



**Skitouren- &
Wintersportprogramm**
Naturfreunde Wien **2022/2023**

Inhalt

Skitouren	Seite	5
Skihohtouren	Seite	8
Ski- und Tourenreisen	Seite	9
Alpinski & Langlauf	Seite	10
Alpenschule	Seite	12



Bei allen unseren Ski- & Schneeschuhtouren/Freeriden ist folgende Ausrüstung Pflicht!

- o modernes 3-Antennen-LVS-Gerät
- o Lawinensonde
- o Tourenskischuhe
- o Helm
- o Biwacksack
- o Lawinenschaufel
- o Touren/Ski/Sneeschuhe + Stöcke
- o Steigfelle + Harscheisen
- o Rucksack
- o Notfallapotheke



D. Palmberger

Liebe Skitourenbegeisterte!

Letzte Saison durften wir wieder Touren führen und die Begeisterung für Skitouren hat weiter zugenommen. Dennoch müssen wir leider immer noch damit rechnen, in der folgenden Saison auf diverse Einschränkungen (3G) Rücksicht zu nehmen.

Das hat uns aber nicht davon abgehalten, wieder ein gut gefülltes Programm zu erstellen, welches laufend online ergänzt werden wird. Wir hoffen, dass für jeden von euch etwas Passendes dabei ist.

Unser Skitourenopening wird einem Festival-Wochenende weichen, wo ihr diverses Skitourenmaterial testen könnt. Diesmal findet dieses im Februar, am 4.2. und 5.2.2023, wieder im Skigebiet Brunnalm/Hohe Veitsch statt. Die genauen Details gibt es natürlich wieder auf der Homepage der Naturfreunde Wien!

Eure Wiener Skitourenguides



Dipl.-Ing. Dr. Dieter Palmberger
Alpenschule Naturfreunde Wien

Kleiner Skitouren-Leitfaden

SCHWIERIGKEITSERKLÄRUNG

Die folgenden Definitionen sind eine Richtlinie (farbliche Boxen), Abweichungen sind möglich:

- leicht** Aufstiegszeiten 2–2,5 Stunden, max. 800 Hm, leichte Abfahrten
- mittel** Aufstiegszeiten von 2,5–4 Stunden, 900–1200 Hm, steilere Abschnitte und/oder Waldabfahrten
- schwer** Aufstiegszeiten von 2,5–6 Stunden, 800–1500 Hm, größtenteils steilere Abfahrten, sicheres Abfahrtskönnen bei allen Schneearten

ANMELDEMODUS

Alle unsere Touren sind online auf unserer Homepage unter **Veranstaltungen** zu finden. Bei Tagestouren erfolgen die Anmeldungen meist direkt über den „**online anmelden**“-Button, bei den Mehrtagestouren und Reisen sind die Anmeldemodi auf der jeweiligen Homepage zu finden. Für die Teilnahme bei den Veranstaltungen ist eine Mitgliedschaft bei den Naturfreunden erforderlich, einmaliges Schnuppern ist möglich.

TOURENKOSTEN

Für unsere Mehrtagestouren sind die Kosten hier im Heft und online ausgewiesen. Für die Tagestouren ist ein geringer Beitrag von € 10,- bis € 25,- vorab zu zahlen, um die Teilnahme zu sichern. Die Kosten sind bei den jeweiligen Touren online ersichtlich.

PROGRAMMÄNDERUNGEN

Da Skitouren stark vom Wetter und der Lawinensituation abhängen, können wir die genaue Einhaltung nicht garantieren. Die Entscheidung über Änderungen bzw. Absagen bleibt dem*der jeweiligen Verantwortlichen vorbehalten. Aus Wetter- oder Sicherheitsgründen oder für von dem*der Teilnehmenden selbst verschuldete unterbliebene Touren können keine Ersatzansprüche geltend gemacht werden. Mehrkosten sind von dem*der Teilnehmenden zu tragen, Guthaben werden rückerstattet. Stornobedingungen findet ihr bei den Tourenanmeldungen!

HAFTUNGSBESCHRÄNKUNG

Unsere Übungsleiter*innen und Instruktor*innen (Skitouren, Skihochtouren) sind hervorragend ausgebildet. Im Bergsport besteht ein erhöhtes Unfall- und Verletzungsrisiko, das auch bei umsichtiger Betreuung durch die ÜL/IS nicht vollkommen ausgeschlossen werden kann. Dieses alpine und allgemeine Restrisiko muss der*die Teilnehmende tragen. Sicherheitsrelevante Anordnungen sind zu beachten sowie Eigenverantwortlichkeit, welche zum sicheren Gelingen der Touren beitragen.

Skitouren - Tagesskitouren Eine kleine Auswahl - mehr folgen online

Wr. Hausberge - monatlich

Anfängertaugliche Tagestour je nach Schneelage und Wetter! Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Penzing

Wann: 18.12.2022, 21.1., 25.2.,
18.3., 22.4., 20.5.2023

Anmeldung: HP der NF Penzing

Skitouren für Junggebliebene

Mittelschwere Tagestour je nach Schneelage und Wetter! Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Rudi Schicker

Wann: 19.1., 7.2., 7.3.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Gemütlich in die Wr. Hausberge

Anfängertaugliche Tagestour je nach Schneelage und Wetter! Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Irene Schicker

Wann: 15.1.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Mürzsteger Alpen

Schöne, leichte Tour in den Mürzsteger Alpen. Gute Technik auf der Piste als Voraussetzung.

Wer: Gerhard Plunder

Wann: 20.1.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Mürzsteger Alpen

Anfängertaugliche Tagestour je nach Schneelage und Wetter! Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Rudi Schicker

Wann: 28.1.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Veitsch - Testivaltour

Mittelschwere Tagestour, z. B. Veitsch, je nach Schneelage und Wetter! Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Irene Schicker

Wann: 4.2.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Mürzsteiger Alpen

Schöne, mittelschwere Tour in den Mürzsteiger Alpen. Gute Technik auf der Piste als Voraussetzung.

Wer: Gerhard Plunder

Wann: 18.2.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Hohe Veitsch

Tagestour je nach Schneelage und Wetter. Entweder Schallerrinne oder Bärengaben. Toureninformation rechtzeitig online.

Wer: Rudi Schicker

Wann: 19.2.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Schneeberg

Der Klassiker am Alpenostrand! Aufstieg über Fadensteig, Abfahrt über eine der Rinnen. Wetter- und schneeabhängig!

Wer: Rudi Schicker

Wann: 11.3.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Rax

Ein weiterer Klassiker in den Ostalpen. Aufstieg über den Waxriegelkamm, Abfahrt z. B. Nazrinne. Wetter- und schneeabhängig!

Wer: Irene Schicker

Wann: 12.3.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Firnfahrten im Frühjahr

Je nach Bedingungen Firnabfahrten im Frühjahr/Frühsummer, z. B. Rax - Langermann Rinne. Wetter- und schneeabhängig!

Wer: Irene Schicker

Wann: 6.5.2023

Anmeldung: HP der NF Wien

Weitere Touren mit unseren Guides Karin Zebenhöfer, Dieter Palmberger & Co werden laufend online gestellt!

<https://wien.naturfreunde.at/events/>

Skitouren - Mehrtagestouren

Johnsbach/Gesäuse

Der Nationalpark Gesäuse hat noch weitgehend naturnahe Landschaften. Im Winter bieten die Gipfel rings um das Bergsteigerdorf optimale Bedingungen!

Wer: Gerhard Plunder

wann: 6.–8.1.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Oppenberg

Oppenberg ist ein kleines Dorf am Ausgangspunkt zu vielen Skitouren in den Rottenmanner Tauern. Der Gasthof Grobbauer ist ein idealer Standort für spannende Gipfel.

Wer: Rudi Schicker

Wann: 20.–22.1.2023

Richtpreis: € 255,-

Anmeldung und weitere Infos online

Sölktal

Das Gebiet um den im Winter gesperrten Sölkpass bietet Genusstouren für Skitourengeher*innen abseits der Massenskitouren in herrlicher Naturlandschaft.

Wer: Gerhard Plunder

Wann: 9.–12.2.2023

Anmeldung, Richtpreis & weitere Informationen online

Großarl

Das Großarltal im Pongau ist einer der attraktivsten Standorte für Skitourer*innen. Unser Standort sowie urige Almhütten runden das Wochenende ab.

Wer: Rudi Schicker

Wann: 9.–12.2.2023

Richtpreis: € 549,-

Anmeldung und weitere Infos online

Villgratental

Ausgehend von Kalkstein beginnt das Skitoureneldorado mit schattigen Powderhängen! Ein Garant für ein Skitourenenerlebnis!

Wer: Gerhard Plunder

Wann: 5.–12.3.2023

Anmeldung, Richtpreis & weitere Informationen online

Skihohtouren

Großglockner

Ziel ist die Besteigung des Großglockners mit einer genussreichen und langen Abfahrt. Aufgrund von Kletterpassagen ist eine gute Technik nötig.

Wer: Kurt

Wann: 6.–8. & 9.–11.3.2023

Richtpreis bitte online abrufen.

Teilnehmeranzahl: 3 Teilnehmer*innen

Rudolfshütte

Hochtouren im Bereich der Rudolfshütte. Mögliche Ziele: Medelzkopf, Stubacher Sonnblick, Hohe Furllegg und mehr vom Standort Rudolfshütte.

Wer: Gerhard Plunder & Dieter Palmberger

Wann: 21.–23.4.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Hochtourenspezifische Pflichtausrüstung:

- o Sitzgurt, Steigeisen, Pickel
- o 2 Reepschnüre (6 mm Durchmesser, 5 m lang) und 2 Bandschlingen (vernäht, mind. 120 cm lang)
- o 3 Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner, 1 Eisschraube (mind. 19 cm)
- o Sicherungsgerät mit Plate-Funktion, z. B. Petzl Reverso/Tuber
- o Gletscherbrille, Sonnenschutz
- o Helm

Großvenediger

Vom Süden aus gehen wir auf den Großvenediger mit einem der Gipfel rund um die Hütte zum Eingewöhnen.

In Ausarbeitung!

Wer: Irene & Rudi Schicker

Wann: 20.–23.4.2023

Anmeldung, Richtpreis & weitere Infos sind in Ausarbeitung und rechtzeitig online.

Ski- und Tourenreisen

Nockberge

Innerkrems bietet für Skitourengeher*innen die ideale Ausgangsbasis für interessante Gipfelziele. Durch den geringen Ski-Tourismus steht einer ruhigen Tourenwoche mit Teilabfahrten über das Skigebiet nichts mehr im Weg.

Wer: Kurt Petschnigg

Wann: 22.–29.1.2023

Anmeldung, Richtkosten & weitere Infos online

La Grave

La Grave ist eines der Topziele für Freeride und Touren im hochalpinen Gelände. Wer die Chance hat, sollte es sich nicht entgehen lassen.

Wer: Kurt Petschnigg

Wann: 11.–18.2.2023

Anmeldung, Richtpreis & weitere Infos online

Val Maira

So manche kennen das Tal schon von abge-
schiedenen Sommertouren, aber im Winter
ist es noch traumhafter. Wildromantische
Touren in Italien in einer Traumumgebung
und mit gutem Essen.

Wer: Kurt Petschnigg

Wann: 19.–26.2.2023

Anmeldung, Richtkosten & weitere Infos online

Alpinski & Langlauf

Zauchensee

Unsere traditionelle Skiwoche in Zauchensee mit Abfahrten in allen Schwierigkeitsgraden!

Wer: Wolfgang Maidorfer & Team

Wann: **8.–14.1.2023**

Richtpreis: € 939,-
EZ-Zuschlag: € 120,-

Weitere Informationen online

Langlaufwoche in der Ramsau

In der tollen Kulisse rund um den Dachstein verbringen wir eine Langlaufwoche.

Wer: Karin Ristic & Team
Wo: Hotel Matschner

Wann: **14.–21.1.2023**

Richtpreis: € 1.039,-
EZ-Zuschlag: € 70,-

Weitere Informationen online

Mittersill

Unsere altbekannte Semesterferien-Skiwoche in Mittersill! Neben Alpinski fahren könnt ihr auch **Langlaufen, Skitouregehen** und mehr ausprobieren!

Wer: Gerhard Fritz & Team

Wann: **4.2.–11.2.2023**

Richtpreis: € 749,- Erwachsene
EZ-Zuschlag: € 70,-

Weitere Informationen online

Flirsch

Winterausklang am Arlberg mit der ÖBB. Der Skibus bringt uns ins Skigebiet nach St. Anton.

Wer: Wolfgang Maidorfer & Team

Wann: **4.3.–11.3.2023**

Richtpreis: € 709,-
EZ-Zuschlag: € 63,-

Die Alpinschule der Naturfreunde Wien stellt sich vor:

Die Alpinschule wurde mit dem Ziel gegründet, für alle Naturfreunde-Mitglieder Basiskurse aus dem alpinen Bereich anzubieten.

Gemeinsam mit der VHS Landstraße bieten wir theoretische Kurse, wie Wetterkunde, das W3-Lawinenkonzept oder auch Sport und Ernährung an.

Die praktischen Kurse bieten wir über unsere neue Plattform, die Alpinschule Wien der Naturfreunde, an. Dort findet ihr alle unsere Angebote, die wir gemeinsam mit den mitwirkenden Ortsgruppen anbieten.

<https://alpinschule-wien.naturfreunde.at/>

Alpenschule der Naturfreunde Wien

Skitouren - Basisausbildungen

Skitouren Basic Anfänger*innen

Ein Wochenende, um den Umgang mit Wetter, Schnee, Geräten, Informationen zu Lawinenberichten, LVS, Rettungstechniken beim Tourengehen zu erlernen oder wieder aufzufrischen. Auch die Gehtechnik und Spuranlage ist Inhalt dieser Ausbildung.

Standort: Mürztal

Wer: Penzing

Wann: 6.–7.1.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Snowkite Nockalm

Snowkiten hat dich immer schon interessiert? Und am besten dort, wo man auch Skitouren gehen kann? Dann komm mit uns auf den Snowkite-Kurs in der Innerkrams und lass dir von uns und LakeUnited zeigen, wie du den Kite führst.

Standort: Innerkrams

Wer: Penzing

Wann: 15.–18. & 19.–22.1.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Skitouren Basic Anfänger*innen

Ein Wochenende, um den Umgang mit Wetter, Schnee, Geräten, Informationen zu Lawinenberichten, LVS, Rettungstechniken beim Tourengehen zu erlernen oder wieder aufzufrischen. Auch die Gehtechnik und Spuranlage ist Inhalt dieser Ausbildung

Standort: Innerkrams

Wer: Penzing

Wann: 22.–29.1.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Skitouren Basic Innerkrams Erweiterung

Du willst dein Wissen gleich in die Tat umsetzen und noch schnell eine Tour gehen nach dem Kurs? Dann ist dieser Tag das Richtige für dich. Tourentag in der Innerkrams

Standort: Innerkrams

Wer: Penzing

Wann: 30.1.2023

Richtkosten und weitere Infos online

Tageskurse

Wachseln-Workshop

Wie und womit wachse ich mein Touren- oder allgemein mein Skimaterial? Wir zeigen es euch im Workshop.

Wer: NF Penzing
Wann: **23.10.2022**
Anmeldung: HP der NF Penzing

LVS-Bootcamp

Die jährliche LVS-Suche. Wir trainieren Wissen und Geschwindigkeit! Bei ausreichend Schnee als Skitour, ansonsten im Laubwald.

Wer: Karin Zebenholzer
Wann: **Wochenende zwischen 4. & 18.12.2022**
Anmeldung: HP der NF Landstrasse

Hochtouren-Update am „Rax-Gletscher“

Werde fit für die Hochtourensaison. Wir üben das richtige Verhalten in Schnee und Eis sowie diverse Rettungstechniken.

Wer: Dieter Palmberger
Wann: **13.5.2023**
Anmeldung: HP der NF Alpenschule

Workshops Kaufentscheidungen

Mit unseren Workshops zu LVS-Geräten, Airbagrucksack, Ski+Schuhe+Bindung sowie der Skipflege zeigen wir euch den aktuellen Stand des Wissens.

Wer: NF Penzing
Wann: **rechtzeitig online**
Anmeldung: HP der NF Penzing

Skitechnik für Tourenger*innen & Freerider

Skitechniktraining Planneralm

Unterstützt durch die Liftanlagen von Planner- und Riesneralm werden wir unsere Abfahrtstechnik im freien Gelände trainieren. Rechtzeitig fit zu Saisonbeginn.

In Ausarbeitung!

Wer: NF Wien & NF Linz
Wann: 6.–8.1.2023
Wo: Planneralm
Anmeldung: Naturfreunde Wien

Skitechnik-Afterwork Semmering

Ab Februar werden Skitechnik-Afterwork-Workshops für Tourenger*innen am Semmering stattfinden. Für alle die ihre Technik on/off-Piste verbessern wollen.

Wer: Team
Wann: Informationen online!
Wo: Semmering Zauberberg

Geländetechnik Tauplitz

Unterstützt durch die Liftanlagen auf der Tauplitz werden wir unsere Abfahrtstechnik fürs freie Gelände trainieren.

In Ausarbeitung!

Wer: NF Wien & NF Linz
Wann: Februar/März 2023
Wo: Planneralm
Anmeldung: Naturfreunde Wien

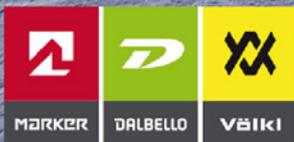


SKITOURN FESTIVAL

der Naturfreunde WIEN

Wann: 4. & 5.2.2023
Wo: Brunnalm - Hohe Veitsch

- Teste die aktuellste Ski- und Lawinenausrüstung
- Tipps und Tricks von unseren Skitourenguides
- Info & Anmeldung: wien.naturfreunde.at



MAMMUT



**BRUNNALM
HOHE VEITSCH**

AUF DER SONNENSEITE DES MÜRZTALS





Impressum:

Naturfreunde Wien, 1220 Wien, Erzherzog Karl Straße 108, Tel: +43 1 893 61 41 - Fax: +43 893 61 41 - 98, Mail: wien@naturfreunde.at, www.wien.naturfreunde.at, ZV Nr. 749449472

Layout: Irene Schicker, Fotos: Gerhard Plunder, Rudi Schicker, Irene Schicker, Dieter Palmberger