

WUPPERTAL ALPIN



**2025
HERBST**

**Aktuelles der Sektion Wuppertal
des Deutschen Alpenvereins e.V.**

Wir stärken Wuppertal.

Die Wuppertaler Stadtwerke fördern das soziale Miteinander
und unterstützen viele Projekte und Initiativen in der Region.
Für gestern, heute und morgen.



WIR SIND
WEGBEREITER

WSW.



Inhalt

Informationen - Berichte - Programme

Sektion

Informationen der Sektion - Sektionsstammtisch.....	02
Sportangebote der Sektion.....	03

Bergsport

Ausbildungsreferat.....	04
Das Kursprogramm für 2025	04 - 07
Gemeinschaftsfahrten Bergsport	07 - 08
Pommes, Kalk und Mehrseillängen - Der Alpinkader in Belgien	10 - 11
Hochtouren Grundkurs auf der Franz Senn Hütte (2147m)	12 - 14
Rucking im Stubai-Tal - Wie unsere Gemeinschaftstour scheiterte	15 - 17
Trainer-Fortbildung in der Sächsischen Schweiz.....	18 -19
Rad-, Lauf- & Bergsport-Treff.....	20

Kletteranlagen

Wupperwände	21
Felsenarena Höfen - die linke Wand (1/3)	28

Jugend & Familie

Jugend Sport-/Wettkampfklettergruppe	22
Kinderwettkampf-Klettergruppe	22
Jugendgruppen der Sektion	23
Unsere Familiengruppe stellt sich neu auf.....	24
Es stellen sich vor - Sven Hami und Christina Schlegel - Leiter der Familiengruppe	24 - 25

Hütten & Wege

Homeoffice der besonderen Art - Arbeitseinsatz an der Elberfelder Hütte	30 - 33
---	---------

Wandern

Wanderplan für die kommenden Monate	26 - 27
Wandern & Mehr	27
Wandern & Mehr - Unsere Wanderungen in 2025.....	34
Raus und Wandern	35
Achtsam mit sich unterwegs	36 - 37

Handball

Bericht der Handballabteilung.....	38 - 39
------------------------------------	---------

Vorträge

Die nächsten Termine	40 - 42
----------------------------	---------

Skilauf

Nordic Walking - Training	42
Skifahrten der Sektion.....	43 - 44
Skitourenkurs - Schneedecke niedrig, Motivation hoch.....	45 - 48

In eigener Sache

Änderungsantrag.....	49
Wichtige Hinweise der Geschäftsstelle	50 - 51
Termine	52 - 53
Ansprechpartner – wichtige Anschriften.....	54 - 55
Geschäftsstelle (Öffnungszeiten), Impressum	56



Zeitzeugen gesucht!

Die Sektion hat aus dem Filmarchiv von Foto Vogelsang zwei kurze, tonlose Filme aus dem Jahr 1952, gefilmt von Paul Vogelsang, erhalten (die Familie war Mitglied in der Sektion).

1. Einweihung der Sauerlandhütte
2. Alpenvereinsfeier in den Zoogaststätten in Wuppertal

Zur Veröffentlichung benötigen wir aber noch weitergehende Informationen. Sollte jemand an den Veranstaltungen dabei gewesen sein oder sich daran erinnern, was und wer damals gefeiert oder die Einweihung vorgenommen hat, der möge sich doch bitte auf der Geschäftsstelle melden.

Informationen der Sektion

Sektionsstammtisch

Der Sektionsstammtisch ist ein offenes, lockeres Format, bei dem ihr euch mit anderen Mitgliedern, dem Vorstand und Engagierten aus der Sektion austauschen könnt. Ob ihr schon aktiv dabei seid, gerade erst Mitglied geworden seid oder einfach neugierig seid – alle sind herzlich willkommen!

Was euch erwartet:

- Austausch in entspannter Atmosphäre
- Kennenlernen neuer Leute aus der Sektion
- Ideen einbringen und Impulse geben
- Fragen stellen und Neues erfahren

Termine 2025, jeweils ab 19 Uhr:

Mo 06.10. / Do 06.11. / Mo 01.12.

Ort: Wupperwände (DAV Kletterhalle Wuppertal)

Kommt vorbei – wir freuen uns auf euch!





Sportangebote der Sektion

Gymnastik

Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und der Koordination: Lockern, beweglich machen, dehnen, kräftigen der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur durch verschiedene Methoden, auch mit Hilfe von Therabändern, Bällen, Stäben, Spielen usw., Entspannungsübungen nach verschiedenen Methoden

Treffpunkt:

mittwochs 19:15 - 20:45 Uhr
(nicht in den Schulferien)

**Turnhalle des Gymnasiums
Kothen**, Schluchtstraße 34,
Wuppertal



Ansprechpartner:

Irene Falk, Tel.: 0202 / 87 02 929, Irene.Falk@DAV-Wuppertal.de

Siehe auch bei DAV-Wuppertal.de unter "Vorträge & Veranstaltungen" bei "Regelmäßiges"

Ballspiel / vorzugsweise Basketball

Treffpunkt:

mittwochs 18.00 - 19.30 Uhr (nicht in den Schulferien),
Turnhalle Johannisberg 20, Wilhelm-Dörpfeld-Gymnasium,
neben der Stadthalle Wuppertal

Ansprechpartner: Gottfried Deter, Tel.: 0160 / 4453354,
Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de

		Malermeister Stefan Bergerhoff Edith-Stein-Straße 50 • 42329 Wuppertal Tel.: 02 02/2 54 10 57 • Mobil: 01 71/6 27 72 61 Fax: 02 02/2 54 10 58 EMail: info@malermeister-bergerhoff.de		
Tapezieren	Anstrich	freie kreative Gestaltung	Fassaden-anstrich	Teppich verlegung



Ausbildungsreferat

Infos zum Klettern

Kletterkurs besuchen !

Kletterschein bekommen !

Mit dem DAV **Kletterschein** möchte der DAV das **Klettern und Sichern in Kletterhallen** sicherer machen. Er ist vergleichbar mit Leistungsabzeichen anderer Verbände, z.B. dem Schwimabzeichen "Fahrtenschwimmer". Den Kletterschein gibt es in den beiden **Schwierigkeitsstufen "Toprope" und "Vorstieg"**.



Vor allem Anfängern empfehlen wir, einen solchen Kletterkurs zu belegen, an dessen Ende man die Prüfung zum Kletterschein ablegen kann - als Leistungsnachweis über Sicherungstechniken und Klettervermögen.

Die weiteren Einzelheiten zu Kursterminen, Teilnehmergebühren, Ausrüstung sowie anderen Kursangeboten erhalten sie unter:

www.DAV-Wuppertal.de / www.Wupperwände.de

Klettergarten Spreeler Mühle

Buchungen bei: Sabine Baumer, Geschäftsstelle der Sektion,
E-Mail: Spreelermuehle@DAV-Wuppertal.de, Tel.: 0202 / 281518-20,
Reservierungen für das Wochenende per Email bitte bis spätestens
Freitag 18:00 Uhr.

Aktuelles Kursprogramm

Unser neues Ausbildungs- und Tourenprogramm 2025 ist veröffentlicht, Buchungen sind ab sofort über die Kursleitung möglich. Die vollständigen Kursausschreibungen aller Kurse und Touren findest du auf unserer Homepage unter der Rubrik „Ausbildungs- & Tourenprogramm“.

In Wuppertal Alpin ist zu jedem Kurs ein QR-Code abgebildet. Diesen QR-Code kannst du mit einer QR-Code Scanner App auf deinem Smartphone scannen, so gelangst du über den Webbrowser direkt zur Kursausschreibung und findest weitere Informationen.



Das neue Ausbildungs- und Tourenprogramm 2026 erscheint voraussichtlich wieder Ende des Jahres.

**Du hast Fragen zu einem Kurs oder du möchtest dich gerne anmelden?**

Bitte wende dich direkt an die Kursleitung des ausgeschriebenen Kurses, bei Gemeinschaftsfahrten an den/die Organisator*in. Entscheidend für eine Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

Du möchtest mehr über den Kursinhalt und Kursablauf erfahren?

Die Kurs- und Tourenausschreibungen beschreiben die wesentlichen Inhalte des Kurses / der Tour. Der genaue Ablauf und die möglichen Tourenoptionen werden unter Berücksichtigung des Wetters und den vorherrschenden Verhältnissen vor Ort evtl. angepasst. Einige Kurse setzen ein Vortreffen voraus, um organisatorische Punkte mit den Teilnehmern gemeinsam zu klären und/oder mit der Ausbildung zu beginnen. Die Teilnahme an einem Vortreffen ist obligatorisch.

Erfülle ich die Kurs- / Tourenanforderungen?

Bitte helfe dir und den Ausbildern und Tourenleitern, indem du dir die Voraussetzungen zu dem von dir gewählten Kurs genau durchliest. Hierbei sind sowohl die konditionellen als auch die technischen Voraussetzungen wichtig. Sollten dir Zweifel kommen, ob du den Anforderungen entsprichst, dann kontaktiere bitte die jeweilige Kurs-/Tourenleitung.

Welche Leistungen sind enthalten?

Die Sektion Wuppertal übernimmt durch die Kursleitung lediglich die bergsportliche Ausbildung und Führung sowie die Vermittlung der Unterkunft. Bei Gemeinschaftsfahrten lediglich die Organisation.

Welche Ausrüstung wird benötigt?

Ausrüstung gemäß Kursausschreibung bzw. in Absprache mit der Kursleitung. Für die Teilnehmenden besteht bei frühzeitiger Absprache mit der Kursleitung die Möglichkeit, einen Teil der alpinechnischen Ausrüstung auszuleihen.

Kursgebühren

Die Kursgebühren dienen – sofern nicht anders in der Kursausschreibung vermerkt – lediglich der Deckung der Kosten (Reisekosten, Organisation, Material) der ehrenamtlichen Ausbilder*innen. Die Kursgebühren sind mit der verbindlichen Anmeldung auf das vom Kursleiter angegebene Konto zu entrichten. Je nach Kurs können weitere Kosten für z. B. Verpflegung, Unterkunft und Anreise anfallen.

Unterjährige Veröffentlichung von Kursen und Touren

erfolgen auf der Homepage <https://www.DAV-Wuppertal.de/> unter der Rubrik „Ausbildung & Touren“, im Sektionsheft „Wuppertal Alpin“ sowie über unsere sozialen Medien (Facebook und Instagram):





Winterzeit - Zeit für dich

Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage

Oktober 2025 - März 2026

Neu im Programm

Highlights

- Achtsame Wanderungen in der winterlichen Zeit mit entsprechenden Übungen
- Inhalte zur Stressreduktion
- eine feste Gruppe, die gemeinsam die Winterzeit erlebt und gestaltet

Programm

Die dunkle Jahreszeit bringt besondere Herausforderungen mit sich – kürzere Tage, kühle Temperaturen und ein natürliches Bedürfnis nach Rückzug und Ruhe. Dieser Kurs lädt dich dazu ein, die winterliche Zeit bewusst zu erleben und dich auf den Rhythmus der Jahreszeiten einzulassen. Statt dem Winter zu trotzen, gehen wir mit ihm.

In kleiner, vertrauensvoller Gruppe treffen wir uns zu entschleunigenden Spaziergängen in der Natur – meist im Wald und in grünen Rückzugsorten rund um Wuppertal.

Zielgruppe

Für alle, die sich nach mehr Achtsamkeit und lebendigem Naturerleben sehnen – und den Winter nicht nur überstehen, sondern bewusst gestalten möchten.

Voraussetzungen

- Keine akuten körperlichen oder psychischen Erkrankungen
- Grundsportlichkeit für Spaziergänge bis zu 8 km
- Interesse an Achtsamkeit und Stressreduktion

Organisatorisches und Termine

Der Kurs besteht aus mehreren Terminen im Zeitraum Oktober 2025 bis März 2026. Es finden pro Monat voraussichtlich 3 Treffen statt, je ca. 1,5 bis 2 Stunden (zwei Sonntagvormittage und ein Abend).

Terminübersicht (Änderungen vorbehalten):

Sonntag-Termine:

- 12. & 19. Oktober 2025
- 09. & 16. (alternativ 23.) November 2025
- 07. & 14. Dezember 2025
- 04. & 25. (alternativ 11.) Januar 2026
- 08. & 22. (alternativ 15.) Februar 2026
- 08. & 22. (alternativ 15.) März 2026

und je einen weiteren Termin im Monat unter der Woche flexibel Montag, Mittwoch oder Freitag. Die Termine werden von der Kursleitung in Absprache mit den Teilnehmer*innen festgelegt.



Ort: Unterschiedliche Treffpunkte in der Natur rund um Wuppertal

Hinweis: Wettergerechte Kleidung und Sitzunterlage erforderlich

Leistung

Organisation und Führung der Achtsamkeitswanderungen für die im Zeitraum November 2025 bis März 2026 festgelegten Termine (ca. 3 Treffen pro Monat). Hilfestellung und Einarbeitung in die Thematik, Tipps zur Stressreduktion im Alltag (zum Beispiel Atemtechniken oder Selbstfürsorge)..

Kosten

EUR 100,-- Euro für DAV-Mitglieder, EUR 130,-- für Nicht-Mitglieder sind mit der Anmeldung zu entrichten.

Anmeldung über die Kursleitung

Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de

Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindl. Anmeldungen.

KLE

Gemeinschaftsfahrten Bergsport

Eine vollständige Übersicht der geplanten Gemeinschaftsfahrten im Bereich Bergsport findest du auf unserer Homepage unter der Rubrik „Ausbildung & Touren“. Über den hier abgebildeten QR-Code gelangst du mit deiner QR-Code Scanner App des Smartphones direkt zur Tourenausschreibung.

Bei Fragen oder für eine Anmeldung wende dich bitte direkt an den/die Organisator*in der jeweiligen Gemeinschaftsfahrt.

Allgemeine Voraussetzungen für Gemeinschaftsfahrten

Gemeinschaftstouren sind keine Führungstouren im engeren Sinn, jeder geht also auf eigene Verantwortung mit und muss die beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die gewählten Touren / Routen als selbstständige Seilschaft zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden bei einer Gemeinschaftsfahrt nicht statt. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Der/die Organisator*in einer Gemeinschaftstour kümmert sich in der Regel nur um die Rahmenbedingungen wie z. B. Ausschreibung, Anmeldungen, Organisation von Anfahrt, Übernachtung usw.



Saisonabschluss

als Gemeinschaftsfahrt

30.10. bis 02.11.2025



Programm

Die Saisonabschlussfahrt ist die Gelegenheit, die Bergwelt noch einmal gemeinsam zu erkunden. Der Fokus liegt auf Wanderungen und Schneeschuhwanderungen, die je nach Wetter- und Tourenbedingungen vor Ort flexibel geplant werden.

Unterkunft: Die Unterkunft wird flexibel gewählt, abhängig von Verfügbarkeit und den Witterungsbedingungen – ob in einem Selbstversorgerhaus, einer Berghütte oder im Winterraum. Die Verpflegung wird von den Teilnehmern selbst organisiert. Nachhaltige An- und Abreise: Um die Umweltbelastung zu minimieren, möchten wir die An- und Abreise möglichst mit der Bahn organisieren. Je nach Zielort kann die Anreise bereits in der Nacht vom 29. auf den 30.10 erfolgen.

Vorgesehener Ablauf

Die Wanderungen und Schneeschuhtouren werden gemeinsam abgestimmt und in Gruppen durchgeführt. Eine genaue Planung erfolgt vor Ort, sodass wir die besten Touren je nach den aktuellen Gegebenheiten auswählen können. Ein Vortreffen zur Absprache findet vorab statt.

Anforderungen

Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour.

Eine gute körperliche Fitness für mehrstündige Wanderungen und Trittsicherheit im alpinen Gelände sind Voraussetzung. Für Schneeschuhtouren sind Kenntnisse in Lawinenverschüttetensuche (LVS) und Lawinenbeurteilung erforderlich.

Anmeldung

über den Organisator: Simeon Kremzow-Tennie,
E-Mail: Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de



Jetzt immer dabei!

Deinen DAV-Mitgliedsausweis gibt es auch digital.

Hier geht es zum Download:
mein.alpenverein.de



A woman with a ponytail, wearing a green tank top and black leggings, is climbing a rock face. She is wearing a climbing harness and shoes. The background is a bright, hazy sky.

MIT **UNS**
BLEIBST DU **OBEN!**

**GRÖßTE AUSWAHL
AN KLETTERSCHUHEN
IN NRW!**

**WIR HABEN
WANDERSCHUHE FÜR
GROß & KLEIN!**

10% für DAV Mitglieder

Süllenstraße 28
40599 Düsseldorf
Telefon: 0211 73160331
team@kletterladen.nrw

Öffnungszeiten:
Di - Fr 11 - 19 Uhr
Sa 10 - 16 Uhr
und nach Absprache.

 Folgen Sie uns auf: www.facebook.com/kletterladen



kletterladen.nrw
ARBEITSSCHUTZ & BERGSPORT



Pommes, Kalk und Mehrseillängen

Der Alpinkader in Belgien

von Fynn Müller

Anfang Mai machte sich unser Sektionsmitglied Fynn gemeinsam mit den fünf weiteren Athlet:innen des Alpinkaders auf den Weg nach Freyr in Belgien. Dort stand der erste Ausbildungslehrgang nach der Sichtung (Bezug zu letzter Ausgabe Wuppertal Alpin) an und das erste Wiedersehen der frisch zusammengestellten Gruppe. Die Stimmung war hochmotiviert. Alle waren ein bisschen aufgeregt, aber vor allem gespannt auf das, was die kommenden Tage bringen würden.

Ziel des Lehrgangs war es, den neuen Kader auf einen gemeinsamen Stand der Lehrmeinung in Sachen Sicherungstechniken zu bringen. Besonders in Mehrseillängen sollte an der Effizienz von Abläufen gearbeitet werden, also an dem, was später in langen Touren zählt: schnell und sicher unterwegs sein. Vor allem aber sollte die

Gruppe als Team zusammenwachsen, Vertrauen aufbauen und sich besser kennenlernen, die Grundlage für jedes gemeinsame Abenteuer am Berg.

Freyr ist das größte und älteste Klettergebiet Belgiens. Und obwohl der Kalk dort schon so manchen Kletterschuh gesehen hat und entsprechend glattpoliert ist, verzaubert das Gebiet mit bis zu 110 Meter hohen Wänden direkt über der Maas.

Bevor die Gruppe endlich an die Wand durfte, musste aber noch einiges an Theorie vermittelt werden: Standplatzbau, Seilhandling und Abseilen wurden im Schatten am Wandfuß geübt – bei fast 30 Grad eine willkommene Wahl.

Doch schon im Anschluss wurden die ersten Klettermeter gesammelt und die zeigten deutlich: Freyr ist kein einfaches Terrain. Die Bewertungen sind traditionell streng, die Hakenabstände stellenweise weit und der Fels oft glatt.

Am zweiten Tag startete das Team in die Mehrseillängen. In Dreierseilschaften – zwei Athlet:innen und ein Trainer – wurden Klassiker des Gebiets geklettert, manche mit Erstbegehungen aus den 1930ern. Dass damals in Bergstiefeln geklettert wurde, beeindruckte umso mehr, wenn selbst moderne Kletterschuhe heute an ihre Grenzen kamen.

Die Mittagspause wurde genutzt, um sich in der direkt gegenüber dem Klet-





tergebiet gelegenen Friterie knusprige Motivation abzuholen. Pommes gehören eben einfach dazu.

Auch die mentale Komponente kam nicht zu kurz: Rowena, die Kaderpsychologin, reiste an und sorgte mit spielerischem Teambuilding und Gesprächen für neue Perspektiven abseits des Kletterfelsens.

Am dritten Tag standen dann Sicherungstechniken mit mobilen Mitteln auf dem Plan. So war es für viele das erste Mal, dass sie Schlaghaken selbst setzten und in fragwürdigen Strukturen solide Stände einrichteten. Ein wichtiger Baustein für die kommenden Lehrgänge.

Gegen Nachmittag trieb ein herannahendes Gewitter das Team zum schnellen Rückzug. Natürlich nicht, ohne

noch einmal bei der Pommesbude vorbeizuschauen. Der Abend fiel entspannter aus und es wurde ordentlich aufgetischt: Mit Spargel, gefüllten Pilzen, Feta, Camembert und einem großen Nudelsalat wurde klar, dass der neue Alpinkader einen gewissen kulinarischen Anspruch hat. So ein Grillabend lässt sich durchaus sehen.

Am letzten Tag verabschiedete sich die Gruppe mit einer selbstgewählten Mehrseillängenroute von Freyr. Hier wurde klar, dass der Lehrgang gewirkt hatte. Die Athlet:innen zeigten ihr volles Können und bewegten sich schnell und routiniert durch die Wand.

Zum Abschluss wurde noch ein wichtiger Schritt Richtung Hochtourenkompetenz getan: Spaltenbergung und Anseilen auf Gletschern standen auf dem Plan und wurden als Trockenübung durchgeführt. Und natürlich, wie sollte es anders sein, endete auch dieser Tag mit einer Portion belgischer Pommes.

Glücklich, müde und voller Vorfreude auf die kommenden Touren in den Alpen machte sich das Team auf den Heimweg.





Hochtouren Grundkurs

vom 21. - 27.06.2025 auf der Franz Senn Hütte (2147m)

Text von Markus und Kathy, Fotos von Stefan Strunk

Nachdem für alle Teilnehmenden der pünktliche Zug und die strahlende Sonne die Motivation für das Wochenende in die Höhe trieb, entschied sich die Hauptgruppe für den längeren und etwas zu langen Aufstieg über den Höhenweg und die Seducker Hochalm. Wir ahnten noch nicht, dass es nicht der letzte Tag ist, an dem wir die Abendessenszeit durch eine lange Tour nach hinten korrigieren mussten.

Gut vorbereitet und untereinander bekannt durch den Theorieabend und die Übungen zur Sicherungstechnik in der Spreeler Mühle, bereiteten wir uns auf eine Einstiegs-Hochtour am ersten Tag vor.

Unser Ziel für den Sonntag war die Innere Sommerwand (3123m) über dem Sommerwandferner. Letzterer zeichnete sich durch weichen tiefen Schnee anstelle von Eis aus und kostete viel Mühe im Spuren. Über Platten kletterten wir versichert auf den Grat und die Gruppe machte dort ihre ersten Erfahrungen in Grat-Kletterei. Unsere Tou-



Leichte Kletterei Innere Sommerwand

renleiter brachten uns sicher zurück zur Hütte, doch erste Verluste mussten wir verkraften: Ein Helm ging uns am Gipfel ab.



Ausbildung Spaltenbergung



Seilschaft auf dem Sommerwandferner

Mit dem Ersatzhelm ging es an die Übungswand, um die zuvor erlernte Spaltenbergung zu festigen und Grundlagen der Sicherung im alpinen Gelände zu lernen. Den Nachmittag verbrachten wir mit Kaffee und Kuchen im Seminarraum und besprachen subjektive und objektive Gefahren und erlernten Methoden zur Tourenplanung. Im Regen peilten wir noch unser morgiges



Ziel an und planten, bis das Abendessen die Karten vom Tisch vertrieb.

Durch die vorausgegangene Planung begannen wir den Tag etwas früher, um die lange Tour "Überschreitung des Aperer Turms (2986) und des Vorderen Wilden Turms (3177)" zu schaffen. Die Planung der Gruppe erwies



Seilschaft auf dem Berglasferner



Gipfelfreude Aperer Turm



Überschreitung Aperer Turm

sich als gut vorbereitet, doch am Gipfel des Vorderen Wilden Turms wichen wir zugunsten der Empfehlung des Hüttenwirts von unserer Planung ab. Anstelle des traurigen Rests des Verborgenen Bergfarners wurden wir auf den Berglasferner abgelassen und durchlebten einen spannen-

den ersten Kontakt mit einem spalten-durchsetzten Gletscher, teils verschneit, teils aper, teils voller Geröll. Als 7er Seilschaft durchquerten wir ersteren Teil, sprangen über kleine und große Spalten. Wir übten das Setzen von Eisschrauben und Abalakov Eissanduhren, bevor es durch das steile Gelände einzeln am Fixseil abwärts ging. Am Ende standen wir sicher auf den Steigeisen, doch waren auch froh diese abzulegen.

Doch der Rückweg war noch weit und so bemühten wir die müden Beine um einen zügigen Abstieg durch zunächst unwegsames Gelände und erreichten die Hütte nach 13 Stunden müde, erschöpft und hungrig. Gut, dass bei Ankunft bereits die Abendessenszeit angebrochen war.



Abstieg am Fixseil im Seilgelände



Training alpine Mehrseillängen

Am letzten Tourentag drohten starke Hitzegewitter, sodass wir den Tag mit einer kurzen Orientierungstour um den Gschwezgrat starteten. Lagen wir dabei noch entspannt in der Sonne und schwammen im See, schlugen nach der Mittagspause zentimetergroße Hagelkörner auf unsere Helme, während wir die Selbststrettung erlernten. Doch Hagel, Regen und spritzen-der Schmutz konnten uns den Spaß am Prusiken an der Feuerleiter nicht nehmen.

Am nächsten Morgen bereiteten wir uns am Übungsfels auf das Klettern in einer 3er Seilschaft vor. Auch hier moti-

Wieder trocken und warm geduscht ließen wir den letzten gemeinsamen Abend entspannt ausklingen.



Hüttengrat

Trotz des Verlusts von Helm und Bandschlinge überwog der Gewinn an Erfahrungen, Erkenntnissen und Erlebnissen. Wir freuen uns auf die nächsten Touren.

vierte uns das Wetter und die erfolgreichen ersten Seillängen des Hüttengrats dazu, die Abseilpiste links liegen zu lassen und den Gipfel "Vordere Sommerwand (2676m)" anzuvisieren. Die Grat-Kletterei im 2./3. Grad ließ einige Teilnehmer ihre Grenzen spüren und in Teamarbeit verschieben. Trotzdem mussten wir den Gipfel auslassen, um das Abendessen nicht gänzlich zu verpassen.



Orientierungstour



Rucking im Stubai-Tal

Wie unsere Gemeinschaftstour scheiterte und dadurch zum Erfolg wurde

von Johannes Rohleder (Fotos: Maggi, Johannes und Sapi)

Rucking - Laufen oder Wandern mit einem Rucksack mit Gewicht auf dem Rücken. Das Laufen mit einem Rucksack mit Gewicht auf dem Rücken ist eine einfache Möglichkeit, Kraft aufzubauen und die Ausdauer zu verbessern. Belade deinen Rucksack für die ersten Rucking-Einheiten mit höchstens 10 Prozent deines Körpergewichts. Füge immer mehr Gewicht hinzu, bis du irgendwann 25 Prozent deines Körpergewichts trägst.

Der Wetterbericht behielt Recht. Als wir Donnerstagmittag zu fünft auf dem Parkplatz der Nürnberger Hütte eintrafen, hatte ein Dauerregen eingesetzt, der nach 500 Höhenmetern in Schnee übergang.



Nürnberger Hütte (der Winter war zurück)

Am nächsten Morgen lagen 20 Zentimeter Neuschnee und André hatte einen Infekt. Maggi, Sapi, Tom und ich entschieden beim Frühstück, zunächst das geplante Lawinentraining zu absolvieren und dann gemeinsam zu beraten. Gesagt, getan.



Die erste Stunde waren die 20 kg Gepäck noch kaum zu spüren

Mit einem Infekt hatte André in einem Winterraum auf 2.300 Metern Höhe nichts verloren. Also brachen Maggi, Sapi und André um 10 Uhr zum Innsbrucker Bahnhof auf, während Tom und ich die Strecke Richtung Becherhaus erkunden wollten. Eine echte Herausforderung, wie sich schnell herausstellte.

Wegmarkierungen waren dank des Neuschnees Fehlanzeige und die laut Wetterbericht „passable Sicht“ endete nach 50 Metern. Nach zweieinhalb Stunden hatten wir so gerade einmal





Ab Mittag zogen aus Italien langsam erste Wolken auf

300 Höhenmeter und ein Viertel des Weges geschafft, der im Sommer mit 4:45 Stunden angegeben war.

Zurück auf der Hütte trafen wir auf Maggi und Sapi, die gerade aus dem Tal wieder aufgestiegen waren. Gemeinsam bereiteten wir uns auf die zweite Nacht im 14 Quadratmeter großen Winterraum der Nürnberger Hütte vor.

Für den nächsten Tag war stabiles Wetter vorhergesagt. Also entschieden wir, die Überschreitung des Alpenhauptkammes am morgigen Samstag anzugehen. Kurz vorm Schlafengehen die nächste Überraschung. Ein Münchner Pärchen klopfte an die Tür. Die beiden planten eine Alpenüberquerung und wollten für eine Nacht ihr nigelneues Equipment ausprobieren.



Winterraum der Nürnberger Hütte

Also schnell die letzten beiden als Abstellplatz genutzten Betten freiräumen und dann in den Schlafsack. Samstagmorgen. Pünktlich um 5:00 Uhr schellte Sapis Wecker und nach einem kurzen Frühstück stopften wir alles, was wir dabei hatten, in unsere Rucksäcke: Schlafsack, komplette Hochtourenausrüstung, LVS, Schaufel, Sonde, Schneeschuhe, Wechselwäsche, Essen für 3 Tage sowie Tee und Wasser für den Tag. Die 20 Kilogramm Gewicht spürten wir bei jedem Schritt.



20 Kilogramm wollen gut verstaut werden



Die am Vortag gespurte Strecke absolvierten wir rasch

Absolvierten wir die gespurte Strecke von gestern noch in der halben Zeit, bremste uns der Neuschnee danach aus. Während die Sonne immer höherstieg, sank unser Tempo merklich ab.



Nach 4 Stunden tauchte der Wilde Freiger erstmals in voller Höhe vor uns auf: Rund 500 Höhenmeter Kraxelei durch steiles, tief verschneites Gelände warteten auf uns. Im besten Fall würden wir noch einmal 4 Stunden bis dort oben benötigen und dann folgte ein unter den Bedingungen vermutlich mehrstündiger Abstieg durch unbekanntes Gelände.

Mit den Kräften war auch meine Zuversicht geschwunden. Aber die Tour abbrechen? Meine Bedenken ließen sich nicht wegwischen. „Lasst uns umkehren, ich traue mir den Weg nicht mehr zu“, schlug ich zögerlich vor. Kurze Stille. „Wenn Johannes zurück will, gehen wir zurück“, stellte Maggi fest und damit war alles gesagt. Kurzentschlossen bestiegen wir noch das direkt über uns liegende Gamsspitzl (3050 m) und mit einem veritablen 3000er im Rucksack machten wir uns auf den Rückweg.



Oben auf dem Gamsspitzl angekommen hüllte sich der Wilde Freiger in Wolken

Bei der Hütte angekommen, ließen wir den Tag in der Nachmittagssonne ausklingen. Maggi zauberte aus ihrem in Hogwarts gefertigten Rucksack eine Champignoncreme-Suppe plus Backerbsen hervor, ich steuerte meinen Gipfelschnaps bei, Sapi und Tom Riegel und Schokolade für den Nachtisch.



Wohlig gesättigt machten wir uns an die Nachbesprechung. Was hatten wir erreicht? Wir hatten mit Schneeschuhen eine 8-Stunden-Tour im Hochgebirge hingelegt, die jeder Skitour würdig gewesen wäre; wir hatten uns im schwierigen Gelände weglos über eine nicht geringe Distanz sicher orientiert; wir hatten ein spontan organisiertes Lawinentraining absolviert und dabei den unter einem halben Meter Schnee verborgenen Sender exakt aufgespürt; wir hatten uns 3 Tage im Winterraum ohne Strom und fließend Wasser komplett selbst versorgt und dabei mit vollem Gepäck mehrstündige Auf- und Abstiege hingelegt. Und vor allem waren wir als Gruppe zusammengewachsen.

Nächstes Jahr, so viel steht fest, starten wir einen neuen Versuch. Nach drei gescheiterten Anläufen als Winterraum-Tour im Mai werden wir dann im Juni unmittelbar nach Hüttenöffnung aufbrechen und die Gipfel der Stubaier Alpen hoffentlich erreichen.

Für 2025 war unsere Gemeinschaftstour jedoch zu Ende. Den Abstieg am nächsten Morgen traten wir in Schneegriesel an. Am Parkplatz setzte dann ein Regen ein, der uns bis Wuppertal begleitete. Der Wetterbericht hatte Recht behalten.



Trainer-Fortbildung

in der Sächsischen Schweiz

von Mark Ansorg (Text & Foto)

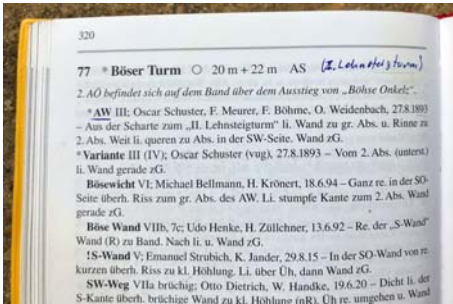
Im Rahmen meiner Trainer-Fortbildung durfte ich die Sächsische Schweiz „beklettern“. Der erste Vorstieg, vor vielen Jahren an der Herkulesssäule im Bielatal, war mir noch eindrücklich in Erinnerung...



Auf geht's am ersten Tag – ab an den Falkenstein in den Schrammsteinen, bei Bad Schandau. Toller solitärer Klotz. 20min Zustieg. Dann erstmal Rantasten an den Sandstein. Meist außen hart verwittert, innen oft weich und bröselig. Bloß wo ist denn welcher Wandteil bzw. Weg? Kletterführer her. Wie liest man überhaupt den originalen Sächsischen Kletterführer? In 6 Bänden ist dieser, trotz ungewohnter Leseweise, fast unverzichtbar, da er mit speziellen Draufsicht-Übersichtskarten eine Orientierung bietet. Die Anordnung der Türme, Durchschlüpfe, Bänder, Stiegen, Pfade und Schluchten macht die Orientierung anspruchsvoll. Geklettert darf im „Gebirge“ nur an freistehenden Gipfel, die nur durch Kletterei erreichbar sind. Insgesamt bietet die Sächsische Schweiz ca. 20.000! Kletterwege.



Nun erklärt uns ein lokaler sächsischer Gebietskenner die Anbringung von Knotenschlingen. Die bestehen meistens aus ca. 2-3m Seilsträngen (6-12mm) die hauptsächlich mit dem Achterknoten versehen, in die passenden Felsverengungen gedrückt werden. Der Achter kann beliebig über einen (bei 6mm, nur Reepschnur mit Kevlarkern verwenden) oder mehrere Seilstränge geknüpft werden, um ihn in der Gesamtdicke zu variieren. Der Achter hat gegenüber dem Sackstich die Eigenschaft mehr „Fleisch“ zu bilden, welches den Formschluss bringt. Apropos Formschluss, dabei hilft ein spezieller Holzspatel, mit welchem man den Knoten verdichtet, platziert bzw. herausfischen kann. (Dieser kann auch ein langer Kochlöffel oder alter Kleiderbügel sein.) Den Holzspatel trägt man an einem Materialkarabiner mit Gummiband gesichert am Gurt, um bei Bedarf einhändigen Zugriff zu haben. Unser Blick für Platzierungsmöglichkeiten der metallenen Freunde hilft beim Aufspüren der „Legestellen“. Bloß wo sind Bohrhaken – es gibt keine! Es gibt nur Ringe und die sind in den einfachen Graden I-IV kaum bis gar nicht vorhanden. Im Grunde ist sächsisches Klettern bis IV Trad-Klettern! Die Stände haben sogenannte Nachhol-Haken oder die Gipfel dicke Abseilösen. Soweit so gut. Ich möchte trotz-



Die Sächsische Schweiz, das Elbsandstein-Gebirge ist definitiv ein Besuch wert. Die Mischung aus besonderer Gesteinskulisse, eigener Kletterkultur und einer gewissen Ursprünglichkeit

dem vorsteigen. Das Ziel der Kursleiter steht – Schusterweg (III) am Falkenstein. Danach lese ich, dass dieser Weg ein absoluter Klassiker dieses Grades im „Gebirge“ ist. Toller Weg! Abwechslungsreich ... spreizen, stemmen, robben, Reibung, Körperriss, ... ich schöpfe mein Repertoire großzügig aus. Man sollte hier demütig einsteigen, als Gebietsneuling im Vorstieg.

Am kommenden Tag gehen wir ausgesetzte Steige, abschüssige Bänder, Stiegen (Rübezahlstiege) und sichern diese nach Bedarf mit Geländer- und Fixseil ab – die Bergführer aus Berchtesgaden sind hier wieder in ihrem angestammten Element.

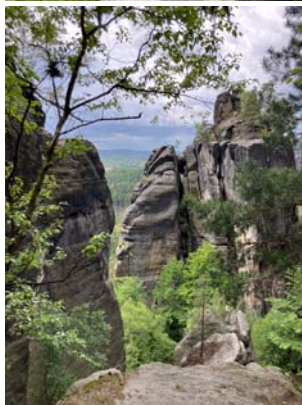
Das ist eine interessante Auffrischung der Inhalte aus der Trainer Bergsteigen-Ausbildung. Ich habe nun ein paar Tools mehr im Werkzeugkasten, die ich nach Bedarf anwenden kann.

Kein Keil in einer Alpentour dabei – zack! Achterknoten auf 4 Stränge einer 6mm Kevlar-Reepschnur und ab in den passenden Riss. Sollte passen.

macht die Region besonders.

Hier wird und wurde Klettergeschichte gelebt – Oskar Schuster, Rudolph Fehrmann, Lothar Brandler oder Bernd Arnold dürften vielen ein Begriff sein.

Ausgesischoort!





Bergsport-Gruppe



Die Bergsportgruppe ist eine Gemeinschaft bergbegeisterter Menschen in der Altersgruppe 50+. Wir lieben die Berge und unternehmen gemeinsame Bergwanderungen, Klettertouren und Hochtouren. Wir sind aber auch in heimischen Gefilden aktiv und halten uns beim Klettern in den Klettergärten, bei Radtouren oder beim sonntäglichen Lauftreff fit für die alpinen Unternehmungen. Die Aktivitäten werden in aller Regel in eigener Initiative geplant und durchgeführt.

Bergsporttreff

Die Gruppe trifft sich regelmäßig

am 1. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr

in der Gaststätte Bahnhof Burgholz, Zur Kaisereiche 23, 42349 Wuppertal

Dieser Bergsport-Treff dient als allgemeines Forum, in dem gemeinsame Aktivitäten vorbereitet werden, von frisch erlebten Bergtouren berichtet und die Gemeinschaft gepflegt wird. Ideenreichtum und Spontantät sind hier "normal". Häufig werden hier Wochenenden mit Bergsport-Aktivitäten oder auch mal mit einem sportlich-geselligen "Event" auf unserer Sauerlandhütte in Winterberg geplant.

Neueinsteiger in Sachen Bergsport? Alle interessierten Sektionsmitglieder und Gäste sind stets willkommen und herzlich eingeladen. Gerade der Bergsport-Treff bietet hier eine gute Gelegenheit zur Kontaktaufnahme sowie des gegenseitigen Kennenlernens.

Ein weiterer Bestandteil des Bergsport-Treffs sind kleine, aber stets interessante **Vorträge** zu alpinen Themen, die von einzelnen Gruppenmitgliedern gehalten werden. So kann man sich ein neu entdecktes Klettergebiet beschreiben lassen, die Dias einer kürzlich erlebten Bergtour bestaunen oder einen praxisbezogenen Fachvortrag hören.

Lauftreff der Bergsportgruppe

Um unsere Kondition "bergauglich" zu halten, besteht ein regelmäßiger **Lauftreff** in der **Hildener Heide**. Das Gelände ist flach und auch für Laufanfänger gut geeignet. Die Strecken führen weitgehend über Waldwege.

Gelaufen wird ca. 60 Min. in unterschiedlichen Leistungsgruppen. Daneben gibt es auch Walker und Wanderer.

Wann: immer **sonntags um 9:00 Uhr** bei jedem Wetter
Treffpunkt: Parkplatz "Kellertor". Aus Richtung Wuppertal kommend erreicht man ihn wie folgt: A 46 Richtung Düsseldorf bis zur Ausfahrt Haan-West, am Ende der Ausfahrt nach rechts in Richtung Haan, nach ca. 300m großer Parkplatz auf der rechten Straßenseite.

Radfahren

Mitglieder der Bergsportgruppe sind auch auf zwei Rädern unterwegs. In der Regel werden Touren mit dem „Bio-bike“ von 30km bis 100km im Umkreis von Wuppertal unternommen.

Wann: immer **dienstags um 10:00 Uhr** bei jedem Wetter
Treffpunkt: P&R Parkplatz in Wuppertal -Vohwinkel (bis zum Ende durchfahren, kurz vor Beginn der Nordbahntrasse).

Euer Bergsportwart Thomas Panitz

Landesleistungszentrum
Nordrhein-Westfalen**WUPPERWÄNDE**
DAV Kletterzentrum

Kletterzentrum

Unsere Hütte im Tal

Die Wupperwände sind das Zuhause der DAV Sektion Wuppertal und zugleich Landesleistungszentrum für den Klettersport in NRW.

Wir bieten 2400m² Kletterfläche mit einer Wandhöhe von 16 m und bis zu 12 m Überhang. Bei über 130 Routen zwischen dem 3. und 10. Schwierigkeitsgrad kommt garantiert keine Langeweile auf. Und falls doch: 200m² Boulderfläche haben wir natürlich auch.

Wir bieten ein umfangreiches Kursprogramm für alle Altersklassen: Trainingsgruppen, Schnupperkurse, Ausflüge, Events... wir haben die passende Herausforderung für dich.



Komm doch einfach mal bei uns vorbei
oder besuch unsere Website
um unsere Angebote anzuschauen.
<https://wupperwaende.de>

In unserem Bistro versorgen wir dich vor und nach dem Klettern oder beim Zuschauen mit leckeren Getränken und Snacks.
Wir freuen uns auf dich!





Jugend Sport-/Wettkampfklettergruppe

dienstags 17:00 Uhr - 20:00 Uhr

KLE

JUG



Die Jugendlichen der Wettkampfgruppe treffen sich zum leistungsorientierten Training in den Wupperwänden.

Im Vorstieg zu klettern und auch zu sichern sollte beherrscht werden.

Jugendliche ab 14 Jahren, die Lust auf Wettkämpfe haben, können in dieser Gruppe regelmäßig trainieren.

Ansprechpartner:

Corinna Hermey, Renée Lamsfuß
Wettkampftainer@DAV-Wuppertal.de

Wettkampfreferent:

Leon.Ben-Achour@DAV-Wuppertal.de, Tel.: 0157 / 36126483

Kinderwettkampf-Klettergruppe

donnerstags 17:00 Uhr - 20:00 Uhr



Ambitionierte Kinder können hier trainieren und sich auf die ersten Wettkämpfe, die Kids Cups, vorbereiten.

Das Angebot richtet sich an vorerfahrene starke Kids ab 8 Jahren. Die Aufnahme in die Kinder-Wettkampftainingsgruppe ist über Sichtungs- und Kennenlerntrainings offen und nach Absprache möglich.

Ansprechpartner und Trainer:

Renée Lamsfuß, Jonas Kurtz
Wettkampftainer@DAV-Wuppertal.de

Wettkampfreferent:

Leon.Ben-Achour@DAV-Wuppertal.de, Tel.: 0157 / 36126483



Kinder- und Jugendgruppen



Als JDAV-Wuppertal bieten wir für Kinder und Jugendliche regelmäßige Klettergruppen in den Wupperwänden an. Mit erfahrenen Jugendleiter*innen, regelmäßigen Treffen, sicherer Ausrüstung und Spaß lernt ihr hier nicht nur die Grundlagen des Kletterns, sondern auch Gemeinschaft, Spaß und Respekt vor der Natur. Neben Fitness stehen besonders neue Freundschaften, Selbstvertrauen und Naturerlebnisse im Mittelpunkt. Sei dabei und erlebe die Faszination des Kletterns mit der JDAV!

Um das in der Halle erlernte Wissen zu erproben, bieten wir neben spannenden Wochenendaktionen auch jedes Jahr Fahrten an. Von Skitouren über Klettern an Felsen bis hin zu alpinen und Hochgebirgs-Fahrten ist hier für jeden etwas dabei.

Wenn wir euer Interesse geweckt haben, schaut gerne bei uns vorbei. Ihr könnt auch gerne erstmal Probe klettern.

Weitere Informationen zu Fahrten, Gruppen, Veranstaltungen und Kontakt findet ihr hier:



<https://DAV-Wuppertal.de/gruppen/jugend-familiengruppen/>



Du hast Interesse am Klettern und Lust auf neue Herausforderungen in einer Gemeinschaft?

Dann bist du hier genau richtig.

Melde dich gerne bei unseren Jugendreferent*innen Caro und Flo.



Unsere Familiengruppe stellt sich neu auf

Sven und Christina leiten nun die Familiengruppe

Wir haben neue Gesichter in unserer Familiengruppe – Wir freuen uns mit Christina Schlegel und Sven Hami eine neue Generation begrüßen zu dürfen. Wir danken vielmals Carmen Sauerwein, die über eine lange Zeit zahlreiche Aktivitäten der Familiengruppe organisiert und geleitet hat und sprechen unsere große Anerkennung für ihr jahrelanges Engagement aus.

Sven wird nun an Carmens Stelle die Leitung der Familiengruppe übernehmen. Er ist schon seit längerem in der Sektion tätig, zuletzt im Ausbildungsbereich. Tina wird ihn dabei mit frischen Ideen und Tatkraft unterstützen. Wir wünschen den beiden einen erfolgreichen Start und viel Freude bei den kommenden Aktivitäten mit der Familiengruppe.

Nachfolgend eine kleine persönliche Vorstellung von Sven und Tina ...

Es stellen sich vor ...

Sven Hami - Leiter der Familiengruppe

Ich heiße Sven Hami und lebe mit meiner Frau und unseren beiden Kindern (6 und 8 Jahre alt) in Wuppertal. Seit über 15 Jahren bin ich Mitglied in der Sektion Wuppertal des Deutschen Alpenvereins. Meine Begeisterung für die Berge begann mit einem Alpinkletterkurs in den Tannheimer Bergen, den Peter Bannenberg organisiert hatte.



In den letzten Jahren war ich weniger in der Sektionsarbeit aktiv, weil ich viel Zeit mit meinen Kindern verbracht habe. Nun, da sie älter und selbstständiger sind, können wir auch längere und ausdauerndere Touren gemeinsam unternehmen – und das lässt sich organisatorisch besser mit dem Engagement in der Sektion vereinbaren. Deshalb freue ich mich, mich jetzt

In den darauffolgenden Jahren war ich häufig in den Alpen unterwegs und habe an zahlreichen Hochtourenkursen der Sektion teilgenommen, bei deren Organisation ich mitgewirkt habe. Diese Erfahrungen haben mich geprägt und begleiten mich bis heute. Im Jahr 2016 habe ich zusätzlich die Trainer-C-Lizenz im Bergsteigen erworben.

wieder stärker einzubringen, besonders im Bereich der Familiengruppe.

Ich finde es besonders wertvoll, wenn Kinder gemeinsam mit anderen Kindern Natur erleben – sei es beim einfachen Draußensein oder bei ersten Schritten ins Alpine.

Gemeinsam können wir so ein abwechslungsreiches und lebendiges



Programm gestalten. Ich freue mich darauf, zusammen mit anderen engagierten Mitgliedern neue Ideen zu entwickeln. Dabei ist es mir wichtig, eine große Bandbreite an Aktivitäten anzubieten – von einfachen Naturerfahrungen bis hin zu Touren auf Klettersteigen oder bei leichten Hochtouren. So können wir unterschiedliche Altersgruppen und Interessen ansprechen und viele schöne Naturerlebnisse ermöglichen.

Durch meine berufliche Tätigkeit als Lehrer an einer Förderschule mit dem Schwerpunkt geistige Entwicklung bringe ich außerdem Erfahrung im Umgang mit Kindern mit unterschiedlichen Bedürfnissen und Fähigkeiten mit. Das ist mir auch bei der Planung und Begleitung von Familienaktivitäten besonders wichtig.

Herzliche Grüße

Sven Hami

Es stellen sich vor ...

Christina Schlegel - unterstützt Sven in der Familiengruppe

Hallo liebe Familien- und DAV-Mitglieder,



mein Name ist Tina, ich bin 36 Jahre alt und Mutter von drei Kindern. Seit Kurzem unterstütze ich die DAV-Familiengruppe. Zukünftig möchte ich Ausflüge und Aktivitäten für Familien planen.

In meiner Freizeit bin ich gerne in der Natur unterwegs – sei es beim Klettern, Radfahren oder Wandern.

Ich freue mich darauf, viele neue, naturbegeisterte Familien kennenzulernen und gemeinsam schöne Erlebnisse zu teilen!

Bis bald eure

Tina Schlegel

Es sind bereits Aktivitäten geplant! Im August wurde bereits ein Schnupperklettern für Kinder an der Spreeler Mühle und Anfang September eine Schnupperfamilienfahrt im Sauerland angeboten.

Für das kommende Jahr ist die traditionelle Familien-Skifreizeit geplant (siehe Ausschreibung weiter hinten im Heft) und in den Sommerferien eine Woche im Barmer Haus im Defereggental.

Anmeldungen werden noch gerne entgegengenommen!



Hallo liebe Kinder und Eltern!

Ihr seid gerne draußen unterwegs und habt Lust auf gemeinsame Abenteuer?

Dann seid ihr bei uns genau richtig!

Unter dem Motto „**Mit Kindern unterwegs!**“ erleben wir als Familiengruppe kleine und große Abenteuer – beim Wandern, Spielen, Klettern, Planschen am Bach oder Picknicken auf der Wiese. Wir sind im Tempo unserer Kinder unterwegs und genießen die Natur mit allen Sinnen. Bei uns stehen **Spaß, Bewegung, Gemeinschaft und das Erlebnis** im Mittelpunkt.

Wir treffen uns in der Regel **am ersten oder zweiten Sonntag im Quartal**.

Unsere Touren finden meist in der **Wuppertaler Umgebung** statt. **Alle Touren sind Gemeinschaftsaktionen**, keine geführten Wanderungen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, Eltern bleiben Erziehungsberechtigte.

Wir verstehen uns als offene Gruppe, in der sich jede Familie mit ihren Ideen einbringen kann – sei es mit einer kleinen Wandertour oder einem besonderen Ausflugsziel. Die organisierenden Familien geben lediglich den Rahmen vor.

Neue Familien sind jederzeit herzlich willkommen!

Bei Interesse meldet euch gerne – wir freuen uns auf euch!

Wandergruppe

Wanderplan für die kommenden Monate



Unsere Sonntagswanderungen werden über Distanzen von ca. 12 bis 17 km geplant. Die Abfahrtszeiten vom Treffpunkt (s. unten) variieren geringfügig je nach Jahreszeit.

Nach Möglichkeit erfolgt die Anfahrt zum Wander-Startpunkt mit wenigen PKWs. Um die Mittagszeit wird unterwegs eine Pause eingelegt. Rucksackverpflegung wird empfohlen. Nach der Wanderung gegen ca. 14:00 bis 15:00 Uhr erfolgt in der Nähe des Zielortes (meist der Startpunkt) eine Einkehr, sodass wir zwischen 15:30 und 16:30 Uhr wieder am morgendlichen Treffpunkt ankommen.

Da es zu Änderungen des Wanderplanes oder Absagen kommen kann, wird gelegentlichen Mitwanderern empfohlen, den betreffenden Wanderführer telefonisch vorab zu kontaktieren.



Sonntag, 28.09.2025 „Heimatsweg Wipperfürth, ca 12km

TP 9.30 Uhr Parkplatz Bauhaus, Waldeckstr./Widukind Str.
Wanderführerin Susanne Bethke Tel.: 0202/595 727

Wanderwoche im Vogtland vom 5. Okt. bis 12. Okt. 2025

Sonntag, 26.10.2025 „Stinderbachtal“, ca.15km

TP 9.30 Uhr Sonnenborner Ufer, Parkplatz P+R Aldi
Wanderführer Edit und Peter Seifert Tel.: 0202/707008

Sonntag, 09.11.2025 „Beyenburg“ ca.13km

TP 9.30 Uhr Parkplatz Bauhaus, Waldeckstr./Widukind Str.
Wanderführer Klaus Filipczik Tel.: 0202/460905

Sonntag, 23.11.2025 „Zeche Zollverein“ Ausstellung/Museum

TP 9.30 Uhr Sonnenborner Ufer, Parkplatz P+R Aldi
Wanderführerin Helga Koburg Tel.: 0202/722 490

Sonntag, 07.12.2025 „Adventskaffee“ 15.00 Uhr

TP DAV Kletterhalle, Badische Str. 76
Wir treffen uns in gemütlicher Runde zum Kaffeetrinken und Abendimbiss.
Kostenbeitrag 5.-€ Kuchenspenden sind erwünscht nach telefonischer
Absprache mit den Organisatoren.
Verbindliche Anmeldung bis zum 23.11.2025

Sonntag, 04.01.2026 „Schnee / Hasslinghausen“ ca. 14km

TP 9.30 Uhr Wanderparkplatz Herzkamp, Egen 4, 45549 Sprockhövel
Wanderführerin Ethel Baumer Tel.: 0202/436266

Donnerstag, 27.02.2026 Wanderführerbesprechung

15.00 Uhr bei Klaus im Gartenhaus

Ansprechpartner der Sektion:

Lutz Mantwill Tel.: 0202 / 722 490, Lutz.Mantwill@DAV-Wuppertal.de

Wandern & Mehr

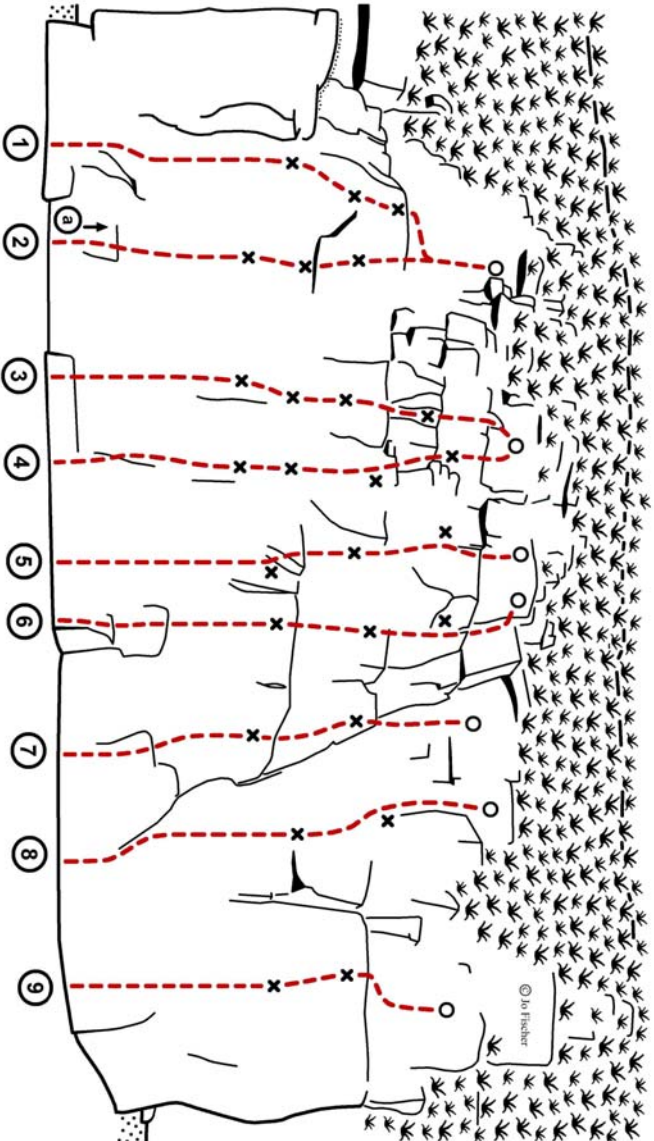
Eine Auflistung der geplanten Wanderungen findest du im Terminkalender.

Die Wanderungen werden abwechselnd geplant und vorher festgelegt. In der Regel wandern wir 12-15km. Nähere Informationen zur Wanderung erfolgen ca. 8 Tage vorher.

Informationen und Anfragen bei:

Monika und Stefan Stender, Tel.: 0202 628132
Mail: Monika.Stender@DAV-Wuppertal.de,
Mail: Stefan.Stender@DAV-Wuppertal.de

Felsenarena Höfen - Linke Wand



1. **Inges Ringe** 6-
Lutz Weinstein, 2024.
2. **Kosmische Staubwolke** 7-7
Kathrin Hüppop, Alan Keller, Robert Wiecek, 2024.
a) **Wuppical Limit** 8-
Robert Wiecek, 2024. Def.: Konsequent links der Haken!
3. **Voldemort** 5/5+
Daniel Röhr, 2024.
4. **Dobby** 5-
Lilly Bergmann, Robert Wiecek, 2024.
5. **Lord Climbalot** 4+
Robert Wiecek, 2024.
6. **Fawkes** 5-
Kathrin Hüppop, 2024.
7. **Avada Kedavra** 3+
Dirk Walerscheid, K. Hüppop, Manuela Schmidt, 2024.
8. **Albus Dumbledore** 3+
Lilly Bergmann, Kathrin Hüppop, 2024.
9. **Sonnenterasse** 4+
Nadine Artmann, Ben Helm, 2024.



Für mich. Für Wuppertal.

Von Fußball bis Fechten. Von Ballett bis Rugby.

Ihre Leidenschaft. Ihr Projekt. Unsere Förderung.
Wir unterstützen Ihr Engagement für mehr Vielfalt
im Wuppertaler Amateur- und Profisport. Aus
Überzeugung – schon immer.

Wie das geht? Schauen Sie nach unter
[sparkasse-wuppertal.de/
nachhaltiges_engagement](https://sparkasse-wuppertal.de/nachhaltiges_engagement)



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Wuppertal



Homeoffice der besonderen Art

defekte Wasserdruckleitung zum Wasserkraftwerk, Hüttenöffnung und Arbeitseinsatz

von Andreas Scollick (Hüttenreferent)

Die Überschrift lässt schon ahnen, es war wieder jede Menge los, in Hennef (Sektion Rhein-Sieg), Wuppertal und rund um die Elberfelder Hütte.

Ende Mai haben Ramona, Herbert und Lucas eine Winterinspektion der Hütte vorgenommen. In der Hütte war alles in bester Ordnung, leider nicht außerhalb.

pe wurde Arbeitsmaterial und Diesel für den Notbetrieb der Hütte hochgeflogen. Der Austausch der defekten Rohrschellen erfolgte unter dem Einsatz von ein bis zwei Flaschenzügen, Hebelwerkzeugen und jede Menge körperlichen Einsatz im teilweise steilen Gelände oberhalb des Gößnitzbaches.

Das Kraftwerk konnte rechtzeitig vor der Hüttenöffnung wieder in Betrieb genommen werden.

Homeoffice wird offensichtlich zur Gewohnheit. Nachdem im letzten Jahr das Winter-WC im Bergischen Land gebaut wurde, waren diesmal neue Schlagläden an der Reihe, genauer gesagt 69 Stück!! Einzelschlagläden in vielen verschiedenen Größen, diesmal gefertigt von unserer Patensektion Rhein-Sieg. Ob diese Zusage von Katrin und Rainer eingehalten würde? In der kleinen, aber feinen Werkstatt hinterm Haus in Hennef wurden Vorrichtungen und Schablonen angefertigt, bis endgültig die Serienproduktion starten konnte. Jeder Schlagladen ist ein Uni-

Hier wurden erhebliche Schäden an der Wasserleitung zum Kraftwerk festgestellt. Schnell stand fest, eine Unterstützung durch die Sektion wäre sehr hilfreich und nach einem Telefonat stand mir Ralf abfahrbereit zur Seite und der Notdienst konnte schon eine Woche vor dem geplanten Arbeitseinsatz beginnen. Neben der Arbeitstrup-





kat, das in vielen Stunden gebaut wurde. Katrin unterstützte mit Schleifarbeiten die Serienproduktion. Nach der Fertigstellung der Rohlinge wurden sie nach Wuppertal zur Lackiererei Johannes & Co verbracht. Hier wurden sieben Anstriche aufgebracht, Bläueschutz, zweimal Grundierung, zweimal weiß und natürlich zweimal rot.

Jetzt kam der schwierige Teil, Anpassung der Beschläge an die Schlagläden vor Ort. Hier kam unser neues Arbeitsschutzzelt zum Einsatz, diesmal zum Schutz gegen die Sonne. Schnell haben sich Teams gebildet, die Hand in Hand in verschiedenen Gewerken gearbeitet haben. Rainer & Matthias haben die

chen.

Damit niemandem langweilig wurde, hatten Ramona und Lucas auch noch kleine Wünsche. Ein selbstgebauter Schrank für das Hüttenbuch und diverse Aushänge, sowie ein Regal für das Frühstücksbuffet wurden gebaut und der alte Rollladen zur Küche durch ein

Brett getauscht. Dadurch wurde mehr Platz in der Küche im Bereich des Gewürzregals geschaffen. Schon sieht das Buffet mit einigen Neuerungen noch schöner aus.

Die Teams haben sich hervorragend in allen Bereichen unterstützt und wechselseitig zusammengearbeitet. Die Arbeiten kamen schneller voran als erwartet und schon

nach fünf Tagen erstrahlte die Hütte von außen und innen im neuen Glanz. Neuer Glanz im Inneren der Hütte?



Beschläge angepasst und verbaut. Johannes und Ralf haben die Wandhalter der Schlagläden neu gesetzt. Dies war erforderlich, weil die Schlagläden für einen besseren Wetterschutz so groß wie möglich gebaut wurden. Katrin und Christoph haben die Fensterfugen kontrolliert und wo nötig erneuert und die Fensterrahmen gestrich-





Beim letzten Arbeitseinsatz 2024 wurden zum wiederholten Mal Schabloben durch Katrin und Klaus-Dieter für die neuen Sitzpolster gefertigt, definitiv zum letzten Mal. Ein herzlicher Dank geht an die Fa. Wohnwolke in Remscheid für die freundliche und geduldige Beratung und die hervorragende handwerkliche Arbeit. Unsere Gäste sitzen jetzt wie auf einer Wolke. Die Tische in den Stuben wurden ebenfalls abgeschliffen und aufpoliert.



Im Bettenlager wurde hinter jeder Matratze ein Netz zur Aufbewahrung von Taschenlampe, Handy und sonstigen Utensilien angebracht.

Der Sanitär-Installateur hatte auch wieder etwas zu tun, so wurde im Schankbereich endlich eine Warmwasserleitung installiert, in der Küche wurden die Anschlüsse optimiert und das Personal WC wird jetzt auch ein wenig beheizt.

Endlich wurde das alte Holz vom ehemaligen Kraftwerkhaus transportfähig verpackt. Gleiches wurde mit den defekten Haltern von der Rohrleitung sowie der alten Turbine gemacht und ins Tal befördert.

Mit unserem Team führen wir so gut wie alle handwerklichen Gewerke aus, aber auch wir brauchen ab und zu

fachliche Beratung.

Diverse Fehlermeldungen und nicht optimale Werte von unserer Abwasserreinigungsanlage machten einen Besuch eines Technikers erforderlich, der in Zusammenarbeit mit unserem Spezialisten Christoph einige Verbesserungen bereits vor Ort erzielen konnte. So wurden die Wassermengen in den WC – Spülkästen reduziert, die Zyklen in den einzelnen Behältern der Anlage angepasst und Vorschläge zur weiteren Verbesserung erarbeitet.

Da ein neuer Induktionsherd in der Küche angeschlossen werden musste, wurde die Gelegenheit für eine grundlegende Überprüfung der Haustechnik durch einen Elektriker genutzt. Der in die Jahre gekommene Sicherungskasten bedarf einer Generalüberholung, die anderen kleinen Mängel werden in diesem Zuge mit bearbeitet.

Niemanden etwas aufgefallen?

Unser Hüttenwirt Lucas fehlte! Lucas hat in Chamonix seinen letzten Ausbildungskurs im Rahmen seiner Bergführerausbildung absolviert und mit Auszeichnung bestanden.



Lucas wir gratulieren Dir von ganzem Herzen zu Deiner Bergführerprüfung!



vielschichtigen und arbeitsintensiven Arbeitseinsatz mit viel Spaß, Freude, einer Vielzahl von vorzeigbaren Projekten und sehr gutem Essen erleben dürfen.

Mein riesengroßer Dank an dieses Superteam !!!

Dies war der Arbeitseinsatz 2025.

Für unser traditionelles Abschlussfoto haben wir uns diesmal unser Hauptprojekt des Arbeitseinsatzes 2025, die neugefertigten Schlagläden, ausgewählt.



v. l.: Ramona, Ralf, Lucas, Johannes, Martin, Andreas, Matthias, Bernd, Katrin, Christoph, Wang, Rainer.

Wieder einmal haben wir einen



BESTATTUNGSKULTUR

MEMORIA®

Rufbereitschaft Tag und Nacht

0202 - 44 90 726

**Ascheverstreung
in den Schweizer Bergen**

- Bergbach oder Almwiese
- **Komplettpreis € 2700,-**
(ohne Angehörige)

kostenfreie Beratung zu

**Erd-, Feuer- und Natur-
bestattungen**



Wanderung W&M

am 01.06.2025

von Angela und Heiko

Treffpunkt Parkplatz der Fa. Ipco in Beyenburg. Von hier aus wanderten wir einen Teil des schönen Wappenweges entlang des Spreeler Bachs. Weiter zur Hölzernen Klinken und durch das Tal der Brambecke. Nach der Querung der Beyenburger Str. weiter entlang des Tals der Fastenbrecke und zurück durch die Altstadt von Beyenburg. Bequeme Wanderwege wechselten sich ab mit schönen geschlängelten schmalen Pfaden. Nach 14 km endete die Tour mit einer gemütlichen Einkehr im Café Bootshaus am Beyenburger Stausee.



am 11.05.2025

Monika und Stefan Stender

Bei schönstem Wetter wanderten wir um und durch das Eifgenbachtal. Ausgangs- und Zielpunkt war die "Neue Mühle". Von hier aus folgten wir zunächst dem malerischen "Wöllersberger Bach", der uns mit sanftem Plätschern begleitete. Weiter ging es über Holkotten nach Pantholz mit wunderschöner Natur. Unser Weg führte weiter über den "Dr. Blauel Weg" zur "Großen Ledder". Hier bot sich ein beeindruckendes Panorama. Weiter wanderten wir nach Osminghausen am Kirchengenberg vorbei, entlang des Wickhauser Bergbaches wieder ins Eifgenbachtal. Auf der anderen Seite des Eifgenbaches gingen wir zur "Neue Mühle" zurück und ließen den Wandertag hier im Biergarten ausklingen. Diese schöne Tour haben Sabine und Jochen ausgearbeitet.





„Raus und Wandern“

Wir treffen uns regelmäßig um schöne (längere oder kürzere) Wanderungen nach unserem Feierabend durch die Region zu unternehmen. Wir sind dabei zügig unterwegs (ca. 5 – 6 km/h je nach Höhenmeter), das Naturerlebnis und nette Gespräche kommen dabei aber auf keinen Fall zu kurz. Auch freuen wir uns, wenn von euch Vorschläge für Wanderungen kommen, so lernt jeder und jede mal etwas Neues kennen.



Richtig aufgehoben bei uns seid ihr also, wenn ihr euch gerne draußen bewegt (bei fast jedem Wetter) und Lust habt, gemeinsam ins Gespräch zu kommen.

Unsere monatlichen Termine im Jahresverlauf 2025 planen wir wie folgt:

- Mittwoch, 17.09.2025
- Freitag, 17.10.2025
- Mittwoch, 12.11.2025



Startzeiten und Länge variieren je nach Jahreszeit. Bei unseren Feierabendlunden starten wir meist zwischen 18 und 19 Uhr, die Dauer liegt zwischen 1,5 und 3 Stunden.

Auf unserer Homepage veröffentlichen wir frühzeitig die genauen Informationen zur nächsten Wanderung. Es gibt auch eine Whats App Gruppe, in welche man bei Interesse aufgenommen werden kann.

Am 17.09.2025 begrüßen wir den Altweibersommer und Frühherbst in der Hildener Heide. Treffpunkt ist um 18:00 Uhr bei der griechischen Gaststätte am Parkplatz Kellertor in Haan.

Bei Interesse meldet euch bei uns Wanderleiterinnen.

Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de

Lena.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de



Achtsam mit sich unterwegs

von Wiebke Zarembowicz (Text und Fotos)

Die Nachrichten überschlagen sich, sobald es wieder eine neue sportliche Höchstleistung gibt.

Wer war am schnellsten? Wer lief am längsten? Wer bestieg den höchsten Berg unter den allerschwersten Bedingungen?

Auch in unserem Alltag folgen wir den Regeln der Leistungsoptimierung, soweit wir es können. Wir wollen auch immer besser, schneller, höher kommen. Sei es im Beruf oder beim Sport. Unsere Gesellschaft ist darauf ausgerichtet, dass nur die besten Leistungen wirklich zählen und belohnt werden.

Doch das kann Folgen haben. Wer nicht mithalten kann, landet schnell in einer Spirale von Stress und Überlastung, die im schlimmsten Fall in einem Burn-Out endet.

Wie kann man diesen Kreislauf brechen?

Seit einigen Jahren gewinnt das Thema der Achtsamkeit in unserer westlichen Welt immer mehr an Bedeutung. Achtsamkeit kann uns in stressigen Phasen Halt geben und uns helfen zurück zu uns zu finden. Auch die Psychotherapie sieht in bewusster Entschleunigung und Wahrnehmung der eigenen Gefühle und der Außenwelt, einen Weg für ein entspannteres und damit gesünderes Leben.

Die Sektion Wuppertal hat diese Entwicklung erkannt und bietet seit einiger Zeit die Ausbildung zum Bergwandern in der Prävention an, die dieses Thema aufgreift.

Ich durfte im Mai dieses Jahres den ersten Teil der Ausbildung absolvieren und Anfang Juni meine erste lange Achtsamkeitswanderung anbieten. Worum geht es dabei?





Auch das Thema Wandern ist in den meisten Fällen mit sportlicher Leistung verknüpft. Die Natur, in welcher wir unterwegs sind, wird dabei eher zum Nebenschauplatz, die genutzt und nicht unbedingt wahrgenommen wird.

Beim achtsamen Wandern ist dies anders. Der Fokus wird bewusst auf die Natur und die Wahrnehmung gelenkt, was ein Ankommen in derzeitigen Moment ermöglicht und die Gedanken zur Ruhe bringen kann. Die Natur wird mit allen Sinnen erlebt und erforscht.

Wir sind langsamer unterwegs. Die Anzahl der Kilometer oder Höhenmeter ist dabei nebensächlich.

Auch Übungen aus der Meditationspraxis oder dem Yoga können ein Bestandteil der Wanderungen sein, wie zum Beispiel Atemübungen oder Gedankenreisen.

Wer diese Übungen bereits aus der Yogapraxis kennt, kann diese nun neu unter freiem Himmel und im Schutz der Bäume erleben.

Es ist wissenschaftlich belegt, dass Atemübungen und die bewusste Auseinandersetzung mit der Natur unser autonomes Nervensystem beruhigen und

einen positiven Beitrag für unsere Gesundheit leisten.

Die erste achtsame Wanderung, die ich leitete, fand im Juni statt. Auch wenn die Temperaturen an diesem Samstag mehr als sommerlich waren – mit über 30 Grad – war es ein wundervoller, ruhiger Tag, den die Gruppe und ich mit allen Sinnen genießen konnten.

Wir starteten mit einem kleinen Warm-Up am Wasser. Dann folgte eine Übung zum gemeinsamen achtsamen Austausch, daraufhin das Eintauchen in die Stille.

Unsere Mittagspause und eine kleine Fantasiereise führten wir in einem wunderbar schattigen Eichenhain durch, den wir eher durch Zufall fanden. Danach ging es weiter über wilde Wege zurück Richtung Parkplatz. Schließlich drohte uns ein Gewitter, das uns auf dem Rückweg im Nacken saß. Doch auch das gehört zum Natur erleben dazu. Die Natur ist nun mal unvorhersehbar. Müde und zufrieden endete die Wanderung mit einem Cool-Down im Schatten und wir erreichten unser Ziel, bevor die ersten Tropfen fielen.

Nach diesem gelungenen ersten Auftakt bin ich schon auf der Suche nach neuen Wegen für achtsame Wander-Erlebnisse. Es gibt noch viel zu entdecken und es ist immer eine gute Idee, sich selbst einige Momente der Ruhe zu gönnen, während unsere Welt draußen immer lauter wird. Ich würde mich freuen, dich auf einer der nächsten Runden zu sehen!



Glass-Sphere (© Bildportal Pixabay)



Bericht der Handballabteilung

von Ulrike Glombitza

Anfang Juli fuhren die Damen zur Mannschaftsfahrt übers Wochenende nach Willingen. Bei tollem Wetter



wurde die Gemeinschaft gepflegt, gegrillt und am Samstag die Aussicht von Siggis Hütte genossen. Im Willinger Brauhaus fand die Tour ihren krönenden Abschluss.

Nach der Tour wurde durchgehend für die nächste Saison trainiert und das eine und andere Trainingsspiel absolviert. Ende August folgten noch zwei Trainingslager mit intensiven Einheiten bevor am 21. September die Verbandsligasaison beginnt.

Hier der vorläufige Spielplan:

Spieltermine

Tag Datum Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
So. 21.09.2025 14:00	12012	624004	Team CDG/DAV Wuppertal	Mettmann-Sport
So. 28.09.2025 18:00	05012	624012	HSV Überruhr II	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 04.10.2025 18:00	12004	624019	Team CDG/DAV Wuppertal	SG Langenfeld
Sa. 11.10.2025 17:00	04007	624027	Fortuna Düsseldorf 1895 e.V. II	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 08.11.2025 18:00	12004	624034	Team CDG/DAV Wuppertal	TB Wülfrath II
Sa. 15.11.2025 16:00	04005	624042	HSG Gerresheim	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 29.11.2025 00:00	01040	624049	spielfrei	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 06.12.2025 18:00	12004	624056	Team CDG/DAV Wuppertal	Lüttringhauser TV
So. 14.12.2025 13:00	01023	624062	Bergische Panther II	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 20.12.2025 18:00	12004	624064	Team CDG/DAV Wuppertal	TuS Erkrath
So. 11.01.2026 18:00	04004	624072	TG 81 Düsseldorf	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 17.01.2026 17:00 t	01041	624080	DJK Unitas Haan e.V. II	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 24.01.2026 20:00	05010	624088	ETB SW Essen	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 31.01.2026 15:00	12033	624095	Mettmann-Sport	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 07.02.2026 18:00	12004	624103	Team CDG/DAV Wuppertal	HSV Überruhr II
Sa. 21.02.2026 15:00	01047	624110	SG Langenfeld	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 28.02.2026 18:00	12004	624118	Team CDG/DAV Wuppertal	Fortuna Düsseldorf 1895 e.V. II
Sa. 07.03.2026 14:00	12031	624125	TB Wülfrath II	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 14.03.2026 18:00	12004	624133	Team CDG/DAV Wuppertal	HSG Gerresheim
Sa. 21.03.2026 00:00	12004		Team CDG/DAV Wuppertal	spielfrei
Sa. 11.04.2026 15:45	01008	624147	Lüttringhauser TV	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 18.04.2026 18:00	12004	624153	Team CDG/DAV Wuppertal	Bergische Panther II
So. 26.04.2026 11:30	04049	624155	TuS Erkrath	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa. 02.05.2026 18:00	12004	624163	Team CDG/DAV Wuppertal	TG 81 Düsseldorf
Sa. 09.05.2026 18:00 t	12004	624171	Team CDG/DAV Wuppertal	DJK Unitas Haan e.V. II
Sa. 16.05.2026 18:00	12004	624179	Team CDG/DAV Wuppertal	ETB SW Essen



Die Herren haben etwas länger pausiert, sind aber auch Mitte August mit der Vorbereitung gestartet. Da mit dem Kreis Essen ein neues Spielkonzept ausprobiert wird, startet die richtige Saison bei den Herren erst im November. Die Zeit bis dahin wird mit einem kleinen Turnier, welches über vier Wochenenden gespielt wird, überbrückt. Auch wenn dieses Turnier keine große Bedeu-

tung hat, möchte man so gut wie möglich abschneiden.
Im November spielen die Mannschaften im Kreis Wuppertal-Niederberg eine Einfachrunde. Die Rückrunde wird dann mit dem Kreis Essen nach einem (hoffentlich) ausgeklügeltem System gespielt. Wir werden sehen!

Hier die Termine der Herren für die „Hinrunde“:

Spielplan

Finale und Spiel um Platz 3 Rückspiel

Tag	Datum	Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
Sa.	04.10.2025	15:30 v	12013	3	Cronenberger TG IV	HSV/COG
		15:30 v	12003	4	Vohwinkel STV III	HSV/COG

Finale und Spiel um Platz 3 Hinspiel

Tag	Datum	Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
Sa.	27.09.2025	16:00 v	12004	2	Team CDG/DAV Wuppertal	CTGAV/STV3
So.	28.09.2025	19:00 v	12009	1	SSG Wuppertal/HSV Wuppertal III	CTGAV/STV3

Halbfinale Rückspiel

Tag	Datum	Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
Sa.	20.09.2025	18:10 v	12003	1	Vohwinkel STV III	Cronenberger TG IV
So.	21.09.2025	19:15 v	12009	2	SSG Wuppertal/HSV Wuppertal III	Team CDG/DAV Wuppertal

Halbfinale Hinspiel

Tag	Datum	Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
Sa.	13.09.2025	00:00	12004	2	Team CDG/DAV Wuppertal	SSG Wuppertal/HSV Wuppertal III
		17:45 v	12013	1	Cronenberger TG IV	Vohwinkel STV III

Spieltermine

Tag	Datum	Zeit	Halle	Nr.	Heimmannschaft	Gastmannschaft
Sa.	08.11.2025	16:00 v	12004	2	Team CDG/DAV Wuppertal	LTV Wuppertal III
So.	16.11.2025	19:15 v	12009	6	SSG Wuppertal/HSV Wuppertal III	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa.	29.11.2025	16:00 v	12004	11	Team CDG/DAV Wuppertal	HSG Velbert/Heiligenhaus III
Sa.	06.12.2025	14:30	12013	15	Cronenberger TG IV	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa.	13.12.2025	16:00 v	12004	20	Team CDG/DAV Wuppertal	TVD Velbert
Sa.	10.01.2026	16:30 v	12007	24	Vohwinkel STV III	Team CDG/DAV Wuppertal
Sa.	24.01.2026	16:00	12006	29	Team CDG/DAV Wuppertal	Niederbergischer HC II
So.	01.02.2026	14:00	12023	33	Niederbergischer HC III	Team CDG/DAV Wuppertal

Famienstation Klüttinger Alm

FAMILIE BRASELMANN
*Niederklüttingen 3
58339 Breckerfeld
Tel.: 02195-689985
0175-2701787
www.kluetinger-alm.de
info@party-service-braselmann.de*

**TYPISCH BAYRISCHE
SCHMANKERL -
SPEISEKARTE**

ÖFFNUNGSZEITEN:
*Sonn- und Feiertage
ab 10 Uhr
Montag bis Donnerstag
ab 11.30 Uhr
Für Gruppen jeglicher Art
nach Absprache
ZUFAHRT
Über Radevormwald - Filde
oder Wanderweg von der
Heilenbecker Falsperre*



Vortragssaison 2025/26



Liebe Freundinnen, liebe Freunde des Bergsports, liebe Vortragsbegeisterte,

es hatte etwas von einem wilden Ritt: kaum stand das Vortragsprogramm fest und kaum waren die Referenten gebucht, da teilte der Veranstaltungsort Wuppertaler Hof wegen Sanierungsarbeiten seinen Totalausfall mit. Nun gut, mit etwas Mühe wurde die Uni mit ihren Hörsälen gewonnen. Aber auch von dort kam Anfang Juni eine Absage: Renovierungsarbeiten... Trotz dieser Widrigkeiten haben wir nun doch einen Raum gefunden, in dem wir unser Vortragsprogramm darbieten können. Das Kulturzentrum „Färberei“ in Oberbarmen stellt uns ihren „Großen Saal“ zur Verfügung, die Erleichterung ist groß.

Also: alle Vorträge der Saison 25/26 finden statt in der
**Färberei – Zentrum für Integration und Inklusion,
Peter-Hansen-Platz 1, 42275 Wuppertal-Oberbarmen.**

Die ÖPNV-Anbindung ist per Schwebebahn, S-Bahn und Bus recht gut, die Parksituation für PKW eher nicht. Nun, der Alpenverein hat sich CO₂-arme Veranstaltungen auf die Fahne geschrieben. Und es ist sicher viel einfacher, mit den Öffentlichen nach Oberbarmen zu gelangen, als beispielsweise nach Sexten/Südtirol. Bitte lasst euch nicht abschrecken und besucht unser recht erlesenes Programm:

7.10.2025, 19:30 Uhr, Martina & Guus Reinartz
Grenzenloser Zauber der Berge in Südtirol



Die beliebten Niederländer Martina & Guus Reinartz berichten auf gewohnt informative und unterhaltsame Weise über dieses abwechslungsreiche, stimmungsvolle Land südlich des Brenners. Die majestätische Landschaft flößt uns viel Respekt ein und inspiriert uns gleichzeitig! Sterzing, Ratschings, das Ridnauntal

und das Pflerschtal sind die Ausgangspunkte. Die farbenfrohe Pracht der Almen und ihre bunten Blumentepiche überwältigen, während in der Ferne verträumt versunkene Schlösser und Burgen auftauchen.

Wir begeben uns auf Hüttentouren im Grünen, im Fels, im Schnee und Eis, besteigen den Hochfeiler (3509 m) und das Zuckerhütl (3507m). Wir besuchen traditionelle Musikfeste und den Weihnachtsmarkt von Sterzing. Wir erfahren den Rhythmus der Natur und wir lassen uns bezaubern durch die lebenswerte, fröhlich-heitere Gastfreundschaft der Südtiroler.



11.11.2025, 19:30 Uhr, Alix v. Melle,

8000er drunter und drüber – Berge, Liebe, Tod



25 Jahre lang hat Alix von Melle die Leidenschaft Höhenbergsteigen mit ihrem Mann Luis Stitzinger geteilt und sieben Achttausender ohne Verwendung von künstlichem Sauerstoff bestiegen. 2023 ist Luis von seinem 10. Achttausender nicht zurückgekehrt.

Alix stellt sich der Herausforderung, ihr neues Leben zu meistern und die Leidenschaft Höhenbergsteigen im Herzen weiterzuleben.

13.01.2026, 19:30 Uhr, „Klippenhippe“ Thomas Heuser & Sabine Schoening,

Top Trails – Trekking in Portugal, Island, Nepal, Grönland



Sabine Schoening und Thomas Heuser, beide aus Bochum, beide leidenschaftliche Abenteurer und fotografierende Reisende, präsentieren ihre neueste Live-Reisereportage „Top Trails“.

In diesem spannenden Multimediovortrag nehmen sie ihr Publikum mit auf vier beeindruckende Fernwanderwege in unterschiedlichen Regionen der Welt. So lernen wir kennen:

in Portugal die **Rota Vicentina** entlang der wilden Atlantikküste
auf Island den **Laugavegur**, einen der schönsten Fernwanderwege der Welt
in Nepal den **Poon Hill Trek** mit seinen Ausblicken auf die majestätischen Achttausender und
auf Grönland den **Arctic Circle Trail** vom Inlandeis zur Atlantikküste

Erlebe eine inspirierende Reise auf diesen schönem Wanderwegen – authentisch, emotional und informativ. Lasse dich von der Magie des Wanderns verzaubern!

Im Februar und im März 2026 folgen noch zwei weitere Vorträge, die in der nächsten Ausgabe von Wuppertal Alpin detaillierter vorgestellt werden:

10.02.2026, Michael Pröttel, **Traumtouren der Ostalpen**

17.03.2026, Michael Beek, **Nanga Parbat**

Der angekündigte Sportkletter-Vortrag „Opera Vertical“ von Pesche Wüthrich findet erst im November 2026 statt.

Wir laden dich schon jetzt herzlich ein, unsere Vorträge zu besuchen. Um sie herum gibt es Zeit, sich zu unterhalten, mit Freunden, mit Bekannten, oft mit den Vereinsvorstehern und natürlich mit den Referenten. Sabina und Tom Panitz halten einen Imbiss beachtlicher Qualität bereit. Sie und ihre Helfer wirken mit, dass die Abende wirklich gelingen und lange nachklingen.

Wir freuen uns auf dich!



Stets aktuelle Informationen über die anstehenden Vorträge findet ihr im Internet unter:

<https://DAV-Wuppertal.de/veranstaltungen/vortraege>



Info- und Aktualisierungservice:

Magst du Feedback zu den Vortragsveranstaltungen geben, hast du Anregungen, Tipps, Kritik oder Beschwerden? Möchtest du regelmäßige Informationen zum Vortragsprogramm erhalten oder gar deine Bereitschaft zur Mitarbeit aufzeigen?



Gerne erwarte ich deine E-Mail an Luitger.Koep@DAV-Wuppertal.de

Luitger Menzi Koep, Vortragswart

Nordic Walking

Unser Training findet gemeinsam mit Teilnehmern des Ski-Club-Cronenberg statt.

Donnerstags von 15:00 Uhr

ca. 1 Stunde in Soft Technik

(ruhig, gleichmäßig),

Treffpunkt: Vor Röhnstr. 41, Strecke:
Burgholz

Dienstags von 18:30 Uhr

ca. 1 Stunde in Fitness Technik

(zügig und dynamisch)

Treffpunkt: Bahnhof Küllenhahn
Harzstr., Strecke: Sambatrasse



Ausrüstung

Bitte eigene Walking Stöcke mitbringen. Schuhe sollten bequem und sportlich sein (Laufschuhe oder leichte Wanderschuhe, keine Wander"botten"). Dies ist kein Einsteiger-Kurs, grundlegende Kenntnisse über "Langlauftechnik" (Nordic) sind also nicht falsch. Nordic Walking ist ja etwas für jeden, der bereit ist sich zu bewegen.

Genauere Infos über den Ablauf gibt es direkt bei:

Jörg Werbeck, Tel.: 0202 / 477990, Joerg.Werbeck@DAV-Wuppertal.de



Skigruppen

Referenten Skilauf :

Gottfried Deter, Neuenhaus 71, 42349 Wuppertal,
Mobil: 0160/ 4453354, Tel.: 0202 / 4087967,
e-mail: Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de

Michael Hellmer, Tel.: 08687 / 984386
e-mail: Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de



Weihnachts-/Silvesterfahrt ins Schnalstal / Val Senales

26.12.2025 – 02.01.2026

(oder nach individueller An-/ Abreiseplanung)

Zum Jahreswechsel 2025/26 starten wir unsere erste Schneesportfahrt ins Schnalstal oberhalb von Meran. Wir wohnen im Smart Hotel Firm in Unser Frau auf ca. 1500m.

Die 2- und Mehr-Bettzimmer haben alle Du/ WC. Das Frühstücksbüffet ist reichhaltig, abends wartet ein 3-Gang-Menü + Salatbüffet. Ein Schwimmbad, die Sauna, das nahe Meran mit seinem Weihnachtsmarkt bieten Abwechslung und Entspannung nach dem Skifahren.

Die Skibetreuung durch die DAV-Übungsleiter findet an 5 von 6 Ski-Tagen statt. Nach dem Frühstück starten wir in Kurzras auf 2000m ins Skigebiet, das uns bis auf 3250m führt. Die 9km vom Hotel bis Kurzras können mit dem stündlich fahrenden Skibus (Meran Bhf – Kurzras) oder mit den PKW zurückgelegt werden (ebenso praktisch mit dem Skibus für einen Ausflug nach Meran (ca. 25km)).

Die Hin- und Rückreise erfolgt privat, bei der Bildung von Fahrgemeinschaften sind wir gerne behilflich. Anreise mit Bahn (bis Meran) und Skibus (stündlich, hält 50m vom Hotel) ist ebenfalls gut möglich.

Die Anreise ist am 26.12.25 zum Abendessen, die Abreise erfolgt am 02.01.26 nach dem Frühstück (oder nach individueller An-/Abreiseplanung).



Die neue Gletschergondel
2000m – 3250m zur Grawand



Zum Reinschnuppern: www.hotelfirn.com / www.schnalstal.it



Gipfelstation der Grawand
3250m, nicht weit vom Ötzi-
Grab

Kosten ohne Skipass

Erwachsene + Jgdl. ab 14 Jahre	1150,- €
Jugendliche 12 + 13 Jahre	1125,- €
Kinder 8 - 11 Jahre	845,- €
Kinder 4 - 7 Jahre	675,- €
Kinder bis 3 Jahre	- frei -
Einzelbelegung-Zuschlag:	40,- €/ Nacht

Nichtmitglieder im DAV:

ab 25 Jahre:	88,- € Zuschlag
18 – 24 Jahre:	38,- € „
bis 17 Jahre:	17,- € „

Leistung

7 x Ü/HP im Smart Hotel Firn, Skibetreuung an 5 Tagen, Hallenbad, Sauna, Skibusnutzung, Ortstaxe ab 14 Jahre, Reiseleitung

Bei individueller An-/Abreiseplanung werden die Kosten tagesgenau angepasst.

Skipässe werden bei Gruppenkonditionen gesammelt gekauft, sonst individuell.

Kosten für 6-Tage-Pass Val Senales (Preise Saison 2024/25 !):

Erw. 306,-€; Jgdl. 15-18 J. 214,-€; Sen. 269,-€; Kinder bis 9 J. 30,-€;
10 - 14 J. 196,-€

Informationen und Anmeldung bei:

Gottfried Deter, Tel.: 0202/4087967 mobil: 0160/445 3354

E-Mail: Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de



Angebote Schneesport Barmen

Im Winter 2025/26

Auf den folgenden Seiten stellen wir euch das Programm der Schneesportgruppe Barmen vor. Ab dieser Saison sind alle DAV-Mitglieder herzlich willkommen! Mitgliedsanträge gibt es auf der Homepage.

Diesen Winter starten wir unser Programm mit einer Gemeinschaftsfahrt zur Saisoneröffnung. Dann gibt es dieses Jahr neu eine Familienfahrt über Sylvester. Weiter geht es mit unserer Erwachsenenski freizeit im Februar-März. Wir fahren wie jedes Jahr nach St. Jakob im Defereggental. In den Osterferien finden wieder unsere bekannten Fahrten statt – die Skifreizeit für Jugendliche und Junggebliebene sowie die Familienfahrt.

Bei allen Fahrten stehen genügend Skilehrer, zum Teil auch Snowboardlehrer, zur Verfügung, so dass jeder die Möglichkeit hat, sein Fahrkönnen in kleinen Gruppen zu verbessern.

Die Anmeldungen laufen direkt über den jeweiligen Fahrtenleiter. Solltet ihr Fragen haben – einfach beim Fahrtenleiter melden! Wenn mehr Anmeldungen erfolgen, als Plätze zur Verfügung stehen, gilt die Reihenfolge der Anmeldungen.

Natürlich stehe ich auch bei Fragen oder Anregungen zur Verfügung.

Michael Hellmer, Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de, Tel. 08687-984386

Saisoneröffnung St. Jakob 25

Gemeinschaftsfahrt

05.12. – 07.12.2025

Auch in diesem Jahr fahren wir wieder zum Saisonauftakt nach St. Jakob. Hierbei handelt es sich um **eine Gemeinschaftsfahrt, bei der kein Skiunterricht angeboten wird**. Natürlich haben wir Skilehrer vor Ort, die euch gerne mit Rat und Tat unterstützen. In den letzten Jahren waren die Schneebedingungen zu dieser Zeit perfekt und die Pisten leer. Wir werden Samstag und Sonntag Ski oder Snowboard fahren. Wer länger bleiben möchte, kann das natürlich tun und mit mir absprechen. Das Frühstück werden wir gemeinsam organisieren und abends wahrscheinlich essen gehen.

Termin: 05.12. – 07.12.2025

Ort: Barmer Haus in St. Jakob im Defereggental

Kosten: Abrechnung vor Ort nach Preisliste Barmer Haus, Verpflegung und Skipass extra

Leistungen: Organisation der Fahrt, Teilnehmerlisten zwecks Fahrgemeinschaften kurz vorher

Anmeldungen: bitte bei Michael Hellmer per mail an Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de



Bitte meldet euch bis spätestens Mitte November an, je eher desto besser. Die Bettenverteilung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen. Bei Doppelzimmern haben Pärchen Vorrang.

Familien-Skifreizeit Silvester 2025/2026

Samstag, 27.12.2025 - Sonntag, 04.01.2026

Barmer Haus - Unterrotte, 9963 St. Jakob im Defereggen

Unterkunft/Skigebiet:

Das Barmer Haus, mitten im Zentrum von St. Jakob, bietet schöne Ein-, Zwei- und Vierbettzimmer und zwei Bettenlager. Die Duschen und Toiletten werden teilweise gemeinschaftlich genutzt. Die urigen Aufenthaltsräume mit Kachelöfen laden zum gemeinsamen Essen und Verweilen ein. In der hauseigenen Küche kocht ihr zusammen mit unserer Unterstützung für die Gruppe - Küchenparty inklusive!!

Die Bettwäsche wird gestellt und der Skikeller verfügt über eine Skischuhheizung und eine Tischtennisplatte.

Das familienfreundliche Skigebiet St. Jakob/Brunnalm (1.400-2.680 m) ist mit dem Skibus, der direkt vor der Haustür hält, in ca. 10 Minuten erreichbar. Das überschaubare Skigebiet eignet sich für Ski- und Snowboardfahrer jeder Erfahrungsstufe und lockt mit seinen gemütlichen Hütten zu gemeinsamen Pausen.

Ski-/Snowboardbetreuung:

An 6 von 7 Tagen bieten wir vormittags dreistündige Ski- und/oder Snowboardbetreuung an. Neujahr ist Pause! Die Gruppen werden je nach Bedarf der Teilnehmer und Kapazitäten der Übungsleiter*innen gestaltet. Kinder unter 6 Jahren können erste Erfahrungen in der örtlichen Skischule sammeln.

Anreise: Samstag ab 12:00 Uhr,
gemeinsames Abendessen um 18:30 Uhr

Abreise: Sonntag nach dem Frühstück
Wir verlassen das Haus geputzt.

Die An- und Abreise erfolgen privat, gerne unterstützen wir bei der Bildung von Fahrgemeinschaften.

Reisekosten: Erwachsene 449 €, Jugendliche 349 € (16-24 Jahre),
Kinder 279 € (6-15 Jahre), Kinder unter 6 Jahre fahren
kostenfrei mit. Für Nichtmitglieder des DAV wird ein Aufschlag
berechnet. Die Skipässe werden eigenverantwortlich von den
Gästen gekauft.

Leistungen: Halbpension bei Mithilfe
8 Übernachtungen
6 Tage Ski- und Snowboardbetreuung
gesetzl. Tourismusabgabe (Kurtaxe)

Zur Orientierung - Skipasspreise für 7 Skitage in der Saison 2024/2025:
Erwachsene: 379 € / Kinder: 189,50 € (6-18 Jahre),
Kinder unter 6 Jahren sind kostenfrei.



Unterkunft: www.DAV-Wuppertal.de/huetten-kletteranlagen/barmer-haus

Skigebiet: www.stjakob-ski.at

weitere Infos und Anmeldung bei:

Jörn Brosig, 0163 7694675, Joern.Brosig@DAV-Wuppertal.de

Skifreizeit für Erwachsene

28.02. – 07.03.2026

Die Monate Februar und März gehören für viele Skifahrer zu den schönsten in der Skisaison. Fast ausnahmslos herrschen perfekte Schneeeverhältnisse, und häufig zeigt sich auch die Sonne von ihrer strahlenden Seite. St. Jakob ist um diese Zeit immer wieder ein Traum. Das Skigebiet Brunnalm (1400-2680m) ist klein und fein. Es bietet für Skifahrer jeglicher Leistungsstärke genügend Möglichkeiten. Gemütliche Hütten laden zu erholsamen Pausen ein.

Das Barmer Haus ist ein Selbstversorgerhaus mit schönen Zimmern, zwei großen Lagern und einem sehr gemütlichen Aufenthaltsraum mit einem schönen Kachelofen. In der großen Küche kann man gut auch für große Gruppen kochen. Wie gesagt, wir verpflegen uns selbst, d.h. jeder muss ein- oder zweimal in der Woche beim Kochen, Spülen, Aufräumen und Putzen mit anpacken.

Das Barmer Haus liegt mitten im Ortszentrum von St. Jakob. Zum Supermarkt oder zur Sparkasse ist es nur ein Katzensprung. Direkt vor dem Haus fährt auch der Skibus ab, der keine fünf Minuten bis zur Talstation fährt.

Abends gibt es verschiedene Möglichkeiten, die wir je nach Lust und Laune ausschöpfen können, zum Beispiel Spieleabend, Nachtrodeln...

Bei dieser Skifreizeit stehen euch wieder unsere Ski- und Snowboardlehrer zur Verfügung, die mit euch in kleinen Gruppen trainieren und auf individuelle Wünsche eingehen können. Anfänger sind wie immer herzlich willkommen - für euch ist ein spezieller Anfängerkurs geplant. Für die anderen stehen verschiedene Themen zur Auswahl, zum Beispiel Carven, Freeriden, Freestyle und vieles mehr...

Termin: 28.02.26 (Anreise) – 07.03.25 (Abreise)

Ort: Barmer Haus in St. Jakob im Defereggental

Kosten: 300,- € für DAV-Mitglieder
Nichtmietglieder dürfen leider nicht teilnehmen.

Leistungen: Übernachtung, Halbpension und Ski-/Snowboardbetreuung;
der Skipass ist nicht im Preis inbegriffen (6 Tage ca. 360,- €)

Anmeldungen: spätestens bis zum 15.01.2026 bei Michael Hellmer, per mail
an Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de

Die Betten werden nach Eingang der Anmeldungen verteilt. Doppelzimmer gehen hauptsächlich an Pärchen. Lagerplätze haben ihren besonderen Flair.



Familienskifreizeit St. Jakob i.Def.

4.4.2026 (Anreise) – 11.4.2026 (Abreise)



Die Osterferien sind für viele Familien die schönste Zeit, um gemeinsam in den Schnee zu fahren. Das Skigebiet Brunnalm (1.400–2.500 m) eignet sich hervorragend für einen Familienurlaub. Es bietet abwechslungsreiche, aber übersichtliche Pisten für Skifahrerinnen und Skifahrer aller Leistungsstufen. So ist es auch ganz einfach, sich mittags in einer der gemütlichen Hütten zu einer entspannten Pause zu treffen.

Unser Quartier ist das Barmer Haus, ein Selbstversorgerhaus mit schönen Zimmern, zwei großen Lagern und einem sehr gemütlichen Aufenthaltsraum mit einem einladenden Kachelofen. Die Mahlzeiten bereiten wir gemeinsam in der gut ausgestatteten Küche zu.

Während der Skifreizeit begleiten euch unsere Skilehrerinnen und Skilehrer, die in kleinen Gruppen individuell mit euch trainieren. Anfänger sind wie immer herzlich willkommen. Vorrangig bieten wir Skikurse für Kinder an. Wenn noch Plätze frei sind, können auch Eltern an Kursen teilnehmen. Kinder zwischen 4,5 und 6 Jahren können erste Erfahrungen in der örtlichen Skischule sammeln. Dort sorgt das Kinderland mit optimalem Übungsgelände dafür, dass selbst die Kleinsten Freude am Skifahren entwickeln.

- Termin:** Samstag 4.4.2026 (Anreise) – Samstag 11.4.2026 (Abreise)
Ort: Barmer Haus in St. Jakob im Defereggental
Kosten: 380,- € für Erwachsene, DAV Mitglied (Erwachsenenskikurs sofern Kapazitäten bei unseren eigenen SkilehrerInnen frei sind)
180,- € für Kinder (6 – 14 Jahre) (inkl. Skibetreuung durch unsere eigenen SkilehrerInnen)
0,- € für Kinder unter 6 Jahren (Skikurs in der örtlichen Skischule ab 4,5 Jahren möglich <http://www.schneesportschule-stjakob.at>)
Leistungen: 7 Übernachtungen, Halbpension und Skibetreuung; der Skipass ist nicht im Preis inbegriffen
Skipass: z.B. 6 Tage Erwachsene ca. 334,- € (Saison 2026)
Kinder Jahrgang 2004-2016 ca.167 € (Saison 2026)
Anmeldungen: mit Anmeldeformular: spätestens bis zum 15.01.2026 bei Sven Hami, Email: Sven.Hami@DAV-Wuppertal.de



Änderungsmitteilung und Einzugsermächtigung

**Sind sie umgezogen? Haben sie ein neues Konto? Haben sie geheiratet?
Bezahlen sie noch bar oder per Überweisung?**

Wenn ja, dann schicken sie diese Änderungsmitteilung bitte umgehend an die Sektion!
**Die Änderungen Ihrer Mitgliedsdaten (Adresse, Bankverbindung, Empfang von Panorama
und Wuppertal Alpin) können sie auch schnell und unkompliziert über
<https://Mein.Alpenverein.de> vornehmen.**

Sektion Wuppertal

Badische Str. 76

D-42389 Wuppertal

Tel.: 0202/281518-20



Alte Angaben:

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ, Wohnort:

Neue Angaben:

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ, Wohnort:

Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats

Gläubiger-ID (wird von der Sektion ausgefüllt)

SEPA-Lastschriftverfahren

Ich ermächtige die DAV-Sektion

Vorname und Name des Kontoinhaber:

Name / Sitz der Sektion

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die DAV Sektion

Name / Sitz der Sektion

widerruflich, die von mir entrichtende Zahlung bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DAV-Sektion auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditunternehmen vereinbarten Bedingungen.

Name des Kreditinstitutes

Name des Kreditinstitutes BIC

Kontonummer

Bankleitzahl

IBAN

Ort, Datum:

Unterschrift: (bei Minderjährigen
des/der gesetzlichen Vertreter/s)

Mitglieds-Nr.

Die DAV-Sektion Wuppertal bucht den Jahresbeitrag am 02. Januar eines Jahres ab.
Die Mandatsreferenz ist die persönliche Mitgliedsnummer.



Wichtige Hinweise der Geschäftsstelle

Die Mitgliedsbeiträge sind Jahresbeiträge und gelten für das jeweilige Kalenderjahr. Nur bei Vorliegen besonderer Umstände kann der Sektionsvorstand den Sektionsanteil am Beitrag ermäßigen oder erlassen.

Bei Eintritt ab dem 01.09. eines Jahres gilt ein ermäßigter Beitrag.

Beitragsumstufungen erfolgen automatisch durch die Sektionsgeschäftsstelle bei Vollendung des 18. und 24. Lebensjahres.

Senioren, die bis zum 31.12. eines Jahres 70 Jahre alt geworden sind, erhalten ab dem Folgejahr auf Antrag die B-Mitgliedschaft. Der Antrag muss bis spätestens 30.11. eines Jahres der Geschäftsstelle vorliegen.

Beitragskategorie Schwerbehinderung ab 50%: Für die Änderung der Beitragskategorie bei Schwerbehinderung ab 50% muss die Kopie des Schwerbehindertenausweises bis spätestens 30.11. eines Jahres der Geschäftsstelle vorliegen. Eine Änderung im Lauf des Beitragsjahrs ist nicht möglich.

Alleinerziehende erhalten auf Antrag, bei Vorlage einer schriftlichen Erklärung, die Familienmitgliedschaft, d.h. A-Mitglied-Familie EUR 88,-€ Kinder sind bis 18 Jahre beitragsfrei. Der Antrag / Erklärung müssen bis spätestens 30.11. eines Jahres der Geschäftsstelle vorliegen.

Partnermitgliedschaft bedeutet A-Mitglied und B-Mitglied mit gemeinsamer Anschrift und Zahlung des Gesamtbetrages in Höhe von EUR 144,-€ plus 20,-€ von einem Konto.

Beitragseinzug: Jedes neue Mitglied muss **grundsätzlich eine Einzugsermächtigung und ein SEPA-Lastschriftmandat** erteilen.

Ist der Kontoinhaber nicht der Hauptantragsteller, muss auch die Anschrift des Kontoinhabers in das Formular der Einzugsermächtigung eingetragen werden.

Der Beitrag wird bei Neuaufnahmen 14 Tage nach Aufnahme eingezogen. Der Beitragseinzug für das Folgejahr erfolgt am 02. Januar eines Jahres. Fallen die Abbuchungstermine nicht auf einen Bankarbeitstag, erfolgt der Einzug am unmittelbar darauf folgenden Bankarbeitstag.

Barzahler (Mitglieder, die keine SEPA-Einzugsermächtigung erteilt haben) überweisen den Jahresbeitrag bis zum **31.01. eines Jahres**. Eine Rechnung wird nicht zugesandt. Der Mitgliedsausweis wird erst nach Zahlung ausgehändigt oder zugesandt.

Der **Mitgliedsausweis** wird nach Abbuchung der Lastschrift Mitte bis Ende Februar aus München versendet. Mitgliedern, die keine Einzugsermächtigung erteilt haben, wird der Ausweis ab Mitte Februar nach Eingang der Überweisung zugesandt.

Der Ausweis ist nur in Verbindung mit einem amtlichen Lichtbildausweis gültig. Ist der Ausweis bis zum **28. Februar eines Jahres** nicht bei Ihnen eingetroffen, benachrichtigen Sie bitte unsere Geschäftsstelle.



Versicherungsschutz ist nur gegeben, wenn zum Zeitpunkt des Versicherungsfalles der Jahresbeitrag bezahlt wurde.

Wenn Sie glauben, dass die Beitragshöhe nicht stimmt oder wir einen Fehler gemacht haben, rufen Sie uns bitte an, bevor Sie das Geld über die Bank zurückfordern.

Die Gebühren für Rücklastschriften sind sehr hoch.

Mahnungen wegen nicht bezahlter Beiträge sind für beide Seiten ärgerlich und aufwendig. Für eine erste Mahnung berechnen wir säumigen Zahlern 2,50 € für eine 2. Mahnung 5,-€ und für die 3. Mahnung 7,50 €.

Änderungen der Anschrift: Laut Satzung ist jedes Mitglied verpflichtet, Änderungen der Anschrift alsbald, **spätestens bis zum 30.11. eines Jahres**, der Sektion mitzuteilen. Nur so ist es möglich, den Versand von Ausweis, „Wuppertal Alpin“ und „Panorama“ zu garantieren.

Änderung Konto- oder Bankwechsel: Änderungen müssen bis **spätestens 30.11. eines Jahres** der Geschäftsstelle mitgeteilt werden. Bei nicht eingelösten Bankeinzügen berechnet Ihre Bank uns **Rücklastgebühren**, die Sie in voller Höhe zu tragen haben.

Kündigungen sind nur zum **31.12. eines Jahres** möglich. Das Kündigungsschreiben, auch als E-Mail, muss der Geschäftsstelle bis **spätestens zum 30.09. eines Jahres** vorliegen. Bei Partner- oder Familienmitgliedschaft muss das A-Mitglied benennen, wer gekündigt wird und wer evtl. weiter Mitglied der Sektion bleibt. **Jede Kündigung wird schriftlich bestätigt.**

Bitte senden Sie uns **keine Einschreibebriefe**, da die Geschäftsstelle nur stundenweise besetzt ist.

Die Satzung der Sektion wird mit der Aufnahme (Ausstellung des gültigen DAV-Ausweises) anerkannt.

Die Kennungen der Einzugsermächtigungen bzw. des SEPA-Basis-Lastschriftmandats:

Jedem Mitglied (Mandat) wird eine eindeutige Mandatsreferenz zugeordnet. Diese setzt sich wie folgt zusammen:

- 002500 - Mitgliedsnummer bzw. 002501 - Mitgliedsnummer

Die Gläubiger-Identifikationsnummer (ID) lautet:

- DE18ZZZ00000238556

Der Mitgliedsbeitrag wird jährlich am

02. Januar eines Jahres

abgebucht. Fällt das genannte Datum nicht auf einen Bankarbeitstag, erfolgt der Einzug am unmittelbar darauffolgenden Bankarbeitstag.



Alles auf einen Blick



Terminübersicht - Aktivitäten der Sektion

Turnusmäßige Treffen der einzelnen Gruppen

- GÄMSeN** samstags, 10:00 - 12:30 Uhr, 14-tägig (gerade KW), *Anne & Steffen Sauter, Steffen.Sauter@DAV-Wuppertal.de*
- Handball** dienstags: Herrenhandballtraining, 20:20 - 21:45 Uhr, Halle CDG, *Christian Klinge*
donnerstags: Herrenhandballtraining, 18:55 - 20:20 Uhr, Halle CDG, *Christian Klinge, Tel.: 0157 35504207, cklinge@web.de*
dienstags: Damenhandballtraining, 20:20 - 21:45 Uhr, Halle CDG, *Ulrike Glombitza*,
donnerstags: Damenhandballtraining, 19:15 - 20:45 Uhr, Halle Hilgershöhe, *Ulrike Glombitza*
Ulrike Glombitza, Tel.: 0171 8961383, Ulrike.Glombitza@DAV-Wuppertal.de
- Jugendgruppe** mittwochs, 17:00 - 19:00 Uhr Jugend I, freitags, 17:00 - 19:00 Uhr, Jugend II,
dienstags, ab 18:30 Uhr, Jugend III, Kletterzentrum Wupperwände
- Jugendgruppe** 13-18 J., freitags, 17:00 - 19:00 Uhr,
Maren Petersen, Tel.: 01786 808314, Maren.Petersen@DAV-Wuppertal.de
Zusatztraining mittwochs (Jungmannschaft)
- Jugend Sport-/Wettkampfklettergruppe**
dienstags 17:00 - 20:00 Uhr, Jugendliche ab 14 Jahre, *Corinna Hermey, Renée Lamsfuß, Wettkampftainer@DAV-Wuppertal.de*
Leon Ben Achour, Leon.Ben-Achour@DAV-Wuppertal.de
- Kindergruppe** 8-12 J., freitags, 16:00 - 17:30 Uhr,
Kathy Palsbröcker, Tel.: 0162 7349404, Katharina.Palsbroecker@DAV-Wuppertal.de
- Kinderwettkampf-klettergruppe** donnerstags, 17:00 - 20:00 Uhr, Kinder ab 6 Jahre, *Renée Lamsfuß und Jonas Kurtz, Wettkampftainer@DAV-Wuppertal.de*
- Klettertreff** montags, donnerstags, freitags 19:00 - 22:00 Uhr, Kletterzentrum Wupperwände
- Lauftreff** sonntags, 9:30 Uhr, in der Hildener Heide, *Thomas Panitz, Tel.: 02058 / 87147*
Thomas.Panitz@DAV-Wuppertal.de
- Mountainbike Skigruppe** Termine erfragen, *Marcus Krahe, Tel.: 0173 / 2989731, Marcus.Krahe@DAV-Wuppertal.de*
mittwochs, 18:00 - 19:30 Uhr, Ballsport / vorzugsweise Basketball, TH Johannisberg 20
Gottfried Deter, Tel.: 0202/ 4087967 od. 0160/445 3354, Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de
- Sport** mittwochs, 19:15 - 20:45 Uhr, (nicht in den Schulferien), Turnhalle Gymn. Kothen,
Schluchtstraße 34, *Irene Falk, Tel. 8702929*

September

- 17.09. Raus und Wandern, *Wibke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de* Wan
- 18.09. Spiele-Nachmittag, 14:30 bis 17:00 Uhr, Seminarraum Kletterzentr.,
Anita Urbaniak, Tel. 462715 Alber
- 20.09. - 26.09. Felsklettern am Gardasee (Arco) als Gemeinschaftsfahrt, *Helmut Leicht, Tel.: 0202 7869137, Helmut.Leicht@DAV-Wuppertal.de* Berg
- 25.09. Terminplanung für 2026, Seminarraum Kletterzentr., *Anita Urbaniak, Tel. 462715* Alber
- 28.09. Heimatweg Wipperfürth, TP 9.30 Uhr, *Susanne Bethke Tel.: 0202/595 727* Wan

Oktober

- 05.10. - 12.10. Wanderwoche im Vogtland Wan
- 06.10. Sektionsstammtisch (DAV Kletterhalle Wuppertal), jeweils ab 19 Uhr Sekt
- 07.10. 19:30 Uhr, Martina & Guus Reinartz, Grenzenloser Zauber der Berge in Südtirol Vor
12. & 19.10. Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage,
Wibke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de Wan
- 10.10. - 12.10. Wandern Gruppenfahrt, M. & St. Stender, 0202/628132 WuM
- 16.10. Spiele-Nachmittag, 14:30 bis 17:00 Uhr, Seminarraum
Kletterzentr., *Anita Urbaniak, Tel. 462715* Alber

Oktober	Mo		6	13	20	27
	Di		7	14	21	28
	Mi	1	8	15	22	29
	Do	2	9	16	23	30
	Fr	3	10	17	24	31
	Sa	4	11	18	25	
	So	5	12	19	26	

November	Mo		3	10	17	24
	Di		4	11	18	25
	Mi		5	12	19	26
	Do		6	13	20	27
	Fr		7	14	21	28
	Sa	1	8	15	22	29
	So	2	9	16	23	30

Dezember	Mo	1	8	15	22	29
	Di	2	9	16	23	30
	Mi	3	10	17	24	31
	Do	4	11	18	25	
	Fr	5	12	19	26	
	Sa	6	13	20	27	
	So	7	14	21	28	





26.10.	„Stinderbachtal“, TP 9.30 Uhr, <i>Edit und Peter Seifert</i> <i>Tel.: 0202/707008</i>	Wan
17.10.	Raus und Wandern, <i>Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de</i>	Wan
30.10. - 02.11.	Saisonabschluss als Gemeinschaftsfahrt, Anmeldeschl. 31.08., <i>Simeon Kremzow-Tennie, Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de</i>	Berg
November		
06.11.	Sektionsstammtisch (DAV Kletterhalle Wuppertal), jeweils ab 19 Uhr	Sekt
09.11.	„Beyenburg“, TP 9.30 Uhr, <i>Klaus Filipczik Tel.: 0202/460905</i>	Wan
09.11.	Wandern, <i>M. & St. Stender, 0202/628132, Monika.Stender@DAV-Wuppertal.de</i>	WuM
09. & 16.11.	Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage, <i>Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de</i>	Wan
11.11.	19:30 Uhr, Alix v. Melle, 8000er drunter und drüber – Berge, Liebe, Tod	Vor
12.11.	Raus und Wandern, <i>Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de</i>	Wan
20.11.	Spiele-Nachmittag, 14:30 bis 17:00 Uhr, Seminarraum Kletterzentr., <i>Anita Urbaniak, Tel. 462715</i>	Alber
23.11.	„Zeche Zollverein“ Ausstellung/Museum, TP 9.30 Uhr, <i>Helga Koburg Tel.: 0202/722 490</i>	Wan
Dezember		
01.12.	Sektionsstammtisch (DAV Kletterhalle Wuppertal), jeweils ab 19 Uhr	Sekt
05.12. - 07.12.	Saisoneroöffnung St. Jakob, Gemeinschaftsfahrt, <i>Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de</i>	Ski
07.12.	„Adventskaffee“ 15.00 Uhr, TP DAV Kletterhalle, Verbindl. Anmeldung: 23.11.2025	Wan
07. & 14.12.	Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage, <i>Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de</i>	Wan
13.12.	Adventskaffeetrinken, 14:30 Uhr, Seminarraum Kletterzentrum, Anmeldeschluss: Sa.26.11., <i>Monika Filipczik, Tel.460905, Lucie Völkel-Kröll, Tel. 25420080</i>	Alber
14.12.	Wandern mit Plätzchen und Punsch, <i>M. & St Stender, Tel.: +49 202 628132</i>	W&M
26.12. - 02.01.	Weihnachts-/Silvesterfahrt ins Schnalstal/ Val Senales, <i>Gottfried Deter, Tel.: 0202/4087967 mobil: 0160/445 3354, Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de</i>	Ski
27.12. - 04.01.	Familien-Skifreizeit Silvester, <i>Jörn Brosig, 0163 7694675, Joern.Brosig@DAV-Wuppertal.de</i>	Ski
Januar		
04.01.	„Schee / Hasslinghausen“, TP 9.30 Uhr, <i>Ethel Baumer Tel.: 0202/436266</i>	Wan
04. & 25.01.	Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage, <i>Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de</i>	Wan
13.01.	19:30 Uhr, „Klippenhippe“ Thomas Heuser & Sabine Schoening, Top Trails – Trekking in Portugal, Island, Nepal, Grönland	Vor
Februar		
08. & 22.02.	Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage, <i>Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de</i>	Wan
10.02.	Michael Pröttel, Trautmtouren der Ostalpen	Vor
27.02.	Wanderführerbesprechung	Wan
28.02. - 07.03.	Skifreizeit für Erwachsene, Anmeld. bis zum 15.01.2026, <i>Michael Hellmer, Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de</i>	Ski
März		
08. & 22.03.	Winterzeit - Zeit für dich, Achtsam in Bewegung durch die kalten Tage, <i>Wiebke Zarembowicz, E-Mail: Wiebke.Zarembowicz@dav-wuppertal.de</i>	Wan
17.03.	Michael Beek, Nanga Parbat	Vor
April		
04.04. - 11.04.	Familienskifreizeit St. Jakob i.Def., Anmeld. bis zum 15.01.2026, <i>Sven Hami, Email: Sven.Hami@DAV-Wuppertal.de</i>	SKI

Januar	Mo		5	12	19	26
	Di		6	13	20	27
	Mi		7	14	21	28
	Do	1	8	15	22	29
	Fr	2	9	16	23	30
	Sa	3	10	17	24	31
	So	4	11	18	25	
Februar	Mo		2	9	16	23
	Di		3	10	17	24
	Mi		4	11	18	25
	Do		5	12	19	26
	Fr		6	13	20	27
	Sa		7	14	21	28
	So	1	8	15	22	
März	Mo		2	9	16	23
	Di		3	10	17	24
	Mi		4	11	18	25
	Do		5	12	19	26
	Fr		6	13	20	27
	Sa		7	14	21	28
	So	1	8	15	22	29



KLE

JUG

FAM

HÜT

WAN

VOR

SKI

OKI

SEKT



Ansprechpartner der Sektion

Vorstand

Peter Bannenberg (Vorsitzender), Tel.: 0152 / 03152142
Peter.Bannenberg@DAV-Wuppertal.de

Ernst Adam, Tel.: 0170 / 4985519
Ernst.Adam@DAV-Wuppertal.de

Carsten Scheel, Tel.: 0202 / 572371
Carsten.Scheel@DAV-Wuppertal.de

Andreas Lohmann
Andreas.Lohmann@DAV-Wuppertal.de

Caroline Lohmann (Jugendvertreterin)
Caroline.Lohmann@DAV-Wuppertal.de

Ehrevorsitzender

Hans-Hermann Schauerte, Tel.: 0202 / 61038,
Hans-Hermann.Schauerte@DAV-Wuppertal.de

Geschäftsführer

Manuel Dahmen, Tel.: 0202 / 28151817
Manuel.Dahmen@DAV-Wuppertal.de

Datenschutz

Datenschutzbeauftragter:

Herr Frank Chabrié

Tel: +49 (202) 271-2000

E-Mail: datenschutz@wupp.it

allgemeine Angelegenheiten zum Thema Datenschutz
in der Sektion
Datenschutz@DAV-Wuppertal.de

Referate und Gruppen

Albertrosse (Leute, die ihre wilde Zeit hinter sich haben)

Anita Urbaniak,

Anita.Urbaniak@DAV-Wuppertal.de

Ausbildung (Beiratsmitglied)

Stefan Strunk, Tel.: 0202 / 2424938,

Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de

Bergsport

Thomas Panitz, Tel.: 02058 / 87147

Thomas.Panitz@DAV-Wuppertal.de

DAV360 (Beiratsmitglied)

Produkt Manager u. Administrator

Jonas Kurtz,

Jonas.Kurtz@DAV-Wuppertal.de

Fragen / Probleme

dav360@DAV-Wuppertal.de

Familiengruppe (Beiratsmitglied komm.)

Sven Hami, Tel.: 0157 / 77742077

Sven.Hami@DAV-Wuppertal.de

Christina Schlegel, Tel.: 0160 / 2270700

Christina.Schlegel@DAV-Wuppertal.de

Fitwandern

Horst Leppelt; Tel.: 0202 / 464648,

Horst.Leppelt@DAV-Wuppertal.de

Hallensport

Turnhalle Johannisberg 20 (Ballsport)

Gottfried Deter, Tel.: 0202 / 4087967,

Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de

Turnhalle Kothen, Schluchtstraße 34 (Gymnastik)

Irene Falk; Tel.: 0202 / 8702929

Irene.Falk@DAV-Wuppertal.de

Handballabteilung (Beiratsmitglied)

Ulrike Glombitza, Tel.: 0171 / 8961383,

Ulrike.Glombitza@DAV-Wuppertal.de

Handicap-Klettergruppe "Die GälSen" (Beiratsmitglied)

Anne & Steffen Sauter

Steffen.Sauter@DAV-Wuppertal.de

Hütten

Barmer Haus

Hüttenreferentin (Beiratsmitglied)

Lina Sauerwein, Tel.: 0175 / 7163376

Lina.Sauerwein@DAV-Wuppertal.de

Belegung

Geschäftsstelle, Tel.: 0202 / 281518-20,

BarmerHaus@DAV-Wuppertal.de

Barmer Hütte

Hüttenreferentin (Beiratsmitglied komm.)

Lina Sauerwein, Tel.: 0175 / 7163376

Lina.Sauerwein@DAV-Wuppertal.de

Hüttenwirtin

Monika Schatzer, Tel.: +39 / 346 / 9868673

Tel.: Barmer Hütte: +43 / (0)664 / 9489413

BarmerHuette@DAV-Wuppertal.de

Wegebau

Wolfgang Hymmen

Wolfgang.Hymmen@DAV-Wuppertal.de

Elberfelder Hütte

Hüttenreferent (Beiratsmitglied)

Andreas Scollick, Tel.: 0172 / 4143061

Andreas.Scollick@DAV-Wuppertal.de

Hüttenwirt

Lucas Zipper,

Elberfelder Hütte Tel.: +43 / (0)4824 / 2545

ElberfelderHuette@DAV-Wuppertal.de

Wegebau

Johannes Steffens

Johannes.Steffens@DAV-Wuppertal.de

Sauerlandhütte

Hüttenreferent (Beiratsmitglied)

Wolfgang Lang

Wolfgang.Lang@DAV-Wuppertal.de

Belegung

Geschäftsstelle, Tel. 0202 / 281518-20

Sauerlandhuette@DAV-Wuppertal.de



Ansprechpartner der Sektion

Jugend

Jugendreferenten / Doppelspitze

Caroline Lohmann (Vorstandsmitglied)
Caroline.Lohmann@DAV-Wuppertal.de

Florian Weigel
Florian.Weigel@DAV-Wuppertal.de

Jugendgruppe „Koalas“

Caroline Lohmann,
Caroline.Lohmann@DAV-Wuppertal.de

Jugendgruppe „Mufflons“

Maren Petersen, Tel.: 0159 / 06178858
Maren.Petersen@DAV-Wuppertal.de

Benedict Paletta, Tel.: 0177 / 9100784
Benedict.Paletta@DAV-Wuppertal.de

Kindergruppe „Dodos“

Florian Weigel,
Florian.Weigel@DAV-Wuppertal.de

Kindergruppe „Faultiere“

Katharina Palsbröcker, Tel.: 0162 / 7349404,
Katharina.Palsbroecker@DAV-Wuppertal.de

Klettertreffs

Montag, 19:00 - 21:00 Uhr
Robert Wieczorek
Robert.Wieczorek@DAV-Wuppertal.de

Freitag, 19:00 - 21:00 Uhr
Franz Josef Cürten, Tel. 02191 / 39852
Jupp.Cuerten@DAV-Wuppertal.de

Klettergebiete

Höfen - Felsenarena

Manuela Schmidt
Manuela.Schmidt@DAV-Wuppertal.de

Spreeler Mühle

Wiebke Zarembowicz
Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de

Anmeldung Spreeler Mühle

Geschäftsstelle, Tel.: 0202 / 281518-20,
Spreelermuehle@DAV-Wuppertal.de

Steinkuhle

Helmut Leicht, Tel.: 0157 / 39013750
Helmut.Leicht@DAV-Wuppertal.de

Kletterhalle / Trägerverein (Beiratsmitglied)

Michael Leyendecker
Michael.Leyendecker@DAV-Wuppertal.de

Klimaschutz (Beiratsmitglied komm.)

Nicolas Steffens
Nicolas.Steffens@DAV-Wuppertal.de

Mountainbike

Marcus Krahe, Tel.: 0173 / 2989731
Marcus.Krahe@DAV-Wuppertal.de

Naturschutz

Verbandsarbeit (Beiratsmitglied)
Joachim Holthoff, Tel.: 0202 / 884424,
Joachim.Holthoff@DAV-Wuppertal.de

Inklusion gestaltet Natur

Jörn Rübel, Tel.: 0178 / 2758633
Jörn.Rübel@DAV-Wuppertal.de

Nordic

Jörg Werbeck, Tel.: 0202 / 477990,
Joerg.Werbeck@DAV-Wuppertal.de

Öffentlichkeitsarbeit (Beiratsmitglied komm.)

Maria Berning, Tel.: 0152 / 06309901
Maria.Berning@DAV-Wuppertal.de

Homepage

Manuel Dahmen, Tel.: 0202 / 28151817
Manuel.Dahmen@DAV-Wuppertal.de

Soziale Medien

Hannah Hembach
Hannah.Hembach@DAV-Wuppertal.de

Veröffentlichungen / Änderungen

Homepage u. Soziale Medien
Homepage@DAV-Wuppertal.de

Pistenskilauf, Skitouren und Snowboard

Ausbildungsfahrten Schneesport (Beiratsmitglied)
Gottfried Deter, Tel.: 0202 / 4087967,
Mobil: 0160/ 4453354,
Gottfried.Deter@DAV-Wuppertal.de

Schneesport Barmen (Beiratsmitglied)

Michael Hellmer, Tel.: 08687 / 984386
Michael.Hellmer@DAV-Wuppertal.de

„Raus und Wandern“

Wiebke Zarembowicz
Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de

Sport- & Wettkampfklettern (Beiratsmitglied)

Leon Ben-Achour, Tel.: 0157 / 36126483
Leon.Ben-Achour@DAV-Wuppertal.de

Vorträge (Beiratsmitglied)

Luitger Menzi Koep
Luitger.Koep@DAV-Wuppertal.de

Wandern

Lutz Mantwill, Tel.: 0202 / 722490
Lutz.Mantwill@DAV-Wuppertal.de

"Wandern & mehr..." (die Unermüdlichen)

Monika & Stefan Stender, Tel. 0202 / 628132
Monika.Stender@DAV-Wuppertal.de

Wuppertal Alpin

Redaktion (Beiratsmitglied)
Michael Friedrichs, Tel.: 0202 / 425287,
Michael.Friedrichs@DAV-Wuppertal.de

Anzeigenaquise

N.N.



Geschäftsstelle / Impressum

Herausgeber: Sektion Wuppertal des Deutschen Alpenvereins (DAV) e.V.

Postvertriebskennzeichen: G1635

Bezugspreis des Heftes ist im Mitgliederbeitrag enthalten.

Besuchen sie uns doch auch im Internet: DAV-Wuppertal.de

GESCHÄFTSSTELLE

Badische Str. 76 (im Kletterzentrum Wupperwände),
42389 Wuppertal

Telefon: 0202 / 28 15 18 20

E-Mail: Geschaeftsstelle@DAV-Wuppertal.de



Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag	14 - 16 Uhr,
Freitag	15 - 18 Uhr

Geschäftsführer: Manuel Dahmen

Mitarbeiterinnen: Sabine Baumer, Anna Krüger

Bankverbindungen

Sparkasse Wuppertal,

IBAN: DE94 3305 0000 0000 5320 85, BIC: WUPSDE33

Gläubiger-ID: DE18ZZZ00000238556

Raika Bank Matrei,

IBAN: AT77 3637 8000 0502 1001, BIC: RZTIAT22378

Gruppenraum

Terminvergabe in der Geschäftsstelle oder an der Kasse des Kletterzentrums

Jahresbeiträge:		Aufnahmegebühr	Jahresbeiträge:		Aufnahmegebühr
€ 88,-	Vollbeitrag (A, ab 25 Jahre*)	€ 10,-	€ 22,-	Kinder & Jugend (K, bis 17 Jahre*)	€ 5,-
€ 56,-	Partner-Beitrag (B)	€ 10,-	€ 0,-	Kinder (K, schwerbehindert**)	€ 0,-
€ 56,-	Senioren (ab 70 Jahre*, auf Antrag)	€ 10,-	€ 144,-	Familien (inkl. Kinder bis 17*)	€ 20,-
€ 56,-	schwerbehindert (**)	€ 0,-	€ 88,-	Familien (alleinerziehend)	€ 10,-
€ 32,-	Zweit-Beitrag (C)	€ 0,-	€ 50,-	Handball (zus. zum DAV-Beitrag)	€ 0,-
€ 56,-	Junioren (D, 18-24 Jahre*)	€ 10,-	*entscheidend ist hierbei jeweils der 1.1. des Beitragsjahres		
€ 38,-	Junioren (D, schwerbehindert**)	€ 0,-	** mind. 50% Behinderung, Kopie des Ausweises erforderlich		

Bei einem Eintritt in die Sektion nach dem 1.9. d.J. verringert sich der Beitrag für das laufende Jahr:
Vollbeitrag (€ 44,-), Partner-Beitrag (€ 28,-), Senioren (€ 28,-), schwerbehindert (€ 28,-),
Zweit-Beitrag (€ 16,-), Junioren (€ 28,-), Junioren (schwerbehindert) (€ 19,-), Kinder und Jugendliche (bis
17 Jahre) (€ 11,-), Familien (€ 72,-), Familien (alleinerziehend) (€ 44,-)

Wenn ein Partnermitglied einen Ermäßigungsgrund (Schwerbehinderung, Junior, Senior, Mitglied
Bergwacht) aufweist, sind beide Mitglieder auf Antrag als ermäßigt möglich.

Satz und Gestaltung: Michael Friedrichs

Druck: Droste Druck, Simonshöfchen 48, 42327 Wuppertal, Tel.: 0202 / 646415

Titelfoto: Ausbildung Spaltenbergung, Stefan Strunk

I.o.: Grundkurs Felsklettern Spreeler Mühle, Stefan Strunk

Redaktionsschluss Ausgabe 'Winter 2025': 10.11.2025



Skifreizeit zur Gerlosplatte 2026

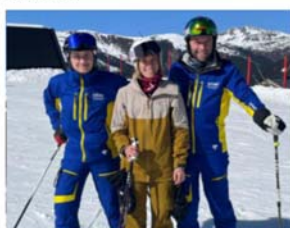
Hast du Lust, auf sieben Skitage in der Zillertalarena mit 143 Pistenkilometer?

Auf Bier im Stüberl, relaxen in der Sauna oder auspowern in der hauseigenen Sporthalle oder Kletterwand?

Das alles gibt es im 2020 eröffneten Jugendgästehaus Gerlosplatte direkt an der Piste!

Seid ihr zwischen 18 und gefühlten 30 Jahren alt?

Dann meldet euch an und kommt mit in den Schnee!



Hinfahrt: 26.02.2026 (abends - Hinfahrt in der Nacht)

Rückfahrt: 06.03.2026 (morgens - Rückfahrt am Tag)

Kosten: 890 € (DAV-Mitglieder)*

Darin enthalten sind:

- An- und Abreise mit dem Bus
- Unterkunft und Vollpension
- Skipass für 7 Skitage
- Betreuung von Fachübungsleiter*innen des DAV

*ansonsten Erhöhung um einen Jahresbeitrag i.H.v. 88€;
bis 24 Jahre 56€

Kosten für Materialverleih sind nicht im Preis enthalten.

Das ganze nochmal digital: Infos zum Haus:



Anmelden / weitere Infos bei:

Carlotta Alby

Tel./WhatsApp: 0163 7205295

Mail: carlotta.alby@gmx.de

Tobias Ringel

Tel./WhatsApp: 0157 34966747

Mail: tobias.ringel@outlook.de



PERSPEKTIVEN ÄNDERN, NACH DRAUßEN GEHEN!



Und die
Ausrüstung
dazu von uns.
Ganz ohne
Schabernack.



RockStore
Outdoor Equipment

Hofaue 59, 42103 Wuppertal, T 0202.9460800

Mo.-Fr. 10:00 - 18:30, Sa. 10:00 - 16:00

rockstore-wuppertal.de

