

KURSE & TOUREN

2023 / 2024



ALPENVEREIN DÜSSELDORF

Gesamtkatalog

WWW.ALPENVEREIN-DUESSELDORF.DE

Kurs- und Tourenprogramm Winter 2023 & Sommer 2024

Kurs-Nr.	Tour/Kurs/Thema	Datum	Ansprechpartner
2023/33	Themenabend Lawinenrettung	23.11.2023	Kaspar Schröder-Bodenstein
2023/34	LVS Training Praxis 1	25.11.2023	Ralf Leiter
2023/35	Themenabend Lawinenlagebericht	30.11.2023	Andreas Prions
2023/36	LVS Training Praxis 2	02.12.2023	Ralf Leiter
2024/001	Skitouren Einsteigerkurs II	31.01.-04.02.24	Ralf Leiter
2024/002	Ski Alpin Kleinwalsertal	24.02.-02.03.24	Reinhard Bittner
2024/003	Skitouren Einsteigerkurs I	01.-06.01.2024	Andreas Prions
2024/004	Drytooling	20.01.2024	Patric Scharoff
2024/005	Lieserpfad, regionale Wandertour	03.-04.02.2024	Team Unique
2024/006	Eisklettern Basics	08.-11.02.2024	Patric Scharoff
2024/007	Auf und ab, regionale Wandertour	13.-14.04.2024	Team Unique
2024/008	Mehrseillängentechnik, Klettern	20.-21.04.2024	Patric Scharoff
2024/009	MTB Basics	20.04.2024	Stephan Austrup
2024/010	Grundlagenkurs	04/05 2024	Jürgen Suckau
2024/011	Mobile Sicherungen	11.-12.05.2024	Patric Scharoff
2024/012	West Highland Way	15.06.2024	Jeanette Zimmermann
2024/013	Traditionelles Klettern	20.-23.06.2024	Daniel Osterbrink
2024/014	Steil, mächtig, regionale Wandertour	13.-14.07.2024	Team Unique
2024/015	Reschenpass, Hüttentour	21.-28.07.2024	Wiebke Rohrdanz
2024/016	Lechtal, Hüttentour	01.07.2024	Wiebke Ullmann, Katrin Kroker
2024/017	Alpinklettern Wilder Kaiser	08/09 2024	Daniel Osterbrink
2024/018	Alpinklettern HVB	08/09 2024	Daniel Osterbrink
2024/019	Hochtour Ortler	10.-15.08.2024	Jürgen Suckau
2024/020	Kreuzeck Höhenweg, Hüttentour	17.-21.08.2024	Team Unique
2024/021	Lechquellenrunde, Hüttentour	24.-29.08.2024	Justyna Wasilewska
2024/022	Hüttenwanderung Spitzingsee	25.-31.08.2024	Barbara Solf-Suckau
2024/023	Grundlagenkurs Herbst	01.09.2024	Team Unique
2024/024	Taping im Klettersport	07.12.2024	Daniel Osterbrink
2024/025	Klettersteig Duisburg	16.06.2024	Ilja Schlegel, Silke Stuhlsatz
2024/026	Klettersteig Duisburg	07.07.2024	Ilja Schlegel, Silke Stuhlsatz
2024/027	Klettersteig Boppard	22.09.2024	Ilja Schlegel, Silke Stuhlsatz



Scan me

Infos und Anmeldung

www.alpenverein-duesseldorf.de/Ausbildungsreferat

Kurs- und Tourenprogramm 2023/ Nr. 033

Themenabend Lawinenrettung

23.11.2023



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung des Themenabends:

Ein zentrales Kursmodul und ein Themenabend als Vorbereitung für die Praxistrainings und für die Wintersaison. Für Skitourengeher, Schneeschuhwanderer, Ski- und Snowboardfahrer. Für Anfänger und als Wiederholung für Erfahrene, die die theoretischen Grundlagen noch einmal verinnerlichen und besprechen wollen. (DAV-Mitgliedschaft nicht notwendig) Inhalte: Beschreibung typischer Lawinenunfälle, Erhöhung der Überlebenschance in der Lawine, Präventive Maßnahmen, Ausrüstung, Teile und Funktion LVS-Ausrüstung (LVS = Lawinen Verschütteten Suche), Technologie und Funktionsweise der LVS-Geräte, Gerätevergleich, Trockenübungen, Fehlermöglichkeiten, situationsabhängige Rettungsabläufe, Fachliteratur, Trainings- und Übungsempfehlungen.

Anmeldung möglich bis einschl.: Teilnahme auch ohne Voranmeldung möglich

Teilnahmebeitrag: 3 €

Teilnehmer min./max.: 2-12

Ort/Region / Treffpunkt/Uhrzeit: DAV GS, Bahnstr. 62, 40210 Düsseldorf, 18:30 Uhr

Benötigte Ausrüstung: keine

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Nicht notwendig. Bitte Anmeldung per E-Mail

Kontaktdaten: Kaspar Schröder-Bodenstein, info@skitourengruppe-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2023/ Nr. 034

LVS-Training Praxis für Anfänger & neue Mitglieder
Praxis 1

25.11.2023



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung des Trainings:

Ob man als Skitourengeher, als Freerider oder Schneeschuhgeher im freien Gelände unterwegs ist – alle haben eins gemeinsam: Im Ernstfall kommt es auf eine effektive und schnelle Gruppenleistung an. In dieser Praxiseinheit steht das Erlernen von Lawinenverschüttetenszenarien auf dem Programm. Vermittelt wird der Umgang mit LVS-Geräten, Schaufeln und Sonden, Suchstrategien und damit eine Anleitung zur effektiven Kameradenrettung. Inhalte: Umgang mit der LVS-Ausrüstung, Vorgehensweise bei der Verschüttetensuche, Suche Einzelverschütteter Übungen

Datum / Zeitraum: 25.11.2023, 10 bis ca. 15/16 Uhr

Anmeldung möglich bis einschl.: 23.11.2023

Teilnahmebeitrag: 3 €

Teilnehmer min./max.: 2-12

Ort/ Region / Treffpunkt/Uhrzeit: Düsseldorf, Grafenberger Wald, Start 10:00
(Dauer 4 bis 6 h, kommt auf die Anzahl der TN an)

Treffpunkt: Parkplatz Aaper Wald (Fahneburgstrasse / Bauenhäuser Weg)

Benötigte Ausrüstung: Wenn vorhanden, bitte digitale LVS-Geräte sowie Schaufeln und Sonden mitbringen. Material wird ansonsten durch die Sektion gestellt.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Keine besonderen Voraussetzungen. Es wird empfohlen, an vorherigen Theorie-Veranstaltungen teilzunehmen. Bitte Anmeldung per E-Mail an info@skitourengruppe-duesseldorf.de

Kontaktdaten: Ralf Leiter, ralf.leiter@alpenverein-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2023/ Nr. 035

Themenabend Lawinenlagebericht

30.11.2023



**Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf**



Beschreibung des Themenabends:

Einer der Theorieabende als Vorbereitung auf die Wintersaison für Skitourengeher, Schneeschuhwanderer, Ski- und Snowboardfahrer. Geeignet sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene, die die theoretischen Grundlagen wiederholen wollen. (DAV-Mitgliedschaft nicht notwendig)

Inhalte: Den Lawinenlagebericht verstehen lernen.

Sich im winterlichen Gelände außerhalb von gesicherten Wegen zu bewegen, erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Um die Gefahren einschätzen zu können und bei der Tourenplanung zu berücksichtigen, muss man den Lawinenlagebericht verstehen können. Dieser Abend vermittelt die notwendigen Grundkenntnisse für alle Skitourengeher, Freerider und Schneeschuhgeher.

Datum / Zeitraum: 30.11.2023

Anmeldung möglich bis einschl.: Teilnahme auch ohne Voranmeldung möglich

Teilnahmebeitrag: 3 €

Teilnehmer min./max.: 2-12

Ausbilder: Andreas Prions

Ort/Region / Treffpunkt/Uhrzeit: Sektionsgeschäftsstelle 30.11.2023, 18:30 Uhr

Benötigte Ausrüstung: keine

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Nicht notwendig. Bitte Anmeldung per E-Mail

Kontaktdaten: Andreas Prions, info@skitourengruppe-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2023/ Nr. 036

LVS-Training Praxis 2 für Fortgeschrittene



**Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf**

02.12.2023



Beschreibung des Trainings:

Aufbaukurs, ob man als Skitourengeher, als Freerider oder Schneeschuhgeher im freien Gelände unterwegs ist – alle haben eins gemeinsam: Im Ernstfall kommt es auf eine effektive und schnelle Gruppenleistung an. In dieser Praxiseinheit steht das Erlernen von Lawinenschüttenszenarien auf dem Programm. Vermittelt wird der Umgang mit LVS-Geräten, Schaufeln und Sonden, Suchstrategien und damit eine Anleitung zur effektiven Kameradenrettung.

Inhalte: Umgang mit der LVS-Ausrüstung, Vorgehensweise bei der Verschüttetensuche, Suche Einzelverschütteter Übungen.

Datum / Zeitraum: 02.12.2023, 10 bis ca. 15/16 Uhr

Anmeldung möglich bis einschl.: 30.11.2023

Teilnahmebeitrag: 3 €

Teilnehmer min./max.: 2-12

Ausbilder: Ralf Leiter

Ort/Region / Treffpunkt/Uhrzeit: Düsseldorf, Grafenberger Wald, Start 10:00 (Dauer 4 bis 6 h, kommt auf die Anzahl der Teilnehmer an). Treffpunkt Parkplatz Aaper Wald (Fahneburgstrasse / Bauenhäuser Weg).

Benötigte Ausrüstung: Wenn vorhanden, bitte digitale LVS-Geräte sowie Schaufeln und Sonden mitbringen. Material wird ansonsten durch die Sektion gestellt.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Aufbaukurs zum Praxistraining 1. Es wird empfohlen, an vorherigen Theorie-Veranstaltungen teilzunehmen. Bitte Anmeldung per E-Mail an info@skitourengruppe-duesseldorf.de

Kontakt Daten: Ralf Leiter, ralf.leiter@alpenverein-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 001

Skitouren-Einsteigerkurs – Sankt Antönien

- 31.01. -04.02.2024 –



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Dieser Skitourenkurs lädt insbesondere Skitourenanfänger und Wiedereinsteiger zu skitechnisch leichten bis mittel- schweren Touren ein. Sankt Antönien bietet zahlreiche Skitourengipfel in allen Schwierigkeitsgraden (u.a. Chrüz, Eggberg, Girenspez, Schafberg, Sulzfluh u.v.m.).

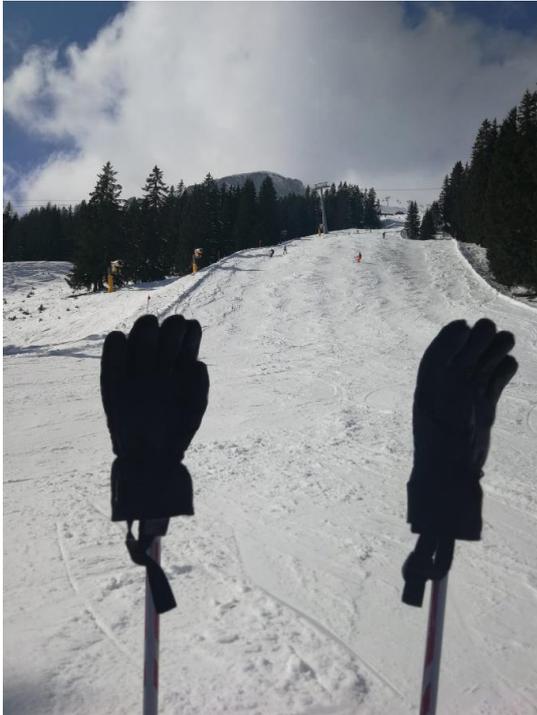
Inhalte des Kurses:

Einführung in Planung und Organisation von Skitouren, Schnee- und Lawinenkunde, SnowCard-Strategie, LVS-Training, sichere Aufstiegs- und Abfahrts -techniken, Orientierung mit Karte, Geländetraining.

- Region:** Sankt Antönien im Prättigau
- Treffpunkt:** Sankt Antönien im Prättigau / Treffen am 31. Januar 2024 vor Ort oder entsprechend früher zur gemeinsamen Abfahrt in Düsseldorf
- Teiln.voraussetzungen:** Sicheres Beherrschen des parallelen Grundschwungs auf schwarzen Pisten bei allen Schneearten, Bereitschaft, sich aktiv an den Ausbildungsinhalten zu beteiligen
- Benötigte Ausrüstung:** Digitales 3-Antennen-LVS, Metallschaufel, Sonde, Helm, Snowcard, Tourenski mit Fellen und Harscheisen, Skitourenrucksack, Atmungsaktive, winddichte, variable Kleidung; siehe auch AV-Ausrüstungsliste. LVS, Schaufel und Sonde werden gestellt, Tourenski können ausgeliehen werden
- Teilnahmebeitrag:** 140 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
- Nicht im Preis enthalten:** Hin- und Rückreise mit der Bahn oder in Fahrgemeinschaften; Unterkunft mit Halbpension (pro Tag ca. 70€)
- Min./max. Teilnehmer:** max. 5 Teilnehmer
- Anmeldung über:** ralf.leiter@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 10.12.2023 /// Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache
- Leitung:** Ralf Leiter Tel.:+49 152 094 35 236

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 002

Ski Alpin Kleinwalsertal-Oberstdorf
- Skifahren für Anfänger und Fortgeschrittene-
- 24.02. -02.03.2024 –



Beschreibung des Kurses:

Wir werden voraussichtlich in Mittelberg/Bödmern, Kleinwalsertal wohnen. Von dort aus starten wir unsere Touren in Richtung Heuberg Arena, Kanzelwandbahn, Söllerkopfbahn, Hoher Ifen und zum Walmendinger Horn. Aufgrund der guten Busverbindungen bleiben wir flexibel und benötigen keine eigenen Verkehrsmittel. Unter Anleitung des Skilehrers können die Teilnehmer ihr persönliches Fahrkönnen weiter optimieren. Schöne Winterwanderung im Tal und z.B. zur Bärhut Hütte können auch unternommen werden.

Wir wohnen voraussichtlich im Aparthotel (www.aparthotel-kleinwalsertal.at). Im Aparthotel können auch Skier und Skischuhe/Helm ausgeliehen werden. Zu Fuß erreicht man in wenigen Minuten den Skibus, einen Supermarkt, Apotheke und Restaurants. Gemütliche Abende mit einem leckeren Abendessen (selbst zubereitet oder im Restaurant) runden den Skitag ab.

Region: Kleinwalsertal

Teiln.voraussetzungen: sicheres Skifahren auf blauen und roten Pisten, Parallelschwung
ausreichende Kondition, Zahlung des Teilnehmerbeitrages
Anfänger sollten vorher einen Skikurs in der Skihalle Neuss oder Bottrop besuchen

Benötigte Ausrüstung: Ski, Stöcke, Schuhe, Helm – (können auch vor Ort ausgeliehen werden)

Teilnahmebeitrag: 250 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: Anreise, Seilbahn/Skipass, Unterkunft, Verpflegung

Min./max. Teilnehmer: min. 6 / max. 8 Teilnehmer

Anmeldung über: reinhard.bittner@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 10.12.2023 /// Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache

Leitung: Reinhard Bittner Tel.:+49 157 5220 8930

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 003

Skitouren-Einsteigerkurs – Sankt Antönien

- 01. -06.01.2024 –



**Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf**



Dieser Skitourenkurs lädt insbesondere Skitourenanfänger und Wiedereinsteiger zu skitechnisch leichten bis mittel- schweren Touren ein. Sankt Antönien bietet zahlreiche Skitouren Gipfel in allen Schwierigkeitsgraden (u.a. Chrüz, Eggberg, Girenspitz, Schafberg, Sulzfluh u.v.m.).

Inhalte des Kurses:

Einführung in Planung und Organisation von Skitouren, Schnee- und Lawinenkunde, SnowCard-Strategie, LVS-Training, sichere Aufstiegs und Abfahrts -techniken, Orientierung mit Karte, Geländetraining.

- Region:** Sankt Antönien im Prättigau
- Teiln.voraussetzungen:** Sicheres Beherrschen des parallelen Grundschwungs auf schwarzen Pisten bei allen Schneearten, Bereitschaft, sich aktiv an den Ausbildungsinhalten zu beteiligen
- Benötigte Ausrüstung:** Digitales 3-Antennen-LVS, Metallschaufel, Sonde, Helm, Snowcard, Tourenski mit Fellen und Harscheisen, Skitourenrucksack, Atmungsaktive, winddichte, variable Kleidung; siehe auch AV-Ausrüstungsliste. LVS, Schaufel und Sonde werden gestellt, Tourenski können ausgeliehen werden
- Teilnahmebeitrag:** 120 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
- Nicht im Preis enthalten:** Hin- und Rückreise mit der Bahn oder in Fahrgemeinschaften; Unterkunft mit Halbpension (pro Tag ca. 70€)
- Min./max. Teilnehmer:** max. 5 Teilnehmer
- Anmeldung über:** skitourengruppe@dav-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 03.12.2023 /// Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache
- Leitung:** Andreas Prions

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 004

Drytooling
Grundlagen zum Eis- und Mixed-Klettern
- 20.01.2024 –



Beschreibung des Kurses: Unter „Laborbedingungen“ können wir ganz sachte im Toprope erste Erfahrungen im Drytooling und dem Umgang mit dem Material sammeln. Geklettert wird an Strukturen der ehemaligen Erzbunker, fest installierten Holzbalken oder frei hängenden Baumstämmen. Die nötigen Tipps zum Verbessern der eigenen Technik runden das Programm ab.

Anmeldung möglich bis einschl.: 30.12.2023

Teilnahmebetrag: 30 €, Im Preis enthalten: Führung und Organisation

Nicht im Preis enthalten: Eintritt 8 €

Keine Vorbesprechung

Teilnehmer: min./max.: 2 - 4

Ausbilder: Patric Scharoff

Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache

Ort/Region / Treffpunkt: Landschaftspark Duisburg Nord, vor dem Haupteingang Emscherstraße (an der Schranke)

Benötigte Ausrüstung: Normale Kletterausrüstung, Helm!, DAV-Ausweis!, mindestens bedingt steigeisenfeste, besser steigeisenfeste Bergschuhe.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Klettern im 5. Grad.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: Patric Scharoff,
patric.scharoff@alpenverein-duesseldorf.de

Tourenprogramm 2024 / Nr. 005

Der wilde Lieserpfad in der Vulkaneifel
Auf alpinen Pfaden – regional I

- Sa. 03. + So. 04.02.2024 -



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Der sich durch die Vulkaneifel schlingende Lieserpfad verläuft vorwiegend in südlicher Richtung von Boxberg nach Lieser an der Mosel. Wir werden unsere Tour den beiden „Königsetappen“ von Daun nach Manderscheid und weiter nach Wittlich widmen. Dabei verläuft der Wanderweg weitgehend parallel des Flusses Lieser und windet sich auf vornehmlich schmalen Pfaden zu Maaren, Seen und Vulkanen. Immer inmitten ursprünglicher Wälder und grüner Wiesen. Der Lieserpfad wurde mehrfach als einer der schönsten Wanderwege Deutschlands ausgezeichnet. Wir freuen uns, Euch die abwechslungsreichen, „alpinen“ Pfade entlang der Lieser vorzustellen – und von den Manderscheider Höhen die eindrucksvollen Ausblicke auf die Ober- und Niederburg zu genießen. .

Wir werden auf leichten, teils mittelschweren Wegen wandern. Auch wenn die Eifel nur ein Mittelgebirge ist, begegnen uns einzelne Passagen die Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern – natürlich stehen wir Euch unterstützend zur Seite. Außerdem ist eine gute Grundkondition für Ganz-Tagestouren zwischen 18 und 23 km (tägl. 4 bis 7 Stunden Gehzeit) mit Mehrtagesgepäck erforderlich. Übernachten werden wir in einer Pension in Manderscheid. Den Transfer von Wittlich zurück nach Daun organisieren wir vorab in Absprache mit der Gruppe. Die Tour ist für alle Interessierten geeignet, die die Voraussetzungen erfüllen und über die geeignete Ausrüstung verfügen.

- Teiln.voraussetzungen:** Angemessene Trittsicherheit, Schwindelfreiheit & Kondition für das Begehen von leichten und mittelschweren Wegen und Steigen im Mittelgebirge
- Benötigte Ausrüstung:** AV-Ausrüstungsliste 1 und 2 (allg. Grundausrüstung Mehrtageswanderungen)
- Teilnahmebeitrag:** 70 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
Nicht im Preis enthalten: An-/Abreise, örtl. Gebühren (z. B. Parken), Unterkunft, Verpflegung, ggf. Transfer
- Min./max. Teilnehmer:** min. 6 / max. 8 Teilnehmer
- Anmeldung über:** teamunique@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 23.12.2023 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache
- Leitung:** Ulli Benz, 01575 / 200 27 21, Jenny Schnödewind, 01522 / 26 80 683

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 006

Eisklettern Basics
Schnupperkurs oder Wiedereinstieg Eisklettern
- 08.-11.02.2024 –



Beschreibung des Kurses:

Klettern in verschiedenen Steilheiten, Einführung in das Setzen der Steigeisen und Eisgeräte, Dreiecks- und Raupentechnik, Setzen der Eisschrauben - je nach Neigung im Toprope oder Vorstieg, Sicherungstechnik, Materialkunde, Gefahrenbeurteilung, Kurzwiederholung LVS-Training

Anmeldung möglich bis einschl.:

07.01.2024, Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache

Teilnahmebetrag: 250 €, Im Preis enthalten:

Führung und Organisation

Nicht im Preis enthalten: An- und Abreise,

Unterkunft, Verpflegung

Keine Vorbesprechung

Teilnehmer min./max.: 2 - 4

Ausbilder: Patric Scharoff

Ort/Region: wird noch bekannt gegeben

Benötigte Ausrüstung: Steigeisenfeste, mind. bedingt-steigeisenfeste Bergschuhe, Eisgeräte, Steigeisen, Helm, Hüftgurt, Karabiner, Bandschlingen, Seil, LVS-Gerät, Schaufel, Sonde, steigeisenfeste Bergschuhe, je 1 Paar Handschuhe zum Klettern und Sichern, Rucksack, warme und wasserfeste Kleidung, Thermosflasche, DAV-Ausweis. Technische Ausrüstung kann teilweise geliehen werden, bitte vorher anfragen..

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Klettern im 5. Grad.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: Patric Scharoff,
patric.scharoff@alpenverein-duesseldorf.de

Tourenprogramm 2024 / Nr. 007

Auf und ab – die stolzen Bergkämme der Ardennen
Auf alpinen Pfaden – regional II

- Sa. 13. + So. 14.04.2024 -



Wandern in Belgien bedeutet vor allem eines: Abwechslung innerhalb traumhafter Kulissen!

Im Nordwesten die Nordsee, im Osten das Hohe Venn und im Süden die Ardennen – Belgien ist zwar ein kleines Land, aber es bietet sehr reichhaltige Erkundungsmöglichkeiten. Auf dieser Tour möchten wir Euch die Ardennen in der Wallonie vorstellen. Uns erwartet also ein stetiges Bergauf und Bergab auf einsamen Mittelgebirgspfaden in ursprünglicher Natur. Unsere Wege führen uns über herrliche Berge, durch Täler und Wälder, begleitet von Flüssen und vorbei an Seen. Dabei sind wir weit ab von großen Städten und begegnen der natürlichen Schönheit malerischer Dörfer, Burgen und Festungen – die über eine reiche Historie verfügen.

Wir werden auf leichten, teils mittelschweren Wegen wandern. Auch wenn die Ardennen nur ein Mittelgebirge sind, begegnen uns einzelne Passagen die Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern – natürlich stehen wir Euch unterstützend zur Seite. Außerdem ist eine gute Grundkondition für Ganz-Tagestouren zwischen 18 und 23 km (tägl. 4 bis 7 Stunden Gehzeit) mit Mehrtagesgepäck erforderlich. Übernachten werden wir in einer Pension. Den Transfer zurück zum Startpunkt organisieren wir vorab in Absprache mit der Gruppe. Die Tour ist für alle Interessierten geeignet, die die Voraussetzungen erfüllen und über die geeignete Ausrüstung verfügen.

- Teiln.voraussetzungen:** Angemessene Trittsicherheit, Schwindelfreiheit & Kondition für das Begehen von leichten und mittelschweren Wegen und Steigen im Mittelgebirge
- Benötigte Ausrüstung:** AV-Ausrüstungsliste 1 und 2 (allg. Grundausrüstung Mehrtageswanderungen)
- Teilnahmebeitrag:** 90 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
Nicht im Preis enthalten: An-/Abreise, örtl. Gebühren (z. B. ggf. Parken), Unterkunft, Verpflegung, Transfer
- Min./max. Teilnehmer: min. 6 / max. 8 Teilnehmer
- Anmeldung über:** teamunique@alpenverein-duesseldorf.de
- Anmeldung möglich bis:** 31.01.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache
- Leitung:** Ulli Benz, 01575 / 200 27 21, Jenny Schnödewind, 01522 / 26 80 683

Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 008

-Mehrseillängentechnik-
Grundlagen zum Klettern langer Routen

20.-21.04.2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung des Kurses:

Die Auswahl und der Aufbau eines geeigneten Standplatzes ist eine der wichtigsten und manchmal kompliziertesten Vorgänge beim Alpinklettern. Aber auch beim Sportklettern über mehrere Seillängen sind die Standplätze nicht immer mustergültig vorbereitet, sodass „nachgearbeitet“ werden muss. Kursinhalte sind: Auswahlkriterien für einen

geeigneten Standplatz; Seil oder Bandschlinge; ein, zwei oder mehrere Fixpunkte; solide und fragliche Fixpunkte; Seilkommandos; Abseilen; Knotenkunde; Körper- und Fixpunktsicherung mit HMS und Tube; Dummy-Runner; Halbseiltechnik.

Ort/Region / Treffpunkt/Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben

Datum / Zeitraum: 20.-21.04.2024

Anmeldung möglich bis einschl.: 11.03.2024

Teilnahmebetrag: 80€

Vorbesprechung: Ja

Teilnehmer min./max.: 2/4

Benötigte Ausrüstung: Normale Kletterausrüstung, Helm! DAV-Ausweis! Das Material kann teilweise geliehen werden. Den individuellen Bedarf bitte anmelden.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Solider Umgang mit dem Sicherungsgerät; erste Vorstiegserfahrung.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: Patric Scharoff,
patric.scharoff@alpenverein-duesseldorf.de

MTB-BASIS-FAHRTECHNIK-KURS IN UND UM DÜSSELDORF

Samstag, 20. April 2024



Benötigte Ausrüstung: Funktionsfähiges Mountainbike (Hardtail- oder Fully, idealerweise Trail-Allmountain oder Enduro), Helm und lange Handschuhe (Pflicht) sowie Knieprotektoren und Brille (empfohlen).

Kondition und Technik: Wir fahren insgesamt ca. 500 Höhenmeter in mäßigem Tempo, dabei bewältigen wir S0 – S1-Trails, für Einsteiger und Fortgeschrittene.

Teilnehmerzahl: mindestens 6 Personen, maximal 12 Personen.

Kursnummer: 2024/009

Bei einer Tour auf unseren Hometrails in Grafenberger Wald und der näheren Umgebung zeigen wir Euch zum Beginn der Bike-Saison die wichtigsten Elemente der MTB-Fahrtechnik. Nach dem Bike-Check üben wir die Bike-Balance, das richtige Bremsen und Kurvenfahren sowie kleine Hindernisse und Stufen zu meistern.

Der Tageskurs startet um 10.00 Uhr am Spielplatz Bauenhäuser Weg, zurück sind wir gegen 17.00 Uhr.

Beitrag: 25,- EUR

Weitere Kosten: Eigenanreise, ggf. Mittagsverpflegung bei der Einkehr

Anmeldeschluss: bis 14 vor o.g. Termin

Vorbereitung: am Mittwoch in der Woche vor dem Kurs, beginnend um 19.00 Uhr

Tourenleitung und Info:

Stephan Austrup
stephan.austrup@dav-duesseldorf.de
+49 171 267 3884

André Engelmann
andre.engelmann@dav-duesseldorf.de
+49 211 358 700

Tourenprogramm 2024 / Nr. 010

Alpiner Grundlagenkurs / Eifel und Sektionszentrum
Grundlagen des Alpinismus in Theorie und Praxis erlernen



**Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf**

Theorieabend Termin: 24.04.2024 - 19:00 Uhr - 21:00 Uhr, Geschäftsstelle
Praxiswochenenden: Termin: 27./28.04.24 und 04./05.05.24-
Sa 09.00 Uhr bis So 15.00 Uhr Hausener Gasse 5, 52385 Nideggen



Der Kurs richtet sich an alle, die alpines Wissen erlangen, vertiefen oder wiederauffrischen möchten. Die Teilnahme an allen Terminen ist wünschenswert. Ziel dieses Kurses ist es, das Grundwissen zu vermitteln, um sich in der Bergwelt sicher zurechtzufinden.

Inhalt der Theorieeinheiten:

Alpine Sportarten, subjektive und objektive Gefahren, Ausrüstung, Materialkunde sowie Einführung in die Knotenkunde.

Inhalte der Praxiswochenenden:

Gehen im weglosen Gelände, Verhalten beim Ausgleiten, vertiefen der wichtigsten Knoten, Begehen von Klettersteigen, Grundlagen des Kletterns und Boulderns. Gebrauch von Pickel und Teleskop-Stöcken, Umgang mit dem Bergseil, Prusiktechniken, Einbinden ins Seil, Abseilen, zum Begehen von Gletschern notwendige Techniken, Erste Hilfe am Berg.

Teiln.voraussetzungen: Keine / normale Fitness.

Benötigte Ausrüstung: Wetterfeste Kleidung, Wanderschuhe; alle für die Ausbildung nötigen Materialien werden gestellt.

Teilnahmebeitrag: 140,- für Mitglieder, 80,- für Jugendliche bis 18 Jahre, 200,- für Nichtmitglieder
Im Preis enthalten: Teilnahme an den Theorieeinheiten und an 2 Praxiswochenenden incl. je einer Übernachtung in der Eifelhütte.

Weitere Kosten: An- und Abreise, vollständige Selbstverpflegung

Min./max. Teilnehmer: max. 20 Teilnehmer

Anmeldung über: juergen.suckau@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 29.03.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Keine

Leitung: Jürgen Suckau

Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 011

-Freunde und Verwandte-
Umgang mit mobilen Sicherungsmitteln

11.05. -12.05.2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Verwandschaft kann man sich nicht aussuchen, Freunde sehr wohl! In unserem Kurs wollen wir schauen, ob sich nicht ein paar neue Freunde finden, die uns in nicht oder schlecht abgesicherten Routen begleiten. Wir können unterschiedliche Typen und Modelle gängiger mobiler Sicherungsmittel ausprobieren und deren Vor- und Nachteile in leichten Routen erforschen.

Ort/Region / Treffpunkt/Uhrzeit: wird noch bekannt gegeben

Datum: 11.-12.05.2024

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Solider Vorstieg im 5. Grad

Teilnahmebetrag: 50€ **Teilnehmer min./max.:** 2/4

Im Preis enthalten: Führung und Organisation.

Separat zu bezahlen ist: An- und Abreise, Unterkunft, Verpflegung

Benötigte Ausrüstung: Normale Kletterausrüstung, Helm! DAV-Ausweis! Camping-Ausrüstung.

Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache: Ja

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: Patric Scharoff

patric.scharoff@alpenverein-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 012

Schottland West Highland Way
Von den Lowlands zu den Highlands

- 15. -25.06.2024 –



Beschreibung der Tour: Der West Highland Way ist ein 154 km langer Trail der von Milngavie nach Fort William in den schottischen Highlands führt.

Der Fernwanderweg ist eine fabelhafte Einführung in die Highlands von Schottland und bietet atemberaubende Landschaften, wenn man entlang des Loch Lomond und dann ins Herz der Highlands wandert. Es ist die beliebteste Wanderroute in Schottland die wir in mehreren Tagesetappen erwandern werden. Wie du übernachten wirst entscheidest du selbst. Du kannst dir ein Hotel, ein B&B oder ein Bett in einer Herberge buchen. Du bekommst von mir nach der Anmeldung die Tagesziele genannt. Nach Abschluss der Wanderung in Fort William besteht die Möglichkeit auf den höchsten Berg Ben Nevis 1.345m zu steigen und / oder die Rückreise sogar mit dem Harry-Potter-Dampfbahn anzutreten. Ticket muss frühzeitig separat gebucht werden.

Region: Schottland Milngavie

Teiln.voraussetzungen: Gute Kondition für Mehrtagestouren mit Tagesetappen bis ca 25 km mit eigenem Gepäck, Trittsicherheit und Schwindelfrei.

Benötigte Ausrüstung: DAV Ausrüstungsliste I + II, wasserdichte knöchelhohe Wanderstiefel Kategorie B, Regenkleidung + Gamaschen, Wanderstöcke, Wanderrucksack ca 32 -35 Liter, Mückenschutz Kopfschutz, Mückenspray, Reisepass

Teilnahmebeitrag: 350 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: Anreise, Unterkunft, Verpflegung, Bus- oder Zugticket.

Teilnehmer: min. 4, max. 7 Teilnehmer

Anmeldung über: Jeanette.Zimmermann@DAV-Duesseldorf.de

Anmeldung möglich bis: 26.04.2024 /// **Vorbereitung der Tour:** Ja, Mai / Juni

Leitung: Jeanette Zimmermann

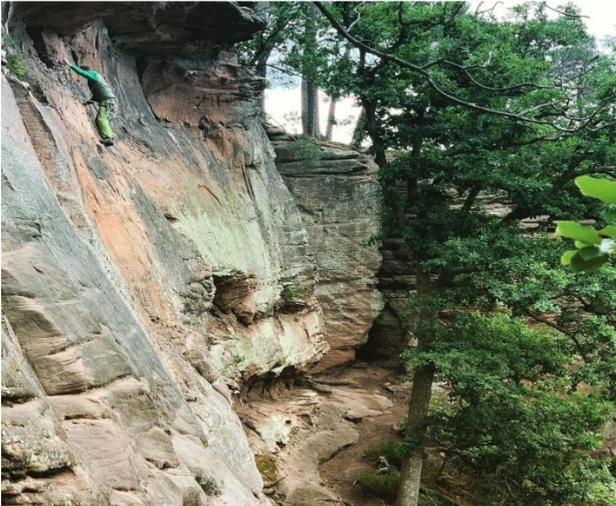
Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 013

Traditionelles Klettern

20.06 – 23.06.2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Trad Klettertage „TRAD IS RAD“. Eine Einstellung die gelebt wird. In diesen Tagen erlernt Ihr das Trad Klettern sowie die ethischen Grundzüge wie diese Form des Kletterns zustande gekommen ist in einem sicheren und entspannten Umfeld.

Grundlegende Informationen zu mobilen Sicherungsmitteln, Placements erkennen und richtig nutzen ist Bestandteil der Kletterfahrt. Eine Auffrischung in die gängigen Abseilmethoden wird zudem noch vermittelt.

Benötigte Ausrüstung: komplettes Friends und Keile Sortiment je Seilschaft (Beispiel: Black Diamond C4 Gr.0,3-3,Keile DMM1-11), Seil, halbautomatisches Sicherungsgerät, Helm, Kletterschuhe, Klettergurt, Expressen, festes Schuhwerk!!!, Bandschlinge 120, Besondere Ausbildungsmaterialien werden gestellt.

Ort/Region: Südpfalz

Datum: 20.06 – 23.06.2024

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Vorstiegserfahrung Outdoor inkl. Umbauen + Abseilen

Teilnehmerzahl: min. 2/max. 4

Teilnahmebetrag: 130 EUR (im Preis enthalten: Durchführung und Organisation, Besondere Ausbildungsmaterialien für den Kurs werden gestellt

Weitere Kosten: An- und Abfahrt, Übernachtungskosten und Verpflegung

Anmeldeschluss: 01.04.2024

Vorbesprechung: ja

Leitung und Kontaktdaten / Anmeldung: Daniel Osterbrink
daniel.osterbrink@dav-duesseldorf.de

Tourenprogramm 2024 / Nr. 014

Steil, schroff, mächtig – Abenteuer Baybachtal
Auf alpinen Pfaden – regional III

- Sa. 13. + So. 14.07.2024 -



Tiefe Täler und steile Aufstiege – das geht auch um die Ecke: Herzlichen Willkommen im Baybachtal! Wir erkunden mit Euch die Region Kastellaun in der unberührten Natur rund um und natürlich auch durch die Baybachklamm – dem Grand Canyon des Hunsrück ☺ Tief in den Hunsrücksschiefer eingeschnitten, erwartet uns hier ein besonderes Naturerlebnis. Wir passieren idyllische Landschaft, die zum Genießen einlädt. In Teilen begehen wir den Saar-Hunsrück-Steig und die Traumschleifen – dabei begegnen uns einige anspruchsvolle Höhen mit Abenteuerpotenzial, die anschließend mit Hunsrückpanorama belohnen.

Wir werden auf leichten und mittelschweren Wegen wandern. Auch wenn wir nur im Mittelgebirge unterwegs sind, begegnen uns einzelne Passagen die Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern – natürlich stehen wir Euch unterstützend zur Seite. Außerdem ist eine gute Grundkondition für Ganztagestouren zwischen 10 und 20 km (tägl. 4 bis 7 Stunden Gehzeit) mit Mehrtagesgepäck erforderlich sowie Beweglichkeit für leichte „Kraxeleyen“. Übernachten werden wir in einer Pension. Den Transfer zurück zum Startpunkt organisieren wir vorab in Absprache mit der Gruppe. Die Tour ist für alle Interessierten geeignet, die die Voraussetzungen erfüllen und über die geeignete Ausrüstung verfügen.

- Teiln.voraussetzungen:** Angemessene Trittsicherheit, Schwindelfreiheit & Kondition für das Begehen von leichten bis mittelschweren Wegen und Steigen im Mittelgebirge
- Benötigte Ausrüstung:** AV-Ausrüstungsliste 1 und 2 (allg. Grundausrüstung Mehrtageswanderungen)
- Teilnahmebeitrag:** 90 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
Nicht im Preis enthalten: An-/Abreise, örtl. Gebühren (z. B. ggf. Parken), Unterkunft, Verpflegung, Transfer
- Min./max. Teilnehmer: min. 6 / max. 8 Teilnehmer
- Anmeldung über:** teamunique@alpenverein-duesseldorf.de
- Anmeldung möglich bis:** 31.01.2024 // Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache
- Leitung:** Ulli Benz, 01575 / 200 27 21, Jenny Schnödewind, 01522 / 26 80 683,

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 015

Wanderwoche am Reschenpass
Unterwegs zwischen Gletschern und Seen
- 21. - 28.07.2024 -



Der Reschenpass liegt am Dreiländereck Österreich/Italien/Schweiz. Bei gutem Wetter hat man hier Ausblicke auf Ortler und weit ins Engadin hinein. Je nach Gipfel ist auch die Zugspitze am Horizont identifizierbar. Wir werden auf österreichischer Seite eine Unterkunft im Tal auf ca. 1300 hm beziehen und von dort aus Tagestouren unternehmen. Diese können je nach Wetterlage und Kondition der Gruppe zu verschiedenen Gipfeln, Hütten, (Bade-)Seen führen. Dabei überwinden wir bis zu 1000 Höhenmeter und Strecken von bis zu 12 km. Ein Ausflug zum

Turm im See und zur kleinsten Stadt Südtirols mit ihrer vollständig erhaltenen Stadtmauer lässt sich sicherlich auch unterbringen. Mögliche Ziele sind Goldseen 2600 m, Schmalzkopf 2724 m, Weißkugelhütte 2520 m, Reschener Alm über die Mutzköpfe 2000 m, Piz Lat 2808 m.

Region: Nauders

Teiln.voraussetzungen: Bergwandererfahrung, Schwindelfreiheit, Trittsicherheit, Kondition für 6 h Gehzeit netto.

Benötigte Ausrüstung: AV-Ausrüstungsliste I, II

Teilnahmebeitrag: 270 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: An- und Abfahrt, Unterkunft, Verpflegung, ggf. Seilbahn/Bus

Min./max. Teilnehmer: min. 3, max. 5 Teilnehmer

Anmeldung über: wiebke.rohrdanz@alpenverein-duesseldorf.de

Anmeldung möglich bis: 15.04.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache

Leitung: Wiebke Rohrdanz,

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 016

4-Tages Hüttentour durch die Lechtaler Alpen
Von Frauen für Frauen:
Zusammen wandern wir durch das wilde & malerische Lechtal
- Mitte / Ende Juli 2024 –



Am ersten Tag starten wir in Boden und wandern durch eine atemberaubende alpine Landschaft. Wir erreichen das Galtseitenjoch, von dem aus wir eine grandiose Aussicht genießen können. Unsere erste Übernachtung ist in der Hanauer Hütte geplant. Am zweiten Tag setzen wir unsere Reise fort, passieren das Gufelseejöchl und die Bittrichscharte. Wir kommen an malerischen Bergseen und idyllischen alpinen Wiesen vorbei und erreichen das Württemberger Haus. Der dritte Tag führt uns durch das Gebäudjoch und das Steinseebach-Tal zur Steinseehütte. Die abwechslungsreiche Landschaft und die unberührte Natur begeistern uns. Am vierten und letzten Tag wandern wir von der Steinseehütte zur Hanauer Hütte, überqueren die imposante westliche Dremelscharte und kehren schließlich ins Angerletal zurück. Dort endet unsere aufregende Wanderung, und wir kehren nach Boden zurück.

Region: Lechtaler Alpen

Teiln.voraussetzungen: Gute Kondition und Ausdauer für Wanderungen bis zu 6h pro Tag / 1000 hm pro Tag, Trittsicherheit/ Schwindelfreiheit/ Teilnahme an einer gemeinsamen Tageswanderung (der Termin wird zum späteren Zeitpunkt bekanntgegeben).

Benötigte Ausrüstung: Wanderausrüstung: Rucksack (bis max. 35l), Wanderschuhe (min. Kategorie B und gut eingelaufen), Wanderstöcke, regenfeste Bekleidung, Hüttenschlafsack.

Teilnahmebeitrag: 160 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: Hin- und Rückreise mit der Bahn oder in Fahrgemeinschaften, Unterkunft & Verpflegung (ca. 200€)

Min./max. Teilnehmer: min. 6, max. 8 Teilnehmer

Anmeldung über: katrin.kroker@alpenverein-duesseldorf.de

Anmeldung möglich bis: 26.04.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, Mai / Juni

Leitung: Katrin Kroker, Wiebke Ullmann, ullmann-wiebke@t-online.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 017

Alpinklettern -
Wilder Kaiser auf anderen Wegen
„Auf den Spuren unserer Großväter“

August / September 2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Geführte Alpinkletterwoche im Wilden Kaiser. In der Woche wird folgendes Wissen wieder aufgefrischt und oder neu gelehrt, damit Ihr für eigene Touren bestens gerüstet seid. Der Fokus liegt darauf, dass vorhandene Kletterwissen zu vertiefen (Vorstieg am Felsen, Klettertechnik und

-taktik, Standplatzbau und Bergrettung/Rückzugstechniken). Sensibilisierung Ökologie und Naturschutz, sowie kurze Auffrischung in Erster Hilfe bei Kletterunfällen sind Bestandteile der Alpinkletterwoche.

Ort/Region: Voraussichtlicher Stützpunkt: Gaudeamushütte oder Stripsenjochhaus

Datum: 5 Tage im August / September 2024

Benötigte Ausrüstung: Ausrüstung: Liste Nr. I, II, IV (bitte Rücksprache halten, da wir nicht alles benötigen)

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Vorstiegserfahrung im UIAA Grad V

Level: Einstiegstouren in das Mehrseillängenklettern / Alpinklettern mit Zustiegen von ca 2 Std.

Kondition: schwer **Technik:** schwer

Teilnehmerzahl: min. 2 / max. 4

Teilnahmebeitrag: 220 EUR (im Preis enthalten: Führung und Organisation)

Weitere Kosten: (nicht im Preis enthalten) Anreise, Hüttenunterkunft und Verpflegung

Anmeldeschluss: 01.04.2024

Vorbesprechung: nach Absprache

Leitung und Kontaktdaten / Anmeldung: Daniel Osterbrink
E-Mail: daniel.osterbrink@dav-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 018

- Alpinklettern –
„Auf den Spuren von Barthgeiern und Steinböcken“

August / September 2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Geführte Alpinkletterwoche rund um die HvB Hütte. In der Woche wird folgendes Wissen wieder aufgefrischt und oder neu gelehrt, damit Ihr für eigene Touren bestens gerüstet seid. Der Fokus liegt darauf, dass vorhandene Kletterwissen zu vertiefen (Vorstieg am Felsen, Klettertechnik und -taktik, Standplatzbau und Bergrettung/Rückzugstechniken). Sensibilisierung Ökologie und Naturschutz, sowie kurze Auffrischung in Erster Hilfe bei Kletterunfällen sind Bestandteile der Alpinkletterwoche.

Ort/Region: Herrmann-von-Barth Hütte, A- 6652 Elbigenalp

Datum: 5 Tage August / September 2024

Benötigte Ausrüstung: Ausrüstung: Liste Nr. I, II, IV (bitte Rücksprache halten, da wir nicht alles benötigen)

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Vorstiegserfahrung im UIAA Grad V

Level: Einstiegstouren in das Mehrseillängenklettern / Alpinklettern mit Zustiegen von ca.1 Std.

Kondition: schwer

Technik: schwer

Teilnehmerzahl: min. 2/max. 4

Teilnahmebeitrag: 220 EUR (im Preis enthalten: Führung und Organisation)

Weitere Kosten: (nicht im Preis enthalten) Anreise, Hüttenunterkunft und Verpflegung

Anmeldeschluss: 01.04.2024 **Vorbesprechung:** nach Absprache

Leitung und Kontaktdaten / Anmeldung: Daniel Osterbrink
daniel.osterbrink@dav-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 019

Hochtourenwoche
Rund um die Düsseldorfer Hütte und auf den „König Ortler“
- 10. – 15.08. 2024 –



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Von Sulden steigen wir über Bergwiesen zur malerisch gelegenen Düsseldorfer Hütte, der ehemaligen Hütte der Sektion Düsseldorf, auf. Diese bildet das Basislager für die ersten Gipfeltouren bei denen wir uns akklimatisieren und noch einmal das alpine Wissen vertiefen. Den Höhepunkt der Tour „König Ortler“ gehen wir von der Payerhütte aus auf dem Normalweg an.

Mögliche Gipfelstationen:

Von der Düsseldorfer Hütte aus: Vertainspitze (3545m), Großer Angelus (3530m), Tschengelser Hochwand (3370m), von der Payerhütte aus: Ortler auf dem Normalweg (3905m)

Region: Obervinschgau

Teiln.voraussetzungen: Erfahrung im Begehen von Gletschern, sicheres Klettern im alpinen Gelände (III+ UIAA), Kondition für bis zu siebenstündige Touren mit bis zu tausend Höhenmetern in der Höhe von über dreitausend Metern.

Benötigte Ausrüstung: Gem. Ausrüstungsliste im Buchungsportal I, IV, V und VII

Teilnahmebeitrag: 325 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: Unterkunft (Hütten mit HP), ggf. Übernachtung im Tal, An- und Abreise, Maut und ggf. Lift.

Min./max. Teilnehmer: max. 6 Teilnehmer

Anmeldung über: juergen.suckau@alpenverein-duesseldorf.de

Anmeldung möglich bis: 20.12.2023 /// Kontaktaufnahme mit der Tourenleitung, erst dann Zahlung des Teilnehmerbeitrages innerhalb von 2 Wochen nach Anmeldung, dann erfolgt eine verbindliche Zusage

Vorbereitung der Tour: Ja, Mai / Juni

Leitung: Jürgen Suckau, Peter Zuraw, René Schulz

Tourenprogramm 2024 / Nr. 020

Kreuzeck-Höhenweg – Im Reich der stillen Berge
5-tägige Hüttentour durch fast unberührte
Hochgebirgslandschaft in Kärnten
von Samstag, den 17.08. bis Mittwoch, den 21.08.2024



An der Talstation der Kreuzeck-Bahn bei Reißbeck beginnen wir mit der Auffahrt zu einer eindrucksvollen 5-tägigen Hüttentour durch die nahezu unberührte Hochgebirgslandschaft der Kreuzeckgruppe. Es begegnen uns mittelschwere Bergwege, überwiegend schmal, oft steil angelegt, die auch ausgesetzte sowie kurze seilversicherte Passagen aufweisen. Immer wieder begegnen uns zusätzliche Gipfeloptionen, die wir bei geeigneten Bedingungen mitnehmen. Wir verbringen zwei Tage auf der Feldnerhütte, um mit Tagesgepäck den namensgebenden Berg des Weges, den Kreuzeck (2.702 m) zu besteigen.

Die Abgeschiedenheit der Gegend macht den Reiz dieser Tour in den südlichen Hohen Tauern von Kärnten aus. Im Gegensatz zu nahegelegenen, weitaus bekannteren Berggruppen erleben wir Bergwanderer dort in einer Höhe zwischen 2000 und 2700 m eine weitgehend ursprüngliche Bergwelt – fernab stark frequentierter Wege und Hütten, mitten im Reich der stillen Berge.

Wir werden auf mittelschweren und schweren Wegen – teils anspruchsvoll – wandern. Dabei begehen wir alpines Gelände, das Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, auch beim Begehen absturzfährlicher Passagen, erfordert. Außerdem solltet Ihr eine gute körperliche Fitness mitbringen, um die langen Tagesetappen mit Mehrtagesgepäck freudig genießen zu können. Übernachten werden wir auf ursprünglichen Hütten in herrlichem Bergpanorama.

- Teiln.voraussetzungen:** Kondition für Tagesetappen von bis zu 8 Std. und 1.000 hm mit Mehrtagesgepäck; alpines Grundlagenwissen, z.B. durch Alpinen Grundlagenkurs der Sektion und/oder alpine Erfahrung; gute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, auch beim Begehen absturzfährlicher Passagen
- Benötigte Ausrüstung:** AV-Ausrüstungsliste 1 und 2 (allg. Grundausrüstung Mehrtageswanderungen)
- Teilnahmebeitrag:** 260 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)
Nicht im Preis enthalten: An-/Abreise, Seilbahn, Hüttenunterkunft, Verpflegung
Min./max. Teilnehmer: min. 5, max. 8 Teilnehmer
- Anmeldung über:** teamunique@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 31.03.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, nach Absprache
Leitung: Ulli Benz, 01575 / 200 27 21, Jenny Schnödewind, 01522 / 26 80 683

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 021

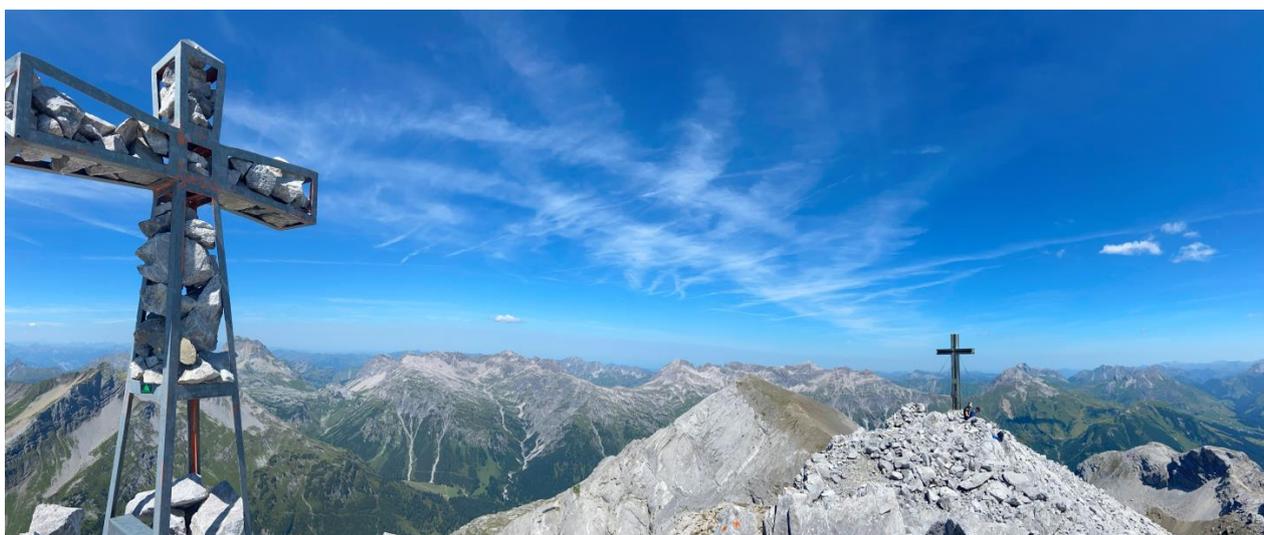
Lechquellenrunde
Eine Hüttentour mit anspruchsvollen Gipfeln als Option

- 24.-29.08.2024 -

- Abfahrt von Düsseldorf aus am 23.08. mit Zwischenübernachtung –



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Eine etwas weniger bekannte Hüttentour im Lechquellengebirge mit vielen Varianten und Gipfeloptionen. Je nach dem Wetter und persönlichem Können der Teilnehmer können zusätzliche Gipfel, teilweise anspruchsvoll mit felsigen Passagen und kurzen Kraxelstellen, eingebaut werden.

Region: Vorarlberg

Teiln.voraussetzungen: Kondition und Ausdauer für Wanderungen bis zu 8 Stunden am Tag / bis zu 1.000 Hm im Aufstieg, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit (ausgesetzte Stellen und Felspassagen vorhanden). Teilnahme an einer gemeinsamen eintägigen Wanderung inkl. Besprechung am 16.06.2024.

Benötigte Ausrüstung: Wanderschuhe (mindestens Kategorie B, knöchelhoch), Wanderstöcke, Rucksack mit max. Gesamtgewicht von 12kg inkl. Getränke, Regenbekleidung, Sonnenschutz.

Teilnahmebeitrag: 160 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: 1x Unterkunft in Ulm, 5x Berghütten, Anreise, Verpflegung und die Bustickets.

Min./max. Teilnehmer: min 4 / max. 6 Teilnehmer

Anmeldung über: justyna.wasilewska@alpenverein-duesseldorf.de
Anmeldung möglich bis: 30.04.2024 /// Vorbesprechung der Tour: Ja, Termin 16.06.2024

Leitung: Justyna Wasilewska, Tel.: 015151052913

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 022

Hüttenwandervergnügen rund um den Spitzingsee

Tegernseer und Schlierseer Berge

- 25. - 31.08.2024 –



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Diese vielseitige und eindrucksvolle Hüttenwanderung bringt uns an die schönsten Orte dieser Alpenregion. Sie enthält einerseits schöne Panoramawege und andererseits mittelschwere und schwere Bergpassagen mit Seilversicherungen. Es ist Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Beginnend in Gmund am Tegernsee, weiter zum Spitzingsee, Rotwand und zur Bodenschneid. Von der einen oder anderen Hütte aus besteht die Möglichkeit umliegende Gipfel zu besteigen oder wer mag, in der Hütte zu verweilen.

Region: Gmund am Tegernsee

Teiln.voraussetzungen: gute Kondition für ganztägige Bergtouren.

Benötigte Ausrüstung: AV-Ausrüstungsliste I, II, VII

Teilnahmebeitrag: 310 € (beinhaltet: Organisation und Durchführung)

Nicht im Preis enthalten: An-/Abreise, örtl. Gebühren (z. B. Parken), Unterkunft, Verpflegung, ggf. Transfer

Min./max. Teilnehmer: max. 10 Teilnehmer

Anmeldung über: barbara.solf-suckau@alpenverein-duesseldorf.de

Anmeldung möglich bis: Ende Januar 2024 /// **Vorbesprechung der Tour:** Ja, nach
Absprache

Leitung: Barbara Solf-Suckau
Jeanette Zimmermann

Tourenprogramm 2024 / Nr. 023

Alpiner Grundlagenkurs, Herbst
Duisburg und Oberes Mittelrheintal

- Fr. 13. bis So. 15.09. UND Fr. 20.09. bis So. 22.09.2023 -



Der Kurs richtet sich an alle, die alpines Wissen erlangen, vertiefen oder wiederauffrischen möchten. Die Teilnahme an allen Terminen ist wünschenswert. Ziel dieses Kurses ist es, das Grundwissen zu vermitteln, um sich in der Bergwelt sicher zurechtzufinden.

Der Kurs ist inhaltlich angelehnt an den Alpinen Grundlagenkurs, der im Frühjahr auf der Düsseldorfer Eifelhütte stattfindet. Der Herbstkurs findet jedoch in kleinerer Gruppe und an anderen Standorten statt. An einem Wochenende nutzen wir die Anlagen der DAV Sektion Duisburg im dortigen Landschaftspark. An dem anderen Wochenende werden wir im Oberen Mittelrheintal sein, u.a. am Klettersteig in Boppard.

Ausbildungsthemen sind u.a. die Vorbereitung und Planung einer Tour, alpine Gefahren und Erlernen des richtigen Verhaltens in den Bergen sowie Orientierung mit Karte und Kompass. Besonders der Umgang mit alpine technischer Ausrüstung wird praxisgerecht vermittelt. An den Abenden bleibt Zeit zum Austausch mit den Ausbildern und zum geselligen Beisammensein.

Weitere Inhalte:

Gehen im weglosen Gelände, Verhalten beim Ausgleiten, Knotenkunde, Begehen von Klettersteigen, Grundlagen des Kletterns. Gebrauch von Eispickel und Teleskop-Stöcken, Umgang mit dem Bergseil, Seilgeländer, Prusiktechniken, Einbinden ins Seil, Abseilen, Gehtechnik am Gletscher, Behelfsmäßige Bergrettung. Theorie: Einführung in die Knotenkunde, Materialkunde, Tipps & Tricks zur Ausrüstung / Rucksack packen, Alpine Sportarten, Alpine Gefahren

- Teiln.voraussetzungen:** Keine.
- Benötigte Ausrüstung:** Wetterfeste Kleidung, Wanderschuhe; alle für die Ausbildung nötigen Materialien werden gestellt.
- Teilnahmebeitrag:** 180 € (beinhaltet: Organisation, Durchführung, Nutzungsgebühren/Eintritt und 4 Nächte in verschiedenen Unterkünften)
- Nicht im Preis enthalten: Hin- und Rückreise, Verpflegung.
Min./max. Teilnehmer: min. 8 / max. 10 Teilnehmer
- Anmeldung über:** teamunique@alpenverein-duesseldorf.de
- Anmeldung möglich bis:** 30.04.2024 // // Vorbesprechung der Tour: Keine
- Leitung:** Ulli Benz, 01575 200 27 21, Jenny Schnödewind, 01522 26 80 683

Kurs- und Tourenprogramm 2024/ Nr. 024

Taping im Klettersport

07.12.2024



Deutscher Alpenverein
Sektion Düsseldorf



Beschreibung der Tour:

Grundlegende Informationen zu Verletzungen im Klettersport, Akutintervention im Leistungssport und weitergehende Prophylaxe. Mögliche Tapearten im Bereich: Finger, Hand, Gelenke, Unter / Oberarm.

Ort/Region/Datum: DAV Geschäftsstelle, Elisabethstr. 14 in 40217 Düsseldorf
07.12.2024 10:00 – ca. 14:00 Uhr

Benötigte Ausrüstung: wird komplett gestellt

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: keine

Teilnehmerzahl: min. 4 / max. 6

Teilnahmebeitrag: 30 EUR (im Preis enthalten: Durchführung und Organisation, Ausbildungsmaterial für den Kurs)

Weitere Kosten: An- und Abfahrt

Anmeldeschluss: 01.11.2024

Leitung und Kontaktdaten / Anmeldung: Daniel Osterbrink
daniel.osterbrink@dav-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 025

Klettersteige für Anfänger im Landschaftspark Duisburg Nord
Die Via Ferrata Monte Thyso
- 16.06.2024 -



Beschreibung des Kurses: Es handelt sich um einen eintägigen Kurs; mehrere Termine bauen nicht aufeinander auf. - Wer seine Kenntnisse gerne wiederauffrischen, oder diese alpine Spielart neu kennenlernen möchte, ist hier gut aufgehoben. Hier sind alle technischen Schwierigkeiten in einem Klettersteig vereinigt. Der Kurs vermittelt alle Techniken, die im Gebirge erforderlich sind. Das Anlegen von (Brust- und) Hüftgurt und der Umgang mit dem Klettersteigset werden umfassend erklärt und geübt. Mögliche Gipfelstation: Monte Thyso

Anmeldung möglich bis einschl.: 15.05.2024

Teilnahmebetrag: 20 €, / Nichtmitglieder 30 €. Im Preis enthalten: Führung und Organisation

Nicht im Preis enthalten: Der Eintritt zur Kletteranlage vor Ort nach aktuell gültigem Tarif des DAV Duisburg. Eigene Anreise. Speisen und Getränke.

Keine Vorbesprechung

Teilnehmer: min./max.: 8 - 10

Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache

Ort/Region / Treffpunkt: Landschaftspark Duisburg Nord, vor dem Haupteingang Emscherstraße (an der Schranke)

Benötigte Ausrüstung: Wird von uns mitgebracht - außer knöchelfeste Schuhe und (Leder-) Handschuhe. Vorhandene eigene Ausrüstung kann mitgebracht werden.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Schwindelfreiheit und Trittsicherheit. Ein wenig Kondition schadet nicht.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: 1. Ilja Schlegel, Telefon 0177 6852715, E-Mail: ilja.schlegel@alpenverein-duesseldorf.de. 2. Silke Stuhlsatz, Telefon 0160 7221711, E-Mail: Silke.Stuhlsatz@alpenverein-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 026

Klettersteige für Anfänger im Landschaftspark Duisburg Nord
Die Via Ferrata Monte Thyso
- 07.07.2024 -



Beschreibung des Kurses: Es handelt sich um einen eintägigen Kurs; mehrere Termine bauen nicht aufeinander auf. - Wer seine Kenntnisse gerne wiederauffrischen, oder diese alpine Spielart neu kennenlernen möchte, ist hier gut aufgehoben. Hier sind alle technischen Schwierigkeiten in einem Klettersteig vereinigt. Der Kurs vermittelt alle Techniken, die im Gebirge erforderlich sind. Das Anlegen von (Brust- und) Hüftgurt und der Umgang mit dem Klettersteigset werden umfassend erklärt und geübt. Mögliche Gipfelstation: Monte Thyso

Anmeldung möglich bis einschl.: 06.06.2024

Teilnahmebetrag: 20 €, / Nichtmitglieder 30 €. Im Preis enthalten: Führung und Organisation

Nicht im Preis enthalten: Der Eintritt zur Kletteranlage vor Ort nach aktuell gültigem Tarif des DAV Duisburg. Eigene Anreise. Speisen und Getränke.

Keine Vorbesprechung

Teilnehmer: min./max.: 8 - 10

Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache

Ort/Region / Treffpunkt: Landschaftspark Duisburg Nord, vor dem Haupteingang Emscherstraße (an der Schranke)

Benötigte Ausrüstung: Wird von uns mitgebracht - außer knöchelfeste Schuhe und (Leder-) Handschuhe. Vorhandene eigene Ausrüstung kann mitgebracht werden.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Schwindelfreiheit und Trittsicherheit. Ein wenig Kondition schadet nicht.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: 1. Ilja Schlegel, Telefon 0177 6852715, E-Mail: ilja.schlegel@alpenverein-duesseldorf.de. 2. Silke Stuhlsatz, Telefon 0160 7221711, E-Mail: Silke.Stuhlsatz@alpenverein-duesseldorf.de

Kurs- und Tourenprogramm 2024 / Nr. 027

**Klettersteig für Anfänger in Boppard
Mittelrhein vertikal
- 22.09.2024 -**



Beschreibung des Kurses: Das obere Mittelrheintal um Boppard hat neben der größten Rheinschleife und einigen ansehnlichen Weinanbaugebieten wie der Bopparder Hamm noch ein weiteres Highlight zu bieten: Den einzigen „alpinen“ Klettersteig nördlich der Alpen. Immerhin rund 300 Höhenmeter sind zu durchsteigen. Fahrgemeinschaften ab Düsseldorf können mit der Übungsleitung abgesprochen werden. Treffpunkt am St. Remigius-Parkplatz an der B9 in Boppard um 10 Uhr. Inhalte: Der mäßig schwierige Klettersteig (B) bietet gut gesicherte Kletterstellen kombiniert mit ausgedehnten Wanderpassagen in einer landschaftlich reizvollen Gegend. Er eignet sich bestens für Anfänger, Wiedereinsteiger oder einfach nur zum Vergnügen. Nach einer abwechslungsreichen Klettersteigrunde besteht die Möglichkeit zur Einkehr in einer auf dem Rückweg liegenden Lokalität.

Anmeldung möglich bis einschl.: 25.08.2024 (Wir müssen die benötigte Ausrüstung reservieren.)

Teilnahmebetrag: 30 €, / Nichtmitglieder 40 €. Im Preis enthalten: Führung und Organisation

Nicht im Preis enthalten: . Eigene Anreise. Speisen und Getränke.

Teilnehmer: min./max.: 8 - 10

Anmeldung nur mit vorheriger Rücksprache, keine Vorbesprechung

Ort/Region / Treffpunkt: St. Remigius-Parkplatz an der B9 in Boppard, ca. 10:00 Uhr

Benötigte Ausrüstung: Wird von uns mitgebracht - außer knöchelfeste Schuhe und (Leder-) Handschuhe. Vorhandene eigene Ausrüstung kann mitgebracht werden.

Vorkenntnisse/Voraussetzungen: Keine Vorkenntnisse notwendig. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit erforderlich. Empfehlenswert ist die Teilnahme am Basiskurs Eifel, am Klettersteig-Kurs Duisburg oder eigene Erfahrungen auf Klettersteigen.

Level: Anfänger und Wiedereinsteiger **Kondition:** Kondition für halbtägige körperliche Beanspruchung mit wenigen kräftezehrenden Einzelstellen notwendig.

Technik: leicht bis mittelschwer.

Ausbilder und Kontaktdaten / Anmeldung: 1. Ilja Schlegel, Telefon 0177 6852715, E-Mail: ilja.schlegel@alpenverein-duesseldorf.de. 2. Silke Stuhlsatz, Telefon 0160 7221711, E-Mail: Silke.Stuhlsatz@alpenverein-duesseldorf.de

Du hast Fragen oder möchtest dich direkt für einen Kurs oder eine Tour anmelden?

Die zum jeweiligen Event aufgeführten Personen sind dafür dein erster Kontakt.

Sofern du aber an irgendeiner Stelle nicht weiterkommst, kannst du dich aber auch immer an unsere Geschäftsstelle wenden. Von dort aus leiten wir dein Anliegen unmittelbar an die zuständigen Ansprechpartner weiter.