

Naturfreund

Magazin für Freizeit und Umwelt

118. Jahrgang 4/2025



Paraclimberinnen im Fokus

SEITE 16



Wandern im Herbst:

Mit allen Sinnen die Natur genießen

Seite 4

Radfahren im
Burgenland

Seite 12

Klima(t)räume-Tour der
Naturfreundejugend

Seite 18

Neues vom Naturfreunde-
Alpinkader Damen & Herren

Leidenschaft, *die seit 70 Jahren Bestand hat.*

WOGRANDL

Ausdruck purer Leidenschaft.

Seit 1956

WOGRANDL

Wir vereinen beispielloses Engagement, vollumfänglichen Service und moderne Drucktechnik, um Flexibilität und Geschwindigkeit bei stabil hoher Qualität und Wirtschaftlichkeit für unsere Kunden zu garantieren.

Bücher, Broschüren, Folder, Visitenkarten, Flyer, Kataloge, Kalender, Blöcke, Rollups, Verpackungen, Zeitungen, Mappen, Ordner, Etiketten, Werbetafeln, Banner, Sticker, Bodenwerbung, T-Shirts, uvm.

– print@wograndl.com – 02626 / 622 16

[@wograndl_druck](https://www.wograndl.com)
www.wograndl.com



WOGRANDL

Den Herbst erleben – gemeinsam, sicher & achtsam



Die winterlichen Berge haben eine besondere Anziehungskraft, aber sobald du abseits gesicherter Pisten unterwegs bist, zählt vor allem eines: Wissen und Erfahrung. Am 18. Oktober 2025 hast du die Gelegenheit, dir das für Wintertouren notwendige Wissen zu holen: Beim 6. Internationalen Lawinensymposium der Naturfreunde im Arbeiterkammersaal Graz erwartet dich ein Tag voller spannender Einblicke, praktischer Tipps und neuester Erkenntnisse. Gemeinsam mit der GeoSphere Austria laden wir dich ein, von Expertinnen und Experten zu lernen, Fragen zu stellen und dich mit anderen Bergbegeisterten auszutauschen. Mit 36 Vorträgen und sechs Workshops bekommst du geballtes Know-how, das dir hilft, im Winter risikobewusst und damit sicherer unterwegs zu sein. Kurz gesagt: Wissen, das Leben retten kann.

Für eine lebenswerte Zukunft macht sich das Naturfreundejugend-Projekt „Klima(t)räume“ stark: Im heurigen Sommer unternahm eine Gruppe junger Menschen eine ganz besondere Reise – zwei Wochen lang durch alle neun Bundesländer, klimafreundlich zu Fuß, mit dem Rad und mit Öffis. Ziel dieser Tour war es, noch mehr Bewusstsein für den Klimaschutz zu schaffen und Spenden für ein Baumpflanzprojekt der Naturfreunde Internationale in Mali zu sammeln. Die Botschaft des Projekts:

Nachhaltiges Reisen ist möglich – und macht Sinn (mehr darüber auf Seite 12)!

Für alle, die gerne zu Fuß die Natur genießen: Seit dem Frühjahr 2025 errichten die Naturfreunde Hirschwang-Reichenau im Höllental entlang der Schwarza einen traumhaft schönen Flusswanderweg, der ein beeindruckendes Naturjuwel noch besser erlebbar macht. Am 19. Oktober 2025 feiern wir die Eröffnung des ersten Abschnitts. Ich würde mich freuen, auch dich bei diesem Fest begrüßen zu können!

Wenn du noch nicht bei den Naturfreunden bist und mit dem Gedanken spielst, Mitglied zu werden, ist jetzt der beste Zeitpunkt. Der Mitgliedsbeitrag, den du jetzt bezahlst, gilt nämlich bis Ende 2026; die restlichen Monate 2025 gibts geschenkt. Vielleicht hast du Freundinnen und Freunde, die sich auch über eine günstige Mitgliedschaft freuen würden – also: Bitte weitersagen!

Ich wünsche dir einen erlebnisreichen, sicheren und bunten Herbst!

Günter Abraham

Bundesgeschäftsführer der Naturfreunde Österreich

INHALT

Naturfreund 4/2025

Themen & Storys

Radtouren durch den Naturpark Geschriebenstein	4
Weitwanderweg „Vom Gletscher zum Wein“	6
Umwelt: Initiative „Respect Nature“	10
Umwelt: Klima(t)räume-Tour der Naturfreundejugend	12

Service & News

Sportklettern: neue Sicherungsgeräte	14
Starke Frauen im Paraclimbing	16
Naturfreunde-Alpinkader: Vorbereitungen für die Abschlussexpeditionen	18
Fotobundesmeisterschaft der Naturfreunde Österreich	21
Aktuelles, Impressum	22, 30

Reisen & Kurse 26

Steiermark-Ausgabe 32



**Naturfreunde
Österreich**

Auf zwei Rädern durch den Naturpark Geschriebenstein

Österreich ■ Das Günser Gebirge ist ein Eldorado für Wander- und Radfahrbegeisterte. Der Ausläufer der Alpen im Osten Österreichs mit seinem großen Waldgebiet und den Weinbergen an den Südosthängen hat viel Interessantes zu bieten.

Text: Rudolf Hochwarter, Buchautor, Foto: Burgenland Tourismus_Motionmanager-Hackl

WEITERE ROUTEN
AUF tourenportal.at!

Buchtipp

Rudolf Hochwarter

Rund um den Geschriebenstein
Rad-, Wander- und Freizeitführer
(mit Burgenland-Trails)

Paperback, 280 Seiten, edition lex
liszt 12, ISBN 978-3-99016-301-6, 26 €

Bestellung: info@lexliszt12.at,
lexliszt12.at, Tel.: 0 33 52/339 40, oder
im gut sortierten Buchhandel



1 Bahntrassen-Radweg und Paradiesroute



Wo einst Züge führen, kann man heute fernab vom Verkehr genussradeln. Der Rundweg verläuft von Großpetersdorf bis Schandorf am Bahntrassen-Radweg und wechselt dann auf die Paradiesroute, die nach Ungarn führt, wo man durch die Orte Narda und Bucsu fährt. Wieder in Österreich bei Rechnitz kommt man durch Markt Neuhodis, Zuberbach, Miedlingsdorf zurück zum Ausgangsort. Die europaweit einzigartigen riesigen Hügelgräber im Schandorfer Wald aus der Hallstattzeit sind ein Highlight der Tour und einen Abstecher wert.

Schwierigkeit: ■■

Toureninfo: 48 km/420 Hm/ca. 3 Std.

2 St.-Martin-Panoramaweg B52



Auf der Südseite des Günsler Gebirges entfaltet sich dieser Panoramaweg in all seiner Pracht. Fährt man durch die zehn kroatischen Dörfer von Rauhriegel bis Markt Neuhodis, hat man eine grandiose Aussicht gegen Süden Richtung Ungarn, Südburgenland und Südoststeiermark. Auf dem Retourweg in der Ebene von Markt Neuhodis bis zum Ausgangsort Altschlaining zeigen sich rechter Hand die bewaldeten Ausläufer des Geschriebensteins und die Dörfer an den Hängen. Diese schöne und ruhige Gegend wird auch als Lipa Vlahija, die schöne Walachei, bezeichnet.

Schwierigkeit: ■■■

Toureninfo: 43 km/680 Hm/ca. 3 Std.

3 MTB-Geschriebenstein-Strecke



Eine grenzüberschreitende abwechslungsreiche und anspruchsvolle MTB-Strecke. Start ist beim Rechnitzer Badensee. Über das Weingebirge gelangt man nach Ungarn in die Orte Bozsok, Velem, Cák und Kőszeg, in Österreich radelt man durch Rattersdorf, Liebing, Hochstraß und Lockenhaus. Dazwischen gibt es schöne Trails sowie Wald- und Feldwege. Von Lockenhaus quert man das Günsler Gebirge nach Rechnitz. Highlights auf der Strecke sind die alten Kastanienbäume bei Liebing und die Burg Lockenhaus.

Schwierigkeit: ■■■■

Toureninfo: 55 km/1080 Hm/ca. 4 Std.

4 Batthyány-Trail



Seit einigen Jahren begeistern die Burgenland-Trails. Kamelbuckel, Steilkurven und Gräben sorgen für einen geschmeidigen und rhythmischen Downhill-Flow. Eine blaue Strecke für Einsteiger*innen ist der Batthyány-Trail. Er startet bei der Aussichtswarte am Geschriebenstein, dem höchsten Berg des Burgenlandes (884 m). Die leichte Variante führt über das Weingebirge zum Rechnitzer Badensee. Dort erwarten einen den Shuttlebus und eine Abkühlung im See. Die Burgenland-Trails sind ganzjährig geöffnet und gebührenpflichtig.

Schwierigkeit: ■■■■

Toureninfo: 8,8 km/20 Hm ↑, 540 Hm ↓/ca. 1,5 Std.

Vom Gletscher zum Wein

Österreich ■ Der Weitwanderweg „Vom Gletscher zum Wein“ ist eine faszinierende Entdeckungsreise durch die Steiermark.

Text und Fotos: Herbert Raffalt, staatlich geprüfte Berg- und Schiführer, Fotograf und Buchautor



Herbert Raffalt ist ein echter Steiermark-Kenner. Als Bergführer, Fotograf und Buchautor zeigt er eindrucksvoll die Schönheit der heimischen Bergwelt.

Die landschaftliche Vielfalt der Steiermark ist unvergleichlich. Der Bogen spannt sich vom schroffen Hochgebirge im oberen Ennstal bis hin zu den sonnenverwöhnten Weinbergen im Süden des Landes. Wer sich auf einen Fußmarsch von Nord nach Süd begibt, erlebt ein Bundesland voller spannender Gegensätze. Ein Land, das mit einer außergewöhnlichen Berg- und Naturlandschaft gesegnet sowie mit kulturellen und kulinarischen Schätzen reich beschenkt ist.

Eine Idee wird Wirklichkeit

Um die Steiermark hautnah kennenzulernen, sollte man sie Schritt für Schritt erwandern. Wie hat es Goethe so schön auf den Punkt gebracht: „Nur wo du zu Fuß warst, bist du auch wirklich gewesen.“ Die Idee, einen Wanderweg quer durch das grüne Herz Österreichs zu verwirklichen, gab es schon länger.

Doch die Umsetzung dauerte einige Jahre. Der Weg sollte die gesamte Vielfalt des Landes mit einbinden. Ein fast aussichtsloses Unterfangen. Schließlich sind es zwei Routen geworden.

Zwei Routen – eine Vision

Die Nordroute führt in 35 Etappen vom Dachstein zum Nationalpark Gesäuse und über den Hochschwab ins Thermenland nach Bad Radkersburg. Auf der Südroute geht es in 25 Etappen über die Schladminger Tauern zum Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen und durch das Schilcherland nach Leibnitz. Die offizielle Eröffnung der beiden Routen erfolgte im Mai 2016 am Dachstein. Sowohl die Nord- als auch Südroute haben hier ihren Ausgangspunkt. Sie führen von der Bergstation der Dachsteinseilbahn über den Schladminger Gletscher zum Guttenberghaus. Hier trennen sich die Wege in Richtung Weinland.

Wandern als Lebensgefühl

Weitwanderwege sind in erster Linie eine Kopfsache. Mehrere Tage unterwegs zu sein verändert den Blickwinkel auf das Leben. Der Tagesablauf besteht aus Gehen, Essen und Schlafen. Dazwischen ist viel Zeit, um Dinge neu zu ordnen. Die Eindrücke einer langen Wanderung sind überwältigend. Wer die gesamte Route in einem Stück bewältigt,

wird mit der Aufarbeitung eine ganze Weile brauchen. Die meisten Wanderinnen und Wanderer werden sich nur Teilstücke der Tour herauspicken und die Strecke in kleinere Abschnitte aufteilen. Welche der beiden Routen die schönere ist, kann man nicht sagen. Zu unterschiedlich sind die landschaftlichen Eindrücke und Anforderungen.

Die Nordroute: Vom Gletscher zu heißen Quellen

Die Nordroute ist mit 524 km deutlich länger und auch anspruchsvoller als die 370 km lange Südroute über die Schladminger Tauern. Beiden gemeinsam ist der spektakuläre Start am Dachstein-Gletscher. Hier im Norden des Landes prägen steile Felsmauern mit einsamen Gipfeln und geheimnisvollen Karsthochflächen das raue Landschaftsbild. Am Fuß des Hohen Dachsteins befinden sich die östlichsten Gletscher Österreichs. Doch das scheinbar ewige Eis zieht sich zurück. Dort, wo sich noch vor wenigen Jahrzehnten gewaltige Eismassen in Richtung Tal gewälzt haben, kommt jetzt eine faszinierende Steinwüste zutage. Über Jahrmillionen hat das Wasser die Oberflächen bearbeitet und geformt. Dabei sind skurrile, wie von Menschenhand geformte Rillen, Kare und Steinmäander entstanden. Zwischen den von der Sonne gebleichten Steinen wachsen zarte Blumen.



Mehrere Tage wandernd unterwegs zu sein verändert den Blickwinkel auf das Leben.



Am Gipfel der Hohen Veitsch (1), der Schwarzensee im Kleinsölketal (2), Blick auf den Dachstein mit Neustattalm (3), der Grenztisch in Leutschach an der Südsteirischen Weinstraße (4)

Sie sind wahre Überlebenskünstler inmitten einer dem Wind und Wetter ausgesetzten Umgebung. Vom Dachstein-Massiv geht es entlang der Nordroute zur Alm- und Seenlandschaft der Tauplitz. Auch hier dominiert trockenes Kalkgestein das Landschaftsbild. Der südliche Teil des Toten Gebirges wird auf der Wanderung nur gestreift. Durch die rauschende Wörschachklamm geht es hinunter zu den Feuchtwiesen des Ennstals und weiter zum Nationalpark Gesäuse. Die steilen

Felsmauern sind die „Wiege“ des alpinen Kletterns in Österreich. Das sogenannte Xeis ist mit seinen anspruchsvollen Routen vor allem bei Kletterfreunden begehrt.

Über den Hochschwab ins Apfelfeld

Von den abweisenden Nordwänden geht's weiter zum Erzberg und ins Hochschwab-Massiv. Das weitläufige Hochplateau ist ein verkarstetes Gebirge mit hochalpinem Charakter. Wunderschön liegt das Schiestlhaus

etwa 600 Meter nordöstlich des Hochschwab-Gipfels. Die Schutzhütte ist das erste hochalpine Passivhaus Österreichs. Vom Gamsgebirg, wie der Hochschwab ebenfalls genannt wird, wandert man weiter ins Mürzer Oberland. Hier dreht der Weg in Richtung Süden hinunter zu den Fischbacher Alpen und ins Almen- und Apfelfeld der Oststeiermark. Die letzten Etappen führen schließlich durch das Thermen- und Vulkanland bis zur Parktherme Bad Radkersburg, wo man sich im

Routenverlauf



Wasser der heißen Quellen erholen kann. Hier endet die Nordroute nach insgesamt 35 Tagesetappen.

Die Südroute: Wasserreiche Tauern und einsame Hochplateaus

Auch die Südroute startet am Fuß der mächtigen Dachstein-Südwände. Eine Kulisse, die Bergwanderer und Kletterbegeisterte gleichermaßen in ihren Bann zieht. Ab dem Guttenberghaus geht es steil in Richtung Süden in die Ramsau und weiter nach Schladming. Von der steirischen Schimmetropole wandert man ins Herz der Schladminger Tauern. Der Hochwurzeln-Höhenweg führt in die Welt der Urgesteinsberge. Die Schladminger Tauern bilden einen reizvollen Kontrast zu den bleichen Felswänden des Dachsteins. Die dunklen, oft mystisch wirkenden Tauernberge werden aufgrund ihres Wasserreichtums und der üppigen Vegetation gerne als Grasberge bezeichnet. Nähert man sich den Niederen Tauern vom Ennstal her, vermitteln die sanften Rücken zunächst den Eindruck einer gemütlichen und eher unspektakulären Berglandschaft.

Sobald man jedoch weiter vordringt, entdeckt man den wahren Charakter dieser Landschaft. Nach und nach rücken gewaltige Bergriesen und Gipfelpersönlichkeiten ins Blickfeld. Einige, etwa die Hochwildstelle, das Waldhorn oder auch der Hochgolling mit seiner wuchtigen Nordwand, sind bekannte und gern besuchte Tagesziele. Sobald man den Hauptkamm der Schladminger überschritten hat, wird es ruhiger und auch einsamer.

Kultur, Klöster und Kulinarik im Süden

Von der Steirischen Krakau geht es nun nicht mehr so alpin über das Hochtal der Krakau bis nach St. Peter am Kammerberg. Von hier führt die Route über die Stolzalpe in die Bierstadt Murau und weiter zum Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen. Ein Höhepunkt auf der Reise nach Süden ist das Benediktinerstiftsgebäude in St. Lambrecht. Ebenso beeindruckend ist die Aussicht vom



Buchtipps

Silvia Sarcelletti & Elisabeth Zienitzer

Vom Gletscher zum Wein Weitwandern in der Steiermark: Nord- und Südroute

Paperback, 256 Seiten, Bergverlag Rother, ISBN 978-3-7633-4550-2, 16 €

Der Wanderführer „Vom Gletscher zum Wein“ von Silvia Sarcelletti und Elisabeth Zienitzer ist ein wertvoller Tourenbegleiter. Die beiden Wanderprofis stellen in diesem Band die Nord- und Südroute mit allen wichtigen Infos vor. Jede der 60 Etappen wird zuverlässig beschrieben. Zudem stehen GPS-Tracks zum Download bereit.



In der Südsteiermark kann man sich kulinarisch verwöhnen lassen (Foto oben). Ein Höhepunkt auf der Südroute ist das Stift St. Lambrecht.

Zirbitzkogel. Vom Dach der Steiermark geht es hinunter zum Obdacher Sattel und von dort weiter zur Pack- und Koralpe. Der langgezogene Höhenrücken trennt die Bundesländer Steiermark und Kärnten. Mit großen Schritten führt der Weg ins Schilcher Land. Von Deutschlandsberg wandert man vorbei an Weingütern und Buschenschänken ins Herz des südsteirischen Weinlandes nach Leutschach.

Jetzt begleitet einen die typisch hügelige Landschaft über die Weinstraße an der steirisch-slowenischen Grenze. Auf der letzten Etappe der Südroute gelangt man von Ehrenhausen, der Weinhauptstadt der Südsteiermark, nach Leibnitz im Naturpark Südsteiermark, dem Endpunkt der Südroute. ■

Sorg für morgen.



Unsere Zukunftsvorsorge.

Auf wienersaetdtische.at, telefonisch und natürlich auch persönlich.

#einesorgeweniger

Ihre Sorgen möchten wir haben.

**WIENER
STÄDTISCHE**
VIENNA INSURANCE GROUP

Respect Nature – Nachhaltig mehr erleben!

Umwelt ■ Unter dem Motto „#WeRespectNature“ engagieren sich die Naturfreunde in einer Kooperation mit den Österreichischen Bundesforsten seit nunmehr fünf Jahren für ein respektvolles Miteinander in der Natur.

Text: Linus Scoz, Thomas Wicander und Andrea Lichtenecker, Naturfreunde Internationale,
Fotos: Andreas Häusler, Carina Fritz, Linus Scoz

Die Initiative „Respect Nature“ der Naturfreunde Österreich, der Naturfreunde Internationale (NFI) und der Österreichischen Bundesforste (ÖBf) möchte Erholungsuchende zu einer nachhaltigen Freizeitnutzung in der Natur motivieren und einen Beitrag zur Förderung

eines respektvollen Miteinanders sowie zur Bewahrung wertvoller Arten und Lebensräume leisten. Vom richtigen Umgang mit Abfall über Rücksichtnahme auf Wildtiere bis hin zu klimafreundlichem Reisen – oft reicht schon eine kleine Verhaltensänderung, um Großes zu bewirken.

In spannenden Diskussionen wurde das Thema Littering – also das achtlose Wegwerfen von Müll – beleuchtet. Des Weiteren ging es um die Bedeutung gesunder Böden und den rasanten Bodenverbrauch in Österreich. Besonders eindrucksvoll war für viele die Erkenntnis, dass in Österreich im Schnitt jeden Tag rund 11 Hektar Boden versiegelt werden. Den Teilnehmenden war klar: Veränderung braucht *alle* – Einzelpersonen, Unternehmen, aber vor allem auch die Politik, um die Rahmenbedingungen für weniger Plastikmüll und effizienten Bodenschutz zu schaffen.

Junge Menschen für Umweltschutz begeistern

In diesem Jahr lag der Schwerpunkt von „Respect Nature“ auf Umweltbildung mit einem besonderen Augenmerk auf junge Menschen. Im Rahmen zahlreicher lokaler Events wurde Wissen vermittelt, das Bewusstsein für nachhaltiges Tun geschärft und gemeinsam angepackt. Drei Projekte möchten wir euch im Folgenden näher vorstellen.

Littering, Mikroplastik & Bodenschutz: Workshop für Schüler*innen

Wie gelangt Mikroplastik in den Boden? Wieso ist es so schwer, im Alltag auf Plastik zu verzichten? Warum ist gesunder Boden so kostbar? Diese und weitere Fragen erörterten Schüler*innen des Innsbrucker Reithannngymnasiums Ende Juni in einem Workshop, den die NFI gemeinsam mit den Tiroler Naturfreunden organisiert hat.

Clean-up in den Innauen: Aufräumen und feiern

Anfang September machten sich die Naturfreunde gemeinsam mit Up Stream Surfing Innsbruck, der NGO Be Up und den ÖBf auf in die Völser und Kranebitter Innauen – zwei ökologisch besonders wertvolle Naturräume nahe Innsbruck. Mehr als hundert Brutvogelarten, darunter streng geschützte Arten wie der Eisvogel, finden hier noch einen Rückzugsort. Die Auen geraten jedoch zunehmend unter Druck: Partylärm, Lagerfeuer, Müll – all das setzt der sensiblen Natur zu.

Die Antwort darauf? Anpacken! Gemeinsam wurden Abfälle gesamt-

SDGs in Bewegung: Jugend. Nachhaltigkeit. Zukunft.

Wie können junge Menschen durch Sport- und Freizeitaktivitäten zu einem nachhaltigeren Verhalten motiviert werden? Was brauchen sie, um ihre Zukunft aktiv und verantwortungsvoll mitgestalten zu können? Und wie stellen wir sicher, dass ihre Stimmen auch in der Politik Gehör finden?

Diesen und weiteren Fragen widmet sich das Dialogforum der NFI „SDGs in Bewegung“. Im Zentrum dieser ganztägigen Veranstaltung stehen die globalen Nachhaltigkeitsziele (Sustainable Development Goals = SDGs) und der Austausch zwischen jungen Menschen, Organisationen sowie Entscheidungsträgerinnen und -trägern. Sei dabei und diskutiere mit uns über die nachhaltige Zukunft von morgen!

Termin: 17. Oktober 2025

Ort: Afro-asiatisches Institut Graz, Leechgasse 24

Weitere Infos: nf-int.org/sdg



Im Forstbetrieb Steyrtal der ÖBf erfuhren die Teilnehmenden der Klima(t)räume-Tour viel über das Schaffen klimafitter Wälder (Foto links oben). Für gesunde Böden und Gewässer: Müll in der Natur vermeiden und entfernen.

melt und sortiert – von Zigarettenstummeln bis hin zu Sperrmüll war alles dabei. Zum Abschluss wurde bei Up Stream Surfing gefeiert – natürlich im Einklang mit der Natur. Denn eines war allen bewusst: Jede*r kann etwas tun – und das beginnt mit dem ersten aufgesammelten Stück Müll.

Klima(t)räume-Tour im Forstrevier Spital am Pyhrn

Wie sieht der Wald der Zukunft aus? Dieser Frage gingen die Teilnehmenden der Klima(t)räume-Tour der Naturfreundejugend Mitte Juli gemeinsam mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Forstbetriebs Steyrtal nach. ÖBf-Expertin Susanne

Binder gewährte interessante Einblicke in die nachhaltige Forstwirtschaft, den Biodiversitätsschutz und die Rolle des Waldes für den Klimaschutz. Es wurde auch erklärt, wie moderne Waldbewirtschaftung funktioniert, welche Bedeutung Totholz für die Artenvielfalt hat und warum ein Mischwald nicht nur ökologisch, sondern auch ökonomisch sinnvoll ist. ■

Weitere Infos:

nf-int.org > Themen > Natur erleben > Respect Nature, umwelt.naturfreunde.at/respect-nature, Instagram: [respect_nfi](https://www.instagram.com/respect_nfi), Facebook: [respect-NFI](https://www.facebook.com/respect-NFI), wald-der-zukunft.at



Wälder sind viel mehr als nur schöne Kulisse und Erholungsraum – sie sind Klimahelden, Lebensraum, Arbeitsplatz und Lernort zugleich.

Susanne Binder, Naturvermittlerin bei den ÖBf

Umwelt ■ Mit Rucksack, Fahrrad und viel Idealismus quer durch Österreich: Acht engagierte junge Erwachsene haben sich im Juli 2025 auf den Weg gemacht, um während der Naturfreunde-Klimatour ihre Visionen für eine bessere Umwelt mit Menschen in allen Bundesländern zu teilen.

Text: DIⁿ Irene Raffetseder,
Geschäftsführerin der
Naturfreundejugend Österreich,
Fotos: Andreas Häusler



Klima(t)räume: Junge Menschen

Es war ein sonniger Morgen am 11. Juli in Bregenz, als die Teilnehmer*innen der Naturfreunde-Klimatour ihre Rucksäcke schulterten und ein Ziel ins Auge fassten: gemeinsam mit drei Begleitpersonen zu Fuß, mit dem Rad und mit öffentlichen Verkehrsmitteln 16 Tage später in Wien ankommen und auf ihrer Reise sich mit möglichst vielen Menschen über das Thema Klimawandel austauschen.

Was ist dein Klimatraum?

Die Klimatour der Naturfreunde Österreich führte durch alle neun Bundesländer. Sie war mehr als nur eine sportliche Herausforderung – sie war eine Einladung an ganz Österreich, sich folgende Frage zu stellen: Was ist dein Klimatraum? Auf ihrer Tour sammelten die Teilnehmer*innen Visionen für eine lebenswerte Zukunft: von Wünschen nach sauberer Luft und gesunden Wäldern bis hin zu Ideen für lokale Gemeinschaftsgärten und autofreie

Innenstädte. Jeder dieser Klimaträume wurde Teil eines größeren Ganzen – und jeder einzelne steht für die Hoffnung, dass Veränderung möglich ist.

Die Tour führte nicht nur über Gipfel und durch Täler, sondern mitten hinein in das Leben der Menschen. Es wurde in Kletterhallen trainiert, auf der Donau gepaddelt, in Klammern gewandert und an Seeufern pausiert. Überall suchten die Klimaträumer*innen das Gespräch: mit Reisenden auf Bahnhöfen, Hüttenwirtinnen und -wirten in den Bergen, Försterinnen und Förstern, Yogalehrerinnen und -lehrern, Familien, Menschen, die bereits in Pension sind, etc.

Es ging dabei nicht allein um Zahlen oder politische Forderungen, sondern um Werte – Verantwortung, Zusammenhalt, Respekt vor der Natur. „Diese Gespräche haben gezeigt, dass Klimaschutz viele Gesichter hat und alle auf ihre Weise dazu beitragen können“, so Teresa Nunner, eine Begleitperson der Tour.

Herausforderungen und Gemeinschaft

Eine solche Tour verlangt sowohl körperliche Ausdauer als auch Durchhaltevermögen. Überfüllte Züge, Regenstapfen, steile Anstiege und die Überwindung, immer wieder fremde Menschen anzusprechen, forderten die Gruppe heraus. Doch gerade daraus entstand ein starkes Gefühl der Verbundenheit. Gemeinsame Yogasessions, gemeinsames Jausnen auf einer Berghütte oder Lachen im strömenden Regen stärkten den Zusammenhalt.

Organisation mit Herz & Verstand

Möglich wurde die Klimatour durch die enge Zusammenarbeit der Naturfreunde Österreich mit den Landesorganisationen und der Naturfreunde Internationale. Sorgfältige Routenplanung, vielfältige Begegnungsorte und ein Programm, das Raum für Austausch und Inspiration bot, machten die Tour zu einem Erlebnis, das in Erinnerung bleiben wird. Projektleiter Alexander Mann: „Das



Auf ihrer Tour sammelten die Klimaträumer*innen Ideen für eine lebenswerte Zukunft.

für eine nachhaltige Zukunft

gesamte Team – von den jungen Klimaträumerinnen und -träumern bis zu den Gastgeberinnen und Gastgebern – hat Großartiges geleistet.“

Unterstützung für ein Klimaschutzprojekt in Mali

Am 26. Juli erreichte die Gruppe Wien und wurde in der Naturfreunde-Kletterhalle herzlich empfangen. Am Abend gab es im Sport- und Freizeitzentrum Alte Donau der Naturfreunde Wien ein Fest – einen fröhlichen Ausklang, bei dem auch die vielen kleinen und großen Klimaträume gefeiert wurden, die unterwegs gesammelt worden waren. Für jeden Klimatraum spenden die Naturfreunde Österreich für das Projekt „Eine Baumschule für Farako“ des Klimafonds der Naturfreunde Internationale einen Euro. Das Dorf Farako liegt im ländlichen Bezirk Finkolo im Süden Malis. Die Region leidet unter starker Trockenheit, die wegen der globalen Erwärmung immer extremer wird. Im Rahmen dieses Klimaschutz-

projekts, das bis 2026 verlängert wurde, werden nun auch in anderen Orten Malis Obstbäume gepflanzt – für mehr Ernährungssicherheit und auch zur Verbesserung der ökologischen Situation, etwa der Böden. Auch du kannst mit einem symbolischen Euro ein Zeichen setzen. „Ein kleiner Beitrag hier kann dort eine große Wirkung entfalten“, betont Mag. Günter Abraham, Geschäftsführer der Naturfreunde Österreich. Weitere Infos über das Projekt und die Spendenmöglichkeit: climatefund.nf-int.org/farako/

Die Klimatour hat gezeigt: Veränderung beginnt im Gespräch – und mit dem Mut, sich gemeinsam auf den Weg zu machen. Wer mehr über die Reise erfahren möchte, findet auf den Social-Media-Kanälen der Naturfreundejugend Eindrücke und Geschichten. ■



Spenden für Klimagerechtigkeit

Der Klimafonds der Naturfreunde Internationale (NFI) finanziert seit 2017 Projekte in Afrika, die dazu beitragen, die Folgen des Klimawandels zu mildern, die Lebensbedingungen der Bevölkerung zu verbessern und das Klima zu schützen. Bis dato wurden bereits 29.700 Bäume gepflanzt und 725 energieeffiziente Kochstellen errichtet; ein Dorf wurde mit Solarstraßenlampen ausgestattet. Über den Klimafonds ist auch der Ausgleich von Flugreisen möglich.

100 Prozent der Spenden fließen in die Projekte vor Ort. Die Finanzierung der Administration des Klimafonds wird durch die Beiträge der NFI-Mitgliedsverbände und durch ehrenamtliches Engagement ermöglicht.

Wenn du spenden und/oder Flugreisen ausgleichen möchtest, gehe auf climatefund.nf-int.org/spendenformular/!

Aktuelle Entwicklungen

Service ■ Die Sicherungsgeräte für das Sportklettern haben sich im Lauf der Zeit immer wieder verändert und weiterentwickelt. Im folgenden Artikel befassen wir uns im Besonderen mit zwei neuen Halbautomaten und einem sehr brauchbaren, aber nicht sehr verbreiteten Tuber.

Text: Sportklettertrainer*innen der Kletterhalle Wien, Fotos: Edelrid, Ed Eisner, PETZL DISTRIBUTION/Sam BIÉ

Geräte wie Tuber, 8er und Co gelten mittlerweile als veraltet und werden beim Sportklettern nicht mehr verwendet bzw. sind für spezifische Verwendungen gedacht. Stattdessen breiten sich Autotuber und Halbautomaten immer weiter aus.

Autotuber: bewährt, sicher, minimalistisch

Zur Gerätegruppe der Autotuber gehören beispielsweise das SMART (Mammut), das JUL² (Edelrid), der FISH (Austrialpin), das PILOT (Black Diamond) oder das ERGO (Salewa). Diese Geräte sind im Sportklettern weit verbreitet, gelten – bei richtiger Bedienung

– als weitgehend sicher und sind durch ihre minimalistische Konstruktion einfach zu bedienen.

„Die Trainer*innen der Naturfreunde-Kletterhalle Wien (= Sportkletterausbildungszentrum der Naturfreunde Österreich) verwenden in ihrem Kursbetrieb neben dem Halbautomaten GRIGRI (Petzl) regelmäßig das SMART. Wir verwenden im Kursbetrieb auch

den Tuber. Er eignet sich hervorragend, um die Sicherungshandgriffe, das Bremshandprinzip und auch die Gewichtsynamik zu verdeutlichen“, erklärt Dieter Schimaneck, Geschäftsführer der Kletterhalle Wien.

Halbautomaten: Sicher – wenn man weiß, WIE!

Im letzten Jahr sind zwei neue Halbautomaten auf den Markt gekommen: das NEOX (Petzl) mit einer neuartigen integrierten Rolle und das PINCH (Edelrid), das die Befestigung am Sicherungspunkt (Klettergurt) ohne Karabiner ermöglicht. Schon etwas länger ist das REVO (Wild Country) am Markt. Diese Geräte haben zwar verschiedene, teils neue Mechanismen, aber alle

drei verfolgen das gleiche Ziel: die Verringerung des Unfallrisikos und das Vereinfachen des Sicherungsablaufs.

WICHTIG: Wer ohne korrekte Bremshand sichert, riskiert schwerste Verletzungen seiner Kletterpartnerin/seines Kletterpartners – ganz unabhängig davon, mit welchem Gerät gesichert wird.

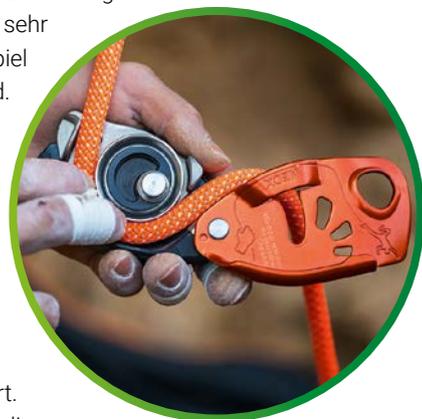
NEOX: Petzls neues Sicherungskonzept

Mit dem neuen NEOX, das eine eingebaute Seilrolle hat, ist Hersteller Petzl ein guter Schritt für geübte Kletterinnen und Kletterer gelungen. Bei diesem Gerät funktioniert auch die Tuber-Sicherungsmethode bei Seilen mit größerem Durchmesser. Wenn man das Seil zu ruckartig ausgibt, kann es jedoch zu einem unbeabsichtigten Blockieren kommen. Die Bedienung des NEOX erfordert also ein sehr gut trainiertes Zusammenspiel von Brems- und Sensorhand.

Die Frage, ob es sinnvoll ist, mit dem NEOX die Gaswerkmethod mit den bekannten Nachteilen anzuwenden, muss sich jede(r) selbst stellen; sie funktioniert leicht abgewandelt sehr wohl – so auch von Petzl kommuniziert. Konzipiert ist das Gerät allerdings zum „Tuber-Sichern“.

PINCH: Edelrids innovative GRIGRI-Alternative

Der USP des PINCH ist, dass man das Gerät auch ohne Karabiner (Verbindung Sicherungsgerät zum Sicherungspunkt/Gurt) verwenden kann und die Antipanik-



Moderne Halbauto-
maten: bei richtiger
Handhabung mehr
Sicherheit am Seil



Funktion de-/aktivierbar ist. Lediglich die Lösung mit der Schraube zur De-/Aktivierung ist noch etwas holprig. Die meisten Anwender*innen haben diese vermutlich schon mit der ungelesenen und ungeöffneten Betriebsanleitung (da war sie drangeheftet) in den Mülleimer katapultiert. Die Seilabgabe mittels Tuber-

Methode funktioniert mit gängigen neuen Seilen mit einem Durchmesser von 8,9 bis 9,8 mm wunderbar. Will man die Gaswerkmethod verwenden, wird vom Hersteller eine modifizierte vorgeschlagen. Sehr positiv erweist sich die Verwendung für Linkshänder*innen.

Bei der Verwendung des PINCH ohne Karabiner muss darauf geachtet werden, dass die zentrale Anseilschleufe (= Ring) zwischen 10 und max. 20 mm dick ist. Beim Ablassen sollte das Seil über den Edelstahlensatz mit den frontalen Bremsrillen geführt werden. Auf diese Weise werden auch die typischen Abseilkerben wie beim GRIGRI vermieden, und zusätzliche Bremsreibung wird erzeugt.

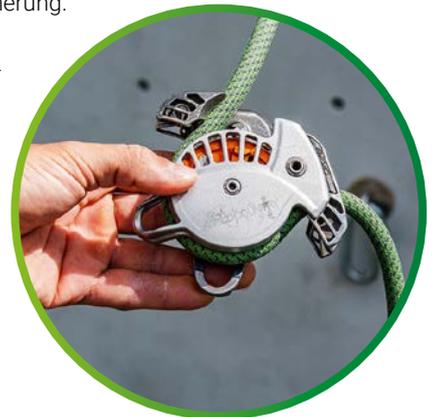
REVO: maximale Sicherheit für Tuber-Fans

Wer weiterhin mit der Tuber-Methode sichern möchte, aber nicht auf ein Maximum an Sicherheit verzichten will, wird mit dem REVO von Wild Country glücklich.

Sein bidirektionaler Blockiermechanismus verhindert das falsche Einlegen des Seils. Wird das Seil zu schnell durchgezogen (> 4 m/s), arretiert das Gerät nach dem Fliehkraftprinzip automatisch. Ein ungebremster Bodensturz ist somit praktisch ausgeschlossen – außer bei übermäßigem Schlappseil und/oder falscher Klinkposition.

Trotz dieser Sicherheitsfeatures erlaubt das REVO eine gerätedynamische Sicherung. Bei Pausen (z. B. beim Ausbouldern) kann der Blockiermechanismus bewusst ausgelöst werden.

Das Gerät scheint also sehr raffiniert und innovativ zu sein und würde sich aus sicherheitstechnischen Gründen mehr Aufmerksamkeit und Bedeutung verdienen.



Fazit

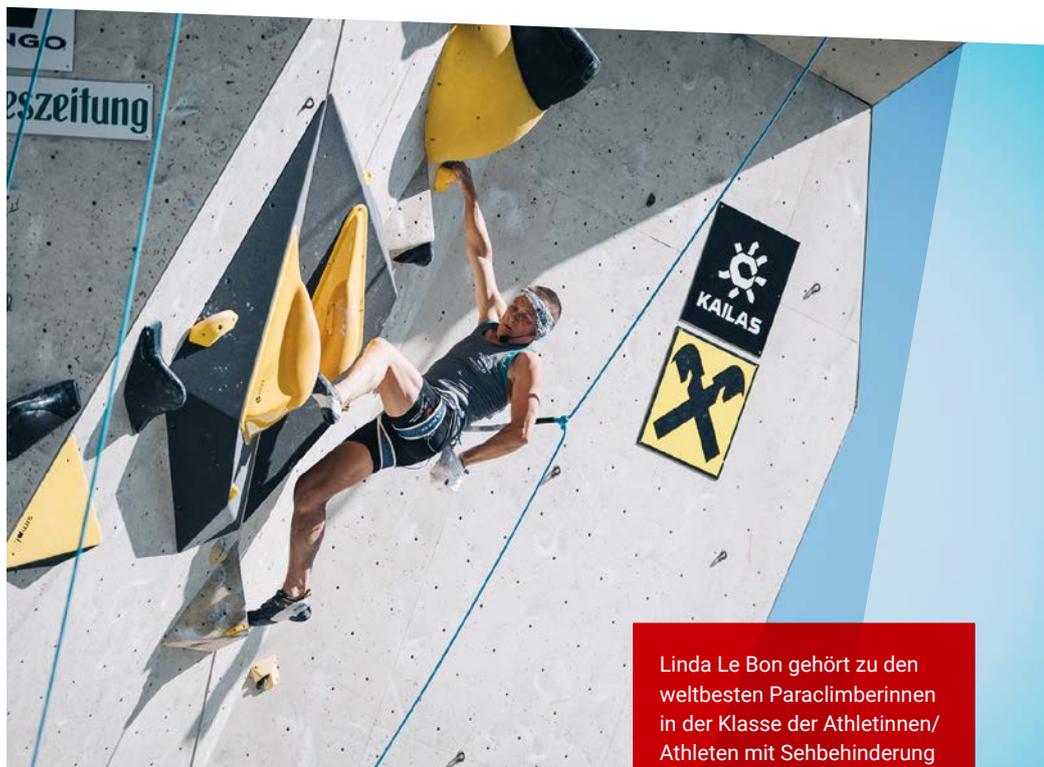
Mit NEOX, PINCH und REVO sind drei moderne Sicherungsgeräte auf dem Markt, die sich klar voneinander unterscheiden – technisch wie konzeptionell. Wer sich für eines dieser Modelle entscheidet, sollte sich mit den jeweiligen Eigenheiten und Methoden intensiv vertraut machen. ■

Naturfreundinnen aktuell ■

Linda Le Bon klettert um Weltcup Siege, Sarah Schlager für Lebensfreude.

Zwei Frauen, verbunden durch Paraclimbing – eine Sportart, die Barrieren überwindet.

Text: Christine Moser,
freie Journalistin in Graz,
Fotos: Markus Pösendorfer,
Moritz Klee, KVÖ



Linda Le Bon gehört zu den weltbesten Paraclimberinnen in der Klasse der Athletinnen/Athleten mit Sehbehinderung (Kategorie B2). Ihr großes Ziel sind die Paralympics 2028 in Los Angeles.

Starke Frauen im Paraclimbing

Griff für Griff, Tritt für Tritt arbeitet sich Sarah Schlager die Wand hinauf. „Einmal in der Woche kann ich mich richtig auspowern. Das brauche ich als Abwechslung vom Alltag – und ich kann dabei an meine Grenzen gehen. Ich merke, wie gut mir das tut“, erzählt sie nach ihrer Klettereinheit. Die 30-jährige Grazerin lebt mit Ataxia teleangiectatica, einer erblich bedingten Erkrankung, die ihre Bewegungskoordination stark einschränkt. Im Alltag ist sie auf den Rollstuhl angewiesen. Beim Klettern aber wird jeder Griff zu einem Schritt nach oben, körperlich wie mental.

Linda Le Bon klettert an der Weltspitze. Seit Kurzem lebt die gebürtige Belgierin im Halleiner Stadtteil Rif. In dieser Saison ge-

wann sie den Paraclimbing-Weltcup in Salt Lake City und wurde Zweite in Innsbruck. „Ich liebe diesen Sport. Ich sehe, wie ich Fortschritte mache – das motiviert mich jeden Tag“, sagt die 61-Jährige, die seit 2010 im Bundesland Salzburg zu Hause ist und für die Naturfreunde Wien klettert – und wegen einer Augenkrankung nur noch über wenig Restsehvermögen verfügt.

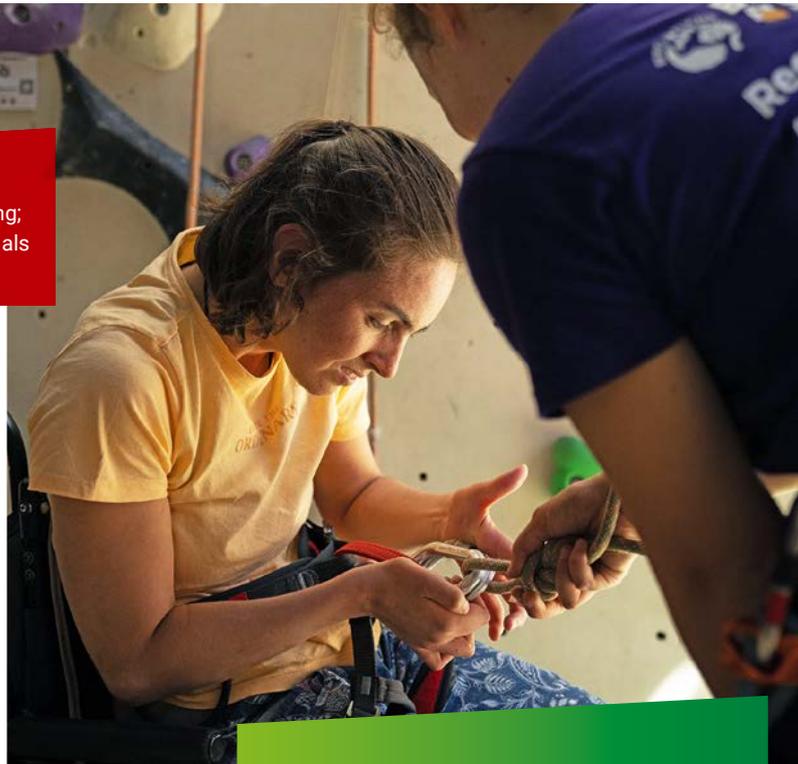
Vom ersten Griff zur Leidenschaft

Beide Frauen fanden über Umwege zum Klettern. Bei Sarah war es ein Urlaub mit der Kinderkrebshilfe, der sie erstmals in eine Kletterhalle brachte. Zurück in Graz vermittelte ihre Physiotherapeutin den Kontakt zum Naturfreunde-Projekt „Die Kletterwand kennt keine Barrieren“. Seitdem trainiert sie einmal pro

Woche mit Trainer Ulrich Becker in der CAC-Kletterhalle. Linda war bis 2022 als Paraschifahrerin für Belgien aktiv – unter anderem mit zwei Vizeweltmeistertiteln in den Speed-Disziplinen und einem Start bei den Paralympics in Peking. Nach einer schweren Knieverletzung musste sie sich neu orientieren. „Ich wollte etwas weniger Risikoreiches, aber trotzdem einen Sport, bei dem man sich richtig bewegt. Paraclimbing fordert den ganzen Körper – mehr als Schifahren.“

Trotz der unterschiedlichen sportlichen Ambitionen beschreiben beide ähnliche Effekte. „Klettern hat einen großen Einfluss auf meine psychische Gesundheit. Ich freue mich jede Woche auf das Training“, sagt Sarah. Trainer Ulrich ergänzt: „Wir denken uns wöchentlich neue

Sarah Schlager liebt ihr wöchentliches Klettertraining; ihr tut es sowohl körperlich als auch seelisch gut.



„Die Kletterwand kennt keine Barrieren“

Das von Nationaltrainer Marco Lamprecht und Alexander Guster initiierte Inklusionsprojekt der Naturfreunde Steiermark „Die Kletterwand kennt keine Barrieren“ bringt seit 2023 Paraclimbing vom Spitzen- in den Breitensport. Geleitet wird es von Johanna Kolousek. Aktuell klettern rund 50 Menschen mit ganz unterschiedlichen Beeinträchtigungen regelmäßig. Projektleiterin Johanna Kolousek: „Viele denken gar nicht, dass Klettern für sie möglich ist. Wir zeigen: Doch – es ist für alle möglich.“

Kontakt: j.kolousek@naturfreunde-stmk.at

Herausforderungen aus – Sarah hat bisher jede gemeistert. Das Ziel ist, dass sie auch ganz allein klettern kann, und das sehe ich absolut in Reichweite.“

Linda trainiert auf einem anderen Niveau. Nach ihrem Einstieg wurde sie bald ins österreichische Nationalteam aufgenommen. Ihren Alltag richtet sie konsequent nach dem Sport aus – sogar ihr Umzug nach Rif hatte sportliche Gründe. Seit Kurzem arbeitet sie mit Patrik Törnström, ihrem neuen Ansager. Ohne ihn wäre für Linda Klettern auf Spitzenniveau nicht möglich. Um mit ihm zu trainieren, pendelt sie regelmäßig frühmorgens nach Wien. „Ich sehe das nicht als Aufopferung“, sagt sie. „Ich will Leistung bringen – für mich, für meine Ziele.“ Das größte davon: die Paralympics 2028 in Los Angeles, bei denen Paraclimbing erstmals vertreten sein wird.

So unterschiedlich die Leistungsansprüche sind, so ähnlich ist das Gefühl beim Klettern. „Ob du Profi bist oder das erste Mal in

der Wand, ob Schwierigkeitsgrad 2 oder 8 – das Top zu erreichen ist ein Wahnsinnsgefühl“, sagt Linda. „Es ist immer ein gutes Gefühl danach“, meint Sarah. „Man spürt: Ich habe etwas geschafft.“

Auch körperlich ist das Klettern für beide weit mehr als bloßes Training. Lindas Gleichgewicht hat sich spürbar verbessert. Sarah sagt: „Meine Erkrankung ist zwar fortschreitend – aber gefühlt haben wir den Verlauf durch die Kombination aus Therapien und Klettern stoppen können.“

Ein Sport für alle

Linda ist überzeugt: „Jede und jeder kann klettern – auch mit schweren Einschränkungen.“ Ein Satz, der sinnbildlich für die Arbeit der Naturfreunde steht, die Paraclimbing in die Breite tragen wollen. Linda begann als Breitensportlerin – heute zählt sie zur Weltelite und arbeitet auch in Inklusionsgruppen mit. Sarah und viele andere haben in einer solchen Gruppe ein sportliches Zu-

hause gefunden. „Die Community ist entscheidend“, betont Trainer Ulrich. „Wir schauen immer, dass Gruppen möglich sind – damit man sich kennenlernt, gemeinsam sichert und gemeinsam wächst.“

Ob im Weltcupfinale oder in der Kletterhalle in Graz – Sarah Schlager und Linda Le Bon zeigen auf unterschiedlichen Ebenen, was im Paraclimbing möglich ist. Beide setzen auf Bewegung, Ausdauer und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Der Sport eröffnet Perspektiven, verschiebt Grenzen – nicht nur in der Wand, sondern auch im Kopf. ■

Die Expedition: ein Grande Finale

Aktuell ■ Sie ist für die zwei Teams des Naturfreunde-Alpinkaders eine Riesenchance: die Abschlussexpedition. Von welchen Zielen träumen sie? Wie bereiten sie sich darauf vor? Wohin zieht es den Frauen-Kader – und was planen die sechs Nachwuchsalpinisten?

Text: Marlies Lattner-Czerny, Fotos: Andreas Lattner

Alpinkader Damen

Das Wetter hätte nicht viel schlimmer kommen können, als sich das Frauen-Team des Naturfreunde-Alpinkaders im Frühling 2025 am Fuß des Montblanc traf: zu seinem fünften und letzten Ausbildungsmodul. In Chamonix wollten sich die jungen Alpinistinnen noch einmal gezielt auf die Abschlussexpedition in diesem Herbst vorbereiten. Und dann? Über ein Meter Neuschnee, stürmischer

Wind, gesperrte Seilbahnen, unter Schneelast geknickte Bäume und blockierte Straßen, Lawinewartstufe 4 und zu guter Letzt auch noch ein viraler Infekt, der das halbe Team heimsuchte. Die jungen Frauen hätten sich diese Vorbereitung anders gewünscht. Und dennoch war diese Ausnahmesituation das wohl beste Expeditionstraining überhaupt – vor allem für den Kopf.

„Diese Tage haben uns allen einen Spiegel vorgehalten, wie wir in unangenehmen Momenten agieren und reagieren“, reflektiert die Tirolerin Elena Barbist. Bei Wartezeiten, Planänderungen oder gar in brenzligen Momenten wird es während der Expedition ungemein hilfreich sein, die Verhaltensmuster zu kennen und zu hinterfragen, damit man im Team gut kommunizieren und agieren kann. Somit bleibt das Mixed-Kletter-Modul nicht nur in puncto Entscheidungsfindung, Tourenplanung und Klettertraining unter erschwerten Bedingungen in Erinnerung, es war auch eine ebenso aufschlussreiche Lehrstunde auf viel tieferer Ebene. Das Geniale an der Sache: Diese Erkenntnis kam, ehe die Stimmung kippen konnte – und ehe es in diesem Herbst nach Georgien geht.

Stimmungsbarometer: im Hoch!

Das freut auch die Ausbilderin des Damen-Alpinkaders Barbara Vigl. Die Bergführerin aus Innsbruck ist hinsichtlich der Abschlussexpedition sehr positiv gestimmt: „Vor allem nach diesem Modul, bei dem das Wetter grottenschlecht war. Die Mädels standen dennoch am Morgen lachend mit der Schneeschaufel vor

Dreamteam: Gemeinsam mit Barbara Vigl (l.) reist der Damen-Alpinkader am Landweg nach Georgien.





Elena Prem beim Expeditionstraining in Chamonix

Kreativ die Augen öffnen

Die Anreise nach Georgien möchten die Alpinistinnen mit Bus und Zug bewältigen. Bei der Planung durften sie kreativ werden. „Es hat uns die Augen geöffnet, dass es interessante Expeditionsziele gibt, für die man nicht um die halbe Welt fliegen muss“, erzählt Hannah Rabl. Um lange Wartezeiten während der Reise zu vermeiden, musste man einiges an der Logistik feilen. „Die Anreise wird sicher spannend“, meint Hannah. Sie freut sich schon darauf, mit ihren Seilpartnerinnen lohnende Bergziele anzusteuern und ein neues Land samt seiner Kultur kennenzulernen. „Über allem steht jedoch die Vorfreude auf die gemeinsame Zeit und auf einen super Abschluss dieses tollen Ausbildungsprogramms“, betont sie.



Marlies Lattner-Czerny, freie Autorin, begleitet den Damen- und Herren-Alpinkader medial.

der Tür. Das zeigt auch: Selbst wenn die Bedingungen am Berg nicht gut sind, bleibt die Stimmung super. Das finde ich eine wahnsinnig gute Basis.“

Die Planung der Expedition liegt in den Händen der Teilnehmerinnen. Barbara Vigl begleitet sie mit ihrer Expertise bis hin zur Durchführung – als Mentorin, die vorlebt, wie man in schwierigen Situationen gute

Entscheidungen trifft. Die Naturfreunde, die einen Großteil der Finanzierung tragen, stecken den Rahmen ab. Eine Bedingung: keine Flüge bei der Hin- und Rückreise. Mehrere Monate brüteten die Bergsteigerinnen über Möglichkeiten. Die Interessen bunt gestreut, war es bereits eine spannende Reise, um ein gemeinsames Ziel ihrer Träume zu finden.

Alpinkader Herren

Ein Jahr nach dem Beginn des Frauen-Alpinkaders startete der Männer-Alpinkader. Ihren Schwerpunkt haben die sechs Teilnehmer schnell gefunden: Alpinklettern. Das liegt auch daran, dass die Gletscher für sie weiter weg liegen. „Wir fahren eben nicht mal schnell für eine Woche nach Chamonix“, erklärt Lukas Kohlbacher, einer der vier Steirer im Team. Sie zieht es vor allem immer wieder gerne in die imposanten Kalkwände von Hochschwab und Gesäuse.

Ab nach Marokko!

Kaum war die Truppe nach dem Sichtungscamp im heurigen April ausgewählt, brachte ihr Mentor und Bergführer Timo Moser die

Abschlussexpedition zur Sprache. „Erfahrungsgemäß dauert es immer viel länger, als man glaubt, bis die Planung steht, bis man Sponsoren gefunden und alles organisiert hat“, so Timo Moser.

Für die Abschlussexpedition kristallisierten sich als Traumziele bald Marokko und Norwegen heraus. Lange stand es im Länderduell 3 : 3 – bis die Wahl auf Marokko fiel. Im Sommer 2026 soll es so weit sein: per Bus und Zug nach Genua, von dort mit der Fähre zum afrikanischen Kontinent und Hohen Atlas. „Der Reiz besteht in der anderen Kultur und darin, dass es dort noch viele unerschlossene Ecken gibt, die interessante Abenteuer versprechen“, erzählt der 22-jährige Elias Löschnig.

Vom Best bis zum Worst Case

Beim Alpinkletter-Update im Dachstein-Massiv legten die Seilschaften in diesem August mehrere Tage lang den Fokus auf Bigwall-Techniken und Kameradenrettung. Sie lernten, was sie in Zukunft hoffentlich nicht brauchen werden: Was ist zu tun, wenn der Partner in einem Quergang stürzt? Wie seile ich mich mit einem Verletzten ab? Verschiedene Szenarien wurden in den Klettergärten rund um das Wiesberghaus der Naturfreunde durchgespielt – vom Best Case bis zum Worst Case. Dabei lernten sie komplexe Flaschenzug- und Rettungssysteme und trainierten das Handling. Ein echter Denksport! „Es ist sehr wichtig, diese Techniken

Weitere Infos:
Magazin
„Naturfreund“,
Ausgaben
3/2024, S. 20,
4/2024, S. 18,
2/2025, S. 12,
3/2025, S. 18,
alpinkader.
naturfreunde.at



Ausbildner Timo Moser (3. v. l.) führt den Männer-Alpinkader an seine Expedition heran (Foto oben). Traum weiter: eine Nacht in einem Portaledge als grandioses Bigwall-Training.

gen an Fixseilen, das Raufziehen von Haulbags und Technoklettern standen am Programm. Die Truppe konnte ihre Trickkiste und Komfortzone gehörig erweitern.

Drei Betten in der Wand

Der Linzer Michael Bräuer hat als Wettkampfkletterer seine Stärken in höchsten Schwierigkeitsgraden – und Entdeckergeist. Es wird nicht seine erste Expedition sein. „Bei einer Expedition ist es wichtig, dass man sich gegenseitig vertraut und sagen kann, was man sich denkt“, weiß Michael – und schätzt es umso mehr, dass der Spirit im Team nach den ersten drei Ausbildungsmodulen prächtig ist. Für Elias Löschnig fühlt sich die Abschlussexpedition „wie eine große Uni-Prüfung an, die in ein paar Monaten kommt“. Und das im absolut positiven Sinne. Alles, was er jetzt lernt, kann er beim Grande Finale zur Anwendung bringen.

Gelernt haben die Mitglieder des Männer-Alpinkaders noch eines: in einer senkrechten Wand unter dem Sternenhimmel zu schlafen. Zum Abschluss des Alpinklettertrainings nächtigten die Jungs in drei Portaledges. Diese „Wandbetten“ montierten sie unter Timos Anleitung selbstständig im steilen Fels – eine spannende und wackelige Angelegenheit. Belohnt wurden sie mit einer genialen Aussicht. Über den Wolken träumten sie von ihrer gemeinsamen Expedition, bis sie ein bilderbuchartiger Sonnenaufgang weckte.

Die Naturfreunde drücken den beiden Alpinkader-Teams die Daumen, dass bei ihren Abschluss-Expeditionen alles nach Plan laufen wird! ■

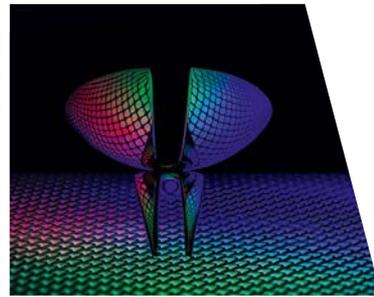
immer wieder zu üben. Damit man weiß, was zu tun ist, wenn der Ernstfall eintritt“, stellt Lukas Kohlbacher fest. Der 23-Jährige engagiert sich bei der Bergrettung in Aflenz. Viele weitere Alpinkader-Teilnehmer – sowohl des Frauen- als auch des Männer-Teams – sind ebenfalls aktive Bergretter*innen und können das bestätigen.

Darüber hinaus trainierten die Jungs in ihrem Felskletterkurs Tech-

niken, die sie auf ihrer Expedition sehr wohl gerne anwenden würden: Sie sanierten Alpinkletter-Routen und lernten dabei auch Skills, die für Erstbegehungen hilfreich sind. „Das wäre natürlich genial, wenn wir in Marokko gemeinsam eine neue Linie eröffnen könnten“, sind sich die motivierten Kletterer einig. „Das steht aber nicht über allem.“ Gerüstet sind sie auch für Routen in sehr hohen Wänden: Das Aufstei-

Mit freundlicher Unterstützung von





Mach mit!



Sonderthema 2026: „SILHOUETTEN“

Das Sonderthema der Fotobundesmeisterschaft 2026 lautet „Silhouetten“. Zeige markante Formen und Konturen im Gegenlicht: Menschen, Tiere, Pflanzen oder Objekte, deren Silhouetten im Spiel von Licht und Schatten ihre Geschichte erzählen. Für das Sonderthema sind auch KI-generierte Werke zugelassen, sofern sie ohne erkennbare Gesichter gestaltet und im PNG-Format eingereicht wurden. Wir freuen uns schon auf deine kreativen Ideen bei der Umsetzung dieses Sonderthemas!

Ausstellung zur Fotobundesmeisterschaft 2026: Termin und Ort werden auf foto.naturfreunde.at bekannt gegeben.

An der Fotobundesmeisterschaft dürfen alle Mitglieder der Naturfreunde Österreich teilnehmen, die ihren Mitgliedsbeitrag für 2026 bezahlt haben. Nichtmitglieder: 75 € Teilnahmegebühr

Das Nennformular bitte per E-Mail anfordern:

herbert.rainer@naturfreunde.at

Einsendeschluss: 15. März 2026 (Datum des Poststempels)

Weitere Infos: foto.naturfreunde.at



Kunstvoll – friedvoll – eindrucksvoll

Naturfreundinnen aktuell ■ Mit über 4600 Einsendungen war die Beteiligung an der 61. Fotobundesmeisterschaft der Naturfreunde Österreich sehr erfreulich. Allein 711 Beiträge wurden zum Sonderthema „Frieden“ eingereicht.

Text: Herbert Rainer, Fotobundesreferent der Naturfreunde Österreich

Besonders freut uns, dass im heurigen Jubiläumsjahr (130 Jahre Naturfreunde) zahlreiche beeindruckende Werke von Fotografinnen eingereicht wurden. Für diesen Artikel wurden daher ausschließlich von Frauen

gemachte Bilder ausgewählt – als sichtbares Zeichen ihrer gestalterischen Stärke und weiblichen Perspektive.

Die Fotobundesmeisterschaft 2025 hat einmal mehr gezeigt: Nicht Technik oder KI schafft ein gutes

Foto, sondern die kreative, sensible Person hinter der Kamera. Bildgestaltung, Gespür für Licht und ein Blick fürs Wesentliche – all das macht echte Fotokunst aus. ■

6. INTERNATIONALES LAWINENSYMPOSIUM: FÜR MEHR SICHERHEIT IM WINTERLICHEN GEBIRGE

Lawinengefahr betrifft uns alle, egal ob man Freerider*in, Schitourengänger*in oder Bergführer*in ist. Das Internationale Lawinensymposium der Naturfreunde Österreich und der GeoSphere Austria hat sich seit 2015 als zentrale Plattform für Wissen, Austausch und Sicherheit im Bergsport etabliert.

Renommierte Expertinnen und Experten aus aller Welt präsentieren die neuesten Erkenntnisse aus Lawinen- und Klimaforschung, geben praxisnahe Tipps für Tourenplanung, Notfallmanagement und Schneedeckeanalyse und machen so die Berge für dich sicherer.

Mit spannenden Vorträgen, Workshops und Diskussionen bekommst du wertvolles Wissen für deine eigene Sicherheit. Von der Kameradenrettung bis hin zu den Auswirkungen des Klimawandels auf Lawinensituationen: Hier erhältst du aktuelle Informationen aus erster Hand.

36 Vorträge und sechs Workshops bieten geballtes Know-how, das sowohl für Fachleute als auch für Wintersportler*innen interessant und hilfreich ist.

Sei dabei und mach dich fit für die Wintersaison – für deine Sicherheit und die deiner Tourenpartner*innen! Denn: Wissen rettet Leben!

Termin: Samstag, 18. Oktober 2025, 9–17 Uhr

Ort: Arbeiterkammersaal Graz, Strauchergasse 32

Weitere Infos & Anmeldung:

lawinensymposium.naturfreunde.at



Zeit statt Zeug schenken: Mit einer Naturfreunde-Mitgliedschaft schenkst du Erlebnisse fürs ganze Jahr.

Herbstaktion 2025 – bitte weitersagen!

Wer den Naturfreunden Österreich jetzt beiträgt, zahlt gleich den Mitgliedsbeitrag für 2026 und bekommt die restlichen Monate im alten Jahr geschenkt.

Mitgliedsbeiträge für 2026

inkl. Versicherungsprämie
(gültig für ein Kalenderjahr bis 31. Dezember 2026)

Vollmitglied: 67 €

Ermäßigter Beitrag: 43 €

Für Partner*innen von Mitgliedern in einer Lebensgemeinschaft, 19- bis 25-Jährige, Studierende bis zum 27. Lebensjahr, Ausgleichszulagenempfänger*innen und Menschen mit Handicap (Grad der Behinderung: mindestens 50 %)

Kinder und Jugendliche bis 19 Jahre: 28 €

Familienmitgliedschaft: 117 €

Voraussetzung: Familie (mind. 3 Personen) lebt in einem gemeinsamen Haushalt; wenn Kinder nach Vollendung des 19. Lebensjahres weiterstudieren, müssen jedes Kalenderjahr deren Inskriptionsbestätigungen vorgelegt werden (gilt bis zum 27. Lebensjahr).

Familienbeitrag für Alleinerziehende: 80 €

Voraussetzung: eine erwachsene Person mit einer unbestimmten Anzahl von Kindern bis zum 19. Lebensjahr (Studierende bis zum 27. Lebensjahr), die an *einer* Wohnadresse gemeldet sind

Im Webshop purzeln die Preise

Der Naturfreunde-Webshop ist deine erste Adresse für Outdoorbekleidung und Ausrüstung. Ob Sonne, Regen oder Schnee – hier findest du für jedes Wetter und jede Sportart das passende Outfit. Von funktionellen Shirts über leichte Windjacken bis hin zu Accessoires: Stöbern, auswählen und bequem bestellen!

Und weil Weihnachten schneller kommt, als man denkt, gibt es im Webshop laufend attraktive Artikel zu stark reduzierten Preisen zu erstehen. So bist du bestens für deine nächsten Touren ausgestattet und hast vielleicht auch schon ideale Geschenke gefunden.

shop.naturfreunde.at





Kalender „Zauber der Berge“

Ob verschneite Gipfel, blühende Almwiesen oder ferne Berglandschaften – der Naturfreunde-Kalender „Zauber der Berge“ bringt Monat für Monat die Schönheit der Natur in dein Zuhause. Mit eindrucksvollen Aufnahmen aus aller Welt ist er nicht nur ein Blickfang an der Wand, sondern auch ein besonderes Geschenk für Menschen, die Berge lieben.

Preis pro Kalender: 16 € plus Versandkosten;
ab 10 Stück: 12 € plus Versandkosten; der
Reinerlös unterstützt eine wichtige Sicherheits-
aktion der Naturfreunde.

Bestellungen: naturfreunde.at > Shop >
Bücher & Kalender



AKTIVIERE DEINE VORTEILE ALS NATURFREUNDE- MITGLIED!

Registriere dich über den QR-Code auf deiner Mitglieds-
karte oder auf my.naturfreunde.at.

Deine Vorteile

- Daten wie Wohnadresse, Telefonnummer oder E-Mail-
Adresse kannst du selbst schnell aktualisieren.
- Mitgliedskarte digital speichern – kein Verlieren mehr!
- Magazin „Naturfreund“ online lesen.
- Im Onlineshop bequem einkaufen.

Digitale Mitgliedschaft: Gut für die Umwelt!

Mit der digitalen Mitgliedschaft erhältst du alle Infos
online – das spart Papier und CO₂. Zudem erfährst du
schneller von Restplätzen, Sonderaktionen und Ver-
günstigungen.

Bei Fragen hilft dir gerne unser Mitgliederservice:

Tel.: 01/892 35 34-20, E-Mail: edv@naturfreunde.at



Dein Akku ist leer?

**Frische Bergluft, Weitblick,
Zeit für gemeinsame
Erlebnisse und Erholung pur!**



RAUS AUS DER BUBBLE,
REIN IN DEN URLAUB.

JUFA
HOTELS

Jetzt
Wanderurlaub
buchen

Mit einem reichhaltigen Frühstück und Leihusrüstung von
der Rezeption seid ihr bestens für den Tag vorbereitet. Bei
Regenwetter oder wenn die Beine müde sind, warten Indoor-
Spielbereiche, gemütliche Aufenthaltsräume und die Sauna
zum Entspannen auf euch.

Über 50 JUFA Hotels sind eure Homebase für große und
kleine Abenteurer!



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



19. OKTOBER 2025:

ERÖFFNUNG DES 1. ABSCHNITTS DES FLUSSWANDERWEGS HÖLLENTAL

Ein neues Wandererlebnis im Höllental wird Wirklichkeit! Der Flusswanderweg Höllental der Naturfreunde schließt als logische Verlängerung des Wasserleitungswegs eine Lücke: Zum ersten Mal wird das wildromantische Tal zwischen Kaiserbrunn und der Singerin auf einem eigenen Wanderweg begehbar.

Nach dem symbolischen Spatenstich im Oktober 2024 und intensiven Bauarbeiten über den Sommer 2025 ist es nun so weit: Am 19. Oktober 2025 feiern wir die feierliche Eröffnung des ersten Abschnitts mit einer gemeinsamen Wanderung. Auf dem neuen Weg gehen wir von Kaiserbrunn bis zum Weichtalhaus der Naturfreunde und entdecken dabei die Schönheit des Höllentals auf ganz neue Weise.

Treffpunkt: Kaiserbrunn, 10 Uhr



SCHUTZHAUS NEUBAU, KOLM-SAIGURN:

Hüttenpächter*in gesucht!

Auf 2175 m inmitten der Goldberggruppe erwartet dich das frisch renovierte Schutzhaus Neubau – ein beliebtes Ziel für alle, die gerne wandern, bergsteigen und Schitouren unternehmen. Von März bis Oktober bietet es den perfekten Ausgangspunkt für Touren rund um den Hohen Sonnblick.

Die Naturfreunde Rauris suchen für die Bewirtschaftung des Schutzhauses Personen mit Erfahrung im Hütten- oder Gastronomiebetrieb, die Berge lieben, Erste-Hilfe-Kenntnisse haben, handwerklich geschickt sind und sich mit den Werten der Naturfreunde identifizieren.

Das Schutzhaus Neubau ist vom Parkplatz Lenzanger in ca. 2,5 Stunden Gehzeit erreichbar, verfügt über eine Materialeilbahn und bietet Komfortzimmer und Lagerplätze. Dank eigener Trinkwasser-, Strom- und Abwasser-versorgung ist es bestens ausgestattet.

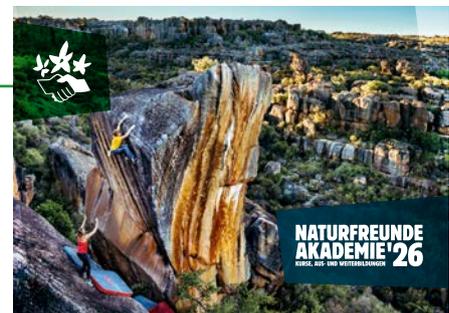
Eine einmalige Gelegenheit für Menschen, die sich verändern möchten und die Berge sowie Gastfreundschaft lieben!

Bewerbungen bitte bis 1. November 2025 an Wolfgang Plössnig, Naturfreunde Rauris, E-Mail: rauris@naturfreunde.at

Infos über die Hütte: schutzhaus-neubau.naturfreunde.at

SICHER AM BERG MIT ERFAHRUNG UND VERSTAND

Will man in den Bergen risikobewusst und unfallfrei unterwegs sein, braucht man ein gewisses Know-how. Fundierte Aus- und Fortbildungen sorgen für Qualität, Sicherheit und ein inspirierendes Miteinander – sowohl bei geführten Touren als auch bei selbst organisierten Aktivitäten. Auch beim gemeinsamen Sporttreiben ohne offizielle Leitung sind sportartspezifisches Wissen, technische Fertigkeiten und ein ausgeprägtes Risikobewusstsein entscheidend. Nur wer die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzt und die Besonderheiten der jeweiligen Sportart kennt, kann verantwortungsvoll und sicher



unterwegs sein. Die Naturfreunde-Akademie bietet ein breites Spektrum von Aus- und Fortbildungen. Ihre Inhalte orientieren sich stets am aktuellen Stand der jeweiligen Sportart und werden kontinuierlich weiterentwickelt – praxisnah, sicherheitsorientiert und mit Blick auf die Anforderungen moderner Outdooraktivitäten.

Weitere Infos: akademie.naturfreunde.at

Zivildienst mit Sinn – Erfahrungen beim Samariter- bund

Der Zivildienst ist längst mehr als nur ein Ersatz für den Präsenzdienst. Eine österreichweite Umfrage unter Zivildienern des Samariterbundes zeigt: Die Zufriedenheit ist hoch, der persönliche Mehrwert groß.

Rund 1300 junge Männer leisten jährlich ihren Dienst beim Samariterbund – in Bereichen wie Rettungsdienst, Katastrophenhilfe und soziale Betreuung. Die Einsätze geben Einblick in neue Lebenswelten und ermöglichen wertvolle Erfahrungen. Besonders geschätzt werden das gute Arbeitsklima, die professionelle Betreuung und die Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung.

Ein Teilnehmer bringt es auf den Punkt: „Man lernt fürs Leben. Und für andere da zu sein ist das Schönste überhaupt.“

Du möchtest dich auch für andere Menschen einsetzen? Dann besuche unsere Website samariterbund.net/zivildienst!



WERBUNG

POWDER, GLIDE & ENDORPHINE



Frischer Schnee unter den Schiern, stille Loipen durch verschneite Wälder und Gipfelglück zum Greifen nah – so fühlt sich Winter mit Cross Country Ski Holidays an. Im neuen Katalog 2025/26 werden 21 Regionen und rund 40 spezialisierte Hotels in Österreich, Italien, Deutschland und Slowenien vorgestellt – handverlesen, echt nordisch und mit Gastgebern, die deine Leidenschaft fürs Langlaufen und Schitourengehen teilen.

Auch online bist du bestens versorgt: Die neu gestaltete Website von Cross Country Ski Holidays bietet einen Urlaubsfinder für maßgeschneiderte Langlauf- und Schitourenferien. Der Loipenbericht zeigt tagesaktuell geöffnete Strecken – mit Länge, Höhenmetern und Schwierigkeitsgrad. Dazu gibt's Blogbeiträge, Insidertipps und spannende Geschichten aus der Community.

Wer Lust auf Inspiration hat, blättert online durch den Katalog oder bestellt ihn auf langlauf-urlaub.com oder per E-Mail (info@langlauf-urlaub.com).

Weitere Infos: langlauf-urlaub.com, skitouren-urlaub.com

EXPEDITIONEN MIT DEM DAV SUMMIT CLUB

Profitieren Sie als Naturfreund-Leser*in von exklusiven Rabatten. Geben Sie bei der Buchung einfach den Code **NATURFREUND** an und sichern sich 3 % Rabatt!¹⁾



AMICAL ALPIN
powered by DAV SUMMIT CLUB

TRAININGSEXPEDITION: ZWEI FÜNF- UND EIN SECHSTAUSENDER

PERU

Schneebedeckte Eisriesen, stabiles Wetter und gute Erreichbarkeit sind typisch für Peru. Unter professioneller Anleitung erlernen Sie alle Inhalte des Expeditionsbergsteigens. Als Höhepunkt besteigen wir den Sechstausender Tocllaraju mit echtem Hochlager-Feeling. So können Sie optimal vorbereitet auch größere Expeditionen planen.

Technik ▲▲▲▲▲ **Kondition** ▲▲▲▲▲

**15 Tage
ab 3290,-**

Deutsch sprechende*r Staatlich geprüfte*r Bergführer*in • ab/bis Huaraz • 5 x Hotel im DZ, 9 x Zelt • überwiegend Vollpension • Hochträger*innen für Gemeinschaftsausstattung • Gepäcktransport ins Basecamp • komplette Basislager- und Hochlagerausstattung • Sicherheitsausrüstung • Sicherungs- und Fixiermaterial • Busfahrten lt. Detailprogramm • Expeditionswetterbericht • Versicherungen

15 Tage | 6 – 10 Teilnehmer*innen

EZZ ab € 240,-

Termin: 04.07.2026

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-204

www.davsc.de/ **EXISH**

¹⁾ Nur gültig für Neubuchungen ab dem 30.09. bis 31.12.2025. Einzulösen in der Buchungsstrecke unter Gutschein/Rabattcode.



BUCHUNG & BERATUNG: 0 89 6 42 40-204
Michael Stange | Staatlich geprüfter Berg- und Skiführer

DAV Summit Club GmbH Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins | Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München



**HIER FINDEN SIE WEITERE
EXPEDITIONEN WELTWEIT.**

Alle Informationen, Beratung
und Katalogbestellung.



Fotoreise Lofoten und Polarlichter

Die Region Lofoten in Nordnorwegen, die aus rund 80 Inseln besteht, zählt zu den Sehnsuchtszielen vieler Fotografinnen und Fotografen – dank ihrer unberührten Winterlandschaften und der einmaligen Gelegenheit, Polarlichter festzuhalten. Wo steile Gebirge ins Meer stürzen, entstehen unzählige Stimmungen und Farbvariationen. Der Winterzauber liegt im sanften Licht: Mitte Februar steigt hier die Sonne nie höher als 10 Grad über den Horizont und taucht die markanten Landschaften in ein weiches Leuchten. Das wechselhafte Wetter sorgt zusätzlich für spektakuläre Lichtspiele.

Beste Bedingungen für Polarlichter

Der Februar bietet mit flachem Licht, tief verschneiten Buchten und Bergen sowie langen Nächten beste Voraussetzungen für eine unvergessliche Fotoreise. Der aktuelle Sonnenzyklus verspricht perfekte Bedingungen für atemberaubende Polarlichter. Die Auswahl der Polarlicht-Locations erfolgt flexibel am Abend oder in der Nacht – stets nach aktueller Polarlichtprognose und Wetterlage. Reiseleiter Johannes Landschauer unterstützt bei Kameraeinstellungen, Bildaufbau, Motivwahl, Entwicklung und Bearbeitung. Auf Wunsch begleitet er auch die Umsetzung und Nachbearbeitung von Zeiträuferaufnahmen. Johannes ist ein erfahrener Landschafts- und Naturfotograf, der die Region Lofoten bereits mehrfach bereist hat und ihrer Magie immer wieder verfällt. Er führt die Reisegruppe zu den schönsten – und oft auch versteckten – Plätzen, um einzigartige Fotos zu ermöglichen.

Fotoziele: Hamnøy, Reine, Å i Lofoten, Flakstad, Ramberg, Fredvang, Skagsanden Beach, Sakrisøy, Gimsøysand, Eggum, Unstad, Haukland Beach, Vik Beach, Uttakleiv Beach, Nusfjord

Zu jeder Tag- und Nachtzeit!

Das Wetter in der Region Lofoten ist launisch, und genau das macht den Reiz für Fotografinnen und Fotografen aus. Warme Winterkleidung ist Pflicht, da man bei jedem Wetter und auch in den Nachtstunden im Freien unterwegs sein wird. Bei Neuschnee geht es schon vor Sonnenaufgang los, um unberührte Winterlandschaften im ersten Licht festzuhalten. Diese Reise ist kein Urlaub für Langschläfer*innen, sondern eine inspirierende, abwechslungsreiche Herausforderung. ■

Termin: 6.–13. Februar 2026

Preis pro Person: in Ausarbeitung

Teilnehmerzahl: 6–15 Personen

Reiseleiter: Johannes Landschauer

Auskünfte & Buchungen

Naturfreunde Niederösterreich:

Tel.: 0 27 42/35 72 11,

E-Mail: niederösterreich@naturfreunde.at,
niederösterreich.naturfreunde.at



Sneesport

14. Nov. 2025
Kurs
Workshop Schipflege
Tricks und Tipps für eine einfache und richtige Schipflege
Kursbeitrag pro Person: 33 € • **Leistungen:** Organisation und Betreuung durch die Naturfreunde Niederösterreich • **Leitung:** Gernot Nusko • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

14. Nov. 2025
Kurs
Webinar: Neuheiten des Lawinenwarndienstes
Der Lawinenlagebericht ist die zentrale Informationsquelle für die Tourenplanung im winterlichen Gebirge. In diesem kompakten Webinar zeigen wir dir, was sich beim Lawinenwarndienst geändert hat: neue Darstellungsformen, erweiterte Inhalte und digitale Tools zur besseren Einschätzung der Lawinengefahr. Neben den wichtigsten Grundlagen für die Interpretation des Lageberichts stehen aktuelle Neuerungen und praxisnahe Anwendungstipps auf dem Programm.
Voraussetzungen: internetfähiger Computer, Tablet oder Smartphone mit Lautsprecher bzw. Kopfhörer • **Kursbeitrag pro Person:** 15 € • **Kursleitung:** Arnold Studeregger • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

14. Nov. bis 15. Nov. 2025
Kurs
Notfalltraining Erste Hilfe im Winter
Im Winter kann ein Notfall schnell lebensbedrohlich werden – Kälte, Schnee und schwierige Bedingungen fordern rasches und richtiges Handeln. In diesem praxisorientierten Kurs lernst du, wie du bei Unfällen im Schnee effektiv Erste Hilfe leisten kannst, Unterkühlung erkennst und behandelst, Verletzte sicher versorgst und transportierst. Realistische Szenarien im Freien bereiten dich optimal auf den Ernstfall in winterlicher Umgebung vor.
Zielgruppe: Schitourengeher*innen, Schneeschuhwanderinnen und -wanderer, Freerider*innen • **Standort:** Niedere Tauern • **Unterkunft:** Gasthof Wachter, Gaal • **Kursbeitrag pro Person:** 154 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Zwei- oder Mehrbettzimmer, HP, Kursbetreuung • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

28. Nov. bis 30. Nov. 2025
Kurs
Abfahrtstechniktraining für Tourengeher*innen am Kitzsteinhorn
Ziel dieses Kurses ist die Verbesserung der Schiabfahrtstechnik auf der Piste und im Gelände bei unterschiedlichen

Schneebedingungen. Am Kitzsteinhorn gibt es eine große Anzahl von Freeride-Routen, Rinnen und Geländeabfahrtsmöglichkeiten. Dieser Kurs ist auch an nur zwei Tagen (29.–30. Jänner 2026) möglich.

Inhalte: Verbesserung der Schiabfahrtstechnik, freies Schifahren im gespurten und nicht gespurten Gelände (ohne Aufstieg mit Fellen), Methodik der Bewegungsschulung: Fehler machen und verstehen, Bewegungsanweisungen und sportmotorische Übungen im Schnee • **Voraussetzung:** sicheres Befahren roter Pisten • **Ausrüstung:** Pisten- oder Tourenschier, Helm, Trinkflasche, wenn vorhanden: LVS-Gerät, Schaufel, Sonde • **Kursbeiträge pro Person:** drei Tage: 260 €, zwei Tage: 175 € • **Leistungen:** Unterbringung in Drei- oder Vierbett-Familienzimmern im Sporthotel Kitz, HP, Rundumbetreuung, Schitechnikunterricht, Führung durch das Gletschergebiet, Erklärung der LVS in Theorie und Praxis • **Kursleiter:** Wolfgang Madorfer • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

6. Dez. bis 9. Dez. 2025
Schitourentage & musikalischer Adventmarkt
Standort: Hotel Freunde der Natur, Spital am Pyhrn • **Preis pro Person:** ab 380 € • **Leitung:** Christian Dornauer, Instruktor Schihohtouren • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

12. Dez. bis 14. Dez. 2025
Kurs
Praxistage Schitouren
An diesem Wochenende hast du die Gelegenheit, mit Expertinnen und Experten des Naturfreunde-Lawinensymposiums in der Praxis die Schwerpunktthemen Notfall Lawine, Beurteilung der Schneedecke und Entscheidungsfindung am Einzelhang zu erarbeiten.
Standort: Kitzsteinhorn • **Unterkunft:** Hotel Künstleralm, Kaprun • **Kursbeitrag pro Person:** 413 € zzgl. Kosten für die Seilbahn und Liftkarte • **Leistungen:** Unterbringung in einem Zwei- oder Mehrbettzimmer, HP, Kursbetreuung • **Kursleitung:** Martin Edlinger • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

12. Dez.
bis
15. Dez. 2025

Freeridetage in Saalbach-Fieberbrunn

Tiefschneefahren im Schizirkus Saalbach-Hinterglemm-
Leogang-Fieberbrunn

Preis pro Person (DZ): 750 € • **Leistung:** Unterbringung im Family Hotel Schloss Rosenegg, HP, Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Gerhard Gamsjäger • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

15. Dez.
bis
18. Dez. 2025

Katschberg/Lieser-Maltatal: Schi(touren)tage & Katschberger Adventweg

Preis pro Person: ab 495 € • **Leitung:** Christian Dornauer, Instruktor Schihochtouren • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

18. Dez.
bis
19. Dez. 2025

Schitechnik-Update

Schitechnik im Gelände: für alle Schifahrer*innen, die ihr Vergnügen im Tiefschnee finden

Kurs

Kursbeitrag pro Person: 174 € • **Leistung:** Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Wolfgang Aigner • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

26. Dez.
27. Dez.
28. Dez. 2025

Sicherheitstag Schitouren

Ziel dieses Kurses ist es, dass man Risiken und Gefahren in den Bergen wahrnehmen kann und Know-how in puncto Tourenplanung und Lawinenkunde aufbaut.

Kurs

Inhalte: Risikofaktoren beim Schitourengehen, Lawinenlagebericht, Vorstellen und Handling der Notfallausrüstung, Üben einer effizienten Lawinenverschüttensuche • **Kursort:** Innsbruck Umgebung • **Kursbeitrag pro Person:** 55 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

2. Jän.
bis
6. Jän. 2026

Familienschitage in Spital am Pyhrn

Kinder und Jugendliche haben auch 2026 in den Weihnachtsferien die Möglichkeit, im Schigebiet Wurzeralm ein paar Tage gemeinsam Schifahren zu lernen. Die erwachsenen Begleitpersonen können ein Schitechniktraining machen oder mit einer Gruppe Schitouren unternehmen.

Unterkunft: Hotel Freunde der Natur, Spital am Pyhrn • **Richtpreise pro Person:** 6- bis 9-Jährige: 420 € (bei zwei vollzahlenden Erwachsenen), 10- bis 15-Jährige: 440 € (bei zwei vollzahlenden Erwachsenen), Erwachsene: ab 396 € • **Reiseleitung:** Martin Ujezky & Team • **Anmeldeschluss:** 21. November 2025 • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

3. Jän.
bis
6. Jän. 2026

Schitourentage Eisenerzer Ramsau

Geführte Schitouren in der Eisenerzer Ramsau

Preis pro Person: 398 € • **Leistungen:** Unterbringung im Eisenerzer Hof, HP, Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Simon Tischhart • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

10. Jän.
und
17. Jän. 2026

LVS-Sicherheitstraining

Ideal zum Erlernen und Üben der Kameradenrettung bei einer „Ein-Personen-Verschüttung“

Kurs

Inhalte: praktische Übungen mit dem LVS-Gerät, Suchtaktik, Sondieren und systematisches Ausschaukeln • **Zielgruppe:** Tourenger*innen, Freerider*innen, Snowboarder*innen, Schneeschuhwanderinnen und -wanderer, Eiskletterinnen und -kletterer • **Kursort:** Innsbruck Umgebung • **Kursbeitrag pro Person:** 50 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

14. Jän.
bis
17. Jän. 2026

Schikurs Tiefschneefahren

Schifahren im Gelände für Tourenger*innen

Kurs

Kursbeitrag pro Person: 553 € • **Leistungen:** Unterbringung im Gasthof zur Gams, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Wolfgang Aigner • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

15. Jän.
bis
18. Jän. 2026

Ellmautal – Schitourentage

Leitung: Michael Blanka, Instruktor Schitouren • **Preis pro Person:** ab 595 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

16. Jän.
bis
18. Jän. 2026

Freeride-Camp (Schi & Snowboard) für Frauen

Freeriden Frauen anders? – Technisch gesehen nicht, sie haben jedoch auf Schiern oder am Snowboard sehr oft andere Gefühle, Bedenken und Stärken als Männer. Statt roher Muskelkraft steht meist ein hohes Maß an Feinfühligkeit und intuitiver Vorsicht im Vordergrund. Es erwarten dich unsere professionellen und empathischen Trainerinnen, um mit dir und gleichgesinnten Mädels und Frauen die winterliche Natur zu entdecken, Spaß zu haben, mutig Grenzen zu verschieben und die eigenen Fertigkeiten zu verbessern.

Kursort: Obertauern • **Kursbeitrag pro Person:** 365 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem DZ, HP, Kursbetreuung • **Kursleitung:** Anna Frühwirth • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

16. Jän.
bis
18. Jän. 2026

Schitourenschnuppertage Annaberg

Die geplanten leichten Schitouren in den Voralpen rund um Annaberg sind ideal für Einsteiger*innen.

Preis pro Person: 313 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Doppelzimmer im Gasthaus Schaglhof, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

16.–18. Jän.,
20.–22. Feb.
2026

Schitourenkurse im Gesäuse

Für alle, die sich zu einer/einem selbständigen und risikobewussten Schitourenger*in entwickeln wollen.

Kurs

Kursbeitrag pro Person: 290 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Mehrbettzimmer im Gasthof Ödsteinblick, HP, Tourentee, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Peter Plundrak • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

29. Jän.
bis
1. Feb. 2026

Kitzbüheler Alpen – Schitourentage

Preis pro Person: ab 415 € • **Leitung:** Karl Ablinger, Instruktor Schitouren • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

31. Jän.
bis
7. Feb. 2026

Familienwintersportwoche in Mittersill

Natürlich geht es auch 2026 mit den Wiener Naturfreunden nach Mittersill zu ihrer traditionellen Wintersportwoche – mit Kursen in Schifahren, Snowboarden, Schitouren und Langlaufen.

Unterkunft: Hotel Bräurup, Mittersill • **Kursbeiträge pro Person (Richtpreise):** Kinder bis zum 6. Geburtstag: 229 € (bei zwei vollzahlenden Erwachsenen), Kinder vom 6. bis zum 14. Geburtstag: 529 € (bei zwei vollzahlenden Erwachsenen), Erwachsene (ab 14 Jahren): 869 € • **Reiseleitung:** Gerhard Fritz & Team • **Anmeldeschluss:** 12. Dezember 2025 • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

31. Jän. bis 1. Feb. 2026
Kurs

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- & Notfallausrüstung, Lawenlagebericht, Tourenplanung, Spuranlage, Standardmaßnahmen während einer Tour, Orientierung • **Voraussetzungen:** sicheres Schifahren abseits der Piste und Kondition für Aufstiege mit 800 Hm, Beherrschen der LVS • **Ort:** Tirol • **Kursbeitrag pro Person:** 190 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

31. Jän. bis 1. Feb. 2026
Kurs

Winterbiwak- und Iglubau-Workshop

*Winterwanderung mit Iglubau bzw. Errichtung eines Notfallbiwaks. Nach einem kurzen Aufstieg werden wir die verschiedenen Möglichkeiten eines winterlichen Biwakbaus besprechen und ausprobieren. Um die Funktionalität zu testen, können die Teilnehmer*innen im Biwak Probe liegen oder darin die Nacht zubringen. Zur Einkehr steht uns ein Gasthof zur Verfügung.*

Kursort: Pillberg/Schwaz • **Kursbeitrag pro Person:** 75 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

8. Feb. bis 14. Feb. 2026

Schitourenwoche Zederhaus

Geführte Schitouren in den Radstädter Tauern, die viele Routen in verschiedensten Schwierigkeitsgraden bieten

Preis pro Person: 849 € • **Leistungen:** Unterbringung im Landgut Blasiwirt, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Simon Tischhart • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

11. Feb. bis 14. Feb. 2026

Schitourentage Mariazellerland

*Schitouren für Genießer*innen. Das Mariazellerland bietet jede Menge leichte Schitouren.*

Preis pro Person: 386 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Doppelzimmer in der Pension Zuser, Nächtigungen und Frühstück, Tourentee, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

15. Feb. bis 20. Feb. 2026

Obernberg/Schmirntal/Wipptal – Schitourentage

Preis pro Person: ab 645 € • **Leitung:** Rudi Hofer, Bergführer • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

26. Feb. bis 2. März 2026
Kurs

Freeride-Camp Schi, Basic

Ziel dieses Kurses ist es, erste Erfahrungen abseits der dicht befahrenen Pisten zu sammeln und die notwendigen Grundkenntnisse im Risikomanagement zu erhalten, die man fürs Powdern benötigt.

Kursort: Saalbach-Hinterglemm • **Kursbeitrag pro Person:** 530 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem DZ, HP, Kursbetreuung • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

1. März bis 8. März 2026

Schiwoche Südtirol

Auch 2026 steht eine Schireise ins Dolomiti-Superschigebiet rund um die Sellaronda auf dem Programm – mit bequemer Busanreise und maximalem Pistenspaß.

Zielgruppe: geübte Schifahrer*innen mit guter Kondition • **Unterkunft:** Dreisterneparkhotel Mater Dei in Pozza di Fassa (kostenloses WLAN, Wellnessbereich) • **Richtpreise pro Person:** DZ: 1.305 €, Dreibettzimmer: 1.185 €, EZ-Zuschlag:

175 € • **Reiseleitung:** Hannes Nowotny & Team • **Anmeldeschluss:** 28. November 2025 • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

4. März bis 7. März 2026

Schitourentage Dachstein

Schlading-Dachstein bietet Schitourengerinnen und -gehern sowie Freeriderinnen und Freeridern Berge voller Möglichkeiten.

Preis pro Person: 454 € • **Leistungen:** Unterbringung im Hotel Dachstein, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Ernst Sylvester Dullnigg • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

5. März bis 8. März 2026
Kurs

Freeride-Camp Schi: Coaching für Fortgeschrittene

*Nachdem du deine ersten Erfahrungen beim Freeriden sammeln konntest – im besten Fall im Freeride-Camp für Einsteiger*innen –, willst du nun anspruchsvolleres Gelände befahren. Ziel dieser Fortbildung ist der Aufbau eines vertiefenden Wissens in der Rolle des Guides, Reflexion deiner Erfahrungen und praktisches Lernen „on the ride.“ Schwerpunkte: Risikomanagement, Guiding und Feedback*

Kursort: Saalbach-Hinterglemm • **Kursbeitrag pro Person:** 530 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem DZ, HP, Kursbetreuung • **Kursleitung:** Peter Gebetsberger • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

7. März bis 14. März 2026

Wintersportwoche mit Schisafari – Val di Sole, Italien

Erlebe eine unvergessliche Schiwoche in der traumhaften Region Val di Sole mit dem Weltcuport Madonna di Campiglio sowie den Schigebieten Folgarida, Marilleva, Passo Tonale, Pinzolo und Pejo.

Unterkunft: komfortables Hotel im Herzen von Val di Sole mit ausgezeichneter Küche, Willkommensdrink, Nachmittagsjause, Livemusikabend, Happy Hour mit Bierfest, Grappa-Probe, kostenloses WLAN, Hallenbad, Wellnessbereich mit Sauna, Whirlpool und Dampfbad • **Preis pro Person (DZ):** 1.298 €, DZ zur Einzelnutzung (Dependance): 1.498 € •

Informationen & Buchungen

Naturfreunde-Akademie • Tel.: 01/892 35 34 DW 22 und 28
sports@naturfreunde.at, team.alpin@naturfreunde.at
akademie.naturfreunde.at

Naturfreunde Niederösterreich • 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 Tirol • Tel.: 0664/848 19 48
tirol@naturfreunde.at • tirol.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.

Leistungen: An- und Rückreise im eigenen Reisebus, HP (reichhaltiges Frühstücksbuffet & Abendmenü), Benützung des Wellnessbereichs, Transfers zu den Schigebieten, Betreuung durch staatlich geprüfte Schiinstruktorinnen und -instruktoren • **Teilnehmerzahl:** mind. 20 Personen • **Reisebegleiter:** Walter Hofmann • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

8. März
bis
14. März 2026

Südtirol: Schitourenwoche im Ultental

Preis pro Person: ab 835 € • **Leitung:** Rudi Hofer, Bergführer • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

21. März
bis
28. März 2026

Firnwoche Flirsch am Arlberg

*Firnschnee, Sonne und traumhafte Pisten: Zum Winterausklang findet auch 2026 unsere Firnwoche in Flirsch am Arlberg statt – mit Schiguiding in einem der schönsten Schigebiete Österreichs. Nicht geeignet für Anfänger*innen.*

Unterkunft: Hotel Troschana, Flirsch • **Richtpreis pro Person:** 980 €, EZ-Zuschlag: 84 € • **Reiseleitung:** Hannes Nowotny • **Anmeldeschluss:** 30. Jänner 2026 • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

22. März
bis
26. März 2026

Freeride & Firn in Obertauern

Genieße lässige Abfahrten in faszinierendem Firn!

Preis pro Person: 990 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Doppelzimmer im Alpenhotel Moaralm, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Instruktorinnen und -Instruktoren • **Leitung:** Gerhard Gamsjäger • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

11. April
bis
18. April 2026

Schihochtourenwoche im Wallis

Eine ausgiebige Tourenwoche rund um Saas-Fee und Zermatt

Preis pro Person: 1.349 € • **Leistungen:** 2 Übernachtungen in einem Hotel, 5 x HP in Berghütten, Tourenführung durch erfahrene Instruktoren Schihochtouren (bzw. Lehrwarte) • **Leitung:** Peter Plundrak • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

11. April
bis
18. April 2026

Schitourenwoche Martellital

Geführte Schitouren im Martellital, Vinschgau/Südtirol

Preis pro Person: 1.197 € • **Leistungen:** Unterbringung im Hotel zum See, HP, Organisation und Betreuung durch die Naturfreunde Niederösterreich, Tourentee • **Leitung:** Simon Tischhart • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

15. April
bis
19. April 2026

Wintersporttage im Schigebiet Samnaun/Ischgl mit Technikprogramm

Wir besuchen eine der größten Schiregionen Europas mit mehr als 230 traumhaften grenzüberschreitenden Pistenkilometern und 40 topmodernen Liftanlagen (inkl. der ersten Doppelstockseilbahn). Selbstanreise

Richtpreis pro Person (DZ): 465 €, EZ-Zuschlag: 80 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem sehr gut geführten Hotel in Ischgl, Nächtigungen mit Frühstücksbuffet, kostenloses WLAN, Saunabenützung, Betreuung durch staatlich geprüfte Schiinstruktorinnen und -instruktoren • **Reiseleiter:** Walter Hofmann • **Anmeldung:** Naturfreunde Salzburg

Schneeschuhwandern & Langlaufen

30. Dez.
bis
2. Jän. 2026

Schneeschuhwandern am Dachstein

Preis pro Person: ab 495 € • **Leitung:** Hannes Stumptner, Instruktor Wandern und Schneeschuhwandern • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

9. Jän.
bis
11. Jän. 2026

Update Winterwandern

*Diese Fortbildung für Tourenführer*innen ist speziell für Winterwanderinnen und -wanderer sowie Schneeschuhgeher*innen konzipiert.*

Inhalte: richtiger Umgang mit der Notfallausrüstung, Tourenplanung, Schneedeckenbeurteilung • **Kursort:** Zirbitzkogel • **Unterkunft:** Winterleitenhütte, Judenburg • **Kursbeitrag pro Person:** 378 € • **Leistungen:** Unterbringung in einem Zwei- oder Mehrbettzimmer, HP, Kursbetreuung • **Kursleitung:** Wolfgang Kinz • **Anmeldung:** Naturfreunde-Akademie

9. Jän.
bis
11. Jän. 2026

Schneeschuhwandern & Langlaufen am Gscheid

Preis pro Person: 354 € • **Leistungen:** Unterbringung im Gasthof Gscheidwirt, HP, Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Wanderführer*innen • **Leitung:** Katja Weirer • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

17. Jän.
7. Feb. und
21. Feb. 2026

Schneeschuh-Schnuppertage

Geführte Einsteigertouren für alle, die Schneeschuhwandern ausprobieren möchten

Preis pro Person: 48 € • **Leistungen:** Organisation und Betreuung durch Naturfreunde-Wanderführer*innen • **Leitung:** Maria Gansch, Robert Glock und Elisabeth Wagner • **Anmeldung:** Naturfreunde Niederösterreich

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, Irene Raffetseder • **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:** Herbert Raffalt • **Druck:** Walstead Leykam Druck GmbH, 7201 Neudörfel an der Leitha • Naturfreunde-Mitglieder erhalten die Zeitschrift kostenlos. • **Einzelheft:** 6 €, **Jahresabonnement:** 4 Hefte um 20 €

Gefördert vom Bundesministerium für Wohnen, Kunst, Kultur, Medien und Sport

 **Bundesministerium
Wohnen, Kunst, Kultur,
Medien und Sport**



EU Ecolabel • AT/053/005

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



24. Jän.
bis
25. Jän. 2026

Basiskurs Schneeschuhtrkking

*Verschnittene Winterlandschaften, glitzerndes Weiß und Tier-
spuren im Schnee – und DU mittendrin!*

Kurs

Inhalte: Ausrüstung, Lawinenlagebericht, Faktoren, die bei der Routenwahl zu beachten sind, Spuranlage & Standardmaßnahmen während einer Tour, Orientierung • **Voraussetzungen:** Kondition für 300 bis 400 Hm Aufstieg, (Leih-)Ausrüstung • **Ort:** Großraum Schwaz • **Kursbeitrag pro Person:** 120 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

30. Jän.
bis
1. Feb. 2026

Schneeschuhwandern

Unterkunft: Hotel Freunde der Natur, Spital am Pyhrn • **Preis pro Person:** ab 285 € • **Leitung:** Hannes Stumptner, Instruktor Wandern & Schneeschuhwandern • **Anmeldung:** Naturfreunde Oberösterreich

Eisklettern

10. Jän.
24. Jän. und
7. Feb. 2026

Grundkurs Eisklettern

Einführung ins Steileis-/Wasserfallklettern mit Toprope

Kurs

Inhalte: Sicherheitsüberlegungen und Risikomanagement, Materialkunde, Schlagtechnik, Bewegungsablauf, Eisschrauben setzen • **Zielgruppe:** Kletterinnen und Kletterer ab 16 Jahren • **Voraussetzungen:** Kletterkenntnisse, sicheres Sichern im Toprope mit Tuber • **Kursort:** Nord- oder Südtirol • **Kursbeitrag pro Person:** 75 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Tirol

Kultur- & Erlebnisreisen

4. Dez.
bis
7. Dez. 2025

Nürnberger Christkindlesmarkt

Erlebe mit uns die festliche Magie des weltberühmten Christkindlesmarkts in Nürnberg und freue dich auf stimmungsvolle Weihnachtsatmosphäre, regionale Spezialitäten und traditionelles Kunsthandwerk!

Richtpreise pro Person: Naturfreunde-Mitglieder: 540 €, Nichtmitglieder: 610 €, EZ-Zuschlag: 180 € (Nur begrenzt verfügbar!) • **Leistungen:** gemeinsame An- und Rückreise mit dem Zug, Nächtigungen und Frühstück, kostenloses WLAN, etwaige Eintritte (Programm noch in Ausarbeitung), Betreuung durch unsere Naturfreunde-Reiseleitung • **Reiseleitung:** Judith Zeinlinger • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien

23. Jän.
bis
25. Jän. 2026

Winter-Alpenballonfahrt

Hoch hinaus: Schweben mit uns im neuen Jahr in einem Heißluftballon über die verschneiten Alpen und entdecke die stille Schönheit des Winters aus luftiger Höhe!

Richtpreise pro Person: Naturfreunde-Mitglieder: 910 €, Nichtmitglieder: 980 €, EZ-Zuschlag: 20 € (Nur begrenzt verfügbar!) • **Leistungen:** gemeinsame An- und Rückreise per Bus, Unterbringung im Hotel Hanneshof in Filzmoos, HP, Alpenballonfahrt, traditionelle Sekttaufe und Urkunde, Transfers Landeplatz–Startplatz, Betreuung durch unsere Naturfreunde-Reiseleitung • **Reiseleitung:** Judith Zeinlinger • **Anmeldung:** Naturfreunde Wien



**Jetzt
buchen!**

28.–30.11.2025, Kitzsteinhorn

Skitouren-Festival 2025

Felle auf die Ski kleben und rauf auf den Berg!
Mit dem Bergwelten-Skitouren-Festival wird die Tourensaison 2025/2026 offiziell eröffnet.

Im Rahmen dieses Events kann man **Produktneuheiten** – Ski, Schuhe, Bindungen, Stöcke und Accessoires – kennenlernen und **testen**.

Mehrmals täglich gibt es **geführte Skitouren mit Bergführern** der Naturfreunde Österreich. Die Kleingruppen gehen je nach Könnensstufe unterschiedliche Routen und Touren.

**Für Mitglieder der Naturfreunde
um € 116,- anstatt € 150,-.**

**Alle Infos zur Anmeldung
und zum Event finden Sie unter:**



bergwelten.com/stt25

Winterwandern in Südtirol

Wandern – Skifahren – Langlaufen



1.Tag - Anreise - Brixen - Truden. **2.Tag - Winterwandern im Val di Fiemme:** Wir genießen eine Wanderung, bei der wir die majestätischen Gipfel der Lagorai-Berge und des Latemar-Massivs bestaunen. 300 HM **3.Tag - Wandern von Lavazè zum Jochgrimm:** Auf einer aussichtsreichen Route mit herrlichem Panorama der Dolomiten wandern wir zum Jochgrimm. 400 HM. **4.Tag - Winterwandern in Deutschnofen:** Wir wandern auf verschneiten Wegen rund um Deutschnofen und genießen den Blick auf die Bergketten des Schlern und Latemar. 400 HM. **5.Tag - Winterwandern auf der Seiser Alm:** Die heutige Wanderung bietet uns Ausblicke auf die imposanten Berge des Langkofels und Plattkofels. 200 HM. **6.Tag - Heimreise.** Alternativ zu den Wanderungen können Sie an allen Tagen langlaufen oder Ski fahren.

fels und Plattkofels. 200 HM. **6.Tag - Heimreise.** Alternativ zu den Wanderungen können Sie an allen Tagen langlaufen oder Ski fahren.

6 Tage / p. P.

EZ Zuschlag

€ 798,-

€ 115,-

28.02.-05.03.2026

Inkludierte Leistungen

Fahrt im RETTER Luxus-Reisebus • 5xÜN/HP im Hotel Schönwies*** in Truden • geführte Wanderungen lt. Programm (exkl. Bergbahnen) • RETTER Reiseleitung

Island zur Nordlichtzeit

Rundreise durch Feuer und Eis



Geysir

Diese außergewöhnliche Rundreise führt Sie von der charmanten Hauptstadt Reykjavik in den hohen Norden bis nach Akureyri, vorbei an aktiven Vulkanzonen, geheimnisvollen Lavafeldern, majestätischen Wasserfällen und historischen Orten. **1.Tag** - Abends Flug nach Island **2.Tag** - Ankunft Reykjavik - Akureyri **3.Tag** - Ausflug Godafoss und Myvatn **4.Tag** - Akureyri - Walsafari (fak.) - Nordlichterbeobachtung **5.Tag** - Reykjavik via Silver Circle **6.Tag** - Stadtführung Reykjavik **7.Tag** - Ausflug Golden Circle - Gullfoss Wasserfall **8.Tag** - Ausflug Reykjanes & Bad in der Blauen Lagune (fak.) Am Abend Rückflug. **9.Tag** - Ankunft in Österreich.

9 Tage / p. P.

EZ Zuschlag

*Saisonaufzahlung

Transfer Flughafen

€ 58,- p.P./Strecke

€ 2.898,-

€ 540,-

€ 60,-

€ 58,- p.P./Strecke

06.02.-14.02.2026 27.02.-07.03.2026*

Inkludierte Leistungen

Flug Wien-Keflavik-Wien mit Austrian • 1xÜN/FR Hotel Klettur Reykjavik • 3xÜN/HP Hotel Nordurland o. ä. • 3xÜN/FR Hotel Klettur Island • Ausflüge lt. Programm exkl. Walsafari & Blaue Lagune • RETTER Reiseleitung ab 20 Pers.

Silvester in Lissabon

Jahreswechsel in Portugal erleben



1.Tag - Flug nach Lissabon **2.Tag - Stadtrundfahrt:** Wir genießen den Panoramablick von der Festung São Jorge (Außenbesichtigung). Im Belem-Viertel finden wir die bekanntesten Sehenswürdigkeiten der Stadt: das Hieronymus-Kloster, den Torre de Belem und das Entdeckerdenkmal. Freizeit. 4-Gang Silvesterdinner im Hotel. **3.Tag - Neujahrsausflug Sintra, Cabo da Roca & Estoril:** Heute erkunden wir das UNESCO Weltkulturerbe Sintra. Farbenfrohe Paläste thronen über sattgrünen Hügeln, den Pena-Palast sehen wir von innen. Weiter geht es zum westlichsten Punkt des europäischen Festlands. Ausklang im Badeort Estoril. **4.Tag - Freizeit 5.Tag - Rückflug.**

5 Tage / p. P.

EZ Zuschlag

Transfer Flughafen

€ 58,- p.P./Strecke

€ 1.489,-

€ 398,-

€ 58,- p.P./Strecke

30.12.2025 - 03.01.2026

Inkludierte Leistungen

Flug Wien-Lissabon-Wien mit TAP Air Portugal • Transfers vor Ort • 4xÜN/FR im zentralen Hotel Lumen**** • Stadtrundgang in Lissabon • Eintritt: Hieronymus-Kloster, Pena Palast • Silvester-Galadinner • Neujahrsausflug • RETTER Reiseleitung

☎ **03335/3900** ✉ **reisen@retter.at**

www.retter-reisen.at

Veranstalter: Retter GmbH, Winzendorf 144, 8225 Pöllau. Reiseleistungsausübungsberechtigung auf <https://www.gisa.gv.at/abfrage> unter der GISA Zahl 20012137. Garant: Raiffeisen Landesbank Steiermark, Radetzkystraße 15, 8010 Graz, Garantie NR: 10-70.121.132. Abwickler: Europäische Reiseversicherung AG, Kratochwilstraße 4, 1220 Wien, Tel: 01/3172500. 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. Preisänderungen vorbehalten. Pass-/Visum-/gesundheitspolizeiliche Informationen abrufbar auf: www.bmeia.gv.at/reise-aufenthalt/reiseinformation. Bildrechte: Südtirol_alex-filz, Kottnersteger/Adobestock

**RETTERR
REISEN**

Gemeinsam mehr erreichen: Jugendarbeit bei den Naturfreunden



Dr. Jürgen Dumpelnik
Vorsitzender der
Naturfreunde Steiermark

Für die Naturfreunde Steiermark bedeutet Jugendarbeit, gemeinsam mit jungen Menschen die Zukunft zu gestalten. Sie ist das Fundament, auf dem wir unsere Werte weitergeben und unsere Organisation weiterentwickeln. Indem wir junge Menschen an organisierte Freizeitgestaltung heranführen und ihnen die Sinnhaftigkeit gemeinsamer Aktivitäten vermitteln, schaffen wir eine starke Basis für kommende Generationen. Dabei geht es nicht nur darum, Begeisterung für Sport, Natur und Umwelt zu wecken, sondern auch Werte wie Gemeinschaft, Solidarität und Zusammenhalt erlebbar zu machen.

In den vergangenen Jahren haben wir immer wieder spannende Projekte mit Kindern und Jugendlichen sowie für Kinder und Jugendliche umgesetzt. Besonders hervorzuheben sind unsere Schulworkshops, die mittlerweile fest im Programm verankert und sehr gefragt sind. Ob Bewegung und Sport, Teambuilding oder Umweltbildung – die Workshops spiegeln unsere Kernwerte wider und ermöglichen es Schülerinnen und Schülern, Gemeinschaft spielerisch zu erleben.

Darüber hinaus engagieren wir uns auch im europäischen Kontext. Im Rahmen des mehrjährigen Erasmus+-Projekts „Eco CoWaLa – Connecting water and land“ arbeiteten wir gemeinsam mit Partnerorganisationen aus Italien und Portugal an Themen wie Gewässerschutz, Biodiversität und internationaler Vernetzung. Die jungen Menschen, die an dem Projekt teilgenommen haben, sahen, dass ökologisches Handeln Spaß macht und sie selbst etwas bewegen können – lokal wie international.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Jugendarbeit ist Inklusion. Wir bieten Schulworkshops für Kinder und Jugendliche mit und ohne Beeinträchtigung. Mit unserem ersten inklusiven Klettercamp im Sommer 2025 haben wir gezeigt: Gemeinschaft kennt keine Barrieren. Ob beim Klettern, beim gemeinsamen Essen oder im Alltag im Camp – Freude, gegenseitige Unterstützung und Zusammenhalt standen im Mittelpunkt. Solche Erfahrungen zeigen, wie bereichernd Vielfalt sein kann.

Gemeinsam mit unserem neuen Jugendreferenten Joshua Mark werden wir die Jugendarbeit in den kommenden Jahren weiter ausbauen und den Fokus noch stärker auf Gemeinschaft legen. Wir laden alle jungen Menschen ein, ihre eigenen Ideen einzubringen, Verantwortung zu übernehmen und das Vereinsleben aktiv mitzugestalten.

Herzlichst

Dein Jürgen Dumpelnik

Steiermark-Ausgabe

Naturfreund 4/2025

Inhalt

Gespräch mit dem neuen Jugendreferenten Joshua Mark über die Bedeutung der Jugendarbeit und seine Pläne	34
Jugendreferent Joshua Mark stellt sich vor	36
Workshops für Schulen	38
Erasmus+-Projekt „Eco CoWaLa – Connecting water and land“	40
Inklusives Klettercamp in Kroatien	42
Reisen & Kurse	44
Veranstaltungen	46
Impressum	47



**Naturfreunde
Steiermark**

Jugendarbeit heißt Zukunft gestalten

Aktuell ■ Joshua Mark ist seit Juni 2025 der neue Jugendreferent der Naturfreunde Steiermark. Im Gespräch mit dem Vorsitzenden der Naturfreunde Steiermark Dr. Jürgen Dumpelnik erläutert er die zentrale Rolle der Jugendarbeit, die Anliegen junger Menschen und die Werte, welche die Naturfreunde an die nächste Generation weitergeben möchten.

Fotos: Michael Domian, Victoria Garbayo

Was bedeutet Jugendarbeit für die Naturfreunde Steiermark?

Dumpelnik: Die Naturfreunde sind eine Organisation für *alle* Generationen. Unsere Angebote reichen von Kinderschikursen bis hin zu Aktivitäten für Seniorinnen und Senioren. Die Jugendarbeit ist eine wichtige Stütze und das Fundament für die Weiterentwicklung unseres Vereins. Indem wir junge Menschen

an organisierte Freizeitgestaltung und die Sinnhaftigkeit gemeinsamer Aktivitäten heranzuführen, schaffen wir die Basis für die kommenden Generationen und eine starke Struktur innerhalb der Organisation.

Mark: Jugendarbeit heißt für uns, jungen Menschen sinnvolle Freizeitgestaltung in und mit der Natur zu ermöglichen. Wir sehen den Trend, dass viele junge Menschen bewusst

Erholung abseits des Alltags suchen – sozial, aktiv und im Einklang mit der Umwelt. Unsere Angebote fördern genau das: Gemeinschaft erleben, Neues entdecken und dabei die Natur als wertvollen Erlebnisraum schätzen lernen.

Auf welche aktuellen Themen und Anliegen junger Menschen gehen die Naturfreunde ein?

Dumpelnik: Unsere Jugendarbeit deckt ein breites Spektrum ab: Es umfasst sportliche Aktivitäten, Freizeitgestaltung sowie Projekte im Bereich Umwelt- und Klimaschutz. Und wir eröffnen Jugendlichen Möglichkeiten zur politischen Mitgestaltung – etwa über den Landesjugendbeirat. So können sie ihre Interessen einbringen und Verantwortung übernehmen. Als große Naturschutz-, Umwelt- und Freizeitorganisation haben wir natürlich auch öffentlich Gehör und schaffen Räume, in denen junge Menschen aktiv mitgestalten können.

Mark: Wir greifen Themen wie Umwelt- und Naturschutz aktiv auf und machen sie durch Veranstaltungen und Projekte erlebbar. Wir schaffen auch kostengünstige Möglichkeiten, sich sportlich in der Natur auszuprobieren und weiterzubilden, etwa im

Gemeinschaft und
Zusammenhalt – zentrale
Werte der Jugendarbeit





Jürgen Dumpelnik und Joshua Mark möchten die Jugendarbeit der Naturfreunde Steiermark weiter ausbauen und stärken.

Rahmen von Camps, Kletterkursen und Wanderungen. So fördern wir Bewegung, Umweltbewusstsein und persönliche Weiterentwicklung.

Welche Werte und Ziele möchten die Naturfreunde jungen Menschen vermitteln?

“

Bei den Naturfreunden können Jugendliche eigene Ideen einbringen, Verantwortung übernehmen und das Vereinsleben mitgestalten.

Mark: Wir möchten ein Bewusstsein für die Schönheit der Natur schaffen und jungen Menschen zeigen, wie wichtig ein respektvoller Umgang mit unserer Umwelt ist. Dabei vermitteln wir nachhaltige Werte wie Achtsamkeit, Verantwortung und richtiges Verhalten in der Natur. Ziel ist es, in einem sozialen Rahmen ein tieferes Verständnis für ökologische Zusammenhänge zu fördern.

Dumpelnik: Mir ist besonders die Gemeinschaft ein großes Anliegen. Wir leben in einer Gesellschaft, in der Individualismus immer stärker in den Vordergrund tritt – mit oft negativen Folgen für das Miteinander. Die Naturfreunde setzen dem bewusst ein anderes Modell entgegen: Hier erfährt man schon in jungen Jahren, dass man gemeinsam mehr erreicht, dass Solidarität und gegenseitige Unterstützung entscheidend sind. Dieses Verständnis möchten wir weitergeben, weil es nicht nur

die Organisation stärkt, sondern auch einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft leistet.

In welche Richtung sollte sich die Jugendarbeit in den nächsten Jahren entwickeln?

Mark: Wir wollen die erfolgreiche Jugendarbeit der letzten Jahre weiterführen – besonders im Bildungsbereich. Wir wollen unsere Bildungsangebote ausbauen, noch mehr junge Menschen erreichen und neue Formate schaffen. Unser Ziel ist es, Jugendliche zu bestärken, eigene Ideen einzubringen und als aktive Gestalter*innen mitzuwirken.

Dumpelnik: Auch mir ist es wichtig, die Jugendarbeit weiter auszubauen und den Fokus noch stärker auf Gemeinschaft zu legen. Junge Menschen sollen erleben, dass für ein funktionierendes Miteinander und eine solidarische Gesellschaft gemeinsames Handeln entscheidend ist. Diesen Gedanken wollen wir gemeinsam mit unserer Jugendorganisation und dem Erfahrungsschatz unserer älteren Funktionärinnen und Funktionäre weiter fördern und festigen. ■

Eine ausführliche Vorstellung des neuen Jugendreferenten findest du auf den Seiten 36 und 37.

Jugend ■ Für den neuen Jugendreferenten der Naturfreunde Steiermark Joshua Mark bedeutet Jugendarbeit, jungen Menschen Natur und Gemeinschaft näherzubringen. In seiner Funktion möchte er Bewährtes weiterführen und Neues aufbauen.

Text: Joshua Mark,
Fotos: Landesjugendbeirat Steiermark, Michael Domian



Unser neuer Jugendreferent stellt sich vor



Joshua Mark ist davon überzeugt, dass die Jugendarbeit ein starkes Fundament für die Zukunft bildet.

Mein Name ist Joshua Mark, ich bin 30 Jahre alt, studiere in Graz Soziologie und habe Tiroler Wurzeln. Seit vielen Jahren bin ich Mitglied der Naturfreunde und schätze deren Verbundenheit zur Natur, ihre vielfältigen Aktivitäten und die starke Gemeinschaft, die sie ausmacht. Dass ich nun Jugendreferent der Naturfreunde Steiermark bin, ist eher zufällig entstanden – und doch fühlt sich diese Aufgabe für mich genau richtig an. Denn Jugendarbeit ist etwas, was mich begeistert: jungen Menschen Möglichkeiten zu bieten, Natur, Gemeinschaft und persönliche Entwicklung auf besondere Weise zu erleben. Jugendarbeit bedeutet für uns Naturfreunde, jungen

Menschen von 12 bis 30 Jahren eine sinnvolle Freizeitgestaltung zu ermöglichen – in und mit der Natur. In einer Zeit, in der viele nach Ausgleich abseits von Schule, Studium oder Arbeit suchen, schaffen wir Räume, in denen Erholung, Aktivität und Gemeinschaft Hand in Hand gehen. Unsere Angebote laden dazu ein, Neues auszuprobieren, Abenteuer zu erleben und dabei die Natur als wertvollen Erlebnisraum zu entdecken.

Mir ist besonders wichtig, dass junge Menschen nicht nur *Teilnehmer*innen*, sondern auch *Mitgestalter*innen* sind. Ich möchte mehr Angebote schaffen, die von jungen Menschen für junge Menschen entwickelt werden. Ob Kletterkurse,

Camps, Wanderungen oder andere Outdooraktivitäten – wer eigene Ideen einbringt, wird erleben, dass Jugendarbeit nicht nur konsumiert, sondern auch gestaltet werden kann. So entsteht ein starkes Gefühl von Selbstwirksamkeit, Verantwortung und Gemeinschaft.

Digitale Kommunikation nutzen

Ein weiterer Schwerpunkt meiner Arbeit wird die digitale Kommunikation sein. Junge Menschen bewegen sich auch in digitalen Räumen. Wenn wir sie erreichen wollen, müssen wir genau dort sichtbar und ansprechbar sein. Das heißt für mich: Social Media, digitale Tools und moderne Kommunikationsformen aktiv zu nutzen, um die



Joshua möchte mehr Angebote schaffen, die von jungen Menschen für junge Menschen entwickelt werden.

Vielfalt unserer Arbeit darzustellen und neue Mitglieder zu gewinnen. Gleichzeitig bleibt aber klar: Echte Erfahrungen – draußen in der Natur, miteinander in Bewegung, beim gemeinsamen Lernen – sind durch nichts zu ersetzen. Die digitale Ebene ist für mich ein Werkzeug, das dabei unterstützt, den Zugang zu realen Erlebnissen zu öffnen.

Nachhaltigkeit erfahrbar machen

Auch das Thema Nachhaltigkeit spielt für mich eine zentrale Rolle. Wir leben in einer Zeit, in der Umwelt- und Klimafragen drängender sind als je zuvor. Junge Menschen beschäftigen sich intensiv mit diesen Themen, und Jugendarbeit kann hier einen wichtigen Beitrag leisten. Wir wollen nicht nur über Nachhaltigkeit sprechen, sondern sie auch erfahrbar machen: durch bewusstes Verhalten in der Natur, durch konkrete Projekte und durch die Vermittlung von Werten wie Achtsamkeit, Verantwortung und Respekt gegenüber unserer Umwelt. Wenn junge Menschen die Schönheit der österreichischen Natur be-

wusst erleben, entstehen daraus ein tiefes Verständnis für ökologische Zusammenhänge und die Motivation, selbst aktiv zu werden.

Neue Formate schaffen

Die Naturfreunde haben in den letzten Jahren besonders im Bildungsbereich viele erfolgreiche Projekte umgesetzt. Daran möchte ich anknüpfen und diesen Bereich

eröffnen, in denen sie selbst Ideen haben und realisieren können.

Für die nächsten Jahre habe ich mir daher ein klares Ziel gesetzt: Die Jugendarbeit der Naturfreunde Steiermark soll wachsen, vielfältiger und sichtbarer werden. Wir wollen neue Aktivitäten entwickeln, mehr junge Menschen für unsere Gemeinschaft begeistern und ihnen die Möglichkeit geben, ihre eigenen Vorstellungen einzubringen. Bewährtes wie Camps, Ausbildungen für Jugendleiter*innen und unsere Sportangebote soll fortgesetzt und weiterentwickelt werden.

Mich motiviert die Überzeugung, dass Jugendarbeit ein starkes Fundament für die Zukunft legt. Junge Menschen, die Gemeinschaft, Naturverbundenheit und Verantwortung erleben, nehmen diese Erfahrungen mit in ihr alltägliches Leben. Sie lernen, dass Engagement Sinn stiftet und man gemeinsam mehr bewegen kann. Genau das möchte ich mit meiner Arbeit stärken.



Ich lade alle jungen Menschen dazu ein, sich aktiv an der Jugendarbeit der Naturfreunde zu beteiligen. Gemeinsam können wir mehr bewegen!

weiter ausbauen. Bildung bedeutet für mich nicht nur klassisches Lernen, sondern auch Persönlichkeitsentwicklung: Fähigkeiten wie Teamgeist, Eigenverantwortung und Kreativität wachsen im Rahmen von Jugendarbeit ganz selbstverständlich. Ich möchte neue Formate schaffen, die noch mehr junge Menschen ansprechen und Räume

Abschließend lade ich alle jungen Menschen ein: Macht mit, bringt euch ein, entdeckt mit uns die Natur und gestaltet die Jugendarbeit der Naturfreunde aktiv mit! Denn gemeinsam können wir eine starke, nachhaltige und lebendige Gemeinschaft schaffen, die weit über die Freizeitgestaltung hinaus wirkt. ■

Jugend ■ Bereits 2019 entstand die Idee, das Jugendangebot der Naturfreunde Steiermark zu erweitern und neue Zielgruppen zu erschließen. Von nun an sollten nicht mehr nur Mitglieder, sondern auch Schulklassen angesprochen werden.

Text: Lisa Marschner, Mitarbeiterin der Naturfreunde Steiermark für Inklusion, Jugend und Umwelt, Fotos: Sanara Zhoken Kyzy, Petra Ehgartner



In verschiedenen Workshops entdecken die Schüler*innen, wie Teamgeist, Naturerlebnis und Umweltschutz zusammenwirken.

Naturfreundejugend in Schulen

Das Arbeiten mit Schulklassen ermöglicht den Naturfreunden, ihre Anliegen und Aktivitäten bei Jugendlichen bekannter zu machen – einer Altersgruppe, die in der Mitgliederstatistik bisher unterrepräsentiert ist. In eigenen Schulworkshops erfahren Schüler*innen, was die Naturfreunde bieten, und verbinden dies im besten Fall mit einer positiven Erfahrung, die Lust auf mehr macht.

Workshops für alle Schulstufen

Das Workshop-Angebot der Naturfreundejugend Steiermark richtet sich an alle Schulstufen: Es gibt Formate für Schüler*innen ab 6, 10 und 12 Jahren sowie für Jugendliche, sodass bis zur Maturaklasse alle Altersgruppen erreicht werden. Die Inhalte spiegeln die Kernwerte der



Lisa Marschner bereitet es große Freude, junge Menschen für Themen zu begeistern, die den Naturfreunden am Herzen liegen.

Naturfreunde wider: Bewegung und Sport, Zusammenhalt und soziales Lernen sowie Umweltbildung.

Teambuilding sehr gefragt

Einige Workshops haben sich im Lauf der Jahre zu echten Selbstläufern entwickelt und werden steiermarkweit regelmäßig nachgefragt – teilweise so stark, dass sie die Kapazitäten der hauptamtlichen Mitarbeiterinnen an ihre Grenzen bringen. Besonders hervorzuheben ist der Teambuilding-Workshop für Schüler*innen ab 10 Jahren, der vor allem zu Schulbeginn und -ende sehr beliebt ist und von unterschiedlichsten Schulformen gebucht wird. In diesem Workshop werden die Schüler*innen in Kleingruppen oder als ganze Klasse vor kreative, sportliche und spielerische Auf-

gaben gestellt, die nur gemeinsam zu bewältigen sind. So wird auf spielerische Weise vermittelt, dass Kooperation und Zusammenhalt mehr bewirken als Konkurrenz. Und auch wenn die Durchführung oft mit organisatorischem Aufwand oder langen Anfahrtswegen verbunden ist, lohnt sich der Einsatz: Es ist immer wieder bereichernd zu erleben, wie die Schüler*innen gemeinsam Spaß haben, Hindernisse überwinden und als Gemeinschaft enger zusammenwachsen, indem sie ihre Mitschüler*innen und die eigene Rolle im Team neu wahrnehmen.

Aktiv für Natur und Umwelt

Neben dem Teambuilding-Workshop werden in letzter Zeit auch die Workshops zu Umweltthemen vermehrt angefragt, in denen etwa die



Insektenwelt eines Bachs unter die Lupe genommen oder eine eigene Wetterstation gebastelt wird.

2021 wurde für Schüler*innen ab 12 Jahren außerdem der Work-

shop „Fluss-Clean-up“ ins Leben gerufen, in dem die Teilnehmer*innen Flüsse und deren Ufer von Müll befreien. Da bei diesen Aktionstagen auch Kajaks im Einsatz sind, lernen die Kinder und Jugendlichen auch gleich eine neue Sportart kennen – und ihnen wird ein neuer Blickwinkel auf das jeweilige Gewässer geboten. Dass solche Aktivitäten auch eine nachhaltige Wirkung entfalten können, zeigt sich etwa am Beispiel einer abschließenden Reflexionsrunde, in der einige Schüler*innen ankündigten, in ihrer Schulgemeinde selbst ein Clean-up organisieren zu wollen. Es hat sich auch bereits ein treuer „Stammkunde“ etabliert: eine Schule aus Leibnitz, die schon mit einigen Klassen an diesem Workshop teilgenommen und sich auch

schon für das nächste Schuljahr einen Termin gesichert hat.

Weiter so!

Die Schulworkshops sind und bleiben ein fester Bestandteil des Jugendangebots der Naturfreunde Steiermark. Sie sind ein Mittel, um die Werte der Naturfreunde auch außerhalb der Organisation zu verbreiten, die Aufmerksamkeit der jungen Generation auf wichtige Themen zu lenken und Spaß an der Bewegung zu vermitteln. Und wer weiß, vielleicht kommt in den nächsten Jahren ja noch der eine oder andere neue Workshop dazu ... ■

Kontakt: Lisa Marschner, E-Mail: lisa.marschner@naturfreunde-stmk.at



**WIR
STÄRKT
DIE REGION.**

Gemeinsam für Biodiversitäts- und Wasserschutz

Umwelt ■ Im Erasmus+-Projekt „Eco CoWaLa – Connecting water and land“ engagieren sich Partnerorganisationen aus Österreich, Italien und Portugal gemeinsam mit Jugendlichen für den Schutz von Natur, Wasser und Artenvielfalt. Durch praxisnahe Workshops, internationale Begegnungen und innovative Methoden der Umweltbildung wird Bewusstsein geschaffen, und junge Menschen werden motiviert, selbst aktiv zu werden.

Text: Petra Ehgartner, Mitarbeiterin der Naturfreunde Steiermark für Projektmanagement und Jugend, Fotos: Victoria Garbayo

Das einwöchige Projekttreffen im Juni 2025 in Wildalpen markierte einen besonderen Höhepunkt der bisherigen Zusammenarbeit. Vor beeindruckender Naturkulisse widmeten sich die Teams der drei Partnerorganisationen Naturfreunde Steiermark, Amici della Natura (= Naturfreunde Italien) und Associação Cabeço Santo einem sowohl auf fachlicher als auch auf zwischenmenschlicher Ebene sehr produktiven Austausch.

Bereits am ersten Tag standen Teambuilding, Achtsamkeit und ökologische Miniworkshops auf dem Programm. Interviews mit den teilnehmenden Schülerinnen und Schülern der Bildungsanstalt für Elementarpädagogik Liezen sowie ein gemeinsamer Ausklang mit Barbecue am Lagerfeuer schufen eine offene, motivierende Atmosphäre.

Am zweiten Tag setzten die teilnehmenden Jugendlichen in Begleitung des Projektteams bei einem Fluss-Clean-up – teils mit Kajaks, teils zu Fuß – ein starkes Zeichen für den Gewässerschutz. Ein begleitender Workshop sensibilisierte für die Müllproblematik heimischer Gewässer und die

globalen Zusammenhänge in puncto Verschmutzung der Ozeane. Ein besonderes Highlight für die Projektpartner war der Besuch des UNESCO-Weltnaturerbes Wildnisgebiet Dürrenstein-Lassingtal mit Lernmodulen, um die ökologischen Zusammenhänge in Naturwäldern anschaulich zu vermitteln.

Den Abschluss des Treffens bildete eine Konferenz, bei der die Meilensteine des Projekts präsentiert wurden und externe Expertinnen und Experten wertvolle fachliche und regionale Impulse einbrachten. Der erste Input von Oliver Gulas-Wöhri, M.Sc., Geschäftsführer des Natur- und Geoparks Steirische Eisenwurzten, beschäftigte sich mit der Region Wildalpen sowie der Rolle des Naturparks vor Ort. Danach stellten Vorstand Mag. Markus Trebuch und Iris Trost vom Verein Sea Shepherd Austria ihre Arbeit im ökologisch-aktivistischen Bereich vor. Thomas Wicander, M. Sc., von der Naturfreunde Internationale referierte über Forschungsergebnisse zum Thema Freiwilligenarbeit im Umweltbereich, und Rene Stix, Geschäftsführer der Naturfreunde



Petra Ehgartner ist es ein Anliegen, junge Menschen dazu zu motivieren, sich für eine lebenswerte Zukunft zu engagieren.

Steiermark, sprach abschließend über den Beitrag der Naturfreunde im ökologischen Bereich.

Mit dem gelungenen Projekttreffen in Österreich wurden weitere wichtige Zielsetzungen erreicht: Die Bekanntheit des Projekts „Eco CoWaLa“ wurde gefördert, dessen Ergebnisse wurden verbreitet, und man erreichte ein interessiertes Fachpublikum. Nun sollen die im Projekt entwickelten Methoden gezielt mit weiteren Gruppen von Jugendlichen erprobt werden.

Rückblick: Die ersten beiden Projekttreffen

Der Weg bis zu diesem intensiven Treffen in Österreich war von wertvollen Erfahrungen in Portugal und Italien geprägt.

Portugal, Mai 2024: Dieses erste Projekttreffen startete in Belazaima do Chão, einer kleinen Gemeinde in der Region Aveiro, und fokussierte sich auf die ökologische Restaurierungsarbeit im Lebensraum Wald und auf Umweltbildung in der Freiwilligenarbeit. Der direkte Austausch mit Schülerinnen und Schülern sowie das gemeinsame Erproben



Das Projekt „Eco CoWaLa“ verbindet Naturerfahrung, Teamgeist und gelebten Umweltschutz. Das Projektteam beim Abschlusstreffen in Wildalpen (Foto oben).



Ausblick: Leitfaden und Open-Source-Plattform

Die Arbeit am „Handbuch für transformative Umweltbildung“, dem zentralen Endprodukt des Projekts „Eco CoWaLa“, wurde bereits nach dem ersten Meeting in Italien aufgenommen. Dieser pädagogische Leitfaden für Trainer*innen und Jugendleiter*innen soll praxisorientierte Ansätze für die ökologische Freiwilligenarbeit und Schulprojekte bieten, insbesondere im Biodiversitäts- und Wasserschutzbereich. Er wird bis Ende 2025 fertiggestellt und in gedruckter Form als Broschüre sowie in einer Downloadversion zur Verfügung stehen; Downloadmöglichkeiten wird es sowohl auf der Homepage der Naturfreunde Steiermark als auch auf der Open-Source-Plattform geben, an der derzeit das Projektteam für den weiteren Austausch und zukünftige Projektaktivitäten arbeitet. Sie wird mit Jahresende online sein.

Mit dieser Plattform wird der Grundstein gelegt, um junge und engagierte Menschen nachhaltig zu motivieren, sich aktiv für eine lebenswerte Zukunft einzusetzen. Die Plattform zielt darauf ab, auch nach Ende der Projektlaufzeit mit der Zielgruppe in Kontakt zu bleiben – etwa über einen Blog und indem Beiträge wie Videos sowie Bild- und Tonmaterial aus verschiedenen Umweltprojekten und Workshops geteilt werden. ■

von Interventionsmethoden gaben wichtige Impulse.

Italien, Oktober 2024: In Ledro in der Provinz Trient und in Saviore dell'Adamezzo in der Provinz Brescia fand das zweite Projekttreffen statt. Diesmal standen der Fluss als „pulsierendes Herz“ vieler Ökosysteme und emotionales Lernen im Mittelpunkt, wobei mit verschiedenen Gruppen von Jugendlichen aus Partnerschulen gearbeitet wurde. Workshops,

die Erforschung des Lebensraums Wasser sowie eine Fachtagung zu Gewässerökologie und Bürgerpartizipation vertieften das Wissen und erweiterten die Perspektiven.

In der Zeit zwischen den Projekttreffen hielten die verschiedenen Arbeitsgruppen regelmäßig Kontakt. In Onlinekonferenzen wurden die gemachten Erfahrungen gemeinsam reflektiert und fallweise junge Menschen aus der eigentlichen Zielgruppe mit einbezogen.



Das erste inklusive Klettercamp der Naturfreunde Steiermark fand im Nationalpark Paklenica statt und war ein voller Erfolg.

Erstes inklusives Klettercamp

Aktuell ■ Während sich die dreijährige Finanzierung des AlleKlettern-Projekts durch Licht ins Dunkel dem Ende zuneigt, hat das Projektteam noch einmal richtig durchgestartet: mit einer inklusiven Kletterwoche für Jung und Alt.

Text und Fotos: Johanna Kolousek, Leiterin des Inklusionsprojekts „Die Kletterwand kennt keine Barrieren“ der Naturfreunde Steiermark

Mit fast drei Jahren Erfahrung im inklusiven Kletterbereich in der Tasche trauten wir uns heuer über den nächsten Schritt und organisierten unser erstes inklusives Klettercamp, noch dazu im Ausland. Ein bunter Haufen aus 17 Personen mit und ohne Beeinträchtigungen, im Alter von 6 Monaten bis 64 Jahren, machte sich im Juli in Fahrgemeinschaften auf den Weg in den Süden, zum Nationalpark Paklenica in Kroatien.

Anfangs haben wir uns die Frage gestellt, wie das Klettercamp wohl funktionieren wird. Eine Woche

später hatten wir die Antwort: Unglaublich gut! Auf dem kleinen urigen Campingplatz am Meer wurden die Zelte und Campingvans so positioniert, dass in der Mitte ein Platz entstand, auf den alle ihre Stühle stellen konnten. Willkommen am Dorfplatz, der dazu einlud, abends nach dem Klettern mit einem Getränk den Tag ausklingen zu lassen. Nach dem Aufbau des Basislagers ging es zum Abendessen in DAS Restaurant der Klettercommunity, das Restaurant Dinko. Wir präsentierten dort das Vorhaben der folgenden Tage: Frühstück und Abendessen im Restaurant und

dazwischen ausreichend Zeit zum Klettern in der Schlucht.

Traumhafte Klettertage und Badefreuden

Nach der ersten Nacht, die Gewitter für uns bereitgehalten hatte, krabbelten alle aus ihrem Zelt. Manche, die bei den Zeltabspannungen gespart hatten, robbten aus den flachgedrückten Planen. Dann ging es mit drei Autos und zwei Fahrrädern, mit denen unsere sportlichen Inklusionstrainer führen, Richtung Kletterspot. Dank des befestigten Zustiegs konnten die Wände von allen gut erreicht werden. Das

Material der Personen, die Schwierigkeiten beim Gehen haben, wurde aufgeteilt, und auch wenn alles etwas langsamer ging, als gewohnt, hatten schlussendlich alle Gurte an sowie Helme auf und stiegen zufrieden durch die Wand. Die Gruppe mischte sich von selbst durch, und immer wieder formten sich neue Kletterpaare, unabhängig von Alter und Beeinträchtigungen.

So reihten sich lauter traumhafte Klettertage mit perfektem Wetter aneinander. Unseren Pausentag verbrachten wir badend, rutschend und uns in der Sonne entspannend im paradiesischen Flussbad Zrmanja.

Jede(r) kann klettern!

Was war das Schönste am Klettercamp? „Mir hat am besten gefal-

len, dass alle voneinander lernen konnten und wir so spontan waren und beim Klettern gut aufeinander geachtet haben“, meint Benjamin Hofmann (13), und auch für Jarvis (15) ist klar: „Am besten fand ich, dass alles sehr spontan war und wir einfach eine tolle Gruppe waren.“ Alina Deinswegers (17) Highlights waren „die Zeit im Freien und im Klettergebiet sowie die Abende im Camp und das Volleyballspielen“.

Diese Zitate und die Aussage eines unserer Teilnehmer mit Beeinträchtigung, Filippo Bignetti, zeigen den Erfolg des Projekts: „Ich dachte nicht, dass ich wirklich draußen klettern kann.“

Doch, jeder, der will, kann, denn zusammen wird es möglich. ■

Lust auf Klettern?

Möchtest du nächstes Jahr an unserem inklusiven Klettercamp teilnehmen und selbst Teil des bunten Haufens sein? Dann schau auf unserer Homepage steiermark.naturfreunde.at vorbei! Der Termin wird Ende des Jahres veröffentlicht.

Wir freuen uns auch über Spenden, damit wir auch im kommenden Jahr ein inklusives Klettercamp anbieten können.

Spendenkonto:

Naturfreunde Steiermark

IBAN: AT68 3800 0000 0562 4929

Verwendungszweck: „Inklusion“

Danke für deine Unterstützung!

DEIN BERG DEINE AUSSICHT



WWW.GIGASPORT.AT

giga sport

WO DEIN SPORT DIE NR. 1 IST

Lust auf außergewöhnliche Erlebnisse?

Fotografieren, Schifahren, Schitourengehen



Wasser & Wald: Herbstlicher Fotospaziergang im Gesäuse

Der Hartelsgraben im Gesäuse ist eine enge, von einem Bach durchzogene Schlucht, die zu jeder Jahreszeit reizvolle Fotomotive bereithält. Im Herbst, wenn das Laub in kräftigen Farben leuchtet, entfaltet er seinen besonderen Charakter. Der Spaziergang bietet Gelegenheit, Wald und Wasser in vielen Facetten fotografisch zu erkunden. Er richtet sich an alle, die Freude am Fotografieren haben – unabhängig davon, ob man erste Erfahrungen sammelt oder schon versiert ist. Der Austausch in der Gruppe unterstützt dabei, neue Blickwinkel zu entdecken.

Termin: 18. Oktober 2025 • **Treffpunkt:** Parkplatz P11 Hartelsgraben, 11 Uhr • **Kursbeitrag pro Person:** 43 € • **Kursleiter:** Alexander Koch



Schitechnik, Schneekunde & Notfallmanagement

Zum Auftakt der Schitourensaison organisiert unser Bergsportreferat auch in diesem Jahr einen dreitägigen Kurs zu Schitechnik, Schnee- und Lawinenkunde sowie Notfallmanagement. Die Teilnehmer*innen werden in kleinen themenorientierten Gruppen begleitet. Im Mittelpunkt stehen Erste Hilfe am Berg, Schnee- und Lawinenkunde sowie die Verbesserung der technischen Fähigkeiten auf den Schiern. Neben fachlichen Inputs bleibt auch Raum für Austausch und gemeinsames Üben in der Gruppe.

Termin: Anfang Dezember 2025, das genaue Datum wird noch bekannt gegeben. • **Ort:** Obertauern • **Kursbeitrag pro Person:** in Ausarbeitung • **Kursleiter:** Lukas Schmid



Abenteuerliche Schitouren in den schottischen Highlands

Du suchst ein besonderes Schitourenenerlebnis abseits der Alpen? Dann begleite uns in die winterlichen Highlands, wo dich anspruchsvolle Routen, eindrucksvolle Panoramen und echte Wildnis erwarten! Unsere Basis in der Stadt Aviemore in den Cairngorms ist Ausgangspunkt für Tagestouren – mit dem Highlight einer möglichen Besteigung des Ben Nevis (1345 m), des höchsten Bergs Großbritanniens.

Termin: 31. Jänner–6. Februar 2026 • **Preis pro Person (DZ):** 2.997 €, Aufpreis für Nichtmitglieder: 100 €, EZ-Zuschlag: 430 € • **Leistungen:** Flug ab/bis Wien, Unterbringung in einem Viersternehotel, HP, Mietautos inkl. Maut, Parkgebühren & Treibstoff, Schitourenführung



Island: Schitouren am Rand des Polarkreises

Erlebe Abenteuer pur auf der faszinierenden Vulkaninsel Island! Hier ragen unberührte Berge mit spektakulären Abfahrten direkt aus dem Meer empor. Untergebracht sind wir in Siglufjörður auf der Halbinsel Tröllaskagi im Norden der Insel in einem luxuriösen Viersternehotel am Fjord. Das Gebiet bietet Schneesicherheit und abwechslungsreiche Schitouren auf sanften bis steilen Hängen. Nach einem eindrucksvollen Schitourentag sorgen die hoteleigenen Geothermalquellen für Entspannung.

Termin: 10.–17. April 2026 • **Preis pro Person (DZ):** ab 2.888 €, Aufpreis für Nichtmitglieder: 100 €, EZ-Zuschlag: 710 € • **Leistungen:** Unterbringung im Viersternehotel Sigló, 6 x HP, 1 Übernachtung mit Frühstück im Airport-Hotel in Keflavík, Mietautos, Schitourenführung

6. Internationales Lawinensymposium

Die Naturfreunde Österreich laden gemeinsam mit der GeoSphere Austria zum 6. Internationalen Lawinensymposium nach Graz ein. Renommiertere Fachleute aus dem In- und Ausland präsentieren aktuelle Forschungsergebnisse und diskutieren praxisrelevante Themen rund um Schnee- und Lawinenkunde, Lawinenprognose und Meteorologie, die Auswirkungen des Klimawandels, Risikomanagement sowie Notfall Lawine und medizinische Aspekte.

Die Veranstaltung richtet sich gleichermaßen an Einsteiger*innen wie an Profis und bietet ein abwechslungsreiches Programm aus Vorträgen, Workshops und öffentlichen Diskussionen. Ziel des Symposiums ist es, wissenschaftliche Erkenntnisse direkt in die Praxis zu transferieren, den Austausch zwischen Forschung und Gesellschaft zu fördern und länderübergreifende Kooperationen in der Schnee- und Lawinenforschung zu stärken.



Ort: Arbeiterkammersaal Graz, Strauchergasse 32, 8010 Graz

Termin: 18. Oktober 2025, 9–17 Uhr

Weitere Informationen und Anmeldung:
lawinensymposium.naturfreunde.at



Ihr Recht als Konsument

© Igor Kerdasov - stock.adobe.com



Ihr Schutz vor faulen Tricks, Fallen im Internet und Reiseärger.

Wenn Sie sich über den Tisch gezogen fühlen oder Fragen zu Konsumentenrechten, Betriebskostenabrechnungen, Gewährleistungen und Kontogebühren haben – wir beraten Sie gerne.

AK-Hotline ☎ 05 7799-0



NATURFREUNDE STEIERMARK

6. Okt.



Vernissage – Landesfotomeisterschaft

Präsentiert wird eine Auswahl von Fotos der Landesfotomeisterschaft 2025 zum Thema „Schwarzweißbilder“.

Ort: Kunst- & Kulturverein Am Glacis, Glacisstraße 61a, 8010 Graz • **Beginn:** 17.30 Uhr • **Infos:** Sigrid Schönfelder, 0677/63 40 28 14

ORTSGRUPPE ARDNING

25. Okt.



Sturm- und Kastanienfest

Ort: Dorfplatz • **Beginn:** 15 Uhr • **Infos:** Naturfreunde Ardnig, 0660/360 67 30

2. Jän.
bis
5. Jän.



Kinderschikurs auf der Kaiserau

Immer von 10 bis 12 Uhr

Infos & Anmeldung: Daniela Jamnig, 0660/360 67 30

ORTSGRUPPE BREITENAU

30. Nov.



Nikolaus- und Krampusspiel

Für Speis und Trank ist gesorgt; jedes Kind bekommt vom Nikolaus ein Packerl.

Beginn: 15 Uhr • **Infos:** naturfreunde-breitenau.at

ORTSGRUPPE FELDKIRCHEN

9. Nov.



Apfelwanderung – Puch bei Weiz

Leichte Wanderung

Treffpunkt: Marktplatz Feldkirchen, 9 Uhr; Fahrt mit den eigenen PKWs • **Anmeldung:** Sergei Novozhilov, 0664/48 45 93 49

6. Dez.



Gossendorfer Krippenweg

Leichte Wanderung

Treffpunkt: Marktplatz Feldkirchen, 9 Uhr; Fahrt mit den eigenen PKWs • **Anmeldung:** Gerhard Huber, 0676/89 81 34 30

ORTSGRUPPE GLEISDORF

18. Okt.



Rundwanderung im Schilcherland

Leichte Abschlusswanderung zum Ausklang der Wandersaison gemeinsam mit den Naturfreunden Weiz; ca. 3,5 bis 4 Std. Gehzeit

Abfahrt: 8 Uhr, GEZ Gleisdorf • **Anmeldung:** Franz Paller, 0660/149 07 97

ORTSGRUPPEN GRATKORN UND GRATWEIN

2. Jän.
bis
5. Jän.



Kinder- und Jugendschikurs

Dieser Kurs wird von den Naturfreunden Gratkorn und Gratwein gemeinsam veranstaltet. Auch Erwachsene sind willkommen: Sie können Schi fahren oder eine Schitour unternehmen.

Preis pro Kind: ab 300 € für Bus, Lift, Kurs, Mittagessen und Betreuung • **Preise für Erwachsene:** Tagesfahrt Schifahrer*innen: 80 € für Bus und Schiticket, Tagesfahrt Schitourengänger*innen: 40 € für Bus und Schitouren-ticket • **Anmeldung:** Andrea Somitsch, 0664/88 45 86 52, Franz Zieger, 0664/410 65 70, Bernd Zieger, 0664/530 24 13 • **Anmeldeschluss:** 15. Dezember 2025

NATURFREUNDE GRAZ

9. Okt.



Kultur und Natur in Trofaiach und Vordernberg

Mit Historiker DDR. Werner Anzenberger und Susanne Bauer: Stadtführung Trofaiach, Überblick „Steirische Eisenstraße“ (Rupertikirche), Wanderung zum Barbarakreuz (+400 Hm), Abstieg nach Vordernberg; am Hauptplatz: „Erzherzog Johann und die Wiege der Stahlindustrie“ sowie Gedenken an den Todesmarsch 1945

Anreise: per Bahn ab Graz Hauptbahnhof, 7.45 Uhr • **Allgemeiner Treffpunkt:** Bus-Terminal Trofaiach, 9.30 Uhr • **Preis pro Person:** 5 € • **Anmeldung:** Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at

6. Nov.



Videopräsentation Oman

Mit Kurt Rebernik. Entdecke die faszinierende Schönheit Omans! Der Film nimmt uns mit auf eine visuelle Reise durch beeindruckende Landschaften, majestätische Berge und schier endlose Wüsten.

Ort: Naturfreunde Graz, Sackstraße 24 • **Beginn:** 15 Uhr • **Anmeldung:** Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at

15. Nov.
und
13. Dez.



Weiter_Gehen im Winter rund um Graz

Ambitionierte Wanderung am Grazer Umlandweg in zwei Etappen mit Gernot Lechner. Ohne Auto!

Preis pro Person: 5 € • **Infos & Anmeldung:** Naturfreunde Graz, Sackstraße 24, 03 16/82 62 65, office@naturfreundegraz.at

ORTSGRUPPE KALSDORF

27. Dez.
bis
30. Dez.



Schi- und Snowboardkurs am Präbichl

An unserem Kurs für alle Altersgruppen können sowohl Anfänger*innen als auch Fortgeschrittene teilnehmen; tägliche Anreise mit dem Bus von Wagna, Werndorf, Kalsdorf und Feldkirchen.

Kursbeitrag pro Person: in Ausarbeitung • **Infos & Anmeldung:** Elfi Hafenschärer, 0664/414 28 03, elfi@naturfreunde-kalsdorf.org

ORTSGRUPPE KNITTELFELD

26. Okt.



Admonter Kalbling–Sparafeld–Riffel

Ausgangspunkt der Wanderung ist die Klinkehütte.

Voraussetzungen: Trittsicherheit und gute Kondition • **Abfahrt:** 7 Uhr, Hans-Resel-Gasse, mit PKW • **Infos & Anmeldung:** Thomas Köck, 0676/707 46 27, Christine Köck, 0664/43 87 627

3., 4., 6.,
und
10. Jän.



Kinderschi- und -snowboardkurs

Ort: Kleinlobming • **Infos & Anmeldung:** ab 2. November 2025 auf knittelfeld.naturfreunde.at

ORTSGRUPPE LEBRING

11. Okt.



Traminerweg Klöchl

Schöne Wanderung in der Südoststeiermark; ca. 15 km, ca. 4,5 Std. Gehzeit, ca. 370 Hm im Auf- und Abstieg

Infos & Anmeldung: Harald Leodolter, 0664/355 50 20, Gabi Grüber, 0664/441 02 46

ORTSGRUPPE MÜRZHOFEN

13. Dez.



Schitour Pretul–Amundsenhöhe

Vom Parkplatz Bärenkogelhaus startend über Forststraßen zur Ganzalm und weiter zum Roseggerhaus; danach leichter Aufstieg zur Amundsenhöhe (1666 m); von da an über leicht abfallende Wiesen, Schläge und Forststraßen retour zum Parkplatz; ca. 11 km, ca. 4 Std., ca. 500 Hm Anstieg

Anmeldung: Günter Schirninger, 0676/562 02 02

1. Jän.



Wanderung ins neue Jahr

Vom Dorfplatz aus führt uns eine einfache Wanderung rund um Mürzhofen. Bei einer gemütlichen Rast stoßen wir auf das neue Jahr an; Route je nach Witterung.

Anmeldung: Johanna Brunnhofer, 0664/648 21 80

ORTSGRUPPE SELZTHAL

26. Okt.



Fitmarsch

Treffpunkt: Vereinsheim der Naturfreunde Selzthal, 9.30 Uhr • **Infos:** selzthal.naturfreunde.at

ORTSGRUPPE STAINACH

25. Okt.



Räucherworkshop

Beginn: 16 Uhr • **Infos & Anmeldung:** Magdalena, 0664/929 77 14

ab 5. Nov.



Kinderturnen

Ort: Turnsaal der MS Stainach • **Infos & Anmeldung:** Tatjana, 0664/42 48 99 66

Weitere Veranstaltungen findest du auf
steiermark.naturfreunde.at/events!

12. Dez.
bis
14. Dez.



Schikurs

Ort: Riesneralm • **Infos & Anmeldung:** Oliver, 0660/358 00 43

ORTSGRUPPE VEITSCH

7. Nov.



Vortrag „Vom Gletscher zum Wein“

Beginn: 17 Uhr, Naturfreunde-Galerie Veitsch

6. Dez.



Adventfahrt nach Velden

Infos & Anmeldung: Anneliese Schmerlaib, 0699/14 09 86 69

26. Dez.
bis
30. Dez.



Kinderschikurs

Ort: Brunnalm • **Infos & Anmeldung:** ab 10. November 2025, Helga Wochinz, 0699/12 60 58 40

ORTSGRUPPE VORDERBERG

18. Okt.



Abwandern

Abschluss der Wandersaison mit einer Wanderung zur Buschenschank Apfelmaier im Tollinggraben; ca. 3 Std. Gehzeit, ca. 300 Hm; retour mit Linienbus

Abfahrt: 11.57 Uhr, Hauptplatz Vorderberg, Linienbus 820 • **Anmeldung:** Wolfgang Lanner, 0650/254 22 78

ORTSGRUPPE WEIZ

25. Okt.



Eröffnung Naturfreunde-Radweg

Der neue Radweg ist ca. 25 km lang und überwindet ca. 300 Hm. Im Anschluss an die Eröffnung veranstalten wir in der Weizer Innenstadt ein Maroni- und Sturmfest.

Beginn: 13 Uhr, beim Garten der Generationen

ab Nov.



Workout-Einheiten

Stärkung der Tiefenmuskulatur zum Schutz der Wirbelsäule und Gelenke; jeden Mittwoch jeweils von 18.30 bis 19.30 Uhr

Preis 4er-Block: 50 € • **Infos & Anmeldung:** weiz.naturfreunde.at

13. Dez.
und
20. Dez.



Langlauf-Skatingkurs

Der Kurs findet jeweils von 9.30 bis 11.30 Uhr und von 12.30 bis 14.30 Uhr statt. Bei Schlechtwetter und schlechten Schneebedingungen wird der Kurs auf den 10. und 17. Jänner 2026 verschoben. Bei Bedarf die Ausrüstung bitte im Langlaufzentrum Hebalm selbst organisieren!

Kursbeitrag pro Person: 95 € • **Infos & Anmeldung:** weiz.naturfreunde.at

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 GmbH

CROSS COUNTRY

SKI HOLIDAYS



DEINE TOP LANGLAUF- &
SKITOUREN-HOTELS

IN 23 REGIONEN

Deutschland | Italien
Österreich | Slowenien

