

VORARLBERG FREI

Naturfreunde Vorarlberg



Naturfreunde.at
vorarlberg.naturfreunde.at

Programmheft 2026

Skitourenkurse Silvretta

Skitouren

Skifahren

Langlaufen

Wandern & Bergsteigen

Bike & Hike / Climb

Klettern

Klettersteige

Mountainbiken

Rad

Kinder & Jugend Silvretta

Kinder & Jugend

Fotografieren



Inhaltsverzeichnis



◆ Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta	4
◆ Skitouren	9
◆ Skifahren	23
◆ Langlaufen	26
◆ Wandern & Bergsteigen	26
◆ Bike & Hike / Climb	45
◆ Klettern	50
◆ Klettersteige	53
◆ Mountainbiken	56
◆ Rad	64
◆ Kinder & Jugend Bergsteigerkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta	65
◆ Kinder & Jugend	67
◆ Fotografieren	71
Mitglied bei den Naturfreunden	78
Kontakte	79
Hütten & Häuser	80

Sämtliche Angebote und kurzfristige Neuerungen gibt es auf der Homepage

vorarlberg.naturfreunde.at oder per Newsletter.

Die Wetter-, Lawinen- und Tourenportale helfen bei der Planung.

Die Bankverbindung der Naturfreunde Vorarlberg lautet:

IBAN: AT37 2060 1034 0002 3200; BIC: SPBRAT2BXXX (Sparkasse Bregenz)

Wichtig: Bitte unbedingt den genauen Zahlungszweck angeben.

Notrufe Europa: 112; Österreich: 140, aber auch Rettungsleitstelle Vlb.: +43 (0)5522 140 und alle örtlichen Bergrettungsstellen; Schweiz: 1414; Rega: +41 333 333 333; Italien: 118, Südtirol: 112; Frankreich: 15.

Alpinwetter Österreich: 0900 91 1566, Dw. 80; Regional Dw. 81; Schweiz Dw. 83; Ostalpen Dw. 84; Persönliche Beratung: 0512 291600, Mo – Fr. 13 bis 18 h., kostenpflichtig.

Lawinenwarndienste Vorarlberg: 05574 201 1588, ab 7.30 h; Schweiz: + 41 848 800 187; www.lawine.at; www.vorarlberg.at/lawine; www.lawine.org (Europa – die einzelnen Länder);

Impressum | Naturfreunde Vorarlberg · ZVR 944939968, A. Schneiderstraße 19, 6900 Bregenz; Redaktion, redigiert: Gerhard Unterkofler, Hohenems · Fotos: Naturfreunde Vorarlberg | Ausgabe 1/2026 | **Titelbild:** Brigitte Wurzenrainer, OG Hard, Klettersteig – Örflasschlucht, 2025.



Editorial



Werte Naturfreundinnen und Naturfreunde,



seit 130 Jahren gibt es die Naturfreundebewegung zwischenzeitlich. Gegründet 1895 mit dem Ziel den Menschen die Freizeitgestaltung in der Natur zu ermöglichen.

Ihre Gründungsväter waren Georg Schmiedl (Lehrer), Josef Rohrauer (Student phil.), Alois Rohrauer (Metallarbeiter) und Karl Renner (damals Student, später Staatskanzler und Bundespräsident Österreichs).

Ein Jahrzehnt danach fand die Naturfreundeidee ihren Weg nach Vorarlberg – 1905 mit der Gründung der Ortsgruppe Dornbirn und 1907 mit den Ortsgruppen Bregenz und Feldkirch.

Dreizehn Jahrzehnte später ist unser Antrieb immer noch derselbe. Wir versuchen möglichst vielen Menschen die Schönheit unserer Natur näher zu bringen, ins Herz zu legen.

Das zu bewerkstelligen ist nur möglich, wenn sich so viele ehrenamtlich engagierte Persönlichkeiten bemühen Jahr für Jahr ein so tolles Angebot auf die Beine zu stellen.

Dafür gebührt unser großer Respekt und Dank an alle Ausführenden.

Als neu gewählter Landesvorsitzender der Naturfreunde Vorarlberg darf ich mich bei meinem Vorgänger Reinhold Einwallner herzlichst für seinen Einsatz in der Naturfreundebewegung bedanken.

Gleichzeitig freue ich mich euch dieses umfangreiche Angebot der Naturfreunde in eure Hände legen zu können und bitte euch um rege Teilnahme an den unterschiedlichsten Veranstaltungen.

Mit einem herzlichen „Berg frei!“

Michael Visintainer, Landesvorsitzender Naturfreunde Vorarlberg





Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta



Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe, Silvretta

Tourenskilauf und Freeriden sind Erlebnis und Abenteuer in einem. Neue Dimensionen werden erschlossen, eine intensive Beziehung zu Natur und Umwelt vermittelt und der Winter hautnah spürbar gemacht. Die herrliche Berg- und Gletscherarena Silvretta bietet unzählige, sehr lohnende Tourenziele. Im Naturfreundehaus können wir Nächtigungen in geräumigen, elektrisch beheizten Mehrbettzimmern mit Waschmöglichkeit anbieten. Es stehen ein 4er-, ein 2er- und zwei 3er-Zimmer zur Verfügung; wir bemühen uns um eine stimmige Zimmereinteilung, Reservierungen einzelner Zimmer oder Einzelzimmern sind leider nicht möglich. Auf jeder Etage befindet sich eine Dusche sowie eine Toilette. Gratis WLAN ist inklusive.

Sa., 17. – Sa., 24. Jänner: Skitouren- und Tiefschneetechnikwoche für Frauen

Kursnr. S2604 – Nur für Frauen angebotene Ausbildungs- und Tourenwoche, für Anfängerinnen und auch Geübtere in Kombination mit Einführung in die Grundlagen des Skitourengehens. 2 Tage Tiefschnee-Skitechniktraining auf Piste und im Gelände. **Anforderung:** Kondition für 4 – 5 h in langsamen Aufstiegstempo und 800 Hm; Detailausschreibung anfordern; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x N inkl. HP und Lunchpaket, Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta; **Infos/Organisation:** Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Preis:** 549 € zzgl. ca. 150 € für Liftkarten (Galtür, Bielerhöhe); **Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 24. Jänner – Sa., 31. Jänner: Skitourenwoche Kneipp-Aktiv, Dornbirn

Kursnr. S2605 – Schöne Touren in grandioser Berglandschaft. **Anforderung:** Aufstiege 3 – 4 h in normalem Gehtempo, Skitourenkenntnisse, Pisten-Skifahrer mit Tiefschnee-Erfahrung; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses LVS-Leih-



Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta



material wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Organisation:** Wolfgang Illmer, Andreas Mäser; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** NF Dornbirn; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 31. Jänner – Sa., 7. Februar: Offene Skitourenwoche, OG Feldkirch & Hohenems

Kursnr. S2606 – Gemäßigte Touren im Dreiländereck von Vorarlberg, Tirol und Engadin, Top-Tourengebiete. **Anforderung:** gute Kondition für 4 – 5 h Aufstiege, Spitzkehrentechnik- und Tiefschnee-Erfahrung; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP, Lunchpaket, Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses LVS Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Organisation:** Edi Zagler, Gerhard Unterkofler; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch/Hohenems; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 7. – Sa., 14. Februar: Skitouren- und Tiefschneetechnikwoche für LehrerInnen

Kursnr. S2607 – Für AnfängerInnen und etwas geübtere AnfängerInnen, eine solide Einführung und Einübung in wichtige Grundlagen des Tourengehens mit 2 Tagen Skitechniktraining auf der Piste. **Anforderung:** Kondition für 4 – 5 h in langsamen Aufstiegstempo, 800 Hm, Detailausschreibung anfordern; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, Betreuung durch staatl. geprüften Instruktor, kostenloses Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Infos/Organisation:** Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com, Jörg Böhler und Helmut Bauer; **Preis:** 549 € zzgl. ca. 150 € für Liftkarten (Galtür, Bielerhöhe); **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.



Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta



Sa., 14. – Di., 17. Februar und/oder Di., 17. – Sa., 21. Februar: Offene Skitourtage, OG Nüziders

Kursnr. S2608 – Ausgewähltes Tourenprogramm! Teilnahme wahlweise als Tourenwoche oder im Tourenpaket 1 oder 2 möglich. **Anforderung:** 3 – 5 h, Aufstiege in normalem Tempo, Erfahrung, Skitechnik; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** Ü inkl. HP und Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses LVS Leihmaterial, wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Organisation:** Robert Helperstorfer; **Paket 1:** Anreise Sa., 14.2., 10 Uhr, Seilbahn; Abreise Di., 17.2., letzte Bahn; **Preis:** 250 € für 3 x Ü und 4 mögliche Touren; **Paket 2:** Anreise Di., 17.2., letzte Bahn; Abreise Sa., 21.2., 10 Uhr bei der Seilbahn; **Preis:** 320 € für 4 x Ü und 4 mögliche Touren; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung:** Robert Helperstorfer, 0664/3407742, nueziders@naturfreunde.at.

So., 22. Februar – Sa., 28. Februar: Skitourtage für Tourengewandene mit Erfahrung

Kursnr. S2609 – Schöne Tourenziele, rassige Pulverabfahrten. **Anforderung:** gute Ski- und Spitzkehrentechnik, gute Kondition für 5 – 6 h Aufstiege, alpine Erfahrung, Trittsicherheit, Skitechnik bis 40° Hangneigung; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 6 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Organisation:** Skitouren Franz Sturmer; **Preis:** 469 €; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 28. Februar – Sa., 8. März: Offene Skitourenwoche, OG Kennelbach

Kursnr. S2610 – Die schönsten Tourenziele warten auf euch. **Anforderung:** 3 – 5 h Aufstiege in normalem Gehtempo, Skitourenkenntnisse, Skitechnik; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses LVS-Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden,



Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta



LW-Schaukeln; **Organisation:** Karl Großkopf, Christian Hämmerle; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 7. – Sa., 14. März: Skitourenwoche für Fortgeschrittene

Kursnr. S2611 – Skitourenspaß für ambitionierte Tourengewandene. **Anforderung:** Spitzkehrentechnik, 4 – 6 h Aufstiege in normalem Tempo, alpine Erfahrung, Hänge bis 40°; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, gratis WLAN, kostenloses LVS-Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaukeln, Betreuung durch staatlich geprüfte Instruktoren; **Organisation:** Günter Obermair, Simson Höck; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 14. – Sa., 21. März:

Offene Skitourenwoche für Skitourengehende mit Erfahrung, OG Hard

Kursnr. S2612 – Ausgewähltes Tourenprogramm mit den schönsten Abfahrten. Genussprogramm am Abend von unserer Harder Köchin. **Anforderung:** Spitzkehrentechnik, gute Kondition, 3 – 4 h Aufstiege in normalem Tempo, sicheres Skifahren; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN, kostenloses LVS-Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaukeln; **Organisation:** Wolfgang Illmer, Dieter Schneider; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 21. – Sa., 28. März: Aufbaukurs Ski-Hochtouren

Kursnr. BE2613 – Dieser Ausbildungskurs erweitert die Kompetenz von SkitourengeherInnen mit Grundwissen und Erfahrung im Skitourengehen für anspruchsvolle



Skitourenkurse Naturfreundehaus Nr.1, Silvretta



Skitouren im Hochgebirge. **Inhalte:** Skifahrtechnik, Gelände-, Gletscherkunde, Umgang mit Steigeisen und Pickel, Seilsicherung am Gletscher, Spaltenbergung, Tourenplanung, Gefährdungseinschätzung, Entscheidungsfindung, Gruppendynamik. Detailausschreibung anfordern; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leitung/Auskunft:** Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Kosten:** 549 € zzgl. ca. 130 € für Skiliftkarten und ca. 80 € HP auf Wiesbadener Hütte; **Veranstalter:** Landesreferat Alpin, Res. Ausbildung; **Anmeldung bis 2.3.** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 28. März – Sa., 4. April: Skitourenwoche für Anfänger- und EinsteigerInnen

Kursnr. S2614 – Herrliche Touren von leicht bis mittel in angepasstem Tempo. Geeignet für gute Pistenskifahrende mit Erfahrung im Tiefschneefahren. **Anforderung:** 3 – 4 h Aufstiege; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Leistungen:** 7 x Ü inkl. HP und Lunch paket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, gratis WLAN, kostenloses LVS-Leihmaterial wie LVS-Geräte, LW-Sonden, LW-Schaufeln; **Organisation:** Andreas Mäser; **Preis:** 549 €; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Infos/Anmeldung:** Landesbüro Vorarlberg, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Hinweis: Die Teilnahme am Silvretta Skitourenkursprogramm ist aus rechtlichen und versicherungstechnischen Gründen an die NF-Vereinszugehörigkeit gebunden. Details zur Mitgliedschaft können der Homepage entnommen werden. **Stornovermerk:** nach verbindlicher Anmeldung und Teilnahmebestätigung bis 14 Tage vor Kursbeginn 50%, danach 85%, bei Stornierung in der letzten Woche wird der Gesamtbeitrag verrechnet, außer der Platz kann an eine Ersatzperson vergeben werden. Kosten bei späterem Antritt oder früherem Ausscheiden, z.B. wegen Krankheit oder aus Gründen, welche nicht im Einflussbereich der Naturfreunde liegen, können nicht rückerstattet werden. Danke für das Verständnis.



Skitouren



Do., 1. Jänner: Schönberg, 2.104 m, FL

Von Malbun über das Sassförkle zum Gipfel. Diese leichte Tour eignet sich auch für Anfänger und Einsteigende. **Ausrüstung:** komplette Tourenausrüstung wie LVS-Gerät, LW-Schaufel, LW-Sonde, warme Getränke, Jause und Reisedokument; **Gehzeit:** 3 h, 750 Hm; **Treff:** 9 Uhr, Vaduz oder nach Vereinbarung; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 30.12.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

So., 4. Jänner: Girensitz, 2.367 m, CH

Mittelschwere Skitour von St. Antönien auf die herrliche Südseite des Rätikons. **Ausrüstung:** komplette Tourenausrüstung wie LVS-Gerät, LW-Schaufel, LW-Sonde, warme Getränke, Jause, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 h, 900 Hm; **Treff:** 7 Uhr, Parkplatz Hofer, Hard; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 3.1.** bei Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lasselsberger@gmail.com.

Di., 6. Jänner – 1. März:

10-teiliger Ausbildungs-Grundkurs Skitouren- und Tiefschneetechnik

Kursnr. BE2602 – Der 10-tägige Kurs vermittelt AnfängerInnen und Personen mit ersten Skitourenenerfahrungen eine solide Einführung in wichtige Grundlagen des Skitourengehens inkl. 2 Tage Tiefschneetechniktraining. **Anforderung:** 5 h Aufstieg, gemäßigtes Tempo, Abfahrt im Pflugbogen oder Parallelschwung, bis 800 Hm; **Ausrüstung:** für Tagestouren, Detailausschreibung anfordern; **Termine:** 6.1. nachmittags, 9.1. abends und 10.1. ganztags sowie weitere 7 Termine; **Orte und Details:** siehe Homepage oder auf Anfrage; **Kosten:** 230 € zzgl. ca. 150 € für Skiliftkarten; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Alpin, Res. Ausbildung; **Infos/Leitung:** Helmut Bauer und Martin Bentele, Instruktor Skibergsteigen, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Anmeldung bis 17.12.25** beim Landesbüro, 05574/



Skitouren



45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at. **Hinweis:** Das Büro ist in der Zeit vom 18.12.25 bis 9.01.26 geschlossen, in dieser Zeit Anfragen bitte über die Kursleitung.

Fr., 9. Jänner: Käsknöpfe-Skitour Golm – Gauertalhaus – Vandans, 2.250 m

Skitour, Bergerlebnis, Abfahrtsvergnügen, Gemeinschaftserlebnis. Mit Lift zur Bergstation der Rätikonbahn, der Anstieg beginnt mit einer Zwischenabfahrt, dann Richtung Wilder Mann zum nordseitigen Grat, die Abfahrt folgt dem Waschtobelbach und führt zum Gauertalhaus mit Einkehr, abendliche Pistenabfahrt nach Vandans. Alternativ: Kreuzjochspitze. **Anforderungen:** mittel, gute Skitechnik; **Ausrüstung:** Tages- und LVS-Ausrüstung, Harscheisen, gute Stirnlampe mit vollen Akkus; **Gehzeit:** 2 ½ h, 600 Hm; **Kosten:** Selbstkosten für Liftkarte und Essen; **Mindestteilnahme:** 4 Personen; **Treff:** Kassa Golmerbahn Vandans; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 5.1.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

Fr., 9. Jänner: Goldlochspitz, 2.110 m, FL

Fahrt in Richtung Malbun, nach dem Tunnel bei Steg beginnt die Tour. Über Waldboda und Gapfahl vorbei an der Kolme hinauf zur Goldlochspitz. **Anforderung:** leicht-mittel, Kondition; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 ½h, 800 Hm; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz bei Steg; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 6.1.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Do., 8. + Sa., 10. Jänner: Skitourenkurs „Sicher auf Tour“ in Nüziders

Kurs als Theorie und Praxiseinheit. **Inhalt:** Entscheidungsstrategien in der Lawinenkunde, Tourenplanung, Verhalten im Notfall; **Theorieabend:** Do., 8.1., 18.30 – 22 Uhr, Vereinsheim NF-Nüziders, Waldburgstr. 1, 3. Stock; **Praxis in Kleingruppen:** Sa., 10.1., 9 – 16 Uhr, Ort nach Schneelage; **Organisationsbeitrag:** 25 €;



Skitouren



Org./Detailinformation: Roland Langebner; **Veranstalter:** Landesreferat für Alpin/Schneesport; **Infos/Anmeldung bis 6.1.** bei Roland Langebner, 0664/4602488, roland.langebner@yahoo.com.

Fr., 9. + Sa., 10. Jänner:

Skitourenkurs mit LVS-Training & Tourenplanung in Kennelbach

Gemeinsame Skitour zu einem zuvor geplanten Ziel. Theorie und Tourenplanung am Freitagabend mit Schwerpunkt alpine Gefahren. Samstags gemeinsame Tour anhand der erarbeiteten Tourenplanung sowie die gezielte Umsetzung der Theorie in die Praxis. **Anforderung:** Grundkenntnisse im Skitourengehen; **Ausrüstung:** komplette Touren- und LVS-Ausrüstung; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Christiane Schugg oder Johannes Böhler, 0650/3247474, naturfreunde.kennelbach@gmail.com.

So., 11. Jänner – 22. Februar: Aufbaukurs Skitouren, 5-tägig

Kursnr. BE2603 – Dieser Kurs bietet einen vertiefenden Kurstag in Skitechnik sowie viereinhalb weitere Theorie-/Praxis-Tourentage, 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 Tagestouren, Detailausschreibung anfordern; **Termine:** 11., 17., 25. und 31.1. sowie 22.2. ganztags; **Orte und weitere Details:** siehe Homepage oder auf Anfrage; **Kosten:** 130 € zzgl. ca. 85 € für Skiliftkarte; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Alpin, Res. Ausbildung; **Infos/Organisation/Anmeldung** bei Martin Bentele, Instruktor Skibergsteigen, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com, Helmut Bauer für die Skitechnik.

So., 11. + Mo., 12. Januar: Skitourentage Tiroler Lechtal

Eindrucksvolle Skitourentage in der Arlberg-Region. Unterkunft Haus Edelweiss



Skitouren



in Kaisers. Ab hier stehen – je nach Verhältnissen – herrliche Tourenmöglichkeiten im Almajur- und Kaisertal offen. **Mögliche Ziele:** Gipfelklassiker Schwarzer Kranz, 2.495 m, Guflesspitze, 2.577 m oder Alples-Pleisspitze, 2.655 m; **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** Skitourenausrüstung nach Liste; **Gehzeit:** 4 – 5 h, 1300 Hm je nach Tour; **Richtpreis:** 125 € für Fahrt, Lager mit Ü-HP, Organisation; **Anzahlung:** 61 € bei Anmeldung, Detailausschreibung anfordern; **Tourenorganisation:** Alex Strohmaier, Roland Schneckenreither; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Alexander Strohmaier, alexander.strohmaier@gmail.com.

Sa., 17. Jänner: Blankuskopf, 2.334 m

Erlebnisreiche Tour mit rassisger Gipfelabfahrt, mit Liftunterstützung der Palüdbahn, Brand/Innertal. Der klassische Aufstieg führt über die Unter- und Oberbrüggelealpe und durch die Böden und den steileren Gipfelhang zum Gradsattel. Der Anstieg zum Gipfel mit kurzer Klettereinlage kann auch ohne Ski gemacht werden. **Anforderung:** gute Kondition, Skitechnik; **Ausrüstung:** Tagestouren- und LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 4 h, 1000 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 15.1.** bei Marko Burtscher, 0664/73457222, markobur133@gmail.com.

Sa., 17. Jänner: Schneeberg, Gargellen, 2.588 m

Aussichtsreiche Skitour mit Start in Gargellen, für Anfänger mit Kondition geeignet. Der Weg führt durch das Vergaldatal und zweigt dann bei der Vergaldalpe nach rechts ab mit direktem Anstieg bis zum Gipfel. **Anforderung:** überwiegend leicht mit wenigen Spitzkehren; **Ausrüstung:** Tages-, LVS-Ausrüstung; **Gehzeit:** 3 ½ h, 1200 Hm, **Treff:** 7.30 Uhr, Parkplatz Mittelschule Oberau Gisingen (Skatepark) oder Gargellen; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 15.1.** bei Eduard Zagler, 0664/75065803, ezag@gmx.at.



Skitouren



Mi., 21. Jänner: Gerenspitze, 1.871 m

Mittelschwere Tour ab Bad Laterns, Richtung Furkapass, Sack Alpe – Frutz Alpe, kurzer steiler Anstieg zum Gipfel. **Ausrüstung:** komplette Tourenausrüstung, LVS-Gerät, LW-Schaufel, LW-Sonde, warme Getränke, Jause; **Gehzeit:** 3 h, 660 Hm; **Treff:** 7 Uhr, Parkplatz Hofer, Hard; **Infos/Anmeldung bis 19.1.** bei Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lasselsberger@gmail.com.

Sa., 24. Jänner: Sünerspitze & Portlahorn, 2.061 m

Angenehme Tour auf die Sünerspitze mit Abfahrt zum Sünser See und erneutem Aufstieg zum Portlahorn. Mehrmaliges Auffellen und evtl. Tragestellen für Ski/Splitboard, 6 Teilnehmer; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 3 h, 600 Hm; **Treff:** 9 Uhr, Tagesparkplatz Gasthof Zimba, Damüls; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 10.1.** bei Clemens Eherer, 0650/5719880, nf.eherer@gmail.com.

Sa., 24. Jänner: Tälispitze, 2.000 m

Klassische Kurztour ab St. Gerold im Gr. Walsertal. Als Belohnung für den in Teilen anspruchsvollen Anstieg gibt es nach dem Gipfel herrlich lange und traumhafte Abfahrtshänge. **Anforderung:** mittel; **Gehzeit:** 3 h, 900 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 22.1.** bei Robert Helperstorfer, 0664/3407742, nueziders@naturfreunde.at.

Mo., 26. Jänner: Klippern, 2.066 m

Skitour mit tollen Hängen ab Damüls/Argenwald mit herrlichem Blick auf die Berge rund um Damüls. **Anforderung:** leicht/mittel; **Ausrüstung:** Tagestouren, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Snack, Getränk; **Gehzeit:** 3 h, 830 Hm; **Treff:** 8.30 Uhr, Au im Bregenzerwald, nach Vereinbarung; **Veranstalter:** Naturfreunde



Skitouren



Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 23.1.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Sa., 31. Jänner: Gweiljoch, 2.209 m

Skitour auf das Gweiljoch ist eine landschaftlich schöne Tour mit herrlichem Panorama. **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 3 ½ h, 1100 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 29.1.** bei Roland Langebner, 0664/4602488, roland.langebner@yahoo.com.

Sa., 31. Jänner: Oberzalimkopf, 2.340 m

Skitour vorbei an der imposanten Nordseite des Panülerkopfes. Start in Brand bei der Palüdbahn über die Oberzalimhütte auf den Gipfel. **Anforderung:** Erfahrung mit Steigeisen, gute Spitzkehren- und Skitechnik; **Ausrüstung:** Skitouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Steigeisen; **Gehzeit:** 4 h, 1200 Hm; **Organisation:** Günther Schwarzmänn, Doris Bergmair; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 17.1.** bei Günther Schwarzmänn, 0664/8209863, guenther.schwarzmänn@drei.at.

So., 1. Februar: Schönberg, 2.104 m, FL

Herrliche Tour für Anfänger und Fortgeschrittene ab Malbun. Aussichtsberg mit Panoramablick. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Tagestouren, LVS-Ausrüstung, warme Getränke, Jause, Reisedokument; **Gehzeit:** 2 ½ h, 660 Hm; **Treff:** 8.30 Uhr in Malbun oder nach Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 29.1.** bei Andrea Öhri, +423/7776584, andrea.oehri@siding.li.

Do., 5. Februar: Skitour Gweiljoch, 2.270 m

Diese lohnende Tour ist auch für Anfänger mit guter Kondition geeignet. Ausgangs-



Skitouren



punkt ist Reute im Gargellental, danach Valsott und zur Alpe Innergweil und weiter auf einen namenlosen Gipfel über dem Gweiljoch. **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung; **Gehzeit:** 3 ½ h; **Treff:** nach Vereinbarung; **Mindestteilnahme:** 4 Personen; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 9.2.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

Sa., 7. Februar: Madchop, 2.236 m – Guli, 2.355 m, CH

Spannende Tour im Weisstannental. Ab Weisstannen, 1.004 m, Start Richtung Madfurggl und weiter zu den Gipfeln, am Ende erwartet uns ein kleiner Grat zum Gipfel vom Guli. **Anforderung:** mittel, Kondition; **Ausrüstung:** Tourenausrüstung, LVS-Gerät, LW-Schaufel, LW-Sonde, warme Getränke, Jause, Reisedokument; **Gehzeit:** 4 ½ h, 1400 Hm; **Treff:** nach Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 1.2.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

So., 8. Februar: Rosswis – Buchserberg, 2.333 m, CH

Die Rosswis ist ein sehr beliebtes und äußerst lohnendes Skitourenziel mit einem grandiosen Landschaftserlebnis. Ab Berghaus Malbun, Buchserberg über Obersas zum Sisitzgrat; **Anforderungen:** mittel; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 ½ h, 1130 Hm; **Treff:** 7.30 Uhr, Gisingen, Mittelschule Oberau; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 5.2.** bei Eduard Zagler, 0664/75065803, ezag@gmx.at.

Fr., 13. – Mo., 16. Februar: Skitourentage Safiental, CH

Das Bergdorf Thalkirch im Safiental bietet eine Vielzahl an tollen, anspruchsvollen Touren. **Mögliche Ziele:** Piz Fess, Piz Tomül, Tällihorn und Bärahora. Übernachtung im Gasslihof. Angesprochen sind erfahrene Tourengewende mit Kondition und Skitechnik. **Schwierigkeit:** anspruchsvoll; **Gehzeit:** je Tour bis 4 – 5 h; **Anforderung:**



Skitouren



Spitzkehrentechnik, Kondition für 4 – 5 h Aufstiege, alpine Erfahrung; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Schaufel, Sonde, Harscheisen, persönliche Ausrüstung für die Nächtigung, Reisedokument. **Richtpreis:** 350 CHF für ÜF und Organisationsbeitrag. **Anreise:** in Fahrgemeinschaften; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 25.1.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Fr., 13. Februar: St. Antönierjoch, 2.379 m

Ab Gargellen, zu Beginn entlang der Piste, dann im freien Gelände. Für die letzten Meter sind einige Spitzkehren erforderlich. Abfahrt teils über die Piste. **Anforderung:** leicht, Kondition; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 3 h, 910 Hm; **Treff:** 9 Uhr, Parkplatz Gargellen; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 10.2.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

So., 15. Februar: Tschaggunsener Mittagsspitze, 2.168 m

Ab Latschau über das vordere Gauertal und die Alpilaalpe sowie am Schluss mit etwas Klettereinlage (Pickel, Steigeisen) auf den Gipfel. Abfahrt zum Naturfreunde Gauertalhaus. Einkehr geplant. Anschließend weiter nach Latschau. Wer mit Öffis anreist, kann bis Vandans abfahren. **Anforderung:** mittel, Gipfelanstieg schwer; **Ausrüstung:** Touren-, LVS-Ausrüstung wie LW-Schaukel, LW-Sonde. Steigeisen und Pickel für den Gipfelanstieg, warme Getränke, Jause; **Gehzeit:** 4 h, 1200 Hm; **Treff:** 8.30 Uhr, Golmerbahn in Latschau, **Anreise:** mit Öffis möglich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 12.2.** mit Mitgliedsnummer bei Wolfgang Illmer, 0664/5191756, w.illmer@a1.net.

Fr., 20. Februar: Gerenfalben, 1.938 m

Leichte, lohnende Skitour auf einen tollen Aussichtsberg im hinteren Laternsertal,



Skitouren



für Anfänger geeignet. Ab Bad Laterns entlang der Furkastraße, ab der Waldgrenze über den Gipfelhang zum Ziel. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Snack, Getränk; **Gehzeit:** 4 h, 780 Hm; **Treff:** 8.30 Uhr, Parkplatz Bädle/Laterns; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 7.1** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Fr., 20. Februar: Piz Tambo, 3.279 m, CH

Der Pizzo Tambo, eine vierkante, besonders von Nordosten wohlproportioniert erscheinende, prächtige Pyramide, ist die höchste Erhebung in der langen Kette zwischen der bündnerischen Mesolcina und dem italienischen Val San Giacomo. Der Anstieg erfolgt ab Splügen mit Liftunterstützung. **Anforderung:** gute Spitzkehren-, Skitechnik, Erfahrung mit Steigeisen und Pickel; **Ausrüstung:** Skitourenausrüstung, Harscheisen, Steigeisen, Pickel, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 ½ h bis Skidepot, ½ h zum Gipfel, 1200 Hm; **Kosten:** ca. 90 € für Liftkarte und Fahrtkostenbeitrag; **Organisation:** Günther Schwarzmänn, Doris Bergmair; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 6.2.** bei Günther Schwarzmänn, 0664/8209863, guenther.schwarzmänn@drei.at.

Sa., 21. Februar: Alvier, 2.343 m, CH

Abwechslungsreiche Skigipfel in den Appenzeller Alpen mit fantastischer Aussicht, Start beim Skihaus in Malbun. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung; **Gehzeit:** 3 ½ h, 970 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 8.2.** bei Roland Langebner, 0664/4602488, roland.langebner@yahoo.com.

So., 22. Februar: Hüenerchopf, 2.171 m, CH

Sehr schöne Landschaft im Sarganserland mit Aussicht auf die Alvier-Kette. Es ist eine ideale Tour für Skitouren-Neulinge, wenig anspruchsvoll und trotzdem



Skitouren



interessant und abwechslungsreich. **Anforderung:** leicht/mittel; **Ausrüstung:** Tages-touren-, LVS-Ausrüstung, warme Getränke, Jause, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 ½ h, 1100 Hm; **Treff:** 7 Uhr nach Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 19.2.** bei Andrea Öhri, +423/7776584, andrea.oehri@siding.li.

So., 22. – Mo., 23. Februar: Skidurchquerung Rätikon

Herrliche und landschaftlich großartige Durchquerung. **1. Tag:** Öffi-Anreise nach Gargellen. Aufstieg zum Rospitz, Abfahrt nach Partnun und Übernachtung im Alpenrösli in Partnun. **2. Tag:** Sulzfluh via Gämschtobel, kurze knackige Skitragepassage durch Felsgelände bis 40°, alternativ Aufstieg und Abfahrt übers Drusator. **Anforderung:** mittel-schwer; **Ausrüstung:** Touren-, LVS-Ausrüstung, Pickel, Steigeisen, Harscheisen; **Gehzeit:** je Tag, 5 h, 1200 Hm; **Kosten:** 160 CHF für Übernachtung mit HP, Tourenorganisation, zzgl. Anreise nach Aufwand; **Organisation:** Roland Schneckenreither, Birgit Burger; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** bei Roland Schneckenreither, 0699/12243496, r.schneckenreither@gmail.com.

Fr., 27. Februar: Lechquellen-Durchquerung

Spannende Skidurchquerung von Zürs über das Grubenjoch und Stierlochjoch nach Zug. Je nach Verhältnissen wird der eine oder andere Gipfel mitgemacht. **Anforderung:** Spitzkehren-, Skitechnik, Erfahrung mit Steigeisen; **Ausrüstung:** Skitourenausrüstung Harscheisen, Steigeisen, Pickel. **Gehzeit:** 8 h, 1300 – 1700 Hm; **Organisation:** Günther Schwarzmair, Doris Bergmair; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 14.2.** bei Günther Schwarzmair, 0664/8209863, guenther.schwarzmair@drei.at.

Sa., 28. Februar: Klippen, 2.066 m

Feine Skitour mit tollen Skihängen und traumhafter Aussicht im Bregenzerwald.



Skitouren



Anforderung: leicht/mittel; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 3 h, 830 Hm; **Treff:** Raum FK/nach Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Rankweil; **Infos/Anmeldung** bei Birgit Burger, 0650/6768822, b-burger@gmx.at.

Do., 5. – So., 8. März:

Skitourentage Silvretta – Gasthaus Piz Buin, OG Nüziders

Die Silvretta mit ihren klassischen Gipfeln ist eines der schönsten Skitourengebiete der Ostalpen. Vier Täler mit lohnenden Zielen öffnen sich von der Bielerhöhe. **Ort:** Alpengasthof Piz Buin; **Unkostenbeitrag:** 15 € pro Tag, plus N/HP Selbstbehalt; **Organisation:** Roland Langebner, Gerald Furgler; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 8.2.** bei Roland Langebner, 0664/4602488, roland.langebner@yahoo.com oder, 0699/10117669, gerald.furgler@a1.net.

Do., 5. März: Bergabenteuer Arlberger Winterklettersteig, 2.816 m

Ein winterliches Klettersteigvergnügen für ambitionierte Bergfreaks. Ein perfekt abgesicherter Klettersteig, welcher speziell für Winterbegehungen eingerichtet wurde. Ab St. Anton a. A. mit der Rendlbahn bis Riffelscharte, ab dort beginnt der luftige Gratklettersteig. Abfahrt mit Touren- oder normalen Alpinski über die Rossfallscharte ins Mafontal nach Pettneu; zurück nach St. Anton mit dem Postbus; **Bewertung:** C-D, die Abfahrt ist maximal mittelschwer; **Voraussetzungen:** Klettern in Skischuhen mit Steigeisen und Ski am Rucksack, schwindelfrei und trittsicher, sehr gute Kondition; **Kosten:** Liftkarte, teilnehmerabhängiger Organisationsbeitrag; **Anreise:** PKW oder Bahn; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 28.2.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.



Skitouren



Fr., 6. – Mo., 9. März: Bündner Haute Route, Piz Kesch, 3.418 m, CH

Skidurchquerung wie aus dem Bilderbuch! Ab Madulain/St. Moritz werden die tollen Albulaberge bis nach Davos überschritten. Die Besteigung des Piz Kesch, 3.418 m, zählt dabei zum großen Highlight dieser Tourentage. **Anforderung:** schwer, Klettern mit Steigeisen UIAA II; **Ausrüstung:** laut Liste; **Gehzeit:** tagesfüllend; **Richtpreis:** 450 CHF für 3 x Nächtigung mit HP, Fahrt (Auto, Zug, Bustransfer, Tourenorganisation); **Organisation:** Roland Schneckenreither, Alexander Strohmaier; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** bei Roland Schneckenreither, 0699/12243496, r.schneckenreither@gmail.com.

So., 8. März: Hinterberg, 2.682 m

Lange, aber herrliche Tour ab Gargellen. Zuerst der Piste folgend und dann weiter bis ganz ans Ende des Vergaldates. **Anforderung:** mittel, Kondition, Spitzkehren; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Snack/Getränk; **Gehzeit:** 4 h, 1230 Hm; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz Gargellen, auf der linken Seite der Straße nach der Talstation; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 3.3.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Mi., 11. März: Ameisenspitze, 2.589 m

Landschaftlich tolle Skitour im hinteren Wasserstubental. Mit Liftunterstützung der Sonnenkopfbahn und Obermuribahn, dann Tourenstart durch teils steilere Hangpassagen zum Wasserstubenjoch, 2.450 m. Abfahrt wie Aufstieg, dann weiter ins Wasserstubental, dann 20-minütiger Gegenanstieg zurück ins Skigebiet, nach der Einkehr tolle Talabfahrt. **Anforderung:** mittel, Skitechnik, Spitzkehren; **Ausrüstung:** komplette Tourenausrüstung wie LVS-Gerät, LW-Schaukel, LW-Sonde, warme Getränke und Jause mitnehmen; **Kosten:** Tourengerherte ca. 35 € oder im 3 Täler-Skipass enthalten; **Gehzeit:** 1 ½ h, 300 Hm; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz Hofer,



Skitouren



Hard; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 9.3.** bei Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lasselsberger@gmail.com.

Sa., 14. März: Kaltenberg, 2.896 m

Arlberg-Klassiker, mit dem Lift auf die Albona, Abfahrt bei guten Verhältnissen übers Nenzigasttal nach Langen a.A. **Anforderung:** Skitechnik im Steilgelände 40°, Spitzkehrentechnik, alpine Erfahrung, gute Kondition; **Ausrüstung:** Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Steigeisen, Pickel; **Gehzeit:** 5 h, 1150 Hm; **Kosten:** Liftkarte; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung bis 9.3.** bei Karl Großkopf, 0664/8552103, karl.grosskopf@raiba.at.

Mi., 18. März: Hinteres Valfizeratal, 2.400 m

Ab Gargellen bis ins hintere Valfizeratal, unterhalb der Teuf Furgga. Ab dort nutzen wir die schönen Schneehänge für unsere Schwungreihen bis ins Tal. **Anforderung:** mittel, Kondition; **Ausrüstung:** Tagestourenausrüstung, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Snack/Getränk; **Gehzeit:** 2 ½ h, 950 Hm; **Treff:** 8 Uhr, Gargellen, Parkplatz nach der Talstation; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 15.3.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Do., 19. März: Skitour Östl. Eisentalerspitze, 2.753 m

Lange, landschaftlich überragende Tour für Skibergsteigende mit Erfahrung und guter Skitechnik. Mit Liftfahrt auf dem Sonnenkopf-Obermuri, ab hier 1. Aufstieg zum Sattel südlich der Omesspitze, 2.495 m, Zwischenabfahrt ins Eisental, dort Beginn des Gipfelaufstiegs, der im ersten Teil auf den Tourenski und im letzten Teil mit Ski am Rücken über eine 40° Steilrinne und dem blockigen Gipfelgrat folgt. Skiabfahrt über steile Tiefschneehänge zur Nenzigast Alpe, 1.476 m, weiter nach Klösterle, mit Postbus retour zur Sonnenkopfbahn oder Bludenz. **Ausrüstung:**



Skitouren



Tagestouren-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Pickel, Steigeisen, Helm (Ski am Rücken), Rucksack mit Skihalterung, Skifix; **Gehzeit:** 5 h, 1100 Hm; **Kosten:** Liftkarte; **Treff:** Kasse Sonnenkopfbahn; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 12.3.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

So., 22. März: Drei Türme, Rätikon, 2.830 m

Der Rätikon Klassiker schlechthin. Eine lange und anspruchsvolle Tour mit genauso eindrucksvollen Ausblicken. Ab Latschau durch das Gauertal zur Lindauer Hütte und weiter über den Tiergartenanstieg auf den Mittleren und Großen Turm, auf der Abfahrt lädt das Naturfreunde Gauertalhaus zur Einkehr. **Anforderung:** schwer, sehr gute Kondition, Spitzkehren-, Skitechnik 40°; **Ausrüstung:** Tagestour-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen, Notfallausrüstung; **Gehzeit:** 7 h, 2100 Hm; **Treff:** Raum FK/nach Absprache; **Organisation:** Birgit Burger, Roland Schneckenreither; **Veranstalter:** Naturfreunde Rankweil; **Infos/Anmeldung** bei Birgit Burger, 0650/6768822, b-burger@gmx.at.

Sa., 28. März: Mittlere Getschnerspitze, 2.965 m

Unterschätzte fast 3.000er Tour mit tollem 40° Gipfelhang über den Hennenferner und einer kurzen Gratkletterei II zum Gipfel, welche mit einem großartigen Ausblick belohnt wird. Ab Bielerhöhe ins Bieltal, dann auf zum Runden Kopf und weiter Richtung Hennebachferner zum Skidepot und weiter zum Gipfel. **Anforderung:** mittelschwer, gute Kondition, Trittsicherheit, Ski-, Spitzkehrentechnik; **Aufstieg:** 4 h, 1100 Hm; **Infos/Anmeldung** mit Mitgliedsnummer **bis 24.3.** bei Michael Seeberger, 0664/88500762, michael.seeberger@getzner.at.

Do., 9. April: Skitour Blankuskopf, 2.334 m

Abwechslungsreiche Tour mit schöner, steiler Gipfelabfahrt im Brandnertal für Skitourengehende mit guter Skitechnik und Erfahrung, bei sehr guten Verhält-



Skifahren



nissen auch Windegger möglich. **Anforderung:** mittel bis schwierig, gute Skitechnik, sicheres Gehen, kleine Kletterpassage I; **Ausrüstung:** Tages-, LVS-Ausrüstung, Harscheisen; **Gehzeit:** 4 h, 1200 Hm; **Treff:** Lünserseepark, Bürs oder Talstation Palüdbahn, Brand; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 3.4.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

Sa., 19. Dezember: Hüenerchopf, 2.171 m, CH

Sehr schöne Landschaft im Sarganserland mit Aussicht auf die Alvier-Kette. Ideale Tour für Anfänger, leicht und trotzdem erlebnis- und abwechslungsreich. Mit dabei eine LVS-Suche und Ausrüstungscheck. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Tagestouren, LVS-Ausrüstung, warme Getränke, Jause, Reisedokument; **Gehzeit:** 3 ½ h, 1100 Hm; **Treff:** nach Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 15.12.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Sa., 17. Jänner: Lenzerheide und Arosa, CH

Lenzerheide und Arosa zählen zu den Toppskigebieten in der Schweiz. Für diesen Skiausflug gibt es nur eine begrenzte Anzahl an Plätzen, deshalb schnell anmelden. Bei wirklich schlechtem Wetter können wir die Teilnahme drei Tage davor stornieren. **Treff:** 7 Uhr, Fußballstadion Altach (Parkmöglichkeiten); **Kosten:** 79 € (Tageskarte und Busfahrt); **Infos:** Gerhard Unterkofler, 0664/72719792; **Organisation:** Naturfreunde Hohenems & Loacker Tours; **Anmeldung bis 10.1.** bei Gerhard Unterkofler, unterkofler.gerhard@aon.at.

Di., 20. Jänner: Skitechniktraining für Tourengehende

Für Skitourengehende, die ihre Skitechnik verbessern wollen. Zuerst Grundschwünge auf der Piste, dann im pistennahen Gelände. **Anforderungen:** Grundkenntnisse der



Skifahren



Skitechnik; **Ausrüstung:** Tourenski, LVS-Ausrüstung; **Kosten:** Liftkarte, teilnehmerabhängiger Organisationsbeitrag für Liftkarte; **Ausbildner:** Helmut Bauer; **Treff:** 9:30 Uhr, Kassa beim Hochälpelelift/Bödele, bei Schneemangel Ortswechsel; **Organisation:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 16.1.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Sa., 24. Jänner: Gelände-Skitechniktraining für Jugendliche

Alpines Fahrverhalten, Tiefenentlastung, Geländetechnik. **Anforderung:** Skitechnik, Kondition für Tageskurs; **Ausrüstung:** Alpin- oder Tourenausrüstung, LVS-Ausrüstung; **Kosten:** teilnehmerabhängiger Organisationsbeitrag; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Anmeldung/Infos** bei Johannes Böhler, 0650/3247474, naturfreunde.kennelbach@gmail.com.

Sa., 24. Jänner: Vereins-Skitag Silvretta Montafon, Tageskarte nur 30 €

Kursnr. R260124 – Die Silvretta Nova zählt zu den größten Skigebieten Vorarlbergs. Nützt das großartige Angebot der vergünstigten Tageskarten. Fahren in der Gruppe oder freies Skifahren. **Treff:** 9 Uhr, Talstation Versettla Bahn, Gaschurn. Wir empfehlen die Anreise mit Zug und Bus; **Kosten:** 30 € je Karte (Einheitspreis), Einzahlung mit Namen und Kursnummer auf das Konto der Naturfreunde Vorarlberg: IBAN: AT37 2060 1034 0002 3200; **Infos/Organisation:** Schneesportreferentin Ulrike Rädler, 0650/7750800, ulrike@ntr.at; **Verbindliche Anmeldung bis 20.1.** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Fr., 6. Februar: Skisafari Silvretta

Skierlebnis Galtür mit Abfahrtsvergnügen von Kops durch das wunderschöne Ganiver bis Partenen. Neben den Bergbahnen und dem Tunnelbus wird auch ein Pistenbully als Zugpferd genutzt. Pistenfahren im Skigebiet Galtür, dann Abfahrt nach Partenen. Gute Verhältnisse vorausgesetzt. Tickets an der Talstation Vermunt-



Skifahren



bahn erhältlich. **Anforderung:** geübte Skifahrende mit Kondition; **Treff:** 8.30 Uhr, Talstation Vermuntbahn, Partenen; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Schneesport; **Infos/Anmeldung bis 3.2.** per E-Mail mit **Mitgliedsnummer** bei Ulrike Rädler, 0650/7750800, ulrike@ntr.at.

Sa., 7. März: Vereins-Skitag Brandnertal, Tageskarten um 55,20 €

R260307 – Für einen unvergesslichen Vereins-Skitag im Brandnertal wird für Vereinsmitglieder ein vergünstigter Tarif der Tageskarten um € 55,20 angeboten. Die Anmeldung erfolgt per Einzahlung mit Namen und Kursnummer auf das Konto der Naturfreunde Vorarlberg, IBAN: AT37 2060 1034 0002 3200. Anreise mit Öffis. **Treff:** 8.45 Uhr, Talstation Dorfbahn, Brand; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Schneesport; **Infos/Anmeldung bis 4.3.** per E-Mail mit Mitgliedsnummer bei Ulrike Rädler, +43(0)650/7750800, ulrike@ntr.at.

So., 6. Dezember: Skitechniktraining für Tourengehende

Für Skitourengehende, die ihre Skitechnik verbessern wollen. Von den Grundschwüngen bis zur richtigen Technik abseits der Piste. **Anforderungen:** Skitechnik, Kondition; **Ausrüstung:** Tourenski, LVS-Ausrüstung; **Kosten:** Liftkarte, teilnehmerabhängiger Organisationsbeitrag für Liftkarte des Ausbildners; **Ausbildner:** Andreas Partl; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Treff:** Vandans, nach Vereinbarung; **Infos/Anmeldung bis 4.12.** bei Andreas Partl, 0677/61939444, andi.pa14@gmail.com.

Di., 8. Dezember: Skitechniktag für geübte Geländefahrende – Montafon

Verbesserung der Skitechnik mit vielen Tipps und Tricks. Zuerst Grundschwüngen auf der Piste, dann der Feinschliff im pistennahen Gelände. Angesprochen sind gute Skifahrende, welche zum Saisonauftakt ihre Technik verbessern wollen. **Anforderung:** Skitechnik, Kondition; **Ausrüstung:** Alpin- bzw. Tourenski, LVS- Ausrüstung;



Skifahren | Langlaufen | Wandern & Bergsteigen



Kosten: Liftkarte, teilnehmerabhängiger Organisationsbeitrag für Liftkarte; **Treff:** nach Vereinbarung; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 4.12.** bei Günter Griesser, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

Sa., 31. Jänner: Langlauftreff Dorfloipe Hittisau

Sa., 21. Februar: Langlauftreff Loipe Brand

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:** 12 € Loipengebühr; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Langlauf; **Infos/Anmeldung bis jeweils 4 Tage vorher** bei Kathrin Meder, 0699/19512987, bandbkat@hotmail.com bzw. Tamara Jäger, 0664/8761510, tamara.dergaleva@gmx.at.

Di., 6. Jänner: Dreikönigswanderung Möggers – Pfänder – Kennelbach

Leichte Familienwanderung bei jeder Witterung, öffentliche Verkehrsmittel werden genutzt. Details bei Anmeldung. **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Dietmar Kugler, 0699/10275506.

So., 11. Jänner: Wanderung Kehlegg

Die schöne und leichte Wanderung führt vom Kehlegger Rank ins Bergdorf Kehlegg. **Ausrüstung:** Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:** 3 h, 320 Hm; **Treff:** 10 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Anton Schobel, 0650/7244903.



Wandern & Bergsteigen



Sa., 17. Jänner: Gesellige Überraschungswanderung

Zum Auftakt der Wandersaison wird eine leichte Überraschungswanderung im Raum Feldkirch angeboten. **Ausrüstung:** Getränke; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 3.1. per Mail** bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

So., 18. Jänner: Winterwanderung im Walgau

Gemütliche Wanderung am Sonnenbalkon des Walgaus mit herrlichem Ausblick auf den westlichen Rätikon. Ab Bludesch über Schnifis und Röns nach Satteins. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** gutes Schuhwerk, Stöcke, Jause; **Gehzeit:** 3 ½ h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

Sa., 7. – 8. Februar: Zweitägiger Winterausflug zur Bregenzer Hütte

Schneeschuhwanderung mit Hüttenübernachtung und Sonnenaufgangsstimmung auf der Weißenfluhalpe. **Tag 1:** Je nach Schneelage im Firstgebiet, **Tag 2:** Nach einem gemütlichen Hüttenabend geht es am Morgen zur Alpe Weißenfluh zum Sonnenaufgang, nach dem Frühstück individuelle Heimreise. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Winterwanderung, Schneeschuhe – Details bei Anmeldung; **Organisation:** Dietmar Kugler, 0699/10275506 und Harald Halder, 0664/2835385; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Johannes Böhler, 0650/3247474, naturfreunde.kennelbach@gmail.com.

Sa., 14. Februar: Winterwanderung Bartholomäberg – Rellseck

Herrliche Wanderung am Sonnenbalkon des Montafon mit Start bei der Kirche am Bartholomäberg. Nach der Einkehr in der Jausenstation geht es auf dem gleichen Weg zurück. **Anforderung:** Kondition; **Ausrüstung:** gutes Schuhwerk, Wander-



Wandern & Bergsteigen



stöcke, Getränke; **Gehzeit:** 4 h, 420 Hm, 10 km; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 5.2.** bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

So., 15. Februar: Schneeschuhwanderung Außergweil, Rätikon

Ab Galgenul bis Alpe Außergweil. Bei ungünstigen Verhältnissen wird ein Ersatztermin angeboten. **Anforderung:** gute Kondition; **Ausrüstung:** Schneeschuhe, Stöcke, Jause, keine Einkehrmöglichkeit; **Gehzeit:** 5 h, 1000 Hm; **Treff:** Galgenul, Valiserabahn (Bushaltestelle); **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 12.2.** bei Gerhard Pfeifer, von 18 – 21 Uhr, 0688/8651505, kein SMS, pfanges.NF@gmx.at.

Fr., 20. Februar: Wanderung am Kristberg

Panoramawanderung zum Wildried. Die leichte Wanderung mit Liftunterstützung bietet viele tolle Momente. Eine Einkehr am Weg ist geplant. **Ausrüstung:** warme Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:** 3 ½ h, 250 Hm; **Kosten:** 24 € Bergbahn; **Treff:** 8.30 Uhr, Parkplatz Alpa, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Anton Schobel, 0650/7244903.

Sa., 7. März: Rundwanderung im Naturschutzgebiet Alter Rhein

Eine reiz- und genussvolle Landschaft, entlang des Wasserlaufs vom nördlichen Beginn des Alten Rheins bis zum südlichen Ende. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Wanderschuhe, Stöcke; **Gehzeit:** 4 – 5 h, 18 km; **Wanderführung:** Stefan Buschauer; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 27.2.** per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.



Wandern & Bergsteigen



So., 8. März: Familien-Frühjahrswanderung zum Illspitz

Die leichte Wanderung ist auch für Familien gut geeignet und führt ab der Kirche Nofels entlang des Ill-Fußwegs. Zurück geht es über Matschels nach Bangs. **Ausrüstung:** kleine Jause, Getränk; **Gehzeit:** 3 ½ h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

Fr., 20. März: Kräuterwanderung Nofels – Tostner Burg – Tosters

Mit Kräuterpädagogin Eva auf einer leichten Wanderung Frühlingskräuter entdecken (auch Bärlauch und dessen Doppelgänger). Auf der Tostner Burg Picknick mit Vollkornbrot, frisch zubereiteten Kräuteraufstrichen und Kräutersirup. Busfahrt mit dem Feldkircher Stadtbus. **Ausrüstung:** Sitzunterlage, Wasser, Wanderschuhe, Stöcke; **Gehzeit:** 1 ½ h, 120 Hm, Dauer 4 h; **Unkostenbeitrag:** 4 € pro Person; **Treff:** 14 Uhr, Nofels Kirche; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** bis 18.3. bei Eva Hirschmann, 0664/73609176, krautereva@gmail.com.

Sa., 21. März: Narzissenweg, St. Margrethen, CH

Ein wunderschönes Meer von gelben Narzissen sowie wunderbare Ausblicke über den Bodensee und Rheintal machen diese Wanderung besonders eindrucksvoll. **Anforderung:** leicht, Kondition; **Ausrüstung:** Stöcke, Jause, Getränk, Reisedokument; **Gehzeit:** 4 ½ h, 450 Hm, 12 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Heidrun Milde, 0680/3158799, milde.h@gmx.at.

So., 12. April: Wanderung an der Urpforte Vorarlbergs

Leichte Wanderung über eine der ältesten Wege Vorarlbergs. Ab Göfis Tufers über Schwarzer See, Vatlära (Überreste einer Siedlung aus der Bronzezeit), vorbei am Spiegelstein, zurück zur Valduna/Rankweil. **Ausrüstung:** Stöcke, Getränk, Jause; **Gehzeit:** 4 h, 300 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.



Wandern & Bergsteigen



Do., 16. April: Wanderung Felsbandweg Feldkirch

Ab Tosters, vorbei an der Tostner-Burg und der 1000-jährigen Eibe mit schönen Ausblicken ins Rheintal. **Ausrüstung:** Bergschuhe, Stöcke, Jause, Getränke; **Gehzeit:** 4 h, 550 Hm, 10 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bis 28.3. bei Heidrun Milde, 0680/3158799, milde.h@gmx.at.

Sa., 18. April: Bahntrassenweg Kennelbach – Egg

Historische Wanderung, welche mit der Geschichte der Wälderbahn eng verbunden ist. **Anforderung:** Kondition; **Ausrüstung:** gute Schuhe, Wanderstöcke, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 4 h, 19 km, 80 Hm; **Wanderführer:** Stefan Buschauer; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung** bis 9.4. per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

So., 26. April: Pfänderstock – Hochberg, 1.069 m

Abwechslungsreiche Wanderung mit herrlichem Bodenseeblick, sehr lohnend. Ab Hohenweiler, Gwiggen über den Nobelkamm auf den flachen Gipfel. Weiter über den Höhenweg zum Gasthof Moosegg beim Pfänder. Abreise individuell. **Ausrüstung:** Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:** 4 ½ h, 700 Hm; **Treff:** 7.39 Uhr, Hard Alma, Linienbus 141; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung** bis 23.4. mit Mitgliedsnummer bei Wolfgang Illmer, 0664/5191756, w.illmer@a1.net.

So., 3. Mai: Familienwanderung Körbersee

Für Familien mit Kindern ideal. Gewandert wird von der Pass-Straße und dem Kalbelee zum Körbersee. **Anforderung:** leicht; **Gehzeit:** 1 h, 100 Hm, 2,2 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.



Wandern & Bergsteigen



Do., 7. Mai: Wanderung Bartholomäberg- Fritzensee – Rellseck

Wanderung am Sonnenbalkon des Montafons, herrliches Bergpanorama ins Herz des Rätikons. **Anforderung:** leicht, Kondition; **Ausrüstung:** Wanderschuhe, Stöcke, Jause, Getränk; **Gehzeit:** 4 h, 500 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Heidrun Milde, 0680/3158799, milde.h@gmx.at.

Fr., 8. Mai:

Kräuterwanderung, Frastanz – Frastafeders – Rungeletsch – Halden

Mit Kräuterpädagogin Eva auf einer leichten Wanderung die Magerwiesen oberhalb von Frastanz in voller Blüte erleben und zahlreiche Wildkräuter näher kennenlernen. Busfahrt von Feldkirch nach Frastanz und retour. **Ausrüstung:** Getränk, Jause, Wanderschuhe, Stöcke; **Treff:** 13,50 Uhr, Feldkirch Katzenturm; **Gehzeit:** 2 h, 250 Hm Aufstieg, 100 Hm Abstieg, Dauer 3 ½ h; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 5.5.** bei Eva Hirschmann, 0664/73609176, kraeutereva@gmail.com.

So., 10. Mai: Muttertagswanderung Feldkircher Hütte, 1.200 m

Die leichte Halbtagswanderung zum Ehrentag der Mütter mit Start in Amerlügen ist für die ganze Familie ein Erlebnis. Auf der Hütte warten für die Mütter ein Sektempfang sowie ein feines Frühstück für alle. **Ausrüstung:** Stöcke, Getränk, Jause; **Gehzeit:** 2 h, 400 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

Do., 14. Mai: Wanderung am Josef-Rupp Käselehrpfad Eichenberg

Der berühmte Josef-Rupp-Käsewanderweg verläuft über den Pfänderrücken und führt über aussichtsreiche Pfade durch Hügel und Weinberge und vermittelt auf Lehr-Stationen Wissenswertes über Milch, Landwirtschaft und Käsehandwerk.



Wandern & Bergsteigen



Anforderung: leicht; **Ausrüstung:** Getränke, Jause; **Gehzeit:** 4 ½ h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Heidrun Milde, 0680/3158799, milde.h@gmx.at.

Sa., 16. Mai: Genusswanderung St. Anton am Arlberg

Die gemütliche Wanderung führt vorbei an einer Sagenstation und weiter entlang des idyllischen Verwallsees zur einladenden Wagnerhütte. Nach einer Einkehr geht es mit dem Wanderbus zur Sennhütte, wo ein besonderes Highlight wartet. Die Hütte ist für ihre beeindruckende „Edelweißblume“ bekannt – ein kunstvolles Blumenarrangement aus 107.200 Edelweißblüten. **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** gute Schuhe, Wanderstöcke, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 3 h, 9 km, 400 Hm; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 7.5.** per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

So., 24. Mai: Wanderung Gerenfalben, 1.938 m

Ab Bad Laterns über die Altgerach Alpe zum Gipfel, eine leichte Wanderung mit schönem Rundblick. **Ausrüstung:** Tageswanderung; **Gehzeit:** 4 ½ h, 800 Hm; **Treff:** Bad Laterns; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch, **Infos/Anmeldung bis 21.5.** bei Burkhard Michael, 0650/3248499, info@sonnenschutz-burkhard.at.

Mo., 25. Mai (Pfingstmontag): Wanderung in Liechtenstein

Schöne, leichte Rundwanderung in Steeg, Anreise mit Öffis. **Gehzeit:** 4 h; **Ausrüstung:** Getränke, Jause; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

So., 31. Mai: Wanderung Hohe Kugel, 1.645 m

Beliebte Wanderung ab Sportplatz in Fraxern über Wald- und Wiesenwege vorbei



Wandern & Bergsteigen



an der Alpe Maiensäß zum Gipfel. Die Kugel ist für den herrlichen Rundblick beliebt. Abstieg auf dem gleichen Weg. **Ausrüstung:** Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:** 4 h, 630 Hm; **Treff:** 9 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Elisabeth Lasselsberger, 05578/74032.

So., 7. Juni: Alpwanderung im Großen Walsertal

Ab Marul mäßig steil zur Hintertobelalpe, dann meist gemütlich durch den Wald nach Laguz mit Einkehr. Weiter übers Sättle zur Klesenzaalpe. **Anforderung:** mittel; **Gehzeit:** 4 h, 800 Hm; **Ausrüstung:** Getränke, Jause; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

Sa., 13. Juni: Falzalpen Rundwanderung

Die leichte abwechslungsreiche Wanderung führt über wunderschöne Almwiesen und Waldwege. Ab Schetteregg, Oberer Falzalpe, Ochsenhofalpe und Brongenalpe. **Ausrüstung:** Stöcke, Sonnenschutz, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 2 h, 280 Hm, 7 km; **Wanderführerin:** Heidemarie Perle; **Treff:** bei Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung** bis 4.6. per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

Sa., 20. Juni: Sonnwendfeuer Hoher Frassen, 1.979 m

Wenn die Flammen hoch lodern, die Äste im Feuer knacken und leuchten, dann ist die Zeit der Sommersonnenwende. Ein besonderes Bergerlebnis für die ganze Familie. Gemütlicher Ausklang in der Frassen Hütte. Bei Bedarf ist die Übernachtung selbst zu reservieren (Gudrun & Tenjing, 0664/1412437). Der Auf- und Abstieg ist Selbstorganisation. **Achtung:** die Muttersbergbahn fährt am Abend nicht; **Ausrüstung:** Stirnlampe, alte Kleidung wegen Funkenflug, warme Bekleidung, am Gipfel ist es frisch und luftig; **Treff:** 19 Uhr, Frassen Hütte oder um 21 Uhr auf dem Gipfel. Das



Wandern & Bergsteigen



Feuer wird um 22 Uhr angezündet **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Organisation:** Roland Burger, 0664/2427042, roland-burger0@gmail.com.

Sa., 20. Juni: Familien-Kinder Sommwendfeier Götznerhaus

Lagerfeuerromantik zur Sommersonnenwende mit tollem Kinderprogramm am Nachmittag. **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.

Sa., 20. Juni: Tageswanderung Üble Schlucht, Laterns

Start bei der Nikolauskirche in Laterns, von dort hinunter in die atemberaubende Schlucht, über den Netschelweg nach Rankweil. **Anforderung:** schwindelfrei, trittsicher; **Ausrüstung:** Wanderausrüstung, gutes Schuhwerk; **Gehzeit:** 3 h, 670 Hm, 7 km; **Treff:** 8.15 h, Gewerbepark Rankweil, Anfahrt mit Öffis L492 (Einstieg Muntlix Arken); **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems **Infos/Anmeldung** bis 16.6. bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoonni22@gmail.com.

So., 21. Juni: Naturkundliche Wanderung Oberreute, D

Auf dieser abwechslungsreichen Wanderung wird Elmar Madlener mit seinem umfangreichen Wissen über Fauna und Flora referieren. **Ausrüstung:** Getränke, Jause; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Gehzeit:** 4 h, 200 Hm; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lasselsberger@gmail.com.

So., 21. Juni: Bergtour Glattmar, 1.930 m

Mit Öffis und Seilbahn nach Sonntag/Stein im Großen Walsertal. Über blühende Almwiesen führt der Weg an der Unterparnomalpe vorbei bis zu einer Abzweigung. Der Gipfelanstieg zum Glattmar erfordert Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.



Wandern & Bergsteigen



Problemlos ist der Weg über die schön gelegene Breithornhütte zur Oberpartnmalpe. Abstieg zur Seilbahn; **Gehzeit:** 3 ½ h, 630 Hm; **Ausrüstung:** Wanderausrüstung, Trinken, Stöcke; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Dietmar Kugler, 0699/10275506 oder Harald Halder, 0664/2835385.

Do., 25. Juni: Wanderung Kops – Alpe Verbella – Wiegensee – Tafamuntbahn

Mit Bahn und Bus zum Kops-Stausee, dann zum Naturjuwel Wiegensee, ein Kleinod im Silvrettaggebiet, zur Bergstation der Tafamuntbahn. **Anforderung:** mittel, trittsicher; **Ausrüstung:** Bergschuhe, Stöcke, Jause, Getränk; **Gehzeit:** 4 h, 250 Hm, 8 km; **Infos/Anmeldung** bei Heidrun Milde, 0680/3158799, milde.h@gmx.at.

So., 28. Juni: Alpinwanderung Türtschhorn, 2.096 m – Glatthorn, 2.133 m

Bergwanderung mit herrlicher Gratkletterei in ungesichertem, leichten Klettergelände. **Anforderungen:** anspruchsvoll, trittsicher, schwindelfrei, gute Kondition; **Gehzeit:** 6 h, 1600 Hm; **Ausrüstung:** feste Schuhe; **Treff:** Fontanella; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch, **Infos/Anmeldung bis 25.6.** bei Burkhard Michael, 0650/3248499, info@sonnenschutz-burkhard.at.

So., 28. Juni: Vorarlberger Naturfreundewandertag, Bregenzer Hütte, 1.290 m

Abwechslungsreiche Wanderungen sowie eine Biketour werden angeboten. Das Pächterpaar Deborah und Sven freuen sich über viele Gäste. Detailausschreibung ab Mai über die Homepage und per Newsletter. **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Fachreferat Alpin; **Infos/Anmeldung** bei Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 12. Juli: Auf alpinen Pfaden zur Emser Hütte, 1.283 m

Herrliche Wegkombination, für Bergsteigende gut geeignet. Vom Hohenemser Schießstand führt der Weg über den teilweise steilen und ausgesetzten Äuelegrat und



Wandern & Bergsteigen



Bepposteig, welcher mit Klettereinlage II aufwartet. Weiter Richtung Luchsfalle bis zur Emser Hütte. Nach der Einkehr geht's an den Löwenzähnen vorbei zur Bushaltestelle in Schuttannen. **Anforderung:** schwer, trittsicher, schwindelfrei; **Ausrüstung:** gute Schuhe, Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Treff:** 8.45 Uhr, Parkplatz Schießstand, Hohenems; **Gehzeit:** 5 h, 1170 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 9.7.** bei Wolfgang Illmer, 0664/5191756, w.illmer@a1.net.

So., 12. Juli: Zeinisjoch – Breit Spitz – Vallülasee, Silvretta

Mit grandiosem Panorama bestückte Bergtour. Vom Kopssee gemütlicher Anstieg zum Breit Spitz – Vallülasee – innere Kopsalpe – Zeinisjoch. **Anforderungen:** mittel; **Ausrüstung:** gutes Schuhwerk, Jause, Getränk; **Gehzeit:** 5 ½ h, 480 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

So., 12. Juli: Familienwanderung Blumenegger Rundweg

Abwechslungsreiche Wanderung durch Landschaftsschutzgebiet „Quadern“ vorbei an einer Ruine und einem imposanten Wasserfall. Nicht nur für Kinder sehr spannend. **Anforderung:** leicht, 150 Hm, 3,5 km; **Gehzeit:** 1 ¼ h; **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.

Sa., 18. – So., 19. Juli: Zweitägige Wanderung zur Tübinger Hütte, 2.193 m

Eine Tour mit atemberaubenden Ausblicken. **Tag 1:** Start in Gaschurn mit Liftfahrt der Versettlabahn. Dann auf dem Erich-Endriss-Weg über die Madrisella, 2.466 m, zur Hütte; **Gehzeit:** 4 ½ h, 700 Hm; **Tag 2:** ab Hütte über den tollen Hochmade-rsteig zum Vermuntstausee; **Anforderung:** mittel T4, trittsicher **Ausrüstung:** Bergschuhe, Tagesstour mit Hüttensachen, Jause, Getränk; **Gehzeit:** 6 h, 650 Hm



Wandern & Bergsteigen



bergauf, 1000 Hm bergab; **Kosten:** Liftkarte, Ü/HP; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Dietmar Kugler 0699/10275506 oder Harald Halder, 0664/2835385.

Sa., 18. Juli: Wanderung Oberlech – Körbersee

Ab Oberlech, vorbei an der Auenfeldalpe bis zum Körbersee. Mit dem Bus geht es zurück zum Ausgangspunkt. **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** feste Schuhe, Wanderstöcke, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 4 ½ h, 10 km, 250 Hm; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 5.7.** per Mail bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

Sa., 18. Juli: Kräuterwanderung, Innerlaterns – Bad Laterns

Mit Kräuterpädagogin Eva auf einer leichten Wanderung Wildkräuter, vielleicht auch Pilze und Beeren, entdecken. Wir beenden die Wanderung mit einem gemütlichen Hock im Bädle. Busfahrt von Rankweil ins Laternsertal und retour. **Ausrüstung:** Getränk, Jause, Wanderschuhe, Stöcke; **Gehzeit:** 2 h, 250 Hm, Dauer 5 h; **Treff:** 8 Uhr, Busbahnhof Rankweil; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 17.7.** bei Eva Hirschmann, 0664/73609176, krautereva@gmail.com.

So., 26. Juli: Bergtour Hornspitze, 2.230 m

Bergtour mit leichten Kletterstellen. Mit dem Bus in den Nenzinger Himmel, von dort Richtung Panüel Alpe zum anspruchsvollen Gipfelziel. **Anforderung:** trittsicher, schindelfrei, gute Kondition, für Geübte; **Gehzeit:** 6 h, 1200 Hm; **Ausrüstung:** feste Schuhe; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 23.7.** bei Burkhard Michael, 0650/3248499, info@sonnenschutz-burkhard.at.



Wandern & Bergsteigen



Sa., 1. August: Bergwanderung Küings Maisäß – kleine Gratüberschreitung im Verwall

Vom Klostertal über den Brazer Stein zu Küings Maisäß. Durch den Wald von Bomatschies an der Alpe Latons vorbei zum Baziesfürkili, ab dort steil hinab zum Valleu und weiter zum Bahnhof Vandans. **Anforderung:** gute Kondition, trittsicher; **Ausrüstung:** griffige Bergschuhe, Getränke; **Gehzeit:** 7 h, 1200 Hm; **Treff:** Dalaas, Bushaltestelle Krone; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 30.7.** von 18 – 21 Uhr bei Gerhard Pfeifer, 0688/8651505, pfanges.NF@gmx.at.

Sa., 1. – Sa., 8. August: „Bergsteigen“, Ausbildungskurs Silvretta

Kursnr. S2632 – Kennenlernen der hochalpinen Natur- und Bergwelt, deren Karg- und Schönheit, Topografie und Gefahren. **Inhalte:** Klettern und Sichern, Klettersteige in Firn und Eis. **Details:** auf Anfrage; **Anforderungen:** Tagesstouren bis 8 h, bis 1000 Hm; **Ort:** Naturfreundehaus Nr. 1, Bielerhöhe und Wiesbadner Hütte; **Leistungen:** Ü/DZ/Mehrbettzi., HP, Lunchpaket, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, Betreuung durch staatlich geprüfte Instrukturen, kostenloses WLAN, Leihmaterial; **Kosten:** 549 € zzgl. ca. 80 € für 1 x Ü/HP Wiesbadner Hütte; **Leitung/Infos/Detaillausschreibung:** Martin Bentele, 0676/6797587, martin.bentele@gmail.com; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr. 1, Silvretta; **Infos/Anmeldung bis 29.6.** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 2. August: Wormserhütte, 2.305 m – Kreuzjoch, 2.398 m – Zamangspitze, 2.387 m

Superschöne Höhenwanderung mit einzigartigem Panoramablick. Mit dem Zug nach Schruns und mit der Seilbahn auf das Hochjoch. **Anforderung:** mittel, trittsicher; **Ausrüstung:** Bergausrüstung, Trinken, Jause, Stöcke; **Gehzeit:** 5 h, 600 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Dietmar Kugler, 0699/10275506.



Wandern & Bergsteigen



Sa., 8. August: Tageswanderung Schmugglerweg, Gargellen

Wunderbare Wanderung mit landschaftlichen Höhepunkten. **Anforderung:** gute Kondition; **Ausrüstung:** Wanderausrüstung, Wanderschuhe, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 5 ½ h, 600 Hm, 12 km; **Treff:** 8.30 h, Talstation Gargellen; **Anreise:** mit Öffis oder Fahrgemeinschaft; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 4.8.** bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoonni22@gmail.com.

So., 16. August: Familienwanderung Diedamskopf

Traumhafte Rundwanderung mit herrlicher Aussicht. **Anforderung:** mittel; **Gehzeit:** 1 ½ h, 350 Hm, 4,8 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung bei** Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.

Sa., 16. August: Kulturhistorisch-botanische Bergwanderung Grappes, Verwall

Diese Rundwanderung im Verwall führt von Gortipohl über Sassarscha durch die Lawinenverbaung zum Grappeskopf, 2.206 m. Auf dem Berg geht's dann weiter bis zum Maderergrat, hinab zur Netza Alpe und Mannig zurück zum Ausgangspunkt. **Anforderung:** gute Kondition, trittsicher; **Ausrüstung:** griffige Bergschuhe, Getränke, keine Einkehrmöglichkeit; **Gehzeit:** 7 ½ h, 1400 Hm; **Treff:** Gortipohl Kirche, Bushaltestelle Zentrum; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 13.8.** von 18 – 21 Uhr bei Gerhard Pfeifer, 0688/8651505, pfanges.NF@gmx.at.

So., 23. August: Bergtour Zürs – Seekopf – Ravensburger Hütte, Zug

Start bei der Bergstation Seekopfbahn, halbe Seemrundung, dann Aufstieg zum Madlochjoch. Unter steil aufragenden Bergspitzen zur Ravensburger Hütte. Über das Stierloch nach Zug. **Anforderung:** mittel, Kondition; **Ausrüstung:** Jause, Getränke; **Gehzeit:** 5 h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bei** Waltraud Griesser, 0664/9717060.



Wandern & Bergsteigen



So., 23. August: Bergtour Fundelkopf, 2.401 m

Herrliche Bergwanderung mit einer kleinen Klettereinlage, sehr lohnend. Ab Brand mit der Dorfbahn bergauf, dann durchs Lorenzital zum Amatschonjoch, von dort zum Gipfel. Abstieg über Alpe Setsch in den Nenzinger Himmel und mit Bus zum Nenziger Bahnhof. **Anforderungen:** trittsicher, schwindelfrei, gute Kondition; **Gehzeit:** 6 h, 800 Hm; **Treff:** Brand Dorfbahn; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 20.8.** bei Burkhard Michael, 0650/3248499, info@sonnenschutz-burkhard.at.

Fr., 28. – Sa., 29. August: Alpinwanderung Hoher Freschen, 2.004 m

Tag 1: Mit dem Linienbus nach Ebnit. Dann via Sattalpe, Unterfluhalpe, Binnelalpe und über den luftigen Binnelgrat spektakulär auf den Gipfel. Abstieg zum Freschenhaus. **Tag 2:** Besuch der Matona und zurück zum Freschenhaus. Abstieg Richtung Saluveralpe und Übergang via Leseweg zur Gapfohalpe. Einkehr geplant. Anschließend mit dem Lift ins Tal und mit Linienbus nach Rankweil. **Anforderung:** **Tag 1:** schwer, 2200 Hm, 10,5 km, trittsicher, schwindelfrei. **Tag 2:** mittel, 200 Hm, 8 km, trittsicher, schwindelfrei für die Matona; **Ausrüstung:** nach Liste; **Richtpreis:** 85 € Linienbusse, Freschenhaus, Lift, zzgl. 25 € Organisationsbeitrag bei Anmeldung zu entrichten. Bei kurzfristiger Abmeldung entstehen Stornokosten. **Treff:** Bahnhof Dornbirn, Linienbus 177 ab 7.21 Uhr; **Gehzeit:** **Tag 1:** 5 ½ h, **Tag 2:** 3 h; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 13.8.** mit Mitgliedsnummer bei Wolfgang Illmer, 0664/5191756, w.illmer@a1.net.

So., 30. August: Wanderung am Golm, 2 Varianten

Von Vandans mit der Golmerbahn auf den Golm, wo der Golmer Höhenweg zum Kreuzjoch, 2.261 m, ein begehrtes Ziel ist. Bei der Variante 2 wird auch die Geißpitze, 2.334 m, erklommen. Der Rückweg führt über die Latschätzalpe zurück zur Bergstation. **Anforderung Variante 2:** trittsicher und schwindelfrei; **Gehzeit Vari-**



Wandern & Bergsteigen



ante 1: 4 h, 500 Hm, **Variante 2:** 5 h 750 Hm; **Ausrüstung:** Getränke Wanderstöcke; **Kosten:** 33 € für die Bergbahn; **Treff:** 7.30 Uhr Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Elisabeth und Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lasselsberger@gmail.com.

Do., 3. – So., 6. September: Wandern & Yoga, Bielerhöhe, Silvretta

Kursnr. S2636 – Kombination aus Wandern & Yoga ist perfekt, um wieder zu sich selbst zu finden und Energie zu tanken. **Ort:** Naturfreundehaus Nr. 1, Silvretta, Bielerhöhe; **Leistungen:** Betreuung durch Yogaherz Hard, Brigitte Wurzenrainer, Wanderführer Instr. Alpin Günter Griesser, 3 x Ü mit Frühstücksbuffet, Lunchpaket für die Wanderungen, Abendmenü, Getränke wie Kaffee, Tee, Skiwasser, WLAN; **Ausrüstung:** laut Liste; **Preis:** 279 €; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr. 1 Silvretta; **Infos/Organisation/Anmeldung** bei Yogaherz, Brigitte Wurzenrainer, 0676/ 4490884, info@yogaherz.yoga, www.yogaherz.yoga.

Sa., 12. September: Bödele – Gaißkopf – Winsau

Ab der Passhöhe Richtung Geißkopf, dann über sanfte Wiesen nach Schwandeln. Von hier nach Maltach zur Bushaltestelle in Winsau. **Anforderung:** mittel; **Ausrüstung:** Bergschuhe, Wanderstöcke, Getränke, Jause; **Gehzeit:** 3 h, 570 Hm, 11 km; **Wanderführerin:** Heidemarie Perle; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Infos/Anmeldung bis 3.9.** per Mail bei Ernst Passler, 0676/ 5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

So., 13. September: Familienwanderung Wäldertobelschlucht

Ein familienfreundlicher Rundweg, der die Natur, Kultur und herrliche Panoramen vereint. **Anforderung:** leicht; **Gehzeit:** 1 ½ h, 110 Hm, 3,5 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.



Wandern & Bergsteigen



So., 13. September: Verwalltal, Konstanzer Hütte, 1.688 m

Leichte, abwechslungsreiche Wanderung ab Bahnhof St. Anton a. A. durch die wildromantische Rosannaschlucht und auf dem Forstweg wechselnd zur Konstanzer Hütte. **Gehzeit:** 3 ½ h, 430 Hm, 11 km; **Ausrüstung:** Jause, Getränke; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

So., 13. September: Wanderung Üble Schlucht – Übersaxen – Laterns

Die Üble Schlucht befindet sich im Flusstal der Frutz, und hat sich ihrer Ursprünglichkeit behalten. Der Weg durch die Schlucht ist ein alpiner Steig. Mit dem Wanderbus ab Rankweil. **Anforderung:** trittsicher; **Ausrüstung:** Bergausrüstung, Trinken, Jause, Stöcke; **Gehzeit:** 2 ½ h, 300 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Dietmar Kugler, 0699/10275506.

So., 13. September: Wanderung Kristberg – Silbertal

Ab Bergstation Kristbergbahn vorbei an den sieben Brünnele ins wunderschöne Wildried, eines der höchstgelegenen Riede Europas. Einkehr im Hasahüsle. **Anforderung:** leicht; **Ausrüstung:** Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:** 4 h, 300 Hm; **Kosten:** 24 € für Bergbahn; **Treff:** 8.30 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Anton Schobel, 0650/7244903.

Do., 17. – So., 20. September: Landesalpintour zu den Dolomiten in Wolkenstein, IT

Heuer geht es in die Sella und Langkofelgruppe, vier abwechslungsreiche Tag in den schönsten Dolomitenbergen mit verschiedenen Wanderungen, Bergsteigen, Klettersteige unter fachkundiger Führung der Naturfreundeguides werden organisiert. Reisebusanreise mit Nächtigung in gutem 4* Hotel; **Ort:** Wolkenstein; **Detailaus-**



Wandern & Bergsteigen



schreibung in Ausarbeitung, ab Juli. Begrenzte Teilnehmerzahl. **Richtpreis:** 550 € im DZ mit HP, EZ sehr begrenzt möglich; **Anmeldung:** ab April; **Organisation:** Naturfreunde Vorarlberg, Fachreferat Alpin; **Infos/Anmeldung** im Landesbüro bei Alexandra Lokan, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 27. September: 31. NBI-Wandertag, Winterthur, CH

Naturfreunde Bodensee International, das gemeinsame Wandern mit unseren Naturfreunden aus Deutschland und der Schweiz richten dieses Mal die Freunde aus Winterthur aus. Mehrere Wanderungen werden ausgearbeitet. Für das leibliche Wohl und einen geselligen Ausklang und Austausch ist bestens gesorgt. **Veranstalter:** Naturfreunde Winterthur; **Infos:** ab Mai über die NF Homepage; **Anmeldung** bei Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

So., 27. September: Bergabenteuer Walserkamm – 10 Gipfeltouren

Der Walserkamm ist wie ein Ritt auf des Messers Schneide. Fast über den gesamten Wegverlauf am Grat besteht Absturzgefahr. Beschreiten wir den gesamten Walserkamm von West nach Ost und nehmen dabei alle 10 Gipfel mit. Mit dem Schnifner Bähnle auf den Henseler. Von dort über das Äple auf den Rappenkopf, Hochgerach, Hüttenkopf, Kuhspitze, Tälispitze, Melkspitze, Kreuzspitze, Geren Spitze, Mutabellaspitze, Löffelspitze zu unserem Tagesziel am Furkajoch. **Anforderung:** anspruchsvoll, Kondition, trittsicher, schwindelfrei; **Gehzeit:** 8 h, 1600 Hm, 10 km; **Treff:** 9 Uhr Talstation Schnifner Bähnle/Schnifis; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 25.9.** bei Joachim Humpl, 0664/9260356, joachim.humpl@sv-humpl.at.

So., 4. Oktober: Alpinwanderung Bocksberg, 1.461 m, „Klein aber fein“

Für Berggehende mit Klettererfahrung ein Abenteuer und Hochgenuss. Ab Schutannen zum Einstieg des anspruchsvollen und steilen Fensterlesteig, wo kurze,



Wandern & Bergsteigen



spektakuläre Klettereinlagen gefordert werden. Über den Fensterlekopf mit weite-
rer Klettereinlage und vorbei am Verschnuferbänke auf den seilversicherten, tollen
Aussichtsgipfel. Abstieg nach Schuttannen auf dem Normalweg. **Anforderung:**
Klettern UIAA II, trittsicher, schwindelfrei, Kondition; **Ausrüstung:** feste Schuhe,
Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Treff:** 9.55 Uhr, Parkplatz Schuttannen; **Gehzeit:**
3 ½ h, 350 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 1.10.** bei
Wolfgang Illmer, 0664/5191756, w.illmer@a1.net.

So., 11. Oktober: Familienwanderung, Themenweg Frutz

Start der herrlichen, leichten Wanderung ist beim Gewerbepark Rankweil, der
Themenweg gibt über die Geschichte der Frutz Auskunft. Dem Bach folgend bis zur
Einmündung in den Rhein, teils auf demselben Weg retour. **Ausrüstung:** Jause,
Getränke; **Gehzeit:** 4 h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei
Waltraud Griesser, 0664/9717060.

So., 11. Oktober: Alpinwanderung Falvkopf, 1.849 m

Diese Wanderung führt von Blons nach Oberblons auf dem Leusorgweg, Schutz-
waldweg und Verbauungsweg (Lawinenkatastrophe von 1954) zum Gipfel. **Anfor-
derung:** trittsicher, Kondition; **Ausrüstung:** Getränke, Jause, Wanderstöcke; **Gehzeit:**
6 ½ h, 950 Hm; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Veranstalter:** Naturfreunde
Hard; **Infos/Organisation** bei Peter Lasselsberger, 05578/74032, peter.lassels-
berger@gmail.com.

So., 18. Oktober: Rundwanderung Garneratal

Der anspruchsvolle spannende Steig durchs Fenggatobel, der beeindruckende
Wasserfall und die Maisässsiedlung Ganeu machen diese Wanderung sehr attraktiv.
Anforderung: mittel; **Gehzeit:** 3 h, 630 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis;
Infos/Anmeldung bei Helmut Greif, 0681/20660013, helmut.greif@aon.at.



Wandern & Bergsteigen | Bike & Hike / Climb



So., 22. November: Wanderung am Pfänder

Auf dieser leichten Wanderung von Scheidegg über Möggers zum Pfänder werden wir immer wieder von einem imposanten Panorama überrascht. Wald und Wiesen wechseln sich ab. **Ausrüstung:** Jause, Getränke; **Gehzeit:** 4 h, **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

So., 13. Dezember: Gemütliche Winterwanderung am Ufern des Bodensees

Der Bodensee bietet auch im Winter eine tolle Stimmung. **Anforderung:** leicht, **Ausrüstung:** Jause, Getränke; **Gehzeit:** 3 h; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Waltraud Griesser, 0664/9717060.

Hinweis: Liebe Interessierte, die Teilnahme am Programm Bike & Hike/Climb setzt voraus, dass die Hin- und Rückfahrten mit dem E-Mountainbike auf eigene Verantwortung erfolgen. Teilnehmende sind für den einwandfreien Zustand der Bikes sowie für die Verwendung eines Radhelmes bei Auf- und Abfahrt selbst verantwortlich. Unsere organisierten Touren beginnen jeweils erst mit den jeweiligen Zustiegen.

Sa., 13. Juni: E-MTB & Climb – Drei Schwestern, Ostgrat, 2.053 m

Drei Gipfeltouren hoch über Feldkirch. Mit dem E-Bike zum Hinterälpele, von dort zu Fuß über eine schneebedeckte Rinne zum Einstieg. Über den Ostgrat auf den Hauptgipfel, im Anschluss werden die beiden anderen Gipfel überklettert. Abseilen zum Normalweg und Abstieg über diesen. **Anforderung:** Alpine Klettererfahrung UIAA III+; **Ausrüstung:** Kletterausrüstung, Leichtsteigeisen, Pickel; **Fahrzeit:** 1h, 450 Hm; **Zustieg** 2 h, **Klettern** 4 h; **Organisation:** Doris Bergmair, Günther Schwarzmann; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 30.5.** bei Günther Schwarzmann, 0664/8209863, guenther.schwarzmann@drei.at.



Bike & Hike / Climb



Sa., 13. Juni: E-MTB & Hike – Davenna Spitze, 1.881 m + Zwölferkopf, 1.843 m

Landschaftlich grandiose Tour. Auf dem Güterweg bis Alplegi, anschließend zu Fuß bis auf die Davenna Spitze, auf dem Retourweg mit Abstecher auf den Zwölferkopf. Einkehr im Rellseck. **Anforderung:** trittsicher, schwindelfrei, gute Kondition; **Ausrüstung:** E-MTB in technisch einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe; **Anfahrt:** 1 ½ h, 800 Hm, **Gehzeit:** 1 ½ h, 150 Hm; **Treff:** Parkplatz Kirche in Bartholomäberg; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 10.6.** bei Marko Burtscher, 0664/73457222, markobur133@gmail.com.

Sa., 20. Juni: E-MTB & Hochtour – Dreiländerspitze Westgrat, 3.197 m

Beeindruckende Gratkletterei auf einem Silvretta Klassiker. Mit E-Bike ab Bielerhöhe bis Wiesbadener Hütte. Zu Fuß über Pfadspuren und Gletscher zur oberen Ochsencharte, dann über den Grat auf den Panoramagipfel. Abstieg über den Normalweg. **Anforderung:** Alpine Klettererfahrung UIAA III; **Ausrüstung:** Hochtourenausrüstung, Steigeisen, Pickel; **Fahrzeit:** 1 h, 450 Hm; **Gehzeit:** 7 h, 800 Hm; **Kosten:** anteilige Fahrtkosten; **Organisation:** Doris Bergmair, Günther Schwarzmair, Luis Reinhardt; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 6.5.** bei Günther Schwarzmair, 0664/8209863, guenther.schwarzmair@dreil.at.

Sa., 4. Juli: E-MTB & Hochtour – Piz Buin, 3.312 m

Silvretta-Klassiker – sehr abwechslungsreiche Tagestour. Ab Bielerhöhe mit dem E-MTB bis Wiesbadener Hütte. Dann zu Fuß über den spaltenreichen Ochsentaler Gletscher weiter zur Buin Lücke und nach Kletterei, UIAA II, stehen wir auf dem höchsten Berg Vorarlbergs. **Anforderung:** gute Kondition, Klettern II, trittsicher, Schwindelfrei; **Ausrüstung:** laut Liste; **Gehzeit:** tagfüllend, 1400 Hm, 450 Hm mit dem E-MTB; **Kosten:** 15 €, Organisationsbeitrag; **Organisation:** Roland Schnecken-



Bike & Hike / Climb



reither, Luis Reinhardt; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** bei Roland Schneckenreither, 0699/12243496, r.schneckenreither@gmail.com.

Sa., 11. Juli: E-MTB & Climb – Breithorn, 2.009 m + Elsspitze, 1.980 m

Luftige Panoramatour am Südkamm von Bludenz. Insbesondere die Elsspitze erfordert freies Klettern im II. Grad. E-Bike-Start in Bludenz – Muttersberg – Tiefenseesattel, wo die Räder deponiert werden. Von dort über einen steilen Pfad auf das Breithorn. Dann weglos am Bäraköpfe vorbei zum Einstieg der Elsersüdwand mit luftiger Kletterpassage auf die Elsspitze. Die Kletterei (Schwierigkeitsgrad II) umfasst 100 Hm und verlangt absolute Schwindelfreiheit. Die Elser kann man auch auslassen. Der Abstieg erfolgt auf dem Normalweg zur Alpe Els mit Einkehr, dann Alpweg zurück zum Tiefenseesattel und nach Bludenz. **Anforderung:** gute freies Klettern UIAA II, Kondition, schwindelfrei; **Fahrzeit:** 1 ½ h, 1000 Hm; **Gehzeit:** 6 h, 1100 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 7.7.** bei Hanna Seeberger, 0677/61393344, hanna.seeberger@outlook.com.

Fr., 24. Juli: E-MTB & Climb – Plattnitzerjochspitze Ostgrat, 2.318 m

Anspruchsvolle Gratkletterei mit grandiosem Ausblick über den Spullersee. Ab Zug mit den E-Bikes über das Stierloch bis zum Spullersee. Dann 1 h Zustieg bis zum Einstieg der lohnenden Kletterroute. **Anforderungen:** alpine Klettererfahrung UIAA 4, Kondition, 11 Seillängen; **Ausrüstung:** laut Liste; **Organisation:** Doris Bergmair, Günther Schwarzmann; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 10.7.** bei Doris Bergmair, 0680/1449135, dorisbergmair@hotmail.com.

Sa., 25. Juli: E-MTB & Hike – Spuller Schafberg, 2.678 m

Mit dem Bike vom Zuger Fischteich, teils sehr steil und schottrig zum Stierlochjoch bis zur Ravensburger Hütte, 1.948 m. Ab hier zu Fuß über den Normalweg auf der



Bike & Hike / Climb



Südseite steil auf den herrlichen Spuller Schafberg, Abstieg am gleichen Weg. **Anforderung:** gute Kondition; **Fahrzeit:** 1 ½ h, 550 Hm; **Gehzeit:** 3 h, 750 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 23.7.** bei Florian Margreitter, 0664/5146610, florian.margreitter@bertsch.at.

Fr., 7. August: E-MTB & Climb – Scherenspitze Südostkante, 1.926 m

Fotogene Gratkletterei im hervorragenden Schratzenkalk mit eindrucksvoller Abseilpiste, von Laui/Unterwasser. **Anforderung:** mit dem E-Bike 450 Hm, von dort 1 ½ h Zustieg, 5 Seillängen, alpine Klettererfahrung UIAA 4; **Ausrüstung:** Kletterausrüstung; **Organisation:** Doris Bergmair, Günther Schwarzmann; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 24.7.** bei Doris Bergmair, 0680/1449135, dorisbergmair@hotmail.com.

So., 9. August: E-MTB & Climb Klettersteig-Gauablickhöhle, Rätikon

Schöner, mittelschwerer Klettersteig auf der Nordseite der Sulzfluh. Highlight ist die in den Steig mit eingebundene 350 m lange Gauablickhöhle, in der man kurz zum Höhlenforscher wird. **Anforderung:** mittel, B/C, gute Kondition, trittsicher; **Ausrüstung:** Bergschuhe, modernes KS-Set, Klettergurt, Helm, Handschuhe, zwingend Stirnlampe; **Fahrzeit:** 1 ½ h, 700 Hm mit E-MTB bis Lindauer Hütte, 1.744 m; **Gehzeit:** 6 h, 900 Hm ab Hütte; **Treff:** Latschau Wanderparkplatz oder Absprache; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 4.8.** bei Andrea Öhri, +423/7776584, andrea.oehri@siding.li.

Sa., 22. August: E-MTB & Hike – Drei Schwestern, 2.051 m

Herrliche Gratüberschreitung mit 3 Gipfeln. Start mit dem E-Bike in Feldkirch zur Saroja Alpe, 1.480 m. Dort zu Fuß über die Garsellalpe zuerst auf die Große Schwester, dann mit kurzer aber luftiger Kletterei (II) auf die Mittlere Schwester,



Bike & Hike / Climb



mit einer kurzen Abseilaktion geht es auf die Kleine der Drei Schwestern, schlussendlich die finale Abseilaktion. Abstieg über den Normalweg. **Anforderungen:** anspruchsvoll, Klettern UIAA II, Abseilen; **Fahrzeit:** 2 h, 1200 Hm; **Gehzeit:** 5 h, 500 Hm; **Organisation:** Luis Reinhardt, Roland Schneckenreither; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** mit Mitgliedsnummer bei Luis Reinhardt Reinhardt, 0660/4842253, luisreinhardtgb@gmail.com.

Sa., 29. August: E-Bike & Climb – Sporaplatte, Rätikon

Grandiose Klettertour über das Wahrzeichen des Rätikon, die Sporaplatte. Sie ist eine beeindruckende Wasserillen-Kalkplatte mit bis 45° Neigung. Ab Latschau mit den Bikes bis zum Fahrraddepot der Obere Spora Alpe, anschließend zu Fuß zum Einstieg der Klettertour. Die Kletterei umfasst 6 SL, danach 3 x Abseilen in den Sporatobel und zurück zum Depot. Einkehr im Gauertalhaus. **Schwierigkeit/Klettern:** Zwei kurze Stellen UIAA 4+, ansonsten 2er/3er; **Fahrt/Gehzeit:** tagesfüllend; **Ausrüstung:** laut Liste; **Organisation:** Roland Schneckenreither, Alexander Strohmaier; **Kosten:** 30 €, Organisationsbeitrag je Teilnehmer; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch/Kennelbach; **Infos/Anmeldung** mit Mitgliedsnummer bei Alexander Strohmaier, alexander.strohmaier@gmail.com.

Sa., 12. September: E-MTB & Climb – Drusenfluh, 2.827 m

Sehr schöne und abwechslungsreiche sowie anspruchsvolle Bergtour im Schatten der Drei Türme. Ab Latschau, 985 m, mit dem E-MTB auf der Forststraße bis zur Oberen Spora Alpe, 1.739 m. Dann zu Fuß zum Einstieg der Plodig-Rinne, wo auch der Einstieg des Klettersteiges auf 2.300 m beginnt. Dem Eisenweg folgend zum Hochkar und weiter – in leichter Kletterei – zum Gipfel. **Anforderung:** anspruchsvoll, trittsicher, schwindelfrei, Kondition, Klettersteig B/C, freies Klettern UIAA II; **Fahrzeit:** 2 h, 750 Hm; **Gehzeit:** 7 h, 1100 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde



Bike & Hike / Climb | Klettern



Nüziders; **Infos/Anmeldung mit Mitgliedsnummer bis 8.9.** bei Michael Seeberger, 0664/88500762, michael.seeberger@getzner.at.

Sa., 19. September: E-MTB & Hike – Westliche Fluhspitze, Verwall, 2.653 m

Grandiose Tour in abwechslungsreicher Kombination. Mit dem Bike ab Partenen über die geteerte Straße durchs Ganifer, weiter zur Heilbronner Hütte. Zu Fuß zum Brüllenden See und dem markierten Pfad folgend über Blockgestein zum Gipfel. Zurück auf demselben Weg. **Anforderung:** gute Kondition, trittsicher; **Ausrüstung:** E-MTB-Helm, Brille, Handschuhe, Tagestouren; **Fahrzeit:** 3 ½ h, 1350 Hm, 37 km; **Gehzeit:** 2 ½ h, 400 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Infos/Anmeldung bis 17.9.** bei Roland Burger, 0664/2427042, rolandburger0@gmail.com.

Infos zu unseren NF-Kinderklettergruppen der Ortsgruppen findest du unter Kinder & Jugend.

Jeden Montag – Klettertreff Klettergruppe

Offene Klettergruppe von 25+ und 50+, wöchentlich montags von 9 – 12 Uhr in der Kletterhalle K1 Dornbirn bzw. bei entsprechendem Wetter in einem der vielen Klettergärten in der Umgebung. Lust zum Klettern, KletterpartnerInnen gesucht? Dann bist du bei uns genau richtig. **Infos/Anmeldung** bei Karl Kräutler, 0664/75159003, karl.kraeutler@hotmail.com.

Jeden Donnerstag – Klettertreff

Fehlende Kletterpartner, Suche nach Gleichgesinnten, neue Freunde oder einfach Rat und Tat einholen bei Instruktoren. Wiedereinsteigende oder Fortgeschrittene ab 16 Jahren sind herzlich willkommen! Details über den Kletter-Newsletter. Einfach eintragen! Schnupperkurse für Einsteigende auf Anfrage. **Veranstalter:** Naturfreunde



Klettern



Bregenz; **Infos/Anmeldung** bei Katja Niederer, 0650/2702853, klettern.bregenz@naturfreunde.at.

So., 19. April: Fels-Klettertag Kennelbach

Klettertag für AnfängerInnen bis Fortgeschrittene. **Anforderung:** Motivation; **Ausrüstung:** Kletterschuhe oder Turnschuhe, Klettergurt, Kletterhelm, Jause, Getränk, Leihmaterial begrenzt verfügbar; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Martin Mager, 0670/6066674 oder per WhatsApp.

Sa., 9. & So., 10. Mai: Grundkurs Mehrseillängenklettern für AnfängerInnen

Erlernen der Grundlagen der Mehrseillängentechnik. **Inhalte:** Tourenplanung, Standplatzbau, Seilmanagement, Abseilen. Detailausschreibung anfordern; **Anforderung:** Klettererfahrung am Felsen, UIAA 5 On sight; **Veranstalter:** Naturfreunde Kennelbach; **Infos/Anmeldung** bei Gabriel Sinz, 0670/4702723 oder Martin Mager, 0670/6066674.

Do., 14. – So., 17. Mai: Aufbaukurs Alpines Sportklettern

Kursnr. BE2620 – Ziel ist die Erweiterung des Eigenkönnens der Kletter- und Sicherungstechnik im Vorstiegsklettern, Planung und Durchführung von einfachen Sportkletterrouten im alpinen Gelände. **Anforderung:** Grundkenntnisse Felsklettern, III+; Sicherungstechnik; **Ort:** nach Vereinbarung, Fahrtgemeinschaften; **Infos/Leitung:** Martin Bentele, Instruktor Alpin, Hochalpin, ÜL Sportklettern; **Kosten:** Organisation 70 € p. P, zzgl. Fahrt und Unterbringung; **Online-Vorbesprechung:** 23.4., 19 Uhr; **Veranstalter:** Referat Alpin Res. Ausbildung; **Anmeldung** bis 13.4. beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 13. Juni: E-Bike & Climb – Drei Schwestern, Ostgrat, 2.053 m

Info. siehe E-Bike & Hike & Climb Seite 45.



Klettern



Sa., 11. – Sa., 18. Juli: Bergsteigen mit Sommercamp im Wallis, CH

Kursnr. BE2629 – Selbstorganisation ist angesagt. Interessierte mit einschlägigen Grundkenntnissen und Kondition für hochalpine Touren organisieren und planen ihr Programm weitgehend selbst und führen sich gegenseitig auf Touren in der Welt der Walliser Gletscherriesen in der Schweiz, unterstützt vom Instruktor Martin Bentele, martin.bentele@gmail.com, 0676/6797587. Ort: Camping Schönblick, Saas Grund, Wallis, Schweiz; Organisationsbeitrag Richtpreis: bei 4 TN – 275 €; Gesamtkosten: ca. 800 €; Online-Vorbesprechung: 27.5., 19 Uhr; Veranstalter: Naturfreunde Bregenz; Anmeldung bis 18.5. beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Fr., 24. Juli: E-Bike & Climb, Plattnitzerjochspitze Ostgrat, 2.318 m

Info. siehe E-Bike & Hike & Climb Seite 47.

Fr., 7. August: E-Bike & Climb, Scherenspitze Südostkante, 1.926 m

Info. siehe E-Bike & Hike & Climb Seite 48.

Sa., 22. August: E-Bike & Climb, Drei Schwestern, 2.051 m

Info. siehe E-Bike & Hike & Climb Seite 48.

Sa., 29. August: E-Bike & Hike & Einfaches Klettern – Sporaplatte im Rätikon

Info. siehe E-Bike & Hike & Climb Seite 49.

Do., 3. – Sa., 5. September: Urner Alpen, Galenstock, 3.586 m, CH

Anspruchsvolles Bergabenteuer, tolles Hochtourenfeeling und feine Kletterei für drei lange Tage. Anforderung: schwer, trittsicher, Ausdauer, Klettern 4b; 1. Tag: Anreise



Klettern | Klettersteige



mit PKW in Fahrgemeinschaft, auf den Furkapass, Hüttenzustieg zur Albert-Heim Hütte, 2.543 m. Eingetour auf das Strahlengrätli 3.024 m, Klettern 3a; **2. Tag:** Gletschhorn, 3.304 m, Traumgranit im Genussbereich, Klettern 4b. Nach einer Pause weiter über den „Uerner Alpenkranz“ zur Sidelenhütte. **3. Tag:** Galenstock SE-Sporn, 3.586 m – toller Anstieg zum Galenstock, Klettern 3b. Anschließend Abstieg mit Heimreise. **Ausrüstung:** gemäß Liste; **Kosten:** ca. 350 CHF, beinhaltet Organisationsbeitrag, Tourenführung, Reisekosten in Fahrgemeinschaft, 2 x Ü/HP; **Tourenführung:** Roland Schneckenreither, Kevin Tschann; **Infos/Anmeldung:** Roland Schneckenreither, 0699/ 12243496, r.schneckenreither@gmail.com.

Sa., 24. – Sa., 31. Oktober: Kletterfahrt „Ab in den Süden“, Finale Ligure, ITA

Kursnr. BE2644 – Die Herbstferien laden noch einmal zum Klettern, Schwimmen und gut Essen ein. **Anforderung:** sicheres Klettern UIAA V+, einwandfreie Seil- und Sicherungstechnik, Kondition; **Leistungen:** 7 x Ü/F im 3-Stern-Hotel in DZ oder EZ mit Aufschlag, Organisation, Transfer in Fahrgemeinschaft 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; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 15.9.** beim Landesbüro, 05574/45781, vorarlberg@naturfreunde.at.

Klettersteig-Rufseminare für Einsteiger- und AnfängerInnen und Fortgeschrittene mit Erfahrung

Termin jeweils nach Vereinbarung, mind. 2 Anmeldungen. Detailausschreibung anfordern. **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anfragen/Organisation** bei John Hesselaar, 0660/2902983, jhesselaar@consolidate.at.



Klettersteige



WhatsApp Klettersteiggruppe

Bei Interesse an sporadisch ausgeschriebenen Klettersteigangeboten bitte eintragen lassen. **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung** bei Andrea Öhri, +423/7776584, andrea.oehri@siding.li.

Do., 5. März: Arlberger Winterklettersteig, 2.816 m

Info siehe Skitouren Seite 19.

Sa., 23. Mai: Wasserfall-Klettersteig St. Anton im Montafon

Der Klettersteig ist spektakulär und bietet einen relativ kurzen Zustieg. Geklettert wird zunächst direkt neben dem unteren Wasserfall und überquert weiter oben diesen via zwei Seilbrücken. Der Steig wird nach oben hin anspruchsvoller und bietet schöne Ausblicke. **Anforderung:** Schwierigkeitsgrad B – C; **Ausrüstung:** Klettersteigausrüstung, Helm, Handschuhe, Faulenzer- oder Selbstsicherungsschlinge, Getränke, Jause, eventuell Stöcke; **Gehzeit:** 2 ½ h, 380 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 19.5.** bei Nebahat Inan, 0699/11756801, nebiinan@msn.com.

Sa., 27. Juni: Klettersteig Schmugglersteig, Gargellner Köpfe, 2.559 m

Ideales Ziel für Klettersteigfreunde, der Gipfel belohnt mit einem Ausblick. **Anforderungen:** Die Normalvariante mit Schwierigkeitsgrad C ermöglicht eine stressfreie Klettererfahrung, während die B Variante, C/D, zwei tolle Seilbrücken bietet. **Ausrüstung:** Klettersteigausrüstung, Helm, Handschuhe, Faulenzer- oder Selbstsicherungsschlinge, Getränke, Jause; **Gehzeit:** Klettern 1 ½ h, 300 Hm; **Gesamt:** 3 ¼ h, 450 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 21.6.** bei Nebahat Inan, 0699/11756801, nebiinan@msn.com.



Klettersteige



So., 5. Juli: Klettersteig Saulakopf, 2.517 m

Aufgrund der kühnen Routenführung und des traumhaften Ausblicks zählt der Klettersteig zu den schönsten im Montafon. Ab Bergstation Lünserseebahn über die Lünserkrinne zum ostseitigen Einstieg des Klettersteigs. Abstieg über den Normalweg. **Anforderung:** Klettersteigerfahrung, C/D, Kondition, Trittsicherheit; **Ausrüstung:** modernes KS-Set, Klettergurt, Helm, Handschuhe; **Zeit:** 5 ½ h, 1100 Hm; **Treff:** Parkplatz Lünserseebahn, nach Absprache; **Kosten:** Bahn 25 €; **Veranstalter:** Naturfreunde Feldkirch; **Infos/Anmeldung bis 2.7.** bei Andrea Öhri, +423/7776584, andrea.oehri@siding.li.

Sa., 25. Juli: Karhorn & Panorama Klettersteig, Schröcken, 2.416 m

Schöner alpinen Gratklettersteig mit herrlichem Bergpanorama, sehr lohnend. Mit Liftunterstützung des 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; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 18.7.** bei Nebahat Inan, 0699/11756801, nebiinan@msn.com.

So., 9. August: Gauablickhöhle Klettersteig

Info siehe E-MTB & Climb Seite 48.

Sa., 22. August: Klettersteig Gauablickhöhle

Der Gauablickhöhlen-Klettersteig auf der Nordseite der Sulzfluh ist ein wahrer Klassiker im Rätikon und zählt zu den beeindruckendsten Klettersteigen Vorarlbergs. Abwechslungsreiche Route, besonderes Highlight – Durchstieg der 350 Meter langen Gauablickhöhle. Der ungesicherte Abstieg durch den Rachen erfordert alpine Erfahrung. **Anforderung:** anspruchsvoll, B/C, gute Kondition, trittsicher;



Klettersteige | Mountainbike



Ausrüstung: Klettersteigausrüstung, Helm, Stirnlampe (Pflicht!), Handschuhe, Faulenzer oder Selbstsicherungsschlinge, feste Schuhe, Getränke, Jause; **Kletterzeit:** 3 h; **Gesamtzeit:** 7 h, 700 Hm; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 19.8.** bei Nebahat Inan, 0699/11756801, nebiinan@msn.com.

Do., 3. – So., 6. September: Klettersteigfahrt Brenta Dolomiten

Der Bocchette-Weg ist einer der großen Klettersteigklassiker Europas. In vier Etappen führt er durch die beeindruckende Felslandschaft der Brenta mit Leitern, Querbändern und grandiosem Dolomitenpanorama. Tour für Fortgeschrittene. **Anforderung:** schwindelfrei, sehr gute Kondition; **Ausrüstung:** lt. Liste; **Treff:** nach Vereinbarung; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 25.7.** mit Mitgliedsnummer bei John Hesselaar, 0660/2902983, jhesselaar@consolidate.at.

Sa., 12. September: E-Bike & Climb KS Drusenfluh-Blodigrinne , 2.827 m

Info siehe E-MTB & Climb Seite 49.

Wöchentlich jeden Mittwoch von Mai – Oktober: MTB- & E-MTB-Treff rund um Feldkirch

Feierabendausfahrten für sportliche Bikende über Stock und Stein im Umkreis von Feldkirch. **Fahrdauer:** 2 – 3 h; **Treff:** 18 Uhr; **Infos/Anmeldung** bei MTB-Guide Simon Öhe, 0699/17195082, simon.oeh@gmail.com.

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

Feierabendausfahrten für Neueinsteigende & Fortgeschrittene. Fahren im Normaltempo. **Anforderung:** S1 – S2; **Ausrüstung:** MTB/E-MTB Fully in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe, Erste Hilfeset, Reserveschlauch; **Fahrzeit:** je Streckenwahl 2 – 3 h, 1000 Hm; **Treff:** 16.30 Uhr, Landesbibliothek Bregenz;



Mountainbike



Veranstalter: Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung** bei Petr Vacek, 0699/18035701, peter.vacek@chello.at.

Sa., 11. April: Fahrtechniktraining für die MTB-Saison

Für all jene, die ihre Fahrtechnik spielerisch verbessern wollen: richtiges Lenken und Bremsen, Sattelhöhe einstellen, Reifendruck, Balanceübungen. Anschließend kleiner Ausflug in die Emser Bergwelt, um das Gelernte anzuwenden. **Ausrüstung:** Mountainbike in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Regenjacke, Handy; **Dauer:** 4 h; **Treff:** 13 Uhr, Jüdischer Friedhof; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 2.4.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

So., 12. April & So., 19. April: 2-teiliger Aufbaukurs, Fahrtechniktraining „Let´s learn together“

Die jeweils 4 Stunden lohnen sich für MountainbikerInnen, welche ihrer Technik verfeinern wollen. Für jene, welche 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:** Fullsuspension-MTB mit Profilreifen, Helm, Brille, Handschuhe, Snack, Getränk. Für Bikepark: Knie-, Ellbogenschutz, Brust-/Rückenprotektoren; **Kursdauer:** je 4 h; **Treff:** 9 Uhr, Parkplatz der historischen Dampfmaschine Dornbirn; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 5.4.** bei Roman Dallinger, roman.dallinger@gmx.at.

Sa., 18. April: MTB-Jugend Fahrtechniktraining

Üben, ausprobieren, learning by doing. Geschicklichkeit, Bremsen, Lenken, Koordinationsübungen und Balance. Das Techniktraining findet hinter der Rheinauhalle in Höchst statt, anschließend fahren wir über Walzenhausen, wo wir das Erlernte



Mountainbike



gleich auf ein paar schönen Singletrails ausprobieren. **Ausrüstung:** MTB, E-Bike in einwandfreiem Zustand, Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Reisedokument; **Fahrzeit:** 2 ½ h, 300 Hm, 15 km; **Treff:** 9 Uhr, Rheinauhalle Höchst; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 11.4.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Sa., 25. April: E-MTB – Naturfreundehaus Feldkircher Hütte, 1.204 m

Ab Klaus nach Sulz, Rankweil, Göfis, Ruggelen und Amerlügen zur Feldkircher Hütte, mit Einkehr und Pause. Tolle Aussicht ins Rheintal. Retour über Altenstadt und Bhf. Rankweil. **Anforderung:** leicht; **Fahrzeit** 4 ½ h, 1100 Hm, 50 km; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug; **Treff:** 9:30 h, Bhf. Klaus; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 21.4.** bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoon22@gmail.com.

Mi., 6. Mai: E-MTB – Klostertal, Kristbergsattel, 1.481 m – Montafon

Abwechslungsreiche Tour für leicht Geübte. Die Rundtour beginnt am Bahnhof Bludenz und führt über den Klostertaler Radweg bis Dalaas, danach anhaltend bis zum Kristbergsattel, dem Übergang ins Montafon. Weiter über Panoramaweg zum Fritzenssee bis Rasthaus Rellseck. Abfahrt S1 mit technischen Teilen bis Bludenz. **Anforderungen:** Kondition, Fahrtechnik S1+; **Fahrzeit:** 3 ½ h, 1100 Hm, 35 km; **Ausrüstung:** E-MTB, Handschuhe, Brille, Helm, Getränke, Riegel; **Treff:** Bhf. Bludenz; **Infos/Anmeldung bis 2.5.** bei Günter, 0664/3667066, alpenguenter@gmail.com.

Do., 14. Mai: MTB NF – Kaienhaus, Kaienspitze, 1.119 m, CH

Von Höchst über Rheineck zum ersten Höhepunkt, dem Fünfländerblick 899 m. Weiter über Grub zum Kaienspitze. Nach gemütlicher Einkehr erwarten uns flowige Trails mit Schwierigkeit bis zu S 2 und kurzen Schiebepassagen. **Anforderung:**



Mountainbike



leicht/mittel. **Ausrüstung:** Bike in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Handy, Reisedokument; **Fahrzeit:** 5 h, 900 Hm, 25 km; **Treff:** 10 Uhr, Kirchplatz Höchst; **Infos/Anmeldung bis 10.5.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Do., 28. Mai: E-MTB – Hohe Kugel, 1.645 m

Ab Klaus nach Weiler Forst, Steinbruch, Viktorsberg Alpe Allmein, Letze, Treiet, Staffalpe zur Alpe Hohe Kugel. Retour über Fraxern, Orsanka. **Anforderung:** einfach, Kondition; **Fahrzeit** 5 h, 1130 Hm, 35 km; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug; **Treff:** 9:30 Uhr, Klaus Raiffeisenbank; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 26.5.** bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoon22@gmail.com.

Sa., 13. Juni: MTB – St. Anton, 1.123 m, CH

Von Höchst über Berneck nach St. Anton. Die Abfahrt bietet Passagen bis S2, kurze Schiebepassagen; **Ausrüstung:** MTB Fully ist Pflicht, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Bike in einwandfreiem technischem Zustand, Reisedokument; **Treff:** 9 Uhr, Kirchplatz Höchst; **Fahrzeit:** 6 h, 1.000 Hm, 50 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 6.6.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

So., 5. Juli: MTB/E-MTB – Waldsee, Allgäu, D

Wunderschöne Halbtagestour mit flowigen Singletrails. Ab Bregenz über Pfänder und Scheidegg zum Waldsee in Lindenberg, Einkehr mit Bademöglichkeit, zurück über Möggers, Lutzenreute. **Anforderung:** mittel. **Ausrüstung:** Bike in einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Badesachen; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 1300 Hm, 50 km; **Treff:** 10 Uhr, Welle, Hafen Bregenz; **Veranstalter:** Natur-



Mountainbike



freunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 1.7.** bei Rouven Schipflinger, 0650/5331255, rouven.schipflinger@schule.at.

Sa., 11. Juli: E-MTB – Brüggelekop

Von Bregenz über Buch nach Alberschwende. **Schwierigkeit:** S 1; **Dauer:** 4 h, 900 Hm, 40 km; **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Mountainbike-Fully in einwandfreiem, technischem Zustand; **Treff:** 9 Uhr, Autobahnbrücke Weidach; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Anmeldung bis 6.7.** mit Mitgliedsnummer, Petr Vacek, 0699/18035701.

Sa., 18. Juli: E-MTB – Sender Dünserberg, 1.560 m

Ab Klaus entlang des Frutzweges nach Feldkirch, weiter über Felsenau, Satteins, Dünserberg, Boden, Hensler. Einkehr Henslerstüble. Retour über Schwarzer See und Rankweil. **Anforderung:** einfach, kurzer Trail, gute Kondition; **Fahrzeit** 4 h, 1130 Hm, 45 km; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug; **Treff:** 9:30 h, Bhf. Klaus; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 14.7.** bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoon22@gmail.com.

Mo., 20. Juli: (E-)MTB – Apenzell CH

Für Anfänger und Fortgeschrittene. Von Höchst über Schäflißberg zum Rosenhügel nach Lachen und über Gletscherhügel retour. Es erwarten uns spannende Up- and Downhills auf technisch anspruchsvollen Trails. Abschluss hock bei Dieter im Garten. **Fahrzeit:** 2 ½ h, 700 Hm, 20 km; **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Mountainbike in einwandfreiem technischem Zustand, Reisedokument; **Treff:** 9 Uhr Kirchplatz Höchst; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Anmeldung bis 16.7.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.



Mountainbike



Di., 28. Juli: E-MTB – Rund um die Winterstaude

Start in Egg, über Schetteregg und Iferalpe nach Schönenbach. Einkehr im Gasthaus oder bei einer Alpe möglich. Weiter über die Langenalp nach Bezau und über die Bezegg zurück nach Egg. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, Getränk, fittes MTB; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 1000 Hm, 42 km; **Treff:** Egg oder Absprache, Mitfahrgelegenheit bis Egg; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 6.7.** bei Heinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Sa., 15. – 17. August: MTB-Tage Schruns, Montafon

Übernachtung im TUI Blue Montafon. Bikepark Hochjoch, Itonskopf, Lifinar Trail warten auf uns. **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Mountainbike in einwandfreiem, technischem Zustand, Knie- und Ellbogenschoner empfohlen; **Treff:** nach Vereinbarung; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat MTB; **Infos/Anmeldung bis 1.8.** mit Mitgliedsnummer bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Mi., 19. August: E-MTB – Emser Hütte, 1.283 m

Ab Hohenems Schießstand/Ledi, sehr steil übers Gsohl zur Emser Hütte. Retour über Millrütli nach Götzis. **Anforderung:** leicht, gute Kondition, **Fahrzeit:** 3 h, 900 Hm, 30 km; **Ausrüstung:** E-MTB in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug; **Treff:** 16 Uhr, Hohenems Ledi; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 17.8.** bei Monika Marte, 0664/1857632, mmoonni22@gmail.com.

Di., 25. August: E-MTB – Rohrmoos Breitachklamm, D

Ab Sibratsgfall zum Rindberg vorbei an der internationalen Wasserscheide nach Rohrmoos zur Breitachklamm mit Besichtigungsmöglichkeit. **Ausrüstung:** Helm,



Mountainbike



Brille, Handschuhe, Getränk, fittes MTB, Reisedokument; **Treff:** Sibratsgfall oder Vereinbarung; **Fahrzeit:** 3 ½ h, 900 Hm, 45 km; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 3.8.** bei Heinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Sa., 22. – Sa., 29. August: Transalp vom Arlberg zum Comer See

Wunderschöne Premiumtour am Comer See. Eine Woche voller alpiner Eindrücke, sportlicher Herausforderungen und kulinarischer Genüsse! Von St. Anton über Ischgl, Nauders, Münstair, Livigno und St. Moritz nach Colico am Comer See, in (hoch)alpinen Berglandschaften (Bernina-Massiv) mit ausgesuchten Übergängen (Winterjöchli, Forcola di Livigno, Malojapass, ...) und flowigen Singletrails. Übernachtung in guten Mittelklassehotels. An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln (u.a. Rhätische Bahn, UNESCO-Weltkulturerbe!) **Anforderung:** sehr gute Kondition, gute Fahrtechnik (S2); 6 Tagesetappen je 1500 Hm und 60 km; **Ausrüstung:** MTB (Hardtail, Race-Fully oder All-Mountainbike) in technisch einwandfreiem Zustand, Helm, Brille, Handschuhe laut Packliste, Detailinformationen bei Anmeldung bzw. Infoabend; **Kosten:** 95 € für Organisation; **Organisation:** Rouven Schipflinger, Roman Dallinger; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 1.7.** bei Rouven Schipflinger, 0650/5331255, rouven.schipflinger@schule.at.

Fr., 28. August: E-MTB – Kristbergsattel, Wasserstubenalpe, Sonnenkopf, 1.840 m

Wunderschöne Tour ab Dalaas hinauf zum Kristbergsattel, hinein in das Wasserstubental und weiter zum Sonnenkopf. **Anforderung:** einfach, Kondition; **Fahrzeit:** 3 ½ h, 1300 Hm, 31 km; **Ausrüstung:** Bike in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Handy; **Treff:** 8 Uhr, Parkplatz Dalaas; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 25.8.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.



Mountainbike



Sa., 5. September: E-MTB – Rund um die Kanisfluh

Die Tour „Rund um die Kanisfluh“ ist eine Mountainbike-Klassiker im Bregenzerwald. **Schwierigkeit:** S1; **Dauer:** 4 ½ h, 1350 Hm, 43 km; **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Mountainbike-Fully in einwandfreiem Zustand; **Treff:** 9 Uhr, Mellau; **Anmeldung bis 31.8.** mit Mitgliedsnummer bei Petr Vacek, 0699/18035701.

Mo., 21. September: E-MTB – Appenzell, CH

Für Anfänger und Fortgeschrittene ab Höchst über Lachen nach Meldegg, Schäfli und zurück nach St. Margrethen. Gartenhock bei Dieter. **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, MTB/E-MTB in einwandfreiem Zustand, Reisedokument; **Dauer:** 2 ½ h, 700 Hm, 20 km; **Treff:** 9 Uhr, Kirche Höchst; **Infos/Anmeldung bis 16.9.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Mo., 05. Oktober: E-MTB – Prättigau, rund um den Vilan, CH

Ab dem Weinbauort Malans geht es bei Jenins hinauf in die Bergwelt mit herrlichem Blick auf das obere Rheintal. Zuerst im Wald, dann über der Waldgrenze. Vorbei an mehreren Alpen auf guten Forstwegen. **Anforderung:** leicht, mit 3,5 km Trail S 1; **Fahrzeit:** 4 ½ h, 1500 Hm, 36 km; **Ausrüstung:** Bike in einwandfreiem technischem Zustand, Helm, Brille, Radhandschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, Regenjacke, Handy, Reisedokument; **Treff:** 8 Uhr Bhf. Hohenems, Anfahrt mit Auto (CH Vignette), Fahrgemeinschaft; **Veranstalter:** Naturfreunde Hohenems; **Infos/Anmeldung bis 1.10.** bei Gerhard Unterkofler, 0664/73719792, unterkofler.gerhard@aon.at.

Mo., 19. Oktober: MTB – Appenzell, CH

Für Anfänger und Fortgeschrittene. Von Höchst über Lachen, Meldegg, Schäfli und



Mountainbike | Rad



zurück nach St. Margrethen. Ein 600 Hm flowiger Trail mit leichten Up- and Downhills. Abschlusshock bei Dieter im Garten. **Fahrzeit:** 2 ½ h, 700 Hm, 20 km; **Ausrüstung:** Radhelm, Brille, Handschuhe, Reserveschlauch, Werkzeug, MTB/E-MTB in einwandfreiem Zustand, Reisedokument; **Treff:** 9 Uhr, Kirche Höchst; **Infos/Anmeldung bis 15.10.** bei Dieter Schneider, 0650/3459166, dieter_schneider1@icloud.com.

Mi., 20. Mai: Harder Radtour

Leichte Radtour im Zeichen des Genießens. Feine Runde durch das Ried, über ruhige Feldwege, vorbei an Wiesen und kleinen Bächen. **Fahrzeit:** 3 h, 45 km; **Ausrüstung:** Rad in technisch einwandfreiem Zustand, Radhelmpflicht, Getränke; **Treff:** 13 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Infos/Organisation** bei Anton Schobel, 0650/7244903.

Mo., 25. Mai: Radtour „3 Hängebrücken“, Argental, D

Ab Bregenz über Weißensberg zur Arge, vorbei am Schloß Achberg und der Argen entlang über 3 Hängebrücken nach Langnau und zum Degersee. Einkehrstopp mit Bademöglichkeit und auf Radwegen zurück über Lindau nach Bregenz. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, fittes Bike, Badesachen, Reisedokument; **Fahrzeit:** 4 h, 400 Hm, 55 km; **Treff:** nach Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Bregenz; **Infos/Anmeldung bis 23.5.** bei Heinz Rhomberg, 0670/5584713, rhomberg.heinz@aon.at.

Mi., 17. Juni: Radtour Bludenz bis Hard

Mit dem Zug nach Bludenz und zurück nach Hard. **Fahrzeit:** ca. 3 h, 60 km; **Ausrüstung:** Bike im einwandfreien technischen Zustand, Radhelmpflicht, Getränke; **Treff:** 9 Uhr, Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Organisation:** Anton Schobel, 0650/7244903.



Rad | Kinder & Jugend Bergsteigerkurse



Mi., 8. Juli: Radtour Konstanz, D

Mit dem Fahrrad von Hard nach Konstanz und mit dem Schiff nach Bregenz. **Fahrzeit:** 4 h, 70 km; **Ausrüstung:** Rad im einwandfreien technischen Zustand, Radhelmpflicht, Getränke; **Treff:** 8 Uhr Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Organisation:** Anton Schobel 0650/7244903.

Mi., 9. September: Radtour Langenargen, D

Radtour am See entlang. Einkehr geplant. **Fahrzeit:** 3 ½ h, 60 km; **Ausrüstung:** Rad in einwandfreiem technischem Zustand, Radhelmpflicht, Getränke; **Treff:** 9 Uhr Parkplatz Alpla, Hard; **Anmeldung:** nicht erforderlich; **Veranstalter:** Naturfreunde Hard; **Organisation:** Anton Schobel, 0650/7244903.

Sa., 26. September: Radtour Lochau – Lindau – Hergensweiler

Abwechslungsreiche und schöne Radtour, welche von Lochau über Lindau und Schlachters nach Hergensweiler und anschließend über Hangnach wieder zurückführt. Unterwegs genießen wir die reizvolle Landschaft und den Blick auf den Schlachtener Weiher. **Ausrüstung:** Helm, Brille, Handschuhe, gewartetes E-Bike, Reisedokument; **Fahrzeit:** 2 h, 140 Hm, 29 km; **Treff:** 14 Uhr, Lochau Bahnhof; **Veranstalter:** Naturfreunde Leiblachtal; **Infos/Anmeldung bis 19.9.** bei Alexandra Lokan, 0676/4734810, alexandra.lokan@gmail.com.

Sa., 11. – Sa., 18. 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:** Ü in Mehrbettzi., Betreuung, Vollpension, Getränke, Leihmaterial, NF-Shirt; **Preis:** 459 €; **Leitung:** Robert, Anna Oberholzer; **Veranstalter:** Natur-



Kinder & Jugend Bergsteigerkurse



freundehaus Nr.1, Silvretta; **Infos/Anmeldung** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 18. – Sa., 25. Juli: Bergsteigerkurs Silvretta, 12 – 16-jährige

Erlernen der Grundlagen des Bergsteigens und Kletterns. Klettern im Klettergarten und an der Staumauer, Bouldern, Abseilen, Flying-Fox, Bergtouren, Knotenkunde, Orientierung uvm.; **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe; **Leistungen:** Ü in Mehrbettzimmer; Betreuung, Vollpension, Getränke, Leihmaterial, NF-Shirt; **Preis:** € 459; **Leitung:** Joachim Humpl; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Infos/Anmeldung** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Sa., 25. Juli – Sa., 1. 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:** Ü in Mehrbettzi.; Betreuung, Vollpension, Getränke, Leihmaterial, NF-Shirt; **Preis:** 459 €; **Leitung:** Lisa Burtcher, Elias Mäser; **Veranstalter:** Naturfreundehaus Nr.1 Silvretta; **Infos/Anmeldung** beim Landesbüro, 05574/45781, office.vorarlberg@naturfreunde.at.

Mo., 10. – Do., 14. August: Bludenzer Kinderbergtage Silvretta, 9 – 12-jährige

Klettern im Klettergarten und an der Staumauer, Bouldern, Abseilen, Flying-Fox, Wandern, kleine Bergtouren, Knotenkunde, Orientierung. **Ort:** Naturfreundehaus Nr.1, Bielerhöhe; **Leistungen:** Ü in 2 – 4 Bettzimmer, Betreuung, Vollpension, Getränke, Leihmaterial, T-Shirt; **Preis:** 335 €; **Leitung:** Günter und Sonja Neyer; **Veranstalter:** Naturfreunde Bludenzen; **Infos/Anmeldung** bei Sonja Neyer, 0699/19216180, sonjasonnenkind@yahoo.de.



Kinder & Jugend



So., 18., Jänner: Naturfreunde-Jugend Rankweil, Kinder- und Jugendskitag

Details ab Jänner. **Veranstalter:** Naturfreunde-Jugend Rankweil; **Infos/Anmeldung** bei Ramon Fuchs, 0677/64087906, fuchsramon0@gmail.com.

Sa., 24. Jänner: Vereinsskitag – Silvretta Montafon mit Sonderpreis für Tageskarten, 30 €

Für die ganze Familie. Tageskartenpreise zum Einheitspreis von je 30 €. Infos siehe Skifahren Alpin, Seite 24.

Mo., 9. – Fr., 13., Februar: Ski & Snowboardcamp Sonnenkopf

Für Mädchen und Buben in Gruppen nach Eigenkönnen. Spaß und Freude im Schnee sowie das Miteinander stehen im Mittelpunkt. Neben dem Erlernen und Festigen der Ski- und Snowboardkenntnisse wird ein spannendes Abendprogramm angeboten. Details über die Homepage OJA Bludenz. **Veranstalter:** OJA Bludenz; **Infos/Anmeldung** bei Roman Zöhrer, 0650/6282200, roman@cfy.at.

Sa., 7. März: Vereinsskitag Brandnertal, Tageskarten um 55,20 €

Info siehe Skifahren Alpin, Seite 25.

Do., 9. – So., 12. April: Naturfreundejugend “Schau!“, Dornbirn

Jugend-Infostand in der Jungen Halle 8. Beim Umweltquiz für Kinder und Erwachsene gibt es tolle Preise zu gewinnen! Slackline und andere Attraktionen runden unser Angebot am Stand ab. Jugendliche HelferInnen für die Standbetreuung sind herzlich willkommen. Eintritt, Essen, Getränke und ein kleines Entgelt inklusive. **Veranstalter:** Naturfreundejugend Vorarlberg; **Infos/Organisation:** Landesbüro, 05574/45781, jugend.vorarlberg@naturfreunde.at.



Kinder & Jugend



Sa., 18. April: Mountainbike-Fahrtechniktraining für Kinder und Jugendliche

Info siehe Mountainbike, Seite 57.

So., 3. Mai: Familienwanderung Körbersee

Info siehe Wandern/Bergsteigen, Seite 30.

Sa., 20. Juni: Sommwendfeier mit Spielenachmittag, Götznerhaus

Erlebnis für die ganze Familie. Den Wald erkunden und Spielen mit abendlicher Lagerfeuerromantik zur Sommwend. Übernachtungen sind vorzeitig zu reservieren. **Veranstalter:** Naturfreunde Götzis; **Infos/Anmeldung** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.

Fr., 3. – So., 5. Juli: Alpinklettercamp Ravensburger Hütte

Alpinkletterkurs für Kinder und Jugendliche mit ersten Kletterfahrten. Details ab März. **Infos/Anmeldung** bei Naturfreunde-Jugend Rankweil, Moritz Wachter, 0681/20265576, moritz.wachter@gmx.at.

Sa., 4. Juli: Klettersteig Röbischlucht Gargellen, 10 – 16-jährige

Kurzer, aber eindrucksvoller Klettersteig durch die Röbischlucht. Einkehr bei der Jausenstation Ronggalpe. **Ausrüstung:** Klettersteigset, Klettergurt, Helm; **Schwierigkeit:** mittel, A/B; **Gehzeit:** 1 h; **Treff:** 10 Uhr, Kapelle im Eingang, Gargellen; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Info/Anmeldung** bei Robert Helperstorfer, 0664/3407742, nueziders@naturfreunde.at.

Fr., 10. Juli: Abschlussklettern, Naturfreunde-Jugend Rankweil

Grillen an der Ache und Klettergarten Schwarzenberg. **Veranstalter:** Naturfreunde-



Kinder & Jugend



Jugend Rankweil; **Info/Anmeldung** bei Bianca Ackerl, 0650/6004552, bianca.ack-erl@gmx.at.

So., 12. Juli: Familienwanderung Blumenegger Rundweg

Info siehe Wandern/Bergsteigen, Seite 36.

So., 16. August: Familienwanderung Diedamskopf

Info siehe Wandern/Bergsteigen, Seite 39.

Sa., 29. – So., 30. August:

Piz Buin, erste Hochtouren Erfahrung für Jugendliche

Für Jugendliche mit Bergerfahrung, Details bis Mai; **Veranstalter:** Naturfreunde Jugend Rankweil; **Info/Anmeldung** bei Moritz Wachter, 0681/20265576, moritz.wachter@gmx.at.

Sa., 5. September: Felsklettertag, Klettergarten Rifa, Partennen

Felsklettern, Klettersteig, Grillen! Der tolle Klettergarten bietet alles, was es für einen tollen Klettertag braucht, Eltern herzlich eingeladen, das Betreuersteam freut sich auf Unterstützung bei der Betreuung. Anreise mit Öffis möglich. **Treff:** 10 Uhr beim Klettergarten; **Veranstalter:** Naturfreunde Nüziders; **Info/Anmeldung** bei Robert Helperstorfer, 0664/3407742, nueziders@naturfreunde.at.

So., 13. September: Familienwanderung Wäldertobelschlucht

Info siehe Wandern/Bergsteigen, Seite 41.



Kinder & Jugend



Sa., 24. – Sa., 31. Oktober:
Kletterfahrt „Ab in den Süden“, ab 16 Jahre, Finale Ligure, ITA

Kursnummer BE2644 – Info siehe Klettern, Seite 53.

Sa., 5. Dezember: Nikolausnachmittag am Götznerhaus

Umringt von vielen Bäumen kommt der Nikolaus zu den Kindern am Götzner Haus. Es gibt „Würstle“ und ein Säckchen für alle Kinder, Kinderpunsch und Spieleprogramm. Eltern dürfen ihre Kinder gerne begleiten. **Veranstalter:** Naturfreunde-Jugend Götzis; **Infos/Anmeldung bis 1.12.** bei Bianca Furlan, 0664/5594253, bianca.furlan@gmx.at.

Kinder- und Jugend-Klettergruppen

- **Bludenz:** Sporthalle Gymnasium; **Infos/Anmeldung:** Markus Müller, 0670/ 6067728, markus.mueller@jupident.at.
- **Bludenz:** Gemischte „Volleyballgruppe“ ab 16 Jahre; **Infos/Anmeldung:** Arno Strecker, 0676 9114140, nfbludenz.strecker@lampertmail.at.
- **Nüziders:** Turnhalle VS; **Infos/Anmeldung:** Robert Helperstorfer, 0664/ 3407742, nueziders@naturfreunde.at.
- **Götzis:** Alte HS Götzis; **Infos/Anmeldung:** Karl Kräutler, 0664/ 75159003, karl.kraeutler@hotmail.com.
- **Kennelbach:** **Kinder-Jugend-Klettertreff;** **Infos/Anmeldung:** Gertrud Mager, klettergruppe.kennelbach@gmail.com.
- **Kennelbach:** Stüble Kennelbach; Kinderklettern 5 – 10 Jahre; **Infos/Anmeldung:** Emely Schugg, 0670/4047554.
- **Kennelbach:** Kletterhalle K1 Dornbirn; Kinder 6 – 10 Jahre; **Infos/Anmeldung:** Emely Schugg, 0670/4047554.



Kinder & Jugend | Fotografie



- **Rankweil:** Kletterhalle K1 Dornbirn; Sportklettergruppen **Infos/Anmeldung:** Moritz Wachter, 0681/20265576, moritz.wachter@gmx.at.
- **Rankweil:** Kletterhalle K1; Zwergenklettern 6 – 10 Jahre, **Infos/Anmeldung:** Nina Eß, 0677/61668164, ess.nina@icloud.com.
- **Rankweil:** Kletterhalle K1; Kinderklettern Anfänger & Fortgeschrittene, 9 – 14 Jahre, **Infos/Anmeldung:** Moritz Wachter, 0681/120265576, moritz.wachter@gmx.at.
- **Rankweil:** Kletterhalle K1; Kinderklettern für Anfänger & Fortgeschrittene, 10 – 16 Jahre, **Infos/Anmeldung:** Anna Kronberger, 0660/3242107.
- **Rankweil:** Kletterhalle K1; Jugendklettertreff, 16 – 26 Jahre, **Infos/Anmeldung:** Anna Kronberger, 0660/3242107.
- **Bregenz:** Kletterhalle K1 (Winter), Känzele Bregenz (Sommer); Klettertreff ab 16 Jahre; **Infos/Anmeldung:** Katja Niederer, 0650/2702853, klettern.bregenz@naturfreunde.at.

Di., 13. Jänner: Bildbesprechung – Fotos Bundesmeisterschaft 2025

Gemeinsam schauen wir uns die Fotos der Bundesmeisterschaft 2025 an. Zusätzlich werden wir eine Auswahl der Bilder gemeinsam jurieren. Die Bilder bis zum 6.1.2026 per WeTransfer senden an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 19 Uhr; **Ort:** NF-Landesbüro, A.-Schneiderstr. 19, Bregenz, Saal 1. Stock; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung** bei Ernst Passler, 0676/5271772, dornbirn@naturfreunde.at.

Di., 27. Jänner: Quartalsaufgabe bewerten und Neuausgabe – Jahresthema

Quartalsaufgabe: Nur Bilder, die zwischen dem 28.10.2025 und dem 13.1.2026 gemacht wurden. Keine Beschriftung auf der Bildseite. Bilder, die nicht den Krite-



Fotografie



rien entsprechen, werden generell mit fünf Punkten bewertet. **Jahresthema:** Sichtung der Fotos aus der Jahresaufgabe. Jeder darf vorab vier Fotos zur Sichtung abgeben. Die Bilder zu beiden Themen bis 18.1. per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 19 Uhr; **Ort:** NF-Landesbüro, A.-Schneiderstr. 19, Bregenz, Saal 1. Stock. **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 10. Februar: Fototreff zum Thema „Experimente“

Überraschende Effekte mit einer Glaskugel, eine Physalis zum Leuchten bringen, verwandeln von einfachen Gläsern in spannende Experimentierobjekte. **Treff:** 19 Uhr; **Ort:** NF-Landesbüro, A.-Schneiderstr. 19, Bregenz, Saal 1. Stock. **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di, 24. Februar: Abgabe der Bilder für die Bundesmeisterschaft – Sonderthema „Silhouetten“

Die Fotos per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 18:30 – 20:00 Uhr, NF-Landesbüro Vorarlberg, A-Schneider-Straße 19, Bregenz, Saal 1. Stock. **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 24. Februar: Grundlagen der Fotografie – Teil 1

Roman Voppichler vermittelt die wichtigsten Grundlagen der Fotografie und die Bedienung der Kamera. Eigene Kamera mitbringen. Begrenzte Teilnehmerzahl **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung bis 10.2.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.



Fotografie



Di., 3. März: „Vollmondfotografie“

Gemeinsamer Abend für Fotobegeisterte, die die besondere Stimmung des Vollmonds einfangen möchten, mit Tipps und Tricks. **Treff:** bei Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung bis 24.2.** an Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Di., 24. März: Grundlagen der Fotografie – Teil 2

Kurze Wiederholung des 1. Teils. Roman Voppichler wird anschließend das Thema Blende und Belichtungskorrektur sowie ihre Auswirkung auf die Fotos behandeln. **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung bis 10.2.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Sa., 28. März: Ausflug „Memmingen Altstadt“

Die Stadt bietet zahlreiche Fotomotive von historischen Gebäuden über malerische Gassen bis hin zu lebendigen Marktplätzen. Es ist ein gemeinsamer Ausflug der Foto- und Wandergruppe Dornbirn. **Treff:** bei Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung bis 31.1.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Di., 14. April: Bildbesprechungsabend

Zu besprechen gibt es die Bilder der Experimente, Vollmond und dem Ausflug nach Memmingen. Bilder zu beiden Themen bis 5.4. per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 19 Uhr; **Ort:** NF-Landesbüro, A.-Schneiderstr. 19, Bregenz, Saal 1. Stock.



Fotografie



Di., 28. April: Quartalsaufgabe bewerten und Neuausgabe, Jahresthema

Nur Bilder, die zwischen dem 27.1.2026 und dem 14.4.2026 aufgenommen wurden. Keine Beschriftung auf der Bildseite. Bilder, die nicht den Kriterien entsprechen, werden generell mit fünf Punkten bewertet. **Jahresthema:** Sichtung der Fotos aus der Jahresaufgabe. Jeder darf vorab vier Fotos zur Sichtung abgeben. Die Bilder zu beiden Themen bis zum 19.4 per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal der Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Sa., 9. Mai: Fotomarathon in Bregenz

Der Fotomarathon findet in Bregenz bei jeder Witterung statt. Auch für Nichtmitglieder. Vier Themen in 3 Stunden. Die Bearbeitung ist nur mit der Kamera erlaubt. Egal ob mit Digicam, Spiegelreflex- oder Systemkamera – mach mit! **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung** ab 13.45 Uhr; **Startzeit:** 14 Uhr; **Treff:** Sitzungssaal der Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz.

Di., 12. Mai: Fotowalk in den Schleienlöchern Hard

Ein Naturparadies mit reicher Vogelwelt und eindrucksvoller Landschaft. Der Fotospaziergang lädt ein, die Schönheit der Natur in besonderen Bildern festzuhalten. **Treff:** 18:30 Uhr, Parkplatz Schleienlöcher Hard, rechter Rheindamm 60, Hard; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung** bis 3.5. bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Di., 9. Juni: Thema „Lightroom Teil 1“

Roman Voppichler erklär uns die Lightroom-Grundlagen. Es gibt zwei Abende zu diesem Thema. Die Themen des heutigen Abends: Wie importiert man Bilder, Schlagworte hinzufügen, Belichtung korrigieren. **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Natur-



Fotografie



freunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Anmeldung bis 26.5.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Di, 23. Juni: Abgabe Bilder zur Landesmeisterschaft

Sonderthema „halbe Sachen“. Die Fotos per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 17:30-19:00 Uhr Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di, 23. Juni: Aufbau Fotokurs „Lightroom Teil 2“

Roman Voppichler erklärt nach einer kurzen Wiederholung weitere Lightroom-Grundlagen. Anschließend Themen wie Masken und Filter, Zuschneid und Bilder, Entfernen-Werkzeug. **Treff:** 18:30-20:00 Uhr Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Infos/Anmeldung bis 9.6.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Sa., 27. bis So., 28. Juni: Hüttenwochenende Lünersee

Für die Mitglieder der Fotogruppe Dornbirn. Hüttenwochenende der Fotogruppe. Genaue Informationen folgen.

Di., 14. Juli: Thema „Mikrokosmos Wald“

Ob mit Makroobjektiv oder einfach dem geschulten Blick erkunden wir die kleinen Dinge im Wald. **Treff:** bei Anmeldung; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto; **Anmeldung bis 5.7.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.



Fotografie



Di., 28. Juli: Quartalsaufgabe bewerten und Neuausgabe, Jahresthema, Bilder Schleienlöcher

Quartalsaufgabe: Nur Bilder, die zwischen dem 28.4.2026 und dem 14.7.2026 gemacht wurden. Die Metadaten werden überprüft. Keine Beschriftung auf der Bildseite. Bilder, die nicht den Kriterien entsprechen, werden generell mit fünf Punkten bewertet. Jahresthema: Sichtung der Fotos aus der Jahresaufgabe. Jeder darf vorab vier Fotos zur Sichtung abgeben. Die Bilder zu beiden Themen bis zum 19.7. per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com; **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 11. August: Fotowalk Lochau mit Picknick

Gemeinsamer Fotospaziergang in Lochau am Bodensee. Anschließend Zeit zum Picknicken; jeder bringt eine Kleinigkeit mit. **Treff:** 19 Uhr, Bahnhof Lochau (See-seite); **Veranstalter:** Naturfreunde Dornbirn; **Anmeldung bis 2.8.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

Di., 8. September: Fototreff Bildbesprechung

Gemeinsam schauen wir uns die Fotos vom Wochenende am Lünensee, dem Fototreff Wald und Fotowalk Lochau an. Die Bilder zu allen Themen bis zum 30.8. per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com. **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 13. Oktober: Thema „Halloween“

Tauche ein in die schaurig-schöne Welt von Halloween! Gruselige Kürbisse, stimmungsvolles Licht und schaurige Motive warten auf dich! Perfekt für kreative



Fotografie



Fotos und Halloween-Fans. **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 27. Oktober: Quartalsaufgabe bewerten und Neuausgabe, Jahresthema

Quartalsaufgabe: Nur Bilder abgegeben, die zwischen dem 28.7.2026 und dem 13.10.2026 gemacht wurden. Die Metadaten werden überprüft. Keine Beschriftung auf der Bildseite. Bilder, die nicht den Kriterien entsprechen, werden generell mit fünf Punkten bewertet. Jahresthema: Sichtung der Fotos aus der Jahresaufgabe. Jeder darf vorab vier Fotos zur Sichtung abgeben. Die Bilder zu beiden Themen bis zum 18.10. per WeTransfer an foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com; **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 10. November: Fototreff Bildbesprechung LM 2026 und Highlights 2026

Gemeinsam schauen wir uns die Fotos der Landesmeisterschaft 2026 an. Zudem kann jeder seine Foto-Highlights präsentieren. Die Bilder zu beiden Themen bis zum 2.11.2026 per WeTransfer an: foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com; **Treff:** 19 Uhr, Sitzungssaal Naturfreunde Vorarlberg, Anton-Schneider-Straße 19, Bregenz; **Veranstalter:** Naturfreunde Vorarlberg, Referat Foto.

Di., 15. Dezember: Thema „Weihnachtsmarkt“

Gemeinsam schlendern wir durch den Weihnachtsmarkt und halten die festliche Stimmung fotografisch fest. Anschließend wärmen wir uns bei einem gemütlichen Tee oder Glühwein auf. **Treff:** nach Anmeldung; **Infos/Anmeldung bis 13.12.** bei Lucienne Katholnig, foto.naturfreunde.dornbirn@gmail.com.

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 Feriencamps 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 2026!

- **Vollmitgliedschaft: € 67,-**
- **Ermäßigte Mitgliedschaft: € 43,-**
PartnerInnen von Mitgliedern in einer Lebensgemeinschaft, 19- bis 25-Jährige, Studierende bis zum 27. Lebensjahr, Menschen mit Handicap, Ausgleichszulagen-Empfänger
- **Kinder und Jugendliche € 28,-**
bis maximal 19 Jahre
- **Familienmitgliedschaft € 117,-**
in einem Haushalt lebend
- **Familienmitgliedschaft für Alleinerziehende € 80,-**
in einem Haushalt lebend


 vergelt es werden

Landesleitung Vorarlberg

Anton Schneiderstraße 19
6900 Bregenz
+43 (0)5574/45781
vorarlberg@naturfreunde.at
vorarlberg.naturfreunde.at
ZVR: 944939968

Landesvorsitzender

Michael Visintainer
Erlachstraße 60
6845 Hohenems
+43 (0)664/4132170
michael.visintainer@
naturfreunde.at
vorarlberg.naturfreunde.at

Naturfreunde Jugend

Roman Zöhrer
Anton Schneiderstraße 19
6900 Bregenz
+43 (0)5574/45781
jugend.vorarlberg@
naturfreunde.at
vorarlberg.naturfreunde.at

OG Bludenz

Arno Strecker
St. Antoniusstraße 4
6700 Bludenz
+43 (0)676/9114140
bludenz@naturfreunde.at
bludenz.naturfreunde.at
ZVR: 656992098

OG Bregenz

DSA Martin Bentele M.S.M.
Riedergasse 22
6900 Bregenz
+43 (0)676/6797587
bregenz@naturfreunde.at
bregenz.naturfreunde.at
ZVR: 839013687

OG Lauterach

Lillian Giesinger
Oberfeldgasse 4
6923 Lauterach
+43 (0)650/3125730
lauterach@naturfreunde.at
lauterach.naturfreunde.at
ZVR: 776859406

OG Dornbirn

Ernst Passler
Gartenstraße 13k
6922 Wolfurt
+43 (0)676/5271772
dornbirn@naturfreunde.at
dornbirn.naturfreunde.at
ZVR: 311363888

OG Hard

Anton Schobel
Bruggerfeld 12
6973 Höchst
+43 (0)650/7244903
hard@naturfreunde.at
hard.naturfreunde.at
ZVR: 053732741

OG Leiblachtal

Sabrina Schneider
Aberlochstraße 23
6911 Lochau
+43 (0)676/6108870
leiblachtal@naturfreunde.at
leiblachtal.naturfreunde.at
ZVR: 748518046

OG Feldkirch

Michael Heinzel
Bahnhofstraße 11
6800 Feldkirch
+43 (0)681/20605516
feldkirch@naturfreunde.at
feldkirch.naturfreunde.at
ZVR: 928485009

OG Hohenems

Gerhard Unterkofler
Achstraße 6
6845 Hohenems
+43 (0)664/73719792
hohenems@naturfreunde.at
hohenems.naturfreunde.at
ZVR: 035237668

OG Nüziders

Robert Helferstorfer
Mitteläule 3a
6714 Nüziders
+43 (0)664/3407742
nueziders@naturfreunde.at
nueziders.naturfreunde.at
ZVR: 021000707

OG Götzis

Michael Visintainer
Erlachstraße 60
6845 Hohenems
+43 (0)664/4132170
goetzis@naturfreunde.at
goetzis.naturfreunde.at
ZVR: 390089823

OG Kennelbach

Johannes Böhler
Kirchstraße 27
6921 Kennelbach
+43 (0)650/3247474
kennelbach@naturfreunde.at
kennelbach.naturfreunde.at
ZVR: 933974213

OG Rankweil

Bruno Bonmassar
Unterm Berg
6832 Sulz
+43 (0)680/5515668
rankweil@naturfreunde.at
rankweil.naturfreunde.at
ZVR: 358281613



Gauertal-Haus



Feldkircher Hütte



Gerach-Haus



Bregenzer Hütte



Emser Hütte



Götzner Haus



Naturfreundehaus Nr. 1 Silvretta



**Naturfreunde
Vorarlberg**

Naturfreunde – Unsere Hütten

Gauertal-Haus 1.250 m
Gauertal / Rätikon
Pächterin: Anna Mangeng
Reservierung:
+43 (0)664/1561221
gauertalhaus@naturfreunde.at
Sommer- und Winterbetrieb.

Bregenzer Hütte 1.290 m
Klausberg / Bregenzerwald
Pächterpaar: Deborah Bader & Sven Gabriel
Reservierung/Anfragen:
+43 (0)650/9444786
bregenzerhuetten@naturfreunde.at
Sommer- und Winterbetrieb.

Naturfreundehaus Nr. 1 Silvretta 1.994 m
Bielerhöhe / Silvretta
Verwaltung:
Landesleitung
+43 (0)5574/45781
naturfreundehaus.silvretta@naturfreunde.at
Ausbildungshaus, nicht privat anmietbar.

Feldkircher Hütte 1.200 m
Frastanz / Rätikon
Pächterpaar: Nadine & Peter Müller
Reservierung/Anfragen:
+49 151/15989200
Festnetz: +43 (0)5522/77979
feldkircherhuetten@naturfreunde.at
Sommer- und Winterbetrieb.

Emser Hütte 1.298 m
Hohenems / Bregenzerwald
Pächterin: Nicole Speckle
Reservierung:
+43 (0)660/6060483
Festnetz: +43 (0)5576/74721
emserhuetten@naturfreunde.at
Sommer- und Winterbetrieb.

Gerach-Haus 1.550 m
Dünserberg / Walsenkamm
Pächter: Florian Burtscher
Reservierung:
+43 (0)664/1411842
Haus: +43 (0)5525/62486
gerachhaus@naturfreunde.at
Winterbetrieb.

Götzner Haus 1.140 m
Millrütte 2, 6840 Götzis
Betreuung: Bianca Furlan
Reservierung:
+43 (0)664/5594253
goetznerhaus@naturfreunde.at
Sommer- und Winterbetrieb.



Alle unsere Häuser:
vorarlberg.naturfreunde.at



PROGRAMM



HÜTTEN