

# FREIZEIT

aktuell

**SOMMERPROGRAMM**

**2023**



**Wir leben Natur**

Naturfreunde Spittal im Drautal ZVR:915161008

[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)







## RÜCKBLICK WINTER 2022/23

### SEKTION EISSTOCK

#### Vereinsmeisterschaft

Zum Abschluss der viermonatigen Eisstock Saison, traten unsere Eisschützen in vier Moarschaften erneut gegeneinander an, um sich ihres Könnens zu messen. Nach dem Beweisen ihres Könnens, standen die jeweiligen Sieger des Turniers fest.

#### Unsere Sieger



Die Teilnehmer wurden von Peter Grintschacher, Ing. Werner Gritschacher sowie Obmann Peter Dekan, unseren Stadtrat Andreas Unterrieder mit den Medaillen, die der Obmann selbst hergestellt hat, zu Siegern gekürt. Für jeden Beteiligten hatten wir schöne Sachpreise, für die wir uns bei unseren Sponsoren recht herzlich bedanken.

Ein großes Danke gilt ebenso der Familie Sticker, für ihren unermüdlichen Einsatz während der ganzen Saison. Stefan Sticker unser Eismeister wurde ebenfalls mit einer Medaille für die Wertung und die perfekten Eisverhältnisse gekürt.



# Landesmeisterschaften

Die Landesmeisterschaften der Eisschützen fanden dieses Jahr in der Stocksporthalle in Radenthein statt. 2 Moarschaften aus unserer Ortsgruppe nahmen daran teil und platzierten sich im Mittelfeld.

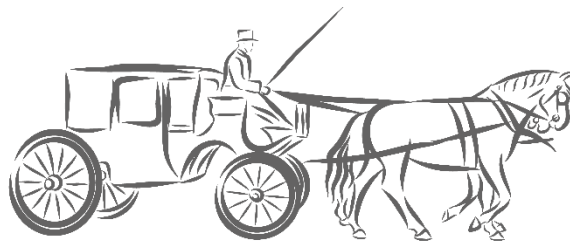
## Sektion Schifahren

### Kinder Schikurs

Leider hatten wir dieses Jahr nur eine Anmeldung. Unser Schilehrer Mag. Christian Macek nahm sich aber die Zeit für das eine Mädchen. Danke an Christian

### Schitouren

2 Schitouren mit unseren Bergwanderführer und Bergretter Gilbert Kohlhuber wurden bei schönem Wetter gegangen. 5 Teilnehmer gingen dabei mit.



# *Gasthof Alte Post*

Hauptplatz 17 - 9853 Gmünd in Kärnten  
+43(0)4732 2212 - [gh-alte.post@outlook.at](mailto:gh-alte.post@outlook.at)

[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)



# VORSCHAU SOMMERPROGRAMM 2022

## Familienwanderungen

### mit unserem Wanderführern Gietler Josef

- ✚ WANN? - **Sonntag, 2. Juli 2023**
- ✚ WOHN? - GASSEN - WIESENBAUER
- ✚ WAS? - Weglänge jeweils 3 km ca. 260 Höhenmeter
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Parkplatz Evangelische Kirche Spittal

- ✚ WANN? - **Sonntag, 23. Juli 2023**
- ✚ WOHN? - PÖLLATAL - KOCHLÖFFELHÜTTE
- ✚ WAS? - Weglänge ca. 5,5km ca. 100 Höhenmeter  
(Möglichkeit die Tschutschubahn zu benützen.)
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Parkplatz Evangelische Kirche Spittal

- ✚ WANN? - **Sonntag, 20. August 2023**
- ✚ WOHN? - Weisenbach – Hermagorer Bodenalm
- ✚ WAS? - Weglänge ca. 5,5 km ca. 282 Höhenmeter
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Parkplatz Evangelische Kirche Spittal

- ✚ WANN? - **Sonntag, 3 September 2023**
- ✚ WOHN? St. Sigmund – Egelsee und retour
- ✚ WAS? - ca. 5,5km hin und retour; kaum Höhenunterschied
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Kirche St. Sigmund

**ANMELDESCHLUSS IST IMMER AM DONNERSTAG DAVOR.**

TELEFONNUMMER: **JOSEF GIETLER** 0650 - 523 00 08 oder 04762 - 58 125

## Familienwanderungen

### mit unserem Wanderführern Gilbert Kohlhuber

- ✚ WANN? - **Mittwoch, 2. August 2023**
- ✚ WOHN? – Wanderung zum Königstuhl Einkehr Gamskogelhütte
- ✚ WAS? - - Weglänge ca. 7,6km, ca. 640 Höhenmeter
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Karlbach an der Nockalmstrasse

- ✚ WANN: - **Mittwoch, 23. August 2023**
- ✚ WOHN: - Wanderung Stubeck mit gemütlicher Einkehr auf der Leonhardhütte
- ✚ Was? - Weglänge ca. 8 km, ca. 745 Höhenmete
- ✚ Treffpunkt: 9 Uhr Leonhardhütte am Maltaberg

**ANMELDESCHLUSS IST IMMER AM SAMSTAG DAVOR.**

TELEFONNUMMER: **Gilbert Kohlhuber** 0664-3974926



[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)





## GOLDECKFITNESS 2023

- **WANN?** - 12. Juni bis 23. Oktober 2023 jeden Montag
  - bei Schlechtwetter Fitnessstour am Mittwoch
- **WO?** - Treffpunkt in Mauthbrücke um 16:00 Uhr
- **WAS?** - die Touren erstrecken sich je nach Lust und Laune vom Parkplatz Seetal – Martennock, Goldeck, Seetalnock, Kapellernock, Gusenalm oder Stockenboi - Fellbachklamm

# CARINTHIA®



**8- SAMES  
WANDERN UND  
YOGA**  
am Kneipp-Panoramaweg  
Mirnock

mit Erich Pak - Bergwanderführer &  
Anja Krois  
Yogalehrerin

 **TERMINE:**

Treffpunkt: Renates Einkehr  
Kosten: € 20,-  
Anmeldungen: 0664/75034085  
oder  
0650/5602561

**2. JULI**

näherer Informationen unter: [www.wandernplus.at](http://www.wandernplus.at)

# BEWEGUNG ist LEBEN

## smovey® muss man spüren und erleben



### „KURZES UND INTENSIVES TRAINING GEFRAGT“

Vibrationstraining spart durch seine Intensivität „ZEIT“ -  
ein „WUNSCH“ vieler Personen -  
mit „WENIG“ Einsatz „VIEL“ zu erreichen

- GELENK-SCHONENDES Training mit vielen Vorteilen
- GANZKÖRPER- und AUSDAUERTRAINING zugleich
- Stärkt die KNOCHEN & wirkt bei OSTEOPOROSE
- Stärkt RÜCKEN- und BAUCHMUSKULATUR
- Lindert RÜCKENPROBLEME und wirkt vorbeugend
- Tiefliegende SKELETTMUSKULATUR wird aktiviert
- Extrem hohe FETT -Verbrennung & Nachbrenneffekt
- Verbindet die rechte und linke GEHIRNHÄLFTE
- Baut STRESSHORMONE ab und bringt mehr WOHLBEFINDEN
- Wirkt bei PARKINSON; ALZHEIMER; DIABETES; ADIPOSITAS
- Empfohlen von Ärzten, Physiotherapeuten & Masseuren

**Kontakt:** Veronika Guggenberger | 0664 / 821 45 48 | [www.entspannungscoach.at](http://www.entspannungscoach.at)

**Treffpunkt:** Dienstags, 19:00 Uhr | VS West Clubraum

## HEIZUNG-SANITÄR-LÜFTUNG

### Intelligente Energiesysteme



Lora GmbH  
Beinten 59  
A-9702 Ferndorf

Tel.: 04767/8182  
Fax: DW-20

[office@lora.at](mailto:office@lora.at)  
[www.lora.at](http://www.lora.at)

[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)



# REISEN



**Liebe Naturfreunde-Mitglieder,**

das Feriendorf La Mora auf Korsika hat erfreulicherweise nun auch 2023 seine Pforten geöffnet. Peppi und Anni Brixler sind vor Ort und freuen sich auf deinen Besuch.

Die Anlage wird nun vom Korsika-Experten Rhomberg Reisen geführt, der in unmittelbarer Nähe seinen bekannten Störrischen Esel betreibt. La Mora, mit seinen gemütlichen Bungalows und Chalets, eingebettet in eine herrliche mediterrane Naturlandschaft, ist mit dem Rhomberg Charter **ab Wien, Salzburg, Graz, St. Gallen-Altenrhein und Memmingen** nonstop erreichbar. La Mora-Gäste haben 2022 erstmals Zugang zu allen Leistungen im benachbarten Feriendorf Zum Störrischen Esel und können dort zu Mittag und zu Abend essen, aus einem umfangreichen Ausflugsprogramm wählen oder einfach den Pool der Anlage genießen.

Eröffnet wurde die Sommersaison im Feriendorf La Mora am 22. Mai mit Flügen ab Wien, Salzburg und St. Gallen-Altenrhein. Eine Woche im Bungalow ist mit Flug, Transfer und erweiterter Halbpension bereits ab 930 € pro Person erhältlich, für Naturfreunde-Mitglieder gibt's 3 % Ermäßigung auf den Unterkunftspreis zusätzlich!

**Deinen erholsamen und naturnahen Korsika-Urlaub kannst du hier buchen:**

<https://www.rhomberg-reisen.com/korsika/region-calvi/feriendorf-la-mora>

## HERBSTREISE

Unserer Ortsgruppe wird  
gesondert ausgeschrieben!

[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)





# OPTIK SCHIFFER

PRÄZISION VOR AUGEN



Brillenmode · Kontaktlinsen · Hörgeräte

GMÜND · SPITTAL · FELDKIRCHEN

## *Unsere schöne Naturlandschaft erhalten!*

### Flurreinigung Hintereggengraben

Werden bekanntgegeben durch unseren Naturschutzbeauftragten

**Gerhard Trojer.**

**„HELFEN SIE MIT“**

Leitung: Gerhard Trojer (Telefonnummer: 0664 / 750 111 46)



**Die Erde gehört nicht dem Menschen.  
Es ist der Mensch, der der Erde gehört.**

**Alles, was der Erde geschieht,  
wird den Kindern der Erde geschehen.**

Indianische Weisheit



[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)



**BASTELN**



Die neuesten Bastelkurse zu verschiedensten Themen und Zeitpunkten, sowie das gesamte Bastelmaterial erhalten Sie auf der Homepage.

[www.bastelmarkt.at](http://www.bastelmarkt.at)



**VIEF  
- ZACK**

[www.bastelmarkt.at](http://www.bastelmarkt.at)

Ortenburgerstraße 3      Aichholzer Josef  
neben Schloss Porcia      Tel.: 04762/37459  
A - 9800 Spittal/Drau      Fax: 04762/33730



## AUSKÜNFTE

Peter Dekan

Tel. 0664 / 511 63 12

Hans Bacher

Tel. 0650 / 402 23 34

Josef Gietler

Tel. 0650 / 523 00 08

Kurt Errat

Tel. 0650 / 354 60 75

Veronika Guggenberger

Tel. 0664 / 821 45 48

Trojer Gerhard

Tel. 0664 / 750 111 46



## Allgemeine Bedingungen

Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen ist grundsätzlich nur für Mitglieder möglich.

**Mitglieder können bei allen Ortsgruppen mit gültigem Ausweis bei den Aktivitäten teilnehmen. Termine unter [www.naturfreunde.at](http://www.naturfreunde.at)**

Ein Erwerb der Naturfreunde – Mitgliedschaft, auch kurz vor der Veranstaltung, ist jederzeit möglich!

[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)



# LANDESTERMINE 2022



Hallo Kids!

Heuer bieten wir euch zusammen mit dem Landesjugendreferat Kärnten vier unvergessliche Ferienwochen am Wörthersee an.

Heuer haben wir 5 Termine für euch, wählt einen bei der Buchung für euch aus!

## Termin 1

Sonntag 16.07. bis Freitag, 21.07.2023

## Termin 2

Sonntag 23.07. bis Freitag, 28.07.2023

## Termin 3

Sonntag 13.08. bis Freitag, 18.08.2023

## Termin 4

Sonntag 20.08. bis Freitag, 25.08.2023

### Zum Feriencamp Cap Wörth:

Cap Wörth, Seecorso 37 - 39, A-9220 Velden Kärnten.

Das Jugendgästehaus liegt am Südufer des Wörthersees und hat den größten zusammenhängenden Seegrund.

Für Abwechslung, Spiel und Spaß sorgt das **Freizeitprogramm** im Feriendorf direkt am See, das wir ebenso wie die Einrichtungen des Feriendorfes nutzen können. Freut euch auf **erlebnisreiche** und **unbeschwerte Ferientage** mit Freunden.

Weitere Infos zu Velden - Links: [www.hiyou.at](http://www.hiyou.at) | [www.velden.at](http://www.velden.at)

### Altersgruppe:

Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 14 Jahren

### Das bieten wir Dir:

- moderne Mehrbettzimmern mit Bad und WC
- **Schwimmen**, eigener Badestrand
- **Fußball**
- **Federball**
- **Volleyball**
- Motorboot mit **Banane und Ringo** (eine Fahrt ist im Preis enthalten)
- **Hüpfburg**
- **Kino und Disco**, wenn möglich ein Lagerfeuer
- **Es gibt die Möglichkeit sich zusätzlich zum normalen Programm zu einem Standuppaddel-Kurs und zur Schwimmprüfung anzumelden.**

### Teilnehmerbetrag:

**Kosten: € 310,00 inklusive Vollpension und Mitgliedschaft bei den Naturfreunden\***

**Für Inhaber der Kärntner Familienkarte** (bei der Anmeldung 6-stellige Kartenummer unbedingt angeben) verringert sich der **Teilnehmerbetrag auf € 260,00 pro Kind**

**Ist Ihr Kind ein Mitglied der Naturfreunde**, verringert sich der Betrag um weitere € 20,00.

**Wichtig!** Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Familien-Kartenummer bzw. die Naturfreunde Mitgliedsnummer des Kindes angeben!



# Feriencamp Heiligenblut

## Natur- und Abenteuer-Camp im Jugend- und Familiengästehaus Heiligenblut/Nationalpark Hohe Tauern:

Sonntag, 9.07. bis Sonntag, 16.07.2023

Jugend- und Familiengästehaus Heiligenblut, Hof 36, 9844 Heiligenblut, Tel.: 04824 2259

- **Anreise:** Sonntag bis 12.00 Uhr
- **Abholung:** Sonntag bis 14.00 Uhr (danach keine Betreuung mehr)
- **Altersgruppe:** Kinder und Jugendliche zwischen 7 und 14 Jahren Angeboten werden u.a.: Auf der Jagd nach dem „Tauerngold“ – Goldwaschen im Goldgräberdorf, Fahrt über die Großglockner Hochalpenstraße zur Kaiser-Franz-Josefs-Höhe, Wanderung am Gamsgrubenweg – vorbei an Murmeltieren und Steinböcken, Besuch der Wilhelm-Swarovski-Beobachtungswarte, Besuch im „Haus der Steinböcke“, Wanderung durchs sagenumwobene „Kachelmoor“ mit Grillerei auf der „Feuerinsel“, Schwimmen (bitte um Bekanntgabe auch vor Ort, wenn ihr Kind NICHT schwimmen kann). Das Programm ist wetterabhängig und kann sich ggf. auch ändern.
- **Kosten: € 310,00 inklusive Vollpension und Mitgliedschaft bei den Naturfreunden\***
- Für **Inhaber der Kärntner Familienkarte** verringert sich der Kostenbeitrag auf € 260,00.
- Für **Naturfreundemitglieder** verringert sich der Betrag um weitere € 20,00.
- Bitte bei der Anmeldung unbedingt die Familien-Kartenummer bzw. die Naturfreunde-Mitgliedsnummer des Kindes angeben!
- Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, wird eine rasche Anmeldung angeraten.
- **Ein kostenloser Bustransfer** von Klagenfurt, Villach, Spittal und retour wird angeboten. Bitte bei der Anmeldung bekannt geben.
- **Anmeldung ausschließlich über unser Buchungsformular**
- Bitte bedenken Sie bei der Auswahl der Kleidung, dass sich die Kinder bei ihren Aktivitäten viel im Freien aufhalten. Daher sollten die Kleidung und das Schuhwerk darauf abgestimmt sein (wetterfeste & windfeste Kleidung, feste Wanderschuhe, Sonnenschutz). Rucksack und Badesachen nicht vergessen!

A- 9020 Klagenfurt, Bahnstraße 44

Tel.: 0463 / 51 28 60

Homepage: [www.naturfreunde.at](http://www.naturfreunde.at)

E- Mail: [kaernten@naturfreunde.at](mailto:kaernten@naturfreunde.at)





[www.spittal-drau.naturfreunde.at](http://www.spittal-drau.naturfreunde.at)

[www.facebook.com/naturfreunde-spittal](https://www.facebook.com/naturfreunde-spittal)

Naturfreunde Spittal im Drautal

ZVR: 915161008



**IMPRESSUM:**

Eigentümer, Verleger, Herausgeber: Naturfreunde Spittal im Drautal, 9800

Kummererstrasse 31; ZVR: 915161008

Redaktion: Peter Dekan Tel.0664-5116312

Erscheint halbjährlich – unentgeltlich an alle Mitglieder

Druckfehler vorbehalten!