

Sport

NaturFreunde
DEUTSCHLANDS



Bezirk München •Tourenprogramm•

Oktober 2023
bis März 2024



Bergsteigen Klettern Wandern Skitouren



Canyoning MTB Radtouren Sport Wassersport

Geschäftsstelle

NaturFreunde Deutschlands Bezirk München e.V.

Zentralländstraße 16

81379 München

Tel.: 089-201 57 77

Fax: 089-202 15 07

E-Mail: info@nfbm.de

Homepage: www.naturfreunde-bezirk-muenchen.de

Hier gibt es
auch die
NaturFreunde
Programme
Jugend, Kultur,
Senioren



Geschäftszeiten

Donnerstag 10:00 Uhr - 17:00 Uhr

(Bitte vorher anrufen)

Impressum

Herausgeber:

NaturFreunde Bezirk München e.V.

Zentralländstraße 16 · 81379 München

Telefon: 089-201 57 77 · Telefax: 089-202 15 07

E-Mail: info@nfbm.de

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

Sissi Wieland, Thomas Huttenlocher, Marc Möller

Stand: 01.04.2023

Fotos: Eigenarchiv, wenn nicht anders angegeben

Eigendruck im Selbstverlag



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Bau und Verkehr

www.naturfreunde-bezirk-muenchen.de

Inhaltsverzeichnis

Rückblicke 2023	4	Wassersport-Angebote	27
Allgemeine Toureninfos.....	5	Rettung und Infos im Alpenraum	28
Tourenbewertung	6	Haftung & Teilnahmebedingungen.....	29
Tourenführer Bergsteigen.....	8	Anmeldung für Minderjährige	30
Allgemeine Angebote	10	Mitgliedsantrag.....	31
Verleih der mobilen Kletterwand	14		
Tourenangebote.....	19		
Tourenführer MTB & Radwandern	24		
MTB- & Radwander-Angebote.....	24		
Tourenführer Wassersport.....	26		

Jahreskalender mit Übersicht der Sporttermine in der Heftmitte zum Herausnehmen.

Vorwort

**Liebe NaturFreund:innen,
liebe Bergsteiger:innen,**

nachdem wir die Corona-Pandemie zumindest augenscheinlich hinter uns gelassen haben, strebt jeder wieder nach einem normalen Alltag, nach Stabilität und Sicherheit. Die Vielzahl an schlechter Nachrichten erschlägt einen jedoch fast täglich - sei es der fortwährende Ukraine-Krieg, unterschiedlichste Naturkatastrophen rund um den gesamten Globus und nicht zuletzt auch der eskalierte Nahostkonflikt.

Die Suche nach „Normalität“ ist oft ein individueller und kollektiver Prozess, der von Resilienz und Solidarität geprägt ist - dazu gehören für mich gewissermaßen auch gemeinsame Outdoor-Aktivitäten. Ein toller Nebeneffekt: Während wir beim Sport gleichzeitig unsere Umwelt erkunden, stärken wir auch unser Bewusstsein für die Schönheit und Fragilität der Natur sowie unsere Motivation, diese durch ein nachhaltiges und bewusstes Handeln zu bewahren.

Lasst Euch von uns auf eine der Touren aus diesem Winterprogramm in zauberhafte Landschaften entführen.

Unser gesamtes Team freut sich auf Euch. Wir sehen uns!

*Für das gesamte Referat Bergsteigen
Berg frei!*

Thomas Huttenlocher



GRAPHISCHE WERBUNG

SIEBDRUCK • TEXTILDRUCK • DIGITALDRUCK

Textildruck

(T-Shirts, Sweater, Poloshirts, Caps, uvm.)

Aufkleber + Etiketten

Bandenwerbung

Werbeplanen in vielen Farben und Größen

Fahrzeug- und Schaufensterbeschriftung

Firmenschilder + Leuchtkästen

Geschäftsdrucksachen



**Wir bedrucken,
besticken oder beflocken
Textilien mit Ihren Logos
und Motiven
zu günstigen Preisen!**
(auch Kleinauflagen und Einzelstücke)

Hohenbrunner Strasse 9 • 85640 Putzbrunn
Fon 089 / 6 01 00 31 • Fax 089 / 6 01 77 94
www.graphische-werbung.de

Rückblicke 2023



Hochtour auf den Ortler



„Inklusives“ Schnupperklettern



Hochtouren im Stubaital



Bergtour auf den Hochwanner



Klettern im Wilden Kaiser



Klettern an der Schärtenspitze

Allgemeine Toureninfos

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt beim zuständigen Tourenführer/ Übungsleiter/ Verantwortlichen; dieser ist ersichtlich aus der jeweiligen Ausschreibung.

Anzahlung:

Anzahlungen werden vor Ort mit der Unterkunft verrechnet. Unter Verwendungszweck unbedingt Tourennummer angeben. Bereits bei Anmeldung ist die Teilnehmergebühr fällig.

Teilnehmergebühr:

Bei den Teilnehmergebühren handelt es sich um eine Führungs- bzw. Organisationspauschale. Sie beinhaltet, außer wenn ausdrücklich in der Ausschreibung angegeben, nicht die Kosten für Anreise, Unterkunft, Verpflegung, Bergbahnen etc.

Vereinskonto:

NaturFreunde Bezirk München e.V.
Bank: Stadtparkasse München
IBAN: DE 27 7015 0000 0000 1594 42
BIC: SSKMDEMMXX

Anreise:

Die Anreise zu den Veranstaltungen und Touren erfolgt in der Regel im privaten PKW. Die Bildung von Fahrgemeinschaften wird angestrebt. Die Fahrtkosten werden unter den Teilnehmern aufgeteilt. Es sollten nur ausgewiesene Parkplätze benutzt werden.

Lärm / Abfall:

Auch in größeren Gruppen sollte man sich ohne Lärm in der Natur bewegen – aus Rücksicht auf Wildtiere und andere Natursuchende. In der Natur sollte man keine Spuren hinterlassen, schon gar nicht in der sensiblen Hochgebirgswelt. Weggeworfener Abfall gefährdet Tiere die sich daran verletzen oder daran ersticken können.

Tourenbewertung

Alle Touren werden nach drei Punkten klassifiziert:



Kondition



Bergerfahrung



Technik

Jeweils in den Schwierigkeitsgraden von **1 bis 5** in der entsprechenden Sportart. Die genaue Erklärung steht auf der nächsten Doppelseite.

Tourenbewertung

	Kondition	Bergerfahrung	Technik	
				
			Fels	Skitour
1	Bis zu 1 Std. Bis zu 300 Hm	Keine Bergerfahrung erforderlich.	Sportklettern bis 3c Alpinklettern bis UIAA I-II Wassereisklettern WI 1 Mixedklettern M 2	Aufstieg: Keine Vorkenntnisse erforderlich. Abfahrt: Beherrschung des Stemschwungs in unpräpariertem Gelände.
2	Bis zu 3 Std. Bis zu 600 Hm	Erste Bergerfahrung erforderlich.	Sportklettern bis 4c Alpinklettern bis UIAA III Wassereisklettern WI 2 Mixedklettern M 4	Aufstieg: Erste Skitourenerfahrung Vorhanden. Abfahrt: Sicheres Abfahren in unpräpariertem Gelände.
3	Bis zu 5 Std. Bis zu 1000 Hm	Bergerfahrung erforderlich. Nicht für Anfänger geeignet.	Sportklettern bis 5c Alpinklettern bis UIAA IV Wassereisklettern WI 3 Mixedklettern M 5	Aufstieg: Sichere Aufsteigstechnik, auch Spitzkehren; Gipfelanstieg zu Fuß. Abfahrt: Beherrschen des Parallelschwungs; Spurfahren.
4	Bis zu 7 Std. Bis zu 1400 Hm	Große Bergerfahrung erforderlich. Nur für selbstständige Alpinisten.	Sportklettern bis 6a Alpinklettern bis UIAA V Wassereisklettern WI 4 Mixedklettern M 6	Aufstieg: Sichere Aufsteigstechnik, auch Spitzkehren, ggf. angeseilt, Gipfelanstieg mit Steigeisen. Abfahrt: Beherrschen des Parallelschwungs in allen Schneearten; Spurfahren, Abfahren am Seil.
5	Bis zu 9 Std. Bis zu 1800 Hm	Sehr große Bergerfahrung erforderlich. Nur für absolut selbstständige Alpinisten.	Sportklettern 6b und schwerer Alpinklettern bis UIAA VI Seilfreies gehen bis UIAA III Wassereisklettern WI 5 Mixedklettern M 8	Aufstieg: Sichere Aufsteigstechnik, auch Spitzkehren, ggf. angeseilt, Gipfelanstieg mit Steigeisen bis UIAA 3. Abfahrt: Nur für absolut sichere Skifahrer in allen Schneearten; Spurfahren, Abfahren am Seil.

Technik				
				
Wandern/Hochtouren	Klettersteig	MTB	Freeride	Canyoning
Gehen auf befestigten Wegen	Trittsicherheit und Schwindelfreiheit Schwierigkeit A	Kein besonderes fahrtechnisches Können nötig	Anfängerlevel Hangneigung nie über 30 Grad offenes Gelände	Leicht kurze Schwimmstrecken, Seil nötig, gehen im einf. Gelände
Gehen meist auf befestigten Wegen, kurzzeitig auch wegloses Gelände	Allgemeine Sportlichkeit Armkraft vorhanden Schwierigkeit B	Sicheres Bremsen, sauberes Schalten am Berg	Wenig techn. Schwierigkeiten Hangneigung nie über 35 Grad	Wenig schwierig Schwimmstrecken, ca. 10m, 15m abseilen, Kletterstellen
Befestigte Wege und wegloses Gelände wechseln sich ab kurze Gletscherpassagen möglich	Gute Armkraft vorhanden Kletterkönnen Schwierigkeit C	Fahrtechnische Grundkenntnisse nötig, Hindernisse können überrollt werden	Technische Abschnitte Hangneigung anhaltend 35 Grad mit kurzen steileren Stücken	Ziemlich schwierig Schwimmstrecken ca. 50m, 30m abseilen, UIAA 3
Hauptsächlich wegloses Gelände Gletscherpassagen bis 45 Grad Sicheres gehen mit Steigeisen UIAA 2	Sehr gute Armkraft vorhanden, auch über längere Zeit Sportklettererfahrung Lange überhängende Passagen Schwierigkeit D	Fortgeschrittene Fahrtechnik nötig, flache Absätze und Treppen, leichte Spitzkehren	Enge Rinnen steile Hänge, anhaltend 40-45 Grad.	Schwierig lange Schwimmstrecken, abseilen mehr als 30m, UIAA 5
Wegloses Gelände Gletscherpassagen über 45 Grad Beherrschen der Steigeisentechnik Kletterei nach UIAA 3	Sehr gute Armkraft vorhanden, auch über längere Zeit Sportklettererfahrung Lange überhängende Passagen Schwierigkeit E	Verblockt, hohe Absätze, enge Spitzkehren, sehr gute Bike-Beherrschung nötig	Sehr steiles Gelände Anhaltend 45 Grad und steiler	Äußerst schwierig Wildwasserprobleme, lange Abseilstellen, UIAA 6

Tourenführer Bergsteigen



Haidacher, Steffen
Trainer C Skitouren

E-Mail: steffen.haidacher@gmx.de
Mobil: 0179-7354939



Heinrich, Florian
Trainer B Alpinklettern
Trainer C Sportklettern
-Inklusion

E-Mail: kontakt@florian-heinrich.de
Tel.: 089-12135803



Huttenlocher, Thomas
Trainer B Alpinklettern
Trainer B Hochtouren

E-Mail: bergfrei@alpenjodel.de
Tel.: 089-23050621



Möller, Marc
Trainer C Skitouren

E-Mail: marc-moeller@gmx.net
Mobil: 0151-18252839



Rackl, Beate
Trainer C Bergwandern
[ZQ Schneeschuhbergsteigen]

E-Mail: info@happy-beaty.de
Mobil: 0177-1707575



Rackl, Günther
Trainer C Bergsteigen
Trainer C Skitouren

E-Mail: guenther@rackls.eu
Mobil: 0173-8647747



Herold, Dagmar
Trainer C Sportklettern
Trainer B Alpinklettern

E-Mail: dagmar@herold-heimstetten.de
Mobil: 0174-3038821



Herold, Kalli
Trainer C Sportklettern
Trainer B Alpinklettern

E-Mail: kalli@herold-heimstetten.de
Mobil: 0172-8916165



Rhode, Juliane
Trainer C Sportklettern

E-Mail: rhode.juliane@gmail.com
Tel.: 089- 20970486



Rhode, Sebastian
Trainer C Skitouren
Variantenführer

E-Mail: sebrhode@gmail.com
Mobil: 0151-40767993



Heidemann, Leo
Trainer B Alpinklettern

E-Mail: leo@nfj-muenchen.de
Mobil: 0151-70089413



Hofmann, Goggo
Trainer C Hochtouren
Trainer C Skihochtouren

E-Mail: angohof@web.de
Tel.: 089-45205473



Sander, Raphael
Trainer B Alpinklettern
Trainer B Hochtouren
Trainer B Skihochtouren

E-Mail: raphael.sander@gmx.de
Mobil: 0170-4867907



Seidl, Rudi
Trainer C Bergsteigen

E-Mail: ruse.dachau@gmail.com
Mobil: 0172-3132967



Hörgl, Franziska
Trainer C Bergsteigen

E-Mail: franziska.mundigl@gmx.de
Mobil: 0176-24154206



Hörgl, Rainer
Trainer C Bergsteigen

E-Mail: rainer@metzgersepp.de
Tel.: 08170-9984922



Stranzinger, Michael
Trainer C Hochtouren
Trainer B Skihochtouren

E-Mail: klettern@nfj-muenchen.de
Mobil: 0179-2283538



Wieland, Klaus
Trainer C Alpinklettern
Trainer C Mountainbike
Trainer B Skihochtouren

E-Mail: klaus@elektro-wieland.de
Mobil: 0171-6419116

Referat Bergsteigen

Allgemeine Angebote

A:mail **E-Mail-Verteiler**
bergsport@nfbm.de

Keine Tour mehr verpassen!

Das Referat Bergsteigen des Bezirks München der Naturfreunde bietet für alle Bergsportinteressenten und Gebirgsfreunde viele verschiedene Aktivitäten an. Alle Kurse und Touren werden von ausgebildeten Trainern (Stufe C bzw. B) geleitet. Das breite Angebot beinhaltet ein- und mehrtägige Touren und Ausflüge für verschiedenste Ansprüche – von der gemütlichen Genusswanderung mit ausgeprägtem Einkehrschwung bis zur mehrtägigen Hochtour. Für jedes Niveau ist etwas dabei, also runter von der Couch und rauf auf den Berg!

Beim **Schnupperklettern** können Interessierte und Neugierige sich ausprobieren und im Anschluss einen Kletterkurs besuchen. Bei entsprechendem Können kann auch der Kletterschein erworben werden. Um nicht aus der Übung zu kommen, um sich mit anderen Kletterbegeisterten auszutauschen und um zu trainieren gibt es auch einen **regelmäßigen Klettertreff**.



Wer danach dann den Schritt von der Kletterhalle an den Fels wagen möchte, kann dies bei einer der Familienkletterfreizeiten tun und im Anschluss einen der **Alpin-Kletterkurse** besuchen.

Die **Kletterfreizeiten** bieten aber nicht nur pures Klettervergnügen für Junge und Junggebliebene, Familien, Singles, Genusskletterer und Ehrgeizige, sondern auch ein vielfältiges Rahmenprogramm aus gemeinsamen Ausflügen, Wanderungen und Rad-/MTB-Touren. Die Sommersaison nutzen wir aber auch, um Klettersteige zu erklimmen, über Gletscher zu wandern und hohe Berge zu besteigen.



Auch die Kinder kommen bei uns nicht zu kurz: Bei den **Kinder- und Familienbergfreizeiten** gehen wir zusammen zum Klettern, Bergwandern, Zelt'In oder wagen uns gemeinsam an Klettersteige. Und zur Beruhigung für all diejenigen, die nicht gerne zu Fuß gehen: natürlich geht's auch per Mountainbike bergauf und bergab. Vom einfachen Fahrtechniktraining bis zum Singletail quer über die Alpen.

Doch natürlich sind wir auch im Winter unterwegs:

Egal ob auf **Skitour, Schneeschuhwanderung** oder beim **Freeriden**.



Auch hier gibt es ein modulares Kurskonzept vom Skitourenkurs für Anfänger bis hin zur Skihochtour in vergletschertem Hochgebirge.

Ausreden gibt's also keine mehr!

Wir würden uns freuen, wenn Du bald bei einem unserer Angebote vorbeischaust. Informationen über das Kursprogramm sowie über unsere Touren findest du hier im Programm.

Gerne informieren wir Dich regelmäßig via E-Mail über anstehende Touren aus diesem Programm oder über kurzfristig angebotene Touren.

Um Dich anzumelden sende einfach eine E-Mail an:

bergsport@nfbm.de

A:climb Offener Klettertreff
immer dienstags ab 18:00 Uhr

Art:	Training
Beschreibung:	Jeden Dienstag ab 18:00 Uhr treffen sich die NaturFreunde zum Klettern. Wer mitmachen will, kann einfach vorbeikommen.
Voraussetzung / Können:	Kletterschein Basic oder vergleichbares Können
Ort / Treffpunkt:	NaturFreunde Kletterhalle (D-85221 Dachau, Wettersteinring 14.) www.kletterhalle-dachau.de
Anreise:	Eigenverantwortlich
Altersgruppe:	Ab 16 Jahren
Gebühr:	für NF-Mitglieder vergünstigter Halleneintritt
Organisator:	Referat Bergsteigen
Sonstiges:	Bei Bedarf können wir neue Kletterer betreuen. Hierfür unbedingt vorher anmelden!

A:circuit Zirkeltraining
immer mittwochs 18:30 Uhr

Art:	Training
Beschreibung:	Aufwärmprogramm, Sportübungen für den ganzen Körper und Dehnübungen je nach persönlicher Fitness.
Voraussetzung / Können:	Allgemeine Sportlichkeit
Ort / Treffpunkt:	Georg-Büchner-Realschule Sportstätte - Halle 1 (D-80686 München, Droste-Hülshoff-Straße 5)
Anreise:	Öffentliche Verkehrsmittel, Fahrrad
Teilnehmerzahl:	Min. 1 Person
Altersgruppe:	Ab 10 Jahren
Gebühr:	Keine
Organisator:	Alex Wieland (Anmeldung unter 0151-67213109 oder alex@elektro-wieland.de)
Sonstiges:	Jeden Mittwoch außer in den Schulferien!



A.10251 Mentaltraining für Kletter*innen
5 Termine, jeweils mittwochs 18:00 bis 19:30 Uhr:
25.10. / 08.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11.2023



Art:	(Grund-)Kurs
Beschreibung:	Mentales Training ist nicht nur für Leistungssportler*innen in der Wettkampfvorbereitung gewinnbringend:



Um die persönlichen (sportlichen) Herausforderungen zu meistern, ist es wichtig, sich im entscheidenden Moment auf das Wesentliche zu fokussieren und effektiv und zielorientiert zu handeln.

In diesem Grundkurs lernen wir verschiedene Techniken aus dem Mentaltraining kennen, um auf mentale Weise Bewegungsabläufe zu optimieren, die Selbstmotivation zu fördern, Aufmerksamkeit und Konzentration zu steigern, psychische Spannungen abzubauen und ganz allgemein das seelisch-körperliche Wohlbefinden zu verbessern. Wir lernen, unsere Vorstellungskraft bewusst und gezielt zu trainieren, um Gedanken und Handeln perfekt in Einklang zu bringen.

Voraussetzung / Können:	- keine -
Ort / Treffpunkt:	NaturFreunde Kletterhalle (D-85221 Dachau, Wettersteinring 14.) www.kletterhalle-dachau.de
Anreise:	Um naturfreundliche Fahrgemeinschaften wird gebeten! Anreise auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln möglich!
Teilnehmerzahl:	max. 12 Personen
Gebühr:	Mitglieder 75 € / Gäste 90 € (TN-Gebühr ohne Eintritt in die Kletterhalle)
Organisator:	Beate Rackl (Infos: 0177-1707575 oder naturfreunde@happy-beaty.de) (Anmeldung NaturFreunde GS Bayern: schoepf@nf-bayern.de)
Sonstiges:	<u>Ausrüstung:</u> Matte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken, Notizbuch/Tagebuch, Schreibzeug. Dies ist ein Angebot der NaturFreunde Erlebnis Akademie (NFA) Bayern. <u>Anmeldeschluss:</u> 15.09.2023

Verleih der mobilen Kletterwand

Allgemeines: Die Kletterwand des Landesverband Bayern steht allen Ortsgruppen kostenlos, allen anderen gegen Gebühr, zur Verfügung. Sie muss selbst abgeholt und wieder zurückgebracht werden.

Die Kletterwand ist auf einem Anhänger (2000 kg gebremst) verstaut. Eine TÜV-Abnahme ist nicht nötig. Die Nutzung der Kletterwand ist im Rahmen der Vereinsversicherung abgesichert.

Für die Beaufsichtigung müssen mind. ein FÜL sowie zusätzlich zwei weitere geeignete Personen zur Verfügung stehen. Eine rechtzeitige Reservierung ist dringend angeraten.

Größe: Grundfläche etwa 6 x 6 m, Höhe etwa 6 m

Routen: 2 Routen im 3. - 4. Schwierigkeitsgrad

Aufbau: Für den Aufbau sind bei 4 - 5 Personen etwa 1,5 Stunden einzuplanen. Eine Aufbauanleitung und eine Anleitung zum Beladen des Anhängers sind vorhanden.

Reservierung: NaturFreundeJugend Deutschlands Bezirk München
E-Mail: kletterwand@nfj-muenchen.de
Buchungskalender unter: www.nfj-muenchen.de
oder über Rainer Hörgl, Tel. 08170-9984922, Mobil 0179-7616411



Übersicht der Tourenangebote

OKTOBER 2023			NOVEMBER 2023			DEZEMBER 2023		
1	So		1	Mi	Klettern Arco	1	Fr	
2	Mo		2	Do	Klettern Arco	2	Sa	
3	Di		3	Fr	Klettern Arco	3	So	MTB Adventsradeln
4	Mi		4	Sa	Klettern Arco	4	Mo	
5	Do		5	So		5	Di	
6	Fr		6	Mo		6	Mi	
7	Sa		7	Di		7	Do	
8	So		8	Mi	Mentaltraining (2/5)	8	Fr	
9	Mo		9	Do		9	Sa	
10	Di		10	Fr		10	So	
11	Mi		11	Sa		11	Mo	
12	Do		12	So		12	Di	
13	Fr		13	Mo		13	Mi	
14	Sa		14	Di		14	Do	
15	So		15	Mi	Mentaltraining (3/5)	15	Fr	
16	Mo		16	Do		16	Sa	
17	Di		17	Fr		17	So	Eingeh-Skitour
18	Mi		18	Sa		18	Mo	
19	Do		19	So		19	Di	
20	Fr		20	Mo		20	Mi	
21	Sa		21	Di		21	Do	
22	So		22	Mi	Mentaltraining (4/5)	22	Fr	
23	Mo		23	Do		23	Sa	Ski-Wanderung
24	Di		24	Fr		24	So	
25	Mi	Mentaltraining (1/5)	25	Sa		25	Mo	
26	Do		26	So		26	Di	
27	Fr		27	Mo		27	Mi	
28	Sa	Klettern Arco	28	Di		28	Do	
29	So	Klettern Arco	29	Mi	Mentaltraining (5/5) Theorie/Ausrüstungs-Check	29	Fr	
30	Mo	Klettern Arco	30	Do		30	Sa	
31	Di	Klettern Arco				31	So	

Stand: 21.10.2023

JANUAR 2024			FEBRUAR 2024			MÄRZ 2024		
1	Mo		1	Do		1	Fr	
2	Di		2	Fr	Skitourenkurs/Anfänger	2	Sa	
3	Mi		3	Sa	Skitourenkurs/Anfänger	3	So	
4	Do		4	So	Skitourenkurs/Anfänger	4	Mo	
5	Fr		5	Mo		5	Di	
6	Sa	MTB Finale Ligure	6	Di		6	Mi	
7	So	MTB Finale Ligure	7	Mi		7	Do	
8	Mo	MTB Finale Ligure	8	Do		8	Fr	Skitourentage Lechtal / Namlos
9	Di	MTB Finale Ligure	9	Fr		9	Sa	Skitourentage Lechtal / Namlos
10	Mi	MTB Finale Ligure	10	Sa		10	So	Skitourentage Lechtal / Namlos
11	Do	MTB Finale Ligure	11	So		11	Mo	Skitourentage Lechtal / Namlos
12	Fr	MTB Finale Ligure	12	Mo		12	Di	
13	Sa	MTB Finale Ligure	13	Di		13	Mi	
14	So		14	Mi		14	Do	
15	Mo		15	Do		15	Fr	
16	Di		16	Fr		16	Sa	Skitourentage Graubünden
17	Mi		17	Sa		17	So	Skitourentage Graubünden
18	Do		18	So		18	Mo	Skitourentage Graubünden
19	Fr		19	Mo		19	Di	Skitourentage Graubünden
20	Sa	Tagesskitour	20	Di		20	Mi	Skitourentage Graubünden
21	So		21	Mi		21	Do	Skitourentage Graubünden
22	Mo		22	Do		22	Fr	Skitourentage Graubünden
23	Di		23	Fr	Skitouren BGL	23	Sa	Skitourentage Graubünden
24	Mi		24	Sa	Skitouren BGL Winterpaddeln	24	So	
25	Do		25	So	Skitouren BGL Winterpaddeln Tagesskitour Alpbachtal	25	Mo	
26	Fr		26	Mo		26	Di	
27	Sa		27	Di		27	Mi	
28	So		28	Mi		28	Do	
29	Mo		29	Do		29	Fr	
30	Di					30	Sa	
31	Mi					31	So	

Stand: 01.04.2023

APRIL 2024			MAI 2024			JUNI 2024		
1	Mo		1	Mi		1	Sa	
2	Di		2	Do		2	So	
3	Mi		3	Fr		3	Mo	
4	Do		4	Sa		4	Di	
5	Fr		5	So		5	Mi	
6	Sa		6	Mo		6	Do	
7	So		7	Di		7	Fr	
8	Mo		8	Mi		8	Sa	
9	Di		9	Do		9	So	
10	Mi		10	Fr		10	Mo	
11	Do		11	Sa		11	Di	
12	Fr		12	So		12	Mi	
13	Sa		13	Mo		13	Do	
14	So		14	Di		14	Fr	
15	Mo		15	Mi		15	Sa	
16	Di		16	Do		16	So	
17	Mi		17	Fr		17	Mo	
18	Do		18	Sa		18	Di	
19	Fr		19	So		19	Mi	
20	Sa		20	Mo		20	Do	
21	So		21	Di		21	Fr	
22	Mo		22	Mi		22	Sa	
23	Di		23	Do		23	So	
24	Mi		24	Fr		24	Mo	
25	Do		25	Sa		25	Di	
26	Fr		26	So		26	Mi	
27	Sa		27	Mo		27	Do	
28	So		28	Di		28	Fr	
29	Mo		29	Mi		29	Sa	
30	Di		30	Do		30	So	
			31	Fr				

Stand: 21.10.2023

- E-Check
- Altbau- und Neubauinstallation
- Lichtgestaltung
- Überspannungsschutz

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

Berg frei, Euer NaturFreunde-Mitglied
 Klaus Wieland



NaturFreunde Bezirk München e.V.
 Zentralländstraße 16 · 81379 München
 Telefon: 089-201 57 77 · Telefax: 089-202 15 07
 E-Mail: info@nfbm.de



- Kunsttransporte
- Verpackung
- Umzugszubehör
- Einlagerungen

Mobil: 0179 / 761 64 11
 Mail: info@der-weisse-handschuh.de
 NaturFreunde-Mitglied OG-Giesing

Tourenangebote

B.11291 Theorie- und Ausrüstungs-Warm-Up für die Skitourensaison Mittwoch 29.11.2023, 18:00 Uhr

Art:	Theorie
Beschreibung:	Auffrischung der Theorie zu Wetter, Lawinen und Tourenplanung. Abschließend noch ein gemeinsamer Test der Ausrüstung vor Beginn der Skitourensaison 2023/2024.
Ort / Treffpunkt:	18:00 Uhr; Bootshaus, Zentralländstraße 16, 81379 München
Anreise:	(wenn möglich) mit öffentlichen Verkehrsmitteln bzw. Fahrrad
Teilnehmerzahl:	Ohne Beschränkung
Altersgruppe:	Ab 12 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Steffen Haidacher
Sonstiges:	Für Ausrüstungs-Test eigene persönliche Ausrüstung (LVS, Sonde, Schaufel, ggf. Rucksack) mitbringen. <u>Anmeldeschluss:</u> 22.11.2023

B.12171 Eingeh-Skitour - Tourensaison 2023/24 Sonntag 17.12.2023



Art:	Tagesskitour (leicht)
Beschreibung:	Eingetour zunächst auf der „Skipiste“ bis zur Kolbensattelalm (ca. 400 Hm), je nach Schnee und Wetter dann noch weiter zum „Zahn“ (plus ca. 350 Hm). Zum Abschluss: Übung der Verschüttetensuche
Voraussetzung / Können:	Sicheres Skifahren in allen Schneelagen.
Ort / Treffpunkt:	08:30 Uhr, U-Bahn-Station Fürstenried-West
Anreise:	In Fahrgemeinschaften (ab Treffpunkt)
Teilnehmerzahl:	Min. 4 max. 12 Personen
Altersgruppe:	Ab 16 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Steffen Haidacher
Sonstiges:	Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung. <u>Anmeldeschluss:</u> 15.12.2023

B.12231 Vorweihnachts-Ski-Wanderung
Samstag 23.12.2023



Art: (Ski-)Wanderung
Beschreibung: Je nach Schneelage wollen wir eine gemeinsame Vorweihnachts-tour im Spitzingsee-Gebiet erleben.
Voraussetzung / Können: Skitourenski oder feste Wanderschuhe
Ort / Treffpunkt: Nach Vereinbarung
Anreise: In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl: Min. 4 max. 12 Personen
Altersgruppe: Ab 14 Jahren
Gebühr: Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator: Klaus Wieland
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung.
 Anmeldeschluss: 22.12.2023

B.01201 Skitour
Samstag 20.01.2024



Art: Tagesskitour (mittel)
Beschreibung: Gemeinschafts-Skitour mit ca. 1.000 Hm.
 Genaues Ziel wird nach aktueller Schneelage festgelegt.
Voraussetzung / Können: Sicheres Skifahren in allen Schneelagen.
 Kondition für 3-4 Stunden Aufstieg.
 Absolvierter Skitouren-Grundkurs.
Ort / Treffpunkt: Nach Schneelage und Vereinbarung
Anreise: In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl: Min. 6 max. 8 Personen / Trainer
Altersgruppe: Ab 14 Jahren
Gebühr: Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator: Raphael Sander
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung.
 Anmeldeschluss: 12.01.2024

B.02021 Skitourenkurs für Anfänger
Freitag 02.02. bis Sonntag 04.02.2024



Art: Kurs
Beschreibung: In dem 2,5-tägigen Kurs sollen Skitourenanfänger die Grundlagen des Skitourengehens erlernen. Es wird ein Mix aus Theorie und Praxis geben. Die Gruppengröße wird extra kleingehalten, um explizit auf die Fragen und Erwartungen der Teilnehmer einzugehen. Alle weiteren Informationen erhalten die Teilnehmer in der Woche vor dem Kurs.

Vorläufige Planung:

Freitagnachmittag / Samstag: Theorie und Praxis im Bootshaus
 Sonntag: Praxis mit geplanter Skitour

Voraussetzung / Können: Sicheres Skifahren in allen Schneelagen.
 Kondition für 3-4 Stunden Aufstieg (bis ca. 1.000 Hm).

Ort / Treffpunkt: Fr/Sa: Bootshaus, Zentralländstraße 16, 81379 München
 So: nach Vereinbarung

Anreise: In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl: Min. 4 max. 6 Personen / Trainer

Altersgruppe: Ab 14 Jahren
Gebühr: Mitglieder 40 € / Jugend ½ Preis

Organisator: Marc Möller
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS) und Notfallausrüstung erforderlich. Anmeldeschluss: 21.01.2024



B.02231 Skitouren in den Berchtesgadener Alpen
Freitag 23.02. – Sonntag 25.02.2025



Art: Skitourentage
Beschreibung: Gemeinsame Skitouren in den Berchtesgadener Alpen. Ziele werden je nach aktueller Schneelage festgelegt.
Voraussetzung / Können: Sicheres Skifahren im freien Gelände.
Ort / Treffpunkt: Nach Vereinbarung
Anreise: In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl: Min. 4 Personen / Trainer
Altersgruppe: Ab 18 Jahren
Gebühr: Mitglieder 15 € / Gäste 30 €
Organisator: Klaus Wieland
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung. Wegen Übernachtungsplanung ist eine frühzeitige Anmeldung erforderlich. Anmeldeschluss: 23.01.2024

B.02251 Skitour im Alpbachtal
Sonntag 25.02.2024



Art: Tagesskitour (mittel)
Beschreibung: Gemeinschafts-Skitour im Alpbachtal mit ca. 1.200 Hm. Genaues Ziel wird nach aktueller Schneelage festgelegt (z.B. Schatzberg, Joel, Saupanzen, Sonnenjoch, Dristkopf).
Voraussetzung / Können: Sicheres Skifahren in allen Schneelagen. Kondition für ca. 4 Stunden Aufstieg.
Ort / Treffpunkt: 07:00 Uhr, Parkplatz Candidplatz
Anreise: In Fahrgemeinschaften (ab Treffpunkt)
Teilnehmerzahl: Min. 4 max. 10 Personen
Altersgruppe: Ab 16 Jahren
Gebühr: Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator: Steffen Haidacher
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung. Anmeldeschluss: 23.02.2024

B.03081 Skitourentage in Namlos
Freitag 08.03. – Montag 11.03.2024



Art: Skitouren (mittel/schwer)
Beschreibung: Ausbaufähige Skitouren je nach Laune, Wetter- und Schneelage.
Voraussetzung / Können: Entsprechende Skitourenenerfahrung und sicheres Skifahrkönnen in allen Schneelagen.
Ort / Treffpunkt: Nach Vereinbarung
Anreise: In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl: Min. 4 max. 10 Personen
Altersgruppe: Ab 16 Jahren
Gebühr: Mitglieder 60 € / Gäste 120 € / Jugend ½ Preis
Organisator: Goggo Hofmann
Sonstiges: Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung. Wegen Übernachtungsplanung ist eine frühzeitige Anmeldung erforderlich. Anmeldeschluss: 26.01.2024

B.03161 Skitourentage in St. Antönien (Graubünden)
Samstag 16.03. – Samstag 23.03.2024



Art: Skitouren (mittel/schwer)
Beschreibung: Skitouren in St. Antönien (z.B. Girensplatz, Chrüz, Sulzfluh, Riedchopf, Gargeller Joch) mit Aufstiegen bis zu ca. 1.200 Hm.
Voraussetzung / Können: Entsprechende Skitourenenerfahrung in hochalpinem Gelände und sicheres Skifahrkönnen in allen Schneelagen.
Ort / Treffpunkt: Unterkunft in St. Antönien
Anreise: In Fahrgemeinschaften (ab München)
Teilnehmerzahl: max. 5 Personen
Altersgruppe: Ab 16 Jahren
Organisator: Steffen Haidacher, Klaus Wieland
Sonstiges: Skitourenausrüstung für höhere Touren (Harscheisen, fakultativ Pickel und Steigeisen für Gipfelaufstieg vom Skidepot)..Komplette Sicherheitsausrüstung (LVS), Notfallausrüstung. Wegen Übernachtungsplanung ist eine frühzeitige Anmeldung erforderlich. Nähere Infos auf Anfrage. Anmeldeschluss: 17.12.2023

Tourenführer MTB & Radwandern



Deubler, Stefan
Trainer C Mountainbike
Wanderleiter

E-Mail: s.deubler@arcor.de
Tel.: 08131-79963



Deubler, Johanna
Teamer Radtouren

Tel.: 08131-79963



Wieland, Klaus
Trainer C Alpinklettern
Trainer C Mountainbike
Trainer B Skihochtouren

E-Mail: klaus@elektro-wieland.de
Mobil: 0171-6419116



Du ?
Hier könnte auch Dein
Name stehen

Falls Du Interesse an der Trainerarbeit
hast, melde Dich einfach bei uns!

R.01061 MTB-Tage in Finale Ligure Samstag 06.01. – Samstag 13.01.2024



Art:	MTB-Touren
Beschreibung:	Singletrails erster Güte und in allen Schwierigkeitsgraden an der ligurischen Küste.
Voraussetzung / Können:	MTB / Trittsicherheit; Kondition für Tourendauer von 6-7 Stunden
Ort / Treffpunkt:	Finale Ligure (Italien)
Anreise:	wenn möglich in Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl:	Min. 4 max. 7 Personen
Altersgruppe:	Ab 18 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 70 € / Gäste 140 €
Organisator:	Klaus Wieland
Sonstiges:	Nur mit rechtzeitiger Anmeldung möglich! Anmeldeschluss: 06.12.2023

MTB- & Radwander-Angebote

R.12031 MTB: Adventsradeln Sonntag 03.12.2023



Art:	MTB-Tour
Beschreibung:	Bei einer schönen MTB-Tour mit Glühwein- und Platzlerpause den 1. Advent genießen.
Voraussetzung / Können:	MTB / sauberes Schalten am Berg, Beherrschen der Scheibenbremse bergab.
Ort / Treffpunkt:	Nach Vereinbarung
Anreise:	In Fahrgemeinschaften
Teilnehmerzahl:	Min. 4 max. 12 Personen
Altersgruppe:	Ab 14 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 5 € / Gäste 10 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Klaus Wieland
Sonstiges:	Anmeldeschluss: 01.12.2023



Tourenführer Wassersport



Meixner, Leonhard

Trainer C Kanusport

E-Mail: kanu.nfd.bezirk-muenchen@freenet.de

Tel.: 089-873892



Kronthaler, Martin

Trainer C Kanusport

E-Mail: kanu@nfj-muenchen.de

Tel.: ---

Gebühren: unentgeltlich, soweit nicht anderweitig vermerkt

Sonstiges: Alle Fahrten (mit Ausnahme des Kajakkurses) werden im Sinne einer alpinen Gefahrengemeinschaft durchgeführt.

WW: Wildwasser mit Angabe des Schwierigkeitsgrades von I – VI

ZW: Zahmwasser

Definition gemäß dem Deutschen Kanu-Verband und ICF						
Grad	I un- schwierig	II mäßig schwierig	III schwierig	IV sehr schwierig	V äußerst schwierig	VI Grenze der Befahrbarkeit
Sicht	frei	freie Durchfahrten	übersichtliche Durchfahrten	Durchfahrten nicht ohne weiteres erkennbar, Erkundung meist nötig	Erkundung unerlässlich	im Allgemeinen unmöglich bei bestimmten Wasserständen eventuell fahrbar, hohes Risiko
Wasser	regelmäßiger Stromzug, regelmäßige Wellen, kleine Schwälle	unregelmäßiger Stromzug, unregelmäßige Wellen, mittlere Schwälle, schwache Walzen, Wirbel, Presswasser	hohe unregelmäßige Wellen, größere Schwälle, Walzen, Wirbel, Presswasser	hohe andauernde Schwälle, kräftige Walzen, Wirbel, Presswasser	extreme Schwälle, extreme Walzen, Wirbel, Presswasser	
Flussbett	einfache Hindernisse	einfache Hindernisse, im Stromzug, kleinere Stufen	einzelne Blöcke, Stufen, andere Hindernisse im Stromzug	Blöcke versetzt im Stromzug, höhere Stufen mit Rücksog	enge Verblockungen, hohe Gefällstufen mit schwierigen Ein- und Ausfahrten	

Wassersport-Angebote

WS-W Trainingsabende im Winter
seit 15.10.2023 bis vrstl. 17.03.2024,
immer sonntags 18:00 bis 20:00 Uhr

Art: Training

Beschreibung: Wintertraining im Schwimmbad.

Trainingsinhalte:

Kenterrolle, Ausgleichsschläge, Ziehschläge und Kanupolo.

Voraussetzung / Können: Alle Level

Ort / Treffpunkt: Schulschwimmbad an der Flurstraße 10, 81675 München

Gebühr: Entweder mit Saisonkarte oder Einzelbeitrag pro Termin.

Die Einzelbeiträge sind:

Mitglieder: Familien: 7,50 ; Erwachsene: 3,50 ; Jugend: 2,50 €;

Gäste: 6,00 €;

Organisator: Kontakt über kanu@nfj-muenchen.de

Sonstiges: Bitte 10 Minuten vor Trainingsbeginn da sein.
Findet nicht in den Schulferien statt!

WS 1 Winterpaddeln
Samstag 24.02.2024 oder Sonntag 25.02.2024

Art: Tagesfahrt

Beschreibung: Erste Kajaktour des Jahres auf der Würm und dem Starnberger See – hoffentlich mit den ersten warmen Sonnenstrahlen der Saison. Strecke ca. 10 km.

Voraussetzung / Können: Anfänger-Level (WW o)

Ort / Treffpunkt: Bootshaus II, Zentralländstraße 16, 81379 München.
Start vom Bootshaus gg. 09:00 Uhr.

Anreise: In Fahrgemeinschaften

Organisator: Rolf / Kontakt über kanu@nfj-muenchen.de

Sonstiges: Findet nur bei schönem Wetter statt!

Der genaue Tourentag wird erst am 21.02.2024 in Abhängigkeit der Wettervorhersage festgelegt. Anmeldeschluss: 20.02.2024

Rettung und Infos im Alpenraum

Bergrettung

Alle europäischen Länder	Mobilfunk	112
Bayern Rettungsleitstellen	Festnetz	112
Österreich	Alpinnotruf	140
Schweiz	Sanitätsnotruf	144
	Rettungshelikopter	14 14
Italien + Südtirol	Festnetz	118
Frankreich	zentraler Notruf	15
Rettungsleitstelle Chamonix	(PGHM)	0033-450-53 16 89

Alpine Auskunftstellen

Deutschland	Alpine Auskunft	0049-89-294940
Österreich	Alpine Auskunft	0043-512-587828
Südtirol	Alpine Auskunft	0039-0471-99 99 55
Frankreich	Office de Haute Montagne	0033-450-53 22 08

Lawinenlagebericht

(Ansage)

(Persönliche Beratung)

Bayern	0049-89-9214-1510	
Tirol	0043-512-508 802 255	
Tirol (nur aus Österreich)	0043-800-800503	
Vorarlberg	0043-5574-201-1588	0043-5574-511 211 26
Salzburg		0043-662-8042-2170
Oberösterreich (nur aus Österreich)	0043-0800-50 1588	
Kärnten	0043-50536-1588	0043-664-6202229
Steiermark (nur aus Österreich)	0043-0800-31 1588	0043-316-242200
Niederösterreich		0043-316-242200
Schweiz	0041-81-417-0111	
Südtirol	0039-0471-271177	0039-0471-416140
Frankreich Inland	08-3668 1020	
Frankreich Ausland	0033-8926 81020	

Wetter-Infos

ZAMG-Wetterdienst Innsbruck	0049-89-295070	0043-512-291600 (Mo - Fr, 13-18 Uhr)
-----------------------------------	----------------------	---

Haftung & Teilnahmebedingungen

Die NaturFreunde Bezirk München e.V. übernehmen keine Haftung für die Aktualität, die inhaltliche Richtigkeit sowie für die Vollständigkeit, der in dieser Broschüre abgedruckten Informationen.

Besondere Hinweise zu den Veranstaltungen:

Die Anmeldung kann erfolgen: Persönlich, per Telefon, per Fax, per E-Mail. Nur schriftliche Anmeldungen werden auch schriftlich von uns bestätigt. Die Anmeldungen werden von den NaturFreunden Bezirk München e.V. in zeitlicher Reihenfolge angenommen.

Zahlung der Teilnehmergebühr / Anzahlung für Unterkunft:

Die Zahlung ist sofort nach Anmeldung fällig.

Rücktritt durch den/die Teilnehmer:

Der/Die Teilnehmer/in kann jederzeit vor Beginn von der Teilnahme an der Veranstaltung zurücktreten. Die Erstattung der Teilnehmergebühr erfolgt jedoch nur, wenn die Abmeldung mindestens zwei Wochen vor Beginn der Veranstaltung erfolgt.

Rücktritt durch die NaturFreunde Bezirk München e.V.

Die NaturFreunde Bezirk München e.V. können zurücktreten, falls:

- die erforderliche Teilnehmerzahl nicht erreicht wird.
- der verantwortliche Tourenführer/Übungsleiter ausfällt (z. B. wegen Krankheit).
- die Wettersituation oder andere Risiken eine Durchführung der Veranstaltung nicht zulassen.
Die Entscheidung hierüber obliegt allein dem verantwortlichen Tourenführer / Übungsleiter.
Die Schnee- und Lawinenlage wird vor Ort geprüft und endgültig beurteilt.
- ein Teilnehmer ungeachtet einer Abmahnung des verantwortlichen Tourenführers/Übungsleiters die Maßnahme nachhaltig stört oder andere Teilnehmer gefährdet.
- die vom verantwortlichen Tourenführer/Übungsleiter vorgeschriebene Ausrüstung mangelhaft ist oder unvollständig mitgeführt wird.

Die NaturFreunde Bezirk München e.V. behalten den vollen Anspruch auf die Teilnehmergebühr.

Haftung:

Die Haftung der NaturFreunde Bezirk München e.V. für Schäden jedweder Art, gleich aus welchen Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf Fälle beschränkt, in denen den NaturFreunden Bezirk München e.V. Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last gelegt wird. Es besteht eine Vereinsunfall- und Haftpflichtversicherung. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass in unseren Teilnahmegebühren keine Reisegepäck- und Reiserücktrittsversicherung enthalten ist. Der/Die Teilnehmer/in ist selbst dafür verantwortlich, dass die benötigte eigene Sicherheitsausrüstung den normativen Anforderungen entspricht und entsprechend geprüft ist.

Ausschluss von Ansprüchen und Verjährung:

Ansprüche wegen nicht vertragsgemäßer Erbringung von Leistungen hat der/die Teilnehmer/in innerhalb von einem Monat schriftlich gegenüber den NaturFreunden Bezirk München e.V. geltend zu machen.

Bildrechte:

Mit der Teilnahme an Veranstaltungen der NaturFreunde Deutschlands Bezirk München e.V. erklärt sich der Teilnehmer damit einverstanden, dass er nach §21 und §22 des KUG auf Bildmaterial, das während der Vereinsveranstaltung angefertigt wird, dargestellt wird. Die Einwilligung gilt unbeschränkt für die Veröffentlichung, Digital- oder Printform. Die Einwilligung ist zeitlich sowie örtlich nicht beschränkt. Sollte der Teilnehmer eine Ablichtung nicht wünschen, so hat er selbst dafür Sorge zu tragen, dass er sich nicht im Aufnahmebereich der Kamera befindet.

Anmeldung für Minderjährige

Veranstaltung _____

Datum _____

Wir melden uns hiermit verbindlich an:

Anreise am _____ Abreise am _____

Name _____ Vorname _____

geb. am _____ E-Mail _____

Straße, Hausnr. _____ PLZ, Wohnort _____

Telefon _____ Mobil _____

Wir sind während der Maßnahme telefonisch erreichbar: _____

Krankenversicherung _____ Versicherungs-Nr. _____

Hausarzt _____ Tel. des Hausarztes _____

letzte Tetanus-Impfung am _____

Wichtig!!! Besondere Rücksichtnahme bei (z.B. Allergien/Medikamenten usw.):

Naturfreundemitglied? ☐ nein ☐ ja → OG: _____

Er/Sie/ich kann und darf alleine bzw. selbständig:

Schwimmen ☐ ja ☐ nein Radfahren ☐ ja ☐ nein

Klettern ☐ ja ☐ nein Wandern ☐ ja ☐ nein

Kochen ☐ ja ☐ nein Abspülen ☐ ja

Die Teilnahme an sämtlichen weiteren Aktivitäten wird hiermit erteilt. Diese Freizeit/Maßnahme beinhaltet keine 24 Std. Betreuung/Beaufsichtigung. Den Anweisungen der aufsichtsführenden Personen ist Folge zu leisten. Eine Vereinsunfall- und Haftpflichtversicherung besteht nur für Teilnehmer der ausgeschriebenen Maßnahmen und Mitglieder der NaturFreunde Deutschlands e.V. Darüber hinaus kann der Veranstalter nicht haftbar gemacht werden.

Die Freizeiten der NaturFreunde werden weitgehend in Selbstverwaltung der Teilnehmer durchgeführt. Die Sportlehrgänge stehen während der Ausbildungseinheiten unter der Leitung von qualifizierten Übungsleitern. Außerhalb dieser Ausbildungszeiten findet der Kletterbetrieb in Eigenverantwortung der Teilnehmer und ohne Betreuung statt.

Wir nehmen zur Kenntnis, dass die Freizeitleitung/Lehrgangsleitung nicht für Vorkommnisse verantwortlich gemacht werden kann, die unsere Tochter/unsere Sohn entgegen den Anordnungen der Leitung und der Helfer unternimmt. Mir ist bekannt, dass der vollständige Teilnehmerbeitrag auch bei vorzeitiger Abreise fällig ist und nicht zurückerstattet werden kann.

Ort, Datum _____

Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten _____

Mitgliedsantrag

Austritt aus dem Verband kann nur zum Jahresende und muss schriftlich unter Rückgabe des Mitgliedsausweises erfolgen. Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren können nur mit Zustimmung eines Erziehungsberechtigten aufgenommen werden. Unter Anerkennung der Vereinssatzung erkläre ich hiermit meinen Beitritt zum Verein der

NaturFreunde Deutschlands Bezirk München e.V.

Name _____ Vorname _____

geb. am _____ Geburtsort _____

Straße, Hausnr. _____ PLZ, Wohnort _____

Telefon _____ Telefax _____

E-Mail _____ Beruf _____

Sind Sie oder waren Sie früher Mitglied einer anderen Ortsgruppe der NaturFreunde?

☐ nein ☐ ja, bei: _____

Für welche Sparte interessieren Sie sich besonders? (Zutreffendes bitte ankreuzen)

☐ Wandern ☐ Bergsteigen ☐ Sportklettern ☐ Wintersport ☐ Kanu-Kajak

☐ Radtouren/MTB ☐ Gymnastik ☐ Reisen ☐ Kultur ☐ Fotografie ☐ Umweltschutz

Ort, Datum, Unterschrift (bei Kindern u. Jugendlichen unter 18 J.: Vor- u. Nachname d. Erziehungsberechtigten)

Bearbeitungsvermerke des Vereins:

angemeldet durch _____ genehmigt am _____

Ausweis ausgestellt _____ Mitgliedsnummer _____

Mitgliedsbeiträge für Zentralmitglieder

E-Mitglied Einzelmitglied 18 Jahre und älter 75 € (60 €)*

F-Mitglied Ehepaar / Lebensgemeinschaft m. Kindern, die unter gleicher Adresse gemeldet sind 110 € (90 €)*

K/J-Mitglied Kinder/Jugendliche, Studenten, Auszubildende bis 27 Jahre 25 € (20 €)*

* Darüber hinaus wird eine Schnuppermitgliedschaft gültig für ein Jahr angeboten

Einzugsermächtigung

Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats

Ich ermächtige die NaturFreunde Deutschlands Bezirk München e.V. meinen Jahresbeitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von NaturFreunde Deutschlands Bezirk München e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Vorname und Nachname (Kontoinhaber)

IBAN = DE

Straße und Hausnummer

BIC (8 oder 11 Stellen)

Postleitzahl und Ort

Ort, Datum, Unterschrift

Sie erhalten von uns die Mitteilung der Gläubiger Identifikationsnummer und Ihre persönliche Mandatsreferenz sobald der Aufnahmeschein mit den Angaben der BIC und IBAN von Ihnen versehen ist.