



## **Liebe Leserinnen, liebe Leser,**

*vor Ihnen liegt nun unser Touren- und Ausbildungsangebot für 2014. Ich bin sicher, dass auch für Sie etwas Passendes dabei ist. Aber wie wäre es denn, einmal etwas Neues auszuprobieren: Mountainbike im Harz, doch endlich einmal den Schritt auf den Gletscher wagen oder die künstlichen Klettergriffe gegen natürlichen Fels tauschen?*

*Der Bau unseres neuen Kletterzentrums ist auf einem guten Weg! So wird es im nächsten Jahr auch ein Programmheft in neuem Gewand geben. Wir hoffen alle sehr, dass die Eröffnung der Halle im Oktober 2014 ist. Das bedeutet allerdings, dass dann die angekündigten Kurse in der Halle von 1860 entsprechend verlegt werden.*

*Herzlichen Dank noch einmal an unsere Ehrenamtlichen, die es wieder einmal geschafft haben, ein sehr spannendes und umfangreiches Programm anzubieten. Auch in deren Namen wünsche ich Ihnen ein erlebnisreiches und gesundes Jahr mit den Bergen!*

*Volker Klein*

*Referent für Ausbildung und Touren*

2 ÜBERSICHT

4 WINTER

5 WANDERN

28 MOUNTAINBIKE

29 AUSBILDUNG ALPIN

36 AUSBILDUNG HALLE

39 VORTRÄGE

40 TOURENLEITER

46 ADFC

48 IMPRESSUM

	<b>Titel:</b>	<b>Ort:</b>	<b>Termin:</b>	<b>Preis:</b>	<b>Leitung:</b>	<b>Telefon:</b>	<b>Seite</b>
	<b>Bernina „light“: Im Schatten der 4000er</b>	Bernina / Schweiz	09.03.14 – 15.03.14	465 – 550 €	Folkert Lenz	0421 . 70 05 46	4
	<b>Frühling auf Mallorca</b>	San Telmo / Mallorca	22.04.14 – 01.05.14	521 – 555 €	Wolf-Dieter Klitzing	04221 . 36 85	5
	<b>Mit dem eigenen Rad vom Bodensee zum Königssee</b>	Lindau / Berchtesgaden	12.05.14 – 22.05.14	890 – 960 €	H.-P. Meyer	0421 . 23 30 32	6
	<b>Wandern mit Meerblick auf Mallorca</b>	Port Soller / Mallorca	24.05.14 – 31.05.14	680 – 750 €	Klaus Wendt	0421 . 840 04 91	7
	<b>Allgäuer Hörnertour</b>	Sonthofen / Oberstdorf	07.06.14 – 10.06.14	210 – 230 €	Burkhard Orlovsky	0421 . 62 79 77	8
	<b>Tagestouren in den Berchtesgadener Alpen</b>	Berchtesgaden / Hintersee	13.06.14 – 22.06.14	365 – 400 €	Bernhard Grewe	0421 . 69 67 74 07	9
	<b>Frauen – Wandern!</b>	Pfronten / Tannheimer Tal	21.06.14 – 28.06.14	450 – 580 €	Bärbel Bussmann	0162 . 274 44 15	10
	<b>Plaisir Alpin</b>	Galtür / Paznauntal	06.07.14 – 12.07.14	500 – 460 €	Fritz Grimm	0421 . 7 83 92	11
	<b>Alta Via No. 1</b>	Pont-Saint-Martin / Aostatal	12.07.14 – 23.07.14	655 – 825 €	Peter Pank	04242 . 54 10	12
	<b>Stubai Höhenweg</b>	Start: Fulpmes; Ziel: Neustift	14.07.14 – 23.07.14	650 – 720 €	Hans-Peter Meyer	0421 . 23 30 32	13
	<b>Durchs Gesäuse</b>	Admont / Gesäuse	27.07.14 – 02.08.14	360 – 320 €	Fritz Grimm	0421 . 783 92	14
	<b>Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 – nördlicher Teil</b>	Pragser Wildsee / Dolomiten	30.07.14 – 07.08.14	710 – 800 €	Hans-Peter Meyer	04 21 . 23 30 32	15
	<b>Auf alten Wegen der Schmuggler und Walser unterwegs</b>	Bludenz / Brand	01.08.14 – 09.08.14	380 – 415 €	Bernhard Grewe	0421 . 69 67 74 07	16
	<b>Über die ligurischen Alpen zum Mittelmeer</b>	San Bartolomeo / Italien	02.08.14 – 10.08.14	550 – 600 €	Ulrich Friehe	0421 . 44 68 77	17
	<b>Auf dem GR 5: Unterwegs zu den Viertausendern</b>	St. Gingolph / Lausanne	02.08.14 – 10.08.14	370 – 560 €	Peter Pank	04242 . 54 10	18
	<b>Meraner Höhenweg mit Durchquerung der Texelgruppe</b>	Meran / Algund	02.08.14 – 10.08.14	480 – 560 €	Burkhard Orlovsky	0421 . 62 79 77	19
	<b>Virgentaler Höhenwege im Nationalpark Hohe Tauern</b>	Virgen / Osttirol	10.08.14 – 20.08.14	780 – 850 €	Hans-Peter Meyer	0421 . 23 30 32	20
	<b>Auf dem Lechtaler Höhenweg</b>	Oberstdorf / Reutte (Tirol)	18.08.14 – 29.08.14	575 – 635 €	Bernhard Grewe	0421 . 69 67 74 07	21
	<b>Frauen – Wandern!</b>	Pfronten / Tannheimer Tal	30.08.14 – 06.09.14	450 – 580 €	Bärbel Bussmann	0162 . 274 44 15	22
	<b>Vom Tonalepass zum Gardasee</b>	Passo del Tonale/ Riva del Garda	30.08.14 – 10.09.14	610 – 820 €	Peter Pank	04242 . 54 10	23
	<b>Einfach durch's Karwendel</b>	Pertisau / Hinterriß	31.08.14 – 07.09.14	630 – 700 €	Manfred Gangkofer	0421 . 84 74 10 92	24
	<b>Herbstwanderungen im Zentrum der Dolomiten</b>	Schutzhaus Tierser Alpl, Tiers / Südtirol	06.09.14 – 13.09.14	590 – 635 €	Eberhard Falkenstein	04202 . 814 40	25
	<b>Engadin im Herbst: Reife Kastanien, goldgelbe Lärchen</b>	Maloja / Bergell	11.10.14 – 18.10.14	465 – 551 €	Eckhard Homann	0421 . 22 29 21 46	26
	<b>Mallorca – Gebirge, Meer und Badebuchten</b>	Sant Elm, Deià, Port de Sóller	27.10.14 – 05.11.14	780 – 860 €	Eberhard Falkenstein	04202 . 8 14 40	27
	<b>Mountainbike Wochenende im Harz</b>	Harz / Kreuzbachhütte	04.07.14 / 17.10.14	49 – 81 €	Achim Borgs	0176 . 41 24 95 31	28
	<b>Vorsteigen im Ith</b>	Ith / Weserbergland, JDAV-Nord Zeltplatz	24.05. / 14.06. / 20.09.	75 € (90 €)*	K.Schade + G.Schmitz	0421 . 53 21 41	29
	<b>Klettern in Franken</b>	Frankenjura	29.05.14 – 01.06.14	216 – 135 €	Torsten Dietrich	ToDietrich@gmx.de	30
	<b>Die Freiheit, dahin zu gehen wohin ich will!</b>	Jamtalhütte / Silvretta	28.06.14 – 05.07.14	437 – 610 €	Volker Klein	0170 . 804 98 22	31
	<b>Nordwände im Großglocknerschatten</b>	Glocknergebiet / Österreich	29.06.14 – 05.05.14	500 – 610 €	Folkert Lenz	0421 . 70 05 46	32
	<b>Bergwandern für Fortgeschrittene</b>	Alpines Ausbildungszentrum Jamtalhütte	30.06.14 – 05.07.14	420 – 320 €	Fritz Grimm	0421 . 783 92	33
	<b>Höher hinaus!</b>	Jamtalhütte / Silvretta	05.07.14 – 12.07.14	465 – 690 €	Volker Klein	0170 . 804 98 22	34
	<b>Die große Bergell-Runde</b>	Maloja / Bergell	12.07.14 – 22.07.14	700 – 910 €	Volker Klein	0170 . 804 98 22	35
	<b>Erste Schritte in der Senkrechten</b>	DAV-Kletterwand bei 1860	ab Jan. 2014	55 € (65 €)*	Diverse	0421 . 724 84	36
	<b>Kletterscheinprüfung</b>	DAV-Kletterwand bei 1860	ab Jan. 2014	11 €	Diverse	0421 . 724 84	37
	<b>50 Plus: Einsteigerkurs / Vorstiegskurs</b>	DAV-Kletterwand bei 1860	21.01.14 / 09.09.14	90 €	K.Hellmann + R.Hillebrand	0421 . 724 84	38

\*offen für Nichtmitglieder



Folkert Lenz



### Bernina „light“: Im Schatten der 4000er Skihohtouren im Oberengadin und an der Coaz-Hütte

Zum Auftakt geht es auf Tour ins Val Fex (bei Sils) und von Maloja aus. Als Wochen-Highlight dann folgen Ski-Anstiege auf die schönsten Aussichtsberge der Bernina (Piz Glüschaint, Piz Chapütschin oder Dschimels). In dieser Wochenhälfte sind wir von der Coaz-Hütte aus meist oberhalb der 3000er-Marke unterwegs: Auf zerrissenen Gletschern, unberührten Pulverschneehängen, unter Eiswänden hindurch. Wer will, kann einiges über Lawinen lernen, über die Verschüttetensuche oder Routenwahl. Außerdem Thema: Korrektes Begehen von Gletschern. Der Griff zum Seil ist dabei durchaus drin.



**Ort:** Jugi Pontresina und Coazhütte (Bernina/Schweiz)  
**Termin:** 09.03.14 – 15.03.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 6  
**Voraussetzungen:** Ausdauer für Aufstiege bis zu 5 Stunden. Off-Piste-Gelände sollte flüssig befahren werden können – auch mit Rucksack. Bergsteigerische Vorerfahrungen sind mehr als nützlich.

**Leitung:** Folkert Lenz (Trainer B Skihohtour)  
**Preis:** ca. 465 – 550 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** 6 x Übernachtung (im Lager) mit Halbpension,  
**Tourenleitung:** Weitere Kosten (Lift, Getränke, Transferfahrten usw.) gehen extra.  
**Anmeldung:** Bis 26.01.2014 bei Folkert Lenz, Telefon: 0421 . 70 05 46, E-Mail: folkert.lenz@alpenverein-bremen.de

### Frühling auf Mallorca Wanderungen im Südwesten Mallorcas

Wir wohnen an der Küste in einem gastlichen Hostal und unternehmen von dort Tagestouren. Die Berge in dieser Region sind nicht so schroff und kahl wie im Nordwesten. Neben flachen Strecken locken auch wilde Felsenberge, wie der Galatzo, und dichte Pinienwälder auf halbhothen Hängen mit bunten Steingärten. Der Blick geht von der steilen Küste mit alten Wachtürmen auf malerische Buchten und vorgelagerte Inseln. Eine Tagestour bringt uns auf eine dieser Inseln.



Wolf-Dieter Klitzing

**Ort:** San Telmo / Mallorca  
**Termin:** zwischen 22.04.14 – 01.05.14 (1 Woche)  
**Teilnehmerzahl:** min. 6; max. 8  
**Voraussetzungen:** Trittsicherheit auf Pfaden mit teilweise karstigem Gestein. Kondition für bis zu 6 Stunden reiner Gehzeit mit Tagesrucksack. Maximale Höhenunterschiede von ca. 600 Metern.

**Leitung:** Wolf-Dieter Klitzing  
**Preis:** 521 – 555 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** 7 x Hotel Übernachtung/HP Tourenleitung, Zzgl. Reisekosten (Flüge + Transporte vor Ort)  
**Anmeldung:** Wolf-Dieter Klitzing, Tel: 04221 . 36 85, E-Mail: klitzing.wd@t-online.de  
**Anmeldeschluss:** 30.12.13  
**Vorbereitungstreffen:** wird abgesprochen

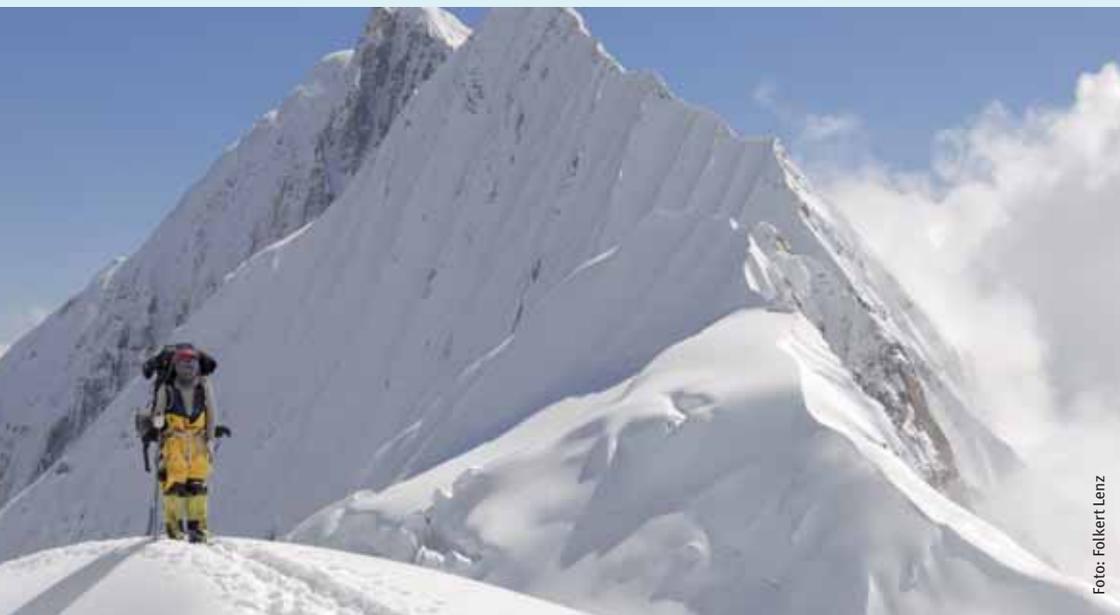


Foto: Folkert Lenz

## Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer aktuelle Daten über:

- freie Plätze
- Änderungen
- zusätzliche Reisen und Kurse
- Kletterscheinabnahme
- sportliche Termine in Bremen



Schauen Sie rein! Es lohnt sich!

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



Hans-Peter Meyer



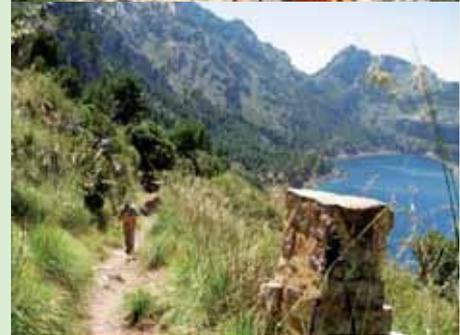
## Mit dem eigenen Rad vom Bodensee zum Königssee

Wenn das Frühjahr mit seinem frischen Grün in den Bergen Einzug hält, dann wollen wir aufbrechen zu unserer Radreise durch das traumhaft schöne Alpenvorland. Der Bodensee-Königssee-Radweg zählt zu den reizvollsten Fernradwegen. Die Gesamtstrecke beläuft sich auf ca. 423 km. Die Längen der Tages-

etappen sind mit 40 km bis 70 km bewusst dem hügeligen Gelände angepasst und lassen zudem noch Zeit für Besichtigungen der Sehenswürdigkeiten entlang der Route.



- Ort:** Start: Lindau; Ziel: Berchtesgaden/Königssee
- Termin:** 12.05.14 – 22.05.14
- Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 7
- Voraussetzungen:** sehr gute gesundheitliche und körperliche Verfassung, Kondition für Tagesetappen bis 71 km im hügeligen Gelände (Gepäck am Fahrrad)
- Leitung:** Hans-Peter Meyer, Katzbachstr. 47, 28211 Bremen
- Preis:** 890 – 960 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Zugfahrten inkl. Liegewagen, Fahrrad- und Platzkarten, 8 Übernachtungen mit Frühstück im Doppelzimmer in kleineren Hotels, Gasthöfen oder Privatpensionen; auf Wunsch Einzelzimmer gegen Aufpreis (sofern vorhanden), Versicherung der Zugfahrten, Tourenleitung
- Anmeldung:** H.-P. Meyer; Telefon: 0421 . 23 30 32; E-Mail: hans-peter.meyer@gmx.de
- Anmeldeschluss:** 15.02.2014
- Vorbereitungstreffen:** 24.02.2014



## Wandern mit Meerblick auf Mallorca

### Sierra Tramuntana – die schönsten Wanderwege der Insel

Im Nordwesten, der wohl eindrucksvollsten Region Mallorcas, liegt an einer Bucht Port Soller, der ideale Ausgangsort für Tageswanderungen in das Tramuntana-gebirge. Unsere Ziele sind Valdemossa, die Cala Deia, Biniaraix und die Cala Tuent sowie der Torrent de Pareis. Auch den Reitweg des Erzherzogs erwandern wir – die Wanderung Mallorcas überhaupt! Mehr geht nicht!

- Ort:** Spanien – Port Soller / Mallorca
- Termin:** 24.05.14 – 31.05.14
- Teilnehmerzahl:** min. 6 max. 10
- Voraussetzungen:** Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sowie Kondition für 5 Std. Wanderungen mit leichtem Tagesgepäck auf Pfaden, Treppen und Steigen
- Leitung:** Klaus Wendt
- Preis:** 680 – 750 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** 7 x Übernachtung mit Halbpension im \*\*\*Hotel, Hin/Rückflug, Flughafentransfer auf Mallorca, Tourenleitung
- Anmeldung:** Klaus Wendt, Telefon: 0421 . 840 04 91 & 0174 . 906 24 09, klaus.wendt1@nord-com.net
- Anmeldeschluss:** 30.01.14 wegen Frühbucherrabatt
- Vorbereitungstreffen:** März 2014 nach Absprache, Geschäftsstelle des DAV Bremen



Klaus Wendt



## Allgäuer Hörnertour

### Allgäuer Hörnertour von Ofterschwang bis ins Kleinwalsertal

Das wunderschöne Allgäu mit dem Blick auf die Kulisse des Nebelhorns und die sich aufschließende faszinierende Bergwelt bis in das österreichische Kleinwalsertal wollen wir in diesen Tagen gemeinsam erwandern. Das Bergerlebnis soll dabei im Vordergrund stehen, so dass die Tourenplanung nicht auf besonders

ausdauernde Höchstleistungen ausgelegt ist. Die Wanderung kann in Teilbereichen auf die aktuellen Wetter- und Wanderer-Gegebenheiten angepasst werden. Wir bewegen uns dabei auf gesicherten Wanderwegen, die ohne große Vorkenntnis zu begehen sind.



<b>Ort:</b>	Sonthofen / Oberstdorf
<b>Termin:</b>	07.06.14 – 10.06.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 6 max. 10-12
<b>Voraussetzungen:</b>	Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Tagesetappen bis zu 7 Stunden
<b>Leitung:</b>	Burkhard Orlovsky
<b>Preis:</b>	210 – 230 €
<b>Leistungen:</b>	3 Übernachtungen mit HP in bewährten Berghütten, Liftfahrten, Tourenleitung
<b>Anmeldung:</b>	bis spätestens 01.05.14 bei: Burkhard Orlovsky, Telefon: 0421 . 62 79 77 E-Mail: orlovsky-bremen@arcor.de
<b>Bemerkungen:</b>	Genauere Infos und endgültige Preise stehen erst im Jahr 2014 fest. Ein erstes Informationstreffen ist wegen der Frühbucherrabatte der Bundesbahn für Ende Februar 2014 geplant. Gerne stehe ich für Fragen zur Tour zur Verfügung.



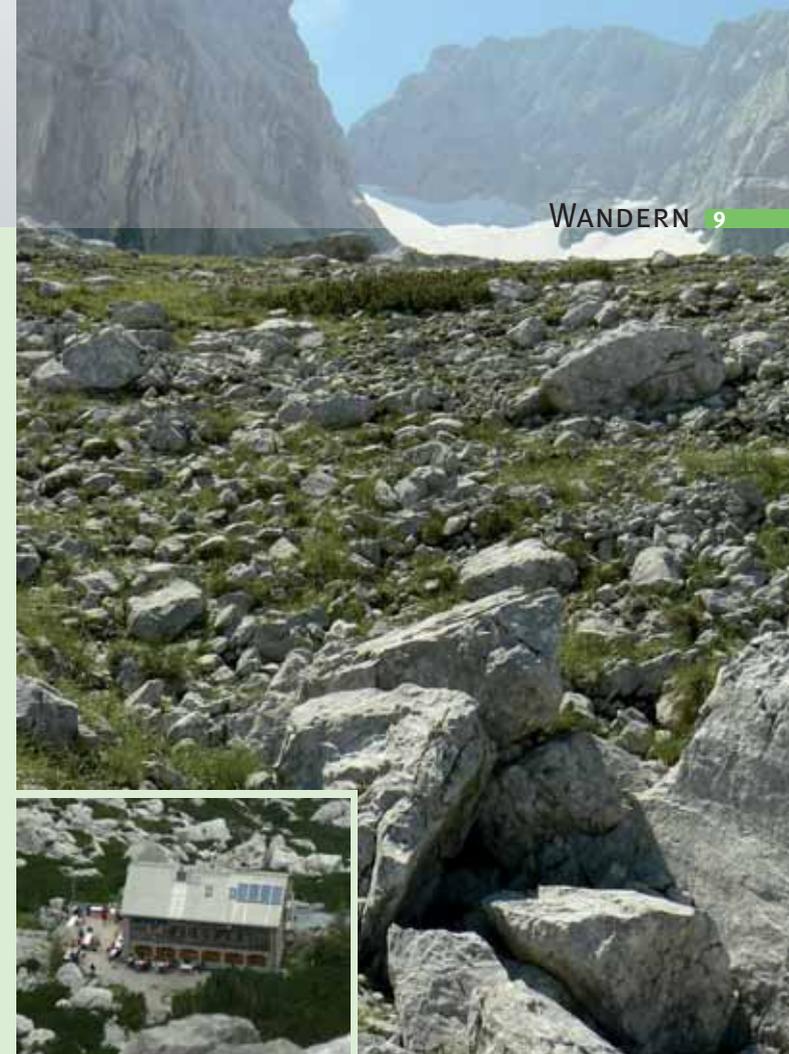
## Tagestouren in den Berchtesgadener Alpen

### 2 Quartiere, 6 Gipfel

Der Frühling ist in den Bergen eingekehrt. Auf den Almwiesen stehen die Frühlingsblumen in voller Blüte.

Unsere Touren führen uns durch dieses eindrucksvolle Blütenmeer in den Bereich der Schrofen und Felsen.

Von Tag zu Tag können wir die technischen Schwierigkeiten steigern oder auch mal einen Tag aussetzen. Der zum Teil weglassige Aufstieg zur Hocheisspitze, die Überschreitung der Schärten Spitze und die Besteigung des Hochkaltes sind die Glanzlichter dieser Tour.



<b>Ort:</b>	Berchtesgaden / Hintersee
<b>Termin:</b>	13.06.14 – 22.06.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 6; max. 8
<b>Voraussetzungen:</b>	Gute körperliche Verfassung und Ausdauer für Tagesetappen von bis zu 6, einmal 7 Stunden Gehzeit, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in alpinem Gelände
<b>Leitung:</b>	Bernhard Grewe
<b>Preis:</b>	365 – 400 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Leistungen:</b>	ÜN / HP im Lager, Tourenleitung
<b>Anmeldung:</b>	Bernhard Grewe, Telefon: 0421 . 69 67 74 07 E-Mail grewe50@gmail.com
<b>Anmeldeschluss:</b>	01.04.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	nach Absprache
<b>Bemerkungen:</b>	Bahnfahrt am 13.06.14 im Nachtreisezug geplant



Bernhard Grewe



## Frauen – Wandern!

### Berg-und-Tal Wanderungen im Allgäu für Frauen

Wir wandern im Gebiet um Pfronten und dem Tannheimer Tal, welches als schönstes Hochtal Europas bekannt ist. Die Tagesetappen sind so angelegt, dass wir jede Tour genießen können! Blühende Bergwiesen, glasklare Gebirgsbäche und rauschende Wasserfälle, kleine Bergalpen und wunderschöne Fernsichten laden zum Verweilen ein, bevor es dann zu unserm jeweiligen Quartier weitergeht.



<b>Ort:</b>	Pfronten / Tannheimer Tal
<b>Termin:</b>	21.06.14 – 28.06.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 3; max. 7
<b>Voraussetzungen:</b>	Bei dieser Trekkingtour handelt es sich um eine Bergwanderung auf gut ausgebauten und gekennzeichneten Wegen. Dennoch werden Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in alpinem Gelände vorausgesetzt. Ebenso gute gesundheitliche und körperliche Verfassung, festes Schuhwerk sowie alpine Ausrüstung. Die Tagesetappen betragen ca. 4 – 6 Stunden.
<b>Leitung:</b>	Bärbel Bussmann
<b>Preis:</b>	450 – 580 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Weitere Kosten:</b>	Obige Preise sind Richtwerte und können variieren. Nicht im Preis enthalten sind Kosten für Speisen und Getränke.
<b>Leistungen:</b>	Planung, Organisation und Tourenleitung; Vorbesprechung; eigene Anreise per PKW oder Bahn, auf Wunsch kann eine Gruppenreise per Bahn in der Vorbesprechung festgelegt werden; 6x Ü/F in Berghütten bzw. Gasthöfen, sämtliche Fahrtkosten vor Ort, Versicherung
<b>Anmeldung:</b>	Bärbel Bussmann, Tel: 0162 . 274 44 15, E-Mail: bbussmann@outlook.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	15.03.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	25.02.14, Lokal in Bremen

Foto: Kaukor



## Plaisir Alpin

### Bergtouren mit leichtem Gepäck

Eine Woche (Berg-)Urlaub. Nicht jeder schläft da gerne in einem Lager oder möchte einen schweren Rucksack von Hütte zu Hütte tragen. Deshalb diese Pilot-Wanderwoche.

Plaisir: Übernachtung in einem Mehrsternhotel im Tal mit den für diese Kategorie üblichen Annehmlichkeiten.  
Alpin: Tägliche Bergwanderungen, die allein auf Grund der Höhendifferenz Tal – Gipfel einiges an Kondition verlangen. Touren sind je nach Wünschen der Teilnehmer in allen Schwierigkeitsgraden möglich. Detaillierte Infos per Mail oder Telefon

<b>Ort:</b>	Galtür / Paznauntal
<b>Termin:</b>	06.07.14 – 12.07.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 6, max. 10
<b>Voraussetzungen:</b>	Gute Kondition, Trittsicherheit, Bergwandererfahrung
<b>Leitung:</b>	Fritz Grimm
<b>Preis:</b>	500 – 460 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Leistungen:</b>	Übernachtung mit HP in Mehrsternhotel, Tourenleitung.
<b>Anmeldung:</b>	Telefon: 0421 . 7 83 92, E-Mail fritzgrimm@aol.com
<b>Anmeldeschluss:</b>	30.04.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	wird noch festgelegt



## Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer die aktuellen Daten.

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



Peter Pank



## Alta Via No. 1

### Auf dem Höhenweg der Riesen

Die Alta Via No. 1, auch Weg der Riesen genannt, führt uns im Norden des Aostatales über Pässe und Täler immer unter den höchsten Bergen Europas entlang, die sonst nur



den Hochtourengehern vorbehalten sind. Wir starten südlich vom Monte Rosa Massiv, sehen auf unserem Weg Schwarzfluh, Breithorn, Klein Matterhorn, gehen am südlichen Fuß des Matterhorns zum Grand Combin bis wir zum Abschluss am südlichen Fuß des Mont Blancs unsere Tour beenden. Majestätische Gletscher werden uns über die gesamte Tour begleiten. Unser Weg selbst erstreckt sich in mittleren bis größeren Höhen (2000 – 3000 m) in einer einmaligen alpinen Landschaft, wobei die Wege gut beschildert und ausgebaut sind (ca. 80 cm breit).



- Ort:** Start: Pont-Saint-Martin (Aostatal), Ende: Courmayeur (I)
- Termin:** 12.07.14 – 23.07.14
- Teilnehmerzahl:** min. 3; max. 6
- Voraussetzungen:** Gute Trittsicherheit und Kondition für 7 stündige Tageswanderungen, festes Schuhwerk sowie alpine Ausrüstung
- Leitung:** Peter Pank
- Preis:** 655 – 825 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Tourenleitung; 11 x Übernachtungen/Frühstück (incl. 3x HP) in Berghütten/Hotels/Gasthäusern. Eigene Anreise per PKW, Bahn oder Flugzeug; auf Wunsch wird eine Gruppenanreise in der Vorbesprechung festgelegt. Preise Stand 2013, ggf. Änderungen in 2014 möglich. Mögliche Wahlleistung 6x HP zusätzlich € 90.
- Anmeldung:** Peter Pank, Telefon: 04242 . 54 10, E-Mail Pank-Peter@web.de
- Anmeldeschluss:** 14.03.14
- Vorbereitungstreffen:** wird noch festgelegt

Hans-Peter Meyer



## Stubaier Höhenweg

Die Stubaier Alpen zählen aufgrund ihrer landschaftlichen Vielfalt und ihrer guten Erreichbarkeit zu den belieb-

testen Wandergebieten der Alpen. In Form eines Hufeisens reihen sich die Hütten aneinander. Eine gute Woche werden wir in einer Höhe zwischen 2.100 m und 2.900 m von Hütte zu Hütte entgegen dem Uhrzeigersinn rund um das Stubaital wandern.

- Ort:** Start: Fulpmes; Ziel: Neustift
- Termin:** 14.07.14 – 23.07.14
- Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 7
- Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im alpinen Gelände, sehr gute gesundheitliche und körperliche Verfassung
- Leitung:** Hans-Peter Meyer, Katzbachstr. 47, 28211 HB
- Preis:** 650 – 720 €
- Leistungen:** je nach Teilnehmerzahl Zugfahrten (Hin- und Rückfahrt) inkl. Liegewagen auf der Hinfahrt, Bus-, Taxi- und Seilbahnfahrten vor Ort, 8 Übernachtungen mit Frühstück vorwiegend im Zimmerlager (Bett) in Mehrbettzimmern auf Alpenvereins- oder Privathütten, Versicherung der Bahnreise, Tourenleitung
- Anmeldung bei:** H.-P. Meyer  
Tel. 0421 . 23 30 32  
hans-peter.meyer@gmx.de
- Anmeldeschluss:** 15.02.2014
- Vorbereitungstreffen:** 27.02.2014



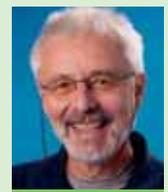


## Durchs Gesäuse

### Wanderwoche in einer unbekanntem Bergregion

Das Gesäuse (Steiermark) gehört zu den Ennstaler Alpen mit den Berggruppen Reichenstein, Hochtor, Buchstein und im Süden die Eisenerzer Alpen, eine hier doch eher weniger bekannte Bergregionen und von daher interessant und auch nicht überlaufen. In dieser Wanderwoche von Hütte zu Hütte wollen wir einen Teil dieser Gebirgsregion erlaufen und kennen lernen, um vielleicht im kommenden Jahr den anspruchsvolleren Teil der Wege und Gipfeltouren zu versuchen. Detaillierte Infos per Mail oder Telefon.

- Ort:** Start wahrscheinlich in Admont/Gesäuse
- Termin:** 27.07.14 – 02.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 8
- Voraussetzungen:** Gute Kondition, Trittsicherheit, etwas Bergerfahrung
- Leitung:** Fritz Grimm
- Preis:** 360 – 320 € je nach Teilnehmerzahl. Selbstständige Anreise
- Leistungen:** Übernachtung im Lager, HP, Tourenleitung
- Anmeldung:** Telefon: 0421 . 783 92  
fritzgrimm@aol.com
- Anmeldeschluss:** 30.04.14
- Vorbereitungstreffen:** 13.05.14



Fritz Grimm

## Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 – nördlicher Teil



Hans-Peter Meyer

Aufgrund ihrer vielfältigen Landschaften mit weitreichenden Fernblicken üben die Dolomiten immer wieder einen besonderen Reiz auf den Bergwanderer aus. In den Jahren 2014 und 2015 wollen wir auf dem Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 vom Pragser Wildsee im Norden bis nach Belluno im Süden wandern. Die erste Teilstrecke im Jahr 2014 führt uns bis zum Falzaregopass bei Cortina d'Ampezzo.



- Ort:** Start: Pragser Wildsee; Ziel: Falzaregopass
- Termin:** 30.07.14 – 07.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 9
- Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im alpinen Gelände, sehr gute gesundheitliche und körperliche Verfassung
- Leitung:** Hans-Peter Meyer, Katzbachstr. 47, 28211 Bremen
- Preis:** 710 – 800 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Zugfahrten inklusive Liegewagen (Hin- und Rückfahrt), 3 Busfahrten vor Ort, 5 Übernachtungen mit Frühstück vorwiegend im Zimmerlager (Bett) in Mehrbettzimmern auf Alpenvereins- bzw. Privathütten, 1 Übernachtung mit Halbpension im Mehrbettzimmer im Hotel „Pragser Wildsee“, Versicherung der Zugfahrten, Tourenleitung
- Anmeldung bei:** H.-P. Meyer; Tel. 04 21 . 23 30 32  
hans-peter.meyer@gmx.de
- Anmeldeschluss:** 28.02.14
- Vorbereitungstreffen:** 03.03.14
- Bemerkungen:** MitgliederInnen, die sowohl im Jahr 2014 als auch im Jahr 2015 auf dem Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 mitwandern möchten, werden bevorzugt berücksichtigt.





Bernhard Grewe

## Auf alten Wegen der Schmuggler und Walser unterwegs

Von Hütte zu Hütte im Rätikon

Hochalpine technisch anspruchsvolle Wege führen uns von Berghütte zu Berghütte im Dreiländerdreieck (Österreich, Lichtenstein, Schweiz). Dabei werden wir die Gipfel Schesaplana und Sulzfluh besteigen. Bei gutem Wetter bietet sich hier eine Rundschau vom Bodensee über die Lechtaler Alpen, die Silvretta, das Verwall, die Berninagruppe bis hin zu den Walliser Alpen.



- Ort:** Bludenz / Brand
- Termin:** 01.08.14 – 09.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 6; max. 8
- Voraussetzungen:** Gute körperliche Verfassung und Ausdauer für Tagesetappen von bis zu 6 Stunden Gehzeit, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in alpinem Gelände
- Leitung:** Bernhard Grewe
- Preis:** 380 – 415 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** ÜN / HP im Lager, Tourenleitung
- Anmeldung:** Bernhard Grewe, Telefon: 0421 . 69 67 74 07  
E-Mail: grewe5@gmail.com
- Anmeldeschluss:** 01.04.14
- Vorbereitungstreffen:** nach Absprache
- Bemerkungen:** Bahnfahrt im Nachtreisezug geplant



## Über die ligurischen Alpen zum Mittelmeer Hüttenwanderung im Piemont / Italien in Zusammenarbeit mit dem Naturpark Alta, Valle Pesio



Ulrich Friehe

Wir unternehmen eine Fernwanderung durch die ligurischen Alpen ans Mittelmeer in einem noch wenig bekannten Wandergebiet Oberitaliens. Unser Ausgangspunkt ist St. Bartolomeo, ein kleiner Ferienort im Pesio-Tal im blumenreichen Parco naturale alta valle Pesio. Über alte Handelsrouten können die Alpen hier in wenigen Tagen überquert werden. Wir sind an 7 Tagen unterwegs von Hütte zu Hütte ... die Route beginnt auf Bergwegen zwischen 1000 und 2000 m Höhe, über alte Militärstraßen und Höhenwege laufen wir durch malerische Dörfer bis zu einem botanischen Garten am Mittelmeer. Ein Ranger des Naturparks begleitet uns. Unser Gepäck können wir transportieren lassen. Mehr Informationen unter [www.vallepesio.it](http://www.vallepesio.it)



- Ort:** San Bartolomeo / Valle Pesio  
Italien
- Termin:** 02.08.14 – 10.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 6; max. 10
- Voraussetzungen:** Kondition für Touren von 5–8 Stunden, auch mit eigenem Gepäck. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit auch auf alpinen Wegen, entsprechende Ausrüstung.
- Leitung:** Ulrich Friehe
- Preis:** 550 – 600 € je nach Teilnehmerzahl / zzgl. Reisekosten nach San Bartolomeo und ggf. Gepäcktransport
- Leistungen:** Tourenleitung, Unterkunft HP in einfachen Hotels und Berghütten, Rückfahrt nach San Bartolomeo
- Anmeldung:** Ulrich Friehe, Tel 0421 . 44 68 77  
E-Mail: [friehe.ulrich@web.de](mailto:friehe.ulrich@web.de)
- Anmeldeschluss:** 26.04.14
- Vorbereitungstreffen:** 29.04.14, 19.00 Uhr





Peter Pank



## Auf dem GR 5: Unterwegs zu den Viertausendern

Vom Genfer See nach Chamonix

Wir sind unterwegs auf dem großen Alpenwanderweg „La Grande Traversée des Alpes“

und werden den ersten Abschnitt vom Genfer See bis nach Chamonix am Fuße des Mont Blanc laufen. Am Anfang steht eine beschauliche Überfahrt mit dem Schiff von Lausanne nach St. Gingolph. Fantastische Tiefblicke auf den Genfer See begleiten uns beim Aufstieg ins Chablais. Am 3. Tag erreichen wir die Drei- und Viertausender denen wir bis zum Höhepunkt des Weges, dem atemberaubenden Blick auf die Nordseite des Mont Blancs folgen. Bei entsprechendem Interesse beabsichtige ich diesen Weg bis nach Nizza in den folgenden Jahren fortzusetzen.



- Ort:** Start: St. Gingolph/Lausanne (CH) Ende: Chamonix(F)
- Termin:** 02.08.14 – 10.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 3; max. 7
- Voraussetzungen:** Gute Trittsicherheit und Kondition für 6 stündige Tageswanderungen, festes Schuhwerk sowie alpine Ausrüstung
- Leitung:** Peter Pank
- Preis:** 370 – 560 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Tourenleitung; 8 x Übernachtungen/Frühstück in Berghütten/Hotels. Eigene Anreise per PKW, Bahn oder Flugzeug; auf Wunsch wird eine Gruppenanreise in der Vorbesprechung festgelegt. Preise Stand 2013, ggf. Änderungen in 2014 möglich. Mögliche Wahlleistung 6x HP zusätzlich € 110. Peter Pank, Telefon: 04242 . 54 10, E-Mail: Pank-Peter@web.de
- Anmeldung:**
- Anmeldeschluss:** 14.03.14
- Vorbereitungstreffen:** wird noch festgelegt



## Meraner Höhenweg mit Durchquerung der Texelgruppe

Wanderträume rund um die Sponser Seenplatte inmitten der Texelgruppe und die Highlights des Meraner Höhenwegs

Herrliche Ausblicke und die höchstgelegene Seenplatte Österreichs erwarten uns beim Wandern rund um die traumhafte Sponser Seenplatte. Wir nächtigen in bewährten Hütten in einmaligen Bergtälern und genießen dort die Alpenidylle. Das Bergerlebnis soll dabei im Vordergrund stehen, so dass die Tourenplanung nicht auf besonders ausdauernde Höchstleistungen ausgelegt ist. Die Wanderung kann in Teilbereichen auf die aktuellen Wetter- und Wanderer-Gegebenheiten angepasst werden. Wir bewegen uns dabei auf gesicherten Wanderwegen, die ohne große Vorkenntnis zu begehen sind.

- Ort:** Meran / Algund
- Termin:** 02.08.14 – 10.08.14
- Teilnehmerzahl:** min. 6 max. 12
- Voraussetzungen:** Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Tagesetappen bis zu 7 Stunden
- Leitung:** Burkhard Orlovsky
- Preis:** 480 – 560 €
- Leistungen:** 8 Übernachtungen mit HP in bewährten Berghütten, Zimmerpension, Lift- und Busfahrten, Abschlussessen, Versicherung, Tourenleitung
- Anmeldung:** bis 01.06.14 bei: Burkhard Orlovsky, Tel. 0421 . 62 79 77 E-Mail: orlovsky-bremen@arcor.de
- Bemerkungen:** Ein erstes Informationstreffen ist wegen der Frühbucher-rabatte der Bundesbahn für Ende April 2014 geplant. Gerne stehe ich für Fragen zur Tour zur Verfügung.



Burkhard Orlovsky



## Virgentaler Höhenwege im Nationalpark Hohe Tauern

Der Name „Virgen“ bedeutet „sonniges Plätzchen“ und charakterisiert das milde Klima dieser Region. Während unserer

gut einwöchigen Wanderung auf vielfach stillen und einsamen Höhenwegen von Hütte zu Hütte rund um das Virgental erleben wir eine reizvolle, weitestgehend unzerstörte Hochgebirgslandschaft mit einer überaus artenreichen Fauna und Flora. Im August 2015 werden wir den Weg fortsetzen und dabei als Höhepunkt den Großvenediger mit einem ortskundigen Bergführer besteigen.



- Ort:** Start und Ziel: Virgen in Osttirol  
**Termin:** 10.08.14 – 20.08.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 7  
**Voraussetzungen:** Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im alpinen Gelände, sehr gute gesundheitliche und körperliche Verfassung  
**Leitung:** Hans-Peter Meyer, Katzbachstr. 47, 28211 Bremen  
**Preis:** 780 – 850 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** Zugfahrten inklusive Liegewagen (Hin- und Rückfahrt), 3 längere Bus- bzw. Taxifahrten vor Ort, 7 Übernachtungen mit Frühstück vorwiegend im Zimmerlager (Bett) in Mehrbettzimmern auf Alpenvereins- bzw. Privathütten, 1 Übernachtung mit Frühstück in einem Hotel oder Gasthof im Tal, Versicherung der Zugfahrten, Tourenleitung  
**Anmeldung:** H.-P. Meyer; Tel. 0421 . 23 30 32  
 E-Mail: hans-peter.meyer@gmx.de  
**Anmeldeschluss:** 28.02.14  
**Vorbereitungstreffen:** 06.03.14  
**Bemerkungen:** MitgliederInnen, die sowohl im Jahr 2014 als auch im Jahr 2015 im Nationalpark Hohe Tauern mitwandern möchten, werden bevorzugt berücksichtigt.



## Auf dem Lechtaler Höhenweg

### Von Hütte zu Hütte

In den Lechtaler Alpen wechseln sich bizarre Felszacken, schroffe Felswände, Blumenwiesen und Bergseen ab. Diese reizvolle Landschaft wollen wir auf dem über 100 km langen Weg von West nach Ost kennenlernen. Das engmaschige Hüttennetz ermöglicht es, einige der am Weg liegende Aussichtsgipfel zu besuchen.

- Ort:** Oberstdorf / Reutte (Tirol)  
**Termin:** 18.08.14 – 29.08.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 6; max. 8  
**Voraussetzungen:** Gute körperliche Verfassung und Ausdauer für Tagesetappen von bis zu 6 Stunden Gehzeit, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in alpinem Gelände  
**Leitung:** Bernhard Grewe  
**Preis:** 575 – 635 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** Tourenleitung, ÜN/HP im Lager, Seilbahn und Bustransfer  
**Anmeldung:** Bernhard Grewe, Telefon: 0421 . 69 67 74 07, E-Mail grewe50@gmail.com  
**Anmeldeschluss:** 01.04.14  
**Vorbereitungstreffen:** nach Absprache  
**Bemerkungen:** An- und Abreise als möglichst Gruppenfahrt geplant



Bernhard Grewe



## Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer die aktuellen Daten.

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



## Frauen – Wandern!

### Berg-und-Tal Wanderungen im Allgäu für Frauen

Wir wandern im Gebiet um Pfronten und dem Tannheimer Tal, welches als schönstes Hochtal Europas bekannt ist. Die Tagesetappen sind so angelegt, dass wir jede Tour genießen können! Blühende Bergwiesen, glasklare Gebirgsbäche und rauschende Wasserfälle, kleine Bergalpen und wunderschöne Fernsichten laden zum Verweilen ein, bevor es dann zu unserm jeweiligen Quartier weitergeht.



<b>Ort:</b>	Pfronten / Tannheimer Tal
<b>Termin:</b>	30.08.14 – 06.09.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 3; max. 7
<b>Voraussetzungen:</b>	Bei dieser Trekkingtour handelt es sich um eine Bergwanderung auf gut ausgebauten und gekennzeichneten Wegen. Dennoch werden Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in alpinem Gelände vorausgesetzt. Ebenso gute gesundheitliche und körperliche Verfassung, festes Schuhwerk sowie alpine Ausrüstung. Die Tagesetappen betragen ca. 4 – 6 Stunden.
<b>Leitung:</b>	Bärbel Bussmann
<b>Preis:</b>	450 – 580 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Weitere Kosten:</b>	Obige Preise sind Richtwerte und können variieren. Nicht im Preis enthalten sind Kosten für Speisen und Getränke.
<b>Leistungen:</b>	Planung, Organisation und Tourenleitung; Vorbesprechung; eigene Anreise per PKW oder Bahn, auf Wunsch kann eine Gruppenreise per Bahn in der Vorbesprechung festgelegt werden; 6x Ü/F in Berghütten bzw. Gasthöfen, sämtliche Fahrtkosten vor Ort, Versicherung
<b>Anmeldung:</b>	Bärbel Bussmann, Tel. 0162 . 274 44 15, E-Mail: bbussmann@outlook.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	15.03.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	25.02.14, Lokal in Bremen

## Vom Tonalepass zum Gardasee

### Gletscher, Pässe, herrliche Natur und alte Kriegsstellungen

Wir folgen auf einem langen Streckenabschnitt dem wohl bedeutendsten historischen Weitwanderweg Italiens. Unser Wegabschnitt verbindet den Tonalepass mit dem Nordufer des Gardasees; wir durchwandern die Presanellagruppe, den Nationalpark Adamello – Brenta, die stillen, teilweise abgesehen wirkenden Judikarien im Hinterland des nördlichen Gardasees. Unseren Weg werden beeindruckende Gletscher säumen, eindrucksvolle Passüberschreitungen und liebliche und steile Wiesenhänge liegen vor uns. Dabei folgen wir dem damaligen Grenz- und Frontverlauf von Österreich und Italien aus dem 1. Weltkrieg. Auf dem gesamten Weg werden uns auch die historischen Zeugnisse der Kriegshandlungen erinnern und mahnen. Vor der Rückreise ist am Nordufer des Gardasees ein Ruhetag zur persönlichen Gestaltung – Bummeln, Baden oder Entspannen beim Cappuccino – geplant.

<b>Ort:</b>	Start: Passo del Tonale Ende: Riva del Garda
<b>Termin:</b>	30.08.14 – 10.09.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 3; max. 7
<b>Voraussetzungen:</b>	Gute Trittsicherheit und Kondition für 7 stündige Tageswanderungen, festes Schuhwerk sowie alpine Ausrüstung
<b>Leitung:</b>	Peter Pank
<b>Preis:</b>	610 – 820 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Leistungen:</b>	Tourenleitung; 8 x Übernachtungen/ Frühstück – 3 x HP in Berghütten/ Hotels. Eigene Anreise per PKW, Bahn oder Flugzeug; auf Wunsch wird eine Gruppenanreise in der Vorbesprechung festgelegt. Preise Stand 2013, ggf. Änderungen in 2014 möglich. Mögliche Wahlleistung 5x HP zusätzlich € 95.
<b>Anmeldung:</b>	Peter Pank Tel. 04242 . 54 10 E-Mail: Pank-Peter@web.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	14.03.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	wird noch festgelegt



Peter Pank





## Einfach durch's Karwendel

Eine genussvolle Querung durch alle alpinen Freuden

Der Alpenpark Karwendel, seit Jahrzehnten unter Naturschutz, gehört wohl zu den schönsten in den Alpen. Berge, Hochtäler und Almen verzaubern mit einem besonderen Charme. Wir starten in Pertisau am Achensee und queren das Karwendel in seinem nördlichen Teil. Alles in allem eine genussvolle Tour, eine leichte Wanderung für alle, die gut zu Fuß sind. Wer will, kann sich am 4. Tag eine kleine Herausforderung oder aber eine Pause gönnen. Mehr: [www.bergtouren-mit-manne.de](http://www.bergtouren-mit-manne.de)



- Ort:** Pertisau / Hinterriß  
**Termin:** 31.08.14 – 07.09.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 7  
**Voraussetzungen:** Gute körperliche Verfassung und Kondition für Tagesetappen von bis zu 5 Stunden Gehzeit, Trittsicherheit in alpinem Gelände.  
**Leitung:** Manfred Gangkofer  
**Preis:** 630 – 700 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** Tourenleitung, 4x ÜNF in DAV Hütten, 2x ÜNF Gasthof, Anreise mit der DB  
**Anmeldung:** Manfred Gangkofer, Tel. 0421 . 84 74 10 92 [manfred.gangkofer@alpenverein-bremen.de](mailto:manfred.gangkofer@alpenverein-bremen.de)  
**Anmeldeschluss:** 01.04.14  
**Vorbereitungstreffen:** Nach Absprache  
**Bemerkungen:** An- und Abreise mit der Bahn, am 31.8. im Nachtreisezug



Foto: Moroder

## Herbstwanderungen im Zentrum der Dolomiten

Langkofel, Rosengarten, Schlern – Tages Touren von festem Hüttenstützpunkt.

Hoch über der Seiser Alm liegt unser Quartier, die Tierser-Alpl-Hütte (2440 m). Von hier aus starten wir unsere Wanderungen im Hochgebirge. Vorbei an kühnen Felstürmen, hinauf zu herrlichen Aussichtsplattformen. Halten Rast in hochalpiner Landschaft, grüßen hinüber zu Marmolata und Sella, erleben Gipfelglück am Plattkofel und Schlern. Nehmen uns Zeit für Kleinode am Wegesrand, bewundern herbstliche Flora und Fauna im „Weltenerbe Dolomiten“.

- Ort:** Schutzhäuser Tierser Alpl, Tiers (Südtirol)  
**Termin:** 06.09.14, Treffpunkt 12 h in Seis, – 13.09.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 7  
**Voraussetzungen:** Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Gehzeit bis zu 7–8 Stunden auf Höhenwegen und Pfaden, tlw. in weglosem und ausgesetztem Gelände (Geröll, Fels)  
**Leitung:** Eberhard Falkenstein  
**Preis:** 590 – 635 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** 7x Ü(Bett)/HP, Transfers (Lift), Tourenleitung  
**Anmeldung:** E-Mail: [Eberhard.Falkenstein@t-online.de](mailto:Eberhard.Falkenstein@t-online.de), Telefon: 04202 . 814 40  
**Anmeldeschluss:** 30.04.14  
**Vorbereitungstreffen:** 06.05.14, Sektions-Geschäftsstelle Altenwall 24, Bremen



Foto: Hans-Peter Meyer



Foto: Bernreis

### Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer die aktuellen Daten.

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



## Engadin im Herbst: Reife Kastanien, goldgelbe Lärchen

Die Tage werden zwar kürzer und an manchen Berghängen liegt bereits der erste Schnee, dafür schmücken goldgelbe Lärchen und wundervolle Farben das Tal, das, trotz der fortgeschrittenen Jahreszeit, zu Bergtouren einlädt.

Ausgangsort für die Wanderungen ist das am Übergang von Engadin und Bergell gelegene Ferien- und Bildungszentrum Salecina. Je nach Wetter und Verhältnissen ist neben Tagestouren auch ein zweitägiger Ausflug ins benachbarte Avers vorgesehen.

<b>Ort:</b>	Maloja / Bergell
<b>Termin:</b>	11.10.14 – 18.10.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 4; max. 8
<b>Voraussetzungen:</b>	Kondition und Trittsicherheit für 6–8-stündige alpine Wanderungen
<b>Leitung:</b>	Eckhard Homann
<b>Preis:</b>	465 – 551 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Leistungen:</b>	7 Übernachtungen im Mehrbettzimmer mit Halbpension, Tourenleitung
<b>Anmeldung:</b>	Eckhard Homann Tel. 0421 . 22 29 21 46 eckhard.homann@web.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	01.05.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	23.06.13, 19.00 Uhr in der Geschäftsstelle der Sektion, Altenwall 24, 28195 Bremen



Eckhard  
Homann



## Mallorca – Gebirge, Meer und Badebuchten

Wandern und Baden  
in der Serra de Tramuntana



Eberhard  
Falkenstein

Unser Wandergebiet liegt in der südwestlichen Gebirgs- und Küstenlandschaft Mallorcas, seit 2011 ein UNESCO Welterbe. Mit leichtem Tagesrucksack wandern wir auf Insel- und Küstenpfaden, durch Obsthaine und Steineichenwälder, Macchie und Schluchten (Barranc de Biniaraix). Steigen auf Gipfel (Galatzó, L'Ofre) mit herrlichen Fernsichten. Pilgerwege und Schmugglerpfade führen uns zu stillen Badebuchten, idyllischen Dörfern und malerischen Städtchen – Zeugen mallorquinischer Kultur. „¡Arriba!“

<b>Ort:</b>	Sant Elm, Deià, Port de Sóller
<b>Termin:</b>	27.10.14 – 05.11.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 5; max. 7
<b>Voraussetzungen:</b>	Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Kondition für Gehzeit bis zu 6 Std. auf Pfaden, Höhenwegen, tlw. in weglosem, ausgesetztem Gelände (Geröll, Fels)
<b>Leitung:</b>	Eberhard Falkenstein
<b>Preis:</b>	780 – 860 €
<b>Leistungen:</b>	9 x Ü/HP: Hostal Dragonera, Refugi Can Boi, Hotel Es Port. Transfers vor Ort mit Bahn, Bus, Fähren, Taxen. Tourenleitung
<b>Anmeldung:</b>	Eberhard Falkenstein Telefon: 04202 . 8 14 40 Eberhard.Falkenstein@t-online.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	30.04.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	08.05.14, 19.00 Uhr, Geschäftsstelle DAV Sektion Bremen, Altenwall 24
<b>Bemerkungen:</b>	An-/Abreise/Flug in eigener Regie, wg. ggf. zusätzlicher Urlaubs-/Badetage vor/nach dem Sektionsprogramm





Achim Borgs



## Mountainbike Wochenende im Harz

### Touren und Technik für Anfänger und Fortgeschrittene

Dieses Angebot richtet sich an alle: Fortgeschrittene wie auch Einsteiger kommen an diesem Wochenende auf ihre Kosten. Nach einem Techniktraining. Stehen an diesem Wochenende vor allem 2 Touren durch die herrliche Landschaft des Nationalpark Harz im Vordergrund. An einigen Trailpassagen feilen wir an

unserer Technik und verbessern durch individuell abgestimmte Tipps und Tricks unser Fahrkönnen, sodass auch schwierige Passagen zum Fahrgenuss werden. Auf Grund der großen Nachfrage bietet ich ein Wochenende im Frühjahr und eines im Herbst an.

<b>Ort:</b>	Harz, Kreuzbachhütte (DAV Hütte Sektion Bremen)
<b>Termin:</b>	04.07.14 – 06.07.14 17.10.14 – 19.10.14
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 4; max. 8
<b>Voraussetzungen:</b>	Mountainbike und Helm, Kondition für 30 km und ca. 1000 Hm
<b>Leitung:</b>	Achim Borgs
<b>Preis:</b>	49 – 81 € je nach Teilnehmerzahl
<b>Leistungen:</b>	Unterkunft (2ÜN), 2 geführte Touren, Techniktraining. Hinzu kommen Kosten im Rahmen der organisierten Selbstversorgung und Anreise.
<b>Anmeldung:</b>	Achim Borgs Tel. 0176 . 41 24 95 31 E-Mail achim.borgs@googlemail.com
<b>Anmeldeschluss:</b>	01.05.14 bzw. 01.09.14
<b>Vorbereitungstreffen:</b>	Wird noch bekannt gegeben



Foto: Damien Ayers



## Vorsteigen im Ith

### Vom "Kunstwand-" zum "Fels-Klettern"

Dieser Kurs richtet sich an all die, die schon sicher Vorsteigen können, aber noch keine oder wenig Erfahrung mit Absicherungen im Naturfels haben. Auf Grund der großen Nachfrage bieten wir in diesem Jahr drei Kurse an.

Inhalte: Sicherungstechnik, mobile Sicherungen, Klemmkeile, Abseilen, Vorstiegstaktik, Naturschutz, Materialkunde, Angstbewältigung, Sturztraining. Weitere Themen auf Wunsch.



Kristian Schade



Georg Schmitz

<b>Ort:</b>	Ith / Weserbergland, JDAV-Nord Zeltplatz
<b>Termin:</b>	24. + 25.05.14, Anreise bereits Freitag abends 14. + 15.06.14, Anreise bereits Freitag abends 20. + 21.09.14, Anreise bereits Freitag abends
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 8; max. 10
<b>Voraussetzungen:</b>	Beherrschung grundlegender Sicherungstechniken, DAV-Vorstiegskletterschein, Kletterkönnen im 4–5. Grad
<b>Leitung:</b>	Kristian Schade und Georg Schmitz
<b>Preis:</b>	75 € Mitglieder/ 90 € Nichtmitglieder. Zzgl. Zeltplatzgebühren, Selbstverpflegung, Anreise
<b>Leistungen:</b>	Spaß und Sicherheit am Fels, Erweiterung der Handlungskompetenz
<b>Anmeldung:</b>	Kristian Schade Telefon: 0421 . 53 21 41 E-Mail: k-schade@gmx.de
<b>Anmeldeschluss:</b>	ca. 3 Wochen vor Termin
<b>Vorbereitungstr.</b>	nach Abstimmung ca. 2 Wochen vor Termin





30

Torsten Dietrich



## Klettern in Franken

Gemeinsam entdecken wir eines der bekanntesten Felsklettergebiete Europas

Die Frankenjura zeichnet sich im Klettern durch ihre Vielschichtigkeit aus. Sie besteht aus einem weitläufigen Gebiet, indem viele verschiedene Kletterfelsen in einer traumhaft schönen Landschaft eingebettet sind. Eine Unterbringung finden wir im Zelt auf einem der Campingplätze oder in einem der zahlreichen

Gasthöfe der Region- bitte bei der Anmeldung die entsprechenden Übernachtungsart nennen.



- Ort:** Frankenjura
- Termin:** 29.05.14 – 01.06.14
- Teilnehmerzahl:** min. 5; max. 8
- Voraussetzungen:** Sicherungstechnik – Toprope oder Vorstieg
- Leitung:** Torsten Dietrich & Co.
- Preis:** 216 – 135 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Kursgebühr, Gurte und Sicherungsgeräte können bei Bedarf gegen ein Entgelt geliehen werden.
- Anmeldung:** E-Mail: ToDietrich@gmx.de
- Anmeldeschluss:** 01.04.14
- Vorbereitungstreffen:** 12.05.14

## Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer die aktuellen Daten.

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



## Die Freiheit, dahin zu gehen wohin ich will!

Grundausbildung für alle Aktivitäten in den Bergen

Sportklettern in den Bergen? Wenn da nur nicht der Zustieg durch die Schrofen wäre... Hüttenwanderungen? Klar, aber wie schütze ich mich vor Gewittern und finde ich die Hütte im Nebel? Auf diesem Kurs lernst du, was es überhaupt für Gefahren in den Bergen gibt und wie du diese Risiken managen kannst. Kursinhalte sind: Objektive Gefahren im Gebirge; Trittsicherheit auf Wegen, steilem Gras, Schrofengelände, Firn, Geröll; Orientierung mit Karte, Kompass, Höhenmesser; Wetterkunde; Erste Hilfe und behelfsmäßige Bergung; Tourenplanung.

- Ort:** Jamtalhütte / Silvretta
- Termin:** 28.06.14 – 05.07.14
- Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 10
- Voraussetzungen:** Ausreichende Kondition für 6–8 Stunden Wanderung
- Leitung:** Volker Klein
- Preis:** 437 – 610 € je nach Teilnehmerzahl
- Leistungen:** Lager / Halbpension, Gepäcktransport, Kursleitung
- Anmeldung:** Volker Klein  
Telefon: 0170 . 804 98 22  
E-Mail: volker.klein@alpenverein-bremen.de
- Anmeldeschluss:** 01.05.14
- Vorbereitungstreffen:** 08.05.14 bei Volker Klein, Colmarer Str. 40, 28211 Bremen
- Bemerkungen:** Bitte warten Sie mit dem Kauf von Ausrüstung bis zum Vorbereitungstreffen. Sie bekommen eine ausführliche Beratung dazu.



Volker Klein





## Nordwände im Großglocknerschatten

### Steilestraining für ambitionierte Allround-Alpinisten

Keine Lust mehr, immer nur über flache Gletscher zu latschen? Interesse, auch mal einen zweiten Pickel zu schwingen? Appetit auf steilere Flanken, in denen auch mal die Frontalzacken der Steigeisen zum Einsatz kommen?

Das Gelände rund um die Oberwalderhütte unterhalb des Großglockners lockt mit exzellentem Trainingsgelände: Die Nordwände von Bärenkopf, Johannisberg oder Eiskögele ermöglichen einen sanften Einstieg ins sommerliche Eisklettern. Im Gletscherbruch trainieren wir zuvor das Setzen von Schrauben, korrekten Standplatzbau und Sichern, den ökonomischen Einsatz von Eisgeräten und Steigeisen. Am Ende der Woche wollen wir Eisflanken bis 50 Grad Steilheit selbstständig angehen.



- Ort:** Oberwalderhütte / Glocknergebiet (Österreich)  
**Termin:** 29.06.14 – 05.05.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 3, max. 5  
**Voraussetzungen:** Du solltest die alpine Sicherungstechnik im Grundsatz beherrschen. Außerdem sind eigene Gletschererfahrung und eine gute Kondition für mehrstündige Gipfelanstiege nötig. Bei der Woche handelt es sich nicht um eine klassische Führungstour. Gefragt ist der eigenständige alpine Bergsteiger, der seine Kompetenzen ausbauen will.
- Leitung:** Folkert Lenz  
**Preis:** 500 – 610 €  
**Leistungen:** 6 Übernachtungen im Lager; Halbpension; Tourenverpflegung aus dem Frühstücksbüffet; Tourenleitung Folkert Lenz, Telefon: 0421 . 70 05 46  
 E-Mail: folkert.lenz@alpenverein-bremen.de
- Anmeldung:**  
**Anmeldeschluss:** 15.05.14



Folkert Lenz



## Bergwandern für Fortgeschrittene

### Ausbildungskurs

Dieser Kurs wendet sich an Bergwanderer, die Kenntnisse, Fähigkeiten und persönliches Können erheblich erweitern wollen, damit Sie anspruchsvolle Wege (z.B. Mainzer Höhenweg i.d. Ötztalern, Sentiero Roma im Bergell), auf denen auch Leichtsteigeisen o. Pickel erforderlich sein können, und auch Gipfel, auf die kein einfacher Weg führt (z.B. Monte Emilius (3559) im Gran Paradiso Nationalpark, Rocca la Meja (2831) in den italienischen Alpen) besteigen können. Detaillierte Infos per Mail oder Telefon.



Fritz Grimm

- Ort:** Alpines Ausbildungszentrum Jamtalhütte  
**Termin:** 30.06.14 – 05.07.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 8  
**Voraussetzungen:** Grundkenntnisse im Bergwandern, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit  
**Leitung:** Fritz Grimm  
**Preis:** 420 – 320 € je nach Teilnehmerzahl. Selbstständige Anreise  
**Leistungen:** Übernachtung i. Lager mit HP u. Tourentee, Leitung  
**Anmeldung:** Telefon: 0421 . 783 92, E-Mail: fritzgrimm@aol.com  
**Anmeldeschluss:** 30.04.14  
**Vorbereitungstreffen:** 08.05.14



## Aktiv sein

Unter dieser Rubrik finden Sie auf unserer Website zu den Angeboten in diesem Tourenprogramm für 2014 immer die aktuellen Daten.

[www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein](http://www.alpenverein-bremen.de/aktiv-sein)



## Höher hinaus!

### Grundkurs Eis

Selbst mit viel Erfahrung hat das Bergwandern Grenzen. Die meisten Traumgipfel sind nur über die Gletscher zu erreichen. Und das ist einfacher als es aussieht! In dieser Ausbildungswoche erfahren Sie alles im Umgang mit Steigeisen und Pickel, gehen in einer Seilschaft über den Gletscher, auch als Seilerster, lernen, wie man sich bei einem Spaltensturz hilft und besteigen ihren ersten vergletscherten Gipfel.



- Ort:** Jamtalhütte / Silvretta  
**Termin:** 05.07.14 – 12.07.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 3; max. 7  
**Voraussetzungen:** Gute Kenntnisse in Hochgebirgswanderungen (z.B. Alpiner Basiskurs), sehr gute Trittsicherheit, Kondition und Fitness für mehrstündige Wanderungen im weglosen Gelände, geeignete Ausrüstung  
**Leitung:** Volker Klein  
**Preis:** 465 – 690 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** Kursleitung, Halbpension, ÜN im Lager  
**Anmeldung:** Volker Klein, Telefon: 0170 . 804 98 22  
 E-Mail: volker.klein@alpenverein-bremen.de  
**Anmeldeschluss:** 01.05.14  
**Vorbereitungstreffen:** 15.05.14 bei Volker Klein, Colmarer Str. 40, 28211 Bremen  
**Bemerkungen:** Bitte warten Sie mit dem Kauf von Ausrüstung bis zum Vorbereitungstreffen. Sie bekommen eine ausführliche Beratung dazu.



Volker Klein



Foto: Coronium



## Die große Bergell-Runde

### Anspruchsvolle Hochgebirgswanderung mit Gletscherwanderung



Volker Klein

Auf dieser großen Hüttenwanderung umrunden wir das phantastische Bergell zunächst auf der Schweizer Nordseite über versicherte Steile und hohe Pässe. Über den Trubinasca-Pass gelangen wir auf die Südseite und den Sentiero Roma. Zurück auf die Nordseite geht es je nach Verhältnissen über einen schwierigen Pass oder den Monte Sissone, einen leichten Gletscherberg. Dabei durchqueren wir die einsamsten und wildesten Teile des Bergell.

- Ort:** Maloja/Bergell  
**Termin:** 12.07.14 – 22.07.14  
**Teilnehmerzahl:** min. 4; max. 8  
**Voraussetzungen:** Absolute Trittsicherheit in weglosem Gelände und steilem Firn, Kondition für 10 Stunden Tagesetappen, Gletscherausrüstung  
**Leitung:** Volker Klein  
**Preis:** 700 – 910 € je nach Teilnehmerzahl  
**Leistungen:** Tourenleitung, Übernachtung, Halbpension  
**Anmeldung:** Volker Klein, Telefon: 0170 . 804 98 22  
 volker.klein@alpenverein-bremen.de  
**Anmeldeschluss:** 01.05.14  
**Vorbereitungstreffen:** 15.05.14, 19 Uhr  
 Colmarer Str. 40  
**Bemerkungen:** Eigene Anreise, evtl. muss noch mit weiteren Fahrtkosten gerechnet werden





## Erste Schritte in der Senkrechten

Die Kurse sind für Anfänger gedacht, die den Umgang mit Seil und Klettergurt, richtiges Sichern von Nachsteigern sowie die wesentlichen Klettertechniken lernen wollen. Schuhe und Gurt können vor Ort geliehen werden. Kletterscheine können in diesem Kurs nicht erworben werden. Sie setzen Praxiserfahrung zum Verfestigen des Erlernten voraus.



<b>Ort:</b>	DAV-Kletterwand bei 1860, Baumschulenweg 10, Bremen
<b>Kursinhalte:</b>	Anseilen, Toprope-Sichern, grundlegende Griff- und Tritttechniken, Halten eines Sturzes
<b>Voraussetzungen:</b>	Vorerfahrungen sind nicht nötig
<b>Teilnehmerzahl:</b>	8 – 10
<b>Kosten:</b>	55 € (Nichtmitglieder 65 €)
<b>Leistung:</b>	Kursleitung und Leihmaterial
<b>Termine:</b>	25.01.14 (Samstag) 16.30–20.00 Uhr + 26.01.14 (Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 22.02.14 (Samstag) 16.30–20.00 Uhr + 23.02.14 (Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 22.03.14 (Samstag) 16.30–20.00 Uhr + 23.03.14 (Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 26. + 27.04.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 17. + 18.05.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 27. + 28.09.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 18. + 19.10.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 16. + 17.11.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr 13. + 14.12.14 (Samstag/Sonntag), 9:00 – 12:30 Uhr
<b>Leitung:</b>	Stephan Ahrensfeld, Torsten Dietrich, Rafael Guadarrama, Katrin Hellmann, Ronald Hillebrand, Volker Klein, Ruth König, Irene Lange, Mike Langhans, Folkert Lenz, Kristian Schade, Georg Schmitz, Gustav Schmitz, Olaf Wahl für alle Kletterkurse in der Halle bei der Geschäftsstelle, Tel. 0421 . 724 84
<b>Anmeldung:</b>	Die Termine ab Oktober 2014 können sich mit der Eröffnung der neuen Kletterhalle ändern!
<b>Achtung:</b>	

## Kletterscheinprüfung

Der DAV-Kletterschein ist ein Nachweis über ausreichende Kenntnisse in der Sicherungstechnik. Obwohl er nicht dazu gedacht ist, eine Voraussetzung für das Klettern zu sein, verlangen mittlerweile viele Kletterhallen den DAV-Kletterschein als Voraussetzung (so z.B. der Bunker). Wir dagegen setzen für die Prüfung eine ausreichende Praxiserfahrung voraus. Vor der eigentlichen Prüfung gehen wir noch einmal alle relevanten Themen durch und es können noch jede Menge Fragen gestellt werden, bevor es dann Ernst wird ...



<b>Ort:</b>	DAV-Kletterwand bei 1860, Baumschulenweg 10, Bremen
<b>Kursinhalte:</b>	Kurzdurchlauf Sicherungstechnik im Toprope bzw. Vorstieg, Prüfung
<b>Voraussetzungen:</b>	ausreichende Praxiserfahrung und Kenntnisse in der Toprope- bzw. Vorstiegssicherung
<b>Teilnehmerzahl:</b>	6 – 10
<b>Kosten:</b>	11 €
<b>Leistung:</b>	Kursleitung, Prüfung, Ausweis
<b>Termine Toprope:</b>	26.01.14, 13:00 – 16:00 Uhr 23.03.14, 13:00 – 16:00 Uhr 18.05.14, 13:00 – 16:00 Uhr 28.09.14, 13:00 – 16:00 Uhr 16.11.14, 13:00 – 16:00 Uhr
<b>Termine Vorstieg:</b>	23.02.14, 13:00 – 16:00 Uhr 27.04.14, 13:00 – 16:00 Uhr 19.10.14, 13:00 – 16:00 Uhr 14.12.14, 13:00 – 16:00 Uhr
<b>Leitung:</b>	Stephan Ahrensfeld, Torsten Dietrich, Rafael Guadarrama, Katrin Hellmann, Ronald Hillebrand, Volker Klein, Ruth König, Irene Lange, Mike Langhans, Folkert Lenz, Kristian Schade, Georg Schmitz, Gustav Schmitz, Olaf Wahl
<b>Anmeldung:</b>	per Email an: <a href="mailto:kletterschein-bremen@web.de">kletterschein-bremen@web.de</a>
<b>Achtung:</b>	Die Termine ab Oktober 2014 können sich mit der Eröffnung der neuen Kletterhalle ändern!



Torsten  
Dietrich



Rafael  
Guadarrama



Katrin  
Hellmann



Ronald  
Hillebrand



Volker Klein



Ruth König



Folkert Lenz



Kristian  
Schade



Georg  
Schmitz



Gustav  
Schmitz



## 50 Plus: Klettern am Vormittag

Einsteigerkurs Dienstag 11–13 Uhr

Klettern ist – richtig ausgeführt – eine sichere und anerkannt gesunde Sportart, mit der auch Menschen ab 50 gut beginnen können, wie die Teilnehmer der letzten Jahre eindrucksvoll gezeigt haben. Wir möchten wieder eine Gruppe reifer Menschen auf dem Weg in die Vertikale begleiten. Ganz nach Wunsch verlängern wir den Kurs bis zur Prüfung für den Toprope-Schein- und im Herbst kann's dann sogar im Vorstieg weitergehen.



<b>Ort:</b>	Kletterwand des DAV bei Bremen 1860, Baumschulenweg, Halle 4
<b>Termin:</b>	21.01.14 – 04.03.14, 10 – 12 Uhr
<b>Teilnehmerzahl:</b>	4 – 10
<b>Voraussetzungen:</b>	altersgerechte Gesundheit und Belastbarkeit
<b>Leitung:</b>	Katrin Hellmann, Ronald Hillebrand
<b>Preis:</b>	90 €, bei Besuch anderer Kletteranlagen: Eintritts-, Leihgebühren, ggf. Fahrtkosten
<b>Leistungen:</b>	Kurs, Nutzung der Halle, Klettergerät leihweise bei 1860

## 50 Plus: Klettern am Vormittag

Vorstiegskurs Dienstag 11 – 13 Uhr

Das Klettern hat Spaß gemacht? Dann muß das Seil nicht mehr stets von oben kommen ... in diesem Kurs erlernen wir Sichern und Klettern im Vorstieg- eine neue Erfahrung und Herausforderung! Bei Bedarf verlängern wir den Kurs bis zur Prüfung für den Vorstiegsschein des DAV.



<b>Ort:</b>	Kletterwand des DAV bei Bremen 1860, Baumschulenweg, Halle 4
<b>Termin:</b>	09.09.14 – 21.10.14, 10 – 12 Uhr
<b>Teilnehmerzahl:</b>	min. 4; max. 10
<b>Voraussetzungen:</b>	altersgerechte Gesundheit und Belastbarkeit, sicheres Klettern im Top-rope, i.d.R. Top-rope-Schein, Kletterschuhe, -gurt, Halbautomat
<b>Leitung:</b>	Katrin Hellmann, Ronald Hillebrand
<b>Preis:</b>	90 €, bei Besuch anderer Kletteranlagen: Eintritts-, Leihgebühren, ggf. Fahrtkosten
<b>Leistungen:</b>	Kurs, Nutzung der Kletterwand bei 1860



Katrin  
Hellmann



Ronald  
Hillebrand

# Vorträge 2014



**15.01.14 Schottland**  
Mi, 19.00 Uhr Referent: Ralf Gantzhorn

**12.02.14 Dolomiten – Gardasee**  
Mi, 19.00 Uhr Referent: Willy Auwärter

**12.03.14 Mythos Schwäbische Alb**  
Mi, 19.00 Uhr Referent: Andreas Kögel

**Eintritt: € 4,- DAV-Mitglieder, € 6,- für Nichtmitglieder  
Handwerkskammer in der Ansgaritorstr./Ecke Obernstr.**



**04.02.14 Auszeit**  
Di, 19.30 Uhr Radreise Ecuador und Peru  
Referent: Markus Hübner, Bremen

**11.03.14 In 80 Tagen um die Ostsee**  
Di, 19.30 Uhr 6000 km durch acht Länder  
Referent: Jochen Cloes, Bremen

**Eintritt: € 3,50 ADFC-Mitglieder (€ 6,- Nichtmitglieder)  
Handwerkskammer in der Ansgaritorstr./Ecke Obernstr.**



**Achim Borgs** (Jahrgang 1979) kommt gebürtig aus dem Sauerland und wurde so schon früh vom „Bergsport-Virus“ infiziert. Nach Abschluss des Sportstudiums in Münster hat er lange als Skilehrer und Mountainbikeguide in der Tourismusbranche gearbeitet. Nun hat es ihn nach Bremen verschlagen. Hier gibt es zwar keine Berge, aber das hält ihn nicht davon ab, seine Leidenschaft für das Mountainbiken mit euch zu teilen!



**Bärbel Bussmann** (Jahrgang 1960) Mit dem Bergwandervirus wurde ich vor über zwanzig Jahren infiziert. In all den Jahren, in denen ich jetzt in der Bergen unterwegs bin, habe ich immer wieder Frauen getroffen, die eigentlich sehr gerne wandern. Sich jedoch oft von ihrem Wanderpartner überfordert fühlen oder in einer „gemischten“ Gruppe nicht mithalten. Das wollen wir jetzt ändern!



**Torsten Dietrich** (Jahrgang 1965) ist seit 1980 als begeisterter Kletterer in den Bergen unterwegs. Sein Hauptaugenmerk liegt auf dem Sportklettern. Seit 1988 ist er als Trainer für das Wettkampfklettern im Alpenverein Bremen tätig und seit 1999 für die Jugend des DAV Norddeutschland in deren Vorstand. Er arbeitet als Ausbilder für Industriekletterer sowie bei der Wartung von Windkraftanlagen. Deswegen ist er als Trainer derzeit selten im Einsatz.



**Eberhard Falkenstein** (Jahrgang 1940), Diplom-Volkswirt, erhielt seine erste bergsportliche Ausbildung bereits als Wehrpflichtiger bei der Gebirgsdivision. Seine alpine Weiterbildung erfolgte dann beim DAV. Seit vielen Jahren führt er Gruppen von Mitgliedern unserer Sektion auf Hochgebirgswanderungen. Dabei legt er Wert auf gemeinsames Erleben der fantastischen Bergwelt sowie das Kennenlernen von Geschichte und Kultur ihrer Bewohner.



**Ulrich Friehe** (Jahrgang 1955) ist seit 1980 in den Ferien auf Weitwanderwegen mit dem Rucksack unterwegs. Bevorzugte Wandergebiete: Früher das Elsass und Karwendel, heute die Alpenregion zwischen Frankreich und Italien, die als alte Kulturlandschaft mit alpinen Passwegen viel zu bieten hat. Die Erfahrung, von Ort zu Ort in den Bergen unterwegs zu sein, aufmerksam Natur und Landschaft zu erkunden und zu genießen, das möchte er als Wanderleiter gerne weitergeben.



**Manfred Gangkofer** (Jahrgang 1949), aufgewachsen in München, blieb auch als Bremer den Bergen treu. Regelmäßig durchstreift er viele Gebiete der Ostalpen. Seine Ausbildung zum Wanderleiter absolvierte er gleich nach Beginn seines Vorruhestands, um jetzt öfter mit anderen gemeinsam und am liebsten von Hütte zu Hütte zu wandern. Ihm ist es wichtig, sich in den Bergen selbst zu erfahren und sich als eins mit der Natur zu erleben.



**Bernhard Grewe** (Jahrgang 1948), führt seit 1995 zuerst als Familiengruppen-später als Wanderleiter Bergtouren. Abseits der viel begangenen Wege – meistens an der Grenze zwischen Fels und Schnee – findet er kleine, unvergessliche Abenteuer beim intensiven Erleben einer faszinierenden Natur. Sie können ihn auf seinen Wegen begleiten und seine kleinen Abenteuer mit ihm teilen.



**Fritz Grimm** (Jahrgang 1950). Seit 1992 ist er Fachübungsleiter Bergsteigen. Er bezeichnet sich selbst als „Allrounder“, denn ihm machen fast alle Formen des Bergsteigens Spaß. Sein vorrangiges Ziel ist es, die Mitglieder der Sektion zu befähigen, selbstständig und eigenverantwortlich Bergtouren zu unternehmen, so dass sie sicher in die Berge und wieder zurückkommen.



**Rafael Guadarrama** (Jahrgang 1959). Als Trainer C für Sportklettern genieße ich es mein Wissen und meine Erlebnisse mit neuen Generationen von Kletterern zu teilen, besonders in Kindern die Lust am Klettern zu wecken und sie zu ermutigen ihre eigenen Wege nach oben zu finden. Die Leidenschaft fürs Klettern erwachte in mir an den Felsen meines Heimatlandes Mexiko. Sie hat mich zu den riesigen Monolithen des Yosemite in Nord Amerika geführt dann in die Alpen und auch in die bolivianischen Anden.



**Katrin Hellmann** (Jahrgang 1978), ist Ergotherapeutin und Industriekletterin. Zum Klettern kam sie durch das therapeutische Klettern. Gerne ist sie in den Bergen unterwegs, am liebsten zum Sportklettern im Frankenjura. Gerade die Jugendarbeit ist ihr besonders ans Herz gewachsen. Seit 2006 leitet sie die Jugendgruppe 1. Außerdem bietet sie als Fachübungsleiterin Klettersport Kurse für Anfänger an.



**Ronald Hillebrand** (Jahrgang 1951) seit 1967 im Alpenverein, liebt es, sich in Naturlandschaften zu bewegen – vom Harz bis zum Himalaya bei Wanderungen, Paddeltouren, beim Skilaufen oder Klettern. Im Jahre 2011 beendete er seine Berufstätigkeit als Berater, Coach und Mediator und hat nun mehr Zeit, auch anderen – gern auch älteren Menschen – die Freude am Klettern und die notwendigen Techniken weiterzugeben.



**Eckhard Homann** (Jahrgang 1958), Wanderleiter. Weniger die großen Gipfelziele, sondern eher die Erfahrung, selbstständig in den Bergen unterwegs zu sein, die Natur und die Landschaft in ihrem Wandel zu erleben, reizt ihn am Bergsteigen. Gern verzichtet er dabei schon mal auf den Komfort bewirtschafteter Unterkünfte und plant ein, in den Bergen zu biwakieren.



**Volker Klein**, Komponist und Fachübungsleiter Bersteigen. Neben dem Klettern und den Hochtouren unternimmt er in den letzten Jahren gerne Wanderungen mit Ben. Der Hund übernimmt dabei Aufgaben wie Orientierung, Alarmierung der Bergwacht, Beschaffung des Bratens für den Abend usw. Bei den Kursen ist er also immer dabei. Neben den Touren in den Alpen zieht es ihn immer wieder in ferne Gegenden: Himalaya, Chile, Borneo oder Wanderungen durch den Dschungel.



**Wolf-Dieter Klitzing** (Jahrgang 1939), war bis 1993 Fluglotse und Ausbildungsleiter bei der Deutschen Flugsicherung. Seine Erfahrungen auf Touren in den Alpenregionen, auf Kreta und Mallorca möchte er an Gleichgesinnte weitergeben und mit den Gruppen auf seinen Wanderungen und Touren nicht nur Firn und Gipfel, sondern auch die vielen Wunder der Natur neben den Steigen sowie Land, Leute und Kultur erleben.



**Ruth König** (Jahrgang 1969), begeisterte Genussskletterin, am liebsten in der Sonne und am gut gesicherten Fels aber auch ansonsten gerne draußen und in den Bergen unterwegs. Als Fachübungsleiterin Klettersport bietet sie Techniktraining für Fortgeschrittene und Anfängerkurse für Kletterneulinge an. Als Pädagogin im Mädchenhaus Bremen beschäftigt sie sich von Berufs wegen mit Erlebnispädagogik und fühlt sich auch im Seilgarten ganz zuhause.



**Folkert Lenz** (Jahrgang 1964). Der Fachübungsleiter Hochtouren und Skihochtouren fühlt sich in den Bergen dort am wohlsten, wo Schnee und Eis zu finden sind. Außerdem zieht es ihn regelmäßig zu den höchsten Gipfeln dieser Erde – bis hin in die Welt der 8000er: Im Himalaja, in Alaska, in Afrika, in den Anden oder in Patagonien. Mehrfach war er schon als Expeditionsleiter tätig. Seine Brötchen verdient er als Journalist und Fotograf.



**Hans-Peter Meyer** (Jahrgang 1949), reist seit über 50 Jahren regelmäßig in die Alpen zum Bergwandern und hat dabei eine besondere Vorliebe für mehrtägige Wanderungen auf Höhenwegen von Hütte zu Hütte entwickelt. Die intensiven und unvergesslichen Erlebnisse einer Hüttentour in der faszinierenden Hochgebirgslandschaft der Alpen möchte er als Wanderleiter im DAV gern vermitteln.



**Burkhard Orlovsky** (Jahrgang 1958), berufliche Tätigkeit im Außendienst, ist seit seiner Kindheit begeisterter Bergwanderer und hat in den letzten Jahren gemeinsam mit seiner Frau Andrea die Vorliebe für Wanderungen von Hütte zu Hütte entdeckt. Als Wanderleiter für den Alpenverein Bremen ist es ihm ein besonderes Anliegen, die Schönheit der Natur zu genießen und diese Begeisterung auch Neulingen auf diesem Gebiet näher zu bringen.



**Peter Pank** (Jahrgang 1950). Seit 1980 bin ich sowohl als Einzelwanderer wie auch als Leiter von Gruppen in den Alpen unterwegs, bevorzugt auf Fernwanderwegen und alpinen Höhenwegen in Deutschland, Österreich, Italien und Frankreich. Als Schmankerl werden immer wieder Abschnitte des Friedensweges und Klettersteigtouren gemacht. Dabei nehme ich auch bei anspruchsvollen Touren Rücksicht auf die Fähigkeiten der Mitwanderer und teile meine Erfahrungen im Begehen von schwierigem Gelände.



**Kristian Schade** (Jahrgang 1964), Fachübungsleiter Klettersport, treibt sich an europäischen Mittelgebirgsfelsen und Gebäuden herum. Neben seinem Ingenieurstudium für Bauplanung verwirklicht er als Industriekletterer die Verbindung von Technoklettern und Beruf. Auch beim Bergsport stehen sämtliche Aktivitäten unter dem Motto: "Warum sich und andere gefährden, wenn es sicher geht?" Weitere Schwerpunkte seiner Ausbildungen liegen bei ihm in der Faszination Natur und „sich selbst und andere erleben“.



**Georg Schmitz** (Jahrgang 1968). Hauptsächlich treibt er sich in den Mittelgebirgen herum, aber er ist genauso in kälteren Gebieten (Polarnacht in Nord-Schweden, Inlandeis in Patagonien) oder an höheren Bergen (Pamir, Afrika, Südamerika) zu finden. Es bereitet ihm Freude, anderen Menschen den Bergsport in seinen reichhaltigen Facetten näher zu bringen. An erster Stelle steht aber für ihn eine fundierte Ausbildung in punkto Sicherheit. So hat er ein Stück weit sein Hobby auch zum Beruf gemacht: Er ist selbstständiger Outdoortrainer und Erlebnispädagoge.



**Gustav Schmitz** (Jahrgang 1971) Seit Jahren aktiv im Alpenverein unterwegs. Erst als Jugendleiter, dann kam die Trainer C Ausbildung im Klettern dazu. Privat hauptsächlich in den Mittelgebirgen unterwegs, nimmt ihn sein Hauptberuf als Gaukler allerdings so in Beschlag, dass er mittlerweile mehr auf den Bühnen der Welt, als in der Senkrechten anzufinden ist.



**Klaus Wendt** (Jahrgang 1956), ist seit 1989 in den Bergen unterwegs. Seine Interessenschwerpunkte Italien (Südtirol, Dolomiten, Ligurien) und Österreich (überwiegend Osttirol) möchte er seinen Tourteilnehmern auf Wanderungen abseits der „ausgetretenen Touristenpfade“ nahe bringen. Und ihnen dabei Insidertipps geben, die in keinem Reiseführer stehen und dafür sorgen, dass der Spaß dabei nicht zu kurz kommt.

## Nachwuchs gesucht!

Auch wenn Bremen nun einmal weit von den Alpen entfernt ist sind wir uns sicher, dass hier einige fitte Bergsteigerinnen und Bergsteiger leben. Zeigt Euch! Denn für unseren Bereich der alpinen Ausbildung und Touren suchen wir neue Trainer.

### Was wir bieten:

- Eine fundierte Ausbildung zum „Trainer C Bergsteigen“ bzw. „Trainer B Hochtouren“
- Regelmäßige Fortbildungen
- Freie Hand bei der Gestaltung Deines Angebots
- Zusammenarbeit in einem netten Team
- Eine hervorragende Infrastruktur für die Durchführung Deiner Kurse und Touren

### Was Du mitbringen musst:

- Spaß an der Arbeit mit Gruppen
- Freude an der Vermittlung des Bergsteigens
- Mindestens 3 Jahre Erfahrung als Bergsteiger/in mit Hochtouren (kombinierte Touren Eis/Fels im Bereich 3+ und schwerer) als Seilerste/r

Fragen beantworte ich gerne am Telefon 0170 . 804 98 22  
oder per E-Mail: volker.klein@alpenverein-bremen.de

Volker Klein  
Referent für Ausbildung und Touren



## Groß Geschriebenes

Ganz obenan steht bei den Unternehmungen, Kursen und Touren des DAV Bremen natürlich die Sicherheit. Bei uns sind Sie in der Regel mit ausgebildeten FachübungsleiterInnen oder DAV-WanderleiterInnen unterwegs, die nach den aktuellen Standards der Führungs- und Sicherungstechnik handeln. Trotzdem: Aktivitäten in den Bergen sind nie ohne Risiko! Dessen müssen Sie sich bewusst sein. Objektive und subjektive Gefahren lassen sich beim Bergsteigen nie ganz ausschließen. Wenn Sie sich für eine Tour angemeldet haben, dann erhalten Sie von der Tourenleitung eine Bestätigung. Darin sind meist auch weitere Informationen enthalten, was Ausrüstung, die Bezahlung oder Termine für die Vorbereitung angeht. Bitte bedenken Sie: Der DAV Bremen ist kein Reiseunternehmen. Alle unsere TourenleiterInnen verrichten ihre Aufgabe ehrenamtlich. Wenn es mal irgendwo hakt, dann nehmen Sie einfach direkt Kontakt mit dem genannten Ansprechpartner auf. Die Kostenangaben für die Reisen verstehen sich als ungefähre Preise. Sie können sinken, wenn sich mehr TeilnehmerInnen als geplant anmelden. Eine Tour kann aber auch teurer werden, wenn die Mindestzahl unterschritten wird, Ticket- und Unterkunftspreise seit der Kalkulation gestiegen sind oder eingerechnete Rabatte nicht gewährt werden. Sie erhalten dann rechtzeitig Nachricht. Wir bemühen uns, die auftretenden Kosten vorab so exakt wie möglich zu berechnen. Bitte haben Sie aber Verständnis, wenn im einen oder anderen Fall eine Nacherhebung nötig wird. Der DAV Bremen ist kein Pauschalreiseanbieter.

## Klein Gedrucktes

### Allgemeine Bedingungen für Ausbildungsveranstaltungen und geführte Touren im DAV Sektion Bremen

1. Touren, Reisen und Kurse sind Angebote für unsere Mitglieder. Die Teilnahme setzt deshalb die Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein Sektion Bremen oder in einer anderen Sektion des DAV voraus.
2. Weitere Voraussetzungen sind, dass die beschriebenen Anforderungen erfüllt werden und ärztlicherseits keine Bedenken gegen eine Teilnahme bestehen.
3. Es ist eine verbindliche schriftliche Anmeldung mittels Vordruck der Sektion Bremen des DAV erforderlich.
4. Die in der Ausschreibung genannten Beträge stellen lediglich Richtwerte dar und bieten einen Anhaltspunkt für die Kosten bezogen auf die angegebenen Leistungen.
5. Jede(r) TeilnehmerIn zahlt die auf ihn/sie entfallenden Kosten im eigenen Namen und für eigene Rechnung selbst direkt an den jeweiligen Leistungsträger (z.B. Hütten-/Gastwirt, Bus-/Taxifahrer).
6. Im Interesse der TeilnehmerInnen kann es zur Ausnutzung preislicher Vorteile oder aus Gründen der vereinfachten organisatorischen Abwicklung sinnvoll sein, dass der/die LeiterIn Teilbeträge von den TeilnehmerInnen vereinnahmt, um diese an die Leistungsträger weiterzuleiten (z.B. Kauf der Bahnfahrkarte, Anzahlung für das Quartier, etc.). In diesem Fall handelt der/die LeiterIn im Namen und für Rechnung der TeilnehmerInnen. Es handelt sich dennoch nicht um eine Pauschalreise im Sinne des Reiserechts.
7. Sollte ein(e) TeilnehmerIn an einer Tour sich selbst oder die Gruppe in irgendeiner Weise gefährden, so hat die Tourenleitung das Recht, den/die TeilnehmerIn von den restlichen Aktivitäten auszuschließen. Dies gilt auch für Fälle, in denen sich ein(e) TeilnehmerIn selbst überschätzt oder die geforderten Voraussetzungen für die Tour nicht erfüllt. Ein Anspruch auf Erstattung des Reisepreises oder Teile davon entsteht nicht. Eventuelle Mehrkosten hat der/die Betroffene zu tragen.

# Urlaub im Harz



Wandern  
Skilanglauf  
Mountainbike  
Klettern



## Die Kreuzbachhütte

Das Selbstversorgerhaus für erlebnisreiche Tage mit dem Verein, der Familie oder Freunden

Online-Buchung: [alpenverein-bremen.de](http://alpenverein-bremen.de)  
oder Telefon: 0421 . 7 24 84

## Radreisen 2014 mit dem ADFC

Sie möchten mit dem ADFC auf Radreise gehen? Hier servieren wir Ihnen schon mal ein paar Appetithäppchen für die kommende Saison. Das gesamte Tourenangebot mit Startpunkten in Bremen und dem Umland, finden Sie im pedal SPEZIAL „rad & touren 2014“. Es erscheint Mitte Februar 2014 und ist erhältlich in der ADFC Radstation Bremen am Hauptbahnhof. Im Internet finden Sie alle Touren und Reisen unter [www.radtouren-bremen.de](http://www.radtouren-bremen.de). Jeder kann an den Reisen teilnehmen und ist willkommen. ADFC-Mitglieder nehmen zum ermäßigten Preis teil!

**ADFC Radstation Bremen GmbH**  
**Bahnhofplatz 14a, 28195 Bremen**  
**Tel. (0421) 51 77 88 20**  
**[www.adfc-bremen.de](http://www.adfc-bremen.de)**



### Für die folgenden Touren gilt:

#### Termin, Kosten und Anmeldung:

Bekanntgabe im Dezember 2013

**Kontakt:** Uwe Henrion, Tel. (0421) 44 48 80,  
 E-Mail [uwe.henrion@adfc-bremen.de](mailto:uwe.henrion@adfc-bremen.de)

### Zwei-Flüsse-Rundtour an die Hase und die Ems 6 Tage, ca. 275 km, Tempo 14-16 km/h

Entlang der Hase und der Ems, durch malerische Städte und Dörfer, Heide-Moor- und Weidelandschaften führt diese reizvolle Rad-Rundreise. Start und Ziel in Osnabrück.

**Termin:** etwa Mitte Juni 2014

### Blumen und Schiffe – Zur Landesgartenschau nach Papenburg 4 Tage, ca. 150 km, Tempo 14-16 km/h

Bunt und blühend präsentiert sich Deutschlands südlichster Seehafen 2014 mit der Landesgartenschau. Diese schöne Radtour führt durch die Papenburger Region mit einem Abste-



cher nach Holland in die Festungsstadt Bour-tange (Freilicht-Museum). Auf der Rückfahrt geht es auf einer interessanten Strecke bis nach Bad Zwischenahn.

**Termin:** etwa Mitte Juli 2014

### Von der Oder an die Ostsee 9 Tage, ca. 400 km, Tempo 14-16 km/h

Der Oder-Neiße-Radweg ist Deutschlands östlichster Radfernweg. 2009 wurde er als Qualitätsroute eingestuft. Die Gesamtlänge beträgt etwa 640 km. Diese Reise konzentriert sich auf den nördlichen Teil – etwa 400 km – von Frankfurt an der Oder entlang der deutsch-polnischen Grenze an das Stettiner Haff und die Kaiserbäder auf der Insel Usedom. Von den stillen, malerischen Oderauen entlang der deutsch-polnischen Grenze bietet die Radtour ein außerordentliches Naturerlebnis, u.a. im Oderbruch und im Naturpark Unteres Odertal.

**Termin:** etwa Mitte September 2014



### Tauber-Alt Mühl Radweg

**8 Tage, 360 km, 14-16 km/h**

Flusslandschaften von Tauber, Altmühl, Donau und Main-Donau-Kanal werden wir entdecken. Durchquert werden das liebevolle Taubertal, Romantisches Franken und Naturpark Altmühltal. Sehenswerte Städte wie Rothenburg o.d.T., Eichstätt mit Dom und Burg, Altstadt Beilngries, Kehlheim mit Befreiungshalle. Schifffahrt auf der Donau. 2 ÜF in Regensburg mit Stadtbesichtigung.

**Anmeldung bis:** 15.04.2014

**Kosten:** 674,00 € / 642,00 € für Mitglieder

**10. – 17.7.2014**

### Bayrische Seen – ein Rundkurs

**8 Tage, 360 km, 14-16 km/h**

Start und Ziel München mit 2 x ÜF  
 Radeln entlang Ammersee, Staffelsee und Starnberger See. Unberührte Natur und beeindruckendes Bergpanorama und interessante, alte Städte.

**Anmeldung bis:** 15.05.2014

**Kosten:** 674,00 € / 642,00 € für Mitglieder

### Fulda-Radweg

**8 Tage, ca. 300 km, 14-16 km/h**

Flussroute von der Rhön über walddreiche Naturschutzgebiete bis zum Zusammenschluss von Werra und Fulda. Weiter an der Weser bis Bad Karlshafen. Sehenswert sind u.a. Schloss und Stadtkern von Rothenburg a.d. Fulda. Altstadt von Melsungen, Fahrradseilbahn Malsfeld, Schloss und Orangerie in Kassel sowie Altstadt Hann. Münden.

**Anmeldung bis:** 15.04.2014

### Bahnradweg Hessen

**6 Tage, ca. 250 km, 14-16 km/h**

Start ist in Hanau. Die Strecke ist geprägt von Flussauen, Buchenwäldern und Weitsichten. Route auf ehemaligen und jetzt asphaltierten Bahntrassen entlang der Flüsse Nidder und Fulda. Besuch der Städte Bad Hersfeld und das barocke Fulda mit Residenzschloss und Dom.

**Anmeldung bis:** 15.04.2014

**20. – 28.9.2014:**

### Von Achim nach Sylt

**9 Tage, 40-80 km/Tag, Tempo 15-16 km/h**

Die Reise geht durch das Alte Land, dann an der Elbe entlang bis Brunsbüttel. Kurz darauf verlassen wir das Elbufer und radeln in Küstennähe bis nach Niebüll. Diese Strecke ist Teilstück eines gesamteuropäischen Projektes, der „North Sea Cycle Route“. Polderlandschaften und der weite Blick auf die Nordsee prägen das Landschaftsbild. Am letzten Tag werden wir mit dem Zug nach Sylt übersetzen um dort einen Fahrradtage auf der Insel zu verbringen. Zurück geht es von Niebüll im bequemen Reisebus mit Fahrradanhänger.

**Kosten:** 571 € / 555 € für ADFC-Mitglieder

**Anmeldung:** bis zum 01.07.2014

**Kontakt:** Herbert Kablitz, Tel. (04207) 80 20 97  
[herbert.kablitz@adfc-verden.de](mailto:herbert.kablitz@adfc-verden.de)

### Für die folgenden Touren gilt:

**Teilnehmerzahl:** min. 8; max. 11 Teilnehmer

**An- und Abreise:** mit DB einschl. Platz und Stellplatzreservierung für das Rad

**Kontakt:** Jürgen Wiese Tel. (0421) 53 36 28  
[juergen.wiese@adfc-bremen.de](mailto:juergen.wiese@adfc-bremen.de)

**Genauere Termine:** ab Dezember 2013

**Kosten:** wenn nicht angegeben, im Dez. 2013



## Alpenverein Bremen

<b>Anschrift</b>	Altenwall 24, 28195 Bremen
<b>Öffnungszeiten Geschäftsstelle</b>	Di. 15.00 – 19.00 Uhr, Do. 15.00 – 18.00 Uhr, Fr: 10.00 – 12.00 Uhr, Gunda Lehmann
<b>Öffnungszeiten Bücherei</b>	Di: 15.00 – 19.00 Uhr, Do. 15.00 – 18.00 Uhr, Iris Hopmann
<b>Telefon</b>	0421 . 7 24 84
<b>Telefax</b>	0421 . 7 90 87 45
<b>Homepage</b>	www.alpenverein-bremen.de
<b>E-Mail</b>	geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de
<b>Spendenkonto</b>	Bankhaus Neelmeyer (BLZ 290 200 00), Konto 1000 630 366

## Vorstand

<b>1. Vorsitzender</b>	Ronald Hillebrand	ronald.hillebrand@alpenverein-bremen.de
<b>2. Vorsitzender</b>	Dr. Manfred Gangkofer	manfred.gangkofer@alpenverein-bremen.de
<b>3. Vorsitzender</b>	Eilhard Janssen	eilhard.janssen@alpenverein-bremen.de
<b>Schatzmeister</b>	Klaus Wekerle	klaus.wekerle@alpenverein-bremen.de
<b>Jugendvertreter</b>	Stefan Bünger	stefan.buenger@alpenverein-bremen.de
<b>Schriftführerin</b>	n.n.	
<b>Hüttenwart Bremer Hütte</b>	Reinhard Pridat	reinhard.pridat@alpenverein-bremen.de
<b>Hüttenwart Kreuzbachhütte</b>	Peter Predelli	peter.predelli@alpenverein-bremen.de
<b>Ausbildung und Touren</b>	Volker Klein	volker.klein@alpenverein-bremen.de
<b>Beauftragter für Klettersport</b>	Georg Schmitz	georg.schmitz@alpenverein-bremen.de
<b>Vorträge</b>	Iris Hopmann	iris.hopmann@alpenverein-bremen.de

## Impressum

<b>Verleger und Herausgeber</b>	Deutscher Alpenverein Sektion Bremen e.V.
<b>Redaktionsteam</b>	Eilhard Janssen, Anke Mirsch E-Mail redaktion@alpenverein-bremen.de
	Für namentlich gekennzeichnete Beiträge ist der jeweilige Verfasser verantwortlich. Mit vollem Namen gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Schriftleitung und des Vorstandes dar. Die Redaktion behält sich vor, die Texte redaktionell zu bearbeiten und zu kürzen.
<b>Anzeigen</b>	Siehe Anschrift der Geschäftsstelle
<b>Auflage</b>	3000 Exemplare
<b>Bezugspreis</b>	Im Mitgliedsbeitrag enthalten
<b>Layout</b>	designmiethig.wordpress.com