



PENZING

★ TEAM ALPIN
ADVENTURE ★



WANDERN

KLETTERN

FITNESS



PROGRAMM

NF-Programm Penzing

April 2026 bis Oktober 2026



Terminübersicht

12.04 Orchideenwanderung im südlichen Wienerwald	27.06 Wanderung Ostrong-Überschreitung
17.04 bis 19.04 Klettern-vom Single zum Multipitch	05.07 Wanderung Unterberg vom Norden
19.04 Wanderung Hundsheimer Berg, Braunsberg	18.07 Wanderung Rax-Brandscheide
24.04 bis 26.04 Klettern-vom Single zum Multipitch	02.08 Wanderung Unbekannte Steige am Göller
26.04 Wanderung Gießhübl-Perchtoldsdorfer Heide	21.08 bis 26.08 Wanderwoche Krakautal
03.05 Wanderung Hoher Lindkogel	05.09 Wanderung Grosse Schöpfl-Gföhlberggrunde
10.05 Wanderung Sagenhöhenweg Wilhelmsburg	13.09 Wanderung Hohe Wand-Plackles
17.05 Wanderung Nationalpark Thayatal	20.09 Wanderung Pretrobruck/Kamp
29.05 Kulturwanderung Schiltern-Arche Noah	11.10 Wanderung Dreihüttenwanderung
31.05 Wanderung Annaberg-Überschreitung zum Eybl	28.10 Wanderung Thunau/Kamp
11.06 bis 12.06 2 Tage am Schneeberg	24.10 Wanderung Hohe Mandling
21.06 Wanderung Niederleis-Buschberg	



Hier kommst Du direkt zu unseren Veranstaltungen

Kontakt · Anmeldung · Information

·HOCHTOUREN/SKITOUREN/ALPIN

Bruno Lehner

E:brunomathias.lehner@gmail.com

Katharina Hutter

E:kathi_hutter@yahoo.de

·GYMNASTIK

Norbert Pentsch

T:[0664/73470908](tel:066473470908)

·LAUFEN

Leopold Amstätter

T:[0664/3123604](tel:06643123604)

·WANDERN

Hildegard Hinner

E:hildegard.hinner@me.com

Reinhard Steinberger

E:rsteinberger@gmx.net

Christian Koranda

E:christian.koranda1@gmail.com

·NORDIC WALKEN

Reinhard Steinberger

E:rsteinberger@gmx.net

DURCH DIE JAHRESZEITEN WANDERN



12.04 Orchideenwanderung im südl. Wienerwald

Route: Von Rodaun aus folgt der Anstieg zur Perchtoldsdorfer Heide, dem Paraplui Berg, zur Wh Kugelwiese, dem Hohes G, und K 2 mit den Orchideen. Nach der Suche der Blumen wandern wir zur Einkehr ins Höllensteinhaus. Abschließend Rückkehr nach Kaltenleutgeben.

Dauer: 4 Std., 400 Hm., 12 Km.

Anmeldung bei Hildegard Hinner

19.04 Hundsheimer Berg und Braunsberg

Route: Bhf. Deutsch-Altenburg – Hundsheim – Hundsheimer Berg – Hainburg – Braunsberg – Ruine Röthelstein – Hainburg Frachtenbfh.

Dauer 4 Std., 600 HM, 13 km

Anmeldung bei Christian Koranda

26.04 Gießhübl-Kugelwiese-Perechtdsdorfer Heide

Route: PP Gießhübl-Finsterer Gang- Kugelwiese- über die Perchtoldsdorfer Heide.

Dauer 5 Std., 300 HM

Anmeldung bei Reinhard Steinberger

03.05 Hoher Lindkogel- Weitwanderei

Vom Bhf. Pottenstein geht's über den Hohen Schlatten zur Ruine Merkenstein und weiter auf den Hohen Lindkogel. Einkehr, danach zum Jägerhaus, Helenental und nach Baden.

Dauer 6 Std., 700 HM, 17 km, Ausdauer erforderlich

Anmeldung bei Hildegard Hinner

10.05 Sagenhöhenweg bei Wilhelmsburg

Von Wilhelmsburg-OchsenburgerHütte-Hebereberg-Brandstätter-Stockerhütte (Einkehr)-Wilhelmsburg

Dauer 5 Std., 500 HM, 20km

Anmeldung bei Reinhard Steinberger

17.05 Nationalpark Thayatal

Route: Hardegg/Grenzbrücke – Hardegger Warte – Na Keplech – Schmugglersteig – Obelisk – Hammer – Vranov (Mittagspause mit Einkehr) – Čížov – Hardegg

Reisepass bzw. Personalausweis nicht vergessen!

Gehzeit: 6 – 6 ½ Stunden, 580 Höhenmeter, 24 km

Anmeldung bei Christian Koranda

29.05 Schiltern-Arche Noah

Wir besuchen den Schaugarten der „Arche Noah“ (Gesellschaft für die Erhaltung der Kulturpflanzenvielfalt), den wir um 11 Uhr mit Führung besichtigen (Führung ist im Erhaltungsbeitrag von 13,00 Euro [2025] inkludiert, mit NÖ-Card einmalig gratis)

Nachdem wir uns in der „Gartenküche“ gelabt haben, brechen wir am Nachmittag zu einer kleinen Rundwanderung auf; am Weg liegt die frei zugängliche Ruine Kronsegg.

Gehzeit: 2 Stunden, 240 Höhenmeter, 7,5 km

Anmeldung bei Christian Koranda

31.05 Annaberg-Überschreitung zum Eibl

Die Route führt von Annaberg über den Tirolerkogel zur Österleibrunnhütte und zur Karnerhofspitze. Am Eibl besuchen wir die Teichhütte zur Einkehr. Dann der Abstieg nach Türritz ins Tal. Ausdauer erforderlich.

Gz. ca 6 Std., 700 Hm., 13 Km.

Anm. bei Hildegard Hinner

11.06-12.06 2 Tage am Schneeberg

Von **Losenheim** steigen wir zur Fischerhütte und auf die **3 Gipfel** auf. Zur Übernachtung haben wir einige Hütten zur Auswahl. Am Samstag wandern wir weiter über den **Krumbachstein** zur Knofeleben. Durch die Eng gelangen wir nach **Payerbach** ins Tal.

Anmeldung: verbindlich bis Ende April

1200 und 300 Hm. im Auf u. Abstieg 6+6 Std Gehzeit, ca 25 km Trittsicherheit, Ausdauer, und Schwindelfreiheit erforderlich

Anm bei Hildegard Hinner

21.06 Niederleis-Buschberg

Route: Hinter Niederleis- Birkensiedlung -Oberleis- Schulberg-Buschberg- retour über Pfaffenbründl. Einkehr Busschberghütte.

Länge ca. 10 km, ca. 300 HM, Dauer 3 Std. Fahrgemeinschaften

Anmeldung bei Reinhard Steinberger

27.06 Ostrong Überschreitung

Route: Laimbach – Kleiner und Großer Peilstein – Kaiserstein – Münichreith – „Alte Straße“ – Laimbach

Gehzeit: 5 ½ Stunden, 600 Höhenmeter, 18km

Anmeldung bei Christian Koranda

05.07 Unterberg vom Norden

Vom Adamstal queren wir den Golfplatz und steigen direkt durch den Wald zum Gipfel auf. Einkehr im Schutzhaus, dann über den Blochboden zum Abstieg Richtung „Annental und über Weiden ins Tal zurück.

700 hm, 6 std Gehzeit ,14 km, Ausdauer

Anm bei Hildegard Hinner

18.07 Rax-Brandscheide

Route: Kaiserbrunn – Brandschneide – Bergstation Raxseilbahn – Ottohaus (Einkehr) – Törlweg – Knappenhof – Hirschwang

Gehzeit: 5-5 ½ Stunden, 1150 Höhenmeter

Anmeldung bei Christian Koranda

12.08 Unbekannte Steige am Göller

Vom Kernhofer Gscheid steigen wir auf der Haute Route zum Göller auf. Über das Hohe Bäreneck und durch die Latschen zu den ehemaligen Göllerliften, erreichen wir wieder das Gscheid.

900 hm, 7 std Gehzeit, 10 km, keine Einkehr, Ausdauer und Proviant mitnehmen, Fahrgemeinschaften

Anm bei Hildegard Hinner

21.08-26.08 Wanderwoche Krakautal

Wir führen wieder unsere Wanderwoche in zwei Gruppen mit etwa 500 und 1000 Höhenmetern durch.

Am 1. und letzten Tag gemeinsam, 4 Touren sind unabhängig geplant.

Tourenmöglichkeiten: Kalvarienberg, Etrachsee, Bauleiteck, Preber und Prebersee, Trübeck, Gstoder, Wildenkarsen,...

Vorort werden bei Bedarf Fahrgemeinschaften gebildet.

Die Unterkunft liegt im **Krakaudorf** mit schönem Wellness Bereich,

Vorzugsweise DZ, einige EZ vorhanden,

rechtzeitige Anmeldung erforderlich (**Anfang März 26**) danach nach Absprache mit dem Hotel.

Die Hotelpreise und die Anzahlung sind in Ausarbeitung
Der Organisationsbeitrag von 40€ ist Vorort zu leisten.

Ein Badeteich liegt in der näheren Umgebung

Für kulturelles Regenprogramm gibt es viele Möglichkeiten, (Murau, einige Museen, Stift St Lamprecht liegt in der Nähe), Gesellschaftsspiele am Abend erwünscht

Die öffentliche An und Abreise ist gut möglich.

Wir freuen uns auf gemeinsame schöne Tage

Hildegard und Christian

Verbindliche Anm bei : Hildegard.hinner@me.com

05.09 Grosse Schöpf-Gföhlberggrunde

Route: Laaben – Gratzberg – Heinrich-Gith-Steig – Schöpf – Wittenbach Berg – Markstein – Klammhöhe – Gföhlberg – Gföhl- Stollberg – Burhof – Laaben

Gehzeit: 6 Stunden, 800 Höhenmeter, 22 km

Anmeldung bei Christian Koranda

13.09 Hohe Wand-Plackles

Vom Bahnhof Grünbacher Sattel Aufstieg zum Geländ und den Rastkreuzsattel auf den Plackles und zur Eicherthütte auf der Großen Kanzel.

Abstieg am Grafenbergweg am Seiser Toni vorbei nach Grünbach zurück. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich

600 hm, 5std Gehzeit, 8 km, öffentliche Anreise

Anm bei Hildegard Hinner

20.09 Runde von Pretrobruck / Kamp

Route: von Pretrobruck zum Höllfall-Gemeindebühel-Brunnmühle Lohnbachfall -Petrobruck

Unterwegs keine Einkehr

Länge ca. 12 km, ca. 400 HM. Dauer ca. 4 Std. Fahrgemeinschaften

Anmeldung bei Reinhard Steinberger

11.10 Dreihüttenwanderung-andersherum

Vom Bahnhof queren wir Hainfeld zur Kirche. Zuerst Liasenböndlhütte dann Aufstieg zur Hainfelder Hütte mit Mittagsrast. Weiter im Bogen zur Lindensteinhütte und nach Hainfeld zurück.

400 hm, 4 std Gehzeit, 10 km, Fahrgemeinschaften oder öff Anreise

Anm bei Hildegard Hinner

18.10 Runde von Thunau / Kamp

Route: Thunau-Ausgrabungen-Tautendorf -Thunau

Unterwegs keine Einkehrmöglichkeit

Länge ca. 10 km, ca. 300 HM, Dauer ca. 3 Std. Anreise öffentlich oder Fahrgemeinschaften

Anmeldung bei Reinhard Steinberger

24.10 Hohe Mandling

Route: Reichental (Haltestelle Miesenbach) – Hohe Mandling – Kleiner Rosenkogel – Stampftal – Oed – Reichental

Gehzeit: 3-3 ½ Stunden, 660 Höhenmeter, 12 km

Datum: 24.10.2026

Proviant ist mitzunehmen (unterwegs keine Einkehrmöglichkeit)

Anm. bei Christian Koranda

KLETTERN



17.04 bis 19.04 V0m Single- zum Multipitch Mehrseillängenklettern im Höllental

Lerne mit uns die ersten Schritte für Planung und Durchführung deiner ersten Mehrseillänge.

Programm

Freitag: Anreise, Basics zu Seil- und Mehrseillängenklettern im Klettergarten.

Samstag & Sonntag: Je nach Fortschritt der TeilnehmerInnen und Wetter werden wir im Klettergarten oder direkt in der ersten Mehrseillänge das Gelernte vertiefen.

Infos

Voraussetzungen:

Beherrschen des 5. Grad UIAA im Outdoor-Klettergarten sowie dazugehörige Seiltechnik

Aktive NF-Mitgliedschaft

Ort:

Weichtalhaus im Höllental

Verschiedene Preisstufen zur Auswahl:

Ermäßigter Preis: 65€, Fair Preis: 125€, Soli-Preis: >125 €

Bei kurzfristiger Absage (ab einer Woche vor Termin) müssen Stornokosten verrechnet werden.

Anmeldung bei kathi_hutter@yahoo.de

24.04 bis 26.04 V0m Single- zum Multipitch Mehrseillängenklettern im Höllental

Lerne mit uns die ersten Schritte für Planung und Durchführung deiner ersten Mehrseillänge.

Programm

Freitag: Anreise, Basics zu Seil- und Mehrseillängenklettern im Klettergarten.

Samstag & Sonntag: Je nach Fortschritt der TeilnehmerInnen und Wetter werden wir im Klettergarten oder direkt in der ersten Mehrseillänge das Gelernte vertiefen.

Infos

Voraussetzungen:

Beherrschen des 5. Grad UIAA im Outdoor-Klettergarten sowie dazugehörige Seiltechnik

Aktive NF-Mitgliedschaft

Ort:

Weichtalhaus im Höllental

Verschiedene Preisstufen zur Auswahl:

Ermäßigter Preis: 65€, Fair Preis: 125€, Soli-Preis: >125 €

Bei kurzfristiger Absage (ab einer Woche vor Termin) müssen Stornokosten verrechnet werden.

Anmeldung bei brunomathias.lehner@gmail.com

Leider lag das weitere Kletterprogramm zu Redaktionsschluß noch nicht vor. Wir verweisen auf unsere Newsletter bzw. Homepage (Rubrik Veranstaltungen)

FITNESS

Verbessere Deine Kondition und Ausdauer durch regelmäßiges Training bei unseren Nordic-Walking- und Fitness – Treffs.
Gute Laune und Abwechslung sind garantiert.

NORDIC WALKEN

Bis Ende Oktober und ab Mai jeden Freitag

Treffpunkt: 17:00 Uhr, Steinhofgründe,
Eingang Heschweg 100 (Feuerwehr Steinhof)

Der Zeitpunkt verschiebt sich je nach Dunkelheit.
Wir sind 1 bis 1,5 Std. auf Wald- und -Wiesenwegen unterwegs.
Während der Sommerferien findet das Nordic Walken anstelle der Gymnastik mittwochs um 17:45 Uhr statt.
Anmeldung bei Reinhard Steinberger

LANGSAM LAUFEN

Jeden Freitag um 18:00 Uhr, Steinhofgründe,
Eingang Heschweg 100 (Feuerwehr Steinhofgründe)
Im Winter Johann-Staudstr. Ottakringer Bad Kassenhalle
Anmeldung bei Leopold Amstötter

GYMNASTIK

Jeden Mittwoch

Das Programm umfasst Volleyball und Gymnastik.
Während der Ferien findet keine Gymnastik statt.
Standort: Turnsaal II der Schule 1140, Hochsatzengasse 22 – 24
Kosten: Unkostenbeitrag pro Abend 2 € für NF- Mitglieder.
Auskunft bei Norbert Pentsch



Liebes Naturfreunde Penzing-Mitglied

Du erhältst heute das **neue Veranstaltungsprogramm** mit allen unseren Veranstaltungen. Weitere Veranstaltungen und Aktualisierungen findest du aktuell auf unserer Homepage www.penzing.naturfreunde.at

Mit diesem Code und deinem Smartphone kannst du direkt auf unserer Veranstaltungsseite nach tagesaktuellen Terminen suchen, denn Änderungen gibt es immer wieder (Schlechtwetter, Krankheit usw.)



Wir hoffen dich bei der einen oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen und wünschen dir jetzt schon viel Spaß bei unseren Aktivitäten.

Wir würden dich auch bitten, uns deine **E-Mail-Adresse** bekanntzugeben, bzw. auch alle der an deine Mitgliedsnummer **angeschlossenen Personen**, sodass wir dir das Programm in Zukunft flexibler und schneller per Mail übermitteln können. Wenn du dich entscheidest, uns mit einer E-Mail-Adresse die Abläufe zu erleichtern und auch Ressourcen zu sparen, musst du eines noch bedenken: Jedes Anschlussmitglied einer Familienmitgliedschaft benötigt ebenso eine SEPARATE E-Mail-Adresse, ansonsten funktioniert das System nicht.

Das bedeutet: Du als Mitglied kannst uns pro Person immer nur eine E-Mail-Adresse mitteilen, die jedoch personenunterschiedlich sein muss, um dich und euch bestmöglich mit Informationen zu versorgen und einen Beitrag zur Einsparung bei uns in der Ortsgruppe zu ermöglichen. Vielen Dank dafür!

Daher bitten wir dich um ein kurzes Mail an christian.koranda@naturfreunde.at mit dem **Betreff: „Meine Datenkorrektur“** und schreibe bitte auch deinen **Namen, Mitgliedsnummer** und deine gewünschte **Mailadresse** dazu und du bekommst in Zukunft das aktuelle Veranstaltungsprogramm sowie die monatlichen Newsletter per Mail

Wir danken dir für deine Unterstützung bei der Einsparung von Ressourcen und wünschen dir eine schöne Zeit mit vielen Aktivitäten gemeinsam mit den Naturfreunden Penzing!

Team Naturfreunde Penzing
Für den Vorstand Christian Koranda

Impressum: Herausgeber NF Wien- OG Penzing
ZVR.Nr.: 901777545, E: christian.koranda@naturfreunde.at
Adr.: A-1140 Wien, Linzerstrasse 297
homepage: <http://www.penzing.naturfreunde.at>
Bankverbindung: IBAN AT34 1400 0032 1077 1041 /BIC: BAWAATWWXXX