

Natur erleben

Naturfreunde Wien



Weitwanderweg im Porträt

Der Weinviertler Jakobsweg

Seiten 4-5

Jugend

Besteigung des Mera Peak

Seite 14-16

Wenn der Frühling kommt
Durchstarten mit
Bewegung und Sport

Unsere Angebote ab Seite 6

Kneissl-Reisende erleben mehr ...

Kneissl
touristik
Studien Erlebnis Reisen

Briksdal © Hilda Weges - stock.adobe.com

Inselwandern an der Ostseeküste

Naturparadies Mecklenburgische Ostseeküste:
Strände, Lagunen, Weltnatur- u. Weltkulturerbe

30.5. - 5.6.2023 Flug ab Wien, Bus, *** u. ****Hotels/HP,
Schiffahrt, Eintritte, RL **€ 1.890,-**

Blumeninsel Madeira

+ tägliche Ausflüge und leichte Kurzwanderungen

2. - 9.4., 27.4. - 4.5., 18. - 25.5., 8. - 15.6., 10. - 17.8., 21. - 28.9.,
19. - 26.10.2023 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, ****Hotel/HP,
Eintritt, Weinverkostung, RL **ab € 1.590,-**

Azoren

São Miguel - São Jorge - Pico - Faial

12. - 20.5., 12. - 22.7., 9. - 19.8., 15. - 23.9.2023 Flug ab Wien,
Kleinbus, *** und ****Hotels/NF und 4x Abendessen sowie
2x Mittagessen, Eintritte, RL **ab € 2.090,-**

Wandern im Alentejo

29.5. - 6.6.2023 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, ****Hotels u.
Pousada/HP, Weinkost, Bootsfahrt, Eintritte, RL **€ 2.420,-**

WanderReise Algarve

+ Schiffahrt zur Höhle von Benagil mit Delfinbeobachtung

29.4. - 6.5., 7. - 14.10.2023 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus/
Geländewagen, ****Hotels/HP u. 1 Mittagessen, Schiffahrt,
Eintritte, RL **ab € 1.990,-**

Wandern in den Baltischen Staaten

23.7. - 2.8.2023 Flug ab Wien, Bus/Kleinbus, meist ***Hotels/
meist HP, Moorschuh-Wanderung, Seilbahnfahrt, Eintritte, RL
€ 2.020,-

Wandern in Island

30.7. - 14.8.2023 Flug ab Wien, Geländebus/Kleinbus, Hotels
u. Gästehäuser/meist HP, Walbeobachtungsfahrt, Eintritte, RL
ab € 5.590,-

Kneissl Touristik Wien 1, Opernring 3-5/Eingang Operng. ☎ **01 4080440**
Zentrale Lambach, ☎ **07245 20700**, www.kneissltouristik.at

Naturfreunde Reisebüro Wien, 1220, Erzherzog-Karl-Straße 108
☎ **892 62 10**, Fax **893 64 02**, reisebuero.wien@naturfreunde.at

Für unsere Reiseangebote gilt:

Anmeldung & Information: *Naturfreunde* Reisebüro Wien Tourismus
& Freizeitanlagenbetriebs GmbH, Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220
Wien, GISA-Zahl 23708259, Details zur Reiseleitungsausübungsbe-
rechtigung: www.gisa.gv.at,

Abfrage unter der GISA-Zahl, Tel.: 01/892 62 10, Fax: 01/893 64 02,
E-Mail: reisebuero.wien@naturfreunde.at, BAWAG IBAN: AT22 1400
0009 1004 5911, BIC: BAWAATWW, UID: ATU16187203, Handelsge-
richt Wien FN 106032f, HBR Nr. 21728

Gemäß Reiseinsolvenzabsicherungsverzeichnis (§ 7 PRV) sind
Kundengelder bei Pauschalreisen des Veranstalters *Naturfreunde*
Reisebüro Wien unter folgenden Voraussetzungen abgesichert: Die
Anzahlung erfolgt frühestens 11 Monate vor dem vereinbarten Ende
der Reise und beträgt 10 % des Reisepreises. Die Restzahlung erfolgt
frühestens 2 Wochen vor Reiseantritt, Zug um Zug gegen Aushändi-
gung der Reiseunterlagen an die Reisenden. Garant und Versicherer
ist die TVA-Tourismusversicherungsagentur GmbH. Die Anmeldung
sämtlicher Ansprüche ist bei sonstigem Anspruchsverlust innerhalb
von 8 Wochen ab Eintritt einer Insolvenz beim Abwickler TVA-Tou-
rismusversicherungsagentur GmbH (1090 Wien, Ferstelgasse 6,
24h-Notfall-Nr. 01/361 907 744, Fax: 01/361 907 725, E-Mail: [abwick-
lung@tourismusversicherung.at](mailto:abwick-
lung@tourismusversicherung.at)) vorzunehmen. Es gelten die All-
gemeinen Reisebedingungen (ARB 1992) in der geltenden Fassung.
Diese liegen im *Naturfreunde* Reisebüro Wien auf, sind im Internet
unter wien.naturfreunde.at ersichtlich und werden auf Anfrage per
E-Mail zugesendet. Anmelde- und Bearbeitungsgebühren werden
bei Stornierung nicht rückerstattet! Programm- und Preisänderun-
gen vorbehalten! Das Informationsblatt Pauschalreiseverträge wird
gemeinsam mit der Buchungsbestätigung oder auf Anfrage per
E-Mail übermittelt. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise- und
Reisestornoversicherung und gegebenenfalls der *Naturfreunde*
Auslands-Zusatzversicherung (Unterlagen auf Anfrage).

Datenschutzverordnung

Mit einer Anmeldung stimmen Sie zu, dass Ihre angegebenen
persönlichen Daten gespeichert und für Werbezwecke weiterer
Naturfreunde-Angebote verwendet werden, und dass die genann-
ten persönlichen Daten insofern an Dritte weitergegeben werden
dürfen, als dies zur Abwicklung der Veranstaltung notwendig ist
(Kursleiter*innen, Betreuer*innen). Sie können diese Einwilligung
jederzeit widerrufen.

Die Daten werden von den Naturfreunden Wien 7 Jahre nach Ab-
lauf des Jahres der Veranstaltung gelöscht. Mit Ihrer Teilnahme sind
Sie damit einverstanden, dass im Rahmen dieser Veranstaltung
gemachte Fotos für Werbezwecke weiterer *Naturfreunde*-Angebote
verwendet werden.

IMPRESSUM:

Herausgeber & Medieninhaber: *Naturfreunde* Wien |
Erzherzog-Karl-Straße 108, 1220 Wien |
01/893 6141 | ZVR 749449412

wien@naturfreunde.at | wien.naturfreunde.at
Gestaltung: Christian Wagner | kontakt@vavawava.at

Lektorat: Christina Mayer-Ritzer | www.cm-languages.com
Foto Titelseite: Sandra Liebig

Piktogramme: Novalyi & Johanna von NounProject

Druck: Latzer Druck & Logistik, Leoganger Straße 57
5760 Saalfelden | grafik@latzer.at | www.latzer.at

Pb.b. Erscheinungsort Wien

Verlagspostamt 5000 Salzburg

Das Sommermagazin erscheint am 1.6.2023, Redaktionsschluss ist am 11.4.2023

Liebe Naturfreund*innen,

Kontakt zu den Naturfreunden Wien

Die *Naturfreunde* Wien sind zu folgenden Zeiten für Euch da:

Mo & Do, 9:00 - 12:00 | 13:00 - 17:00

Di, 13:00 - 19:00

Mi & Fr, 9:00 - 12:00

Von **24. Dezember bis 6. Jänner**, am Karfreitag sowie an „Fenstertagen“ vor Dienstag-Feiertagen und nach Donnerstag-Feiertagen **bleibt das Büro geschlossen.**

wien@naturfreunde.at

Fax: 01/893 61 41 98

Tel.: 01/893 61 41

Julia Votter: Durchwahl 10
julia.votter@naturfreunde.at

Sandra Maria Kämpf: Durchwahl 11
sandra.kaempf@naturfreunde.at

Helmut Frank: Durchwahl 12
helmut.frank@naturfreunde.at

Claudia Kussegg: Durchwahl 13
claudia.kussegg@naturfreunde.at

Sandra Liebig: Durchwahl 14
sandra.liebig@naturfreunde.at

Der Winter hat sich heuer Zeit gelassen. Erst zu Beginn des Februars sind nennenswerte Mengen an Schnee gefallen. Und da war's gleich wieder zu viel, hohe Lawinengefahr und leider viele Unfälle waren die Folge. Es zeigt wieder, wie wichtig das Wissen um den Aufbau der Schneedecke, die Auswirkungen von Windverfrachtungen und das Auslösen von Lawinen ist. Die *Naturfreunde* führen nur Skitouren, Freeride-Abfahrten, Schneeschuhwanderungen und Wanderungen mit ausgebildeten Guides durch. Zudem bieten wir Ausbildungsgänge auch für jene an, die nicht als Guide tätig sein wollen, sich aber trotzdem mit den Gefahren der winterlichen Bergwelt vertraut machen wollen.

Das Angebot dieser „Basiskurse“ findet sich unter <https://akademie.naturfreunde.at/events#!/?ausbildungstypids=200150&sportart=skitouren>. Die Teilnahme ist für Naturfreundemitglieder offen. Sehr zu empfehlen sind auch die schriftlichen Unterlagen der *Naturfreunde*, die sich mit dem „W3 – wer geht wann wohin“, mit der Selbsteinschätzung und der Tourenauswahl beschäftigen. Sie sind kostenlos im *Naturfreunde*-Shop online unter [Broschüren, Bekleidung & Kletterausrüstung \(naturfreunde.at\)](#) erhältlich genauso wie die „Notfallkarte Lawine“, die Auskunft über die Aktivitäten in den ersten 15 Minuten nach einem Lawinenabgang bietet. Ich kann nur empfehlen, vom Angebot der *Naturfreunde* Gebrauch zu machen.

In diesem Heft berichtet auch der Vorsitzende der Wiener *Naturfreunde* Jugend über seine ersten Erfahrungen im Himalaja. Ein bemerkenswerter Bericht.

Darüber hinaus bietet Euch dieses Heft einen kleinen Einblick in die Frühjahrs- und Sommeraktivitäten unseres Reisebüros und unserer Gruppen. Es ist wieder Vieles vorbereitet. Greift bitte zu!

Die Wiener *Naturfreunde* haben bei der Landeskonzferenz 2022 auch beschlossen, eine Zukunftsarbeitsgruppe einzurichten, die sich vor allem mit der Rolle der Organisation zu Zeiten hoher Inflation, des Klimawandels und des Krieges im Osten Europas auseinandersetzen soll. In diesem Heft rufen wir dazu auf, dass Ihr Euch zu dieser Arbeitsgruppe melden sollt, wenn Ihr an der Orientierung der *Naturfreunde* Wien mitarbeiten wollt.

Im Übrigen, das Protokoll der Landeskonzferenz 2022 liegt im Sekretariat für jedes Mitglied zur Einsicht auf.

Berg frei!



Rudi Schicker
Landesvorsitzender
Naturfreunde Wien



Verweile am Jakobsweg Weinviertel Kellergassen und Stempelorgie



Text von Alexander Schöller

Für wen ist der Jakobsweg geeignet?

Er ist optimal für Einsteiger*innen, sowohl für Pilgernde als auch für Weitwandernde. Das Weinviertel ist keine Landschaft mit sehr anspruchsvollen Alpinsteigen, sondern man geht größtenteils zwischen Feldern und Weinreben. Der Weg ist daher auf der gesamten Länge familiengerecht. Ein weiterer Vorteil ist, dass die Ortschaften an das öffentliche Verkehrsnetz angebunden sind. Das heißt, man kann den Weg auch an (schönen) Einzeltagen wandern/pilgern, wodurch man sich einen schweren Rucksack für mehrere Tage erspart. Der Weg ist grundsätzlich zu jeder Jahreszeit begehbar, jedoch sollte man auf die aktuelle Wettersituation immer vorbereitet sein. Die höchsten Erhebungen Buschberg, Oberleiser Warte und Michelberg sind bei schönem Wetter problemlos zu überschreiten.

Ein wenig Geschichte:

Der Jakobsweg Weinviertel wurde im Jahr 2010 ins Leben gerufen und dem internationalen Jakobswegnetz eingegliedert. Wer älteres Kartenmaterial besitzt, findet mitunter den Weinviertler Weitwanderweg 632, dessen Streckenverlauf größtenteils mit dem Jakobsweg Weinviertel ident ist. Im Gründungsjahr startete der Jakobsweg im tschechischen Mikulov, doch auf der aktuellen Webseite wird der Ausgangspunkt jetzt mit der österreichischen Grenzgemeinde Drasenhofen angegeben. Das ist ein wenig schade, da Mikulov mit seinem Kreuzberg wirklich ein schöner Startpunkt war. Allerdings ist die öffentliche Anreise z.B. von Wien schon ein wenig beschwerlich gewesen, führt sie doch noch heute über Breclav.

Besonderheiten:

Aus meiner Sicht machen folgende Gegebenheiten den Weinviertler Jakobsweg zu einem besonderen Weg. Einerseits sind es die für diese Gegend so typischen Kellergassen. Ob in Poysdorf, Absberg oder Schnellern, in jeder Ortschaft riecht man gleich den Geschmack des Weines, den man zur richtigen Jahreszeit, im Herbst, auch gleich als Heurigen verkosten kann, insbesondere dann, wenn man bei einem Weingut nächtigt. Allerdings ist Vorsicht geboten, da zu viel Wein den nächsten Tag in vielerlei Hinsicht negativ beeinflussen kann.

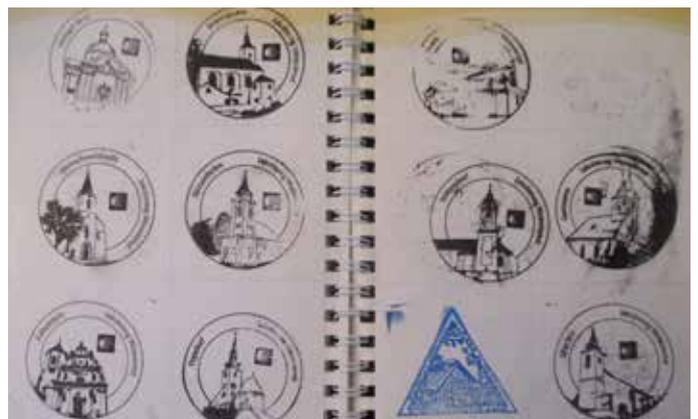


Allee beim Schloss Juliusburg

Andererseits ist auch der Pilgerpass mit den Pilgerstempeln einzigartig. Wie bei Hüttenwanderungen in den Alpen ist beim Pilgern das Sammeln von Stempeln schon fast ein Muss geworden. Beim Jakobsweg im Weinviertel gibt es diese Pilgerstempel nicht bei Herbergen oder Unterkünften, sondern in den zahlreichen Kirchen am Weg. Jeder Pilgerstempel hat das gleiche Grunddesign mit der Abbildung des Gotteshauses. So entsteht eine Sammlung der Kirchenbilder der besonderen Art. Auf den vielen Pilgerwegen, auf denen ich bereits gewandert bin, gibt es kein derart großartig durchgezogenes Konzept mit Stempelbildern. Da macht das Sammeln richtig Spaß. Den dazugehörigen Pilgerpass erhält man um 2,50 € auf der oben angeführten Webseite zum Jakobsweg Weinviertel.



Die Kellergasse in Absberg



Das Stempelbuch

Berge und Anhöhen:

Den höchsten Punkt auf diesem Pilgerpfad stellt der Buschberg mit 492 Metern dar. Die Radarkuppel der Austro Control ist schon von weitem sichtbar. Nicht zu glauben, dass dieser Turm 40 Meter Höhe ausweist. Der Gipfel des Buschberges sollte aufgrund der Aussicht auf jeden Fall bestiegen werden, sieht man doch auch mit dem benachbarten Oberleiser Berg den zweithöchsten Punkt des gesamten Weges. Am Oberleiser Berg lädt die Warte zum Rückblick auf den Buschberg ein. Auch wenn der Weg vom Nordosten in den Südwesten des Weinviertel in eine Richtung führt, sollte man immer wieder auf einen Rückblick nicht verzichten, öffnet er doch oft auch eine andere Sichtweite.

Ein weiterer Höhepunkt ist der Michelberg mit seiner Michaelskapelle. Die heutige Kirche stammt aus dem 19. Jahrhundert, doch wurde die erste vermutlich bereits 1 000 Jahre vorher erbaut. Dieser niedrige Berg ist auch ein beliebtes Ziel für Modellflieger, die die Thermik und den Ausblick genießen. Vorsicht ist beim Gehen geboten, wenn die Flugzeuge über den Köpfen der Wanderer ihre Kreise ziehen. Bei schönem, klarem Wetter ist über die Burg Kreuzenstein hinweg die Bundeshauptstadt Wien zu sehen. Der Weg findet jedoch seine Spur nicht in Österreichs größte Stadt, sondern verläuft in nordwestlicher Richtung nach Stockerau und Krems an der Donau.

Das letzte Highlight ist der Weg auf der Anhöhe des Wagrams. Die Müdigkeit der letzten Tage vergisst man dem Weitblick über das südliche Weinviertel.



Ausblick am Michelberg

Krems an der Donau:

Die meisten Pilgernden beenden den Jakobsweg in Krems, obwohl er tatsächlich erst in Mautern in den klassischen österreichischen Jakobsweg mündet, der von Wien kommt. Mautern liegt jedoch bereits jenseits der Donau im niederösterreichischen Mostviertel.

Die Bezirkshauptstadt Krems ist die fünftgrößte Stadt im größten Bundesland Niederösterreich. Sie bietet am Rande des Weltkulturerbes Wachau auch einige Sehenswürdigkeiten, von der mittelalterlichen Gozzoburg mit seinen Fresken bis zum aktuellen Karikaturmuseum, dem einzigen Museum mit satirischem Hintergrund in Österreich. In ihm befindet sich die größte Sammlung an Karikaturen von Manfred Deix. Ob seine Figuren vor dem Museum typische Weinviertler darstellen, sei der Fantasie des Einzelnen überlassen.

Tour der Naturfreunde Wien

Ich hoffe, dass ich Euch den Weg ein wenig schmackhaft machen konnte. Ich wünsche Euch auf jeden Fall einen BUEN CAMINO (traditioneller Jakobsweggruß), also einen guten Weg, in einer lieblichen Landschaft und darf Euch auf die geplante angebotene Tour des *Naturfreunde* Reisebüros Wien vom 24. bis 29. April 2023 hinweisen (siehe: <https://wien.naturfreunde.at/events/angebot/weinviertler-jakobsweg-2023/>).

Jakobsweg Weinviertel

- Länge offiziell 153 km, ca. 1 600 Höhenmeter
- Vorgeschlagene Dauer: 6 Tage (Durchschnitt 25,5 km pro Etappe)
- Infos: <https://www.jakobsweg-weinviertel.at>
- Kartenmaterial für Smartphone (gpx track): <https://www.bergfex.at/sommer/niederoesterreich/touren/pilgerweg/36991,jakobsweg-weinviertel-gesamtverlauf/>
- Wanderführer: Jakobswegweiser Weinviertel (Verlag Freytag & Berndt ISBN: 9783707921588)

Weitwanderwege und Pilgerwege

Das Weitwandern und Pilgern erfreut sich in den letzten Jahren immer größerer Beliebtheit. Aus diesem Grund wird es in Hinkunft in jeder Ausgabe einen Beitrag über einen derartigen Weg geben. Wir konnten für dieses Projekt mit Alexander Schöllner, einen passionierten Weitwanderer, gewinnen.

Er ist in den vergangenen Jahren zahlreiche Weitwander- und Pilgerwege gegangen. So ist er von Wien bis zum Atlantik gewandert und hat eine durchgehende Wanderlinie von Trondheim bis Sevilla bewältigt. Auch in unserer näheren Heimat Wien, Niederösterreich, Oberösterreich ist er, ob kurz oder lang, einige Weitwanderwege gewandert.

Als einen der schönsten Weitwanderwege bezeichnet er immer wieder den Niederösterreichischen Landesrundwanderweg, jedoch ist er auch kürzere Routen wie z.B. den Böhmerwaldrundweg, den Johannesweg in Oberösterreich oder den Waldmarkweg und den Wienerwaldweitwanderweg in Niederösterreich gegangen. Somit hat er auch ein umfassendes Wissen hinsichtlich Planung (z.B.: Unterkünfte) und Organisation (u.a. Rucksack, Smartphone-Tracking) derartiger Wege angesammelt, welches er uns zur Verfügung stellt.

Viel Spaß mit seinen Beiträgen wünscht Euch das *Naturfreunde* Wien Team



Sportprogramm der

Gymnastik und Turnen

Gesundheitsgymnastik

Mittwochs, 17:00–18:00 Uhr, laufend bis Juni, außer an schulfreien Tagen.
Treffpunkt: 1100, Turnsaal der Schule Neilreichgasse 111 / Sahulkastraße
Organisationsbeitrag: 2 €
Anmeldung: 0676/40 11 000 | info.naturfreunde10@chello.at
Günter Damesch | *Naturfreunde* Favoriten

Konditionstraining

Mittwochs, 18:00–19:30 Uhr, laufend bis Juni, außer an schulfreien Tagen.
Treffpunkt: 1100, Turnsaal der Schule Neilreichgasse 111 / Sahulkastraße
Organisationsbeitrag: 3 €
Anmeldung: 0676/40 11 000 | info.naturfreunde10@chello.at
Günter Damesch | *Naturfreunde* Favoriten

Gymnastik und Ballsport für Junge und Junggebliebene

Mittwochs, außer an schulfreien Tagen
18:00 Volleyball | 19:00 Gymnastik
Treffpunkt: 1140 Wien, Turnsaal II der Schule Hochsatzengasse 22-24
Organisationsbeitrag: 2 €
Anmeldung: Naturfreunde.penzing@aon.at
Norbert Pentsch | *Naturfreunde* Penzing

Volleyball

Mittwochs, 19:30–20:30, laufend bis Juni außer an schulfreien Tagen
Treffpunkt: Turnsaal Schule, 1070, Zollergasse 41
Organisationsbeitrag: 3 €
Anmeldung: 0664/738 703 13 | g.a.koch@aon.at
Günther Koch | *Naturfreunde* Neubau

Turnabend im Turnsaal

Dienstags, außer an schulfreien Tagen
18:00-19:30 Musikgymnastik | 19:30-21:00 Volleyball
Treffpunkt: 1180, Cottagegasse 17
Anmeldung: 01 470 73 52 | waehring@naturfreunde.at
Fitz Weinke | *Naturfreunde* Währing

Laufen und Nordic Walking

Nordic Walking

Freitags, (Mai–Juni und September–Oktober) ab 17 Uhr
In den Sommerferien ab 18 Uhr immer am Mittwoch!
Ausrüstung: Stöcke, Sportschuhe und gute Laune
Treffpunkt: Eingang Steinhofgründe bei der Feuerwache, 1140
Anmeldung für jeden Termin erforderlich: RSteinberger@gmx.net
Reinhard Steinberger | *Naturfreunde* Penzing

Nordic Walking

Donnerstags, 18:00–19:15 Uhr, bis zur Zeit-Umstellung Oktober 2023
Ausrüstung: Stöcke, Sportschuhe und gute Laune
Treffpunkt: Ernst Sadil Platz 1, NF-Kaisermühlen
Organisationsbeitrag: 1 € NF-Mitglieder | 5 € Gäste | 2 € Leihstöcke
Anmeldung: eva.zakeri@gmx.at | info@naturfreunde-kaiser-muehlen.at
Eva Zakeri-Marakani | *Naturfreunde* Kaisermühlen

Nordic Walking-Treff

Montags, 18:00–19:30 Uhr, außer an schulfreien Tagen
Für Anfänger und Fortgeschrittene
Treffpunkt: 1180, Türkenschanzpark, Gregor Mendel Straße/
Ecke Hasenauerstraße
Organisationsbeitrag: die Teilnahme ist gratis, Leihstöcke 2 €
Anmeldung: 01 479 59 49
Renate Schmitt | *Naturfreunde* Währing

Langsam-Lauf-Treff

Freitags, 18:00 Uhr
Treffpunkt: Winterzeit: Ottakringer Hallenbad, 1160 Wien,
Johann-Staud-Straße 11; Sommerzeit: Steinhofgründe, 1140
Wien, Eingang Heschweg 100 (Feuerwehr Steinhof)
Anmeldung vor jedem Termin: Leopold.amstaetter@gmx.at
Leopold Amstätter | *Naturfreunde* Penzing

Langsam laufen

Samstags, Vormittag; Termine und Treffpunkte bitte erfragen!
Treffpunkt: Wienerwald oder Donaubereich
Anmeldung: 01 470 73 52 | friedrich@weinke.at
Friedrich Weinke | *Naturfreunde* Währing

Klettern

Wöchentlicher Klettertreff der Naturfreunde Landstraße

Seilklettern jeden Donnerstag in der Kletterhalle Wien und ab
April auch Outdoor. Indoor: NF-Kletterhalle Wien, von 18-21 Uhr
Details unter landstrasse.naturfreunde.at/events

Sportklettercamp Plombergstein / St. Gilgen der Naturfreunde Landstraße

Fr., 26. Mai 2023 bis Mo., 29. Mai 2023
Teilnahmevoraussetzungen: Sportklettererfahrung Outdoor,
Sicherungstechnik im Sportklettern, Sicheres Vorsteigen
im 4. Schwierigkeitsgrad Outdoor, Regelmäßige Teilnahme
an unserem Klettertreff in der Kletterhalle Wien (jeden
Donnerstag, 18 Uhr)
Kursleitung: Aurore Tafforeau und Stephan Barasits
Details/Anmeldung: landstrasse.naturfreunde.at/events

Kletterkurse der Kletterhalle Wien

Klettern für alle über 60

Termine: 15.03.2023, 22.03.2023, 29.03.2023, 12.04.2023,
19.04.2023, 26.04.2023 | Keine Einheit in den Ferien am 05.04.2023
Du beginnst mit Klettern oder hast bereits Klettererfahrung.
Hier erfährst du, wie man möglichst sicher, gelenksschonend
und kraftsparend klettern kann, wodurch ein sanfter Einstieg in
den Klettersport gelingt.

Naturfreunde Wien

Ziele des Kurses sind Spaß am Klettern, Sicherheit beim Klettern und individuelles Eingehen auf die Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmenden.

jeweils 09:30-11:30 Uhr

Anmeldung: <https://www.kletterhallowien.at/kletterkurse> oder telefonisch unter: 01/890 46 66

Erwachsenengruppe Fit durch Klettern

13.3.2023, 20.3.2023, 27.3.2023, 17.4.2023, 24.4.2023, 8.5.2023

Eine Klettergruppe für Erwachsene mit leicht bis mittelgradig eingeschränkter Mobilität aufgrund von Verletzung oder Krankheit. Bei dieser Gruppe steht nicht die Leistung im Fokus, sondern die Freude an der Bewegung. Anfänger*innen und Menschen mit Klettererfahrung sind willkommen!

jeweils 09:30-11:30

Anmeldung: <https://www.kletterhallowien.at/kletterkurse> oder telefonisch unter: 01/890 46 66

ALPIN-Programm Naturfreunde Wien für Kleingruppen Erwachsene

Alle Termine ab Anfang März unter <https://wien.naturfreunde> für Naturfreunde Mitglieder

Einführung in die Welt der Klettersteige – Weichtalhaus / 1 Tag

- Keine Vorerfahrung nötig
- bei Interesse & Kondition auch mit Schnupper-Sportklettern am Hausfelsen

Einführung ins Seilschafts-Felsklettern / 1 Tag Outdoor + ½ Tag Indoor

- Voraussetzungen: sicheres Klettern & Sichern im Vorstieg im 4.–5. Schwierigkeitsgrad
- ½ Tag Indoor: ~3 Stunden in der Kletterhalle Wien: Materialcheck, Standplatzbau, Abseilübungen
- 1 Tag Outdoor: Glocknergrat, Mödling oder Hohe Wand: leichte & gut gesicherte Mehrseillängen-Tour gemeinsam mit Trainer*in, mittels Einfachseil-Technik (HMS & Mastwurf), erleben.

Von der Halle an den Felsen / Sportklettern 1 Tag Outdoor + ½ Tag Indoor

- Voraussetzungen: sicheres Klettern & Sichern (im Vorstieg) im 5. Schwierigkeitsgrad
- ½ Tag Indoor: ~3 Stunden in der Kletterhalle Wien: Materialkunde, Abseilübungen, korrektes Einhängen von Expressschlingen, „Um-/Durchfädeln“ am Toprope-Stand
- 1 Tag Outdoor: Klettergarten in Wien-Umgebung
- Klettertechnik am Naturfels im Unterschied zur Halle, Hakenkunde, Info zu Kletter-Topos

Termine können gerne individuell gebucht & nach persönlicher Absprache angepasst werden.

Rad und Mountainbike

MTB-Ausfahrten im Wienerwald

MTB–Ausfahrt Hütteldorf, samstags: 25. März 2023, 22. April 2023 und 3. Juni 2023.

Tour: je 20–30 km, ca. 600–800 Hm, moderates Tempo, keine E-Bikes, Dauer ca. 3–4 Std. je nach Wetterlage und Gruppe.

Wir befahren in einer kleinen Gruppe Forststraßen und Singletrails im nahegelegenen Wienerwald. Fortgeschrittene, aber auch sportliche Einsteiger*innen und Jugendliche ab 14 Jahren sind willkommen.

Anmeldung: andreas.hoellmueller@gmx.at, 0699/116 686 80

Guides: Ingrid Hauzenberger, Andreas Höllmüller und Moritz Wels | *Naturfreunde* Penzing

MTB-Fahrtechnik Basics

Samstag, 29. April 2023

Inhalte: Grundposition, richtig bremsen, Kurven fahren, Hindernisse überwinden, bergauf fahren, steile Abfahrten.

Kosten: 10 € Organisationsbeitrag pro Teilnehmer*in

Anmeldung: andreas.hoellmueller@gmx.at, 0699/116 686 80

NF-Guides: Ingrid Hauzenberger, Andreas Höllmüller und Moritz Wels | *Naturfreunde* Penzing

MTB-Trailcenter

Samstag, 15. April 2023 und Samstag, 13. Mai 2023

Ein technisch einwandfreies (All-) Mountainbike wird vorausgesetzt. Wir fahren mit Schutzausrüstung (kann auch vor Ort geliehen werden). Für die Benützung der Trailcenter-Lines (plus gegebenenfalls Lift) ist eine Gebühr zu entrichten.

Treffpunkt: Trailcenter Wien/Hohe Wand Wiese, Mauerbachstrasse 174-184, 1140 Wien

Anmeldung: andreas.hoellmueller@gmx.at, 0699/116 686 80

Radtour Flughafenrunde

Freitag, 21. April 2023 (Ersatztermin Freitag, 5. Mai 2023), Streckenlänge: ca. 45 km, Fahrzeit etwa 4 Std., keine nennenswerten Anstiege

Treffpunkt: 10 Uhr, bei der U-Bahn-Station am Verteilerkreis Favoriten

Anmeldung: bis spätestens Mittwoch, 19. April 2023 bei Susanne Schiestl, Tel. 0664/301 91 33

NF-Guide: Susanne Schiestl

Radtour Piestingtal-Radweg

Donnerstag, 18. Mai 2023

Auf ruhigen Radwegen fahren wir durch die Aulandschaft des Piestingtals bis ca. Gutenstein. Einkehr unterwegs geplant.

Streckenlänge: ca. 70 km, Fahrzeit etwa 5 Std., ca. 500 Hm

Treffpunkt: Details werden bei Anmeldung bekanntgegeben

Anmeldung: bis spätestens Dienstag, 16. Mai 2023 bei Susanne Schiestl, Tel. 0664/301 91 33

NF-Guide: Susanne Schiestl

MTB-Schrauber*innen Kurs

Samstag 25. März 2023, 14:30–18:30 Uhr und

Samstag 22. April 2023, 14:30–18:30 Uhr

Inhalte: Basics wie Schaltung und Bremsen einstellen, >>

generelle Servicearbeiten | Bring dein sauberes! Rad (keine E-Bikes) mit.
Treffpunkt: radbar, Kranzgasse 1, 1150 Wien
Kosten: 30 € Organisationsbeitrag pro Teilnehmer*in
Anmeldung: andreas.hoellmueller@gmx.at, 0699/116 686 80

Für die Teilnahme an allen Radaktivitäten gilt **Helmpflicht!**
Das verwendete Rad sollte in einem einwandfreien Zustand sein. Für Techniktrainings und Trailcenter wird entsprechende Schutzausrüstung empfohlen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr! Jegliche Haftung der Guides wird ausgeschlossen! Bitte für alle MTB-Veranstaltungen bei den jeweiligen Guides anmelden (und ggf. auch wieder abmelden). Bei Schlechtwetter erfolgt eine Absage.

Skitouren

Skitourentage Rudolfshütte

Fr., 21.- 23.4.2023
Quartier: Berghotel Rudolfshütte***, Stubach 82, 5723
Richtpreis: 330 €
Leistungen: 2x Übernachtung im DZ mit HP + Marschtee/
Edelweiß SPA und Panorama Hallenbad/ *Naturfreunde*-
Instruktoren
Kursleiter: Gerhard Plunder und Didi Palmberger
Details/Anmeldung: wien.naturfreunde.at

Skitour Schneeberg Hoyosgraben

Sa., 4.3.2023
Lange, landschaftlich schöne Tour. Abfahrt je nach Bedingungen über Hoyos-, Schnee- oder Wurzengraben. Anforderung: mittel-schwer
Guide: Karin Zebenholzer
Details/Anmeldung: landstrasse.naturfreunde.at/events

Skihochtour Großvenediger

Do, 20.-23.04.2023
Quartier: Johannishütte, Hinterbichl 19b, 9974 Prägraten am Großvenediger
Leistungen: 3x Übernachtung im Lager, HP + Marschtee,
Naturfreunde Instruktoren
Kursleiter*innen: Irene Schicker und Rudi Schicker
Richtpreis/Details/Anmeldung: wien.naturfreunde.at

Wassersport und Sonstiges

Leichtathletik

Anfragen direkt bei der Fachgruppe
Treffpunkt: 1220, Erzherzog Karl Straße 108
Anmeldung/Informationen: 0676/847 46 417 | Helmut.baudis@gmx.at
Helmut Baudis | *Naturfreunde* Stadlau

Orientierungslauf

Anfragen direkt bei der Fachgruppe
Anmeldung/Informationen: office@nfwien-orientierung.at |
www.nfwien-ol.at
Thomas Radon | FG-Orientierungslauf

Paddeln

Anfragen direkt bei der Fachgruppe
Treffpunkt: Paddelzentrum Wien
Anfängertraining, Oldiepaddeln, Seekajaktraining, SUP
Anmeldung/Informationen: paddelzentrum.kuchelau@naturfreunde.at
fachgruppe-paddler.naturfreunde.at
Julia Votter | OG Paddler

Aufruf zur Arbeitsgruppe „Zukunft“

Österreich ist wie Europa und die Welt von vielen Krisen betroffen. Umwelt-, Wirtschafts- und Energiekrisen beschäftigen unsere Welt und damit auch Österreich massiv, genauso wie der Krieg in der Ukraine unsere Lebensbedingungen stark beeinflusst.

Die *Naturfreunde* sind eine Freizeit- und Umweltorganisation. Beide Bereiche sind von den Veränderungen stark betroffen. Wie reagieren die *Naturfreunde* darauf? Welche speziellen Angebote können die *Naturfreunde* in diesen krisenhaften Zeiten bieten, damit die Menschen, unsere Mitglieder, Freundinnen und Freunde trotzdem ihre Freizeit sinnvoll gestalten können und die Natur in ihrer Vielfalt auch den Kindern und Enkelkindern weitergeben können? Welche Informationen sollen die *Naturfreunde* für ihre Mitglieder bereithalten, damit sie die Zukunft für sich und ihre Freundinnen und Freunde positiv gestalten können?

Um diesen und vielen anderen Fragen und Themen eine Stimme zu geben, möchten wir eine Arbeitsgruppe mit dem Namen „Zukunft“ gründen. Dafür suchen wir DICH!



Wenn Du Teil unserer Arbeitsgruppe sein möchtest, kannst du Dich unter: wien@naturfreunde.at anmelden.
Unser erstes Treffen findet in der Landesorganisation Wien, Erzherzog Karl Straße 108, 1220 Wien statt.
Termin: Donnerstag, der 20. April 2023 um 16:30 Uhr

Biosphärenpark Wienerwald Wilhelminenberg

Sonntag, 16. April 2023

Treffpunkt: 9:30 Uhr, Kreuzung Wilhelminenstraße/
Sandleitengasse Haltestelle 46A

Voraussichtliche Route: Wilhelminenstraße – Sprengersteig
– Schloss Wilhelminenberg – Gallizinberg – Jubiläumswarte –
Heuberg – Schottenhof – Rieglerhütte – Jägerwald

Gehzeit: ca. 5 Stunden, 15 km, 300 Hm

Ausrüstung: entsprechende Ausrüstung wird vorausgesetzt,
Verpflegung und Getränke nach Eigenbedarf mitnehmen.

Rückkehr: z.B. Jägerwaldsiedlung Bus 52A alle 30 Min.

Führungsbeitrag: Mitglieder 5 €, Nichtmitglieder: 10 €

Anmeldung: alfred.wlcek@gmx.at oder 0664/226 11 23

Biosphärenpark Wienerwald extended: Baden und der Helenenweg

Sonntag, 21. Mai 2023

Treffpunkt: Wien Hbf. 8:15 Uhr beim Löwen, Abfahrt 8:29 Uhr;
Ankunft 9:22 Uhr Bergsteiggasse/Baden

Gehzeit: reine Gehzeit ca. 5 Std., Gesamtlänge ca. 16 km,
etwa 350 Hm.

Geplante Route: Bergsteiggasse/Marchetstraße – Rainerweg
– Rauhenstein – Urtelstein – Schwarzberg – Jugendbrunnen –
Mitterberg – Theresienwarte – Kalvarienberg/Kurpark – Baden
Wandern+ ist einerseits eine etwas höhere Anforderung an
die Kondition (Gehzeiten mindestens 6 Std.), als auch ein
Naturerlebnis durch historische und kulturelle Informationen
über die erwanderten Wege und Ziele.

Ausrüstung: Entsprechende Ausrüstung wird vorausgesetzt,
Verpflegung und Getränke nach Eigenbedarf mitnehmen.

An der Wanderstrecke befindet sich keine Einkehrmöglichkeit.

Fahrkosten: mit VC-Tageskarte ab Stadtgrenze 4,30 €,

Fahrkosten Bus 1,70/1,00 € im Bus zu bezahlen.

Rückkehr: mit der Bahn z.B. 16:03/16:33/17:03 Uhr usw.

Führungsbeitrag: Mitglieder: 5 €, Nichtmitglieder: 10 €

Anmeldung: alfred.wlcek@gmx.at oder 0664/226 11 23

Eibl - Tiroler Kogel Vom Höhenweg zur Ötscher-Basis

Sa. – So., 17. – 18. Juni 2023

Treffpunkt: 7:15 Uhr, Hbf. beim Löwen, Abfahrt 7:28 Uhr (RJX
560/160), Ankunft: 9:09 Uhr Türnitz/HLW

Voraussichtliche Route: Türnitz – Schildbachrotte – Eibl –
Kärnerhofspitze – Tiroler Kogel/Annaberger Haus (1 380 HM/
Nächtigung) – Annaberg – Joachimsberg – Wienerbruck

Gehzeit: an beiden Tagen je 6-7 Std., gesamt ca. 25 km, 600
Hm

Wandern+ ist einerseits eine etwas höhere Anforderung
an die Kondition (Gehzeiten mindestens 6 Std.) als auch ein
Naturerlebnis durch historische und kulturelle Informationen
über die erwanderten Wege und Ziele.

Ausrüstung: Entsprechende Ausrüstung wird vorausgesetzt,
Verpflegung und Getränke nach Eigenbedarf mitnehmen.

Fahrkosten: mit VorteilsCard ab Stadtgrenze ca. 14 €, Rückfahrt detto,

Nächtigung Lager/Frühstück ca. 30 €.

Rückkehr: z.B. 15:29 Uhr, an Wien Hbf. 18:30 Uhr.

Führungsbeitrag: Mitglieder: 15 € Nichtmitglieder: 25 €

Anmeldung wg. Nächtigung erforderlich!

Anmeldung: alfred.wlcek@gmx.at oder 0664/226 11 23

MARIAS WANDERUNGEN - Tattendorf

Samstag, 11. März 2023

Treffpunkt: 9:10 Uhr Hauptbahnhof (Eingang Sonnwendviertel)

Abfahrt: 9:24 Uhr **Ankunft:** 10:12 Uhr Tattendorf

Voraussichtliche Route: In Tattendorf besuchen wir die
Schmetterlingswelt. Danach wandern wir nach Kottlingbrunn,
wo wir einkehren. Zurück geht's wieder mit dem Zug, der
stündlich fährt.

Gehzeit: ca. 8 km.

Führungsbeitrag:

Fahrtkosten: rund 17 €.

MARIAS WANDERUNGEN - Irenenta

Samstag, 15. April 2023

Treffpunkt: 9:45 Uhr Westbahnhof (Fahrkartenautomaten) **Abfahrt:**
10:00 Uhr, **Ankunft:** 10:25 Uhr in Untertullnerbach.

Voraussichtliche Route: Wir gehen von Untertullnerbach über
den Gr. Wienerberg und den Buchberg bis zur Klangwiese und
retour wieder bis zum Bahnhof Tullnerbach Pressbaum.

Gehzeit: 10 km, 190 Hm.

Fahrtkosten: im Vollpreis rund 10 €.

MARIAS WANDERUNGEN - Guglzipf

Samstag, 13. Mai 2023

Treffpunkt: 9:15 Uhr Hauptbahnhof, Eingang Sonnwendviertel

Abfahrt: 9:29 Uhr, **Ankunft:** 10:23 Uhr Hirtenberg

Voraussichtliche Route: Von Hirtenberg gehen wir zwischen
Pfarrkogel und Gr. Jauling zum Aichkreuz bis zum Guglzipf. Hier
machen wir Rast/Einkehr. Dann geht's hinunter zum Bahnhof
Berndorf und wieder zurück nach Wien.

Gehzeit: ca. 8 km, 280 Hm.

Fahrtkosten: im Vollpreis rund 20 €.

MARIAS WANDERUNGEN - Laaben

Samstag, 17. Juni 2023

Treffpunkt/Abfahrt: 9:40 Uhr Westbahnhof (Fahrkartenautomaten)

Abfahrt: 9:52 Uhr, **Ankunft:** 10:46 Uhr Innermanzing.

Voraussichtliche Route: Von Innermanzing marschieren
wir zur Falkensteinhütte, weiter zum Hametberg, Forsthof
und Kratzberg nach Laaben. Hier kehren wir in einem guten
Landgasthaus ein. Zurück geht's wieder mit dem Bus und Zug
nach Wien

Gehzeit: ca. 10 km, 300 Hm

Fahrtkosten: rund 20 €.

Für MARIAS WANDERUNGEN gilt: Gesamtgehzeit jeweils ca.

3-4 Stunden. Feste Schuhe sind empfehlenswert. Bekleidung
den Witterung anpassen und Regenschutz mitnehmen.

Verpflegung und Getränke: Je nach Durst und Appetit bitte
selber mitnehmen. Führungsbeitrag: 3 € NF-Mitglieder, 5 € Gäste.

Anmeldung unbedingt notwendig bis 1 Woche vorher.

Auskünfte unter 0664/487 09 52 oder mariakasper@gmx.at

Höhepunkte aus dem Programm

Weitere Angebote der Wiener *Naturfreunde*-Gruppen unter

März

Untere Lobau

Sonntag, 5. März

Kriterien: Gehzeit: ca. 5½ Stunden, keine nennenswerten Hm, ca. 16 km; Bitte Getränk und Proviant mitnehmen, späte Einkehr.

Treffpunkt: 9:35 Uhr, Groß-Enzersdorf, Busbahnhof

Wanderführer: Kurt Tisch | *Naturfreunde* Währing

Anmeldung: bis spätestens 26. Februar erforderlich!

0680/121 92 87 | kurt.tisch@naturfreunde.at

Wanderung bei Vollmond

Dienstag, 7. März

Kriterien: Gehzeit: ca. 4-5 Stunden; Festes Schuhwerk, Regenschutz, Taschen- oder Stirnlampe sowie Getränk und Jause mitnehmen!

Treffpunkt: 13 Uhr, Neuwaldegg, Endstation der Linie 43

Wanderführerin: Maria Bachmann | *Naturfreunde* Währing

Anmeldung: 0676/541 19 61

Wandern mit Rudi Marchegg

Sonntag, 12. März

Kriterien: Strecke: Bhf Marchegg - Marchauen - Marchegg - Bf. Marchegg 4:30 h, 19 km, leicht

Treffpunkt: Treffpunkt 7:50 Uhr, Bhf Floridsdorf;

Kosten: 2 €.

Wanderführer: Rudolf Gotthart | *Naturfreunde* Floridsdorf

Anmeldung: bis 9. März erforderlich! 0664/541 26 17

Rundwanderweg Naturpark „Die Wüste“ Mannersdorf

Samstag, 18. März

Kriterien: Gehzeit: ca. 4,5 Std

Treffpunkt: 8:25 Hbf. große Uhr bei Tickenschalter; Abfahrt S60 8:50 Uhr, 9:45 Uhr Start GH Arbachmühle

Wanderführerin: Elisabeth Szabo | *Naturfreunde* Neubau

Anmeldung: bis 15. März unter elisabeth.szabo@gmx.at |

0664/815 18 81

Von Frauen für Frauen Karlshöhe bei Sopron

Samstag, 18. März

Kriterien: Liebliche Wanderung am Rand des Ödenburger

Gebirges zu einem mächtigen Aussichtsturm mit schönen

Ausblicken auf Sopron und Umgebung; 3:30 h, 10 km, 150 Hm,

leicht

Treffpunkt: 8:10 Uhr, Hbf., Löwe

Kosten: 2 €.

Wanderführerin: Birgit Balazs | *Naturfreunde* Floridsdorf

Anmeldung: bis 15. März 0676/313 60 62

Drei-Hüttenwanderung, Hainfeld

Samstag, 25. März

Kriterien: Gehzeit 5 Std., 10 km, 500 Hm

Treffpunkt: Treffpunkt: 7 Uhr Bhf. Wien West; Zugabfahrt 7:18 Uhr;

umsteigen in St.Pölten 8:06 nach Hainfeld (Einfach RausTicket);

Autofahrtreffpunkt: 8:50 Uhr Bhf.Hainfeld

Wanderführer: Josef Höller | *Naturfreunde* Döbling

Anmeldung: josef.hoeller@aon.at | 0664/736 103 13

KULTUR*WANDERN

Whiskey in the jar ... - Destillerie Weidenauer

Sonntag, 26. März

Kriterien: Vormittags wandern wir in zwei Gruppen (eine Gruppe

wandert einfache ca. 1,5h, die andere Gruppe wandert ca.

2-3 h in flottem Tempo). Nach dem Mittagessen besichtigen

wir die Destillerie Weidenauer, einen Familienbetrieb im

südlichen Waldviertel. Die Destillerie, welche auf Haferwhisky

spezialisiert ist, macht auch exzellenten Fruchtdestillaten alle

Ehre. Einfach großartig und einen Besuch wert!

Treffpunkt: 8 Uhr, Am Spitz 5

Kosten: 25 € für Bus.

Wanderführer: Rudolf Gotthart | *Naturfreunde* Floridsdorf

Anmeldung: bis 19. März unter 0664/541 26 17

April

Glockenberg /Himmelskeller

Sonntag, 9. April

Kriterien: Gehzeit: 4,5 Std, 170 hm

Treffpunkt: Abfahrt Floridsdorf Bhf: 9:35 Uhr; ab Praterstern: Bhf

9:26 Uhr (Retourfahrkarte); Ankunft: 10 Uhr Ullrichskirchen Bhf.

Wanderführer: Willi Zeilinger | *Naturfreunde* Döbling

Anmeldung: 0676/749 87 39

Von der Wotrubakirche nach Hütteldorf

Montag, 10. April

Kriterien: MauerWotrubakirche-MaurerWald-LainzerTor-Hermesvilla-Rohrhaus(Einkehr)-Hütteldorf 4 Std. 400 Hm

Treffpunkt: Start in Mauer, Anreise privat, Mitfahrgelegenheit.

Wanderführerin: Hildegard Hinner | *Naturfreunde* Penzing

Anmeldung: hildegard.hinner@me.com

Programm der Wiener Naturfreunde

01/893 61 41 | wien@naturfreunde.at | wien.naturfreunde.at

Wanderung auf den Jauerling

Samstag, 15. April

Kriterien: Gehzeit: ca. 6½ Stunden, Auf- und Abstieg je ca. 770 Hm, ca. 16 km

Treffpunkt: 8:57 Uhr, Schwallenbach, Bushaltestelle Bundesstraße

Wanderführerin: Judith Zeinlinger | *Naturfreunde* Währing

Anmeldung: bis 7. April erforderlich unter 0677/616 388 80

Wasserleitungs-Wanderung

Sonntag, 16. April

Kriterien: Vom Lainzer Tor wandern wir durch den Lainzer Tiergarten nach Laab im Walde und entlang der 2. Wiener Hochquellwasserleitung zurück nach Mauer. 4 h, 12 km, 300 Hm, leicht

Treffpunkt: 10 Uhr, Lainzer Tor

Wanderführerinnen: Gabi + Lea Riedl | *Naturfreunde* Floridsdorf

Anmeldung: bis 13. April unter 0664/181 61 89

Über Wald und Wiesen zur Arnsteinnadel

Sonntag, 16. April

Kriterien: Arnsteinhöhle-Ruine Arnstein-zurück, unterwegs keine Einkehr, 2,5 Std., wenige Höhenmeter.

Treffpunkt: Start Raisenmarkt, Anreise privat, Mitfahrgelegenheit

Wanderführer: Reinhard Steinberger | *Naturfreunde* Penzing

Anmeldung: Rsteinberger@gmx.net

Von Frauen für Frauen - Vom Kirchberg aus das Wechselland erkunden

Samstag, 29. April

Kriterien: Die Passkapellenrunde ist eine wunderschöne, ausgiebige Wanderung im Wechselland. Die Wege führen uns in die ruhige Umgebung von Kirchberg. 5 h, 12 km, 350 Hm, mittel

Treffpunkt: 8:15 Uhr, Hbf, Löwe

Kosten: 2 €

Wanderführerinnen: Gabi + Lea Riedl | *Naturfreunde* Floridsdorf

Anmeldung: bis 26. April unter 0664/181 61 89

Saisoneröffnungsfest der Stefaniewarte am Kahlenberg

Sonntag, 30. April

Kriterien: Gehzeit ca 1,5 Std, geeignet für Kinder ab 5 Jahren

Treffpunkt: ab 11 Uhr; Treffp.: Familienwanderung um 13:30 Uhr am Cobenzl bei Bushaltestelle 38 A

Wanderführer: *Naturfreunde* Döbling

Anmeldung: Keine Anmeldung erforderlich

Mai

Hochwechsel mit Wildwasserpfad

Samstag, 6. Mai

Kriterien: Schwaig-Wetterkogelhaus-Wildwasserpfad 5 Std. 900 Hm.

Treffpunkt: Mariensee, Anreise privat, Mitfahrgelegenheit.

Wanderführerin: Hildegard Hinner | *Naturfreunde* Penzing

Anmeldung: hildegard.hinner@me.com

Retz - Umgebung

Sonntag, 7. Mai

Kriterien: Gehzeit ca. 4 Std., 15 km, 300 Hm

Treffpunkt: 8 Uhr Bhf.Floridsdorf/Kassenhalle; Abfahrt: 8:11 Uhr nach Retz, Ankunft: 9:12 Uhr auch Autofahrertreffpunkt

Wanderführer: Willi Habitzl | *Naturfreunde* Döbling

Anmeldung: willi.habitzl@hotmail.com | 0664/795 469 63

Leithagebirge - Mannersdorf- Purbach/See

Samstag, 13. Mai

Kriterien: Gehzeit 3,5 Stunden

Treffpunkt: 8:30 Uhr Hauptbahnhof, Abfahrt 8:45 Uhr

Wanderführerin: Elfriede Kysela | *Naturfreunde* Brigittenau

Anmeldung: 0681/107 208 15

Wilhelmsburger Runde

Samstag, 20. Mai

Kriterien: Gehzeit 6 Std, 19 km, 550 Hm

Treffpunkt: 7:15 Bhf. Hütteldorf, Fahrscheinautomat Ausgang/Busse

Wanderführerin: Sabina Karlovits | *Naturfreunde* Neubau

Anmeldung: bis 18. Mai unter sabina.karlovits@aon.at | 0680/117 26 47

Kreuzbergüberschreitung von Payerbach nach Breitenstein

Sonntag, 21. Mai

Kriterien: 4,5 Std. 600 Hm bergauf, 220 Hm bergab (alternativ Rundwanderung 6 Std.)

Treffpunkt: 7:10 Uhr Bhf.Meidling/Kassenhalle; Zugabfahrt 7:31 Uhr Rex 9 nach Payerbach; Ankunft 8:26 Uhr (auch Autofahrertreffpunkt)

Wanderführer: Hans Grabenhofer | *Naturfreunde* Döbling

Anmeldung: hans.grabenhofer@hotmail.com | 06647/750 524 55

Das aktuelle Gruppenprogramm zum Download:
wien.naturfreunde.at (unter „Service“ -> „Themen“)

Kinder- und Jugendangebote der Naturfreunde Wien

Klettern Kinder und Jugendliche / in- und outdoor der Naturfreunde Penzing

KiJu-Klettertraining in der Kletterhalle Wien

Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6–15 Jahre

Infos bei Anmeldung unter: moritz.rudigier@gmail.com

Kosten 15 €; Leitung: Moritz Rudigier

Termine: Sonntags

12.3.2023, 13:50–18:30 Uhr

23.4.2023, 13:50–18:30 Uhr

14.5.2023, 13:50–18:30 Uhr

und Freitag: 19.5.2023, 13:50–18:30 Uhr

Klettern am Felsen

Klettergruppe für Fortgeschrittene von 6–15 Jahre

Peilstein; Infos bei Anmeldung unter: moritz.rudigier@gmail.com

Kosten 15 €; Leitung: Moritz Rudigier

Termine:

So., 5.3.2023, 9:00–19:00 Uhr

Sa., 22.4.2023, 9:00–19:00 Uhr

So., 19.3.2023, 9:00–19:00 Uhr

Sa., 6.5.2023, 9:00–19:00 Uhr

Sa., 1.4.2023, 9:00–19:00 Uhr

Sa., 27.5.2023, 9:00–19:00 Uhr

Mo., 10.4.2023, 9:00–19:00 Uhr

Weitere Outdoor Kletterangebote

Alle Termine ab Anfang März unter <https://wien.naturfreunde.at> für *Naturfreunde* Mitglieder

Schnuppern: Seilklettern und Klettersteig am Felsen ab 6 Jahre

Voraussetzung: keine Kenntnisse notwendig

Wir sorgen für Klettergurt und Helm, und ihr sorgt für

Sportbekleidung und festes Schuhwerk

Ort: Weichtalhaus

Sportklettern Outdoor für Kinder & Jugendliche ab 8 Jahre

Voraussetzung: Klettererfahrung, z.B. NF-Sportklettergruppe Wien

Ort: Wiener Hausberge

„Action-Goodie“: selbstständiges Abseilen, Klettersteig, etc.

(je nach Kletterfelsen & Möglichkeiten im Gebiet)

Langer Klettersteig für sportlich Motivierte ab 12 Jahre

Voraussetzungen: Klettererfahrung im mind. 5. Grad,

(mind. 40 kg Körpergewicht)

Ort: Wien Umgebung, z.B. Hohe Wand

Klettersteig für Kids & Teens mit Eltern in Wien Umgebung

Voraussetzungen: mind. 40 kg Gewicht!

Ort: Wien Umgebung, z.B. Hohe Wand, Efeugrat



© Sandra Liebig

MTB-Kids Training

Samstag, 6. Mai 2023

Du hast ein funktionstüchtiges Mountainbike, kannst bereits gut Fahrradfahren und möchtest deine Fahrrad-Skills verbessern. Gemeinsam mit anderen Kindern erlernst du spielerisch Grundtechniken des Mountainbikens als Voraussetzung für sicheres Fahren im Gelände! Eingeladen sind Kinder zwischen 10 und 13 Jahren.

Anmeldung bei Andreas Höllmüller, andreas.hoellmueller@gmx.at, 0699/116 686 80

NF-Guides: Ingrid Hauzenberger, Andreas Höllmüller



© Ingrid Hauzenberger

Familien.Freizeit.Service

Erlebnis rund um das Nationalparkhaus wien-lobAU

Sa. 18. März 2023 von 14 bis 16:30 Uhr

Für Familien mit Kindern ab 5 Jahre. Das Geheimnis des Auwaldes gemeinsam kennenlernen- zuerst im Erlebnisraum: Ausstellung und AU-Kino, anschließend Spaß und Spiel am Abenteuer-Spielplatz und mit dem Förster auf Spurensuche bei der Dechantlacke (Gehzeit ca. 1 Stunde)

Ort: NP-Wien - lobAU-Haus, 1220 Wien, Dechantweg 8

Erreichbarkeit: Bus 92 B (ab U2 Donaustadtbrücke bis Haltestelle Raffineriestraße/Biberhaufenweg - Fußweg 5 Min.

Eintritt und Führung kostenlos!

Anmeldung notwendig unter 01/893 61 41 oder wien@naturfreunde.at

Das Frühlingsfest im Lainzer Tiergarten

Sa. 29. April 2023 von 11 bis 19 Uhr

Kommt zum großen Familienfest des Wiener Forstamtes MA49: Programm: Maibaum-Aufstellen, Rudi-Rüssel-Wildschwein-Rennen, Pflanzenverkauf und vieles mehr. Besucht die Workshops der Wiener Naturfreunde: „Baumwolle statt Plastik“ (bunte Stofftaschen), Holz+Nägel, Basteln mit Recycling-Materialien, Spaß rund um das Schmetterlingsnetz.

Ort: Wiese beim Spielplatz, Zugang 13, Lainzer Tor/Hermesstraße

Erreichbarkeit: Bus 56B ab U4 Hietzing

Eintritt und Teilnahme kostenlos!

Achtung - Hundeverbot im Lainzer Tiergarten

Anmeldung nicht notwendig, einfach hinkommen und mitmachen!



© Schimaneck

VORSCHAU - Mai und Juli 2023

Nähere Infos und Anmeldungen ab 11. April 2023 möglich.

Familienfest: Muttertag im Tierreich

So, 14. Mai 2023 – 10 bis 17:30 Uhr

Tagesausflug mit Busfahrt - Biokulinarik, Kreativ- und Spielstationen im schlossORTH, Tierbeobachtungen auf der Schlossinsel, Waldspaziergang zum Donauufer und vieles mehr.

Familienausflug: Bio-Tag in der Wildtier-Station

Sa. 17. Juni 2023 – 11 bis 18 Uhr

Kinderprogramm in der Wildtier-Station und Bio-Stadtgut in Laxenburg/NÖ

Detailprogramme und Anmeldung: *Naturfreunde Wien*, 1220 Wien, Erzherzog-Karl-Straße 108

T 01/893 61 41 | E wien@naturfreunde.at | wien.naturfreunde.at
-> Familie.aktiv

Sommer-Tagescamps 2023: Naturexpeditionen im Prater für Kinder

Hast du Lust, mit uns die Geheimnisse des Grünen Praters zu erforschen und die hier lebenden Tiere und Pflanzen kennenzulernen? Gemeinsam untersuchen wir die Lebewesen im Wasser, bauen Boote und Abenteuerspielplätze für kleine Tiere, spielen und experimentieren. Einen halben Tag werden wir kletternd in der *Naturfreunde*-Kletterhalle Stadlau verbringen, danach kannst du ausprobieren, wie gut das Teamwork mit deinen neuen Freunden und Freundinnen funktioniert.

Termine:

Montag, 10. bis Freitag, 14. Juli 2023 und/oder

Montag, 24. bis Freitag, 28. Juli 2023,

jeweils Mo-Do: 8:00 bis 17:00 Uhr, Fr: 8:00 bis 14:00 Uhr.

Treffpunkt immer bei der U2 Station Stadion.

Verpflegung nach Geschmack selbst mitbringen.

Treffen mit und Kennenlernen der Camp-Betreuer*innen (ausgebildete Pädagog*innen sowie Biolog*innen) am Fr, 23. Juni 2023 im Freizeitzentrum Alte Donau.

TN-Betrag NF-Mitglied: 180 € | TN-Betrag für Nicht-Mitglieder 200 €. Information | Anmeldung: wien@naturfreunde.at

Sommer-Tagescamp für 7- bis 11-jährige Kinder, bei Sonnenschein im Prater, bei Regen Indoor-Abenteuer.

Mein erster 6 000er, der Mera Peak

Ein Reisebericht über die Besteigung des 6 460m hohen Mera Peak im Himalaya Gebirge

von Filip Worotyński | [@mountain_woro](#)



Wer glaubt, dass das Abenteuer erst in Nepal beginnt, der irrt. Wir haben die Reiseplanung bereits ca. ein Jahr vorher begonnen – ab da war klar, dass ich mir nicht nur neue Ausrüstung anschaffen, sondern mich auch körperlich auf meinen ersten Ausflug in den Himalaya vorbereiten muss. Mein bisher höchster Berg war der Großglockner, der gute 2 600 Höhenmeter niedriger ist als der Mera Peak. Je näher das Abflugdatum rückte, desto mehr Fragen kamen auf. Zwei Wochen bevor es losging, trafen wir uns zu einem gemeinsamen Material-Check, besprachen letzte Feinheiten und auch wer was mitnehmen würde. Zusätzlich zur sonst üblichen Ausrüstung, mussten wir diesmal auch an Gegenstände wie Wärme-Pads und Urinflaschen für das Highcamp denken.

Der **Tag X** ist da, es geht los... Habe ich alles eingepackt? Zum Glück geht der Flug erst um 14:00 Uhr von Wien weg, da ist noch genug Zeit für zwei Gepäck-Checks. Die wichtigsten Dinge, zum Beispiel meine Expeditions-Downjacke, eine Montur Baselayer und Down-Handschuhe habe ich ins Handgepäck gepackt, falls das Aufgabepäck verloren geht.

Nach ca. 15 Stunden Reisezeit mit Zwischenstopp in Istanbul waren wir endlich in Kathmandu angekommen, ziemlich genau zum Sonnenaufgang. Kaum ausgestiegen, ging das Chaos auch schon los. Visum beantragen und bezahlen, Passkontrolle. Die Fluggäste stürmten aus dem Flugzeug, alle in eine andere Richtung. Die Schilder sind verwirrend für alle Erstbesuchenden. Die bürokratischen Hürden geschafft, wurden wir vor dem Gelände bereits von unserer deutschsprachigen Reiseleitung erwartet, mit Blumenketten begrüßt und samt Gepäck in einen mittelgroßen Van eingepackt. Auf der Rückbank mussten wir das Gepäck gut festhalten, damit es uns nicht auf den Kopf fiel – Asien halt.

Keine Zeit zum Ausruhen – nach dem Frühstück und Beziehen der Zimmer ging's gleich los mit einer kurzen Tour durch das kaiserliche Viertel Bahaktapur mit seinen vielen Tempeln und Sehenswürdigkeiten. Nach der langen Reise und bei schwülen 30 Grad durchaus etwas anstrengend. Auch der nächste Tag beginnt für uns schon um 2 Uhr früh. Es geht zum Flughafen Manthali (Ramechap), damit wir den Flug um 6 Uhr erwischen. Dachten wir zumindest... Bis 9 Uhr starteten keine Flüge aufgrund fehlender Sicht am Anflugshafen. Mit großer Verspätung – Asien halt – landeten wir schließlich am gefährlichsten Flughafen der Welt, mit kurzer und schräger Landebahn, Lukla. Das erste Mal richtiges Gebirge, keine Autos, eine gewisse Ruhe, viele Träger, fast nur mehr Bergsteigende auf den Straßen – endlich das, wofür wir hergekommen waren. Wir haben sehr gut gegessen, konnten noch warm duschen und haben uns in der ersten Nacht daran gewöhnen können, was uns erwarten würde – kalte Nächte in Lodges im warmen Schlafsack.

Tag 2 beginnt gemütlich, wir packen uns zusammen, die Träger holen unsere Duffelbags ab und wir werden von Angelu, unserem Chef-Guide abgeholt, der bereits mehrfach am Everest war und eine K2 Besteigung am Konto hat – wir sind in sehr guten Händen. Die erste Etappe führt uns durch eine schöne grüne Landschaft, mit Blick auf verschneite Gipfel, in die nächste Lodge auf ca. 3 500m Höhe. Die Küchenstandards sind von nun an fernab der westlichen Gepflogenheiten. Mit Holz geheizt wird auf Selbstbau-Öfen das Essen zubereitet, es stinkt überall nach Rauch.

Tag 3 des Trekkings wird zum ersten Mal anstrengend. Wir haben eine Tagesetappe von ca. 1 100 Höhenmetern vor uns, die uns über den Zatrwa La Pass auf 4 620m führt. Wir gehen



Von links nach rechts: Filip Worotynski, Gita Shreshtha (Reiseleiter Nepal), Manfred Kust, Wolfgang Steinwender, Simon Glaser, Dragoljub Velebit, Gerald Gindlhuber, Philip Rafalt, Lukas Kaufmann

sehr langsam und gemütlich, genießen die Landschaft, versuchen uns an die Höhe zu gewöhnen. Das letzte Stück zum Pass führt über ca. 900 Stein-Stiegen. Mein Leidensweg beginnt allerdings nach dem Pass, das erste Mal Kopfweh aufgrund der Höhe. Zwar geht es relativ bald wieder auf 4 200m herunter in die nächste Lodge, ganz erholen kann ich mich aber nicht, und nehme eine Tablette Ibuprofen.

Am Folgetag steigen wir wieder auf 3 500m ab, in die schöne Lodge von unserem Guide Angelu, wo uns dessen Frau bereits erwartet. Am Weg hinunter haben wir das erste Mal freie Sicht auf unser Ziel, den Mera Peak. Wir machen eine Pause und genießen den Blick. Am Abend werden wir zum „Festival des Lichtes“ von einer Gruppe Nepalis besucht, die uns zum Singen und Tanzen animieren.

An **Tag 5** geht es weiter nach Thangnak, eine recht lange und relativ flache Wanderung entlang des Flusses. Es ist schon deutlich kühler und die Landschaft fast nur mehr felsig, wir schlafen auf 4 200m und haben für den nächsten Tag eine Tour auf 5 000m zum Akklimatisieren geplant. Leider wache ich in der Nacht mit starken Kopfschmerzen auf. Nach einigem Hadern mit mir selbst, wissend dass wir am nächsten Tag auf 5 000m hinaufsteigen sollen, beschließe ich, Diamox zu nehmen, ein Medikament, welches für die Linderung der Symptome der Höhenkrankheit verwendet wird. Das Kopfweh ist **am Morgen** zum Glück fast weg und ich fühle mich wieder fitter. Nach dem Frühstück, welches natürlich in Downjacke, Haube und mit Handschuhen gegessen wird, gehen wir los. Es ist eisig kalt, der Boden ist gefroren, wir warten sehnsüchtig auf die Sonne. Wir schätzen, dass es im Schatten sicher um die -5 Grad hat. In dem Moment wo uns die ersten Sonnenstrahlen erreichen, beginnen wir bereits, die ersten Kleidungsschichten auszuziehen. Den weiteren Weg gehe ich mit langärmeliger Baselayer und Softshell-Jacke. Wir schaffen rund 200HM in der Stunde und kommen nach 3,5-4 Stunden auf 5 000m an. Belohnt werden wir mit einem wunderschönen Panorama, in der Ferne erspähen wir Khare, das letzte Dörfchen auf etwa 4 800m Höhe.

>>



Ein langer Weg führt uns an **Tag 7** nach Khare und es kommen uns bereits viele Gruppen entgegen, die am Vortag auf dem Mera Peak gewesen sind. Die meisten erzählen von windigen und eisigen Zuständen, immer wieder berichtet jemand von leichten Erfrierungen und ich beginne, an meiner dicken Daunen-Ausrüstung zu zweifeln. Wir lassen uns Zeit, wir haben schließlich den ganzen Tag für die Wanderung, kommen jedoch schon um 13 Uhr an und ich gehe gleich noch eine Runde auf ca. 5 150m akklimatisieren. Das Kopfweh taucht auch diese Nacht wieder auf und ich nehme erneut Schmerztabletten dagegen.

An **Tag 8** schlafen wir gemütlich aus und machen einen Material-Check in der Sonne. Später gehen wir Richtung Gletscher, wo wir das erste Mal gemeinsam am Seil mit Steigeisen, Pickel und 6 000er Schuhen gehen werden. Während wir in voller Montur wandern, überholen uns immer wieder nepalesische Träger in Sportschuhen und Grödel – leicht veräppelt fühle ich mich da schon. Wir gehen über zwei Steilstufen auf ca. 5 400m hoch und machen einen Lunchbreak. Nach dem Abstieg sitzen alle relativ erledigt im Speisesaal, der Schmäh rennt nicht so wie die letzten Tage, die Essensportionen werden meist nicht aufgegessen und die Höhe macht sich bemerkbar. Wir planen die letzten Schritte bis zum Gipfel mit dem Guide, die Wettervorhersage passt gut. Der Tag, auf den wir alle so lange gewartet haben, kann kommen.

Ungefähr zwei Stunden vom High Camp entfernt, frischt am **nächsten Tag** der Wind ziemlich auf. Manfred hatte kaum zusätzliche warme Kleidung im Rucksack, ich finde zufällig meine normalen Winterhandschuhe und die Gipfelhandschuhe im Rucksack, wir teilen sie uns auf.

Etwa 1,5-2 Stunden vor Sonnenuntergang werden wir im High Camp mit Popcorn und Tee begrüßt. Anschließend wird das berühmte Dhal Bat serviert, von dem die Nepali behaupten: „Dhal Bat gives you power for 24 hour“

Dann ist es so weit. Am **Gipfeltag** werden wir um 00:30 Uhr geweckt. Der Morgen beginnt für mich mit Sodbrennen und Übelkeit. Vor der Gruppe versuche ich mir erst nichts anmerken zu lassen, steige halb angezogen und wankend aus dem Zelt. In Gedanken ist mir schon klar, ich werde mich übergeben. Je mehr Zeit vergeht, desto sicherer werde ich mir, dass ich nach den ersten Höhenmetern umkehren muss. Nach dem Start geht es allerdings doch relativ gut voran und ich halte durch. Mein Magen meldet sich in regelmäßigen Abständen, ich bin komplett erledigt und kann meine Augen kaum offenhalten. Meine Finger

beginnen zu frieren, unser Guide Angelu hilft mir, die Wärmepads aus meinem Rucksack in meine Handschuhe zu stecken. Kaum ist mir auf den Fingern wieder warm, spüre ich meine Zehen. Kann das wirklich sein? In 6 000er Schuhen? In meinem Rucksack finden wir keine Wärmepads mehr. Soll ich umdrehen? Werde ich mir die Zehen am Mera-Peak abfrieren? Manfred und ich sind heute die schwächsten der Gruppe. Abwechselnd kümmert sich Angelu so gut es geht um unsere Bedürfnisse. Ich fühle mich wie in Trance. Schritt für Schritt stapfe ich meinem Vorgänger nach, teilweise mit geschlossenen Augen, bis mir Wolfgang plötzlich von hinten zuruft: „Deine Steigeisen!“ Das rechte Eisen ist aufgegangen, ich kann nichts dagegen tun. Wieder eilt Angelu zu Hilfe. Langsam erscheint die Sonne am Horizont. Von der schönen Aussicht bekomme ich nur wenig mit, ich lehne mich in den Pausen mit meinem Oberkörper auf die Stöcke und versuche, mich auszuruhen. Gegen 08:00 Uhr kommen wir zum letzten Gipfelaufschwung. Einmal noch Zähne zusammenbeißen. Wir kämpfen uns rund 70hm hinauf. Manfred bricht vor Freude in die Knie.



Ich versuche zu realisieren, dass wir es tatsächlich geschafft haben und wanke benommen am Gipfelplateau hin und her. Mir kommen vor lauter Erleichterung die Tränen, so einen emotionalen Gipfel habe ich bisher nicht erlebt. Dahinter stecken vor allem die Monate und die letzten Wochen an Kampf mit mir selbst, die nun vorbei sind. Den Fotos nach zu urteilen haben wir nur etwa zehn Minuten am Gipfel verbracht. Pause machen wir ein Stück weiter unten an einer windstillen Stelle. Ich nehme den ersten Schluck Cola und beiße von einem Riegel ab – Fehler. Direkt danach muss ich mich übergeben. Der Abstieg geht aber viel schneller und wir kommen bald im High-Camp an. Ich lege mich, ohne meine Schuhe auszuziehen, ins Zelt und schlafe etwa zwei Stunden, bis ich für den weiteren Abstieg nach Khare geweckt werde. Zu essen gibt es für mich nur mehr Suppe und Süßgetränke und im Anschluss 13 Stunden Schlaf. Danach geht es mir wieder besser.

Mit großer Erleichterung und Freude geht an **Tag 11** das Trekking zu Ende und wir steigen nach Khote ab. In der Lodge unseres Guides wird gut gegessen und gefeiert.

Abschließend kann ich dem Erstbesteiger des Mt. Everest, Sir Edmund Hillary, in seinem Zitat nur zustimmen: „It is not the mountain we conquer, but ourselves.“

40 Jahre Mitglied: Bürgermeister Michael Ludwig

Seit 40 Jahren ist Bürgermeister Michael Ludwig Mitglied bei den Naturfreunden Floridsdorf. Für die Ehrung dieses Jubiläums waren NF-Floridsdorf-Vorsitzender Bernhard Herzog mit Gabi Riedl (Kontroll-Vorsitzende NF21) und Helmut Frank (GF NFWien) im Rathaus zu Gast.

Neben der Überreichung der Ehrungsurkunde, des Jubiläums-ansteckers und des Kalender- sowie Buchgeschenks standen Gespräche über gemeinsame Erlebnisse bei den Naturfreunden



v.l.: Bernhard Herzog, Michael Ludwig, Gabi Riedl, Helmut Frank

am Programm. Bürgermeister Ludwig ist sehr stolz auf die lange Mitgliedschaft in unserer *Naturfreunde*-Organisation.

Freizeit-Oase Alte Donau:

Unser Sommer beginnt am 1. Mai

Die Wiener *Naturfreunde* bieten für alle, die ihre Freizeit in einer einmaligen Naturlandschaft verbringen wollen, einen besonderen Treffpunkt: die grüne Freizeit-Oase an der Alten Donau.

Die Anlage verfügt über einen Beach-Sandplatz für Hand- und Volleyball, einen Natur-Kinderspielplatz, eine Boulderwand für Kinder, einen abgetrennten Grillplatz für Familienfeste und Kindergeburtstage sowie Liegewiesen unter zahlreichen schattigen Bäumen. Unser eigener Strand lädt zum Sonnen und Schwimmen im „Meer der Wienerinnen und Wiener“ ein.

Für Dauergäste stehen versperrbare Abstellfächer (Mai bis September) und preisgünstige Saisonkarten bereit. Nach der Winterzeit hoffen wir auf einen sonnigen Frühling und einen erlebnisreichen Sommer in unserer „Grünen Oase“: An der unteren Alten Donau 51, 1220 Wien

Aktuelle Informationen über die *Naturfreunde*-Oase Alte Donau und Angebote findet Ihr unter:

freizeitzentrum-alte-donau.naturfreunde.at,

Naturfreunde Wien: 01/893 61 41 (Bürozeiten beachten)



Sommer-Yoga im Freizeitzentrum Alte Donau

Wie schon im Vorjahr gibt es auch heuer wieder die Möglichkeit Yoga im Freien im Rahmen einer Praxiswoche entweder kennenzulernen oder zu vertiefen.

Wann? Montag, 3. Juli 2023 bis Freitag, 7. Juli 2023

Wie oft? Insgesamt 10 Termine (5x Morgen-, 5x Abendyoga)

Morgenyoga: jeweils 8:30 – 10:00 Uhr

Abendyoga: jeweils 17:00 – 18:30 Uhr

Anmeldung & Information: *Naturfreunde* Wien | 01/893 61 41

Unsere Reisen 2023

WEINVIERTLER JAKOBSWEG

Mo., 24. - Sa., 29. April 2023 | **Buchungsschluss: 12. März 2023!**

Startend von Wien mit Bahn und Bus Richtung Drasenhofen, bestreiten wir diesen Teil des österreichischen Jakobsweg-Netztes. Unsere Wanderungen führen uns von Drasenhofen nach Poysdorf bis nach Asparn/Zaya. Dabei passieren wir malerische Weingärten und Kellergassen sowie die Bezirkshauptstadt Mistelbach. Auf der Strecke nach Großrußbach lernen wir den Naturpark „Leiser Berge“ und in weiterer Folge Stockerau kennen. Die zwei letzten Etappen bringen uns durch die sanft hügelige Landschaft des Weinviertels bis letztendlich nach Krems/Donau. Die unterschiedlichen Wander-Etappen gestalten sich zwischen mind. 16,2 km bis max. 29,5 km als Tagespensum.

An- / Rückreise: gemeinsam mit Zug bzw. Bus
Leistungen: Transfers, Unterkünfte gemäß Ausschreibung, Betreuung durch unseren *Naturfreunde*-Reiseleiter
Richtpreis: € 429,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 469,- Preis als Nicht-Mitglied, keine Einzelzimmer-Buchung möglich.
Reiseleiter: Fritz Jensch

Mit dem FAHRRAD durch SLOWENIEN

Fr., 5. - Mo., 15. Mai 2023

Diese Reise lässt uns mit dem Fahrrad eine Strecke in Slowenien von Ptuj (älteste Stadt Sloweniens) bis nach Piran kennenlernen. Es geht entlang der Destinationen Sentur pri Celju, Logarska Dolina, Cerklje na Gorenjskem, Bled, Bovec, Dobrovo v Brdih, Piran und nach Wien retour. **Reisepass und *Naturfreunde* - Auslandsreiseversicherung nicht vergessen!**

An- / Rückreise: mit gemeinsamen Bahnfahrten.
Leistungen: Transfers, Nächtigungen/Frühstück, Betreuung durch u. Radguide(s)
Richtpreis: € 2150,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 2290,- Preis als Nicht-Mitglied, € 275,- EZ-Zuschlag
Reiseleiter: Michael Huber - Strasser

„Familien-AKTIV-Wochenende“ in Spital/Pyhrn - In Kooperation mit der Ortsgruppe Schwechat

Sa., 13. - So., 14. Mai 2023

Gemeinsam mit einem Reisebus fährt die Reisegruppe ins Hotel „Freunde der Natur“ und in weiterer Folge zur ZipLine nach Gröbming. Am Sonntag geht es nach Palfau zum Raftingcamp, bevor es am späteren Nachmittag wieder retour geht.

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus
Leistungen: Basispaket Busfahrten und Nächtigung/HP, Pyhrn-Priel Card, Betreuung durch d. *Naturfreunde*-Reiseleiter
Richtpreis: € 120,- *Naturfreunde*-Mitglieder p. P. i. DZ
Reiseleiter: Didi Abraham/OGR Schwechat

WANDERN an der Nordwestküste GRIECHENLANDS

Sa., 20. - Sa., 27. Mai 2023 | **Nur noch DZ-Buchungen möglich!**

Diese Wanderreise entlang der epirotischen Nordwestküste Griechenlands, bringt unsere Reisegruppe u.a. nach Lekatsa, Parga, Korronisia, Syvota, zum Ambrakischen Golf (optional: Bootsausflug auf Selbstkosten) und zu einer Flusswanderung beim Acheron. Während unserer Woche kommen außerdem die kulinarischen Gaumenfreuden wie auch die Badesachen nicht zu kurz; mit etwas Glück treffen wir auf Meeresschildkröten, lernen das mediterrane Leben kennen und haben Möglichkeit, Souvenire zu shoppen. Ein Kulturtag mit einem Ausflug zur geschichtsträchtigen antiken römischen Festung Nikopolis darf nicht fehlen. Ausgangspunkt unserer Erkundungen ist ein Hotel in Preveza in Strandnähe. **Reisepass und Badesachen nicht vergessen!**
***Naturfreunde* - Auslandsreiseversicherung sowie geeignete Wanderbekleidung und Wanderschuhe sind ein Muss!**

An- / Rückreise: mit Flug nach Preveza und Wien/Schwechat retour
Leistungen: Transfers mit Kleinbus vom/zum griechischen Flughafen zum/vom Hotel sowie zu den Ausgangspunkten der Wanderungen; Nächtigungen/Frühstück, Betreuung durch unseren *Naturfreunde*-Reiseleiter **UND** deutschsprachige Wanderführung
Richtpreis: € 1.525,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 1.590,- Preis als Nicht-Mitglied.
Reiseleiter: Wolfgang Kämpf

WOHLFÜHLEN und GENIESSEN in SPITAL / PYHRN

Do., 1. - So., 4. Juni 2023

Starten wir gemeinsam in ein „Mehr an Bewegung“! Nordic Walking, eine Wanderung zum Gleinkersee, ein Besuch des Museums „Zwischen Himmel und Erde“ (Gerlinde Kaltenbrunner) sowie Kräftigungs- aber auch Dehnungs- und Entspannungsübungen in der frischen Luft stehen im Mittelpunkt unseres langen Juni-Wochenendes. Ausgangspunkt ist das Hotel „Freunde der Natur***“ Optional: Ausflug zur Wurzeralm.

An- / Rückreise: gemeinsam mit dem Zug (Fußweg in Spital/Pyhrn zum Bahnhof)
Leistungen: Nächtigungen/Halbpension, Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Reiseleiterinnen
Richtpreis: € 365,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 415,- Preis als Nicht-Mitglied, € 36,- EZ-Zuschlag
Reiseleiterinnen: Gabriele Riedl und Julia Votter

FOTOWORKSHOP im Mostviertel

Fr., 2. - Mo., 5. Juni 2023

Bei unserem alljährlichen Fotoworkshop können alle Hobbyfotograf*innen im Jahr 2023 auf die Suche nach den besten Motiven im Mostviertel gehen. Das „Hotel Moshammer****“ in Waidhofen / Ybbs ist unser Quartier und Ausgangspunkt für Touren, die uns u.a. nach Sonntagberg, ins Stift Seitenstetten, in den Tierpark Haag, ins Schmiedezentrum Ferrum und ins Ostarrichmuseum bringen werden.

An- / Rückreise: mit dem eigenen PKW - Fahrgemeinschaften erwünscht

Leistungen: Nächtigungen/Halbpension, Führung im Stift / Eintritt, Tierpark, Schmiedezentrum, Nachtwächterrundgang, Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Reiseleiterin

Richtpreis: € 429,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 479,- Preis als Nicht-Mitglied, € 60,- EZ-Zuschlag

Reiseleiterin: Maria Dürr (Landesfotoreferentin)

FAHRRAD-Reise ins LOIRE-TAL / FRANKREICH

Do., 8. (Fronleichnam) - Mo., 19. Juni 2023

Unsere Fahrrad-Reise bringt uns nach Frankreich ins Loire-Tal, wo wir nach einem Ankunftstag in Paris mit dem Zug nach Blois weiterreisen. Mit dem Rad geht es entlang der Loire weiter - Zwischenstopps sind u.a. Chambord, Amboise, Beaumont-en-Véron und Orléans. Wir werden Weinberge passieren sowie einen geschichtsträchtigen Ort von Jeanne d'Arc und Karl VII. Schloss Saumur und Angers runden unsere Destinationen ab. Selbstverständlich bleiben französische kulinarische Spezialitäten auch nicht auf der Strecke. Rückreise mit dem Zug über Paris nach Wien. **Reisepass und *Naturfreunde* - Auslandsreiseversicherung nicht vergessen!**

An- / Rückreisen: gemeinsam mit Zügen: Wien - Paris - La Chapelle sur Loire - Paris - Wien; Fahrräder

Leistungen: Zugtransfers, Leihräder, Nächtigungen/Frühstück, Betreuung durch u. Radguide(s)

Richtpreis: € 2195,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 2300,- Preis als Nicht-Mitglied, € 250,- EZ-Zuschlag

Reiseleiter: Michael Huber - Strasser

„NACHT DER BERGFUEHR“ in Spital/Pyhrn - In Kooperation mit der Ortsgruppe Schwechat

Fr., 23. - So., 25. Juni 2023

Gemeinsam mit einem Reisebus fährt die Reisegruppe ins Hotel „Freunde der Natur“ um gemeinsam ein Almfest inmitten der herrlichen Bergwelt zu erleben.

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus ab Schwechat - Spital/Pyhrn - Schwechat

Leistungen: Bustransfers während des gesamten Aufenthaltes, Nächtigungen/Frühstück, Pyhrn-Priel Card, Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Wanderführung

Richtpreis: € 245,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 24,- EZ-Zuschlag

Reiseleiter: Didi Abraham/OGR Schwechat und Kurt Tisch/LO Wien

WANDERWOCHE 2023 in REUTTE

Sa., 1. - Sa., 8. Juli 2023 - AUSGEBUCHT!

ZUSATZTERMIN: So., 23. - So., 30. Juli 2023

Unsere traditionelle Wanderwoche bringt uns im Jahr 2023 nach Reutte / Tirol. Von unserem „Hotel - Restaurant Moserhof****“ ausgehend, werden unsere Teilnehmenden viele verschiedene Wanderrouten kennenlernen. Ein an die einzelnen Leistungsmöglichkeiten angepasstes und an den Wetterbedingungen orientiertes Programm wird von unserem *Naturfreunde*-Team angeboten. **Reisepass nicht vergessen!**

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus - auch für die Ausflugsziele vor Ort

Leistungen: Bustransfers, Nächtigungen/Halbpension, Nutzung Wellness-Areal - **Badesachen nicht vergessen!** Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Wanderführung

Richtpreis: € 899,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 949,- Preis als Nicht-Mitglied. € 168,- EZ-Zuschlag für Einzelnutzung im Doppelzimmer

Reiseleiter: Kurt Tisch & Team

BALLONFAHREN in der Region „steirisches ApfelLand“

Fr., 8. - So., 10. September 2023

Gemeinsam in Stubenberg am See beim „Flagglwirt“ dem Alltag entfliehen können und im Weidekorb aufsteigen, um ein Naturerlebnis der besonderen Art zu genießen - Ausblick garantiert! Optionale Ausflüge im Umland (auf Selbstkosten).

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus

Leistungen: Bustransfers, Nächtigungen mit Frühstück, Ballonfahrt, Ballonfahrertaufe, Saunabesuch, Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Reiseleiterin

Richtpreis: € 429,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 479,- Preis als Nicht-Mitglied, € 40,- EZ-Zuschlag

Reiseleiterin: Judith Zeinlinger

WANDERN in der Wildnis DÜRRENSTEIN

So., 24. - Sa., 30. September 2023

Ausgehend von unserem Quartier in Göstling „Hotel Waldesruh****“ besuchen wir diverse Destinationen. Unter anderem stehen Ausflüge in die Moore und zum Bauernhausmuseum, zur ältesten Holztrifftanlage/Mendingtal, zum Lunzer See und dem „Haus der Wildnis“, u.v.m. am Plan.

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus - auch für die Ausflugsziele vor Ort

Leistungen: Bustransfers, Nächtigungen/Halbpension, Eintritte/ Führungen, Betreuung durch unseren *Naturfreunde*-Reiseleiter

Richtpreis: € 950,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 990,- Preis als Nicht-Mitglied, € 60,- EZ-Zuschlag

Reiseleiter: Fritz Jensch

HERBST KRÄUTER WANDERUNG in Mariazell

Do., 5. - So., 8. Oktober 2023

Wir beenden nun unsere Triologie in Mariazell, um auch die Herbstkräuter kennenzulernen. Auch die Lebkuchen-Köstlichkeiten stimmen uns in dieser Jahreszeit auf die nahende Adventszeit ein. Ein Reisebus bringt uns gemeinsam in unser „Hotel Drei Hasen****“ (in Zentrumnähe). Ein Tagesausflug in den Naturpark Ötscher-Tormauer und zum Kraftwerk Wienerbruck steht am Programm; die „Mariazellerbahn“ ist an diesem Tag unser Verkehrsmittel. Im hoteleigenen Wellness-Bereich können wir die Abende ausklingen lassen - einen Abend allerdings, werden wir auch die Sternwarte Mariazell besuchen (wetterabhängig).

An- / Rückreise: gemeinsam mit einem Reisebus

Leistungen: (Bus)transfers, Nächtigungen/Halbpension samt Wellnessbereich, Eintritte/Führungen, Betreuung durch unsere *Naturfreunde*-Reiseleiterin

Richtpreis: € 649,- *Naturfreunde*-Mitglieder, € 699,- Preis als Nicht-Mitglied, € 45,- EZ-Zuschlag

Reiseleiterin: Judith Zeinlinger

Bitte an den rechtzeitigen Abschluss einer ZUSÄTZLICHEN (kostenpflichtigen) Storno-Reiseversicherung denken - denn nur damit ist man auch im Falle einer Corona-Erkrankung finanziell abgesichert. Unser *Naturfreunde*-Reisebüro hilft gerne beim Abschluss!



**Herzlich Willkommen
am Höllenstein!**

Du findest bei uns viele Bioprodukte - von fleischig bis vegan - saisonale und regionale Speisen mit Lebensmitteln von persönlich ausgewählten Betrieben.

Wir backen Brot, Weckert und unsere Mehlspeisen selbst, dazu gibt's Säfte von „Mohr-Siederl“, erfrischendes Murauer Bier und eine wunderschöne Aussicht mit Rundumblick.

Wofür wir stehen:

- Familienfreundlich
- Umweltzeichen
- 23 Schlafplätze
- Öffentliche Anbindung
- Mountainbikestrecke
- Ideal für Feste und Feiern!

Unsere Öffnungszeiten:
Donnerstag bis Sonntag und Feiertage
von 10:00 bis 20:00 Uhr

Bis bald!

Aktuelle Veranstaltungen findet ihr auf unserer Website: www.hoellensteinhaus.at



**Dort, wo sich das
Höllental
von der schönsten
Seite zeigt...**

Das Weichtalhaus



Weichtal 1 - Reichenau an der Rax
info@weichtalhaus.at - 02662 - 52134
0680 - 3233522 www.weichtalhaus.at