

TOUREN-PROGRAMM



ANMELDUNGEN AB **22.02.2023** MÖGLICH!

Bitte beachtet Anmeldungen sind erst ab oben genanntem Termin möglich, was zuvor kommt wird gelöscht! Wir haben aus den Erfahrungen gelernt und wollen versuchen allen Mitgliedern die gleiche Anmeldungschance zu geben!



Bitte aktuelles Anmeldeformular im Anhang verwenden!



Geschäftsstelle – Öffnungszeiten Di & Do 8:30 Uhr – 12:30 Uhr



Geschäftsstelle – ☎ 0 93 91 / 81 03 – 123 / anmeldung@dav-main-spessart.de*

*Wertung nach Eingang im richtigen Postfach



Geschäftsstelle – Urlaub Faschingswoche

LEGENDE



Entschleunigt auf Tour; Gruppen-Herzschlag bestimmt das Tempo!
Der Anspruch der Tour bleibt erhalten!



Beiratswanderung:
Der Beirat Eurer Region lädt zum gemeinsamen Wandern ein!



Kurs: Hier findet ein Kurs statt!



Termine: Bei überdurchschnittlicher Anmeldung wird von Seiten der Sektion geprüft, ob weitere Veranstaltungen / Touren stattfinden. Bei Interesse melden.



CO₂-Kompensation, siehe NATURSCHUTZ

Details hierzu siehe unter Naturschutz



ABSCHIED VON SCHEIDENDER VORSTANDSCHAFT

In 2023 stehen **NEUWAHLEN** in unserer Sektion an. Es gilt für ALLE die **ZUKUNFT** unserer Sektion mitzugestalten. Wir in der Vorstandschaft würden uns besonders freuen, wenn die **AKTIVEN MITGLIEDER**, so oft als möglich zur **MITGLIEDER-VERSAMMLUNG** kommen würden. Verwaltungsbergsteigen ist sicherlich die unattraktivste Facette des Bergsteigens, wir als Vorstandschaft können mit **EUREM KOMMEN** gewürdigt werden.

Kletterhalle

Unsere Kletterhalle erfreut sich großer Beliebtheit, wie der Kletterpfeiler in Gräfendorf. Wir haben den Pachtvertrag der Kletterhalle bis 31.12.2026 verlängert. Unser Dank gilt hier dem tollen Kletter-Hallen-Team unter der Leitung von Christian Heim unserem Alpinzentrum-Referenten.

Unsere Hütten

Der Betrieb auf den Hütten läuft wie gewohnt weiter, für den **Sylvan-Hütte** kann jetzt online gebucht werden; die Sanierungsmaßnahmen Terrasse & Lichtstrom sind fast abgeschlossen. Neue Sanierungsmaßnahme, wie die Holzlagerung warten, dass sie angegangen werden.

Für die **Gaudeamus-Hütte** ist hat sich unerwartet eine Pächterwechsel ergeben, Julia und Michael Dobler ziehen von der Kaunergrathütte zur Gaudeamus-Hütte.

Die Hüttenwarte Johannes Kleineberg und Martin Nötscher tragen weiterhin mit ihrem enormen ehrenamtlichen Engagement zum reibungslosen Ablauf auf unseren Hütten bei, die Vorstandschaft hat sie mit einer Stimme gemeinsam als Doppelspitze zum Hüttenreferent berufen. Hierfür herzlichen Dank.

Tourenprogramm

Unsere Wander- und Bergtouren – siehe Sektionsnachrichten, waren fast komplett ausgebucht! Danke hier an unsere Wander- und Tourenleiter*innen für das tolle vielschichtige Programm. Das neue Programm findet Ihr auf den folgenden Seiten!

Weiterhin konnten wir neue Trainer*innen gewinnen, die sich auf den Weg zur Ausbildung gemacht haben. Die Trainer*innen sind das Kapital unserer Zukunft und wir suchen immer „junge Wilde“, die sich dieser Herausforderung einer DAV Ausbildung stellen. Kommt auf uns zu.

Auf geht's in ein neues Jahr!

Wir schauen mit Zuversicht und Engagement in die Zukunft. Ein wehmutstropfen gibt es noch, die Sektionsnachrichten sind unbesetzt, die Zukunft steht auf dem Spiel. Nehmt mit uns Kontakt auf für Anregungen, Wünsche, Verbesserungsvorschläge und Beschwerden! Nur gemeinsam werden wir es schaffen, die Zukunft des Alpenvereins Main-Spessart positiv zu gestalten!

Bleibt's Gesund! Und viel Freude beim Lesen der Sektionsnachrichten!

1.Vorsitzende

Katja Manger

Schatzmeister

Michael Hecht



Einladung zur Mitgliederversammlung

Sektion Main-Spessart des Deutschen Alpenverein e.V.

am Freitag, den 31. März um 19:00 Uhr

Einlass ab 18:00 und Abholung der Bestellungen aus DAV Shop!

Pfarrheim St. Laurentius Marktheidenfeld

Kolpingstraße 12, 97828 Marktheidenfeld

Tagesordnung der Mitgliederversammlung

1. **Begrüßung**
2. **Berichte der Vorstandschaft und Referate**
 - 2.1. Bericht km 1. Vorsitzende
 - 2.2. Bericht br Jugend Jugendreferent
 - 2.3. Bericht Ausbildung & Touren
 - 2.3.1 km Abteilung Ausbildung & Bergsport & Touren
 - 2.3.2 ue Abteilung Rad
 - 2.3.3 km Abteilung Gesundheit
 - 2.3.4 pm Abteilung Familie
 - 2.3.5 wa Abteilung Senioren
 - 2.4. Bericht ch Alpinzentrum / Klettern
 - 2.5. Bericht Hütten & Wege
 - 2.5.1 mn Gaudemus-Hütte
 - 2.5.2 jk Sylvan-Hütte
 - 2.6. Bericht gb Naturschutz
 - 2.7. Bericht mh Schatzmeister
3. **Bericht der Rechnungsprüfer**
4. **Entlastung der Vorstandschaft**
5. **Haushalt 2023**
6. **Anträge**

Anträge von Mitgliedern müssen 4 Wochen vor der Versammlung bei der 1.Vorsitzenden eingereicht werden
7. **Wahlen**

Neuwahlen der gesamten Vorstandschaft
8. **Ehrungen**
9. **Verschiedenes**

Unsere Vorstandschaft freut sich auf Euer Kommen!

**Ehrenämter in der Vorstandschaft**

Für alle freien Ehrenämter liegen **Aufgabenprofile** vor, bei Interesse können diese bitte gerne in der Geschäftsstelle angefordert werden! Derzeit gibt es folgende Ehrenämter zu besetzen:

Wahlvorschlag

1. Vorsitzende(r)

2. Vorsitzende(r)

Schatzmeister(in)

Michael Hecht

Schriftführer(in)

Jugendreferent(in)

Benedikt Roth

Alpinzentrumreferent(in)

Christian Heim

Ausbildungsreferent(in)

z.Zt. Abteilungssprecher

Stefanie Schwab

Nötscher / Kleineberg

Mattias Fabian

Johanna Schaub

Horst Horner

Stefan Baumann

Elke Greger / Alfred Oetzel

Familienreferent(in)

Hüttenreferent(in)

Beirat / Beirätin Region Arnstein

Beirat / Beirätin Gemünden

Beirat / Beirätin Karlstadt

Beirat / Beirätin Lohr

Beirat / Beirätin Marktheidenfeld

Beirat / Beirätin Wertheim

Rechnungsprüfer/in

Bitte meldet Euch, Vorschläge bitte bis **zum Beginn** der Mitgliederversammlung melden, vielen Dank.

Wart Sektionsnachrichten

Sektionsnachrichten 2 Personen

Wenn sich hier keine Ehrenamtler finden sind die Sektionsnachrichten Geschichte!



**Bei eigenem Material gilt grundsätzlich:
PSA-Verfalldatum beachten – das Alter PSA wird geprüft!**

Ein Biosphärenreservat im Spessart?!

Du bist gefragt!

Du kommst aus dem bayerischen Spessart, bist zwischen 15-21 Jahre alt und willst die Region mitgestalten? Dann nimm an unserem **Online-Workshop** teil!

Wir liefern Dir Infos zum Biosphären-Konzept und zur Machbarkeitsstudie im Spessart und brauchen Deine Themen und Ideen. **Was ist Dir wichtig?**

Wann? Am 1. März 2023 um 17.30 - 20.30 Uhr

Folgeworkshop im September 2023,
Möglichkeit zur Teilnahme an Arbeitsgruppen der Machbarkeitsstudie (mind. 18 Jahre).

Anmeldung mit Name, Alter, Wohnort, ggf. Verband/Verein bis zum **24.02.2023** an **torben.schulze@lramsp.de**.
Die Plätze sind begrenzt und werden ggf. gerecht über die Region aufgeteilt.

Moderation: Ines Schäfer (E.C.O. Institut für Ökologie),
Silke Kunz (ifuplan), **Torben Schulze** (Landratsamt MSP)



Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz





Samstag 11. März, 10:00 – 13:00 Uhr

Main clean up # mach's einfach

Wir säubern **Entlang des Mains**



Jährlich landen Unmengen von Müll in den Weltmeeren. Millionen von Tonnen Plastik belasten die Natur. Ein Großteil des Mülls gelangt über die Flüsse in die Meere – vorwiegend in Asien, aber auch in Europa. Das gilt es zu verhindern.

Gemeinsam wollen wir das Ufer des Mains von Abfällen befreien. Die Stadt Marktheidenfeld, organisiert vom Umweltbeirat, beteiligte sich 2022 erstmals an dieser wichtigen Aktion, deren Ziel es ist, Bewusstsein dafür zu schaffen, dass Müll nicht achtlos weggeworfen oder besser noch von vornherein vermieden wird!

www.maincleanup.org/de



Damit Müll am Rhein und an den Zuflüssen nicht ausufer!

Es würde uns freuen, wenn sich Freiwillige aus unserer Sektion an dieser Müll-Sammelaktion am Main beteiligen. Teilnehmen kann jeder, gerne auch Familien mit Kindern ab Grundschulalter.

Treffpunkt: 10:00 Uhr Marktheidenfeld, Georg-Mayr-Str. 2, neuer Festplatz

Gisela Baum
Naturschutzreferentin

Verrottungszeiten

Das Thema Müll in der Natur ist während der Coronapandemie stärker in den Fokus gerückt, weil mehr Menschen in der Natur unterwegs waren. Hier eine kurze Auflistung was nicht in die Natur geworfen werden soll und die Verweildauer der einzelnen Stoffe:

Der „Apfelputzen“ ist ein Musterbeispiel für Abfall am Berg: Er kommt idealerweise aus der Region und übrig bleibt maximal der Strunk – dieser verrottet schnell, wenn er nicht ohnehin davor schon von Tieren gefressen wird. Bei der Banane verhält es sich anders: die Schalen von Tropenfrüchten verrotten zwar auch, brauchen in unserem Klima aber viel länger. Auf einer konventionellen Banane finden sich auch sehr wahrscheinlich Pestizide und Spritzmittel, für Tiere ist die Schale ohnehin ungenießbar.

- | | |
|---------------------------------------|--|
| • Bananen- oder Orangenschale: | 1 - 3 Jahre |
| • Papiertaschentuch: | 1 - 5 Jahre |
| • Zigarettenstummel: | 2 - 7 Jahre (+ Chemikalien, Schwermetalle) |
| • Kaugummi: | 5 Jahre |
| • Blechdose: | 50 - 500 Jahre |
| • Plastikflasche: | 100 - 5.000 Jahre |
| • Plastiksack: | 120 - 1.000 Jahre |
| • Aluminiumpapier: | 200 - 400 Jahre |
| • Aludose: | 400 - 600 Jahre |
| • Babywindel, Damenbinde: | 500 - 800 Jahre |
| • Glasflasche (ganz): | 4.000 - 50.000 Jahre – nicht messbar |
| • Styropor: | 6.000 Jahre – nicht messbar |
| • Batterie: | 100 - 1.000 Jahre (+ Chemikalien, Schwermetalle) |

Alles zur Aktion „Saubere Berge“ findet ihr auf der Website des Alpenvereins.

www.bergwelten.com/a/berg-knigge-darf-ich-am-berg-meinen-apfel-wegwerfen



Der Weg ist das Ziel!

Wohin? Im Zweifel bergauf!

**Man war erst oben,
wenn man wieder unten ist!**

**Ich werde nicht aufgeben,
aber ich werde die ganze Zeit fluchen!**



MONTAGS - Jugend-Kletter-Training

Spider-Treff-Kletterhalle

Wer im Schnupperklettern für sich schon herausgefunden hat, dass **KLETTERN** ein interessanter Sport wäre, der ist bei uns genau richtig!

Jeden **Montag von 18:00 - 19:30 Uhr** kann man bei uns in der Wand abhängen, bekommt Tipps und kann Tricks & Technik trainieren und verbessern.

❶ **Wer kann mitmachen?** Du solltest **älter als 12 Jahre** und Mitglied im DAV MSP sein, sowie die regelmäßig die Möglichkeit haben, in die Kletterhalle nach Birkenfeld zu kommen.

❶ **Was kostet das?** Jahresbeitrag, siehe unten, und du brauchst eine Jahreskarte der Kletterhalle; Material kann gestellt werden; Spider-Neulinge müssen einen Einsteiger-Kletterkurs absolvieren.

❶ **Anmeldungen als Dauieranmeldung für die Spider-Kids** Infos bei Joachim Funsch und bei Interesse bitte Mail schreiben, wir senden Euch die Anmeldeunterlagen zu; Teilnehmerzahl begrenzt; bei zu vielen Anmeldungen führen wir Warteliste, dann kann man nachrutschen, wenn ein Platz frei wird.



Anforderungen:	regelmäßig Klettern in einer betreuten Kletter-Gruppe
Teilnehmer:	min. 12 Jahre, max. 6 TN pro KB
Orgapauschale:	40 EUR / TN pro Jahr plus Kletterhallen-Eintritt Jahreskarte
Infos:	Joachim Funsch
Anmeldung:	auf Warteliste in der Geschäftsstelle unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Ausrüstungsliste:	K – fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP



Freitag, 13. Oktober, 17:30 Uhr – Treff Stand zum Druckschluss nicht fest

JDAV MSP Jugendvollversammlung

Für Jugendleiter*innen verpflichtende Sektions-Veranstaltung.

Jugendvollversammlung lt. Jugendordnung
Jugend der Sektion Main-Spessart des DAV e.V.

Tagesordnung und Ort wird nach Anmeldung bekannt gegeben, da TN abhängig. Bitte Touren- u. Terminvorschläge für 2024 vorbereitet

mitbringen! Wenn jemand spezielle Themen behandelt haben möchte, bitte vorab eine Info an JuRef, dann könnten wir Details bereits abklären. Bitte Anmeldung bis 30. September an:

jugend@dav-main-spessart.de per Mail mit DAV MSP Anmeldeformular

Freitags in der Kletterhalle

Mini – Monkeys - MSP

Klettertraining für Kinder



Das Angebot richtet sich an Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Das Klettertraining findet einmal pro Monat statt. Die Anmeldung erfolgt jeweils für ein Jahr. Wir treffen uns am **letzten Freitag im Monat von 16:30 – 18:00 Uhr** in der Kletterhalle in Birkenfeld.



Anforderungen: Lust aufs Bouldern
Teilnehmer: 8 bis 12 Jahre, max. 10 TN
Orgapauschale: 35 EUR / TN pro Jahr plus Kletterhallen-Eintritt
 10er-Karte (36 EUR) gilt für 12 Eintritte MiniMonkeys
 oder Jahreskarte (76 EUR)
Infos: **Carola Greger**
Anmeldung: bis **17. Januar** in der Geschäftsstelle unter
anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Ausrüstungsliste: K – fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP
Terminvorschau: 20. Januar, 17. Februar, 24. März, 21. April, 26. Mai, 23. Juni
 21. Juli, 25. August optional, 29. Sept., 20. Okt., 24. Nov., 22. Dez.

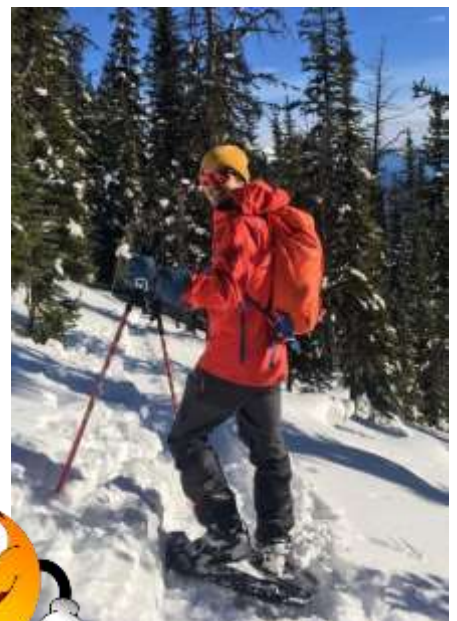
Freitag, 03. März, 17:30 Uhr, Online MS-Teams

JDAV MSP Jugendvollversammlung – Spezial mit Wahl des Jugendreferenten/in Für Jugendleiter*innen verpflichtende Sektions-Veranstaltung.



Außerordentliche Jugendvollversammlung lt. Jugendordnung

Jugend der Sektion Main-Spessart des DAV e.V. mit Wahl des Jugendreferenten/der Jugendreferentin laut unserer Sektionsjugendordnung. Jeder, der dem JDAV angehört (jedes Mitglied bis 27 Jahre), kann an dieser Wahl teilnehmen. Jede aus dem JDAV ist dazu eingeladen, an dieser wichtigen Veranstaltung teilzunehmen, um eure Jugendreferentin / euren Jugendreferenten in einem demokratischen Prozess zu wählen. Was ist zu tun? Bitte Anmeldung bis 22. Februar an: jugend@dav-main-spessart.de per Mail mit DAV MSP Anmeldeformular



Tagesordnung: Wahl Jugendreferenten/-in
Wahlvorschlag: Benedikt Roth



Sa 3. Juni, Pfingstferien

Hangeln, Klettern und Hängen – Höhenglücksteig

Via ferrata in Franken



Wer das erleben möchte und Kletter- oder Klettersteigerfahrung besitzt, ist herzlich eingeladen. Gemeinsame Fahrt mit DAV-Bus ins Hirschbachtal und halbe Stunde zum Einstieg. Dort erwarten uns ganz unterschiedliche Klettersteigsabschnitte. Es können alle Schwierigkeitsstufen probiert werden, die auch im Gebirge anzutreffen sind. Schwierige Passagen lassen sich ohne Probleme umgehen.

Eure Begleiter werden die Jugendleiter/-innen **Patricia, Joachim, Elisa** sein. Am späten Nachmittag erfolgt die Rückfahrt nach Marktheidenfeld. Meldet Euch an, erlebt einen kurzweiligen Tag und ein Abendteuer direkt vor der Haustür! **Jetzt seid Ihr dran! Es sind Ferien!**



- Anforderungen: KS B/C, Spaß im Freien, erste Klettersteigerfahrungen
 Teilnehmer: max. 6 Personen; 12 bis 24 Jahre
 Orgapauschale: 30 EUR pro Person inkl. DAV Buskosten, zzgl. Selbstkosten für Abendessen in der Wirtschaft
 Vorbesprechung: wird nach Anmeldung bekannt gegeben
 Infos: Joachim Funsch
 Anmeldung: bis **30. April** in der Geschäftsstelle unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Bei Überbuchung kann evtl. ein zweiter Termin angeboten werden!
 Ausrüstungsliste: **KS**, fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP, wird bei Vorbesprechung gecheckt, Tagesrucksack, feste Schuhe
 Sonstiges: Verpflegung für einen Tag

So 25. Juni 14:00 – 19:00 Uhr

Bock auf Burg

DAV MSP seilt ab



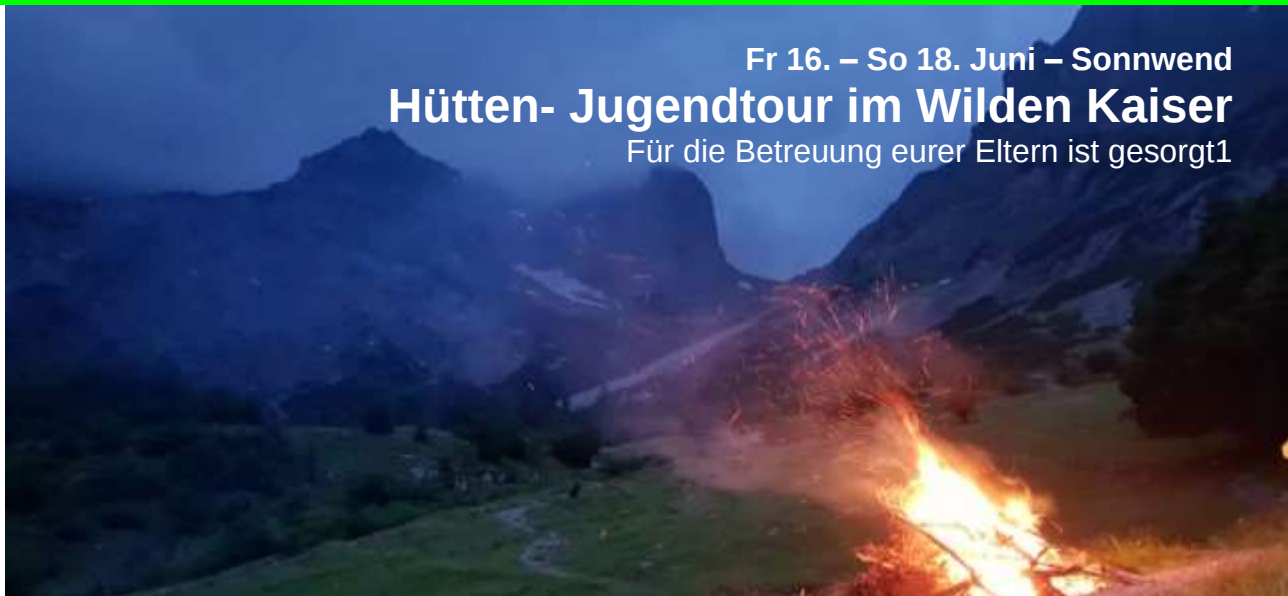
Das DAV MSP-Team dabei bei „**Bock auf Burg**“ mit **Abseilen vom 25 m hohen Bergfried**. Schlosserlebnistag in



Wertheim, Veranstalter ist die Stadt Wertheim: www.wertheim.de

Alle schwindelfreien Besucher können sich vom 25 m hohen Bergfried - dem höchsten Punkt der Burg - unter fachkundiger Absicherung abseilen lassen.





Fr 16. – So 18. Juni – Sonnwend
Hütten- Jugendtour im Wilden Kaiser
 Für die Betreuung eurer Eltern ist gesorgt!

An dem Samstag der Sonnwendfeier auf unserer geliebten Gaudi-Hütte bieten wir eine spannende Tour für Kinder und Jugendliche an. Die Eltern – völlig easy - können an den Tourentagen an andere Tourenleiter abgegeben werden. 😊

Freitags Anreise ab MSP, mit den Sektions-Fahrgemeinschaften. Treffpunkt ist unsere Gaudeamus-Hütte. Abends setzen wir uns zusammen und besprechen, wie der Samstag ablaufen wird. Für eure Eltern stehen viele Wanderleiter bereit, für jeden die richtige Tour dabei. Am **Samstag** steigen wir morgens von der Gaudeamus-Hütte übers Ellmauer Tor zum Hintere Goinger Halt auf. Auf dem Weg nach oben warten ein spannender Weg und vielleicht das ein oder andere Schneefeld auf uns. Bringt für unterwegs gute Laune und ein ausreichendes Vesper und zu trinken mit. Über den Panoramaweg, der eine tolle Aussicht bietet, steigen wir dann zurück zur Gaudi. Danach haben **wir uns auf der Gaudi wirklich einen leckeren Kaiserschmarrn verdient** oder Apfelstrudel schmeckt auch gut. Und abends das Sonnwendfeuer anschauen. Wenn wir selbst eines machen wollen, müssen wir Holz sammeln gehen!

Wir freuen uns riesig auf euch! **Elisa & Patricia**

- Anforderungen: ●/▲▲▲ Bock auf Bergwandern und einen spannenden Weg, knapp 1000 Hm; Kondition; Schwindelfrei, Trittsicher*;
*wer sich hier nicht sicher ist, können wir Freitag- Abend oder Samstag- Morgen in Hüttennähe testen!
- Teilnehmer: 12 bis 18 Jahre, max. 7 Personen *Altersabweichungen bitte mit Jugendleiter abstimmen!
- Orgapauschale: **Jugendleiter-Tourbegleitung gesponsert von Jugendkasse!**
 zzgl. Selbstkosten und Fahrgemeinschaften
- Vorbesprechung: Infomail nach Anmeldung, Freitagabend auf der Hütte
- Infos: Patricia Baumann
- Anmeldung: bis **30. April** unter **Tipp schnell sein!**
anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
- Ausrüstungsliste: **BW- Sommer**, siehe in den Sektionsnachrichten.
 Wenn ihr keine Ausrüstung habt, Tourenrucksäcke oder etwas fehlt, gebt das bitte bei der Anmeldung an, wir organisieren das dann und bringen die Ausrüstung mit.
Tragen müsst ihr selbst!
- Sonstiges: Eigene Verpflegung für tagsüber



Fr. 30. Juni – So 02. Juli

Granit, Granit und Granit

Klettern im magischen Fichtelgebirge

Geplant ist ein Ausflug in das wunderschöne Fichtelgebirge, das mit seinen pfannkuchenartigen Felsformationen einen ganz besonderen Kletterspaß bietet. Da sich die Kletterei von dem Fränkischen Kalk absolut unterscheidet, ist die Teilnahme ein absolutes Muss und wird für jeden aufstrebenden Kletterer ein Erlebnis sein. Übernachtet wird auf einem in der Nähe gelegenen Zeltplatz. Abends möchten wir gemeinsam kochen und ein Lagerfeuer machen.

Abfahrt in MSP um 17:00 Uhr geplant, Rückkehr Sonntag eher spät. Eure Begleiter werden die **Jugendleiter/-in Benedikt Roth, Carola Greger & Trainer Johannes Greger** sein.

Anforderungen:	Klettern im Toprope ab UIAA 5+
Teilnehmer:	max. 7 Personen; ab 12 Jahre *Altersabweichungen bitte mit Jugendleiter abstimmen!
Orgapauschale:	50 € pro Person inkl. DAV-Buskosten, Fahrt mit dem DAV-Bus
Vorbesprechung:	wird nach Anmeldung bekannt gegeben
Infos:	Benedikt Roth
Anmeldung:	bis 30. Mai unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Ausrüstungsliste:	K – fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP wird bei Vorbesprechung gecheckt, Tagesrucksack, feste Schuhe

Sa. 25. November

Kletterausflug Darmstadt

Klettern im Kletterzentrum Darmstadt

Wem die heimischen Kletterhallen irgendwann zu langweilig werden, weil man bereits eh alles geklettert hat, der sollte mit in das riesige Kletterzentrum Darmstadt fahren. Hier warten tolle Routen von leicht bis schwer auf dein Kletterkönnen. Wem irgendwann die Arme von den langen Routen aufgehen, der kann sich im Boulderbereich austoben. Ein Muss für jeden Kletterer! Eure Begleiter werden die Jugendleiter Benedikt Roth und mal schauen, wer sonst noch mitfährt!

Anforderungen:	Kletterschein Toprope, mindestens Nachstiegserfahrung Toprope
Teilnehmer:	max. 7 Per.; ab 12 Jahre *Altersabweichungen bitte mit Jugendleiter abstimmen!
Orgapauschale:	20 € pro Person inkl. DAV-Buskosten, Fahrt mit dem DAV-Bus
Vorbesprechung:	wird nach Anmeldung bekannt gegeben
Infos:	Benedikt Roth
Anmeldung:	bis 25. Oktober unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Ausrüstungsliste:	K - fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP, wird bei Vorbesprechung gecheckt
Sonstiges:	Abfahrt 9:30 GS Altfeld, Tagesrucksack, Verpflegung für einen Tag





Klettern für Familien

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

➔ Details siehe **Klettern - JAHRESPROGRAMM**



Gäste herzlich willkommen!

So 2. April 😊 kinderwagentauglich

Sternwanderung zum Sylvan

Waldtour für Familien

➔ Details siehe **MAIN-SPESSART & REGION - JAHRESPROGRAMM**



Gäste herzlich willkommen!

Fr. 16. – So 18. Juni

Sonnwendfeier auf der Gaudi!

Details siehe

➔ **Gaudeamus Hütte – JAHRESPROGRAMM**

➔ **JDAV - JAHRESPROGRAMM**

Gäste herzlich willkommen!

Sa 1. April 09:00 – 17:00 Uhr Kurs

Erste Hilfe Outdoor

Ersthelfer-Training im Gelände rund um den Sylvan

→ Details siehe Alpin/Bergsteigen/Bergwandern Jahresprogramm

Familien besonders willkommen!



Bayerisches
Rotes
Kreuz

Kreisverband
Main-Spessart



So 25. Juli 14:00 – 19:00 Uhr



Bock auf Burg

DAV MSP seilt ab



Das DAV MSP-Team beteiligt sich an „Bock auf Burg“ mit Abseilen vom 25 m hohen Bergfried. Schlosserlebnistag in Wertheim. Alle schwindelfreien Besucher können sich vom 25 m hohen Bergfried - dem höchsten Punkt der Burg - unter fachkundiger Absicherung abseilen lassen.

Veranstalter ist die Stadt Wertheim: www.wertheim.de



Gäste herzlich willkommen!

Fr. 27. – So. 29. Oktober

Herbst-Abenteuer Sylvan

Hüttenwochenende am Sylvan

Wir starten bereits am Freitagnachmittag um ein komplettes Wochenende im Spessart in unserer Sylvan-Hütte zu verbringen. **Was wir da so alles erleben?** Da muss man schon mitkommen um das zu erfahren! Am Sonntag lassen wir das Wochenende gemütlich ausklingen und kehren um die Mittagszeit wieder zum Torhaus Aurora zurück.



Anforderungen:

Lust auf Hütten-Familien-WE

Teilnehmer:

max. 20 Pers.; Eltern mit Kindern 6 bis 14 Jahre Altersabweichungen abklären

Orgapauschale:

keine – Selbstkosten werden unter den Teilnehmern aufgeteilt

Vorbesprechung:

Infos werden per Mail nach Anmeldung verteilt

Infos:

Stefanie & Andreas Schwab

Anmeldung:

bis **3. Oktober** in der Geschäftsstelle unter

Tipp schnell sein!

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstungsliste:

Rucksack & Schlafsack, denn zum Sylvan kann man nur hinlaufen!

Gäste herzlich willkommen!

Samstag, 11. März

Wilderer-Essen – Sylvan

Unsere **Hüttenwart Johannes** lädt die Freunde der Sylvan-Hütte zu einem gemütlichen Wilderer-Abend im Weihergrund ein. Wir werden mal wieder „Wild“ essen ob als Ragout, Braten, Chili, oder was ihm bis dahin noch einfällt. Eines ist sicher es wird sehr lecker. Lasst Euch überraschen. Getränke können gerne im Rucksack mitgebracht werden. Die restlichen Getränke stehen zum Hüttenpreis zur Verfügung.

😊 Jeder Schuss ein Treffer? Jetzt müsst ihr schnell mit der Anmeldung sein - 30 Plätze zur Verfügung. Wer möchte darf die Nacht gerne in der Hütte verbringen. **Übernachtung** max. 20 Personen, **dies ist Bitte bei der Anmeldung mit anzugeben**. Übernachtung mit Hüttenschlafsack; Frühstück Selbstverpflegung.

Anmeldung: bis **1.03.** unter **anmeldung@dav-main-spessart.de**!

Treffpunkt: 17:00 Uhr Parkplatz Schleiftor, wir wandern zum Sylvan



Gäste herzlich willkommen!

Sa 1. April 09:00 – 17:00 Uhr Kurs

Erste Hilfe Outdoor

Ersthelfer-Training im Gelände rund um den Sylvan

→ Details siehe Alpin/Bergsteigen/Bergwandern Jahresprogramm



**Bayerisches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband
Main-Spessart



Gäste herzlich willkommen!

Samstag, 15. April

Rund um Bocksbeutel, Oechsle und Frankenwein

Weinprobe am Sylvan

Mit Florian Ehrlenbach vom gleichnamigen Weingut in Reicholzheim. Wir dürfen uns auf eine informative Verkostung hochkarätiger Weinproben von namhaften fränkischen Weingütern freuen. Fürs leibliche Wohl steht ein deftiges Winzervesper bereit. Bei einer gemütlichen Plauderrunde auf der Terrasse genießen wir zunächst den Frühlingsabend im Weihergrund. Gerne kann in der Hütte übernachtet werden, bitte bei Anmeldung mit angeben. Frühstück Selbstversorgung bzw. nach Absprache mit den TN



Infos: bei Stefan Baumann

Anmeldung: bis **20.03.** unter **anmeldung@dav-main-spessart.de**!

Kosten: Weinprobe ca. 25 Euro/Pers. zzgl. Unkostenumlage Brotzeit / ggf. Nächtigungsgebühr Sylvan

Treffpunkt: 17:30 Uhr Parkplatz Torhaus Aurora, wir wandern zum Sylvan

Gäste herzlich willkommen!

Sonntag, 2. April

Sternwanderung zum Sylvan Saisoneroöffnung

Wanderungen, Nordic Walking oder Radtour führen aus verschiedenen Richtungen in unterschiedlichen Zeiten zum Sylvan; Zielankunft ca. 13 Uhr

Dort möchten wir wieder ein paar nette Stunden zusammen verbringen, bevor wir den Heimweg antreten.

Bitte wieder daran denken:

Sucht Euch eine Tour aus und meldet Euch bei dem entsprechenden Tourenleiter bis zum **20. März** an, damit die Teilnehmerzahlen an die Sylvan-Wirtin Diana weitergegeben werden können. Vielen Dank!



Wanderung: Aus dem Maintal zum Forsthaus im Spessart – Königsetappe

Auf dem DAV-Weg von Karlstadt zum Sylvan

Karlstadt - Steinfeld - Gertraudenskapelle – Neustadt – Einsiedeln - Sylvan
Variante über Einsiedeln

Teiletappen: Wer möchte, kann ab Steinfeld oder Neustadt Brückensteg mitlaufen, Bitte bei Anmeldung angeben!

Anforderungen: ●/● ca. 27 km / 950 Hm; ca. 7 Stunden Gehzeit

Treffpunkt: Bahnhof Karlstadt; 7:15 Uhr Abmarsch (DB-Anbindung)

Sonstiges: festes Schuhwerk, witterungsgerechte Bekleidung, Rucksackverpflegung, Schlussrast am Sylvan; Rückfahrt ab Sylvan bitte selbst organisieren, Unterstützung möglich

Infos: Kurt Stratil

Anmeldung: begrenzte Teilnehmerzahl
schriftlich bis 19.März, per Mail bei Kurt Stratil

Wanderung: Mühlentour

Start Nickelsmühle über Torhaus Aurora zum Sylvan

Strecke: ● ca. 14 km; 3,5 Stunden - einfache Wegstrecke

Treffpunkt 9:30 Uhr - Wanderparkplatz in Kurve hinter Nickelsmühle bei Schollbrunn
Hinweis: Absolutes Funkloch am Parkplatz

Rückweg zum Torhaus Aurora ca. 16:30 Uhr, wo vorab ein Wagen

deponiert wird



Infos: Stefan Dietz

Anmeldung: schriftlich per Mail bei anmeldung@dav-main-spessart.de



Wanderung: Über Berg und Tal

Von Wombach zum Sylvan & wer mag wieder zurück

Strecke: ● / ● ca. 20 km, 4 Stunden - einfache Wegstrecke

Treffpunkt: wird bekannt gegeben

Infos: Geschäftsstelle Tour noch nicht bestätigt

Anmeldung: schriftlich per Mail anmeldung@dav-main-spessart.de



Wanderung: Waldtour für Familien Kinderwagen tauglich! 😊

Vom Lindenfurterhof (zwischen Torhaus Breitfurt und Einsiedel) im Hafenlohrtal zum Sylvan (gleiche Wegstrecke wieder zurück)

Strecke: ● ca. 5,9 km 2 – 2,5 Stunden (einfache Wegstrecke)

Für Familien, auch mit Kinderwagen gut geeignet;
das Tempo wird den Familien angepasst.

Treffpunkt: 10:30 Uhr Parkplatz an der MSP 26, Höhe Lindenfurter Hof

Info: Stefanie & Andreas Schwab

Anmeldung: per Mail an anmeldung@dav-main-spessart.de



MTB - Mit dem Rad zum Sylvan ^{GT}

Gemütlich über Berg und Tal zum Sylvan



Auch in diesem Jahr sind wir wieder mit dem MTB - egal ob klassisch oder E-Bike - dabei und wollen von Marktheidenfeld in Richtung Sylvan aufbrechen. So früh im Bikejahr geht es dabei - mit kurzen Trailabschnitten - überwiegend auf Forstwegen gemütlich durch den Spessart. Je nach Witterung kann die Strecke in Absprache noch variiert werden. Die Tour endet am Sylvan.



Anforderungen: **S0/S1** fahrtechnische Grundkenntnisse nötig

Strecke: ca. 30 km / 500 Hm

Treffpunkt: 9:30 Uhr Festplatz Martinswiesen Marktheidenfeld

Anmeldung & Info: Uli Eichenseer schriftlich per Mail
Bei schlechter Witterung bitte rückfragen,
ob die Tour stattfindet!

Ausrüstungsliste: Helmpflicht, Trinkflasche, Müsli-Riegel



NordicWalking

Tourendetails sind noch nicht ausgearbeitet

Strecke: ● ca. 10 km, 2 h einfache Wegstrecke

Treffpunkt 9:30 Uhr,

Rückweg zum Torhaus Aurora

Infos: Katja Manger und Geschäftsstelle

Anmeldung: schriftlich per Mail
anmeldung@dav-main-spessart.de



Gäste herzlich willkommen!

Grenzgang Main-Spessart

Wir beenden das Projekt der Landkreis-Umrundung

Etappen **MSP 12 / 13 / 14** sowie **04 - 05**

Ein Jahr nach dem 50-jährigen Landkreisjubiläum werden wir das Projekt der Main-Spessart-Umrundung abschließen. Im Projekt „Grenzgang Main Spessart“ erkunden wir den Landkreis entlang der ca. 300 km langen Kreisgrenze in 14 Etappen. 7 Nachbarkreise und 2 Bundesländer haben wir bereits gestreift. Die anstehenden Etappen führen uns vom Main-Viereck zurück zum Maindreieck. Die Wegführung erfolgt möglichst nahe am Grenzverlauf auf weitgehend naturbelassenen Wegen, aber auch mal durch wegloses Gelände.

Die Nachhol-Etappe Etappe 4 & 5 führt uns in 2 Tagen von Obersfeld nach Obersinn
Die Etappen 12 bis 14 startet in Kreuzwertheim und schließt den Kreis in Retzbach.

Für alle Etappen gilt:

Anforderungen:	● / ●
Teilnehmer:	begrenzte Teilnehmerzahl
Treffpunkt:	Details im Rahmen der Anmeldung
Orgapauschale:	anteilige Fahrtkosten, Selbstkosten, Fahrgemeinschaften ggf. ÖNVP
Infos:	Kurt Stratil
Anmeldung:	Verbindliche Anmeldung siehe Touren an Kurt Stratil schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Sonstiges:	Rucksackverpflegung; festes Schuhwerk, witterungsgerechte Bekleidung; Wanderung findet bei jedem Wetter statt



MSP 12/14 - So. 12. März - 1-Tagestour

von Kreuzwertheim über Himmelreich – Lengfurt - Kallmuth – Homburg
ca. 25 km / 400 Hm / 6,5 h Gehzeit

Infos: bei Kurt Stratil
Anmeldung: **22. Februar** bei Kurt Stratil, schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular



MSP 04-05/14 Sa 15. – So 16. April - 2-Tagestour mit Übernachtung (Nachhol-Etappe)

Sa.: Obersinn – Sodenberg – Saaletal
ca. 25 km / 700 Hm / 7 h Gehzeit
So.: Saaletal - Trettstein – Route 46 – Hochstrasse – Obersinn
ca. 29 km / 700 Hm / 8 h Gehzeit

Infos: bei Kurt Stratil
Anmeldung: **bis 05. März** bei Kurt Stratil, schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular



MSP_13/14 - So. 24. September - 1-Tagestour

Homburg – Birkenfeld

ca. 25 km / 350 Hm / 6,5 h Gehzeit

Infos: bei Kurt Stratil

Anmeldung: **bis 27. August** bei Kurt Stratil, schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular



MSP_14/14 - So. 22. Oktober - 1-Tagestour Abschlussetappe

Birkenfeld – Zellingen - Retzbach

ca. 26 km / 400 Hm / 7 h Gehzeit

Infos: bei Kurt Stratil

Anmeldung: **bis 24. September** bei Kurt Stratil, schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Gäste herzlich willkommen!

Sa 13. Mai

Schloss Büchold



Sportliche Rund-Wanderung von Gänheim über Büchold zurück nach Gänheim

Entlang der Landkreisgrenze Schweinfurt/Main-Spessart entdecken wir die Sehenswürdigkeiten in und um Arnstein (Schnittpunktdenkmal, Schloss Büchold, Badensee Arnstein)



Strecke: ● / ● 20 km, Wegeprofil 230 Hm ↑, 230 Hm ↓, Gehzeit: 5,5 h

Treffpunkt: 9:00 Uhr, Parkplatz in Gänheim/Feuerwehr

Weitere Details nach Anmeldung

Infos: Matthias Fabian

Anmeldung: bis **15. April** per Mail arnstein@ schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Sonstiges: Wanderung findet nicht bei heftigem Regen statt
festes Schuhwerk, witterungsgerechte Kleidung

Besonderheit: **Besichtigung des Privatschlusses** in Büchold
mit einem kleinen Umtrunk

Weitere Termine in den Sektionsnachrichten





Deutscher Alpenverein
Sektion Main-Spessart

KLETTERHALLE

Weidenmühle 1, 97834 Birkenfeld

ÖFFNUNGSZEITEN

WINTER - OKTOBER bis APRIL

Montag	19:30 bis 21:30 Uhr
Dienstag, Mittwoch, Freitag	18:00 bis 21:30 Uhr

SOMMER - MAI, JUNI, JULI, SEPTEMBER

Mittwoch, Freitag	18:00 bis 21:30 Uhr
-------------------	---------------------

OSTERN, WEIHNACHTEN, SOMMERFERIEN

Siehe Homepage bzw. Aushang in der Kletterhalle

GRUPPEN, KINDERGEBURTSTAGE

Termine auf Anfrage

EINTRITTSPREISE

Tageskarte		DAV MSP Mitglied	DAV Mitglied	Nichtmitglied
Erwachsene		5,00 EUR	7,00 EUR	10,00 EUR
Ermäßigte*		4,50 EUR	6,50 EUR	9,00 EUR
Jugendliche	6 – 17 Jahre	4,00 EUR	6,00 EUR	8,00 EUR
Kinder	0 – 5 Jahre	0,00 EUR	2,00 EUR	3,00 EUR
Familie	1 EW + X bis 17 J.	5,00 EUR	8,00 EUR	11,50 EUR
Familie	2 EW + X bis 17 J.	10,00 EUR	15,00 EUR	21,50 EUR

10er-Karte		DAV MSP Mitglied	DAV Mitglied	Nichtmitglied
Erwachsene		45,00 EUR	63,00 EUR	90,00 EUR
Ermäßigte*		40,50 EUR	58,50 EUR	81,00 EUR
Jugendliche	6 – 17 Jahre	36,00 EUR	54,00 EUR	72,00 EUR
Kinder	0 – 5 Jahre	0,00 EUR	18,00 EUR	27,00 EUR

Jahreskarte		DAV MSP Mitglied	DAV Mitglied	Nichtmitglied
Erwachsene		95,00 EUR	133,00 EUR	-
Ermäßigte*		85,50 EUR	123,50 EUR	-
Jugendliche	6 – 17 Jahre	76,00 EUR	114,00 EUR	-
Kinder	0 – 5 Jahre	0,00 EUR	38,00 EUR	-
Familie	1 EW + X bis 17 J.	95,00 EUR	152,00 EUR	-
Familie	2 EW + X bis 17 J.	190,00 EUR	285,00 EUR	-

* mit Nachweis: Schüler, Auszubildende, Absolventen von BFD oder FSI, Senioren (ab Vollendung des 70. Lebensjahrs), ALS-I und ALG-II Empfänger, Schwerbehinderte mit Ausweis, Studenten (bis Vollendung des 27. Lebensjahrs)

Gäste herzlich willkommen!

Sicher Toprope-Klettern / Vorstieg mit DAV-Kletterscheinen

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1



Die DAV-Kletterscheine "Indoor Toprope" und "Indoor Vorstieg" motivieren zum Erlernen der aktuellen Sicherungsstandards im Klettersport und werden von erfahrenen Trainerinnen und Trainern bzw. Kletterbetreuerinnen und Kletterbetreuern unserer Sektion abgenommen. Sie haben jedoch keinerlei rechtliche Konsequenzen oder Lizenzcharakter und sind vergleichbar mit Sport-Leistungsabzeichen. Die Kletterscheine beziehen sich nicht auf das Kletterkönnen, sondern vielmehr auf die

Sicherungskompetenzen des Inhabers.



DAV-Kletterschein „Indoor Toprope“

Das lernt man in diesem Kurs:

- Sichere Handhabung der Ausrüstung
- Anseilknoten und Anseilpunkt
- Partnercheck und Selbstkontrolle
- Kennenlernen von Sicherungsgeräten
- Kommunikation beim Klettern
- Kontrolliertes Ablassen
- Klettern im Toprope
- Übungen



Termin 1	Sonntag, 15.01. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 2	Sonntag, 12.02. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 3	Sonntag, 15.10. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 4	Sonntag, 26.11. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 5	Sonntag, 10.12. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)



DAV-Kletterschein „Indoor Vorstieg“

Das lernt man in diesem Kurs:

- Sichere Handhabung der Ausrüstung
- Partnercheck und Selbstkontrolle
- Vertiefen der Sicherungstechniken
- Korrektes Einhängen der Zwischensicherungen
- Kommunikation beim Klettern
- Sicherungsverhalten im Vorstieg
- Klettern im Vorstieg
- Übungen



Termin 1	Sonntag, 05.03. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 2	Sonntag, 12.11. (8:30 - ca. 15:00 Uhr)



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Infos:



Anmeldung:



Ausrüstung:

KS Toprope keine; KS Vorstieg ist KS Toprope Voraussetzung

min. 4 Personen / max. 10 Personen, ab 16 Jahre

Kurs 50 EUR DAV MSP Mitglieder / 70 EUR DAV & Nichtmitglieder

in der Kletterhalle bei unserem Kletterhallenteam

oder per Mail an kletterhalle@dav-main-spessart.de

schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

an kletterhalle@dav-main-spessart.de

Sportbekleidung, Sportschuhe

Gäste herzlich willkommen!

Sicher Outdoor-Klettern mit dem DAV-Kletterschein

Fränkische Schweiz



Draußen ist anders! Jetzt geht das Klettern erst richtig los! In Sportklettergebieten selbständig klettern oder bei unseren Outdoor-Kletterfahrten dabei sein, alles Nötige dazu lernst du in diesem Kurs. Nach dem Motto „Von der Halle an den Fels“ ist es das Ziel, Indoor-Kletterer hinsichtlich Ökologie und Sicherheit zu sensibilisieren und praktisch auszubilden. Die Lerninhalte sind auf bohrhakengesicherte Einseillängenrouten im Klettergarten ausgelegt.



DAV-Kletterschein „Outdoor“

Das lernt man in diesem Kurs:

- Sicher und umweltbewusst klettern
- Lebensraum Fels
- Klettern und Naturschutz
- Draußen klettern
- Partnercheck vor jedem Start
- Vorstieg sichern und klettern
- Umlenkung, fädeln und abbauen
- Abseilen



Termin

Sa 22.04. – So 23.04.



Anforderungen:

DAV Kletterschein „Indoor Vorstieg“

Können UIAA-Grad 4 im Vorstieg

Teilnehmer:

min. 4 Personen / max. 6 + x Personen, ab 16 Jahre
Weitere Personen je nach Trainerverfügbarkeit.



Orgapauschale:

Kurs 50 EUR DAV MSP Mitglieder / 70 EUR DAV & Nichtmitglieder
zzgl. Selbstkosten für Unterkunft oder Campingplatz,
Verpflegung und Fahrtkosten in Fahrgemeinschaft
+ 1 EUR CO₂-Kompensation

Vorbesprechung:

Rundmail - wird nach Anmeldung bekanntgegeben

Infos:

Bernd Mergler

Anmeldung:

bis 2 Wochen vor Kurstermin bei Bernd Mergler
schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstungsliste:

K - fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP



Wir begrüßen in unserem DAV-Team

Christian Weigand

Kletterbetreuer

Alter:

42 Jahre

Wohnort:

Erlenbach / Tiefenthal

Hobbies:

Klettern, Wandern

Klettererfahrung:

seit 2011 hauptsächlich in der Halle
und hin und wieder am Fels

Motivation:

Andere für das Klettern begeistern.



Gäste herzlich willkommen!

Sonntag, 14:00 – 16:00 Uhr **SCHNUPPERNACHMITTAG**

Betreutes Eltern-Kind-Klettern

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

Um Kindern mit ihren Eltern ein unvergessliches einmaliges Erlebnis bieten zu können, wird an einem Schnuppertag den „Großen“ von unseren geschulten Trainern und Kletterbetreuern der sichere Umgang mit Gurt, Seil und Sicherungsgerät so gezeigt, dass diese unter Aufsicht die „Kleinen“ sichern können. Der Spaß in der Vertikalen steht an erster Stelle und Groß und Klein dürfen sich beim Klettern ausprobieren.

Wie könnt ihr weiter machen?

Wenn Euch der Schnuppertag gefallen hat, dann können die Eltern einen **Toprope-Kurs** besuchen, um mit den Kindern die Kletterhalle eigenverantwortlich besuchen zu können.



Termin 1
Termin 2

Sonntag, 26. Februar
Sonntag, 23. April

Termin 3
Termin 4

Sonntag, 22. Oktober
Sonntag, 19. November



Anforderungen:
Teilnehmer:
Orgapauschale:

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich
Teilnehmerzahl pro Termin richtet sich nach Betreuerverfügbarkeit
25 EUR für 2 Erwachsene und 2 Kinder - DAV MSP Mitglieder
35 EUR für 2 Erwachsene und 2 Kinder - DAV & Nichtmitglieder



Alter Kinder:

Salamander, Gämse, Steinadler



Infos:

Christian Heim und bei unserem Kletterhallenteam

Anmeldung:

bis 2 Wochen vor gewünschtem Termin bei Christian Heim
schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular



Ausrüstung:

Sportbekleidung, Sportschuhe

Gäste herzlich willkommen!

Samstag, 14:00 – 17:00 Uhr

Schnupperklettern in der Kletterhalle

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1



Termin 1
Termin 2
Termin 3
Termin 4
Termin 5
Termin 6

Samstag, 04. Februar
Samstag, 04. März
Samstag, 01. April
Samstag, 07. Oktober
Samstag, 04. November
Samstag, 02. Dezember



Ob Kind, Frau oder Mann, jeder ist willkommen! Unter sachkundiger Anleitung unseres Kletterhallenteams könnt Ihr Euch an den 10 m hohen Wänden versuchen und Euch von der Vielseitigkeit des Klettersports begeistern lassen.

Material wird von uns zur Verfügung gestellt - Eintritt frei! Anmeldung nicht erforderlich.

Anmerkung: Schnupperklettern sollte bitte nicht als Kindergeburtstage genutzt werden!



Fr 17. – Sa 18. Februar & Fr 24. – Sa 25. Februar

Mit Technik und mentaler Stärke besser Klettern Kurs In Gemeinschaft mehr Spaß am Klettern!

„Wie werde ich ein besserer, ja vielleicht sogar ein richtig guter Kletterer? Mit Lehrbuch kaufen und ans Campusboard hängen ist es leider nicht getan, wissen wir doch seit Wolfgang Güllich: Der wichtigste Muskel beim Klettern ist der Kopf.“ Diese Frage steht zu Beginn des Buches „Rock Warrior“ von Arno Ilgner. Doch was ist eigentlich ein guter Kletterer? Einfach und treffend lautet die Antwort des amerikanischen Bergsteigers Alex Lowe:

„Der beste Kletterer der Welt ist derjenige, der am meisten Spaß hat!“

Wir möchten das Klettern in seiner ganzen Faszination erleben. Dazu werden wir nicht bis ans Ende der Welt reisen (höchstens in Gedanken beim gemeinsamen Zusammensitzen am Abend), sondern eine Reise in einige umliegende Kletterhallen machen. Neben dem Zusammensein und vielen Klettermetern steht dabei der mentale Aspekt beim Klettern im Zentrum. Wir werden unter anderem der Frage nachgehen, wie es gelingen kann mit Freude außerhalb der eigenen Komfortzone unterwegs zu sein. Dabei ist der Schwierigkeitsgrad irrelevant.

Teil 1:

Freitag, 17. Februar ab 18.00 bis ca. 21 Uhr – Kletterhalle Birkenfeld

Theorie zu einigen mentalen Aspekten beim Klettern mit dazu passenden Kletterübungen

Samstag, 18. Februar ab 10.00 bis ca. 16 Uhr – Kletterzentrum Würzburg

Gemeinsames Klettern / Ausprobieren der kennengelernten Techniken / Videoanalyse

Teil 2:

Freitag, 24. Februar ab 18.00 bis ca. 21 Uhr – Kletterhalle Birkenfeld

Wiederholung der Inhalte aus Teil 1 / ausführliche Auseinandersetzung mit der Videoanalyse aus Teil 1 / besser Klettern durch Ausgleichs- und Ergänzungstraining

Samstag, 25. Februar ab 10.00 bis ca. 16 Uhr – Kletterarena Heilbronn 18,5 m Wandhöhe!

Gemeinsames Klettern



Anforderungen:

Vorstieg in der Halle (egal ob im Schwierigkeitsgrad 5 oder 9),
routiniertes Sichern in Vor- und Nachstieg mit halbautomatischem
Sicherungsgerät (Grigri, Autotuber, ...)



Teilnehmer:

min. 5 Personen / max. 10 Personen



Orgapauschale:

Teil 1 25 Euro DAV MSP

Teil 1+2 40 Euro DAV MSP

zzgl. Selbstkosten, Fahrtkosten in Fahrgemeinschaften
und Halleneintritte

Infos:

Johannes Greger & Alexander Simgen

Anmeldung:

bis 04. Februar bei Johannes Greger
schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstung:

Klettern (für Teil 2 evtl. zusätzlich Yogamatte / Terraband / ...)



Gäste herzlich willkommen!

Klettern – Grundkurs für Familien Kurs

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

“Mama, Papa, lasst uns klettern!” Ihr sucht als Familie nach einer gemeinsamen neuen Sportart? Unser Grundkurs für Familien ist für euch der perfekte Einstieg, denn Klettern ist der ideale Sport für die ganze Familie. Jeder kann ihn auf seinem eigenen Niveau betreiben und seine individuellen Grenzen kennenlernen, ohne dass die anderen sich dadurch einschränken müssen. So bleibt es für alle spannend und fordernd. Schritt für Schritt werdet ihr in diesem Kurs alles lernen, um speziell eure Kinder aber auch andere Erwachsene sichern zu können. Die Inhalte werden sowohl kind- als auch erwachsenengerecht vermittelt.

Das lernt man in diesem Kurs:

- Sichere Handhabung der Ausrüstung
- Anseilknoten und Anseilpunkt
- Partnercheck und Selbstkontrolle
- Kennenlernen von Sicherungsgeräten
- Volle Aufmerksamkeit beim Sichern
- Kommunikation beim Klettern
- Kontrolliertes Ablassen
- Klettern im Toprope
- Besonderheiten beim Sichern von Kindern
- Übungen



Termin 1	Samstag, 11. März	(10:00 - ca. 15:00 Uhr)
Termin 2	Samstag, 11. November	(10:00 - ca. 15:00 Uhr)

Wer beim Klettern im Toprope und den Übungen teilnimmt hat die Möglichkeit im Rahmen des Kurses den DAV Kletterschein „Indoor Toprope“ zu erwerben.

Hinweise: Alle unbegleiteten minderjährigen Teilnehmer*innen benötigen zwingend eine von den Erziehungsberechtigten unterschriebene Einverständniserklärung. Wir empfehlen, mit dem Kauf von Material bis nach dem Kurs zu warten, da Materialkunde Kursinhalt ist und du anschließend einen guten Überblick über die verschiedenen Sicherungsgeräte und andere Materialien haben wirst.



Anforderungen: Vorkenntnisse sind für diesen Kurs nicht erforderlich.

Teilnehmer:

min. 2 Erwachsene und 2 Kinder bis 14 Jahre

max. 6 Erwachsene, max. 12 Personen

Pro Erwachsenen können maximal 2 Kinder teilnehmen.

Du hast mehr Kinder? Kein Problem, bring doch bitte einen weiteren Erwachsenen aus deinem Umfeld mit.



Orgapauschale:

Kurs 50 EUR DAV MSP Mitglieder / 70 EUR DAV & Nichtmitglieder
Kinder sind kostenfrei

Infos:

in der Kletterhalle bei unserem Kletterhallenteam
oder per Mail an kletterhalle@dav-main-spessart.de

Anmeldung:

schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
an kletterhalle@dav-main-spessart.de

Ausrüstung:

Sportbekleidung, Sportschuhe

Gäste herzlich willkommen!

Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr

Klettern erleben!

Bewegung und Koordination in der Senkrechten

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

Wer neue Wege sucht, um abwechslungsreich Haltung, Koordination sowie Körperspannung und Balance zu verbessern, kann durch Klettern seine Kraft steigern. Die Faszination des Kletterns liegt in der nötigen Konzentration, den gezielten Bewegungen und der anschließenden Entspannung. Somit ein optimaler Alltagsausgleich in der heutigen Zeit. Klettern ist leicht erlernbar, auch Anfänger erleben schnell Erfolge.

Einfach mal ausprobieren und selbst die Erfahrung machen, gesichert unter Anleitung der Kletterbetreuer des DAV MSP.



Doppel-Termin 1
Doppel-Termin 2

Donnerstag, 09. März & Donnerstag, 23. März
Donnerstag, 16. November & Donnerstag, 30. November



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstung:

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich; ab 18 Jahre

min. 5 Personen / max. 10 Personen

30 EUR

Gisela Baum

vhs Marktheidenfeld | vhs Wertheim | vhs Lohr / Gemünden

Sportbekleidung, Sportschuhe

Sa 17. – So 18. Juni

Sektions-Kletter-Wochenende

„Egerland-Hütte“ - Fränkische Schweiz

Gemeinsam Spaß am Klettern in der Fränkischen Schweiz. Das gemütliche Beisammensein soll dabei auch nicht zu kurz kommen. Wir werden Toprope-Seile einhängen und unterstützen euch auch sehr gerne die Felswände im Vorstieg zu erklettern.



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Kletterkenntnisse bei Anmeldung bitte angeben

max. 12 Personen

10 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten in Fahrgemeinschaft

+ 1 EUR CO₂-Kompensation

Vorbesprechung:

Infos:

Anmeldung:

Rundmail - wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Michael Reuß

bis 2 Wochen vor Termin bei Michael Reuß

schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstungsliste:

K - fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP

Hüttenschlafsack oder Schlafsack

Treffpunkt:

Samstag, 17. Juni um 10:00 Uhr - Ort wird noch bekannt gegeben



Fr 05. – Di 09. Mai

Klettern im Elbsandsteingebirge _{FT}

Das Elbsandsteingebirge ist ein einzigartiges Gebiet, das weltweit durch seine Schönheit berühmt ist. Hier wurden herausragende Meilensteine der Klettergeschichte geschrieben und noch heute ist es berühmt und berüchtigt für seine Kletterethik, die es Ausstehenden sehr schwer gestaltet in diese fantastische Welt einzutauchen. Wer es wissen möchte, wie man Knotenschlingen legt, was ein Spatel ist und wie Eierschecke schmeckt, der ist hier genau richtig. Die Klettertouren werden geführt, so dass ihr im Nachstieg eure ersten Schritte machen könnt.



Anforderungen: Kletterschein Toprope; Können UIAA-Grad 5 im Toprope
Teilnehmer: min. 4 / max. 6 Pers. + x Pers. nach Trainerverfügbarkeit, ab 16 Jahre
Weitere Personen je nach Trainerverfügbarkeit.

Orgapauschale: 80 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten in Fahrgemeinschaften
+ 2 EUR CO₂-Kompensation



Vorbesprechung: Rundmail - wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Infos: Marcel Brönner

Anmeldung: **bis 1. März** unter anmeldung@dav-main-spessart.de
schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
FT bitte in Anmeldung angeben!

Ausrüstungsliste: K - fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP

Fr 05. – Di 09. Mai

Klettern im Elbsandsteingebirge _{GT SES (Selbständige Seilschaften)}

Teilnahme als selbständige Seilschaften im gleichen Klettergebiet Tourenbeschreibung siehe oben.



Anforderungen: Kletterschein Indoor Vorstieg; Können UIAA-Grad 5 im Vorstieg
Teilnehmer: ab 18 Jahre, Minderjährige in Begleitung

Orgapauschale: 20 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten in Fahrgemeinschaften
+ 2 EUR CO₂-Kompensation

Vorbesprechung: Rundmail - wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Infos: Marcel Brönner

Anmeldung: **bis 1. März** unter anmeldung@dav-main-spessart.de
schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
SES bitte in Anmeldung angeben!

Ausrüstungsliste: K - fehlende Ausrüstung als Leihmaterial DAV MSP kostenpflichtig

Gäste herzlich willkommen!

Samstag, 01. Juli

Kletterpicknick am Pfeiler

14:00 – 17:00 Uhr in Gräfendorf

Gemeinsam wollen wir einen tollen Klettertag an unserm Kletterpfeiler verbringen. Das gemütliche Beisammensein soll dabei auch nicht zu kurz kommen.

Wir werden Toprope-Seile einhängen und unterstützen euch auch sehr gerne den Pfeiler im Vorstieg zu erklettern.



Bringt gerne eure Picknickdecke sowie etwas zum Essen und Trinken mit.

	Anforderungen:	Keine - gemeinsam Spaß am Klettern!
	Orgapauschale:	Mitglieder DAV MSP keine, DAV & Nichtmitglieder 5 EUR
	Infos:	Bitte Fahrgemeinschaften bilden alpinzentrum@dav-main-spessart.de

Gäste herzlich willkommen!

Samstag, 02. September

Ferienprogramm am Pfeiler

14:00 – 17:00 Uhr in Gräfendorf

Gesichert von unseren sachkundigen Kletterbetreuern könnt Ihr in freier Natur an den ca. 10m hohen Pfeiler-Sandstein-Wänden eure Kletterkünste ausprobieren!

	Anforderungen:	Keine - gemeinsam Spaß am Klettern!
	Orgapauschale:	Mitglieder DAV MSP keine, DAV & Nichtmitglieder 5 EUR
	Infos:	alpinzentrum@dav-main-spessart.de

Material wird von uns zur Verfügung gestellt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei ungünstiger Wetterlage bitte bei Christian Heim (alpinzentrum@dav-main-spessart.de) erfragen ob das Ferienprogramm am Pfeiler stattfindet oder in die Kletterhalle verlegt wird.

➤ **Turnschuhe, Getränk, kleine Brotzeit und Sonnenschutz bitte mitbringen**



Topos Kletterpfeiler Gräfendorf

Routen und Schwierigkeitsangaben

www.dav-main-spessart.de/klettern/kletterpfeiler

Fr 15. – So 17. September

Alpinklettern FT

Mehrseillängentouren in den Kalkalpen

Hast Du Lust dein Kletterkönnen vom Mittelgebirgsfels einmal in höheren Wänden umzusetzen? Wir klettern in gut gesicherten Alpinen-Routen entsprechend eurem Kletterniveau. Das Klettergebiet wird nach Absprache ausgewählt.



- Anforderungen:** Kletterschein Toprope / Vorstieg; Kletterkönnen UIAA-Grad 5 im Frankenjura; Sicherungstechniken müssen beherrscht werden; Ausdauer für tägliche Mehrseillängenrouten; Hüttenzustieg bis 900 Hm
- Teilnehmer:** min. / max. 2 Personen – Klettern in 3er-Seilschaft
- Orgapauschale:** 80 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten in Fahrgemeinschaft
+ 2 EUR CO₂-Kompensation
- Vorbesprechung:** Kletterhalle in Birkenfeld - wird nach Anmeldung bekannt gegeben
- Infos:** Bernd Mergler
- Anmeldung:** **bis 31. Mai** bei anmeldung@dav-main-spessart.de

schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular



Samstag, 21. Januar ab 13:00 Uhr

Train-The-Trainer Klettern

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

Fachlicher Austausch

Donnerstag, 19. Oktober ab 19:00 Uhr

Terminsitzung Klettern

Kletterhalle Birkenfeld, Weidenmühle 1

Jahresprogramm 2024



Wir begrüßen in unserem DAV-Team

Heike Nötscher

Kletterbetreuerin

- Alter:** 47 Jahre
- Wohnort:** Zellinger
- Hobbies:** Klettern, Wandern, Akkordeon
- Klettererfahrung:** seit 5 Jahren in der Halle und gelegentlich auch am Fels
- Motivation:** Meine Freude am Klettern weitergeben.





Gesundheitsprogramm in Kooperation mit:

Gäste herzlich willkommen!

Do 18:00 Uhr Kurs 12 Einheiten

Lauf_end Gesund!

Nordic Walking - gesunde Bewegung für Körper und Erholung fürs Gemüt



Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung. Gemeinsam mit anderen ist es viel einfacher, gute Vorsätze umzusetzen. Nordic Walking ist schon lange kein Trendsport mehr. Und das ist auch gut so. Nordic Walking ist eine hervorragende Bewegungsform und eine Trainingsmethode für jene, die die feste Absicht haben, ihre Gesundheit und Ausdauer sowie ihr Wohlbefinden zu gestalten und positiv zu verändern. Nicht zuletzt fördert Nordic Walking ein intensives Naturerlebnis und bietet echte Erholung fürs Gemüt.



Anforderungen:

12 Kurs_{Einheiten} – keine Vorkenntnisse notwendig

Teilnehmer:

max. **15 Teilnehmer**, Frauen & Männer, Alter keine Angabe

Kurs:

99,00 EUR [1] abzgl. **Zuschuss Krankenkasse**



Kursbeginn:

Frühjahr Start 09.02. Herbstkurs Start 21.09. – 18:00 Uhr

Infos

Info in der DAV Geschäftsstelle

Anmeldung:

vhs-Programm MAR

Ausrüstung:

Turnschuhe & wetterfeste Kleidung, inkl. NW-Stöcke als Leihhausrüstung

Wetter:

Kurs findet bei jedem Wetter statt!

[1] Das Kurprofil des „Nordic Walking - Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung“ hat das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ verliehen bekommen und das Siegel „Deutscher Standard Prävention“, diese wird von der Kooperationsgemeinschaft^[1] gesetzlicher Krankenkassen zur Zertifizierung von Präventionskursen - § 20 SGB V vergeben. Über 90% der gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland gehören der Kooperationsgemeinschaft an. **Präventionskurse, die mit dem Siegel Deutscher Standard Prävention ausgezeichnet sind, werden von allen an der Kooperationsgemeinschaft beteiligten Krankenkassen bezuschusst.**

Di / Do 18:00 Uhr Gäste herzlich willkommen!

Lauf_end Gesund - Treff

Nordic Walking - LAUFTREFF



Parallel zu den NordicWalking Kursen hat sich ein NordicWalking-Treff gebildet. Für ALLE, die den Nordic-Walking Kurs absolviert haben. Nordic-Walking Technik und eigene Stöcke sowie Kleidung der Witterung entsprechend und los geht's! Wir freuen uns auf Euch!



Anforderungen:

Do Treff Basic

Nordic-Walking Kurs absolviert, NW-Stöcke

Entschleunigt trainieren, Gruppen-Herzschlag bestimmt das Tempo!

Di Treff Advanced

Nordic-Walking Basic + Erfahrung & Kondition



Orgapauschale:

Kostenfrei, *Mitgliedschaft im DAV erforderlich

Infos:

DAV Geschäftsstelle; Lauftreffbetreuer **Bodo Schwab**

Anmeldung

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Wetter:

Findet bei jedem Wetter statt!

Treffpunkt:

WhatsApp-Gruppe zur Bekanntgabe der Treffpunkte rund um MAR



Gesundheitsprogramm in Kooperation mit:

Gäste herzlich willkommen!

Do 19:30 Uhr Kurs 12 Einheiten



"Ohne Frauen 'läuft' nichts" - Laufend unterwegs!"

Das Laufprogramm ist ein Gesundheitsprogramm. 12 Einheiten á max. 90 Minuten, das sich hauptsächlich an Neueinsteiger richtet. Neben dem Laufen in der Natur werden Übungen zur Kräftigung, Koordination und Beweglichkeit durchgeführt. Am Ende des Kurses soll es den Teilnehmerinnen möglich sein, 30 Minuten durchgehend ohne Pause zu laufen. Daneben soll der Kurs dazu beitragen, ein Gesundheitsbewusstsein zu erzeugen und mehr Bewegung in den Alltag zu integrieren. Im Schutz der winterlichen Dunkelheit wagen wir unser ersten Laufübungen und beginnen ganz sanft mit **1 Minute**, bis es dann hell wird können wir uns als Läuferinnen schon gut sehen lassen.



Es geht nicht darum die Schnellste zu sein, eine Traumfigur zu haben, es geht darum für sich selbst Bewegung in den Alltag zu integrieren, Verständnis für das Team und dabei mächtig viel Spaß zu haben! Findet in Kooperation mit der vhs Marktheidenfeld statt!

<https://www.vhs-marktheidenfeld.de/programm/gesundheit/kurs/Ohne-Frauen-laeuft-nichts/>



- Anforderungen: 12 Kurseinheiten – keine Vorkenntnisse notwendig
 Teilnehmer: max. **15 Teilnehmer**, Frauen & Mädchen nach Abstimmung
 Kurs: 99,00 EUR [1] abzgl. **Zuschuss Krankenkasse**
 Kursbeginn: **Frühjahr Start 09.02. Herbstkurs Start 21.09. – 19:30 Uhr**
 Infos: Info in der DAV Geschäftsstelle
 Anmeldung: vhs-Programm MAR
 Ausrüstung: Turnschuhe & wetterfeste Kleidung, inkl. NW-Stöcke als Leihhausrüstung
 Wetter: Kurs findet bei jedem Wetter statt!
 Treffpunkt: WhatsApp-Gruppe zur Bekanntgabe der Treffpunkte rund um MAR

[3] Das Kurprofil des „**Laufend unterwegs**“ hat das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ verliehen bekommen und das Siegel „Deutscher Standard Prävention“, diese wird von der Kooperationsgemeinschaft^[1] gesetzlicher Krankenkassen zur Zertifizierung von Präventionskursen - § 20 SGB V vergeben. Über 90% der gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland gehören der Kooperationsgemeinschaft an. **Präventionskurse, die mit dem Siegel Deutscher Standard Prävention ausgezeichnet sind, werden von allen an der Kooperationsgemeinschaft beteiligten Krankenkassen bezuschusst.***

Sa 08. Juli 2023 unbestätigt **Gäste herzlich willkommen!**

Frauenlauf FRA



Unsere Mädels absolvieren ihren Abschlusslauf und wer sich anschließen möchte ist herzlich willkommen! Fahrt mit dem DAV-Bus nach Frankfurt.

- Anforderungen: www.frauenlauf-frankfurt.de/ Es gelten die Bedingungen des Veranstalters
 Orgapauschale: Startgebühr 5 km 8 Euro / 10 km 10 Euro; DAV-Bus Fahrgemeinschaften
 Infos: DAV Geschäftsstelle
 Anmeldung: anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Treffpunkt: nach Anmeldung



Do 19:30 Uhr

"Ohne Frauen 'läuft' nichts"**LAUFTREFF** Joggen

Laufend unterwegs - Damit das Ziel „Bewegung in den Alltag zu integrieren“ und „ein höheres Gesundheitsbewusstsein“ nicht aus den Augen verloren wird, wollen wir jeder Läuferin aus dem Laufkurs die Möglichkeit bieten in Bewegung zu bleiben.

Anforderungen: **Do Treff Advanced** Frauen Laufkurs absolviert
 Orgapauschale: kostenfrei, *Mitgliedschaft im DAV erforderlich
 Infos: DAV Geschäftsstelle; Lauftreffbetreuerin **Sonja Köhler** in Ausbildung
 Anmeldung: anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Wetter: Findet bei jedem Wetter statt!
 Treffpunkt: WhatsApp-Gruppe zur Bekanntgabe der Treffpunkte rund um MAR

**Gäste herzlich willkommen!****21.01. und / oder 18.02.****Winterlaufserie Seligenstadt**

5 km oder 10 km Frauen und Männer



Unsere Mädels absolvieren ihren Abschlusslauf und wer sich beim Winterlauf anschließen möchte ist herzlich willkommen! Fahrt mit dem DAV-Bus nach Seligenstadt.

Anforderungen: www.tria-seligenstadt.de/ Es gelten die Bedingungen des Veranstalters
 Orgapauschale: Startgebühr 5 km 8 Euro / 10 km 10 Euro; DAV-Bus Fahrgemeinschaften
 Infos: DAV Geschäftsstelle
 Anmeldung: anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Wetter: Findet bei jedem Wetter statt!
 Treffpunkt: nach Anmeldung

Gäste herzlich willkommen!**Samstag 15. Juli****Lauf 10**

10 km Frauen und Männer



Toller Volkslauf, jeder so wie er kann, mit Schlussstock auf dem Marktplatz in **Wolnzach**.

Anforderungen: www.br.de/br-fernsehen/lauf10 Es gelten die Bedingungen des Veranstalters
 Orgapauschale: Startgebühr 10 km ca. 18 Euro; DAV-Bus Fahrgemeinschaften
 Infos: DAV Geschäftsstelle
 Anmeldung: anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Wetter: Findet bei fast jedem Wetter statt!
 Treffpunkt: nach Anmeldung



Deutscher Alpenverein
Sektion Main-Spessart

TEAM

Es gelten die Bedingungen der Veranstalter.

Egal ob Wandern / Laufen / Trailrunning / Nordic Walking - Wir würden uns freuen, wenn Du an Veranstaltungen als Einzel-Teilnehmer für Deinen Verein startest.

Bitte **ALPENVEREIN MAIN-SPESSART** als Team-Name verwenden!

Team:

„Alpenverein MSP Mir Sen Prima“

individuell oder **gemeinsam** laufen,
Hauptsache Fahrgemeinschaften!

+ CO2-Kompensation



<https://mountainman.de/>

Teilnahme zum Druckschluss unklar,
einfach in Geschäftsstelle unter
anmeldung@ nachfragen

Weiter Termine gerade in Abstimmung und
folgen in den Sektionsnachrichten



Seniorenprogramm

Programm für aktive Senioren mit vielen tollen
Angeboten in verschiedenen Spielformen des
Wanderns und Bergsteigens.

Gäste herzlich willkommen!

01.02. / 05.04. / 07.06. / 02.08. / 04.10 / 06.12



Mittwochs-Wandern GT

Tourenziele werden kurzfristig bekannt gegeben.



Anforderungen:

● bis ● FT ▲▲/▲▲▲

Genusstour:

Entschleunigt auf Tour, Gruppen-Herzschlag bestimmt das Tempo!



Teilnehmer:

max. 12 Personen

Orgapauschale:

DAV MSP frei zzgl. Selbstkosten, Fahrgemeinschaften

Vorbesprechung:

keine

Infos:

bei Walter Appel

Anmeldung:

bei Walter Appel schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstungsliste:

Wandern, knöchelhohe Wanderschuhe, Rucksackverpflegung

Treffpunkt:

10:00 Uhr – Tourenziel wird tags zuvor bekannt gegeben

**STADTRADELN**

Radeln für ein gutes Klima

14. Mai – 3. Juni

Der DAV MSP radelt die Stadt

Wir wollen die **100** Teilnehmer knacken!

Natürlich beteiligen wir uns auch 2023 wieder bei der Stadtradel-Aktion Main-Spessart.

Für diejenigen, die diese Aktion noch nicht kennen: Der Landkreis Main-Spessart nimmt an dieser Aktion des Klimabündnisses teil; und da sich auch der DAV den Klimaschutz auf seine Fahnen schreibt, darf das **DAV-MirSenPrima-Team** natürlich nicht fehlen. Jeder Fahrradkilometer, der von einer Person gefahren wird - die in MSP wohnt, arbeitet, studiert oder zur Schule geht und DAV MSP Mitglied ist - wird auf ein großes Konto gebucht. Geradelte Kilometer werden vom Teilnehmer individuell eingetragen: www.stadtradeln.de

Mitmachen und Gewinnen: Unter allen, die beim Stadtradeln für unser **DAV-MirSenPrima-Team** radeln, verlosen wir tolle Preise aus dem DAV-Shop. In die Lostrommel kommen alle Teilnehmer ab 100 km. Wer sich für die Teilnahme interessiert

bzw. Fragen hat - einfach bei mir melden.

Eure Teamkapitänin
Johanna Schaub

**Gäste herzlich willkommen!****Sonntag, Termin kommt in der Monatspost**

Beiratswanderung mit dem Rad



Gemütlich über Berg und Tal, Tour ist noch nicht ausgearbeitet mit Schlusshock oder Pause an einem schönen Ziel!

**Entschleunigt auf Tour:**

Anforderungen:

Treffpunkt:

Strecke:

Infos & Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

Gruppen-Herzschlag bestimmt das Tempo!

fahrtechnische Grundkenntnisse nötig

MSP - wird nach Anmeldung bekannt gegeben

ca. 30 km / 500 Hm

Infos bei Johanna Schaub, aktuelle Infos auf der Homepage karlstadt@dav-main-spessart.de Bekleidung;

Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob Tour stattfindet!

Es besteht Helmpflicht! Trinkflasche und Riegel für unterwegs



Sonntag, 19. März Kurs

MTB-Fahrtechnik für Einsteiger



Dieser Fahrtechnik-Kurs richtet sich an alle jungen und jung gebliebenen Mountainbiker und Mountainbikerinnen, die ohne Druck Fahrtechnik von Grund auf und in aller Ruhe erlernen oder verbessern wollen - für mehr Fahrspaß und Sicherheit auf dem Trail...auch mit dem E-Bike. Wir werden alle Inhalte „on Tour“ naturverträglich in neutralem und stressfreiem Gelände erarbeiten und auf einer kleinen Tour sofort umsetzen. Im Vordergrund steht dabei nicht „Augen zu und durch“, sondern

Sicherheit, das gemeinsame Erlebnis und der Spaß am Biken. Wir befassen uns mit folgenden Techniken:

- Grundposition auf dem Bike
- Grundlegende Kurventechnik
- Abfahrten meistern
- Effektives und naturverträgliches Bremsen
- Kleine Hindernisse überwinden



Anforderungen: S0 Kein besonderes fahrtechnisches Können nötig
Teilnehmer: min.4 / max. 6 Personen
Treffpunkt: 9.30 Uhr - Festplatz Martinswiese Marktheidenfeld - ca. 16.00 Uhr
Orgapauschale: 20 Euro
Infos: Uli Eichenseer
Anmeldung: Anmeldung unter Uli Eichenseer,
bis 14. März schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob der Kurs stattfindet
Ausrüstung: Es besteht Helmpflicht! Empfohlen werden Flatpedals, sind aber kein muss, sowie Radhandschuhe, wenn möglich mit langen Fingern; Trinkflasche und Riegel für unterwegs

Sonntag, 2. April GT

STERNWANDERUNG – Mit dem Rad zum Sylvan

Gemütlich mit dem MTB über Berg und Tal zum Sylvan



Auch in diesem Jahr sind wir wieder mit dem MTB - egal ob klassisch oder E-Bike - dabei und wollen von Marktheidenfeld in Richtung Sylvan aufbrechen. So früh im Bikejahr geht es dabei - mit kurzen Trailabschnitten - überwiegend auf Forstwegen gemütlich durch den Spessart. Je nach Witterung

kann die Strecke in Absprache noch variiert werden. Die Tour endet am Sylvan.



Anforderungen: S1 fahrtechnische Grundkenntnisse nötig
Strecke: ca. 30 km / 500 Hm
Teilnehmer: keine Vorgabe
Orgapauschale: keine
Anmeldung: Anmeldung unter Uli Eichenseer, Anmeldung auch kurzfristig möglich!
bis 14. März schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob der Kurs stattfindet
Ausrüstungsliste: Helmpflicht, Trinkflasche, Riegel für unterwegs
Treffpunkt: 9:30 Uhr – am Festplatz Martinswiesen in Marktheidenfeld



Das ist der richtige Termin!

Sonntag 4. Juni FT KURS

MTB – Family-Time

Ferien und Freizeitspaß



Mehr Spaß auf dem Mountainbike für die ganze Familie! Erlebt gemeinsam mehr Sicherheit auf euren Touren. Dieses spielerische Fahrtechniktraining bereitet euch clever und ohne Langeweile für die kleinen auf eure kommenden Bike-Erlebnisse vor! Foto und Videoanalyse. Freu mich auf Euch! 😊



- Anforderungen:** S0 Keine Vorkenntnisse nötig! Geländetaugliches Rad und Helm erforderlich! Kursdauer ca. 3 Stunden.
- Teilnehmer:** min. 6 Personen, Alter Kinder 5 – 8 Jahre Abweichungen bitte abstimmen!
- Orgapauschale:** 15 Euro pro Familie
- Treffpunkt:** ☉ 10:00 Uhr Die Weed in Esselbach
- Infos:** bei **Julian Hecht**
- Anmeldung:** **bis 31. März** bei Julian Hecht schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob die Tour stattfindet!
- Ausrüstung:** Es besteht Helmpflicht! Trinkflasche und Riegel für unterwegs

Sonntag, 16. April FT

MTB – Spessartgeflüster

Im Spessart unterwegs

Als Spessarter-Urgestein aus Esselbach führt Euch mein „Spessartgeflüster“ an meine Lieblingstrails in unserer schönen Heimat. Beleidige nie einen Spessarter, denn er kennt Wälder, aus denen Du nicht mehr nach Hause findest! 😊 Freu mich auf Euch!



- Anforderungen:** S2 ca. 30 km, ca. 700 Hm fortgeschrittene Fahrtechnik, solide Grundkondition nötig
- Teilnehmer:** min. 3 Personen
- Orgapauschale:** keine
- Treffpunkt:** ☉ 9:30 Uhr Die Weed in Esselbach
- Infos:** bei **Julian Hecht**
- Anmeldung:** **bis 31. März** bei Julian Hecht schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob die Tour stattfindet!
- Ausrüstung:** Es besteht Helmpflicht! Trinkflasche und Riegel für unterwegs





Sonntag, 16. Juli FT

MTB – Wilderertour – Panorama

„Heiliger Berg der Franken“

In diesem Jahr geht es wieder auf verschlungene Pfade, erneut durch die Rhön. Wir starten in Oberweißenbrunn und fahren im Gebiet des „Heiligen Berg der Franken“ zum Kreuzberg rund um Bischofsheim in der Rhön.

Selbstverständlich ist wieder genügend Zeit für Panoramablicke und die obligatorische Einkehr zwischendurch. Lasst euch überraschen!

Wie immer stehen das gemeinsame Erlebnis und der Spaß am Biken in der Natur im Vordergrund. Egal ob klassisch oder mit dem E-Bike...



Anforderungen:



S2 solide Fahrtechnik

Grundkondition K 1 - 2 nötig

Tagestour ca. 45 km, ca. 1000 Hm

min. 3 Pers. / max. 7 Pers.

keine

Uli Eichenseer

bis 10. Juli schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Bei schlechter Witterung bitte rückfragen, ob die Tour stattfindet!

Es besteht Helmpflicht! Handschuhe, Wetterschutz, Trinkflasche,

Riegel für unterwegs

wird noch bekannt gegeben; An- und Abreise nach Absprache



Teilnehmer:

Orgapauschale:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

Treffpunkt:



Montag, 6. November

Terminsitzung Rad

ab 19:00 Uhr Geschäftsstelle

Jahresprogramm 2024



Samstag, 25. November

Hüttenabend

Sylvan-Hütte, für alle Ehrenamtler*innen im Tourenprogramm

Einladung erfolge direkt an Euch

Schwierigkeitsskalen

Die unterschiedlichen Disziplinen im Vergleich zueinander



Berg- und Alpinwandern		Klettern	Klettersteige	Hochtouren	Eisklettern	Skitouren	Schneeschuhtouren
DAV-Bergwegeklassifizierung	SAC-Berg- und Alpinwanderskala	UIAA-Skala	Kurt-Schall-Skala	SAC-Berg- und Hochtourenskala	WI-Skala	SAC-Schwierigkeitskala für Skitouren	SAC-Schwierigkeitsbewertung von Schneeschuhtouren
		8		EX	WI7		
		7		AS	WI6		
		6		SS	WI5	EX	
		5		S	WI4	AS	
		4	E	ZS	WI3	SS	
		3	D	WS	WI2	S	
	T6	2	C	L	WI1	ZS	WT6
	T5	1	B				WT5
	T4		A			WS	WT4
	T3						WT3
	T2					L	WT2
	T1						WT1



alpenvereinaktiv.com

Das Tourenportal der Alpenvereine



Gäste herzlich willkommen!

Montag, 17. April

Workshop "Learning by doing!"



Das Tourenportal des DAV mit Alpenvereinskarten, Tourenplanung uvm. lohnt sich in jedem Fall anzuschauen – aufgrund zahlreicher Nachfragen in der Geschäftsstelle bieten wir Workshops an. Was Ihr braucht ist ein Notebook oder Tablet und Smartphone – Wir können im W-LAN arbeiten! Für die Planung ist ein Notebook besser geeignet, da am Notebook mehr Funktionen zur Verfügung stehen. Tablet ist möglich.



Treffpunkt: 18:30 Uhr Geschäftsstelle Marktheidenfeld-Altfield

Teilnehmer: min.3 max. 8 Pers

Orgapauschale: 10 EUR DAV MSP; 20 EUR NM

Anmeldung: Geschäftsstelle unter **anmeldung@** schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Ausrüstungsliste: Notebook, Tablet, Smartphone sind mitzubringen

Sa 1. April 09:00 – 17:00 Uhr Kurs

Erste Hilfe Outdoor

Ersthelfer-Training im Gelände rund um den Sylvan

Vor einem Unfall in der freien Natur ist niemand gefeit. Die wichtigsten Handgriffe in Sachen Erste Hilfe sollte man daher unbedingt beherrschen. Auch wenn man in Wald & Flur und im Gebirge selten ganz alleine ist – darauf verlassen, dass nach wenigen Minuten ärztliche Hilfe zur Verfügung steht, sollte man sich nicht. Während in der Stadt der Rettungsdienst in kürzester Zeit zur Stelle ist und das Absetzen eines Notrufs i.d.R. immer möglich ist, stehen wir bei einem Notfall im Gelände vor größeren Herausforderungen. Der Kurs kombiniert die reine Erste Hilfe mit dem notwendigen Notfallmanagement im Gelände, damit ihr im Ernstfall gut vorbereitet seid und eine für den Verletzten bestmögliche Erste Hilfe leisten könnt. Unter dem Motto "Theorie so viel wie notwendig und Praxis so viel wie möglich" richtet sich der Kurs vorrangig an diejenigen, die gerne draußen in der Natur oder in den Bergen unterwegs sind.



Bayerisches
Rotes
Kreuz

Kreisverband
Main-Spessart



Ein Trainings-Schwerpunkt beinhaltet die Heranführung von Kindern ab 12Jahre an die wichtigsten EH-Maßnahmen. Die Durchführung erfolgt in Kooperation mit BRK Holger Palm (Fachlehrer für taktische Medizin) und der Bergwacht Frammersbach

Treffpunkt: 8:00 Uhr Torhaus Aurora / 8:45 Uhr Sylvan-Hütte bei Anmeldung angeben
 Teilnehmer: max. 20 Personen / Kinder ab 12Jahren
 Orgapauschale: 25 Euro (Kinder und Jugendliche bis 17Jahre sind **kostenfrei**)
 Infos: **Stefan Baumann**
 Anmeldung: bis 28. Februar unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Ausrüstungsliste: festes Schuhwerk, witterungsgerechte Kleidung
 Sonstiges: tagsüber Rucksackverpflegung, Mittagspause bei Diana



Gäste herzlich willkommen!

Fr 16. – So 18. Juni

Sonnwendfeier auf der Gaudi!

+ 2 EUR CO2-Kompensation

Details siehe

➔ **Gaudeamus Hütte – JAHRESPROGRAMM**

➔ **JDAV - JAHRESPROGRAMM**

WINTERPROGRAMM - 2024

ab 1. November auf unserer DAV MSP Homepage.





Sonntag, 16. April Kurs

Klettersteigkurs Fränkische Schweiz

Wenn Kurs I voll, bieten wir einen Kurs II auf Nachfrage an

Geeignet für Klettersteig-Neulinge, Anfänger und Quer-Einsteiger. Kursinhalt: Klettersteigen, Einbinden mit dem Klettergurt, Material-Kunde, Tourenplanung.

Der Klettersteig-Kurs füllt den Tag komplett aus, ca. 8:00 – ca. 18:30 Uhr; Leihmaterial wird kostenlos zur Verfügung gestellt – bitte nichts zuvor kaufen!



- Anforderungen: B / C; für Klettersteig-Neulinge, Anfänger und Quer-Einsteiger
 Teilnehmer: 7 + X je nach Trainerpersonal, **+ 1 EUR CO₂-Kompensation**
 Orgapauschale: Kurs 25 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrgemeinschaften
 Vorbesprechung: Rundmail nach Anmeldung
 Infos: Katja Manger & Team
 Anmeldung: **bis 2. April** unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Ausrüstungsliste: KS - inkl. Leihmaterial von der Sektion enthalten

Mi abend 21. Juni – So 25. Juni Kurs

Hochtouren Grundkurs

Warnsdorfer Hütte 2.324 m, Venedigergruppe

Der Grundkurs **Hochtouren** ist der ideale Einstieg, um das selbstständige Durchführen leichter Hochtouren zu erlernen. Auf dem Gletscher werden das Gehen mit Steigeisen, die Vertikalzacken-Technik, das Anseilen auf dem Gletscher, Fixpunkte anbringen, ausführliche Spaltenbergung werden gezeigt und geübt. Übungstour, bei der wir das bis jetzt gelernte anwenden können. Hinweise zur Tourenplanung und alpinen Gefahren, Verhalten in Notfallsituationen. Durchführung mit unserem befreundeten Bergführer Andy Schonner aus dem Wilden Kaiser. alpinistik.com

Abfahrt in MSP Freitags ca. 17:00 Uhr, Nächtigung auf der Gaudeamus-Hütte, Treffpunkt früh mit Andy in Ellmau und Weiterfahrt zum Ausgangspunkt, damit der Donnerstag voll ausgenutzt werden kann.



- Anforderungen: ● ▲▲▲▲ / ▲▲▲▲▲
 Teilnehmer: min 6 Pers. / max. 8 Pers.
 Orgapauschale: FT* **389 EUR** DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrgemeinschaften*
 *DAV-Bus; alternativ 4 Pers./PKW **+ 2 EUR CO₂-Kompensation**
 Kosten: Hüttentaxi 34 Euro/Pers., Rucksacktransport 5 Euro/Pers.
 Vorbesprechung: Rundmail nach Anmeldung
 Infos & Anmeldung: Geschäftsstelle **bis 2. April** unter anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
 Ausrüstungsliste: HT - inkl. Leihmaterial von der Sektion enthalten
 Storno: Storno nach Zusage Kursdurchführung, sollte der gebuchte Platz nicht nachbesetzt werden - fällt der Kurbetrag als Storno an.

Fr. 28. April – Mo 1. Mai Kurs

Klettersteig Tourenplanung & Praxis

Klettersteigkurs - Talnahe Klettersteige



Geeignet für Klettersteig-Anfänger und Quer-Einsteiger. Hauptsächlich geht es darum „Klettersteigtopos“ vom Papier in die Praxis zu übertragen; schauen, wie sich die Schwierigkeiten anfühlen und die eigenen Fähigkeiten einschätzen zu lernen. Die Fachübungsleiter geben Hilfestellung, wann notwendig.

Anforderungen: B + C
 Teilnehmer: min. 5 / max. 6 Pers.
 Orgapauschale: Kurs 40 EUR DAV MSP* zzgl. Selbstkosten
 DAV-Bus / Fahrgemeinschaften **+ 3 EUR CO₂-Kompensation**
 Ausrüstungsliste: KS - inkl. Leihmaterial von der Sektion enthalten



Fr. 28. April – Mo 1. Mai FT

Klettersteig - Saison-Opening - FT*

Talnahe Klettersteige

Führungstour - nicht jeder möchte und kann; selbstverantwortlich in einer Gruppe von Gleichgesinnten ein gutes Bauchgefühl haben - gerne kann man sich dem Kurs als Führungstour anschließen, bitte einfach bei Anmeldung angeben. Mitkommen, dabei sein, gemeinsam lachen, unterwegs sein! Nur möglich, wenn ausreichend Trainer zur Verfügung stehen!



Fr. 28. April – Mo 1. Mai GT

Klettersteig Saison-Opening - GT

Talnahe Klettersteige

Gemeinschaftstour - man schließt sich einfach der Tourenplanung des Klettersteigkurses an, ggf. abweichende Tourenplanung möglich, je nach Zusammensetzung der Fahrgemeinschaften; Begehung der Klettersteige als Gemeinschaftstour, selbstverantwortlich in einer Gruppe von Gleichgesinnten unterwegs sein!



Anforderungen: B + C
 Teilnehmer: beschränkt
 Orgapauschale: **FT*** 40 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrgemeinschaften**
 Orgapauschale: **GT** 20 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrgemeinschaften**
 DAV-Bus; alternativ 4 Pers./PKW **+ 3 EUR CO₂-Kompensation

Vorbesprechung: Rundmail nach Anmeldung
 Infos: bei Katja Manger & Team; Klettersteigerfahrung bitte angeben!
 Anmeldung: Bitte angeben **Kurs / FT / GT** schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular
bis 2. April unter anmeldung@dav-main-spessart.de

Ausrüstungsliste: KS
 Tourengebiet: geplant Gardasee oder Vizentiener Alpen (unbestätigt!)

FT *Nur möglich, wenn ausreichend Trainer zur Verfügung stehen!

Abfahrt ggf. Donnerstag Abend mit Nächtigung im Gaudi Winterraum geplant!

Mi 12. Juli – Sa 15. Juli FT

Rund um die Zugspitze



Landschaftlich abwechslungsreiche, anspruchsvolle alpine Tour mit Besuch der Höllentalklamm und Partnachklamm, sowie Zugspitzgipfel.

Mi: ab MSP mit **Bahn** n. Garmisch-Partenkirchen, Umstieg in Zugspitzbahn nach Hammersbach;

anschl. durch die Höllentalklamm zur Höllentalangerhütte; ca. 2,5h, 760 Hm↑ / 140 Hm↓

Do: Höllentalangerhütte über Riffelscharte / Riffelriss zur Wiener-Neustädter Hütte.

Gehzeit ca. 8 h; 1400 Hm↑ / 610 Hm↓

Fr: Wiener- N. über Zugspitzgipfel 2.962 m zur Knorrhütte; ca. 5,5 h, 750 Hm↑ / 900 Hm↓

Sa: Von Knorrhütte durch das Reintal und Partnachklamm zurück nach Garmisch-Partenkirchen; Heimfahrt; ca. 7,5h, 60 Hm↑ / 1400 Hm↓



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Vorbesprechung:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

● / ▲▲▲ / I A Terminverschiebung aufgrund von Hüttenbuchungen möglich.
min 5 Pers. / max. 7 Pers **ohne CO2-Kompensation!**

40 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten

wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Oswin Sauer

bis **30. April** unter

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

BW + Helm inkl. Leihmaterial von der Sektion enthalten; bei Anmeldung angeben!

Fr 21. Juli – Mo 24. Juli FT

Über den Wolken im Hochstuba

Wilder Freiger 3.418 m & Becherhaus 3.195 m.

Wo die Berge höher werden, die Luft dünner wird, der Himmel zum Greifen nahe ist und nur mehr einzelne Tiere und Pflanzen ihren Lebensraum haben, da ist die höchstgelegene Schutzhütte Südtirols: Das Becherhaus!



Fr: Anreise ins Stubaital, Zustieg zur Nürnberger Hütte 2.278 m, 3,5 h, 920 Hm↑ / 0 Hm↓

Sa: über Wilder Freiger 3.418 m zum Becherhaus 3.195 m; 5,5 h, 1250 Hm↑ / 385 Hm↓

So: über Signalgipfel 3.393 m zur Sulzenau Hütte 2.191 m; 4,5 h, 275 Hm↑ / 1277 Hm↓
evtl. noch Exkursion zum Sulzenaufener

Mo: über Dresdner Hütte 2.302 m, Abstieg und Heimreise; 3,5 h, 545 Hm↑ / 1005 Hm↓



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Vorbesprechung:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

● / ▲▲▲

min 5 Pers. / max. 7 Pers **+ 2 EUR CO2-Kompensation**

40 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrt im DAV-Bus

Rundmail nach Anmeldung

Stefan Baumann

bis **30. April** unter

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

BW

Mi 12. Juli – So 16. Juli FT

Hochtouren Stubai

Gebiet Franz Senn Hütte



Rund um Sommerwand, wildes Hinterbergel und Ruderhoffspitze. Die Hütte liegt im Herzen der Stubai Alpen. Umgeben von zahlreichen bekannten und unbekannten Tourenzielen ist sie ideal für Touren im Sommer und Winter. Auf den Touren trifft man, nach zumeist längerem Zustieg zu Fuß, die leider immer schneller schwindenden Gletscher. Die Gletscheranstiege sind zumeist moderat, es darf dann bei fast allen Touren mal im Fels geklettert werden. Die Auswahl der Touren geschieht vor Ort nach den Bedingungen und dem Leistungsniveau der Gruppe.

Mi: Anreise in Fahrgemeinschaft, Hüttenaufstieg, **Do, Fr, Sa:** Tourentage, **So:** Rückreise



Anforderungen:

● / ▲▲▲▲ PD I-II

Teilnehmer:

min / max. 5 Pers.* **+ 2 EUR CO2-Kompensation**

Orgapauschale:

40 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrt im DAV-Bus oder Fahrgemeinschaft

Vorbesprechung:

wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Infos:

Christian Kilgenstein

Anmeldung:

bis **30. April** unter

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

Hochtourenkurs und alpine Erfahrung ggf. Touren angeben*

Ausrüstungsliste:

HT steigeisenfeste Schuhe (Schuh-Kat. C / D siehe SN Ausrüstung) **inkl. Leihmaterial**

* TN ohne Hochtourenkurs sind zugelassen, jedoch muss die alpine Erfahrung angegeben werden, Entscheidung im Einzelfall

Fr 11.08. - Di 15. August FT

Wiwani & Tälli Wallis

Suonen 1381 erbaut - Kleinode in der Schweiz



Abfahrt MSP 5:00 Uhr, ein Klettersteig zum ‚wurm up‘ an der Teufelsbrücke B/C 480 Hm; Übernachtung im Chalet in Ausserberg am Bahnhof, Wiwani-Hütte, Tälli-Hütte und Tälli-Klettersteig B/C Hm; Sa. Start 1.264 m um 5:00 Uhr. Entlang historischer Suonen zum Klettersteig Baltschiedertal C/D - Wiwanni-Hütte 2.471 m ca. 6 - 7 h ↑ 1300 Hm, abwechslungsreich und landschaftlich sehr beeindruckend. Das Wiwanni liegt sonnig oberhalb von Ausserberg über dem Rohntal. Die Hütte ist nur zu Fuss erreichbar: Tälli ist der älteste Klettersteig der Schweiz. Die Hütte kurz per Seilbahn erreichbar.



Anforderungen:

Klettersteig C/D

Teilnehmer:

min.4 / max. 6 Pers. **+ 3 EUR CO2-Kompensation**

Orgapauschale:

40 EUR DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrt im DAV-Bus

Vorbesprechung:

Rundmail nach Anmeldung Vorbesprechung online

Infos:

Katja Manger

Anmeldung:

bis **30. April** unter

anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

bitte Klettersteig und alpine Erfahrung angeben!

Ausrüstungsliste:

KS

Do 31. August – So 03. September FT

Hüttentour durchs Steinerne Meer

Frauentour

Die felsige Hochfläche ähnelt einem Stein gewordenen Meer, in der die Stille der Natur spürbar wird.

Do: Anfahrt ca. 6:30 Uhr von MSP in Fahrgemeinschaften nach Maria Alm zum Parkplatz Sandten; Aufstieg auf dem „Almer Wallfahrtsweg“ zum Riemannhaus 2.177 m; Gehzeit ca. 4 h / 1000 Hm ↑

Fr: Auf dem Eichstätter Weg zum Quartier Ingolstädter Haus 2.119 m; Gehzeit ca. 3,5 h, 325 Hm ↑ / 250 Hm ↓, von dort Gipfelbegehung(en) mit leichtem Gepäck möglich

Sa: Abstieg zum Kärlinger-Haus 1.638 m, vorbei am Funtensee, dem kältesten Ort Deutschlands, weiter „über den ältesten Hochgebirgswallfahrtsweg Europas“ zurück zum Riemannhaus (ÜN); Gehzeit ca. 6 h, 480 Hm ↓ / 550 Hm ↑

So: ca. 3-stündiger Abstieg 1.000 Hm ↓ und Heimreise



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Vorbesprechung:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

● ▲▲ Höhenmeterangaben beachten!

min. 5 Pers. / max. 7 Pers

40 € DAV MSP, zzgl. Selbstkosten, **+ 2 EUR CO2-Kompensation**

wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Paula Ebert

30. April anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

BW



Do 31. August - – So 3. September FT

Sehnsucht ins Verwall

Hüttentour

Do: Anreise mit Fahrgemeinschaft oder Bus nach Pettneu am Arlberg 1.222 m anschließend Aufstieg zur Edmund-Graf-Hütte 2.375 m. Gehzeit ca. 4 Std./ ↑1200 Hm

Fr: Edmund-Graf-Hütte dem AV-Weg 512 folgend über die Schmalzgrubenscharte 2.697 m zur Niederelbe-Hütte 2.318 m. Gehzeit ca. 5 Std./ ↑ 350 Hm / ↓ 390 Hm

Sa: Niederelbe-Hütte folgen wir dem AV-Weg 512 über das Seßladjöchl 2.748 m zum Kartellboden 2.020 m. Von dort aus zum Zielort die Darmstädter Hütte 2.384 m. Gehzeit ca. 5 Std. / ↑ 800 Hm / ↓ 730m Hm

So: Darmstädter-Hütte Abstieg nach St. Anton 1.284 m. Gehzeit ca. 4 Std / ↓ 1.100 Hm anschließend mit Bus oder Taxi zurück zum Ausgangspunkt und Heimreise



Anforderungen:

Teilnehmer:

Orgapauschale:

Vorbesprechung:

Infos:

Anmeldung:

Ausrüstungsliste:

● ▲▲ Höhenmeterangaben beachten!

min. 5 Pers./ max. 7 Pers. **+ 2 EUR CO2-Kompensation**

40 Euro DAV MSP zzgl. Selbstkosten, Fahrt im DAV-Bus / Fahrgemeinschaft

Wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Horst Horner

30. April anmeldung@dav-main-spessart.de schriftlich mit DAV MSP Anmeldeformular

BW



ENGINEERS
OF ACTIVE
LAYERS
SINCE 1946

25% Partnerrabatt
Im odlo-Store
Wertheim Village
Mitgliedausweis mitbringen!



Montag, 24. Oktober ab 19:00 Uhr

Terminsitzung Alpin - Jahresprogramm 2024

Geschäftsstelle, Ort kann sich ggf. noch ändern bzw. online !

**Bei eigenem Material gilt grundsätzlich:
PSA-Verfalldatum beachten – das Alter PSA wird geprüft!**





DAV MSP - NACHRICHTEN AUS DER SEKTION



BITTE DEUTLICH IN DRUCKBUCHSTABEN AUSFÜLLEN !

Bitte in Tourenausschreibung prüfen wem Anmeldung zu senden ist!

Tour: _____ **Termin:** _____

Teilnehmer 1 _____ **Alter:** _____

Mitglieds-Nr.: **226*/**

*Bei Mitgliedschaft in einer anderen DAV-Sektion bitte Sektions-Nr. anpassen!

Teilnehmer 2 _____ **Alter:** _____

Mitglieds-Nr.: **226*/**

Kind / Teilnehmer 3 _____ **Alter:** _____

Mitglieds-Nr.: **226*/**

Kind / Teilnehmer 4 _____ **Alter:** _____

Mitglieds-Nr.: **226*/**

Kind / Teilnehmer 5 _____ **Alter:** _____

Mitglieds-Nr.: **226*/**

Straße, PLZ, Ort: _____

Telefon - Home*: _____

*JDAV Telefon Eltern Diese Angabe gilt ebenfalls als Notfall-Telefon, bei Abweichungen bitte ergänzende **Notfall-Nr.** angeben!

Telefon - Tour*: _____

Mobil-Nr.

E-Mail*: _____

*JDAV Mail Eltern + JDAV

Info an Organisation: _____

Raum für zusätzliche Informationen an die Tourenorganisation, die in der **Tourenausschreibung abgefragt** werden!

Fahrgemeinschaften: Ich kann ab MSP in meinem PKW zusätzlich zu den oben
angemeldeten Personen weitere Personen, inkl. Gepäck, mitnehmen: ☐ **JA** ☐ **NEIN**

Info Vegetarier: **Ich bin Vegetarier*** ☐ **JA** ☐ **NEIN**
Angabe wird zunehmend wichtiger für die Vorbestellung von Halbpensionen auf
Hütten, Angabe nur wichtig bei Touren mit Übernachtung und Verpflegung; es
besteht kein Anspruch auf die unbedingte Erfüllung dieses Anspruches!

Pflichtangabe Hinweise: **Zusätzliche Hinweise wurden beigelegt:** ☐ **JA** ☐ **NEIN**
z.B. Angaben zur Einnahme von Medikamenten,
z.B. Informationen von Eltern bei Kindertouren, udgl.

Pflichtangabe Organisation: **Ich/wir habe/n die Schwierigkeitsbewertung verstanden** ☐ **JA** ☐ **NEIN**
und fühle/n mich/uns den Anforderungen gewachsen;
Die Teilnahmebedingungen haben wir gelesen und akzeptiert:

Die im Programm abgedruckten Anmelde-/Teilnahme-/ Stornobedingungen werden anerkannt. Hiermit verzichte(n)
ich/wir auf die Geltendmachung von Schadensersatzansprüchen jeglicher Art wegen leichter Fahrlässigkeit gegen die
Veranstaltungsleiter, soweit nicht durch bestehende Haftpflichtversicherungen der Schaden abgedeckt ist.

DSGV: Mit der Weitergabe persönlicher Daten im Rahmen der Touren-/Kursorganisationen z.B. zur Abstimmung von
Fahrgemeinschaften udgl. innerhalb der Gruppe bin ich einverstanden. Fotos können für Berichte und die DAV MSP
Öffentlichkeitsarbeit verwendet werden. Anderweitige Einschränkungen zur Verwendung im Sinne des Daten- und
Persönlichkeitsschutzes sind bei Anmeldung anzugeben bzw. mit schriftlichem Hinweis an die Organisation zu
widersprechen!

Datum; Unterschrift _____