozertifiziert, das heißt, alle Speisen und Getränke bestehen zu 100 Prozent aus biologischen Zutaten.

### Österreichisches Umweltzeichen für Schutzhütten

Die Naturfreunde versuchen, die Bewirtschafter\*innen ihrer Hütten und Häuser dazu zu motivieren, die Zertifizierung mit dem Österreichischen Umweltzeichen für Tourismus anzustreben. Dieses Gütesiegel wurde im Jahr 1996 geschaffen, um umweltbewusstes Management und soziales Handeln eines Unternehmens nach außen zu demonstrieren. Anhand eines umfassenden Kriterienkatalogs wird ein Betrieb in den folgenden Bereichen beurteilt: allgemeine Betriebsführung, Umweltmanagement, Energie, Wasser, Abfall, Luft, Lärm, Büro, Reinigung, Chemie, Hygiene, Bauen und Wohnen, Ausstattung, Lebensmittel, Küche, Verkehr und Außenbereich.

Die verpflichtenden Grundlagen sind in den Muss-Kriterien dargestellt. Mit wählbaren Soll-Kriterien wird auf die spezifische Betriebs-situation wie Größe, Angebot, Ausstattung oder Lage eingegangen. Außerdem werden Besonderheiten honoriert, etwa die ausschließliche Verwendung von Biolebensmitteln, spezielle Angebote für die Gäste oder die Einrichtung nach baubiologischen Grundsätzen.

Folgende Naturfreunde-Hütten sind bereits seit Jahren Träger des Österreichischen Umweltzeichens:

- Gföhlberghütte,
- Schutzhäuser Hochanger,
- Höllensteinhaus,
- Naturfreundehaus Knofeleben,
- Rohrauerhaus,
- Traisnerhütte.

Für das Buchsteinhaus, das Leopold-Happisch-Haus, das Tauplitzhäuser und das Traunsteinhaus wird gerade an der Zertifizierung gearbeitet.

Mit dem Österreichischen Umweltzeichen für Schutzhütten wollen die Naturfreunde ihre Hütten vor den Vorhang bitten und zeigen, dass auch bei Schutzhütten Ökologie und Ökonomie sehr gut miteinander vereinbar sind. In den kommenden Jahren werden die Naturfreunde die Standards ihrer Hütten weiter verbessern, damit noch mehr Hütten das Österreichische Umweltzeichen verliehen bekommen. ■

Die Naturfreunde-Hütten freuen sich auf deinen Besuch! **Weitere Infos:** naturfreunde-huetten.at

# Gut leben und wenig verbrauchen

**Jugend/Umwelt** ■ Der ökologische Fußabdruck ist bei Menschen in wohlhabenden Ländern besonders groß. DIE UMWELTBERATUNG hat einige Tipps für einen ressourcenschonenden Alltag zusammengestellt.

Text: Daniela Einsiedler und Helene Pattermann, Ressourcenexpertinnen von DIE UMWELTBERATUNG,

Fotos: DIE UMWELTBERATUNG/Monika Kupka, Getty Images

## Reparieren: Gut für Umwelt und Geldbörse

Bei der Herstellung von Produkten werden große Mengen an Rohstoffen und Energie verschlungen. Eine nachhaltige Alternative zum Kauf neuer Produkte ist die Reparatur. Das Reparieren verbraucht wesentlich weniger Ressourcen als die Herstellung und punktet sowohl ökologisch als auch wirtschaftlich: Reparaturen tragen zum Klimaschutz sowie zur Abfallminimierung bei und sichern Arbeitsplätze in der Region. So wurden 2021 von den Betrieben des Wiener Reparaturnetzes 1680 Tonnen Abfall durch

Reparaturen vermieden, was 3300 Tonnen CO<sub>2</sub> einsparte. Die Reparatur wird auch die „Königsdisziplin der Kreislaufwirtschaft“ genannt, weil sie dafür sorgt, dass Materialien so lange wie möglich in Verwendung bleiben. Für viele Reparaturen müssen Profis ans Werk. Manches können aber auch Laien reparieren. In Reparaturcafés, in einschlägigen Workshops und im Internet kann man sich professionelle Unterstützung holen.

Lässt man Sachen reparieren, gibt man natürlich auch weniger aus: Wie Studien der Deutschen Verbraucherzentrale und des französi-

schen Umweltministeriums zeigen, kann ein Haushalt innerhalb von 10 Jahren bis zu 2000 Euro sparen.

## Schätze aus zweiter Hand

Weniger Neues ist mehr! Jeder Einkauf sollte gut überlegt sein. Die erste Frage lautet: Brauche ich das wirklich? Wenn ja, ist die zweite Frage: Kann ich das Gesuchte auch gebraucht bekommen? Secondhandware zu kaufen ist eine kostengünstige Möglichkeit, Ressourcen zu schonen. Was eine Person nicht mehr braucht, macht vielleicht einer anderen große Freude – oft zu einem Schnäppchenpreis. Die Einkaufsmöglichkeiten für Gebrauchtes sind vielfältig. Neben klassischen Flohmärkten, Altwarenhändlern und Secondhandgeschäften haben sich Tauschbörsen und Onlineplattformen etabliert, über die Käufer\*innen und Verkäufer\*innen einfach zusammenfinden.

## Nachhaltig gekleidet

Die Textilproduktion hat große negative ökologische und soziale Auswirkungen. Exzessiver Chemikalieneinsatz, enormer Wasserverbrauch und ein massiver Ausstoß von Treibhausgasen gehen auf das Konto der schnelllebigen Modebranche. Dazu kommen noch die menschenunwürdigen Arbeitsbedingungen, die in vielen Firmen herrschen.

Langlebig ist nachhaltig: Schon beim Kauf kann man darauf achten, dass sich das Produkt gut reparieren lässt.







Freude an Mode mit gutem Gewissen: Tauschen, Schenken, Aufpeppen und Secondhandware sind interessante Alternativen zum Kleider-Shopping.

Viele gute Gründe also, um weniger Kleidung zu kaufen und das Gekaufte möglichst lange zu tragen oder an andere weiterzugeben. Kleidertauschpartys verbinden Geselligkeit und Ressourcenschonung. Bei Organisationen wie Caritas oder Volkshilfe bewirken Weitergabe oder Kauf von Secondhandkleidung, dass sozial benachteiligte Menschen unterstützt werden.

## “ Immer mehr Menschen kaufen bewusst ein, lassen Sachen reparieren und verschwenden keine Lebensmittel.

Wer nur wenige neue, nachhaltig produzierte, qualitativ hochwertige Kleidungsstücke kauft, trägt ebenfalls zur Ressourcenschonung bei. Gütesiegel wie Global Organic Textile Standard (GOTS), Organic Content Standard (OCS) oder

NATURTEXTIL IVN zertifiziert BEST erleichtern die Auswahl.

### Gaumenfreuden ohne volle Mistkübel

Dass weltweit rund ein Drittel aller produzierten Lebensmittel und in Österreich pro Person jährlich ca. 40 kg nie auf den Teller kommen, sondern entsorgt werden, ist sowohl aus ethischer als auch aus ökologischer Sicht problematisch. Die Lebensmittelverschwendung vernichtet wertvolle Ressourcen und heizt den Klimawandel an. Lebensmittelabfälle verursachen weltweit 10 Prozent aller Treibhausgase – laut WWF ist das knapp doppelt so viel wie jährlich durch den gesamten Autoverkehr in der EU und in den USA entstehen.

Wir alle können tagtäglich etwas gegen diese Verschwendung tun. Wir können vor dem Einkaufen unsere Vorräte überprüfen und

notieren, was wir besorgen wollen. Wir können die Ablaufdaten im Auge behalten und Lebensmittel rechtzeitig verzehren. Zum Mindesthaltbarkeitsdatum: Die meisten Lebensmittel sind wesentlich länger haltbar, als es das auf den Verpackungen angegebene Mindesthaltbarkeitsdatum garantiert. Am besten überprüft man, ob das Lebensmittel noch gut riecht und gut aussieht und nimmt eine kleine Kostprobe. Das kann viele Lebensmittel vor dem Mistkübel bewahren.

Zur Rettung von Lebensmitteln haben sich mittlerweile viele private Initiativen und auch Firmen etabliert. Man kann zum Beispiel übriggebliebenes von Geschäften abholen oder sich über diverse Apps verständigen lassen, was es gerade wo zu holen gibt. Das spart Ressourcen sowie Abfälle und macht den Lebensmitteleinkauf auch wesentlich billiger. ■

## Weitere gute Tipps

- Verwende statt Plastik- oder Alufolie Bienenwachstücher. Sie lassen sich einfach reinigen und viele Male verwenden.
- Fülle Leitungswasser in deine Trinkflasche und spare damit neben Geld auch viel Verpackungsmüll und CO<sub>2</sub> für den Transport.
- Die Broschüre „Naturfreunde-Hütten kochen auf!“ bietet köstliche Rezepte mit übriggebliebenem. Bestellungen: [umwelt.naturfreunde.at](http://umwelt.naturfreunde.at)

## Interessante Links

[umweltberatung.at/textilien](http://umweltberatung.at/textilien)  
[reparaturnetzwerk.at/tipps-und-diy](http://reparaturnetzwerk.at/tipps-und-diy)  
[wenigermist.at/essen-statt-kuebeln](http://wenigermist.at/essen-statt-kuebeln)  
[mein-fussabdruck.at](http://mein-fussabdruck.at), [foodsharing.at](http://foodsharing.at)



# Der richtige Augenblick zählt

**Aktuell** ■ Die Naturfreunde-Fotografinnen und -Fotografen faszinierten bei der heurigen Fotobundesmeisterschaft mit mehr als 4600 Werken. Die Qualität der eingereichten Bilder war hervorragend.

Text: Herbert Rainer, Fotobundesreferent der Naturfreunde Österreich



Interessiert? Der Katalog der Fotobundesmeisterschaft 2022 kann über [foto.naturfreunde.at](http://foto.naturfreunde.at) bestellt werden.

Es ist jedes Jahr aufs Neue spannend, die zur Fotobundesmeisterschaft der Naturfreunde eingereichten Fotos zu bestaunen. Ich schätze den Einfallsreichtum, die Kreativität und das feine Auge unserer Fotografinnen und Fotografen sehr. „Wer sehen kann, kann auch fotografieren“, so sagt man, und die einfache Bedienung der gängigen Kameras und Handys lässt einen das auch glauben. Kaum jemand heutzutage, der nicht mit Handy oder Fotoapparat Bilder für die Ewigkeit festhält. Doch was macht nun ein richtig gutes Foto aus? Es steckt die Kunst dahinter, einen Moment so span-

nend, lebendig und präzise wie nur möglich einzufangen. Die Fotografie ist zu einem wichtigen Bestandteil unseres Alltags geworden. In unserer schnelllebigen Zeit können wir uns in die Beständigkeit eines Fotos „flüchten“ und uns in Ruhe an den festgehaltenen Augenblick erinnern.

Die überaus aktiven 183 Fotogruppen der Naturfreunde sind auch bei internationalen Wettbewerben erfolgreich und bieten Mitgliedern das ganze Jahr über ein umfangreiches Kursprogramm, Workshops, Fotoreisen sowie Ausstellungen. ■

**Weitere Infos:**  
[foto.naturfreunde.at](http://foto.naturfreunde.at)



**Mach mit!**

## Sonderthema 2023

Das Sonderthema der kommenden Fotobundesmeisterschaft lautet „Bewegung“. Vieles bewegt sich und auch uns – bei der Umsetzung dieses Sonderthemas sind deine kreativen, spektakulären oder vielleicht auch witzigen Ideen gefragt!

An diesem Wettbewerb dürfen alle Mitglieder der Naturfreunde Österreich teilnehmen, die ihren Mitgliedsbeitrag für 2023 bezahlt haben. Das Nennformular bitte per E-Mail anfordern: [herbert.rainer@naturfreunde.at](mailto:herbert.rainer@naturfreunde.at)

**Einsendeschluss:** 15. März 2023 (Datum des Poststempels)

**Die komplette Ausschreibung mit allen Details:** [foto.naturfreunde.at](http://foto.naturfreunde.at)







1

- 1 Sternspuren rund um den Polarstern auf der Nockalm; Belichtungszeit: ca. 30 Minuten
- 2 Gosautal und Gosaukamm: Dieses Foto wurde am 26. Juni 2022 um ca. 23.00 Uhr mit einem 40-mm-Objektiv aufgenommen. Bei 30 Sekunden Belichtungszeit ist der Himmel im Süden immer noch nicht dunkel genug, um die Milchstraße zu erkennen.
- 3 Zwei Stunden später, um 1 Uhr, ist es stockdunkel. Die Milchstraße ist über dem Gosaukamm und Dachstein erkennbar; das orange-farbene Glühen rechts ist Lichtverschmutzung aus dem Ennstal.
- 4 Dieses Foto wurde mit einem Mittelklasse-Smartphone gemacht: 30 Sekunden Belichtungszeit, ISO 3200. Die Bildqualität ist nicht überragend, aber es gab trotzdem ein paar Likes.



2



3



4



# Sternenfotografie

**Service** ■ Fotografieren bei Dunkelheit enthüllt Überraschendes. Die Kamera kann nämlich Bilder aufnehmen, die dem menschlichem Auge verborgen bleiben. Das bringt aber auch einige Herausforderungen mit sich.

*Text und Fotos: Alexander Sattleder*

**D**er Nachthimmel voller Sterne in einem Bild in Verbindung zur Erde gebracht, die entschleunigte Arbeitsweise, meist ungestört allein inmitten der Natur, machen für mich die Faszination der Sternenfotografie aus.

## Ausrüstung

Für die Aufnahme von Sternenfotos, die man in sozialen Medien seinen Freundinnen und Freunden zeigen möchte, kann schon ein modernes Handy mit guter Kamera oder eine Kompaktkamera mit manuellem Modus reichen – man braucht nicht unbedingt ein Profi-Equipment. Notwendig ist meistens aber ein voll manuell einstellbarer Modus, da die automatische Belichtungsmessung bei Dunkelheit nicht funktioniert. Etwas Warmes zum Anziehen ist jedenfalls sehr empfehlenswert, wenn man vorhat, länger draußen zu bleiben – auch im Sommer kann es vor allem in den Bergen in der Nacht empfindlich kalt werden.

Da die Kamera eine lange Zeit braucht, das Licht einzufangen, muss sie absolut wackelfrei positioniert werden: auf einem stabilen Stativ, auf dem Boden, auf einem großen Stein oder auf einem Baumstumpf.

## Voraussetzung für gute Sternenfotos: Dunkelheit und gutes Wetter!

Die dunkelsten Nächte sind rund um den Neumond. Der hellste – und somit am einfachsten zu fotografie-

rende – Teil der Milchstraße ist das Zentrum. Je nach Jahreszeit steht dieses zu unterschiedlichen Zeiten am höchsten über dem Horizont: Im März erst um 4.30 Uhr in der Früh im Südosten, bis Ende Mai verschiebt es sich auf 1 Uhr im Süden. Im Juni ist die wirklich dunkle Zeit der Nacht so kurz, dass es sehr schwer ist, das Zentrum der Milchstraße zu fotografieren. Die beste Zeit ist für mich von Juli um Mitternacht im Süden bis September nach Ende der Dämmerung im Südwesten. Man wählt dafür eine Stelle, an der man in Richtung Milchstraße freie Sicht oder interessante Motive hat. Ortschaften sollten in Blickrichtung möglichst weit entfernt sein, damit die Lichtverschmutzung möglichst gering ist. Gute Voraussetzungen für das Fotografieren der Milchstraße findest du bei einer der 21 Naturfreunde-Hütten, die in besonders lichtarmen Gebieten stehen (mehr darüber auf [umwelt.naturfreunde.at](http://umwelt.naturfreunde.at) > Berichte > Lärm und Kunstlichtverschmutzung).

Im Winter sind zwar die Nächte viel länger, aber das helle Zentrum der Milchstraße ist nicht zu sehen. Dafür eignen sich die langen Nächte sehr gut für die Sternstrich-Fotografie, welche die Erdrotation sehr eindrucksvoll in Szene setzt. Wegen der Erdrotation werden Sterne bei langen Belichtungszeiten nämlich immer strichförmig abgebildet. Wenn du das vermeiden willst, kannst du einen Star Tracker, auch Teleskopnachführung genannt, ver-

wenden. Mit diesem Gerät werden Sterne immer punktförmig sein, egal, wie lange die Belichtungszeit ist. Das Ganze hat allerdings auch Nachteile: Der offensichtlichste ist, dass während solchen Aufnahmen die Sterne quasi stillstehen, der Boden tut das allerdings nicht. Ein weiterer Nachteil ist, dass sich wegen der langen Belichtungszeiten der Kamerasensor aufheizt und

## Hilfreiche Apps und Software

Mittlerweile gibt es einige kostenlose oder günstige Apps, die dich bei der zeitlichen Planung und Auswahl des Ortes, bei der Aufnahme der Bilder, bei der Verarbeitung und bei der Nachbearbeitung unterstützen.

Eine Beschreibung der Anwendungen würde hier den Rahmen sprengen, darum will ich dir nur kurz meine Lieblingsapps vorstellen: „Stellarium“ ist eine virtuelle Sternwarte, die dir den lokalen Sternenhimmel zu jedem beliebigen Zeitpunkt zeigt. Die App „Astro Clock“ liefert Auf- und Untergangszeiten sowie die Positionen von Sonne, Mond und den Planeten am Himmel sowie Dämmerungszeiten.

Im Web nutze ich auch [photoephemeris.com](http://photoephemeris.com); damit kann man für jeden Ort der Welt Auf- und Untergangszeiten von Sonne und Mond zum gewählten Datum angezeigt bekommen. Man kann auf dieser Website auch berechnen lassen, wann beispielsweise der Mond genau hinter einem bestimmten Berg aufgeht.

Fürs Stacking verwende ich die kostenlose Software „Sequator“.

Die Milchstraße über dem Schober beim Mondsee; im März liegt die Milchstraße um 4.30 Uhr eher flach über dem Horizont.



es dadurch zu einer schlechteren Bildqualität kommen kann. Eine Möglichkeit, dies zu vermeiden, bietet das Stacking, bei dem mehrere (manchmal Hunderte) Fotos aufgenommen und anschließend am Computer zu einem Bild verschmolzen werden. Du kannst bis zum Schluss entscheiden, ob du am fertigen Foto Sternspuren oder punktförmige Sterne haben willst.

### Vorbereitung

Besuche im besten Fall den Ort des Shootings schon bei Tag, damit du dich mit der Umgebung vertraut machen und ein gutes Motiv finden kannst. Sobald es dunkel ist und du nur mit einer Stirnlampe unterwegs bist, ist dies viel schwieriger. Je nach Gelände kann es auch gefährlich werden, wenn in der Nacht das Gras feucht und rutschig wird. Sei lieber eine Stunde zu früh als zu spät am Spot! Die Zeit für den Aufbau der Kamera, das Einrichten und einige Probedbilder solltest du dir in Ruhe nehmen. Außerdem benötigen deine Augen ca. 30 Minuten, um sich an die Dunkelheit anzupassen. Sobald alles steht, ist deshalb helles

Licht absolut tabu – am wenigsten stört deine Augen gedimmtes rotes Licht. Weitere Infos und hilfreiche Tipps bietet die Wissens- und Methodenbox der Naturfreundejugend „Kunstlicht, Nacht und Sternenhimmel“ (naturfreundejugend.at > Service > Materialien).

### Action!

Hütte gebucht, Plätzchen gefunden, Kamera aufgestellt und bereit fürs Foto? Gut! Wähle den manuellen Modus der Kamera, stelle eine Belichtungszeit von 30 Sekunden, ISO 1600 und eine möglichst große Blende (kleine f-Nummer) ein. Wenn deine Kamera einen Selbstauslöser hat, kannst du ihn verwenden, um

ein Verwackeln zu vermeiden; sonst musst du ganz vorsichtig den Auslöser drücken. Nach 30 Sekunden kannst du das Bild betrachten. Sieht man schon etwas? Super! Noch nicht? Dann kannst du probieren, den ISO-Wert noch höher einzustellen. Du wirst vielleicht ein wenig enttäuscht sein, weil dein Bild eher grau ist und wenige Farben zeigt. Keine Sorge, das ist normal. Die Farben und Klarheit kommen erst bei der Nachbearbeitung am Computer zur Geltung. Die ersten Tipps hast du also. Jetzt heißt es loslegen und deine besten Schnappschüsse auf deinem Facebook- oder Instagram-Account mit dem Hashtag #naturfreundesternenhimmel posten! ■



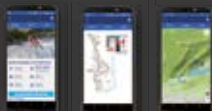
Der Artikel „Sternenfotografie“ wurde aus Platzgründen gekürzt. Den kompletten Text gibt es online zum Nachlesen.



**Neu 2022!**



+ Touren-App Zugang



Mit genauen Toposkizzen!

## Klettersteigführer Österreich

Alle lohnenden Klettersteige zwischen Bodensee und Wienerwald - inkl. Steige in Bayern u. Slowenien  
- Topos, Karten und Farbleitsystem  
- Toureninfos immer dabei in der Touren-App  
- Aktuelle Updates in der Touren-App

8., stark erweiterte Auflage mit den bewährten Klettersteigtopos!

**Alpinverlag**

www.alpinverlag.at

ISBN: 978-3-902656-31-5  
Preis: 42,95 Euro





# Ein Hit für Natur- und Bergbegeisterte

Willibald Girking, Lutz Maurer, Franz Sieghartsleitner (Hrsg.)

## Das Tote Gebirge

### Lebenswelten in einem Naturparadies

Hardcover, 296 Seiten, Trauner-Verlag, ISBN 978-3-99113-222-6, 43,80 €

Wie eine riesige Trutzburg ragt das Tote Gebirge empor. Es ist reich an Schönheit, Gegensätzen und Geheimnissen. In der Vergangenheit übten sich hier Größen des Bergsports, und Schriftsteller, Maler sowie Philosophen fanden hier eine anregende Wirkungsstätte. Dieses höhlenreichste Gebirge der Alpen, das Kletterabenteurer, Wildnis und verborgene Zufluchtsorte vereint, ist ein wertvolles Juwel des österreichischen Naturerbes, das es zu erhalten gilt.

In dem prächtigen Band „Das Tote Gebirge“ kommen ausgewiesene Kenner\*innen dieser schönen Bergwelt zu Wort – darunter Persönlichkeiten wie Gerlinde Kaltenbrunner und Hubert von Goisern. Ein Kaleidoskop für Natur-, Berg- und Kunstfans.

**Erhältlich im guten Buchhandel und über [trauner.at](http://trauner.at)**



## BUCHTIPP

Claudia Hebenstreit

### BERG bewegt

Eine Einladung zur facettenreichen Bewegung in der Natur

Paperback, 164 Seiten, Verlag myMorawa, ISBN 978-3-99139-077-0, 16,50 €



Aus ganzheitlicher Sicht benötigen wir Bewegung, um intakt und in Balance zu bleiben. Erst wenn wir Bewegung, gesunde Ernährung und Stressverminderung in unser Leben integrieren, kommen wir dem ersehnten Ziel, länger gesund leben zu dürfen, einen Schritt näher. Es geht um Lebensqualität, physisch und psychisch. Dieses Buch macht Lust auf eine neue Gehrichtung im Leben. Zuerst erfordert es Anstrengung, Bereitschaft und auch Schweiß, dann folgt eine solide Ausdauer, bis sich schließlich Spaß, Genuss und Freude einstellen.

Claudia Hebenstreit gibt auch praxiserprobte Tipps zu Training und Ernährung. Bergerlebnisse der Autorin ergänzen das Buch. Berg frei!

**Erhältlich im guten Buchhandel und über [morawa.at](http://morawa.at)**

## WERBUNG

AUF KNOPFDRECK MEHR SICHERHEIT:

## SICHER UNTERWEGS MIT „JAMES“!

„James“ ist die neue Notrufuhr des Samariterbundes und dank integrierter GPS-Ortung der ideale Begleiter für Menschen, die viel im Freien unterwegs sind. Ein großes Plus: das schlanke Design. So ist auf dem ersten Blick gar nicht erkennbar, dass es sich um ein Notrufgerät handelt. Mit nur einem Knopfdruck ist man mit der Notrufzentrale des Samariterbundes verbunden. Geschulte Rettungssanitäter\*innen klären den Notfall ab, und Hilfe wird veranlasst.

### Sicher in der Natur unterwegs

Ein Leben ohne „James“ möchte sich Peter Gribitz nicht mehr vorstellen. Das 78-jährige Kärntner Naturfreunde-Mitglied lebt allein auf der Soboth, auf knapp 1000 Metern Seehöhe. Peter Gribitz: „Ich bin stundenlang in der Natur unterwegs, streife durch den Wald, sammle Kräuter und genieße die Freiheit. Aber für den Fall des Falles gibt mir die Notrufuhr Sicherheit. Schließlich bin ich ja nicht mehr der Jüngste.“

### Informationen über alle Notrufgeräte:

Tel.: 01/891 45-161,  
[samariterbund.net/notrufsysteme](http://samariterbund.net/notrufsysteme)



Die Notrufuhr „James“ gibt Peter Gribitz ein gutes Gefühl der Sicherheit.

## CROSS-COUNTRY-KATALOG 2022/23

Im druckfrischen Cross-Country-Ski-Holidays-Katalog 2022/23 werden unter dem Motto „Gipfelglück + Loipenflow“ die schönsten 22 Regionen für Langlauf- und Schitouren-Urlaube in Österreich, Italien, Slowenien und Deutschland präsentiert. Die vorgestellten 43 Hotels sind wie gewohnt handverlesen – mit Gastgeberinnen und Gastgebern, deren Herz für das nordische Abenteuer schlägt und die mit ihrer Expertise überzeugen. 2022/23 neu mit dabei: die Ferienregion Reschenpass Vinschgau, die Schitourenregion Großarl und der nordische Geheimtipp Slowenien.

Wenn das dynamische Dahingleiten deine Passion ist oder du mit eigener Muskelkraft abseits der Massen Gipfel erklimmen willst, wirst du bei Cross Country Ski Holidays fündig. Entdecke die attraktivsten Insider Routen, erfahre die Vorteile persönlicher Tourenberatung und starte direkt vor der Haustüre in die imposantesten Langlaufloipen der Alpen! Weil kompetente Beratung, einwandfreie, komfortable Infrastruktur und unschlagbare Angebote sowohl für Einsteiger\*innen als auch für routinierte Wintersportler\*innen einfach den Unterschied machen.



Mach mit!

## So einfach kann man CO<sub>2</sub> sparen!

Viele Naturfreunde-Mitglieder sind bereits auf eine digitale Mitgliedschaft umgestiegen. Dadurch konnten die Naturfreunde seit 2021 mehr als 1 Tonne Papier und damit auch 20.500 Liter Wasser sowie knapp 1 Tonne CO<sub>2</sub>-Emissionen einsparen.

Abgesehen von diesem wertvollen Beitrag für unsere Umwelt hast du deine Mitgliedskarte am Handy immer griffbereit, kannst deine Daten wie Wohnanschrift, E-Mail-Adresse, Telefonnummer etc. selbst ändern und bekommst alle Infos rund um deine Mitgliedschaft per Mail. Klingt einfach – ist es auch! Registriere dich jetzt auf [my.naturfreunde.at](http://my.naturfreunde.at) und nutze alle Vorteile einer digitalen Mitgliedschaft!

Die kostenlose E-Paper-App für das Magazin „Naturfreund“ zum bequemen Onlinelesen kannst du über [my.naturfreunde.at](http://my.naturfreunde.at) downloaden. So kann unsere Umwelt etwas aufatmen, und wir Naturfreunde sagen DANKE!

**Registriere dich auf [my.naturfreunde.at](http://my.naturfreunde.at)!**

## NATURFREUNDE-KALENDER 2023

Der Naturfreunde-Kalender „Zauber der Berge“ hat bereits eine langjährige Tradition und ist ein beliebtes (Weihnachts-)Geschenk. Hol auch du dir Berge aus der ganzen Welt in die eigenen vier Wände! Die tollen Aufnahmen des großformatigen Kalenders werden dich sicher begeistern.

**Preis:** 15 € plus Versandkosten

**Bestellungen:** über jede Naturfreunde-Landesorganisation, per E-Mail ([team.alpin@naturfreunde.at](mailto:team.alpin@naturfreunde.at)) oder über [naturfreunde.at](http://naturfreunde.at)

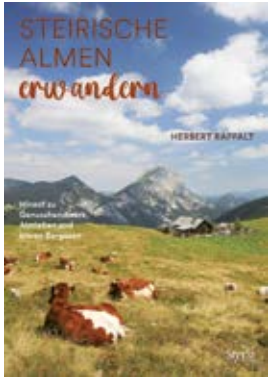


**Hol dir den neuen Katalog voll nordischer Leidenschaft, stille deine Tiefschneesehnsucht und plane schon jetzt deine unvergesslichen Momente in deinem Langlauf- & Schitouren-Urlaub 2022/23!**

### Cross Country Ski Holidays

[langlauf-urlaub.com](http://langlauf-urlaub.com)  
[skitouren-urlaub.com](http://skitouren-urlaub.com)





## Buchtipp

Herbert Raffalt

**Steirische Almen erwandern  
Hinauf zu Genusshandwerk, Almleben  
und klaren Bergseen**

Hardcover, 240 Seiten, Styria-Verlag,  
ISBN 978-3-222-13693-1, 30 €

Saftige grüne Hochweiden, kristallklare  
Bergwasser, stille Täler und weite Kare:  
Die Vielfalt der Berg- und Kulturland-

schaft der 88 steirischen Almen lädt Wanderbegeisterte und Naturliebhaber\*innen zu einem Besuch in eine Welt abseits des hektischen Alltagslebens ein. Prachtvolle Fotos und sorgfältig erarbeitete Tourenvorschläge machen Lust auf das großartige Naturerlebnis „steirische Almen“. Der Bogen spannt sich von leichten, kinderwagentauglichen Familienausflügen bis hin zu anspruchsvollen Touren auf die Hochalmen.

**Erhältlich im guten Buchhandel**



Beim Lawinenschütteten-  
Training der Naturfreunde-  
Akademie

**NATURFREUNDE-AKADEMIE:**

## Kursprogramm 2023

Über die Naturfreunde-Akademie kannst du zahlreiche interessante Aus- und Fortbildungen buchen. Diese richten sich vor allem an alle Ortsgruppenmitarbeiter\*innen, aber auch an Mitglieder, die sich gerne in einer Ortsgruppe engagieren wollen.

Die Kurse und Fortbildungen sind sowohl fachlich als auch hinsichtlich der Auswahl der Kursleiter\*innen und Ausbilder\*innen durch höchste inhaltliche Qualität, Kompetenz und Professionalität charakterisiert. Für die Naturfreunde-Akademie sind ausschließlich bestens ausgebildete, erfahrene Bergführer\*innen, Instruktorinnen und Instrukturen sowie Trainer\*innen tätig.

**Download des Kursprogramms 2023:  
[akademie.naturfreunde.at](http://akademie.naturfreunde.at) > Shop > Akademie-Programm 2023**

Fotos: AdobeStock, Martin Edlinger, JUFA Hotels/Eisenberger

ADVERTORIAL



## SUPER-SORGLOS-SCHNEE- VERGNÜGEN MIT DEN JUFA HOTELS

**Schneeschuhwandern, Langlaufen, unvergessliche  
Erlebnisse – sportlich aktive Schneeeabenteuerinnen und  
-abenteurer dürfen den nächsten Winter-Outdoorurlaub  
ganz entspannt angehen. Dafür sorgen die Rauszeit-  
Angebote der JUFA Hotels.**

Wer mit Kids & Co ein paar Tage im Schnee verbringen will, reist meist mit großem Gepäck und hat einen großen Planungsaufwand. Das geht auch anders! Denn mit den Winter-Rauszeit-Angeboten servieren die JUFA Hotels Super-Sorglos-Schneevergnügen für die ganze Familie. Die Packages für zwei bis fünf Nächtlungen schonen nicht nur die Nerven, sondern dank attraktiver Preise auch das Familien-Urlaubsbudget.

### Da wird das Kofferpacken zum Kinderspiel

Hochwertiges Leihequipment vom Rucksack über die Schneeschuhe bis hin zur Kindertrage kann vor Ort im JUFA Hotel ausgeborgt werden. Aktuelles Kartenmaterial und Empfehlungen für die besten Touren gibt es von den Hotelteams selbstverständlich obendrein.

Und weil Bewegung bekanntlich hungrig macht, suchen die Gäste alles für ihre Jause für unterwegs am Frühstückbuffet aus und legen die Leckereien einfach in eine Rauszeit-Jausenbox. Noch einen wärmenden Tee in eine Rauszeit-Thermosflasche, und schon geht's hinaus in die Natur.

[jufahotels.com/winter-rauszeit](http://jufahotels.com/winter-rauszeit)





## Hofgasteinerhaus: Schigenuss in Traumlage

Das Hofgasteinerhaus liegt auf 1950 m Höhe und bietet in der Schönheit der Gasteiner Bergwelt Entspannung und Erholung. Einfach die Seele baumeln lassen, das wunder-volle Leben und kulinarische Köstlichkeiten in familiärer, liebevoller Atmosphäre genießen!

Nach der Modernisierung des Hauses freut sich das Schneesport-Kompetenzzentrum Hofgasteinerhaus der Naturfreunde auf seine Gäste. Mit einem neuen Zimmer-konzept (16 topmoderne Doppelzimmer mit DU/WC und 8 Plätze im Bettenlager), einem Seminarraum für Kurse und einem gemütlich gestalteten Gästeraum wurde das Haus zu einem Quartier der Extraklasse umgebaut.

Das Hofgasteinerhaus liegt mitten in einem Winter-sportparadies direkt an einer Piste. Im Schigebiet Schloss-alm-Angertal-Stubnerkogel warten 84 schneesichere Pistenkilometer auf dich. Verena Maier, die Leiterin des Hauses, und Maximilian Rainer plus Team freuen sich auf dein Kommen!

**Wintersaison: 27. Dezember 2022–26. März 2023**

### Preise pro Person und Nächtigung

Naturfreunde-Mitglieder: Doppelzimmer: 70 €, Lager: 35 €, Nichtmitglieder: Doppelzimmer: 75 €, Lager: 40 €, Aufpreis für Halbpension: 20 €, Aufpreis für Einzelzimmer: 60 €, Kurtaxe: 1,95 € (Stand 07/2022 für Personen ab 14 Jahren), Einzelnacht-Zuschlag: 5 €  
Servicepauschale pro Buchung: 15 € (ab 3 Nächten)

Fotos: Carina Fritz, Martin Edlinger

## Schitourenreise in den Lyngenalpen

Die Lyngenalpen liegen etwa 300 km nördlich des Polar-kreises am 70. Breitengrad. Mit einer Länge von 121 Kilo-metern ist der Lyngenfjord der fünftlängste Fjord Norwe-gens. Die Auswahl an Schitourenrouten im Lyngenfjord ist enorm. Man kann hier auf weitläufigem und offenem Schigelände traumhafte klassische Touren mit 800 bis 1300 Höhenmetern unternehmen. Bei gutem Wetter er-wartet einen ein traumhaftes Panorama mit Meerblick. Die Ausgangspunkte der Touren liegen meist im Küstenbe-reich. Erreicht werden die Routen entweder direkt von der Unterkunft aus, mit einem Mietwagen oder per Fähre.

**Termin: 23.–30. April 2023**

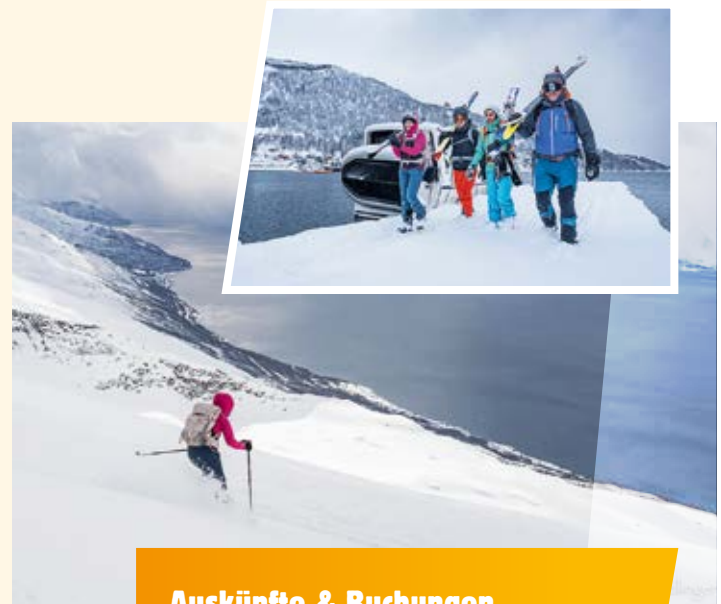
### Richtpreise pro Person

Naturfreunde-Mitglieder: 2.560 €

Nichtmitglieder: 2.660 €

**Inkludierte Leistungen:** Flug ab/nach Wien, Transfers während der Reise in einem Kleinbus, Fährenüberfahrten zu den Touren, 7 x Nächtigung in den Lodges in Lyngenseidet, Verpflegung (7 x Frühstück, 6 x Lunchbox, 7 x Abendessen) exkl. Getränke, 6 Tage Schitouren mit einem Bergführer der Naturfreunde Österreich

**Reiseleitung:** Martin Edlinger und Gregor Krenn



## Auskünfte & Buchungen

### Naturfreunde-Reisebüro

Viktoriagasse 6, 1150 Wien, Tel.: 01/894 73 29

E-Mail: reisebuero@naturfreunde.at

[reisen.naturfreunde.at](http://reisen.naturfreunde.at)



# WEIN.WALD.WASSER

## Wanderarena Bad Vöslau

**HIGHLIGHT:** Helenenhöhe mit malerischer Aussicht



Foto: Johann Ployer

### Zur Vöslauerhütte

Die **Vöslauerhütte** der Naturfreunde (500 m) ist über eine wunderschöne Rundwanderung (Runde 5 bzw. 5a) erreichbar, die entlang des Waldlehrpfades, durch Föhrenwälder und vorbei an Naturdenkmälern sowie Kraftplätzen führt. Kurz nach dem Ausgangspunkt gelangt man zur **Helenenhöhe** mit tollem Ausblick, und wenige Minuten von der Hütte entfernt steht das markante **Jubiläumskreuz**; von hier hat man eine fantastische Fernsicht auf die Voralpen mit dem Schneeberg.

#### VÖSLAUERHÜTTE-RUNDE

**Ausgangspunkt:** Kurpark Bad Vöslau

**Länge:** 10,4 km, 295 Hm ↑, 287 Hm ↓

**Gehzeit:** ca. 3 Stunden

**Einkehr:** Vöslauerhütte der Naturfreunde, Tel.: 0 22 52/713 22, 0664/542 70 20, voeslauerhuette.naturfreunde.at

### Auf den Harzberg

Ideal für Familien mit Kindern und für Hundebesitzer\*innen! Die **Harzberg-Runde** (Runde 4) führt vom idyllischen Kurpark in Bad Vöslau teils über Stufen hinauf auf den Harzberg (466 m), auf dem einen der stattliche Aussichtsturm der **Kaiser-Franz-Joseph-Jubiläumswarte** empfängt. Das gemütliche Schutzhaus am Harzberg punktet mit einer großen Kinder-Spielecke, einem Spielplatz und dem Hirter-Biergarten. Auf der Speisekarte stehen auch Menüs für Hunde. Ein Getränkeautomat versorgt Erholungsuchende auch außerhalb der Öffnungszeiten.

#### HARZBERG-RUNDE

**Ausgangspunkt:** Kurpark Bad Vöslau

**Länge:** 2,95 km, 170 Hm ↑↓

**Gehzeit:** ca. 1 Stunde

**Einkehr:** Schutzhaus und Kängurufarm am Harzberg, Tel.: 0 22 52/707 57, 0650/350 47 37, harzberg.at

**HIGHLIGHT:** die am Schutzhaus angrenzende Kängurufarm



Fotos: Rene Kussnow, Vondruska Michaela

### Wanderarena Bad Vöslau

Die Kurstadt Bad Vöslau liegt inmitten der klimatisch begünstigten Thermenregion Wienerwald und ist bekannt für **Wein, Wald und Wasser**. Es herrschen ganzjährig angenehme Temperaturen – einfach perfekt für Ausflüge in der sanft hügeligen Wein.Wald.Wasser-Wanderarena mit ihren insgesamt acht Rundwanderwegen.

#### Weitere Infos und Kartenmaterial

Tourist-Info Bad Vöslau

Schlossplatz 1, 2540 Bad Vöslau

Tel.: 0 22 52/761 61-545

E-Mail: [touristinfo@badvoeslau.at](mailto:touristinfo@badvoeslau.at)

[badvoeslau-tourismus.at](http://badvoeslau-tourismus.at)



## INFORMATIONEN & BUCHUNGEN

**Naturfreunde Kärnten** • Tel.: 04 63/51 28 60  
kaernten@naturfreunde.at • kaernten.naturfreunde.at

**Naturfreunde Niederösterreich** • Tel.: 0 27 42/35 72 11  
niederoesterreich@naturfreunde.at • niederoesterreich.naturfreunde.at

**Naturfreunde-Touristik NÖ** • Tel.: 0 27 42/35 72 11  
niederoesterreich@naturfreunde.at • niederoesterreich.naturfreunde.at

**Naturfreunde Oberösterreich** • Tel.: 07 32/77 26 61-21  
oberoesterreich@naturfreunde.at • oberoesterreich.naturfreunde.at


**Naturfreunde Salzburg** • Tel.: 06 62/43 16 35  
salzburg@naturfreunde.at • salzburg.naturfreunde.at

**Naturfreunde Steiermark** • Tel.: 03 16/77 37 14  
steiermark@naturfreunde.at • steiermark.naturfreunde.at


**Naturfreunde Wien** • Tel.: 01/893 61 41  
wien@naturfreunde.at • wien.naturfreunde.at


Wenn nicht anders angegeben, gelten alle angeführten Preise nur für Naturfreunde-Mitglieder.


### DEZEMBER 2022 BIS MÄRZ 2023


**1. 12. 2022 bis 31. 3. 2023**  **Tagesschitouren**  
Die Tourenziele werden je nach Wetter und Schneelage kurzfristig bekanntgegeben.  
**Weitere Infos:** steiermark.naturfreunde.at • **Anmeldungen:** Naturfreunde Steiermark


### JÄNNER 2023


**5. Jän. bis 8. Jän.**  **Schitourentage Frein an der Mürz**  
Geführte Schitouren im Naturpark Mürzer Oberland  
**Standort:** Frein an der Mürz • **Voraussetzungen:** Kondition für 3 bis 4 Std. Aufstieg, Beherrschen der Spitzkehrentechnik, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preise pro Person (HP):** DZ: 358 €, EZ: 405 € • **Leistungen:** HP, Betreuung durch staatlich geprüfte InstruktorInnen • **Leitung:** Markus Rosenauer • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

**8. Jän. bis 14. Jän.**  **Schiwoche in Zauchensee**  
Mit dem bekannten Schiparadies Ski Amadé vor der Haustür sind wir eine Woche lang im komfortablen Dreiersternhotel Brückenwirt (mit Wellnessbereich und kostenlosem WLAN) in Altenmarkt untergebracht. Die Anreise erfolgt per Bus.  
**Richtpreis pro Person (HP):** 939 €, EZ-Zuschlag: 120 € pro Woche • **Leistungen:** HP (Frühstücksbuffet, Wahlmenü), Busfahrt, Betreuung durch Naturfreunde-InstruktorInnen und -Instruktoren • **Leitung:** Wolfgang Maidorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

**13. Jän. bis 15. Jän.**  **Schnupperschitourentage Annaberg**  
Schitourentage für Anfänger\*innen  
**Voraussetzungen:** Kondition für 2 Std. Aufstieg, sicheres Schifahren auf der Piste • **Preis pro Person (HP/DZ):** 255 € • **Leistungen:** HP, Betreuung durch staatlich geprüfte InstruktorInnen • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich


**14. Jän. bis 21. Jän.**  **Schiurlaub am Nassfeld, Kärnten**  
**Standort:** Hotel Gartnerkofel • **Preis pro Person (HP/DZ):** 878 €, EZ-Zuschlag: 70 € • **Leistungen:** HP (reichhaltiges Frühstücksbuffet, kaltes und warmes Nachmittagsbuffet und 5-Gänge-Abendmenü mit Themenabenden wie Kärntner Bauernbuffet und italienischer Spezialitätenabend) • **Leitung:** Bernhard Gessler • **Anmeldeschluss:** 1. Dezember 2022 • **Anmeldung:** Naturfreunde Kärnten

**14. Jän. bis 21. Jän.**  **Langlaufwoche in Ramsau**  
Herrliche Loipen rund um den WM-Ort Ramsau am Dachstein werden wir sowohl mit einer gemütlichen als auch mit einer sportlichen Gruppe erkunden. Von unserer Unterkunft, dem Viersternesporthotel Matschner direkt im Ort (kostenloses WLAN) kann man direkt in das Loipennetz einsteigen. Über einen unterirdischen Gang gelangt man zum Dachsteinbad.  
**Richtpreis pro Person (HP):** 1.039 €, EZ-Zuschlag: 70 € pro Woche • **Leistungen:** HP, Benützung des hoteleigenen Wellnessbereichs, Betreuung durch Naturfreunde-InstruktorInnen und -Instruktoren, Ramsauer WinterCard • **Leitung:** Karin Ristic • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

**28. Jän.**  **Wintersporttag in Annaberg**  
Du wolltest schon immer einmal verschiedene Wintersportaktivitäten ausprobieren? Jetzt hast du DIE Gelegenheit dazu! Fun und Action sind garantiert, alle Workshops zum Nulltarif!  
**Programm:** Schifahren, Snowboarden, Snowbiken, Nostalgiegruppe, Schitest, Langlaufen, Schitouren, Schneeschuhwandern, Kinderland, Kinderbiathlon, Tombola und vieles mehr • **Weitere Infos:** niederoesterreich.naturfreunde.at • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

### FEBRUAR 2023

**2. Feb. bis 5. Feb.**  **Schitourentage im Mariazellerland**  
In dieser Region gibt es für Anfänger\*innen und Genießer\*innen jede Menge Schitouren in glitzender Schneelandschaft.  
**Voraussetzungen:** Kondition für 2,5 Std. Aufstieg, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preise pro Person (HP):** DZ: 355 €, EZ: 412 € • **Leistungen:** HP, Betreuung durch staatlich geprüfte InstruktorInnen • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

**2. Feb. bis 5. Feb.**  **Schitourentage Innerkrems**  
Kärntner Nockberge  
**Preis pro Person:** ab 435 € • **Leitung:** Rudi Hofer • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich



4. Feb.  
bis  
11. Feb.



### Wintersportwoche in Mittersill

Auch in dieser Saison treten wir die traditionelle Wintersportwoche in Mittersill an. Untergebracht sind wir wieder im Viersternehotel Bräurup, das neben Fitnessraum, Sauna und Dampfbad auch WLAN bietet. Die Anreise erfolgt individuell.

**Richtpreise pro Person:** Kinder bis zum 6. Geburtstag (im Elternzimmer) bei 2 voll zahlenden Erwachsenen: 179 €, Kinder vom 6. bis zum 14. Geburtstag (im Elternzimmer) bei 2 voll zahlenden Erwachsenen: 429 €, Kinder (im Elternzimmer) bei 1 voll zahlenden Erwachsenen: 559 €, Erwachsene (alle Personen ab dem 14. Geburtstag): 749 €, EZ-Zuschlag: 70 € pro Woche, Zuschlag für DZ als EZ: 140 € pro Woche • **Leistungen:** HP (Frühstücksbuffet, dreigängiges Abendmenü mit Wahlmöglichkeit, Salatbuffet, Dessert), Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Gerhard Fritz • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

11. Feb.  
bis  
14. Feb.



### Schitourentage Krakauebene

Unterwegs in den südlichen Schladminger Tauern

**Preis pro Person:** ab 435 € • **Leitung:** Rudi Hofer • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

16. Feb.  
bis  
19. Feb.



### Schitourentage Hohentauern

Geführte Schitouren in den Niederen Tauern

**Standort:** Hohentauern • **Voraussetzungen:** Kondition für 3 bis 4 Std. Aufstieg, Beherrschen der Spitzkehrentechnik, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preise pro Person (HP):** 426 € (DZ), 456 € (EZ) • **Leistungen:**

HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instruktoren •

**Leitung:** Markus Rosenauer • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

17. Feb.  
bis  
21. Feb.



### Schitourentage Ahrntal

Die Touren werden in zwei Gruppen unternommen: in einer gemütlichen (ca. 800–1000 Hm pro Tag) und einer sportlicheren (ca. 1000–1300 Hm pro Tag).

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Tourenführung:** Hans Eisner und Lukas Schmid • **Anmeldung:** Naturfreunde Steiermark

18. Feb.  
bis  
25. Feb.



### Wintersportwoche in Chur/Schweiz

Schisafari im Bündnerland in der südöstlichen Schweiz u. a. in den interessanten Schigebieten Lenzerheide-Valbella, Davos-Klosters, Flims-Laax, Arosa

**Richtpreise pro Person (HP):** DZ: 1.098 €, EZ: 1.238 € • **Leistungen:** HP mit reichhaltigem Frühstücksbuffet und dreigängigem Abendmenü, freie Benützung des Wellnessbereichs, An- und Rückreise per Bus, Betreuung durch staatlich geprüfte Schiinstruktorinnen und -instruktoren • **Mindestteilnehmerzahl:** 20 Personen • **Reiseleitung:** Walter Hofmann • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

19. Feb.  
bis  
24. Feb.



### Schitourenwoche im Rofan

Karwendel und Kitzbüheler Alpen

**Preis pro Person:** ab 485 € • **Leitung:** Rudi Hofer • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

# MTN

SKISPUREN WERDEN DIE EINZIGEN  
SPUREN SEIN, DIE DU HINTERLÄSST.



# SALOMON

2. März  
bis  
5. März

### Schitourentage Dachstein

Geführte Schitouren rund um den Dachstein

**Voraussetzungen:** Kondition für 3 Std. Aufstieg, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preise pro Person (HP):** DZ: 343 €, EZ: 382 € • **Leistungen:** HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

4. März  
bis  
11. März

### Firnwoche Flirsch am Arlberg

Komm mit uns nach Flirsch am Arlberg, in eine der schönsten Schifahreregionen Österreichs! Wir sind wieder in der Pension Grisseemann untergebracht, wo wir uns im Relaxbereich von anstrengenden Abfahrten erholen können. Gratis-Schibus ins Schigebiet St. Anton (kostenloses Schidepot)

**Richtpreis pro Person (HP):** 709 €, EZ-Zuschlag: 63 € pro Woche • **Leistungen:** HP (Frühstücksbuffet, Abendessen mit Menüwahl), Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren; Liftkarten können im Quartier bezogen werden. • **Leitung:** Wolfgang Maidorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien



## Snowboardtouren für Einsteiger\*innen

16.–19. Feb. 2023

Beim Aufsteigen die Natur zu genießen und beim Abfahren perfekte Spuren in den Schnee zu zaubern ist definitiv die höchste Form von Freude und Freiheit. Ziel dieser Tourentage sind die Vermittlung und Umsetzung des notwendigen Basiswissens für eine risikobewusste Routenwahl im Aufstieg und das Finden der besten Downhill Lines.

**Ort:** Salzburger Nockberge/Schönberg • **Preis pro Person:** 441 € • **Leistungen:** HP, Unterbringung in einem DZ, Instruktorbetreuer • **Leitung:** Peter Gebetsberger • **Anmeldung:** akademie.naturfreunde.at

11. März  
bis  
18. März

### Schitourenwoche Lesachtal

Geführte Schitouren im Osttiroler und Kärntner Lesachtal

**Voraussetzungen:** Kondition für Aufstiege mit ca. 1300 Hm, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preise pro Person (HP):** DZ: 827 €, EZ: 925 € • **Leistungen:** HP, Tourentee, Benützung des Wellnessbereichs, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Leitung:** Markus Rosenauer • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

19. März  
bis  
25. März

### Schitourenwoche Silvretta

Geführte Schitouren von der Jamtal- und Wiesbadener Hütte

**Standorte:** Jamtalhütte, Wiesbadener Hütte • **Voraussetzungen:** Kondition für 5 Std. Aufstieg, sicheres Schifahren im freien Gelände • **Preis pro Person (HP):** 696 € • **Leistungen:** HP, Unterbringung in einem Mehrbettzimmer, Tourentee, Betreuung durch Naturfreunde-Instrukturen • **Leitung:** Peter Plundrak • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

APRIL 2023

1.–8. 4.  
und  
8.–15. 4.

### Norwegen: Traumhafte Schitouren in Lyngen

Fantastische Schitouren, Fjorde, weite Blicke aufs Meer und Polarlichter erwarten uns 350 km nördlich des Polarkreises. Rund um den Jiekkevárri (1834 m) ragen teils vergletscherte Berge direkt über dem Meer auf. Dazwischen erstrecken sich weite Hänge, die das Gebiet bei Schitourengeherinnen und -gehern besonders beliebt machen. Die Touren sind variantenreich und begeistern auch anspruchsvolle Schifahrer\*innen.

**Preis pro Person (HP):** in Ausarbeitung • **Leistungen:** Unterbringung im Hotel Solhov, Castle of the Lyngen Alps (Gemeinschaftsbäder für jeweils 2 bis 3 Zimmer), HP, Lunchpaket mit Marschtee, Führung durch die staatlich geprüfte Berg- & Schiführerin Gundula Tackner • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

19. April  
bis  
23. April

### Zum Saisonklang: Wintersporttage mit Technikprogramm in Ischgl-Samnaun

Wir besuchen eines der größten Schigebiete Europas: Mehr als 230 traumhafte grenzüberschreitende Pistenkilometer (Österreich – Schweiz – Italien), 40 topmoderne Liftanlagen inkl. der ersten Doppelstockseilbahn erwarten uns.

**Standort:** Ischgl • **Richtpreis pro Person (DZ):** 448 €, EZ-Zuschlag: 15 € pro Tag • **Leitung:** Walter Hofmann • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

## IMPRESSUM

Herausgeber, Medieninhaber: Naturfreunde Österreich, Viktoriagasse 6, 1150 Wien • **Chefredakteurin:** Doris Wenischnigger • **Redaktion:** Günter Abraham, Ernst Dullnigg, Martin Edlinger, Peter Emrich, Peter Gebetsberger, Regina Hrbek, Marianne Mailer-Gebhart • **Lektorat:** Karin Astelbauer-Unger • **Anschrift der Redaktion:** Viktoriagasse 6, 1150 Wien, Tel.: 01/892 35 34 DW 31, Fax: DW 36, E-Mail: pressestelle@naturfreunde.at • **Gestaltung:** Schrägstrich Kommunikationsdesign GmbH • **Coverfoto:** Carina Fritz • **Druck:** LEYKAM Druck GmbH & Co KG, 7201 Neudörfel • Naturfreunde-Mitglieder erhalten die Zeitschrift kostenlos. • **Einzelheft:** 4,50 €, **Jahresabonnement:** 4 Hefte um 14,80 €

Gefördert vom Bundesministerium für Kunst, Kultur, öffentlichen Dienst und Sport

 **Bundesministerium**  
Kunst, Kultur,  
öffentlicher Dienst und Sport



Für die Naturfreunde Österreich ist Nachhaltigkeit sehr wichtig – das Papier dieses Magazins stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern. Bitte sammle Altpapier für das Recycling!

EU Ecolabel : AT/028/005







## INFORMATIONEN & BUCHUNGEN

**Naturfreunde-Touristik NÖ** • Tel.: 0 27 42/35 72 11  
niederoesterreich@naturfreunde.at • niederoesterreich.naturfreunde.at

**Naturfreunde Oberösterreich** • Tel.: 07 32/77 26 61-21  
oberoesterreich@naturfreunde.at • oberoesterreich.naturfreunde.at

Wenn nicht anders angegeben, gelten alle angeführten Preise nur für Naturfreunde-Mitglieder.

### OKTOBER 2022

15. Okt.  
bis  
16. Okt.



#### MTB-Ausfahrt „Ladies only“

**Preis pro Person:** 145 € • **Leitung:** Monika Dorfner, MTB-Guide • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

### APRIL 2023

20.–27. 4.  
oder  
27. 4.–4. 5.



#### Madeira: Wandern im Frühling

Auf dem Programm stehen informative Besichtigungen und eindrucksvolle Wanderungen; den Höhepunkt bildet die Tour auf den Pico Ruivo, den mit 1862 m höchsten Gipfel der Insel.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Leistungen:** Flüge Wien–Funchal–Wien, lokale Transfers, Unterbringung im Viersternehotel Four Views Oásis im malerischen Dorf Caniço direkt am Meer, HP, geführte Wanderungen • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

### MAI 2023

13.–20. 5.  
und  
20.–27. 5.



#### Sächsische Schweiz

Kultur und Wandern (Termin 1): Wir machen kurze Wanderungen, die leicht zu bewältigen sind. Außerdem besuchen wir kulturelle Highlights im südlichen Sachsen. Wanderwoche (Termin 2): Unsere Wanderungen führen uns zu bizarren Felstürmen, durch Schluchten, auf Tafelberge und durch grüne Wälder. Das Elbsandsteingebirge zählt zu den schönsten Wandergebieten Europas.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

### JUNI 2023

1. Juni  
bis  
20. Juni



#### Indien: Ladakh – Kultur- und Wanderreise

Diese Wanderreise nach „Klein-Tibet“ führt uns in eine wunderbare Landschaft und in die Kultur des tibetischen Buddhismus. Wir werden wichtige buddhistische Feste besuchen und eine einfache Trekkingtour in der Gebirgs-wüste von Ladakh unternehmen.

**Preis pro Person (HP):** in Ausarbeitung • **Leistungen:** Flughafen-transfers in Delhi und Leh, Ausflüge laut Programm inkl. Stadtrundfahrt in Delhi, Nächtigungen in Mittelklasse-hotels in Delhi, Lamayuru und Leh, Nächtigungen in Privat-häusern/fixen Zeltunterkünften während der Rundreise, HP an sämtlichen Reisetagen • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

26. Juni  
bis  
3. Juli



#### Litauen: Wander- und Naturreise

Den Reichtum Litauens machen seine Natur, Kultur und seine Menschen aus. Wir erkunden die Hauptstadt Vilnius, wandern im Dzūkija Nationalpark/PAN Park, sehen das Memelland und die Kurische Nehrung.

### JULI 2023

2. Juli  
bis  
9. Juli



#### Kals: Wanderwoche im Nationalpark Hohe Tauern

Kals liegt auf rund 1300 m im Süden der Glocknergruppe und am Rand der Kernzone des Nationalparks Hohe Tauern. Von hier starten wir zu den schönsten Wanderungen im Umfeld des höchsten Berges Österreichs.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

9. Juli  
bis  
16. Juli



#### Bulgarien: Wanderreise im Pirin-Gebirge

Bulgariens Südwesten besticht durch alpin anmutende Bergketten und urige Dörfer. Das Pirin-Gebirge ist Wanderparadies, Nationalpark und UNESCO-Weltnaturerbe.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Leistungen:** Flüge Wien–Sofia–Wien, örtliche Transfers ab/bis Flughafen, örtliche Reiseleitung und Wanderprogramm von und mit Bulgarien-Profi Georgi Palahutev • **Reisebegleitung:** Peter Kalteis • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

### OKTOBER 2023

20. Okt.  
bis  
10. Nov.



#### Nepal: Trekking zum Annapurna Base Camp

Diese Trekkingtour führt in das großartige Annapurna Sanctuary am Fuße der 4000 m hohen Südwand der 8091 m hohen Annapurna I. Kaum sonst wo ist man den hohen Bergen so nahe! Die Strecke ist relativ einfach und somit auch von Einsteigerinnen und Einsteigern zu bewältigen.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ

### NOVEMBER 2023

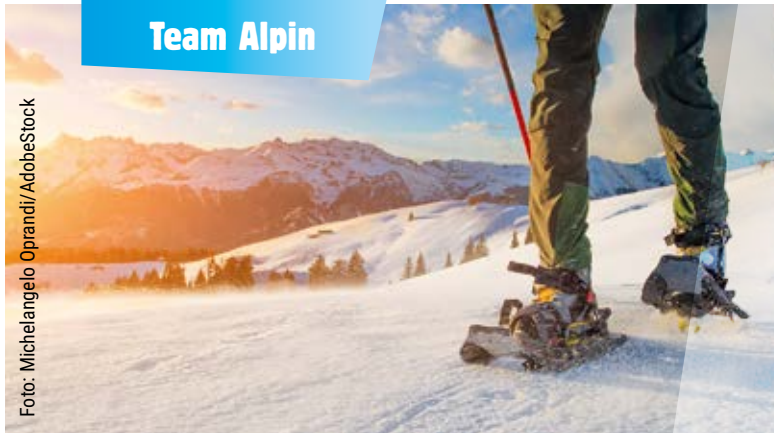
9. Nov.  
bis  
1. Dez.



#### Nepal: Trekking rund um den Manaslu

Unsere Trekkingtour führt uns rund um den 8163 m hohen Manaslu. Höhepunkt ist der 5106 m hohe Pass Larkya La, den wir überschreiten werden. Diese Tour zählt zu den schönsten Trekkingrouten, die Nepal zu bieten hat. Technisch ist die Route nicht schwer, eine gute Kondition ist jedoch erforderlich.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Reiseleitung:** Gerhard Rosenits • **Anmeldung:** Naturfreunde-Touristik NÖ



## INFORMATIONEN & BUCHUNGEN

**Naturfreunde Niederösterreich** • Tel.: 0 27 42/35 72 11  
niederosterreich@naturfreunde.at • niederosterreich.naturfreunde.at

**Naturfreunde Salzburg** • Tel.: 06 62/43 16 35  
salzburg@naturfreunde.at • salzburg.naturfreunde.at

**Naturfreunde Steiermark** • Tel.: 03 16/77 37 14  
steiermark@naturfreunde.at • steiermark.naturfreunde.at

**Naturfreunde Tirol** • Tel.: 05 12/58 41 44  
tirol@naturfreunde.at • tirol.naturfreunde.at

Wenn nicht anders angegeben, gelten alle angeführten Preise nur für Naturfreunde-Mitglieder.

### NOVEMBER 2022

Ab  
29. Nov.



#### Schönschifahrertechnik

Dieser Kurs richtet sich an schiverliebte Seniorinnen und Senioren sowie an alle, bei denen beim Schifahren Genuss, Sicherheit und Eleganz im Vordergrund stehen. Das genussvolle Schönschifahren – auch Cruisen genannt – ist für Muskeln, Gelenke und Rücken weniger belastend als Carven. Durch weniger Kanteneinsatz wird zudem die Geschwindigkeit reduziert und somit die Sicherheit erhöht. Genaue Zeit und Ort werden innerhalb der Gruppe abgesprochen und jeweils separat vereinbart (zum Beispiel über WhatsApp oder per SMS).

**Beginn:** in Obertauern um 9 Uhr bei der Kassa der Grünwaldkopfbahn • **Kursbeitrag pro Person:** 18 € inkl. Schipass • **Leitung:** Wolfgang Madorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

jeden 2. Dienstag

### DEZEMBER 2022

3. Dez.  
bis  
4. Dez.



#### Abfahrtstechniktraining für Tourengeher\*innen am Kitzsteinhorn

Eine gute Abfahrtstechnik ist Gold wert. In diesem Kurs für (mittel-)gute Schifahrer\*innen geht es um die Verbesserung dieser Technik – sowohl auf der Piste als auch im Gelände (ohne Aufstieg mit Fellen).

**Ausrüstung:** Pisten- oder Tourenschier, Helm, passende Kleidung für das Hochgebirge, Trinkflasche • **Kursbeitrag pro Person (DZ/HP):** 147 € • **Leitung:** Wolfgang Madorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

9. Dez.  
bis  
11. Dez.



#### Schitechnik und Schneekunde in Obertauern

Der ideale Kurs zur Verbesserung des Fahrkönnens und zur Auffrischung der Schneekunde

**Voraussetzungen:** sicheres Schifahren auf allen Schneearten, Erfahrung im Schitourengehen, Kondition für bis zu 500 Hm Aufstieg • **Kursbeitrag pro Person:** in Ausarbeitung • **Kursleitung:** Lukas Schmid • **Anmeldung:** Naturfreunde Steiermark

10. Dez.,  
1. Jän.,  
3. Feb.



#### LVS-Sicherheitstraining

Ideal zum Erlernen und Auffrischen der Basics der Karamadenrettung; Schwerpunkt: Handlung der Sicherheitsausrüstung

**Inhalte:** praktische Übungen mit dem LVS-Gerät, Suchtaktik „Ein-Personen-Verschüttung“, Sondieren und systematisches Ausschaufeln • **Zielgruppe:** Tourengeher\*innen Freerider\*innen, Schneeschuhwanderinnen und -wanderer, Eiskletterinnen und -kletterer • **Standort:** Großraum Innsbruck • **Kursbeitrag pro Person:** 40 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

10. Dez.  
bis  
11. Dez.



#### „Ladies only“: Abfahrtstechniktraining für Tourengeherinnen

Ziel dieses Kurses für (mittel-)gute Schifahrerinnen ist die Verbesserung der Abfahrtstechnik auf der Piste und im Gelände (ohne Aufstieg mit Fellen).

**Ausrüstung:** Pisten- oder Tourenschier, Helm, passende Kleidung für das Hochgebirge, Trinkflasche • **Kursbeitrag pro Person (DZ/HP):** 147 € • **Leitung:** Wolfgang Madorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

15. Dez.  
bis  
16. Dez.



#### Schitechnik-Update

Zwei Tage Schitechnik im Gelände, Update für Tourengeher\*innen

**Standort:** Schigebiet Hochkar • **Voraussetzung:** sicheres Schifahren auf der Piste • **Kursbeitrag pro Person:** 80 € • **Leistungen:** Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Kursleiter:** Dr. Wolfgang Aigner • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

### JÄNNER 2023

5. Jän.  
bis  
8. Jän.



#### Lawinenseminar

Basis dieses Seminars sind der richtige Umgang mit der Notfallausrüstung und die selbstständige Durchführung von Schitouren – ein perfekter Einstieg für Anfänger\*innen und eine optimale Auffrischung für Fortgeschrittene.

**Inhalte:** Notfallausrüstung, W3, Schneedecke, Gefahrenzeichen, Orientierung, Praxis im Gelände • **Standort:** Aigen im Ennstal • **Kursbeitrag pro Person:** in Ausarbeitung • **Anmeldung:** Naturfreunde Steiermark

7. Jän.  
bis  
8. Jän.



#### Schitourenkurs, Modul 1

Erste Schritte ins Gelände: Du willst eigenständig auf Tour gehen? In diesem Kurs kannst du dir das dafür nötige Basiswissen aneignen.

**Inhalte:** Schitouren- inkl. Notfallausrüstung, Lawinenlagebericht, Tourenplanung, Spuranlage, Standardmaßnahmen auf Tour, Orientierung • **Voraussetzungen:** sicheres Schifahren abseits der Piste und Kondition für 800 Hm Aufstieg • **Standort:** Großraum Innsbruck (zweitägig in einer Hütte oder zweitägig vom Tal aus plus einem Abendtermin) • **Kursbeitrag pro Person:** 98 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

14. Jän.



#### Schneeschuh-Schnuppertag

Tageskurs für Anfänger\*innen von 9.30 bis 15 Uhr

**Standort:** Aspang, Steyersberger Schwaig • **Kursbeitrag pro Person:** 38 € • **Kursleiter:** Robert Glock • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich



18. Jän.  
bis  
21. Jän.



### Schikurs Tiefschneefahren

Schifahren im Gelände für Tourengerher\*innen

**Standort:** Donnersbachwald • **Voraussetzung:** sicheres Schifahren auf der Piste • **Kursbeiträge pro Person:** DZ: 445 €, EZ: 490 € • **Leistungen:** HP, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Kursleiter:** Dr. Wolfgang Aigner, Markus Rosenauer • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

20.–22. 1.  
und  
24.–26. 2.



### Schitourenkurse

Ausbildung für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

**Standort:** Johnsbach/Gesäuse • **Kursbeitrag pro Person:** 218 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem DZ oder Mehrbettzimmer mit DU, HP, Tourentee, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen • **Kursleiter:** Peter Plundrak (Termin 1), Martin Ruhnau (Termin 2) • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

21. Jän.



### Schneeschuh-Schnuppertag

Kurs für Anfänger\*innen von 9.30 bis 15 Uhr

**Standort:** Türritz, Eibl • **Kursbeitrag pro Person:** 38 € • **Kursleiterin:** Maria Gansch • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

21. Jän.  
bis  
22. Jän.



### Schitourenkurs, Modul 2

Für alle, die schon eigenständig Touren unternehmen und mit den Grundlagen der Planung sowie mit der Durchführung von Schitouren vertraut sind

**Inhalte:** selbständige Tourenplanung und Durchführung, Vertiefung und Erweiterung der Grundlagen, Entscheidungshilfen (Einzelhang) • **Voraussetzungen:** Beherrschen der Inhalte des Moduls 1 inklusive LVS, sicheres Schifahren abseits der Piste und Kondition für 1000 Hm Aufstieg • **Kursbeitrag pro Person:** 98 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

FEBRUAR 2023

11. Feb.



### Schneeschuh-Schnuppertag

Kurs für Anfänger\*innen von 9.30 bis 15 Uhr

**Standort:** St. Aegy am Neuwalde • **Kursbeitrag pro Person:** 38 € • **Kursleiterin:** Stefanie Brandtner • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

17. Feb.  
bis  
19. Feb.



### Schneeschuhwandern

**Standort:** Frein/Mürz • **Inhalte:** Gehtechnik, Ausrüstung, Orientierung, Tourenplanung, Risikobeurteilung, Verschüttetensuche, Winterökologie • **Kursbeitrag pro Person:** 210 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Mehrbettzimmer, HP, Betreuung durch einen staatlich geprüften Instruktor • **Kursleiter:** Franz Danis • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

MÄRZ 2023

11. März  
bis  
12. März



### Schneehöhlenbiwak

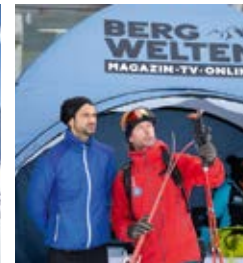
Notsituationen üben: Wie überlebe ich im Winter eine Nacht im Freien?

**Standort:** Hochschwab • **Kursbeitrag pro Person:** 60 € • **Leistungen:** Betreuung durch Naturfreunde-Übungsleiter • **Kursleiter:** Hans Goger • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

# BERG WELTEN

## SKITOUREN FESTIVAL 2022

18.-20. NOVEMBER 2022 | KITZSTEINHORN



**Felle auf die Ski kleben und rauf auf den Berg! Mit dem Bergwelten Skitouren-Festival 2022 am Kitzsteinhorn wird die heurige Tourensaison offiziell eröffnet.**

### Produktneuheiten & Testmaterial

Im Rahmen dieses Events kann man Produktneuheiten – Ski, Schuhe, Bindungen, Stöcke und Accessoires – kennenlernen und einem gründlichen Praxistest unterziehen.

### Geführte Skitouren

Mehrmals täglich gibt es geführte Skitouren mit Bergführern der Naturfreunde Österreich. Die Gruppen werden nach dem jeweiligen Können der Teilnehmenden zusammengestellt.

### Schneesicherheit am Kitzsteinhorn

Das Event eignet sich ideal für Einsteiger:innen, die dabei Basics des Skitourengehens erlernen können sowie für Routiniers, die ihr Wissen auffrischen möchten. Auf einem eigens angelegten Lawinensuchfeld kann man unter der Anleitung von Profis für einen Notfall trainieren.

**Alle Infos zum Event:**

[bergwelten.com/stt2022](https://bergwelten.com/stt2022)

In Kooperation mit





Südtirol, Misurinasee

# Abschlussreise Südtirol

## Luxus- & Wellnesstage in Bruneck

**1. Tag: Anreise nach Bruneck** Freu dich auf entspannte Tage und genieße den großzügigen Wellnessbereich und den beheizten Outdoorpool des Hotels! • **2. Tag: Drei Zinnen & Käsegenuss in Innichen (fakultativer Ausflug)** Mit dem Bus geht es in die Dolomiten, anschließend Besuch der Schaukäserei in Innichen. • **3. Tag: Heimreise** Auf dem Weg nach Hause Aufenthalt in Lienz

**Termin:** 8.-10. November 2022

**Preis pro Person (DZ):** 446 €, EZ-Zuschlag: 63 €

**Leistungen:** Fahrt in einem RETTER-Luxusreisebus, 2 x Übernachtung und Frühstück im Viersternehotel Majestic in Bruneck, Sekttempfang bei der Anreise, Wellnesskorb mit Bademantel, am Abend Vier-Gänge-Wahlmenü vom Küchenchef und Global Master Chief Karl Volgger, Wellnessbereich & Saunawelt, RETTER-Reisebegleitung



# Adventzauber

## Am Königssee & im Salzkammergut

**1. Tag: Stille Nacht! Heilige Nacht!** Anreise nach Oberndorf zum Weihnachtsmarkt am Stille-Nacht-Platz, mit Möglichkeit zum Besuch des Stille-Nacht-Museums; Winterspaziergang entlang der Salzach von der Stille-Nacht-Kapelle zur bayerischen Stadt Laufen und zurück nach Oberndorf; Fahrt ins Hotel in Berchtesgaden • **2. Tag: Berchtesgadener Advent** Das überlieferte Brauchtum, die traditionelle Handwerkskunst und alpenländische Volksmusik prägen den Berchtesgadener Advent; Schifffahrt am Königssee. • **3. Tag: Advent im Salzkammergut** Wir fahren zum Stille-Nacht Ort Hintersee in der Fuschlseeregion. Ein Spazierweg führt

uns zur Joseph-Mohr-Gedächtniskapelle. Nach einem Aufenthalt in St. Gilgen treten wir die Heimreise an.

**Termine:** 25.-27. November 2022, 9.-11. Dezember 2022

**Preis pro Person (DZ):** 398 €, EZ-Zuschlag: 52 €

**Leistungen:** Fahrt in einem RETTER-Luxusreisebus, 2 x Übernachtung und Frühstück im Hotel Schwabenwirt in Berchtesgaden, Rundfahrten laut Programm, Schifffahrt am Königssee, geführte Rundfahrt Berchtesgadener Advent, RETTER-Reiseleitung



Berchtesgaden



Lindau

# Advent im Dreiländereck

## Vom Bodensee bis Zürich

**1. Tag: Willkommensabend** Anreise nach Feldkirch; vom gut gelegenen Hotel kann man gemütlich in die Altstadt spazieren. • **2. Tag: Schweizer Vorweihnacht** Rundgang durch das am Zürichsee gelegene mittelalterliche Kleinod Rapperswil. Weiterfahrt nach Zürich. Besuch des stimmungsvollen Weihnachtsmarktes im Zürcher Hauptbahnhof und des Weihnachtsdorfs am Bellevue vor dem Opernhaus auf dem Sechseläutenplatz. Zurück geht es über den Walensee nach Feldkirch. • **3. Tag: Advent am Bodensee** In Dornbirn besuchen wir das Krippenmuseum. Anschließend fahren wir nach Lindau, wo wir uns in der historischen Altstadt auf der Insel im Bodensee von der Hafenweihnacht und den liebevoll geschmückten Marktständen vor der Kulisse des Löwen und Leuchtturms verzaubern lassen. In Bregenz ist Zeit

für einen Rundgang auf dem Weihnachtsmarkt. • **4. Tag: Tiroler Bergwelt** Mit Blick auf die Alpenwelt genießen wir die Fahrt nach Hause.

**Termin:** 8.-11. Dezember 2022

**Preis pro Person (DZ):** ab 598 €, EZ-Zuschlag: 115 €

**Leistungen:** Fahrt in einem RETTER-Luxusreisebus, 3 x Übernachtung und Frühstück im Hotel Night Inn in Feldkirch, Eintritt ins Krippenmuseum, Rundfahrten laut Programm, RETTER-Reiseleitung

Diese Reise ist mit dem Österreichischen Umweltzeichen zertifiziert.



5 % Rabatt für Naturfreunde-Mitglieder auf alle RETTER-Busreisen aus dem Katalog, 3 % Rabatt auf alle Flugreisen (exkl. Naturfreunde-Reisen)

**Auskünfte & Buchungen:**

**RETTER REISEN, Tel.: 0 33 35/39 00, E-Mail: reisen@retter.at, www.retter-reisen.at**

Veranstalter: Retter GmbH, Winzendorf 144, 8225 Pölla. Reiseleistungsausübungsberechtigung auf gisa.gv.at/abfrage unter der GISA-Zahl 20012137. Garant: Raiffeisen Landesbank Steiermark, Kaiserfeldgasse 5, 8010 Graz, Garantie NR: 10-70.121.132. Abwickler: Europäische Reiseversicherung AG, Kratochwjlestraße 4, 1220 Wien, Tel.: 01/317 25 00. Ansprüche sind innerhalb von 8 Wochen beim Abwickler zu melden. Anzahlung: 20 %, Restzahlung ab 20 Tage vor Reiseantritt. Es gelten die ARB 1992 in der letztgültigen Fassung. Preis- und Programmänderungen vorbehalten. Pass-/Visum-/gesundheitspolizeiliche Informationen abrufbar auf: bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation; Fotos: Adobe Stock, Wolfgang Schneider







# Die Herausforderungen werden immer größer



**Dr. Jürgen Dumpelnik**  
Vorsitzender der  
Naturfreunde Steiermark

Wandern zählt seit vielen Jahren zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten der Steierinnen und Steirer. Kein Wunder, immerhin verfügt unser Bundesland über eine Vielzahl abwechslungsreicher Regionen, deren landschaftliche Schönheit sich am besten zu Fuß erkunden lässt. Das vielfältige Wanderangebot ist aber nicht nur bei der einheimischen Bevölkerung beliebt, sondern auch bei Tausenden von Touristinnen und Touristen, die sich jedes Jahr dazu entschließen, ihren Urlaub in der Steiermark zu verbringen. Damit Aktivitäten wie Wandern, Bergsteigen und Klettern überhaupt möglich sind, braucht es allerdings eine entsprechende Infrastruktur, deren Instandhaltung ein wesentlicher Bestandteil unserer Vereinstätigkeit ist.

Alein in der Steiermark betreuen die Naturfreunde mehr als 1600 Kilometer Wander- und Themenwege sowie Alpinrouten und Klettersteige. Ohne die in unzähligen Stunden ehrenamtlich geleistete Arbeit unserer Funktionärinnen und Funktionäre wäre diese Aufgabe unmöglich zu bewältigen. Auch der Betrieb unserer Schutzhütten wäre ohne sie nicht vorstellbar. An dieser Stelle möchte ich daher ein großes Dankeschön an alle unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aussprechen, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz dazu beitragen, dass sich unsere Hütten und Wege in solch gutem Zustand befinden. Damit das auch in Zukunft so bleibt, brauchen wir vor allem die Unterstützung der Jungen, denn die Herausforderungen beim Erhalt der alpinen Infrastruktur werden immer größer.

Die Auswirkungen des Klimawandels in Form von extremen Wetterereignissen sind schon jetzt deutlich spürbar. Zählten wir 2011 noch rund 1350 freiwillige Stunden für die Sanierung und Instandhaltung von Wegen, waren es 2021 bereits doppelt so viele. Der Grund: Hangrutschungen, Muren und Felsstürze haben in den letzten zehn Jahren stark zugenommen. Auch die Sanierung und Instandhaltung unserer Schutzhütten werden nicht zuletzt aufgrund steigender technischer und rechtlicher Anforderungen immer kostspieliger. Hier ist vor allem die Politik gefragt, entsprechende Mittel zur Verfügung zu stellen und die Sinnhaftigkeit mancher Vorschriften zu überdenken. Schließlich ist der langfristige Erhalt unserer Hütten und Wege nicht nur für den Tourismus, sondern für uns alle von großer Bedeutung.

Viel Freude beim Lesen!

**Dein Jürgen Dumpelnik**

## Steiermark-Ausgabe

Naturfreund 4/2022

### Inhalt

Gespräch mit MMag. <sup>a</sup> Barbara Eibinger-Miedl, Landesrätin für Wirtschaft, Tourismus, Regionen, Wissenschaft und Forschung in der Steiermark über den Erhalt der alpinen Infrastruktur	34
Instandhaltung von Naturfreunde-Hütten	36
Schöne Wanderziele in der Steiermark	38
Ortsgruppenjubiläen	40
Klettersportreise „Climb & Fun“ in El Chorro	42
Reisen & Kurse	44
Buchtipp „BERG bewegt“	45
Veranstaltungen	46
Impressum	47

**Naturfreunde**  
Steiermark

# Mehr Geld für Hütten und Wege nötig!

**Hütten & Wege** ■ MMag.<sup>a</sup> Barbara Eibinger-Miedl, Landesrätin für Wirtschaft, Tourismus, Regionen, Wissenschaft und Forschung in der Steiermark im Gespräch mit dem Vorsitzenden der Naturfreunde Steiermark Dr. Jürgen Dumpelnik über die Bedeutung der alpinen Infrastruktur und die Herausforderungen bei deren Erhalt.

Fotos: Naturfreunde Steiermark, Teresa Rothwangl, iStock



## Was versteht man unter alpiner Infrastruktur und worin liegt deren Bedeutung?

**Eibinger-Miedl:** Neben Schutzhütten zählen zur alpinen Infrastruktur in erster Linie Wanderwege und alpine Steige. Diese haben für den heimischen Tourismus eine enorme Bedeutung, sind sie doch die Grundvoraussetzung dafür, dass Wandern, Bergsteigen und Klettern überhaupt möglich sind.

**Dumpelnik:** Die Naturfreunde betreuen österreichweit zahlreiche Schutzhütten, Selbstversorgerhütten, Wanderwege sowie Klettersteige und Kletterrouten. Auch in der Steiermark spielen wir beim Erhalten der alpinen Infrastruktur eine wichtige Rolle. Unsere Arbeit gewährleistet, dass sich sowohl die Steirerinnen und Steirer als auch Touristinnen und Touristen in der Natur gut bewegen können.

## Warum wird die Erhaltung von Hütten und Wegen immer aufwendiger und teurer?

**Dumpelnik:** Neben der Teuerung und dem steigenden Materialaufwand sind es vor allem die zuneh-



**MMag.<sup>a</sup> Barbara Eibinger-Miedl** ist Landesrätin für Wirtschaft, Tourismus, Regionen, Wissenschaft und Forschung in der Steiermark.

menden rechtlichen und technischen Anforderungen, die uns vor große Herausforderungen stellen. Die Frage ist, ob man Schutzhütten und sonstige alpine Einrichtungen, die auch gastronomisch genutzt werden, wirklich mit dem Maß des Gewerberechtes messen muss oder ob es hier nicht Sonderbestimmungen geben sollte. Ein weiterer wichtiger Punkt ist der Erhalt des Ehrenamtes. Unsere Funktionärinnen und Funktionäre betreuen in unzähligen ehrenamtlich geleisteten Stunden die alpine Infrastruktur. Wir müssen auch in Zukunft dafür sorgen, dass sich vor allem auch junge Menschen für das Ehrenamt begeistern.

**Eibinger-Miedl:** Die hohe Inflation und die damit verbundenen Teuerungen treffen auch alle, die Hütten und Wege betreuen. Neben den steigenden Personal-, Energie-, Lebensmittel- und Materialkosten ist es darüber hinaus eine besondere Herausforderung, geeignete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu gewinnen. Auch die Häufung von Extremwetterereignissen wirkt sich negativ aus, da der Wartungsaufwand für Wege entsprechend steigt. Betreiberinnen und Betreiber von

Schutzhütten investieren auch verstärkt in den Ausbau von Zimmern, da die Ansprüche der Gäste steigen.

## Wo besteht derzeit der größte Handlungsbedarf?

**Dumpelnik:** Ganz klar bei der Zurverfügungstellung der entsprechenden finanziellen Mittel. Trotz noch so großen ehrenamtlichen Einsatzes kann die alpine Infrastruktur nur mit entsprechender Dotation der öffentlichen Hand erhalten werden. Ohne Förderungen sind Schutzhütten wirtschaftlich nicht lebensfähig. Hütten sind Einrichtungen, die allen, die in den Bergen unterwegs sind, Schutz und Versorgung bieten. Vor diesem Hintergrund ist ein klares öffentliches Interesse zum Erhalt der Schutzhütten gegeben.

**Eibinger-Miedl:** Um Wanderwege und Steige entsprechend pflegen und notwendige Sanierungen durchführen zu können, braucht es erfahrene Personen mit entsprechendem Know-how. Daher wird viel in Weiterbildungen und Schulungen für bestehende und künftige Wegewartinnen und -warte investiert. Daneben geht es auch um Bewusstseinsbildung bei den Freizeitnutze-





Die alpine Infrastruktur ist für den steirischen Tourismus von großer Bedeutung (Foto links).

Ein gutes Miteinander: Landesrätin Barbara Eibinger-Miedl und Jürgen Dumpelnik, Vorsitzender der Naturfreunde Steiermark, während einer Wanderung der alpinen Vereine in Murau (Foto rechts)

rinnen und -nutzern für das richtige Verhalten am Berg, im Wald und auf Almen.

### **Welche Antworten braucht es vonseiten der Politik?**

**Eibinger-Miedl:** Rund um das Thema Wegehafung haben wir in der Steiermark die weiß-grüne Freizeitpolizei ins Leben gerufen und einen Mountainbike-Koordinator installiert. Darüber hinaus sind wir in einem regelmäßigen Austausch mit den alpinen Vereinen sowie mit Interessengruppen vor Ort wie Tourismusverbänden, Gemeinden und der Landwirtschaft. Mir ist es wichtig, in einem guten Miteinander die Interessen aller beteiligten und betroffenen Gruppen zu berücksichtigen.

**Dumpelnik:** Der Ausgleich von Interessenkonflikten, die es natürlich da und dort gibt, funktioniert in der Steiermark sehr gut. Das beruht darauf, dass wir seit Jahren mit anderen alpinen Vereinen, mit Interessenvertretungen, mit der Landes-

politik und auch mit den Kommunen zusammenarbeiten und es im Regelfall immer gute Lösungen gibt. Dieses Miteinander wird auch vonseiten der Landespolitik forciert, und ich möchte mich in diesem Zusammenhang dafür bedanken, weil das keinesfalls selbstverständlich ist.

### **Ist der Erhalt unserer Hütten und Wege auch in Zukunft noch gesichert?**

**Eibinger-Miedl:** Dank des herausragenden ehrenamtlichen Engagements unserer alpinen Vereine ist die Infrastruktur in der Steiermark in einem hervorragenden Zustand. Aufgrund der bereits erwähnten Bedeutung für den heimischen Tourismus müssen wir gemeinsam dafür

sorgen, dass dies auch so bleibt. Aus diesem Grund unterstützen wir seitens meines Ressorts die Vereine in ihrer Arbeit.

**Dumpelnik:** Ich glaube auch, dass wir positiv in die Zukunft blicken können. Das Engagement der alpinen Vereine ist groß, die Mitgliederzahlen sprechen für sich. Allein die Naturfreunde haben in der Steiermark rund 31.000 Mitglieder, die sich in der Natur und für die Natur engagieren. Außerdem haben wir über 1600 Funktionärinnen und Funktionäre, die dafür sorgen, dass unsere Organisation lebt, wächst und gedeiht und dass die vorhandenen alpinen Strukturen auch in Zukunft so funktionieren, wie wir das heute gewohnt sind. ■

**Hütten** ■ Unsere Hütten nehmen seit jeher einen hohen Stellenwert in der Vereinstätigkeit ein. Die Folgen des Klimawandels sowie die strenger werdenden rechtlichen Rahmenbedingungen machen die Instandhaltung der baulichen Infrastruktur zu einer immer größer werdenden Herausforderung.

*Text: Rene Stix, Geschäftsführer der Naturfreunde Steiermark, Fotos: Michael Hartl*



# Naturfreunde-Hütten – unsere Aushängeschilder

Unsere Hütten sind die Visitenkarten der Naturfreunde. Sie werden umweltgerecht betrieben, sind sauber, freundlich, familiengerecht und bieten Wanderrinnen und Wanderern Schutz sowie Sicherheit. Mit diesen wunderbaren Aushängeschildern gehen aber auch viel Arbeit und Verantwortung

einher. In die Bewirtschaftung einer Hütte fließen sehr viele ehrenamtlich geleistete Arbeitsstunden: Wird eine Hütte verpachtet, muss ein Pachtvertrag aufgesetzt werden, bei selbstgeführten Hütten muss man sich um die Einteilung und Organisation von freiwilligen Hüttendiensten kümmern, unsere immer begerteren Selbstversorgerhäuser müssen sauber und intakt gehalten werden.

Familie Koller wurde die Gewerbebehörde aktiv und führte einen Lokalausweis durch. Die Küche – wohlgernekt auf einer Schutzhütte – entsprach nicht den aktuellen Anforderungen hinsichtlich des Arbeitnehmerschutzes, und so führte dann ein Mosaiksteinchen zum anderen. Zuerst wurde die Küche neu geplant; wegen der geringen Raumhöhe (eben einer Schutzhütte) war auch eine spezielle Lüftung notwendig. Der Gastraum musste vom Beherbergungsbetrieb feuertechnisch getrennt werden. Fluchtkorridore und Fluchtwege, Beleuchtung, Brandschutz, Elektroinstallationen und einiges an Baumeisterarbeiten kamen Schritt für Schritt zur Ursprungsplanung hinzu. Bedauerlicherweise traten auch noch Schäden am Dach auf, und so ergab sich am Ende eine Projektsumme von

## Hilf uns mit deiner Spende!

Wenn du die alpine Infrastruktur der Naturfreunde gerne unterstützen möchtest, freuen wir uns über jede noch so kleine Spende. Bitte Spenden mit dem Vermerk „Hütten“ auf unser Konto mit der IBAN AT68 3800 0000 0562 4929 überweisen.

### Beispiel Hauser Kaiblingalm

Die Landesorganisation Steiermark besitzt die Schutzhütte Hauser Kaiblingalm in den Schladminger Tauern, ein wunderschönes Haus, das auf 1778 Metern am Rand des Schigebietes ein heimeliges Juwel darstellt. Mit der Pensionierung unserer langjährigen Pächter und der Neuübernahme durch die



Damit die Schutzhütte Hauser Kaiblingalm den behördlichen Anforderungen entspricht, waren und sind zahlreiche Bauarbeiten nötig.



zu gewährleisten. Nachdem um einige Höhenmeter tiefer endlich Wasser gefunden worden war, das aber leider nicht in Strömen floss, musste eine Quelfassung gebaut werden; das Wasser muss nun mit einem „Widder“ zur Hütte gepumpt werden. Wegen einer nicht zu eruiierenden minimalen Verunreinigung der Quelle kommt erschwerend hinzu, dass eine UV-Anlage benötigt wird, um das Wasser den Auflagen entsprechend trinkwassertauglich zu machen.

mehr als 750.000 Euro – unmöglich für einen Verein zu stemmen!

Dank der unermüdlichen Arbeit unseres Schladminger Vorsitzenden Toni Mössner gelang es, die Projektkosten auf unter 600.000 Euro zu senken und das Gesamtprojekt in zwei Baulose zu trennen, die 2021 und 2023 umgesetzt wurden bzw. werden. Einen wesentlichen Beitrag leisteten auch unser Pächter

es sehr schwer werden, mit den vorhandenen Förder- und Eigenmitteln alles planmäßig umzusetzen.

### Beispiel Schutzhaus Hochanger

Durch den Klimawandel werden die Probleme auf Hütten zusehends verschärft. Das Schutzhaus Hochanger der Ortsgruppe Bruck an der Mur liegt am Brucker Hochanger in 1312 Metern auf einem

### Abwasserproblematik

Wie am Hochanger wird das Wasserproblem auch andere Hütten in alpinen Lagen in den nächsten Jahren häufiger treffen. Durch strengere Auflagen wird auch die Abwasserproblematik verschärft. Kläranlagen oder Anschlüsse an öffentliche Abwassersysteme sind durch die Lage und die Distanz zur „Zivilisation“ sehr kostenintensiv und speziell für kleinere Ortsgruppen und Organisationen schwer zu finanzieren.

### Finanzen

Den Naturfreunden Steiermark steht jährlich ein Budget von Förderungen in der Höhe von knapp 150.000 Euro zur Verfügung. Damit müssen neben 24 Hütten in teils schwierigen alpinen Lagen auch mehr als 1600 Kilometer Wanderwege betreut werden – eine Mammutaufgabe, die ohne viele ehrenamtliche Funktionärinnen und Funktionäre sowie Helferinnen und Helfer nicht zu bewältigen wäre. ■



## Die kostspieligen Investitionen für den Erhalt der Hütten sind speziell für kleine Ortsgruppen schwer zu finanzieren.

Hartwig Koller und unser Landeshüttenreferent Michael Hartl, die für unzählige Stunden ihre Arbeitskleidung gegen die Montur tauschten und auf der Baustelle fleißig mit anpackten. Wir hoffen, dass die Teuerungswelle unser zweites Baulos im nächsten Jahr nicht in lichte Höhen treiben wird, denn dann wird

Plateau. Die Lebensader der Hütte ist eine Quelle, die stark von niederschlagsreichen Wintermonaten und gemäßigttem Sommerregen gespeist wird. Wegen der niederschlagsarmen letzten Jahre musste am Hochanger nach einer tieferliegenden Quelle gesucht werden, um die Trinkwasserversorgung

# Die schönsten Herbstwanderungen

**Österreich** ■ Hellblauer Himmel, bunte Wälder und frische Luft – die Herbstmonate sind für Wanderungen perfekt geeignet! Im Folgenden präsentieren wir eine Auswahl der schönsten Wanderziele in der Steiermark.

*Text: Rene Stix, Geschäftsführer der Naturfreunde Steiermark,  
Fotos: Renate Grünbichler, Rene Stix*



## Drei Seen auf „höchstem“ Niveau

Im Naturpark Sölk­täler nordwestlich des Sölk­passes erheben sich das Nageleck und das Deneck zu einem nahezu hochalpin anmutenden Gebirgszug, der mehr als nur ein Highlight zu bieten hat. Von der Kaltenbachalm aus erwandert man in mehreren Steilstufen ein Plateau nach dem anderen. Drei Seen hat die Landschaft hier geformt: den Unteren, Mittleren und Oberen Kaltenbachsee. Jeder für sich ist mit dem kristallklaren, grün schimmernden Gebirgswasser ein Augenschmaus. Hat man den oberen und auch kleinsten See hinter sich ge-

lassen, gelangt man schon zum nächsten Höhepunkt: zu den Etrachböden. Dieses weitläufige Kar ist ein Platz der Ruhe und der inneren Einkehr; hier möchte man sich einfach in die Wiese setzen und verweilen – mit ein wenig Glück erblickt man ein Murmeltier.

## Kein Platz zum Fürchten: der Teufelstein

Hoch über dem Gemeindegebiet von Fischbach ragt ein sechs Meter hoher Felsen auf, der auch Namensgeber für den in unmittelbarer Nähe befindlichen Berggipfel ist: der Teufelstein. Sagenumwogen ist die Kultstätte, an der der gefallene Engel Luzifer einen Turm bauen wollte, um zurück in den Himmel zu gelangen. In ca. einer Stunde ist das Gipfelplateau vom Parkplatz Zellerkreuz aus zu erwandern. Dort finden wir den mächtigen Felsen, der sich mit seinen Abstufungen ideal als Rastplatz eignet und von dem aus man eine fantastische Aussicht genießen kann. Der Rundumblick vom Teufelstein reicht vom Hochschwab über Veitsch und Rax bis in die Oststeiermark und zum Grazer Hausberg, dem Schöckl. Keine Spur von teuflisch – nur himmlisch!

## Der WohlfühlWeg entlang des Hubertussees

Ein gemeinsames Projekt der Naturfreunde mit den Österreichischen Bundesforsten soll Erholungsuchenden eine wesentliche Dimension des Naturerlebens erschließen: die Natur als Ort des Wohlbefindens. Aus diesem Grund wurden österreichweit Wohlfühlwege etabliert – einer der schönsten befindet sich im Mariazellerland in der Walstern, einem idyllisch gelegenen Erholungsgebiet, in dessen Talkessel der Hubertussees



Ungetrührt spiegelt sich die Herbstlandschaft im Hubertussees.





Vom Teufelstein hat man einen wunderbaren Rundumblick.

liegt. Auf dem WohlfühlWeg folgt man der Weißen Walster und gelangt zum Hubertusseesee, der übrigens kein natürlicher See ist. Er verdankt seine Entstehung der silbernen Hochzeit des Ehepaares Krupp im Jahr 1906. Der Stausee war das Geschenk von Margret Krupp an ihren jagdbegeisterten Mann und wurde nach dem heiligen Hubertus benannt. Speziell bei schönem Wetter liegt der See spiegelglatt vor einem, und die Landschaft und auch die Wolkenspiele auf der Wasseroberfläche sind atemberaubend – einfach eine Landschaft zum Wohlfühlen!

### Lange, aber lohnende Tour auf den Zirbitzkogel

Die Wanderung beginnt auf 1750 Metern am Parkplatz der Winterleitenhütte der Naturfreunde Judenburg. Über eine Steilstufe erreicht man schnell den Kleinen Winterleitensee, an dem die Winterleitenhütte liegt. Danach geht es gemächlich ansteigend auf einen Sattel, dann steiler werdend zum Gipfel des Kreiskogels mit wunderbaren Aus- und Weitblicken. Dem Kamm entlang erreicht man die riesige Wetterradarstation am Scharfen Eck und über einen letzten Anstieg den Gipfel des Zirbitzkogels (2396 m) – den höchsten Punkt der Wanderung. Der Aufstieg dauert ca. 3 Stunden, belohnt wird man mit einem wunderbaren Rundumblick auf die Schladminger und Wölzer Tauern bis nach Kärnten. Empfehlenswert ist der Abstieg über den Ochsenboden und die beiden Winterleitenseen zurück zur Winterleitenhütte, in der man sich nach der langen Tour unbedingt von der Familie Wieser kulinarisch verwöhnen lassen sollte. ■



© Ortovox

# DEIN BERG DEINE AUSSICHT

**giga sport**

WO DEIN SPORT DIE NR. 1 IST

GIGASPORT | 16 MAL IN ÖSTERREICH UND  
AUF WWW.GIGASPORT.AT

# Jubiläumsjahr für steirische Ortsgruppen

**Aktuell** ■ Aufgrund von Corona mussten in den letzten beiden Jahren einige Jubiläumsfeiern immer wieder verschoben werden. Heuer konnten die Feierlichkeiten endlich in gebührendem Rahmen stattfinden.

*Text: Ferdinand Hahn, Hildegard Fink, Ferdinand Kury, Wolfgang Miesbacher,*

*Fotos: Naturfreunde Kalsdorf, Naturfreunde Köflach, Naturfreunde Liezen, Erwin Gmeindl*

## 75 Jahre Naturfreunde Kalsdorf

Für das Jubiläumsjahr 2022 bereiteten die Naturfreunde Kalsdorf einige Highlights vor. Vorsitzender Ferry Hahn und sein Team setzten etwa im März mit Kindern und Jugendlichen 500 Bäume in der Großsulzer Au und leisteten damit einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz.

Als besondere Jubiläumsveranstaltung fand im Juni der 2. Kalsdorfer Benefizlauf für bedürftige Kinder statt. Bei diesem Event konnten Spenden von Sponsoren und Startgelder im Gesamtwert von 3.400

Euro gesammelt werden. Mit den Spendengeldern werden Fahrräder und andere Sportgeräte für sozial schwächer gestellte Kinder gekauft.

Ein tolles Geburtstagsgeschenk gab es für die Naturfreunde Kalsdorf von der Marktgemeinde Kalsdorf: eine eigene Kletterwand. In Zukunft werden dort Boulder- und Kletterkurse für Jung und Alt angeboten. Der Jugend vor Ort wird zudem die Ausübung einer trendigen Sportart ermöglicht.

## 100 Jahre Naturfreunde Köflach

Am 28. Mai 2022 feierten die Naturfreunde Köflach im frisch renovierten Vereinsheim ihr 100-jähriges Bestehen. Zahlreiche Mitglieder und geladene Gäste wie der Köflacher Bürgermeister Helmut Linhart und Walter Berger von der Naturfreunde-Landesleitung nahmen an der Veranstaltung teil. Eigens für die Veranstaltung angereist war zudem eine aus 40 Personen bestehende Delegation der deutschen Partnerstadt Giengen. Die Gäste wurden mit Livemusik, Getränken und Speisen sowie mit vielen selbst gebackenen Mehlspeisen verwöhnt. Als Höhepunkt der Veranstaltung trat der Naturfreunde-Chor unter der Leitung von Elfriede Köppl

auf. „Es war und bleibt für unsere Ortsgruppe ein unvergessliches Ereignis“, so die Ortsgruppen-Vorsitzende Hildegard Fink, die sich auch bei allen Sponsoren bedankte, die es ermöglichten, das Vereinsheim mit einer neuen Fassade zu verschönern.

## 75 Jahre Naturfreunde Liezen

Mit einem Jahr Verspätung feierten die Naturfreunde Liezen am 29. April ihr 75-Jahr-Jubiläum. Die Ortsgruppe wurde 1946, in der schwierigsten Nachkriegszeit, gegründet. Bergtouren, Wanderungen und Reisen, alles möglichst einfach und kostengünstig, boten schöne Möglichkeiten für eine Freizeitgestaltung in der Natur. Wechselvoll verlief die Suche nach einem alpinen Stützpunkt, bis schließlich 1967 die Petzhütte (1620 m) auf der Tauplitzalm in Betrieb genommen wurde. Tausende Bergfans haben seither im Sommer und im Winter schöne Urlaube in dieser Selbstversorgerhütte verbracht.

Zur 75-Jahr-Feier konnte Ferdinand Kury, bereits seit 35 Jahren erfolgreicher Vorsitzender der Ortsgruppe, zahlreiche Ehrengäste begrüßen. An ihrer Spitze Bürgermeisterin Roswitha Glashüttner,

## Weitere Ortsgruppen-Jubiläen

**75 Jahre Naturfreunde Pernegg:**

6. August 2022

**75 Jahre Naturfreunde Mitterdorf:**

17. September 2022

**100 Jahre Naturfreunde Selzthal:**

3. September 2022

**100 Jahre Naturfreunde St. Michael:**

3. September 2022

**100 Jahre Naturfreunde Voitsberg:**

10. September 2022







1

1 Bergmesse zur 100-Jahr-Feier der Naturfreunde Pöls

2 75 Jahre Naturfreunde Liezen: Vorsitzender Ferdinand Kury mit Bürgermeisterin Roswitha Glashüttner (links)

3 Vorsitzender Ferry Hahn (links außen) und Bürgermeister Manfred Komericky (Mitte) eröffneten die neue Kletterwand der Naturfreunde Kalsdorf.

4 Die Naturfreunde Köflach feierten in ihrem frisch renovierten Vereinsheim.



2

eine begeisterte Naturfreundin. Die Grüße und den Dank der Landesleitung überbrachte Pressereferent Michael Domian.

### 100 Jahre Naturfreunde Pöls

Im Rahmen einer eigens gestalteten Bergmesse beim Marterl „Schwarzer Herrgott“ in Offenburg feierten die Naturfreunde Pöls am 17. Juli 2022 ihr 100-jähriges Bestehen. 1922 gegründet, wurde die Ortsgruppe 1934 als staatsfeindliche Organisation verboten. Im Jahr 1945 wurde der Verein auf Anregung von Anton Wieser neu gegründet. Unter seinem Vorsitz wurde auch eine Fotosektion ins Leben gerufen. In den folgenden Jahren kamen Reiseleiter, Wanderführer und Wintersportreferenten hinzu, darüber hinaus die Referate Schi Nordisch, Tourensch, Seniorenwandern, Radwandern, Kinder und Jugend sowie Klettern. Mit Stolz blickte Wolfgang Miesbacher auf seine 12-jährige Tätigkeit als Vorsitzender zurück und bedankte sich bei seinen Referentinnen und Referenten für ihren unermüdlichen Einsatz. Im Anschluss an die Messe fand im Pausenhof der Mittelschule Pöls ein gemütliches Beisammensein bei Musik, Speis und Trank statt. ■



3



4



# Climb & Fun in El Chorro

**International** ■ Nach der coronabedingten Zwangspause konnte heuer wieder die beliebte Klettersportreise „Climb & Fun“ der Naturfreundejugend Steiermark stattfinden. Sie führte diesmal nach El Chorro in Spanien, wo uns eines der attraktivsten Kletterreviere Andalusiens erwartete.

*Text und Fotos: Karl Heinz Ganster, Landessportkletterreferent Steiermark*

Nach zwei Jahren Planung war es heuer im April endlich so weit: 15 Naturfreundinnen und Naturfreunde fanden sich am Flughafen Wien-Schwechat ein, um gemeinsam nach Málaga zu fliegen. „Climb & Fun“ ist eine Reise der Naturfreundejugend Steiermark, die seit 2000 – bis auf die beiden Corona-Jahre 2020 und 2021 – jedes Jahr zu Ostern auf dem Programm gestanden hat.

Nach der Ankunft in Spanien holten wir unsere Mietwagen ab und besuchten kurz den Strand in Playa-

mar. Danach fuhren wir nach Álora, wo sich in der Nähe unsere gemietete Finca befand. Leider übersahen wir in der Aufregung gleich mal die Umfahrung von Álora und mussten auf die harte Tour erleben, wie schmal die Gassen in Spanien sein können. Wegen der Osterfeiertage war zu allem Überfluss auch noch das halbe Städtchen gesperrt. Mit etwas Verspätung kamen wir am Ende aber heil in unserer Finca an. Dort wurden wir für alle Strapazen mehr als entschädigt: Es handelte sich um ein wunderschönes Haus



aus dem 18. Jahrhundert, mit acht Schlafzimmern, drei Bädern, zwei Küchen, einem Wohnzimmer, einem Esszimmer, einem Pool, einer großen Terrasse und einem Grillplatz. Am Abend kochten und aßen wir gemeinsam und ließen den Abend auf der Terrasse bei lauer, mediterraner Stimmung ausklingen.

## Klettern, Wandern und Sightseeing

Am nächsten Tag fuhren wir nach El Chorro, stellten unsere Fahrzeuge an einem der Parkplätze ab und wanderten zu den Kletterwänden von „Escalera Árabe“, gleich neben der „Arabischen Treppe“. Hier gibt es Routen im Bereich von 3a bis 4c, richtige Genussstouren, die sich vor allem für unsere jüngeren und älteren Gruppenmitglieder eignen und perfekt für die richtige Akklimatisierung an den Felsen waren. Danach wanderten wir die „Arabischen Treppe“ hinauf und bewunderten die Gegend. Am Abend ging es zurück zur Finca.

In den nächsten Tagen wanderten wir durch die Schlucht Caminito

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von „Climb & Fun“ 2022







Die Felswände in El Chorro bieten eine Vielzahl von Klettermöglichkeiten in den unterschiedlichsten Schwierigkeitsgraden.

del Rey, eine der Hauptattraktionen Andalusiens. Der Weg ist wunderschön und neu saniert. Er bietet eine Wahnsinnsaussicht und endet im Bereich El Chorro. Anschließend fuhren wir zur Stadt Ronda, die oberhalb der 80 Meter tiefen El-Tajo-Schlucht thront, welche die Neu- von der Altstadt trennt. Über den Abgrund in der Stadtmitte spannt sich eine Steinbrücke, die „Puente Nuevo“, ein beliebter Aussichtspunkt.

Weiters machten wir halt im Klettersektor „Valle de Abdalajís“, der für seine Plattenklettereien bekannt ist. Auch hier gab es einige leichtere Routen. Eines der Ziele dieser Woche war auch „El Torcal“ (= Paraje Natural Torcal de Antequera), ein großes Naturschutzgebiet, in dem wir eine ca. 12 km lange

Wanderung unternahmen. Sehr interessante Felsformationen säumten hier den Weg. Sehr sehenswert! An den letzten beiden Tagen wurde die Gruppe geteilt. Ein Teil blieb zum Klettern in El Chorro und erkundete die Vielzahl der zur Verfügung stehenden Routen. Der andere Teil der Gruppe besuchte Gibraltar und seinen Affenfelsen – in Gibraltar lebt Europas einzige wilde Affenpopulation – sowie die wunderschöne Stadt Sevilla.

Am Ende der Woche flogen wir zurück nach Wien. Eine gelungene Reise ging zu Ende, und alle waren mit dem abwechslungsreichen Programm zufrieden. Schon jetzt warten unsere Teilnehmenden voller Vorfreude auf Ostern 2023, wenn wir uns auf die nächste „Climb-& Fun“-Reise begeben. ■



**WIR  
MACHT'S  
MÖGLICH.**

# Herrliches Schneevergnügen

Kurse, Schitouren im In- und Ausland



## Steirische Schilehrerkoordinierung

Für alle Instruktorinnen und Instrukturen sowie Jugend- und Kinderbetreuer\*innen Schi- und Snowboard. Im Rahmen dieser dreitägigen Koordinierung werden die neuesten schitechnischen sowie pädagogischen und methodisch-didaktischen Erkenntnisse vermittelt, damit alle Mitarbeiter\*innen für unsere zahlreichen Schikurse auf dem neuesten Stand sind.

Ort: Schladming • Termin: 9.–11. Dezember 2022



## Tagesschitouren

Schitourengehen ermöglicht unvergessliche Momente in der traumhaften steirischen Berglandschaft. Auf unseren Tagesschitouren lernst du das vielfältige Routenangebot der Steiermark kennen. Das Ziel der jeweiligen Tour wird je nach Wetter und Schneelage kurzfristig bekanntgegeben.

Termine: Dezember 2022–März 2023 • Preis pro Person: 15 € pro Tour, vor Ort zu bezahlen •

Kursleiter: Matthias Pilz, Hans Eisner



## Lawinenseminar Basis

Dieses Seminar richtet sich sowohl an Anfänger\*innen als auch an erfahrene Schitourengänger\*innen. Neben zahlreichen Theorievorträgen zu Themen wie W3, Schneedecke, Gefahrenzeichen und Orientierung steht vor allem die praktische Anwendung des Erlernten im Vordergrund. In kompetenzbasierten Kleingruppen wird das selbstständige Durchführen von Schitouren geübt. Grundlage der gesamten Ausbildung ist der richtige Umgang mit der Notfallausrüstung.

Ort: Aigen, Gasthof Wöhrer • Voraussetzungen: vollständige Schitourenausrüstung inkl. Notfallausrüstung, grundlegende Kenntnisse im Tourengehen, Kondition für mehrere Stunden Bewegung im Gelände •

Termin: 5.–8. Jänner 2023 • Preis pro Person: in Ausarbeitung • Kursleiter: Matthias Pilz



## Island: Schitouren am Rande des Polarkreises

Berge, die aus dem Meer wachsen, direkt von der Küste unberührte Gipfel besteigen und von dort zum Meer hinunterfahren – erlebe Abenteuer pur und reise mit uns auf die faszinierende Vulkaninsel! Unser Tourengebiet befindet sich rund 100 Kilometer südlich des Polarkreises. Stationiert sind wir in Siglufjörður auf der Troll-Halbinsel im Norden von Island in einem Hotel direkt am Fjord.

Voraussetzungen: Schitourenerfahrung, sicherer Fahrstil auf allen Schneearten, Kondition für mehrstündige Aufstiegszeiten • Termin: 24.–31. März 2023 • Preis pro Person: 2.290 € (ohne Flüge) • Leistungen: Bustransfer in Island, 5 x HP im Hotel Sigló, 1 x Übernachtung mit Frühstück im Airport-Hotel in Keflavík, Organisation, Tourenführung, Reiseleitung



## Buchtipp

Claudia Hebenstreit

### BERG bewegt

Eine Einladung zur facettenreichen Bewegung in der Natur  
Paperback, 164 Seiten, ISBN 978-3-99139-077-0, 16,50 €

Die Bergwelt ist ein Turnsaal für Körper, Geist und Seele. Aus ganzheitlicher Sicht benötigen wir Bewegung, um intakt und in Balance zu bleiben. Erst wenn wir Bewegung, gesunde Ernährung und Stressverminderung in unser Leben integrieren, kommen wir dem ersehnten Ziel, länger gesund leben zu dürfen, einen Schritt näher. Bewegung bügelt zwar nicht unsere Lebensfalten weg, und es verschwinden auch nicht alle Leiden, genauso wenig kann ich jedoch darauf hoffen, lange gesund zu leben, ohne aktiv zu sein. Es geht um Lebensqualität, physisch und psychisch. „Jede investierte Minute lohnt sich!“, meint die bergbegeis-

Tage, an denen  
sie in den Bergen  
unterwegs ist,  
sind Claudia  
Hebenstreits  
Lieblingstage.



terte Allroundsportlerin Claudia Hebenstreit. Ihr praxisorientiertes Buch „Berg bewegt“ macht Lust auf eine neue Gehrichtung im Leben. Zuerst erfordert es Anstrengung, Bereitschaft und auch Schweiß, dann folgt eine solide Ausdauer, bis sich schließlich Spaß, Genuss und Freude einstellen.

Claudia Hebenstreit liefert auch Tipps für ein effizientes Training und für eine geeignete Ernährung. Persönliche Bergerlebnisse der Autorin ergänzen das Buch. Berg frei!



Wo der Spaß niemals  
zu kurz kommt ...

Ab 1.9.2022  
anmelden unter  
[www.vhsstmk.at](http://www.vhsstmk.at)

Mit dem 60-Euro-  
Bildungsscheck  
der AK

Eine Bildungseinrichtung der  
Arbeiterkammer Steiermark.

VOLKSHOCHSCHULE  
STEIERMARK



Weitere Veranstaltungen findest du auf [steiermark.naturfreunde.at/events!](http://steiermark.naturfreunde.at/events!)

## ORTSGRUPPE BREITENAU

15. Okt.



### Wanderung im Naturpark Hohe Wand

Autobusfahrt mit Wanderung im Naturpark Hohe Wand, einem Paradies für Wander- und Kletterfans sowie Kinder  
Preis pro Person: 27 € • Anmeldung: 0664/75 01 39 19

18. Nov.



### Berg- und Filmabend

Ort: Gemeindesaal St. Jakob • Beginn: 19 Uhr

27. Nov.



### Nikolo- und Krampusspiel

Ort: Dorfplatz St. Jakob • Beginn: 15 Uhr

## ORTSGRUPPE BRUCK AN DER MUR

15. Okt.



### Wanderung zur Romaischlucht

Anmeldung: Erwin Matzinger, 0664/114 51 26

8. Nov.



### Wanderung zur „Luckerten Wand“

Anmeldung: Erwin Matzinger, 0664/114 51 26

## ORTSGRUPPE FELDKIRCHEN BEI GRAZ

8. Okt.



### Mitgliederabschlussfahrt

Autobusfahrt ins Blaue mit kleiner Wanderung  
Abfahrt: Marktplatz Feldkirchen, 9 Uhr • Preise pro Person: Naturfreunde-Mitglieder: 10 €, Nichtmitglieder: 20 € • Anmeldung: Ernst Steiner, 0699/17 27 85 03

6. Nov.



### Kreuzkogelwarte am Kogelberg

Leichte Wanderung mit ca. 300 Hm; Gehzeit: ca. 3 Stunden; auch für Menschen mit körperlicher Einschränkung geeignet

Abfahrt: Marktplatz Feldkirchen, 9 Uhr • Anmeldung: Gerlinde Wagner, 0677/63 22 95 82

4. Dez.



### Gossendorfer Krippenweg

Leichte Wanderung mit ca. 200 Hm; Gehzeit: ca. 2 Stunden

Abfahrt: Marktplatz Feldkirchen, 9 Uhr • Anmeldung: Gerhard Huber, 0316/24 29 66

## ORTSGRUPPE GLEISDORF

16. Okt.



### Schilcherkeller-Rundweg

Wanderung zum Ausklang der Wandersaison mit den Naturfreunden Weiz in Bad Gams; Gehzeit: ca. 3,5 Stunden  
Abfahrt: GEZ Gleisdorf, 8.30 Uhr • Anmeldung: Franz Paller, 0660/149 07 97

26. Okt.



### Klettersteig

An diesem Tag werden wir einen schönen Klettersteig besuchen.

Abfahrt: GEZ Gleisdorf, 7.00 Uhr • Anmeldung: Franz Paller, 0660/149 07 97

27. Nov.



### Mitgliederversammlung

Mitgliederversammlung mit Bilder-Rückblick

Ort: Gasthaus Schwab – Wiesenwirt, Urscha 37 • Beginn: 15 Uhr

## NATURFREUNDE GRAZ

7. Okt. bis 9. Okt.



### Klettern und Yoga im Maltatal

Von und für Frauen. Klettern mit Fokus auf Aspekte wie Achtsamkeit, Körperwahrnehmung und Selbstreflexion. Neben dem Klettern wird es angeleitete Yogaeinheiten und gegenseitige Shiatsu-Behandlungen geben.

Ort: Maltatal, Campingplatz Fischertratten • Voraussetzungen: Erfahrung beim Klettern und Sichern am Fels • Preis pro Person: 249 € inkl. Campinggebühren, exkl. Verpflegung • Anreise: in Fahrgemeinschaften • Anmeldung: Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at

6. Nov.



### Rundwanderung Enzenbach

LKH Enzenbach–Kaschlsteig–Mühlbachgraben–Rein–Enzenbach

Treffpunkt: P&R Graz-Nord, Weinzödl (Fahrgemeinschaft), 8 Uhr • Anmeldung: Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at

3. Dez.



### Adventtag für Frieden und Menschenrechte

Aufenthalt in Seggau mit Diözesanbischof Dr. Wilhelm Krautwaschl und Altbürgermeister Alfred Stingl; Ausklang im vorweihnachtlichen Besucherzentrum Grottenhof des Naturparks Südsteiermark

Anmeldung: Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at



## ORTSGRUPPE JUDENBURG

8. Okt.



### Spielfelder Weingärten

Für das Begehen des Natur-Kultur-Archäologiewegs „Spielfelder Weingärten“ sind Wanderausrüstung und Wanderschuhe notwendig.

**Preis pro Person:** 54 € • **Abfahrt:** 8 Uhr Terminal Tieber, 8.08 Uhr Dr.-Theodor-Körner-Platz, 8.15 Uhr Murdorf (Hochhaus), 8.20 Uhr Arena Jet Tankstelle • **Anmeldung:** Christian Füller, 0664/830 43 63, christian.fueller@gmx.at

26. Okt.



### Elzer Roas

Eine gemütliche Rundwanderung (6 km, 150 Hm) durch die Apfelgärten rund um Puch bei Weiz

**Preis pro Person:** 52 € • **Abfahrt:** 8 Uhr Terminal Tieber, 8.08 Uhr Dr.-Theodor-Körner-Platz, 8.15 Uhr Murdorf (Hochhaus), 8.20 Uhr Arena Jet Tankstelle • **Rückfahrt:** 16 Uhr • **Anmeldung:** Christian Füller, 0664/830 43 63, christian.fueller@gmx.at

## ORTSGRUPPE KALSDORF

27. Dez.  
bis  
30. Dez.



### Schi- und Snowboardkurs am Präbichl

Für Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene; Busfahrt täglich von Werndorf, Kalsdorf und Feldkirchen oder Treffpunkt direkt am Präbichl möglich

**Preis pro Person:** auf Anfrage • **Anmeldung:** Elfi Hafenscherer, 0664/414 28 03, elfi@naturfreunde-kalsdorf.org

## ORTSGRUPPE LANDL

26. Okt.



### Fitmarsch

**Treffpunkt:** Volksschule Landl, 9 Uhr

31. Dez.



### Silvesterwanderung

**Treffpunkt:** Volksschule Landl, 14 Uhr

## ORTSGRUPPE MITTERDORF

11. Dez.



### Lichterwanderung

Besinnliche vorweihnachtliche Wanderung mit Fackeln oder Stirn- bzw. Taschenlampen für Kinder und Jugendliche bis 12 Jahre; Dauer: ca. 2 Stunden

**Treffpunkt:** Fußballplatz in der Au bei Mitterdorf • **Anmeldung:** Andrea Planka, 0650/330 94 87

## ORTSGRUPPE MÜRZHOFEN

18. Dez.



### Schitour Pretul-Amundsenhöhe

Vom Parkplatz Bärenkogelhaus startend über Forststraßen zur Ganzalm und weiter zum Roseggerhaus; danach leichter Aufstieg zur Amundsenhöhe (1666 m) und von hier retour zum Parkplatz; Länge: ca. 11 km, Anstieg: ca. 500 Hm, Dauer: ca. 4 Stunden

**Anmeldung:** Günter Schirninger, 0676/562 02 02

10. Jän.



### Schitour Kreuzschober

Vom Parkplatz beim Gehöft Hofbauer startend auf Forststraßen und über Wiesen zur Kaarlhütte und weiter auf den Kreuzschober (1410 m); Abstieg wie Anstieg; Länge: ca. 14 km, Anstieg: ca. 600 Hm, Dauer: ca. 5 Stunden

**Anmeldung:** Günter Schirninger, 0676/562 02 02

## ORTSGRUPPE PERNEGG

5. Nov.



### Wanderung auf den Kreuzkogel

Wir treffen uns um 8 Uhr beim Spar in Pernegg. Gemeinsame Wanderung auf den Schiffall (1221 m) und Kreuzkogel (1181 m).

**Anmeldung:** Johannes Papst, 0664/73 51 60 00

21. Dez.



### Lichterwanderung zum Gredlerkreuz

Wir treffen uns um 18 Uhr im Zentrum von Traföb und wandern mit Laternen (kein offenes Licht) in den Traföbgraben zum Gredlerkreuz.

**Anmeldung:** Elfi Rosenberg, 0664/511 09 18

31. Dez.



### Silvesterwanderung auf den Hochanger

Treffpunkt ist um 9 Uhr beim Spar in Pernegg. Wanderung über Häuselhofer auf den Brucker Hochanger; Einkehr im Naturfreunde-Schutzhaus Hochanger.

**Anmeldung:** Gert Lanz, 0676/896 43 24 80

## ORTSGRUPPE TROFAIACH

26. Dez.  
bis  
30. Dez.



### Schikurs für Kinder und Jugendliche

Immer vormittags; der genaue Ort wird noch bekanntgegeben.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Weitere Infos:** Ulrike Eberhard, 0 38 47/58 36, trofaiach@naturfreunde.at

6. Jän.  
bis  
8. Jän.



### Langlaufkurs

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, immer von 10 bis 13 Uhr; der genaue Ort wird noch bekanntgegeben.

**Preis pro Person:** in Ausarbeitung • **Weitere Infos:** Brigitte und Wolfgang Fasching, 0650/341 31 07, 0664/615 73 31, nordic-skiteam-trofaiach@outlook.com

## ORTSGRUPPE VEITSCH

14. Okt.



### Vernissage – Fotoausstellung

Die Ausstellung zum Thema „Salz“ ist danach bis Ende Dezember jeden Dienstag ab 16 Uhr und auf Anfrage geöffnet.

**Ort:** Galerie der Veitscher Naturfreunde, Untere Hauptstraße 13, Veitsch • **Beginn:** 17 Uhr • **Eintritt:** freiwillige Spende • **Kontakt:** Franz Huber, 0699/81 82 42 69

8. Nov.



### Veitsch seinerZEIT

Wir zeigen Bilder und Videos vom Beginn des Grenzstaffellaufs.

**Ort:** Galerie der Veitscher Naturfreunde, Untere Hauptstraße 13, Veitsch • **Beginn:** 17 Uhr • **Eintritt:** freiwillige Spende • **Kontakt:** Franz Huber, 0699/81 82 42 69

26. Dez.  
bis  
30. Dez.



### Kinderschikurs auf der Brunnalm

Alle Informationen über den Schikurs werden zeitgerecht auf unserer Webseite naturfreunde-veitsch.at veröffentlicht.

## IMPRESSUM STEIERMARK-AUSGABE

**Herausgeber, Medieninhaber:** Naturfreunde Steiermark, Defreggergasse 9, 8020 Graz • **Chefredakteur:** Michael Domian • **Redaktion:** Petra Ehgartner, Astrid Rubinigg, Rene Stix • **Anschrift der Redaktion:** Defreggergasse 9, 8020 Graz, Tel.: 03 16/77 37 14 • **E-Mail:** magazin.steiermark@naturfreunde.at • **Lektorat:** Karin Astelbauer-Unger • **Gestaltung:** Michael Domian, Schrägstrich Kommunikationsdesign e. U.

Österreichische Post AG, MZ 02Z032838M, Naturfreunde Österreich, Viktoriagasse 6, 1150 Wien, Retouren an Postfach 555, 1008 Wien

# #einesorgeweniger



**Unsere Unfallversicherung EXKLUSIV.**

Mehr auf [wienersaetdtische.at](http://wienersaetdtische.at) und bei Ihrer Beraterin/Ihrem Berater.

**Ihre Sorgen möchten wir haben.**

**WIENER**   
**STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP