



# Naturfreunde

**Lenzing** mit den Sektionen Timelkam,  
Seewalchen und Schörfing



## WINTER 2022/23

Schi-Alpin  
Snowboard  
Schitouren

E-Bike u. Mountainbike  
Sportklettern  
Wandern



**Winter 2022/23**

<b>Inhaltsverzeichnis:</b>	Seite
Vorwort	3
Schi Alpin - Snowboard	4
Schitouren	14
Schneeschuhwandern	37
Sportklettern	38
Mountainbike / E-Bike	47-48
Wandern	49

---

Gerne sind alle Mitglieder jederzeit herzlich eingeladen persönlich an einem unserer Vereinsabende teilzunehmen bzw. sich gleich direkt Auskünfte zu unseren Veranstaltungen einzuholen!

Ausgebildete und staatlich geprüfte Instrukturen stehen euch mit Rat und Tat zur Seite.

**Info und Anmeldungen** zu unseren Fahrten oder zu eigenen Tourenplanungen im NF-Vereinshaus (Hallenbad Parkplatz) **jeden MITTWOCH von 19.00 bis 20.00 Uhr** mit der Möglichkeit, Ausrüstungsgegenstände auszuleihen.

Titelbild: Vorderes Geisshorn (3.632 m) in den Walliser Alpen (CH)  
Rückseite: Aufstieg von der Hollandiahütte zur Äbni Flue (3.961 m)  
in den Walliser Alpen

**TELEFONNUMMER IM VEREINSHAUS:**

**07672/93033**

**lenzing@naturfreunde.at**

**www.lenzing.naturfreunde.at**

Herausgeber: Naturfreunde Lenzing, ZVR-Zahl: 006762147

Für den Inhalt verantwortlich: Andreas Stiebler

Druck: vöcklaDruck, Timelkam, 07672/29200

## Liebe Mitglieder der Naturfreunde!

Die Tage werden nun immer kürzer und der Nebel „hängt“ hartnäckig und zäh in den Tälern. Nur der Weg nach oben lässt uns die oft mystische Stimmung durchbrechen und die wärmende Sonne genießen.

Ein sicheres Zeichen, dass nun der Winter vor der Tür steht und uns – hoffentlich – die so ersehnten und geschätzten weißen Flocken beschert, je pulvriger desto besser!



Schon die Vorfreude auf Kommendes versetzt uns in euphorische Stimmung. Beläge werden „g'waxelt“ und poliert, Kanten geschärft, und übrige Sportgeräte und Sicherheitsausrüstung auf Brauchbarkeit und Funktionalität geprüft. Vielleicht ist auch unter einem gewissen Bäumchen was Neues dabei?

Wir können sie jetzt schon hören: die aufgeregten und fröhlichen Kinderstimmen, wenn diese die ersten Schritte und Rutscher auf präparierten Pisten oder im Tiefschnee unternehmen. Die an die Füße geschnallten Bretter sind dabei nur anfänglich ein gewisses Hindernis und werden zunehmend zum eigentlichen Auslöser des dauerhaften Vergnügens.

Und auch die Routinierten empfinden ähnlich – Jahr für Jahr immer die gleiche Aufregung: die ersten Spuren im Schnee, die ersten Spitzkehren, der Gipfel-Erfolg! Und dann: wer macht die schönsten und spektakulärsten Schwünge, auf perfekt präparierten Pisten oder auf unberührten, tief verschneiten Hängen? Es ist zum Jauchzen und „Jugazn“ – das gemeinsame Erleben, das miteinander Scherzen macht noch schöner, was ohnehin schon perfekt erscheint!

Die Wanderer genießen nun diese ganz besondere Stimmung der winterlichen Landschaften – auf Schneeschuhen im tief verschneiten Gelände und auch sonst – nur nicht ganz so hoch hinauf. Der morgendliche Raureif, der glitzernde Schnee, die tief stehende Sonne und gefrorene Seen entzücken uns mit ihrem ganz besonderen Zauber!

Die Sportkletterer (ob Groß oder Klein) sind schon lange wieder in der Halle und versuchen aus der scheinbar willkürlich gesetzten bunten Vielfalt an unterschiedlichsten Griffen die richtige Route zu finden um diese im jeweiligen Schwierigkeitsgrad zu bewältigen - aus purem Vergnügen, zur körperlichen Fitness oder zur Vorbereitung für kommende Unternehmungen am blanken Fels!

Da sollte doch auch für dich etwas dabei sein!

Wir freuen uns auf dich! Und bedanken uns bei alle jenen, die das alles möglich machen! Ein herzliches „**Berg-frei**“

**Andreas Stiebler**  
(Vorsitzender)

# SCHI ALPIN SNOWBOARD

Schneesportreferentin: Marc Hofbauer  
Stv.: David Mayrhofer

**Samstag, 26. bis  
Sonntag, 27. Dezember 2022**



## **Kinder- Schi- & Snowboardkurs Kasberg / Grünau**



**Kinder von 6 Jahren bis 15 Jahren**

Abfahrt: 8.00 Uhr Timelkam (Stöger-Parkplatz)  
Heimkehr: ca. 16.30 Uhr

Tägliche Hin- und Rückfahrt mit dem Bus, **MITTAG-ESSEN**, Liftkarte (2-Tages-Karte), Ausbildung durch geprüfte Instruktoeren, Jugend- und Kinderbetreuer.

Wir sind bemüht, die Kinder optimal zu betreuen. Dies gelingt uns allerdings nur, wenn alle Teilnehmer mit funktionierender Ausrüstung ausgestattet sind! (Infoblatt DOWNLOADS). **Bitte Helmpflicht beachten!**

**Anmeldung** nur online. Die Anmeldung ist nur mit Überweisung des Kursbeitrags gültig!

**Preise:**

- 1 Kind: 110 €
- 2 Kinder 190 € (von einer Familie)
- 3 Kinder 270 € (von einer Familie)

**Skikursleitung:** Marc Hofbauer, 0664/8128173  
Janine Bergner, 0650/6936777



# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 31. Dezember 2022,  
9.00 – 12.00 Uhr**



## **Anfängerkurs am Kasberg für Kinder ab 4 Jahre (NUR für Anfänger)**

Unsere speziell ausgebildeten Kinder- & Jugendbetreuer unterstützen die Kleinsten bei den ersten Versuchen auf 2 Brettern!

Kursleitung & Anmeldung: Elisabeth Neuwirth,  
0650/8322120, elisabeth-neuwirth@gmx.at

Preis: € 15,- excl. Liftkarte

Eigene Anreise, Treffpunkt Bergstation Gondel



## SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 31. Dezember 2022,  
9.00 – 12.00 Uhr**



### **Schitechniktraining am Kasberg für Erwachsene - speziell für Wiedereinsteiger**

Du möchtest dein Eigenkönnen auf der Piste verbessern oder mehr Spaß beim Skifahren durch bessere Technik erleben? – Dann bist du bei diesem Termin genau richtig!

Ziel ist es, dein Eigenkönnen anhand von einfachen Bewegungsabläufen zu festigen und dir damit mehr Sicherheit sowie mehr Spaß am Skifahren näher zu bringen.

Wir verbessern gemeinsam mit dir deine Technik auf der Piste und zeigen dir Tipps & Tricks, wie das Skifahren noch angenehmer wird.

**Treffpunkt:** 9.00 Uhr, Talstation Kasberg

**Preis:** € 20,- excl. Liftkarte

Begrenzte Teilnehmerzahl (max. 8 Personen)

Die Anreise zur Kasberg-Bergstation sowie die Liftkarte sind vom Teilnehmer selbst zu organisieren.

#### **Infos & Anmeldung:**

Michael Bergmaier, 0699 17566806

Nikolaus Sturm, 0664 3514098



Innovative by nature

# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Sonntag, 15. bis  
Donnerstag, 19. Jänner 2023**



## **Schisafari Fassatal**

### **Gemeinschaftsveranstaltung NF Lenzing / Vöcklabruck**

Standort: Hotel Arnica, Strada de Parlant 4  
38030 Soraga (TN), Italien  
Tel. 0039/462768415  
www.hotelarnica.net

Leistungen: 4x Halbpension  
Sauna, Dampfbad, Hallenbad  
4-Tage-Superdolomiti Schipass  
Busfahrt nach Soraga sowie  
täglicher Transfer ins Schigebiet  
Trinkgeld für Busfahrer und Personal

Richtpreise: € 708,- TVN-Mitglieder  
€ 694,- Senioren-TVN  
(vor 26. 11. 1956 geb.)  
€ 596,- Senioren Gäste  
EZ-Zuschlag € 70,-

Abfahrt: 15. 1. 2023  
9.30 Uhr: Vöcklabruck REVA-Halle  
9.45 Uhr: Timelkam Stöger-Parkplatz  
10.00 Uhr: Lenzing Kino  
10.15 Uhr: Seewalchen Parkpl. Autob.

Reisepass und E-Card nicht vergessen!  
Eine **Anzahlung** von € 100,- ist gemeinsam mit der  
Anmeldung (telefonisch oder per E-Mail) erforderlich!  
Bei Nichtantritt der Reise wird Stornogebühr verrechnet!  
Restzahlung bis 15. 12. 2022.

#### **Kontakt:**

Georg Forisch, Tel. 0676/6603473, georg@forisch.at

# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 28. Jänner 2023,  
9.00 – 12.00 Uhr**



## **Anfängerkurs am Kasberg für Kinder ab 4 Jahre (NUR für Anfänger)**

Unsere speziell ausgebildeten Kinder- & Jugendbetreuer unterstützen die Kleinsten bei den ersten Versuchen auf 2 Brettern!

Kursleitung & Anmeldung: Elisabeth Neuwirth,  
0650/8322120, elisabeth-neuwirth@gmx.at

Preis: € 15,- excl. Liftkarte

Eigene Anreise, Treffpunkt Bergstation Gondel





# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 28. Jänner 2023,  
9.00 – 12.00 Uhr**



## **Schitechniktraining am Kasberg für Erwachsene - speziell für Wiedereinsteiger**

Du möchtest dein Eigenkönnen auf der Piste verbessern oder mehr Spaß beim Skifahren durch bessere Technik erleben? – Dann bist du bei diesem Termin genau richtig!

Ziel ist es, dein Eigenkönnen anhand von einfachen Bewegungsabläufen zu festigen und dir damit mehr Sicherheit sowie mehr Spaß am Skifahren näher zu bringen.

Wir verbessern gemeinsam mit dir deine Technik auf der Piste und zeigen dir Tipps & Tricks, wie das Skifahren noch angenehmer wird.

**Treffpunkt:** 9.00 Uhr, Talstation Kasberg

**Preis:** € 20,- excl. Liftkarte

Begrenzte Teilnehmerzahl (max. 8 Personen)

Die Anreise zur Kasberg-Bergstation sowie die Liftkarte sind vom Teilnehmer selbst zu organisieren.

### **Infos & Anmeldung:**

Michael Bergmaier, 0699 17566806

Nikolaus Sturm, 0664 3514098



**Schranzinger**

- Mietwagen
- Leihwagen
- Busreisen
- Ausflugsfahrten
- Flugtransfer
- Kleinbustaxi
- Behandlungs- u. Therapiefahrten

Busse mit 9/20/30/34 Sitzplätzen  
Rad- u. Kofferranhänger

Schörflinger Straße 24 - 4844 Regau  
Tel. 07672/77731 - Mobil 0664/3267506  
office@schranzinger.at - www.schranzinger.at

# SCHI ALPIN SNOWBOARD

Samstag, 18. bis  
Sonntag, 19. Februar 2023



## Kinder- Schi- & Snowboardkurs Kasberg / Grünau



Kinder von 6 Jahren bis 15 Jahren

Abfahrt: 8.00 Uhr Timelkam (Stöger-Parkplatz)  
Heimkehr: ca. 16.30 Uhr

Tägliche Hin- und Rückfahrt mit dem Bus, **MITTAG-ESSEN**, Liftkarte (2-Tages-Karte), Ausbildung durch geprüfte Instrukturen, Jugend- und Kinderbetreuer.

Wir sind bemüht, die Kinder optimal zu betreuen. Dies gelingt uns allerdings nur, wenn alle Teilnehmer mit funktionierender Ausrüstung ausgestattet sind! (Infoblatt DOWNLOADS). **Bitte Helmpflicht beachten!**

**Anmeldung** nur online. Die Anmeldung ist nur mit Überweisung des Kursbeitrags gültig!

**Preise:**

- 1 Kind: 110 €
- 2 Kinder 190 € (von einer Familie)
- 3 Kinder 270 € (von einer Familie)

**Skikursleitung:** David Mayrhofer, 0660/4905777  
Marc Hofbauer, 0664/8128173



# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 4. März 2023,  
9.00 – 12.00 Uhr**



## **Anfängerkurs am Kasberg für Kinder ab 4 Jahre (NUR für Anfänger)**

Unsere speziell ausgebildeten Kinder- & Jugendbetreuer unterstützen die Kleinsten bei den ersten Versuchen auf 2 Brettern!

Kursleitung & Anmeldung: Elisabeth Neuwirth,  
0650/8322120, elisabeth-neuwirth@gmx.at

Preis: € 15,- excl. Liftkarte

Eigene Anreise, Treffpunkt Bergstation Gondel



# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Samstag, 4. März 2023,  
9.00 – 12.00 Uhr**



## **Schitechniktraining am Kasberg für Erwachsene**

Du möchtest dein Eigenkönnen auf der Piste verbessern oder mehr Spaß beim Skifahren durch bessere Technik erleben? – Dann bist du bei diesem Termin genau richtig!

Ziel ist es, dein Eigenkönnen anhand von einfachen Bewegungsabläufen zu festigen und dir damit mehr Sicherheit sowie mehr Spaß am Skifahren näher zu bringen.

Wir verbessern gemeinsam mit dir deine Technik auf der Piste und zeigen dir Tipps & Tricks, wie das Skifahren noch angenehmer wird.

**Treffpunkt:** 9.00 Uhr, Talstation Kasberg

**Preis:** € 20,- excl. Liftkarte

Begrenzte Teilnehmerzahl (max. 8 Personen)

Die Anreise zur Kasberg-Bergstation sowie die Liftkarte sind vom Teilnehmer selbst zu organisieren.

### **Infos & Anmeldung:**

Michael Bergmaier, 0699 17566806

Nikolaus Sturm, 0664 3514098

# SCHI ALPIN SNOWBOARD

**Sonntag, 19. bis  
Donnerstag, 23. März 2023**



## **Sonnenschilaf Fassatal**

Standort: Hotel Arnica, Strada de Parlant 4  
38030 Soraga (TN), Italien  
Tel. 0039/462768415  
www.hotelarnica.net

Leistungen: 4x Halbpension  
Sauna, Dampfbad, Hallenbad  
4-Tage-Superdolomiti Schipass  
Busfahrt nach Soraga sowie  
täglicher Transfer ins Schigebiet  
Trinkgeld für Busfahrer und Personal

Richtpreise: € 590,- TVN-Mitglieder  
€ 610,- Gäste  
€ 565,- TVN-Mitglieder Senioren  
(vor 26. 11. 1957 geb.)  
€ 585,- Senioren Gäste  
EZ-Zuschlag € 12,-/Tag

Abfahrt: 19. 3. 2023  
9.45 Uhr: Timelkam Stöger-Parkplatz  
10.00 Uhr: Lenzing Hauptplatz  
10.10 Uhr: Rosenau Bushaltestelle  
10.15 Uhr: Seewalchen Parkpl. Autob.

Reisepass und E-Card nicht vergessen!

Eine **Anzahlung** von € 100,- ist gemeinsam mit der Anmeldung (telefonisch oder per E-Mail) erforderlich!  
Bei Nichtantritt der Reise wird Stornogebühr verrechnet! Restzahlung bis 31. 1. 2023.

Reiseleitung: Hans Schimpl (Tel. 0660/4238200)

Organisation und **Anmeldung:**

Horst Maringer (Tel. 0676/9601669)

Anmeldung (telefonisch oder per E-Mail)

maringerhorst@hotmail.com

# SCHITOUREN

Bergsteigerreferent: Martina Gföllner  
Stv.: Ernst Ornetsmüller

30 geführte Touren dürfen wir in der kommenden Wintersaison anbieten!

Unsere bestens ausgebildeten Instrukto­ren und Tourenführer haben ein Programm für Kinder, Einsteiger- und Genuss-Skitourengeher sowie für Geübte zusammengestellt.

Ergänzend dazu findet auch heuer wieder der beliebte Lawinenkurs am Wiesberghaus statt. Aber auch viele Wochenendskitouren sowie eine Reise in die Schweiz und die Julischen Alpen stehen am Plan.

Speziell die mehrtägigen Skitouren fordern von den Tourenführern und Organisatoren eine intensive und mittlerweile sehr aufwendige Vorbereitung. Hiefür wird ein Unkostenbeitrag von € 5,00 pro Tag und Teilnehmer eingehoben.

Das Ausleihen von LVS Geräten oder Tourenskiern ist für € 3,00 pro Woche jeden Mittwoch im Vereinsheim Lenzing möglich.



*Am Gipfel des Großen Turm (Rätikon - Schweiz)*

# SCHITOUREN

**Samstag, 3. Dezember 2022**



## **Skitour auf das Wieserhörndl**

Leichte Skitour in der Osterhorngruppe über'n Anzenberg auf's Wieserhörndl.

Unter dem Motto: „Gewöhnen an das Gerät“

Aufstieg über die stillgelegte Piste. Abfahrt mit Skitechnik-Tipps.

**Schwierigkeit:** leicht, ca. 900 Hm

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Vorchdorf

**Leitung:** Eva Bammer, 0650/6574131  
Klaus Leiss

**Anmeldung:** per WhatsApp / SMS



*Aufstieg zur Wurzeralm*

# SCHITOUREN

**Freitag, 16. bis  
Sonntag, 18. Dezember 2022**



**VARIANTEN- und  
TIEFSCHNEEFAHREN am  
ARLBERG**



Genießen wir die Skitage und den Aufenthalt am Arlberg im \*\*\*\*Hotel Troschana in Flirsch. Der Arlberg garantiert „Skispass vom Feinsten“ - 85 modernste Seilbahnen und Lifte, 440 km Abfahrten, davon 180 km Tiefschnee- bzw. Tourenabfahrten, „Skiherz, was willst du mehr.“ Der Termin vor Weihnachten ist günstig, da noch weniger Gäste unterwegs sind, sodass die Skitage voll ausgenutzt werden können. Sollte kein Tiefschnee liegen, werden wir auf den Pisten unterwegs sein. Die geöffneten Pisten werden hervorragend präpariert, sodass auch das „Pisteln“ Spaß macht.

## **Leistung / Unterbringung:**

Im \*\*\*\*Hotel Troschana in Flirsch, Basis Zweibettzimmer mit Dusche, WC, 2 x Halbpension (tolles Frühstücksbuffet, abends viergängiges Wahlmenü), Freizeit- und Tischtennisraum, freie Benützung der Wellnessanlage (Sauna, Dampfbad, Eiswassergrotte, Infrarot und Tiefenwärmebad) 3-Tages-Skipaß Arlberg, Betreuung durch staatl. geprüfte Skitouren-Instruktoeren (Herbert Kastberger, Ernst Ornetsmüller). Gemeinsame Fahrt mit Bus.



# SCHITOUREN

- Preis pro Person:** ca. Euro 400.-  
im Zweibettzimmer  
Begrenzte Teilnehmerzahl
- Anzahlung:** € 100,00
- Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00 bis  
21.00 Uhr im Vereinsheim  
oder online auf  
[www.lenzing.naturfreunde.at](http://www.lenzing.naturfreunde.at)
- Anmeldeschluss:** 24. November 2022
- Abfahrt:** am 16. 12. 2022 um 5 Uhr  
am Parkplatz in Seewalchen
- Leitung:** Ernst Ornetsmüller  
0664/601652566  
[e.ornetsmueller@asak.at](mailto:e.ornetsmueller@asak.at)



*Variantenfahren am Arlberg*

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 4. Jänner 2023**

**Schitour Pillstein 1.478 m  
mit Stübner Alm oder Elfer**



**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Tiefbrunnau 1100 Hm / 3 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger 0677/61087265  
Herbert Kastberger 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp



## WIESBERGHAUS

Anfragen/Buchungen

Theresa Kritzinger

Lahn 59, A-4830 Hallstatt

Mobil: +43 (0)664 3517 567

Hütte: +43 (0)664 1211 370

E-Mail: [office@wiesberghaus.at](mailto:office@wiesberghaus.at)

Homepage: [www.wiesberghaus.at](http://www.wiesberghaus.at)

# SCHITOUREN

**Freitag, 6. bis  
Sonntag, 8. Jänner 2023**



## **LAWINENKURS Wiesberghaus**

Skitourengehen ist Freude in der Natur und Respekt vor der Natur. Verantwortungsbewusste Schitourengeher eignen sich ausreichendes Wissen im präventiven Risikomanagement an.

Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

Trainingsinhalte in Theorie und Praxis: Ausrüstungsberatung, Routenplanung, Orientierung, Schnee/Lawinenkunde, Verschüttetensuche, Kameradenhilfe. Aufteilung in mehrere Gruppen.

**Abfahrt:** 8 Uhr am Parkplatz Seewalchen

**Stützpunkt:** Wiesberghaus

**Anmeldung:** bis 16. 12. 2022 jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr im Vereinsheim

**Anzahlung:** € 50,00 (begrenzte Teilnehmerzahl)

**Organisation:** Ernst Ornetsmüller, Klaus Leiss, Michael Groher, Johannes Kräutner, Günter Reisinger

**Leitung:** Ernst Ornetsmüller, 0664/601652566  
e.ornetsmueller@asak.at

*Lawinenkurs  
in der  
Osterhorn-  
gruppe*



# SCHITOUREN

**Mittwoch, 11. Jänner 2023**



## **Schitour Osterhorn über Hohen Zinken, Hintersee**

**Schwierigkeit:** mittel, ca. 1.200 Hm, ~ 3 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19:00-21:00 Uhr  
im Vereinsheim - bis 6. 1. 2022

---

**Samstag, 14. Jänner 2023**



## **Schitour für Anfänger Osterhorngruppe**

Ziel richtet sich je nach Schneelage und Witterung. Wer das Schitourgehen ausprobieren möchte, kann sich Ausrüstungsgegenstände im Vereinshaus am Mittwoch Abend ausleihen.

**Schwierigkeit:** leicht

**Aufstieg:** ca. 500-900 Hm, ca. 2-3 Stunden

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Bert Hurch-Idl, 0676/87763666  
Heli Huber, 0664/1609706

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19:00-21:00 Uhr  
im Vereinsheim

---

# SCHITOUREN

**Samstag, 14. Jänner 2023**



**Schitour**

**Hochsengs 1.828 m  
(Sengsengebirge)**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Vom Rettenbachtal über die Bartltal-  
hütte - 1.300 Hm, ~ 3,5 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Martina Gföllner, 0680 2115862  
Lehner Rudi

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp



*Abfahrt von der Hohen Wilde*

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 18. Jänner 2023**



**Schitour**

**Pitscherberg, Egelseehörndl,  
Labenberg**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Postalm 1.450 Hm / 5 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19:00-21:00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Samstag, 21. Jänner 2023**



**Schitour auf die Katrin  
mit etwas anderer Abfahrt**

Katrin über den Windengraben, Abfahrt vom Hainzen zum Nussensee, oder vom Elfer über den Nordhang wo wir wieder zur ehem. Piste kommen. Nur bei guten Bedingungen möglich.

**Schwierigkeit:** mittel

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Rudi Lehner, 0664/603424017  
le.ru@icloud.com

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19:00-21:00 Uhr  
im Vereinsheim

---

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 25. Jänner 2023**



**Schitour**

**Rosskogel 1.928 m**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Offensee 1.300 Hm, ~ 3,5 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Samstag, 28. Jänner 2023**



**Schitour Kleine Reibe**

**über Schneibstein und Fagstein**

Der Tourenklassiker im Berchtesgadener Land –  
landschaftlich ein Erlebnis - 1.570 HM Aufstieg

Aufstieg vom Parkplatz Hinterbrand zur Mitterkaser-  
alm über das Stahlhaus und weiter zum Schneibstein  
und Fagstein. Abfahrt über die Preisbergalm und  
Königsbachalm zum Parkplatz.

**Schwierigkeit:** mittel

**Treffpunkt:** 6 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Martina Gföllner, 0680/2115862  
Klaus Leiss

**Anmeldung:** per WhatsApp / SMS

---

# SCHITOUREN

**Sonntag, 29. Jänner 2023**



## **Kinder-Schitour Osterhorngruppe**

Begleitung mindestens ein Elternteil pro Kind! Sicheres Schifahren vorausgesetzt! LVS- Ausrüstung obligatorisch! (Kann im Vereinsheim ausgeliehen werden)

**Schwierigkeit:** leicht

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Huber, 0664/1609706  
Ossi Mayr, 0664/8119502

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim



*Am Gipfel des Pitschenbergs*



# SCHITOUREN

**Mittwoch, 1. Februar 2023**

## Schitour Gamsfeld



**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Rußbach 1.200 Hm, ~ 3 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Samstag, 4. bis**

**Sonntag, 5. Februar 2023**



## Schitouren-Wochenende in den Kitzbüheler Alpen

Leichte bis mittelschwere Schitouren in den Kitzbüheler Alpen mit Übernachtung in Mehrbettzimmern auf der Bochumer Hütte/Kelchalm.

**Schwierigkeit:** leicht bis mittel

**Anzahlung:** € 20,00

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19 bis 21 Uhr  
im Vereinsheim  
oder per e-mail

**Anmeldeschluss:** 5. Jänner 2022  
(max. 11 Teilnehmer)

**Abfahrt:** am 4. 2. 2023 um 6 Uhr  
am Parkplatz in Seewalchen

**Leitung:** Günter Reisinger, 0664/2315674  
guenterreisinger2007@gmail.com  
Ernst Ornetsmüller, 0664/601652566  
e.ornetsmueller@asak.at

---

# SCHITOUREN

Mittwoch, 8. Februar 2023



Schitour

Glöckl und Windhagerkar

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Roßleithen 1.400 Hm / 4 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp



Die regionale Druckerei in  
**Oberthalheim**

**vöckla(Druck)**  
vom Entwurf bis zum Versand

07672 29200 · 4850 Timelkam  
[www.voeklaDruck.at](http://www.voeklaDruck.at)

Persönliche  
Beratung | Kurze Lieferzeit

# SCHITOUREN

**Freitag, 10. Februar 2023**



## **Genuss-Schitouren**

**je nach Schneelage**

Wir gehen 800 bis 1.000 Hm  
Einzugsgebiet Salzburg bis Spital am Phyrn  
Zielgruppe: Anfänger, Genießer  
Es geht um das Erlebnis in den Bergen

**Schwierigkeit:** leicht bis mittel

**Leitung:** Johannes Kräutner, 0660/7002481

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp



*Aufstieg zum Gennerhorn*

# SCHITOUREN

**Sonntag, 12. Februar 2023**



## Schitour Mittermöbling

**Geburtstags- und Gemeinschaftsskitour  
mit AV Laakirchen**

Eine ausgedehnte Skitour im Toten Gebirge. Kaffee und Kuchen gibt es in der Höchmöblinghütte und anschließend wieder Backhenderl in Vorchdorf (natürlich gibt es auch etwas Veganes).

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** ca. 1.400 Hm

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Vorchdorf

**Leitung:** Klaus Leiss, 0699/10631327  
Bernd Huemer

**Anmeldung:** per WhatsApp / SMS

---

**Mittwoch, 15. Februar 2023**



## Schitour Elm

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Gössl 1.600 Hm / 4 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

# SCHITOUREN

**Freitag, 17. bis  
Sonntag, 19. Februar 2023**



## **Schitourentage im Hochschwab**

3 Skitourentage erwarten uns im vielfältigen Hochschwabmassiv. Ausgangspunkt und ÜN ist der Gasthof Bodenbauer. Von hier starten die anspruchsvollen Tagestouren zwischen 1.400 und 1.700 Höhenmeter. Gute Kondition und Sicherheit im steilen Gelände ist erforderlich.

**Schwierigkeit:** schwer

**Treffpunkt:** 6 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Anzahlung:** € 50,00

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

**Anmeldeschluss:** 1. Februar 2023  
(begrenzte Teilnehmerzahl)

**Leitung:** Gföllner Martina, 0680/2115862  
Lehner Rudi



*Im Hintergrund der Hochschwab*

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 22. Februar 2023**



**Schitour**

**Großer Brieglersberg 2.148 m**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Hinterstoder 1.430 Hm / 4,5 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Samstag, 25. bis**

**Montag, 27. Februar 2023**



## Skitouren in den Julischen Alpen

Schitouren rund um den Triglav Nationalpark.

Einsame und anspruchsvolle Gipfel wie Jalovec, Spik, Mangart, Mojstrovka uvm. gepaart mit einer atemberaubenden Naturlandschaft, lassen dieses Schitourengebiet zu einem ganz besonderen Juwel werden! Die konkreten Ziele richten sich nach den aktuellen Verhältnissen.

Tagestouren mit etwa 4-6 h Gehzeit.

Ausrüstung: Schitouren- (inkl. Notfall-)ausrüstung, Steigeisen, Leichtpickel

Begrenzte Teilnehmerzahl!

**Schwierigkeit:** schwer

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00 bis 21.00 Uhr im Vereinsheim

**Leitung:** Michael Groher  
michael.groher@gmx.at

---



# Naturfreunde

**Lenzing** mit den Sektionen Timelkam,  
Seewalchen und Schörfling



## **WINTER 2022/23**

Schi-Alpin  
Snowboard  
Schitouren

E-Bike u. Mountainbike  
Sportklettern  
Wandern

<b>Termin</b>	<b>Schi Alpin Snowboard</b>	<b>Schitouren Bergsteigen</b>
dienstags, 17:30-19:00 Uhr		
dienstags, 19:00-22:00 Uhr		
mittwochs, 16:15-17:15 Uhr		
mittwochs, 17:00 - 18:30 Uhr		
mittwochs, 18:30-21:00 Uhr		
donnerstags, 19:00-22:00 Uhr		
freitags, 15:00-17:00 Uhr		
03.12.2022		Wieserhörndl
16.-18.12.2022		Varianten-/Tiefschneefahren Arlberg
26.-27.12.2022	Kinderschi- und Snowboardkurs Anfängerkurs Schi +	
31.12.2022	Schitechniktraining	
04.01.2023		Pillstein
06.-08.01.2023		Lawinenkurs
11.01.2023		Osterhorn über Hohen Zinken Anfängerschitour Osterhorngruppe;
14.01.2023		Hochsengs
15.-19.01.2023	Schisafari Fassatal	
16.01.2023		
		Pitscherberg, Egelseehörndl,
18.01.2023		Labenberg
21.01.2023		Katrin
25.01.2023		Rosskogel
	Anfängerkurs Schi +	
28.01.2023	Schitechniktraining	Kleine Reibe
19.01.2023		Kinderschitour Osterhorngruppe
01.02.2023		Gamsfeld
08.02.2023		Glöckl und Windhagerkar Schitourenwochenende Kitzbühler
04.-05.02.2023		Alpen
10.02.2023		Genuss-Schitouren
12.02.2023		Mittermöbling
15.02.2023		Elm
17.-19.02.2023		Schitourentage Hochschwab
18.02.2023		
18.-19.02.2023	Kinderschi- und Snowboardkurs	
22.02.2023		Großer Brieglersberg
25.-27.02.2023		Julische Alpen
01.03.2023		Schönberg
03.03.2023		Genuss-Schitouren
	Anfängerkurs Schi +	
04.03.2023	Schitechniktraining	Weißhorn-Schönberg (alt. 05.03.23)
05.03.2023		Kinderschitour Osterhorngruppe
08.03.2023		Pyhrner Kampl
11.03.2023		Scheiblingkogel
15.03.2023		Rumpler
19.-23.03.2023	Schisafari Fassatal	
23.-26.03.2023		Schitourentage Langtalereckhütte
23.03.2023		
14.04.2023		
15.-22.04.2023		Schitourenwoche Grand Combin
21.-24.04.2023		
22.04.2023		
06.05.2023		
13.05.2023		
28.06.-02.07.2023		
30.06.-02.07.2023		



Sportklettern	Wandern	MTB
Jugendklettern (ab 10 Jahre)		
Freies Klettern		
Kinderklettern (6-10 Jahre)		
Kinderklettern (6-10 Jahre)		
Freies Klettern		
Freies Klettern		
Familienklettern		
	Silvesterwanderung Gahberg	
	Nussensee	
	Kogl	
	Göblberg	
	Dürre-Ager-Schleife	
	Hoamatroas IV Eibenberg-Runde	
		Gardasee (alt. 28.04.-01.05.23)
Kletterkurs: Vom der Kunstwand zum	Berchtesgaden	
Fels	Schlenken	
Plombenstein	Zellerweg (Geisswand, Baalstein)	
		Graubündner Runde
Kletterwochenende Hofpürglhütte		

# WICHTIGE TELEFONNUMMERN

BAMMER Eva	0650/6574131
BAUER Willi	07662/8267
BAUMGARTINGER Helmut	0677/61087265
DENK Lisi	0664/1431218
FORISCH Georg	0676/6603473
GFÖLLNER Martina	0680/2115862
GROHER Michael	0699/15035785
HEMETSBERGER Wolfgang	0650/8246591
HINTERSTOISSER Herbert	0680/1118817
HOFBAUER Marc	0664/8128173
HUBER Heli	0664/1609706
HÜBSCH Marianne	0680/3030745
HURCH-IDL Bert	0676/87763666
KASTBERGER Herbert	0664/4217838
KIEWEG Margit	0660/3123733
KRÄUTNER Johannes	0660/7002481
KRITZINGER Fritz	07662/3481
KROISS Michi	0699/81213616
LEHNER Helmuth	0677/62578289
LEHNER Karin	0699/10522253
LEHNER Rudi	0664/603424017
LEISS Klaus	0699/10631327
LEITNER Julia	0676/5770997
LUBE Roland	0664/8443702
MARINGER Horst	0676/9601669
MAYR Ossi	0664/8119502
MEINHART Josef	0676/844740600
MEISTER Christian	0680/3060654
MEISTER Geri	0699/16046658
MERTENS Heli	0650/7733376
MILLER Martin	0664/9919129
NEUWIRTH Elisabeth	0650/8322120
ORNETSMÜLLER Ernst	0664/601652566
ORNETSMÜLLER Mathias	0664/5403733
PATZER Annemarie	0676/4411210
PLOBNER Silke	0699/11602938
REISINGER Günter	0664/2315674
SCHIMPL Hans	0660/4238200
SCHLAGER Kerstin	0677/64118499
SCHLAGER-GEROBL Martin	0660/4926507
SEEMAYER Charly	0664/7610070
STAUFER Hans	0664/2768078
STEINMETZ Walter	0664/4400482
STIEBLER Andreas	0676/5277130
STURM Nikolaus	0664/3514098
THANN Helga	07672/28098
VOGLHUBER Josef	0650/4201244
VEREINSHAUS	07672/93033
WIESBERGHAUS	0664/1211370
WINTER Toni	0660/5551160

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 1. März 2023**



**Schitour**

**Schönberg 2.093 m**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Rettenbachalm 1.450 Hm / 4 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Freitag, 3. März 2023**



**Genuss-Schitouren**

**je nach Schneelage**

Wir gehen 800 bis 1.000 Hm  
Einzugsgebiet Salzburg bis Spital am Phyrn  
Zielgruppe: Anfänger, Genießer  
Es geht um das Erlebnis in den Bergen

**Schwierigkeit:** leicht bis mittel

**Leitung:** Johannes Kräutner, 0660/7002481

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

*Am Weg zum  
Wiesberghaus*



# SCHITOUREN

**Samstag, 4. oder  
Sonntag, 5. März 2023**



## **Schitour Weisshorn-Schönberg**

Aufstieg auf das Weisshorn, queren zum Wildensee dann weiter zum Schönberg.

Abfahrt ins Feuertal, kurzer Anstieg auf die Wasserrinnenschneid. Abfahrt von der Wasserrinnenschneid nach Ebensee.

Alternativ statt Weisshorn das Ganze vom Loser.  
Nur bei guten Bedingungen möglich.

**Schwierigkeit:** mittel

**Treffpunkt:** 6 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Lehner Rudi, 0664/603424017,  
le.ru@icloud.com

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim (max. 10 Pers.)

---

**Sonntag, 5. März 2025**



## **Kinderschitour Postalm Labenberg und Pitscherberg**

Begleitung mindestens ein Elternteil pro Kind! Sicheres Schifahren vorausgesetzt! LVS Ausrüstung obligatorisch! (Kann im Vereinsheim ausgeliehen werden )

**Schwierigkeit:** mittel

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Helmut Huber, 0664/1609706  
Ossi Mayr, 0664/8119502

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim

---

# SCHITOUREN

**Mittwoch, 8. März 2023**



**Schitour**

**Pyhrner Kampl 2.241 m**

**Unteres und oberes Loigistal**

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Vorderstoder 1.600 Hm / 5 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00-21.00 Uhr  
im Vereinsheim bzw. WhatsApp

---

**Samstag, 11. März 2023**



**Schitour**

**auf den Scheiblingkogel**

Rassige Schitour im Tennengebirge mit ca. 1800 HM  
Aufstieg.

Lange imposante Rundtour.

**Schwierigkeit:** schwer

**Aufstieg:** 1.800 Hm

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Klaus Leiss, 0699/10631327

**Anmeldung:** per WhatsApp / SMS

---

# SCHITOUREN

Mittwoch, 15. März 2023



## Schitour Rumpler

**Schwierigkeit:** mittel

**Aufstieg:** Obertraun 1.000 Hm / 4 Std.

**Treffpunkt:** 7 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265  
Herbert Kastberger, 0664/4217838

**Anmeldung:** per WhatsApp



*Abfahrt zum Eisse (Dachsteingletscher)*

# SCHITOUREN

**Donnerstag, 23. bis  
Sonntag, 26. März 2023**



## **Schitourentage auf der Langtalereckhütte 2.450 m**

**Eiskögele 3.228 m**

**Hint. Seelenkogel 3.475 m**

**Schalfkogel 3.537 m**

**Hochwilde 3.461 m**

Anspruchsvolle Schihochtouren im hochalpinen Gelände.

Unterbringung auf der Langtalereckhütte.

Tagestouren zwischen 5-8 Stunden. 1000-1500 Hm

**Schwierigkeit:** mittel bis schwer

**Anzahlung:** € 100,00

**Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19 bis 21 Uhr  
im Vereinsheim  
oder per e-mail

**Anmeldeschluss:** 23. Februar 2023  
(begrenzte Teilnehmerzahl)

**Abfahrt:** am 23. 3. 2023 um 6 Uhr  
am Parkplatz in Seewalchen

**Leitung:** Ernst Ornetsmüller, 0664/601652566  
e.ornetsmueller@asak.at  
Klaus Leiss, 0699/10631327

# SCHITOUREN

Samstag, 15. bis  
Samstag, 22. April 2023



## Schitourenwoche rund um den Grand Combin

Mont Velan 3.727 m

Comin de Boveire 3.663 m

Petit Combin 3.663 m

Grand Combin 4.314 m

Tournalon Blanc 3.707 m

Anspruchsvolle Schihochtouren im hochalpinen Gelände.

Unterbringung auf mehreren Hütten. Velonhütte, Cabane Valsorey, Cabane Panossiere.

Tagestouren zwischen 7-13 Stunden. 800-1800 Hm

- Schwierigkeit:** mittel bis schwer
- Anzahlung:** € 100,-
- Anmeldung:** jeden Mittwoch von 19.00 bis 21.00 Uhr im Vereinsheim
- Anmeldeschluss:** 8. März 2023  
(begrenzte Teilnehmerzahl)
- Leitung:** Ernst Ornetsmüller,  
0664/601652566,  
e.ornetsmueller@asak.at

*Blick  
auf den Grand Combin*





# SCHNEESCHUH- WANDERN

Leitung: Herbert Hinterstoisser, Charly Seemayer

Die einzelnen Touren werden diesen Winter je nach Wetter- und Schneelage kurzfristig über eine Whats-App-Gruppe bekannt gegeben. Wer in diese aufgenommen werden möchte um rechtzeitig informiert zu sein, möge sich bitte an Charly Seemayer 0664/7610070 wenden.



# SPORTKLETTERN

Leitung: Geri Meister  
Stv.: Wolfgang Hemetsberger

Unter Sportklettern versteht man das Klettern in der Halle bzw. im Klettergarten, bei dem nur bis zur halben Seillänge geklettert und vom Boden aus gesichert wird. Es bedeutet aber nicht, dass es dabei nur um sportliche Höchstleistungen geht.

Vielmehr ist das Sportklettern ein ausgezeichneter Ausgleichssport, bei dem der ganze Körper gekräftigt wird, weshalb es auch von Ärzten und Physiotherapeuten als ideales Training zur Kräftigung der Haltungsmuskulatur empfohlen wird.

Außerdem ist es eine gute Möglichkeit, um sich über den Winter die nötige Kondition und Kraft für die anschließenden Bergtouren oder sonstigen Outdoor-Sportarten zu erhalten oder zu erarbeiten.

In der Sporthalle steht uns eine großzügige Kletterwand zur Verfügung, die sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene vielfältige Möglichkeiten bietet.



# SPORTKLETTERN

Laufende Kurse in der Wintersaison 2022/2023:

## KINDER (6-10 Jahre)



MITTWOCH, 16.15 – 17.15

MITTWOCH, 17.00 – 18.30

Die Kinder sollen eigenverantwortliches Klettern im Toprope erlernen. Dazu gehören vor allem die richtigen Sicherungs- und einfache Klettertechniken. Natürlich soll aber auch der Spaß nicht zu kurz kommen. Fortgeschrittene Kinder sollen auch die Möglichkeit bekommen, das Vorstiegsklettern zu lernen.

**Leitung:** Evi und Geri Meister, 0699/10731223  
Margit Kieweg, 0699/16046658



# SPORTKLETTERN

## JUGEND



**DIENSTAG, 17.30 – 19.00**

Kletterkurs für fortgeschrittene Jugendliche ab 10 Jahren. Geklettert wird in 2er-Seilschaften

- Kursinhalt:**
- Sicherungstechnik
  - Materialkunde
  - Vorstiegsklettern
  - Klettertechniken
  - Bouldern / Ausdauertraining

**Kursziel:**

- Sicheres Sichern und Klettern Vorstieg
- Ausbau der Klettertechnik

**Voraussetzung** (werden bei Kursbeginn überprüft):

- Sicheres Klettern und Sichern im Toprope (Toprope-Schein muss vorhanden sein)
- Ausreichend Eigenmotivation für einen Fortgeschrittenen-Kurs

Wir behalten uns vor, Jugendliche welche die Voraussetzungen nicht erfüllen entsprechend nicht in den Kurs aufzunehmen.

**Begrenzte Teilnehmerzahl:** 16 Kinder  
NF-Mitgliedschaft nötig!

**Leitung:** Wolfgang Hemetsberger, 0650/8246591  
whemets@gmail.com



# SPORTKLETTERN

## FREIES KLETTERN



Freies und eigenverantwortliches Klettern für jugendliche und erwachsene Vereinsmitglieder.

**DIENSTAG, 19.00 – 22.00**

**Leitung:** Wolfgang Hemetsberger  
0650/8246591, whemets@gmail.com

**MITTWOCH, 18.30 – 21.00**

**Leitung:** Silke Plobner, 0699 11602938

**DONNERSTAG, 19.00 – 22.00**

**Leitung:** Margit Kieweg, 0660/3123733



# SPORTKLETTERN

## FAMILIEN

FREITAG, 15.00 – 17.00



Freies Klettern für Vereinsmitglieder und Kinder aus unseren Kursen in Begleitung der Eltern.

Leihusrüstung kann gegen Gebühr zur Verfügung gestellt werden.

**Anforderungen:** sicheres Toprope-Sichern (Eltern ohne Vorkenntnisse kann die Sicherung der Kinder beigebracht werden).

Die Beaufsichtigung der Kinder obliegt den Eltern selbst.

**Leitung:** Wolfgang Hemetsberger, 0650/8246591  
whemets@gmail.com



# SPORTKLETTERN

## Kletterkurse für Erwachsene



Kletterkurse für Einsteiger u. Fortgeschrittene.

**Einsteiger:** Bewegung an der Boulder- und Kletterwand; Anseilen, Sichern, Klettern im Toprope (mit Sicherung von oben).

**Fortgeschrittene:** Übergang zum Klettern und Sichern im Vorstieg; einfache Klettertechniken.

**Technikkurse:** Verbesserung der Klettertechnik.

Die Termine werden im Internet bekanntgegeben.



# SPORTKLETTERN

**Samstag, 6. Mai 2023**

(Alternativtermin: Sonntag, 7. Mai 2023)



## **Kletterkurs: Von der Kunstwand an den Fels**

Kurs für Indoor-Sportkletterer die auch Sportkletterrouten am Fels erkunden wollen

Wir verbringen einen Tag am leichten Fels im wunderbaren Rettenbachtal und lernen die Grundlagen für ein sicheres Sportklettern am Fels.

### **Inhalte:**

- Umfädeln
- Korrektes Einhängen u. clippen von Expresschlingen

### **Voraussetzung:**

- sicheres Klettern im Vorstieg Indoor
- eigene Ausrüstung (Schuhe, Gurt, Sicherungsgerät).
- optional: Expressen, Seil, Standplatzschling

Helme können am Mittwoch davor im Vereinsheim Lenzing ausgeliehen werden.

**Schwierigkeit:** leicht

**Treffpunkt:** 8 Uhr Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Wolfgang Hemetsberger,  
0650/8246591, whemets@gmail.com  
Maximilian Wenzl,  
0049171/6421092, anas90@gmx.net



# SPORTKLETTERN

Samstag, 13. Mai 2023



## Klettern am Plombergstein in St. Gilgen

Start am Plombergstein in die Felsklettersaison.

Am Plombergstein in St. Gilgen gibt es unzählige Klettermöglichkeiten, vom AV-Klettergarten über einfache Einsteiger-Mehrseillängen bis zu Klettereien in den höchsten Schwierigkeitsgraden.

**Schwierigkeit:** leicht bis schwer

**Treffpunkt:** 8.30 Autobahnparkplatz Seewalchen

**Leitung:** Geri Meister 0699/16046658  
Wolfgang Hemetsberger  
0650/8246591



*Plombergstein Südwand*

# SPORTKLETTERN

Freitag, 30. Juni, bis  
Sonntag, 2. Juli 2023



## Kletterwochenende auf der Hopfürghütte

Kletterwochenende für jugendliche und erwachsene Vereinsmitglieder auf der Hopfürghütte.

Freies und eigenverantwortliches Klettern - kein Kurs! Kenntnisse Sportklettern Outdoor sind Voraussetzung.

Wir fahren am Freitag gemeinsam nach Filzmoos und gehen auf die Hütte.

Abstieg am Sonntag Nachmittag.

**Schwierigkeit:** leicht

**Treffpunkt:** 14.00 Uhr bzw. ggf. am Vormittag

**Leitung:** Wolfgang Hemetsberger  
0650/8246591, whemets@gmail.com



*Kletterer in Wand*

# RADFAHREN/ MOUNTAINBIKE

**HELMFLICHT** BEI ALLEN Ausfahrten

**21. bis 24. April oder  
28. April bis 1. Mai 2023**



**MTB-Tour**

## **Gardasee-Frühlingstouren**

3 Tages Touren, 1.200 bis 1.500 Hm

**Leitung:** Andi Haupt, 0664/88379226  
Barbara Holzinger, 0681/10433228

**Anmeldung bis Ende Februar**

---

**28. Juni bis 2. Juli 2023**



**MTB-Tour**

## **Graubündner Runde**

Graubünden 5-Tages-Tour, 320 km, 7.500 Hm

**Leitung:** Heli Baumgartinger, 0677/61087265

**Anmeldung bis Ende Februar**

**TELEFONNUMMER IM VEREINSHAUS:**

**07672/93033**

**lenzing@naturfreunde.at**

**www.lenzing.naturfreunde.at**

---

# RADFAHREN/ E-BIKE

**HELMPFLICHT** BEI ALLEN Ausfahrten

## Wöchentliche E-Bike-Touren in der Umgebung

Beginnend am 5. April 2023 laden wir alle „motivierten E-Bike-Radler“ jeden Mittwoch zu Trainingsfahrten in der Umgebung ein. Fahrtzeit beträgt ca. 2 – 3 Stunden, anschließend nach Lust und Laune Einkehrschwung.

Treffpunkt jeden Mittwoch um 10.00 Uhr.

Tourenbegleitung und Infos:

Hans Schimpl, Tel.Nr. +43 660 4238200

Horst Maringer, Tel.Nr. +43 676 9601669 oder

email: [maringerhorst@hotmail.com](mailto:maringerhorst@hotmail.com)



# WANDERN

Leitung: Christian Meister  
Stv.: Walter Seemayer

**Samstag, 31. Dezember 2022**



## Silvesterwanderung auf den Gahberg

Wir gehen auch heuer wieder die Gahbergrunde mit Einkehr am Miglberg, wo wir das Jahr 2022 im Freundeskreis gemütlich ausklingen lassen.

**Gehzeit:** ca. 3,5 Stunden

**Leitung:** Gabi Meister, 0699/11134932,  
meister.g@gmx.net



*Winterstimmung am Gahberg*

# WANDERN

**Mittwoch, 16. Jänner 2023**



## Nussensee

Von Bad Ischl zum Kalvarienberg und weiter zum Nussensee. Idyllischer kleiner See! Abwärts zur Ischler Ache und am Uferweg zurück bis Bad Ischl.

**Treffpunkt:** 8.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Gehzeit:** 4 Std. - ca. 15 km - 200 Hm

**Leitung:** Fritz Kritzinger, 0699/11229527  
fritz@f-kritzinger.at



*Nussensee*

# WANDERN

**Samstag, 18. Februar 2023**

## **Kogl (700 m)**



Die Koglrunde in St.Georgen übt im Winter immer wieder einen besonderen Reiz auf seine Begeher aus, wenn man sich durch die verschneiten Wälder mit ihren uralten Bäumen bewegt. Wir werden dabei zum Teil auch den Keltenbaumweg benutzen. Es ist auch eine gemütliche Einkehr geplant.

**Treffpunkt:** 12.30 Uhr Parkplatz Keltenbaumweg  
St. Georgen

**Gehzeit:** ca. 2,5 Stunden

**Leitung:** Gabi Meister, 0699/11134932,  
meister.g@gmx.net



*Winter am Kogl*

# WANDERN

**Mittwoch, 1. März 2023**

## **Göblberg (801 m)**



Höchste Erhebung im Hausruckwald

Von Mitterriegel in Frankenburg zur Aussichtswarte Rothauptberg (760 m). Herrliche Aussicht. Weiter zum höchsten Berg im Hausruck, dem Göblberg (801 m) mit seiner Aussichtswarte. Wunderbarer Rundblick! Der Rundweg führt weiter über Hoblschlag und Hofberg zurück nach Mitterriegel.

Einkehr geplant beim „Wirt am Riegl“.

**Treffpunkt:** 7.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Gehzeit:** 4 Std. - ca. 10 km - 260 Hm

**Leitung:** Fritz Kritzinger, 0699/11229527  
fritz@f-kritzinger.at



*Göblbergwarte*



# WANDERN

**Mittwoch, 5. März 2023**



## **Dürre-Ager-Schleife**

Von Reichenthalheim der Dürren Ager flussaufwärts bis zum Pfadfindercamp in Eggenberg. Retour über Engljähring zum Ausgangspunkt.

**Treffpunkt:** 8.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Leitung:** Charly Seemayer, 0664/7610070



*Schneeglöckerl im Auwald*

# WANDERN

**Donnerstag, 23. März 2023**

## **Hoamatroas IV**



### **Timelkam und Regau**

Vom Gasthaus Haslinger unterhalb des Vituskircherls in Oberregau nach Oberlixlau und zum Römerweg. Der Ager entlang bis knapp vor Mairhof. Hier Abzweigung nach Obereck und über die Mösern wieder zurück zum Ausgangspunkt und anschließender Einkehr. Gemütlich gut 3 Stunden - überschaubare Höhenunterschiede

**Treffpunkt:** 12.30 Uhr Gasthaus Haslinger in Oberregau

**Leitung:** Gabi Meister, 0699/11134932, [meister.g@gmx.net](mailto:meister.g@gmx.net)



*Höllengebirge von Obereck*

# WANDERN

Freitag, 14. April 2023



## Eibenberg-Runde

Vom Parkplatz in Weissenbach/Waldsiedlung entlang dem Äußeren Weissenbach bis zum Nixenfall. Weiter ins Weissenbachtal bis zum Klausenbach. Aufstieg bis zum Eibenbergsattel und zum Aussichtspunkt. Von hier hinunter zum Ausgangspunkt.

**Treffpunkt:** 7.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Gehzeit:** 4 Std. - ca. 8 km - 250 Hm

**Leitung:** Fritz Kritzinger, 0699/11229527  
fritz@f-kritzinger.at



*Nixenfall*

# WANDERN

**Samstag, 22. April 2023**



## **Berchtesgaden**

### **Rundweg über die Soleleitung und historischer Markt**

Ausgehend vom Parkplatz beim Bahnhof in Berchtesgaden (550 m) gelangen wir durch den besonders sehenswerten historischen Markt zum Kalvarienberg. Weitere Wegpunkte sind Kälberstein mit der Sprungschanze und das Kircherl Oberkälberstein (770 m). Weiters umrunden wir den Baderlehenkopf und wandern über den Königsweg und Lockstein (670 m) zu dem durch eine Felswand führenden Soleleitungsweg zurück nach Berchtesgaden.

Sehr schöne und aussichtsreiche Tageswanderung mit ca. 300 Hm - gute Schuhe und Wanderstöcke empfehlenswert.

**Treffpunkt:** 7.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Leitung:** Christian Meister, 068073060654,  
meister.c@cablevision.at



*Historischer Markt mit Watzmann*

# WANDERN

**Samstag, 6. Mai 2023**

**Schlenken (1.649 m)**



Vom GH Zillreith über die Jägernase zum Schlenken. Abstieg südseitig zu den Schlenkenalmen und von hier hinunter zum Gasthof Zillreith.

**Treffpunkt:** 6.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Gehzeit:** 4 Std. - ca. 7 km - 540 Hm

**Leitung:** Fritz Kritzinger, 0699/11229527  
fritz@f-kritzinger.at



*Schmittenstein vom Schlenken*

# WANDERN

**Samstag, 13. Mai 2023**



## **Zellerweg mit Geisswand (873 m) und Baalstein (800 m)**

**Sehr schöne Panoramawanderung am Traunsee.**

Von der Bräuwiese bei Traunkirchen gelangen wir durch den Hofgraben zur aussichtsreichen Elisabethruhe. Weiter auf dem Zellerweg bis zur Abzweigung Geisswand und Baalstein. Trittsichere Teilnehmer werden sich hier über sehr schöne, gut gesicherte Gipfelanstiege freuen können. Abzweigung - Gipfelbesteigungen und retour zur Abzweigung 280 hm - 1,5 Std. Von der Abzweigung erreichen wir dann über den Kalvarienberg den Ort Traunkirchen mit seiner berühmten Fischerkanzel in der Klosterkirche und der Johannesbergkirche am Felsen.

**Treffpunkt:** 8.00 Uhr Autobahnparkplatz  
Seewalchen

**Gehzeit:** Ohne Gipfel 300 Hm - 3 Stunden - leicht  
Mit Gipfel 580 Hm - 4 1/2 Stunden - Trittsicherheit - spektakuläre Ausichten - mittel

**Leitung:** Christian Meister, 068073060654,  
meister.c@cablevision.at

*Blick auf  
Traunkirchen*



Unser  
Versprechen  
an Sie:



**KOMPETENZ**  
für unsere Kunden



Liebe Naturfreunde aus Lenzing und Umgebung!

Wir, das Team der Raiffeisenbank Lenzing, verfolgen das Ziel unsere Kunden mit Kompetenz, Ehrlichkeit und auf Augenhöhe vor Ort bestmöglich zu unterstützen.

Sehr gerne regeln wir für Sie alle Bereiche des Bankgeschäftes wie

- Finanzierung
- Veranlagung
- Versicherung
- Leasing
- Zahlungsverkehr usw.

Selbstverständlich bieten wir Ihnen auch unseren kostenlosen und umfassenden Kontowechselservice an.

Hierbei erledigen wir für Sie alle Formalitäten wie Kontoeröffnung, Änderung Abbuchungsaufträge, Kontoschließung etc.

Wir würden uns freuen, Sie künftig zu unseren Kunden zählen zu dürfen!

Unseren bestehenden Kunden danken wir sehr herzlich für Ihr Vertrauen!

**Timelkam-Lenzing-Puchkirchen**



Österreichische Post AG / Sponsoring.Post  
15Z040561 S – 2/2022  
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien

