

bergwärts

Magazin des DAV Freiburg-Breisgau e.V.

Gut vorbereitet in die Berge

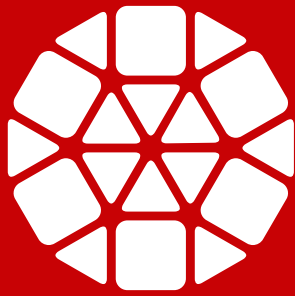
Eine Tour in den Alpen erfordert einige Kenntnisse und umsichtige Planung

Bergwetter

Gewinnerbilder des Fotowettbewerbes 2025

Interview mit Janina Schimschar

DAV Bundesverband



VORTRAGSREIHE & FESTIVAL

MUNDOLOGIA

FOTOGRAFIE | ABENTEUER | REISEN



SIZILIEN
Martin Engelmann
MI 11.11.26 | 19.³⁰ Uhr
Kurhaus Bad Krozingen



90 Jahre DALAI LAMA
35 Jahre FOTOGRAFIE
Manuel Bauer
SA 14.11.26 | 12.³⁰ & 19.³⁰
Paulussaal Freiburg



SARDINIEN
Holger Fritzsche
SA 14.11.26 | 16 Uhr
Paulussaal Freiburg



RUMÄNIEN
R. & J. Haberhauer
DI 24.11.26 | 19.³⁰ Uhr
Seepark Freiburg



live!
PETER HABELER
Auf den Gipfeln der Welt
MI 25.11.26 | 19.³⁰ Uhr
Seepark Freiburg



IRAN
Thorge Berger
FR 4.12.26 | 19.³⁰ Uhr
Seepark Freiburg



INDIEN
Thorge Berger
SA 5.12.26 | 19.³⁰ Uhr
Seepark Freiburg



ROADTRIP ITALIEN
Roemer & Buschmann
SA 16.1.27 | 12.³⁰ Uhr
Paulussaal Freiburg



WILDNIS VOR DER HAUSTÜR 2
Klaus Echle
SA 16.1.27 | 16 Uhr
Paulussaal Freiburg



MAROKKO
Reiner Harscher
SA 16.1.27 | 19.³⁰ Uhr
Paulussaal Freiburg



live!
PETER WOHLLEBEN
Geheimes Leben der Bäume
DO 28.1.27 | 19.³⁰ Uhr
Konzerthaus Freiburg



live!
RANGA YOGESHWAR
Gesellschaft im Wandel
SO 31.1.27 | 18 Uhr
Konzerthaus Freiburg



TERRA
MICHAEL MARTIN
Ein Porträt der Erde
SA 6.3.27 | 19.³⁰ Uhr
Seepark Freiburg



ISLAND
mit Live-Konzert
S. Erdmann & Isgaard
SO 20.3.27 | 15 Uhr
Bürgerhaus Denzlingen



DIE GEILSTE LÜCKE IM LEBENS LAUF
Nick Martin
SO 20.3.27 | 19 Uhr
Bürgerhaus Denzlingen



KALTENBRUNNER GERLINDE
live!
Dimension Bergsteigen
MI 10.3.27 | 19.³⁰ Uhr
Burghof Lörrach

Dies ist ein Programmauszug.
Weitere Vorträge, Seminare, Infos & Vorverkauf:

MUNDOLOGIA.DE

Editorial

Liebe *bergwärts*-Leserinnen und -Leser,

der Fröhsommer mit seinen längeren Tagen hebt die Stimmung vieler Menschen.

Während die einen noch auf die allerletzten Skitouren gehen und dabei hoffentlich keine Lawinen erleben werden, zieht es andere schon längst zum Wandern, zu Fahrradtouren oder zum Klettern an den Felsen.

Was bei allen Touren generell in der Vorbereitung beachtet werden sollte, beschreibt der Artikel auf S. 16. Bei der Planung nicht mehr wegzudenken, sind diverse digitale Helfer. Bereits im *bergwärts* 4/2019 hatten wir einen Schwerpunkt zu „Digitalen Helfern“, wollen jedoch das Thema nochmal aufgreifen. Unsere Trainerschaft, sowohl aus der Sommer- als auch aus der Winterabteilung, hat uns ihre häufig genutzten Apps mitgeteilt. Verschiedene Apps z. B. für Tourenplanung, Navigation, Wetter, Tracking, aber auch zur Pflanzen- und Bergbestimmung, zur Lawinen- und Schneesituation sowie Notfall-Apps und Tourenportale sind in einer Liste auf Seite 20 zu finden.

Wir hatten im März das große Vergnügen, das 10-jährige Jubiläum unserer Vereinszeitschrift *bergwärts* feiern zu dürfen. Unser ehemaliges Redaktionsmitglied Nils Theurer hielt eine berührende Rede. Einen kurzen Bericht über die Feier, ergänzt um einige Statements von drei aktuellen Redaktionsmitgliedern zu ihrem Engagement bei *bergwärts* lesen Sie auf Seite 6.

2021 haben wir die Rubrik „Vielfalt“ ins Leben gerufen. Uns war es wichtig, die große Bandbreite des Angebots unserer Sektion sichtbar zu machen. Dank des Engagements einiger Ehrenamtlicher, aber auch von Angestellten der Sektion aus verschiedenen Referaten oder dem Kletterzentrum, gelingt es immer wieder, diese Rubrik mit spannenden Artikeln füllen. In diesem Heft kommt in der Rubrik Janina Schimschar zu Wort. Sie ist beim Hauptverband in der Kommunikationsabteilung angestellt und hat das Material zum Themenbereich Vielfalt mitentwickelt, das Sektionen und Hütten für ihre Arbeit nutzen können. Lesen Sie mehr über diesen Prozess und Janinas Motivation, sich für das Vielfaltsthema zu engagieren ab Seite 22.

Emil Zimmermann war bereits als Krabbelkind in unserer Kletterhalle. Mittlerweile ist der 21-Jährige in der Disziplin Bouldern als Athlet bei verschiedensten Wettkämpfen dabei und ist stolz auf das Highlight seiner Karriere: Vizejugendweltmeister im Bouldern. Ein Interview mit ihm lesen Sie ab Seite 32.

Genießen Sie den Fröhsommer!

Helia S.

Helia Schneider



Foto: Johannes Meger



Titelbild: Familiengruppe – Drei Zinnen / Seite 12 / Foto: Lisa Rückriegel

News aus dem Kletterzentrum / S. 26 / Foto: Hannes Tell

▶ Aktuelles

- 5 Herbsttreffen mit dem CAF Besançon
- 6 Zehn Jahre *bergwärts*
- 8 Fotowettbewerb „Bergwetter“
- 11 Wanderleiterschulung

▶ Unter uns

- 12 Familiengruppe in den Dolomiten
- 14 Nachruf Michael Behn
- 15 Auf einen Kaffee mit Lisa Rückriegel

▶ Unterwegs

- 16 Gut vorbereitet in die Berge
- 20 Digitale Helfer

▶ Vielfalt

- 22 Interview mit Janina Schimschar
- 25 Winter kennt keine Grenzen

▶ Jugend

- 27 KidsCup-Reihe

▶ Kletterzentrum

- 28 News aus dem Kletterzentrum
- 30 Schutzkonzept für ein gutes Miteinander
- 32 Vom Krabbelkletterer zum Vizejugendweltmeister

▶ Bücher

- 33 Strecke machen – Öffis in Südbaden

▶ Termine und Touren

- 34 Radtouren
- 34 Familiengruppe
- 35 Regelmäßige Veranstaltungen
- 35 Wanderungen und Veranstaltungen
- 37 Senioren – regelmäßige Veranstaltungen
- 37 Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung
- 42 Hospizgruppe

▶ Tour zum Nacherleben

- 44 Im Bann des Matterhorns

▶ talwärts

- 46 talwärts
- 47 Impressum



Zitadelle von Vauban an Besançon

Natur und Kultur

Herbsttreffen mit unseren Freunden vom CAF Besançon am 10./11. Oktober 2026

Unsere französischen Freunde vom CAF organisieren für uns in diesem Jahr das Herbsttreffen in ihrer Stadt Besançon. Eine Unterkunft für insgesamt 50 Teilnehmende (20 Erwachsene und 5 Jugendliche vom DAV Freiburg) ist schon gefunden. Es erwarten uns nicht nur die üblichen Wanderungen (in zwei verschiedenen Leistungsgruppen) und Klettermöglichkeiten für die Jugendlichen. Bei Interesse kann bereits am Freitag, 09. Oktober, angereist werden, um die Stadt kennenzulernen.

Details (Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrt) zu diesem Treffen werden euch bei einem Vortreffen und in der Veröffentlichung der Veranstaltung auf der Webseite des DAV mitgeteilt.

Diese Treffen sind bereits lieb gewordene Tradition und finden immer in fröhlicher und freundschaftlicher Atmosphäre statt. Diese Tradition sollte unbedingt beibehalten werden!

*Margit Anhut und Christoph Paradeis
01719928075 oder 016097216668
Fotos: Wolfram Köhler*



Besançon

Zehn Jahre *bergwärts*

Ein Abend der Begegnungen

Mit einer Jubiläumfeier hat unser Vereinsmagazin *bergwärts* sein zehnjähriges Bestehen begangen. Zehn Jahre, das heißt: 40 Ausgaben mit 40 Titelbildern – alle versammelt auf einem Roll-Up „10 Jahre *bergwärts*“, das Christian Jungbluth von unserer Druckerei Schwarz auf Weiß als Geschenk mitgebracht hatte. Unsere Layouterin Annette Klarmann zaubert jedes Mal aus Texten und Fotos ein ansprechendes, hochwertiges Magazin, das seit fast 30 Jahren bei Schwarz auf Weiß gedruckt wird. Nils Theurer hat mit einer sehr persönlichen, charmant-ironischen Rede auf zehn Jahre *bergwärts*-Geschichte zurückgeblickt. Sie erinnerte noch einmal daran, wieviel Engagement, Herzblut und Teamwork in den Heften steckt.

Ein Highlight des Abends war die Preisverleihung des Fotowettbewerbs, liebevoll moderiert von Stephan Tapken. Für eine besondere Atmosphäre sorgte die Integration des Ehrenamtsstammtisches – eine Idee, die aufging.

Beeindruckend war zum Abschluss des Abends die Multivisionsshow von Karl-Heinz Scheidtmann aus unserer Redaktion, der in sehr stimmungsvollen und atemberaubenden Bildern „sein“ Berchtesgadener Land zeigte.

Es war ein gelungener Abend – vielen Dank!

Manuela Schätzle

Drei aktuellen Teammitglieder der *bergwärts* kommen zu Wort

Was hat dich ursprünglich motiviert, dich ehrenamtlich im *bergwärts*-Team zu engagieren und wie lange bist du schon dabei?

Stephan: Auslöser war 2021 ein Aufruf zur Einsendung von Herbstbildern im *bergwärts*, über den ich mit der damaligen Redaktionsleiterin Manuela Schätzle ins Gespräch kam. Die Mischung aus Fotografie, Redaktion und Teamarbeit hat mich sofort angesprochen – seit Juni 2021 bin ich Teil des Redaktionsteams, ein paar Jahre auch in der Redaktionsleitung.

Helia: Vor zehn Jahren bin ich in der Redaktion eingestiegen, weil mir von einem Trainer damals vorgeschlagen wurde, mich ehrenamtlich einzubringen. Da ich gerne schreibe und freiberuflich u.a. auch als Autorin arbeite, habe ich zugesagt.

Johanna: Ursprünglich bin ich aus der Jugend zum *bergwärts*-Team gestoßen, als Nachfolgerin und der Vertretung der Jugend im Heft. Das ist mittlerweile acht Jahre her und inzwischen leite ich das Korrekturteam, nehme an der Redaktionssitzungen teil und schreibe Artikel für *bergwärts*.



Manuela Schätzle und Christian Jungbluth / Foto: Johanna Schätzle

An welche Meilensteine in der Zeit deines ehrenamtlichen Engagements bei der *bergwärts* kannst du dich erinnern?

Stephan: Mein erster eigener Artikel war ein wichtiger Einstieg, ebenso der spätere Wechsel in die Redaktionsleitung. Prägend waren außerdem die Weiterentwicklung und Digitalisierung der Redaktionsprozesse, Schulungen für das Redaktionsteam sowie die Organisation von Fotowettbewerben und redaktionellen Sonderprojekten.

Helia: Als ich 2021 die Rubrik „Vielfalt“ mit ins Leben gerufen habe, die ich seitdem immer wieder mit interessanten Beiträgen füttere (von mir selbst oder anderen geschrieben).

Johanna: Mein größter Meilenstein waren die Momente, in denen alle aus dem Team zusammenkommen. Vom Redaktionsteam über das Korrekturteam bis hin zu den Menschen, die den Heftversand mitgestalten. In diesem Moment spüre ich die Vielfalt des Teams und besonders die Generationsvielfalt genieße ich sehr.

Ergänze: „*bergwärts* ist für mich...“

Stephan: durch die kreative Mischung der Aufgaben und dem am Ende greifbaren Resultat ein absoluter Gegenpol zu meiner sonstigen Arbeit. Vor allem das Familiäre und Wertschätzende im *bergwärts*-

Team macht dieses Ehrenamt-Engagement für mich so besonders.

Helia: ein äußerst befriedigendes Ehrenamt, was mir viel gibt.

Johanna: wie ein Mosaik: viele verschiedene Perspektiven ergeben zusammen ein großes Ganzes.

Was war für dich ein emotional bedeutsamer Moment im Zusammenhang mit *bergwärts*?

Stephan: Besonders berührend sind für mich die Momente, in denen man sieht, wie aus gemeinsamer Arbeit am Ende mit jeder Ausgabe etwas wirklich Greifbares entsteht. Verbunden fühle ich mich besonders bei gemeinsamen Aktivitäten, wie z. B. dem Klettern mit dem Redaktionsteam, das mir gezeigt hat, wie eng und vertrauensvoll die Zusammenarbeit bei *bergwärts* ist.

Helia: Die Interviews mit Alexander Huber und Heinz Zak führen zu dürfen.

Johanna: Oh, da kommen mir sofort mehrere besondere Momente in den Kopf: Mein erstes Editorial oder das Interview mit Emma aus dem Leistungssport.

Ein ganz besonders schöner und berührender Moment war aber für

mich, als Helia und ich gemeinsam unseren kleinen Podcast aufgenommen haben. Da war so viel Energie, Begeisterung und echtes Herzblut dabei. Wir haben darüber gesprochen, was *bergwärts* für uns bedeutet, was uns antreibt und wie sehr wir uns wünschen, noch mehr motivierte Menschen für unsere Redaktion und Gemeinschaft zu gewinnen.



Höre gerne in unseren kurzen Podcast rein.

Lust, Teil der Redaktion zu werden?

Dann melde dich gerne per Mail

redaktiondav@dav-freiburg.de

Wirklich oben bist du nie Filmabend über Reinhard Karl



Sport Kiefer Freiburg
26.6.2026
19:30 Uhr

Weitere Infos und
Anmeldung unter
www.sport-kiefer.de/filmabend

Über Mut und Grenzerfahrungen
der badischen Bergsteigerlegende
und dem ersten deutschen auf dem Everest



Hauptgeschäft am Uni-Sportzentrum
Schwarzwaldstraße 173 | 79102 Freiburg
Tel 0761-156 485-0 | www.sport-kiefer.de

Bergwetter

Gewinnerbilder des Fotowettbewerbes 2025

In unserer *bergwärts*-Ausgabe 2/25 hatten wir die Mitglieder unserer Sektion zu dem Fotowettbewerb „Das schönste Bild zum Thema Bergwetter“ eingeladen. Die Gewinnerbilder wurden im Rahmen der Feier zum Zehnjährigen Jubiläum des *bergwärts* im März 2026 präsentiert und geehrt. Dabei kamen nicht nur die Bilder selbst, sondern auch deren Begleittexte zur Geltung. Die Fotografien sind seit dem 12.03.2026 in einer Ausstellung im Sektionshaus der Öffentlichkeit zugänglich gemacht (täglich von 9 bis 23 Uhr geöffnet).



Platz 1: Anna-Lena Kupke mit „Im Glück des richtigen Moments“

An diesem Morgen zeigte das Bergwetter seine magische Seite über Bernau im Schwarzwald.

Was zunächst für mich wie ein gewöhnlicher Wintertag startete, verwandelte sich plötzlich in einen dieser unwiederholbaren Momente. Momente, die man sich immer erhofft, aber leider nie planen kann. Während sich der Nebel langsam lichtete und die Sonne hinter den Wolken durchdrang, erschien er: ein fast perfekter Halo, schwebend über einer Landschaft aus Eis, Stille und sanftem Licht. Dieses seltene Naturphänomen entstand nur für wenige Minuten, getragen von unzähligen winzigen Eiskristallen in der Atmosphäre. Ich stand dort – zufällig zur richtigen Zeit am richtigen Ort.

Dieses Foto ist für mich ein stiller Beweis dafür, wie viel Zauber in der Natur liegt und dass man manchmal einfach nur etwas Glück braucht.



Platz 2: Sebastian Gerhardt mit „Blick von der Seiser Alm auf Schlern und Santnerspitze“

Ein magischer Moment mitten im Hochsommer auf der menschenleeren Seiser Alm. Wenige Minuten vor dem Gewitter zeigt sich die Südtiroler Berglandschaft im besten Licht zwischen saftigen grünen Wiesen und schroffen Dolomitenspitzen.



Platz 3: Marius Müller mit „Stürmischer Sonnengruß“

Das Bild entstand beim morgendlichen Aufstieg vom Refuge de l'Onda zum Pointe Muratello (2138 m) auf dem Fernwanderweg GR20 auf Korsika. Nach einer stürmischen und dadurch kurzen Nacht im Zelt steht man hier wieder voller Energie, hält inne – und weiß, warum man so gerne in der Natur und den Bergen unterwegs ist. Der Sturm begleitete uns noch bis zum Gipfel, doch bereits am Mittag strahlte die Sonne wieder: typisch Korsika.



Platz 4: Norbert Weiss mit „Nach dem Gewitter“

Das Foto ist ein Panorama aus sechs Hochformataufnahmen und entstand schon im Jahr 2014 bei einer Wanderung der DAV-Familiengruppe zur Legler-Hütte in den Glarner Alpen. Während des Aufstiegs zog ein Gewitter auf und wir schafften es gerade noch rechtzeitig, die Hütte zu erreichen, bevor es wie aus Kübeln regnete. Direkt nach dem Gewitter riss die Wolkendecke auf und die späte Abendsonne hüllte die Landschaft in ein fast schon unwirkliches Licht.

Platz 5 (unten): Joachim Göppert mit „Wolkenspektakel“

Die idealen Voraussetzungen für spannende Fotomomente sind Wetterwechsel. Solch eine Situation herrschte am Aufnahmetag des Fotos. Besonders im Hochgebirge, hier im Lechquellgebiet, ergab sich der wunderbare und einmalige Moment mit tiefstehender Sonne, warmem Licht und Restwolken nach durchgezogener Regenfront und Nebel.





12 Tage p.P. im DZ
ab € 1765,-

PEAKS OF THE BALKANS TRAIL - TRAUMHAFTES TREKKING

Trekking im Dreiländereck: Albanien, Kosovo und Montenegro



- Anspruchsvolle Bergwanderungen
- Übernachtung in Herbergen, Hotels & einer Hochalm
- Gastfreundschaft in ursprünglichen Bergdörfern
- Zwei Kultur- und Bergwanderführer*innen (ab 9 Personen)
- Kulturtag in Prizren & Besuch des Klosters Visoki Decani
- Gipfelmöglichkeiten, u.a.: Hajla, 2403 m, Arapit, 2217 m, das „Matterhorn Albanien“



Leistungen:

Deutsch sprechende*r Bergwanderführer*in • ab/bis Flughafen Pristina (Flughafensammeltransfer am Anreisetag) • 3 × Hotel***, 2 × Gästehaus***, jeweils im DZ, 5 × Gästehaus/Pension/Homestay im MBZ mit geteilten Bädern, 1 × einfache Berghütte im MBZ • 10 × Vollpension & 1 × Halbpension • Bus- und Jeepfahrten & Eintritte lt. Detailprogramm • Gepäcktransport • Versicherungen

12 Tage | 6–12 Teilnehmer*innen

EZZ ab € 130,-

Termine: 27.06. | 11.07. | 18.07. | 15.08. | 22.08. | 29.08. | 05.09. | 12.09.2026

Persönliche Beratung: +49 89 642 40-127

Technik: ▲▲▲▲▲▲

Kondition: ▲▲▲▲▲▲



www.davsc.de/ BAPBT



dav-summit-club.de



Über 600 Wander- und Trekkingreisen weltweit zur Auswahl.

Wanderleiter gesucht!

Wandern in der Gruppe macht Spaß, das wissen wir. Wanderungen zu leiten, macht jedoch auch Spaß!

Die fünf Wandergruppen der Seniorenabteilung suchen laufend Verstärkung. Wir bieten Tageswanderungen auf unterschiedlichem Niveau für Menschen, die Zeit und Lust haben, unter der Woche am Mittwoch oder Donnerstag zu wandern.

Wenn du gerne wanderst, organisatorisches Talent mitbringst und gut mit Gruppen umgehen kannst, bist du bei uns genau richtig! Wir bieten dir eine aus zwei Modulen bestehende Einführung für neue Wanderleiter und Wanderleiter*innen als Ehrenamt im DAV.

Interessiert? Dann melde dich doch bei
helmut.gnaedig@dav-freiburg.de oder
deborah.lawrie-blum@dav-freiburg.de



Foto: Helmut Gnädig

Wanderleiterschulung für Einsteiger Ehrenamt im DAV

1. Modul: Fr 30.10.26, 14:30 –17:30 Uhr, Sektionshaus

- Planung, Durchführung, ÖPNV, Haftung, Erste Hilfe, Unterstützung, Mentoren

2. Modul: Fr 20.11.26, 14:30 –17:30 Uhr, Sektionshaus

- Einführung in elektr. Hilfsmittel für Planung und Navigation (Apps, Smartphone)
- Tourenplanung am Laptop/PC/Tablet
- Überspielen von Touren auf das eigene Smartphone

Kontakt/Anmeldung:
helmut.gnaedig@dav-freiburg.de oder
deborah.lawrie-blum@dav-freiburg.de



Foto: Helmut Gnädig



Bötzinger Straße 10
 79111 Freiburg
 Telefon 0761 / 4 29 26
 Telefax 0761 49 36 69
info@rottler-online.de
www.rottler-online.de



Rollladen - Sonnenschutz - Garagentore

Wir stellen alles in den Schatten



Rollladen
 Markisen
 Jalousien
 Garagentore
 Elektroantriebe
 Terrassendächer
 Einbruchschutz



Drei Zinnen in der Abendsonne / Foto: Lisa Rückriegel

Glühende Drei Zinnen und lebendige Geschichte

Familiengruppe in den Dolomiten

Im August brachen wir mit sechs Familien und Kindern zwischen fünf und zwölf Jahren von Freiburg Richtung Italien auf, um eine Woche zu wandern, klettern und vor allem jede Menge Spaß zu haben.

Auf unserem Campingplatz in der Nähe des Falzarego-Passes hatten wir schnell ein schönes Lager errichtet und schon ging es los an den Fels. Es wurde geklettert, was Exen und Seile hergaben. Irgendwann waren auch wir Eltern dran, während die Kids Verstecken oder am Bach spielten und sogar ein Theaterstück einstudierten.

Natürlich wollten wir uns das Wahrzeichen der Dolomiten nicht entgehen lassen. Um dem Trubel zu entkommen, entschieden wir uns, am Nachmittag aufzubrechen und die Drei Zinnen im Abendlicht zu umrunden. Das Wetter war auf unserer Seite und wir verbrachten einen wunderbar magischen Abend.



Große Freude über Schnee auf dem Lagazoui / Foto: unbekannt

Ein weiteres Highlight stellte unser Tagesausflug auf den Kaiserjägersteig dar. Zusammen erklommen wir über den Klettersteig den Lagazuoi. Runter ging es durch die zahlreichen Tunnel und Schützengräben, die während des Ersten Weltkrieges errichtet wurden. Nach ca. 800 Höhenmetern, 13 km und vielen Einblicken in die Geschichte unten angekommen, freuten sich alle über ein Eis. Besonders stolz waren alle auf die fünfjährige Poppy und Hund Emmi, welche die Tour bravourös gemeistert haben.

Es folgten weitere Tage mit Klettern und Wandern in der wunderschönen Landschaft des Weltnaturerbes. Zwischendurch fanden wir immer wieder tolle Bademöglichkeiten zum Abkühlen und Seele baumeln lassen:-).

Allabendliche Witze, Erzählrunden, die Vorführung eines eigens von den Kindern einstudierten Theaterstückes und die Auswertung unserer Wanderrallye mit „internationaler Jury“ rundeten eine fantastische Woche in den Bergen ab.

Lisa Rückriegel



Aufstieg geschafft / Foto Lisa Rückriegel



Wärmepumpe?

Neue Fenster?

Dämmung?

PV-Anlage?

Nikolas Knetsch
Energieeffizienz-Experte



ENERGIEBERATUNG

Wohn- und Nichtwohngebäude

- ✓ unabhängig
- ✓ Vor-Ort
- ✓ neutral
- ✓ professionell



Kosmogrün GmbH
Büro Freiburg
Paul-Ehrlich-Str. 7
79106 Freiburg
0761 | 89755295
info@kosmogruen.de
www.kosmogruen.de



Brillen Kontaktlinsen Sportoptik



Brillenladen
im Stühlinger GmbH

Klarastraße 39
79106 Freiburg
Telefon 0761 - 28 0537
www.brillenladen.net

► Unter uns

Nachruf Michael Behn

Mit Michael verlieren wir einen lieben und äußerst engagierten ehrenamtlichen Weggefährten unserer Sektion.

Über viele Jahre hinweg hat Michael das Vereinsleben mit großer Hingabe bereichert. Unzählige Wanderungen hat er geführt, stets mit einem feinen Gespür für Gemeinschaft, Natur und die Bedürfnisse der Teilnehmenden. Besonders geschätzt wurden seine Kulturspaziergänge, bei denen er Geschichte lebendig werden ließ und neue Perspektiven eröffnete.

Michael brachte sich darüber hinaus im Archiv sowie im Kulturbereich ein. Mit großem Interesse und beeindruckender Sorgfalt vertiefte er sich in die Geschichte des DAV – insbesondere in die Zeit des Nationalsozialismus. Seine fundierten Beiträge und seine Mitwirkung an Veröffentlichungen spiegeln sein Bestreben wider, die Vergangenheit verantwortungsbewusst aufzuarbeiten und zugänglich zu machen.

Die Seniorenabteilung und die Wanderabteilung verlieren mit ihm einen engagierten Gruppen- und Wanderleiter, der mit viel Freude und Verlässlichkeit zahlreiche Touren organisiert und begleitet hat.

Doch Michael war weit mehr als das: Er war ein Mensch, dem das Vereinsleben am Herzen lag. Regelmäßig nahm er an den Ehrenamtsstammtischen teil, brachte sich ein und half tatkräftig beim Auf- und Abbau von Vernissagen mit.

Auch im Ehrenrat engagierte sich Michael. Aufgrund seiner fachlichen Kompetenz als Richter war er dort ein besonders geschätztes und hilfreiches Mitglied.

Sein Einsatz, seine Verlässlichkeit und seine ruhige, freundliche Art werden uns sehr fehlen. Wir sind dankbar für alles, was er unserem Verein gegeben hat.

Manuela Schätzle



Foto: Friedbert Knobelspies

Auf einen Kaffee mit ...

... Lisa Rückriegel, 41 Jahre, Lehrerin (Studienrätin) am Wirtschaftsgymnasium Freiburg, Öffentlichkeitsreferentin in unserer Sektion

Wie bist du zum DAV gekommen?

Ich habe während des Studiums mit dem Klettern begonnen und bin dann darüber Mitglied beim DAV Darmstadt geworden.

Welchen Sport betreibst du im Alpenverein?

Im Sommer bin ich sehr gerne zum Wandern und Klettern in den Bergen unterwegs. Daneben freue ich mich über Downhill-Spaß mit dem MTB. Im Winter mag ich Skitouren, am liebsten direkt vor der Haustür, und ich gehe gerne langlaufen.

Stell dir vor, du wärst für einen Tag Sektionsvorsitzende.

Was würdest du in der Sektion verändern?

Ich finde, dass vieles schon sehr gut läuft und sowohl Haupt- als auch Ehrenamtliche oft tolle Arbeit leisten. Kurzfristig würde ich versuchen wollen, den Anmeldeprozess für Touren zu vereinfachen, mehr Angebote zu ermöglichen, mehr Transparenz für unsere Mitglieder zu schaffen und neuen Mitgliedern das Kennenlernen der umfassenden Teilnahme- und Engagementmöglichkeiten näherzubringen.

Was gefällt dir am Alpenverein?

Ich mag den Fokus auf unsere wunderschöne Bergwelt und generell das Draußensein. Ich schätze das Miteinander im Verein und die Vielfalt in jeglicher Hinsicht. Es gibt so viele tolle Initiativen, Projekte und Gruppen. Ich finde es gut, dass neben den sportlichen Aspekten auch der Naturschutz eine wichtige Rolle spielt.

Welche Tour wolltest du schon immer unternehmen?

Tatsächlich möchte ich diesen Sommer gerne beim Black Forest Ultra Marsch (die 50 km Distanz) in unserem schönen Elztal mitlaufen. Ferner würde ich gerne irgendwann mal den Nyiragongo (Republik Kongo) bestiegen und mit dem MTB auf den Kilimanjaro fahren.

Du engagierst dich ehrenamtlich als Referentin für Öffentlichkeitsarbeit. Wie kamst du darauf und wie sieht deine Arbeit aus?

Mein ehrenamtliches Engagement beim DAV Freiburg hat bereits vor einigen Jahren in der Familiengruppe begonnen. Im letzten Jahr kamen dann eine Klettergruppe und die Öffentlichkeitsarbeit hinzu. Ich möchte gerne dabei unterstützen, unseren tollen, vielfältigen und vor allem auch großen Verein besser nach außen zu repräsentieren. Darüber hinaus ist es mein Anliegen, die zahlreichen Gruppen und Aktionen innerhalb des Vereins besser sichtbar zu machen und zu vernetzen.

Helia Schneider

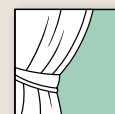
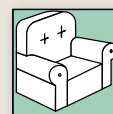
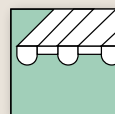


Foto: privat

Werner Wernet

Nachf. Bernhard Ketterer
Raumausstattermeister *seit 1906*

Polsterwerkstätte
Polstermöbel
Matratzen
Dekorationen
Gardinen
Bodenbeläge
Teppiche
Sonnenschutz



Hauptstraße 90 • 79104 Freiburg • Tel. 0761 / 53934
Fax 0761 / 555716 • bpketterer@t-online.de



Foto: Tobias Eckert

Gut vorbereitet in die Berge

Eine Tour in den Alpen erfordert einige Kenntnisse und umsichtige Planung

Bergwandern oder Trekking von Hütte zu Hütte liegen voll im Trend. Nicht erst seit Corona zieht es immer mehr Menschen in die Natur, auch und gerade in die Alpen. Bergwandern ist seit Jahren die beliebteste Aktivität von DAV-Mitgliedern.

Eine Bergtour bietet großartige Erlebnisse – vorausgesetzt, sie ist gut geplant. Das erfordert neben Umsicht einige Kenntnisse, ist aber auch keine Geheimwissenschaft. Wer einige Grundsätze beachtet – die gelten übrigens, zumindest im Prinzip, für alle Arten von alpinen Unternehmungen – reduziert nicht nur die Risiken, sondern tut viel dafür, dass die Tour zum Vergnügen wird.

Die richtige Tour wählen

Vor jeder Bergtour steht als erstes eine Frage, die man sich ungeschminkt beantworten muss: Was kann ich? Habe ich die Kondition, die Ausdauer, die für diese Tour erforderlich ist? Ist das meine erste Tour im Jahr, bin ich richtig fit? Schaffe ich das technisch? Habe ich

die Trittsicherheit, die ich brauche, um Stolperer und Ausrutscher zu vermeiden? Überhaupt, habe ich genügend alpine Erfahrung?

Solche Fragen sollte man sich ehrlich beantworten und mit allen besprechen, die mitkommen. Apropos: Zu mehreren auf Tour zu gehen, ist allemal sicherer, als alleine in den Bergen unterwegs zu sein. Schließlich ist selbst eine einfache Wanderung etwas anderes als ein Spaziergang im Stadtpark.

Orientierung, welche Schwierigkeiten eine Route bietet, schafft die Klassifizierung von Bergwanderwegen. So weiß man ungefähr, was auf einen zukommt. Im deutschsprachigen Raum hat sich weitgehend die „Schweizer Wanderskala“ durchgesetzt, die von T1 bis T6 reicht. Wer dort nachliest, erfährt zum Beispiel, dass für T3 „gute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit“ erforderlich sind: „Ausgesetzte Stellen können mit Seilen oder Ketten gesichert sein. Eventuell braucht man die Hände fürs Gleichgewicht.“

Aber schon der erste Punkt, das Thema Ausdauer, ist enorm wichtig, denn: Mangelnde Fitness ist eine der häufigsten Ursachen für Wanderunfälle, wie die jährliche Unfallstatistik des DAV zeigt. Wer nach dem Winter nicht fit in die Saison startet, riskiert mehr als nur müde, überanstrengte Beine.

Eine entscheidende Rolle spielt natürlich die Frage, wohin es geht, was man vorhat, wie das Gelände beschaffen ist. Für die Planung gibt es reichlich Hilfsmittel, zum einen Wander- und Bergführer, zum anderen immer mehr und immer bessere Informationen im Internet (siehe den Beitrag „Digitale Helfer“, Seite 18). Für Touren in der Schweiz beispielsweise haben sich Seiten wie schweizmobil.ch oder wandersite.ch bewährt, die verlässliche Informationen bieten.

Nur: Blind verlassen sollte man sich nicht auf diese Angaben. Wie anspruchsvoll eine Tour ist, welche Schwierigkeiten es gibt, welche Zeit zu veranschlagen ist – solche Angaben sind oft individuell gefärbt. Am sichersten ist es, auf eigene Erfahrungswerte zu vertrauen. Das gilt gerade für den Zeitplan. Denn wer Auf- und Abstieg gut kalkuliert, vermeidet Zeitdruck, einen der gefährlichsten Faktoren am Berg.

Und noch etwas muss man bedenken: Je nach Jahreszeit und je nach Wetterlage können sich die Verhältnisse auf einer Tour grundlegend verändern. Altschneefelder im Frühjahr auf Nordseiten, nasse

Wurzeln nach Regen oder ein plötzlicher Temperatursturz – was in der Literatur als „einfacher Bergweg“ beschrieben ist, kann bei schlechten Bedingungen zur Herausforderung werden.

Zudem machen sich die Folgen des Klimawandels bemerkbar. Das Auftauen des Permafrosts und die steigende Null-Grad-Grenze führen in den Alpen geradezu zwangsläufig zu mehr Stein- und Eisschlag, zu Murenabgängen, die Wege wegreißen und Routen unpassierbar machen. Auch das muss man berücksichtigen, wenn man eine Tour plant.

Wer unterwegs ist, erkundigt sich am besten auf den Hütten bei den Wirtsleuten, wie die Wegverhältnisse aktuell sind. Und wenn man trotzdem einmal vor einer Wegsperrung steht, dann sollte man eines auf gar keinen Fall tun: die Sperrung ignorieren.

Und da ist noch etwas, auch wenn es beinahe trivial klingt: Wer mehrere Tage unterwegs ist, muss vorab klären, ob die Hütten, auf denen man übernachten will, geöffnet sind. Und ob sie noch freie Schlafplätze haben.

Genauso wichtig: der Plan B. Erfahrene Berggeher versuchen schon beim Vorbereiten, Alternativrouten einzuplanen. Damit lässt sich unterwegs noch einmal prüfen, ob man nicht besser auf eine einfachere

Foto: Daniel Hug



Variante ausweicht. Die Gründe dafür können ganz verschieden sein: weil das Wetter umgeschlagen ist, weil sich der Zeitplan verzögert hat, weil die Tagesform nicht passt oder warum auch immer. Wer dann einen Plan B hat, ist entspannter unterwegs.

Schließlich muss in der Vorbereitung noch ein wichtiger Punkt geklärt werden: Welche Ausrüstung brauche ich? Klar, da hängt vieles davon ab, was für eine Tour geplant ist. Dass eine Hochtour auf einen Drei- oder Viertausender eine andere Ausrüstung erfordert, als eine einfache alpine Wanderung, versteht sich von selbst. Gute Bergschuhe, die passen und eingelaufen sind, gehören auch beim Bergwandern dazu. Knöchelhoch sollte der Schuh schon sein, im Schneefeld oder im Geröll ist das ein echter Sicherheitsgewinn.

Ein deutliches Mehr an Sicherheit bringen Trekkingstöcke. Vor allem an ausgesetzten, schwierigen Passagen helfen sie, das Gleichgewicht zu halten und kontrollierter Tritt zu fassen. Außerdem schonen sie, gerade beim Bergabgehen, die Gelenke und tragen ganz grundsätzlich dazu bei, die konditionelle Belastung auf Arme und Beine zu verteilen.

Ein Rucksack ist dann richtig gepackt, wenn man hinterher jedes Teil gebraucht hat – sonst hat man Dinge nur unnützlich durch die Berge getragen. Selbst wer mehrere Tage wandern will, sollte den Rucksack

so packen, dass er nicht mehr wiegt als acht bis zehn Kilo. Zumindest ist das ein brauchbarer Richtwert.

In jedem Fall aber gehören ins Gepäck: Regenjacke und -hose, Handschuhe und Mütze, Erste-Hilfe-Set, Stirnlampe, Biwaksack oder Rettungsdecke, Powerbank mit Smartphone. Und natürlich genügend Wasser und Proviant. Und wer mit Schnee rechnen muss, packt vielleicht auch zusätzlich Grödeln ein.

Wenn man unterwegs ist

Auf der Tour selbst gilt: gemächlich starten. Einmal übersäuerte Muskeln erholen sich schlecht. Pausen macht man, bevor man müde wird. Sie sind auch eine gute Gelegenheit, noch einmal einen Blick auf die Karte, analog oder digital, zu werfen.

Ganz wichtig: Vor dem Aufbrechen sollte man unbedingt noch einmal auf die aktuelle Wetterprognose schauen und dann unterwegs beobachten, wie sich das Wetter entwickelt. Gewitter entstehen in den Alpen oft lokal und schnell, selbst bei sorgfältiger Planung kann man in ein Unwetter geraten. Deshalb gilt: zeitig aufbrechen, damit man spätestens am frühen Nachmittag den Gipfel hinter sich hat, denn die Gewitterneigung nimmt im Tagesverlauf stark zu. Besonders zwischen Mai und August drohen Hitzegewitter, die eine böse Überraschung sein können.

Foto: Wolfgang Ehn



Übrigens, früh aufbrechen muss man vor allem auch im Frühjahr oder im Herbst, wenn die Tage kürzer sind. Auch die Fahrpläne von Bergbahnen können das Timing diktieren. Wer schon einmal die letzte Talfahrt verpasst hat und dann absteigen musste, wird danach aufmerksamer auf die Uhr schauen.

Große Vorsicht erfordern gerade im Frühsommer Altschneefelder. Immer wieder kommt es zu Unglücken, weil viele unterschätzen, wie schnell man ausrutschen kann oder wie leicht man die Orientierung verliert, weil Wegmarkierungen noch verdeckt sind vom Schnee. Da stellt sich dann auch schon mal die Frage: weitergehen oder umkehren?

Auch wenn eine Bergtour noch so gut geplant ist – eine Garantie, dass alles problemlos abläuft, ist das nicht. Passieren kann immer etwas. Das muss nicht gleich ein schlimmer Sturz sein, schon ein umgeschlagener Knöchel kann in den Alpen böse Folgen haben. Dann gilt in ganz Europa die Notfall-Nummer 112; zusätzlich in der Schweiz 1414 (im Wallis 144).

Aber dazu muss es ja nicht kommen. Bergwandern in den Alpen ist mit guter Vorbereitung eine der schönsten Outdoor-Aktivitäten, die die Gegend zu bieten hat. Und mit jedem Jahr wird man ein bisschen erfahrener, sicherer und gelassener. Doch neben Umsicht

und Erfahrung ist noch etwas hilfreich in den Bergen: Mut – der Mut nämlich, eine Tour auch einmal abubrechen und umzukehren.

Ulrich Rose

Für alle, die selbständig auf Tour gehen wollen, bietet unsere Sektion ein breitgefächertes Angebot, um Bergwanderungen eigenständig, verantwortungsvoll und mit dem nötigen Risikobewusstsein zu planen. Dazu zählen etwa der „Grundkurs alpines Wandern“, Themenabende zur „Tourenplanung“ oder der Kurs „Vom Wandern zum Bergwandern“.

Außerdem bietet der DAV zum Thema Bergwandern und Tourenvorbereitung im Internet ausführliche Informationen. Ein guter Einstieg findet sich hier:


https://www.alpenverein.de/artikel/bergwandern-so-geht-das_a4d75757-a8f4-4312-ba9f-b4e2f19a57cb

Wer lieber in Büchern stöbert, wird hier fündig (das Buch kann in der Bibliothek der Sektion ausgeliehen werden):

„Bergwandern – Trekking. Alpin-Lehrplan 1“ von Andreas Dick und Dirk Schulte.

Rother Bergverlag, 8., vollständig neu bearbeitete Auflage 2024.

Anzeigen im bergwärts fallen auf.



Seilpartner gesucht.
Wir ziehen an einem Strang!

Viermal jährlich
bringt das Magazin
Ihr Unternehmen zu
über 20 500 Mitgliedern.

Fordern Sie unsere Seitenpreise an:

DAV Freiburg

Anzeigenleitung Manuela Schätzle

Lörracher Str. 20a

79115 Freiburg

0761 24 222

manuela.schaetzle@dav-freiburg.de

www.dav-freiburg.de



Hilfreiche Apps / Foto: Pexels/Kampus

Digitale Helfer

Hilfreiche Tipps aus der Trainerschaft

Die Digitalisierung hat längst auch in unserer Touren- und Kursplanung Eingang gefunden. Sei es in der Vorbereitung, während der Tour oder auch im Nachhinein: Viele nützliche Tools sind nicht mehr wegzudenken und ergänzen die konventionelle Vorbereitung mit Karte und Büchern.

Unsere Trainerschaft aus der Sommer- und Winterabteilung hat uns eine Sammlung der genutzten und hilfreichen digitalen Helfer zukommen lassen:

Wetter

- **MeteoSwiss:** Wetterbericht für die Schweiz
- **Meteoblue**
- **WarnWetter** vom Deutschen Wetterdienst
- **WetterOnline:** insb. für Regenradar
- **Windy:** Wetterkarte mit verschiedenen Ansichten (Radar, Satellit, Regen, Gewitter, Wind, Temperatur, Wolken, mit Zoomfunktion)

Winter/Schnee

- **SLF White Risk:** Lawinlage- und Schneebericht, verschiedene Tools, in der Bezahlversion auch Tourenplanung möglich
- **Snowsafe:** zeigt die Lawinenwarnstufen in ganz Europa an, mit Verlinkung zu den jeweiligen Lawinenwarndiensten

- **Skitouren guru.ch:** noch als Webseite, soll es ab Winter 2026/2027 auch als eigenständige App geben, die offline funktioniert

Tourenplanung, Navigieren, Karten

- **Alpenvereinaktiv-App:** Tourenplanung und -aufzeichnung
- **Schweizmobil/Swisstopo:** Tourenplanung/-vorbereitung, Navigation (insb. wg. der topographischen Karten, Karten können offline gespeichert werden)
- **Komoot:** gut für Rad, weniger gut für Wandern, nicht geeignet für Skitouren
- **Locus/Cartograph:** zeigt Karten, auf denen sehr gut die unterschiedliche Beschaffenheit der Wege erkennbar ist; auch Tourenplanung möglich
- **Garmin-explore:** App für die Garmin-Smartwatches, auf der ich mir Karte und aktuelles Routing anzeigen lassen kann
- **Osmand:** kostenlose und sehr umfangreiche Kartensoftware aus einem Open-Source-Projekt, funktioniert auch offline, hat die Möglichkeit, die Swisstopo-Karten und die Skitouren guru-ATHM-Karten offline zu speichern und anzuzeigen
- **Gadgetbridge:** (Datensparsame Open-Source-App mit den gleichen Funktionen wie die Garmin-App, mit der Möglichkeit auch unterwegs gpx-Dateien auf die Garmin-Smartwatch zu kopieren)

Verhältnisse, Beschreibungen, Fotos von Touren

- **Hikr.org:** Portal, auf dem Privatpersonen Berichte einstellen, manchmal hilfreich für differenzierte Beschreibungen und Fotos. Vorsicht: in der Regel keine offiziellen Berichte von Profis, die Ein-



Pflanzen bestimmen / Foto: Freepik

Schätzungen sind sehr subjektiv und sollten immer mit offiziellen Tourenführern (Büchern) abgeglichen werden!

- **gipfelbuch.ch:** Tourenberichte und -verhältnisse von Privatmenschen (Vorsicht: in der Regel keine offiziellen Berichte von Profis, die Einschätzungen sind sehr subjektiv und sollten immer mit offiziellen Tourenführern (Büchern) abgeglichen werden!), aber auch von Bergführer*innen (nur in der Bezahlversion einzusehen), außerdem: Alpinflohmarkt (gefunden – verloren), Singleportal, Tourenpartner*innenbörse

Notfall, Ortung

- **SOS EU ALP (Leitstelle Tirol):** Notfallmeldung, Standortbestimmung, Hinterlegung medizinischer Daten, nur für den geografischen Raum Tirol, Südtirol, Bayern, ansonsten wird weiter vermittelt an 112)
- **Rega-App:** Notfallmeldung, Standortbestimmung (Schweiz)

Berge oder Pflanzen bestimmen

- **Flora Incognita:** Pflanzenbestimmung
- **PeakFinder:** Bestimmung von Berggipfeln

Sonstige Empfehlungen

- **Google Wallet:** Hinterlegung von DAV Mitglieder- & Trainerausweis usw.
- verschiedene **YouTube-Kanäle** für alpine Lerninhalte (ÖAV, Ortovox, Bundeslehrteam Naturfreunde, ...)
- **Die App des SAC-CAS:** vielfältige Filterfunktionen (Hütte, Touren, Karte, Unterschied bei Bezahlfunktion oder Gratisversion)



Busreisen in kleinen Gruppen zu ausgesuchten Zielen.

Mit durchdachter Planung und handverlesenen Hotels. Im superbequemen 5-Sterne-Reisebus mit großem Sitzplatzabstand. **Willkommen an Bord!**

WANDERREISEN

Amalfi, Capri und Sorrent	08.10. – 16.10.2026	ab 1.990 €
Burgund	26.10. – 30.10.2026	ab 1.390 €
Costa Brava	15.11. – 21.11.2026	ab 1.190 €
Côte d'Azur	20.09. – 26.09.2026	ab 1.590 €
Herbst auf Elba	19.09. – 25.09.2026	ab 1.540 €
Murnau und der Staffelsee	12.10. – 17.10.2026	ab 1.490 €

STÄDTEREISEN

Annecy	26.09. – 27.09.2026	ab 295 €
Bergamo	13.11. – 15.11.2026	ab 465 €
London	24.10. – 28.10.2026	ab 1.095 €
Padua	z.B. 28.08. – 30.08.2026	ab 395 €
Prag	29.10. – 01.11.2026	ab 705 €
Venedig	23.11. – 27.11.2026	ab 1.045 €

RUNDREISEN

Die Rhône	23.08. – 01.09.2026	ab 3.090 €
Griechenland intensiv	04.09. – 20.09.2026	ab 4.590 €
Liparische Inseln	19.10. – 29.10.2026	ab 3.190 €
Paradoxes Zentralspanien	11.10. – 25.10.2026	ab 4.190 €
Polen	03.08. – 14.08.2026	ab 3.150 €
Portugal mit Algarve	31.10. – 14.11.2026	ab 3.690 €

STANDORTREISEN

Costa Brava	z.B. 06.09. – 12.09.2026	ab 1.195 €
Gardasee	12.10. – 16.10.2026	ab 995 €
Île de Ré	03.10. – 11.10.2026	ab 2.390 €
Lago Maggiore	28.09. – 01.10.2026	ab 845 €
Schlösser der Loire	05.10. – 10.10.2026	ab 1.590 €
Sylt	z.B. 22.11. – 28.11.2026	ab 1.590 €

Unsere Tagesfahrten finden Sie unter: www.avantireisen.de/Tagestouren

Avanti



Avanti Busreisen
Hans-Peter Christoph GmbH & Co. KG
Klarastraße 56 • 79106 Freiburg
Telefon +49 761 386588-0
info@avantireisen.de
www.avantireisen.de

Bleiben wir bunt!



Foto: DAV / Tobias Haase

Interview mit Janina Schimschar

DAV Bundesverband

Das 75-jährige Jubiläum der Wiedegründung des DAV im Oktober 2025 habt ihr zum Anlass genommen, um eine Vielfaltskampagne zu initiieren, aus der u.a. tolle Materialien hervorgegangen sind. Wie warst du da involviert?

Eigentlich ganz von Beginn an. Ich arbeite seit 12 Jahren hauptamtlich beim DAV Bundesverband in der Kommunikationsabteilung und betreue mit meinem Kollegen Jonas Kassner seit Anfang 2025 alle Themen rund um das Thema „Haltung zeigen“. Dazu gehören die Bereiche Inklusion und Integration, Ehrenamt und Verband, Gesellschafts- und Sachpolitik, Kultur und Geschichte und alles rund ums Alpine Museum. Wir bringen Themen und Ideen rund um die oben genannten Schwerpunkte bei den wöchentlichen Redaktionskonferenzen ein und arbeiten dann die einzelnen Storys so aus, dass sie über möglichst viele Kanäle ausgespielt werden können. Das Jubiläum der Wiedegründung des DAV kam näher und wir haben überlegt, wie wir das am besten kommunizieren und auf die Gegenwart und Zukunft beziehen können. Wir wollten auf keinen Fall nur geschichtliche Hintergründe liefern, sondern uns auch für Vielfalt stark machen und auf Probleme der Gegenwart wie fehlende Toleranz für Vielfalt aufmerksam machen. Zeitgleich hatten wir den Impuls, den Sektionen etwas an die Hand geben zu wollen, was auf die Vielfalt der Gesellschaft aufmerksam macht und alle Mitglieder in ihrer

Diversität willkommen heißt. Auch, damit die Sektionen auf Hütten, in Geschäftsstellen und Kletterhallen den Mitgliedern und allen anderen da draußen zeigen können, dass wir bunt sind. Wir hatten dann die Idee, den Anlass des Jubiläums der Wiedegründung mit dem Vielfaltsthema zu verbinden und haben daraus eine kleine Kommunikationskampagne entwickelt. Es gab einen langen Online-Artikel auf alpenverein.de, den ich verfasst habe; Melanie Grimm hat auf der Hauptversammlung eine Rede gehalten und das Material vorgestellt; wir haben die Sektionen informiert und in der Pressemitteilung zur HV hat das Thema auch seinen Platz gefunden.

Wie seid ihr vorgegangen?

Für den Text und die historischen Hintergründe habe ich Unterstützung aus dem Alpinen Museum/Archiv von Stefan Ritter und Max Wagner bekommen. Das Material haben wir in einer Kleingruppe erarbeitet, die sich regelmäßig getroffen hat, vom ersten Brainstorming bis zur Freigabe der Druckdateien.

Wie werden die Materialien von den Sektionen und Hütten angenommen?

Bei der DAV Hauptversammlung Ende 2025 wurden laut meiner

Kollegin schon nahezu alle Buttons verteilt und angesteckt. Ansonsten können wir zum aktuellen Zeitpunkt leider noch nicht mehr sagen.

Gab es in irgendeiner Form Gegenwind oder Kritik?

An mich persönlich wurde bisher nichts herangetragen.

Wie kamt ihr zu den Motiven?

Die Wahl der Motive war nicht leicht. Wir haben in unserer Bilddatenbank gestöbert und hatten sehr viele Ideen und Fotos zur Auswahl. Es mussten auch viele Aspekte berücksichtigt werden, vor allem bei diesem sensiblen Thema. Gleichzeitig wollten wir nicht zu plakativ sein. Daher sind wir etwas allgemein geblieben. Für die Zukunft haben wir vor, die Motive kontinuierlich zu erweitern und dann auch andere Aspekte über die Bilder einfließen zu lassen, z. B. Menschen mit Beeinträchtigung, mehr Altersmischung oder interkulturelle Motive.

Welche Vielfaltsprojekte wurden vom Bundesverband initiiert und unterstützt?

Das Projekt A.L.M. richtet sich sowohl an Geflüchtete als auch an Menschen mit Behinderungen. Außerdem hat der DAV mittlerweile schon einige inklusive Expeditionen gefördert wie eine inklusive Transalp, eine inklusive Balkan-Wanderung und eine inklusive Expedition nach Peru im letzten Jahr. Zudem bietet die JDAV sehr viel rund um das Thema Inklusion und Vielfalt wie die No-Limits-Kurse oder Queerfeldein an.

Mit welchen Herausforderungen hast du zu tun?

Meine größte Herausforderung ist das Zeitmanagement, weil ich nur eine 50 %-Stelle habe und durch mein Kind mit besonderen Bedürfnissen zeitlich limitiert bin. Mir liegen die Themen Haltung und Vielfalt sehr am Herzen, oft wünschte ich mir, mehr Zeit dafür zu haben.

Was motiviert dich?

Für eine gute Sache zu kämpfen und zu wissen, wie dringend das Thema mehr Sichtbarkeit in der Gesellschaft braucht. Denn wir sind noch ganz weit weg davon, die Diversität, die es gibt, zu sehen und wirklich in einer Gesellschaft der Vielfalt zu leben. Da draußen gibt es doch immer noch ganz oft nur die „Normalen“. Alle anderen werden häufig noch angestarrt oder können vielleicht gar nicht selbst vor die Türe gehen und spielen im gesellschaftlichen Leben damit keine Rolle. Man sieht das schon an so einfachen Dingen wie Barrierefreiheit, die viel zu schlecht ausgebaut ist. Mir ist das aufgefallen, als ich mit Kinderwagen in einer Großstadt wie Berlin unterwegs war. Und dabei bin ich selbst nicht eingeschränkt und musste „nur“ den Wagen tragen. Nicht auszudenken, wie schlimm das für die Menschen sein muss, die auf eine barrierefreie Infrastruktur angewiesen sind. Solange es diese nicht flächendeckend gibt, muss man ganz klar von Exklusion sprechen.

Was würdest du den Sektionen empfehlen, wie sie mehr Vielfalt verankern und leben können?

Ich denke, das beginnt alles im Kopf und mit geteilten Erlebnissen. Darum ist es so wichtig, das Thema aktiv mitzudenken und bei jeglichen

Vorhaben an alle Menschen zu denken. Auch an jene, die unsichtbare Beeinträchtigungen haben, denn wie wir wissen: „Not all disabilities are visible“. Da spielen nicht nur barrierefreie Toiletten beim Neubau eine Rolle, sondern Angebote, die wirklich allen ermöglichen, dabei zu sein. Damit lassen sich Erlebnisse schaffen, die alle Menschen inkludieren und die Herzen öffnen. So wird letztlich auch ein realistischeres Bild der Gesellschaft in der Realität abgebildet. Davon profitieren alle und es wäre so schön, wenn das „Normal“ damit an Bedeutung verliert. Und damit am besten schon von klein auf bei der Kinder- und Jugendarbeit anfangen!

Gibt es Sektionen, die in diesem Thema Vorreiter sind?

Die Sektion Stützpunkt Inntal hat sich das Thema Inklusion auf die Fahne geschrieben. Sie wollen wertvolle Freizeitbeschäftigungen anbieten, in der gleichberechtigte Teilhabe selbstverständlich ist. Ganz oben auf der Liste steht die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Vielfältige Begegnungen zwischen den unterschiedlichen Persönlichkeiten, egal ob mit oder ohne Behinderung, unabhängig von Hautfarbe oder Herkunft sind die Leidenschaft dieser Sektion.

Ihr selbst steht ja auch ziemlich divers da, was ich so mitbekommen habe. Das freut mich sehr und ich würde euer Engagement sehr gerne beim diesjährigen Kommunikationsgipfel im November als Best Case auf die Bühne bringen. Vielleicht habt ihr ja Lust, dabei zu sein!

Helia Schneider

Foto: privat



**DAS ABENTEUER
KANN KOMMEN**

**Mit Ihren
(Sport-) Einlagen
von Storch+Beller
hoch hinaus.**

STORCH+BELLER

Wohltuend gesund

Mehr zum
Thema Einlagen



Wir beraten Sie gerne vor Ort!

Storch und Beller & Co GmbH Medizin- und Orthopädietechnik
Zinkmattenstr. 8c | 79108 Freiburg | Tel. 0761 / 887 919 780

 #storchundbeller

 Folge uns auf Facebook!

www.storch-beller.de

Winter kennt keine Grenzen

Gold für Gemeinschaft



(Natur-/Kunstwerk im Schnee / Foto: Josephine Kerzel)



Mit Wanderrollstuhl durch den Schnee / Foto: Johanna Strate

Was hat der Winter neben Skitouren, Abfahrtskii, Langlaufen oder Eisklettern als klassische Wintersport-Disziplinen zu bieten? Zeitgleich zu den Olympischen Winterspielen begaben wir uns mit einer inklusiven Gruppe der JDAV und den Allpinistas auf eine Wintertour der anderen Art. Nicht die olympischen Bestzeiten oder Performances standen an dem Tag auf dem Programm, sondern das Erkunden und Erleben einer besonderen Jahreszeit mit den Elementen Schnee und Eis. Den Gemeinschaftssinn und das Fairplay von Olympia hatten wir aber im Gepäck und auch die geheime Mission, neue olympische Disziplinen im Schwarzwald zu erproben.

Auf unserem Weg rund um Hinterzarten erwarteten uns dabei Herausforderungen wie das Gehen auf Schneeschuhen, das Fahren auf Schnee mit dem Wanderrollstuhl, Marathon oder das Rodeln an einem Schneehang. Kunstwerke wurden erschaffen und die Kunst der Natur wurde in Form von Eisskulpturen aus dem Fluss, verschlungenen Wurzeln und spannenden Schneespuren bestaunt. Die Landschaft lud uns zum Innehalten und Wahrnehmen, zum Bewältigen verschneiter Wege im Tiefschnee, zum Auspowern am Rodelhang und zum Genießen der Brotzeit und der Fasnet-Süßigkeiten der Vortage ein.

Das neue JDAV-Maskottchen „Toni“ war auch mit auf Tour. Dank Ausstattung mit LVS-Geräten konnten die Jugendlichen Toni nach einem kurzen Abstecher in den Tiefschnee wiederfinden.

Der Vormittag draußen im Schnee verging wie im Flug. Der an den Schneeschuhen haftende Schnee, die vom Rodeln etwas nassen Schuhe und Hosen sowie das Lächeln auf unseren Gesichtern, mit denen wir in Hinterzarten wieder in den Zug einstiegen, sprachen für sich und ließen den Funken des Winterzaubers auch auf die anderen Fahrgäste inklusive Zugbegleiterin überspringen.

Sophie Einsiedel

Eiskunst / Foto: Sophie Einsiedel



EIN SCHÖNES SOLARDACH: DAS IST DER GIPFEL

- DIE ROTPUNKT-BEGEHUNG IM SOLAR-DESIGN
- VOLLFLÄCHIG INTEGRIERTE OPTIK
- EINSPARUNG FOSSILER RESSOURCEN

Werden Sie mit einer
Indach-PV-Anlage der
Pionier für nachhaltige
Ästhetik in Ihrem Viertel.

Ich bin Ihr Solar-Sherpa
und entwickle die maß-
geschneiderte Route zu
Ihrem Projekt.

Fragen Sie einfach und
unverbindlich an.



HOMBERG

Fabian Homberg | www.homberg.solar
Solarplaner für Indach Photovoltaik
und integrierte Solaranlagen



Abschluss einer erfolgreichen Saison / Foto: Lisa Rückriegel

Erfolgreiche Saison

Junge Freiburger Klettertalente glänzen bei landesweiten Wettbewerben

Die KidsCup-Reihe 2025 war für den DAV Freiburg eine außergewöhnlich gelungene Wettkampfsaison.

Bei den KidsCups handelt es sich um Baden-Württemberg-weite Wettkämpfe für junge Athlet*innen zwischen sieben und 13 Jahren, die sich in den Disziplinen Bouldern, Speed und (Toprope)Klettern mit Gleichaltrigen messen.

In diesem Jahr fanden die Wettkämpfe in Karlsruhe, Biberach, Radolfzell, Göppingen und Rottweil statt – mit zum Teil über 150 jungen Starter*innen. In diesem großen Feld zeigten sich die Freiburger Kids über alle Wettkämpfe hinweg souverän stark und konnten am Ende mit gleich zwei Gesamtsiegen und mehreren Top-Platzierungen die Saison abschließen.

Saison Highlight: German Kids Masters in Kaiserslautern

Vom 7. bis 9. August 2025 fand zum ersten Mal ein nationaler Wettkampf für die Altersklassen U11 und U13 statt.

Eva Delor (U11) sicherte sich Platz 1 im Toprope und in der Gesamtwertung. Finja Perschmann (U13) wurde Zweite im Speedklettern und Dritte in der Gesamtwertung. Ronja Hruby (U11) wurde Dritte im Bouldern. Im Teamranking kam Freiburg auf einen phänomenalen 2. Platz.

Gemeinsamer Wettkampfgeist und besondere Erfolge

Alle Freiburger Athlet*innen präsentierten sich stets hochmotiviert und konzentriert. Die Stimmung bei den einzelnen Wettkämpfen war prima: Die Kids feuerten sich gegenseitig an, drückten Daumen, lachten und spielten zwischendurch gemeinsam und unterstützen sich, wenn eine Route mal nicht so gut lief.

Besonders hervorzuheben sind die Leistungen von Ivan Adamchuk (U9) und Eva Delor (U11), die sich jeweils den Gesamtsieg über die komplette Saison sicherten. Mit Merle Perschmann war auf dem zweiten Platz in der U11 gleich wieder der DAV Freiburg vertreten. Auch ihre große Schwester Finja (U13) zeigte sich überragend stark und konnte sich den Gesamtsieg in der Jugendreihe sichern. Weitere Top-Platzierungen gingen unter anderem an Ronja Hruby, Sophia Eichhorn-Clusa, Anna Schuhmacher und Valentin Krause.

Fazit

Die KidsCup-Saison 2025 war für den DAV Freiburg ein großer Erfolg, bei der die Freiburger Leistungsgruppe ihre Qualität eindrucksvoll unter Beweis stellte. Besonders erfreulich: Die Tiefe des Kaders: von U9 bis U13 war Freiburg in allen Altersklassen gut vertreten.

Don Delor



Foto: Hannes Tell



News aus dem DAV Kletterzentrum

Neue Routenbautage seit März 2026

Seit Mitte März 2026 haben wir unsere regulären Routenbautage angepasst. Uns ist wichtig, euch transparent zu informieren und einen Einblick zu geben, wie der Routenbau jetzt organisiert ist und warum diese Änderungen sinnvoll sind.

So läuft der Routenbau ab

Montags beginnen wir früh mit dem Abschrauben, um den lautesten und flächenintensivsten Teil möglichst vor dem stärkeren Hallenbetrieb abzuschließen. Ab dem Mittag ist das Klettern wieder ohne Einschränkungen möglich. Parallel kümmern wir uns um das Reinigen und Sortieren der Griffsets und planen die neuen Routen im Detail: Welche Griffe kommen an welchen Umlenker, welcher Schwierigkeitsgrad ist vorgesehen und wer übernimmt das Schrauben. Dieser Vorbereitungstag ist entscheidend, um den Routenbau effizient und in hoher Qualität umzusetzen.

Dienstags folgt der zentrale Routenbautag. Auf Basis der Vorbereitung werden die Routen geschraubt und anschließend sorgfältig getestet. Dabei achten wir auf Aufbau, Schwierigkeit, Bewegungsfluss und sportliche Qualität. In der Regel werden die neuen Linien gegen 15:00 Uhr freigegeben.

Mittwochs ergänzen wir weitere Routen, sodass jeder Umlenker wieder mit zwei bis drei Linien ausgestattet ist. Nach erneutem Testen schließen wir den Routenbau der Woche ebenfalls gegen 15:00 Uhr ab. Die Halle ist an diesem Tag wie gewohnt ab 09:00 Uhr geöffnet.

Warum diese Umstellung notwendig ist

Durch zusätzliche Aufgaben wie Wartungen, Arbeiten im Boulderbereich oder andere betriebliche Anforderungen gibt es immer wieder



Foto: Hannes Tell

Wochen ohne regulären Routenbau. Mit der neuen Struktur stellen wir sicher, dass trotzdem regelmäßig genügend neue Routen entstehen. Gleichzeitig schaffen wir mehr Raum für gründliches Testen und Nachbessern, denn nur so bleibt die Qualität hoch und das Kletterangebot abwechslungsreich. Sonntage kommen dafür nicht infrage, da die Halle dann stark ausgelastet ist und viele Gruppen auf feste, ruhige Trainingszeiten angewiesen sind.

Gut informiert vor Ort:

Damit ihr jederzeit den Überblick behaltet, findet ihr im Eingangsbereich ein „Schwarzes Brett Routenbau“. Dort sind alle Termine, mögliche Einschränkungen, routenbaufreie Wochen sowie geplante Wartungsarbeiten übersichtlich aufgeführt.

Wir freuen uns jederzeit über euer Feedback unter routenbau@dav-freiburg.de und wünschen euch weiterhin viel Spaß beim Klettern!

Aktuelles und mehr Informationen zum DAV-Kletterzentrum Freiburg auf:



www.instagram.com/DAV.Kletterzentrum.Freiburg



www.facebook.com/DAV.Kletterzentrum.Freiburg



<https://kletterzentrum-freiburg.de>

Aktuelles gibt es hier bei den Blogposts

Für alle Wander- und Berghasen.



medirata

Gegen Vorlage Ihres DAV-Mitgliedsausweises erhalten Sie auf alle Wander- und Kletterartikel einen Rabatt von

10%*



Kaiser-Joseph-Straße 217, 79098 Freiburg
Klarastraße 100, 79106 Freiburg

sport **bohny**
bohny.de

* Rabatt nicht auf bereits reduzierte Ware; nicht kombinierbar mit sonstigen Rabatten. Gültig 2024.

Schutzkonzept für ein gutes Miteinander

Deine Grenzen – deine Entscheidung

Im letzten Jahr hat sich eine Arbeitsgruppe aus den Abteilungen unseres Vereins, die in der Kinder- und Jugendarbeit aktiv sind, intensiv mit der Erstellung eines vereinsinternen Schutzkonzepts beschäftigt. Daraus ist ein umfassender Leitfaden entstanden, der zeigt, wie wir ein sicheres, respektvolles und verantwortungsbewusstes Miteinander gestalten können. Er definiert klare Regeln, Zuständigkeiten und Maßnahmen, um Risiken wie Grenzüberschreitungen, Diskriminierung oder Missbrauch vorzubeugen und im Ernstfall angemessen zu handeln. So schafft er Orientierung und stärkt das Vertrauen innerhalb unserer Gemeinschaft.

Unser Schutzkonzept wurde am 04.03.2026 vom Vorstand beschlossen. Zudem erhalten wir am 08.05.2026 das „Schutzschild“ im Rahmen eines Förderprogramms des SC Freiburg, von Wendepunkt e.V. und der Kindernothilfe – eine besondere Anerkennung für unser Engagement im Bereich Prävention und Schutz.

Für unseren Verein ist dieses Schutzkonzept von großer Bedeutung, da wir als Teil einer lebendigen Gemeinschaft – etwa im Umfeld des Deutschen Alpenvereins – Verantwortung für unsere Mitglieder übernehmen. Besonders Kinder und Jugendliche brauchen einen ge-

schützten Rahmen, in dem sie sich sicher entwickeln können. Gleichzeitig profitieren auch Erwachsene, Trainerinnen und Ehrenamtliche von klaren Strukturen und Regeln, die Sicherheit im Handeln geben.

Zu den wichtigsten Bestandteilen gehören ein verbindlicher Verhaltenskodex, transparente Kommunikation sowie der sorgfältige Umgang mit persönlichen Daten und Bildern im Einklang mit der Datenschutz-Grundverordnung. Ebenso wichtig sind feste Ansprechpersonen und ein funktionierendes Beschwerdesystem, damit Vorfälle frühzeitig gemeldet und geklärt werden können. Schulungen und Sensibilisierung stärken zusätzlich das Bewusstsein im Verein. Entscheidend ist, dass das Schutzkonzept im Alltag gelebt wird. Wir setzen die Inhalte kontinuierlich um und entwickeln sie weiter – auch in unseren Kletterhallenkursen. Dort achten wir besonders auf klare Regeln, respektvollen Umgang und den Schutz aller Teilnehmenden. Das Schutzkonzept findest du aktuell auf der Homepage des Kletterzentrums bei den Kinder- und Jugendkursen. Mit dem Start der neuen DAV-Webseite wird es dort unter „Schutzkonzept“ verfügbar sein.

Wenn du Gesprächsbedarf hast oder dich etwas belastet, kannst du dich jederzeit an uns wenden: schutzstelle@dav-freiburg.de

Text: Mirjam Rauser

Foto: Hannes Tell



Im Einsatz Gemeinschaft für unsere Nördlicher Region Breisgau

Sehen, was wirklich zählt.

Wir stehen an der Seite derer, die Verantwortung übernehmen – für sich, andere und unsere Region. Wir unterstützen Engagement in Vereinen, Initiativen und im Alltag und tragen dazu bei, dass gute Ideen die richtigen Voraussetzungen finden. Für ein Miteinander, das trägt.

QR-Code scannen und die verborgene Botschaft im Bild entdecken:



200 JAHRE

Sparkasse Freiburg-Nördlicher Breisgau



Vom Krabbelkletterer zum Vizejugendweltmeister

Interview Emil Zimmermann

Emil Zimmermann, mittlerweile 21 Jahre alt und von Freiburg nach Köln gezogen, wurde bereits im *bergwärts*-Heft im Jahr 2021 von Nico Storz porträtiert. Er berichtete damals, dass er bereits im Krabbelalter von seinen Eltern mit in die DAV-Kletterhalle gebracht wurde und als Sechsjähriger richtig mit dem Klettern anfang. Er erzählte auch, dass sein Traum sei, eine 8c im Sportklettern anzugehen.

Ist dir das mittlerweile gelungen?

Nein, ich war nicht mehr wirklich im Sportklettern aktiv, sondern mehr am Bouldern.

Du hast 2018 beim Deutschland-Cup im Lead (Vorstiegs-Klettern) den zweiten Platz gemacht und bist daraufhin in den Nationalkader geholt worden. Dann folgte 2019 beim Deutschland-Cup der erste Platz und beim European Youth Cup der zweite. Wie ging Deine Wettkampfkariere danach weiter?

Ein, zwei Jahre war ich noch im Seilklettern aktiv, bin dann aber zum Bouldern gewechselt. 2021 wurde ich Vizejugendweltmeister und zweimal Erster im Jugendeuropacup. Das waren meine besten Erfolge bei den Jugendwettkämpfen. Seit fast drei Jahren bin ich in den Erwachsenenwettkämpfen aktiv und da waren meine größten Erfolge der 3. Platz bei der deutschen Meisterschaft vor drei Jahren und der 4. Platz beim Europacup. Letztes Jahr habe ich meinen ersten Worldcup bestritten.

Über welchen Erfolg freust du dich am meisten und warum?

Wettkampfmäßig war der Vizejugendweltmeister mein größter Erfolg. Weltweit waren Athlet*innen vertreten und da so weit vorne mitzuspielen, hat mich überrascht, das war wirklich eine große Bühne. Schon im Finale zu sein, war toll – und dann habe ich meine Erwartungen so übertroffen und bin Zweiter geworden, darauf bin ich richtig stolz!

Was fordert dich im Training heraus, bei was kommst du an deine Grenzen?

Alles, was mit Kraftausdauer und langen Belastungszeiten zu tun hat. Das finde ich manchmal nervig. Da trainiere ich viel mit 10-12-Zug-Bouldern die ich mir an der Definierwand ausdenke.

Wie sieht ein typischer Tag von dir aus?

Mein Alltag läuft sehr dynamisch ab, da ist wenig Routine. Aber ich mag es, flexibel zu sein und meine Freiheiten zu haben. Ich bin gerne



Foto: Pavlo Vekta

mal hier und da und an verschiedenen Orten. Ich mache viel mit Freunden und mittlerweile schraube ich auch seit sechs Monaten selbst Boulder. Außerdem mache ich seit drei Jahren ein Online-Studium in Audio-Engineering/Tontechnik und Musikproduktion. Je nach Phase trainiere ich aber auch bis zu fünf Tage die Woche. In der Aufbauphase auch ab und zu zweimal am Tag. Jetzt im Frühling, wo die Wettkämpfe anfangen, ist es aber eher weniger.

Wie bereitest du dich mental die paar Minuten vor dem Wettkampf vor, welche Strategien hast du?

Zur mentalen Vorbereitung gehört auch eine Grundeinstellung, die ich mir im Laufe der Jahre erarbeitet habe. Dazu gehört zum Beispiel, an sich glauben zu können und dass ich am Wettkampftag auch richtig Lust auf Bouldern habe. Manchmal bin ich im Übertraining oder merke, dass sich mein ganzes Leben gerade nur ums Bouldern dreht. Das versuche ich kurz vor dem Wettkampf zu vermeiden, um einfach

Spaß haben zu können. Ein paar kleine Rituale habe ich aber: Bei zwei Minuten vor Start ziehe ich den rechten Schuh an, bei Minute 01:40 den linken, bei einer Minute vor Start stehe ich auf. Und von Druck versuche ich mich immer zu lösen.

Was sind deine nächsten Ziele in Sachen Bouldern?

Ende April starte ich bei einem Europacup und je nachdem, wie ich abschneide, starte ich anschließend auch bei einem Worldcup. Das Ziel ist also, mich zu qualifizieren. Und ich möchte ein bisschen raus an den Felsen kommen und da eine gute Zeit haben.

Wenn du an deine Zeit in der Wettkampfgruppe des DAV Freiburg zurückdenkst, wie hat sie dich geprägt?

Die Zeit war für mich insofern prägend, als dass sie mir beigebracht hat, Spaß am Klettern zu haben. Die Gruppendynamik war super, wir waren alle gut befreundet, sowohl die Athlet*innen, als auch die Trainer*innen und wir treffen uns heute noch, wenn wir alle in Freiburg sind. Ich hatte immer Lust auf das Training und auf die anderen, die Stimmung war immer gut.

Was denkst du, wie lange du bouldertechnisch noch auf diesem Niveau unterwegs sein kannst?

In den letzten paar Jahren habe ich beobachtet, dass das Durchschnittsniveau gestiegen ist und ich immer mehr tun muss, um auf diesem Niveau mithalten zu können. Ich bin mir noch nicht sicher, wie lange ich motiviert bin, so viel da reinzustecken. Mein Prinzip ist: Ich will so viel trainieren, wie ich Lust habe und es mir Spaß macht und dann schaue ich, wie weit ich damit komme. Im Moment reicht das, um mich für einen Europa- oder Worldcup zu qualifizieren, aber ich kann schwer einschätzen, wie lange sich das halten wird.

Ein Leben ohne Bouldern wäre für dich wie ...

Mit Sicherheit sehr anders als mein jetziges. Bestimmt auch nicht zwingend schlecht. Es gibt genug andere Sachen, die ich auch machen könnte.

Interview: Helia Schneider



BÜCHER AKTUELL / BÜCHER AKTUELL / BÜCHER AKTUELL / BÜCHER AKTUELL

Strecke machen

Björk, Nirvana, Madonna – sie waren mal cool und sind es wieder. Alles dreht sich im Kreis und kehrt zum Anfang zurück. Auch Wanderer kehren oft zum Ausgangspunkt ihrer Tour, dem Parkplatz, zurück.

Warum eigentlich? Eine Wanderung wird erst zur Strecke, wenn Start und Ziel auseinanderliegen. Rundtouren oder solche, die hin und

zurück führen, wirken wie ein Ersatz. Dass man für Touren von A nach B einen speziellen Wanderführer braucht, ist bedauerlich, aber auch inspirierend. Die 40 Tourenvorschläge in „Wandern mit Öffis Südbaden“ sind wunderbar zusammengestellt, sie beginnen und enden an Bahnhöfen, an denen stündlich Züge halten. Daher der Titel. Die Etappen reichen von acht bis 26



Kilometern, die längste führt vom Bahnhof Kirchzarten über den Schauinslandgipfel nach Münstertal – eine originelle Route. Drei Zweitageswanderungen sind ebenfalls enthalten, aber gleichwohl auch Vorschläge für die kurze Strecke, z. B. von Falkau über Rotkreuz zum Titisee, in zweieinhalb Stunden. Ein Einwand liegt nahe: Wer Auto fährt, nutzt den Führer trotzdem, er parkt an Punkt A und fährt von B mit dem ungeliebten Zug zurück. Das könnte man als Tourenführer-Missbrauch bezeichnen. Oder als Realität, die manchmal eben nicht ideal ist.

Nils Theurer

Matthias Schopp, Ulf Streubel: Wandern mit Öffis Südbaden. 40 Touren mit der Bahn - zwischen Ortenau, Kaiserstuhl, Schwarzwald und Bodensee. Mit GPS-Tracks. Rother-Verlag, München 2026. 176 Seiten, Kartenausschnitte und Höhenprofile, 18,90 €. ISBN 978-3-7633-3441-4.



Alle hier vorgestellten Bücher finden Sie in unserer Bibliothek.

Jede Menge neue Bücher und Karten warten darauf, von Ihnen ausgeliehen zu werden. Der Verleih des Bibliotheksangebots ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Bücherausgabe nur auf Vorbestellung über unsere Website möglich.

**Öffnungszeiten:
Mittwoch 16 bis 20 Uhr,
Telefon 0761 2020184**

Das Bibliotheksteam freut sich auf Ihren Besuch.

► Termine & Touren

Radtouren

Wir fahren aus Sicherheitsgründen „immer mit Köpfchen, immer mit Helm“

Eine Anmeldung ist bei allen Touren einen Tag vor der Fahrt zwischen 18.00 bis 19.00 Uhr notwendig, und zwar jeweils beim Vorausfahrer

Stand: April 2026 – Änderungen sind noch möglich

Auskunft: Ursula Hollinger, Schubertstr. 5, 79104 Freiburg, Tel. 0761 553633

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Sa 11.07.	Fahrt nach Wyhl/Rhein, ca. 80 km mit Einkehrmöglichkeit	Thomas Zinganell 07664 60276	10 Uhr Sektionshaus
Di 28.07.	Fahrt ins kleinste Weinbaugebiet Deutschland	Wolfgang Klein 0176 20838840	18 Uhr Sektionshaus
Sa 15.08.	Nach Freiamt – Traudels Cafe, ca. 80 km	Thomas Zinganell 07664 60276	10 Uhr Sektionshaus
Di 18.08.	Fahrt ins Lilliental	Wolfgang Klein 0176 20838840	18 Uhr Sektionshaus
22.-23.08.	Radtour Bodensee mit Besuch der Bregenzer Festspiele	Wolfgang Klein 0176 20838840	Anfahrt mit DB, Anmeldung war erforderlich
Sa 19.09.	Teil des Badischen Weinradweges, ca. 65 km – hügelig	Thomas Zinganell 07664 60276	10 Uhr Riegel Hbf

Familiengruppe

Angebote der Familiengruppe (detaillierte Infos zu den Touren im Programmheft oder online)

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
jeden zweiten Donnerstag	Wanderzwerge - Tageswanderungen für Familien mit Kindern von 3-6 Jahren	simon.paul@dav-freiburg.de, ankatrin.lorenz@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
03.-05.07.	Kanufahren in Villersexel	alexander.ell@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
18.-19.07.	Wandertour in der Schweiz mit ÖPNV	annika.kolb@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
25.07.	Radtour um den Schluchsee	nicole.fischer@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
08.-10.08	Hüttentour im Tessin für Kids von 5-7 Jahren	ankatrin.lorenz@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
08.-15.08.	Alpinwoche in Ailefroide	lisa.rueckriegel@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
09.-15.08.	Hochtour im Stubaital	larsen.seydel@gmx.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
22.-25.08.	Wanderzwerge auf der Freiburger Hütte	ankatrin.lorenz@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
19.09.	Wanderzwerge Tagestour	ankatrin.lorenz@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben
26.09.	Wandertour Markgräflerland	johanna.hurst@dav-freiburg.de	Wird von den Organisatoren bekannt gegeben

Regelmäßige Veranstaltungen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Dienstag	Gymnastik Gruppe I ab 15.09. In den Schulferien keine Gymnastik	Ursula Hollinger 0761 553633	18:00 Uhr Anne-Frank-Schule
Dienstag	Gymnastik Gruppe II In den Schulferien keine Gymnastik	Bernhard Gaymann 0163 6714966	19:30 Uhr Anne-Frank-Schule
Mittwoch	Sportabzeichentraining bis 19.08.	Ursula Hollinger 0761 553633 ingeborg.natter@dav-freiburg.de	18:30 Uhr Sportplatz Flückiger See
Donnerstag	Lauftreff mit Walking	Ursula Hollinger 0761 553633	10:00 Uhr Parkplatz Wolfswinkel

Wanderungen und Veranstaltungen

Anmeldung bei der Wanderleitung zu den jeweiligen Touren ist erforderlich.

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
So 05.07. W	Von Todtnauberg zum Knöpflesbrunnen. Anspruchsvolle Rundwanderung ab Todtnauberg auf den Knöpflesbrunnen und zurück vorbei am Todtnauer Wasserfall. 15.7 km, 546 hm↑↓, ca. 5,5 h	Ursula Germann Ursula.germann@dav-freiburg.de	Anmeldung bis 04.07., 18Uhr Anfahrt mit ÖPNV. Treffpunkt und Uhrzeit wird bei Anmeldung bekanntgegeben.
So 12.07. W	Über den „Röstigraben“ im Schweizer Jura. Auf dem Weg von Moutier nach Gänsbrunnen queren wir die Sprachgrenze und laufen über wildromantische Höhen der 2. Jurakette mit ihren typischen Weiden, knorrigen Buchen und jungen Föhren. Das Besondere dieser Tour ist die Kombination aus Grat- und Schluchtenwanderung. 12.1 km, ca. 870 hm↑, ca. 670 hm↓, ca. 5.7 h	Juliane Grass 01520 6330691 juliane.grass@dav-freiburg.de	Anfahrt mit ÖPNV Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben
Do 16.07.	Fototreff: Bilder nach freier Wahl, mit Bildbesprechung. 10 Bilder je Teilnehmer	Friedbert Knobelspies 0761 406985 f.knobelspies@gmx.de	20:00 Uhr Sektionshaus
Sa 25.07. W	Die Sieben-Burgen-Tour Nordelsass. So viele Burgen auf einer einzigen Tageswanderung, das dürfte schwerlich zu überbieten sein. Spannend auch der pfälzisch-elsässische Szenenwechsel, die mitunter happigen Anstiege und natürlich jede einzelne der im 12. und 13. Jahrhundert erbauten Burgen. 22 km, 770 hm↑↓	Stefan Himmelsbach 0162 9647904 shimmelsbach@gmx.net	Anfahrt mit Privat-PKW. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben
So 26.07. W	Rundtour von St. Blasien über den Bildsteinfelsen und Urberg zurück nach St. Blasien. ca. 17 km, 570 hm ↑↓, 5 h	Günter Bauer 0761 276896 baufel84@yahoo.com	Freiburg Hbf, Zug S1 Seebugg, Abfahrt 8:40 Uhr
Sa 01.08. W	Wanderung bergauf!!! Von Staufen gehen wir über das „Alte Schloss“ zur Etzenbacher Höhe, vorbei an der Rödelsburg immer weiter rauf zum Sonnhaldenberg, weiter zum Gießhübel und zuletzt zur Halde, von wo wir wieder mit Bus und Bahn zurück nach Freiburg fahren. 18 km, 1000 hm↑, 6 h reine Wanderzeit!!!	Heidi Bräuner 0151 74339131	Anmeldung bis Vortag 18 Uhr Anfahrt mit ÖPNV. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei Anmeldung bekanntgegeben.

Wanderungen und Veranstaltungen

Anmeldung bei der Wanderleitung zu den jeweiligen Touren ist erforderlich.

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Sa 08.08. W	Streckenwanderung von Geisingen auf schattigen Waldwegen über den Höhenzug der „Länge“ zum Fürstenberg, die „Länge“, ein Zeugenberg. Nach ihrem „fürdersten“ (vordersten) Berg nennen sich ab 1250 die Grafen und späteren Fürsten zu Fürstenberg. Als ihre Stadt auf dem Gipfelplateau 1841 durch ein Feuer zerstört wurde, entstand am Fuß des Berges die neue Stadt Fürstenberg. 20 km, 500 hm ↑ ↓	Stefan Himmelsbach 0162 9647904 shimmelsbach@gmx.net	Anfahrt mit Privat-PKW. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben
So 09.08. W	Waldkirch – Kandel – St.Peter – Von Waldkirch, vorbei an der Thomashütte, hinauf zum Kandel. Anschließend geht es über den Kandelhöhenweg nach St. Peter. 18,5 km, 950 hm ↑, 650 hm ↓, 6 h	Jens Katzmarzik jens.katzmarzik@dav-freiburg.de	Anmeldung bis 07.08. Freiburg Hbf, Zug S2 nach Waldkirch Abfahrt 9:05 Uhr, WL wartet in Waldkirch.
Do 20.08.	Fototreff: Bilder nach freier Wahl, mit Bildbesprechung. 10 Bilder je Teilnehmer	Friedbert Knobelspies 0761 406985 f.knobelspies@gmx.de	20:00 Uhr Sektionshaus
Sa 22.08. W	Der elsässische Jura im südlichen Sundgau an der Grenze zum Franche-Comté. Von der Chapelle d'Hippoltskirch zur Source de l'III. Die Ill entspringt in Winkel, inmitten des Illensprungs, auf 600m Höhe. Sie ist das Rückgrat des Elsass, 217 km lang und mündet bei GAMBSHEIM, nördlich von Straßburg, in den Rhein. Seit Mai 2003 dient ein Werk von Anne Rochette als Schmuckstück für den entstehenden Fluss. 20 km, 680 hm ↑ ↓.	Stefan Himmelsbach 0162 9647904 shimmelsbach@gmx.net	Anfahrt mit Privat-PKW. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben
Sa 05.09. W	Mittelbergheim mit den Chateau Hot-Andlau & Château du Spesbourg befindet sich in der Nähe von Obernai und dem Mont Saint Odile. Hier bezaubern keine Fachwerkhäuser, sondern elegante Renaissancehäuser aus rosa Stein inmitten von liebevoll gepflegtem Kulturerbe. Brunnen, Ölmühlen und Pressen sind Zeugen einer lebendigen Weintradition. Ein elsässisches Unikat! 22,5 km, 600 hm ↑ ↓.	Stefan Himmelsbach 0162 9647904 shimmelsbach@gmx.net	Anfahrt mit Privat-PKW. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben
So 06.09. W	Wanderung von St. Peter über den Sägendobel auf den Kandel und zurück nach St. Peter. 17 km, 660 hm ↑ ↓, ca. 5,5 h	Matthias Sailer 0178 4182885 matthias.sailer@web.de	Anmeldung bis 03.09. Bhf Kirchzarten. Uhrzeit wird bei der Anmeldung bekannt gegeben
So 13.09. W	Von Wolfach über das Moosenmättle nach Schiltach. 17.5 km, 650 hm ↑ ↓, ca. 5 h	Günter Bauer 0761 276896 baufel84@yahoo.com	Freiburg Hbf, Zug Richtung Offenburg, Abfahrt 8:42 Uhr
Do 17.09.	Fototreff: Gegensätze, mit Bildbesprechung. 5 Bilder je Teilnehmer	Friedbert Knobelspies 0761 406985 f.knobelspies@gmx.de	20:00 Uhr Sektionshaus
Sa 19.09. W	Vom St. Wilhelmer Tal wandern wir steil die Nordseite des Feldbergs hinauf bis zur Zastler Hütte. Von dort geht es über die aussichtsreiche Tote Mann Alm und an der Erlenbacher Hütte vorbei auf den prämierten Felsenweg, der uns bis Oberried führt. 20 km, 640 hm ↑, 990 hm ↓	Magdalena Magosch 0151 17872906 magdalena.magosch@dav-freiburg.de	Anmeldung bis 18.09. Freiburg Hbf 9 Uhr, S1 nach Kirchzarten, Gleis 7, Bus 146 nach St. Wilhelm.

Wanderungen und Veranstaltungen

Anmeldung bei der Wanderleitung zu den jeweiligen Touren ist erforderlich.

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
So 20.09. W	Glottertal – Luser – Gullerkopf – Altersbach – Elztalblick – Waldkirch 17 km, 540 hm ↑, 580 hm ↓, 4,5 h	Jens Katzmarzik jens.katzmarzik@dav-freiburg.de	Anmeldung bis 18.09. Freiburg Hbf, Zug S2 Richtung Denzlingen Abfahrt 9:05 Uhr, weiter mit Bus 7205 nach Glottertal, WL wartet in Denzlingen.
Sa 26.09. W	Auf dem Jura-Höhenweg von Oensingen nach Balm. Die aussichtsreiche Tour bietet die Entdeckung einer vielfältigen, starken Landschaft. Bereits 1905 wurde mit der Markierung begonnen, die bei Zürich startet und kurz vor Genf endet. Der Jura ist das mittlere der drei Zeitalter des Erdmittelalters (Mesozoikum). Er begann mit dem megavulkanisch bedingten Massenaussterben an der Trias-Jura-Grenze vor 201,3 Millionen Jahren. 21 km, 1217 hm ↑↓	Stefan Himmelsbach 0162 9647904 shimmelsbach@gmx.net	Anfahrt mit Privat-PKW. Treffpunkt und Uhrzeit werden bei der Anmeldung bekannt gegeben

Angebote der Seniorengruppe

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Mo und Do	Seniorenklettern seniorenklettern@dav-freiburg.de	Uwe Schnaiter	Mo 13:00 Uhr, Do 12:00 Uhr Kletterhalle

Wandern unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17 und 18 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Arnika: 6 h, 4 km/h, bis 1.000 hm; Edelweiß: 5 h, 4 km/h, bis 900 hm
Enzian A: 4 h, 3,5 km/h, bis 400 hm; Enzian B: 3 h, 3 km/h, bis 300 hm
Almrausch: 2,5 h mit mäßigen Steigungen oder Kurzwanderung 1,5 h fast ohne Steigungen
Alle angegebenen Zeiten sind reine Gehzeiten.

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Mi 01.07 Arnika	Durch die Kirschbaumwiesen von Obereggenen zum Schloss Bürgeln, entlang dem Lindensäule zur Sausenburg. Über Kandern zurück nach Obereggenen. 6 h, 19 km, 650 hm ↑↓	Antje Helmond 0152 53217001 antje.helmond@gmx.de	8:15 Uhr Hbf Zug RB27 Müllheim. 9:00 Uhr Bus 644 Obereggenen WL wartet in Müllheim
Mi 01.07. Enzian A	Glottertal – Luser – Schwarzenburg – Suggental – Buchholz 4 h, 12 km, 370 hm ↑, 470 hm ↓	Jens Katzmarzik jens.katzmarzik@dav-freiburg.de	9:05 Uhr Hbf Zug S2 Denzlingen, 9:20 Uhr Bus 7205 Glottertal WL wartet in Denzlingen
Do 02.07. Edelweiß	Von Seebrugg über den Schlüchtsee nach Holzschlag 5 h, 17,5 km, 280 hm ↑, 410 hm ↓	Birgitt Montz 0171 5433154	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, 9:29 Uhr Zug S1 Seebrugg
Do 02.07. Enzian B	Kandelhöhenweg: Waldkirch – Gscheid – Siegelau 3,5 h, 11 km, 230 hm ↑, 310 hm ↓	Regina Linnenschmidt 0761 34068	9:05 Hbf Zug S2 Waldkirch
Do 02.07. Almrausch	Titisee – Hinterzarten mit Einkehr 2,5 h, 5 km, 51 hm ↑, 25 hm ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee

Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17:00 und 18:00 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Mi 08.07. Edelweiß	Auf dem Westweg vom Hochkopfhof zum Hebelhof 5 h, 17 km, 700 hm ↑, 600 hm ↓	Günter Schäfer 07661 4874 guenter.schaefer-kirchzarten@t-online.de	7:40 Uhr Hbf Zug S10 Kirchzarten, WL steigt hier zu, 7:58 Uhr Bus 140 Todtnau, 8:55 Uhr Bus 7321 Hochkopfhof
Mi 08.07. Enzian B	Von St. Märgen über den Kapfenberg nach St. Peter 3 h, 11 km, 180 hm ↑, 350 hm ↓	Birgitt Montz 0171 5433154	9:40 Hbf Zug S10 Kirchzarten, 9:56 Uhr Bus 130 Post St. Märgen
Do 09.07. Arnika	Vom Seibelseckle über Wilder See zur Hornisgrinde 5,3 h, 18 km, 650 hm ↑ ↓	Helga Matusza 0761 580743	8:00 Uhr Hbf Zug RB26 nach Offenburg. 9:02 Uhr RE2 Achern. 9:21 Uhr Bus 400 Seibelseckle
Do 09.07. Enzian A	Hebelhof – Herzogenhorn – Krunkelbachhütte – Feldbergpass 4 h, 11,5 km, 420 hm ↑ ↓	Ernst von Wallenberg 0160 90459426	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee, Bus 7300 Hebelhof Feldberg
Do 09.07. Almrausch	Neuhäusle nach St. Märgen mit Einkehr 2,5 h, 5,5 km, 75 hm ↑	Brigitte Maier 0157 58341573	9:40 Uhr Hbf Zug S10 Kirchzarten, Bus 7216 Sonne/ Neuhäusle
Mi 15.07. Arnika	Notschrei – Schauinsland – Sohlerack – Sternwaldeck 5 h, 19 km, 200 hm ↑, 1000 hm ↓	Friedbert Knobelspies f.knobelspies@gmx.de	8:40 Hbf Zug S1 Kirchzarten. 8:58 Uhr Bus 140 Notschrei
Mi 15.07. Enzian A	Feldbergerhof – Felsenweg – Windeckkopf – Hinterzarten 4,5 h, 14 km, 240 hm ↑, 640 hm ↓	Bärbel Petry 0761 2117269	8:10 Uhr, Zug S1 Titisee, Bus 7300 Feldbergerhof
Do 16.07. Edelweiß	Sommertour im Münstertal 5 h, 17 km, 650 hm ↑ ↓	Angela Böhm 07633 12948	8:43 Uhr Hbf Zug RE7 Bad Krozingen, 9:08 Uhr Zug S3 Münstertal, 9:30 Uhr Bus 430 Spielweg, WL steigt in Bad Krozingen zu
Do 16.07. Enzian B	Windbergtour: St. Blasien – Häusern 3 h, 9 km, 320 hm ↑, 200 hm ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, S1 Seebrugg, Bus 7319 St. Blasien Albtalstr.
Do 16.07. Almrausch	Horben Rathaus – Hanspeterhof – Katzental – Dorfchalet Horben (mit Einkehr) 2 h, 5 km, 100 hm ↑ ↓	Ernst von Wallenberg 0160 90459426 evonwallenberg@t-online.de	09:02 Uhr Tramstation Johanneskirche Linie 2 Dorfstrasse, Bus 21 Horben Rathaus
Mi 22.07. Edelweiß	Vom Schluchsee/Aha nach St. Blasien 5 h, 16,5 km, 370 hm ↑, 540 hm ↓	Manfred Merkle 0761 2145873	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, 9:29 Uhr Zug S1 Aha
Mi 22.07. Enzian B	Runde Hinterzarten – Obere Ravennaschlucht – Birklehäusle – Lafette 3 h, 10 km, 200 hm ↑ ↓	Thomas Mellinger 0172 5201056	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Hinterzarten WL wartet dort
Do 23.07. Arnika	Vom Wiedener Eck auf dem Westweg auf den Belchen, den schönsten Berg im Schwarzwald 5 h, 16 km, 580 hm ↑ ↓	Antje Helmond 0152 53217001 antje.helmond@gmx.de	9:42 Uhr Hbf Zug RB27 Bad Krozingen. 10:08 Uhr Zug S3 Münstertal. 11:30 Uhr Bus 430 Wiedener Eck, WL steigt in Bad Krozingen zu

Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17:00 und 18:00 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Do 23.07. Enzian A	Hebelhof – Silberberg – Hasenhorn (Talfahrt mit Sessellift: 5,50 €), Trittsicherheit erforderlich 4 h, 11 km, 370 hm↑, 580 hm↓	Helmut Gnädig 07651 1739285	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee, Bus 7300 Hebelhof Feldberg WL wartet in Titisee
Do 23.07. Almrausch	Wittnau – Au – über die Höhe nach Merzhausen mit Einkehr 2,5 – 3 h, 4,8 km, 100 hm↑, 120 hm↓	Bettina Engemann 0170 5996735 bc.engemann@web.de	8:50 Uhr FR Hbf Bussteig 11, Bus 7208 Bad Krozingen, Wittnau- Stöckenhöfe an 9:09 Uhr
Mi 29.07. Arnika	Wanderung vom Feldberg Hebelhof über Herzogenhorn und Blößling zum Hochkopphaus. Rückfahrt über Todtnau 6 h, 20 km, 880 hm↑↓	Wilfried Kleiser 0175 9008090	8:10 Uhr Hbf Zug S10 Titisee. 9:00 Uhr Bus 7300 Feldberg Hebelhof, WL wartet dort
Mi 29.07. Enzian A	Von St. Märgen durch den Bannwald zu den Zweribachfällen 4 h, 12 km, 430 hm↑↓	Helmut Fehr 0172 8826750	9:40 Uhr Hbf Zug S10 Himmelreich, 10:03 Uhr Bus 130 St. Märgen Post WL wartet in Himmelreich
Do 30.07. Edelweiß	Mühlenweg: durch das Reichenbach- und Schwänenbachtal mit herrlicher Aussicht 4,5 h, 14,4 km, 550 hm↑↓	Christina Franz 0177 5091871	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Denzlingen, 9:50 Uhr Bus 210 Reichenbach, Freiamt
Do 30.07. Enzian B	Von Oberkirch über Bellenstein zum Geigerskopf 3 h, 9,5 km, 280 hm↑↓	Helga Matusza 0761 580743	9:00 Uhr Hbf Zug RB26 Offenburg, Zug RS2 Oberkirch
Do 30.07. Almrausch	In den Parks von Badenweiler, mit Einkehr 2 h, 5 km, 120 hm↑, 70 hm↓	Wolfgang Klein 0176 20838840 AB	9:42 Uhr FR Hbf RB27 Müllheim, Bus 650B Badenweiler
Mi 05.08 Edelweiß	Entlang der Wilden Gutach und hinauf zum Neuhäusle 5 h, 17 km, 870 hm↑, 350 hm↓	Helga Bergau bis 18 Uhr am Vortag: helga.edelweiss@ posteo.de	8:34 Uhr Hbf Zug S2 Bleibach, 9:05 Uhr Bus 240 Simonswald
Mi 05.08 Enzian B	Von St. Märgen rund um den Kapfenberg 3,5 h, 10 km, 230 hm↑↓	Brigitte Liebermann 07668 952288	9:40 Uhr Hbf Zug S10 Kirchzarten, 9:56 Uhr Bus 130 St. Märgen Post
Do 06.08 Arnika	Lauterbacher Hexensteig mit Einkehr in Bergvesperstube „Zum Fliesemichel“ 5,2 h, 16 km, 600 hm↑↓	Helga Matusza 0761 580743	8:00 Uhr Hbf Zug RB26 Offenburg. 8:57 Uhr Zug RS2 Lautenbach
Do 06.08 Enzian A	Feldberg: Hebelhof – Menzenschwand – Äulemer Kreuz – Aha 4 h, 12 km, 340 hm↑, 630 hm↓	Helmut Fehr 0172 8826750	9:10 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, Bus 7300 Hebelhof, WL steigt in Kirchzarten zu
Do 06.08 Almrausch	Hinterzartener Moor mit Einkehr 2 h, 5 km, leichte Steigung	Ursula Hollinger 0761 553633	9:40 Uhr FR Hbf S10 Hinterzarten. WL ist in Hinterzarten
Mi 12.08 Arnika	Badenweiler – Hochblauen 6,5 h, 20 km, 950 hm↑↓	Wolfgang Klein 0176 20838840	7:42 Uhr Hbf Zug RB27 Müllheim. Bus 650B Badenweiler
Mi 12.08 Enzian A	Ruhestein – Seekopf – Hornisgrinde 4 h, 12 km, 400 hm↑, 320 hm↓	Helga Matusza 0761 580743	8:00 Uhr Hbf Zug RB20 Offenburg, Zug RE2 Achern, Bus 400 Ruhestein

Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17:00 und 18:00 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Do 13.08 Edelweiß	Mittelalterlicher Bergbau: durch den Ehrenstetter Grund 5 h, 16 km, 470 hm ↑ ↓	Klaus Gérard 0157 51 30 77 20	8:20 Uhr Hbf ZOB Bus 7208 Gütighofen
Do 13.08 Enzian B	Durch die Teichschlucht nach Obersimonswald 3 h, 9 km, 170 hm ↑, 350 hm ↓	Regina Linnenschmidt 0761 34068	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Bleibach, Bus 240 Gutach Sternen
Do 13.08 Almrausch	Um das Oberprechtal mit Einkehr 2,5 h, 5 km, 156 hm ↑ ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	8:34 Uhr Hbf Zug S2 Elzach, Bus 260 Oberprechtal Kirche
Mi 19.08 Edelweiß	Über den Belchengipfel hinunter zur Krinne und über die Breitnau nach Spielweg 5 h, 15,5 km, 550 hm ↑, 840 hm ↓	Josef Kienzler 07634 6950589	7:42 Uhr Hbf Zug RB 27 Bad Krozingen, WL steigt hier zu, 8:08 Uhr Zug S3 Münstertal, 8:30 Uhr Bus 430 Wiedener Eck, 9:28 Uhr Bus 7306 Belchenbahn Talstation
Mi 19.08 Enzian B	Caritashaus – Zweiseenblick – Altglashütten 3 h, 8,5 km, 160 hm ↑, 390 hm ↓	Bärbel Petry 0761 2117269	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee, Bus 7300 Feldberg Caritashaus
Do 20.08 Arnika	Auggen – Eckt – Eggenen – Feldberg 5,5 h, 21 km, 820 hm ↑, 660 hm ↓	Petra Markgraf 07665 400517	8:43 Uhr Hbf Zug RE7 Richtung Basel
Do 20.08 Enzian A	Vom Bahnhof Buchholz über das Wissereck rund ums Suggental 4 h, 11 km, 360 hm ↑ ↓	Ingrid Nitz 0761 5932378	9:05 Uhr Hbf Zug S2 Buchholz, WL wartet dort
Do 20.08 Almrausch	Seniorenrundweg Sexau mit Einkehr 2,5 h, 5 km, 95 hm ↑ ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Denzlingen, 9:50 Uhr Bus 210 Sexau Rathaus
Mi 26.08 Arnika	Vom Hochkopfhäus über Blößling und Herzogenhorn zur Menzenschwander Hütte/Feldbergpass 6 h, 19,5 km, 920 hm ↑, 720 hm ↓	Helga Matusza 0761 580743	7:42 Uhr Hbf Zug S10 Kirchzarten. 7:58 Uhr Bus 140 Todtnau, 8:55 Uhr Bus 7321 Hochkopfhäus Herrenschwand
Mi 26.08 Enzian A	Kappel – Röttenbach 4,5 h, 12 km, 260 hm ↑, 310 hm ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Neustadt, Bus 7258 Kappel Kirche
Do 27.08. Edelweiß	Sommerlicher Schwarzwald: Aha – Hirtenweg – Altglashütten 5 h, 17 km, 500 hm ↑ ↓	Natalia Pogodina 0761 3847650	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, 9:29 Uhr Zug S1 Seebrugg
Do 27.08. Enzian B	Runde bei Breitnau mit musikalischer Pause auf der Ringelschanze 3 h, 9 km, 300 hm ↑ ↓	Thomas Mellinger 0172 5201056	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Hinterzarten, Bus 7216 Breitnau, WL wartet in Hinterzarten
Do 27.08. Almrausch	Von Schluchsee nach Aha mit Einkehr 2 h, 5 km, eben	Helga Köhn 0761 88844005	09:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, Zug S1 Schluchsee
Mi 02.09. Edelweiß	Von Friedenweiler über Höchst- und Sommerberg/Schollach zur Kalten Herberge 5 h, 18 km, 500 hm ↑, 350 hm ↓	Helga Matusza 0761 580743	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Neustadt, 9:32 Uhr Bus 7262 Friedenweiler
Mi 02.09. Enzian B	Kohlplatz – Feldsee – Kunzenmoos – Bärental 3 h, 9,5 km, 200 hm ↑, 340 hm ↓	Helmut Gnädig 07651 1739285	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee, Bus 7300 Feldberg Kohlplatz WL wartet in Titisee

Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17:00 und 18:00 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Do 03.09 Arnika	Hinterzarten – Breitnau – Weißstannenhöhe – Hinterzarten 5,4 h, 20 km, 560 hm ↑ ↓	Margit Anhut 0171 9928075 margit@anhut-freiburg.de	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Hinterzarten
Do 03.09 Enzian A	Rundweg Oberprechtal – Prechtaler Schanze – Huberfelsen 3,5 h, 11 km, 400 hm ↑ ↓	Brigitte Liebermann 07668 952288	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Elzach, Bus 260 Oberprechtal Kirche
Do 03.09 Almrausch	Lehener Bergle mit Einkehr 2 h, 5 km, 20 hm ↑ ↓	Ursula Hollinger 0761 553633	10:00 Uhr Straba-Linie 1, Haltestelle Paduallee
Mi 09.09 Arnika	Münstertal – Belchen 7 h, 23 km, 1140 hm ↑ ↓	Wolfgang Klein 0176 20838840	7:42 Uhr Hbf Zug RB27 Bad Krozingen. Zug S3 Münstertal
Mi 09.09 Enzian A	Feldberggrunde 4 h, 11 km, 490 hm ↑ ↓	Gunhild Rauch 0157 33935808	9:10 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, Bus 7300 Feldberger Hof
Do 10.09. Edelweiß	Vom Titisee hoch nach Schwärzenbach 5 h, 18 km, 650 hm ↑, 500 hm ↓	Egon Boll 0761 474520 eb-dav@fn.de	8:40 Uhr Hbf Zug S 10 Titisee
Do 10.09. Enzian B	Biederbach/Finsterbach: Runde übers Biereck 3,5 h, 10 km, 210 hm ↑ ↓	Helga Matusza 0761 580743	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Elzach, Bus 250 Biederbach
Do 10.09. Almrausch	Panoramaweg rund um Saig mit Einkehr 2,5 h, 5,5 km, 76 hm ↑ ↓	Brigitte Maier 0157 58341573	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Titisee, Bus 7257 Saig
Mi 16.09. Edelweiß	Vom Thurner ins Schollachtal (1. Skilift der Welt) und weiter nach Schwärzenbach 5 h, 18 km, 590 hm ↑ ↓	Klaus Gérard 0157 51 30 77 20	8:10 Uhr Hbf Zug S10 Hinterzarten, 8:50 Uhr Bus 7216 Thurner
Mi 16.09. Enzian B	Wasseramselweg Simonswald: Obersimonswald Rebstock – Vordergriesbach – Neuenburg – Simonswald Säglplatz 3,5 h, 9,5 km, 300 hm ↑, 340 hm ↓	Jens Katzmarzik jens.katzmarzik@ dav-freiburg.de	9:05 Uhr Hbf Zug S2 Bleibach, Bus 242 Simon- swald, WL wartet in Bleibach
Do 17.09. Arnika	Von Hornberg Bhf über den Windeckfelsen, Rappenfelsen zurück über Storeck zum Bhf Hornberg 6 h, 19 km, 770 hm ↑ ↓	Günter Bauer 0761 276896 baufel84@yahoo.com	8:00 Hbf Zug RB26 nach Offenburg, 8:58 RE2 nach Hornberg
Do 17.09. Enzian A	Münstertal – Kaltwasserhof – Schwarzwaldhaus 1902 4 h, 13 km, 400 hm ↑ ↓	Ernst von Wallenberg 0160 90459426	8:43 Uhr Hbf Zug RE7 Bad Krozingen, Zug S3 Münstertal
Do 17.09. Almrausch	Ausflugsfahrt zur Hornisgrinde und Mummelsee mit Einkehr Wanderung 2 h, 4,5 km, 135 hm ↑ ↓ Verbindliche Anmeldung bis zum 31.07.2026	Wolfgang Klein 0176 20838840 AB	09:00 Uhr FR Konzerthaus
Mi 23.09 Arnika	Titisee – Hinterzarten – Ravennaschlucht – Breitnau 5 h, 16 km, 420 hm ↑, 300 hm ↓	Friedbert Knobelspies f.knobelspies@gmx.de	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee
Mi 23.09 Enzian A	Rund um den Rosskopf: Freiburg Herdern – Ochsenlager – Freiburg Schwabentor 4 h, 12 km, 430 hm ↑, 420 hm ↓	Urs Keller 0171 2137762 keller.urs@web.de	9:15 Uhr Kirche St. Urban Herdern
Do 24.09. Edelweiß	Rundweg von Altglashütten über Schnepfhalde und Zweiseenblick 5,3 h, 19 km, 620 hm ↑ ↓	Petra Markgraf 07665 400517	8:40 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, 9:29 Uhr Zug S1 Altglashütten
Do 24.09. Enzian B	St. Peter – Lindenberg – Stegen 3 h, 8,5 km, 100 hm ↑, 430 hm ↓	Urs Keller 0171 2137762 keller.urs@web.de	9:10 Uhr Hbf Zug S1 Kirchzarten, 9:28 Uhr Bus 7216 Zähringer Eck, St. Peter

► Termine & Touren

Wanderungen unter der Woche – für Alt und Jung / Kulturspaziergänge

Anmeldung bei der Wanderleitung am Vortag zwischen 17:00 und 18:00 Uhr

Aktuelle Änderungen bitte unter <https://www.dav-freiburg.de/de/wandern> nachsehen

Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Do 24.09. Almrausch	Bleibach – Kollnau, mit Einkehr 2,5 h, 5,4 km, eben	Gunhild Rauch 015733935808	9:34 Uhr Hbf Zug S2 Bleibach
Mi 30.09. Edelweiß	Silberberg und Hasenhorn: vom Hebelhof nach Todtnau (Wegführung nach Witterung) 5 h, 16 km, 100 hm ↑, 600 hm ↓	Günter Schäfer 07661 4874 guenter.schaefer-kirchzarten@t-online.de	8:10 Uhr Hbf Zug S10 Titisee, 9:00 Uhr Bus 7300 Feldberg, WL steigt in Kirchzarten zu
Mi 30.09. Enzian B	Durch die Wolfsschlucht zu den Rebhängen von Kandern 3 h, 9 km, 280 hm ↑ ↓	Helga Matusza 0761 580743	8:43 Uhr Hbf Zug RE7 Haltingen, 9:42 Uhr Bus 55 Kandern

Veranstaltungen der Hospizgruppe Aufbruch - Trauernde wandern

Informationen: Kornelia Reuber, Hildegard Bargenda 0761 8814988, unbedingt vorher anmelden!



Datum	Beschreibung	Organisation	Treffpunkt
Sa 11.07.	Simonswald Engel, entlang der wilden Gutach bis Bleibach ca. 3 h, ca. 12 km, 39 hm ↑, 190 hm ↓	Kornelia Reuber 0761 8814988 Wanderleitung: Ute Johann-Wolff-Vorbeck	9:15 Uhr Hbf Schalterhalle Schokowerbung, 9:34 Uhr Zug S2 Gleis 5 Bleibach, Bus 240 Engel Simonswald Rucksackverpflegung
Sa 08.08	Bärental – Matthisleweiher (Möglichkeit zu schwimmen, also Badezeug einpacken) – Hinterzarten ca. 3 Std. ca. 9 km, 170 hm ↑, 250 hm ↓	Kornelia Reuber 0761 8814988 Wanderleitung: Gunhild Rauch	8:25 Uhr Hbf Schalterhalle, 8:40 Uhr Zug S10 Titisee, Zug S1 Feldberg-Bärental Rucksackverpflegung
Sa 12.09.	Badenweiler – Alter Mann – Sehringen – Badenweiler ca. 3 h, ca. 9 km, 250 hm ↑, 350 hm ↓	Kornelia Reuber 0761 8814988 Wanderleitung: Bärbel Petry	9:25 Uhr Hbf Schalterhalle Schokowerbung, 9:42 Uhr Zug RB 27 Müllheim, 10:15 Uhr Bus 650 B Badenweiler Rucksackverpflegung

Trauernde Jugendliche



Klettern im Sektionshaus für Trauernde Jugendliche, Unkostenbeitrag 5.- €. Klettertermine auf Anfrage, bitte im Büro der Hospizgruppe Freiburg e.V. erfragen.

Hospizgruppe Freiburg
Hildegard Bargenda
Kornelia Reuber
0761 8814988

11 – 14 Uhr, Anmeldung
unter
www.allesistanders.de

Gründelwald-Panorama / Foto: Louisa Traser



Mitteilungen der Geschäftsstelle

Geschäftsstelle

Beiträge	€
A-Mitglied ab 25 Jahre	95,-
B-Mitglied Partner, Bergwacht, Schwerbehinderte ab Grad 50, Hartz IV o. ä., Senioren ab 70 Jahre auf Antrag	51,-
C-Mitglied Zweitmitgliedschaft	40,-
D-Mitglied Junioren 19–25 Jahre	51,-
K + J-Mitglied Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre Schwerbehinderte bis 18 Jahre	20,- frei

Aufnahmegebühren	€
A-Mitglied	20,-
B-Mitglied	10,-
C-Mitglied	keine
D-Mitglied	10,-
K + J-Mitglieder	keine
Familien	20,-
Senioren Damen ab 60, Herren ab 63 Jahre	10,-

Umstufung Beitragsgruppen

Mitglieder der in der Tabelle aufgeführten Jahrgänge werden aufgrund ihres Alters am 1. Januar 2027 automatisch in eine höhere Kategorie umgestuft.

Jahrgang	bisher	Beitrag €	neu	Beitrag €
2002	Junior	46,00	A-Mitglied	87,00
2009	K + J Mitglied	17,00	D-Mitglied	46,00
2009	K + J Familie	0,00	D-Mitglied	46,00

Mitgliedsbeiträge

Mitgliedsbeiträge und eventuell anfallende Gebühren werden jährlich am 2. Januar bzw. am darauffolgenden Bankarbeitstag abgebucht. Gläubiger ID DE07 2220 0000 1107 14. Mandatsreferenz entspricht der Mitgliedsnummer.

Änderungen der Bankverbindungen bitte bis spätestens 15. Dezember bekannt geben. Paare mit gleicher Anschrift und gleicher Bankverbindung – über dieses Konto müssen auch alle anderen Abbuchungen können beantragen, dass eine Person A-Mitglied, die andere B-Mitglied ist.

Eigene Kinder bis 18 Jahre werden beitragsfrei geführt, wenn ein Elternteil A-Mitglied unserer Sektion ist. Für die Beiträge ist eine Einzugsermächtigung zu erteilen. Bei Barzahlung oder Überweisung des Beitrages erheben wir eine Bearbeitungsgebühr von 6 €. Der Mitgliedsbeitrag wird am Jahresanfang fällig.



Kündigungen

sind nur zum Jahresende möglich. Sie sind bis spätestens 30. September eines Jahres schriftlich zu erklären. Mit Beendigung der Mitgliedschaft am 31.12. verliert der Ausweis seine Gültigkeit. Gleichzeitig erlischt der Versicherungsschutz.

Adressänderungen

Änderungen der Anschrift oder der Bankverbindung bitte nur schriftlich an die Sektion, nicht nach München melden. Zur Kostenersparnis und aus Umweltschutzgründen übermittelt die Geschäftsstelle ihre Korrespondenz nach Möglichkeit elektronisch per E-Mail. Bitte unterstützen Sie unsere Bemühungen, indem Sie uns Ihre E-Mail-Adresse bekannt geben. Gerne können Sie sich auch per E-Mail info@dav-freiburg.de an uns wenden oder die Online-Formulare zur Kontaktaufnahme verwenden: www.dav-freiburg.de/de/mitgliedschaft/formulare.php

Bankverbindung: Sparkasse Freiburg-Nördlicher Breisgau
IBAN: DE45 6805 0101 0002 3089 99 BIC: FRSPD E 66XXX

Spendenkonto: Sparkasse Freiburg-Nördlicher Breisgau
IBAN: DE10 6805 0101 0013 1933 20 BIC: FRSPD E 66XXX

Öffnungszeiten Geschäftsstelle/Bibliothek

Mo und Mi 15.00-18:00 Uhr, Di 10:00-12:00 Uhr,
Do und Fr 9:00-12:00 Uhr

Mitgliedsantrag

Den Mitgliedsantrag findet ihr unter folgendem Link:



Tour zum Nacherleben



Großer Wasserfall im Schönbiel-Tal mit der Dent d'Herens im Hintergrund

Im Bann des Matterhorns

Nicht hinauf, sondern dran lang

Zermatt hat – außerhalb des Touristenrummels – viele spektakuläre Wanderungen und Bergtouren zu bieten. Spektakulär ist meist der Matterhornblick aus immer neuen Perspektiven und bei wechselnden Licht- und Wetterstimmungen.

Eine weniger bekannte Wanderung führt von Zermatt zur Schönbielhütte (2694 m). Vertraut dürfte die Strecke Skihochtourengehern sein, als Abschnitt der Haute Route von der Bertolhütte bei Arolla nach Zermatt. Bei Sommerwanderern ist die Tour weniger bekannt, vielleicht, weil die Hütte keinen leichten 4000er im Angebot hat und man tatsächlich gut vier Stunden per pedes unterwegs ist. Aber die bloße Wanderung zur Hütte, als Tagestour oder – schöner – mit Übernachtung bietet spektakuläre und ungewohnte Blicke aufs Matterhorn und man begreift die gewaltigen Dimensionen dieses Berges.

Los geht's am Bahnhof Zermatt durch die Hauptgeschäftsstraße, vorbei an der Kirche bis zum Gemeindehaus, wo endlich das Matter-

horn um die Ecke schaut, und weiter bis Ortsende. Wir bleiben auf der orografisch linken Seite des Baches Richtung Zmutt/Schönbiel. Der Anstieg, mal steiler, mal flacher, führt zunächst durch Wald, dann durch offene Matten. Nach einer Stunde erreicht man das Dörflein Zmutt (1936 m), das wie ein Schwalbennest am Südhang der Höhbalmern liegt. Für eine Einkehr ist es freilich noch zu früh. Weiter führt der Weg durch die Bodmen, unter dem steilen Felssockel des Untergabelhorns entlang bis zum großen Wasserfall des Arbenbachs, der scheinbar aus dem Nichts senkrecht die Felswand herabstürzt. Alternativ – und an heißen Tagen vielleicht angenehmer – kann man vom Ortsende auch auf der Südseite des Baches durch Wald Richtung Biel/Stafel Alpe gehen und von dort durch den Talgrund auf die andere Seite wechseln.

Allmählich öffnet sich der Blick bis zum Talschluss mit der Dent d'Herens, Tête de Valpelline und Tête Blanche mit dem Tiefmattengletscher und dem Stockjigletscher. Nach dem Wasserfall verläuft



Matterhorn

der Weg teils unterhalb, teils auf dem Kamm der linken Seitenmoräne des Zmuttgletschers. Nach dem Rückzug des Gletschers ist die Natur im Vormarsch: Alpenrosen, Enziane und sogar Edelweiß kann man hier antreffen. Der Blick geht aber immer wieder hinüber zum Matterhorn, besonders wenn Wolken den Gipfel immer neu dekorieren, bis man schließlich frontal auf den Zmuttgrat schaut. Der letzte Anstieg zur Hütte wird nochmal anstrengend. Aber dann wird man belohnt mit einer grandiosen Kulisse aus Dent d`Hérens, Matterhorn und

Zmuttgrat



ganz im Osten grüßen Rimpfischhorn, Strahlhorn und der Monte Rosa Stock.

Und wenn man großes Glück hat, leuchtet in der Nacht die Milchstraße über dem Matterhorn.

Wenn man nur einen Tag zur Verfügung hat (weil es nur einen einzigen Schönwettertag gibt), kann man natürlich die Hütte auslassen und an beliebiger Stelle umkehren. Der Abstieg verläuft wie der Aufstieg und doch mit neuen Eindrücken.

Text und Fotos: Karl Heinz Scheidtmann

Informationen

Anreise per Bahn: Freiburg – Zermatt ca. fünf Stunden,
z. B. 5:28-10:17 Uhr, vorletzter Zug zurück: 18:37-22:56 Uhr

Zermatt Bf.:	1612 m ü.N.N.
Zmutt:	1973 m ü.N.N.
Schönbielhütte:	2694 m ü.N.N.,

80 Plätze, offen zur Skitourenzeit und im Sommer

Zermatt-Schönbielhütte: 9 km, 1100 hm, gut vier Stunden

Gut beschildertes Wegenetz, verlaufen kann man sich kaum.



Aletschgletscher / Foto: Jürgen Schätzle

Liebe *bergwärts*-Leserinnen und Leser,

die längsten Tage des Jahres stehen bevor, wenn Sie dieses Heft im Briefkasten finden – sei es an der Hauswand oder im Rechner. Aber die Tage werden auch wieder kürzer, und wenn Sie – nach hoffentlich gelungenen und unfallfreien Touren in den Bergen – wieder zu Hause sind, ist es auch Zeit, Bilanz zu ziehen. War es so voll wie befürchtet? Oder ist es gelungen, eine der vielen stillen Ecken in den Alpen zu finden?

Wir in der Redaktion werden uns in der Herbst-Ausgabe von *bergwärts* mit der Neuauflage des Buchs „Die Alpen“ beschäftigen. Werner Bätzing, einer der bekanntesten Alpenforscher im deutschsprachigen Raum, hat sein Standardwerk komplett überarbeitet. Welches Fazit zieht er nach 50 Jahren Beschäftigung mit dem Gebirge? Ist es noch Rückzugs- und Erholungsort oder in Teilen mittlerweile ein Abenteuer-

spielplatz? Und wie verändert der Klimawandel Berge, Bewohner und Besucher?

Dazu passt die Exkursion von Senioren unserer Sektion zum Aletschgletscher, dem größten Gletscher der Alpen. Er ist immer noch groß, aber an seinem erschreckend schnellen Schrumpfen lässt sich das Tempo des Klimawandels anschaulich ablesen.

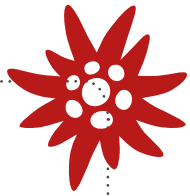
Wie immer im Herbst müssen wir auch über Geld reden. Der Haushalt der Sektion soll auf der Mitgliederversammlung im November beschlossen werden. Wir zeigen, wofür die Beiträge ausgegeben werden, berichten, wie es um die Planungen für einen möglichen Umzug bestellt ist – und was dieser womöglich kosten würden.

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern schöne Touren. Kommen Sie gesund und zufrieden wieder nach Hause.

Die *bergwärts*-Redaktion bemüht sich um die Verwendung einer inklusiven und geschlechtersensiblen Sprache. Damit folgen wir einer Empfehlung des DAV-Bundesverbandes, der diesen Schritt seinerseits 2021 umsetzte.

Wir bringen dies einerseits durch die Anwendung des Gender-Sternchens (*) zum Ausdruck, um alle Geschlechteridentitäten zu berücksichtigen. Gerne möchten wir aber jene im Blick behalten, die über

andere Lesegewohnheiten verfügen oder für die Deutsch nicht die Muttersprache ist. Deshalb versuchen wir, in möglichst vielen Fällen das Gender-Sternchen durch andere, alle Personen einschließende Formulierungen wie „Interessierte“, „Publikum“ oder „Studierende“ zu ersetzen. Auf neue Wortkreationen oder unübliche Begriffe möchten wir dabei jedoch verzichten. Ziel ist die Anwendung einer inklusiven, aber dennoch verständlichen und gut lesbaren Sprache.



Ehrenamtliche

Vorstand

Felix Ratzkowski – felix.ratzkowski@dav-freiburg.de • Milena Canzler – milena.canzler@dav-freiburg.de • Noah Gold – noah.gold@dav-freiburg.de • Jörg Werner – joerg.werner@dav-freiburg.de • Niko Athanasopoulos – niko.athanasopoulos@dav-freiburg.de • Gerd Kusserow – gerd.kusserow@dav-freiburg.de • Jo-Ann Larisch – jo-ann.larisch@dav-freiburg.de

Beirat

Beiratssprecherin: Kira Kurz – kira-kurz@dav-freiburg.de • **Beiratssprecherin/Kultur:** Andrea Bräuning – andrea.braeuning@dav-freiburg.de • **Jugendreferat:** N.N. – jugendvorstand@dav-freiburg.de • **Seniorenabteilung:** Deborah Lawrie-Blum – deborah.lawrie-blum@dav-freiburg.de • **Sommerabteilung:** Christina Landenberger – sommerreferat@dav-freiburg.de • **Wanderabteilung:** Juliane Grass – juliane.grass@dav-freiburg.de • **Winterabteilung:** Gerlind Heckmann – winterreferat@dav-freiburg.de • **Ausbildung Trainer Referatsleitung:** Martin Jahnke – ausbildung@dav-freiburg.de • **Ehrenamtsbeauftragter:** NN – info@dav-freiburg.de • **Redaktion bergwärts:** Jörg Buteweg – joerg.buteweg@dav-freiburg.de • **Familiengruppe:** Benjamin Rückriegel – familiengruppe@dav-freiburg.de • **Fotogruppe:** Friedbert Knobelspies – friedbert.knobelspies@dav-freiburg.de • **Hütten und Wege:** Thomas Blümcke – thomas.bluemcke@dav-freiburg.de • **Sportkletterabteilung:** Peter Koltay – sportkletterabteilung@dav-freiburg.de • **Natur und Umwelt:** Tim Quatuor – natur-umwelt@dav-freiburg.de • **Leistungssport:** Axel Perschmann – wettkampfgruppe@dav-freiburg.de • **Öffentlichkeitsarbeit:** Lisa Rückriegel – oeffentlichkeitsarbeit@dav-freiburg.de • **Inklusion:** Isabel Bazle – isabel.bazle@dav-freiburg.de • **Beiratsmitglied:** Bernd Gamp – bernd.gamp@dav-freiburg.de • **Beiratsmitglied:** Ursula Hollinger – ursula.hollinger@dav-freiburg.de • **Beiratsmitglied:** Alex Gottschling – alex.gottschling@dav-freiburg.de

Ehrenrat

Wolfgang Welte – wolfgang.welte@dav-freiburg.de • Stephan Asanger – stephan.asanger@dav-freiburg.de • Milena Canzler – milena.canzler@dav-freiburg.de • Kyra Braun – kyra.braun@dav-freiburg.de

Redaktion

Redaktion *bergwärts*: Manuela Schätzle, Jörg Buteweg, Ulrich Rose – redaktion@dav-freiburg.de

Seniorengruppen

Arnika: Friedbert Knobelspies – f.knobelspies@gmx.de • **Edelweiß:** Klaus Gérard – klaus.gerard@dav-freiburg.de • **Enzian:** Helmut Gnädig – helmut.gnaedig@dav-freiburg.de • **Almrausch:** Wolfgang Klein – wolfgang.klein@dav-freiburg.de • **Senioren Alpin:** Patrick Stackelberg – patrick.stackelberg@dav-freiburg.de • **Hospizgruppe:** Kornelia Reuber, Hildegard Bargenda – 0761 8814988 • **Senioren Klettern:** Uwe Schnaiter – seniorenklettern@dav-freiburg.de • **Ski- und Rad-Senioren:** Helmut Fuchs – helmut.fuchs@dav-freiburg.de

Ehrenmitglieder

Klara Brechtel, Hermann Dempfle, Waltraut Fischer, Georg Gehring, Götz Peter Lebrecht, Hubert Schüle

Partnerschaft

Partnerschaft CAF Besançon: Margit Anhut – margit.anhut@dav-freiburg.de
Christoph Paradeis – christoph.paradeis@dav-freiburg.de
Partnerschaft CAI Padova NN

Impressum

Sektion Freiburg-Breisgau des Deutschen Alpenvereins (DAV) e. V.

Lörracher Straße 20a, 79115 Freiburg

Telefon 0761 24222

E-Mail: info@dav-freiburg.de

Heft 3, Juli-September, 11. Jahrgang

Einzelpreis: 1 €, ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Redaktionsleitung:

Manuela Schätzle, Jörg Buteweg und Ulrich Rose

E-Mail: redaktiondav@dav-freiburg.de

Redaktion:

Till Bergmann, Nicola Ebler, Katrin Niedermann,

Ulrich Rose, Johanna Schätzle, Karl Heinz Scheidtman, Helia Schneider, Stephan Tapken

Redaktionsschluss: 05.07.2026

Anzeigenschluss: 05.07.2026

Nächstes bergwärts: 25.09.2026

Anzeigenverwaltung:

Manuela Schätzle, Telefon 0761 24222

Anzeigenpreisliste 2016

Auflage: 6.000 Exemplare

Druck: schwarz auf weiß GmbH, Freiburg

Layout: Annette Klarman

Geschäftsstelle:

Mo. und Mi. 15:00 bis 18:00 Uhr.,

Di. 10:00 bis 12:00 Uhr

Do. und Fr. 9:00 bis 12:00 Uhr,

Mittwochvormittag geschlossen

Schließtag: 17.08.26 bis 28.08.26

Telefon 0761 24222

E-Mail: info@dav-freiburg.de

www.dav-freiburg.de

Bücherei:

Mo. und Mi. 15:00 bis 18:00 Uhr

Telefon 0761 2020184

Kletterzentrum:

Mo. und Di. 12:00 bis 23:00 Uhr

Mi. bis Fr. 9:00 bis 23:00 Uhr

Sa., So. und feiertags: 9:00 bis 21:00 Uhr

Telefon 0761 45985846

E-Mail: kletterzentrum@dav-freiburg.de

Ramshalde:

E-Mail: ramshalde@dav-freiburg.de

Freiburger Hütte:

Telefon +43 (664) 1745042

E-Mail: info@freiburger-huette.at

www.freiburger-huette.at

Ein leeres Blatt Papier ...

**SCHWARZ
AUF WEISS**

Machen wir
was draus.

**Satz / Gestaltung
Digitaldruck
Offsetdruck**

schwarz auf weiß GmbH
Habsburgerstraße 9
79104 Freiburg
Tel. 0761 51457-0
info@sawdruck.de
www.sawdruck.de



Ihre Druckerei von hier.