



# AUSBILDUNG & TOUREN PROGRAMM



2026

Sektion Wuppertal  
des Deutschen Alpenvereins e.V.

# Unser Bergsportangebot



## Sonderkurse

In unseren Sonderkursen werden spezielle, bergsportliche Themen vermittelt. Die genauen Inhalte ergeben sich aus der jeweiligen Ausschreibung. Theoriekurse finden in der Regel im Seminarraum der Kletterhalle Wupperwände statt.

## Bergwandern

Bergwandern ist die meist verbreitete Art des Bergsports. Die Touren finden vornehmlich im Hochgebirge statt, die Bergwanderer begehen Bergwege, leichte versicherte Passagen oder auch einfaches, wegloses Gelände. Anspruchsvollere Bergwanderungen können Kletterstellen sowie Firnfelder enthalten.

Seit Sommer 2025 haben wir neu im Programm: Achtung Wandern zur Stressreduktion und Entschleunigung.



## Bergsport Fels - Felsklettern

Beim Felsklettern werden in Felswänden Kletterrouten durchklettert. Dabei wird die kletternde Person von dem Kletterpartner mit einem Seil gegen den Absturz gesichert. In heimischen Klettergärten findet man in der Regel mit Bohrhaken gut abgesicherte Kletterrouten vor. In Aufbaustufen können ambitionierte Kletterer das Alpinklettern oder Sportklettern erlernen.



## Bergsport Fels - Klettersteige

Klassische Klettersteige sind mit einem Stahlseil versicherte, meist weglose Routen durch eine Felswand im hochalpinen Umfeld. Die Alpinisten beherrschen klettertechnische sowie konditionelle Fähigkeiten und sichern sich selbstständig mit einem Klettersteigset am Stahlseil.



## Bergsport Eis - Hochtouren

Klassische Hochtouren bringen uns auf die höchsten Dächer der Alpen. Die Touren führen meist durch wegloses, teilweise sehr ausgesetztes, hochalpines Gelände. Dazu gehören Kletterpassagen im Fels, Gletscherbegehungen mit Spaltenzonen oder auch steile Eis-/Firnflanken.

Die Bergsteiger\*innen verfügen über eine qualifizierte Ausbildung im Umgang mit Steigeisen und Eispickeln, beherrschen die entsprechende Sicherungstechnik im Eis und Fels und können selbstständig eine Spaltenbergung durchführen.



# Ausbildungs- & Kurskonzept

## der Sektion Wuppertal

Die Sektion Wuppertal bietet ihren Mitgliedern (bei Grund- und Sonderkursen auch Nichtmitglieder, sofern diese nicht im Alpenraum stattfinden) ein reichhaltiges Angebot mit bergsportlichen Aktivitäten und Kursen. Das reicht von speziellen Aktionen über einfache Wanderungen oder Kletterkurse bis hin zu hochalpinen Unternehmungen. Alle Ausbildungskurse folgen bezüglich Dauer, max. Teilnehmerzahl, Voraussetzungen, Kurszielen und -inhalten einem jeweils einheitlichen Ausbildungskonzept.

Die Trainer\*innen / Kursleiter\*innen verfügen über eine fundierte Ausbildung und handeln nach dem aktuellen Stand der Lehrmeinung. Durch regelmäßige Schulungen profitieren sie von der ständigen Optimierung von Maßnahmen zur Risikominimierung.

Jedem/Jeder verantwortungsbewussten Bergsportler\*in muss klar sein, dass sicheres Bergsteigen nur mit einer gründlichen Ausbildung möglich ist.

### Ausbildungsstruktur

Die Ausbildungsveranstaltungen der Sektion Wuppertal sind in bergsportliche Bereiche unterteilt und gliedern sich in aufeinander aufbauenden Stufen. Darüber hinaus bieten wir Sonderkurse zu speziellen Themengebieten an.

#### Grundstufe

#### Aufbaustufe 1

#### Aufbaustufe 2

##### Hallenklettern



##### Bergwandern



##### Bergsport Fels

###### Grundstufe Felsklettern

- 1
- 2
- 3



###### Grundstufe Klettersteige



##### Bergsport Eis



##### Skilauf

\*Skitour 2, zusätzliche Voraussetzung: Bergsport Eis - Hochtouren



##### Sonderkurse zu speziellen Themen

Die genaue Klassifizierung und die Inhalte ergeben sich aus den jeweiligen Kursausschreibungen



# Ausbildungsvoraussetzungen und -ziele

## Grundstufe

Die Teilnehmer\*innen an einem Kurs der Grundstufe benötigen in dem jeweiligen bergsportlichen Bereich keinerlei Berg-/ Kletterkenntnisse und Erfahrungen. Dennoch sollten sie gesund sein und eine solide Grundkondition haben. Des Weiteren sollte die Bereitschaft vorhanden sein, in entsprechenden Gruppen die notwendigen Inhalte zu erlernen und umzusetzen. Kursziel der Grundstufe ist die Vermittlung einer soliden Basis in dem jeweiligen bergsportlichen Bereich, um an Kursen der Aufbaustufe 1 teilnehmen zu können.

## Aufbaustufe 1

Die Kurse der Aufbaustufe 1 sind entsprechend der bergsportlichen Bereiche und Disziplinen gegliedert. Die Kenntnisse und Beherrschung der Inhalte eines Kurses der Grundstufe sind Voraussetzung für die Teilnahme an einem Kurs der Aufbaustufe 1 der jeweiligen Bereiche. Die erfolgreiche Teilnahme an einem Kurs dieser Stufe soll zur Teilnahme an entsprechenden Führungs- und Gemeinschaftstouren sowie zur selbständigen Durchführung einfacher Touren befähigen. Des Weiteren sind die Kenntnisse und Beherrschung der Inhalte eines Kurses der Aufbaustufe 1 die Voraussetzung für die Teilnahme an einem Kurs der Aufbaustufe 2 im jeweiligen Bereich\*.

## Aufbaustufe 2

Die Kurse der Aufbaustufe 2 sind ebenfalls entsprechend der einzelnen Bereiche und Disziplinen gegliedert. Die Kenntnisse und Beherrschung der Inhalte eines Kurses der Aufbaustufe 1 sind Voraussetzung für die Teilnahme an einem Kurs der Aufbaustufe 2 im jeweiligen Bereich\*. Die erfolgreiche Teilnahme an einem Kurs dieser Stufe soll vorrangig dazu dienen, dass die Absolventen anschließend selbstständig und sicher anspruchsvolle und auch schwierige Aktivitäten in den jeweiligen bergsportlichen Bereichen und Disziplinen durchführen bzw. an entsprechenden Führungs- und Gemeinschaftstouren teilnehmen können.

## Abgrenzung zwischen Ausbildungskursen und Gemeinschaftstouren

In unserem Ausbildungs- und Tourenprogramm werden im zweiten Teil ab Seite 32 auch sogenannte „Gemeinschaftstouren“ ausgeschrieben. 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 selbstständig zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.

Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Der/Die Organisator\*in einer Gemeinschaftstour kümmert sich in der Regel nur um die Rahmenbedingungen: Ausschreibung, Anmeldungen, Organisation von Anfahrt, Übernachtung usw.

## Unterjährige Kursausschreibungen

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





# Allgemeines zur Anmeldung

## 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 erläutern die wesentlichen Inhalte der Veranstaltung. Der genaue Ablauf und die möglichen Tourenoptionen werden unter Berücksichtigung des Wetters und den vorherrschenden Verhältnissen vor Ort evtl. angepasst. Die Kurs- bzw. Tourenleitung behält sich vor, die Veranstaltung nach den tatsächlichen Fähigkeiten der Teilnehmenden oder wegen unvorhersehbarer Umstände (Wetter, Steinschlag, Lawinengefahr usw.) abzuändern oder einzuschränken.

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 alpintechnischen Ausrüstung auszuleihen.

## Kursgebühren

Die Kursgebühren dienen – sofern nicht anders in der Kursausschreibung vermerkt – lediglich der Deckung der Kosten (z. B. Reisekosten, Übernachtung, Organisation, Material) der ehrenamtlichen Kurs- und Tourenleiter\*innen. Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung sofort und in voller Höhe fällig, sie müssen von den Teilnehmenden im Voraus an die Kurs- bzw. Tourenleitung entrichtet werden.

Je nach Veranstaltung können noch weitere persönliche Kosten für z. B. Unterkunft, Verpflegung und Anreise anfallen. Die Kurs- bzw. Tourenleitung teilt dir mit der Anmeldung die genauen Zahlungsmodalitäten mit.

Eine Teilnahme ist verbindlich, sobald die schriftliche Anmeldung der Kurs- bzw. Tourenleitung vorliegt, der Teilnehmerbeitrag auf dem angegebenen Konto eingegangen ist und die Kurs- bzw. Tourenleitung die Teilnahme bestätigt hat.



# Programmübersicht

Ausbildungskurse und Führungstouren	Kurszuordnung	Termin
<b>Sonderkurse und Seminare</b>		
Wetterkunde	Seminar	22.01.2026
Ausrüstungskunde	Seminar	29.01.2026
Grundlagen der Tourenplanung	Seminar	02.02.2026
Digitale Begleiter am Berg	Seminar	05.02.2025
Schneeschuhwandern im Sauerland	Sonderkurs	Winter 2026
<b>Bergwandern</b>		
Stressfreiwanderwochenende im Ruhrgebiet	Achtsamkeitswandern	17. - 19.04.2026
Allgäuer Gipfeltourenwoche	Geführte Bergwanderung	20. - 27.06.2026
Achtsames Bergwandern in den Nockbergen	Achtsamkeitswandern	11. - 18.07.2026
Bergwanderausbildung im Wilden Kaiser	Grundstufe	11. - 15.07.2026
Bergwandertraining in den Hohen Tauern	Aufbaustufe	15. - 19.07.2026
Anspruchsvolle Alpenüberquerung	Geführte Bergtour	20. - 29.08.2026
Bergwanderwoche rund ums Barmer Haus	Geführte Bergwanderung	30.08. - 06.09.2026
<b>Bergsport Fels - Felsklettern</b>		
Mobile Sicherungsmittel (Ettringen)	Sonderkurs Fels	10. - 12.04.2026
Schnupperkurs Felsklettern	Sonderkurs für Anfänger	30.05.2026
Alpines Felsklettern im Tannheimer Tal	Aufbaustufe Alpinklettern	04. - 07.06.2026
Vorstiegskurs am Fels	Sonderkurs	12. - 13.06.2026
Von der Kletterhalle an den Fels	Grundstufe	25. - 28.06.2026
Mobile Sicherungsmittel (Weserbergland - Ith)	Sonderkurs Fels	11. - 12.07.2026
Sicherungstechniken zum Abseilen	Sonderkurs Fels	11.07.2026
Grundkurs Alpines Felsklettern (Urner Alpen)	Grund- und Aufbaustufe	01. - 08.08.2026
Mehrseillängen in Klettergärten	Sonderkurs Fels	20. & 22.08.2026
Alpines Felsklettern an der Steinseehütte	Aufbaustufe Alpinklettern	03. - 06.09.2026
Schnupperkurs Felsklettern	Sonderkurs für Anfänger	12.09.2026
<b>Bergsport Fels – Klettersteige</b>		
Klettersteige im Frühsommer	Aufbaustufe	04. - 07.06.2026
Grundkurs Klettersteige	Grundstufe	20. & 21.06.2026
<b>Bergsport Eis - Hochtouren</b>		
Klassische Techniken zur Spaltenbergung	Sonderkurs	18.04.2026
Grundkurs Hochtouren (Franz-Senn-Hütte)	Grundstufe	21. - 27.06.2026
<b>Gemeinschaftsfahrten</b>		
Hochtouren in den Ötztaler Alpen	Gemeinschaftsfahrt	Juni 2026
Anspruchsvolle Hochtouren	Gemeinschaftsfahrt	02. - 07.07.2026
Felsklettern an Roggalspitze (Vorarlberg)	Gemeinschaftsfahrt	27. - 30.08.2026
Alpine Hüttenwanderung (Cottische Alpen)	Gemeinschaftsfahrt	29.08. - 05.09.2026
Felsklettern am Gardasee (Arco)	Gemeinschaftsfahrt	19. - 26.09.2026



## Sonderkurse und Seminare

# Wetterkunde

22.01.2026

### Kurszuordnung: Bergsport - Sonderkurs

#### Highlights

- Grundlagen der Wetterkunde verständlich erklärt
- Wetterberichte sinnvoll nutzen und Wetterveränderungen frühzeitig erkennen
- Der Einfluss des Klimawandels auf unsere Tour

#### Programm

Ein allgemeines Verständnis über die Grundlagen der Wetterkunde sowie das richtige Interpretieren der verschiedenen Wetterberichte erleichtern nicht nur die Tourenplanung, sondern dienen auch der eigenen Sicherheit, um sich auf mögliche Wetterereignisse frühzeitig vorzubereiten. Die Auswirkungen der Klimaerwärmung stellen uns vor weitere Herausforderungen

- Welche Informationen stecken in einer Wetterkarte?
- Warum kann eine Kaltfront für mich zur Gefahr werden?
- Wie verstärkt der Klimawandel die Wetterphänomene?
- Warum Piktogramme nicht für einen zuverlässigen Wetterbericht ausreichen?

#### Vorgesehener Ablauf

Donnerstag, 22.01.2026 um 18:00 Uhr im Seminarraum der Wupperwände,  
Badische Str. 76

#### Vorgesehene Kursinhalte

Allgemeine Grundlagen der Wetterkunde (Wolkenentstehung, Hoch-/ Tiefdruckgebiet, Wetterlagen z. B. Fön, Wärme-/ Frontgewitter), Auswirkungen der Klimaerwärmung auf bekannte Wetterphänomene.

Anforderungen      Bergsportliches Interesse, Motivation für selbstständige Bergtouren

Leistung              Ausbildung und Organisation  
Kosten                EUR 10.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten

Anmeldung            über die Kursleitung, Lena Kremzow-Tennie,  
E-Mail: Lena.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de  
Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

SK



## Sonderkurse und Seminare

# Ausrüstungskunde

*Wichtiges Equipment rund um den Bergsport*

29.01.2026

### Kurszuordnung: Bergsport - Sonderkurse

#### Highlights

- Ausrüstungsanforderungen an verschiedene Tourentypen
- Bestandteile der Notfallausrüstung
- Beachtenswertes beim Ausrüstungskauf

#### Programm

Eine Bergtour in den Alpen ist oft so schwer wie der Rucksack, aber wie kann ich beurteilen welche Ausrüstung die richtige ist? Damit eine mangelhafte Ausrüstung nicht zu lebensbedrohlichen Situationen führt, vermittelt der Kurs Wissen über das wichtigste Equipment für sichere und erfolgreiche Touren am Berg, sowie beachtenswertes beim Ausrüstungskauf.

#### Vorgesehener Ablauf

Treffpunkt Donnerstag, 29.01.2026, um 18:00 Uhr im Seminarraum der Wupperwände, Badische Str. 76

#### Vorgesehene Kursinhalte

Erläuterung der Ausrüstung (Wandern, Bergsteigen, Klettersteig), Rucksack packen (Tages-/ Mehrtages- Touren), Notfallequipment

Anforderungen      Bergsportliches Interesse, Motivation für selbstständige Bergtouren und Hüttenwanderungen

Leistung              Ausbildung und Organisation

Kosten                EUR 10.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten

Anmeldung            über die Kursleitung, Simeon Kremzow-Tennie,  
E-Mail: [Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de](mailto:Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de)  
Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen



## Sonderkurse und Seminare

# Grundlagen der Tourenplanung

02.02.2026

### Kurszuordnung: Sonderkurs

#### Highlights

- Arbeiten mit Karten- und Tourenmaterial
- Aufstellen einer Zeitplanung
- Beurteilung von Schwierigkeiten und Schlüsselstellen

#### Programm

Urlaub in den Alpen wird immer beliebter. Und wer schon einmal dort war weiß, die hohen Gipfel reizen und bald möchte man nicht mehr nur im Tal bleiben. Nun möchtest Du gerne selbst deine ersten Berg- oder Wandertouren planen?

Dann ist dieser Kurs der richtige für dich! Wir besprechen an diesem Abend alle theoretischen Grundlagen dafür und stellen zusammen eine detaillierte Planung auf.

#### Vorgesehener Ablauf

Treffpunkt am Montag, den 02.02.2026 um 18:00 im Seminarraum der Wupperwände, Badische Str. 76

#### Vorgesehene Kursinhalte

Schulung der theoretischen Grundlagen zur Tourenplanung.

Anforderungen Bergsportliches Interesse, Motivation für selbstständige Bergtouren und Hüttenwanderungen

Leistung Ausbildung und Organisation, Hilfestellung und Einarbeitung in die Thematik

Kosten EUR 10.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten.

Anmeldung über die Kursleitung, Wiebke Zarembowicz,  
E-Mail: [Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de](mailto:Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de)  
Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

SK



## Sonderkurse und Seminare

# Digitale Begleiter am Berg

05.02.2026

### Kurszuordnung: Bergsport - Sonderkurs

#### Highlights

- Kennenlernen von GPS-Uhren und -Geräten verschiedener Hersteller
- Nützliche Funktionen für unterwegs: Navigation, Backtracking, Unwetterwarnungen
- Unterschiede zwischen Kartentypen und deren Einsatzmöglichkeiten
- Tipps zu Akkulaufzeit, Offline-Nutzung und Sicherheitsaspekten

#### Programm

Digitale Geräte wie GPS-Uhren oder Outdoor-Navigationsgeräte sind wertvolle Begleiter auf Bergtouren. Sie bieten nicht nur Orientierung und Tracking, sondern auch wichtige Sicherheitsfunktionen.

Der Kurs vermittelt einen praxisnahen Überblick über aktuelle Geräte und deren Apps und zeigt, wie man diese sinnvoll und sicher in der Bergpraxis einsetzt.

#### Vorgesehener Ablauf

Treffpunkt Donnerstag, 05.02.2026, um 18:00 Uhr im Seminarraum der Wupperwände, Badische Str. 76

#### Vorgesehene Kursinhalte

- Funktionsweise und Einsatz von GPS-Uhren und Outdoor-Navigationsgeräten
- Navigation unterwegs: Routen folgen, Backtracking, Kartenmaterial
- Sicherheitsfunktionen: Unwetterwarnungen, Notruf-Optionen, Akkumanagement
- Aufzeichnen und Auswerten von Touren

Anforderungen      Interesse am Einsatz digitaler Tools für den Bergsport, Grundkenntnisse im Umgang mit Smartphone oder GPS-Uhr sind hilfreich, aber nicht zwingend erforderlich.

Leistung      Ausbildung und Organisation

Kosten      EUR 10.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten

Anmeldung      über die Kursleitung, Simeon Kremzow-Tennie,

E-Mail: [Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de](mailto:Simeon.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de)

Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen



## Sonderkurse und Seminare

# Schneeschuhwandern

*im winterlichen Sauerland als Tageskurs*

Winter 2026 (Termine je nach Schneelage)

### Kurszuordnung: Bergsport (Sonderkurs)

#### Highlights

- Bezaubernde Winterlandschaft im Sauerland genießen
- Schneeschuhgehen einfach mal Ausprobieren
- Gemeinsam in der Gruppe neue sportliche Erfahrungen erleben

#### Programm

Mit Schneeschuhen können auch Nicht-Skifahrer die winterliche Landschaft erobern und intensiv erleben. Du möchtest es einfach mal ausprobieren und nicht gleich ins Hochgebirge fahren? Dann ist dieser Schneeschuhtag das richtige für Dich, denn mit viel Spaß und Freunde stapfen wir durch die verschneite Region des Hochsauerlands.

#### Vorgesehener Ablauf

Mit Schneeschuhen und Stöcken geht es durch die verschneite Winterlandschaft des Hochsauerlands (voraussichtlich rund um das Skigebiet Hunau bis Kahler Asten).

Der genaue Ort und die Tour werden ca. 2-3 Tage vorher bekannt gegeben, der Termin (Samstag oder Sonntag) richtet sich nach der aktuellen Schneelage.

Treffpunkt um 09:00 Uhr am Veranstaltungsort, Ende um ca. 15:00 Uhr. Für die eigenständige An- und Abreise vermitteln wir Fahrgemeinschaften.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Wir vermitteln Dir die Grundlagen des Schneeschuhgehens (Auf- und Abstieg, Querungen).

Anforderungen	<p><b>Technik:</b> Keine, Wandererfahrung ist ausreichend.  <b>Kondition:</b> Genug Ausdauer, um bis zu 6 Stunden und ca. 400-500 Hm an der frischen Luft mit Pausen auf und ab wandern zu können.</p>
Ausrüstung	Wettergünstige Funktionsbekleidung (Mehrschichtensystem), wasserfeste Wanderschuhe, Gamaschen (falls vorhanden), Schneeschuhe, Teleskopstöcke, kl. Rucksack mit etwas Verpflegung.
Leistung	Ausbildung, Organisation sowie Stellung der Schneeschuhe / Stöcke (begrenzte Anzahl)
Kosten Anmeldung	<p>EUR 35.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten über die Kursleitung, Stefan Strunk, Tel.: 0202 2424938, E-Mail: <a href="mailto:Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de">Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de</a></p> <p>Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.</p>



## Bergwandern

# Stressfreiwanderwochenende

im Ruhrgebiet

17. bis 19.04.2026

**Kurszuordnung:** Sonderkurs Achtsamkeitswandern

### Highlights

- Wanderungen mit Achtsamkeitsübungen in der Gruppe
- Angeleitete Meditations- und Atemübungen zur Stressreduktion
- Unterbringung im Tagungshaus mit Halbpension in Schwerte

### Programm

Dieses Wochenende soll dich raus bringen aus dem Alltag und zur Natur und zu dir selbst finden lassen. Wir verbringen viel Zeit draußen, bei Wanderungen kombiniert mit Achtsamkeitsübungen. Zusätzlich gibt es angeleitete Meditationen und Atemübungen, die du später auch im Alltag integrieren und damit Stress reduzieren kannst. Untergebracht sind wir in einem Tagungshaus mit Übernachtung und Halbpension.

### Termin und Ort

Die Anreise erfolgt am Freitag, 17.04.2026 um 17:00 Uhr zum Tagungshaus in Schwerte.

Informationen zum Tagungshaus: [www.akademie-schwerte.de](http://www.akademie-schwerte.de)

Abreise am Sonntag, 19.04.2026 gegen 13:00 Uhr.

### Vorgesehene Kursinhalte

Geführte Wanderungen, angeleitete Meditationen und Atemübungen

Anforderungen	Grundsportlichkeit für längere Wanderungen in moderatem Tempo
Ausrüstung	Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Tagesrucksack, Trinkflasche
Kosten & Leistungen	EUR 290.- (im DZ) oder 335.- (im EZ) pro Person sind mit der Anmeldung an die Kursleitung zu entrichten.

Die Beträge sind wie folgt aufgeschlüsselt:

- Kursgebühr pro Person: EUR 80.. Enthaltene Leistungen: geführte achtsame Wanderungen, Anleitungen Meditation und Atemübungen Indoor & Outdoor), Organisation.
- Separat zu bezahlen pro Person: Unterkunft und Verpflegung im Tagungshaus: EUR 210.- im DZ oder EUR 255.- im EZ. In der Verpflegung sind enthalten: 2x Abendessen, 2x Frühstück, 1x süße Nachmittagspause, Getränke (Kaffee, Tee, Wasser, Softdrinks) während den Übungen im Tagungshaus. Die anfallenden Kosten für Unterkunft und Verpflegung werden lediglich aus organisatorischen Gründen als Sammelinkasso im Namen und auf Rechnung der Ausbildungsgruppe durch die Kursleitung im Voraus mit der Anmeldung eingesammelt und nur zur Weitergabe an den jeweiligen Leistungsträger verwendet.

Für An-/ Abreise sind die Teilnehmenden eigenverantwortlich. Die Kursleitung versucht Fahrgemeinschaften zu vermitteln. Der Kurs kommt nur zustande, wenn genügend Anmeldungen vorliegen.

Anmeldung	über die Kursleitung, Wiebke Zarembowicz, E-Mail: <a href="mailto:Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de">Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de</a>
	Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.
Anmeldeschluss	01. Februar 2026



## Bergwandern

# Allgäuer Gipfeltourenwoche

als geführte Bergwanderung

20. bis 27.06.2026

**Kurszuordnung: Bergwandern als Führungstour**

### Highlights

- Übernachtung in Talnähe, Raum Oberstdorf, voraus. Hostel Tiefenbach
- Tagestouren auf mittelschweren Wegen
- Großartige Gipfelmöglichkeiten: Stuiben, Entschenkopf, Ifen

### Programm

Wild zerrissene Felsgipfel im Wechsel mit sanften Hügeln, blütenreiche Wiesen, glänzende Seenaugen in stillen Bergkesseln, steil emporstrebende Gras- und Waldflanken: das ist unser wunderschönes Allgäu. Dies wollen wir im Raum Oberstdorf alles selbst erkunden und erleben.

Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und eine gute Kondition sollten wir für die geplanten Tagestouren mitbringen. Aber wir lassen uns so viel Zeit, um auch alles genießen zu können. Angesprochen sind sowohl Einsteiger als auch ältere Semester.

### Vorgesehener Ablauf

Anreise und Treffpunkt ist Samstag, der 20.06.2026. An den folgenden Tagen unternehmen wir je nach Witterungslage genussvolle Bergwanderungen mit mehreren Gipfelmöglichkeiten. Kursende Samstagmorgen.

### Vorgesehene Kursinhalte

Geführte Tagestouren auf erlebnisreichen Pfaden und Graten zu großartigen Gipfeln.

Anforderungen	<p>Wir bewegen uns in der Regel auf mittelschweren Bergpfaden. Die Auf- und Abstiege liegen teilweise im sehr steilen Gelände. In den Gipfelzonen können uns vereinzelt kurze, aber durchaus leichte Kletterpassagen überraschen. Möglicherweise treffen wir noch auf vereinzelte Altschneefelder.</p> <p>Du hast bereits erste Wanderungen in den Bergen gemeistert und fühlst dich absolut trittsicher und schwindelfrei. Du besitzt eine solide Kondition, um Gehzeiten von 5 – 8 Stunden und Auf- / Abstiege bis zu 1.200 Hm mit Genuss (kein Hasten) zu bewältigen.</p> <p>Für weitere Anfragen im Vorfeld stehe ich gerne telefonisch zur Verfügung. Ein Vortreffen der Teilnehmer ist obligatorisch und notwendig, insbesondere zur Klärung der Unterbringung.</p>
Ausrüstung	Geeignete feste Bergschuhe, Grödeln, wetterfeste Kleidung für Alpingelände, Stöcke (empfehlenswert), passender Rucksack für Tagestouren. Eine detaillierte Ausrüstungsliste wird besprochen.
Leistung Kosten	Geführte Wandertouren, Ausbildung, Organisation EUR 200.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft, Verpflegung, evtl. Seilbahn.
Anmeldung	über die Kursleitung, Michael Göbel, Tel: 0171 1282399, E-Mail: Michael.Goebel@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergwandern

# Achtsames Bergwandern

*in den Nockbergen (Kärnten)*

11. bis 18.07.2026

### Kurszuordnung: Bergwandern - Sonderkurs

#### Highlights

- Achtsame Wanderungen mit Naturerlebnis im einmalig schönen Langalmtal, Kärnten
- Impulse zur Stressreduktion im Alltag und mehr Achtsamkeitspraxis
- Unterbringung in gemütlicher, komfortabler Hütte

#### Programm

In diesem Kurs kombinieren wir die Schönheit und den sportlichen Aspekt von Bergwanderungen mit dem Thema der Achtsamkeit und Stressreduktion. Unterwegs sind wir in den wunderbaren Nockbergen – ein alpines Juwel an der sonnigen Alpensüdseite, welches zugleich auch Teil des UNESCO- Biosphärenparks ist. Wir lernen etwas über die Flora und Fauna und nehmen die Augenblicke unterwegs mit Übungen zum Thema Atmung, Meditation und Achtsamkeit bewusst wahr. Abends genießen wir die Gastlichkeit auf der Hütte und tanken so auch unsere Akkus neu auf.

#### Vorgesehener Ablauf

Vorab findet ein gemeinsames, obligatorisches Vortreffen statt im Seminarraum der Wupperwände, Badische Str. 76.

Die Anreise erfolgt am Samstag, 11.07.2026 und Abreise erfolgt am Samstag, 18.07.2026.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Bergwanderungen auf blauen/roten Wegen, Achtsamkeitsübungen, Meditationen, Atemübungen, Input zu Flora und Fauna

Anforderungen	Kondition, um mehrstündige Wanderungen mit Höhenmetern genussvoll ausführen zu können. Wir gehen ein moderates Tempo, die persönliche Belastung sollte aber im unteren bis mittleren Bereich liegen. Trittsicherheit ist erforderlich, um Abschnitte mit Geröll oder Schotter zu begehen.
Ausrüstung	Bergschuhe Kat A/B mindestens, ggf. Wanderstöcke, wetterfeste Kleidung, erste Hilfe und Biwaksack, Rucksack für Tagesetouren ca. 20l, Sonnenschutz, Sitzunterlage, Kleidung für die Hütte (Ausrüstung im Detail wird noch besprochen)
Leistung	Geführte, achtsame Bergwanderungen und Organisation.
Kosten	EUR 200.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung, Wiebke Zarembowicz, E-Mail: <a href="mailto:Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de">Wiebke.Zarembowicz@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergwandern

# Bergwanderausbildung

*im Wilden Kaiser*

11. bis 15.07.2026

### Kurszuordnung: Bergwandern - Grundstufe

#### Highlights

- Wilde Traumkulisse
- Ideales Trainingsgelände zur Vorbereitung auf die Tourensaison
- Handwerkszeug für eigenständige Bergtouren, individuelles Feedback
- Hütte mit Flair und kulinarischer Klasse als Basislager

#### Programm

Im wilden Kaiser finden wir das ideale Gelände, um uns auf den Alpensommer vorzubereiten. In der Kleingruppe werden wir bei sportlichen Touren lernen, die körperlichen Grenzen und Reserven besser einzuschätzen. Im anspruchsvollen Gelände werden Trittsicherheit, Gehtechnik und -dynamik trainiert, ebenso wie der effektive Einsatz von Stöcken und die Orientierung im (weglosen) Gelände. Die Kursinhalte werden "learning by doing", also hauptsächlich unterwegs vermittelt. Tipps und Informationen gibt es auch zu Themen wie Wetter, Erste Hilfe unterwegs und Flora & Fauna.

BW

#### Vorgesehener Ablauf

- |           |   |
|-----------|---|
| Samstag:  | Anreise bis 18h, Abendessen & Abendprogramm               |
| Sonntag:  | Erkundungstour, Geländetrainings, Übungen                 |
| Montag &  |   |
| Dienstag: | Ganztägige Ausbildungstouren                              |
| Mittwoch: | Abreise nach Frühstück, eventuell Übergang zum Aufbaukurs |

#### Vorgesehene Kursinhalte

Theoretische Grundlagen (Ausrüstung, Tourenplanung, Wetter, alpine Gefahren), sicheres Begehen von leichten und mittelschweren Bergwegen und Steigen, Begehen von (steilem) Firm, Schrofen- und Blockgelände, Begehen von leichten Felspassagen, Trittschulung, Orientierung, Einsatz von Stöcken, Gruppendynamik

Anforderungen	Du bist sportlich unterwegs und hast schon Wandererfahrung, mindestens im Mittelgebirge, möglichst auch unter Einsatz von Stöcken. Eine gute Kondition um Gehzeiten von bis zu 8 Stunden und Auf-/ Abstiege bis zu je 1.000 Hm pro Tag gut zu bewältigen, sollte vorhanden sein.
Ausrüstung	Bergschuhe, Stöcke, Rucksack für Tagestouren. Eine detaillierte Ausrüstungsliste folgt.
Leistung	Ausbildung und Organisation
Kosten	EUR 150.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung, Sapi Ullrich, E-Mail: <a href="mailto:Sapi.Ullrich@DAV-Wuppertal.de">Sapi.Ullrich@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergwandern

# Bergwandertraining für Fortgeschrittene

als Hüttentour in den Hohen Tauern

15. bis 19.07.2026

### Aufbaukurs Bergwandern

#### Highlights

- Bergwanderkönnen trainieren und vertiefen, individuelles Feedback
- Die Natur aus dem Winterschlaf erblühen sehen
- Gut vorbereitet in die Bergsaison starten und Gelerntes direkt anwenden

#### Programm

Bei sportlichen Touren durch anspruchsvolles Gelände werden wir uns auch Zeit nehmen, die erwachende Natur zu genießen. Wir üben bei der Tourenplanung, die unsicheren Verhältnisse im Frühsommer einzubeziehen, an unserer Technik in Schnee, Geröll und Blockgelände zu feilen, Trittsicherheit und Gehdynamik zu verfeinern und Orientierung im (weglosen) Gelände sowie Wettereinschätzung zu verbessern. Tipps und Informationen zu Flora & Fauna und Erster Hilfe unterwegs gibt es immer dazu.

#### Vorgesehener Ablauf

- Mittwoch: Anreise und Aufstieg bis 18h, Abendessen & Abendprogramm  
Do – Sa: Je nach Verhältnissen gibt es auf der Tour jeden Tag Gipfelmöglichkeiten, auch einige 3.000er werden dabei sein. Der genaue Ort wird anhand der aktuellen Wetterlage und Hüttenöffnungszeiten bestimmt.  
Mögliche Übernachtungen: Barmer Hütte, Elberfelder Hütte, Badener Hütte, Sudetendeutsche Hütte.  
Sonntag: Abstieg und Abreise

#### Vorgesehene Kursinhalte

Trainieren von sicherem Begehen mittelschwerer und schwerer Bergwege und Steige, auch mit seilversicherten Stellen, evtl. mit Neuschnee und (verschneitem) Schrofen- und Blockgelände und Geröll. Vertiefen von theoretischem Wissen und praktisches Anwenden bei Ausrüstung, eigenverantwortliche Tourenplanung, praktische Wetterinterpretation, Orientierung im weglosen Gelände und Gruppenführung.

Anforderungen	Du bist sportlich unterwegs und hast schon mindestens einen Grundkurs Bergwandern absolviert oder die Fähigkeiten anderweitig erworben. Trittsicherheit, auch in Firn & Geröll und eine gute Kondition um Gehzeiten von bis zu 8 Stunden und Auf-/Abstiege bis zu je etwa 1.400 Hm pro Tag zu bewältigen, sollte vorhanden sein. Bei Zweifel berate dich mit der Kursleitung.
Ausrüstung	Bergschuhe, Stöcke, Rucksack für Tagestouren. Eine detaillierte Ausrüstungsliste folgt.
Leistung	Ausbildung und Organisation
Kosten	EUR 150.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung: Sapi Ullrich, E-Mail: <a href="mailto:Sapi.Ullrich@DAV-Wuppertal.de">Sapi.Ullrich@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergwandern

# Anspruchsvolle Alpenüberquerung

*als geführte Tour*

20. bis 29.08.2026

**Kurszuordnung: Bergwandern als Führungstour**

### Highlights

- Auf dem Fernwanderweg E5 zu Fuß über die Alpen in 8 Tagen
- Rund 6.000 Hm in einer eindrucksvollen Berglandschaft
- Ein Traum für jeden Bergwanderer

### Programm

Auf dem „klassischen“ E 5 überschreiten wir auf rund 125 km Wegstrecke in 8 Tagesetappen die Allgäuer, Lechtaler und Ötztaler Alpen. Die Anstrengungen für die zu bewältigenden insgesamt rund 6.000 Hm werden von einer wunderschönen Naturlandschaft belohnt. Übernachtungen sind sowohl in Gasthöfen als auch auf Hütten vorgesehen.

Der höchste Punkt auf der Tour liegt bei 3.000 Metern und somit schon im Hochgebirge. Schwindelfreiheit, absolute Trittsicherheit und eine gute Kondition sollten wir für diese mehrtägige Bergwanderung mitbringen. Die Tour ist so ausgelegt, dass sich auch die „älteren Semester ab 60“ wohl fühlen und dieses Erlebnis genießen können.

### Vorgesehener Ablauf

- |              |  |
|--------------|--|
| 1. Tag:      | Start/Treffpunkt 10.00 Uhr vor der Kirche in Oberstdorf                                |
| 2. – 9. Tag: | Alpenüberquerung   |
| 10. Tag:     | Talfahrt mit Bergbahn und Rücktransfer nach Oberstdorf mit Ankunft ca. gegen 16.30 Uhr |

### Anforderungen

Wir bewegen uns in der Regel auf mittelschweren, teilweise ausgesetzten und steilen Bergpfaden, die Schwindelfreiheit und absolute Trittsicherheit, auch im abschüssigen Gelände, erfordern. Einige kurze Passagen sind mit Fixseilen und Tritthilfen versichert, die jedoch keine klettertechnischen Kenntnisse erfordern. Das Queren von Altschneefeldern kann nicht ausgeschlossen werden. Du hast bereits erste Tagestouren in den Bergen gemeistert und fühlst dich trittsicher und schwindelfrei. Du besitzt eine solide Kondition, um Gehzeiten von 5 – 7 Stunden und Auf-/Abstiege bis zu 1500 Hm mit Genuss (kein Hasten) zu bewältigen.

Für weitere Anfragen im Vorfeld stehe ich gerne telefonisch zur Verfügung. Ein Vortreffen der Teilnehmer wird obligatorisch vorausgesetzt.

### Ausrüstung

Geeignete feste Bergschuhe, Grödeln, wetterfeste Kleidung für Alpin-gelände, Stöcke (empfehlenswert), passender Rucksack für Mehrtagestouren. Eine detaillierte Ausrüstungsliste wird besprochen.

### Leistung

Organisation und Führung

### Kosten

EUR 250,- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Transport (Taxi, Bergbahnen).

### Anmeldung

über die Kursleitung: Michael Göbel, Tel: 0171 1282399,

E-Mail: Michael.Goebel@DAV-Wuppertal.de

Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

BW



## Bergwandern

# Bergwanderwoche

*rund ums Barmer Haus in St. Jakob im Defereggental*

30.08. bis 06.09.2026

### Kurszuordnung: Bergwandern als Führungstour

#### Highlights

- Komfortabler Standort mit dem Barmer Haus in St. Jakob im Defereggental
- Bergwanderkönnen trainieren und vertiefen unter fachkundiger Begleitung
- Geführte Tagestouren auf mittelschweren Wegen mit großartigen Gipfelmöglichkeiten
- Geselligkeit, gute Gespräche, Kultur und Natur erleben

#### Programm

Das Wochenprogramm gestaltet sich vielfältig und abwechslungsreich. Wir starten mit einer Akklimatisierungswandern zu den ältesten Almen Österreichs („Klein-Tibet“; Jagdhausalm) und besuchen den Oberhauser Zirbenwald – der größte Zirbenwald der Ostalpen. Weitere Tourenhighlights sind der Höhenweg Staller Alm – Hirschbichl – Blindsalm - St. Jakob sowie der Alpenblumen- und Panoramaweg im Nationalpark. Wir besuchen die Barmer Hütte (2.610 m) und steigen vom Staller Sattel auf zur Roten Wand (2.818m). Änderungen sind im Programm sind möglich.

#### Vorgesehener Ablauf

Anreise und Treffpunkt ist Sonntag, der 30.08.2026, Barmer Haus in St. Jakob. An den folgenden Tagen unternehmen wir genussvolle Bergwanderungen mit mehreren Gipfelmöglichkeiten. Abends Rückkehr ins Barmer Haus, eventuell gemeinsames Kochen und Abendessen. Kursende und Abreise ist Sonntagmorgen, der 06.09.2026. Die An- und Rückreise erfolgen individuell, wir versuchen Fahrgemeinschaften zu vermitteln. Vorab findet ein obligatorisches Vortreffen statt.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Geführte Tagestouren auf erlebnisreichen Wegen, Pfaden und Steigen zu großartigen Zielen. Mit den Teilnehmern wird ein Vorab-Treffen sowie eine gemeinsame Wanderung zum Kennenlernen in den Wupperbergen organisiert.

#### Anforderungen

Wir bewegen uns in der Regel auf mittelschweren Bergpfaden. Die Auf- und Abstiege liegen teilweise im steilen Gelände. In den Gipfelzonen können uns vereinzelt kurze, aber durchaus leichte Kletterpassagen überraschen, jedoch sind klettertechnische Kenntnisse nicht erforderlich. Möglicherweise treffen wir noch vereinzelt auf Altschneefelder. Du hast bereits erste Wanderungen in den Bergen gemeistert und fühlst dich absolut trittsicher und schwindelfrei. Du besitzt eine solide Kondition, um Gehzeiten von 5 – 8 Stunden und Auf-/Abstiege bis zu 1.000 Hm pro Tag mit Genuss (kein Hasten, kein Wettkampf) zu bewältigen.

Wir sammeln in dieser Woche keine Gipfel und Höhenmeter, sondern tiefe Eindrücke und gemeinsame Erlebnisse, die wir mit nach Hause nehmen können. Neben den Naturerlebnissen sollen auch kulturelle Aspekte nicht zu kurz kommen. Falls du Zweifel hast, kontaktiere bitte die Kursleitung.

#### Ausrüstung

Geeignete feste Bergschuhe, wetterfeste Kleidung für Alpingelände, Stöcke, Rucksack für Tagestouren. Eine detaillierte Ausrüstungsliste folgt.

#### Leistung

Organisation und Führung. Kleine Gruppe, max. 8 Teilnehmer.

#### Kosten

140,- € pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft in Höhe von 120,- € (vor Ort in bar zu entrichten) sowie weitere Kosten für Verpflegung.

#### Anmeldung

über die Kursleitung: Karl Peter Wiemer; Tel.: 0157 74087849;

E-Mail: [Karl-Peter.Wiemer@DAV-Wuppertal.de](mailto:Karl-Peter.Wiemer@DAV-Wuppertal.de)

Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Felsklettern mit mobilen Sicherungsmitteln in Ettringen

*Ein 2-Sektionen-Kurs mit dem DAV Rhein-Sieg*

10. bis 12.04.2026

### Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs

#### Highlights

- Felsklettern für Kletterbegeisterte im Basalt der Eifel
- Kletterrouten mit mobilen Sicherungsmitteln eigenständig absichern
- Ausbildung von qualifizierten Trainer:innen im Umgang mit Keilen und Friends

#### Programm

Nicht immer sind Routen mit Bohrhaken abgesichert. Du beherrschst bereits das Felsklettern in gut abgesicherten Gebieten und möchtest nun das legen mobiler Sicherungen, sowie die Grundlagen des Risskletterns erlernen. Kursziel ist, dass die Teilnehmenden im Anschluss fähig sind, einfache cleane (Riss-)Routen selbst abzusichern. Wir führen diesen Kurs zusammen mit Teilnehmenden und einer Trainerin der Sektion Rhein-Sieg durch und werden alle gemeinsam auf dem Campingplatz Falkenley übernachten. Eine Teilnahme an der Vorbesprechung, die online stattfinden wird, ist obligatorisch.

#### Vorgesehener Ablauf

Online Vorbesprechung: Donnerstag, 09.04.2026 um 18:00 Uhr

Ausbildungstag 1: Treffpunkt Freitag, 10.04.2026 um 18:00 Uhr am Campingplatz Falkenley in Langscheid

Ausbildungstag 2: Samstag, 11.04.2026, um 10:00 im Klettergebiet Ettringer Ley oder Kottenheimer Winfeld

Ausbildungstag 3: Sonntag, 12.04.2026, um 10:00 im Klettergebiet Ettringer Ley oder Kottenheimer Winfeld

Abreise: ca. 17:00 Uhr.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Ausrüstungskunde, Erkennen und Beurteilung von Sicherungsmöglichkeiten, Anbringen und Handhabung mobiler Sicherungsmittel, Rissklettertechniken, Klettern im Toprope sowie im Vorstieg.

Anforderungen	Selbständiges Klettern in Sportkletterrouten (Fels) im VI. Schwierigkeitsgrad. Die entsprechenden Seil- und Sicherungstechniken inkl. dem Abauen von Routen durch Ablassen und Abseilen müssen ebenso voll beherrscht werden. Rissklettertechniken sind wünschenswert aber nicht zwingend erforderlich.
Ausrüstung	Steinschlaghelm, Kletterschuhe, Risshandschuhe oder Tape, Klettergurt, 1 Sicherungsgerät (nur Autotuber oder Halbautomat), 1 Tube (doppelseitig), 3 Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner, 4-5 Expressen, 2 Bandschlingen (1x60, 1x120cm), 1 Kurzprusik (30cm, am besten vernäht), 5 Klemmkeile (mittlere Größe) und 2-3 Friends (verschiedene Größen), Schlafsack, Isomatte, Zelt in Kleingruppen nach Absprache
Leistung	Ausbildung in Kleingruppen, Organisation, Stellung der Kletterseile
Kosten	EUR 70.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten
Anmeldung	über die Kursleitung: Fynn Müller, Tel.: 01633 3783044, E-Mail: <a href="mailto:Fynn.Mueller@DAV-Wuppertal.de">Fynn.Mueller@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Schnupperkurs Felsklettern

für Anfänger

30.05.2026

### Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs

#### Highlights

- Erlebe einen sportlichen Tag in einem regionalen Klettergarten
- Probiere deine Kletterkünste an gesicherten Routen im Fels aus
- Keine Kletterkenntnisse notwendig

#### Programm

Du interessierst dich für den alpinen Bergsport und möchtest gerne selbst ersten Kletterversuche an gesicherten Kletterfelsen in der Umgebung unternehmen? Dann ist dieser Kurs der richtige für dich! In Kleingruppen und immer bestens betreut durch unsere Ausbilder sammelst du erste Erfahrungen im Felsklettern und begehst einen Klettersteig.

#### Vorgesehener Ablauf

Samstag, den 30.05.2026 im Klettergarten Spreeler Mühle, Treffpunkt um 09:30 Uhr an den Wupperwänden (Straße parken), zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften

#### Vorgesehene Kursinhalte

Schulung der elementaren Klettergrundtechniken, gesichertes Klettern in leichten Kletterrouten und Klettersteigpassagen, abgelassen werden von Kletterrouten.

Anforderungen	Es ist keinerlei Klettererfahrung notwendig. Ein wenig Sportlichkeit ist von Vorteil. Bitte berücksichtige, dass in diesem Schnupperkurs keine Ausbildung der Sicherungstechniken des Bergsports erfolgt.
Ausrüstung	Berg-/ Kletterschuhe oder bequeme Sportschuhe mit fester Sohle, der Witterung entsprechend sportliche Kleidung
Leistung	Gesichertes Klettern in Kleingruppen, Stellung der Kletterseile und der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 25.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten.
Anmeldung	über die Kursleitung: Jürgen Brückner, Tel.: 0151 20192611, E-Mail: Juergen.Brueckner@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Alpines Felsklettern

im Tannheimer Tal (Aggenstein)

04. bis 07.06.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels - Alpinklettern 1**

### Highlights

- Unterbringung in der gut geführten Bad Kissinger Hütte, Tannheimer Tal
- Felsklettern im alpinen Klettergelände des Aggensteins
- Vom Klettergarten in Alpinrouten mit mehreren Seillängen

### Programm

Beim Klettern in längeren Mehrseillängenrouten im Gebirge brauchst du mehr als das Basiswissen. Die hohen Felswände rund um die Bad Kissinger Hütte sind ein ideales Gebiet für Deine nächste Ausbildungsstufe auf dem Weg zur ersten eigenen alpinen Mehrseillängentour. Ziel des Kurses ist, die Teilnehmer in die Lage zu versetzen, entsprechend ihrer klettertechnischen Fähigkeiten mehrseillängige bereits eingerichtete Felskletterrouten im alpinen Gelände selbstständig und sicher begehen zu können.

### Vorgesehener Ablauf

Theorie: Donnerstag, den 28.05.2026 um 18:30 Uhr im Seminarraum der Wupperwände  
Praxis I: Sonntag, den 31.05.2026 um 09:00 Uhr im Klettergarten Spreeler Mühle (Ausbildung Sicherungstechniken)

Praxis II: Anreise am Donnerstag, 04.06.2026 und gemeinsamer Aufstieg zur Bad Kissinger Hütte. An den folgenden Tagen erfolgt die Ausbildung im Gebiet des Aggensteins. Kursende am Sonntag, 07.06.2026 und Abstieg.

### Vorgesehene Kursinhalte

Ausrüstungskunde, Knotenkunde, Gehen und Klettern im alpinen Gelände, Sicherungstechnik, Standplatzbau, Abseilen, Tourenplanung und Orientierung.

Anforderungen	<p><b>Technik:</b> Vorheriger Besuch der Grundkurse Felsklettern (Stufe 1 - 3) oder Nachweis entsprechender Touren. Ebenso wird Trittsicherheit im steilen und ungesicherten Schafengelände vorausgesetzt.</p> <p><b>Kondition:</b> Eine solide Grundkondition, um Klettertouren mit Auf-/Absteigen von 4 – 8h zu bewältigen.</p>
Ausrüstung	Bergschuhe und Kletterschuhe, Hüftgurt (evtl. Brustgurt), Steinschlaghelm, 1 HMS- Karabiner, 3 Schraubkarabiner, 1 Normalkarabiner, 1 Abseilgerät, 2 Bandschlingen (1x120cm/1x60cm) und 3 Prusikschnüre (5mm je 4 / 2 / 0,6m). Eine detaillierte Liste wird zugeschickt. Ein Teil der alpintechnischen Ausrüstung kann gestellt werden.
Leistung	Ausbildung in Kleingruppen, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 220.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung: Alexander Dorsch, E-Mail: Alexander.Dorsch@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Vorstiegskurs am Fels

12. und 13.06.2026

### Bergsport Fels – Sonderkurs

#### Highlights

- Erlernen des Vorstiegsklettern und Vorstiegssichern am Fels
- Ausbildung in regionale Klettergärten mit leichten und mittelschweren Kletterrouten
- Ausbildung umfasst alle Inhalte des DAV Kletterschein Vorstieg

#### Programm

Ihr wollt den nächsten Schritt gehen und das Klettern und Sichern im Vorstieg erleben oder euer Können in diesem Bereich auffrischen und auf den neusten Stand bringen?

Kursziel ist das Erlernen der Techniken zum Sichern und Klettern im Vorstieg an Naturfelsen sowie in der Kletterhalle. Die Ausbildung erfolgt nach der aktuellen Lehrmeinung des DAV und dient u.a. der Vorbereitung auf den Kurs „Von der Halle an den Fels“.

#### Vorgesehener Ablauf

Ausbildungstag 1: Freitag, den 12.06.2026, um 17:00 Uhr am Kletterfelsen im Bergischen Land

Ausbildungstag 2: Samstag, den 13.06.2026, um 09:00 Uhr am Kletterfelsen im Bergischen Land

#### Vorgesehene Kursinhalte

Theorie und Materialkunde, Partnercheck, Anseilen mit dem doppelten Bullin, richtiges Einhängen der Zwischensicherungen, Partnersicherung im Vorstieg, Falltest und dynamisches Sichern, freies Klettern im Vorstieg, Naturschutz.

(Hinweis: Dieser Kurs ersetzt KEINE Ausbildung „Von der Halle an den Fels“ und enthält keine Ausbildungsinhalte zum Thema umbauen und abseilen am Fels.)

Anforderungen	Du verfügst über die Sicherungstechniken im Toprope in der Kletterhalle und bist in diesem Bereich sicher unterwegs (am besten DAV Topropeschein). Klettertechnisch bewegst du dich in der Halle mindestens im oberen V.-Schwierigkeitsgrad.
Ausrüstung	Kletterhelm (wenn vorhanden), Klettergurt, Sicherungsgerät (Halbautomat z. B. GriGri), Kletterschuhe, Exen (wenn vorhanden) der Witterung entsprechend sportliche Kleidung
Leistung	Ausbildung, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 45.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten
Anmeldung	über die Kursleitung: Florian Schneider, E-Mail: <a href="mailto:Florian.Schneider@DAV-Wuppertal.de">Florian.Schneider@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Grundkurs Felsklettern

*Von der Kletterhalle an den Fels*

25. / 27. und 28.06.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels - Grundstufe Felsklettern 2 & 3**

### Highlights

- Felsklettern für Kletterbegeisterte mit soliden (Hallen-) Kenntnissen
- Ausbildung in regionale Klettergärten mit leichten und mittelschweren Kletterrouten
- In gut gesicherten Routen Kletterpraxis im Fels erlangen

### Programm

Du beherrschst die Sicherungstechniken in der Kletterhalle (Vorstieg sowie Toprope) und möchtest die Grundlagen des Felskletterns erlernen. Kursziel ist, dass der Teilnehmer im Anschluss fähig ist, selbstständig in einem Klettergarten Einseillängen-Routen im oberen IV. Schwierigkeitsgrad vorzusteigen, ein Toprope einzurichten und wieder abzubauen.

### Vorgesehener Ablauf

Ausbildungstag 1: Donnerstag, den 25.06.2026 um 18:30 Uhr im Seminarraum der Wupperwände

Ausbildungstag 2: Treffpunkt Samstag, den 27.06.2026, um 09:00 am Kletterfelsen

Ausbildungstag 3: Treffpunkt Sonntag, den 28.06.2026, um 09:00 am Kletterfelsen

### Vorgesehene Kursinhalte

Theoretische Grundlagen (Ausrüstung, Knoten, Klettern und Naturschutz), Grund- und Sicherungstechniken (inkl. HMS), Auf- und Abbau einer Umlenkung / eines Topropes, Ablassen, Abseilen, Sichern und Klettern im Vorstieg, Klettertechnik, Routenfindung, selbstständiges Klettern im Fels

Anforderungen	Du Verfügst über die Kenntnisse der Sicherungstechniken in der Kletterhalle und hast Erfahrungen im Sichern und Klettern im Vorstieg. Klettertechnisch bewegst du dich in der Halle mindestens im V. Schwierigkeitsgrad. Die Teilnahme am Theorie-Abend ist obligatorisch!
Ausrüstung	Kletterschuhe, Gurt, Steinschlaghelm, 1 HMS-Karabiner, 2-3 Schraubkarabiner, 1 Sicherungs-/ Abseilgerät, 4-5 Expressen, 1 Bandschlinge 1,2m, 1 Kurzprusik
Leistung	Ausbildung, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 60.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten
Anmeldung	über die Kursleitung: Alexander Dorsch, E-Mail: Alexander.Dorsch@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Felsklettern

mit mobilen Sicherungsmittel im Weserbergland (Ith)

11.bis 12.07.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs**

### Highlights

- Felsklettern an den schönsten Naturfelsen des Weserberglands (Ith)
- Kletterrouten eigenständig absichern mit mobilen Sicherungsmitteln
- Ausbildung von qualifizierten Trainern im Umgang mit Friends, Camelots und Klemmkeilen

### Programm

Nicht alle Kletterrouten sind mit Haken ausgestattet oder die Hakenabstände sind sehr weit. Das Anbringen von mobilen Sicherungsmitteln bringt hier mehr Sicherheit. Das niedersächsische Felsgebiet bietet uns ein ideales Übungsgelände. Wir trainieren den Einsatz verschiedener Sicherungsmittel wie z. B. das Legen von Klemmkeilen, das Setzen von Friends sowie das Fädeln von Sanduhren mit dem Kursziel, selbständiges Klettern und Absichern von Sportkletterrouten.

### Vorgesehener Ablauf

- Vortreffen: Es wird ein gemeinsames obligatorisches Vortreffen geben. Der Termin wird zuvor mit den Teilnehmenden abgestimmt.
- Praxis: Samstag, 11.07.2026, 09:00 Uhr Treffpunkt im Ith (Ecke B240 / „Auf dem Ith“ Holzen). Übernachtung auf einem nahegelegenen Zeitplatz. Die Anreise am Freitagabend ist empfehlenswert. Heimreise am Sonntag, 12.07.2026 ab ca. 16:00 Uhr. An den beiden Ausbildungstagen vermitteln wir dir die Sicherungstechniken rund um die mobilen Sicherungsmittel.

### Vorgesehene Kursinhalte

Ausrüstungskunde, Erkennen und Beurteilung von Sicherungsmöglichkeiten, Anbringen und Handhabung mobiler Sicherungsmittel, Klettern im Toprope sowie im Vorstieg.

Anforderungen	Selbständiges Klettern in Sportkletterrouten (Fels) im IV. Schwierigkeitsgrad. Die entsprechenden Seil- und Sicherungstechniken inkl. dem Abbauen von Routen durch Ablassen und Abseilen müssen ebenso voll beherrscht werden. Die Teilnahme am Theorie-Abend ist obligatorisch!
Ausrüstung	Die komplette, persönliche Kletterausrüstung ist obligatorisch: Kletterschuhe, Hüftgurt, Kletterhelm, 1 Sicherungsgerät (nur Autotuber oder Halbautomat), 3 Schraubkarabiner, 2 Schnappkarabiner, 4-5 Expressen, 3 Bandschlingen (2x60, 1x120cm), 1 Kurzprusik (30cm vernäht), 5 Klemmkeile (mittlere Größe) und 2 Friends (mittlere Größen)
Leistung	Ausbildung, Organisation, Stellung der Kletterseile
Kosten	EUR 70.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten
Anmeldung	über die Kursleitung: Nikolas Steffens, Tel.: 0160 4424185, E-Mail: <a href="mailto:Nikolas.Steffens@DAV-Wuppertal.de">Nikolas.Steffens@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Sicherungstechniken zum Abseilen

11.07.2026

### Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs

#### Highlights

- Grundlagen des Abseilens erlernen bzw. wiederholen
- Abseilabläufe sicher beherrschen - in Einseil- und Mehrseillängen
- Effizientes Seilhandling trainieren und komplexe Abläufe optimieren

#### Programm

Ob im Klettergarten oder beim alpinen Abstieg: Sicherungstechniken sind entscheidend, um schwierige Passagen kontrolliert und effizient zu überwinden. Im ersten Kursteil trainieren wir die Grundlagen des Abseilens – von Materialwahl bis zur sicheren Durchführung.

Dann vertiefen wir die Abseiltechniken für längere Abseilpassagen, wie sie im alpinen Gelände, aber auch in Klettergärten mit Mehrseillängen häufig vorkommen. Dabei liegt der Fokus auf taktische Abläufe, sauberem Seilhandling und effizienter Organisation am Standplatz. Du lernst, wie du Zeit sparst, Fehler vermeidest und auch in komplexeren Situationen ruhig und sicher agierst.

#### Vorgesehener Ablauf

Treffpunkt am Samstag, 11.07.2026 um 09:00 Uhr im Klettergarten Spreeler Mühle.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Ausrüstungskunde (Fokus auf Abseilen), Selbstsicherungsmethoden, Abseiltechniken, taktische Abläufe beim Abseilen über mehrere Seillängen, Abseilstandplatz

Anforderungen	Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bereits ein wenig Kletterfahrung im Fels haben und mit den grundlegenden Sicherungstechniken vertraut sind, z. B. durch Teilnahme am Grundkurs „Von der Halle an den Fels“ bzw. die notwendigen Kenntnisse wurden anderweitig erworben.
Ausrüstung	Festes Schuhwerk, Klettergurt, Steinschlaghelm, 1 Abseilgerät, 1 Kurzprusik (6mm), 3-4 Schraubkarabiner, 1 Bandschlinge 1,2m, 1 Selbstsicherungsschlinge (z. B. Bandschlinge mit Verschlusskarabiner oder „Petzl Dual Connect Adjust“ oder „Edelrid Switch Double Adjust“), optional: 1x 4 m Reepschnur (6 mm)
Leistung	Ausbildung in Kleingruppen, Organisation, Stellung der Kletterseile
Kosten Anmeldung	EUR 35.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten über die Kursleitung: Stefan Strunk, Tel.: 0202 2424938, E-Mail: Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Grundkurs Alpines Felsklettern

(Urner Alpen, Schweiz)

01. bis 08.08.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels – Grundstufe 1-3 in Verbindung mit Alpinklettern 1**

### Highlights

- Vom Klettergarten in leichte alpine Kletterrouten mit mehreren Seillängen
- Ausbildung und Klettern in alpinem Klettergelände
- Unterbringung in einer gemütlichen Berghütte Nähe des Sustenpasses (Schweiz)

### Programm

Dieser einwöchige Kurs richtet sich an alle, die die Grundlagen des alpinen Kletterns erlernen oder auffrischen möchten – praxisnah und direkt vor Ort. Unser Übungsgelände liegt im eindrucksvollen Sustengebiet unweit des bekannten Triftgletschers der Urner Alpen.

Wir beginnen mit einer Talübernachtung und einem Tag am Sustenpass. Im weiteren Verlauf steigen wir zur gemütlichen Windeggihütte auf, die uns als Basislager für die zweite Kurshälfte dient. Rund um die Hütte nutzen wir verschiedene Klettergärten und leichte alpine Routen für unsere Übungen.

Kursziel ist die Vermittlung grundlegender Kletter- und Sicherungstechniken sowie das selbstständige Klettern in einer Seilschaft auf gut abgesicherten, leichten Felsrouten.

### Vorgesehener Ablauf

Vorab findet eine Vorbesprechung mit den Teilnehmenden in den Wupperwänden, Badische Str. 76 statt. Die Anreise erfolgt am Samstag, 01.08.2026. Kursende am Samstag, 08.08.2026.

### Vorgesehene Kursinhalte

Jeweils für alpines Gelände: Trittschulung beim Gehen / Klettern; Tourenplanung und Orientierung; Ausrüstungskunde, Seil- und Sicherungstechnik, Klettertechnik/-taktik; Standplatzbau, Klettern in leichten Mehrseillängen; Seilschaft in Aktion, sicheres Abseilen; einrichten / abbauen von Topropes.

Anforderungen	<i>Technik:</i> Grundkenntnisse aus Halle und/oder Klettergarten sind hilfreich. Trittsicherheit für alpine Wege und im Schrofengelände, Schwindelfreiheit. <i>Kondition:</i> solide Kondition für Klettertouren mit Auf-/ Abstiegen von 4 – 6 Stunden. Die Teilnahme an der Vorbesprechung ist obligatorisch!
Ausrüstung	Bergschuhe und Kletterschuhe, Hüftgurt (evtl. Brustgurt), Steinschlaghelm, 1 HMS- Karabiner, 3 Schraubkarabiner, 2 Normalkarabiner, 1 Abseilgerät, 3 Bandschlingen (1x120cm/2x60cm) und 3 Prusikschnüre (5mm je 4 / 2 / 0,6m). Eine detaillierte Liste wird bei der Vorbesprechung besprochen. Ein Teil der alpintechnischen Ausrüstung kann gestellt werden.
Leistung	Ausbildung in Kleingruppen, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 270.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung: Jürgen Brückner, Tel.: 0151 20192611, E-Mail: Juergen.Brueckner@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldung.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Aufbaukurs Felsklettern

*Mehrseillängen in Klettergärten*

20. und 22.08.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs**

### Highlights

- Felsklettern für Motivierte mit soliden Klettergarten-Kenntnissen
- Von Einseillängen-Routen in die Kletterrouten mit mehreren Seillängen
- Ausbildung Standplatzbau und Mehrseillängentechnik

### Programm

In den vergangenen Jahren wurden neue Klettergebiete im Bergischen Land sowie Sauerland erschlossen. Einige dieser Routen haben Längen von über 50 m und erfordern erweiterte, sichere Kenntnisse im Umgang mit der Mehrseillängentechnik. Du kletterst bereits regelmäßig im Fels und verfügst über die Kenntnisse der gängigen Sicherungstechniken in Einseillängen-Kletterrouten. Kursziel ist das sichere und eigenständige Begehen von Mehrseillängen in heimischen Klettergärten mit Einrichten von einem Zwischenstand, Nachsichern des Seilpartners und Abseilen über die Kletterroute.

### Vorgesehener Ablauf

Ausbildungstag 1: Donnerstag, den 20.08.2026 um 18:30 Uhr im Seminarraum der Wupperwände

Ausbildungstag 2: Samstag, den 22.08.2026 um 09:00 am Kletterfelsen

### Vorgesehene Kursinhalte

Wiederholung der elementaren Sicherungstechniken, Standplatzbau an soliden Fixpunkten, HMS-Sicherung über Fixpunkt, Taktische Abläufe in Mehrseillängen einer Seilschaft, Abseilen über mehrere Seillängen, Seilkommmandos

Anforderungen	Ein Grundkurs Felsklettern Stufe 1 - 3 muss absolviert worden sein oder die notwendigen Kenntnisse wurden anderweitig erworben. Im Fels kletterst du regelmäßig im Vorstieg mindestens den V. Grad. Die Teilnahme am ersten Ausbildungstag (Donnerstag) ist obligatorisch.
Ausrüstung	Vollständige alpintechnische Ausrüstung: Kletterschuhe, Klettergurt, Steinschlagheml, 2 HMS-Karabiner, 3-4 Schraubkarabiner, 1 Abseilgerät, 6-8 Expressen, 2-3 Bandschlingen 1,2m, 1 Kurzprusik 6mm
Leistung	Ausbildung, Organisation, Stellung der Kletterseile
Kosten	EUR 45.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten.
Anmeldung	über die Kursleitung: Stefan Strunk, Tel.: 0202 2424938, E-Mail: Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Alpines Felsklettern

an der Steinseehütte (Lechtal)

Ein 2-Sektionen-Kurs mit dem DAV Füssen

03. bis 06.09.2026

Kurszuordnung: Bergsport Fels - Alpinklettern 1

### Highlights

- Vom Klettergarten in alpine Mehrseillängen des Lechtals
- Unterbringung in der gut geführten Steinseehütte
- Ausbildung von qualifizierten Trainer:innen

### Programm

Beim Klettern in längeren Mehrseillängenrouten im Gebirge brauchst du mehr als nur das Basiswissen. Die imposanten Felswände rund um die Steinseehütte – Steinkarturm, Parzinturm, Spiehlereturm, Schneekarlesspitze und Dremelspitze – bieten das ideale Gelände für deine nächste Ausbildungsstufe auf dem Weg zur ersten selbstständig durchgeführten alpinen Mehrseillängentour.

Ziel des Kurses ist es, die Teilnehmenden in die Lage zu versetzen, entsprechend ihren klettertechnischen Fähigkeiten bereits eingerichtete Mehrseillängentouren im alpinen Gelände selbstständig und sicher zu begehen.

Wir werden den Kurs zusammen mit einer Trainerin und Teilnehmenden der Sektion Füssen durchführen. Die Blöcke Theorie und Praxis I finden jedoch getrennt statt und sind obligatorisch.

### Vorgesehener Ablauf

- Theorie: Donnerstag, den 13.08.2026 um 18:00 Uhr im Seminarraum der Wupperwände, Badische Str. 76
- Praxis I: Samstag, den 15.08.2026 um 10:00 Uhr am Kletterfelsen im Bergischen Land (Ausbildung Sicherungstechniken)
- Praxis II: Anreise am Donnerstag, 03.09.2026 und gemeinsamer Aufstieg zur Steinseehütte. An den folgenden Tagen erfolgt die Ausbildung im Gebiet der Steinseehütte. Kursende am Sonntag, 06.09.2026 und Abstieg.

### Vorgesehene Kursinhalte

Ausrüstungskunde, Knotenkunde, Gehen im alpinen Gelände, Sicherungstechnik, Standplatzbau, Abseilen, Tourenplanung und Orientierung

Anforderungen	Selbstständiges Klettern in Sportkletterrouten (Fels) im V. Schwierigkeitsgrad. Die entsprechenden Seil- und Sicherungstechniken inkl. dem Abbauen von Routen durch Ablassen (im Klettergarten) müssen ebenso voll beherrscht werden. Ebenso wird Trittsicherheit im steilen und ungesicherten Schrufengelände vorausgesetzt, sowie eine solide Grundkondition, um Klettertouren mit Auf-/Abstiegen von 4 – 8h zu bewältigen.
Ausrüstung	Bergschuhe und Kletterschuhe, Hüftgurt (evtl. Brustgurt), Steinschlaghelm, 2 HMs - Karabiner, 3 Schraubkarabiner, 2 Normalkarabiner, 1 Tuber mit Guide-Funktion, 2 Bandschlingen (1x120cm/1x60cm) und 3 Prusikschnüre (5mm je 4 / 2 / 0,6m). Eine detaillierte Liste wird zugeschickt. Ein Teil der alpinkỹchnischen Ausrüstung kann gestellt werden.
Leistung	Ausbildung in Kleingruppen, Organisation, Verleih der alpinkỹchnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 220.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung: Fynn Müller, Tel.: 01633 3783044, E-Mail: <a href="mailto:Fynn.Mueller@DAV-Wuppertal.de">Fynn.Mueller@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Felsklettern

# Schnupperkurs Felsklettern

für Anfänger

12.09.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels - Sonderkurs**

### Highlights

- Erlebe einen sportlichen Tag in einem regionalen Klettergarten
- Probiere deine Kletterkünste an gesicherten Routen im Fels aus
- Keine Kletterkenntnisse notwendig

### Programm

Du interessierst dich für den alpinen Bergsport und möchtest gerne selbst ersten Kletterversuche an gesicherten Kletterfelsen in der Umgebung unternehmen? Dann ist dieser Kurs der richtige für dich! In Kleingruppen und immer bestens betreut durch unsere Ausbilder sammelst du erste Erfahrungen im Felsklettern und begehst einen Klettersteig.

### Vorgesehener Ablauf

Samstag, den 12.09.2026 im Klettergarten Spreeler Mühle, Treffpunkt um 09:30 Uhr an den Wupperwänden (Straße parken), zwecks Bildung von Fahrgemeinschaften

### Vorgesehene Kursinhalte

Schulung der elementaren Klettergrundtechniken, gesichertes Klettern in leichten Kletterrouten und Klettersteigpassagen, abgelassen werden von Kletterrouten.

Anforderungen	Es ist keinerlei Klettererfahrung notwendig. Ein wenig Sportlichkeit ist von Vorteil. Bitte berücksichtige, dass in diesem Schnupperkurs keine Ausbildung der Sicherungstechniken des Bergsports erfolgt.
Ausrüstung	Berg-/ Kletterschuhe oder bequeme Sportschuhe mit fester Sohle, der Witterung entsprechend sportliche Kleidung
Leistung	Gesichertes Klettern in Kleingruppen, Stellung der Kletterseile und der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 25.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten
Anmeldung	über die Kursleitung: Stefan Strunk, E-Mail: Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

FK



## Bergsport Fels - Klettersteige

# Klettersteige im Frühsommer

im Allgäu oder Wilden Kaiser

04. bis 07.06.2026

**Kurszuordnung: Bergsport Fels – Aufbaustufe Klettersteige**

### Highlights

- Klettersteige im Frühsommer mit anspruchsvollen Passagen (B, Stellen C)
- Flexibilität in Tourenplanung und im Gelände üben
- Vielfältiges Techniktraining und Naturerlebnis mit alpinem Charakter

### Programm

Das Begehen von Klettersteigen im Frühsommer hat einen besonderen Reiz: Der Schnee des Winters ist größtenteils verschwunden, doch in Rinnen, Schrofen und nordseitigen Berghängen können sich noch Altschneefelder halten, die die Anforderungen einer Klettersteigtour erhöhen. Die Bedingungen können sich je nach Wetterlage und Region rasch ändern – selbst ein kurzer Wintereinbruch ist im Frühsommer nicht auszuschließen.

Wer in verschiedenen alpinen Disziplinen geübt ist, kann Touren flexibler gestalten und ist weniger abhängig von bestimmten Geländeformen. Unsere Klettersteige führen durch unterschiedliche Geländearten, und wir bewegen uns durch Fels, Schrofen, Altschnee/Firn und Geröll.

Unser Stützpunkt wird entweder eine bereits geöffnete Berghütte oder eine Unterkunft in Talnähe im Allgäu oder im Wilden Kaiser sein. Geplant sind bis zu drei alpine Klettersteige (Schwierigkeitsgrad B, stellenweise auch C); alternativ ist auch ein kurzer Sportklettersteig (C/D) möglich.

### Vorgesehener Ablauf

Kursbeginn ist Donnerstagmorgen. Je nach Wetterlage werden wir Donnerstag mit einer Eingehetour und einer Wiederholung der Klettersteigtechnik starten. Freitag und Samstag sind volle Tourentage, am Sonntag erfolgt nach einer kleinen Abschluss tour die Rückreise.

### Vorgesehene Kursinhalte

Wiederholung der Sicherungstechniken für Klettersteige, Praxisorientiertes Training auf mittelschweren bis schweren Bergwegen mit seilversicherten Stellen und Klettersteigen, evtl. mit Neuschnee und (verschneitem) Schrofen- und Blockgelände und Geröll. Vertiefen von theoretischem Wissen und praktisches Anwenden bei Ausrüstung, eigenverantwortliche Tourenplanung, Wetterinterpretation und Orientierung.

Anforderungen	<p><b>Technik:</b> Du hast bereits einen Grundkurs Bergwandern sowie Grundkurs Klettersteige absolviert und / oder die Fähigkeiten anderweitig erworben; bist schwindelfrei und trittsicher auf anspruchsvollen Bergwegen, sowie in Firn &amp; Geröll.</p> <p><b>Kondition:</b> Du besitzt eine solide Grundkondition, um Gehzeiten von bis zu 8 Stunden und Auf-/ Abstiege bis zu je etwa 1.400 Hm pro Tag zu bewältigen.</p>
Ausrüstung	Bergschuhe, Hüftgurt (evtl. Brustgurt), Steinschlaghelm, Klettersteigset. Eine detaillierte Ausrüstungsliste folgt.
Leistung	Ausbildung, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten	EUR 200.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung, ggf. Seilbahnen.
Anmeldung	über die Kursleitung: Sven Hami, E-Mail: <a href="mailto:Sven.Hami@DAV-Wuppertal.de">Sven.Hami@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Fels - Klettersteige

# Grundkurs Klettersteige

20. und 21.06.2026

### Kurszuordnung: Klettersteige - Grundstufe

#### Highlights

- Zwei Klettersteigtage in unserer Region
- Am Drahtseil durch die Felswände
- Grundausbildung Kompakt in gut gesicherten Klettersteigen

#### Programm

Klettersteige sind keine erleichterten Kletterrouten, denn auch sie erfordern ihre eigene Technik. Diese muss man kennen und ihre Bewältigung lernen. Hierbei geht es nicht nur um die eigene Sicherheit, sondern auch um die der anderen Klettersteiggeher.

In diesem Kurs lernst du das technische Knowhow sowie den praktischen Umgang mit der speziellen Klettersteig-Ausrüstung kennen. Das richtige Verhalten auf Klettersteigen gehört ebenfalls zum Inhalt des Kurses. Die Klettergärten in unserer Region sind für uns ein ideales Übungsgelände

#### Vorgesehener Ablauf

Samstag und Sonntag (20. und 21.06.2026) erfolgt die Ausbildung in regionalen Klettergärten. Bei einem Vortreffen wird die detaillierte Ausrüstungsliste besprochen, und du erhältst Informationen zur persönlichen Ausrüstung und zum organisatorischen Ablauf.

#### Vorgesehene Kursinhalte

Theoretische Grundlagen (Ausrüstung, Gefahren am Klettersteig, persönliche Anforderungen), Begehen von Klettersteigen, die richtigen Handgriffe, Objektiv – subjektiv: Die Schwierigkeit mit den Schwierigkeiten

Anforderungen	<i>Technik:</i> Klettersteigerfahrung ist nicht erforderlich. <i>Kondition:</i> Körperliche Fitness mit etwas Kraft in den Armen und Händen ist erforderlich.
Ausrüstung	Festes Schuhwerk, Klettergurt, Helm, Klettersteigset (die alpintechnische Ausrüstung kann Ihnen zur Verfügung gestellt werden).
Leistung	Ausbildung, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung
Kosten Anmeldung	EUR 50.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten über die Kursleitung: Jürgen Brückner, Tel.: 0202 720539, E-Mail: Juergen.Brueckner@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Eis - Hochtouren

# Klassische Techniken

*zur Spaltenbergung*

18.04.2026

### Kurszuordnung: Bergsport - Sonderkurs

#### Highlights

- Umfassende Ausbildung in Spaltenbergungstechniken
- Vermittlung notfallgerechter Handlungsmöglichkeiten
- Aktuelle Erkenntnisse und bewährte Methoden der Spaltenbergung

#### Programm

Der Kurs bietet umfassende Möglichkeiten zur Wiederholung und Vertiefung der Spaltenbergungstechniken. Unsere erfahrenen Trainer vermitteln das nötige Wissen und die praktischen Fähigkeiten, um sicher und effektiv in Spaltenrettungssituationen zu handeln.

- Wie funktioniert die Spaltenbergung in einer Dreier-Seilschaft?
- Was bedeutet Prusiken?
- Wie berge ich eine bewusstlose Person?
- Wofür verwende ich eine Micro Traxion?

#### Vorgesehener Ablauf

Samstag, 18.04.2026 um 09:00 Uhr, im Klettergarten Spreeler Mühle, 58256 Ennepetal

#### Vorgesehene Kursinhalte

Klassische Spaltenbergung in einer Dreierseilschaft, Aufbau verschiedener Flaschenzüge, Selbststrettung per Prusiken

Anforderungen      Bergsportliches Interesse, Motivation für selbstständige Hochtouren, Vorkenntnisse in Spaltenbergung

Leistung              Ausbildung und Organisation

Kosten              EUR 25.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten

Anmeldung          über die Kursleitung: Lena Kremzow-Tennie,  
E-Mail: Lena.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de  
Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Bergsport Eis - Hochtouren

# Grundkurs Hochtouren

auf der Franz-Senn-Hütte (2.147m)

21. bis 27.06.2026

### Kurszuordnung: Bergsport Eis - Grundstufe

#### Highlights

- Solide Hochtourenausbildung im alpinen Fels, Firn und auf dem Gletscher
- Unser Stützpunkt ist die Franz-Senn-Hütte (2.147m) in den Stubaier Alpen
- Beste Tourenmöglichkeiten in einer eindrucksvollen Berg- und Gletscherlandschaft

#### Programm

Die Franz-Senn-Hütte liegt in den Stubaier Alpen und bietet ambitionierten Hochtoureneinsteigern ein optimales Ausbildungsgelände und schöne Tourenmöglichkeiten wie Innere Sommerwand (3.122m), Vorderer Wilder Turm (3.177m) oder Ruderhofspitze (3.474m). Du hast bereits auf anspruchsvollen Bergtouren Erfahrung gesammelt und fühlst dich beim Begehen von leichten Felspassagen und Firnfeldern sicher.

In diesem Kurs vermitteln wir dir das selbständige Durchführen von Hochtouren im weglosen Gelände mit Kletterpassagen im Fels sowie Gletscherbegehung mit Spaltenzonen.

#### Vorgesehener Ablauf

- |            |  |
|------------|--|
| Theorie:   | Montag, den 11.05.2026 um 18:30 Uhr im Kletterzentrum, Badische Str. 76  |
| Praxis I:  | Dienstag, den 16.06.2026 um 18:00 Uhr im Klettergarten Spreeler Mühle, Beginn Ausbildung Sicherungstechniken   |
| Praxis II: | Treffpunkt ist Sonntag, der 21.06.2026 um 15:00 Uhr auf der Franz-Senn-Hütte (ca. 1,5 Stunden Gehzeit von der Oberissalm). An den folgenden Tagen erfolgt die Ausbildung mit mehreren Gipfelmöglichkeiten. |
|            | Kursende Samstagmorgen, 27.06.2026.  |

#### Vorgesehene Kursinhalte

Theoretische Grundlagen (Ausrüstung, Tourenplanung, Wetter, Orientierung), Sicherungstechniken im Fels und Eis, Alpine Gefahren, Gletscherbegehung mit Spaltenzonen, Spaltenbergung, Sturzübungen, Bewegungstechniken im alpinen Gelände mit Kletterpassagen sowie im Firn, Steigeisen und Eispickel

Anforderungen	<p><b>Technik:</b> Du hast bereits anspruchsvolle Bergwandertouren durchgeführt (nach SAC Wanderskala mindestens T3 / mittelschwer) und bist schwindelfrei und trittsicher im weglosen Gelände. Gletschererfahrung ist nicht notwendig, Kletterkenntnisse sind von Vorteil. Die Teilnahme an allen Vortreffen ist obligatorisch.</p> <p><b>Kondition:</b> Du besitzt eine solide Grundkondition, um Gehzeiten von 7 bis 9 Stunden und Auf-/ Abstiege von 1.000 bis 1.300 Hm mit Genuss zu bewältigen.</p>
Ausrüstung	Hochtourentaugliche Bekleidung inkl. steigeisenfester Bergschuhe, Gletscherausrüstung. Eine detaillierte Ausrüstungsliste folgt. Ein Teil der alpinen Ausrüstung kann gestellt werden.
Leistung Kosten	Ausbildung, Organisation, Verleih der alpintechnischen Ausrüstung EUR 250.- pro Person sind mit der Anmeldung zu entrichten. Vor Ort entstehen weitere Kosten für Unterkunft und Verpflegung.
Anmeldung	über die Kursleitung: Stefan Strunk, Tel.: 0202 2424938, E-Mail: Stefan.Strunk@DAV-Wuppertal.de Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

HT



## Gemeinschaftsfahrten

# Hochtouren in den Ötztaler Alpen

als Gemeinschaftsfahrt

Mitte/Ende Juni 2026 je nach Verhältnisse, 5 – 6 Tage

### Highlights

- Gemütliche Berghütten im hochalpinen Gelände
- Genussreiche Fels- und Eispassagen
- Zahlreiche GipfeloPTIONEN möglich

### Vorgesehener Ablauf

Geplant ist eine Hüttentour vom urigen Bergsteigerdorf Vent. Von hier aus bietet sich eine Runde über die Similaunhütte bis zum Brandenburger Haus an.

Unterwegs sind Gipfel wie der Similaun, die Finalspitze oder der Fluchtkogel reizvolle Tourenziele. Die Auswahl der Hütten, Übergänge und Gipfel wird so flexibel wie möglich an die herrschenden Bedingungen angepasst. Die Tour startet voraussichtlich sonntags und dauert ca. 5-6 Tage. Ein Vortreffen zur Absprache findet vorab statt. Dies ist eine klassische Hochtour – kein Bergwandern!

#### Anforderungen

**Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Jeder Teilnehmer geht auf eigene Verantwortung mit und muss die nachfolgend beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die Tour selbstständig zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.**

**Technik:** Solide Gletscher- und Felserfahrung ist zwingend notwendig. Die Grundstufe Bergsport Eis wurde absolviert oder die Kenntnisse sind anderweitig durch Hochtourenerfahrung auf 3000 m nachweisbar. Sicheres Gehen mit Steigeisen in kombiniertem Gelände (40° Firn und sicher im II. Grad) ist ebenso Grundvoraussetzung wie die Beherrschung der Techniken zur Spaltenbergung.

**Kondition:** Eine gute Kondition, um Gehzeiten von sieben bis acht Stunden und 1.200 Hm mit Gepäck und Genuss zu bewältigen, sollte vorhanden sein.

#### Ausrüstung:

Die komplette, persönliche Hochtouren- und Hüttenausrüstung inkl. Bekleidung ist obligatorisch.

#### Leistung Anmeldung

Organisatorische Vorbereitung und Durchführung über die Organisatorin: Lena Kremzow-Tennie, E-Mail: [Lena.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de](mailto:Lena.Kremzow-Tennie@DAV-Wuppertal.de) Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Gemeinschaftsfahrten

# Anspruchsvolle Hochtouren

*in den Ost- oder Westalpen*

**als Gemeinschaftsfahrt**

02. bis 07.07.2026

### Highlights

Intensive Hochtouren der Silvretta, des Stubai (Ostalpen) oder im Wallis (Westalpen). Das genaue Tourenziel werden in Abhängigkeit der Verhältnisse gemeinsam erarbeitet.

### Vorgesehener Ablauf

An- und Abreise erfolgt in Fahrgemeinschaften. Zum gegenseitigen Kennenlernen und zur weiteren Abstimmung des Tourenziels wird es bereits frühzeitig ein Vortreffen geben. Die Tour startet am Donnerstag früh mit dem gemeinsamen Aufstieg, die Kursdauer beträgt je nach Wetter und Tourenmöglichkeiten 4 - 5 Tage.

**Anforderungen** Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Jede/r Teilnehmer\*in geht auf eigene Verantwortung mit und muss die nachfolgend beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die gewählte Route als selbständige Seilschaft zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.

**Technik:** Solide Gletscher- und Felserfahrung ist zwingend notwendig. Mindestens die Grundstufe Bergsport Eis wurde absolviert und idealerweise hast du auch bereits weitergehende Erfahrungen auf Hochtouren in Höhen oberhalb von 3500 m gesammelt. Du verfügst über eine sehr gute Trittsicherheit und beherrscht den sicheren Umgang mit Steigeisen im kombinierten Gelände (40° Firn und sicher im II./III. Grad) sowohl im Auf- wie im Abstieg. Ebenso ist die Beherrschung der Techniken zur Spaltenbergung und Selbstrettung zwingend erforderlich. Die Teilnahme an Vortreffen und gemeinsamer Tourenplanung ist obligatorisch.

**Kondition:** Du besitzt eine sehr gute Kondition, um Gehzeiten von zehn bis zwölf Stunden und 1.500-1.700 Hm mit Gepäck und Genuss zu bewältigen. Akklimatisierung ist im Vorfeld in Eigenverantwortung empfohlen (3 Tage auf über 3.000 m).

**Ausrüstung** Hochalpentaugliche Bekleidung inkl. steigeisenfester Bergschuhe, Gletscherausrüstung, Steigeisen, Pickel

**Leistung** Organisatorische Vorbereitung und Durchführung.  
**Anmeldung** über die Organisatorin: Magdalena Wolf,

E-Mail: Magdalena.Wolf@DAV-Wuppertal.de

Ab sofort und nur über die Organisatorin. Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen. Max. Teilnehmeranzahl: 6

GS



## Gemeinschaftsfahrten

# Felsklettern an Roggalspitze

(Vorarlberg)

als Gemeinschaftsfahrt

27. bis 30.08.2026

### Highlights

Die Ravensburger-Hütte (1948m) dient als Stützpunkt für unsere bergsteigerischen Unternehmungen. Die Klettertouren an der Roggalspitze und Plattnitzer Jochspitze bewegen sich im gemäßigten alpinen Schwierigkeitsgrad (3-4+). Neben der hochgelobten anvisierten „Roggalkante“ haben wir einige Alternativen zu Auswahl, um uns den Hüttenkuchen auch wirklich zu verdienen.

### Vorgesehene Ablauf:

An- und Abreise in Fahrgemeinschaften bzw. Seilschaften. Absprachen im Vorfeld finden nach Bedarf statt.

Anforderungen	<p><b>Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Jeder Teilnehmer geht auf eigene Verantwortung mit und muss die nachfolgend beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die gewählte Route als selbständige Seilschaft zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.</b></p> <p><i>Technik:</i> Es wird in selbstständigen Seilschaften (Vorsteiger/Nachsteiger) geklettert. Der IV. Schwierigkeitsgrad mit der entsprechenden Seil- und Sicherungstechnik (Bergsport Fels - Alpinklettern 1) muss im alpinen Gelände sicher beherrscht werden. Dazu gehört auch das selbständige Anbringen von mobilen Zwischensicherungen, sowie solide Erfahrung in der Wegfindung. Alpine Zu- und Abstiege, auch im weglosen Gelände, müssen ebenso sicher bewältigt werden.</p> <p><i>Kondition:</i> Eine Kondition für Klettertouren, die zwischen fünf und sieben Stunden mit den entsprechenden Auf- und Abstiegen in Anspruch nehmen, wird vorausgesetzt.</p>
Ausrüstung	<p>Die komplette, persönliche Kletterausrüstung inkl. Bekleidung ist obligatorisch.</p>
Leistung Anmeldung	<p>Organisatorische Vorbereitung und Durchführung. über den Organisator: Mark Ansorg, E-Mail: <a href="mailto:Mark.Ansg@DAV-Wuppertal.de">Mark.Ansg@DAV-Wuppertal.de</a> Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.</p>



## Gemeinschaftsfahrten

# Alpine Hüttenwanderung

*in die Cottischen Alpen im Piemont*

Auf einem Teilabschnitt der „Grande Traversata delle Alpi“ (GTA)

**als Gemeinschaftsfahrt**

29.08. bis 05.09.2026

### Highlights

Die Grande Traversate delle Alpi führt auf diesem Abschnitt durch die Piemonteser Täler von Varaita, Maira und Stura. Er führt auf alten, einsamen Bergwegen durch die Dolomiten von Cuneo. Alpines Gelände und alte Kulturlandschaft wechseln sich ab. Übernachtet wird auf Hütten und in sogenannten Posto Tappa. Dies sind einfache Pensionen mit vorzüglicher piemonteser Küche in den kleinen Dörfern entlang des Weges.

### Vorgesehener Ablauf

- |             |  |
|-------------|--|
| 29.08.2026: | Anreise: Übernachtung im Rifugio Meleze in Chiazzale   |
| 30.08.2026  | Etappe 1: vom Rifugio Meleze zum Rifugio Campo Base  |
| 31.08.2026: | Etappe 2: vom Rifugio Campo Base nach Chialvetta   |
| 01.09.2026: | Etappe 3: von Chialvetta nach Pontemenardo   |
| 02.09.2026: | Etappe 4: Von Pontemenardo nach Sambuco. Mit dem Bus nach Cuneo und weiter nach Bassura im Valle Maira |
| 03.09.2026: | Etappe 5: von Bassura nach Elva  |
| 04.09.2026: | Etappe 6: von Elva nach Chiesa/Bellino und zurück zum Ausgangspunkt in Chiazzale                       |
| 05.09.2026: | Rückreise  |

**Anforderungen** Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Jeder Teilnehmer geht auf eigene Verantwortung mit und muss die nachfolgend beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die Tour selbstständig zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.

**Technik:** Dieser Höhenweg ist anspruchsvoll, deshalb ist er nur für erfahrene Wanderer mit guter Technik zu empfehlen.

**Kondition:** Eine Kondition für Wanderungen im alpinen Gelände mit Gehzeiten bis zu 8 Stunden und den entsprechenden Auf- und Abstiegen wird vorausgesetzt.

**Ausrüstung** Bergstiefel, wetterfeste Kleidung, Stöcke, Beim obligatorischen Vortreffen wird die detaillierte Ausrüstungsliste besprochen. Weiter erhältst du hier Informationen zur persönlichen Ausrüstung und zum organisatorischen Ablauf.

**Leistung** Organisatorische Vorbereitung und Durchführung  
**Anmeldung** über den Organisator: Thomas Panitz, Tel.: 0176 77875088,  
E-Mail: [thomas.panitz@DAV-Wuppertal.de](mailto:thomas.panitz@DAV-Wuppertal.de)  
Maximale Teilnehmerzahl: 8 Personen  
Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.

GS



## Gemeinschaftsfahrten

# Felsklettern am Gardasee (Arco)

### als Gemeinschaftsfahrt

19. bis 26.09.2026

#### Highlights

- Val del Sarca -Trentino: mildes Klima und mediterraner Charm
- Über tausend Routen in allen Schwierigkeitsgraden
- Erlebnisreiche Kletterrouten im schönsten Fels mit fantastischen Tiefblicken
- Selbständiges Felsklettern als Gemeinschaftsfahrt

#### Programm

Das Garda Trentino bietet mehr als 1.000 Kletterrouten, jedes Jahr kommen neue Routen hinzu. Arco, die internationale Kletterhauptstadt, liegt 5 km nördlich vom Gardasee im Sarcatal und ist touristisch gut erschlossen. Wunderschöne Seillängen im besten Fels und Klettereien mit Ausblick auf den Gardasee machen das Klettern im rund um Arco zu einem ganz besonderen Erlebnis.

Diese Gemeinschaftsfahrt richtet sich an Kletterer/-innen, die bereits als selbstständige Seilschaft im Fels unterwegs waren.

#### Vorgesehener Ablauf

An- und Abreise in Fahrgemeinschaften. Zum gegenseitigen Kennenlernen, zur weiteren Abstimmung und für weitere Detailinformationen wird rechtzeitig ein Vortreffen stattfinden. An den zur Verfügung stehenden Tagen können die vielfältigen Routen in selbstständigen Seilschaften begangen werden.

**Anforderungen** Bei dieser Ausschreibung handelt es sich um eine Gemeinschaftstour. Teilnahmeberechtigt sind nur Sektionsmitglieder. Jeder Teilnehmer geht auf eigene Verantwortung mit und muss die nachfolgend beschriebenen Voraussetzungen voll beherrschen und in der Lage sein, die gewählte Route als selbständige Seilschaft zu begehen. Ausbildungs- und Führungstätigkeiten finden nicht statt.

**Technik:** Es wird in selbstständigen Seilschaften (Vorsteiger/ Nachsteiger) geklettert. Der IV. Schwierigkeitsgrad mit der entsprechenden Seil- und Sicherungstechnik (Bergsport Fels - Alpinklettern 1) muss im alpinen Gelände sicher beherrscht werden. Alpine Zu- und Abstiege, auch im weglosen Gelände, müssen ebenso sicher bewältigt werden.

**Kondition:** Eine Kondition für Klettertouren, die zwischen fünf und sieben Stunden mit den entsprechenden Auf- und Abstiegen in Anspruch nehmen, wird vorausgesetzt.

**Ausrüstung** Die komplette, persönliche Kletterausrüstung inkl. Bekleidung ist obligatorisch.

**Leistung** Organisatorische Vorbereitung und Durchführung.

**Anmeldung** über den Organisator: Helmut Leicht, Tel.: 0202 7869137,

E-Mail: [Helmut.Leicht@DAV-Wuppertal.de](mailto:Helmut.Leicht@DAV-Wuppertal.de)

Entscheidend für die Teilnahme ist die Reihenfolge der verbindlichen Anmeldungen.



## Teilnehmerbedingungen (Ausbildungskurse und Führungstouren)

### Voraussetzungen

Teilnehmen kann jedes DAV-Mitglied (bei Grund- und Sonderkursen auch Nichtmitglieder, sofern diese nicht im Alpenraum stattfinden), das gesund ist und die Voraussetzungen gemäß Ausschreibung erfüllt. Stellt sich heraus, dass das nicht der Fall ist, kann die Kurs-/Tourenleitung den Teilnehmenden auch während der Veranstaltung ausschließen. Minderjährige dürfen nur in Begleitung oder mit Zustimmung eines Erziehungsberechtigten teilnehmen.

### Kosten

Die Kursgebühren sind mit der Anmeldung sofort und in voller Höhe fällig, sie müssen von den Teilnehmenden im Voraus an die Kurs- bzw. Tourenleitung entrichtet werden. Die Kurs- bzw. Tourenleitung teilt dir mit der Anmeldung die genauen Zahlungsmodalitäten mit. Die Teilnahme ist verbindlich, sobald die schriftliche Anmeldung der Kurs-/Tourenleitung vorliegt, die Kursgebühr auf dem angegebenen Konto eingegangen ist und die Kurs-/Tourenleitung die Teilnahme bestätigt hat. Die Kursgebühr dient, sofern nicht anders in der Kursausschreibung vermerkt, lediglich der Deckung der Kosten (z. B. Reisekosten, Übernachtung, Organisation, Material) der ehrenamtlichen Kurs- und Tourenleiter\*innen.

Jeder Teilnehmende reist auf eigenes Risiko individuell an, wählt Verpflegung und Qualität der Unterbringung in der Unterkunft selbst und trägt alle für Reise, Unterkunft, Verpflegung und Sonstiges entstehenden Kosten. Die Sektion Wuppertal übernimmt durch die Kurs-/Tourenleitung lediglich die Vermittlung der Unterkunft und die bergsportliche Ausbildung und Führung. Demzufolge ist der Kurs/ die Fahrt keine Reiseveranstaltung im Sinne der §§ 651 a - y BGB. Ansprüche nach diesen Vorschriften können weder gegen die Sektion noch gegen die Kurs-/Tourenleitung erhoben werden.

Bei manchen Veranstaltungen ist es für die Kurs- bzw. Tourenleitung notwendig, dass sie Vorauszahlungen für Nebenkosten an Dritte leisten muss. Dies können z. B. Anzahlungen bei Hüttenreservierungen / Übernachtungsgebühren oder Bahntickets für eine gemeinsame Anreise sein. Diese von der Kurs- bzw. Tourenleitung vorgestreckten Sicherungsanzahlungen an Dritte sind von den Teilnehmenden im Voraus an die Kurs- bzw. Tourenleitung zu entrichten. Die von der Kurs- bzw. Tourenleitung im Voraus getätigten Sicherungsanzahlungen an Dritte können nur zurückgestattet werden, wenn die Dritten darauf verzichten bzw. der gebuchte Platz anderweitig vergeben werden kann. Falls durch eine Abmeldung vom Kurs / von der Tour weitere Kosten an Dritte entstehen, sind diese von den zurücktretenden Teilnehmenden zu ersetzen.

### Programmänderungen

Die Veranstaltung kommt nur zustande, wenn sich genügend Teilnehmende verbindlich angemeldet haben. Absagen wegen zu geringer Teilnehmerzahl oder unvorhersehbarer Veränderungen sind vor Beginn jederzeit möglich. Bei Absage durch die Kurs-/Tourenleitung wird die Kursgebühr voll erstattet. Bei Absagen während der Veranstaltung wird die Kursgebühr mit den bereits angefallenen Kosten verrechnet. Sagt die teilnehmende Person nach verbindlicher Anmeldung ab, kann sie eine adäquate Ersatzperson benennen. Kann sie das nicht und es gibt bei rechtzeitiger Absage keine weiteren Interessenten (Warteliste), muss sie den vollen Teilnehmerbeitrag entrichten (es erfolgt keine Erstattung, da es eine Gruppenveranstaltung ist).

Die Kurs-/Tourenleitung behält sich vor, die Veranstaltung nach den tatsächlichen Fähigkeiten der Teilnehmenden oder wegen unvorhersehbarer Umstände (Wetter, Lawinengefahr usw.) abzuändern oder einzuschränken. Ansprüche auf ganze oder teilweise Rückerstattung der Kursgebühr können daraus nicht hergeleitet werden.

### Kurs-/Tourenleitung

Als Kursleitung/Tourenleitung werden Trainer\*innen bzw. Sektionsausbilder\*innen eingesetzt, sofern nicht anders ausgeschrieben. Die Anweisungen der Kurs-/Tourenleitung müssen befolgt werden. Geschieht das nicht, darf die Kurs-/Tourenleitung den Teilnehmenden ausschließen. In diesem Falle wird die Kursgebühr weder ganz noch teilweise erstattet.

### Ausrüstung

Eine einwandfreie Ausrüstung laut Ausschreibung ist Bedingung. Die Ausrüstung - insbesondere das sicherheitsrelevante Material (z. B. Gurt, Helm, Karabiner, Bandschlingen, Sicherungsgeräte, Seile, Eispickel, Steigeisen etc.) muss dem heutigen Stand der Lehrmeinung entsprechen, darf keine Materialbeschädigungen aufweisen und das maximale Alter gemäß Herstellerangaben nicht überschritten haben. Von der Sektion leihweise überlassene Ausrüstungsgegenstände müssen sachgemäß behandelt werden. Bei Beschädigung oder Verlust haftet der Teilnehmer (Wiederbeschaffungswert). Seile werden grundsätzlich von der Sektion gestellt.

### Versicherung/Haftung

Die Teilnehmenden, die Mitglieder einer Sektion des DAV sind, sind bei Unfall durch den DAV versichert (Alpiner Sicherheits-Service ASS). Nichtmitglieder müssen im Falle einer Bergrettung die Bergungskosten selbst tragen, sofern nicht eine private Versicherung oder die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Einzelheiten können auf der Geschäftsstelle erfragt werden.

Im Übrigen ist jede bergsportliche Unternehmung mit Risiken verbunden, die sich nicht ausschließen lassen. Als Teilnehmer/in bin ich daher damit einverstanden, dass die Sektion und ihre Kurs-Tourenleitung - soweit gesetzlich zulässig - von jeglicher Haftung dem Grunde und der Höhe nach freigestellt werden, die über den Rahmen der Mitgliedschaft im DAV und den für die ehrenamtliche Tätigkeit bestehenden Versicherungsschutz hinausgeht; dies gilt nicht für vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführte Unfälle.



# 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

## Ehrenvorsitzender

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 GÄMSen"

(Beiratsmitglied)  
Anne & Steffen Sauter  
Steffen.Sauter@DAV-Wuppertal.de

## Hütten

### Barmer Haus

(Beiratsmitglied)  
Lina Sauerwein, Tel.: 0175 / 7163376  
Lina.Sauerwein@DAV-Wuppertal.de

### Barmer Hütte

(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

Jan Hymmen  
Jan.Hymmen@DAV-Wuppertal.de

### Elberfelder Hütte

(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

(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

### *Kindergruppe „Dodos“*

Florian Weigel,

Florian.Weigel@DAV-Wuppertal.de

### *Kindergruppe „Faultiere“*

Katharina Palsbröcker, Tel.: 0162 / 7349404,

Katharina.Palsbroecker@DAV-Wuppertal.de

## Kind-/ Jugend-Prävention

Ansprechpartner für alle Belange

Imke Marie, Imke.Marie@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,

Spreelermuhle@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.)

Nikolas Steffens

Nikolas.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

## Pistenskilau, 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- & Wettkampflettern* (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

## Anzeigenaquare

N.N.



# Geschäftsstelle / Impressum

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

## GESCHÄFTSSTELLE

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

Telefon: 0202 / 28 15 18 20

E-Mail: [Geschaeftsstelle@DAV-Wuppertal.de](mailto:Geschaeftsstelle@DAV-Wuppertal.de)

### Öffnungszeiten:

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



**Geschäftsführer:** Manuel Dahmen

**Mitarbeiterinnen:** Sabine Baumer, Franziska Brener, Anna Krüger

Besuchen sie uns doch auch im Internet: [DAV-Wuppertal.de](http://DAV-Wuppertal.de)

## Mitgliedsbeiträge

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.

## Impressum

Herausgeber: Sektion Wuppertal des Deutschen Alpenvereins (DAV) e.V.  
Satz & Gestaltung: Michael Friedrichs

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

Titelseite: Konzept & Umsetzung: Michael Friedrichs

Titelfotos: Ober links: Feisklettern am Gardasee (Foto: Stefan Strunk)

Mitte: Gipfelfreude Silvrettahorn (Foto: Stefan Strunk)

Unten links: Schneeschuhwandern im Sauerland (Foto: Stefan Strunk)

Unten rechts: Stubaier Alpen - Wandergruppe (Foto: Stefan Strunk)



# Elberfelder Hütte

2346 m

## Eine Krönung ihres Urlaubs

Genießen Sie das einmalige Panorama mit Blick auf 14 Dreitausender!

Schon beim Aufstieg auf verschiedenen Wegen vermitteln Ihnen Wanderführer aus Heiligengrat umfangreiche Kenntnisse über Flora und Fauna der hier noch intakten Hochgebirgswelt im Nationalpark Hohe Tauern. Ein lohnendes Ziel für Alle, ob bei Wanderungen, Bergsteigen, Eistouren und Kletterfahrten:

### Die Elberfelder Hütte im Gößnitztal.

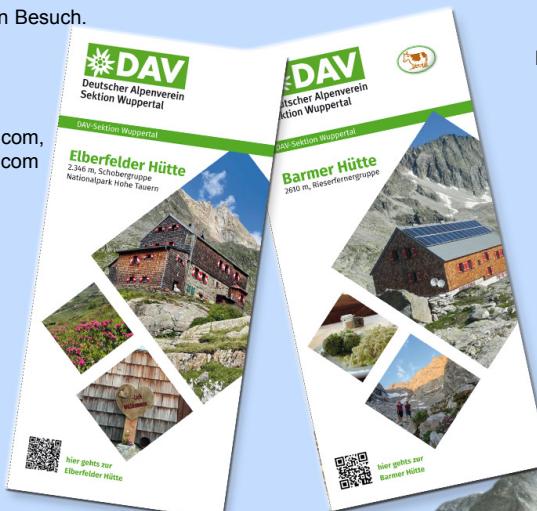
#### Unvergessene Stunden mit Gleichgesinnten in uriger Hüttenatmosphäre!

Übernachtungsmöglichkeiten für mehr als 60 Personen, ganztägig warme Speisen und Getränke, gut geführte bürgerliche Küche und aufmerksame Bedienung, mehrere beheizte urgemütliche Gasträume, ein großer variabler Gruppenraum und moderne Waschräume mit Duschen und fließend Warmwasser.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Tel. Elberfelder Hütte:  
0043 / (0)4824 / 2545  
Kontakt

@ElberfelderHuette.com,  
[www.ElberfelderHuette.com](http://www.ElberfelderHuette.com)



# Barmer Hütte

2610 m

## Im Reich des Hochgalls

### Lohnendes Ziel Defereggental

Bei der Wanderung durch das Patscher Tal zur 2610 Meter hoch gelegenen Hütte erleben Sie das eindrucksvolle Hochgebirge der Rieserfernergruppe mit mehreren Dreitausendern auf besondere Art. Vom Parkplatz an der Patscher Alm erreichen Sie die Hütte in 2,5 bis 3 Stunden auf bezeichnetem Weg, der bei guten Witterungs- und Wegverhältnissen sowie etwas Erfahrung mühelos zu bewältigen ist. Der Aufenthalt im gemütlichen Gastraum, die gute Küche sowie die gepflegten Getränke lassen die Mühen des Aufstiegs schnell vergessen. Den Parkplatz an der Patscher Alm erreichen Sie von St. Jakob mit dem Auto oder zu Fuß von der Postautohaltestelle Erlsbach. Für Ihre Übernachtung stehen wahlweise Matratzen- oder Zimmerlager zur Verfügung.

Ein lohnendes Ziel für alle, ob bei Wanderungen, Bergsteigen, Eistouren und Kletterfahrten:

### Die Barmer Hütte unter dem Hochgall.

Die Hüttenwirtin  
Monika Schatzer mit Familie  
freut sich auf Ihren Besuch.

Tel. Barmer Hütte:  
0043 / (0)664 / 9489413,  
[Kontakt@BarmerHuette.at](mailto:Kontakt@BarmerHuette.at),  
[www.BarmerHuette.at](http://www.BarmerHuette.at)



# PERSPEKTIVEN ÄNDERN, NACH DRAUßen GEHEN!



Und die  
Ausriistung  
dazu von uns,  
Ganz ohne  
Schabernack.

Graffit: Dirk Uhrentrock



**RockStore**  
Outdoor Equipment

Hofaue 59, 42103 Wuppertal, T 0202.9460800  
Mo.-Fr. 10:00 - 18:30, Sa. 10:00 - 16:00

[rockstore-wuppertal.de](http://rockstore-wuppertal.de)