



**Berg
frei!**

*Liebe NaturFreundinnen,
liebe NaturFreunde,*

„Das Neujahr und seine Feier ist so was wie eine Theaterpause – man geht ans Buffet auf ein Gläschen und kommt auf seinen Platz zurück. Die Optimisten hoffen dabei, dass der nächste Akt besser sein wird als die vorigen. (Auch ich habe diese Hoffnung: dass der nächste Akt – sprich: das nächste/neue Jahr – besser sein wird als der vorige. Erheben wir darauf unsere Gläser!)

Gabriel Laub (1928-98), poln.-dt. Schriftsteller, Satiriker und Essayist

Mit diesem Zitat möchte ich auf ein altes, Corona bedingt eingeschränktes aber dennoch erfolgreiches NaturFreunde-Jahr zurückblicken und auf ein Neues anstoßen. Im Namen der Vorstandschafft wünsche ich allen Mitgliedern der NaturFreunde und deren Familien eine ruhige, stade Zeit, schöne, friedvolle Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Den zahlreichen Ehrenamtlichen in unserem Verband ist an dieser Stelle Dank gesagt für die vielen geleisteten Stunden, damit unser Verein lebt.

Die „stade“ Zeit ist leider nicht wirklich stad und ruhig. Meist jagt eine Weihnachtsfeier die nächste und Geschenke sollen auch noch besorgt werden.

An dieser Stelle noch ein kleiner Tipp: Im NaturFreunde-Verlag sind die einen und anderen Dinge zu finden. (Das meiste gibt's auch in der Geschäftsstelle München ohne Versandkosten), auch in der Geschäftsstelle erhältlich: Honig aus dem Bootshaus und Kaffee direkt vom Erzeuger.

Auch möchte ich euch zum letzten NaturFreude-Termin am 18. Dezember 2021 zur Wintersonnendfeier / Feuer und gleichzeitigen Einweihung des neuen Spielplatzes um 16 Uhr ins Bootshaus einladen.

Berg frei!
Rainer

Aktuelles aus der Bezirksjugend

Es weihnachtet sehr! Auch bei den NaturFreunden geht das Jahr langsam zu Ende, aber natürlich nicht ohne unsere Wintersonnwendfeier. Die Ausschreibung dazu findet ihr hier im NFJ nochmal.



Und natürlich gibt es wieder viele spannende Berichte aus den letzten Monaten, zum Beispiel über unsere Sommerfreizeitersatzveranstaltung am Bootshaus.

Viel Spaß beim Lesen!



Bezirk

Sa., 18.12.21 Wintersonnwendfeier am Bootshaus 15:00 Uhr

Bergsteigen

Mi., 12.01.–So., 23.01.22 Skitourenkurs für Fortgeschrittene

Sa., 19.02.22 Tagesskitour Bayerische Voralpen

Sa., 26.02.–Sa., 05.03.22 Skitourentage in Angerberg

Pro Monat werden zwei spontane Termine angeboten – genaue Termine werden nachgereicht.

Mountainbike / Radfahren

Sa., 08.01.–Sa., 15.01.22 MTB-Tage in Final Ligure

30.04. 22 Mit dem Radl zum Spargel:
Stefan u. Johanna Deubler
(Anmeldung bis 26.04.22 s.deubler@arcor.de)

07.- 15.05.22 Radwanderreise München–Prag:
Stefan und Johanna Deubler
(Anmeldung bis 27.03.22 s.deubler@arcor.de)

25.-26.06.22 Von den Loisachquellen zur Mündung,
Radtour mit Zuganreise: Stefan und Johanna
Deubler
(Anmeldung bis 29.05.22 s.deubler@arcor.de)

KUSS

Kultur

Termine werden kurzfristig je nach behördlichen Auflagen veröffentlicht.

Umwelt

Sa., 04.12.21 Naturkundliche Führung durch den Nymphenburger Schlosspark

Sa., 11.12.21 Naturkunde / Exkursion – „Was ist eine Ausgleichsfläche?“

Senioren

Do., 02.12.21 Jahresabschlusswanderung mit Jahresabschlussfeier

Mi., 12.01.22 Senioren-Stammtisch im Bootshaus

Mi., 19.01.22 Senioren-Wanderung Markt Indersdorf

Mi., 09.02.22 Senioren-Stammtisch im Bootshaus

Mi., 16.02.22 Senioren-Wanderung Moosach–Allach

Mi., 09.03.22 Senioren-Stammtisch im Bootshaus

Mi., 30.03.22 Senioren-Wanderung von Gmund nach Tegernsee

Familiengruppe

Do., 09.12.21 Kerzen drehen im Bootshaus

Reparatur-Café

So., 30.01.22 14:00–17:00 Uhr am Bootshaus

So., 27.02.22 14:00–17:00 Uhr am Bootshaus

So., 27.03.22 14:00–17:00 Uhr am Bootshaus

WhatsApp-Gruppe für Senioren-Wanderungen

Das Wetter ist oft sehr unberechenbar. Wenn gerade keine Wanderung geplant ist, gibt's wunderbares Wetter. Rückt der Wandertermin näher, regnet's manchmal schon Tage davor, so dass die Wege aufgeweicht und matschig sind. Oder es regnet am geplanten Wandertag. Dann muss die Wanderung vielleicht abgesagt werden.

Ach wie schön wäre es, spontan einen Ausflug zu unternehmen. Dann könnten doch viele NaturFreunde mitgehen. Aber so schnell eine Gruppe zu organisieren? Heute gibt's dafür WhatsApp. Ich weiß, viele ältere NaturFreunde haben kein Smartphone. Aber sie kennen andere

Wanderer, die sie dann telefonisch erreichen können.

Ich möchte den Versuch machen, eine Senioren-Wandergruppe auf WhatsApp zu organisieren. Wer Lust hat, mitzumachen, möge mich anrufen oder eine SMS schicken unter: 01575-3413535.

Dann können wir uns (nächstes Jahr) mal kurzfristig zu einem Ausflug verabreden.

Claus Otrembnik



Erste-Hilfe-Kurs

Wir haben nun wieder einen Erste-Hilfe-Kurs organisiert. Er wird am Samstag 15. Januar 2022 im Bootshaus stattfinden.

Beginn 8 Uhr, Ende gegen 15.45 Uhr.

Kosten: 42 € für NaturFreunde-Mitglieder, 55 € für Gäste, Jugendliche 35 €. Der Teilnehmerbeitrag ist nach Anmeldebestätigung auf unser Konto zu überweisen.

Auf Wunsch unserer Wassersportler wird unser Kursleiter Benno Eggert auch speziell auf Ertrinkungsunfälle eingehen.

Anmeldung zwingend erforderlich per Mail an info@nfbm.de, Info unter 0179-7616411. Maximale Teilnehmerzahl 20 Personen, aktuelle Regelungen aufgrund der Coronapandemie sind zu beachten.

Was war

NaturFreunde sagen danke für 14 Jahre auf der Wimbachgrieshütte

14 Jahre waren Lisbeth und Bernd Kreh Pächter auf unserer Wimbachgrieshütte. In dieser Zeit wurde viel gebaut und modernisiert, unter anderem auch der Brandschutz und das Blockheizkraftwerk, welches von Gas auf Pflanzenöl umgestellt wurde. Die Kläranlage musste neu gebaut, ein 19.000-Liter-Brauchwassertank eingebaut werden.



Noch in den letzten Jahren mussten wir die telefonische Anbindung von Überlandkabel auf SKY-DSL umstellen. Lisbeth und Bernd haben bestimmt sehr viel auf der Hütte erlebt und haben geholfen, unsere Hütte in Schuss zu halten.

Vor allem da wir Münchner NaturFreunde nicht immer vor Ort sein konnten.

Hierfür sagen wir danke, da es nicht selbstverständlich ist, bei Baumaßnahmen entstehende Beeinträchtigungen beim laufenden Betrieb der Hütte hinzunehmen.

Hüttenreferenten waren in diesen 14 Jahren Walter Schreiber und Tobias Büttner. Unseren Hüttenreferenten sei auch an dieser Stelle Dank gesagt, da es doch ein sehr zeitintensiver Ehrenamtsjob war und ist.

Wir wünschen Lisbeth und Bernd Kreh alles Gute und vor allem Gesundheit für Ihren weiteren Lebensweg.



Rainer Hörgl
im Namen der Vorstandschaft



*Fotografie
Rudolf Seidl*

Ihr Fotograf für magische Momente.
Tel. 0172/3132967
info@meine-hoch-zeit.de
Rudi Seidl
OG Hochkopf-Obersending

Münchener NaturFreunde auf der IAA-Demo

Gerne erinnern wir uns an die große Demo anlässlich der IAA am 11. September, die Tausende auf die Straße gebracht hat, darunter auch viele Münchener NaturFreunde. Ziel war es, unsere Forderung nach einer wirklichen Mobilitätswende in die Öffentlichkeit zu tragen.



Als Mitveranstalter gingen wir, deutlich sichtbar mit Transparenten und Fahnen, in einem eigenen NaturFreunde-Block. Unser Bezirksumweltreferent Helmut Schlager führte ihn professionell an. Wei-

tere NaturFreunde trugen als Ordner und Ordnerinnen zum friedlichen Verlauf der Demo bei, ohne je tätig werden zu müssen, entgegen aller Unkenrufe der Presse im Vorfeld. Die Stimmung war so entspannt, dass unser Bezirksvorsitzender Rainer und seine Frau Franziska mit ihren beiden Kleinkindern Benedikt und Sophie durch die Straßen schieben konnten.

Die Betreuung unseres Infostandes war in besten Händen von Hans Greßirer, Kurt Schiemenz und Elisabeth Häring. Dort trafen sich auch NaturFreunde von der gleichzeitigen Fahrraddemo, und Mitglieder aus den verschiedensten Ortsgruppen, die sich lange nicht mehr gesehen hatten, kamen zu einem kurzen



Ratsch zusammen. Der Stand war aber nicht nur ein Zentrum für ein „Familien-treffen“, sondern er wurde auch von anderen Interessierten rege besucht. Als Koordinatorin zwischen NaturFreunde-Bundesgruppe, -Landesverband und -Bezirk bedanke ich mich recht herzlich bei allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen, ganz besonders bei denen, die eine aktive Rolle übernommen haben.

Christine Eben

Was war

Ozapft is! – Zweite Bootshauswiesn des Bezirks München



zirkvorsitzender Rainer Hörgl gekonnt mit nur zwei Schlägen das echte Holzfass mit dem süffigen Bier an und schenkte auch gleich die ersten Maßen aus. Auf der Speisekarte standen Wiesnklassiker wie Brathendl und Spanferkel oder auch ein bunt gemischter Brotzeiteller.

Am Samstag, den 25. September, dem mittleren Wiesnwochenende, spielte die Knabenkapelle Dachau bei idealem Biergartenwetter ab dem frühen Nachmittag mit einer 15-köpfigen Besetzung bayrisch-böhmische Blasmusik.

Auch das letzte Wiesnwochenende zeigte sich mit sommerlichen Temperaturen von seiner besten Seite. Bei herrlichem



Wie auch im letzten Jahr musste die Münchner Wiesn wegen der Pandemie ausfallen. Nicht so unsere „Wiesn“ am Bootshaus. Wie schon 2020 boten unsere Bootshauswirte Dragana und Veselin Mircovic vom 18. September bis 3. Oktober Wiesnbier und Wiesnschmankerl an. So war zumindest ein bisschen für Oktoberfeststimmung gesorgt.

Am Samstag, den 18. September, hieß es pünktlich um 12:00 Uhr „Ozapft is!“ Bei bestem Wiesnwetter stach unser Be-



Biergartenwetter fanden wieder viele den Weg ins Bootshaus, um die letzten Stunden unserer Bootshauswiesn ausklingen zu lassen.

Zahlreiche NaturFreunde und Gäste ließen sich dieses zweiwöchige Ereignis nicht entgehen und trafen sich extra zur Bootshauswiesn am Vereinsgelände. So war unser Bootshaus während der Wiesnzeit wieder ein Treffpunkt für viele Mitglieder, die sich sonst seltener sehen. Auch wenn hoffentlich nächstes Jahr wieder die echte Wiesn stattfinden kann, unsere Bootshauswiesn kommt wieder.

Rudi Seidl



Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist am 13. Januar 2022

Klettersteiglehrgang im September - ein Bericht

Als ich (eigentlich begeisterter Bergsportler) den Hinweis auf den Klettersteiglehrgang bekommen und dabei festgestellt habe, dass es bei den Naturfreunden außer Paddeln noch andere Aktivitäten gibt, habe ich mich in freudiger Erwartung direkt angemeldet.

Ende August war es dann endlich soweit. Zusammen mit zwei weiteren Naturfreunden wurde noch etwas Gepäck-Tetris gespielt und dann ging es ab nach Längenfeld. Dort angekommen wurden die Zelte aufgeschlagen, sich mit Proviant versorgt und kurz mit den anderen Teilnehmenden bekannt gemacht.

Leider verhiess das Wetter zum Start nichts Gutes (siehe Bild unten).



Also wurde die Zeit für die Vermittlung von Know-how zu Persönlicher Schutzausrüstung (PSA) genutzt.

Das sonst eher trocken und langweilig klingende Thema wurde aber zielgruppengerecht aufbereitet und kurzweilig vermittelt.

Gerade woran man den Unterschied zwischen „China Exports“ und „Conformité Européenne“ (CE-Kennzeichnung) erkennt oder worauf man beim Kauf von Klettergurt, Seil, Schlingen etc. zu achten hat, ist nützliches, lebensverlängerndes Wissen. Die Regenpause am Nachmittag nutzten wir dann für einen kleinen selbstgebastelten Klettersteig, bei dem wir die Klettersteiggrundlagen in der Praxis durchspielen und eine kleine Rettungssituation simulieren konnten.

Da das Wetter am nächsten Tag leider auch nicht mitspielen wollte, konnten alle den Tag zur freien Gestaltung (Schwimmbad, Wanderung) nutzen.

Am Mittwoch zeichnete sich dann endlich besseres Wetter ab. Der kurze Schauer am Vormittag wurde mit Knotenkunde überbrückt und am Nachmittag ging es dann in einen kurzen Übungsklettersteig am Piburger See.

Nach dem Warm-up am Piburger See ging es am Folgetag hochmotiviert, bei traumhaftem Wetter, nach Sölden zum Moosalmklettersteig.

Da direkt neben dem Klettersteig ein paar kurze Kletterrouten geschraubt waren, konnten wir abwechselnd neben dem Klettersteig auch noch ein paar Routen klettern (Toprope und Vorstieg) und das Abseilen und Tritttechnik üben.



Der Klettersteig selbst ist ein kurzer C-Klettersteig mit C/D-Variante, bei dem auch die Fortgeschritteneren auf ihre Kosten kommen konnten.

Mit tollem Ausblick ging es dann donnerstags am Stuibenfall-Klettersteig weiter. Das Schöne an diesem Klettersteig ist, dass man die 230 Höhenmeter mehr oder weniger parallel zum Wasserfall hochsteigt und zum Schluss den Wasserfall oben einmal quert.



Neben dem sehenswerten Naturschauspiel belohnten wir uns dann noch mit einem leckeren Eis im Café Christoph und ließen den Tag beim gemeinsamen Grillen ausklingen.



Den offiziellen Abschluss des Klettersteiglehrgangs machte dann der mit 350 Höhenmetern etwas längere Geierwandklettersteig in der Mieminger Kette. Von dort hatte man einen guten Blick über den Inn und konnte diesen nach dem doch recht warmen Auf- und Abstieg zum Abkühlen nutzen.

Am Abreisetag ging es dann für alle, die noch nicht genug von Klettersteigen bekommen konnten, zum Klettersteig am Lehner Wasserfall. Auch dieser Klettersteig führt landschaftlich sehr schön am Wasser vorbei und bietet ein paar anspruchsvolle Stellen, die ihn zu einer abwechslungsreichen Tour machen.



Mein persönliches Fazit der Woche:

- > viel Spaß gehabt
- > viele nette, neue Leute kennengelernt
- > viel neues Wissen über Ausrüstung mitgenommen
- > endlich wieder ein paar Routen geklettert
- > in freudiger Erwartung auf die kommenden Klettersteige bzw. den nächsten Klettersteiglehrgang

In dem Sinne bis bald am Berg.
Berg frei!

Manuel

Was war

Senioren-Wanderung zum Wörthsee

Im Oktober gab's wieder eine Seniorenwanderung. Arnold Egerer führte eine Gruppe von zehn NaturFreunden von Grafath über Etterschlag nach Steinebach am Wörthsee. Das Wetter war die Tage davor regnerisch, was die Teilnehmer nicht davon abhielt, sich in die Natur zu begeben. Beim Alten Wirt in Etterschlag schmeckte allen die Brotzeit recht gut, nachdem sie im Gänsemarsch zwischen Acker und Wiese gelaufen waren. *Claus Otrembnik*



Ein Herbstwochenende im Oberpfälzer Jura

Von der Terrasse des NaturFreunde-Hauses „Alpiner Steig“ hatten wir einen prächtigen Blick auf das Tal der Schwarzen Laber, und die milde Herbstsonne verwöhnte uns bei unserer Umwelt-, Wander- und Kulturfreizeit. 20 Mitglieder verbrachten dort auf dem Haus der Regensburgener NaturFreunde bei Schönhofen ein geselliges Wochenende miteinander.

Unser Gastgeber Dieter Groß, der viele Jahre Vorsitzender der Ortsgruppe Re-



genzburg und des Bezirks Niederbayern-Oberpfalz war, führte uns auf die Höhen des Jura mit seinen spektakulären Felsformationen und erklärte dabei Wissenswertes aus der Erdgeschichte sowie zur Ökologie von Trockenrasen-Hängen, was er abends in PowerPoint-Erläuterungen vertiefte. Wir wanderten entlang der Schwarzen Laber und erfuhren, dass das Flüsschen, mehrfach durch Wehre gestaut, Grundlage für eine industrielle Entwicklung des so naturbelassen erscheinenden Gebietes war. Die Mischung von informativen Vorträgen im Haus und den abwechslungsreichen Erkundungen vor Ort machte den besonderen Reiz dieses Wochenendes aus. In der hervorragend eingerichteten Selbstversorgerküche bereitete Brigitte Pechlof mit unserer eifrigen Mithilfe Frühstück und Abendes-



sen zu und wir ließen es uns schmecken. Die Wacholderheide des Oberpfälzer Jura ist eine faszinierende Landschaft, wie wir sie aus dem oberbayerischen Raum nicht kennen. Sie zeigte sich an dem Wochenende in ihren schönsten Herbstfarben. Besonders bunt soll sie jedoch im Frühling blühen. Dann müssen wir sie unbedingt wieder besuchen!

Christine Eben

WIELAND
ELEKTROINSTALLATION

- E-Check
- Altbau- und Neubauinstallation
- Lichtgestaltung
- Intelligente Haustechnik

Tel: 089 / 89 22 00 77
Mobil: 0171 / 64 19 116
info@elektro-wieland.de
Berg frei, Klaus Wieland

Der weisse Handschuh
Kunsttransporte
Rainer Hörgl

- Kunsttransporte
- Verpackung
- Umzugszubehör
- Einlagerungen

Mobil: 0179 761 64 11
Mail: info@der-weisse-handschuh.de
NaturFreundemitglied OG-Giesing und West/Wetterstein

Atemnot Husten Allergie Schnarchen
DR. MED. WOLFGANG SAUER
Lungenfachärztliche Schwerpunktpraxis
Internist, Allergologie, Schnarch- u Schlafapnoediagnostik

Pasinger Triangel, Josef-Retzer-Str.48
82141 München (Pasing); Tel.881 849
www.lunge-muenchen.de
Naturfreunde OG Plankenstein

Vorwort

Unglaublich, aber das Jahr ist fast schon wieder vorbei. Jetzt steht Weihnachten vor der Tür und ich freue mich auf selbstgebackene Plätzchen, Christkindlmärkte und eine besinnliche Zeit mit der Familie. Auch bei den NaturFreunden klingt das Jahr langsam aus, aber natürlich nicht ohne unsere traditionelle Wintersonnwendfeier. Am 18. Dezember treffen wir uns alle am Bootshaus und

tauschen uns über dieses ereignisreiche Jahr aus. Dazu gibt es Punsch, Auszogne, Gegrilltes und natürlich das Wintersonnwendfeuer. Ihr habt euch noch nicht angemeldet? Dann aber schnell! Alle Details findet ihr hier im Einleger und natürlich auf unserer Homepage.

Außerdem gibt es auf diesen Seiten spannende Berichte, zum Beispiel von

der Sommerfreizeit, die heuer wieder am Bootshaus stattgefunden hat und einen kleinen Ausblick auf Arco 2022. Viel Spaß beim Lesen und im Namen der gesamten Jugendleitung frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

*Berg frei,
Eure Chrissi*

Sommerfreizeit



hatten trotzdem Spaß – nach unseren Regeln.

Vorbereitet hatten wir für jeden Tag in der Woche ein eige-

Schatzkisten gebastelt und Brotzeitbrett mit Brennstäben verziert.

Dieses Jahr konnten die Teilnehmer sogar Selbstverteidigung und eine Gladiatorenausbildung machen.

Wie schon im letzten Jahr haben wir uns schweren Herzens und auf Grund von für uns nicht durchsetzbaren Hygienekonzepten entschieden, nicht wegzufahren, sondern unsere Sommerfreizeit am Bootshaus stattfinden zu lassen. Dafür aber über volle zwei Wochen.

Es war in der ersten Woche wettertechnisch leider nicht so gut, dass wir zum Baden in den Kanal konnten, aber wir

nes Thema, das sich dann in der zweiten Woche wiederholt hat. Die Themen Italien, Bayern, Südafrika, Piraten und Asien hatten allerhand zu bieten. Wir haben uns Tattoos gemalt,



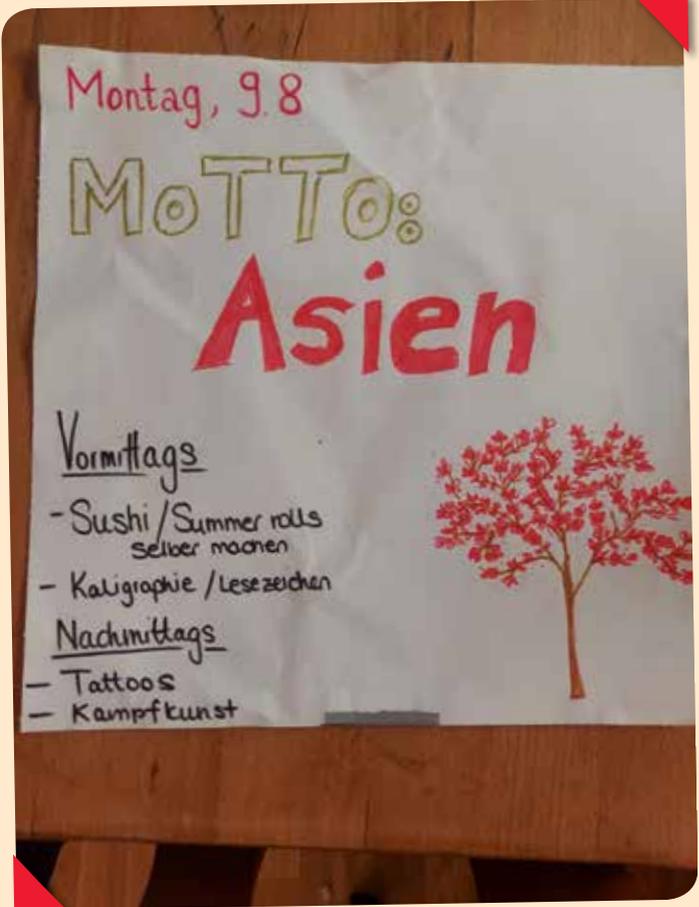


Ein weiteres Highlight war das Testen der selbstgebauten Floße im Kanal und dann die Spannung, ob wir sie wohl wieder einfangen können?!

Natürlich gab es auch die Klassiker wie Bastbänder und Steckerlbrot am Lagerfeuer oder Zumba tanzen. Kurz gesagt alles was Spaß macht.

In der zweiten Woche hat das Wetter dann auch mitgespielt und wir konnten eine Wasserschlacht machen und mit den selbstgebastelten „Häckisäcks“ in der Sonne spielen.

Nicht zu vergessen ist dabei auch, dass wir jeden Tag lecker bekocht wurden vom Rainer. Wobei in beiden Wochen die Teilnehmer an dem Tag zum Thema Asien ihre Summerrolls auch selbst machen konnten, wenn sie das wollten.



Ich möchte an dieser Stelle nochmal die Chance nutzen und Danke sagen: An den

Rainer für die leckere Küche, bei den Teamern für die Unterstützung und gute Laune und bei den Teilis, dass sie so viel Verständnis für die Hygieneregeln hatten!

Ich freu mich schon auf nächstes Jahr! Egal ob wir weg fahren oder uns am Bootshaus wiedersehen!

*Berg frei,
Jana*



„Die Mütter sind immer so streng.“

Damit die Jugend mehr Freiheiten genießen möge, fuhr die Familiengruppe, die sich regelmäßig am Bootshaus trifft, diesmal nur mit Vätern los. 4 Väter und 8 Kinder waren wir Mitte September. Wohin, wenn es nicht bei den Müttern sein soll?

Dies leitet über zur zweiten Erkenntnis: „Das Beste an der Schönau ist die Schönau“.

Kinder kommen mitunter auf bemerkenswerte Gedanken und noch schönere Sätze, und der stolze Vater freut sich natürlich, wenn sie auch noch in astreine sprachliche Stilfiguren verpackt sind. All diejenigen, die bereits im Naturfreundehaus in der Schönau, einem Ortsteil von Erl in Tirol waren, können sicherlich nachvollziehen, warum es dort beson-



ders und am Allerbesten ist: Man kann dort im ganzen Haus spielen, beim Abendessen Rehen beim Grasens zusehen, Eis essen, Schwammerl suchen, den Nebel im Tal bestaunen, Disco mit Barbetrieb – natürlich nur mit kindgerechten Zutaten – veranstalten, Wandern zu Biergärten mit Platz zum Spielen, frische Milch vom benachbarten Bauernhof trinken, und schließlich erschöpft und glücklich ins Matratzenlager zu sinken.

Das Wochenende ohne „die Mütter“ war schön, die Heimkehr zu selbigen dann aber auch ganz nett.

Martin Brög

Abpaddeln auf der Isar



der Tierparkbrücke blieben wir sogar einmal stecken und mussten ein kurzes Stück zu Fuß gehen. Aber das war nicht so schlimm, das Wetter war dafür um



Wenn im Oktober die Tage kürzer und die Temperaturen niedriger werden, endet bei den Wassersportlern das Kajaktraining im Freien traditionell mit einer letzten Ausfahrt, dem Abpaddeln. Aufgrund des sehr trockenen Septembers hatten die meisten Flüsse sehr wenig Wasser. Auch die Isar, auf der wir von Grünwald bis zum Bootshaus paddelten, hatte Niedrigwasser. Stellenweise war sie nur knietief, kurz vor



so besser, sodass wir ganz gemütlich im Sonnenschein die herbstliche Isar herunter paddeln konnten. Da wir direkt am Bootshaus ankamen, konnten wir im Anschluss den Tag noch bei einer Brotzeit im Biergarten ausklingen lassen. Jetzt geht es mit Training im Hallenbad weiter, bis wir im Frühling dann wieder ins Freie können.

Chrissi

Rätseln mit den NaturFreunden

Im vorletzten Heft gab's ein Rätsel aus dem Wassersport, diesmal gibt's eins vom Klettern:

Ganz wichtig sind beim Klettern natürlich Knoten. Sie sorgen an ganz vielen Stellen für die sichere Verbindung zwischen euch und dem, der euch sichert. Oder zwischen euch und dem Fels.

Dabei ist natürlich wichtig, erkennen zu können, ob die Knoten auch richtig gemacht sind und ob überhaupt der richtige Knoten für den Zweck verwendet wurde!

Zu den wichtigsten Knoten zählen beim Klettern sicherlich die folgenden vier:



Knoten 1



Knoten 2



Knoten 3



Knoten 4

Aber verflix, wie heißt jetzt nochmal welcher Knoten? Und wofür wird er verwendet?

Weißt du es? Die Lösung findest du auf Seite 6.

Und wenn du noch unsicher bist oder mehr über die Knoten oder andere Kletter- und Sicherungstechniken lernen willst, komm doch mit nach Arco! Dort können wir dir alles beibringen, was du zum Klettern brauchst!

Die Ausschreibung findest du auf Seite 7

Wintersonnwendfeier mit Bücherbörse, Lagerfeuer und Grillen

Wer: Für alle, ob alt oder jung, alleine, mit Familie oder mit der Ortsgruppe



Was: Mit einem großen Lagerfeuer feiern wir wieder unsere Wintersonnwendfeier am Bootshaus! Organisiert von der Bezirksjugend gibt es ab 15 Uhr Auszüge und anderes Schmalzgebäck. Für heiße und kalte Getränke ist selbstverständlich auch gesorgt!

Außerdem heizen wir ab 17 Uhr den Holzkohlegrill an, für Fleisch und sonstiges Grillgut sorgen wir. Ab ca. 18 Uhr entzünden wir unser Sonnwendfeuer!

Zudem gibt es wieder eine Tauschbörse für Bücher.



Wann: Samstag, 18. Dezember 2021, 15 Uhr

Wo: Bootshaus der NaturFreunde,
Zentralländstraße 16
München-Thalkirchen,
U3 Haltestelle Thalkirchen/Tierpark

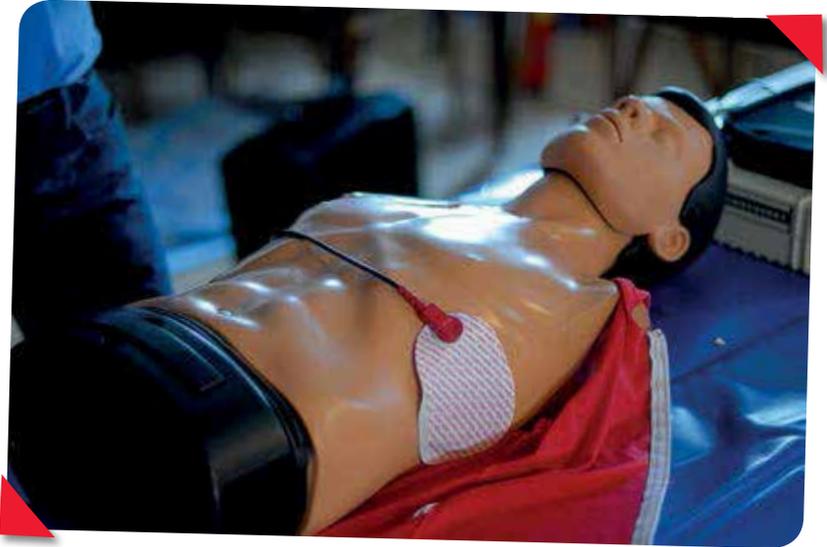


Anmeldung: bis 15. Dezember 2021

in der Geschäftsstelle unter
Tel. 089 / 2015777 oder unter
leitung@nfj-muenchen.de

Erste-Hilfe-Kurs im Ernstfall helfen können

Was: Wir veranstalten für Jugendliche und Erwachsene an einem Tag einen Erste-Hilfe-Kurs, geeignet für die Juleica, den Führerschein und für verschiedene Trainer C/B Scheine und alle, die ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse auffrischen wollen. Geschult werden die Sofortmaßnahmen am Unfallort sowie verschiedene Spezialthemen. Eine entsprechende Bescheinigung kann ausgestellt werden.



Wann: 15. Januar 2022

Wo: Bootshaus der NaturFreunde,
Zentralländstraße 16
München-Thalkirchen,
U3 Haltestelle Thalkirchen/Tierpark



Kosten:

Mitglieder:

Jugend 12 €

Erwachsene 25 €

Gäste:

Jugend 25 €

Erwachsene 35 €

Teilnehmer: min. 5 Personen, max. 25 Personen

Infos und Anmeldung: Verbindlich bis **10. Januar 2022**

bei Rainer Hörgl

Tel: 0179 / 76 16 411

vorsitzender@naturfreunde-bezirk-muenchen.de

Des Rätsels Lösung

Bild 1: Doppelter Achterknoten, wird zum Einbinden verwendet

Bild 2: HMS, kannst du zum Sichern deines Kletterpartners benutzen

Bild 3: Mastwurf, damit kann man ein Seil an einem Karabiner festmachen

Bild 4: Doppelter Bulin, ist eine Alternative zum Achterknoten



Kletterkurs in Arco für Familien, Jugendliche und Erwachsene

Wer: Für alle, die Spaß an der Bewegung in der senkrechten freien Natur haben, oder es einfach mal ausprobieren wollen.

Was: Von der **Grundlagenausbildung** wie Knotenkunde bis zum **freien Klettern** mit dem **Finetuning der Klettertechnik** ist alles möglich. Die Inhalte des Kurses werden auf die **Vorkenntnisse der Teilnehmer** abgestimmt. Geklettert wird meistens in der näheren Umgebung von Arco.

Wann: In den Osterferien von Karfreitag, 15. April 2022 bis Samstag, 23. April 2022 (es kann auch nur teilweise teilgenommen werden)

Wo: Campeggio Arco / Italien

Kosten:

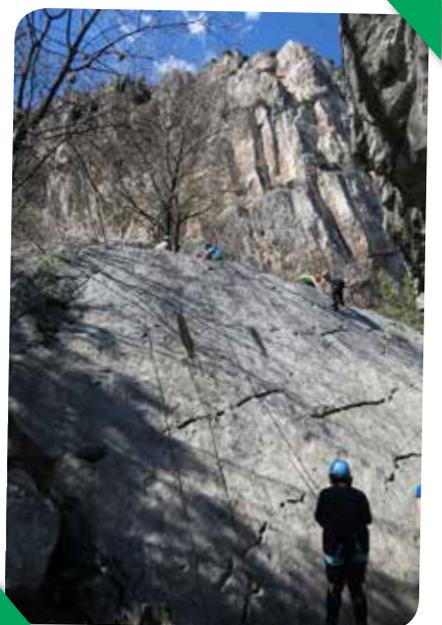
	4-6 Jahre	7-11 Jahre	Erwachsene
Mitglieder:			
je Woche	112 €	182 €	280 €
je Tag	16 €	26 €	40 €
Gäste:			
je Woche	175 €	252 €	336 €
je Tag	25 €	36 €	48 €



Jugendliche von 12 Jahren bis max. 27 Jahren in Ausbildung günstiger.

Solltest du dir Sorgen um die Finanzierung machen, wende dich vertrauensvoll an leitung@nfj-muenchen.de, wir werden eine Lösung finden.

Mitbringen: Gute Laune, Kletterausrüstung soweit vorhanden, Zelt, Wohnmobil, Wohnwagen, etc.



Teilnehmer: min. 10 Personen, max. 50 Personen. Es entscheidet der Eingang der verbindlichen schriftlichen Anmeldung.

Infos und Anmeldung: Verbindlich bis **19. März 2022** unter www.nfj-muenchen.de oder über arco@nfj-muenchen.de

Juleica-Schulung im Bootshaus

Nach pandemiebedingter Pause gab es heuer wieder ein Ausbildungswochenende zum Jugendleiter/in. Ob zum Neuerwerb oder zur Verlängerung, es gab erfreulicherweise viele Teilnehmer aus zahlreichen Ortsgruppen. Die Module wurden von verschiedenen Referenten gehalten. Vielen Dank an alle Beteiligten!

Ihr habt auch Interesse an der Jugendleiter-Card (Juleica), zum Beispiel um eine eigene Jugendgruppe aufzubauen oder als Teamer bei der Sommerfreizeit teilzunehmen oder einfach weil es euch interessiert?

Hier alle Infos:

Für den Ersterwerb der Juleica müsst ihr sieben Pflichtmodule und fünf Wahlmodule besuchen, für die Verlängerung drei beliebige Module. In beiden Fällen braucht ihr zusätzlich einen Erste-Hilfe-Kurs. Nachfolgend sind alle Pflichtmodule und eine Auswahl der Wahlmodule aufgelistet.

Pflichtmodule:

- Voraussetzungen für die Juleica, Anforderungen an Jugendleiter
- Strukturen der Jugendarbeit, Geschichte der NaturFreunde, Zuschüsse
- Rechts- und Versicherungsfragen
- Entwicklung und Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen
- Kommunikation, geschlechtsbewusste Jugendarbeit
- Gruppenpädagogik, Leitungskompetenz, Umgang mit Konflikten
- Prävention sexualisierter Gewalt

Wahlmodule (Auswahl):

- Umwelt- und Sportpädagogik
- Nachhaltiges Kochen für große Gruppen
- Bilder: Fotografie, Bearbeitung, Recht am Bild
- Neue Medien – Möglichkeiten und Gefahren
- Eure Vorschläge!

Wenn ihr auch eine Juleica machen wollt oder Fragen dazu habt, wendet euch einfach an uns: juleica@nfj-muenchen.de

Eine Ausbildung gibt es wieder nächstes Jahr, den nächsten Erste-Hilfe-Kurs schon im Januar.

Eure Jugendleitung

Kletterwandverleih



Unsere Kletterwand des Landesverbandes Bayern wird von der Bezirksjugend München verwaltet. Ausleihen kann sie jeder gegen eine Gebühr von 100 €. Für NaturFreundeorganisationen ist das Ausleihen kostenfrei. Die Kletterwand ist auf einem Anhänger (2000 kg gebremst) verstaut. Für Übungsleiter und Aufbau müsst ihr selbst sorgen, aber natürlich sind wir auch da gerne behilflich. Näheres auf unserer Homepage: www.nfj-muenchen.de unter Kletterwand, oder bei Rainer Hörgl, Mobil: 0179/ 7616411.

Impressum

Redaktion nfj nochmal (V.i.S.d.P.):

Chrissi Probst

Jugendleitung:

Chrissi Probst, Daniel Seidl, Thomas Zachmayer

leitung@nfj-muenchen.de

Kasse:

Philipp von den Hoff

kasse@nfj-muenchen.de

Schriftführung:

Cornelia Stranzinger

Referat Sport/Bergsteigen:

Michael Stranzinger, Leo Heidemann, Martin Kronthaler

sport@nfj-muenchen.de

Referat Öffentlichkeit / nfj-nochmal:

Leo Heidemann

nochmal@nfj-muenchen.de

IT-Beauftragter / Webmaster:

Leo Heidemann, Daniel Seidl

webmaster@nfj-muenchen.de

Referat Kultur:

Hier könnte dein Name stehen!

kultur@nfj-muenchen.de

Vertrauensperson:

Matthias Ecker

vertrauensperson@nfj-muenchen.de

Beisitzer:

Monika Schwarzbaur, Sonja Seidl,

Rainer Hörgl

Alle Fotos: NaturFreundeJugend

www.nfj-muenchen.de

Bankverbindung der Jugend:

IBAN: DE96701500001001866530

BIC: SSKMDEMM

Was war

Hoher Besuch am Bootshaus

Selten ist bei uns am Bootshaus eine Bundesministerin zu Gast. In diesem Sommer aber hatte der SPD-Bundestagskandidat für München-Süd, Sebastian Roloff, die Bundesministerin für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit, Svenja Schulze, zu einem Fachgespräch eingeladen. An dieser hochkarätigen Veranstaltung nahmen u.a. auch der Landesvorsitzende der SPD, Florian von Brunn, und Spitzenvertreter der Umweltverbände teil. Nachdem Svenja Schulze ihre zentralen Positionen erläutert hatte, sprach sich der Vorsitzende des Bund Naturschutz, Richard Mergner, für einen Begriff von Umweltschutz aus, der den ganzen Menschen in den Mittelpunkt stellt. Dies konnte Dr. Dieter Groß als Fachreferent für die NaturFreunde nur bestätigen. Weiter führte er aus, ökologische, soziale, technische und auch friedenspolitische Aspekte seien als Einheit zu denken; allein auf Markt und wachstumsorientierten Fortschritt zu setzen, verkenne die Dringlichkeit der anstehen-

den und eng miteinander verwobenen Probleme. Im Sinne einer gezielten und koordinierten sozialökologischen Transformation könnten diese nur durch aktives politisches Gestalten gelöst werden.

Anschließend blieb noch Zeit für eine offene Diskussion.

Musikalisch begleitet wurde die Veranstaltung von dem Münchener Liedermacher Roland Hefter. Nach dem offiziellen Teil schätzten die Gäste die lockere Atmosphäre im Biergarten des Bootshauses für zwanglose Gespräche, bei denen auch wir NaturFreunde Kontakte knüpfen konnten.

Für unseren Bezirksvorsitzenden Rainer bedeutete es einen ziemlichen Arbeitsaufwand, auf dem Bootshausgelände



ein Zelt für die Veranstaltung aufzubauen, das unter den zu dieser Zeit geltenden Coronabedingungen groß genug war, um die erforderlichen Mindestabstände einzuhalten. Die SPD zeigte sich mit einer Spende für unseren Spielplatz erkenntlich, und Sebastian Roloff hat versprochen, als gewählter Bundestagsabgeordneter uns NaturFreunde nächstes Jahr nach Berlin einzuladen.

Christine Eben

Dritter Versuch: Radwanderreise München - Prag vom 07.-15.05.2022

Da bekanntlich alle guten Dinge drei sind, hoffen wir, dass die Radreise nach Prag im kommenden Jahr möglich ist. Wir haben eine Gesamtstrecke von ca. 460 km auf Tagesetappen mit 60 bis 85 km verteilt. Wir halten uns nicht ausschließlich an die klassische Streckenführung, sondern haben auch Alternativrouten ausgesucht, die wir für attraktiv halten. In Prag übernachteten wir zweimal, so dass auch Zeit bleibt, die Stadt zu erkunden. Naturfreundlich werden wir unser Gepäck selbst transportieren und für die Rückfahrt den Zug von Prag nach München nehmen. Übernachtung in

Pensionen und Hotels. TN-Gebühr für NF-Mitglieder 90,00 € zzgl. Kosten für Übernachtung, Verpflegung, Eintritte, Bahntransfer. Infos und Anmeldung (bis 27.03.2022) bei s.deubler@arcor.de

Stefan Deubler



Impressum

Herausgeber:

NaturFreunde Deutschlands
Bezirk München e.V.
Zentralländstraße 16, 81379 München
Telefon: 089/201 57 77
Telefax: 089/202 15 07
info@naturfreunde-bezirk-muenchen.de

Bankverbindung:

IBAN: DE27 7015 0000 0000 1594 42
BIC: SSKMDEMXX

Geschäftszeiten:

Donnerstag: 10:00 bis 18:00 Uhr
Parteiverkehr: 16:00 bis 18:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Redaktion: Rainer Hörgl (V.i.S.d.P.)

Layout: Claus Otrembnik

Druck: Druckerei Westphal GmbH

Auflage: 1700

Es gelten die Anzeigenpreise von 1.10.2018
Berg frei! erscheint viermal jährlich.

Was war

Alles neu macht der Oktober – Spielplatzumbau am Bootshaus

Da unser Spielplatz nun schon sehr in die Jahre gekommen ist, haben wir letztes Jahr einen Antrag auf Bezuschussung an den Bezirksausschuss Thalkirchen gestellt. Zu unserer Überraschung wurde diesem sogar ohne Selbstbeteiligung stattgegeben. Also wurde am 2. Ok-



tober mit dem Abbau der alten Spielgeräte begonnen, Sand wurde Richtung Schaukel geschaufelt, damit wir nicht so viel neuen benötigen. Pünktlich am Montag, 3. Oktober, 7 Uhr früh wurde mit dem Auskoffern durch die Fa. Georg Link begonnen. Das heißt, der Bereich des Spielplatzes wurde 40 cm tief ausgebagert. Zeitgleich haben wir noch einen Bereich hinter der Buchshecke von Humus und Grasnarbe befreit. Anschließend wurde eine Erde-Sand-Mischung aufgebracht, um hier ein Feld mit Magerrasen entstehen zu lassen. Jetzt sind hier ein-



und mehrjährige Pflanzen angesät. Damit nicht nur die Bienen Nahrung finden. Innerhalb von zwei Tagen waren die Großspielgeräte aufgebaut, so dass wir am Freitag, den 7. Oktober bereits die ersten 36 Tonnen Sand geliefert bekommen. Dieser Sand wurde innerhalb von zwei Tagen verteilt und eine Woche später kamen nochmal 36 Tonnen Sand dazu. Inzwischen erfreut sich der Spielplatz

großer Freude und ist sehr frequentiert. An dieser Stelle mein Dank an die zahlreichen Helfer aus dem Bereich der NaturFreunde und NaturFreunde-Jugend sowie den Helfern aus den Gästen des Biergartens.

Dank auch an den Bezirksausschuss Thalkirchen für die finanzielle Unterstützung.

Danke an die NaturFreunde-Jugend Bezirk München für die Kostenübernahme der Auskoffierung und der Sand-Befüllung. Übrigens wird der Spielplatz anlässlich unserer Wintersonnwendfeier am 18. Dezember eingeweiht. Wir hoffen auf zahlreiche Gäste aus den Kreisen von NaturFreunden und den Unterstützern. Berg frei! Rainer



Was war

NaturFreunde unterwegs

Tourenvorschlag: Kaiserin-Sisi-Weg von Feldafing nach Possenhofen

Ein gemütlicher Nachmittagsspaziergang steht uns bevor. Wir starten unsere Runde am Steg-1-Kiosk und gehen am See entlang, vorbei am „Paradies“, dem Badestrand am Starnberger See, nach Possenhofen. Bald stehen wir vor dem berühmten Schloss Possenhofen, in dem die spätere Kaiserin Elisabeth von Österreich ihre Kindheit verbrachte. Erbaut wurde das Schloss bereits 1538. Ein paar Eigentümer später erwarb Herzog Max in Bayern im Jahr 1834 das Anwesen. Besichtigen kann man das Schloss leider nicht.



na und zu Wissenswertem zum Starzenbach angelegt.

Am Ende der Schlucht sind wir wieder in Possenhofen. Vorbei an dem neu gestalteten Marktplatz und am Schloss Possenhofen führt uns der Weg zurück zu unserem Ausgangspunkt, dem Steg-1-Kiosk.

Die Strecke ist auch kinderwagentauglich und kann prima mit der S-Bahn erreicht werden.

Berg frei!

Rudi Seidl

OG Obersendling Hochkopf

Weiter geht es am See entlang bis zur Anlegestelle der Roseninsel. Nun verlassen wir das Seeufer und gehen entlang dem Golfgelände des Golf-Clubs nach Feldafing. Hier sollte man sich vor tiefliegenden Golfbällen in Acht nehmen, Warnschilder weisen zumindest darauf hin. Vorbei am Hotel Kaiserin Elisabeth, das schon bessere Zeiten gesehen hat, gehen wir über die Bahnhofstraße und die Johann-Biersack-Straße zum Pöckinger Fußweg.

Nach dem letzten Haus führt ein Weg rechts hinab in die Starzenbachschlucht oder auch Wolfsschlucht. Hier ist ein Lehrpfad über die örtliche Flora und Fau-



Was war

Reise nach Arco

Liebes Reisetagesbuch, wir sind seit Samstag zum zweiten Mal wieder in Arco dabei. Wir haben zwar am Sonntag einen Pavillon aufgebaut, aber wegen Corona musste sich jeder um sein Essen selber kümmern (und auch sein Geschirr selber spülen). Zum Klettern waren wir am Sonntag bei den Felsen in Dro und haben da nochmal alles wiederholt, was man zum Klettern können muss: Gurt anziehen, Knoten, Sichern und so weiter. Eine von den Routen ist mein Papa nicht hochgekommen, aber ich schon!



Montag war dann Halloween, da sind in der Stadt am Marktplatz ganz viele verkleidete Kinder rumgelaufen, die in alle Läden gegangen und Süßigkeiten eingesammelt haben („Dolcetto o Scherzetto!“). Leider war das Wetter nicht so gut, deswegen haben wir in der Stadt mit dem Leo Kletterzeug angeschaut, aber keins benutzen können. Die zwei Kugeln Eis für den Tag hab ich wegen des Regens auf Dienstag verschoben.

Am Dienstag hab ich dann in San Martino meinen ersten Vorstieg gemacht mit Karabinern, die mir Stefan und Michi geliehen haben. Mein Papa musste zum



Training zwei Routen jeweils vier Mal klettern, danach war er ganz schön fertig! Außerdem haben wir dort Klettermaterial gefunden und einen Zettel hinterlegt, aber es hat sich niemand mehr gemeldet, um es abzuholen. Meine vier Kugeln Eis (zwei von gestern und zwei von heute) konnte ich nicht essen, die musste ich auf den nächsten Tag schieben.

Der Mittwoch war wieder ziemlich regnerisch, was wir für eine Wanderung zu ein paar Höhlen genutzt haben. Ein paar Leute hatten ihre Kameras und bunte Lichter dabei und Lora Joy und ich haben dann Fotomodell gespielt. Insgesamt sind wir ganz schön nass zurückgekommen. Die sechs Kugeln Eis habe ich wieder nicht bekommen.



Eigentlich hätten wir heute heimfahren müssen, aber Papa hat mit Mama erfolgreich verhandelt, dass wir bis Samstag bleiben dürfen. Also waren wir heute im Klettersteig Rio Sallagoni durch eine Schlucht unterhalb der Burg Drena mit coolen Seilbrücken über den Bach. Da-



nach waren wir in Arco noch Klettermaterial shoppen. Meine acht Kugeln Eis konnte ich leider nicht essen, weil die Eisdien alle schon zu hatten. Müssen wir wohl auf nächstes Jahr schieben.

Morgen wollen wir noch einen Klettersteig gehen, aber welchen wissen wir



noch nicht. Am Samstag räumen wir dann alles wieder auf und fahren nach Hause.

Für Ostern hat Papa uns schon wieder angemeldet, da freu ich mich schon drauf. Und bis dahin wünsche ich mir zu Weihnachten noch Klettermaterial.

Bis dann!

Lea



5 Fragen an Manuel Runge

Warum bist du NaturFreund geworden?

Max und Alex hatten mich bereits vor längerer Zeit schon ein paar Mal zum Paddeln mitgenommen. Nach einer längeren pandemiebedingten Zwangspause habe ich dann dieses Jahr wieder mit dem Paddeln angefangen und beschlossen, Mitglied bei den NaturFreunden zu werden.

Welche NaturFreunde-Aktivitäten magst du besonders?

Bislang war ich abgesehen vom Klettersteiglehrgang im Ötztal ausschließlich beim Paddeln dabei. Da ich aber viel und gerne am Berg unterwegs bin, kann ich mir vorstellen, dass zum Paddeln bald noch Canyoning, Klettersteige, Klettern, Skifahren und Bergsteigen dazukommen.

Worauf freust du dich dieses Jahr besonders?

Einen schönen Spätsommer, der noch Touren in die höheren Bergregionen erlaubt (Ein paar Touren möchte ich dieses Jahr noch machen). Wenn es klappt in Arco bei der Kletterfreizeit dabei zu sein.



Welchen Ort magst du besonders?

Einen speziellen Ort nicht. Im Generellen die Stille und Aussicht, wenn man allein in den Bergen unterwegs ist. Ich bin aber auch gerne mit Freunden unterwegs :-)

Was könnten die NaturFreunde besser machen?

Gerade für Neumitglieder ist die Aufteilung bzw. der Unterschied zwischen den

Ortgruppen und dem Bezirk nicht direkt ersichtlich. Ein gemeinsamer Veranstaltungskalender könnte da helfen. Dann müsste man nicht mehr das Programm aller 16 Ortsgruppen + Bezirk nach interessanten Unternehmungen durchforsten.

NaturFreunde Verlagsartikel



Memory aus Birkenholz
nur 4,25 €



Sicherheitsweste 5,25 €

EN 20471 zertifiziert
Verfügbare Größen: M und XL



Schlauchschal
in Rot, von der
Fa. Buff

**Preis für Münchner
NaturFreunde 17,20 €**



**Filz-Shopper ~~19,95 €~~
nur noch 16,00! €**

Innenfach mit
Reißverschluss



Taschenschirm 16,95 €

Ca. 97 cm Durchmesser,
geschlossen ca. 28 cm lang, ca.
352 g leicht, autom. öffnend und
schließend, Windproof-System,
Soft-Touch-Griff mit farbigen Griff-
ringen (limette oder rot), Futteral
mit Tragegurt. Das NF-Logo ist
silberfarben aufgedruckt.



Rollup-Rucksack ~~54,90 €~~

**Sonderpreis für Münchner
NaturFreunde 52,00 €**



Holz-Jojo 1,00 €



**Glasflasche mit Neopren-
überzug 10,00 €**



Armycap 19,50 €

Leichtes Cap in modischer
„Military“- Form mit 3-fach ge-
stepptem Schirm und silberfarbe-
nem verstellbarem Klemmver-
schluss in der Farbe grau.



Notizbuch ~~12,95 €~~

**Sonderpreis für Münchner
NaturFreunde 11,75 €**



Shoppingtasche, Fa. Reistenthel 15,95 €

Volumen: 15 Ltr., Reißverschluss,
verschiebbare Innentasche, wasser-
abweisend, Farben: schwarz oder
dunkelblau/rot, silberfarbenes Logo



Isolierflasche, Edelstahl 12,50 €

Ca. 0,75 Ltr., farbig lackiert, doppelwandig,
Anti-Rutsch-Matte mit Schnellverschluss,
Logogravur



**Grillschürze: Sonderpreis
solange Vorrat reicht 14,95 €**

Mit NF-Logo und „für eine natur-
freundliche Welt“ bestickt.
Farbecht, waschbar bis 60 °C,
Grammatur 240 g/m². Gr. 73 x 80 cm



Tasse, neues Design 6,45 €



Reise-Necessaire 10,00 €

2 Hauptfächer mit 2-Wege-
Reißverschlüssen und je 3
Einsteckfächern



Frühstücksbrett „cut and eat“ 12,95 €

Maße: 240 x 160 x 12 mm.
Extra scharfes
Frühstücks-
messer mit
Wellenschliff.
Schneidbrett aus Bambusholz.
Das Messer wird durch einen
Magneten perfekt in der
gefrästen Mulde gehalten.