

magazin für bergsteiger heft 1/2024

BERLIN ALPIN

Zeitschrift
des AlpinClub
Berlin

**Mt Nun -
der höchste Gipfel
der Zaskkar Range
(7125 m)**



shoes.
the.
right.
one.



CAMP4

10178 Berlin . Karl-Marx-Allee 32 . Fon: 030 - 322 966 200 . www.camp4.de



Manchmal gibt es auch Schnee im Winter; Foto: Gerd Schröter

Auf, ins neue Jahr!

Ein fast „normales“ soll heißen nicht Pandemie geprägtes Vereinsjahr liegt hinter uns und wir starten in eine neue Saison. So weit, so gut. – Wirklich so gut?

Selbstverständlich bin ich stolz auf die Attraktivität unseres Vereines und die damit einhergehende rasante Zuwachsrate, zählen wir mittlerweile doch zu den 10 größten Vereinen Berlins! Hat der Vorstand also immer alles richtig gemacht? Ich würde sagen nicht nur richtig, sondern gut!



Aber jetzt zur Kehrseite der Medaille. Die enorme Expansion hat auch ihren Preis. Verwaltungsstrukturen, wie ich sie bei Amtsantritt mit weniger als 500 Mitgliedern 1992 angetroffen habe, mussten und müssen ständig der permanent steigenden Mitgliederzahl angepasst werden, was sehr viel Kreativität und Flexibilität seitens des Vorstandes erforderlich macht und diesem sehr viel abverlangt. Längst kann unser Verein nicht mehr nur ehrenamtlich geführt werden, eine hauptamtlich besetzte Geschäftsstelle musste her, Verwaltungsstrukturen und Abläufe mussten und müssen permanent modifiziert werden und ja, natürlich klappt nicht immer alles gleich sofort oder perfekt, aber wir lernen aus Fehlern. Eine wirkliche Blaupause gibt es nämlich nicht. Dennoch bisher ist es uns noch immer gelungen, gute Lösungen zu finden.

Die neueste Änderung vollziehen wir ab 2024 im Bereich unseres Ausbildungs- und Tourenprogramms. Insbesondere vor dem Hintergrund steuerlicher Belange, aber auch auf Grund gemachter Erfahrungen, mussten wir hier nachsteuern und das Buchungssystem „professionalisieren“.

Ich gehe davon aus, dass wir auch weiterhin kontinuierlich wachsen werden, also die Hände nicht in den Schoß legen können, aber wie sagte unsere ehemalige Kanzlerin: Wir schaffen das.

In diesem Sinne alles Gute für das neue Jahr!

„Nichts ist so
beständig, wie der
Wandel“

(Heraklit von Ephesus,
535-475 v. Chr.)

Arno Behr



6

Das Kang-Yatse-Basecamp,
zu unserem Bericht über die
Ladakh-Expedition ab Seite 6
(Foto: Dr. Detlef Buckwitz)

*Wenn das ganze
Jahr Urlaub
wäre, wäre das
Vergnügen so
langweilig wie
die Arbeit.*

*(William Shake-
speare)*

Inhalt

3	Vorwort
6	Ladakh-Expedition, Kang Yatse II und Mt. Nun
16	Wochentags- und Normale Wanderungen
17	Ausdauernde Wanderung im Bergwanderwald
18	Hügel-Hopping zu Ostern, Neue Mitgliedszahlen aus 2023
19	Café Charlotte, Spielenachmittage, Sport & Gymnastik
20	Abschied von Margot und Siggí
22	Neue Website und DAV 360
26	Termine Januar bis März
28	Neues im South Rock
30	Ausbildung Trainer C Klettersteig im Dachsteingebirge
36	Eine harte Saison, Bericht über das Wettkampfsjahr 2023
39	Ausbildungs- und Tourenprogramm 2024 (Ausschnitt)
45	Grundlagenkurse im AlpinClub Berlin
46	Neue Bücher (Buchbesprechungen)
50	Unsere Kletteranlagen, Schlüsselausleihe Klettertürme
59	Geschäftliches, Telefonnummern, Mitgliedsbeiträge

Januar Februar März

Das Umschlagbild zeigt den Mt.
Nun, zu unserem Titel-Thema
ab Seite 6
(Foto Dr.D.Buckwitz)



Lehrgang Trainer C; Klettersteig am
Dachstein - hier der Gipfel des Dach-
steins (2995 m);
Foto: Peak MotionFilms (Jönathan)

30



36

Eine harte Saison“
Elias Arriagada Krüger
(AlpinClub Berlin) berichtet
über sein zurückliegendes
Wettkampfsjahr 2023

Foto auf Seiten 24 und 25:
DAV/Daniel Hug



Ladakh-Expedition

Kang Yatse II, 6.250 m und Mt. Nun, 7.125 m

Was lernen wir:

- Indien ist immer eine Reise wert.
- Höhenbergsteigen ist nicht altersgerecht.
- Eine optimale Akklimatisation ist hervorragend. Diese sollte jedoch den physischen Zustand des Probanden nicht zu sehr schwächen.

Seit 4 Jahren plante ich, nach Ladakh in Nordindien zu reisen und den Mt. Nun zu besteigen. 2019 war dies

wegen des Kaschmir-Konflikts nicht möglich und dann kam Corona. In diesem Jahr sollte es nun klappen. Ich hatte mir von Shikar Travel, einem renommierten Anbieter für Bergtouren aus Delhi eine fixed-departure-Expedition an meine individuellen Wünsche anpassen lassen.

Teil 1: Delhi

Da man nach Ladakh immer über Delhi einreist, bot es sich an, die Chance auf ausgiebiges Sightseeing zu nutzen. Ich war glücklich, dass Shikar meinen Wunsch umsetzen konnte und mir als Fahrer mein Freund Sanjeev zur Seite stellte, den ich schon von meiner Rajasthan-Reise 2019 kannte.

Wir starteten zum Mausoleum von Humayun, des zweiten Großmoguls Indiens und dem von Isa Khan Niyazi aus dem 16. Jahrhundert. Laut Stadtplan befand sich dieses unweit des Hotels. Die Fahrt dauerte trotzdem über eine Stunde. Delhi ist eben größer. Die 33 Millionen Menschen inklusive der Metropolregion wohnen zwar 2,7x so dicht wie die Berliner, was man deutlich spürt, dennoch ist Delhi samt Speckgürtel schier endlos.

Im Vergleich dieser beiden Mausoleen mit den Palastbauten in Fatehpur Sikri und dem Taj Mahal, das Shah

Jajan 1648 für seine verstorbene Lieblingsfrau Mumtaz Mahl errichten ließ, erkennt man deutlich die Fortentwicklung und Verfeinerung der Mogularchitektur.

Als Hobby-Astrofotograf interessierte mich die alte Sternwarte Jantar Mantar. Hierbei bezeichnet der Name nicht die konkrete Sternwarte in Delhi sondern Sternwarten im Allgemeinen (Sanskrit „rechnendes Gerät“). Der Maharadscha Jai Singh II errichtete derer fünf, unter anderem die

berühmten in Delhi und Jaipur. Es handelt sich um Bauwerke ähnlich Sonnenuhren, mit denen man die Sonne und Planeten anpeilen und vor allem die Zeit bestimmen konnte. Wir wissen: unsere vermeidlich arabischen Dezimalzahlen wurden im 3. Jh. v. Chr. in Indien erfunden, ebenso später die Null. Die 27 m hohe Sonnenuhr in Jaipur geht nebenbei bemerkt auf 2 s genau. Da sich dieser Fehler

nicht fortschreibt, geht diese Uhr präziser als meine tolle Junghans.

Abends wollte ich ins Zentrum nach Old Delhi fahren. Die Metro ist die eierlegende Wollmilchsau. Sie ist zuverlässig, schnell und extrem preiswert und entspricht einer Kombination unserer U- und S-Bahn. Die jährlichen Fahrgastzahlen werden in Milliarden gezählt. Tickets kosten ab 12 Cent.

Sobald man die Station Lal Quila (Rotes Fort)

verlässt, gelangt man von der Jetztzeit in das alte Indien. Hier beginnt der Chandni Chowk, gleichermaßen Straße und Markt und erbaut vom 5. Großmogul Shah Jahan, den wir vom Taj Mahal kennen. Hier ist man nie allein. Es wimmelt von Menschen. Die schönste Stimmung hat man abends, wenn es dunkel ist.



Sanjeevs Familie



Besuch einer Grundschule

Entlang dieser Straße findet man umfassend Beweise für die große religiöse Toleranz der Inder.

Am Roten Fort startend gelangt man linkerhand zuerst zum ältesten und größten Jain-Tempel in Delhi, dem Sri Digambar Jain Lal Mandir, erkennbar an seinen spitzen roten Dachkuppeln. Der Jainismus geht auf Mahavira zurück, der ebenso wie Buddha im 6. Jh. v. Chr. in Nordindien lebte. Dieser wies eine Erlösung aus dem Kreislauf der Wiedergeburten durch strenge Askese.

Das Nachbargebäude ist der hinduistische weiße Gauri Shankar Tempel, dessen Dach abends violett angestrahlt ist. Dem folgt das den Sikh heilige Gurudwara Sis Ganj Sahib. Dieses erstrahlt abends in weißem Licht. Ich konnte alle drei Tempel besuchen und war jeweils tief beeindruckt. Es ist interessant festzustellen, wie sich diese im Innern sehr voneinander unterscheiden.

Auf der anderen Straßenseite befindet sich die Central Baptist Church aus dem 18. Jh., die älteste christliche Mission in Nordindien. Nur zur Vollständigkeit sei erwähnt, dass auf dem Chandni Chowk auch zwei Moscheen und die Jama Masjid (Große Moschee) fußläufig erreichbar sind.

Am folgenden Tag lud mich mein Fahrer Sanjeev zu sich nach Hause ein. Ich kenne Sanjeev seit 4 Jahren und darf ihn als einen Freund bezeichnen, auch wenn ich es ihm nicht abgewöhnen kann, mich mit „Sir“ anzureden. Seit er coronabedingt seinen Job verloren ist es mir eine Freude, das Schulgeld für seine beiden Töchter zu übernehmen.

Sanjeevs Familie wohnt in einem Dorf 3 Autostunden

nördlich von Delhi. Die Autobahn ist perfekt ausgebaut. Trotzdem fährt man gemächlich, weil die Lkw alle drei

Fahrstreifen benutzen und nicht nur Kühe, sondern auch Pferde wissen, dass man ihnen auch auf dem Überholstreifen ausweicht. Die Krönung war ein Lkw-Fahrer, der im Halbdunkel auf der Überholspur einen Radwechsel vornahm.

Sanjeev Dorf liegt wie auch Delhi in der Ebene des Yamuna-River, des größten Nebenflusses des Ganges. In diesem Jahr fiel der Monsun verheerend stark aus, was zu weitläufigen Überschwemmungen führte. Das Wasser stand nicht sehr hoch, dafür aber gefühlt bis zum Horizont, mit dem Ergebnis, dass die komplette Ernte verloren ging. Ein Desaster für die ohnehin arme Landbevölkerung.

Ich kenne Sanjeev stets adrett gekleidet in Bundfaltenhose und gebügeltem Hemd. Dies und sein Job für einen renommierten Reiseveranstalter ließen mich ihn der Mittelschicht zuordnen.

Die Realität sah so aus: In seinem Haus wohnen: Sanjeev, seine Frau Sonja und die Töchter Lavanya und Ananya, sein Bruder, dessen 2 Kinder, ein junger Mann, die Mutter und eine Tante. Das Haus hat zwei Zimmer. Die beiden älteren Damen wohnen im Keller. Sanjeevs Familie wohnt zu viert auf 10 qm mit einem ein Doppel-

bett, einen Schrank und einen kleinen Tisch nebst Stuhl. Der Bruder ist nach einem Bandscheibenvorfall erwerbsunfähig. Eine medizinische Behandlung kann er sich nicht leisten. Seine Frau ist wegen Geldmangels zu ihren Eltern zurückgegangen. Sanjeevs Frau kann im Dorf nicht arbeiten. Die Mutter und die Tante bekommen keinerlei Rente. So leben 10 Personen von Sanjeev überschau-



Von oben nach unten:
Humayun stomb
Tsermo Kloster in Leh
Tiksey Monastery

barem Einkommen. Dies nur, wenn hierzulande über die vermeidlichen Mängel des Sozialstaats diskutiert wird.

Ich wurde von der Familie auf das herzlichste empfangen und von Sonja äußerst lecker bewirtet. Im Dorf hatte ich noch die Möglichkeit, eine Grundschule zu besuchen und dort einige Schulmaterialien zu hinterlassen.

Zurück im Hotel gab ich für einen Cappuccino so viel Geld aus, wie ein durchschnittlicher Inder am Tag verdient.

Teil 2: Leh und Klöster

Am dritten Tag flog ich nach Leh, der Hauptstadt von Ladakh. Die Region liegt nördlich der Hauptkette des Himalajas, aus indischer Sicht also „hinter“ den Bergen. Da die Monsunniederschläge im Himalaja abregnen, ist es hier trocken wie in einer Wüste. Ladakh ist daher mit 4,9 Einwohner/km² extrem dünn besiedelt. Es ähnelt in vielerlei Hinsicht Tibet und wird oft als „Klein“-Tibet bezeichnet. Es ist heute so, wie man sich Tibet ohne die chinesische Invasion wünschen würde.

Leh ist mit ca. 30.000 Einwohnern eine quirlige und sehr angenehme Kleinstadt, die stark, aber nicht unangenehm vom Tourismus geprägt ist. Ich wohnte in einem kleinen, sehr gepflegten Boutique-Hotel. 3.500 m Höhe sind ideal für eine gemächliche Akklimatisation. Der Markt ist das touristische Zentrum, in dem man es sich gut gehen lassen kann, inklusive german bakery mit leckerem Cappuccino und Karottenkuchen.

Durch verwinkelte Gassen gelangte ich in die ältesten und ursprünglichen Teile der Stadt und dann bergauf zum ehemaligen Königspalast. Oberhalb dessen befindet sich das Tsermo-Kloster. Da die Straße einen riesigen Umweg gemacht hätte, kletterte ich kurzerhand den Berg hinauf, was anpassungsbedingt nur eine mäßig gute Idee war. Da man hier nur sehr wenige

Touristen trifft, macht die Anlage einen besonders authentischen Eindruck. Einer der Tempel beherbergt eine goldene Statue des Maitreya-Buddha, die sich über 3 Stockwerke erstreckt. Eine Dame aus Bayern bemerkte, dass „die Buddha-Statue 10.000mal mehr Mitgefühl ausstrahle als der Gekreuzigte“. Dem mag ich nicht widersprechen.

Gastronomisch fährt man gut, wenn man vegetarisches Essen als den Normalfall ansieht und keinen Alkohol benötigt, da Bier u. ä. auf keiner Karte steht. Hühnchen-Gerichte mit für unsere Verhältnisse geringem Fleischanteil könnten dann das Sahnehäubchen sein. Aber das, was gut schmeckt, ist der vegetarische Anteil.

Nach vielen Tagen, die von Tee- und Wasser-Konsum geprägt waren, fragte ich im Hotel nach einem Bier, worauf man mir ein äußerst leckeres lokales Craftbier der Marke „Godfather“ kredenzte. In Nepal gibt es in ähnlicher Weise das „Sherpa Himalajan Red“. Unbedingt probieren!

Für den folgenden Tag stand mir ein Fahrer zur Seite, um einige Klöster im Indus-Tal zu besuchen. Zu den besonders schönen und beeindruckenden gehören die Klöster in Hemis, Tiksey, Shey und Spituk. Alle buddhistischen Klöster folgen einem ähnlichen Bauplan. So findet man unter anderem einen

Versammlungsraum für die Mönche (Dukhang), einem Raum, in dem Buddha oder eine Gottheit verehrt werden inklusive einer entsprechenden Statue (Lhakhang) sowie einen meist rotbraun gestrichenen Tempel, in dem zor-



Von oben nach unten
Maitreya Buddha in Tiksey
Der Dalei Lma life und warhafte
Fahrt im Zaskar Valley

nige Schutzgötter bei Laune gehalten werden (Gonk- zweite Auto hielt und nahm mich ungefragt mit, weil hang).

In den erwähnten Klöstern sind im Lhakhang goldene Buddha-Statuen zu bewundern, die größte mit 15 m Höhe im Tiksey-Kloster. Von einem Umgang im Obergeschoss ist man dessen Ruhe, Würde und Mitgefühl ausstrahlendem Angesicht sehr nahe.

Sehr beeindruckend für mich war die Möglichkeit, in Tiksey einer meditativen Gebetszeremonie beizuwohnen. Die Mönche sind anders als im Katholizismus einerseits ernsthaft aber gleichzeitig sehr unverkrampft bei der Sache. In Shey durfte ich zusehen, wie ein kleines Mädchen eine religiöse Zeremonie durchführte.

Auf dem Rückweg waren rechts und links plötzlich sämtlich freien Flächen zugeparkt, als wenn sich alle Union-Fans auf den Wiesen von, sagen wir, Hinterposemuckel träfen. Ich erfuhr, dass der Dalai Lama vor Ort war und Teachings durchführte. Das sollte die Chance meines Lebens sein, welche am zweiten Tag gleich mal wegen Starkregens und Überflutung ausfiel. Aber am dritten Tag sollte es klappen. Zum Beginn um 8 Uhr wurde mir empfohlen, mich 3 Stunden vorher einzufinden. An ein Taxi war nicht zu denken. Aber mir wurde versichert, dass ich per Anhalter mitgenommen würde. Also startete ich etwas skeptisch gefühlt mitten in der Nacht. Alle Autos fuhren nur in eine Richtung. Das



klar war, dass auch ich das gleiche Ziel haben würde. So gelangte ich als einer von 50.000 Interessierten auf ein riesiges Areal. Die Ausländer wurden separat seitlich mit guter Sicht auf die Bühne untergebracht. Zudem erfolgte für uns über Lautsprecher eine Englisch-Simultanübersetzung. Während sich der Platz weiter füllte, wurden die Anwesenden religiös eingestimmt. Plötzlich war ein Raunen zu vernehmen und im Hintergrund bewegte sich ein goldener Baldachin. Kurz darauf trat der Dalai Lama auf die Bühne. Es war unvergleichlich. Den Dalai Lama sehen die Buddhisten als Reinkarnation des Avalokiteshvara, d. h. als Reinkarnation des Buddhas des allumfassenden Mitgefühls. So gilt der den Menschen nicht nur als Mönch, sondern als göttlich. Und ebendieser stellte sich den Zuhörern als jemand vor, der dieses Amt ohne eigenes Verdienst per Geburt erhalten habe, verwies darauf, dass die 13 vorhergehenden Dalai Lama das Amt besser ausgefüllt hätten und dass er sich jedoch jedem Tag bemühe, dies besser zu tun. Dann sprach der nicht mehr ganz junge Mann ohne Manuskript über 3 Stunden, gleichermaßen würdevoll ernst und mit Freude und Humor. Das war ein unvergessliches Erlebnis.

Von oben nach unten
Geschafft!
Unser Ziel der Mt Nun
Aufstieg zu Camp 1
Kang Yatse. Der Aufstieg
erfolgt entlang der Gratlinie

Teil 3: Besteigung des Kang Yatse II 6.250 m

Nach dem Eintreffen der anderen Gipfelaspiranten Chiara und Davide aus dem italienischen Padua und Freddy aus Indien führen wir in das Zaskar-Valley. Die Zaskar-Range verläuft südlich des Indus und stellt die südliche Begrenzung von Ladakh dar. Der Zaskar-River durchschneidet den Himalaja-Kamm in einem tief eingeschnittenen V-Tal und leitet die Wassermassen nach Norden in den Indus ab. Die Region ist quasi vegetationslos.

In der Schule haben wir gelernt, dass sich Indien in der Kreidezeit vor ca. 120 Mio. Jahren vom Superkontinent Gondwana abtrennte und durch den Tethys-Ozean nach Norden driftete und vor ca. 50 Mio. Jahren gegen Asien stieß. Hierdurch wurde der Himalaja aufgefaltet, der selbst zur indischen Platte gehört. Das Industal in Ladakh bildet die geologische Trennlinie der indischen und asiatischen Platte. Die höchsten Bereiche der Zaskar-Range (z. B. Nun-Kun-Massiv) bildeten sich aus basaltischem Grundgebirge. Hier im östlichen Teil dominieren metamorphe Sedimentgesteine in unterschiedlichen Farben: rotbraun, lila und türkis. Ebenso findet man hier Reste des einstigen basaltischen Tethys-Ozean-Bodens in unterschiedlichen Grüntönen. Die Abwesenheit von Pflanzen hat also auch ihre Vorteile und bietet ein ganz besondere Naturerlebnis.

Nach einigen Stunden bogen wir entlang des Markha-River links in ein Seitental ein, das längs der Himalaja-Kette verläuft und erreichten Skiu, weniger Dorf als eine Ansammlung einiger Häuser. Entlang vereinzelter Uferauen konnte sich üppige Vegetation bilden, die in diesem Umfeld besonders angenehm ins Auge fiel. So zelteten wir in einer idyllischen grünen Oase direkt am Fluss.

Fortan sorgten Pferde für den Transport unseres reichlichen Hausrats. Begleitet wurden wir von Palchen Sherpa. Weiter waren mit uns unterwegs: unser Basecamp-Manager, Kichen der Chefkoch, Pemba sein Helfer und Gyeljan Sherpa, der sich späterhin um mich kümmern sollte und natürlich ein Horseman.

Am folgenden Tag wanderten wir gemütlich von 3.400 m nach Markha auf 3.700 m Höhe. Auch hier zelteten wir in

einer Flussoase umgeben von saftigem Grün.

Auf der nächsten Etappe sahen wir erstmals unser Ziel, den Kang Yatse. Die Landschaft wurde zunehmend alpiner. Einzelne Felsen ragten wie überdimensionale Zähne steil empor. Regelmäßig wechselte der Weg die Flussseite. Anfangs waren Brücken vorhanden, später waten wir durch den knietiefen Fluss. Dies war von der Hoffnung getragen, nirgends auszurutschen und stets festen Stand

zu finden, um nicht weggespült zu werden. Das eiskalte Wasser erzeugte automatisch den dringenden Wunsch, möglichst schnell das andere Ufer zu erreichen. Der schlaue Wanderer hatte Crocs dabei.

Nun erreichten wir auf einer schönen Bergwiese auf 4.010 m Thachungtse. Hier ist die zuvor üppige Vegetation höhenbedingt Gras und flachem Buschwerk gewichen.



Oberhalb des Basecamps

Am letzten Trecking-Tag standen 1.000 Hm auf dem Plan, die wir mit kurzem Atem aber in aller Ruhe absolvierten. Mentale Stärkung schaffte eine imposante Shiva-Statue, die hier jüngst errichtet wurde.

Das Basislager erreichten wir auf 5.042 m. Es ist in einem grünen Talkessel gelegen, der rings herum von Bergketten umgeben ist. Vor uns erhoben sich die Schneeflanken des Kang Yatse, dessen oberer Bereich sich anfangs ergreifend hinter einer Wolkenschicht versteckte.

Hier erlebte ich zum zweiten Mal einen kulinarischen Supergau. Das erste Erlebnis dieser Art hatte ich 2014 auf Camp 1 am Muztagh Ata. Während ich mich mit meiner grässlichen Tütennahrung herumquälte, bereitete mein russischer Freund mit seinen im GUM erworbenen Zutaten das leckerste Essen zu. Nun darf geraten werden, was einem in Begleitung von Italienern passieren kann. Davide zauberte aus seinem Rucksack ein riesiges Stück von bestem Gana Padano hervor, was mich spontan veranlasste, meinen Supermarkt-Gouda zu verheimlichen. Erfreulicher Weise fütterten mich die beiden mit durch.

Chiara und Davide waren sehr sportlich und bergsteigerisch sehr geerdet. Davide hat in den Alpen bereits 17 Viertausender und mit dem Manaslu einen Achttausender bestiegen und wollte hier seine teckingerfahrende

Freundin der Höhe zuführen. Freddy legte dar, dass er gerade dabei sei, die 7 Summits, also die höchsten Berge aller Kontinente zu besteigen und dass im nächsten Jahr der Everest dran sei. Hierzu sollte die diesjährige Expedition, bei der er, ebenso wie ich auch den Siebentausender Mt. Nun besteigen wollte, der Übung dienen. Beim Kilimanjaro-Kapitel wollte ich dann doch mal nachfragen und es stellte sich heraus, dass wir von Planungen sprachen. Kurzum, Freddy war noch nie auf einem Berg, hatte aber umso mehr Selbstvertrauen.

Da er Argumenten wenig zugänglich war, ließen wir Tatsachen sprechen und luden ihn ein, am folgenden Ruhetag mit uns einen Spaziergang auf die umliegenden Bergwiesen zu unternehmen. Nach 50 Hm war das Thema für ihn vom Tisch. Abends beim Essen hatten wir drei eine Sauerstoffsättigung um 82%. Das war nicht viel, aber für unsere Situation noch ganz ok. Freddy's Wert lag bei 59%. Ich wusste gar nicht, dass man da noch lebt. So klärte ich mit unserem Basecamp-Manager, dass Freddy abtransportiert werden musste. Es wurde in Muli besorgt, von dem er jedoch wegen mangelnden Kräften zweimal herunterfiel. Seine blauen Flecke waren ein recht geringer Preis für den Größenwahn. Im Übrigen will er den Sie-



Camp 1 bei schlechtem Wetter - Das Gleiche 2 Tage später bei Sonnenschein

1.200 Hm auf dem Plan. Die ersten 400 Hm führten über steinige Moränen zum Crampon-Point, an dem wir die Treckkingstiefel gegen die schweren Bergstiefel tauschten und die Steigeisen anlegten. Von einer anderen Expedition erfuhr ich später, dass man hier oben ein Lager errichten kann, um bessere Gipfelchancen zu haben. Der Kang Yatse ist technisch einfach und wird in Seilschaften begangen. Chiara und Davide gingen mit Palchen-, ich mit Gyeljan-Sherpa, wobei klar war, dass Gyeljan den längeren Arbeitstag haben würde. Anfangs verlief der Weg über Schneefelder weniger steil traversierend. So gelangt man auf eine ca. 45° steile Eisflanke, die dann in Richtung Gipfel führt. Das Eis war griffig und so war ich guter Dinge, ohne psychischen Schaden sowohl hoch als auch wieder herunter zu gelangen. Eine Zweierseilschaft ist unter dem Sicherheitsaspekt schließlich nicht das Maß aller Dinge.

Im oberen Bereich bildete sich ein überwachteter Gipfelgrat heraus, dem wir in respektvollem Abstand zum höchsten Punkt folgten. Dafür musste man in recht steilem Gelände traversierend gehen, was mir mäßig Freude bereitete.



bentausender im nächsten Jahr noch einmal probieren. Die Agentur wird's freuen.

Ansonsten war zu konstatieren, dass der zweitältesten Bergsteiger weit und breit ca. 20 Jahre jünger war als ich.

Dass man zu Gipfeletappen früh aufbricht ist selbstredend. Für uns sollte der Start um 23 Uhr erfolgen, 22 Uhr wecken und 22:30 „Frühstück“. Dann stimmt die Logik des vorgesehenen Ruhetages aber nicht mehr, wenn man schon am Ruhetag selbst abends aufbricht und es demzufolge keine zweite Nacht auf dieser Höhe gibt. Wir klärten mit den Sherpas, dass wir einen echten Ruhetag einlegen und dafür unseren Reservetag opfern wollten.

Zum Summit-Push, wie unsere Sherpas sagten, standen

Normalerweise rechnet man mit 8 bis 10 Stunden inklusive Abstieg. Ich war in dieser Zeit zumindest schon mal am Gipfel angelangt. Hier schauen einige Felsen aus dem Eis und mit etwas Kletterei kann man schnell neben den obligaten Gebetsfahnen Platz nehmen. Ich war reichlich fertig. Mein Sherpa hatte nicht einmal den Rucksack abgenommen. Naja, er hat ja auch geeignetere Gene.

Der Abstiegsweg war bekannt, zog sich aber endlos hin. Nach exakt 12 Stunden waren wir wieder im Basislager.

Klar, man kann sich im Vorfeld nie sicher sein, aber ich bin schon davon ausgegangen, dass mir die Besteigung möglich sein sollte. Umso mehr war ich überrascht, als im Basecamp aus diversen Zelten völlig fremde Bergsteiger auf mich zukamen und mir gratulierten. Offenbar muss

ich zuvor einen suboptimalen Eindruck erweckt haben.

Am nächsten Tag stand der Rückweg in die Zivilisation auf dem Programm. Hierzu überschreitet man mit dem 5.236 m hohen Kongmaru-La-Pass die nördliche Zaskar Kette und geht fortan entlang eines Bergbachs in traumhafter Kulisse zu Tal. In Chakdo auf 3.800 m Höhe wartete pünktlich unser Auto, um uns wieder nach Leh zu bringen.

Teil 4: Besteigung des Mt. Nun 7.125 m

Meine Mitreisenden verließen am nächsten Tag Leh. Für mich stand die Fahrt nach Tangol auf dem Plan, zuerst für rund 200 km auf dem Leh-Kargil-Highway. Dieser folgt zuerst dem Lauf des Indus, dann biegt er halblinks nach Osten ab und überquert mit Passhöhen von 4.100 m zwei Bergketten.

Da ich allein unterwegs war, konnte ich den Fahrer überreden, einen Abstecher zum Kloster Alchi zu machen. Im Gegensatz zu den bisher besuchten Klöstern ist dieses aus dem 10. Jh. stammend deutlich älter. Die Gebäude sind kleiner und beschaulicher. Alles vermittelt einen sehr ruhigen und gemütlichen Eindruck. Man wandelt zwischen den Wohnräumen der Mönche und deren Gärten. Auch die Tempel mit ihren Statuen sind älter und wirken noch authentischer.

In der Distrikthauptstadt Kargil traf ich Angelo. Er war der zweite Expeditionsteilnehmer, stammte aus Bilbao im Baskenland und hieß eigentlich Anchel.

Der weitere Weg führte gen Süden in das Suru-Valley. Die gesamte Region ist stark schiitisch-muslimisch geprägt. Statt auf Stupas trifft man auf Moscheen.

Auf 3.700 m schlugen wir in Tangol unsere Zelte auf. Morgens wurde unsere Ausrüstung verladen, allerdings nicht auf Tragtiere, da es auf dem Weg zum Basecamp eine Stelle gibt, die diese nicht queren können. Also hatten wir Träger, 13 an der Zahl. Darüber hinaus bestand unsere Gruppe neben Angelo und mir aus dem Basecamp-Manager, 4 Sherpa, Kichen und Pemba sowie einem Liaison-Officer (L.O.).

Bei Expeditionen ist man gewohnt, dass riesiger Aufwand betrieben wird. Man denkt, das verteilt sich auf viele Teilnehmer und das ist dann ok. Wenn man nur zu zweit ist, ist die Denkweise automatisch eine andere: Wegen meiner dekadenten Idee, auf einen Berg steigen zu wollen, müssen sich 21 Bedienstete über Wochen durch die Berge quälen. Natürlich waren wir beide während dieser Zeit der größte Arbeitgeber vor Ort. Schon beim Trecking hatte ich versucht, mich nützlich zu machen

und neben meinem Zelt auch geholfen. Dieses Tun fand unser in sozialen Strukturen denkender L.O. recht unangebracht. Aber da musste er durch.

Der L.O. hieß Yashraj Singh Chudasarna. Wir sollten ihn Adam nennen. Nach anfänglichen Vorbehalten meinerseits stellte er sich als netter, äußerst hilfsbereiter und aufgeschlossener Freund heraus. Man muss akzeptieren, dass ein Europäer naturgemäß eine andere Sichtweise als ein Inder hat und die europäische Sichtweise zu Gast in Indien kaum des Normal sein kann. Adam war studierter Ingenieur, war bei den Gebirgsjägern, betreibt ein Start-Up für 3D-Druck und ist als L.O. für die Indian Mountaineering Foundation tätig. Mit diesen Qualifikationen verdient er ca. 400 \$ im Monat.

Am Mt. Nun besteht folgende Besonderheit: Üblicher-



Camp 2 unterhalb der Gipfelpyramide

weise befinden sich Basislager am Fuß des Gipfels auf möglichst großer Höhe, die noch eine Anpassung zulässt, also oft oberhalb 5.000 m.

Der direkte Zugang zum Mt. Nun ist nicht möglich, weil der Gletscherbruch nicht überwunden werden kann. So steigt man im westlichen Nachbartal an. Das bedeutet aber, dass auf dem Weg zum Mt. Nun eine zusätzliche Bergkette überwunden werden muss, die für Träger nicht begehbar ist. So wird das Basislager bereits auf 4.500 m vor diesem Aufschwung errichtet und da, wo man das eigentliche Basecamp vorzuziehen würde, befindet sich bereits das erste Höhenlager.

Im Basecamp konnten wir es uns gut gehen lassen. Der Tag begann am Zelt mit „Morning Sir, Your tea“ zusammen mit einer Schüssel warmen Wassers für die Morgentoilette. Pemba wusste genau, wer Zucker nahm oder wer Kaffee wünschte. Der betriebene gastronomische Aufwand war unbeschreiblich. Zum Dinner wurden täglich 4 bis 5 warme Zutaten gereicht, beispielsweise indisches

Fladenbrot, Reis, gedünstetes Gemüse, Hühnchen, Curry, Linsensoße. Davor eine leckere Suppe, anschließend unterschiedliches frisches Obst und zum Schluss eine Süßspeise. Morgens jeweils unterschiedliche Ei-Varianten, Brot, Müsli, Brei und Obst. Das Ganze mit großer Abwechslung.

Nach einem Ruhetag hatten wir uns auf den Weg zu Camp 1 auf 5.267 m Höhe gemacht. Der Aufstieg mit dem schweren Rucksack war nicht sehr angenehm. Man geht eine Moräne hinauf und erreicht einen Gletscher, der über 300 Hm bis 60° Steilheit hat. Hier, wie an allen anderen Stellen, hatten die Sherpa Fixseile installiert. Anschließend geht man noch 1-2 Stunden mit moderaten Höhendifferenzen. Inmitten einer schier endlosen Eiswüste errichteten wir unsere Zelte. In der Ferne lag



Aufstieg zu Camp 3

bei stark bewölktem Himmel der Gipfel. Die Wolken zogen unerfreulich schnell und kamen immer tiefer. Bereits im Basislager wurde schlechtes Wetter avisiert, was sich nun auch einstellte. So stiegen wir am nächsten Morgen wieder ab.

Nach einem Ruhetag im Basecamp wurde für die Folgezeit stabiles Wetter angekündigt. So sind wir am letzten Schlechtwettertag wieder aufgestiegen, um ohne Zeitverzug weiter voran zu kommen.

Auf dieser Reise unterlag ich folgendem Denkfehler: Ich wählte die Doppelexpedition, um für den Siebentausender auch altersbedingt optimal an die Höhe angepasst zu sein. Das funktionierte bestens. Ich übersah nur, dass ich zum Beginn des eigentlichen Aufstiegs von mehr als 2.600 Hm ab Basislager bereits fast 4.700 Hm in den Knochen hatte - hoch und runter. Die Idee mit 65, nebst Trecking einen Sechstausender zu besteigen und ohne Pause eine weitere Expedition dranzuhängen, war schon reichlich gewagt.

Zudem tat sich folgende Situation auf: Die Normalroute verläuft am Westgrat. Camp 2 und 3 sind optimal gelegen mit täglichen Höhendifferenzen von 500 bis 700 Hm inklusive Gipfeltag.

Leider war der Aufstieg von C2 zu C3 wegen einer offenen Gletscherspalte nicht möglich. So öffneten unsere Sherpas für uns zwei Aspiranten eine neue Route am Nordgrat, genau genommen rechts vom Grat in der Nordwestwand. Hierzu legten sie Fixseile vom den neuen Lagern 2 und 3 bis zum Gipfel. Das mussten locker 5 km Seil gewesen sein, d. h. 25 Seiltrommeln á 200 m. Man hätte uns einfach erklären können, dass die Besteigung unmöglich wäre. Punkt. Aus. Stattdessen waren unsere Helfer über Tage unterwegs in der Hoffnung, dass wir es schlussendlich auch schaffen würden.

Der Nachteil der neuen Route war abgesehen davon, dass sie länger, schwerer und steiler war, dass die Lager ungünstig verteilt waren. Camp 2 lag mit 5.285 m auf der gleichen Höhe wie Camp 1, also kein Höhengewinn. Camp 3 lag auf 6.016 m, also 731 Hm. Dann blieben happige 1.119 Hm bis zum Gipfel.

Um von C1 zu C2 zu gelangen musste man 12 km erst bergab und dann wieder bergauf gehen. Insgesamt war dies eine ruhige 4-stündige Wanderung. Camp 2 befand sich auf einem kleinen Felsrücken direkt unterhalb der Gipfelpyramide.

Der Aufstieg zu Camp 3 war schlauchend. Über 730 Hm ging es nur steil bergan. Bei einer Hangneigung bis über 60° musste kontinuierlich mit dem Jumar aufgestiegen werden. Nach

8 Stunden war die Arbeit getan.

Bei C3 gibt es keine waagerechten Flächen, um Zelte aufstellen zu können. Findige Leute haben hier deshalb im Hang Steine zu Stützmauern aufgeschichtet. Auf diesen Podesten errichteten wir unsere beiden Zelte.

Abends erreichte eine indische Frauenexpedition unser Camp. Wenn ich genau so ausgesehen habe, wie die Damen, wäre klar, warum ich so fertig war. Einer der Bergsteigerinnen ging es besonders schlecht mit akuter Gefahr eines Höhenödems. Am nächsten Morgen waren die Drei bereits wieder abgestiegen. Später erfuhren wir, dass der Expeditionsleiter von einem Steinschlag getroffen und am Kopf erheblich verletzt wurde. Ein Hubschrauber wurde vom Militär angefordert. Bis dieser eintraf, wurde der Verletzte ins Basislager hinabgebracht. Er hatte Glück gehabt.

Laut Plan wären wir am nächsten Tag zum Gipfel aufgebrochen. Aber auch hier: Start sollte um 23 Uhr sein,

also am Abend des Tages, an dem wir nachmittags erst angekommen sind. Ein Blick in meinen Körper sagte mir, dass das nicht gehen würde und Angelo ging es nicht anders. So erwirkten wir einen Ruhetag. Dies war allerdings damit verbunden, am Gipfeltag bis Camp 2 absteigen zu müssen, weil uns das Essen und das Gas ausgehen würden.

Also machten wir es uns so bequem, wie das auf 6.000 m möglich ist. Unsere Sherpas versorgten uns mit Tee, Brei, Müsli und dem Renner: leckere indische Tomatensuppe. Übrigens: Tütensuppen aller Art heißen in Indien Maggi.

Am Abend unseres Ruhetages wurden wir um 22:30 geweckt. Das Wetter war all die Tage unter Berücksichtigung der Höhe angenehm mild. In dieser Nacht vielleicht -15 C° und nur wenig Wind. Der Aufstieg oberhalb C3 war für meinen Geschmack sehr steil. Er führte über vereiste Schneefelder, durch die vereinzelt Felsabschnitte ragten. An einer Stelle war Felsklettern gefragt. Es



Camp 3 in luftiger Lage

war erschreckend, wie unbeholfen ich mich anstellte, ohne Kraft und mit den großen Stiefeln und Steigeisen. Die Abfolge von Eishängen und Felsformationen schien kein Ende zu nehmen. Gyeljan würde seine Bemerkung, dass wir langsam gehen können, nicht ahnend, wie langsam ich sein kann, bald bereut haben. Klar, Angelo war schneller. In den ersten Stunden konnte ich ihn noch im Blick behalten, in der zweiten Aufstieghälfte war er mir entschwunden. Als Gyeljan sagte, dass nun nur noch der Gipfelgrat folgen und wir in einer halben Stunde oben sei würden, stimmte das sehr optimistisch. Als diese Zeit vergangen war, war der Gipfel zwar in Sichtweite, aber ich befand mich immer noch im nun etwas flacheren Aufstieg zum Gipfelgrat. Als ich diesen erreichte, schien das Ziel nahe. Irgendwann traf ich Angelo im Gegenverkehr. Er hatte es geschafft. Einige Zeit später war auch mir dies vergönnt. Das Fixseil endete ca. 30 m vor dem höchsten Punkt. Da wollte ich nicht päpstlicher sein, als der Papst. Aber solch eine Schlampererei wollte mein Sherpa nicht zulassen. Er zog aus seinem Rucksack ein Stück Seil, dass er sich im Basislager von einer Rolle abgeschnitten hatte. Ob er damals bereits meine Ausrede erahnte? Also noch 'mal 30 Meter. Dann war auch dieses Seil zu Ende und ich konnte schon über die höchste Stelle hinwegsehen. Ich

hatte es also geschafft. Gyeljan argumentierte, dass die jetzige Stelle unzureichend für das Gipfelfoto sei, nahm mich in seine Selbstsicherung und wir taten die nun wirklich letzten Schritte. Aus mathematischer Sicht war hier das lokale Maximum, in jeder Richtung war der Anstieg negativ.

12 Stunden und 5 Minuten war ich nun bereits unterwegs. Ich wollte nur noch so schnell wie möglich an Höhe verlieren und dabei auf den Beinen bleiben. Das ging am Gipfelgrat noch recht zügig. Später wurde es zunehmend steiler und es kam nur noch Abseilen in Frage. Irgendwann hatte ich dann die Zelte ausmachen können, aber

man überschätzt sich dann doch, wie weit es noch ist. Im Camp 3 gab es einen letzten Tee. Dann bauten wir die Zelte ab. Es folgten weitere 700 Hm. Da wir nun fast durchgängig unser Ziel sahen, sich der Anblick über Stunden aber nicht zu ändern schien, nagte dies am Gemüt. Am Ende waren die letzten Meter die Felsstufe hinauf eine gruslige Qual. Nach 18 Stunden und 5 Minuten

musste ich mich nicht mehr bewegen. Toll.

Am nächsten Morgen stiegen wir über Camp 1 bis ins Basislager ab. Das stellt an sich kein Problem dar, aber jeder Schritt war mir einer zu viel. Im Basislager gab es zur Belohnung eine frisch gebackene (?) Torte, die wir mit allen Helfern teilten. Angelo und mir gelang die 2. und 3. Besteigung in diesem Jahr. Zuvor waren bis auf eine Ausnahme alle Aufstiegsversuche gescheitert.

Alsdann räumten wir unsere Zelte und stiegen frohen Mutes ins Tal ab. Auch hier wartete bereits ein Jeep. Wie leicht und unbekümmert das Leben wieder sein konnte. Unwahrscheinlich.

Auf dem Rückweg nach Leh machten wir noch zwei touristische Stopps. In Mulbekh war eine 9 m hohe Buddha-Statue zu bewundern, die in den massiven Granitfelsen gemeißelt wurde und die auf das 1. Jh. datiert.

Am späten Abend fragte mich Adam, in dessen Name ja „...singh“, zu deutsch „Löwe“ auftaucht, er also einer Sikh-Familie entstammte, ob er mir noch etwas zeigen dürfe. Die Antwort konnte er sich denken. Also wohnten wir noch einem Gottesdienst im Gurdwara Pathar Sahib bei. Dieser Sikh-Tempel gehört zu den heiligsten Indiens

und ist dem Religionsstifter Guru Nanuk Dev geweiht. Der Sikhismus zeichnet sich durch Weltzugewandtheit und Respekt vor der Schöpfung aus. Ehrliche Arbeit gilt als der Weg zur Erlösung, was auch die Befriedigung materieller Bedürfnisse anerkennt aber Egoismus und das Kastenwesen abgelehnt. Der Besuch war für mich sehr beeindruckend und aufschlussreich.

In Leh erlebte ich den indischen Unabhängigkeitstag, der von den Menschen nicht so lustlos begangen wird, wie unser Nationalfeiertag. So bekam ich von zwei Mädchen indische Fähnchen überreicht. Anschließend nannten mir die beiden den Preis. Ich lehne es kategorisch ab, dass Kinder zu bettelartigem Erwerb geschickt werden und die Mädels weigerten sich, mir die Fähnchen wieder abzunehmen, was natürlich schlau war und moralischen Druck aufbaute. Ich hatte jedoch noch reichliche Vorräte an Buntstiften. Mit diesen kehrte ich zu den Mädels zurück, worauf sich die Anzahl der Kinder explosionsartig erhöhte. Freudenrufe wandelten sich zu Panikgeschrei,

als offenbar wurde, dass die Kinderzahl die der Buntstiftpackungen überstieg, gefolgt von Tränen der zu kurz gekommenen aber Freude bei den anderen.

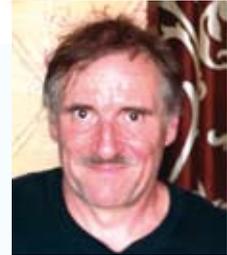
Das Tolle an dieser Reise für mich war die Kombination aus lieben Menschen, vielfältigen kulturellen Erfahrungen, grandioser Natur und bergsportlicher Betätigung. Indien

ist immer eine Reise wert und in Ladakh kann man grenzenlose Natur genießen. Mein Dank gilt allen Helfern, die mir diese Erfahrungen ermöglichen.



Aufstieg zum Gipfel

Text und
Fotos:
Dr. Detlef Buckwitz



Das Ehrenamt

Spaß haben, sympathische Leute kennenlernen, Verantwortung übernehmen, gemeinsam Berge versetzen oder anderen Menschen helfen – die Gründe, ein Ehrenamt in unserer Sektion zu übernehmen, sind vielfältig.

Sollten wir dein Interesse geweckt haben, es ggf. weitere Fragen oder Anmerkungen geben, ganz egal: der nächste Schritt ist dann, sich mit unserer Ehrenamtsbeauftragten (Gabriele Wrede, 2. Vorsitzende) oder der Geschäftsstelle in Verbindung zu setzen ...

Wir freuen uns auf dich!



Wochentagswanderungen

Wir bitten immer um Anmeldung, damit wir wissen, wer zu benachrichtigen ist, wenn wichtige Änderungen oder Informationen zu besprechen sind.

Termin: 24. Januar, 10.00 Uhr
Treffpunkt: Johannesstift / Spandau
 Anfahrt zum Treffpunkt mit dem Bus M45 ab Rathaus Spandau bis Endstation Johannesstift.
Begleitung: Jutta Stöcker, Tel: 336 75 43
Streckenlänge: ca. 6 - 8 km
Beschreibung: Eine Winterwanderung ausgehend vom Johannesstift, an Kuhlake und Havel entlang zum Jagdhaus an der Bürgerablage. Im Restaurant Jagdhaus stärken wir uns bei Essen und Trinken.
Rückfahrt: Von Bürgerablage mit BUS X36 bis Rathaus Spandau

Termin: 21. Februar, 10.00 Uhr
Treffpunkt: S-Pichelsdorf (S3 und S9). Wir treffen uns auf dem Bahnsteig; Ausstieg aus Berlin kommend vorn, aus Spandau kommend hinten.

Begleitpersonal: Detlef und Gabi Wrede, Tel.: 0177 567 64 85
Streckenlänge: ca. 6 km
Beschreibung: Wir hoffen auf einen winterlichen Spaziergang durch die Murellenschlucht und den Schanzenwald. Das Wetter und die Temperaturen wurden bestellt, nun müssen wir sehen was Petrus uns liefert. Am Ende unserer Wanderung sollen wir in der Spandauer Altstadt ankommen und uns mit einem Essen nach Wahl stärken. Ein Picknick ist nicht vorgesehen, ein kleiner Keks ist genehmigt..

Rückfahrt: U- und S-Bahn, sowie viele Buslinien ab Rathaus Spandau.

Termin: 27. März
Treffpunkt: RE 3 (Richtung Stralsund, 2. Wagen von vorn), 10.33 Hbf, 10.39 Gesundbrunnen, 11.07 Ankunft in Eberswalde. Wir fahren weiter mit dem Bus 865 um 11.17 Uhr zum Zoo.

Animateure: Basedow/Lengler Tel: 873 85 00
 Peter Basedow 0176 50 28 99 04,

Beschreibung: Sigrid Lengler 0176 50 30 96 64
 Vor 18 Jahren haben wir gemeinsam diesen Zoo besucht und weil er inzwischen noch erlebnisreicher geworden



Foto: Sigrid Lengler

ist, möchten wir ihn heute erneut mit euch erkunden. Es gibt ein Restaurant im Zoo, wir können aber zwischendurch auch ein kleines Picknick machen.
Rückfahrt: wie Hinfahrt

Normale Wanderung

Termin: 10. Februar, 10.00 Uhr
Treffpunkt: S-Bhf Greifswalder Strasse (Tarif AB)
Wanderführer: Monika & Jürgen Stahl
 Jürgen 0172 871 2107,
 Monika 0151 287 597 51

Streckenlänge: 9 - 10 km
Beschreibung: Wir starten in Richtung Westen auf der Greifswalder Str. und besuchen zuerst den Thälmannpark. Danach laufen wir ein wenig zurück und lernen den Saefkow- Park kennen, sowie die Grüne Stadt. Über Kniprodestr. und Danziger Str. schauen wir uns den Arnswalder Platz mit Stierbrunnen an. Von dort gehts über die Hans Otto Str. zum Volkspark Friedrichshain. Wir erkunden ausgiebig den Park und kehren ein.

Rückfahrt: Div. U-, S- Bahn oder Tram (Tarif AB)

Ausdauernde Wanderung

Im märkischen Bergwanderwald

Ausdauernde Wanderung am 21. Januar 2024:
Der Weihnachtsspeck muss weg!

Unweit unserer Hauptstadt geht es recht steil bergauf. Die Gegend rund um Bad Freienwalde ist ein Wanderparadies mit waldigen Schluchten und schönen Aussichten - eine Gegend wie sonst nur im Mittelgebirge. Diesen Bergwanderwald wollen wir gemeinsam mit Euch am 21. Januar erkunden.

Die Wanderung führt uns unter anderem zum nördlichsten Skisprungzentrum Deutschlands und auf das Kriegerdenkmal Wilhelmshöhe, weit über dem Kurort gelegen. Vom „Thüringer Blick“ schauen wir über viel Grün (oder auch Schnee) und hinauf zu den nächsten Anhöhen. Unser fantastischer Rundweg endet nach etwa 20 Kilometern aus heutiger Sicht am Restaurant Stadtmitte, wo gewöhnlich Wildspezialitäten auf der Speisekarte stehen.

Diese Tour eignet sich für alle, die nach den langen Feiertagen wieder richtig in Schwung kommen wollen - und die sich von einem munteren Auf und Ab (insgesamt ca. 620 Höhenmeter) und einem eventuellen anschließenden Muskelkater nicht abschrecken lassen (dafür ist dann der Speck weg). Da es auf den winterlichen Hügeln durchaus glatt sein kann, solltet Ihr auf Schuhe mit gutem Profil achten.

Organisatorisches

Die Organisationsgebühr beträgt 3 EUR. Treffpunkt ist um 09:50 Uhr vor dem Bahnhof in Bad Freienwalde, Ankunft des Zuges (nach dem bisher gültigen Fahrplan): 09:44 Uhr. Parkplatz für Pkw-Anreisende vorhanden. Bitte checkt aber auf jeden Fall Eure Verbindung - und meldet Euch möglichst frühzeitig über die Programmdatenbank an:

<https://www.alpinclub-berlin.de>

Somit können wir dann auch noch einen Tisch für die hungrigen Wanderer ab etwa 16:30 Uhr bestellen.

Rückfahrgelegenheiten nach Berlin gibt es stündlich (sollte der Fahrplan so bleiben) bis 20:18 Uhr, dann um 22:18 Uhr wieder.

Weitere Auskünfte bei den Wanderleitern:
thikunze@gmail.com

Wir freuen uns auf Euch!



Fotos

Oben:

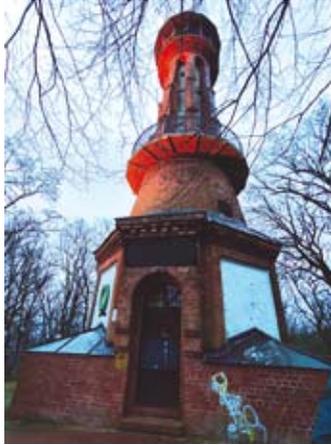
Schutzhütte mit Blick auf den Baasee.
Foto: Thilo Kunze

Mitte:

Der Aussichtsturm auf dem Galgenberg, am 18. Mai 1879 als „Kriegerdenkmal auf der Wilhelmshöhe“ eröffnet.
Foto: Diana Kunze

Unten:

Die Ausdauernden Wanderer besuchten schon einmal das nördlichste Skisprungzentrum Deutschlands, und zwar vor zwei Jahren
Foto: Diana Kunze



Hügel-Hopping zu Ostern

Zwischen Kegelbergen und der Fichtelschänke im Lausitzer Gebirge: Wer mitwandern will, kann sich jetzt anmelden (solange es noch freie Plätze gibt).

Der bevorstehende ACB-„Ostermarsch“ vom 29. März bis zum 1. April verspricht sowohl ein munteres Auf und Ab auf aussichtsreichen Hügeln als auch gesellige Abende in einer geschichtsträchtigen „Hütte“ in Sloup v Čechách (deutsch Bürgstein). Von hier erkunden die ausdauernden Wanderer unserer Sektion die südlichen Ausläufer des Lausitzer



Unterwegs zum Einsiedlerstein, der Felsenburg von Sloup

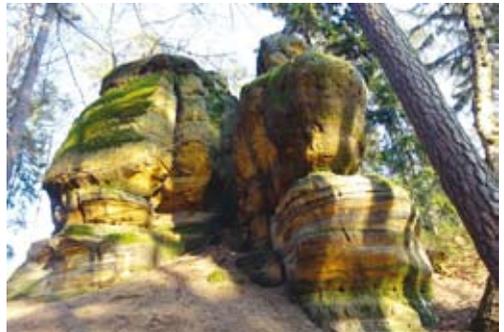


Schöner Fernblick auf den Einsiedlerstein, die Felsenburg von Sloup

Gebirges, darunter eine berühmte Felsenburg, den Einsiedlerstein, direkt gegenüber unserer Fichtelschänke aus dem Jahr 1801 gelegen. Zu der nicht an Reizen geizenden näheren Umgebung gehören etwa die markanten Felsen der Bürgstein-Schwoikaer Schweiz oder auch ansehnlich geformte Kegelberge wie der Ortelsberg (554 m) oder der Kleis (760 m), der mit seiner 60 Meter hohen Felsflanke auf der Südwestseite und einer großen Blockhalde sogar hochgebirgsartig anmutet.

Die genauen Routen für unser verlängertes Wanderwochenende stehen noch nicht fest und sind natürlich auch wetterabhängig. Die Teilnehmer sollten über gute Kondition - auch 20 km (+/-) im durchaus noch möglichen Schnee sollten kein Problem sein -, geeignetes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung verfügen.

Ab sofort und bis zum 31. Januar (bzw. bis die maximale Teilnehmerzahl erreicht ist) sind verbindliche Anmeldungen über die Programmdatenbank auf der Vereinswebseite unter www.alpinclub-berlin.de möglich. Bitte mit dem Hinweis, ob Du eine Mitfahrgelegenheit suchst oder freie Plätze im Auto anbietest. Vielleicht lässt sich ein Shuttle für Zuganreisende ab Zittau organisieren. Darüber reden wir gerne in einem kleinen virtuellen Vortreffen, auf dem auch Fahrgemeinschaften gebildet werden können.



Felsen im Betgraben

Die Kosten pro Person betragen ca. 123 EUR für insgesamt drei Übernachtungen mit Halbpension. Hinzu kommen Organisationsgebühren und natürlich Fahrtkosten.

Thilo Kunze

Mitgliederzahlen

Im Jahr 2023 konnten wir bisher 819 neue Mitglieder begrüßen; Stand 31.10.2023 hatten wir 6020 Mitglieder. Nach Abzug der registrierten Kündigungen werden wir zum 31.12. 5673 Mitglieder haben, vermutlich mehr, da noch mit Eintritten bis Jahresende zu rechnen war. Das sind 9% mehr Mitglieder, als zu Jahresbeginn. Davon sind 54% A-Mitglieder, 16% Ehepartner, 8% Gastmitglieder, 6% Junioren (zwischen 18 und 25), 16% Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren.

Eine Veröffentlichung der Namen findet aus Datenschutzgründen nicht mehr statt.

OH/GS

Café Charlotte

Kaffeeklatsch am 13. Februar um 15 Uhr
in der Geschäftsstelle.
(Anmeldung zur besseren Disposition bitte
bei Helga Böttcher, Tel. 363 56 54)



Spiele-Nachmittage

mit Peter + Sigrid, Tel. 873 85 00,

am 04. Jan., 01. Febr.
und 07. März.,
wie immer ab 15 Uhr
in unserer
Geschäftsstelle.

Bei Unklarheiten ruft uns bitte gerne an.
Wir wünschen allen ein gutes und gesundes
Jahr 2024. Peter und Sigrid.

Sport & Gymnastik in der Halle

Termin: jeden Dienstag von September bis Mai
(außer in den Schulferien)



Zeit: 19 bis 21 Uhr, Turnhalle Sebastian-
straße 57 in Mitte

Was erwartet euch:

Teil 1 – individuelle Erwärmung und
Basketballspiel
Teil 2 – Kräftigungs- und Dehnungsgym-
nastik

Teil 3 – Fußballspiel

Infos und Terminbestätigung bei Dr.
Helmut Hohmann, Tel.: 201 23 03

Foto: aboutpixel.de/bt-media

Bauernweisheiten

für das erste Vierteljahr 2024

Januar (Hartung, Schneemonat, Wolfsmond, Eis-
mond):

Das Licht nimmt zu am Neujahrstag so weit ein
Mücklein gähnen mag.

Februar (Hornung, Narrenmond, Taumond):

Lichmeß (2.) verlängert den Tag um eine
Stunde für Menschen wie für Hunde.

März (Lenzing, Frühlingsmond):

Gregori (12.) schön, Fuchs läßt sich sehn. Gre-
gori schlecht, Fuchs bleibt versteckt.

Verworfenne Tage:

2., 3., 4. und 18. Januar, 3., 6., 8. und 16.

Februar, 13., 14., 15. und 29. März.

An diesen Tagen sollte man nichts neues
anfangen; man bleibt am besten im Bett und
liest BERLIN ALPIN.....

Wir gratulieren allen Mitgliedern, die in diesem Vierteljahr Geburtstag haben und wünschen alles Gute für das kommende Lebensjahr.

Wir haben in diesem Jahr auch wieder zahlreiche Jubilare, die uns über die Jahrzehnte die Treue gehalten haben. Sie werden natürlich wie immer geehrt und erhalten rechtzeitig eine Nachricht aus unserer Geschäftsstelle.

Eine Veröffentlichung der Namen unserer Geburtstagskinder und auch der Jubilare findet nach zahlreichen Einwendungen von Mitgliedern und aus Datenschutzgründen nicht mehr statt.

Wir hoffen, daß Sie alle dafür Verständnis haben.



Abschied von Margot und Sigg

Am 05. Oktober 2023 nahmen wir auf dem Friedhof Tegel „Am Fließtal“ Abschied von Margit und Siegfried Pierza, zwei Menschen, die mich seit Eintritt in den AlpinClub Berlin (damals noch Sektion Charlottenburg) im Jahr 1984 irgendwie immer begleitet haben. Lange Zeit war Siegfried Mitglied im Vorstand unseres Vereins, dem auch ich seit 1992 angehöre. Aber wir sind auch gemeinsam mehrtägig durch die Alpen von Hütte zu Hütte gewandert, wobei ich seine Gesellschaft stets zu schätzen wusste und genossen habe. Siegfried war unkompliziert, hilfsbereit, kameradschaftlich und vor allen Dingen sehr zuverlässig. Magot, seine Ehefrau, war immer an seiner Seite, wenn es um gemeinsame Vereins-Veranstaltungen ging. Beide waren mehr als 20 Jahre lang regelmäßige Teilnehmer unserer Sektionsfahrten, zuletzt im Mai dieses Jahres ins Fichtelgebirge. Zu jeder Sektionsfahrt hatte Siegfried ein Erinnerungsstück gebastelt, dass er dann als Erinnerung an die Teilnehmer*innen



Beide Fotos: Gerd Schröter



Foto: Sigrid Lengler



verteilt. Auch das große Holzwapfen, welches in unserer Geschäftsstelle hängt, hat Siegfried zum 100-jährigen Jubiläum des Vereins geschnitzt.

Ja Siegfried war sehr geschickt, hilfsbereit und immer gut für einen Spaß – nicht zu vergessen, daß er auch lange Zeit Wanderführer unserer „Nomalen Wanderungen“ war. Der „Glühweinsee“ und der „Schnapsdrosselberg“ gehörten bei den Weihnachtswanderungen immer dazu. Alle, wirklich alle schätzten die Gesellschaft von Margot und Sieke. Noch im letzten Jahr feierten wir mit den Beiden ihre Diamante Hochzeit. - Zuletzt kümmerte er sich rührend und aufopferungsvoll um seine liebe Frau, die zunehmend seiner Hilfe bedurfte.

Siegfried und Margot sind für mich ein Stück gelebte Vereinsgeschichte. Beide nun nicht mehr zu treffen ist ein Gedanke, an welchen ich mich nur schwer gewöhnen kann, zu intensiv sind die Eindrücke, die beide bei mir hinterlassen haben, die Erinnerungen! – Siegfried hat nun seine große Liebe freiwillig begleitet, um sie im Himmel weiter zu pflegen. – Wir vermissen Euch!

Arno Behr

**WENN ES UM
DEN RICHTIGEN
RUCKSACK
GEHT, STECKEN
WIR ALLE ANDEREN
IN DIE TASCHE.**



GLOBETROTTER
UNSER HERZ SCHLÄGT DRAUSSEN.

**WIR GEBEN ALLES, UM DICH BESTENS ZU BERATEN
FÜR DEINE NÄCHSTE TOUR.**



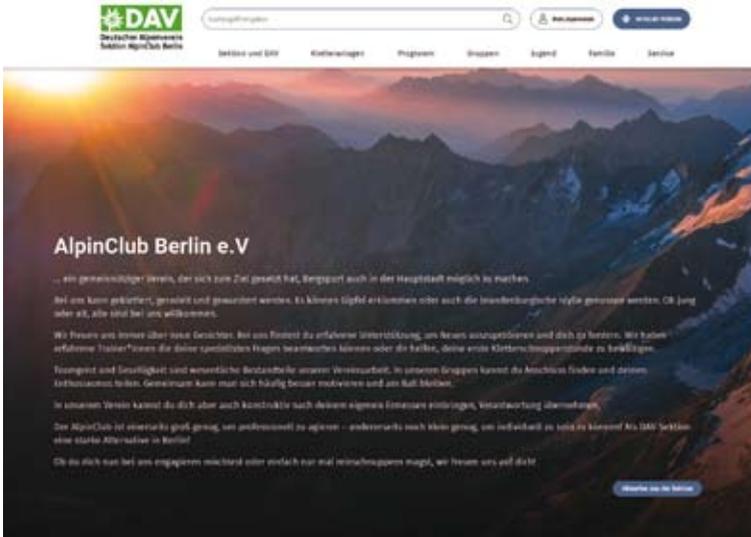
**GEMEINSAM PLANEN, AUSTRÜSTEN, REPARIEREN IN DER SCHLOSSSTRASSE 20 · 12163 BERLIN
WWW.GLOBETROTTER.DE**

Tom Pfeifer

Unsere neue Website und DAV360

Viele werden sie schon angeschaut haben – unsere neue Website ging Anfang November online. Es war höchste Zeit, die alte Seite hatte schon etliche Roststellen und

funktioniert, andererseits auch mal einspringen können, wenn ein Sektionsredakteur in den Alpen biwakiert, während eine dringende Meldung online zu stellen ist.



Neue Webansicht aus dem DAV360-Baukasten

wäre nicht mehr durch den TÜV gekommen. Auch das Design entsprach nicht mehr dem Zeitgeschmack.

Gut in die Karten gespielt hat uns in dieser Situation, dass im Rahmen der Digitalisierungs-Offensive des DAV, bei der das neue System zur Mitglieder- und Kursverwaltung „DAV360“ entwickelt wird, auch die Idee aufkam, einen Redaktionsbaukasten für Webauftritte bereitzustellen, der sogar operativ von der Bundesgeschäftsstelle betrieben und „gehosted“ wird.

Diese Lösung hat schon einmal den Vorteil, dass in München anderthalb hauptamtliche Mitarbeiter*innen sitzen, die einerseits Support leisten, wenn etwas nicht

funktioniert, andererseits auch mal einspringen können, wenn ein Sektionsredakteur in den Alpen biwakiert, während eine dringende Meldung online zu stellen ist.

Wichtige Aspekte des Redaktionsbaukastens sind die automatische Anpassung an große und kleine Bildschirme („responsives Design“) und eine moderne, auf Datenobjekte orientierte Sichtweise. Letztere ist gezielt den Erfordernissen der typischen DAV-Sektionen und -Verbände angepasst, so gibt es Datenobjekte für Trainer*innen und Vorstände, für Kurse und Touren, deren geografische Orte und bergsportliche Schwierigkeiten – all das fügt sich, technisch fein durchdacht, gut zusammen. Ziel ist dabei, einen Fakt, z.B. eine Person, nur einmal mit all ihren Qualifikati-

onen, Ämtern und Kontaktdaten zu erfassen und je nach Thema unterschiedlich darzustellen. Wie das mit neu entwickelten Systemen so ist, funktio-



Alte Webansicht mit dem Joomla-System

niert noch nicht alles ideal. Die Entwickler in München haben schon eine lange Liste mit Wünschen aus den Sektionen, was zu verbessern und zu erweitern ist. Dabei können die Sektionen zwar ihre Inhalte selbst bestimmen (oder auch Kampagnen aus München übernehmen), sind aber an die gestalterischen Vorgaben des Baukastens gebunden.

Wie ist die Situation nun konkret im AlpinClub? Wir haben uns im November zunächst darauf konzentriert, die wichtigsten Informationen zu unserem Verein online zu stellen, insbesondere die Angebote des Lehrteams, die Gruppen und die regelmäßigen Veranstaltungen. Aus dem Backup der alten Website und aus dem Archiv der Sektion werden wir nach und nach weitere Details ergänzen, z.B. zur Geschichte des Vereins. So haben wir schon die Ausgabe des „Charlottenburger Sektionsboten“ zum 75. Jubiläum des Vereins im Jahr 1985 gefunden und in unser Onlinearchiv gestellt – schon damals war Gerd Schröter unser Redakteur, was für eine Lebensleistung!

Wie sieht es mit den anderen Komponenten in DAV360 aus? Wie bei jedem ordentlichen Großprojekt gibt es Verzögerungen mit einer Vielzahl von Ursachen. Ursprünglich sollte die neue Mitgliederverwaltung im vergangenen Frühjahr fertig gewesen sein. Aktuell arbeiten die ersten beiden Testsektionen derzeit simultan mit der alten und der neuen Lösung, um Diskrepanzen zu erkennen. Mitte 2024 wird sie dann schrittweise für alle Sektionen verfügbar gemacht. Mit Beginn des neuen Jahres schwenkt der Hochdruck der Entwickler dann auf die Kurs- und Tourenverwaltung. Auch hier arbeiten wir derzeit mit dem rostigen Oldtimer, daher nutzen wir für 2024 auch noch unsere alte Tourenliste auf der Website – hoffentlich zum letzten Mal.

Der Redakteur in eigener Sache

Vielleicht wird der eine oder andere Fehler und Unregelmäßigkeiten in diesem Heft entdecken. Hier der Grund: Das Heft war zu etwa 90% fertig - noch ohne Korrektur und kurz vor dem Gang zur Druckerei -, da streikte urplötzlich der Rechner. Es gelang mir mithilfe einer freudlichen Firma innerhalb weniger Tage ein neues Gerät zu bekommen.

Der alte Rechner lief noch unter dem Betriebssystem „windows 7“, war mindestens schon 15 Jahre bei mir (hatte vorher unsere damalige Schriftführerin Frau Daumann), das Layoutprogramm hieß „InDesign 3“. Der neue Rechner hatte nun „windows 11“, und machte mir altem Knacker doch ganz schön zu schaffen. Außerdem ließ sich das alte „In Design“ hier nicht mehr installieren. Es fehlten diverse (angeblich 287 ?) Zusatzmodule oder ein neues Layoutprogramm. Meine nette Firma spielte alle Zusatzmodule (nach vielem Suchen und zahlreichen Versuchen) auf. Jetzt machten die externen Laufwerke nur zögernd mit - sie sind inzwischen Vergangenheit. Auch das wurde geschafft, aber die Zeit lief, und es trudelten auch noch ein paar Änderungen „meiner Mitarbeiter“ ein. Als nächstes gab es Schwierigkeiten mit der bisher verwendeten Schrift; deshalb sieht diese im Moment anders aus, als sonst. Und das Layoutprogramm ist auch erst einmal eine Testversion für 30 Tage

Ich hoffe, daß bis Heft 2 wieder alles im Lot ist!

Gerd Schröter

Durchaus beeindruckend ist der Arbeitsweise bei der Entwicklung von DAV360. Damit die Sektionen nicht hinterher



feststellen, dass an ihrem Bedarf komplett vorbeigeplant wurde, beraten Vertreter aus Sektionen verschiedener Größe das Entwicklungsteam. München bezieht uns Sektionsvertreter dabei vornehm als die „Expertenkommission“ – „Stakeholder Management“ nennt sich das in der professionellen Projektsteuerung. Der Autor wirkt seit März 2019 in der Kommission für das „Gesamtprodukt“ lautstark mit und stellt erstaunt fest, dass das schon bald 5 Jahre sind.

Soweit mein Bericht zur neuen Website und deren Hintergrund. Wenn ihr dazu Fragen und Anregungen habt, meldet euch gern.





Foto: DAV/Daniel Hug

Januar

Februar

Termine

Das nächste Heft erscheint zum 01.04.2024; Redaktionsschluß ist am 05.02.2024

Wochentagswanderungen (Seite 16)

24., 10.00 Uhr, Spandau, Johannesstift

21., 10.00 Uhr, S-Pichelsdorf, auf dem Bahnsteig

Normale Wanderung (Seite 16)

10., 10.00 Uhr, S-Bhf Greifswalder Straße

Ausdauernde Wanderung (S. 17)

21., 09.50 Uhr, Bhf Bad Freienwalde, vor dem Bahnhof

Spielnachmittage (Seite 19)

Do 04., ab 15 Uhr

Do 01., ab 15 Uhr

Ski und Hochtouren im Mittelgebirge

Jugendgruppen und -events

Wandern im Hoch- und Mittelgebirge

Klettern und Bouldern im Mittelgebirge

Mountainbiken

Klettern in Berlin

Ausbildung u. Wandern in und bei Berlin

Veranstaltungen in Berlin

Seiten 40 bis 43

13., 15 Uhr Café Charlotte (S. 19),
Seiten 40 bis 43

Sport & Gymnastik (Seite 19)

jed. Dienstag 19 bis 21 Uhr *

jed. Dienstag 19 bis 21 Uhr *

Ausleihe, Öffnungszeiten (Seite 51)

Mo & Do 16 - 19 Uhr, Di 16 - 18 Uhr, Fr 14 - 16 Uhr

Weitere Termine bei Redaktionsschluß noch bekannt

* Außer in den Schulferien
Die Anlage „Monte Balkon“ in Hohenschönhausen ist z.Zt. gesperrt

März

Irrtümer und Terminveränderungen vorbehalten;
schauen Sie auch auf unsere Homepage

27., RE 3, Richtung Stralsund,
2. Wagen von vorn

Do 07., ab 15 Uhr

29.03. - 01.04. Lausitzer Gebirge (S.18)

ch nicht

Seiten 40 bis 43

jed. Dienstag 19 bis 21 Uhr *



DER OUTDOORLADEN

KASTANIENALLEE 83



DER KLETTERLADEN

KASTANIENALLEE 22

**5% RABATT
FÜR DAV MITGLIEDER**

MONTK
WWW.MONT-K.DE

10435 BERLIN - PRENZLÄUER BERG

Tom Pfeifer

Viel Neues im South Rock!

Blau-weiß kann auch in Berlin den Aufstieg bedeuten: 17 Meter, um genau zu sein, in Berlins höchster Kletterhalle.

Dort gibt es seit Mitte August eine neue Außenwand! Aber der Reihe nach. Im Jahr 2001 eröffnete Udo die T-Hall in der Thiemannstraße in Neukölln.

Module aus Glasfaserverstärktem Kunststoff (GFK) waren der neueste Hit, um natürliche Felsstrukturen nachzubilden und bildeten dort den Mittelurm. Die Halle war aber etwas zugig.

2017 zog es Udo daher nach Marienfelde, die neu gebaute Halle mit moderner Fußbodenheizung hieß

zunächst wieder T-Hall. Drinnen gab es neue Multiplexplatten, der alte Mittelurm wurde auseinandergewickelt und als überdachte Außenwand wieder aufgestellt.

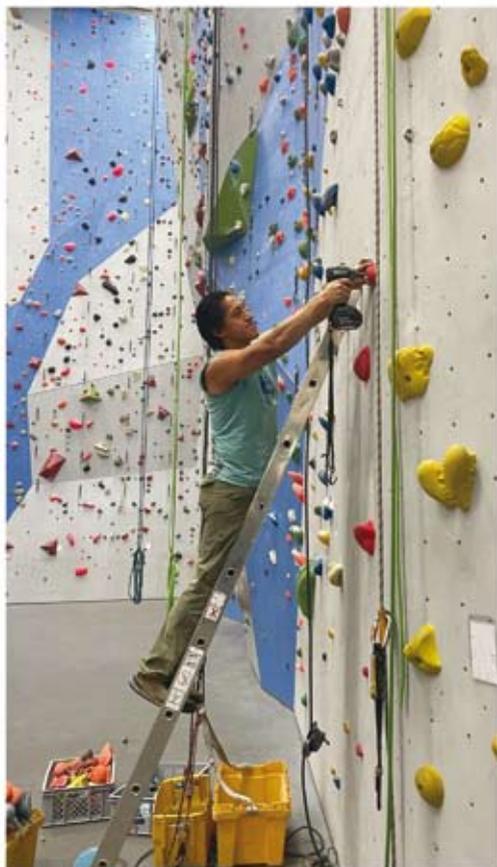
Eine Vorstiegswand blieb in Neukölln zurück, dort gründete Leonardo den Bouldergarten – mithin Berlins einzige Boulderhalle, in der man auch seilgesichert klettern kann.

Aus geschäftspolitischen Gründen wurde 2018 der Name T-Hall abgelegt und in South Rock geändert.

Nach und nach kamen einige Auto-Belays ins Inventar. Das sind diese waschtrommelgroßen Geräte im Umlenker, die das Topropeseil treulich aufwickeln. Ist man oben angekommen und ruft „zu!“, stellt man fest, dass unten gar kein Sicherungspartner steht. Ängstliche Naturen fangen jetzt an, abzuklettern – aber wer sich beherzt ins Seil setzt, wird – langsam schnurrend – sanft abgelassen.

Im Januar 2023 gab Udo den Inbusschlüssel nun weiter. Neuer Inhaber des South Rock ist Boris (Bild links), der hier auch früher schon tolle Routen geschraubt hatte.

Nun schraubt er fleißig in seiner eigenen Halle und hielt die Zeit für gekommen, von den 22 Jahre alten GFK-Modulen Abschied zu nehmen. Diese liegen jetzt noch stapelweise auf dem Gelände (Bild





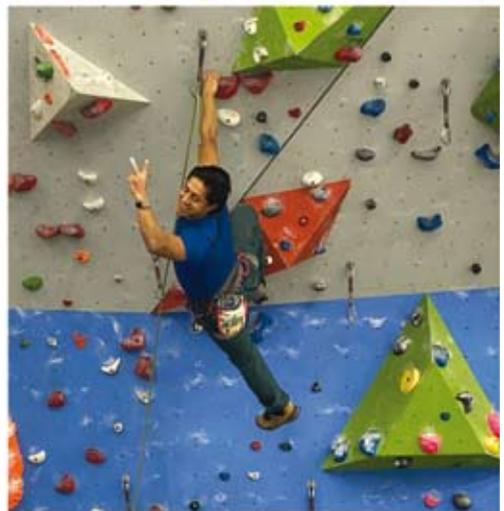
unten), denn im Juli kamen die Konstrukteure der Firma T-Wall mit der neuen Wand im computerdesignnten Präzisionsschnitt vorbei.

Anfang August fand ich Boris – wo? Schraubend an der Außenwand natürlich (Bild oben). Schon in der Monatsmitte durften die ersten Kletterer die Wand erproben, am 26. 8. wurde sie mit einer Feier eingeweiht. Die 36 Routen in 18 Linien sind komplett mit Zwischensicherungen ausgestattet, so dass keine eigenen Exen mitgebracht werden müssen.

Ein wichtiger Aspekt bleibt jedoch unverändert – die Kooperation des AlpinClub mit dem South Rock wird auch mit den neuen Besitzern fortgeführt.

So können unsere Mitglieder weiterhin die rabattierten Eintrittspreise genießen und nach dem Klettern in der Sauna entspannen. Danke, Boris!

Fotos: Boris (2), Tom (3)



Ausbildung zum Trainer C Klettersteig Teil 2 (hochalpines Gelände)

Nachdem ich im letzten Jahr vom 22. – 28.05.2022 den überhaupt erstmalig stattfindenden Lehrgang Trainer C Klettersteig (Teil 1) erfolgreich im Gebiet um Längenfeld (Österreich) absolviert hatte, stand dieses Jahr nunmehr der 2. Teil vom 03. – 09.09.2023 mit dem Schwerpunkt - hochalpines Gelände und sicheres Begehen / Überschreiten von Gletschern - an.

Wieder einmal erfolgte die Anreise an einem Sonntag.

Hierzu verabredeten wir zugelassenen Teilnehmer uns anhand einer Kontaktmail zu etwaigen Fahrgemeinschaften, um dem Ziel des DAV bis 2030 klimaneutral zu werden, ein Stück weit Rechnung zu tragen.

In der Kontaktliste war bereits zu erkennen, dass ich das einzige „Nordlicht“ und einziger Teilnehmer bin, der nicht aus Bayern stammt; mit all seinen Vor- und Nachteilen:

- Weitetste Anreise
- Dialekt
- Wohnhaft bedingt am wenigsten hochalpine Erfahrung
- Gleichgesinnte, die oft und gerne das Hobby in entsprechendem Gelände ausüben (können)

Vorwegzunehmen kann ich hier bereits, dass ich stolz bin, nunmehr der einzige Trainer C Klettersteig außerhalb Bayerns zu sein.

Im vergangenen Jahr gab es zwei Ausbildungen des 1. Teils und nur eine mit dem 2. Teil, von dem es neun Aspiranten geschafft hatten und sich mit den nunmehr weiteren 9 neun bestandenen Prüflingen insgesamt achtzehn Trainer C Klettersteig im DAV gibt.

Kommen wir zum Ablauf der Ausbildungstage.

Sonntag, 03.09.23 – Anreise

Gegen 08.00 Uhr Abfahrt mit eigenem Pkw aus der Region Potsdam zum 1.Treffpunkt = Neumarkt i.d.OP., wo mich zwei Lehrgangsteilnehmer aus meinem 1. Teil 2022 in ihrem bereitgestellten DAV-Bus aufnahmen (Bild). Veranschlagter Zeitpunkt des Treffens 12.00 Uhr.



Einer von ihnen ist sogar der Vorstandsvorsitzende der Region und Betreiber der bekannten „Olperer Hütte“ und sollte in dieser stattfindenden Ausbildung auch der älteste Teilnehmer sein.

Weiterfahrt nach München (Unterhaching), um weitere fünf Aspiranten aufzunehmen; veranschlagter Zeitpunkt 14.30 Uhr.

Durch mehrere Staus auf der Strecke kamen wir ziemlich genau zum verabredeten Zeitpunkt gegen 18.30 Uhr am Gasthof Hunerkogel bei Ramsau am Dachstein an, welches unsere Unterkunft für die nächsten Tage sein sollte.

Nach einem leckeren und der Region entsprechendem Abendessen gab es eine kurze Vorstellungsrunde der Teilnehmer sowie die Vorstellung des Programmablaufes.

Montag, 04.09.23 –
Anna-Klettersteig



07.00 Uhr Frühstück
08.00 Uhr Aufbruch zum „Anna-Klettersteig“ (Bild).

Dieser ist laut via-ferrata: „... gekennzeichnet von durchgehend hoher Schwierigkeit: Stelle D, oft C/D und C, selten leichter.“¹

Ziel des KS ist der Mitterstein mit seinen 2.097m. Zustieg über die „Südwandhütte“ ca. eine Stunde.

Hier galt es zunächst einmal, Fertigkeiten und Kenntnisse aus dem Teil 1 zu wiederholen, anzuwenden und auszutauschen.

Bei einigen der Teilnehmer lag der Teil 1 noch gar nicht

¹ <https://www.via-ferrata.de/klettersteige/topo/klettersteig-anna>, Stand: 11.09.2023

lange zurück, da diese diesen erst im Mai diesen Jahres absolviert hatten; aufgeteilt wurden wir

2. Lose Rolle mit Reepschnüren
3. Ablassen einer Person bei blockierter Plattensicherung, welche in zuvor aufgegebenen Hausaufgaben noch am Heimatort via Mail gestellt wurden.

Darüber hinaus gab es beim Abstieg noch eine Demonstration, wie man ein Fixseil spannt, welches notwendig werden kann, um eine für die Gruppe steile Passage abzusichern.

Gegen 18.30 Uhr gab es dann wieder das obligatorische und leckere Abendessen im Gasthof.

Den Abschluss des Tages bildete neben einem Vortrag über Wetterkunde und Orientierung die Tourenplanung der nächsten Tage.

Dienstag, 05.09.23 – Johann-Klettersteig

06.30 Uhr Frühstück (aufgrund des langen Tagesplans)



- wie auch die kommenden Tage - in zwei Gruppen zu je 5 TN.

Geübt wurden Nachsicherungen mittels Platte (ATC/Tuber) oder mittels HMS (Halbmastwurfsicherung) und natürlich das sichere und kraftsparende Begehen schwieriger Passagen, Akklimatisierung und Kennenlernen der TN in Aktion.

An einer geeigneten Stelle nach Erreichen des Gipfels wurden folgende drei verschiedene Praktiken geübt,

1. Körperhub mit Reepschnüren

07.30 Uhr Aufbruch zum Johann-KS², mit dem Ziel der ÜN auf der „Seethalerhütte“ (2.740m).

Vorbei an der Südwandhütte und dem Einstieg des „Anna-KS“ erreichten wir den Einstieg.

Überholt wurden wir einige Male von kleineren Gruppen, die teilweise die Südwand kletternd erklimmen wollten sowie von einzelnen Personen.

Der Einstieg wartet mit der Schwierigkeit D/E gleich mit einer Kraftprobe auf, die klarstellen soll, dass dieser KS nichts für Ungeübte ist.

Während sich um uns herum Nebelschichten aufbauten, übten wir uns in Nachsicherungsübungen an verschiedenen exponierten Stellen.

Nachmittags übten wir noch das Retten eines in eine Gletscherpalte gefallenem Mitglieds einer Seilschaft... und jeder kam mal in

² <https://www.bergsteigen.com/touren/klettersteig/der-johann-klettersteig-suedwandklettersteig/>, Stand:

12.09.2023



den Genuss dort „abzuhängen“.

Was hier klar zum Ausdruck kam, ist die klare und eindeutige Ansprache und sog. Führungsübernahme eines Verantwortlichen

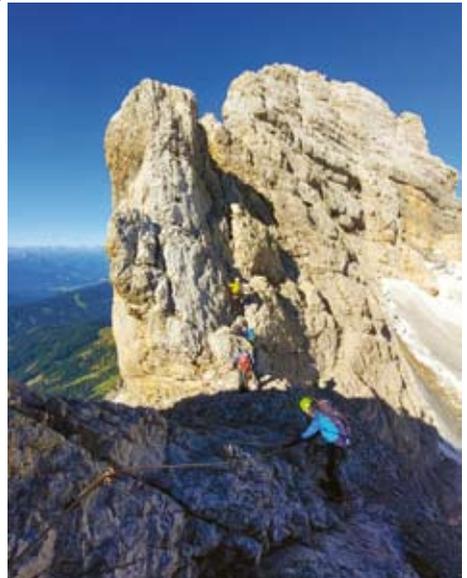
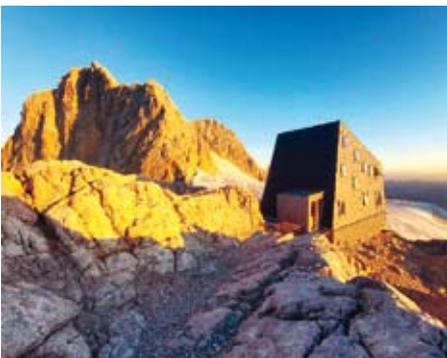
...Auswertung der Klettersteigbegehung...

In einer Gruppe das Aufnehmen eines Seiles, während die andere Gruppe gezeigte Techniken vertiefen und proben konnte...

...Sitz und Anlegen der Steigeisen



Gegen 18.30 Uhr dann ein hochalpines Abendessen, welches geprägt war von den „Resten“ der Küche, da die Seethalerhütte am nächsten Tag ihre Türen bis Mai aufgrund von Wartungsarbeiten der Seilbahn schließt.



Mittwoch, 06.09.23 – Schulteranstieg / Hoher Dachstein
 06.30 Uhr Frühstück und Räumen des Matratzenlagers (herrlicher Sonnenaufgang)

07.30 Uhr Verlegen zum Einstieg Schulteranstieg-KS (C) unter Benutzung von Steigeisen und Überwinden einer Randkluft (= Zwischenraum zwischen Gletscher und Fels).

Erneutes Trainieren von Nachsicherungen und Erklimmen des Hohen Dachsteins (2.995m).

Wir hatten Glück, dass sich vor uns ein Fernsteam eines österreichischen Senders bewegte, welches Filmaufnahmen mittels Drohnen machte und ein Gruppenfoto von uns auf dem Gipfel schoss, welches sie uns im Nachhinein per Mail zuschickten (Foto s.Inhalt S. 5).

Auf dem Gipfel benannte uns unser Ausbilder „Heli“ die umliegenden Berge. Anschließend bekamen wir die Auf-



gabe, weitere Gipfel anhand unseres Kartenmaterials zu benennen.

Abstieg Richtung unseres neuen Nachtlagers „Adamekhütte“ (2.196m). Dabei musste der „Große Gosaugletscher“ unter Anwendung von Steigeisen überquert werden. Hierzu fanden mehrere Übungen statt, welche den sicheren Umgang mit den Steigeisen festigen sollten.

Was ich mir mit der einzigen Teilnehmerin nicht nehmen lassen konnte, war ein Bad im Eiswasser (Bild rechts).

Abends wurden die Lehrproben verlost, welche als jeweilige praktische Prüfung am Freitag fungieren sollten. 5 von 7 bekannten Lehrproben:

LP1: Erstversorgung Schulterluxation am Klettersteig, Notruf und behelfsmäßiger Brustgurt



LP2: Klettersteig, Steinschlagunfall, offene stark blutende Unterarmfraktur, Sturz in das Klettersteigset, Erstversorgung – Bergung zum Klettersteig mittels Körperhub

LP3*: Klettersteig, Erschöpfung, dehydriert, überfordert, leichte psychische Probleme, Bergung nach unten („kontrolliertes Ablassen“) und Vorbereitungen zum Abtransport mit Hubschrauber (*Meine zugeloste Lehrprobe)

LP4: Klettersteig, Nachsicherung mit HMS, Zugunterstützung mit Expressflaschenzug und anschließender Bergung nach oben mittels loser Rolle

LP5: Klettersteig, Teilnehmersturz in das Klettersteigset in einen überhängenden Bereich, stark blutende Platz-

wunde am Oberschenkel, Erstversorgung ist erforderlich, Notruf ist schon erfolgt.

Vor dem Abendessen auf der gut besuchten Adamekhütte hatten wir noch Gelegenheit zu je zwei Mann, welche jeweils dasselbe Thema gezogen haben, den Ablauf der Lehrprobe zu üben.

Donnerstag, 07.09.23 –

Amon- und Hunerkogel-Klettersteig



06.30 Uhr Frühstück

Dieser Tag und unsere Überschreitung von drei Gletschern (Großer Gosau-, Hallstätter- und Schladminger Gletscher) sollte in wechselnder Verantwortung unsere Führungstauglichkeit unter Beweis stellen und ist neben der theoretischen und praktischen Prüfung (Lehrprobe) am Folgetag einer von drei Bauteilen, die bewertet wird und es zu bestehen gilt.

Da wir recht langsam vorankamen, mussten wir auf die Begehung zum „Hohen Kreuz“, welches der eigentliche Höhepunkt des Amon-KS (C/D) ist, verzichten, damit wir noch pünktlich den Abstieg zum Gasthof Hunerkogel bewältigen würden, da die Dachsteiner-Drahtseilbahn ja wie bereits erwähnt aufgrund von Wartungsarbeiten ihren Betrieb eingestellt hat.

Auf der Südwandhütte, kurz vor dem Erreichen unseres Gasthofes (bei dem wir über die zwei auswärtigen Tage unsere Zimmer belegt lassen konnten) nahmen wir dankenswerter- und überglücklicherweise eine kleine Stärkung zu uns.

Ich konnte mir einen Becher Buttermilch und einen Topfenstrudel nicht entgehen lassen.

Wir kamen ca. eine Stunde vor dem Abendessen an, konnten nochmals die Prüfungen - ob theoretische oder praktische - vertiefen oder bereits das nötige Gepäck für den nächsten Tag packen und gingen ziemlich geschafft und dennoch voller Aufregung ob des nächsten Prüfungstages mehr oder minder gut schlafen.

Freitag, 08.09.23 – Prüfungstag (Theorie und Praxis)

06.30 Uhr Frühstück

07.30 Uhr theoretische Prüfung, zeitlicher Ansatz: eine Stunde für insgesamt 30 Fragen aus den Gebieten:

1. Wetterkunde
2. Ausrüstungskunde / Sicherungstheorie
3. Führungstechnik, Gefahren
4. Orientierung
5. Erste Hilfe
6. Ökologie

(Dazu wurde jedem TN vorab per Mail und entsprechenden Zugangsdaten ein entsprechender Fragebogen mit knapp 600 Fragen aus den o.g. Fachgebieten zugesandt auf welche man sich somit im Vorfeld vorbereiten konnte.)

09.00 Uhr Abfahrt nach Ramsau zum Kinder-/Jugendklettersteig

Besteigen des Klettersteigs bis zum markanten Punkt mit der „Gams“, wo sämtliche Prüfungen abgehalten werden sollten, d.h. dass sich alle Teilnehmer absprechen mussten, wo, wer, was darstellt.

11.00 Uhr Beginn der praktischen Überprüfung in zwei Gruppen zu je fünf Teilnehmern

Ca. 16.30 Uhr Ende, Abstieg und Verlegung zurück zum Gasthof

18.30 Uhr Abendessen

Ab 19.30 Uhr Bekanntgabe der Prüfungsergebnisse

(Einer von uns hat die Prüfungen leider nicht bestanden).

Samstag, 09.09.23 – Abreise

06.30 Uhr Frühstück (aufgrund des Ferienendes in Bayern wurde mit intensivem Rückreiseverkehr und Staus gerechnet)

08.00 Uhr Rückreise (über München, Neumarkt i.d.OP und letztendlich nach Potsdam, wo ich gegen 18.30 Uhr zufrieden und geschafft ankam.

Fazit:

Im Nachhinein kann ich feststellen, dass ich durch diese meine 1. Ausbildung beim DAV:

Letztendlich bleibt noch zu sagen, dass es Leuten wie diesen hier bedarf, welche sich ehrenamtlich engagieren und oft Zeit und Geld „opfern“, um anderen den „Spaß“ in den Bergen bieten zu können und immer sicher wieder nach Hause zu kommen bzw. das etwaige Risiko abzuwägen.

Text und Fotos: Martin Widuwilt
(das Foto auf dieser Seite stammt von der Teilnehmerin des Kurses)



- viel über das sichere Begehen von Klettersteigen gelernt habe,
- davon überzeugt wurde, dass der DAV seine Aufgabe sehr ernst nimmt,
- dass es dieser Ausbildung bedarf, weil
 1. mitunter einige Klettersteigbegeher diese Form des Bewegens in den Bergen unterschätzen und es unterlassen entsprechende Sicherungsmöglichkeiten richtig anzuwenden,
 2. jedes Jahr eine große Anzahl von oft schweren Verletzungen beim Begehen von Klettersteigen gemeldet werden.

Vielen Dank für diese anspruchsvolle Ausbildung und Unterstützung, auch meiner Sektion, dem AlpinClub Berlin (ACB), welche mich finanziell unterstützten und notwendiges Material kostenfrei zur Verfügung stellten!

Beitragseinzug - Mitgliedsausweis 2024 -

Wichtig für alle, die uns für ihren Mitgliedsbeitrag eine Einzugsermächtigung erteilt haben: Ihr Beitrag 2024 wird in der ersten Januar-Woche abgebucht; bitte lassen Sie etwas Geld auf dem Konto!

Die neuen Ausweise werden dann - vorausgesetzt der Mitgliedsbeitrag konnte abgebucht werden - bis spätestens Ende Februar zugesandt. Die 2023er Ausweise gelten bei ungekündigter Mitgliedschaft bis zum 29. Februar 2024 weiter; das steht auch auf jedem 2023er Ausweis über dem Strichcode.

Mitglieder ohne Einzugsermächtigung bezahlen bitte ohne Zahlungsaufforderung ihren Mitgliedsbeitrag ab sofort ein. Erst nach Eingang des Beitrages wird dann der Ausweis zugesandt.

Eine harte Saison 2023

Elias Arriagada Krüger (AlpinClub Berlin) berichtet über sein zurückliegendes Wettkampffahr



Es ist Dezember vergangen Jahres. Nach einer eher unbefriedigenden Weltcup- Saison 2022, ist meine Motivation groß, alles zu geben, damit die nächste Saison eine bessere wird, eine in der ich endlich meine Ziele erreiche: Top 20 im Weltcup.

Ende April startet die nächste Weltcup-Saison. Bis dahin ist noch viel Zeit zum Trai-

den Coaches angeboten und uns extra Wettkampfboulder geschraubt.

Zur Abwechslung und Erholung fahre ich hin und wieder für ein paar Tage in die Schweiz zum Bouldern, aber nicht zu lange, denn der Fokus bleibt auf die Wettkämpfe.

Im Februar haben wir unser erstes Teamtraining, eine Wochen Trainingslager in Graz und Ljubljana. Ein erster Check für den eigene Fitness-Stand. Uns werden Wettkampfboulder geschraubt, wir trainieren gemeinsam und machen eine Wettkampfsimulation. Ich merke sofort, dass ich im Vergleich zum Vorjahr physisch deutlich zugelegt habe. Zu diesem Zeitpunkt habe ich noch einen Monat bis zu den Nominierungswettkämpfen. Nun heißt es, viel Maximalkraft und Technik zu trainieren, bevor es richtig los geht.

Anfang März dann der erste Nominierungswettkampf. Mein Ziel: Top 3. In der ersten Runde bin ich souverän geklettert, doch ich habe einige Fehler gemacht und

nieren, aber auch muss ich mich erst noch für die Weltcup Qualifizieren, denn Deutschland hat nur 5 Startplätze und viele starke Kletterer. Im März sind die Nominierungswettkämpfe, bis dahin muss ich also fit sein.

Das jährliche Wintertraining beginnt Anfang Dezember. Ich trainiere viel, 5 Tage die Woche, oft mehrmals am Tag bis zu 7 Stunden insgesamt. Am bestens trainiert es sich wenn man nicht

alleine ist, also trainiere ich viel gemeinsam mit Teamkollegen aus dem Nationalkader, besonders mit Max Kleesattel, Lasse von Freier und Christoph Schweiger, sowie meiner Freundin Lucia Dörffel. Immer wieder treffen wir uns in München, denn da ist der Leistungsstützpunkt des Bundesteam. Regelmäßig werden uns da Trainings von



komme nur unter die Top 5. Am Nächsten Tag soll es besser für mich laufen. Es ist eine sehr schwere Runde, Vergleichbar mit einem Weltcup Halbfinale. Als einziger Kletterer schaffe ich es 1 Top und 4 Zonen zu erreichen, Platz 1 für mich in dieser Runde.

Zwei Wochen später finden die nächsten zwei Runden

statt. Auch hier soll es für mich nicht schlechter laufen. In beiden Runden lande ich unter den Top 3. Am Ende entscheidet das Gesamtranking. Zu meiner Überraschung stehe ich auf dem 1. Platz und habe so, das Ticket zu den Weltcups gelöst. Ein unglaubliches Gefühl, wenn man schon sieht, wie sehr sich das harte Training auszahlt. Der erste Schritt ist getan, nun gilt es mich perfekt vorzubereiten für die ersten Wettkämpfe Ende April: Japan und Korea.

Die Weltcup Saison startet mit ihrer ersten Station in Hachioji, Japan. Für mich ist es das erste mal in diesem Land. Sechs Tage bevor der Wettkampf los geht, landen wir in Tokyo, denn wir brauchen noch ein paar Tage um uns an das Land und die Zeitzone zu akklimatisieren. Wir trainieren vorher noch im legendären „B-Pump“ und schließlich mit den letzten Vorbereitungen ab. Allerdings merke ich ein paar Tage nach der Ankunft, dass ich mich auf dem Flug erkältet haben muss. Bis zum Wettkampf ist nicht viel Zeit zum Erholen, aber ich fühle mich gut genug und dennoch zu starten. Die Runde startete gut für mich mit einem Flash. Im zweiten Boulder, eine Platte, werde ich



kann mich nicht konzentrieren. Meine Performance ist dem entsprechend schlecht. Nicht der Start in die Saison den ich mir erhofft habe.



nervös und komme nicht zum Top, obwohl mir diese Kletterei normalerweise liegt. Den dritten Boulder kann ich wieder im ersten Versuch klettern, der vierte soll mir gar nicht gelingen und der letzte Boulder, Boulder Nummer 5, gelingt mir wieder, aber dieses Mal erst kurz bevor mir die 5 Minuten Kletterzeit ausgehen. Ich gehe unzufrieden

Direkt nach dem Rückflug nach Deutschland kommt nun auch noch Fieber dazu und ich liege ein paar Tage flach. Zwei Wochen später soll die Reise wieder weiter gehen, bis dahin hab ich Zeit mich richtig auszuruhen. Nach ein paar Tagen fühle ich mich wieder besser und fange an wieder zu trainieren, denn der nächste Weltcup in den USA steht schon vor der Tür.

Leider geht meine Pechsträhne weiter. Auf dem letzten Flug nach Salt Lake City, merke ich schon, wie ich Schüttelfrost kriege. In der ersten Nacht kommen noch Fieber und Halsschmerzen dazu. Ich gehe zum Arzt: bakterielle Mandelentzündung. Erneut ein Wettkampf ohne gute

Voraussetzungen für mich. Zwei Wochen später fühle ich mich weiterhin nicht bei 100% und spüre noch einige Symptome der Infektion. Leider vergeht die Zeit zwischen den Wettkämpfen auch schnell und es bleibt wenig Zeit um mich richtig auszukurieren.

Erst in Brixen, der 5. Station fühle ich mich gesundheitlich wieder fit. Ich fühle mich richtig spritzig und bin gut drauf. Endlich mal ein Wettkampf, bei dem ich mich wirklich fit fühle, wie es eigentlich immer sein sollte. Mein Ziel ist klar: Halbfinale, Top 20. Im ersten Boulder hole ich in den letzten Minuten das Top, im zweiten Boulder, der schwerste dieser Runde, nur die Zone. Boulder 3 und 4 toppe ich wieder und nun hängt alles vom letzten Boulder ab. Anhand der Zurufe meiner Trainier merke ich, dass bis dahin meine Runde sehr gut war und ich weiß, mit einem Top im letzten Boulder bin ich im Halbfinale. Boulder Nr. 5 ist eine Platte, ich muss nur ruhig bleiben und dann kriege ich das hin. Ich steige in den Boulder ein und klettere im ersten Versuch zur Zone, doch verfehle den Top-Griff knapp. Ich lasse mir etwas Zeit und konzentriere mich auf den nächsten Versuch. Erneut steige ich ein, klettere wieder souverän zur Zone. Bevor ich dieses Mal zum letzten Griff ziehen möchte, atme ich noch einmal tief ein und sammle mich. Dieses Mal erwische ich den Top-Griff mit der linken Hand, nun muss ich nur noch die rechte Hand darzubringen, um die Top-Wertung zu erhalten. elbstbewusst greife ich also dazu, doch in dem Moment rutscht mir der Fuß und ich falle, ohne das Top gewertet zu bekommen. Mir bleibt noch eine Minute, doch meine letzten Versuche bleiben erfolglos.

So nah an meinem Ziel war ich noch nie. Wäre mir nicht der Fuß gerutscht, dann wäre ich 11. geworden. Stattdessen wurde ich 33. von 90 Starten. Frustrierend. Dennoch bin ich froh darüber endlich einen guten Wettkampf gehabt zu haben.

Mit dem Weltcup in Innsbruck, welcher nur wenige Tage nach Brixen stattfand, endet die Boulder-Weltcup Saison 2023. Enttäuschend gehe ich auch hier mit leeren Händen aus der Qualifikation. Kein erfolgreicher Abschluss und keine Erfolgreiche Saison, obwohl diese so gut angefangen hat. Einfach nur niederschmetternd, aber das gehört leider dazu. Ich kann nur daraus für die nächste Saison lernen, bei der ich wieder alles geben werde!

Text: Elias Arriagada Krüger
Fotos beigestellt vom Verfasser



Ausbildungs- und Tourenprogramm 2024

Na, habt Ihr Euch schon gewundert, dass im Heft Eins unserer Zeitung dieses Mal (erstmal seit vielen Jahren) das Ausbildungs- und Tourenprogramm fehlt? – Tatsächlich, es ist ein Novum, aber natürlich bedeutet das keinesfalls, dass unsere große Anzahl von Trainerinnen und Trainern, Wanderleiter- und Übungsleiter*innen und alle weiteren Anbieter*innen urplötzlich beschlossen haben, längeren Winterschlaf zu machen oder sich in die große Schar unserer passiven Mitglieder einzureihen. Nein, ganz im Gegenteil, sie alle sind natürlich motiviert bis in die Pickelspitzen, mussten aber so lange stillhalten, bis wir, der Vorstand, ihnen unsere neuen Regeln und Vorschriften zum zukünftigen Organisations- und Buchungsverfahren mitgeteilt hatten. Nun ja und das hat länger gedauert als ursprünglich von uns geplant!

Die Gründe hierfür sind vielfältig und fangen bei unserer außerordentlich starken Expansion an und hören irgendwo beim Finanzamt auf. Im Wesentlichen geht es aber darum, allen Zahlungsverkehr, insbesondere aber Kurs- und Teilnehmergebühren, etc. ausschließlich bargeldlos über ein neues Konto über unsere Geschäftsstelle abzuwickeln. Es soll zukünftig seitens der Teilnehmer*innen keinerlei Zahlungen direkt an die Kursleitung mehr geben. Davon ausgenommen sind natürlich individuell von der Kursleitung gegebenenfalls verauslagte Anzahlungen/Ausgaben für Übernachtung, Verpflegung und Anreise der Teilnehmer*innen.

Um unseren Verwaltungsaufwand etwas zu reduzieren, werden Anmeldungen und Reservierungen erst dann final wirksam, wenn innerhalb der vorgegeben Fristen Gelder auf besagtem Konto eingegangen sind. Dass damit gegebenenfalls auch gestaffelte Stornokosten bei Rücktritt verbunden sind, versteht sich von selbst. Ein ganz wichtiger HINWEIS an dieser Stelle: Wir als Verein dürfen keine Pauschalangebote offerieren, es müssen immer Einzelpreise genannt werden.

Natürlich wird dieses neue System nicht gleich von Anfang an perfekt sein können, aber wir sind lernfähig, hören uns gern Eure (berechtigte) Kritik an, evaluieren Ende 2024 sowieso das gesamte Verfahren und sind bestimmt auch nicht böse, wenn Ihr uns mal mitteilt, dass Euch das gefällt, was wir machen ...

Nun zum (hier nicht vorhandenen) PROGRAMM 2024. - Ein Blick auf unsere neue, im November 2023 relaunched Homepage, hier konkret auf „Programm“ lässt Euch schnell erkennen, dass das Angebot eher umfangreicher geworden ist und fast täglich noch etwas dazu kommen kann. Genau hier liegt natürlich auch die Stärke eines Online-Systems, es kann jederzeit erweitert und aktuell gehalten werden. Ein, zwei Klicks und Ihr könnt sehen, ob es noch freie Plätze gibt, oder ob Ihr schon auf die Warteliste müsst. Ebenso findet Ihr hier konkrete Hinweise zum einzelnen Angebot, aber z. T. auch verbindliche Vorgaben zu den Anforderungen an Eure Person, u. v. m.

Solltet Ihr mal nicht zum Zuge kommen, oder ein bestimmtes Angebot vermissen, scheut Euch nicht davor, Kontakt zu uns aufzunehmen.

Apropos „uns“ – vor ziemlich exakt einem Jahr hatte ich dazu geschrieben, dass bedauerlicherweise die so sehr relevante (und zugegeben auch sehr, sehr arbeitsintensive) Position der/des Ausbildungsreferent*in nach wie vor vakant war und immer noch ist, so dass immer noch ein kleines, aber kompetentes Team (Brigitte, damals noch Mario und nunmehr Nssra, Tom und ich) kompensieren und u. a. auch das Jahresprogramm des letzten und das des kommenden Jahres zusammengestellt haben.

Das Programm für das Jahr 2024 - es wird zudem zusätzlich unterjährig immer wieder noch erweitert und ergänzt – findet Ihr online unter „PROGRAMM“ auf unserer Vereins-Homepage alpinclub-berlin.de, sowie einen Überblick über freie Plätze und vor allem aber die Möglichkeit sich anzumelden.

Wie oben beschrieben ist der besagte Vorstandsposten der Ausbildungsreferent*in nach wie vor vakant. Sollte also jemand von Euch Interesse daran haben, mit einen der wichtigsten und verantwortungsvollsten Jobs in unserem ehrenamtlichen Vorstand zu übernehmen, auf unserer Homepage findet Ihr hinter dem Button „Wir brauchen Dich“ ein konkretes Anforderungsprofil für diese Stelle.

So und nun lasst Euch animieren von unserem neuen Angebot und schmiedet Pläne für das neue Jahr. Ich wünsche euch allen eine tolle, unfallfreie Saison 2024!

Arno Behr

>>>>

Regelmäßige Veranstaltungen in Berlin

Titel	Tag	Ort	Beschreibung	Ausrichtung	Voraussetzungen	Verantwortlich
Boulder- und Klettercoaching	Mo	Bouldergarten	<p>Zu Beginn deines Coachings machen wir uns deine Ziele klar oder arbeiten sie gemeinsam aus. Basierend auf deinen individuellen Entwicklungspotentialen erstellen wir dann gemeinsam einen Trainingsplan nach aktuellen Erkenntnissen. Bei Bedarf verfolgen wir deine Trainingserfolge und passen den Plan laufend an. Die kurzfristige Kommunikation regeln wir über Signal, den kostenlosen, verschlüsselten Messenger. Für Austausch von Dateien verwenden wir eine privat gehostete Cloud.</p>	<p>Individuelles Coaching und Training</p>	<p>Ausrichtung: ambitioniert – für alle, die Kletterziele vor Augen haben oder sich das wünschen</p>	Björn Ludwig
Physio-Coaching	Mo	Bouldergarten	<p>Das Angebot richtet sich an Kletter- und Bergsportler*innen mit Beschwerden des Bewegungsapparates und solche, die beschwerdefrei bleiben wollen. Es bietet Informationen und Trainingsberatung nach Verletzungen, Überlastungen und zur Vorbeugung. Die kurzfristige Kommunikation regeln wir über Signal, den kostenlosen, verschlüsselten Messenger. Für Austausch von Dateien verwenden wir eine privat gehostete Cloud.</p>	<p>Individuelle physiotherapeutische Edukation und Trainingsberatung für: Kletter- und Bergsportler*innen</p>	<p>Ausrichtung: ambitioniert</p>	Michaela Ludwig
Montagsklettern	Mo	Kletterhalle Hüttenweg	<p>Wir sind eine offene Klettergruppe, die im Toprope oder Vorstieg klettert. Wer Lust hat, mit uns die Wände zu erklimmen, ist herzlich willkommen, dabei haben wir kein Alterslimit, egal ob älter oder jünger, nur der Spaß am Klettern zählt.</p>	<p>Offenes Klettern ab 10 Jahre für ACB-Mitglieder ab 10J</p>	<p>Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse</p>	Martin Hoppe
Klettergruppe Siebenschläfer	Di	Wechselnde Anlagen	<p>Siebenschläfer könnten an sieben Tagen in der Woche klettern, wenn sie nicht gerade schlafen oder fauchen. Wir klettern drinnen und draußen, an allen Berliner Anlagen, auf und ab, erkunden das Umland und in der Freiluftzeit die Mittelgebirgstäler.</p>	<p>Offenes Klettern für erwachsene ACB-Mitglieder</p>	<p>Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse</p>	Tom Pfeifer
Feierabend-kletterer	Di	Kletterhalle Hüttenweg	<p>Wir sind meistens gut gelaunt und stets bemüht im 6. Grad zu klettern. Dabei gibt es keine festgelegten Teams. Wer Lust hat, mit uns 40-60 Jährigen die Wände zu erklimmen, ist gerne gesehen. Dabei haben wir kein Alterslimit, egal ob älter oder jünger. Da wir nicht ausbilden, sind Sicherungskennnisse Voraussetzung. Anfänger werden aber gerne im Toprope gesichert. Wer bei uns mitklettern möchte, ruft bitte an.</p>	<p>Offenes Klettern für Plaisirkletterer</p>	<p>Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse</p>	Wolfgang Langer



<p>SpaßAmKlettern</p>	<p>Di</p>	<p>Kletterturm Spandau</p>	<p>Spaß am Klettern! Egal, wie jung oder alt du bist, ob du Einschränkungen hast oder keine, ob groß oder klein, Kletter-As oder noch nicht, bei uns soll jede*r seinen Spaß haben, wenn wir uns zum Klettern treffen. Das tun wir regelmäßig entweder am Spandauer Kletterturm oder in der Sporthalle der B-Traven-Gemeinschaftsschule in Spandau-Falkenhagener Feld und zwar donnerstags zwischen 17:30 und 21:00 Uhr (außer in den Schulferien, dann nur auf Absprache draußen am Kletterturm Spandau). Bis 19 Uhr wird das Klettern unter der Anleitung von uns Übungsleiter*innen intensiv betreut und im Anschluss können alle, die Kletter- und Sicherungstechniken beherrschen, bis 21 Uhr frei klettern. Von April bis Ende September gehen wir bei gutem Wetter an den Turm und genießen die frische Luft und das Urlaubsumbiente am Spelksee, in dem man auch baden kann. Willkommen sind ebenfalls alle, die das Sportklettern kennenlernen wollen und für das Probeklettern (Kosten: 20,- € pro Person, Familien 30,- €) können wir in der Sporthalle eine Kletterausrüstung zur Verfügung stellen. Kinder und Jugendliche bis 14 Jahren können gemeinsam mit einem Elternteil oder gleich mit der ganzen Familie teilnehmen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine vorherige Anmeldung über das Kontaktformular.</p> <p>Die Leitung dieser Gruppe haben Kai, Jörg, Andreas und Gerald</p>	<p>Freies Klettern am Kletterturm Spandau</p>	<p>keine</p>	<p>Kletterausrüstung, sicherer Umgang mit „Halbautomaten“ oder „Autotuber“</p>	<p>Andreas Niemoth</p>
<p>AG Sport und Gymnastik in der Halle</p>	<p>Di</p>	<p>Turnhalle der City-Grundschule Sebastianstraße</p>	<p>Wir über uns: Uns gibt es schon seit der Zeit, als man im Winter noch nicht in Hallen klettern konnte. Damals überbrückten wir den Winter bei Sport und Spiel in der Halle. Heute eint uns der Spaß am Basketball, der uns hilft, die Kondition über den Winter nicht zu verlieren. Der Abend beginnt 19:00 Uhr mit einer individuellen Einzelphase. Dem folgt ein 60-minütiges Basketballspiel. Danach erholen wir uns aktiv bei einer Kräftigungs- und Dehnungsgymnastik. Wenn wir noch Puste haben, folgt ein kurzes Fußballspiel. In der Regel beginnen wir Ende September und bleiben außer in den Ferienzeiten wegen der Hallenschließungen bis in den Mai aktiv. Unsere Gruppe ist rein männlich und vorrangig besetzt mit Dreißig- bis Fünfzigjährigen. Unser Leiter ist da eine gereifte Ausnahme. Wir freuen uns jederzeit auf sportliche Verstärkung. Wir trainieren dienstags.</p>	<p>Ballspiele und Gymnastik</p>	<p>keine</p>	<p>Helmut Hohnmann</p>	
<p>SeniorClimber 30+</p>	<p>Mi</p>	<p>Kletterhalle Hüttenweg</p>	<p>Offenes Klettern für Plaisirkletterer ab 30</p>	<p>Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse</p>	<p>Arno Behr</p>		

<p>Trainingsgruppe</p>	<p>Mi</p>	<p>Bouldergarten</p>	<p>Für ambitionierte Boulderinnen und Boulderer zwischen 10 und 15 Jahren gibt es die Trainingsgruppe des AlpinClub Berlin. Unsere feste Trainingsgruppe ist der richtige Ort für alle, die Lust auf leistungsorientiertes Bouldern haben und – ganz bald oder zukünftig mal – an Wettkämpfen teilnehmen wollen.</p> <p>Wir wollen in einer motivierten Gruppe gemeinsam besser werden, lernen wie man sinnvoll und gesund trainiert und dabei den Spaß nicht verliert. Im wöchentlichen Training arbeiten wir – an und abseits der Wand – an Technik, Taktik, Koordination und Kraft. Jede und jeder hat unterschiedliche Stärken und Schwächen. Deshalb besprechen wir auch Tipps und individuelle „Hausaufgaben“, an denen ihr arbeiten könnt, wenn ihr außerhalb des gemeinsamen Trainings in der Boulderhalle seid. Ein Team aus derzeit vier Trainerinnen und Trainern organisiert und betreut das wöchentliche Training, wobei jeder Termin in der Regel von zwei Trainer*innen betreut wird. Fini, Britta, Samuel und Linus bringen ihre persönlichen Erfahrungen – als langjährige*r Trainer*in, Routenbauer*in oder Wettkampfkletterer – mit in die Gruppe. Das Training findet wöchentlich (außer in den Schulferien) mittwochs zwischen 16:30 und 19:00 Uhr im Bouldergarten statt. Die Anzahl der Teilnehmenden ist derzeit auf 10 begrenzt. Wenn du Interesse hast, kannst du uns gerne kontaktieren.</p>	<p>Leistungssport 10-15 Jahre</p>	<p>Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse</p>	<p>Samuel Neumann</p>
<p>SpaßAmKlettern</p>	<p>Do</p>	<p>B.-Traven-Gemeinschaftsschule</p>	<p>Spaß am Klettern! Egal, wie jung oder alt du bist, ob du Einschränkungen hast oder keine, ob groß oder klein, Kletter-As oder noch nicht, bei uns soll jede*r seinen Spaß haben, wenn wir uns zum Klettern treffen. Das tun wir regelmäßig entweder am Spandauer Kletterturm oder in der Sporthalle der B.-Traven-Gemeinschaftsschule in Spandau-Falkenhagener Feld und zwar donnerstags zwischen 17:30 und 21:00 Uhr (außer in den Schulferien, dann nur auf Absprache draußen am Kletterturm Spandau). Bis 19 Uhr wird das Klettern unter der Anleitung von uns Übungsleiter*innen intensiv betreut und im Anschluss können alle, die Klettern und Sicherungstechniken beherrschen, bis 21 Uhr frei klettern. Von April bis Ende September gehen wir bei gutem Wetter an den Turm und genießen die frische Luft und das Urlaubsambiente am Spelkesee, in dem man auch baden kann. Willkommen sind ebenfalls alle, die das Sportklettern kennenlernen wollen und für das Probeklettern (Kosten: 20.- € pro Person, Familien 30.- €) können wir in der Sporthalle eine Kletterausrüstung zur Verfügung stellen. Kinder und Jugendliche bis 14 Jahren können gemeinsam mit einem Elternteil oder gleich mit der ganzen Familie teilnehmen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine vorherige Anmeldung über das Kontaktformular.</p> <p>Die Leitung dieser Gruppe haben Kai, Jörg, Andreas und Gerald</p>	<p>Schnupperklettern, Familien, Jugend</p>	<p>Kletter- ausrüstung</p>	<p>Kai Kasulke</p>

Klettergruppe Siebenschläfer	Do	Wechselnde Anlagen	Siebenschläfer könnten an sieben Tagen in der Woche klettern, wenn sie nicht gerade schlafen oder fauchen. Wir klettern drinnen und draussen, an allen Berliner Anlagen, auf und ab, erkunden das Umland und in der Freiluftsaison die Mittelgebirgstelsen.	Offenes Bouldern für erwachsene ACOB-Mitglieder	Bouldere Erfahrung	Tom Pfeifer
SpaßAmKlettern	Do	B.-Traven-Gemeinschaftsschule	Spaß am Klettern! Egal, wie jung oder alt du bist, ob du Einschränkungen hast oder keine, ob groß oder klein, Kletter-As oder noch nicht, bei uns soll jede*r seinen Spaß haben, wenn wir uns zum Klettern treffen. Das tun wir regelmäßig entweder am Spandauer Kletterturm oder in der Sporthalle der B.-Traven-Gemeinschaftsschule in Spandau-Falkenhagener Feld und zwar donnerstags zwischen 17:30 und 21:00 Uhr (außer in den Schulferien, dann nur auf Absprache draußen am Kletterturm Spandau). Bis 19 Uhr wird das Klettern unter der Anleitung von uns Übungsleiter*innen intensiv betreut und im Anschluss können alle, die Kletter- und Sicherungstechniken beherrschen, bis 21 Uhr frei klettern. Von April bis Ende September gehen wir bei gutem Wetter an den Turm und genießen die frische Luft und das Urlaubsumbiente am Spelktesse, in dem man auch baden kann. Willkommen sind ebenfalls alle, die das Sportklettern kennenlernen wollen und für das Probeklettern (Kosten: 20,- € pro Person, Familien 30,- €) können wir in der Sporthalle eine Kletterausrüstung zur Verfügung stellen. Kinder und Jugendliche bis 14 Jahren können gemeinsam mit einem Elternteil oder gleich mit der ganzen Familie teilnehmen. Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine vorherige Anmeldung über das Kontaktformular.	Freies Klettern	Kletterausrüstung, sicherer Umgang mit „Halbautomaten“ oder „Autotuber“	Kai Kasulke
Spiele-Gruppe	Do	Geschäftsstelle AlpinClub Berlin	Die Leitung dieser Gruppe haben Kai, Jörg, Andreas und Gerald	Gesellige Karten- und Brettspiele im Vereinshaus	keine	Sigrid Lengler
Kletterfreund*innen	Fr	Wechselnde Anlagen	Jeden ersten Donnerstag im Monat um 15 Uhr treffen sich Spiele-Begeisterte in unserer Geschäftsstelle. Neulinge sind willkommen. Nach einer Kaffeepause bilden sich die Spielgruppen; es wird gewürfelt und geschummelt und wenn sich drei finden, auch mal ein Skat gekloppt.	Internationale Gruppe von jungen bzw. Junggebliebenen Menschen aus aller Welt	Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse	Yong-Seong Kim
SeniorClimber 30+	Fr	Kletterhalle Hüttenweg	"Kletterfreunde*innen" ist eine internationale Gruppe von jungen bzw. junggebliebenen Menschen aus aller Welt: „Durch das gemeinsame Klettern wollen wir dazu beitragen, dass neue Freundschaften zwischen alten und neuen Berliner*innen entstehen und gemeinsam Spaß beim Klettern haben“.	Offenes Klettern für Pleasirkletterer ab 30	Toprope- oder Vorstiegs-Kenntnisse	Arno Behr

Wildlinge	Fr	Wechselnde Anlagen	Wir sind offen für alle Spielarten des Kletterns und Bergsteigens. Wir finden Draußen ist besser als Drinnen. Wir wollen miteinander Abenteuer erleben (und uns gut darauf vorbereiten).	Jugend-Klettern 10-18 Jahre	Toprope- oder Vorsteigs-Kenntnisse	Martin Hoppe
Wombats	Sa	Kletterhalle Hüttenweg	Unsere momentane Hauptaktivität ist das Klettern in der Halle. Wir feilen an unseren Fähigkeiten, machen Sicherungstraining, erlernen verschiedene Klettertechniken und haben einfach Spaß. Gelegentlich gehen wir auch draußen oder in anderen Hallen klettern. Außerdem besuchen wir andere Sektionen und fahren im Sommer zum Klettern in die Berge.	Jugend-Klettern 12-27 Jahre	Toprope- oder Vorsteigs-Kenntnisse	Magarete Zepfer
Familienbeisser	Sa	Kletterhalle Hüttenweg	Wir sind eine Gruppe bei der die ganze Familie in den Genuss des vertikalen Bergsports kommt. In der Regel treffen wir uns wöchentlich (außer in den Schulferien) in der Kletterhalle oder am Kletterfels und bieten euch ein Zeitfenster an, indem ihr mit euren Kindern klettern gehen könnt – und manchmal auch Schaukeln.	Eltern-Kind-Klettern für Kinder 0-10 mit Eltern	Toprope- oder Vorsteigs-Kenntnisse	Uwe Bormann



Grundlagenkurse im AlpinClub

Der AlpinClub bietet in Berlin vielfältige Grundlagenkurse zum Klettern, Bouldern, Orientierung, aber auch Kurse zu Ausgleichs- bzw. Mobilitytraining an.

Schaut unter: <https://www.alpinclub-berlin.de/Programm/Grundlagenkurse> nach, meldet euch direkt an oder lasst euch in die Interessent*innen-Liste eintragen, damit wir entsprechend planen können.

Für Kletteranfänger*innen ist der **Toprope-Kurs** gedacht.

Unterrichtsinhalte sind klettertechnische Grundfertigkeiten, das Anseilen, Partnercheck und Selbstkontrolle, die Partnersicherung, erste Fallübungen am Seil, die Seilkommandos und das Ablassen. Die Prüfung zum DAV-Indoorkletterschein Toprope ist inklusive.

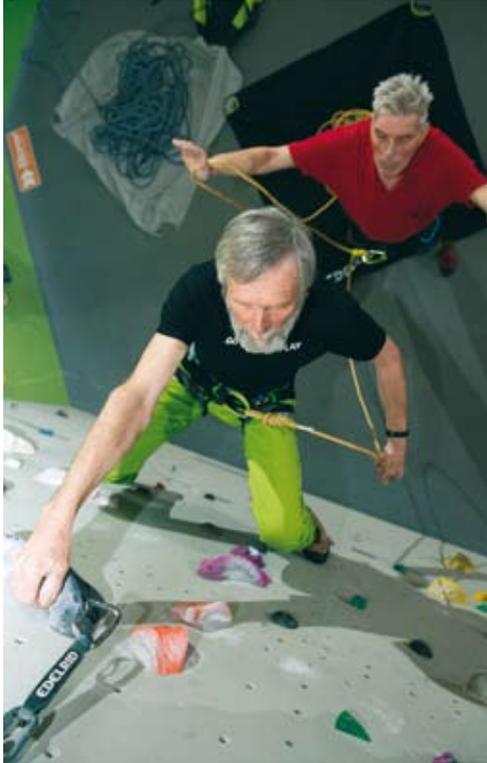
Diese Sicherungskurse gibt es in den Varianten turbulent, d.h. familienoffen auch mit jüngeren Kindern, die nur gesichert werden, und ruhiger, d.h. für Erwachsene. Bei alterstypischem Entwicklungsstand kann das Sichern etwa ab dem 10. Lebensjahr erlernt werden, wobei weiterhin eine Aufsicht erforderlich ist.

Wer das Topropen beherrscht, kann sich zum **Vorstiegs-Kurs** anmelden. Aufbauend auf den vorab genannten Inhalten geht es um das Klettern und Sichern im Vorstieg. Dazu gehören das Einhängen von Zwischensicherungen, das Erkennen und Vermeiden spezifischer Gefahren sowie Übungen zum Stürzen und Halten. Auch hier ist die Prüfung zum DAV-Indoorkletterschein Vorstieg inklusive.

Will man ohne Angst klettern und sein Können beim Sportklettern verbessern, so kommt man um ein **Sturz- und Sicherungstraining** nicht herum. Aufbauend auf vorhandener Vorstiegs-Erfahrung erhält man hier eine kleinschrittige Einführung in das Fall- und Sturztraining, was beim Abbau von Sturzängsten hilft und das Verletzungsrisiko an der Wand durch das richtige Verhalten

beim Sturz minimiert.

Draußen ist anders! Soll es dann von der Halle an den Fels gehen, ist der technische **Vorbereitungskurs Felsklettern** eine gute Wahl! Sichern mit HMS, Abseilen mit Acht und Tuber, Umbau / Fädeln am großen und kleinen Ring, einfacher Stand, Sichern von oben (Nachholen), sowie vielerlei Besonderheiten des Vorstiegs am Fels sind dabei. Der Kurs dient als Vorbereitung zum DAV-Outdoorkletterschein.



Verletzungen sind beim Bouldern häufiger als seilgesichert. Zur Verringerung des Risikos bieten wir euch den Kurs **Kleine Fallschule beim Bouldern**. Auch Langzeitschäden lassen sich durch das Abtrainieren von ungeeigneten Reflexen und das Training von hilfreichen Methoden erheblich verringern.

Überlastungen und Verletzungen durch Klettern und Bergsport haben häufig mit einer unpassenden Trainingsplanung zu tun. Grundlagen und praktische Übungen für ein sinnvolles **Ausgleichstraining** sind Inhalte des Kurses.

Wie viel Beweglichkeit beim Klettern benötigen wir wirklich? In welchen Bereichen ist Beweglichkeit effektiv, um verletzungsfrei und besser zu klettern und wie können wir sie erreichen? Hier lernt ihr die Grundlagen

des **Mobilitytrainings** zu verstehen und erlernt praktische Übungen fürs eigene Training.

Ihr wollt nicht mehr nur per App mit dem Smartphone in den Bergen unterwegs sein? Dann ist unser **Grundlagenkurs zur Orientierung** mit Karte, Kompass und Höhenmesser euer Ding. Ziel ist das Beherrschen von Grundlagen der Kartenkunde und der Orientierung im Gelände und der sichere Umgang mit dem Kompass und dem Höhenmesser.

Tom und Brigitte



Verschiedene Autoren

Wohin geht die Reise 2024

Mairdumont GmbH, Reiseführer, 1. Auflage 2024

192 Seiten mit zahlreichen Fotos, Preis 12,00 €.

Die MARCO POLO

Reiseexpert*innen haben erneut gewählt und präsentieren in diesem Buch vierzig spannende Reisetrends für das kommende Jahr. Unterteilt in vier Kategorien wird dieses Jahrbuch zur perfekten Inspiration:

Noch unentdeckt: Diese Ziele hat bisher kaum jemand auf dem Schirm.

Neuer Glanz: Hier gibt es etwas Neues zu entdecken, wird neu gedacht oder sich sogar neu erfunden.

2024 erleben: Openings, Events und Partys.

Nachhaltig: Wo und wie ist 2024 nachhaltiges Reisen möglich.

Pro Kategorie enthält der Guide ca. zehn Trends, gegliedert in Deutschland/Österreich/Schweiz, Europa und die Welt, die mit großformatigen Fotos und einem knackigen Text vorgestellt werden, gefolgt von jeweils drei Tipps unter den Headlines to do und to see. Abgerundet werden die Themen mit praktischen Informationen zu Land, Sprache, Einwohner, Währung, Anreise, Beste Reisezeit und Budget-Skala.



Dirk Heckmann und Sebastian Homann

Irland: Wild Atlantic Way

Conrad Stein Verlag GmbH, Routenführer, 2. Auflage

2023, 224 Seiten, 48 farbige Abbildungen,

25 Karten, 1 Übersichtskarte in der Umschlagklappe,

Preis 16,90 €.

Die Straßen entlang der Atlantikküste im Westen Irlands gibt es schon lange. Nun hat man sie zu einer gut ausgeschilderten Küstenstraße zusammengefügt und so eine 2.500 km lange, spektakuläre Route von Kinsale im Süden bis nach Malin Head, dem nördlichsten Punkt

Irlands, kreiert: den Wild Atlantic Way. Was es unterwegs zu entdecken gibt, verrät dieser neue Reiseführer. Rau, zerklüftete Klippen, endlose einsame Strände.

Irlands höchste Berge, die ältesten Wälder und verwunschene Buchten bekommen Reisende entlang der Straße zu sehen; kleine Ortschaften mit bunten Häusern und urigen Pubs, Fischerdörfer, Schlossruinen, alte Friedhöfe und Kirchen warten darauf, besucht zu werden. Und überall grünt es, weiden Schafe, Kühe, Pferde und Esel auf den Wiesen.

Detailliert zeigt ihr Buch auf, wo ein Stopp lohnt, wo es die schönsten Rast- und Campingplätze gibt, wann die nächste günstige Tankstelle kommt und was es in den Orten entlang des Weges Sehenswertes zu entdecken gibt.

Margit Hiller

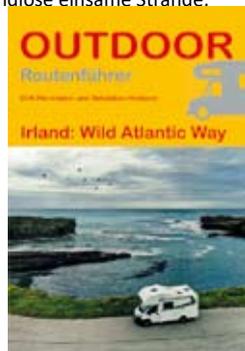
Blumenwanderungen

Bayerische Alpen

Rother Bergverlag, Wanderbuch, 1. Auflage 2023

240 Seiten mit 262 Fotos, 35 Höhenprofile, 30 Wanderkärtchen 1:50.000, sowie 1 Übersichtskarte, GPS-Tracks zum Download, Preis 18,90 €.

Das Edelweiß kennt jedes DAV-Mitglied und den blauen Enzian auch, denn den Besuch Heinrich bereits vor 40 Jahren. Was sonst noch so am Wegesrand blüht, beschreibt dieses neue Buch, denn die bunten Blumenwiesen in den Alpen bereichern jede Wanderung. Dort blüht es von der Schneeschmelze im Frühling bis weit in den Spätherbst, und die Artenvielfalt ist immens. 30 blütenreiche Wanderungen führen von den Lechtalern bis ins Chiemgau und ins bayerische Alpenvorland. Sie reichen von sonnen- und sumpfreichen Bergwiesen bis zu windexponierten und kargen Felsen. Das Buch stellt abwechslungsreiche Touren für jeden Geschmack vor – gemütliche Spaziergänge, ausge-



dehnte Wanderungen und anspruchsvolle Bergtouren. Die Wanderungen verfügen über zuverlässige Wegbeschreibungen, Wanderkärtchen mit Routenverlauf und aussagekräftige Höhenprofile.

Alessio Conz – Renato Bernard

Sella rock

255 Mehrseillängenrouten in der Sellagruppe

Verlag Versante Sud, Milano, Kletterführer in deutscher Sprache, 1. Auflage 2023
384 Seiten mit zahlreichen Fotos, Kartenausschnitten und Topos mit eingezeichneten Routen, Preis 38,00 €.

Die Sellagruppe ist einfach gigantisch: Sie beherbergt Hunderte und Aberhunderte von Routen.

Allein über die berühmten Torri und den Piz Ciavazes ließe sich eine Monographie schreiben, aber die Sellagruppe besteht nicht nur aus dem Piz Ciavazes, woran die gewaltige Wand des Sass Pordoi erinnert; und dann braucht man nur noch am Sellapass um die Ecke biegen, um sich vor den schattigen Wänden der Nordflanke wiederzufinden, unter den imposanten Sportkletter-Platten von Cansla entlang gehen und mit Ehrfurcht auf die Wände der Mesule blicken, eine „bohrhakenfreie Zone“ par excellence. Ein kleines Stück weiter bietet der Klettergarten von Frea mit seinen Mehrseillängen wieder eine entspannere Atmosphäre, aber die Wände des Sass dla Luessa bringen uns zurück zum klassischen Alpinismus. Gleich danach bieten die gewaltigen Wände von Pisciadù und Torre Brunico die Möglichkeit, sich an klassischen und sportlichen Top-Touren zu versuchen. In Colfosco bietet die Faccia oscura della luna, die Dunkle Seite des Mondes, mittlerweile nicht weniger als 15 Sportrouten des unermüden Roly Galvagni, während die letzte in diesem Führer vorgestellte Ecke dieses Felsenparadieses die Wände um Vallon sind, in der Nähe der Kostnerhütte.

Thorsten Hoyer

Malerweg

Conrad Stein Verlag GmbH, Wanderführer, 4. Auflage 2023

96 Seiten, 35 farbige Abbildungen, 10 Karten, 8 Höhenprofile, 1 Übersichtskarte in der Umschlagklappe, GPS-Tracks zum Download, Preis 10,90 €.

Schon im 18. Jahrhundert hatte die Sächsische Schweiz

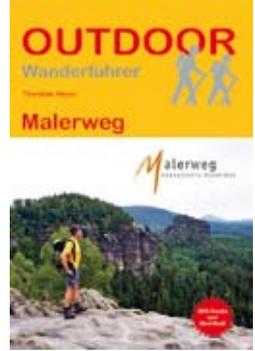


begeisterte Fans: Künstler wie Caspar David Friedrich und Adrian Zingg waren von der Felsenlandschaft fasziniert und ließen sich von ihr zu wunderschönen Gemälden inspirieren.

Ihren Spuren folgen wir heute auf dem knapp 120 km langen Malerweg. Eine detaillierte Beschreibung dieser Route liefert dieser Wanderführer.

Von Pirna-Liebethal führt der Malerweg in 8 Tagesetappen bis kurz vor die tschechische Grenze und auf der anderen Seite der Elbe zurück nach Pirna.

Immer wieder geht es an spektakulären Aussichtspunkten vorbei, von denen sich fantastische Ausblicke auf Felsen, Wälder und die Elbe bieten. Auch Sehenswürdigkeiten wie die überragende Festung Königstein und die weltbekannte Bastei liegen direkt am Weg. Wissenswertes zu den Besonderheiten am Wegesrand fehlt dabei ebenso wenig wie praktische Infos zu Unterkünften und Einkehrmöglichkeiten.



Mark Zahel

Alpine Klettersteige Ostalpen

Rother Bergverlag, Selection, 2. Auflage 2024

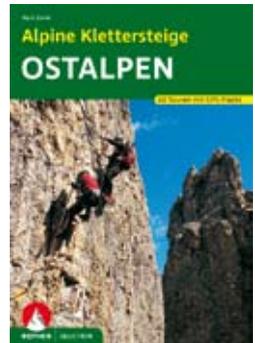
296 Seiten mit 219 Fotos, 70 Höhenprofile, 70 Tourenkarten 1:40.000, 1:50.000 und 1:75.000, sowie 1 Übersichtskarte, GPS-Tracks zum Download, Preis 24,90 €.

68 alpine Klettersteige in den Ostalpen präsentiert das

Buch; es stellt jedoch nicht ausschließlich die Klettersteige in den Mittelpunkt, sondern auch das ganze »Drumherum«, das dazu gehört: das Berg-Erleben, die

landschaftliche Schönheit und die Aussichten – einfach die »große Bergtour«. Hinsichtlich der Anforderungen liegt eine ausgewogene Mischung vor, mit Schwerpunkt im mittleren

und gehobenen Niveau. Einsteigertouren sind aber ebenso vertreten, wie ein paar richtig schwierige Steige. Der Autor hat hier die schönsten und spannendsten Klettersteige aus dem gesamten Ostalpenraum zusammengestellt – 68 ausgearbeitete Touren mit mehr als



100 einzelnen Steigen. Die Tourenbeschreibungen verfügen über kompakte Kurzfis, differenzierte Schwierigkeitsbewertungen, exakte Routenbeschreibungen, Höhenprofile und Tourenkarten mit eingetragendem Routenverlauf.

Diego Filippi – Fabrizio Rattin

Leichtes Bergsteigen in Trentino-Südtirol

Normalwege und Gratwanderungen Band.2 – Östliche Täler

Band 1 hatten wir hier in Heft 1/2023 vorgestellt – nun folgt Band 2.

Verlag Versante Sud, Milano, Wanderführer in deutscher Sprache,

1. Auflage 2023

592 Seiten mit zahlreichen

Fotos, sowie Kartenausschnitten und Topos mit eingezeichneten Routen, Preis 45,00 €.

Auch wieder ein beeindruckendes Werk, ein wahres Traumbuch für Liebhaber von Gipfelbesteigungen:

249 ausgewählte Touren

auf die schönsten und eindrucksvollsten Gipfel von 43 Gebirgsgruppen.

Dieser Band stellt 116 Touren in den 24 Berggruppen östlich des Etschtals vor: Breonie di Levante, Aurinische Alpen, Prettaufer Berge, Pfunderer Berge, Rieserfernergruppe, Gsieser Berge, Puez-Geisler-Gruppe, Fanes-Senes-Prags-Gruppe, Sextener Dolomiten, Rosengarten, Sellastock/Langkofel, Latemar-Gruppe, Marmolada, Cima-Bocche-Kette, Lagorai-Kette, Cima-d'Asta-Gruppe, Palagruppe, Feltriner Dolomiten, Schiara-Gruppe, Zwölferkofel-Kette, Kleine Dolomiten, Grappastock, Col-Nudo-Cavallo-Gruppe und Lessinische Berge.

Alle vorgeschlagenen Touren wurden nach Panorama und Schwierigkeit ausgewählt. Es gibt nur wenige Routen mit Kletter-Schwierigkeiten über dem II. Grad, aber nicht alle Touren sind einfache Wanderungen: einige erfordern Hochtouren-Kenntnisse für Gletscherüberquerungen, die Verwendung eines Klettersteigsets oder das Zuhilfenehmen der Hände.

Michael Hennmann



GPS

Grundlagen · Tourenplanung · Navigation

Conrad Stein Verlag GmbH, Basiswissen, 2.Auflage 2023

160 Seiten, 269 farbige Abbildungen, Preis 12,90 €.

Ganz ohne Orientierungsprobleme macht die nächste Wanderung oder Fahrradtour einfach mehr Spaß. Ein GPS-Gerät

ist schnell gekauft, die Outdoornavigation aber viel komplexer, als man zunächst denkt. Dieses neue Buch eröffnet den unkomplizierten Einstieg in die GPS-Welt. Schritt für Schritt erklärt der Autor, was am GPS-Gerät und am PC zu tun ist, um die nächste Wanderung, Radreise oder Kanutour zu planen. Nach einer kurzen Einführung gibt er einen Überblick über verschiedene Geräte und ihre Ausstattung und damit wichtige Infos für die Kaufentscheidung. Dann werden die grundlegende Handhabung, die Menüstruktur und die wichtigsten Einstellungen des GPS-Geräts vorgestellt, bevor es mit der eigentlichen Tourenplanung losgeht: Wie speichert man den eigenen Standort? Wie funktioniert das Auto-Routing? Und wie überträgt man einen Track vom PC auf das GPS-Gerät? All das und einiges mehr wird leicht verständlich erklärt.

Rolf Goetz

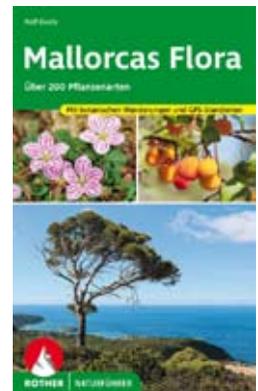
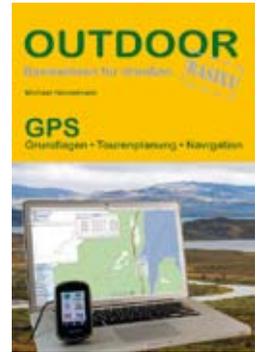
Mallorca Flora

Rother Bergverlag, Naturführer, 1. Auflage 2023

264 Seiten mit 524 Fotos, 9 Wanderkärtchen 1:50.000 und 1:75.000, sowie 1 Übersichtskarte, Preis 16,90 €.

Überall auf Mallorca sind opulente Blütenesschichten, mediterrane Zwergsträucher und exotische Ziergewächse zu sehen, und es duftet nach Rosmarin, Lavendel und Zistrose. Dieser Naturführer stellt die schönsten Pflanzen

auf Europas beliebtester Ferieninsel vor. Leicht verständlich und reich bebildert werden über 200 Pflanzenarten, die auf der Sonneninsel



im Mittelmeer gedeihen, vorgestellt. Elf Gartenspaziergänge und leichte Wanderungen garantieren botanische Entdeckungen. Die zuverlässig beschriebenen Wanderungen führen zu den Pflanzen in ihren Naturräumen. GPS-Daten zu den Pflanzen-Standorten erleichtern dabei die Suche. Vorgestellt werden zudem botanische Gärten und Parks auf Mallorca, in denen sich die Pflanzen ganz einfach bewundern lassen.

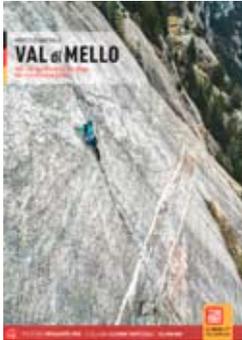
Niccolò Bartoli

Val di Mello

Verlag Versante Sud, Milano, Kletterführer in deutscher Sprache, 1. Auflage 2023

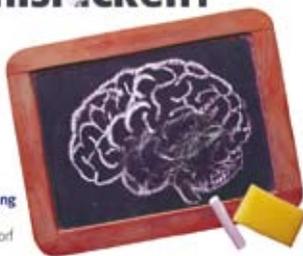
400 Seiten mit zahlreichen Fotos, sowie Kartenausschnitten und Topos mit eingezeichneten Routen, Preis 38,00 €.

Kein anderes Tal der Alpen in der Lombardei kann es mit dem Val di Mello aufnehmen. Oben steile Wände, unten eine ebene Talsohle, durchzogen vom türkisblauen Wasser des Wildbachs. Und ein legendärer Ort in der Geschichte des Kletterns: Hier hat in den 70er Jahren eine Gruppe junger Leute das Klettern quasi neu erfunden und Routen in einst unmöglichen Wänden geschaffen, inmitten einer imposanten und mächtigen Natur. Auch davon handelt dieser Führer. Ein Buch mit langem Atem, in dem jede Route mit ihrem Charakter und ihrer Kraft dargestellt wird, egal ob Pionierarbeit oder noch ganz junges Werk. Von einigen der Pioniere gibt es schriftliche Zeugnisse, die von einer Zeit erzählen, in welcher der Alpinismus und die Art, ihn zu leben, komplett revolutioniert wurden – die Wiege des freien Kletterns in Italien ist im Val di Mello zu finden.



Erinnerung an unsere Sektionsfahrt 2023, Besuch bei Donald Duck

Gedächtnislücken?



Alzheimer Forschung
Initiative e.V.
Kreuzstraße 34 · 40210 Düsseldorf
www.alzheimer-forschung.de

Alois Alzheimer entdeckte 1906 eine Krankheit, an der heute 1,2 Millionen Menschen leiden. Zwei Symptome sind Gedächtnislücken und Orientierungsschwierigkeiten.

Wir informieren Sie kostenlos. Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an!

0800 / 200 400 1

(gebührenfrei)

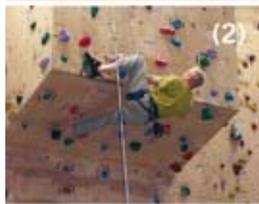
Unsere Kletteranlagen

INDOOR

(1) Kletterhalle Hüttenweg,
Dahlem, Hüttenweg 43 in 14195
Berlin
Arno Behr, 0172 390 36 90



(2) Klettersportzentrum Spandau,
Sporthalle der B.-Traven-Ober-
schule, Remscheider Straße
Geschäftsstelle 030/ 34 50 88 04



OUTDOOR

(3) Monte Balkon (15 m, ver-
schlossen, siehe Randspalte),
Hohenschönhausen, Ribnitzer
Straße, Ecke Hohenschönhauser
Weg
(S 75, Bus X54 oder 154
M4 oder M5)



(4) Schwedter Nordwand, Mau-
erpark (15 m, verschlossen, s.
Randspalte), Prenzlauer Berg,
Schwedter Str. (S 1, 2, 8, 9, 25,
41, 42, 85, U2, U8, Tram M1, Bus
247, alles mit Fußweg)
Max Kant, 0157 / 71 91 63 73
und Yong-Seong Kim



(5) Wuhletalwächter (17 m),
Marzahn, Havemannstraße, Ecke
Kemberger Straße
(S 7, Bus 197, Tram M8, 16)
Frank Wolter, 0177 / 365 08 72



(6) Spandau (18,5 m, ver-
schlossen, siehe Randspalte),
Falkenhagener Feld, Großer Spek-
tesee (Bus 237 Dyrotzer Straße,
Fußweg)
Gudrun & Gerald Petrasch
0152 / 28 87 01 63



zur Zeit gesperrt

Schlüssel-Ausleihe

Für die Nutzung der Outdoor-Kletteranlagen des AlpinClub Berlin ist die Online-Reservierung (<https://actionconcrete.de/>) eines Tickets notwendig.

Ein Teil der Kletteranlagen des AlpinClub Berlin ist verschlossen. Die Schlüsselvergabe erfolgt ausschließlich an DAV-Mitglieder über die Registrierung beim Onlinesystem von actionconcrete.de, zugestellt werden die Schlüssel per Post. Der Schlüssel passt für alle Anlagen. Es wird eine Kautions von 25 € für jeden Schlüssel erhoben, bei Verlust des Schlüssels wird diese nicht zurückerstattet. Für jedes Kalenderjahr (01.01. bis 31.12.) wird eine Gebühr von 10 € fällig. Die Freischaltung des Schlüssels erfolgt nach Zahlungseingang. Mit der Ausleihe erkennt der Ausleiher die Benutzungsordnung für die Kletteranlagen des AlpinClub Berlin an.

Änderungen

bei Adresse, Familienstand und -ganz wichtig- bei Ihrer Bankverbindung melden Sie bitte nur uns, dem AlpinClub Berlin und nicht der Bundesgeschäftsstelle in München. Zusätzliche Kosten die uns entstehen, müssen wir im Interesse aller an die betreffenden Mitglieder weitergeben.

Kündigungen

sind nur zum Jahresende möglich und müssen bis zum 30.09.d.J. in Textform entsprechend den gesetzlichen Vorgaben erfolgen; die Kündigungen werden kurzfristig von uns bestätigt. Achten Sie auf diese Bestätigung und fragen gfs nach. Spätere Reklamationen dürfen wir nicht mehr berücksichtigen. Das gilt auch beim Übertritt in eine andere Sektion während des laufenden Jahres.

AlpinClub Berlin

Geschäftsstelle

Spielhagenstr. 4, 10585 Berlin (Charlottenburg)
Tel. 030 / 34 50 88 04 - Fax 030 / 34 50 88 05
E-Mail: alpinclub.berlin@t-online.de
Internet: www.alpinclub-berlin.de
Postbank NL Berlin - BIC: PBNKDEFF100
IBAN: DE74100100100047381101

Öffnungszeiten

Auskünfte (Ausleihe ohne Beratung)
Montag und Donnerstag von 16 bis 19 Uhr
Dienstag von 16 bis 18 Uhr, Freitag von 14 bis 16 Uhr
Mittwoch geschlossen

Verkehrsverbindungen

U2/U7 bis U-Bhf Bismarckstraße, Bus 109 bis Bismarck-/Kaiser-Friedrich-Straße

Ansprechpartner

1. Vorsitzender	
Arno Behr	030 / 344 97 54
2. Vorsitzende	
Gabriele Wrede	033201/44127
Schatzmeister	
Uwe Prahtel	030 / 946 26 39
Mitgliedsbeiträge, Mitgliederverwaltung	
Geschäftsstelle	030 / 34 50 88 04
Redaktion & Anzeigen BERLIN ALPIN	
Gerd Schröter	030 / 746 16 15
Ausbildung	
N.N.	
Jugendreferentin	
Louise Zepfer	0176 / 70224702
Kletterturm Marzahn	
Frank Wolter	0177 / 365 08 72
Kletterturm Mauerpark	
Max Kant und Yong-Seong Kim	0157 / 71 91 63 73
Kletterturm Spandau	
Gudrun & Gerald Petrasch	0171 / 41 52 055
Kletteranlage Hüttenweg	
Arno Behr	0172 / 390 36 90
Klettersportzentrum Spandau	
Andreas Niemoth	0160 / 98 76 90 51
Familiengruppe	
Jens Breidenstein	0151 / 58 15 56 13
Kinder- und Jugendschutz	
Gudrun Petrasch	0157 / 58 23 07 01
Familien	
Gudrun Petrasch	0157 / 58 23 07 01

Wir trauern um

Frau Margot Pierza und Herrn Siegfried Pierza

die im Alter von 83 und 84 Jahren im August verstorben sind.

Wir werden ihr Andenken in Ehren halten.

Mitgliedsbeiträge

Die Mitgliedsbeiträge sind Jahresbeiträge und betragen 2024 für das

A-Mitglied ¹⁾	79,- EUR ⁸⁾
B-Mitglied ²⁾	45,- EUR ⁸⁾
C-Mitglied ³⁾	30,- EUR ⁹⁾
D-Mitglied ⁴⁾	48,- EUR ¹⁰⁾
Kinder und Jugendliche ⁵⁾	40,- EUR ⁹⁾
Familien ⁶⁾	124,- EUR ⁹⁾
Alleinerziehend ⁷⁾	79,- EUR ⁹⁾

- A-Mitglieder, die aus einem nachweisbaren Grund über ein nur geringes Einkommen verfügen, erhalten auf Antrag eine Ermäßigung auf 45,- EUR; der Nachweis muß jährlich wiederholt werden.
- B-Mitglieder sind auf Antrag Ehe-/Lebenspartner eines A- oder B-Mitgliedes des ACB, oder Senioren ab 70 Jahre (auch nur auf Antrag).
- C-Mitglieder müssen ihre Erstmitgliedschaft in einer anderen Sektion des DAV, ÖAV oder AVS durch Vorlage des gültigen Mitgliedsausweises jedes Jahr neu bis zum 28.02. nachweisen.
- Junioren sind Mitglieder von 18 bis 24 Jahre.
- Kinder und Jugendliche sind Mitglieder bis 17 Jahre.
- Familien (nur auf Antrag) bestehen aus zwei Elternteilen und beliebig vielen zum Haushalt gehörenden Kindern bis 17 Jahre. Voraussetzung: gleiche Anschrift, gleiche Sektion.
- Alleinerziehende bestehen aus einem Elternteil (A-Mitglied) und beliebig vielen, zum Haushalt zählenden Kindern bis 17 Jahre. Voraussetzung: gleiche Anschrift, gleiche Sektion.
- Aufnahmegebühr (einmalig) 11,- EUR
- keine Aufnahmegebühr
- Aufnahmegebühr (einmalig) 3,- EUR

Beitragsrechnungen bzw. Zahlungsaufforderungen werden nicht versandt.

Bei Zahlungen nach dem 31.01. eines Jahres wird je Mitglied ein Säumniszuschlag von 5,- EUR fällig. Wer seine Zahlung nicht vergessen will, sollte uns eine Einzugsermächtigung erteilen.

Wer seinen Ausweis trotz Zahlung bis zum 20.03. nicht erhalten hat, soll uns dies bis zum 30.04. melden; er erhält dann kostenlos einen Ersatzausweis.

Für danach verloren gegangene Ausweise können wir auf Wunsch zu einem Kostenbeitrag von 2,50 EUR einen Ersatzausweis ausstellen.

Bitte beachten Sie, daß Ein- oder Umstufungen zu B-Mitgliedern oder in eine Familienmitgliedschaft nur auf zusätzlichen Antrag hin erfolgen können. Dies ist ohne eine ausdrückliche Willenserklärung des betreffenden Mitglieds nicht möglich.





Pension Danler

www.pension-danler-stubai.at
 Oberplövenweg 4 * A-6165 Telfes
 Stubaital/Tirol
 Tel. 0043 / 5225 / 62 476
 Fax 0043 / 5225 / 62 476 / 13
 E-Mail: heidi@hausdanler.at
 Alle Zimmer mit Du/WC
 und Balkon/Terrasse;
 WLAN im Haus

5% Rabatt für Mitglieder
 des AlpinClub Berlin (Ü/F)



Dampflokomotiven
 (alle von Pixabay, die Fotografen
 in Klammern dahinter)
 Von links oben nach rechts unten:
 Japan (12019)
 Fichtelbergbahn (Miriam Müller)
 England (12019)
 Hogwarts-Express (MW)
 Harzquerbahn (Gerald Friedrich 2)
 Alaska Skagway (x)
 Rasender Roland (Fialex)
 Brockenbahn (Sabine Kroschel)

