

Sektionsmitteilungen



**Großes
Einweihungsfest
am Samstag,
10. Mai 2025**

Nr. 271 – April 2025

dav-wiesbaden.de

Editorial



Annette Franz
Redaktion



Liebe Mitglieder, Ostern steht vor der Tür.

Titelseite:
DAV Alpinzentrum

Das erste Quartal im Jahr 2025 liegt hinter uns und die Ostertage liegen vor uns. Vielleicht habt ihr ja Mitte März auf die ersten Sektionsmitteilungen im neuen Jahr gewartet und nichts kam. Das ist korrekt. Wir haben den Rhythmus umgestellt und die Sektionsmitteilungen erscheinen nur noch 3x pro Jahr. Auf Seite 5 könnt ihr genaueres hierzu nachlesen.

Während einige von Euch die Ostertage vielleicht nochmal für die ein oder andere Tour in den Schnee nutzen, liegt für viele die Wintersaison so gut wie hinter uns. Auch in diesem Winter war in den Mittelgebirgen so gut wie kein Wintersport möglich. Trotzdem hat dies den Enthusiasmus unserer Mitglieder nicht gemindert. Lest selbst, auch bei wenig Schnee lohnt es sich ein Winterwochenende im Schwarzwald zu verbringen. Der Bericht in diesem Heft zeugt von kreativen Ideen.

Besonders hervorzuheben ist das Skitourenwochenende in Mathon. Am Abend vorher schneite es noch 20 cm, so dass das Winterfeeling perfekt war. Zwei Berichte nehmen unterschiedliche Schwerpunkte von diesen Tagen in den Blick.

Mit dem beginnenden Frühling freuen wir uns auf neue Abenteuer und Erlebnisse in der Natur. Dies konnte ich selbst am letzten Wochenende bei einer Radtour von Wiesbaden über Georgenborn, Schlangenbad, Hausen vor der Höhe, Kiedrich und zurück über die belebte Uferpromenade in Biebrich

erleben. Während in Schlangenbad nur die Knospen zu sehen waren, erstrahlte der gesamte Rheingau in einem bunten Blütenmeer.

Ein besonderes Highlight in diesem Jahr wird unser großes Einweihungsfest sein, zu dem wir herzlich einladen. Es findet anlässlich der Eröffnung unserer neuen Geschäftsstelle statt. Es verspricht ein unvergesslicher Tag voller Freude, Begegnungen und gemeinsamer Erlebnisse zu werden. Merkt Euch diesen Termin vor und feiert mit uns diesen besonderen Meilenstein in der Geschichte des Vereins.

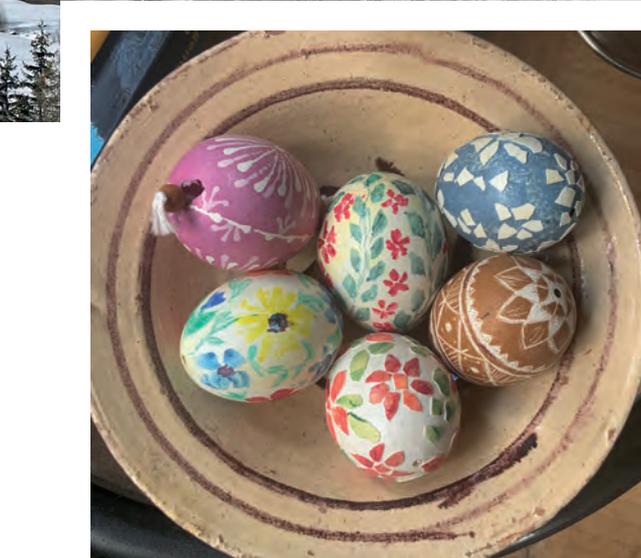
Die nächsten Sektionsmitteilungen erscheinen im September und ich freue mich schon jetzt auf zahlreiche Berichte von den anstehenden Sommeraktivitäten. Solltet ihr noch nicht wissen, wohin die Reise geht. Ein Blick ins Kurs- und Tourenprogramm lohnt, es sind noch Plätze bei der ein oder anderen Tour frei. Eure Erlebnisse und Geschichten sind es, die unsere Sektionsmitteilungen lebendig und inspirierend machen.

Ich hoffe sehr, dass wir uns beim Einweihungsfest sehen und gemeinsam auf eine erfolgreiche Saison anstoßen können.

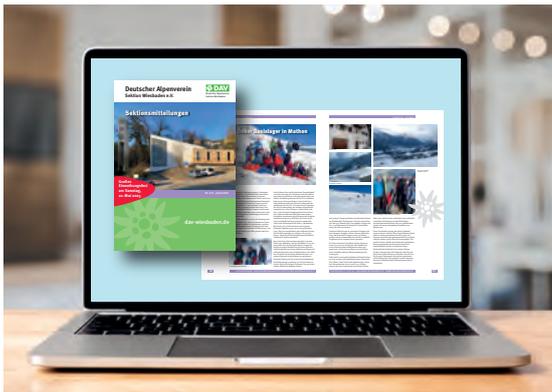
Annette Franz

Zur Homepage
der Wiesbadener Hütte





**DAV HEFT 271
JETZT ONLINE!**



INHALT

NEUIGKEITEN

- 2 Editorial
- 4 Vorstand Neuigkeiten
- 7 Impressum
- 10 JDAV Neuigkeiten
- 14 Dies und Das

BERICHTE

- 22 **Deutschland:**
Wanderung Hintertaunus
- 23 **Deutschland:**
Zu Zuuu Zuuuuuu – Sicherungsupdate 2024
- 24 **Schweiz:**
Basislager un Mathon
- 26 **Schweiz:**
Nicht nur Skitouren – auch Yoga
- 28 **Österreich:**
JDAV-Tourenwoche in den Stubai Alpen

UNSERE GRUPPEN DER SEKTION WIESBADEN

- 31 Infos und Termine

INFO

*Alle Redaktionstermine
und Anzeigenschluss-
Termine sind auf der
Homepage veröffentlicht.*

*Beiträge an
a.franz@dav-wiesbaden.de*



ALPINZENTRUM

Das Team: Silvia Wolf, Faouzia Amjihad,
Bärbel Brand, Bärbel Wullenweber,
Frank Tabert (v.l.n.r)

Sektion Wiesbaden
des Deutschen Alpenvereins e.V.
In der Lach 4, 65207 Wiesbaden
Telefon 06 11 - 5 93 34
info@dav-wiesbaden.de
www.dav-wiesbaden.de

Nassauische Sparkasse Wiesbaden
DE51 5105 0015 0100 0008 22
NASSDE55XXX

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:
montags von 15:00 Uhr bis 19:00 Uhr und
mittwochs von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Materialausleihe nur montags
von 15:00 Uhr bis 19:00 Uhr



**Deutscher Alpenverein
Sektion Wiesbaden**

*Von links oben nach rechts unten:
Uta Basting, Annette Klima-Künzel,
Uwe Goerttler
Claudia Keck, Bernhard Nickel,
Thomas Kraus, Bernd Hahn,
Tony Petzold*

Liebe Freunde der Sektion,

wir sind soweit, das neue Alpinzentrum in Rambach ist sehr schön geworden. Wir sind eingezogen.

Alle sind zum großen Einweihungsfest am Samstag, 10. Mai 2025 eingeladen!

Das Festkomitee hat hier schon sehr viel vorbereitet, herzlichen Dank. Einige Ehrenamtliche haben sich gemeldet zu helfen, das ist großartig! Wir suchen aber noch weitere Helfende und Salate und Kuchen ...

Ein großer Applaus an alle, die in Rambach geholfen haben: bei handwerklichen Arbeiten, beim Aufräumen, beim Umzug aus der Holzstraße, bei der Gestaltung des Außengeländes und der Kletterwand etc.

Insgesamt gesehen ist der Bau eine Erfolgsgeschichte, auch wenn das Bauwerk deutlich teurer wurde als geplant. Gute Planer, gute Handwerker und viele Helfer sind das Rezept.

Ein besonderer Dank geht an unsere Architekten Roland und Bärbel, die unermüdlich den Bau begleiteten und den Kontakt zu allen Baubeteiligten hielten.

Unsere Spendenaktion hat fast 30.000 Euro erbracht. Die Spendenwand wird gerade vorbereitet. Wir danken allen Spendern für ihre Großzügigkeit!

Die Sektionsmitteilungen bekommen alle Mitglieder wieder als Printversion. Annette schreibt dazu ausführlich, warum wir die Erscheinungsform wieder geändert haben.

Jo, Tobias und Claudia haben unserer Webseite ein komplett neues Outfit verpasst: www.dav-wiesbaden.de

Erfreulich ist die steigende Anzahl der E-Mail-Adressen, über die wir viermal im Jahr den E-Mail-Newsletter verschicken. Damit Ihr diesen erhaltet, müsst Ihr Euch auf der Website mit Eurer E-Mail-Adresse registrieren.

Bitte schreibt an: info@dav-wiesbaden.de

Wenn Ihr Ideen oder Verbesserungsvorschläge habt oder in einer anderen Form aktiv werden wollt: Bitte nehmt Kontakt mit uns auf!

Wir wünschen Euch ein gutes Bergjahr 2025!

*Uwe Goerttler, Annette Klima,
Tom Kraus, Bernd Hahn, Uta Basting, Claudia Keck,
Bernhard Nickel, Tony Petzold*



GEBURTSTAGE

Vorstand, Beirat, Geschäftsstelle und Redaktion gratulieren den Mitgliedern, die im kommenden Quartal Geburtstag haben, ganz herzlich!

Aus Gründen des Datenschutzes verzichten wir jedoch auf die Veröffentlichung der Namen.

Wir bitten um Euer Verständnis.



Alles wieder anders!

Alle Hefte der Sektionsmitteilungen wieder in der Printversion!

2023 hatten wir im Vorstand beschlossen, die Sektionsmitteilungen nur noch digital zu versenden – mit der Möglichkeit, auf besonderen Wunsch eine Print-Version zu erhalten. Doch für 2025 drehen wir – wie auch andere DAV Sektionen – das Rad wieder zurück.

Der Grund? Trotz des hohen Aufwands, den wir ehrenamtlich in das Heft stecken, haben wir festgestellt, dass die digitale Version noch seltener gelesen wird als die gedruckte.

Selbst viele junge Leute, die täglich online sind, haben den Wunsch geäußert, das Heft lieber in gedruckter Form zu erhalten – einfach, um in ihrer Freizeit nicht noch mehr auf den Bildschirm schauen zu müssen.

Also kehrt das Heft zurück auf den Couchtisch! Das erste Exemplar haltet ihr bereits in den Händen. Die nächste Ausgabe erscheint am 15. September und am 15. Dezember das Heft mit dem Kurs- und Tourenprogramm des Folgejahres.

Für aktuelle Infos empfehlen wir euch unseren Newsletter, der alle zwei bis drei Monate erscheint: Einfach auf unserer Homepage unter „Newsletter“ auf „Anmelden“ klicken – und schon seid ihr dabei. Schaut bitte immer auch auf unsere Webseite www.dav-wiesbaden.de – diese wurde aktuell sehr schön neu gestaltet.

Wichtige Info für alle Digital-Leser:

Bei der Umstellung auf die digitale Ausgabe haben wir in unserer Mitgliederverwaltung alle Mitglieder auf digital gesetzt. Als wir nun zurückgerudert sind, konnten wir leider nicht mehr erkennen, wer bereits vor Jahren ausdrücklich die digitale Version bevorzugt hatte.

Ein Bücherregal für unser Alpinzentrum – Wer kann helfen?

In unserem neuen Alpinzentrum fehlt noch das gewisse Etwas: ein wunderschönes, massives Holzregal für den Loungebereich! Dort möchten wir unsere schönsten Bergbücher stilvoll präsentieren.

Gibt es unter unseren Mitgliedern einen leidenschaftlichen Schreiner, der uns ein solches Regal anfertigen könnte? Selbstverständlich übernehmen wir die Materialkosten.

Wir freuen uns über eure Unterstützung – meldet euch gerne bei uns!

a.klima@dav-wiesbaden.de oder 01726112753

Falls ihr das Heft weiterhin nur digital erhalten möchtet, sendet uns bitte eine kurze E-Mail an info@dav-wiesbaden.de.

Annette Klima

Für 2025 sollen folgende Erscheinungstermine umgesetzt werden: 2026 wird dann neu festgelegt.

- 15.03.2025 Heft 271 Redaktionsschluss
- 14.04.2025 Heft bei den Mitgliedern eintreffend
- **09.05.2025 und 10.05.2025 Eröffnungsfest**
- 31.08.2025 Heft 272 Redaktionsschluss
- 01.10.2025 Heft bei den Mitgliedern eintreffend
- **22.10.2025 oder 23.10.2025 Mitgliederversammlung**
- 15.11.2025 Heft 273
- Kurs- und Tourenprogramm 2026 Redaktionsschluss
- 15.12.2025 Heft bei den Mitgliedern eintreffend
- 2026 wird dann neu festgelegt



Save the date

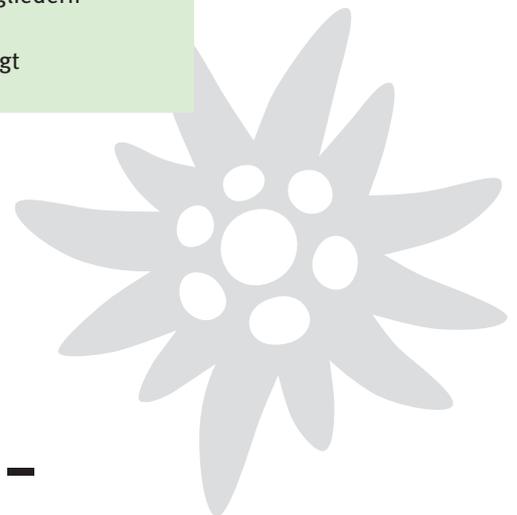
Eröffnungsfest im neuen Alpinzentrum in Wiesbaden-Rambach

Samstag, 10. Mai 2025 ab 11:00 Uhr

Kommt zahlreich und feiert mit uns!

Helfende Hände noch gesucht. Bitte melden bei b.hahn@dav-wiesbaden.de

Nähere Informationen auf unserer Homepage





Deutscher Alpenverein
Sektion Wiesbaden

Bei unserem Kurs- und Tourenprogramm 2025 gibt es noch freie Plätze!



Nummer	Kursart	Datum
S 2025-01	JDAV Einführung Mehrseillängen	17.05.2025 – 18.05.2025
S 2025-03	JDAV Hoch hinaus! Hochtour im Ötztal	06.07.2025 – 11.07.2025
S 2025-04	JDAV Grundkurs Gletscher und Eis	28.07.2025 – 03.08.2025
S 2025-06	JDAV Kletterfahrt Aufbau Mehrseillängen – Korrekter Termin	03.09.2025 – 07.09.2025
S 2025-70	MTB-Fahrtechnik für Fortgeschrittene	15.06.2025
S 2025-71	MTB Fahrtechnik Grundkurs	07.09.2025
S2025-72	Fahrrad und Fußball im Ruhrpott	08.05.2025 – 12.05.2025
S 2025-73	Viertägige Radtour durch einige der schönsten Landschaften Hessens	19.06.2025 – 22.05.2025
S 2025-74	Trail Tage im Pfälzer Wald	18.09.2025 – 21.09.2025
TW 2025-02	Im Wald da hausen die Räuber, oder wer? (Familien)	14.06.2025
S 2025-07	Familienwochenende Naturpark Südeifel	01.08.2025 – 03.08.2025
S 2025-13	Kletterschein Outdoor	09.05.2025 – 11.05.2025
S 2025-16	Kletterschein Outdoor	23.05.2025 – 25.05.2025
HC 2025-14	Handicap – Am Fels klettern hoch hinaus	11.05.2025
S 2025-21	Trad Climbing in Großbritannien	04.07.2025 – 13.07.2025
S 2025-22	Mehrseillängenkurs Aufbaukurs Loferer Steinberge	05.07.2025 – 09.07.2025
S 2025-23	Bouldercamp Fontainebleau	04.09.2025 – 07.09.2025
S 2025-24	Tagesfahrt Sportklettern	10.10.2025

Genauere Informationen auf unserer Homepage:

www.dav-wiesbaden.de/kurse-touren/programm

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Sektion Wiesbaden des
Deutschen Alpenvereins e.V.
www.dav-wiesbaden.de
info@dav-wiesbaden.de

VORSTAND

VORSITZENDER:

Dr. Uwe Goerttler
u.goerttler@dav-wiesbaden.de

STELLVERTRETENDE VORSITZENDE:

Annette Klima-Künzel
a.klima@dav-wiesbaden.de
Thomas Kraus
t.kraus@dav-wiesbaden.de

SCHATZMEISTER:

Bernd Hahn
b.hahn@dav-wiesbaden.de

REFERENTIN FÜR PRESSE- UND

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Claudia Keck
c.keck@dav-wiesbaden.de

AUSBILDUNGSREFERENTIN:

Uta Basting
Telefon 0 61 27 - 70 32 21
ausbildung@dav-wiesbaden.de

SCHRIFTFÜHRER:

Bernhard Nickel
b.nickel@dav-wiesbaden.de

VERTRETER DER SEKTIONSJUGEND:

Tony Petzold
jugend@dav-wiesbaden.de

MATERIALAUSLEIHE

Montags 15:00 bis 19:00 Uhr

Bärbel Wullenweber
Telefon 06 11 - 18 17 31 43
materialverleih@dav-wiesbaden.de
(Bei Fragen zur Materialausleihe
können Sie sich auch jederzeit an die
Geschäftsstelle wenden.)

SEKTIONSMITTEILUNGEN

REDAKTION:

Annette Franz
Telefon 06 11 - 2 38 55 00
a.franz@dav-wiesbaden.de

LAYOUT:

Heinz Kirsch
Kirsch Kommunikationsdesign GmbH
Bahnhofstraße 16, 65396 Walluf
Telefon 0 61 23 - 60 51-0
mail@kirschteam.de

FOTOS:

Mitglieder und Freunde der
Sektion Wiesbaden des
Deutschen Alpenvereins e.V.,
Shutterstock, Adobe Stock

ANZEIGENANNAHME:

Claudia Keck
c.keck@dav-wiesbaden.de

WIESBADENER HÜTTE, SILVRETTA

HÜTTENPÄCHTER:

Emil Widmann
Ochsental 89A, 6794 Partenen
Österreich
Telefon / Fax Hütte: +43 55 58 42 33
www.wiesbadener-huette.com
wiesbadener-huette@dav-wiesbaden.de
info@bergführer-buero.at

HÜTTENWART:

Guido Künzel
g.kuenzel@dav-wiesbaden.de

ALPINZENTRUM

info@dav-wiesbaden.de
In der Lach 4, 65207 Wiesbaden
Telefon 06 11 - 5 93 34
Fax 06 11 - 5 32 46 36

ÖFFNUNGSZEITEN:

montags 15:00 bis 19:00 Uhr
mittwochs 16:00 bis 18:00 Uhr

BANKVERBINDUNG:

Nassauische Sparkasse
Wiesbaden
IBAN: DE51 5105 0015 0100 0008 22
BIC: NASSDE55XXX

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Verfasser, nicht des DAV, der Sektion Wiesbaden oder der Redaktion wieder.

Die Redaktion behält sich vor, nicht sinn-entstellende, redaktionelle Änderungen dieser Beiträge vorzunehmen. Der Verkaufspreis des Nachrichtenblatts ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.



Von First Climate gefördertes
Klimaprojekt:



Global Safe Water-Programm
IMPACT WATER
in Kenia und Nigeria

Das Programm besteht aus mehreren Micro-Projekten. Finanziert durch den Verkauf von Emissionsminderungen. Diese werden erzielt, da Wasser nicht aufwendig abgekocht werden muss und so Feuerholz eingespart wird. Bis Ende 2025 sollen über 100.000 Schulen davon profitieren.

Ihr Ausrüster für:

Schöffel
LOWA STORE

- Schöffel Freizeit- und Outdoorbekleidung
- LOWA Berg-, Trekking-, Freizeit- und Winterschuhe
- LEKI Nordic Walking- und Wanderstöcke
- OSPREY Rucksäcke
- Zanier Handschuhe

Bei Vorlage Ihres DAV-Mitgliedsausweises in Mainz und Wiesbaden, erhalten Sie 10% Rabatt auf reguläre Ware.*

Giegold Outdoor und Vertrieb GmbH & Co. KG • Neugasse 9
65183 Wiesbaden • Tel.: 0611 - 44 75 00 10 • www.schoeffel-lowa.de

10%
GUTSCHEIN*

*Keine Kombination mit anderen
Aktionen/ Rabatten.
Barauszahlung ausgeschlossen.

Wir sind umgezogen!

Das neue Alpinzentrum in Bildern. Ein herzliches Dankeschön an unseren Fotografen Harald Dörr. Viel Spaß beim Anschauen.



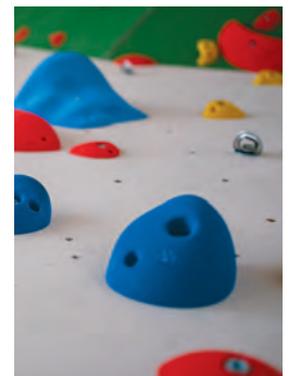
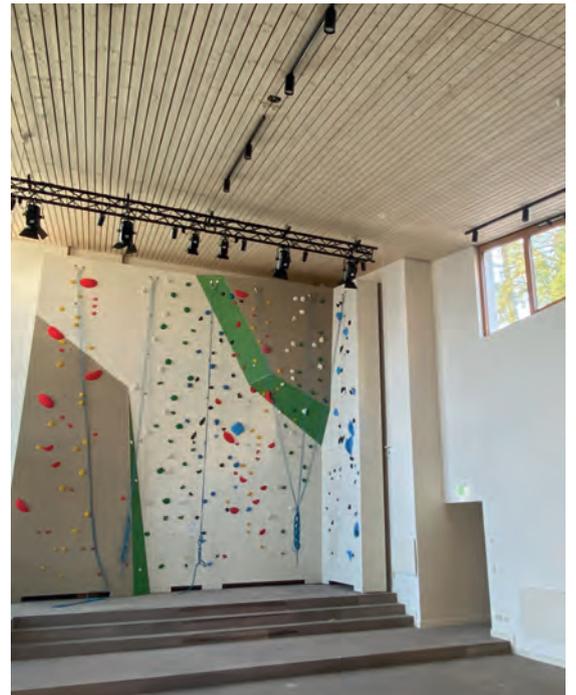
Deutscher Alpenverein
Sektion Wiesbaden

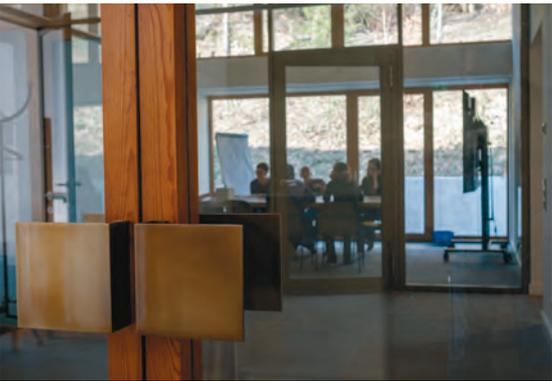
**DAV Alpinzentrum
der Sektion Wiesbaden**

In der Lach 4
65207 Wiesbaden

Telefon 06 11 - 5 93 34
info@dav-wiesbaden.de
www.dav-wiesbaden.de

Zu erreichen ist das
neue Alpinzentrum mit
dem Bus Nr. 16
(u.a. vom Hauptbahnhof),
Haltestelle
Ostpreußenstraße





Erste Jugend-Sitzung im neuen Alpinzentrum

Ende Februar fand die erste Sitzung von Jugendleiter*innen und Jugendausschuss im neuen Alpinzentrum in Rambach statt. Obwohl die Anfahrt in den kalten Jahreszeiten aufgrund des Streiks der Wiesbadener Busse etwas umständlich war, haben wir uns im Gebäude direkt wohl gefühlt. Und das nicht nur, weil es gutes Essen gab ;)

Der Meetingraum ist super, top Akustik, top IT-Struktur (einfach Laptop anschließen, fertig), top Raumklima. Kurzum: wir freuen uns, dass wir nun ein neues Zuhause für die Jugend haben, das alte Alpinzentrum glich ja eher einem Lager als einem Zuhause zum Wohlfühlen.



Auch freuen wir uns darauf, die neuen Jugendräume zu gestalten – im April veranstalten wir dort ein buntes Farbprojekt – alle Kids und Jugendlichen können, wie sie wollen, die Wand des Jugendraums mit Farbe bemalen, beklecksen, bespritzen usw. So können alle Jüngerer der Sektion Wiesbaden (unter 27 Jahre) aktiv bei uns mitmachen.

Wenn du auch Lust hast, bei uns mitzumachen, egal ob Jugendräume (bunt) zu gestalten, im Jugendausschuss dabei zu sein (also Dinge zu diskutieren und sich auszutauschen (... es gibt sehr oft Essen!)), oder in einer Jugendgruppe zu sein (als Teilnehmer*in oder Jugendleiter*in auch über 27 Jahren) oder bei gruppenübergreifenden Aktionen teilzunehmen (wie z.B. dem 25-Stunden-Lauf im September) – dann melde dich gern bei jugend@dav-wiesbaden.de oder schau unter dem Menüpunkt JUGEND auf unserer Homepage <https://www.dav-wiesbaden.de/jugend> nach.

Letztes Mal Klettern in der Kletterhalle Holzstraße



Leider geht eine Ära für die gesamte Sektionsjugend zu Ende – es gibt wahrscheinlich niemanden aus der JDAV Wiesbaden, der*die nicht in der Kletterhalle Holzstraße klettern war. Nicht wenige fingen als Teilnehmer*in einer unserer Jugendgruppen an und wurden später selbst Jugendleiter*in.

Für uns war diese Halle ideal – hier wir durften wir unsere Jugendgruppen recht frei gestalten, selbst Getränkeboxen klettern durften wir machen. Es ist daher sehr schade, diese Halle für unsere Jugendgruppen zu verlieren, auch wenn zugegebenermaßen der „langsame Tod“ der Kletterhalle schon in den letzten Jahren absehbar war.

Nun ist es Zeit für ein neues Kapitel JDAV Wiesbaden. So stellt sich zunächst eine große Herausforderung, denn die Hauptfrage lautet aktuell, wo wir jetzt regelmäßig klettern können – wahrscheinlich wird es eine Kombination aus Kletterhallen in der

Umgebung (gut erreichbar), wie z.B. der Nordwand oder der Kletterkiste in Mainz. Doch es bietet sich auch die Chance für eine Neu- bzw. Umorientierung der Jugendarbeit. Wahrscheinlich werden wir zukünftig unser Angebot erweitern, ausgehend von überwiegend Hallenklettern (bisher) zu Felsklettern in der Umgebung, Erlebnispädagogik sowie Brettspielstunden und Kochabenden im neuen Sektionszentrum (und dort haben wir ja immerhin auch eine Kletterwand, wenn auch nur eine kleine. ;))





Einladung zur Jugendvollversammlung 2025 am 20. September 2025

Liebe Mitglieder der Sektion Wiesbaden bis 26 Jahren, liebe Jugendleiter*innen, Funktionsträger*innen und Leiter*innen der Kinder- und Jugend- gruppen,

hiermit möchten wir euch herzlich zu unserer diesjährigen Jugendvollversammlung (JVV) am **20. September 2025** (Samstag) einladen.

Dieses Jahr treffen wir uns in unserem neuen Sektionsgebäude in Wiesbaden, In der Lach 4 (Bushaltestelle Ostpreußenstraße, 5 min Fußweg). Nach bzw. während dem Versammlungsteil spielen wir Bewegungs- und Mitmachspiele. Außerdem wollen wir gemeinsam an unserer Kletterwand sowie ggf. im Außengelände auf Seilaufbauten etc. klettern. Für Snacks und Getränke ist natürlich auch gesorgt.

Bitte seid spätestens **10:45 Uhr** da, damit wir um 11:00 Uhr pünktlich starten können.

Bitte meldet euch an bis zum **13. September 2025** per Mail an jugend@dav-wiesbaden.de oder gebt die Anmeldung an eure jeweiligen Gruppenleiter*innen.

Doch was ist eigentlich die Jugendvollversammlung (JVV)?

Hier wollen wir euch in die Jugendarbeit der Sektion mit einbeziehen. Und ihr könnt hier erfahren, was die anderen Kinder- und Jugendgruppen so machen oder was gruppenübergreifend stattfindet. Außerdem finden diverse Wahlen statt (z.B. Jugendausschuss). Ihr könnt euch gern in den Jugendausschuss wählen lassen und dann selbst aktiv mitbestimmen was bei uns in der JDAV Wiesbaden passieren soll, z.B. was sollen wir mit unserem Geld machen, wie wollen wir die Jugendräume gestalten, welche Aktivitäten sollen angeboten werden, usw.)

Am Sitzungsteil der JVV **teilnehmen und abstimmen** dürfen alle Sektionsmitglieder **bis 26 Jahren**.

Alle, die **älter sind als 26 Jahre** (z.B. die Jugendleiter*innen), dürfen teilnehmen, aber **nicht abstimmen**.

Das heißt, ihr als Teilnehmer*in dürft wählen und abstimmen und könnt so die JDAV Wiesbaden aktiver bestimmen als die, die älter als 26 Jahre sind.

Vorläufige Tagesordnung:

- Begrüßung und Vorstellung
- Wahl Protokollant*in
- Beschluss der Tagesordnung
- Aktuelles aus der JDAV (Gruppen, Jugendausschuss, Delegierte, Jugendreferent)
- Bestimmung des Wahlausschusses
- Wahlen
 - Stellvertretende*r Jugendreferent*in
 - Jugendausschuss
 - Delegierte für Landes- und Bundesjugendversammlung
- Anträge
- Ausblick
- Sonstiges

Bei Fragen könnt ihr euch an eure Gruppenleiter*innen oder an den Jugendreferenten per jugend@dav-wiesbaden.de wenden. Wenn ihr noch weitere Themen habt, die ihr gerne besprechen möchtet, könnt ihr diese gerne im Vorfeld per Mail schicken oder auch einfach zur JVV mitbringen.

Anträge könnt ihr bis spätestens **13. September 2025** schriftlich an jugend@dav-wiesbaden.de einreichen, damit diese auf die Tagesordnung, gesetzt werden. Nicht fristgerecht eingereichte Anträge können auch behandelt werden, wenn dies die JVV vor Ort mehrheitlich beschließt. Beispiel eines Antrags: Auf der JVV 2019 wurde beschlossen, dass alle Jugendleiter*innen mindestens alle 2 Jahre einen Erste-Hilfe-Kurs absolvieren müssen, damit wir für den Ernstfall, wenn mal was passieren sollte, besser vorbereitet sind.

Bitte mitbringen:

- DAV-Mitgliedsausweis
- Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten (falls ihr unter 18 Jahre alt seid)
- Sportsachen + Klettersachen + festes Schuhwerk, Trinkflaschen (2 Liter), Lunchpaket (für den großen Hunger)

Sollten sich kurzfristige Änderungen ergeben, werden diese per Mail und per Homepage bekannt gegeben.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und eine tolle Jugendvollversammlung in unserem neuen Sektionsgebäude.

*Viele Grüße
Euer Jugendausschuss der Sektion Wiesbaden*



Hier ausschneiden!

Anmeldung für Teilnehmer*innen unter 18 Jahren

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, dass mein Kind

.....
Vorname, Name

.....
Geburtsdatum

an der Jugendvollversammlung 2025 sowie am Klettern bzw. an diversen Bewegungs- und Mitmachspielen teilnehmen darf/s.

Mein Kind tritt den Heimweg allein an / ich hole es ab um Uhr. (Unzutreffendes bitte streichen).

Ich bin an dem Tag in Notfällen erreichbar unter:

.....
Telefon

.....
Ort/Datum

.....
Name/Unterschrift Erziehungsberechtigte*r

Einwilligung zur Anfertigung und Verwendung von Bild- und Tonaufnahmen

Ich bin damit einverstanden, dass im Rahmen der Jugendvollversammlung 2025 fotografiert und ggfs. gefilmt wird und diese Bild- und Tonaufnahmen in den Medien der Sektion Wiesbaden des Deutschen Alpenvereins (Homepage und Heft) veröffentlicht werden können.

.....
Datum, Name, Unterschrift des*der Erziehungsberechtigte*r

zusätzlich, falls zutreffend:

.....
Datum, Name, Unterschrift
des*der Teilnehmenden im Alter von 14 bis 17 Jahren

BUCHTIPPS

Die beliebtesten Wanderwege der Hessen

In perfekten Wegbeschreibungen mit Einkehr, Transport und Hintergrundwissen

Annette Sievers

DIE BELIEBTESTEN WANDERWEGE DER HESSEN

Naturerlebnisse zwischen
märchenhaftem Norden
und sonnigem Süden

82 Fotos, Übersichts-
karte, 19 Wanderkarten,
19 Höhenprofile

Peter Meyer Verlag
4. aktualisierte Auflage
2024, 224 Seiten,
Paperback (17,2 x 12 cm)
ISBN 978-3-89859-337-3
24,- Euro



Wo es am schönsten ist, wissen die Hessen am besten, und Reiseführerautorin Annette Sievers schrieb den passenden Wanderführer.

Urwaldsteig, Hugenottentour und Rheinsteig sowie 16 weitere getestete Touren machen richtig Lust auf Naturgenuss und Outdoor-Abenteuer. Die unterschiedlich schwierigen Routen im Reiseführer eignen sich mal für Anfänger, mal für Weitwanderer oder Geschichtsfreunde. Die exakten Wanderkarten, Anfahrtsbeschreibungen, passenden Unterkunft- und Einkehrtipps sowie viele Hintergrundgeschichten machen den Führer so praktisch wie unterhaltsam.

- Hessens 19 beliebteste Touren
- Alle mit ÖPNV erreichbar
- Wanderkarten und GPS inklusive

Annette Sievers ist Kunsthistorikerin, Verlegerin des pmv und passionierte Wanderin. Sie hat die „beliebtesten Wanderwege der Hessen“ für zum Nachwandern detailliert beschrieben sowie um interessante Hintergrundgeschichten und praktische Infos bereichert.

Wanderung ins Glück

Via Alpina von Triest nach Monaco

Frank Eichmann

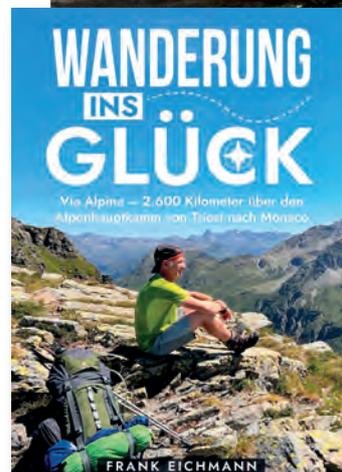
WANDERUNG INS GLÜCK

Via Alpina von Triest nach Monaco

Verlag BoD – Books on Demand GmbH
1. Auflage 2024, Taschenbuch mit 31 Farbbildungen, Format 21 x 15 cm, 314 Seiten,
ISBN 978-3-7597-3766-3
19,90 Euro

Eine Wanderung, die alles verändert – Begleiten Sie Frank auf seiner Reise ohne sportliche Vorbereitung oder Planung 2.600 Kilometer zu Fuß über den Alpenhauptkamm von Triest nach Monaco: 8 Länder, 161 Etappen, 4 Monate, 140.000 Höhenmeter. Frank Eichmann sucht die Herausforderung und findet das Glück auf der VIA ALPINA. Mit Zelt und Rucksack lässt er sich auf die Natur ein und begegnet der Herzlichkeit der Menschen, die ihn oft zu Tränen rührt. Eine Reise voller emotionaler Momente, großer Herausforderungen und das Gefühl einer nie gekannten Freiheit. Dieses Buch ist eine Einladung, sich auf den Weg zu machen und den Alltag für einen Moment hinter sich zu lassen.

Frank Eichmann wurde 1965 in Hadamar geboren und wohnt im kleinen Ort Hundsgangen (Westerwald). Er studierte in Wiesbaden, arbeitete einige Jahre bei KPMG, war anschließend Partner und Vorstand einer Steuerberatungsgesellschaft und danach als Steuerberater und Geschäftsführer in einer weiteren Wirtschaftsprüfungs- und Steuerberatungsgesellschaft tätig.



Die Drei Zinnen in den Dolomiten – immer wieder faszinierend.
Foto: Frank Eichmann

„Das wird rauschen“

Großes Einweihungsfest des neues Alpinzentrums Wiesbaden am 10. Mai 2025

Am 10. Mai 2025 ist es endlich so weit: Wir möchten mit euch allen die Einweihung unseres neuen Alpinzentrums in Wiesbaden-Rambach, In der Lach 4, feiern, wozu wir hiermit herzlich einladen.

Wir wollen es an diesem außergewöhnlichen Tag „krachen“ lassen und haben dazu schon einiges geplant und vorbereitet, wie z.B.:

- Eröffnung um 11:00 Uhr mit Alphornmusik und symbolischer Türöffnung
- Kinderspiele, Klettern an der Indoor-Kletterwand, Aktionen für Jugendliche im Gelände
- eine spannende Tombola
- Musikalische Beiträge über den ganzen Tag verteilt, vom Alphornquartett über verschiedene Chöre bis hin zu unterhaltsamer Musik des Bläserensembles „Quintoli“ am Nachmittag
- Präsentationen und Führungen
- Essen und Trinken: deftige Hüttenkost, Kaffee & Kuchen
- eine abendliche Disko zum „Abtanzen“ solange die Füße tragen

Das Ganze beginnt mit der offiziellen Eröffnung um 11:00 Uhr samt musikalischer Umrahmung. Abends haben wir mal ca. 22:00 Uhr angepeilt. Kann aber auch sein, dass wir beim Tanz zu heißen Rhythmen die Zeit vergessen ...

Wir sind natürlich auch für schlechtes Wetter bestens gerüstet (obwohl wir Sonne bestellt haben ...). Kommt zahlreich, bringt gerne Familie und Freunde mit, wir freuen uns auf Euch!

Wir haben noch drei wichtige Bitten:

- Da so ein Fest einen großen Arbeitsaufwand darstellt, brauchen wir noch tatkräftige Unterstützung: Von Theken- und Kassendiensten bis hin zu Räum- und Tragearbeiten ist alles dabei. Bitte unterstützt uns und meldet Euch bei Bernd Hahn unter b.hahn@dav-wiesbaden.de, um Euch für die Helfenden-Liste vormerken zu lassen – vielen herzlichen Dank dafür.
- Damit wir besser planen können, wäre es fantastisch, wenn ihr Eure Teilnahme und die voraussichtliche Personenzahl über den folgenden Link mitteilt:
<https://forms.gle/HsyPxcndaWFzqkGS8>
Bitte tragt Euch möglichst umgehend in die Liste ein.
- Wir sind auf zahlreiche Kuchen- und Salat-spenden angewiesen.
Bitte tragt Eure „Werke“ in die Liste unter <https://werbringtwas.com/poll/10b55d9> ein.

Allen, die sich auf die ein oder andere Art einbringen, sei schon mal herzlich gedankt.

Wir freuen uns auf Euch alle!



Umfragelink zur Teilnahme am Einweihungsfest 10. Mai 2025



Wer-bringt was: Liste der Kuchen- und Salat-spenden für den Festtag



Kommt bitte mit Bus oder Rad





Öffnungszeiten der Wiesbadener Hütte

Für alle Kurzentschlossenen:

In der Wintersaison 2024/2025 hat die Hütte noch bis zum 26. April 2025 geöffnet.

Die Sommersaison startet am 12. Juni 2025

Emil und sein Team freuen sich auf einen Besuch. Für nähere Informationen, ein Blick auf die Homepage lohnt sich:

www.wiesbadener-huette.com

Öffnungszeiten

Winter: 13. Februar bis 26. April 2025

Sommer: 12. Juni bis 05. Oktober 2025

(Saisonende witterungsabhängig!)



Anmeldung und weitere Infos bei:

GREENLETICS
Outdoor Fitness

Tatjana Körner

hello@greenletics.de

Festnetz/Mobil
und whatsapp:
+49 611 13 71 16 73

<https://www.greenletics.de>

GREENLETICS Outdoor Fitness – Bewegung in der Natur für DAV-Mitglieder

Der Alpenverein setzt sich für ein aktives und gesundes Leben in und mit der Natur ein. Genau diese Philosophie teilt auch GREENLETICS Outdoor Fitness. Die Workouts bringen dich raus an die frische Luft, stärken deine Muskulatur und fördern deine Ausdauer – ganz ohne Fitnessstudio, dafür mit der Kraft der Natur und der Motivation einer starken Community. Als DAV-Mitglied profitierst du ganz besonders: Jeden Mittwoch kannst du kostenfrei an dem Outdoor-Workout im Schlosspark Biebrich teilnehmen! Die Sektion Wiesbaden übernimmt die Kosten für dich – du musst dich nur anmelden und loslegen.



Was ist GREENLETICS?

Greenletics ist mehr als nur ein Training – es ist eine Bewegung für alle, die Fitness mit Natur verbinden wollen. Die Outdoor-Workouts sind effektiv, funktional und für jedes Fitnesslevel geeignet. Statt Maschinen nutzen wir das eigene Körpergewicht, kleine Hilfsmittel und natürliche Gegebenheiten des Parks und der Landschaft. Unser Training fördert nicht nur Kraft, Balance und Ausdauer, sondern auch Mobilität und Stabilität – ideale Voraussetzungen für alle Bergsportler, Wanderer und Kletterer.

Ein weiterer Vorteil als DAV-Mitglied: die kostenfreie Teilnahme. Jeden Mittwoch übernimmt der DAV deine Teilnahmegebühr. Erlebe Gemeinschaft, Motivation und die schwungvolle Atmosphäre der Greenletics-Community.

Wann und wo?

Schlosspark Biebrich, Wiesbaden, jeden Mittwoch 19:00 bis 20:00 Uhr, das ganze Jahr! Komm vorbei und werde fit für dein nächstes Abenteuer in den Bergen!



Fotos: © Greenletics Wiesbaden

Der Lenz ist da. Jetzt aber nix wie raus!

Die Waldläufer beenden den Wintermodus. Sattes Grün im Mai garantiert. Bewährte Reviere in der Nähe locken.

Liebe Lauffreunde und Naturgenießer,

ist es nicht jedes Jahr ein besonderes Gefühl, wenn die ersten sanften Sonnenstrahlen durch die noch kahlen Äste blinzeln und uns mit ihrer Wärme kitzeln? Der Frühling mit seinem besonderen, klaren Licht ist da, die Vögel zwitschern, und zum Lauftreff am Dienstagabend braucht es keine Stirnlampe mehr. Es fühlt sich wieder so richtig gut an, jetzt die Laufschuhe zu schnüren und auf der Lieblingsrunde die erwachende Natur zu erkunden.

Raus aus dem Wintermodus

Die wetterfesten Waldläufer unter uns waren selbstverständlich auch im Winter nicht untätig. „Schlechtes“ Wetter ist oft nur eine Frage der Perspektive. Raus, wenn der Regen kalt ist oder eine Laufrunde im Schnee beleben die Sinne, allerdings können einem nasse Füße in durchgeweichten, verschlammten Laufschuhen, morastige Trails und Schlammrinnen auch mal die Laune verderben.

Aber nun schauen wir voraus: Ist es nicht doch etwas ganz anderes, wenn wir jetzt wieder das erste Grün sehen und ein laues Frühlingslüftchen uns umweht? Endlich können wir die dicken Klamotten-schichten bis zum nächsten Winter einmotten und die Stirnlampe kann (meistens) auch zu Hause bleiben.

Na gut, so schnell wird es wahrscheinlich dann doch nicht gehen. Erstmal müssen wir noch durch die Matsch-Saison. Aber immerhin wird der Regen wärmer.



Die zeitlosen Klassiker: Nicht nur, aber besonders im Frühjahr immer wieder schön

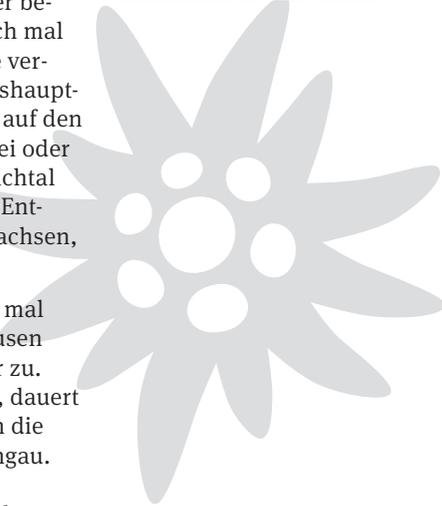
Für alle, die es kaum erwarten können, folgen gleich ein paar Tipps für die ersten Frühlingsläufe. Was macht man aber, wenn man als Waldläufer un-

zählige schöne Touren benennen könnte, die es in nächster und naher Umgebung um Wiesbaden gibt? Wir greifen einfach mal in die Lostrommel und ziehen ein paar Lose mit unseren zeitlosen Klassikern heraus. Nieten gibt es zum Glück keine, alle Lose gewinnen:

- 1. Neroberg und Umgebung:** Das Stammrevier der Waldläufer-Gruppe. Trailtipps findet Ihr in der Ausgabe 1/2024 der Sektionsnachrichten.
- 2. Kellerskopf, Goldsteintal, Südhänge der Platte:** Ein bestens bewährtes Revier im nordöstlichen Stadtwald! Hier erwarten Euch knackige Anstiege, flowige Singletrails und so mancher weite Blick ins Land; vom Odenwald bis hinüber zum Donnersberg und in der Ferne erheben sich gerade noch die Höhen des Pfälzerwaldes über dem Horizont. Neue Ziele locken!
- 3. Das „Ländchen“ und der Wiesbadener Osten:** Kennt Ihr die Gegend zwischen Igstadt, Kloppeheim, Auringen, Naurod, Heßloch und weiter rüber nach Medenbach, Breckenheim, Wildsachsen? Wer jetzt „nein“ sagt, ist nicht allein, dabei erstreckt sich hier eine höchst abwechslungsreiche Landschaft, eine Mischung aus Wald- und Wiesenwegen, sanften Hügeln, versteckten Tälern, Feldern und Streuobstwiesen. Im Frühjahr zur Apfelblüte ist es hier besonders schön. Wo Hügel sind, gehts auch mal knackig rauf. Dennoch sind die Anstiege verglichen mit dem Relief unter dem Taunushauptkamm insgesamt moderater. Schaut mal auf den Haselnussrouten rund um Heßloch vorbei oder erkundet links und rechts vom Wickerbachtal das Dreieck Igstadt, Auringen, Heßloch. Entdeckt den Wald um Breckenheim, Wildsachsen, Langenhain.
- 4. Lug über den Taunuskamm:** Wir schauen mal über die Linie Taunusstein – Niedernhausen nordwärts. Klimatisch gehts etwas kälter zu. Bis der Frühling auch dort sichtbar wird, dauert es etwas länger. Und deswegen starte ich die Frühlingstouren lieber im warmen Rheingau. Hier ein paar erprobte Runden:
 1. Von Oberauroff über die Aarquelle und Kastell Zugmantel, Görsroth, Kesselbachtal.
 2. Limesweg ab Oberseelbach, Dasbach, Kastell Alteburg.
 3. Ehlhalten, Atzelberg, Schlossborn mit Schlossborner Heide.
 4. Kleiner Feldberg, Fuchstanz, Altkönig und seine Trails ab Rotes Kreuz.
- 4. Rheingau:** Was für ein tolles Laufrevier! Quer hinüber von Dotzheim, Frauenstein, Rauenthal, Kiedrich bis Rüdesheim und weiter rauf bis zum Rhein Höhenweg mit seinem unvergleichlichen Mix aus Wein, Wald, Natur und Kultur. Großartige Laufstrecken gibt es reichlich.

TOURENTIPP #2

© Jürgen Walter, Trailrunning-Gruppe „Die Waldläufer“





Tourentipp 1: Der Klostersteig zwischen Eberbach und Aulhausen, am Stück etwas üppig, aber in Schleifen aufgeteilt ein Genuss.

Tourentipp 2: Die Rheingauer Rieslingschleifen, eine Mischung aus Weinbergen, Wäldern und kulturellen Sehenswürdigkeiten. Gut geeignet für entspannte Läufe im Frühjahr, wenn es im Wingert wieder grünt und blüht und natürlich immer kombinierbar mit einer Runde auf den umliegenden, höher gelegenen Waldpfaden. Anspruchsvolle Runden für Waldläufer und alle bewegungsaffinen Naturfreunde finden sich rund um Lorch: die Rieslingschleife „Lorcher Schiefer“ kombiniert mit den Wispertrails „Rhein-Wisper-Glück“ und „In Vino Veritas“ und etwas näher an Wiesbaden gelegen in der Verbindung der Schleifen in Rauenthal um den Baiken und/oder denen in Kiedrich mit den sehenswerten Spuren in den umliegenden Revieren.

Tourentipp 3: Die Trails zwischen Schlangenbad und Rauenthal.

Übrigens: Nach dem Laufen finden sich überall im Rheingau auch noch zahlreiche schön gelegene Weinprobierstände. Laufen und Genuss plus Ambiente sind ja keine Gegensätze ;)

- 6. Hinterlandswald:** Wer auf ein „ganz weit weg“-Gefühl steht, der ist im Hinterlandswald richtig. Immerhin ist es das größte zusammenhängende hessische Waldgebiet, mit tief eingeschnittenen Tälern und steilen Hängen. Sogar Wölfe fühlen sich hier wieder heimisch. Und – Praxistipp – leider auch Zecken, die überall reichlich auf ihre Opfer lauern. Daher packt besser schon ab milden Temperaturen immer eine Zeckenzange ins Laufgepäck. Nicht nur im Ernstbachtal oder am Jägerhorn, sondern eigentlich immer und überall. Borreliose und FSME braucht keiner.

7. Rheinsteig, etappenweise: Waldreich zwischen Wiesbaden und Rüdesheim, oft „trailig“, anspruchsvoll und aussichtsreich ab dem enger werdenden Rheintal bis rauf nach Kestert. Und alles perfekt mit der VIAS erreichbar.

8. Rheinhessen und Donnersberg: Wer mal Abwechslung vom Taunus sucht, für den könnten die „Hiwweltouren“ etwas sein. Bisher führen neun Rundwege abwechslungsreich zu den versteckten landschaftlichen Schätzen, die man in der Monokultur der rheinhessischen Hügellandschaft kaum vermuten würde. Eine Erkundung lohnt sich. Tipps:

1. Hiwweltour Aulheimer Tal („Wein, Wald und Steppe“), 13 km, hügelig, abwechslungsreich.
2. Hiwweltour „Eichelberg“ („Rheinhessisches Gipfelglück“)
3. Hiwweltour „Westerberg“ („Wiesen, Wein und Schloss“, 11km rund um Großwinternheim. Und wenn man sich schon mal ein Stück weiter nach Süden durch die Weinberge bewegt, ist es nicht mehr weit zum Donnersberg mit seinen Trails. Erkunden lohnt sich!



Mit einem D-Ticket und dem RMV/VIAS/HLB lässt sich auch so manches Ziel auf dem Rheinsteig, im Rheingau, an der Lahn, und was es sonst noch so gibt öfter und ganz entspannt angehen. Losfahren, an einer Haltestelle loslaufen und an der anderen wieder einsteigen.

Zur Ausrüstung: Auf längeren Tagestouren sollte ein **Laufucksack** nicht fehlen, denn es kommt schon etwas zusammen an Material, Wasser und für die Energieversorgung. Ein Paar **Handschuhe** sind immer nützlich und das nicht nur als Kälteschutz: Wenn wir bevorzugt dort laufen, wo der Asphalt aufhört, steigt auch das Sturzrisiko. Einen verdeckten Stein oder eine Wurzel übersehen, sei es durch Übermut, Ermüdung, Unaufmerksamkeit, schlechte Sicht, und die harte Landung folgt. Meist bleibt es bei einem oberflächlichen Schaden am Knie. Weit aus nerviger sind Verletzungen in der Handinnenfläche. Und dagegen helfen Handschuhe, in der wärmeren Jahreszeit tun es natürlich auch Bikehandschuhe. Daher: Extratipp aus eigener leidvoller Erfahrung:

1. Bikehandschuhe anziehen, sobald es trailig wird, speziell auf basalt-schotterigem, steinigem, felsigem Geläuf.

2. Ein Erste-Hilfe-Minipack mit etwas Pflaster, zwei kleinen Mullbinden und sterilen Kompressen kann bei jedem Lauf sehr nützlich sein. Und natürlich ab dem Frühjahr die oben bereits erwähnte Zeckenzange nicht vergessen – so wichtig wie Sonnencreme.

Das Thema „Laufstöcke“ wird eher kontrovers diskutiert. Braucht es welche, wenn ja: die einfachen Wander-Teleskop-Dinger oder lieber doch spezielle Trailrunningstöcke, mit fixer Länge oder als Falstock, Alu oder Carbon. Ein weites Feld. Manche mögen sie, andere lehnen sie ab. Ich verwende sie gern auf Langstrecken mit steilen An- und Abstiegen, im Wiesbadener Stadtwald sieht man mich eher nicht damit.

Abwechslung ist das A und O für alle Bewegung-affinen. Also geht wandern, kümmert euch um die Kinder, radelt zur Arbeit oder am Wochenende zum Weinstand, macht Gartenarbeit, hilft Bärbel und



DAV

Jetzt für den
E-Mail-Newsletter
anmelden!

NEU!

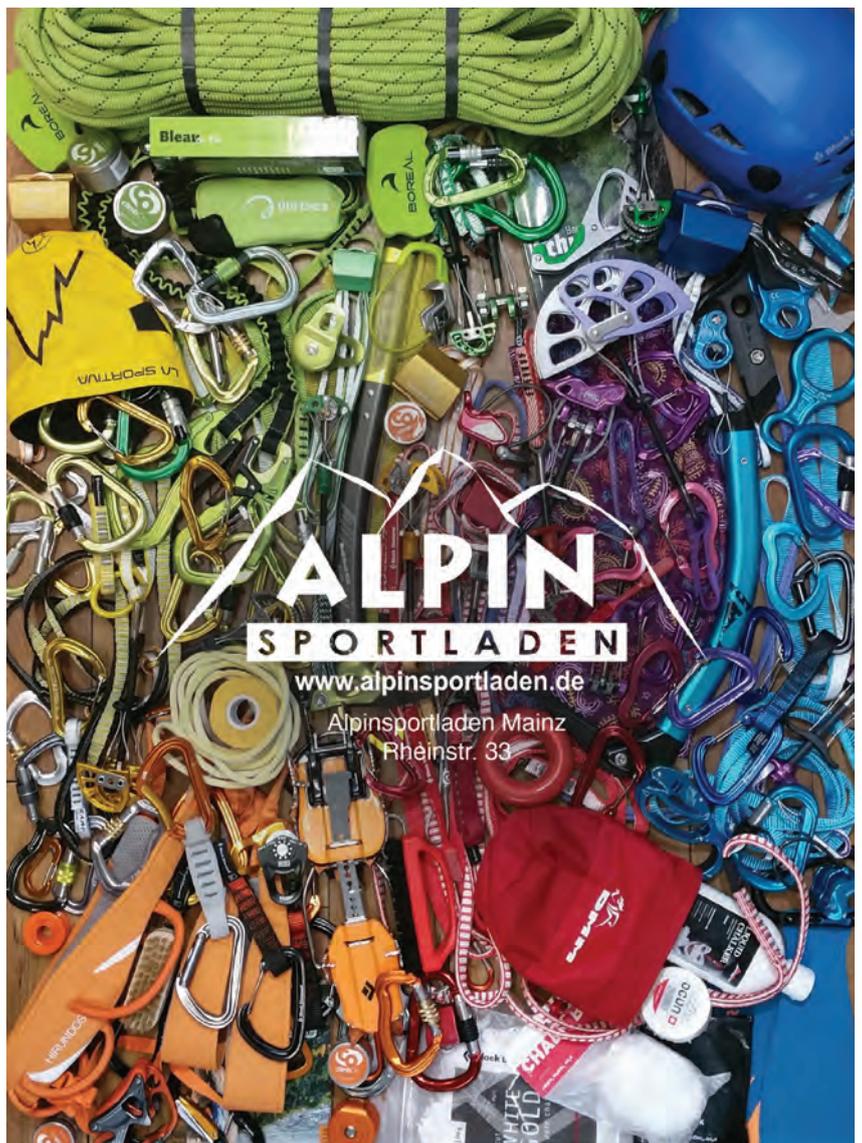


dem Gartenteam bei der Pflege der Wildnis rund um unser neues Alpinzentrum in Rambach. Oder schaut mal bei anderen Gruppen vorbei: Beim Cross-Fit-Angebot, bei der Tourengruppe und ihren Konditionswanderungen, bei den Waldläufern – die Übergänge sind fließend. Und warum nicht mal die Läuferwaden stärken, also rauf aufs Rad mit der Watt-und-Wade-Gruppe? Mountainbike und Klettern brauchen etwas mehr Skills und obendrein Übung. Aber egal, Hauptsache agil bleiben.

Also, ab in die Laufschuhe und raus in Wald und Flur! Der Frühling wartet schon auf uns.

Lauft schön, Eure Waldläufer

P.S.: Wer Lust hat, sich uns mal laufend anzuschließen, ob gelegentlich oder auch regelmäßiger: Wir treffen uns (fast) jeden Dienstag um 18:30 Uhr, aber besonders im Frühjahr am Parkplatz der Nerobergbahn – ganzjährig und bei (fast) jedem Wetter. Unsere Kontaktdaten und etwas Text zu dem was wir tun, findet Ihr auf der Sektionswebseite in der bekannten Rubrik „Unsere Gruppen“.



* 10% Rabatt für alle DAV-Mitglieder

Ein Bericht von
Svenja Böing-Hanisch

Die Familiengruppe berichtet über spannende Aktivitäten in 2024

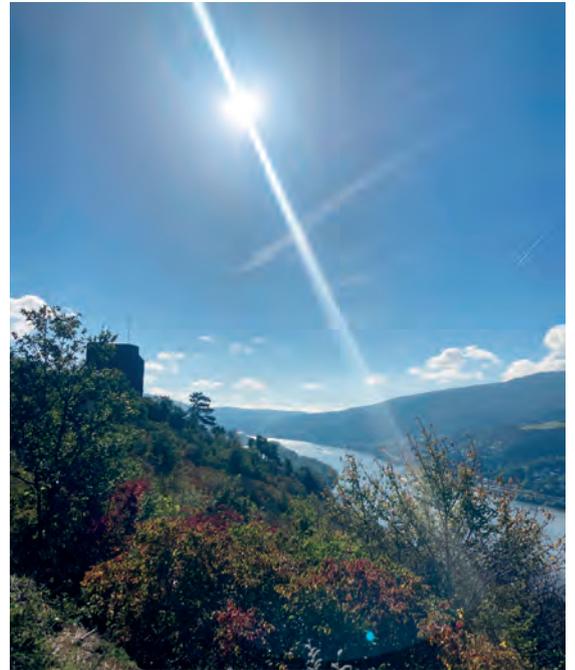
Die Familiengruppe Wandersalamander freut sich in den aktuellen Sektionsmitteilungen über unsere spannenden Aktivitäten zu berichten!

Im Laufe des Jahres organisieren wir regelmäßig gemeinsame Ausflüge und Wanderungen, die zwischen fünf und zehn Kilometern lang sind. Diese sind sowohl kinderwagenfreundlich als auch für größere Kinder geeignet, sodass die ganze Familie mitmachen kann. Über unseren Mailverteiler informieren wir regelmäßig über unsere anstehenden Aktionen.

Für alle Interessierten kommt hier unser Jahresrückblick 2024:

Unser Jahresstart fand in der Nordwand Wiesbaden statt, wo wir gemeinsam bouldern waren. Ein Highlight für Groß und Klein.

Eine schöne kürzere Rundwanderung führte uns im Frühling ab der Hockenberger Mühle Richtung Wiesen und Felder, wo wir Tiere beobachten konnten.



Unsere ausgiebige Pause auf dem Spielplatz freute vor allem die Kinder. Lange Stöcke wurden kurzerhand zu einer „Eisenbahn“ umfunktioniert und die Wanderung war sehr kurzweilig. Am Ausgangspunkt angelangt, hatten wir uns die Stärkung in der Hockenberger Mühle redlich verdient.

Im Sommer waren wir in den Weilbacher Kiesgruben im Regionalpark Rhein-Main unterwegs. Damit auch die Kinder diesmal „Wanderführer“ sein konnten, haben wir eine Wanderkarte vorbereitet. Die Kinder haben uns richtig gut durch den Park gelotst! Auf dem Weg konnten wir auf mehrere Aussichtstürme klettern und die Gruben von oben anschauen. Leider hat es an dem Tag so sehr geregnet, dass wir unseren Plan, im Anschluss zu picknicken und den großen Spielplatz zu erkunden, auf den nächsten Besuch verschieben mussten.

Ein besonderes Highlight – vor allem für die größeren Kids – war unsere herbstliche Wanderung auf dem Rheinsteig, wo wir die Wisperschleife „Rhein-Wisper-Glück“ erkundet haben.

Dabei haben wir spannende Pfade entdeckt und ein gemeinsames Picknick im Unterstand mit grandiosem Rheinblick genossen. Auch eine Lok aus Kindern haben wir dabei gehabt. 😊 Es war ein wunderschöner, sonniger Herbsttag, der uns allen viel Freude bereitet hat.

Besonders spannend wird es im August dieses Jahres: Vom 1. bis 3. August werden wir unsere erste mehrtägige Gruppentour veranstalten. Es geht in die Südeifel in die Jugendherberge Bollendorf, wo wir spannende Felsen- und Märchenpfade erkunden werden. Auch der Besuch des Dinoparks ist vorgesehen. Es sind noch Plätze frei, bis zum 30. April 2025 könnt ihr euch noch anmelden.

Merkt euch auch unbedingt den Termin für unser großes DAV Wiesbaden Sommerfest am 10. Mai 2025 vor. Für das leibliche und musikalische Wohl ist gesorgt und es wird ein tolles Kinderprogramm geben.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer und unvergessliche Erlebnisse in diesem Jahr.

Langlaufen und Winterwandern im Nordschwarzwald

TOURENTIPP #3

Ein Tipp
von Annette Franz

Große Vorfreude im November. Es geht los. Der Winter steht vor der Tür. Es wird geplant und überlegt, an welchem Wochenende man gemeinsam in den Nordschwarzwald zum Langlaufen fahren könnte.

Rund um Freudenstadt und die angrenzende Schwarzwaldhochstraße gibt es ein weitverzweigtes Loipennetz, welches bei Anfängern und erfahrenen Langläufern keine Wünsche offen lässt.

Während ich in den letzten Jahren eher spontan dort war, waren dieses Jahr die Anfragen aus dem Freundeskreis so zahlreich, dass es sich lohnte, mal wieder ein größeres gemeinsames Projekt zu planen.



Nachdem unser Basislager früher in Freudenstadt Lauterbad war, sollte es dieses Jahr mal etwas Neues sein. Passend war hier ein Bericht im Schwarzwälder Bote über die Edelfuchs Lodge in Hundseck. Die ehemalige Ski-Hütte (des Skiclubs Bühlertal) liegt mitten im Schwarzwald an einem ehemaligen Skihang und bietet unzählige Freizeitaktivitäten wie Mountainbiken, Wandern, Langlauf, Skifahren und vieles mehr. Schnell erreichbar über die B500, die Schwarzwaldhochstraße – was will man mehr. Der Werbeslogan motivierte, in die genauere Planung zu gehen.

Vor 15 Jahren waren wir nur ein kleiner Kreis von alteingessenen Schwarzwälder Langläuffreunden. Schnell wurde der Kreis größer, zum Teil über 20. An diesem Wochenende waren wir 16 DAV'ler aus Wiesbaden, die sich an einem Februarwochenende an die Schwarzwaldhochstraße aufmachten, auf der Suche nach Schnee.

Über Weihnachten war die Schneelage noch sehr gut, im Januar war aber schon abzusehen, dass es keinen schneereichen Winter geben wird. Nun stellte sich die Frage, mit oder ohne Ski in den Schwarzwald fahren? Während der Großteil die Skier zu Hause ließ, packten doch ein paar Wagemutige die Skier ins Auto. Laut Internet war die Rundloipe am Kniebis gespurt. Das wollte man sich doch nicht entgehen lassen.

Positiv überrascht wurden wir am Samstagfrüh, als wir bei perfekten Winterverhältnissen unsere Runden im Skistadion drehten. Die Wanderfreunde machten sich von der Unterkunft aus zu Fuß über die Hornisgrinde zur Darmstädter Hütte, wo man sich nachmittags zum gemeinsamen Kaffeetrinken traf. Bei strahlendem Sonnenschein genossen wir die warmen Februarstrahlen der Sonne und konnten uns kaum vorstellen, dass Langlauf im 15 km entfernten Kniebis möglich war.



Auch wenn ich schon so viele Male die herrliche Natur im Nordschwarzwald erleben durfte, immer wieder gibt es neues zu entdecken. Ein herzliches Dankeschön an den SV Kniebis, der mit Hilfe technischer Beschneidung von Weihnachten bis Ende März durchgehend für top Langlaufbedingungen sorgte. Und seit einigen Wochen eine Weltcup-Gesamtsiegerin in seinen Reihen hat, Natalie Armbruster, die in der Nordischen Kombination siegte.

Aber, nicht nur die Langläufer sind auf ihre Kosten gekommen, auch die Wanderer waren sehr zufrieden mit ihrem Schwarzwaldwochenende. Zum krönenden Abschluss gab es am Sonntag nach die Wanderung vom Ruhenstein über den Karlsruher Grat nach Ottenhöfen zum Bahnhof.

Der Schwarzwald ist zu jeder Jahreszeit eine Reise wert. Aktuell laufen schon die Planungen für die Bikewochenenden. Jetzt kennen wir ja eine gute Alternative zu Freudenstadt, direkt gelegen an der Schwarzwaldhochstraße und mit öffentlichen Verkehrsmitteln perfekt erreichbar. Der Sommer kann kommen.

Unterkunft: <https://edelfuchs-lodge.de/>





DEUTSCHLAND

Hessen

Ein Bericht von
Simone Federmann

Fotos:
Teilnehmer*innen und
Trainer*innen der Tour



DANKE lieber Jürgen,

für die Organisation und Führung der interessanten und sportlichen Wanderung im Hintertaunus.

Am Sonntagmorgen trafen sich 15 wetterfeste, gut gelaunte WanderInnen. Einige fröstelten noch etwas, aber das verging schnell.

Gemeinsam starteten wir in Taunusstein-Neuhof und wanderten zum Kastell Zugmantel. Der Weg ist dreifach gut, ein landschaftliches Highlight, das mit 4 Wanderwegen markiert ist. Dem Aar-Höhenweg, dem Via Mattia Corum, dem T, für die Taunussteiner-Runde und dem Limes-Weg. Also Kultur, Historie und Landschaft in einem und das bei typischem grauen Novemberwetter mit Nieseleinlagen.

Es ging von Orlen durch den Wald nach Taunusstein-Hambach, weiter nach Niederlibbach, durch das Falterbachtal hinauf nach Oberlibbach, dann weiter Richtung Idstein Ortsteil Ehrenbach und zurück nach Neuhof. Unsere Mittagsrast legten wir an der Libbachhalle ein und stärkten uns aus den Rucksäcken mit warmen Getränken und Proviant.

Besonderen Dank sagen wir auch an Franz Müller, der die „Operation Wanderschuh“ erfolgreich durchführte. Bei unserer Mitwanderin Marlies löste sich die Sohle und Franz hatte Panzerband im Rucksack, das er spendierte. Dank der „Operation“ konnte Marlies die Wanderung von gesamt 18,5 km, ca. 500 Höhenmeter in 5 Stunden gemeinsam mit uns zu Ende wandern.

Souverän führte uns Jürgen bei Nieselregen und Wind über die Taunushöhen und durch den bunten Wald. Danke dafür! Glücklich geschafft verabschiedeten wir uns und waren stolz auf unsere Leistung bei den schlechten Wetterbedingungen.



DAV

Jetzt für den
E-Mail-Newsletter
anmelden!

NEU!



DEUTSCHLAND

Ein Bericht von
Marcel Binsfeld

Fotos:
Teilnehmerinnen und
Teilnehmer des Kurses



Ende letzten Jahres hieß es für einen Teil unseres Kletterteams nochmal ordentlich „Zumachen“! Aufgrund einiger neuer Sicherungsgeräte wie dem Petzl Neox oder dem Edelrid Pinch stand wieder einmal ein Update in Puncto Technik an. Zu Gast waren wir bei einer unserer Nachbarsektionen in Neu Anspach, wo durch den DAV Hochtaunus Oberursel seit Ende 2023 eine moderne Kletterhalle mit allen Annehmlichkeiten betrieben wird.

Nachdem die einzelnen Fahrgemeinschaften alle an der Kletterhalle eingetrudelt waren und wir uns mit den lokalen Gegebenheiten der Halle vertraut gemacht hatten, stand das Begutachten der verschiedenen Sicherungsgeräte aus der Sektion und dem Bestand des JDAV auf dem Programm. Neben dem Platzhirsch Grigri, bei dem allerdings auch die Variante des „Plus“ unterschieden werden konnte, war die größte Klasse an Geräten eine Vielzahl an Autotubern, wie sie z.B. von Edelrid in Form von Julz oder Megajul, aber auch von quasi jedem anderen renommierten Hersteller auch angeboten werden. Bei allen Geräten wurden Vor- und Nachteile kurz diskutiert, wobei aber im Wesentlichen die persönliche Vorliebe entscheidend sein dürfte, da die technische Funktion sich nicht riesig voneinander unterscheidet. (Das heißt nicht, dass Seildurchmesser, Karabiner oder auch das Handling immer als „standardmäßig“ angenommen werden können – im Zweifel hilft der Blick in die Angaben des Herstellers, da hier auch ggf. aktualisierte Informationen mit nachgepflegt werden. Als Beispiel sei hier nochmal das Edelrid Megajul genannt, bei dem der Hersteller im Nachhinein die Nutzungshinweise verbessern musste). Anders sah dies bei einigen der Sicherungsgeräte aus, die mit etwas individuelleren Mechanismen versuchen von sich zu überzeugen. Beispiele für diese Gattung von Geräten waren

beispielsweise das CT Click Up, welches einmal blockiert zunächst in der geschlossenen Position verriegelt bleibt bis es aktiv wieder geöffnet wird, oder das Wild Country Revo, welches in beide Richtungen funktioniert und bei dem (im Falle eines Falles) eine Fliehkraftbremse den Sturz hält. Nach so viel Input einigermaßen gesättigt ging es nun daran die graue Theorie in der Praxis zu erleben. Und wo ginge dies besser als in einer schönen neuen Halle, die mit frischen Griffsets und unbekannteren Routen lockt? So konnten wir also das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden und abwechselnd in verschiedenen Konstellationen die unterschiedlichen Geräte ausprobieren. Zusätzlich zum Sicherheitsaspekt durften wir so auch nebenbei wieder ein tolles Team-Event erleben. Danke an dieser Stelle nochmal an Bärbel Wullenweber für die Organisation des Materials und des Treffens an sich!

Den erfolgreichen Tag konnten wir abschließend bei kühlen und/oder warmen Getränken im Bistro der Halle ausklingen lassen. Egal was sich die Hersteller der Geräte in Zukunft noch einfallen lassen – es war einmal wieder sehr lehrreich den Blick über den Tellerrand zu wagen und sich abseits des gewohnten Geräts auch mit anderen Fabrikaten vertraut zu machen! Der nächste Tag „Sicherungsupdate“ kommt also bestimmt. Und übrigens, wer sich die Kletterhalle Neu Anspach noch nicht angeschaut hat: Seit März 2025 ist auch der neue Außenbereich der Halle eingeschraubt und wartet darauf getestet zu werden. Neben der ohnehin schon lohnenswerten Halle mit nettem Personal und leckerer Gastro noch ein weiterer Punkt mal den Ausflug in den Taunus zu machen. Die Betreiber freuen sich bestimmt!





SCHWEIZ

Graubünden

Ein Bericht von
Jürgen PapenfußFotos:
Teilnehmerinnen und
Teilnehmer der Tour

Zwischenrast

Die Skitouren der Alpinsportgruppe „Basislager“ könnten bald ihr 20. Jubiläum feiern oder haben dies vielleicht schon überschritten. In dieser Gruppe durften wir damals unter Guidos und Uwes Leitung erste Skitourenenerfahrungen im Diemtigtal und im Tannheimer Tal machen. Lange war ich nicht mehr dabei, u.a. auch deshalb, weil sich meine späteren Snowsportaktivitäten über Fastnacht mehr auf die Freeride-Camps in Andermatt verlagert hatten. Irgendwie zog es mich jetzt wohl auch aus nostalgischen Erinnerungen wieder ins Basislager zurück.

Diesmal sollte Mathon (1.526 m) das Basislager für unsere Skitouren sein, ein noch kaum vom Tourismus berührtes Bergdorf in Graubünden, welches in südöstlich ausgerichteter Hanglage hoch über Zillis in der Nähe der bekannten Viamala liegt (von Thusis aus mit Umstieg in Zillis gut mit dem Postbus erreichbar;).

Nach frühem Start am Wiesbadener Hauptbahnhof erreichten wir mit vier Umstiegen und gut funktionierenden Anschlüssen recht entspannt schon am frühen Nachmittag unseren Zielort. Der Dorfladen hatte zwar schon geschlossen, aber Dank Uwes Vorbestellung stand eine Kiste mit Lebensmitteln abholbereit vor der Tür. So konnte die Kochgruppe, die für die Zubereitung des warmen Abendessens eingeteilt war, sofort loslegen. Vorher blieb noch Zeit, sich bei einem Rundgang durch das Dorf an den schön bemalten und mit rätoromanischen Inschriften versehenen alten Häusern und Bergbauernhöfen zu erfreuen. Blickfang des Ortes ist der etwas unterhalb am Hang gelegene romanische Turm einer Kirchenruine aus dem 9. Jahrhundert.

Mit Guido, Uwe, Ralf und dem in der Schweiz lebenden Tilmann waren wir in der glücklichen Lage, über vier ausgebildete und erfahrene Trainer für das Skibergsteigen zu verfügen, die je nach Länge, Tempo und Schwierigkeit unterschiedliche Tourenziele anbieten konnten.

Am ersten Tag, dem einzigen mit nicht so gutem Wetter am Vormittag, war das Zwölfhorn (2.292 m) unser aller Ziel, dessen Gipfel meine Gruppe im Nebel bei eisigen Windböen nicht ganz erreichte. Dafür begleiteten uns beim Aufstieg am Morgen die schönen Naturtöne eines Dorfbewohners, den offenbar das Wetter nicht davon abhalten konnte, vor seinem Haus auf einem Alphorn zu musizieren.

Schweiz-Feeling pur! Die in der Nacht gefallene Neuschneemenge von knapp 20 cm bescherte uns als der Nebel sich lichtete an diesem Tag noch eine schöne Abfahrt im fluffigen Schnee.



Beim Aufstieg



Sonnenabfahrt durch den Wald



Haus im Dorf



Winteridylle in Mathon

Blick vom Schulhaus
in Mathon ins Tal

Das Ur-Basislager – Heute etwas älter als damals

Am zweiten Tourentag fahren wir mit dem Postauto ins Nachbardorf Wergenstein. Von dort aus machte sich die von Tilmann und Uwe geführte Gruppe auf, die 1.100 Höhenmeter Richtung Piz Tarantschun unter die Felle zu nehmen.

Guido und Ralf stiegen in getrennten Gruppen auf den Tguma da Tumpriv, einem schönen Aussichtsbereich, auf dem beide Gruppen nach 900 Höhenmetern wieder zusammentrafen und die windstille Gipfelrast in der warmen Sonne genossen.

Die Tour am letzten Tag führte auf das Parpeinahorn (2.602 m), bei der mir die tolle Abfahrt bei noch schönen Schneeverhältnissen leider entgangen ist, weil ich wegen Blasen an den Füßen einer ebenfalls schönen Winterwanderung den Vorzug gab.

Ralf und Uta waren mit Dominik und Harald schon vor uns zu dem wohl ambitioniertesten Tourenziel des Gebiets, dem Piz Beverin aufgebrochen, einen fast Dreitausender, den sie nach 1.400 Höhenmetern mit einer Gratpassage und einem Abstieg

über eine 10 Meter hohe senkrechte Leiter glücklich erreichten. Rechtzeitig vor dem Käsefondue am Abschlussabend trafen alle vier wohlbehalten wieder bei uns im ehemaligen Schulhaus von Mathon ein.

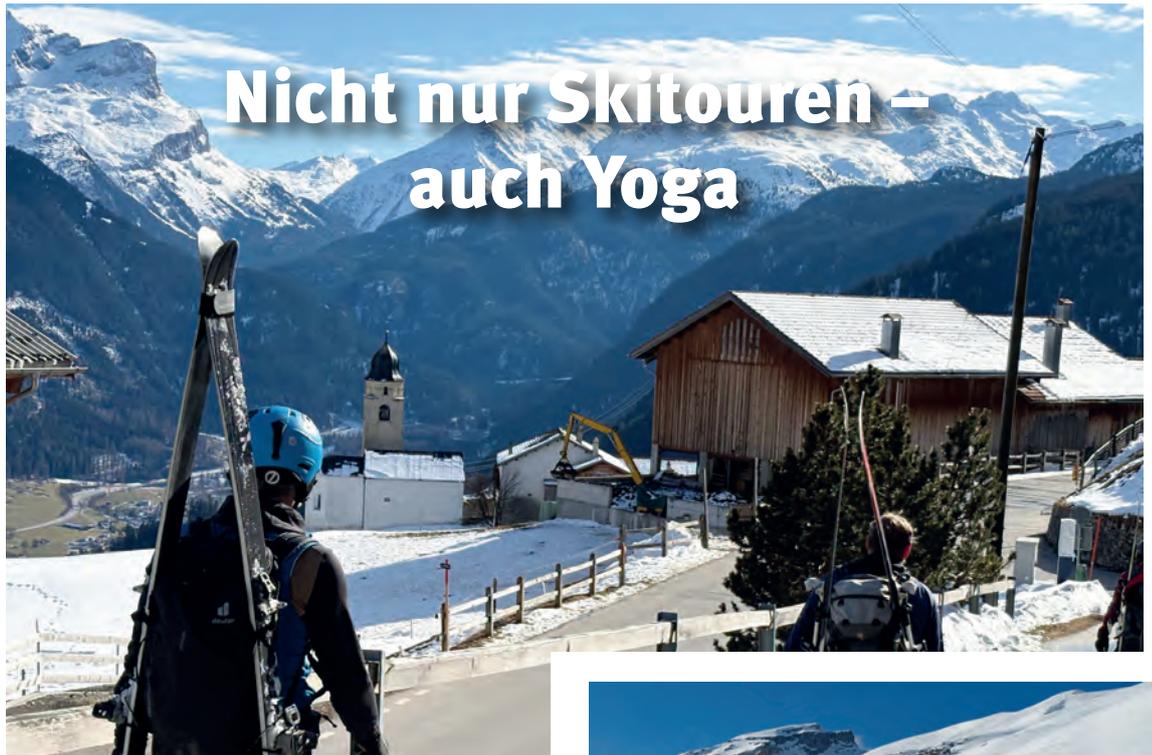
Diese Unterkunft war mit den vielen Zimmern, einem schönen Saal für Elkes Yoga-Einheiten (dazu mehr in einem gesonderten Bericht) sowie der bestens ausgestatteten geräumigen Küche geradezu ideal für unsere große Selbstversorgergruppe. Ein großes Fenster erhellte den Raum und ermöglichte beim gemeinsamen Kochen einen herrlichen Panoramablick auf die verschneiten Berge.

Ein herzliches Dankeschön an unsere Trainer, die ihre Gruppen mit viel Kompetenz am Berg auf den Touren sicher führten, besonders aber an Uwe für die gute Planung mit den vielen organisatorischen Absprachen, die getroffen werden mussten, um diese erlebnisreichen Skitourentage möglich zu machen.



SCHWEIZ

Graubünden

Ein Bericht von
Jörg SchieferdeckerFotos:
Teilnehmerinnen und
Teilnehmer der Tour

Die letzten Meter mit Ski auf dem Rücken

Auch für mich (Jörg) waren die Skitouren natürlich der Hauptgrund für die Teilnahme. So freute ich mich auf die drei Skitouren mit 22 Snow- und Powder „süchtigen“ Bergfreunden in der tollen Bündner Bergwelt. Abgesehen vom ersten Tag verwöhnte uns der Wettergott mit Bilderbuchwetter.

Fangen wir mal mit der Ausschreibung an. Da stand etwas von „Ski und Yoga“ und dass Yogamatten mitzubringen sind. Nun kannte ich zwar Elkes Yogaeinheiten, die dienstags um 19:45 Uhr stattfanden, und wo der eine oder andere von uns nach getaner Arbeit bei der Schlussspannung sanft auf der Matte einschlummerte. Aber bereits bei der Vorbesprechung wurde uns der Ernst der Lage bewusst, denn Elke wollte ihre Übungen nicht etwa gemütlich abends durchführen, sondern jeden Morgen um 6:00 Uhr ... pünktlich!

Und das soll Urlaub sein – worauf hatte ich mich da eingelassen?



Traum-Skitourentag



Absacker im Restaurant Mathon



Unsere Spuren im Schnee

Zum Trost durften oder mussten die „Yoga-Abstinenzler“ jeden Morgen das Frühstück für alle vorbereiten, sodass wir wenigstens gleich nach dem 1 ½ h Programm in den Frühstücksraum an die gedeckten Tische konnten.

Da wir die einzigen Bewohner des Hauses waren, konnten die Yogamatten gleich in dem großen parkettierten Sportraum liegen bleiben, der sich von der Größe her perfekt eignete.

Elke als Yogalehrerin betreute uns auf ihre sehr angenehme und einfühlsame Art. Jeden Tag widmete sie einem anderen, speziellen Thema / Shakra.

Mit viel Liebe zum Detail hatte sie dafür jeweils extra passende Steinchen ausgelegt, ein Duftwässerchen pro Tag zum Probieren gereicht und für jedes Shakra ein symbolisches Farbbild mitgebracht. Sie erklärte die Bedeutung der Übungen in Bezug auf die Yogalehre bzw. der den Shakren zugeordneten Körperteile. Sie würzte das mit Hinweisen zur eigenen Entspannung und inneren Problemlösung.

Neben der 90-minütigen Session am frühen Morgen gehörte auch jeden Nachmittag um 16:30 Uhr nach der Tour ein knapp einstündiges

Dehn/Stretch-Programm dazu. Das Ergebnis war, dass trotz täglicher 1.000 bis 1.400 Höhenmeter Skitour zumindest keiner der Teilnehmer an den Yogaübungen über Muskelkater klagte!

Dann war da noch die Selbstverpflegung. Jeder Teilnehmer war einmal dran, das Abendessen zuzubereiten. Das geschah jeweils in wechselnden Gruppen von 6 Personen – und viel mehr passten auch nicht in die Küche ...

Neben einer warmen Mahlzeit gab es immer auch Salat; ein vegetarisches und ein nicht vegetarisches Gericht waren ebenfalls gesetzt.

Und dann wurde fleißig geputzt, geschält, geschnitzelt, gerührt, gekocht und gewürzt. Gefachsimpelt und gelacht! Gemeinsam zu kochen macht einfach Spaß! So war es schon bei den ersten Basislagern im Spillergarten Diemtigtal.

Die Kochteams mussten jeden Abend 22 hungrige Berggänger nach anstrengenden Skitouren satt bekommen. Dass das gemeinsame Kochen Spaß



... gleich oberhalb von Mathon wird es steil!

gemacht hat, sieht man schon daran, dass ebenso wie ich auch einige andere freiwillig zweimal Abendessen bereitet haben. Der Höhepunkt war zweifellos am letzten Abend das Käsefondue mit lustigen Ingredienzen. Uwe unterstützte die Köche zur Motivation mit Extraportionen Weißwein.

Neben den üblichen Brotstücken wurden diesmal auf Wunsch auch Möhren- und Birnenstücke zum Dippen in der Käsefonduesauce vorbereitet. Dass Rühren der Fonduecreme in drei großen Pfannen war eine Herausforderung, denn die Creme musste schön geschmeidig werden, durfte nicht anbrennen und sollte auch nicht auf die Kochplatten spritzen.

Nach dem Essen kamen noch die allabendlichen Spiele! Ralf hatte es u.a. das Würfelspiel K2 angehtan, bei den man durch Würfeln und strategische Entscheidungen möglichst als erster auf den Gipfel



Unsere Yoga-Lehrerin Elke



... Fondue ist fertig!



Spieleabend mit ACTIVITY

der 7.000er oder 8.000er kommen musste. Passte ja auch irgendwie zum „Basislager“, denn der Weg auf alle hohen Berge von 6.000 bis 8.000 m führen nun mal über ein Basislager.

Aber auch QWIXX war eine tolle Sache, die uns Kreativität und Strategie abforderte. ACTIVITY (wo zwei Gruppen gegeneinander spielten) und MIND schulten die Kooperation und (meist stumme) Interaktion der Spieler. ACTIVITY: Der gesuchte Begriff musste gezeichnet und dann erraten werden.

Diese Beispiele mögen zeigen, dass wir in Mathon nicht nur tolle Skitouren bei Superwetter absolvieren konnten. Sondern auch jeder Tag von morgens bis abends gut gefüllt war, so dass nie Langeweile aufkam.

Ein herzliches Dankeschön an unsere Trainer, die ihre Gruppen mit viel Kompetenz am Berg auf den Touren sicher führten. Besonderen Dank gilt Uwe für die gute Planung mit den vielen organisatorischen Absprachen, die getroffen werden mussten, um diese erlebnisreichen Skitourtage möglich zu machen. Und schließlich auch an Annette, die sich um die Finanzen kümmerte.





ÖSTERREICH

Stubaier Alpen

Ein Bericht von
Sophia

Fotos:
Teilnehmerinnen
der Tour

JDAV-Tourenwoche in den Stubaier Alpen vom 06. bis 11. Juli 2024



Aussicht von der Müllerhütte auf den Gletscher am Morgen

Im vergangenen Jahr waren die drei Teilnehmerinnen bereits bei dem JDAV Grundkurs Gletscher und Eis bei Alexandra Krämer (Alex) dabei. Als die JDAV-Tourenwoche „Unterm Zuckerhüt!“ im Tourenprogramm stand, kam das wie gerufen und sofort war klar: Da müssen wir mit!

Beim Sicherheitstag Gletscher im Mai bei Alex und Paul wurde das Gelernte nochmal aufgefrischt. Anfang Juli war es endlich soweit: Die JDAV-Hochtourenwoche kann losgehen!

Geplant waren insgesamt sechs Etappen in den Stubaier Alpen:

Tag 1

Das Wiedersehen der Teilnehmerinnen fand auf der Selbstversorgerhütte in Zwieselstein bei Sölden statt, wo wir auch die erste Nacht verbrachten. Neben einer letzten detaillierten Tourenbesprechung und einem Materialcheck, ob jede alles dabei hat, gab es ein leckeres selbst gekochtes Dreigänge-Menü. Bereits im Vorfeld hatte Alex jeder Teilnehmerin einen Tag zur Routenführung zugewiesen.

Tag 2

Nach einem ebenso selbstgemachten, leckeren Frühstück ging es nun endlich los. Mit einem Hüttentaxi fuhren wir zu Fiegl's Gasthaus und von dort begann der Aufstieg auf die Siegerlandhütte. Neben ganz viel Motivation und Vorfreude war leider auch der Regen am Start. Der Aufstieg war ca. acht Kilometer mit 800 Hm, wobei es zunächst auf einem idyllischen Wanderweg im Seitental entlang ging. Auf den letzten Kilometern wurde der Weg unbefestigter und es taten sich erste Schneefelder auf.



We did it! Wilder Pfaff 3.458 m

Auf der Siegerlandhütte wurden wir mit einer schönen Aussicht ins Tal und einer, vorerst letzten Dusche, begrüßt. Wie jeden Abend gab es eine kurze Lagebesprechung und Wetterchecks für den nächsten Tag.

Tag 3

Von der Siegerlandhütte sollte es über das Hohe Eis (3388 m) und die Sonklarspitze (3450 m) zum Müllerhaus gehen (3143 m). Laut Karte und der entsprechenden Vorbereitung hatte die Strecke in Sachen Fels und Eis so einiges zu bieten:



Auf dem Weg zum Hohen Eis

Von Gekraxel, über Schneefelder und Geröll, teils ausgesetzten Gratpassagen und abschließend noch ein paar Kilometer über den Gletscher, sollte alles dabei sein.

Cora führte uns souverän über das Geröll und die Schneefelder zum ersten Grat. Auf dem ersten Grat wurde es dann so richtig spannend, kurz zeigte sich die Sonne, leider nicht lang genug, um den Felsen zu trocknen. Vorsichtig, aber sicher meisterten wir die erste Gratstelle und wurden mit einer Aussicht in den Nebel belohnt. So erreichten wir das Hohe Eis und entschlossen, aufgrund der aktuellen Bedingungen die Sonklarspitze auszulassen.

Nach einer weiteren Gratpassage abwärts erreichten wir ein Schneefeld, was uns ziemlich viel Zeit kosten sollte. Nach unserer ausführlichen Erkundung mit ca. 40 Meter Sicht überquerten wir gesichert das Schneefeld und stiegen eine weitere steile Passage bis zum Gletschereinstieg ab. Auf dem Gletscher führte uns Cora mit Hilfe des GPS und der geplanten Route auf Alpenvereinaktiv im Whiteout zur Müllerhütte. Müde, glücklich, aber auch stolz kamen wir auf der Müllerhütte an und wurden direkt mit einem Schnaps begrüßt (Ja, trotz JDAV waren wir schon volljährig 😊). Trotz den Bedingungen haben wir uns jederzeit sicher gefühlt und konnten sehr viel lernen, danke Alex, du hast das super gemacht!

Tag 4

Tag 4 war mit Puffertag oder Ruhetag angegeben. Doch an Ruhetag wollte keiner bei dieser wunderschönen Aussicht und Bedingungen denken:

So führte Mari uns über den Gletscher zum Grat, welcher zum Wilden Freiger (3.418 m) führte. Heute zeigte sich die Sonne und wir hatten wunderschöne Ausblicke in alle Richtungen. Zwischendurch lernten wir einiges über Wettervorhersagen und Wetterlagen von Alex.

Als nächstes ging es auf dem Grat entlang zum Becherhaus. Dort gab es den perfekten Instagramwürdigen Chocolate Cake und Sonnenschein.

Im Anschluss ging es wieder über den Gletscher zurück auf die Müllerhütte, wo wir auch an diesem Abend ein sehr leckeres, auf Wunsch auch veganes Essen bekommen haben.

Tag 5

Am Tag 5 hieß es früh aufstehen und pünktlich los. Es ging über den Wilden Pfaff (3.458 m) zur Hildesheimer Hütte (2.950 m). Bei herrlichem, morgendlichen Sonnenschein ging es über den teils ausgesetzten Grat auf den Wilden Pfaff. Teils war es Gekraxel über Felsen, teils waren die Stellen mit Seilen abgesichert. Am oberen Ende des Grates gab es zudem eine Platte, in welche Stahltritte gebohrt waren. Fazit: Der Grat war gut machbar und wir haben spätestens dort unsere Freude am Kraxeln und der Gratklettern gefunden. Oben angekommen gab es erstmal eine ausgedehnte Frühstückspause und Instagram Shootings.



Blick auf den Grat und das schon geschaffte Stück, im Hintergrund Müllerhütte und Becherhaus

Die Tourenbeschreibung hieß „Unterm Zuckerhüt“, somit haben wir (auf Anraten des Hüttenwirts) das bröckelige, poröse Zuckerhüt links neben uns gelassen und sind „Unterm Zuckerhüt“ ☺ bei schönstem Sonnenschein in unserer Vierer- Seilschaft über den Gletscher Richtung Hildesheimer Hütte gelaufen. Die Bedingungen auf dem Gletscher waren perfekt. Es gab aufgrund des vielen Schneefalls in den Wochen zuvor kaum offene Spalten und die Sicht war zur Orientierung super. Zu Entscheidungen zum Anseilen, Mitreißgefahr, Absturzgefahr, Steinschlag, Nutzung des Pickels lernten wir nebenbei eine ganze Menge von Alex.

Nach dem Gletscherabschnitt sah die Hildesheimer Hütte zum Greifen nah aus, jedoch mussten wir noch ein ordentliches Stück über Schneefelder und Geröll laufen. Auf der Hildesheimer Hütte wurden wir mit einer schönen Sonnenliege, welche nun den Rest des Tages belegt sein sollte und leckerem Essen begrüßt.



Begrüßung auf den letzten Metern zur Siegerlandhütte



Zum Abstieg zeigten sich die Alpen nochmal von der schönsten Seite

Tag 6

Am letzten Tag ging es über das Seitental von der Hildesheimer Hütte zurück zum Fiegl's Gasthaus. Der Abstieg war sehr schön, das Wetter super und die Alpen zeigten sich von ihrer schönsten Seite, was den Abschied sehr schwer machte.

Nach einer Abschlussbesprechung mit einem großen Dankeschön von uns Drei an Alex ging es wieder mit dem Hüttentaxi zurück nach Sölden. Für die JDAVlerinnen ging es mit tollen Eindrücken, jede Menge Erfahrung und weiteren (Hoch-) Tourenideen im Gepäck zurück nach Wiesbaden.

Die Tour war ein sehr schöner Mix aus Gletscher- und Gratpassagen sowie Bergsteigen.

An dieser Stelle nochmal, vielen lieben Dank an Alex für die tolle Tour mit dir! Es hat sehr viel Spaß gemacht und wir konnten jede Menge von dir lernen ☺ Danke!

Übrigens: Mehr Eindrücke zu dieser jdav-Tour könnt ihr auf unserem Instagram-Kanal entdecken.



Whiteout – Orientierung mittels GPS und der Route auf Alpenvereinaktiv

Unsere Gruppen der Sektion Wiesbaden

Hoch hinaus –
Klettern mit Handicap

Plaisier ab Vier

Freitagswanderer

Yogagruppe –

Yoga für Berg und Tal

Frauenklettergruppe

Familiengruppe

Die Waldläufer

Jugendgruppen

Alpinsportgruppe „Basislager“

Tourengruppe

Radtourengruppe „Watt und Wade“

MTB-Gruppe „Bunnyhopper“



Frauenklettergruppe

Wir sind eine offene Gruppe kletterbegeisterter Frauen jeden Alters. Bei uns steht der gemeinschaftliche Spaß am Klettern in konkurrenzfreier und entspannter Atmosphäre im Vordergrund. Jede Teilnehmerin kann ihre persönlichen Fertigkeiten in die Gruppe einbringen und erhält wiederum Unterstützung, um ihr Kletterkönnen weiterzuentwickeln.

Voraussetzung zum Mitklettern ist das Klettern im Vorstieg sowie das sichere Beherrschen mindestens einer Sicherungstechnik mit einem Autotuber/Halbautomat.

Ein bis zwei Mal im Jahr veranstalten wir eine Kletterfahrt (von Bouldern über Mittelgebirge bis Alpen ist alles dabei).

AKTUELL

- Wir treffen uns derzeit in der Regel einmal im Monat montags ab 18:30 Uhr in der Wiesbadener Nordwand
- Wenn ihr Interesse habt, meldet euch bei Gitte oder Johanna, um in den Verteiler aufgenommen zu werden
- Termininformationen unserer Klettertreffen werden per E-Mail versandt

Wollt ihr mit dem Klettersport beginnen? Seid ihr schon lange nicht mehr aktiv gewesen? Fühlt ihr euch nicht (mehr) sicher mit den Sicherungstechniken? Dann bitten wir euch darum, vor der Teilnahme an unseren Klettertreffen an einer Schulung oder einem Kurs teilzunehmen. Im Kurs- und Tourenprogramm auf unserer Homepage findet ihr die Termine für Toprope- oder Vorstiegskurse.

KONTAKT:



Gitte Halder
g.halder@dav-wiesbaden.de



Johanna Lexen
j.lexen@dav-wiesbaden.de



Familiengruppe

Mit Kindern von 0 Jahren bis 12 Jahren und ihren outdoorinteressierten Eltern unternehmen wir regelmäßig rund um Wiesbaden kleine Tagesausflüge. Die Touren sind teilweise auch kinderwagentauglich. In der Zukunft sind auch längere und weitere Unternehmungen geplant.



Mit anderen Familien gemeinsam läuft es sich für alle entspannt und wir haben viel Spaß bei den Aktionen. Familien, die gerne Informationen über Aktivitäten der Familiengruppe erhalten möchten, können sich für die Aufnahme im Mailverteiler unter wandersalamander@dav-wiesbaden.de melden. Wir freuen uns auch, wenn interessierte Eltern einzelne Aktionen anbieten möchten.

KONTAKT:

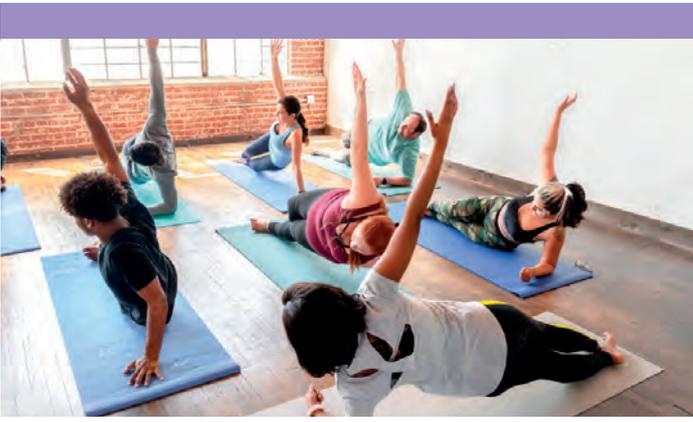


Anna-Lisa Klesy
a.klesy@dav-wiesbaden.de



Svenja Böing-Hanisch
s.boeing@dav-wiesbaden.de





Alpinsportgruppe

„Basislager“

Das „Basislager“ trifft sich immer am Freitagabend. Im Sommerhalbjahr ist unser Treffpunkt das Nerotal. Von dort aus wird gewandert und gejoggt. Im Winter treffen wir uns in der Sporthalle der Riederbergschule zum „Bodyfit“. Anschließend wird eingekehrt. Dabei werden oft weitere Unternehmungen verabredet.

Die Gruppe besteht seit über 20 Jahren und ist sozusagen „in die Jahre gekommen“.

Wir freuen uns über weitere interessierte Sport- und Naturliebhaber*innen. Für neue Ideen und Anregungen sind wir offen und dankbar.

Also gerne einfach mal vorbeikommen.

AKTUELL

- **Treffpunkt: Freitags um 18:30 Uhr**
- **Während des Winterhalbjahres bis Ende März** zur Konditionsgymnastik in der Turnhalle der Riederbergschule
- **Von April bis Mitte Oktober** treffen wir uns zum Laufen und Wandern (8 bis 15 km) im Nerotal an der Talstation der Nerobergbahn

KONTAKT:



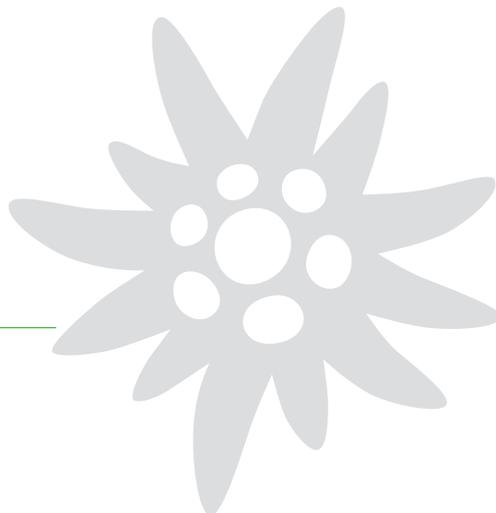
Susanne Petersen
s.petersen@dav-wiesbaden.de



Anne-Kathrin Görlich
a.goerlich@dav-wiesbaden.de



Cornelia Trapp
c.trapp@dav-wiesbaden.de



UNSERE GRUPPEN



Yogagruppe

„Yoga für Berg und Tal“

Yoga ist ein toller Weg, nicht nur seinen Körper zu stärken und beweglicher zu werden, sondern auch die geistige Konzentration zu fördern, achtsamer zu werden, Gelassenheit in allen Lebenslagen zu erreichen und sich selbst etwas Gutes zu tun.

Das Angebot ist für alle Interessierten, egal welchen Alters, besonders auch für Kletterer gut geeignet. Schwerpunkte sind Nacken, Schulter, Rücken und Hüfte. Körperspannung, Flexibilität und Dehnung werden geübt.

Mitzubringen sind eine Yogamatte und eine warme Decke. Ihr seid herzlich eingeladen!

- **Ort: Turnhalle Helene-Lange-Schule**
- **Termin: Jeden Dienstag**
Mittelstufe: 19:45 Uhr bis 21:15 Uhr
- **Teilnehmerkreis offen**
- **In Ferienzeiten online oder im Park**
- **Nur mit vorheriger Anmeldung:**
Starttermine der neuen Kurse und Anfängerkurse
sind bei Elke zu erfragen

KONTAKT:



Elke Seidensticker
Telefon 06 11 54 71 56
e.seidensticker@dav-wiesbaden.de



Hoch hinaus

Klettern mit Handicap

Klettern wirkt motivierend und verleitet dazu, hoch hinaus zu wollen. Das gilt auch für Menschen mit Behinderung. Ohne es zu bemerken, fördert das Klettern die Motorik und die Koordination. Denn neben großen Muskelgruppen, wie der Rumpfmuskulatur, werden unter anderem viele kleine Muskeln an Rücken, Hand und auch Füßen gefordert. Dabei wird nicht nur die Muskelkraft trainiert, sondern auch die Koordination der Bewegungen verbessert und der Gleichgewichtssinn geschult.

Der Kletterer nimmt die Situation selbst in die Hand und findet den für sich richtigen Weg nach oben. So steigern selbstgesteckte Ziele, die mit Willenskraft erreicht werden, sowohl das Selbstvertrauen als auch das Selbstwertgefühl.

Mit unserer Gruppe „Hoch hinaus“ bieten wir Personen mit Handicap Unterstützung, damit auch sie den Klettersport für sich entdecken und ausüben können. Willkommen sind alle mit körperlichen und oder geistigen Einschränkungen, die Interesse haben, Erfahrungen an der Kletterwand zu sammeln. Dabei handelt es sich um eine Therapie-Ergänzung, die Freude an der Bewegung bringt und zu neuen Herausforderungen animiert.

AKTUELLE KURSE

- Regelmäßige Kurse
- Die genauen Zeiten bitte bei den Gruppenleitern erfragen

INFORMATIONEN UND KONTAKT:



Anna-Lena Würbach
Telefon 01 76 - 82 14 92 38
handicapklettern@dav-wiesbaden.de



Bärbel Brand
b.brand@dav-wiesbaden.de



Plaisir ab Vier

Bei der offenen Klettergruppe „Plaisir ab Vier“ geht es vor allem um das gemeinsame Klettern. Wenn Ihr nachweislich die Sicherungstechniken im Toprope beherrscht, dann fühlt Euch bei uns willkommen. Unseren Ansatz haben wir schon im Namen der Gruppe verankert:

- Klettern mit Genuss
- Mit und ohne Leistungsgedanken
- Im Schwierigkeitsgrad, der zu Dir passt
- Freude an Kletter- und anderen Aktivitäten in der losen Gruppe

AKTUELL

- Wir treffen uns alle 14 Tage donnerstags in der Nordwand. Bei Interesse bitte bei Anett oder Karl per E-Mail melden.

Wollt Ihr neu mit dem Klettersport beginnen? Seid Ihr schon lange nicht mehr aktiv gewesen? Fühlt Ihr Euch nicht (mehr) sicher mit den Sicherungstechniken? Dann bitten wir Euch darum, vor der Teilnahme an unseren Klettertreffen an einer Schulung teilzunehmen. Auf unserer Homepage findet Ihr z.B. Termine für entsprechende Toprope- oder Vorstiegsurse.

KONTAKT:



Anett Hoheisel
a.hoheisel@dav-wiesbaden.de



Karl Harbusch
k.harbusch@dav-wiesbaden.de



Die Waldläufer – aka „Trailrunner“

Der Name ist Programm: Wir bewegen uns möglichst zügig in der freien Natur, bevorzugt auf Wald- und Wurzelwegen, in der schönen Umgebung rund um Wiesbaden. Ob wir das dann dem Zeitgeist folgend als „Trailrunning“ oder schlicht „Waldlauf“ oder „Crosslauf“ nennen, ist letztlich zweitrangig. Unser Spaß beginnt da, wo der Asphalt der Straße endet.

Unser Profil

Die Gruppe besteht seit Herbst 2021 und seither gibt es den wöchentlichen Lauftreff. Im Altersniveau liegen wir in der Klasse „Ü40 und aufwärts“, an erster Stelle steht der Spaß am abwechslungsreichen Laufen. Wir laufen nicht „durch“ die Natur, sondern als Teil davon „in“ der Natur – auf gegebenen Wegen und Pfaden, dem DAV-Motto folgend: „Natürlich auf Tour – freundlich, umsichtig, naturverträglich“.

Voraussetzungen

Besondere Lauferfahrung auf „Trails“ ist nicht nötig. Eine gute Grundkondition für einen Dauerlauf von ca. 60 Minuten in wechselndem Gelände reicht. Richtwert ist die Dauer. Bei welcher Distanz und Pace wir dann am Ende liegen, hängt letztlich ab vom Gelände, der Jahreszeit, dem Wetter und der Tagesform der Teilnehmer. Am Ende ergibt sich meist eine Strecke von 8–9 km. Gegenseitige Rücksichtnahme in der Gruppe ist klar, niemand bleibt allein im Wald zurück.

AKTUELL

- Termin: 1x/Woche, Dienstag, 18:30 Uhr, im Sommer nach Absprache auch später
- Treffpunkte, Laufreviere, Dauer – kann wechseln

- (1) Standard: Parkplatz Nerobergbahn (Talstation), von dort geht es ca. 1 Stunde durch den Wiesbadener Stadtwald, der reichlich abwechslungsreiche Strecken verspricht.
- (2) Alternative: Es muss nicht immer der Start an der Nerobergbahn sein, das wird auf Dauer langweilig. Wiesbaden und sein nahes Umland haben reichlich reizvolle Strecken zu bieten. Lasst Euch überraschen oder plant selbst mit! Vorschläge sind immer sehr willkommen. Motto: Raus aus eingelaufenen Pfaden, neue interessante Laufreviere entdecken. Vereinbarung: Nach vorheriger Abstimmung in der „Chatgruppe“ (siehe „Kontakt“).
- (3) Weitere Lauftreffs sind spontan nach Verabredung möglich, z.B. für „Early Birds“ am Sonntagmorgen, dann ggf. Ausflüge in die weitere Umgebung im Radius 20 bis 30 km um Wiesbaden herum und gern in gemeinsamer Abstimmung auch etwas weiter und länger.

Streckenplanung

Die Planung erfolgt stets spontan nahe am Tag des wöchentlichen Lauftreffs. Die Strecke vereinbaren wir über den SIGNAL-Kanal (siehe »Kontakt«).

Kontakt über SIGNAL – Der Gruppen-Chat-Kanal

Zur rechtzeitigen Abstimmung der Fragen: wer kommt zum Lauftreff, wo starten wir, welche Strecke steht an, nutzen wir die „SIGNAL“-App. Die Aufnahme in die Signal-Gruppe erfolgt über einen der Ansprechpartner der Gruppe.

KONTAKT:

Michael Pätzold
m.paetzold@dav-wiesbaden.de, Telefon 0176-47 59 30 18

Jürgen Walter
j.walter@dav-wiesbaden.de, Telefon 0160-92 73 84 08





Freitagswanderer

II. Jahresdrittel 2025

FREITAG, 25. APRIL 2025

Rheingauwanderung

Wir wandern von Oestrich über die 3 Mühlen nach Hallgarten und am Leimersbach entlang nach Hattenheim.

ABFAHRT: ab 11:40 Uhr, Wiesbaden Hbf., Ostseite, Bussteig 5, Bus 171 an 12:33 Uhr, Oestrich Friedensplatz

RÜCKFAHRT: ab 18:04 oder 19:04 Uhr, Hattenheim Bf., Bahn RB 10 an 18:25 oder 19:25 Uhr, Wiesbaden Hauptbahnhof

FREITAG, 30. MAI 2025

Odenwald-Wanderung

Bahnfahrt nach Bensheim-Auerbach und Wanderung durch den Fürstenlager Park mit Einkehr im dortigen Landgasthof Herrenhaus, das wieder eröffnet ist.

ABFAHRT: ab 10:36 Uhr, Wiesbaden Hbf., Bahn RB 75, Richtung Aschaffenburg Gleis 3 an 11:21 Uhr, Darmstadt Hbf. Gleis 8 ab 11:30 Uhr, RB 67 Richtung Schwetzingen Gleis 10 an 11:54 Uhr, Auerbach Bahnhof

RÜCKFAHRT: ab 17:04/18:04 Uhr, Hattenheim Bf., Bahn RB67, Gleis 1 an 17:28/18:28 Uhr, Darmstadt Hbf., Gleis 7 ab 17:38/18:38 Uhr, RB 75 Richtung Wiesbaden Hbf., Gleis 9 an 18:27/19:27 Uhr, Wiesbaden Hauptbahnhof

FREITAG, 27. JUNI 2025

Rheingauwanderung

Kräuterwanderung mit Maria Ruff um Assmannshausen, ca. 2,5 Stunden und anschließender Einkehr.

ABFAHRT: ab 11:33 Uhr, Wiesbaden Hbf., RB 10, Gleis 1 an 12:10 Uhr, Rüdesheim-Assmannshausen Bahnhof

RÜCKFAHRT: ab 17:48 Uhr, Rüdesheim-Assmannshausen Bahnhof, Richtung Frankfurt RB 10, Gleis 2 an 18:25 Uhr, Wiesbaden Hauptbahnhof

FREITAG, 25. JULI 2025

Rheingauwanderung

Von Hattenheim Bahnhof über Margarethen Kapelle, Bildstock, Marienkrönung, Erbach, Domäne Neuhof, Leimersbach nach Hattenheim.

ABFAHRT: an 12:33 Uhr, Wiesbaden Hbf. RB10, Gleis 1 an 12:53 Uhr, Hattenheim Bahnhof

RÜCKFAHRT: 18:04/19:04 Uhr, Hattenheim Bf., Bahn RB 10 an 18:25/19:25 Uhr, Wiesbaden Hauptbahnhof

FREITAG, 29. AUGUST 2025

Wiesbadener Wanderung

Vom Chausseehaus zur Knoop's Alm in Frauenstein über Rheingauer Pfad/-Straße und mit dem „schwarzen Punkt“ zum Friedhof in Frauenstein

ABFAHRT: ab 12:18 Uhr, Wiesbaden Hbf., Ostseite, Steig 4, Buslinie 275 an 12:39 Uhr, Chausseehaus, Dotzheim

RÜCKFAHRT: ab 18:16/18:31 Uhr, Frauenstein Herrnbergstraße, Buslinie 24 an 18:42/18:57 Uhr, Wiesbaden Luisenplatz

FÜHRUNG UND AUSKUNFT:

*Klaus Thomae
Telefon 06 11 - 37 22 14*





Jugend

KONTAKT UND AUSKUNFTE:

Am einfachsten erreichst du uns per E-Mail: jugend@dav-wiesbaden.de
Jugendreferent: Tony Petzold

WER WIR SIND UND WAS WIR MACHEN

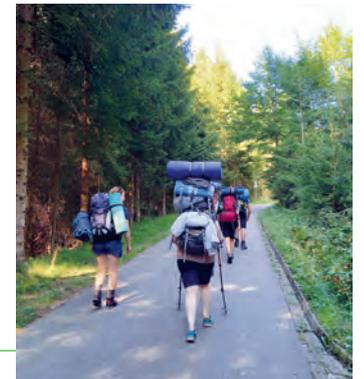
Die Jugend in der Sektion Wiesbaden des Deutschen Alpenvereins bietet viele tolle Möglichkeiten rund um Berge und Klettern an. In der Jugend sind alle Kinder und Jugendlichen von 8 bis 26 Jahren willkommen. Wir haben Gruppen für verschiedene Altersstufen, die natürlich auch entsprechend unterschiedliche Aktivitäten rund um Klettern, Bergsport und Natur anbieten. Die regelmäßigen Gruppenstunden bestehen aktuell hauptsächlich aus Klettern oder Bouldern. Doch manchmal chillen und quatschen wir auch einfach nur und spielen ein paar Spiele oder treffen uns zum Backen oder Kochen. Die Gruppenaktivitäten können von den Teilnehmenden selbst gestaltet und aktiv mitbestimmt werden, der Fantasie sind (fast) keine Grenzen gesetzt. Neben den regelmäßigen Gruppenstunden organisieren die Gruppen oft Ausflüge in der Umgebung sowie mehrtätige Ausfahrten in etwas entferntere Ziele, wie z.B. Allgäu, Frankenjura, Harz, Frankreich, usw.

Wichtig ist uns vor allem, dass wir gemeinsam Spaß haben und Diskriminierung keinen Raum bei uns hat.

Wenn du dich für eine unserer Jugendgruppen als Teilnehmer*in interessierst, kann es sein, dass dort – je nach Gruppe – nicht direkt ein Platz frei ist und du daher mit Wartezeiten rechnen musst. Wir führen eine Warteliste nach dem Schema – „Wer zuerst kommt, mahlt zuerst.“ In seltenen Fällen ist aber auch direkt ein Platz frei.

Werde Jugendleiter*in, gründe eine Gruppe

Wenn du dich für eine Tätigkeit als Jugendleiter*in interessierst, kannst du uns auch gern schreiben, wir sind immer auf der Suche nach Jugendleiter*innen. Nach einer „Probezeit“ in einer bereits bestehenden Gruppe hast du auch die Möglichkeit eine neue Gruppe zu gründen, ganz nach persönlichem Interesse – z.B. Klettern, Mountainbike, Wandern, Geocaching, Bergsteigen, Radtouren uvm.



UNSERE JUGENDGRUPPEN

NAME	ALTER/JAHRGANG	GRUPPENZEIT	FOKUS	BEMERKUNG
Bergtrolle	2010–2012	Dienstag 17:00 bis 19:00 Uhr	Klettern	Aktuell mit Murmeltieren kombiniert
Snackpacker	2007–2011	Freitag 17:00 bis 19:00 Uhr	Klettern	ehem. Bergzwerge / BlackFeet
Senkrechtgämsen	ab 16 bis 22 Jahre	Montag 19:00 bis 21:00 Uhr	Klettern	ehem. Gipfelgmsen / Senkrechtstarter
Ropeless	ab 16 bis 26 Jahre	Donnerstag 19:00 bis 20:30 Uhr	Bouldern	in der Wiesbadener Nordwand

Bei Fragen oder Interesse melde dich gern unter jugend@dav-wiesbaden.de



Tourengruppe

KONDITIONSWANDERN:

Mittwochs, 9:00 Uhr,
Parkplatz Nerobergbahn Talstation, ca. 3 Stunden
Info: Klaus Burk, Telefon 06 11 - 37 45 54

AUFBAUTRAINING 55+:

Donnerstags, 18:00 Uhr (nicht in den Schulferien)
Halle Riederbergschule, Philippsbergstraße 26/28
Info: Gerold Schäberle, Telefon 06 11 - 2 97 47

NORDIC WALKING UND WALKING:

Sonntags, 10:00 Uhr, Parkplatz Nerobergbahn Talstation,
Info: Jürgen Dotzel, Telefon 06 11 - 52 25 83

Hinweis für alle:

Wie bei vielen Sektionen des DAV üblich, wird aufgrund der hohen Spritpreise ein Kostenanteil von 8 Cent /km pro MitfahrerIn und Mitfahrer bei Fahrgemeinschaften erhoben.

Außerdem wird versucht, häufiger die Wandergebiete per ÖPNV zu erreichen.



SONNTAG, 27. APRIL 2025

Wanderung „Rheinsteig von Schlangenbad nach Hattenheim“ (ca. 19 km, 400 Hm)

ANFAHRT MIT ÖPNV:

09:45 Uhr Abfahrt Wiesbaden Hbf. mit Bus 275 Richtung Nastätten, Bussteig B oder alle Haltestellen des Busses in Wiesbaden, 10:15 Uhr Ankunft Schlangenbad, Landgrafenplatz

STARTPUNKT:

10:20 Uhr Bushaltestelle Schlangenbad, Landgrafenplatz

WANDERSTRECKE:

Mittlere Kondition erforderlich.

Wir wandern von Schlangenbad über die Rausch in Eltville nach Kiedrich und über Kloster Eberbach nach Hattenheim. Es gibt eine Trink- und Essenspause kurz nach der Rausch mit wunderbarem Blick ins Eltviller Tal und dann nochmal im Garten des Klosters Eberbach.

SCHLUSSRAST:

Einkehr in Hattenheim

Anmeldung erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Petra Leibold, Telefon 01 52 - 55 35 62 27, petra.leibold@gmx.de

SONNTAG, 25. MAI 2025

Wanderung „Rheinterrassenweg von Mettenheim nach Oppenheim“ (ca. 18 km, ca. 270 Hm)

TREFFPUNKT:

08:35 Uhr Wiesbaden Hbf. Reisezentrum
08:48 Uhr Abfahrt mit S8 Richtung Offenbach
09:00 Uhr Ankunft Mainz Hbf.
09:22 Uhr Abfahrt Mainz Hbf. mit S6 Richtung Bensheim
09:57 Uhr Ankunft Mettenheim

STARTPUNKT:

10:00 Uhr Mettenheim Eingang S-Bahnhof

WANDERSTRECKE:

Einfache Kondition erforderlich.

Die Strecke geht über befestigte Wege, durch vielfältige Natur mit tollen Ausblicken auf Rhein und Odenwald sowie in der Ferne Frankfurt und unseren Taunus.

SCHLUSSRAST:

Einkehr in Oppenheim.

Anmeldung erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Lucius Alsen, luciusalsen@gmail.com

SONNTAG, 29. JUNI 2025**Wanderung „Rund um Idstein“
(ca. 16 km, 300 Hm)****ANFAHRT MIT ÖPNV:**

09:36 Uhr Abfahrt Wiesbaden Hbf. mit RB 21 Richtung Niedernhausen

09:58 Uhr Ankunft Niedernhausen

10:01 Uhr Abfahrt mit RB 22 Richtung Limburg

10:06 Uhr Ankunft Idstein Bahnhof

oder

09:05 Uhr Abfahrt Wiesbaden Hbf., Steig B, mit Bus 271 Richtung Idstein Busbahnhof

09:52 Uhr Ankunft Idstein Bahnhof

STARTPUNKT:

10:15 Uhr Dauerparkplatz Idstein Bahnhof (Bei NORMA)

WANDERSTRECKE:

Normale Kondition erforderlich.

Unser Weg führt uns vorbei am Rosenkippel – der bei guter Wetterlage eine wunderschöne Aussicht über das Idsteiner Land bietet – nach Niederauroff. Von dort wandern wir entlang dem Auroffer Bach ins Haubental. Nachdem wir die bewaldete Strecke hinter uns gelassen haben, queren wir zwischen Wörsdorf und Idstein gelegene Felder und Wiesen bis zur Hohen Straße. Dort wenden wir uns gen Süden und folgen dem Bermbacher Weg zum Waldrand. Über den Wanderparkplatz „Zinsgraben“ gelangen wir durch ein Waldstück vorbei am Restaurant Ponyhof zurück in die Idsteiner Altstadt.

SCHLUSSRAST:

Rucksackverpflegung.

Anmeldung mit Reservierung für Einkehr erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Christine Kreh-Laino, Telefon 01 79 - 2 36 06 27

chistine.kreh-laino@hotmail.de

SONNTAG, 20. JULI 2025**Wanderung „Rund um Niedernhausen“
(ca. 17 km, 460 Hm)****ANFAHRT MIT ÖPNV:**

09:36 Uhr Abfahrt Wiesbaden Hbf. mit RB 21 Richtung Niedernhausen

09:58 Uhr Ankunft Niedernhausen

STARTPUNKT:

10:00 Uhr Niedernhausen Bahnhof

WANDERSTRECKE:

Mittlere Kondition erforderlich.

Ab Bahnhof Niedernhausen zum Theistalsee, durch den Wald unterhalb der Hohen Kanzel nach Niederseelbach, weiter nach Oberseelbach, von dort über den „Hohlen Stein“ durch den Wald zurück nach Niedernhausen.

SCHLUSSRAST:

Eventuell Einkehr in Niedernhausen, ansonsten Rucksackverpflegung.

Anmeldung erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Dieter Conradi, Telefon 01 76 - 56 76 44 23

dieterconradi@gmx.de

SONNTAG, 24. AUGUST 2025**Wanderung „Tempeltour im Taunus“
(ca. 17 km, ca. 750 Hm)****ANFAHRT MIT ÖPNV:**

09:36 Uhr Abfahrt Wiesbaden Hbf. mit RB 21 Richtung Niedernhausen

09:58 Uhr Ankunft Niedernhausen

10:03 Uhr Abfahrt mit S 2 Richtung Dietzenbach

10:10 Uhr Ankunft Eppstein Bahnhof

STARTPUNKT:

10:15 Uhr Eppstein Bahnhof, P+R Parkplatz

WANDERSTRECKE:

Mittlere Kondition erforderlich.

- Anstieg in Richtung Bremthal und weiter nach Langenhain zum 1. Tempel der Tour: Bahai-Tempel (Haus der Andacht)
- Abstieg nach Lorsbach
- Über die Gundelhard Aufstieg zum großen Mannstein (Staufen)
- weiter zum 2. Tempel der Tour: Kaisertempel und zurück zum Ausgangspunkt in Eppstein.

SCHLUSSRAST:

Rucksackverpflegung

Individuelle Schlussrast im Restaurant „Wunderbar Weite Welt“ in der Nähe des Parkplatzes am Bahnhof Eppstein möglich.

Anmeldung erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Lothar Fuchs, Telefon 0 61 22 - 36 22, lothar@fuchs75.de

SONNTAG, 21. SEPTEMBER 2025**Wanderung „In den Rheingauer Alpen“
(ca. 18,5 km, ca. 500 Hm)****ANFAHRT MIT ÖPNV:**

08:20 Uhr Wiesbaden Hbf. Reisezentrum

08:33 Uhr Abfahrt mit RB10 Richtung Neuwied

08:47 Uhr Ankunft Eltville Hbf.

09:00 Uhr Abfahrt Eltville Hbf. mit Bus 172

Richtung Kloster Eberbach

09:18 Uhr Ankunft Kloster Eberbach

STARTPUNKT:

09:30 Uhr Busparkplatz Haltestelle Kloster Eberbach

WANDERSTRECKE:

Gute Kondition erforderlich.

Von Kloster Eberbach geht es auf dem Rheingauer Wanderweg über die Hallgartener Zange, die Kalte Herberge, die Mapper Schanze, das Gebäck, über die Kisselmühle wieder zurück zum Kloster Eberbach.

SCHLUSSRAST:

Eventuell im Kloster Eberbach, ansonsten Rucksackverpflegung.

Anmeldung erforderlich!

FÜHRUNG UND ANMELDUNG:

Georg Rick, Telefon 01 71 - 1 26 04 31, ironmanrick@web.de



Radtouren-Gruppe „Watt und Wade“



Wer wir sind!

Der Name ist Programm: Watt und Wade! Es sind alle Fahrrad-begeisterten eingeladen, ob mit oder ohne Akku am Rad, die Spaß daran haben, gemeinsam auf Radtour zu gehen. Im Vordergrund steht die Freude am gemeinsamen Radfahren auf abwechslungsreichen Touren durch die umliegenden Mittelgebirge, das Rhein-Main-Gebiet und auch mal entlang der Flussufer. Zu den Tagesausflügen gehört eine gemütliche Einkehr oder mal ein kulturelles Schmankerl. Mit einer durchschnittlichen Kondition ist man den Tourenangeboten gewachsen. Gemeinsame Planungen von Mehrtagestouren sind ausdrücklich erwünscht.

Unsere Tagestouren sind zwischen 60 bis 80 km und zwischen 300 bis 800 Höhenmetern. Diese Gruppe ist eine Radtouren-gruppe. Der Schwerpunkt liegt auf Strecke-Landschaft-Genuss. Wir folgen größtenteils ausgewiesenen Radwegen. Man sollte sein Rad sicher beherrschen. Alles, was zwei Räder hat, wie Touren-, Trekking-, Mountain- oder Gravelbike mit oder ohne E-Mobilität, ist herzlich eingeladen. Du solltest einen Fahrradhelm tragen und ein kleines Werkzeug, Ersatzschlauch, Pumpe und Regenbekleidung an Bord haben.

Für Wochenendausflüge und Tourenwochen findest du die Ausschreibungen und ausführliche Informationen im Kurs- und Tourenprogrammheft der Sektion (link oben) und im Kalender auf dieser Seite.

Tourenplanungen und Tourenvorschläge

Bei alpenvereinaktiv.com findet ihr unter dem Link verschiedenen Touren, die wir gefahren sind, in Planung haben oder einfach empfehlen.



Herzlichst ... Dirk Basting

KONTAKT UND AUSKÜNFTE:



Dirk Basting
Telefon 0163 - 6 85 68 43, d.basting@dav-wiesbaden.de



Anne-Kathrin Goerlich
Telefon 0151 - 10 27 87 77, a.goerlich@dav-wiesbaden.de



Terminplan der Radtourengruppe

Detailinformationen gib es noch mal über den Mailverteiler oder den Link in der Tourenbeschreibung.

TERMIN	ZIEL/PROGRAMM	TREFFPUNKT	KONTAKT	GPX & TOUREN-BESCHREIBUNG
Sonntag 30.03.25	Saisonaufakt! Aartalradweg über Dietz nach Limburg Abwechslungsreiche Radtour mit Picknick, Einkehr und Dombesuch – Rückfahrt mit dem Zug über Niedernhausen nach Wiesbaden	Alpinzentrum Wiesbaden-Rambach 10:00 Uhr	Uta Basting u.basting@dav-wiesbaden.de	
Ostermontag 21.04.25	Osterausflug Hessisches Ried und Rheinhessen Genusstour am Rhein entlang über Ginsheim und mit der Fähre nach Nierstein und über Harxheim retour, Picknick und Einkehr	Mainz-Kastel am Bahnhof 10:00 Uhr	Uta Basting u.basting@dav-wiesbaden.de	
Samstag 03.05.25	Kunsthause Niederlibbach mit Ausstellungsbesuch von Miriam Vlaming und Leo Leonhard Eintritt und Führung 16.– Euro pro Person, Bitte anmelden!	Wiesbaden Elsässer Platz 10:00 Uhr	Anne-Kathrin Goerlich a.goerlich@dav-wiesbaden.de Thomas Kleber t.kleber@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 18.05.25	Schöne Rheinhessentour Richtung Rochusberg Laurenzberg und Rochuskapelle (Einkehr) mit Blick auf den Rheingau – Rückfahrt mit dem Rad oder Zug möglich	Wiesbaden-Biebrich Rheinufer, an der Froschkönigin 10:00 Uhr	Uta Basting u.basting@dav-wiesbaden.de	
Samstag 24.05.25	Rheingautour über Kalte Herberge und Mapper Schanze Aussichtreiche Rundtour mit Picknick und Einkehr	Wiesbaden Elsässer Platz 10:00 Uhr	Anne-Kathrin Goerlich a.goerlich@dav-wiesbaden.de Thomas Kleber t.kleber@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 15.06.25	Die große Flughafenrunde Radtour Die große Flughafenrunde Radtour zwischen Landschaftsschutzgebiet, Landebahnen und Luftbrückendenkmal ggf. mit Zeppelinmuseum	Wiesbaden Hauptbahnhof, Taxistand 10:00 Uhr S-Bahn nach Kelsterbach	Dirk Basting d.basting@dav-wiesbaden.de	
Donnerstag bis Sonntag 19.–22.06.25	Fronleichnamradtour durch Hessen (4-tägig) Auf dem Limes-, Vulkan- und Mainradweg Weitere Informationen und Anmeldung über Homepage des DAV	Homepage des DAV Wiesbaden – Kursprogramm	Manfred Bachmann m.bachmann@dav-wiesbaden.de Irmtraud Schmidt i.schmidt@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 06.07.25	Lahnradweg von Limburg nach Weilburg und weiter bis nach Wetzlar Rückfahrt mit dem Zug	Niedernhausen Bahnhof 10:01 Uhr RB 22 nach Limburg	Dirk Basting d.basting@dav-wiesbaden.de	
Samstag bis Freitag 12.–18.07.25	Bikepacking-Tour (auch E-Bike!) Heidelberg-Schwarzwald-Bodensee-Radweg mit Camping Rückfahrt mit dem Zug (Details folgen auf der Homepage),	Gemeinsame Planung und Durchführung	Dirk Basting d.basting@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 24.08.25	Radtour nach Bad Kreuznach zu den Brückenhäusern und der Saline Rückfahrt mit dem Rad oder der Bahn möglich	Wiesbaden Hauptbahnhof, Taxistand 09:00 Uhr	Anne-Kathrin Goerlich a.goerlich@dav-wiesbaden.de Thomas Kleber t.kleber@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 07.09.25	Architektur in Darmstadt Hundertwasserhaus, Frauenhofer Institut & Mathildenhöhe Rückfahrt mit dem Zug	Wiesbaden Hauptbahnhof 10:00 Uhr	Dirk Basting d.basting@dav-wiesbaden.de	
Samstag 20.09.25	Frankfurt-Höchst mit Altstadtführung mit der Historikerin Silke Wustmann, Kosten ca. 12.– Euro Bitte anmelden!	Wiesbaden Hauptbahnhof, Taxistand 10:00 Uhr	Anne-Kathrin Goerlich a.goerlich@dav-wiesbaden.de Thomas Kleber t.kleber@dav-wiesbaden.de	
Sonntag 19.10.25	Finale Feldberg Anspruchsvolle Radtour auf den Feldberg Rückfahrt ab Bad Homburg mit dem Zug möglich	Alpinzentrum Wiesbaden-Rambach 10:00 Uhr	Dirk Basting d.basting@dav-wiesbaden.de	



MTB-Gruppe „Bunnyhopper“

Wir sind eine offene Gruppe von MTB-Begeisterten, die den Genuss der Berge auf zwei Rädern mit der Verbesserung der individuellen Kondition und Fahrtechnik verbinden wollen. Im Vordergrund steht die Freude am Radeln im anspruchsvollen Gelände und das gemeinsame Naturerlebnis - entspannt und rücksichtsvoll. Kurvige, mitunter auch ruppige Trails und steile Anstiege sind unser Element.

Wir treffen uns regelmäßig einmal im Monat sonntags um 09:30 Uhr an der Talstation der Nerobergbahn; die Ankündigung erfolgt per Whatsapp. Dann steht eine Tour im Wiesbadener Revier an. Die üblichen Verdächtigen sind dabei Platte, Schläferskopf, Hohe Wurzel, Kellerskopf, Hohe Kanzel usw. Zur Abwechslung geht es auch mal in den Pfälzer Wald. Die regelmäßige Sonntagstour ist auf drei Stunden und bis zu 800 Höhenmeter im Aufstieg angelegt. Wir versuchen, bei jeder Tour möglichst viele Trails einzubauen.

Spontane kleine Feierabendrunden unter der Woche, Tagestouren in der Region, ein Ausflug in den Pfälzer Wald oder mal nach Stromberg, gezieltes Fahrtechniktraining, Verabredungen untereinander - das alles ist möglich und ergibt sich jeweils nach Absprache. Die Gruppe organisiert sich über eine Whatsapp-Community.

Alle Veranstaltungen (Trainings und Touren) sind auf Biker*innen ausgerichtet, die ohne Motor fahren. Das schließt im Einzelfall eine Teilnahme mit E-Bike aber nicht aus.

Voraussetzungen/Ausrüstung für die regelmäßigen Sonntagstouren:

- Leistung und Ausdauer: 400 Hm Aufstieg / Stunde auf normalem Untergrund; dreistündige Touren mit 800 Hm Aufstieg insgesamt
- Fahrtechnik: Sicheres Fahren auf S1-Trails gem. Single-trailskala (siehe: www.singletrail-skala.de)
- Ausrüstung: ein berg- bzw. geländetaugliches Bike, einwandfrei gewartet, Helm, Mini-Tool, Ersatzschlauch, Pumpe, ausreichend zu trinken, evtl. ein Riegel, was zum Drüberziehen für die Abfahrt(en), je nach Wetterlage: Regenzeug.

Wenn du unsicher bist, ob Fahrtechnik und Kondition passen: Einfach mal mitfahren und ausprobieren. Der Spaß steht im Vordergrund, keiner wird abgehängt. Bei genug Interessierten besteht außerdem die Möglichkeit, zwei unterschiedliche Leistungsgruppen zu bilden. Zur groben Orientierung: Wenn Du vom Nerotal hoch auf die Platte auf Waldwegen nicht mehr als eine 1 Stunde brauchst (und dann nicht gleich völlig platt bist), reicht deine Kondition bestimmt auch für die Sonntagstouren. Wenn dich schmale, kurvige Wege mit grobem oder rutschigem Untergrund und moderatem Gefälle (S1) nicht aus der Fassung bringen, passt das sicher auch mit der Fahrtechnik.

Du hast Lust mitzufahren? Dann schreib einfach eine Whatsapp mit dem Text „Bunnyhopper“ und deinem Klarnamen (Vor- und Nachname) an mich (siehe unten). Ich nehme dich dann gerne in die Whatsapp-Community auf. Dort gibt es dann weitere Gruppen, die du nach Interesse auswählen kannst. Und keine Sorge: In der Community wird nur Essentielles kommuniziert, es gibt also keine Flut an überflüssigen Posts.

KONTAKT UND AUSKÜNFTE:



Joachim Krumb
Telefon 0179 - 5 99 69 11
j.krumb@dav-wiesbaden.de



GLOBETROTTER
RE:THINK

GIB DEINER OUTDOOR-AUSRÜSTUNG EIN ZWEITES LEBEN.



WIR KAUFEN DEINE GEBRAUCHTE AUSRÜSTUNG
UND SO EINFACH GEHT`S:

IN DER FILIALE



1. Kommt mit eurer gut erhaltenen Markenausrüstung in die Filiale.



2. Unser Fachpersonal überprüft eure Ausrüstung und macht euch ein faires Guthscheinangebot.



3. Ihr könnt euren Globetrotter Guthschein gleich beim nächsten Einkauf einlösen.

IM ONLINESHOP



1. Ladet zunächst aktuelle Bilder eures Secondhand-Artikels hoch und erhaltet ein Preisangebot.



2. Ihr bekommt dann automatisch einen kostenfreien Versandschein per E-Mail.



3. Wir prüfen euer Kleidungsstück, bestätigen oder erneuern das Preisangebot und zahlen euch aus.

BESUCHE UNS IN DER NEUGASSE 15-19 | WIESBADEN
ODER ONLINE UNTER [GLOBETROTTER.DE/SECONDHAND](https://www.globetrotter.de/secondhand)



Alpinzentrum
Sektion Wiesbaden des Deutschen Alpenvereins e.V.
In der Lach 4 · 65207 Wiesbaden · Telefon 06 11 - 5 93 34
info@dav-wiesbaden.de · www.dav-wiesbaden.de

dav-wiesbaden.de