

BREGENZBERG FREI

Naturfreunde Bregenz



Naturfreunde.at
bregenz.naturfreunde

Programm 2025

Naturfreunde Bregenz, Peter Egger, +43557679391, bregenz@naturfreunde.at

Skitouren

Wandern & Bergsteigen

Klettern & Klettersteige

Dienstag-Klettertreff

Mountainbike & Rad

E-MTB Pfändertreff

Lebe die Freiheit!

Skitourenkurse

Sa., 18. – Sa., 25. Jänner: Ski-, Tiefschneetechnikwoche für Frauen

Kursnummer S2504 – Diese Ausbildungswoche verbindet für Anfängerinnen und auch schon etwas geübtere Ski- und Splitboarderinnen eine solide Einführung und Einübung in wichtige Grundlagen des Skitourengehens mit 2 Tagen Tiefschnee- Skitechniktraining auf der Skipiste. Anforderung: Kondition für 4 – 5 h in angenehmem Aufstiegstempo bis 800 Hm; Leistungen: 7x N inkl. HP und Lunchpaket, Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Infos/Organisation:** Martin Bentele, Instruktor Hochalpin, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com, Andreas Mäser, Pamela Knauth, Skilehrerin und ehem. Skirennläuferin, Skitechnik; **Preis:** 540 € zzgl. ca. 150 € für Liftkarten Schleplift Galtür oder Bielerhöhe; **Infos/Anmeldung** beim Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 29. März – Sa., 5. April: Aufbaukurs Skihochtouren in steilem Firn und Gletscher

Kursnummer S2514 – Dieser Ausbildungskurs erweitert Kompetenz von Skitourengeher* innen mit Grundwissen und Erfahrung im Skitourengehen (Grundkurs o.ä.) für anspruchsvolle Skitouren im Hochgebirge. Inhalte: spezielle Skifahrtechnik in steilem und hartem Firn, Gelände- und Gletscherkunde, Umgang mit Steigeisen, Pickel, Seilsicherung am Gletscher und in steilem Firn, Spaltenbergung, Vertiefung Tourenplanung und -führung, Gefährdungseinschätzung, Entscheidungsfindung, Gruppendynamik. Detailausschreibung anfordern! **Leitung und Auskunft** bei Martin Bentele, Instruktor Hochalpin, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Kosten:** 540 € zzgl. ca. 130 € für Skiliftkarten und 80 € HP auf Wiesbadener Hütte; **Anmeldung bis 14. 3.** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Mo., 6. Jänner: Skitouren- und Tiefschneetechnik, 10-teiliger Grundlagenkurs

Kursnummer BE2501 – An 10 Terminen ohne Nächtigungen! Er verbindet für Anfänger*innen und solche mit ersten Erfahrungen eine solide Einführung und Einübung in wichtige Grundlagen des Skitourengehens mit 2 Tagen gezieltem Tiefschneetechniktraining. **Anforderung:** 5 h Aufstieg, gemäßigtes Tempo, Abfahrt im Pflugbogen oder Parallelschwung, bis 800 Hm je Tour; **Ausrüstung:** Skitourenausrüstung für Tagestouren, Detailausschreibung anfordern; **Orte:** Theorie – Kletterhalle Dornbirn und NF-Vereinslokal Nüziders, Skigebiete – Sonntag-Stein und Sonnenkopf, Tourenpraxis – ausgewählte Tourengebiete; **Kosten:** 200 € zzgl. ca. 100 € für Skiliftkarten, die mit 3-Tälerpass entfallen; **Infos/Organisation:** Martin Bentele, Instruktor Hochalpin, 0676/6797587,

martin.bentele@gmail.com; **Anmeldung bis 17.12.24** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Mo., 6. Jänner: Skitouren-Aufbaukurs, 4-tägig

Kursnummer BE2502 – Dieser Aufbaukurs bietet einen speziellen Skitechniktag sowie dreieinhalb weiteren theorie- als auch praxisorientierte Einzeltage, um bestehende Fähigkeiten für Tourenplanung, Gefährdungsschätzung und die Durchführung von Skitouren zu festigen und zu erweitern. **Anforderung:** Grundkurs Skitouren oder vergleichbare Voraussetzung; **Ausrüstung:** Skitourenausrüstung für Tages- touren, Detailausschreibung anfordern; Ort: Skigebiet Sonnenkopf, ausgewählte Tourengebiete (Damüls, Arlberg); **Kosten:** 100 € zzgl. ca. 60 € für Skiliftkarte, die mit 3-Tälerpass entfallen; **Infos/Organisation/Anmeldung:** Martin Bentele, Instruktor Hochalpin, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com, Helmut Bauer, Skitechnik. **Anmeldung** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Skifahren

Sa., 8. Februar: Vereinsskitag, Silvretta Montafon, Tageskarten nur 29 €

Kursnummer R2506 - Die Silvretta Nova zählt zu den größten Skigebieten in Vorarlberg, das tolle Angebot der vergünstigten Tageskarten sollte genutzt werden. Fahren in der Gruppe oder freies Skifahren. An diesem Tag können Tageskarten zum Einheitspreis von nur 29 € gekauft werden. Treff: 9 Uhr, Talstation Versettla Bahn, Gaschurn, wir empfehlen die Anreise mit Zug und Bus; Kosten: 29 € je Karte, Einzahlung mit Namen und Kursnummer. Konto: Naturfreunde Vorarlberg, IBAN: AT37 2060 1034 0002 3200; **Infos/Organisation:** Schneesportreferentin Ulrike Rädler, 0650/7750800, ulrike@ntr.at; Verbindliche Anmeldung bis 5. 2. beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 30. März: Landesski- & Snowboardtag, St. Anton am Arlberg

Zum Ausklang der Wintersaison laden die Naturfreunde Vorarlberg alle Ski- und Snowboardfans zur gemeinsamen Skigaudi in eines der bekanntesten Skigebiete der Welt ein. Mit unseren Ski-Instruktorinnen können sie das tolle Skigebiet mit den schönsten Pisten erkunden. Der Skitag findet bei jeder Witterung statt, Anreise erfolgt individuell oder mit dem Zug. Liftkarten sind am Schalter selbst zu besorgen. Liftkartenzuschuss für Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre in Begleitung eines Elternteiles wird bei Anmeldung und mit Absprache vom Landesbüro von der Naturfreundejugend übernommen. Weitere Info und Details nach Anmeldung. **Treff:** 8.30 Uhr, St. Anton a. A., Kasse Galzig, **Dauer:** bis 15 Uhr; **Infos/Organisation:** Ulrike Rädler, ulrike@ntr.at, 0650/7750800; **Anmeldung bis 24. 3.** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 22. - So., 23. November: Skitechnikwochenende Sölden

Das Skitechniktraining fokussiert sich auf die Verbesserung der Skitechnik für Skifahrer, welche den Parallelschwung in langen und kurzen Radien beherrschen. **Kursschwerpunkte:** Verbesserung des alpinen Fahrverhaltens, der Skitechnik, Piste und Gelände, Übungsreihen als Mitnahme für das eigene Training. Begrenzte Teilnehmeranzahl; **Anreise zum Kursort:** Sölden; **Kosten:** Richtpreis 150 € plus Skipässe; **Infos/Anmeldung** bei Alexander Strohmaier, schriftliche Anmeldung mit Handy- Nummer, Vornamen, Nachnamen, Adresse und NF-Ausweisnummer und skifahrerisches Können an alexander.strohmaier@gmail.com.

Langlaufen

Sa., 1. + 15. Februar: Langlauftreff Dorfloipe Hittisau

Erlernen und verbessern der Langlauftechnik, Klassisch und Skaten. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung in der Loipe. Anforderung: Klassisch für Anfänger und leicht Fortgeschrittene, Skaten für Anfänger; Ausrüstung: Klassisch bzw. Skating, Verleih vor Ort möglich; Treff: 9 Uhr, Loipe Hittisau, je nach Schneesituation auch andere Loipen möglich; Kosten: 9 € Loipengebühr; Infos/Anmeldung bis jeweils Mittwoch vorher bei Kathrin Meder, 0699/19512987, bandbkat@hotmail.com.

Wandern

So., 29. Juni: Vorarlberger Naturfreundewandertag Gauertalhaus

Geselliges Treffen auf dem 2024 neu sanierten Haus der Naturfreunde Vorarlberg. Es werden verschiedene Wandertouren sowie eine Biketour angeboten. Hüttenpächterin Anna Mangeng und ihr Team freuen sich über viele kleine und große Gäste. Infos ab Mai auf der Homepage und dem Monats-Newsletter. Infos/Anmeldung beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 19. – Sa., 26. Juli: „Frauen-Berg-Steigen“, Ausbildungskurs Silvretta

Kursnummer S2532 – Kennenlernen der hochalpinen Natur- und Bergwelt, deren Karg- und Schönheit, Topografie und Gefahren wie Wetterumschwünge, Schnee-, Fels- und Schrofenhänge sowie Gletscher. Klettern und Sichern in Felsen, Klettersteige, in Firn und Eis. Details anfordern! **Anforderungen:** Tagesstouren 6 – 8 h, 800 – 1000 Hm; **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe und Wiesbadener Hütte; **Leistungen:** N/DZ/Mehrbettzi., HP, Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen, kostenloses WLAN, Leihmaterial; **Kosten:** 540 € zzgl. 1 x N/HP ca. 80 € Wiesbadener Hütte; **Leitung/Infos/Detailausschreibung:** Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Infos/Anmeldung bis 23. 6.** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Do., 4. – So., 7. September: Wander- und Yogatage, Bielerhöhe, Silvretta

Angebotsnummer S2536 – Perfekt, um wieder zu sich selbst zu finden und Energie zu tanken. **Ort:** Naturfreundehaus Nr. 1, Bielerhöhe, Silvretta; **Leistungen:** Betreuung durch Yogaherz Hard, Brigitte Wurzenrainer, Wanderführerin Sylwia Siemionov, 3x N mit Frühstücksbuffet, Lunchpaket für die Wanderungen, Abendmenü, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN; **Preise:** 270 €; **Infos/Organisation/Anmeldung** bei Yogaherz, Brigitte Wurzenrainer, 0676/4490884, info@yogaherz.yoga, www.yogaherz.yoga.

Do., 11. – So., 14. September: Trailrunning-Camp Silvretta

Angebotsnummer S2537 – Berglauf oder Trailrunning verbinden die Lust am Laufen mit der Lust auf Berge und Natur. Die spektakuläre Bergkulisse der Silvretta bietet dazu eine Vielzahl an tollen Wegen und Gipfeln. Berglaufen ist eine Belastung, welche hocheffektiv ist. Es fördert Kraft, Ausdauer und Tempofähigkeit. Selbstanreise am Donnerstagnachmittag oder frühen Abend. **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe, Silvretta; **Anforderung:** mittel; **Leistungen:** 3x N, inkl. Frühstück in Eigenherstellung, Kaffee, Tee, Skiwasser; **Infos/Organisation:** Lauftrainer Edi Zagler, 0664/75065803, ezag@gmx.at, Thijs Niesten; **Preis:** 140 €; **Anmeldung** beim Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Do., 18. – So., 21. September: Landesalpintour Vinschgau, Texelgruppe

4 Tage Busausflug mit verschiedenen Wanderungen, Bergsteigen, Klettersteige unter fachkundiger Leitung der Naturfreunde-Guides. **Ort:** Hotel Elisabeth in Meran, Detailausschreibung ab Juli. Begrenzte Teilnehmerzahl; **Kosten:** 470 € im DZ, 520 € im EZ; **Organisation:** Fachreferat Alpin, Peter Lasselsberger; **Anmeldung** beim Landesbüro bei Alexandra Lokan, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Klettertreff

Jeden Dienstag – Klettertreff

Fehlende Kletterpartner, Gleichgesinnte, neue Freunde? Rat und Tat einholen bei Instruktor* innen. Wiedereinsteigende oder Fortgeschrittene ab 16 Jahren. Alle sind herzlich willkommen! Details über den Kletter-Newsletter. Einfach eintragen! Schnupperkurse für Einsteigende auf Anfrage. **Infos/Anmeldung** bei Katja Niederer, 0650/2702853, klettern.bregenz@naturfreunde.at.

Kletterkurs

Do., 26. Dezember 2024 und 4 weitere Termine bis

So., 5. Jänner 2025: Kletterkurs „Beginners“ – Vom Einstieg zum Vorstieg

Kursnummer BE2412 – Dir gefällt die Vorstellung zu klettern? Du willst die

Grundlagen richtig erlernen? Spezielles Angebot für Studierende und Lernende in den Winterferien. Inhalte: Kletter- und Sicherungstechnik für Toprope- und Vorstiegsklettern in der Halle, Verletzungsprävention. Detailausschreibung anfordern! Anforderung: ab 14 Jahre, Spaß am Klettern; **Kosten:** Organisationsbeitrag 30 € zzgl. Eintritt K1, ggf. Materialverleih; **Termine:** je 3 h, **1.)** 26.12., 17:00; **2.)** 28.12., 17.30; **3.)** 30.12., 17.30; **4.)** 3. 1., 17.30; **5.)** 5. 1., 10.00; **Infos/Anmeldung** bei Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com.

Do., 1. – So., 4. Mai: Aufbaukurs Alpines Sportklettern für Frauen, Brüggler, CH

Kursnummer BE2518 – Ziel: Erweiterung des Könnens der Kletter- und Sicherungstechnik beim Vorstiegsklettern, Planung und Durchführung von einfachen Sportkletterrouten im alpinen Gelände; **Anforderung:** Grundkenntnisse Felsklettern, III+; Sicherungstechnik; **Ort:** Näfels oder Maggiatal, Fahrtgemeinschaften; **Infos/Leitung:** Martin Bentele, Instruktor Alpin, Hochalpin, ÜL Sportklettern; **Kosten:** Organisation 70 € pp. zzgl. Fahrt und Unterbringung; **Zoom-Vorbesprechung:** 23. 4., 19 Uhr; **Anmeldung bis 7. 4.** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 16. – So., 17. August: Aufbaukurs Klettertechnik für Frauen

Kursnummer BE2532 – Ziele: Verbesserung des Eigenkönnens, sicheres Klettern, neue Techniken kennenlernen, kraftsparend klettern, kleingriffige Wände, Risse, Überhänge oder Platten leichter zu überwinden, psychisch wie klettertechnisch knifflige Situationen besser zu meistern, die eigenen Entwicklungspotentiale kennenlernen und weiterentwickeln. **Anforderung:** Vorstiegsklettern UIAA IV, Sicherungstechnik; **Ort:** Klettergebiete Vorarlberg oder Kletterhalle, Fahrtgemeinschaften; **Leitung:** Babsi Vigl, Berg- und Sportkletterlehrerin, Leiterin Frauen-Alpinkader der NF; **Infos Support:** Martin Bentele, Instruktor Hochalpin, ÜL Sportklettern; **Kosten:** 160 € pp. zzgl. Fahrt; **Zoom-Vorbesprechung:** nach Anmeldung; **Anmeldung bis 7. 7.** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Klettern

Sa., 25. Oktober – Sa., 1. November:

„Ab in den Süden“, Kletterfahrt Finale Ligure, ITA

Kursnummer BE2548 – Die Herbstferien laden noch mal zum Klettern, Schwimmen und gut Essen ein. Anforderung: sicheres Klettern UIAA V+, einwandfreie Seil- und Sicherungstechnik, Kondition; Leistungen: 7x N/F im 3-Stern-Hotel in DZ oder EZ mit Aufschlag, Organisation, Transfer in Fahrtgemeinschaft im Kleinbus, Reservierung der Unterkünfte; Richtpreis: 550 € im DZ zzgl. 150 € für Fahrt im Kleinbus; Organisation: Günter Obermair, Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; Infos/Anmeldung bis 15. 9. beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Klettersteigkurse

Rufseminar für Einsteigende und Anfänger*innen, Termin nach Vereinbarung

„Sicheres Klettern am Klettersteig“, Klettersteigkurs für Anfänger*innen in Theorie und Praxis. min. 2 Anmeldungen. **Inhalte:** Klettersteig Topo, kleine Knotenkunde, Ausrüstungskunde mit korrekter Verwendung, Gefahren und Verhalten am Klettersteig; **Anforderung:** schwindelfrei, Kondition für ca. 4 h, Eigengewicht 40 bis 120 kg; **Ausrüstung:** Klettersteigset, Sitzgurt, Helm, Handschuhe, Faulenzer- bzw. Selbstsicherungsschlinge, 2 Schraubkarabiner; **Praxis:** einfacher Klettersteig in der Nähe des Ausbildungsortes; **Kostenbeitrag:** 15 €; **Organisation:** John Hesselaar, +43 660/2902983, jhesselaar@consolidate.at.

Rufseminar für Fortgeschrittene mit Erfahrung, Termin nach Vereinbarung

„Einblicke in die Übungsleiter-Fähigkeiten“. Kurs für Fortgeschrittene und an - gehende ÜL-Klettersteige, min. 2 Anmeldungen. **Inhalte:** Ausrüstung und Sicherheitstheorie, behelfsmäßige Bergrettung, Gruppenführung, Wetterkunde, Navigation; **Anforderungen:** Schwindelfreiheit, Kondition für ca. 4 h, Eigengewicht 40 bis 120 Kg; **Ausrüstung:** Klettersteigset Sitzgurt, Helm, Handschuhe, Faulenzer- bzw. Selbstsicherungsschlinge, Einfachseil mind. oder ideal 30 m, (pro 2 TN 1 Seil), 3 Bandschlingen vernäht (1x30 cm, 1x60 cm; 1x120 cm), 4 HMS-Karabiner mit Verschlussicherung, Smartphone mit App „Naturfreunde Touren portal“ vorinstalliert; optional: 1 Sicherungs- und Abseilgerät, 1 Petzl Tibloc, Karte M1:25.000; **Kostenbeitrag:** 35 €; **Organisation:** John Hesselaar, +43 660/2902983, jhesselaar@consolidate.at.

Sa., 17. Mai: Klettersteigkurs, Update für Anfänger*Innen, Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden die Grundlagen für das eigenständige Begehen von Klettersteigen vermittelt. **Inhalte:** Tourenplanung, Materialkunde, Klettertechniken, Sicherheitsaspekte, Praxis im Übungsklettersteig Rifa, Detailinformationen anfordern. **Anforderung:** Kondition; trittsicher, schwindelfrei; **Ausweichtermin:** Sa., 24. 5.; **Teilnehmer:** max. 6; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Treff:** 10 Uhr, Rifa Partenen; **Dauer:** 10 – 16 Uhr; **Kursleiter:** Instruktoren Clemens Eherer, Andrea Öhri; **Infos/Anmeldung bis 12. 5.** bei Clemens Eherer, nf.eherer@gmail.com.

Sa., 12. Juli: Karhorn-Klettersteig, Schröcken, 2.416 m

Alpiner Gratklettersteig mit herrlichem Bergpanorama, sehr lohnend. Mit Liftunterstützung Steffisalp-Express. **Anforderung:** mittel, Karhornklettersteig B-C, Panoramaklettersteig C-D; **Ausrüstung:** Klettersteigausrüstung, Helm, Handschuhe, Faulenzer- oder Selbstsicherungsschlinge, Getränke, Jause;

Gehzeit: Klettern 2 ½ h, 360 Hm; **Gesamt:** 4 ½ h, 650 Hm; **Infos/Anmeldung bis 9. 7.** Bei Nebahat Inan, 0699/11756801, nebiinan@msn.com.

Mountainbike

Wöchentlich jeden Mi. von Mai – September: MTB & E-MTB – Pfändertreff

Feierabendausfahrten für Neueinsteigende und Fortgeschrittene. Fahren im Normaltempo. Ausschreibung über Pfändertreff-Newsletter, bitte eintragen lassen. **Anforderung:** mittel, gute Kondition; **Ausrüstung:** MTB/E-MTB Fully in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe; **Fahrzeit:** 2 – 3 h, 900-1100 Hm; **Organisation:** Peter Vacek, Günter Griesser; **Treff:** 16 – 17 Uhr, Kornmarkttheater Bregenz; **Infos/Anmeldung** bei Peter Vacek, 0699/18035701, peter.vacek@chello.at oder Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 13. & So., 27. April: 2-teiliger Aufbaukurs, MTB-Fahrtechniktraining

Die jeweils 4 Stunden lohnen sich für Mountainbiker*innen, welche ihre Technik verfeinern wollen. Für jene, die mehr Sicherheit beim Bremsen, in Kurven oder am Trail wollen. Dazu werden spielerisch die notwendigen Fertigkeiten zum kontrollierten Mountainbiken vermittelt. Geübt wird im eigenen Tempo. **Ausrüstung:** MTB mit Profilreifen, Helm, Brille, Handschuhe, Snack, Getränk; **Kursdauer:** je 4 h; **Treff:** 9 Uhr, Rathaus Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 6. 4.** bei Roman Dallinger, roman.dallinger@gmx.at.

Sa., 10. Mai: E-MTB-Frühlingsrundtour am Pfänderstock

Abwechslungsreiche spannende Tour. Ab Bregenz – Fluh – Pfänder, 1.064 m – Hochberg, 1.069 m – Eichenbergdorf – Lochau Hafen – Bregenz Hafen. **Fahrzeit:** 4 h, 1250 Hm, 40 km; **Anforderungen:** mittel, S 1, Abfahrtstechnik, Kondition; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe; **Treff:** im REX 10 Uhr, ab Bludenz, oder Milchpils Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 6. 5.** bei Günter Griesser, 05574/45781, guenter.griesser@naturfreunde.at.

So., 6. Juli: E-MTB/MTB – Waldsee, Allgäu, D

Wunderschöne Halbtagestour mit flowigen Singletrails. Von Bregenz über Pfänder und Scheidegg zum Waldsee in Lindenberg, hier Einkehr mit Bademöglichkeit. Zurück über Möggers, Lutzenreute und Bodenseeradweg. **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** MTB in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, ggf. Badesachen. **Fahrzeit:** 4 ½ h, 1300 Hm, 50 km. **Treff:** 10 h, Welle am Bregenzer Hafen; **Infos/Anmeldung bis 1. 7.** bei Rouven Schipflinger, 0650/5331255, rouven.schipflinger@schule.at.

Di., 8. Juli: E-MTB – Waldsee, Lindenberg, D

Von Bregenz übers Wirtatobel, Möggers, Scheidegg zum Waldsee. Einkehr und Badeaufenthalt. Über Niederstaufen, Sigmarszell und Lindau zurück nach Bregenz. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, fittes E-MTB, Reisedokument, ev. Badesachen; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 900 Hm, 50 km; **Treff:** Bregenz, Hafen; **Infos/Anmeldung bis 6. 7.** beiHeinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Di., 5. August: E-MTB – Rohrmoos Breitachklamm

Von Sibratsgfäll zum Rindberg vorbei an der internationalen Wasserscheide nach Rohrmoos zur Breitachklamm mit Besichtigungsmöglichkeit. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, Getränk, fittes MTB, Reisedokument; **Treff:** Sibratsgfäll oder Vereinbarung; Mitfahrmöglichkeit nach Sibratsgfäll nach Absprache; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 900 Hm, 45 km; **Infos/Anmeldung bis 3. 8.** bei Heinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Di., 26. August: E-MTB – Buchenegger Wasserfälle, D

Von Sulzberg zum Wildrosenmoos, über kurzen, einfachen Trail weiter zum Eibelewasserfall und zu den Buchenegger Wasserfällen. Retour übers Hörmoos und Hochbühl nach Sulzberg. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, fittes EMTB, Reisedokument; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 1600 Hm, 45 km; **Treff:** Sulzberg oder nach Absprache; Mitfahrmöglichkeit möglich; **Infos/Anmeldung bis 24. 8.** bei Heinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Sa., 23. – Mo., 25. Aug.: E-MTB-Tourentage, Naturfreundehaus Nr. 1

Die schönsten Touren im Verwall und dem hinteren Paznauntal. Genussbiken mit einfachen Trails zwischen Partenen und Ischgl. **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Anforderung:** mittel, Kondition, Fahrtechnik; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Regenjacke, Handy; **Treff:** nach Vereinbarung; **Kosten:** 125 € N/F; Organisation; **Infos/Anmeldung bis 10. 8.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

So., 21. September: E-MTB/MTB – Rund um den Itonskopf

Abwechslungsreiche Rundtour zwischen Montafon und Klostertal mit technisch interessanten Singletrail-Passagen, S1. **Anforderung:** gute Kondition und Fahrtechnik; **Fahrzeit:** 4 h, 1400 Hm, 30 km; **Ausrüstung:** (E-)MTB in technisch einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Getränk; **Treff:** 10 h, Kirchplatz Schruns; **Infos/Anmeldung bis 17. 9.** bei Rouven Schipflinger, 0650/5331255, rouven.schipflinger@schule.at.

Do., 23. – So., 26. Oktober: E-MTB-Reise – Finale Ligure, IT

Wunderschöne Touren an der malerischen ligurischen Küste mit ihrem mediterranen Flair. Gemeinsam Biken und kulinarische Spezialitäten genießen, nach der Biketour im Meer baden oder durch Finale bummeln.

Detailausschreibung anfordern. **Anforderung:** einfach-mittel, Kondition, MTB;
Unterkunft: Unterbringung in DZ, 3-Sterne-Hotel, EZ mit Aufschlag möglich;
Leistungen: 4 Ausfahrten, Hinfahrt mit Bus, 3 N/HP, Tourenorganisation;
Anreise: Reisebus mit Radanhänger; **Ausrüstung:** Infoliste nach Anmeldung;
Organisation: Loacker Tours; **Infos/Guides:** Gerhard Unterkofler,
0664/73719792, Heinz Rhomberg; **Kosten:** 470 € DZ; **Anmeldung** bei Gerhard
Unterkofler, 0664/72719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Kinder – Jugend - Bergsteigerkurse Silvretta

Sa., 5. – Sa., 12. Juli: Bergsteigerkurs Silvretta, 12 – 16-jährige

Erlernen der Grundlagen des Bergsteigens und Kletterns. Klettern im Kletter -
garten und an der Staumauer, Bouldern, Abseilen, Flying-Fox, Bergtouren,
Knotenkunde, Orientierung uvm. **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe;
Leistungen: N in Mehrbettzi.; Betreuung, Vollpension, Getränke, Leihmaterial,
NF-Shirt; **Preis:** 450 €; **Leitung:** Joachim Humpl, Kevin Tschann.
Infos/Anmeldung bei Landesbüro, 05574/45781,
office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 12. – Sa., 19. Juli: Bergsteigerkurs Silvretta, 8 – 11-jährige

Spielerisches Erlernen der Grundlagen des Bergsteigens. Klettern im
Klettergarten und an der Staumauer, Bouldern, Abseilen, Flying-Fox, Wandern,
kleine Bergtouren, Knotenkunde, Orientierung uvm. **Ort:** Naturfreundehaus Nr. 1,
Bielerhöhe; **Leistungen:** N in Mehrbettzi.; Betreuung, Vollpension, Getränke,
Leihmaterial, NF-Shirt; **Preis:** 450 €; **Leitung:** Robert Oberholzer;
Infos/Anmeldung bei Landesbüro, 05574/45781,
office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 2. – Sa., 9. August: Bergsteigerkurs Silvretta, 9 – 13-jährige

Erlernen der Grundlagen des Bergsteigens. Klettern im Klettergarten und an der
Staumauer, Bouldern, Abseilen, Flying-Fox, Wandern, Bergtouren uvm. **Ort:**
Naturfreundehaus Nr. 1, Bielerhöhe; **Leistungen:** N in Mehrbettzi.; Betreuung,
Vollpension, Getränke, Leihmaterial, NF-Shirt; **Preis:** 450 €; **Leitung:** Lisa
Burtscherer, Ramon Fuchs, Karl Kräutler; **Infos/Anmeldung** bei Landesbüro,
05574/ 45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Kinder – Jugend

Mo., 10. – Fr., 14., Februar: Ski & Snowboardcamp Sonnenkopf

Für Mädchen und Buben in Gruppen nach Eigenkönnen, Spaß und Freude im
Schnee sowie das Miteinandersein stehen im Mittelpunkt. Neben dem Erlernen
und Festigen der Ski- und Snowboardkenntnisse wird ein spannendes
Abendprogrammangeboten, Langeweile ausgeschlossen. Details über die

Homepage OJA Bludenz. **Infos/Anmeldung** bei Roman Zöhrer, 0650/6282200, roman@cfy.at.

Sa., 26. April: E-MTB-/MTB-Techniktraining für Kinder und Jugendliche

Üben, ausprobieren, learning by doing. Geschicklichkeit, Bremsen, Lenken, Koordinationenübungen und Balance. Das Techniktraining findet hinter der Rheinauhalle in Höchst statt. Anschließend fahren wir über Walzenhausen, CH, wo wir das Erlernete auf leichten Singletrails einüben. **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, kl. Werkzeug, MTB in einwandfreiem Zustand, Reisedokument. **Leitung:** Dieter Schneider, Heinz Rhomberg; **Treff:** 9 Uhr hinter der Rheinauhalle Höchst; **Dauer:** 2 ½ h, 300 Hm, 15 Km; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 17. 4.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Sa., 12. Juli: Familienwanderung Ebnit - Valorstal mit Grillen am Bach

Ein toller Tag für die ganze Familie. Ab Ebnit Unterdorf zum Bachbett der Ebniter Ache. Dort grillen, Staudämme bauen, die Natur in ihrer Ursprünglichkeit erleben. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Grillsachen, Verpflegung, Badesachen, Sonnen-/Zeckenschutz; **Gehzeit:** ½ h, 100 Hm, 1 km; **Treff:** 10:30 Uhr, Bhf. Dornbirn oder 11:19 Uhr Ebnit Unterdorf; **Infos/Anmeldung bis 10. 7.** bei Nadja Zoller, 0670/6082264, nadja_zoller@yahoo.de.

Fr., 15. – Mo., 18. August: E-MTB-/MTB-Jugend, Bike Republic Sölden

Biketage von flowig bis technisch anspruchsvoll. Die Bike Republic bietet so alles, was das Bikerherz begehrt. Touren vom Referat MTB geführt. Übernachten im Ferienhaus Peater´s Hoamat zentral in Sölden. **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, kl. Werkzeug, MTB in einwandfreiem, technischem Zustand, Knie-, Schienbein-, Ellbogenschoner; **Anmeldung bis 13. 7.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Fotografie

Fototreff jeden 2. Dienstag im Monat

Verschiedene, spannende Programmabende warten! **Treff:** 19 Uhr, NF-Landesbüro, A.-Schneiderstr. 19, Bregenz, Saal 1. Stock; **Infos/Anmeldung** bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

Sa., 28. Juni: Fotomarathon Bregenz

Nichtmitglieder herzlich willkommen. 4 Themen – 4 Stunden. Bearbeitung der Bilder ist nur mit der Kamera zugelassen. Veranstaltung bei jeder Witterung. Ob Digicam, Spiegelreflex- oder Systemkamera – bitte mitmachen! Wichtig: Zum Marathonstart muss eine leere Speicherkarte eingelegt sein. Nur JPEG-Format zugelassen. **Infos/Anmeldung ab 12:30 Uhr** per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

Werde Mitglied bei den Naturfreunden – alle Vorteile auf einen Blick

- **Mehr Sicherheit**
mit unserer weltweit gültigen FreizeitUnfallversicherung (Bergungs- und Rückholkosten, Invalidität ab 25 %) bzw. Haftpflicht- sowie der attraktiven Auslandsreise-Zusatzversicherung
- **Mehr alpine Kompetenz**
mit fundierten Ausbildungen, Kursen und Trainings in unseren alpinen Ausbildungszentren, NaturfreundeHaus Nr.1, Kletterhalle k1, Boulderhalle Klimmerei
- **Mehr Hüttenleben**
auf unseren 8 Hütten und Häusern in Vorarlberg, mit Ermäßigung bei Übernachtungen in Schutzhütten aller alpinen Vereine in Österreich
- **Mehr Erlebnis**
mit den Angeboten der 13 Naturfreunde Ortsgruppen und 8 Fachreferaten, den kompetenten Partnern für alpine Individualveranstaltungen
- **Mehr Abenteuer**
mit spannenden Ferien camps und Umweltprojekten für Kinder und Jugendliche
- **Mehr Urlaub**
mit attraktiven Reiseangeboten im In- und Ausland
- **Mehr Umweltengagement**
mit Aufklärungskampagnen, Umweltaktionen und Projekten

Die Naturfreunde stehen für leistbare Freizeit und bieten dir daher attraktive Mitgliedspreise 2025!

- **Vollmitgliedschaft: € 64,-**
- **Ermäßigte Mitgliedschaft: € 41,-**
PartnerInnen von Mitgliedern in einer Lebensgemeinschaft, 19- bis 25-Jährige, Studierende bis zum 27. Lebensjahr, Menschen mit Handicap, Ausgleichszulagen-Empfänger
- **Kinder und Jugendliche € 27,-**
bis maximal 19 Jahre
- **Familienmitgliedschaft € 111,-**
in einem Haushalt lebend
- **Familienmitgliedschaft für Alleinerziehende € 76,-**
in einem Haushalt lebend





Bregenzer Hütte, 1.290m, Klausberg Schwarzenberg, Bregenzerwald

Lust auf eine Auszeit in der Natur? Unsere Hütte, ein Ort der Ruhe und Erholung, liegt idyllisch inmitten einer atemberaubenden Wald- und Moorlandschaft. Ob Wanderer, Radfahrer, Roderl, Skitourengesher oder Familien – hier findet jeder den perfekten Platz, um frische Luft zu tanken und die Seele baumeln zu lassen. Genießen Sie bei uns feine Getränke und stärkende Pausen – oder übernachten Sie in unserem gemütlichen Ambiente.

Ab April 2025 wird unsere Hütte neu verpachtet, und die Saisonöffnung ist für den 1. Mai geplant. Alle aktuellen Informationen finden Sie immer auf unserer Hütten-Homepage.

Reservierungsanfragen sind ab April 2025 per E-Mail an bregenzerhuette@naturfreunde.at möglich und herzlich willkommen! Gerne nehmen wir auch telefonische Anfragen für den Sommer 2025 ab April entgegen.

Wir freuen uns darauf, Sie bald bei uns begrüßen zu dürfen!

Mit einem herzlichen „Berg frei!“ grüßt

Das Hüttenteam sowie die Ortsgruppe Bregenz

