

# Natur erleben

Naturfreunde Tirol



**Skitouren Lawnenkurse**  
**Eisklettern Schneeschuhwandern**  
**Klettern in der Halle ...**



## SKITOURENKURSE

Du erlernst solide Tourenplanung & Standardmaßnahmen.  
Du schätzt Risiken ein, reflektierst Dynamiken in der Gruppe und erweiterst deine Entscheidungskompetenz.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## NOTFALL LAWINE & LVS-TRAINING

Bei der Kameraden-Rettung entscheiden Minuten. Hol dir Know-How zur Ausrüstung und übe die korrekte Handhabung. Optimierte die Abläufe und trainiere die Suche.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## GEMEINSAM ON TOUR

Übungs-Skitouren, Schneeschuh-Wanderungen. Von den Erfahrungswerten unserer Instruktor\*innen profitieren, Gelerntes festigen und offene Fragen diskutieren.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## Naturfreunde Infobüro

Bürgerstrasse 6, 6020 Innsbruck  
Tel. +43 (0)512 – 584144

[tirol@naturfreunde.at](mailto:tirol@naturfreunde.at)  
[www.tirol.naturfreunde.at](http://www.tirol.naturfreunde.at)

[f naturfreunde.tirol/](https://www.facebook.com/naturfreunde.tirol/)  
[f naturfreunde.teamalpintiro/](https://www.facebook.com/naturfreunde.teamalpintiro/)



## VORTRÄGE & WORKSHOPS

Von Profis lernen. Erfahrungen austauschen. Das NF-Team Alpin und externe Fachleute vermitteln schnee- und lawinenkundliches Basiswissen und bereinigen Irrtümer.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## YOGA & ACRO-YOGA

Auszeit beim Yoga in der Kleingruppe – der bewusste Umgang mit dem Körper und ein gesunder Wechsel zwischen An- und Entspannung.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## INDOOR-KLETTERN & BOULDERN

Klettern mit den Naturfreunden in Telfs, Axams, Innsbruck, Wattens, Schwaz, Jenbach, Wörgl – familiär & gesellig, zum Trainieren, Kommunizieren, Chillen und und und...

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## VEREIN(S)LEBEN – KOMM INS TEAM

Es gibt viele interessante Möglichkeiten sich im Verein zu engagieren: Mit Gruppen unterwegs sein, kids & teens begeistern, Umwelt-Projekte begleiten sowie Hütten und Wege warten.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## AUSRÜSTUNGS-VERLEIH

- ▶ **Sicherheitsausrüstung:** LVS-Gerät, Sonde, Schaufel
- ▶ Schneeschuhe & Gamaschen
- ▶ Hochtouren-Ausrüstung: Steigeisen & Pickel
- ▶ Kletter- und Klettersteigausrüstung
- ▶ Kletter-Topos, Wander- und Skitourenführer



## SKIHOCHTOUREN & -KURSE

Wissen für Gletscher-Skitouren aneignen und vertiefen. Gemeinsam im Hochgebirge unterwegs sein. Die winterliche Königsdisziplin.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)



## GRILL'N'CHILL & EISKLETTERN

Cooler Abenteuer erleben: Klettern an gefrorenen Wasserfällen und Eiszapfen oder eine (Schneeschuh-)Wanderung mit gemütlicher Feuerstelle und Bratpfel im Schnee.

[tirol.naturfreunde.at](http://tirol.naturfreunde.at)

