

**Berg  
frei!**

**Liebe NaturFreunde  
und NaturFreundinnen,  
liebe Leserinnen  
und Leser,**

ich hoffe, ihr hattet einen guten Start ins neue Jahr.

Unser NaturFreunde-Jahr hat gleich mit der Pächtersuche für unser Bootshaus begonnen. Bei Drucklegung war der Pachtvertrag noch nicht unterschrieben, aber es schaut so aus, als ob wir ab April einen neuen Pächter haben.

Positiv war auch der Zwergerlskikurs. Wir konnten die Teilnehmerzahl zu 2024 fast verdoppeln. Vielen Dank an dieser Stelle an Erika, Gerhard und Michael Siegl, Daniel Seidl und Lars Voigt, die als Skilehrer auf der Piste waren. Auch geht mein Dank an unseren Sportreferenten Manuel und seine Freundin Annika für die Organisation.

Wir hoffen im Vorstand immer noch auf Mithilfe, so sind bis zur Jahreshauptversammlung noch Stellen im Bereich Vorstand und Schriftführung zu besetzen.

Bitte meldet euch, wenn ihr Lust habt, um hier mitzuarbeiten.

Ich freue mich, euch hoffentlich auf den zahlreichen Veranstaltungen zu treffen.

Berg frei!

Rainer Hörgl



# NFJ nochmal

## Aktuelles aus der Bezirksjugend

Ob Klettern, Grillen, Hüpfen oder Paddeln, bei uns gibt es das alles!

Alle Infos dazu gibt's im Kinder- und Jugendteil von diesem Heft.

Diesmal im NFJ nochmal:

- ▶ Start in die Grillsaison – Angrillen am Bootshaus
- ▶ Tag der Solidarität – Waffeln und Hüpfkissen am 1. Mai
- ▶ Klettern am Gardasee – wir fahren wieder nach Arco
- ▶ Paddeln auf der Isar – Kurse für Anfänger
- ▶ Sommerfreizeit – Mittelalter
- ▶ Save the date – Sommerfest am Bootshaus
- ▶ Und natürlich Berichte von unseren Veranstaltungen

Viel Spaß beim Lesen!



# Termine

## **Bezirk**

Mi., 05.03.25	Fischessen im Bootshaus
Sa., 05.04.25	Arbeitstour Schönau
Mi., 30.04.25	Angrillen am Bootshaus
Do., 01.05.25	Tag der Solidarität, ab 14:00 Uhr am Bootshaus
Mo., 05.05.25	Jahreshauptversammlung des Bezirks München im Bootshaus 18:00 Uhr

## **Bergsteigen**

Jeden Mittwoch	Zirkeltraining ab 18:30 Uhr
So., 16.03.25	Skitourentag Karwendel
Fr., 21.03.-24.03.25	Skitourentage Namlos

**Alle aktuellen Termine der Münchner NaturFreunde findet ihr auf unserer Website unter:**

**[www.naturfreunde-bezirk-muenchen.de](http://www.naturfreunde-bezirk-muenchen.de)**

**oder im Sport- und im KUSS-Heft**

## **KUSS**

### **Kultur**

Sa., 28.06.25 Sommerfest des Bezirk München

### **Umwelt**

Sa., 10.05.25 Exkursion zur Garchinger Heide  
10:30 Uhr am S-Bahnhof Eching

### **Senioren**

Mi., 05.03.25 Fischessen im Bootshaus 17:00 Uhr

Mi., 26.03.25 Wanderung von Altomünster nach Kleinberghofen

Mi., 02.04.25 Senioren-Stammtisch –  
Alter Wirt Thalkirchen 13:00 Uhr

Mi., 23.04.25 Wanderung von Erdweg nach Altomünster

Mi., 07.05.25 Senioren-Stammtisch –  
Alter Wirt Thalkirchen 13:00 Uhr

Mi., 14.05.25 Wanderung von Possenhofen nach Tutzing

Mi., 04.06.25 Senioren-Stammtisch –  
Alter Wirt Thalkirchen 13:00 Uhr

Mi., 25.06.25 Wanderung zum Mesnerbichl bei Andechs

### **Familiengruppe**

(anmelden unter [soziales@nfbm.de](mailto:soziales@nfbm.de))

Treffen Spielgruppe / Familiengruppe am Bootshaus

## **Reparatur-Café**

So., 30.03.25 Reparatur-Café ab 14:00 Uhr im Bootshaus

So., 27.04.25 Reparatur-Café ab 14:00 Uhr im Bootshaus

So., 25.05.25 Reparatur-Café ab 14:00 Uhr im Bootshaus

## Vorträge des Pilzvereins im Bootshaus

17.03.2025: Andreas Herbrecht:	<b>Pilzkultur in Haus und Garten</b>
24.03.2025: Bettina Haberl:	<b>Zum Sterben lecker – Risikogenuss Pilze?</b>
14.04.2025: Dr. Martin Zierhut:	<b>Wald im Wandel – Ergebnisse der Bundes-Waldinventur.</b>
28.04.2025: Prof. Dr. Richard Höfling:	<b>Die geologische Entwicklung Südbayerns – hot's denn do scho Schwammerl geb'n?</b>

**Beginn ist jeweils um 18:00 Uhr.**



## Weihnachtsessen 2024 im Bootshaus



Zum 4. Mal luden die NaturFreunde auch 2024 an Heiligabend zum Essen für Bedürftige ein. Jeder war willkommen zu dieser fest gewordenen Institution an Weihnachten. Viele fleißige Helfer dekorierten und kochten am Vorabend, um alles vorzubereiten. Wie immer gab es ein schönes Menü zu 80 Prozent aus geretteten Lebensmitteln. Kartoffelsuppe auf der Gulaschkanone, Geschnitzeltes

aus gerettetem Hühnchenfleisch dazu ein Zitronentiramisu, das die Vorbereitungen abrundete. Zusätzlich wurden 50 Geschenktüten mit gespendeter Kosmetik für ein Münchner Frauenhaus gepackt. Über 40 Personen folgten dann dem Ruf unserer Einladung. In ausgelassener Stimmung feierten alte Menschen, Bewohner des Männerwohnheims und geistig Beeinträchtigte zusammen Weih-

nachten. Die NaturFreunde-Lebensmittelretter bereicherten die Aktion für Bedürftige mit einer Großverteilung von geretteten Lebensmitteln. Fünf Autos waren gefüllt mit über 60 Kisten Lebensmitteln. Bis auf den letzten Salat wurde alles verteilt.

Liebe Grüße und Berg frei!

Tom Majer

Referent Foodsaving

## Senioren-Wanderung von Gmund nach Tegernsee

Für den 13. November 2024 war eine Senioren-Wanderung von Gmund über den Tegernseer Höhenweg nach Tegernsee geplant. Obwohl an dem Tag das Wetter nicht allzu gut war, grau und wolkenverhangen, trafen sich doch 13 NaturFreunde am Bahnhof für die Zugfahrt zum Tegernsee.



Auf dem Tegernseer Höhenweg

Von Gmund ging es dann ein kurzes Stück am See entlang bis zur Abzweigung zum Tegernseer Höhenweg. Das Wetter klarte sich etwas auf und die Stimmung unserer Wandergruppe war sehr gut.

Wir wanderten ca. zwei Stunden über den Tegernseer Höhenweg, durch Wald und Wiesen mit einer wolkenverhangenen Aussicht auf den See. In dem Ort Tegernsee angekommen, führte uns der Weg wieder am See entlang zum Klosterbräustüberl, wo wir gemütlich zu Mittag essen konnten. Kaffee gab es dann in dem Café gleich in der Nähe.



NaturFreunde im Café Aran direkt am See

Es war ein schöner Ausflug in einer fröhlichen Runde.

Dorothee Schulte  
OG München-Süd

## Ski-Opening der OG Obersending-Hochkopf

Wie 2023 fand auch 2024 unser Ski-Opening in St. Johann statt. Wir fuhren heuer eine Woche vor Weihnachten nach Fieberbrunn. Dort bezogen wir unser Quartier im Haus Sonne und als unsere Teilnehmer so alle eingetrudelt waren gingen wir gemeinsam zum Abendessen



in eine Pizzeria. Positiv war, dass für dieses Wochenende sehr viel Schnee angesagt wurde, denn die Schneelage war bisher sehr mager und viele Abfahrten waren noch gar nicht geöffnet.

Unsere drei Übungsleiter testeten bei schlechter Sicht bereits am Freitag das Skigebiet. Es schneite massiv und es wurde zusätzlich künstlich beschneit.

Am Samstag hatten wir ein Bilderbuchwetter, einen traumhaften Schnee und so konnte jeder einen tollen Skitag genießen. Wir haben uns in drei Gruppen aufgeteilt. Eine mit Kindern und Eltern, die jungen sportlichen Schnellfahrer und das ältere Semester. Nach einem mehr oder minder anstrengenden Skitag gingen wir gemeinsam ins Aubad zum Essen und setzten uns danach gemütlich zusammen. Wir erhielten einen Beitrag über Lawinenkunde. Bei der Diskussion erzählte uns Günter über seine selbst erlebte Begegnung mit einer Lawine.



Am Sonntag hatten wir auch noch tolles Wetter, der Schnee ganz oben war fantastisch, teilweise sogar Tiefschnee, doch je weiter man ins Tal kam, desto sulziger wurde der Schnee.

Es war ein sehr harmonisches und vor allem unfallfreies Wochenende mit 27 Teilnehmern aus den unterschiedlichsten Ortsgruppen. Sehr erfreulich war, dass wir fast keine Wartezeiten an den Liften und keine Probleme mit einem Platz in den Lokalen während der Mittagspausen hatten. Vielleicht fahren wir nächstes Jahr wieder um dieselbe Zeit.

## Termine des Bezirks München 2025

### Mittwoch, 5. März 2025

Fischessen des Bezirk München am Bootshaus ab 17:00 Uhr

### Samstag, 5. April 2025

1. Arbeitstour in der Schönau

### Mittwoch, 30. April 2025

Angrillen am Bootshaus

### Donnerstag, 1. Mai 2025

Tag der Solidarität am Bootshaus ab 14:00 Uhr

### Montag, 5. Mai 2025

Jahreshauptversammlung des Bezirk München am Bootshaus ab 18:00 Uhr

### Freitag, 23. Mai 2025

Besuch der Wimbachgrieshütte bis 25. Mai 2025

### Samstag, 28. Juni 2025

Sommerfest des Bezirk München am Bootshaus

### Montag, 7. Juli 2025

BA-Sitzung im Bootshaus ab 19:00 Uhr

### Freitag, 18. Juli 2025

Grillen für alle am Bootshaus

### Montag, 22. September 2025

BA-Sitzung im Bootshaus ab 19:00 Uhr

### Samstag, 18. Oktober 2025

2. Arbeitstour in der Schönau

### Montag, 17. November 2025

BA-Sitzung im Bootshaus ab 19:00 Uhr

### Freitag, 5. Dezember 2025

Nikolausfeier und Wintergrillen am Bootshaus



## Vorwort

Wart ihr heuer schon grillen? Nein? Dann wird es Zeit! In ein paar Wochen, wenn die Sonne wieder länger scheint und der Frühling richtig begonnen hat, läuten wir nämlich am Bootshaus die Grillsaison ein. Am 30. April, also dem Tag vor dem Tag der Arbeit (Feiertag), treffen wir uns am Bootshaus, grillen und genießen die vielen selbstgemach-

ten Salate und Nachspeisen. Am besten meldet ihr euch gleich an!

Und wenn ihr am nächsten Tag dann das ganze gute Essen verdaut habt, geht es auch gleich mit der nächsten Veranstaltung weiter: wir feiern den Tag der Solidarität am Bootshaus. Da gibt es unter anderem ein Hüpfkissen und frische Waffeln. Wir freuen uns auf euch!

Übrigens: das NFJ-nochmal bekommt ein Makeover, ihr dürft euch bald auf ein neues Design, das stärker mit unserer Webseite verknüpft ist, freuen.

Und jetzt viel Spaß beim Lesen!

*Berg frei,  
eure Chrissi*

## Trampolinpark

Am Sonntagmittag ging es los zur MaxxArena. Dieses Mal waren die NaturFreunde zusammen mit dem SC Unterpfaffenhofen-Germering unterwegs. Insgesamt 32 Personen, darunter natürlich Kinder, Jugend und jung gebliebene Erwachsene fuhren nach Gröbenzell in den Trampolinpark.

Ich musste zweimal nachmelden, da sich so viele angemeldet haben – toll! Danke ans MaxxArena-Team, die uns einen besonderen Gruppenrabatt ermöglicht haben.

Aber was war geboten? Natürlich Trampoline in aller Art und Größe. Es konnte von einer Erhöhung über ein Trampolin auf eine Matte gehüpft werden, dann gab es Basketball, Kletterspiele, Buttons, eine kleine Klippe, von der wir auf eine Weichbodenmatte hüpfen konnten bis hin zu einem Parcour à la Ninja Warrior. Also durchaus eine Herausforderung. Wir hatten zwei Stunden gebucht und das war, zumindest für mich, ausreichend. Schweißtreibend aber echt Fun! Schön, dass auch ein paar Eltern dabei waren und eine passive Aufsicht übernommen haben. Danke dafür und auch an Andi und Tarek, die mit am Trampolin waren und als direkte Ansprechpartner für die Kids zur Verfügung standen.

Es war ein sehr schöner Ausflug und die Rückmeldungen der Kids und Eltern waren durchwegs positiv.

Ich denke, an dem Abend sind einige Kids freiwillig und etwas K.O., jedoch glücklich ins Bett gefallen.

Ich freu mich aufs nächste Mal!

*Euer Michael*

## Ich sag „Servus!“

Hallo liebe Leser\*innen, ungefähr 13 Jahre lang habe ich mich jetzt mit dem NFJ nochmal beschäftigt und es in vielen unterschiedlichen Formaten korrekturgelesen, mit Inhalten gefüllt und seit 2017 auch gesetzt.

Beim Durchsehen der alten Ausgaben ist mir aufgefallen, wie viel sich in der Zeit am NFJ nochmal verändert hat und wie es sich (mit Unterstützung von ganz vielen anderen!) weiter entwickelt hat. Es war toll, das mit zu begleiten und zu gestalten!

Nun steht der nächste große Schritt an. Ab der nächsten Ausgabe ziehen die

Berichte und Ausschreibungen auf unsere Webseite um und ihr bekommt per Post mit dem Berg Frei-Einleger nur noch einen kurzen Überblick. Und in diesem Zuge darf ich mich auch verabschieden. Nach 13 Jahren verlasse ich die Jugendleitung und konzentriere mich bei den NaturFreunden auf meine Tätigkeiten im Bergsport-Bereich.

Ich bin also nicht ganz weg, vielleicht sehen wir uns ja mal in den Bergen!

Macht's gut und bis dann!

*Berg Frei!  
Leo*

## Skyline Park

Wer Achterbahnen und Attraktionen mit Action mag, wäre hier genau am richtigen Platz. Im Skyline Park im Allgäu. Hier kommt man zu Adrenalin – ob in der Geisterbahn, Achterbahn oder einer fast senkrechten Rutsche.

Das besondere bei unserem Besuch – es ging auf Halloween zu und der ganze Park war nach diesem Motto dekoriert. Die Mitarbeiter hatten Kostüme an und waren teilweise geschminkt. An den Essens- und Getränkeständen gab es Mottoessen, z.B. Halloween Burger.



Dieser bestand aus einem schwarzen Patty – keine Sorge, natürlich nicht verbrannt – und einer blutigen Soße (Ketchup mit Stückchen). Auch wurden über die Lautsprecheranlage im Park gruselige Geräusche abgespielt. Da wir doch eine große Gruppe waren haben wir uns in ein paar Gruppen aufgeteilt, aber immer wieder getroffen – z.B. zum Essen. Wir nutzten den Park von Öffnung bis Schließung vollkommen aus und haben dank der Anzahl diesmal auch einen Gruppenrabatt bekommen. Der Eintrittspreis ist zwar im Vergleich zum letzten Besuch mit einer Gruppe um fast 10€ gestiegen, die Essens- und Getränkepreise im Park waren jedoch relativ gleich geblieben.

Es war wieder ein sehr spannender und besonderer Ausflug.

*Euer Michael*

## Jugendjahres- hauptversammlung

**Wer:** Alle Münchner NaturFreunde

**Was:** Die Jahreshauptversammlung der NaturFreundeJugend München – Hier berichten die Ortsgruppen über die Jugendarbeit des letzten Jahres, es werden Informationen ausgetauscht und die neue Jugendleitung wird gewählt. Wenn ihr Fragen dazu habt, schickt sie einfach an [leitung@nfj-muenchen.de](mailto:leitung@nfj-muenchen.de)! Jeder ist eingeladen, vorbeizukommen.

**Wann:** Mittwoch, 12. März 2025, 18:30 Uhr

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

**Sonstiges:** Sprecht mit den Vorständen eurer Ortsgruppe, ob ihr ein Stimmrecht haben könnt. Bitte vorher bei [leitung@nfj-muenchen.de](mailto:leitung@nfj-muenchen.de) anmelden, damit wir abschätzen können, wie viele Leute kommen.

## Angrillen

Start in die Grillsaison! Für Grillgut und Getränke ist gesorgt, Salate und Nachspeisen für das Buffet bringt ihr bitte mit. Damit wir ein abwechslungsreiches und tolles Buffet haben werden, melde dich bitte an und teile uns mit, was du mitbringst und ob du Fleisch isst oder vegetarisches oder veganes Grillgut möchtest.

**Wer:** Jung und Alt

**Was:** Lecker Ge-grilltes und nettes Beisammensein im Bootshaus.



**Wann:** Mittwoch, 30. April 2025, ab 18 Uhr

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

**Kosten:** Mitglieder: Jugend: 6 Euro, Erwachsene: 9 Euro  
Gäste: Jugend: 8 Euro, Erwachsene: 12 Euro

**Anmeldung:** bis 27. April 2025 bei Chrissi Probst, [leitung@nfj-muenchen.de](mailto:leitung@nfj-muenchen.de)

**Anmeldung notwendig!** Um Lebensmittelverschwendung zu vermeiden, wird **nur für angemeldete Personen** Essen eingekauft.

## Tag der Solidarität

Am 1. Mai findet wieder unsere Maifeier statt. Für die Kleinen gibt es was zu klettern und ein riesiges Hüpfkissen. Jung und Alt können sich mit frisch gebackenen Waffeln stärken. Los geht es um 14 Uhr am Bootshaus. Wir freuen uns auf euch!

**Wer:** Familien mit Kindern und Interessierte

**Was:** Klettern, Hüpfburg und Waffelbacken

**Wann:** Donnerstag, 1. Mai 2025 ab 14 Uhr

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

**Info:** Chrissi Probst, [leitung@nfj-muenchen.de](mailto:leitung@nfj-muenchen.de)

## NaturFreunde Familienfest Spiel und Spaß für die ganze Familie

**Wer:** NaturFreunde und Gäste mit und ohne Kinder

**Wann:** Samstag, 28. Juni 2025,  
ab 14:00 Uhr

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

**Info:** Rainer Hörgl,  
[vorsitzender@nfjbm.de](mailto:vorsitzender@nfjbm.de)



## Wir brauchen euch!

Unsere Veranstaltungen können nur durch die Hilfe von Freiwilligen, also durch eure Hilfe stattfinden. Vielleicht hast auch du Lust, uns ein oder zwei Stunden bei einer unserer Veranstaltungen zu unterstützen? Wir würden uns sehr freuen! Unsere Helferfragen werden über deinen OG-Vorstand per Mail weitergeleitet, oder du schreibst uns vor einer Veranstaltung über [leitung@nfj-muenchen.de](mailto:leitung@nfj-muenchen.de), wie du unterstützen kannst.



Außerdem stellen wir die Helferfragen und wichtige Termine in unsere Signalgruppe, falls du in die Gruppe möchtest, musst du nur den QR-Code scannen. Vielen Dank für deine Unterstützung!

*Deine Kinder- und Jugendleitung*

## 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, 18. April 2025 bis Samstag, 26. April 2025 (es kann auch nur teilweise teilgenommen werden)



**Wo:** Campeggio Arco / Italien

<b>Kosten:</b>	<b>4-6 Jahre</b>	<b>7-11 Jahre</b>	<b>Erwachsene</b>
<b>Mitglieder:</b>			
je Woche	133 €	203 €	315 €
je Tag	19 €	29 €	45 €
<b>Gäste:</b>			
je Woche	210 €	287 €	378 €
je Tag	30 €	41 €	54 €

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](mailto: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 **02. April 2025** unter [www.nfj-muenchen.de](http://www.nfj-muenchen.de) oder über [arco@nfj-muenchen.de](mailto:arco@nfj-muenchen.de)

## Sommerfreizeit 2025: Mittelalter



**Wann:** In der ersten Ferienwoche der Sommerferien, von Samstag, 02. August bis Samstag, 09. August 2025

**Wer:** Mädchen und Jungs im Alter von 6 bis 17 Jahren

**Was:** **Arbeitsgruppen und Workshops rund um das Thema Mittelalter, sowie Sportturniere, Spiele und Lagerfeuer, also kurzum: Alles was Spaß macht und zu einer Sommerfreizeit dazugehört.**

**Wo:** Im Jugendhaus Kugelbach im bayerischen Wald

**Infos und Anmeldung:** Weitere Infos und die gesamte Ausschreibung findet ihr auf unserer Homepage: <https://www.nfbm.de/veranstaltungen/sommerfreizeit-2025-mittelalter/>



## Kajakurse für Anfänger

### Schnupperkurs für Kinder und Jugendliche

Ziel des zweitägigen Schnupperkurses ist es, erste Erfahrungen mit dem Kajak zu sammeln. Die Kajakausrüstung (Boot, Paddel, Schwimmweste, Helm und Spritzdecke) kann für die Kursdauer ohne Zusatzkosten von der Ortsgruppe entliehen werden. Neoprenanzüge in den gängigsten Größen stehen für den Kurs bereit.

**Wann:** Samstag, 19. u. Sonntag, 20. Juli 2025, jeweils von 14:00 bis ca. 18:00 Uhr



**Alter:** Kinder und Jugendliche von 11 bis 18 Jahren

**Kosten:** Mitglieder: 25 Euro  
Gäste: 30 Euro

**Anmeldung bis 12. Juli 2025**

### Für beide Kurse:

**Voraussetzungen:** Schwimmkenntnisse

**Wo:** Bootshaus II, Zentralländstraße 16, München-Thalkirchen, U3 Thalkirchen/Tierpark

**Mitbringen:** Badezeug, wasserfeste Schuhe

**Infos und Anmeldung:** [kanu@nfj-muenchen.de](mailto:kanu@nfj-muenchen.de)

**Online-Anmeldung:** <https://www.nfbm.de/veranstaltungen/?q=wassersport>



### Kajak-Anfängerkurs

Der Anfängerkurs besteht aus drei Übungsabenden auf der Floßlande in München und einer ganztägigen Abschlussfahrt auf einem Fluss in der Umgebung. Ziel des Kurses ist es, die grundlegenden Techniken des Kajakfahrens zu erlernen. Die Kajakausrüstung (Boot, Paddel, Schwimmweste, Helm und Spritzdecke) kann für die Kursdauer ohne Zusatzkosten von der Ortsgruppe entliehen werden. Außerdem stehen Neoprenanzüge in den gängigsten Größen für den Kurs bereit.

**Wann:** Mo. 07./Di. 08./ Do. 10. Juli 2025, jeweils von 17:00 Uhr bis ca. 20:30 Uhr  
Abschlussfahrt: So. 13. Juli, 10:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

**Mindestalter:** 11 Jahre

**Kosten:** Mitglieder: Jugendliche: 60 Euro  
Erwachsene: 100 Euro  
Gäste: Jugendliche: 70 Euro  
Erwachsene: 130 Euro

**Anmeldung bis 03. Juli 2025**

## 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](http://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](mailto:leitung@nfj-muenchen.de)

### Kasse:

Philipp von den Hoff

[kasse@nfj-muenchen.de](mailto:kasse@nfj-muenchen.de)

### Schriftführung:

Cornelia Stranzinger

### Referat Sport/Bergsteigen:

Michael Stranzinger, Leo Körber,

Martin Kronthaler

[sport@nfj-muenchen.de](mailto:sport@nfj-muenchen.de)

### Referat Öffentlichkeit / nfj-nochmal:

Leo Körber

[nochmal@nfj-muenchen.de](mailto:nochmal@nfj-muenchen.de)

### IT-Beauftragter / Webmaster:

Leo Körber, Daniel Seidl

[webmaster@nfj-muenchen.de](mailto:webmaster@nfj-muenchen.de)

### Referat Kultur:

Hier könnte dein Name stehen!

[kultur@nfj-muenchen.de](mailto:kultur@nfj-muenchen.de)

### Vertrauensperson:

Matthias Ecker

[vertrauensperson@nfj-muenchen.de](mailto:vertrauensperson@nfj-muenchen.de)

### Beisitzer:

Monika Schwarzbaur, Sonja Seidl,

Rainer Hörgl

**Alle Fotos: NaturFreundeJugend**

[www.nfj-muenchen.de](http://www.nfj-muenchen.de)

### Bankverbindung der Jugend:

IBAN: DE96701500001001866530

BIC: SSKMDEMM

## Durch die Partnachklamm aufs Graseck

Die Partnachklamm bei Garmisch-Partenkirchen ist im Sommer als Touristenmagnet Nummer eins heillos überlaufen. Wer sie ruhiger erleben will, besucht sie im November. Wenn in München dicke Nebelsuppe über der Stadt hängt, scheint in den Bergen häufig die Sonne. Die OG München-Süd hat sie bei ihrer Wanderung sehr genossen. Die Wege sind nach Unwetterschäden im Jahr 2023 wieder bestens in Schuss, frisch renoviert steht auch die mehr als 100 Jahre alte Madonnenfigur wieder an ihrem angestammten Platz in einer Felsnische.

Eine technische Besonderheit erwartete uns am Südennde der Klamm beim Aufstieg zum Graseck. Hier überspannt die



Die neue Stufenhängebrücke



Phantastisch: Die Partnachklamm

im Sommer 2024 neu eröffnete Hängebrücke eine Hangrinne, die bisher ständig von Murenabgängen betroffen war. Wegen des Höhenunterschieds ist sie als Stufenhängebrücke ausgeführt. Derartige Konstruktionen gibt es sehr selten. Eine Tafel informiert über die technischen Daten.

Oben am Graseck angekommen, belohnte uns die gemütliche Kaiserschmarrn-Alm mit ihren Schmankerln. Die Terrasse bietet einen großartigen Blick auf das Bergpanorama. Eine Tour, die nicht anstrengend, aber überaus lohnend und dazu auch noch umweltfreundlich mit öffentlichen Verkehrsmitteln bequem zu erreichen ist, vorausgesetzt, dass der Anschluss zum Bus klappt.

*Christine Eben  
OG München-Süd*

### Das nächste „Berg frei!“

erscheint am 1. Juni 2025. Bis dahin halten wir euch über die Geschäftsstelle, auf unserer Website und über die verschiedenen Newsletter auf dem Laufenden.

## Hat die Entwicklungshilfe ausgedient?



Immer noch weit verbreitet: Ochsengespanne

Afrika ist reich an Rohstoffen und besitzt fruchtbares Ackerland; seit über sechzig Jahren leisten Deutschland und andere Staaten „Entwicklungshilfe“. Trotzdem lässt der Lebensstandard der Bevölkerung noch viel zu wünschen übrig, so dass die Unterstützung durch das Ausland immer mehr in die Kritik geraten ist. Unser Referent Prof. Dr. Theo Rauch, ein exzellenter Kenner der Verhältnisse vor Ort sowie inzwischen emeritierter Professor an der FU in Berlin, gab der Ortsgruppe München-Süd bei einem Vereinsnachmittag im Bootshaus interessante Einblicke in diese Problematik.

Professor Rauch mag das Wort Entwicklungshilfe nicht: „Durch helfen lässt sich die Armut nicht beseitigen.“ Vielmehr spricht er lieber von Entwicklungszusammenarbeit, „gemeinsam nach Problemlösungen suchen“. Dies muss auf Augenhöhe erfolgen, nicht durch neokoloniale Bevormundung. Soweit wir NaturFreunde uns in Afrika engagieren, sehen wir diesen Grundsatz bei unseren Projekten genauso.

Nach den Erfahrungen unseres Referenten brachte die Förderung in der Vergangenheit nur in Teilbereichen wie Bildung, Gesundheit oder Wasserversorgung nachhaltige Erfolge. Bei der Schaffung von Jobs und Einkommen hat sie weitgehend versagt. Gerade das wäre jedoch die entscheidende Aufgabe für die rasant wachsende Bevölkerung und gleichzeitig auch die Voraussetzung für Demokratie und stabilen Frieden. Einen Ansatzpunkt dafür sieht er darin, die herkömmliche Landwirtschaft weiterzuentwickeln und für eine Vermarktung ihrer Erzeugnisse zu sorgen.

Er ist stolz auf ein Projekt in Sambia, an dem er maßgeblich mitgewirkt hat. Dieses setzte nicht auf Traktormechanisierung, welche nur für wenige größere Bauern zugänglich gewesen wäre, sondern auf Ochsengespanne, die durch gemeinschaftliche Nutzung einen Marktzugang für die Mehrzahl der ärmeren Kleinbauern ermöglichten. Eine Idee, der zunächst auch von Seiten der einheimischen Eliten enorme Skepsis entgegen schlug, weil sie deren Fortschrittserwar-

tungen nicht entsprach. Schnell aber erkannten auch sie die Vorteile einer lokalen, mit eigenen Ressourcen handhabbaren Technologie, ohne Import von Treibstoff und Ersatzteilen. Nach Jahren konnte sich unser Referent überzeugen, dass sich Ochsengespanne auch nach Projektende nicht nur etabliert, sondern sich ohne weitere externe Unterstützung in Nachbarregionen verbreitet hatten.

Mit der Entwicklung der Landwirtschaft verbunden sind dann als nächster Schritt gewerbliche Arbeitsplätze, wobei die Binnenmärkte vor der konkurrenzüberlegenen Industrieproduktion der reichen Länder temporär geschützt werden müssen, und wozu auch faire Handelsabkommen gehören.

Fazit: Konkrete Beispiele zeigen, dass es trotz widriger weltwirtschaftlicher und politischer Bedingungen durchaus Möglichkeiten gibt, auch benachteiligte Bevölkerungsschichten in die Lage zu versetzen, eigenständig ihre Existenz vor Ort zu sichern.

*Christine Eben  
OG München-Süd*

# Ehrungen und Gedenken

## Die Ortsgruppe Halserspitz bedankt sich für die langjährige Mitgliedschaft bei:

Hannelore Biernath	60 Jahre
Rainer Biernath	60 Jahre
Lotte Knott	60 Jahre
Kurt Pfadler	60 Jahre
Heinz Haug	65 Jahre
Günter Wittig	70 Jahre

Zum 90. Geburtstag am 02.01.2025 gratulieren wir Kurt Pfadler.

Allen herzlichen Glückwunsch  
OG Halserspitz

Die OG Halserspitz trauert um

## Werner Bauer

der am 17. November 2024 fünfzehn Monate nach dem Tod seiner Frau Ruth friedlich eingeschlafen ist.

Werner wurde 88 Jahre alt, 71 Jahre war er bei uns Halserspitzlern. Wir ALLE denken an viele schöne NaturFreunde-Jahre zurück und sagen von Herzen „Berg frei!“

OG Halserspitz



Die NaturFreunde München und die Seniorengruppe des Bezirks trauern um unser langjähriges Mitglied

## Alois Steer

geb. 29.4.1934 verst. 3.12.2024

Alois war bis zur Auflösung der Ortsgruppe Neuhausen dort Mitglied. Anschließend blieb er den NaturFreunden weiter treu mit einer Mitgliedschaft beim Bezirk. Aktiv war er bis zuletzt in der Seniorengruppe.

Alois dir ein letztes „Berg frei!“

Rainer Hörgl  
Bezirksvorsitzender im Namen der NaturFreunde München

## 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](mailto:info@naturfreunde-bezirk-muenchen.de)

### Bankverbindung:

IBAN: DE27 7015 0000 0000 1594 42  
BIC: SSKMDEMMXX

### 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.)  
[redaktionbergfrei@nfbm.de](mailto:redaktionbergfrei@nfbm.de)

Layout: Claus Otrembnik

### Druck:

Druckerei Westphal GmbH  
Auflage: 1300

Es gelten die Anzeigenpreise von 1.10.2018

Berg frei! erscheint viermal jährlich.

Mit tiefem Bedauern nehmen wir Abschied von unserem geschätzten Vereinsmitglied

## Marianne Strauß

die über 60 Jahre lang eine tragende Säule unserer Gemeinschaft war. Sie war eine leidenschaftliche Teilnehmerin an Aktivitäten wie Kajakfahren, Wandern und Radfahren. Gemeinsam mit ihrem Mann erlebte sie unvergessliche Campingurlaube in Europa und beeindruckende Trekkingtouren in Tibet.

Der Verlust ihres Mannes im letzten Jahr war für sie schmerzhaft, doch sie blieb eine Quelle der Inspiration und Lebensfreude für uns alle. Ihr plötzlicher Tod am 5. Januar 2025 infolge eines Unfalls hinterlässt eine schmerzhaft Lücke in unserem Verein.

Marianne wird uns als warmherzige und hilfsbereite Frau in Erinnerung bleiben. Ihr Verlust berührt unsere gesamte Gemeinschaft und erinnert uns daran, wie wertvoll die gemeinsamen Momente sind. In Gedenken an Marianne werden wir ihre Werte und Erinnerungen in unseren Herzen tragen.

OG Wassersport

Atemnot Husten Allergie Schnarchen

DR. MED. WOLFGANG SAUER

Lungenfachärztliche Schwerpunktpraxis  
Internist, Allergologie, Schnarch- und Schlafapnoediagnostik

Pasinger Triangel, Josef-Retzer-Str. 48  
82141 München (Pasing); Tel. 881 849

[www.lunge-muenchen.de](http://www.lunge-muenchen.de)

Naturfreunde OG Plankenstein

LUNEXTLABS  
vorhersagebasiertes Heim-Energiemanagement

Nutzen Sie bereits alle  
Möglichkeiten Ihrer PV-Anlage?

- Eigenverbrauch maximieren
- variablen Stromtarif sinnvoll nutzen
- intelligent E-Auto laden
- Stromkosten sparen
- Netz entlasten
- Energiewende vorantreiben



Interesse geweckt ?  
LUNEXTLABS GmbH, Olching, 08142 44 55 18  
[www.lunextlabs.de/green/poweranger](http://www.lunextlabs.de/green/poweranger)

# NaturFreunde Verlagsartikel

Die meisten Verlagsartikel sind auch in der Geschäftsstelle erhältlich. Ohne Versandkosten!

**Lunchbox aus Edelstahl**  
nur 15,00 €



**Fischerhut**  
nur 9,00 €



**Mausshirt für Kinder** 14,00 €

Lustiges Shirt in Rot mit der „NaturFreunde-maus“ als Brustaufdruck. 100% Baumwolle, ringgesponnen, Rippstrickhalsbündchen mit Elasthan. Größen: 1-2 Jahre, 3-4 Jahre und 5-6 Jahre



Schlauchschal in Rot, von der Fa. Buff

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



**Socken** 8,00 €

80% Baumwolle, 17% Polyamide, 3% Elathan  
OEKO-TEX zertifiziert  
Waschbar bis 40 Grad – nicht trocknergeeignet  
Größen: 37-41 und 42-46  
Unser Logo ist in Regenbogenfarben eingewebt.



**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 Grifftringen (limette oder rot), Futteral mit Tragegurt. Das NF-Logo ist silberfarben aufgedruckt.



**Rollup-Rucksack** ~~57,00 €~~

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



**Holz-Jojo** 1,00 €



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



**Baseball-Cap schwarz** 10,00 €

100% Cotton, Ziernähte auf dem Schild, eingestickte Luftlöcher, gefüttertes Satinschweißband, passend für jede Kopfgröße, zweifarbig eingesticktes NaturFreunde-Logo



**Beanie** 8,00 €

Die Mütze ist aus 100 % Single-Jersey-Baumwolle mit zweifarbigem seitlichen Stick.



**Shoppingtasche, Fa. Reistenthel** 15,95 €

Volumen: 15 Ltr., Reißverschluss, verschließbare Innentasche, wasserabweisend, 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 naturfreundliche Welt“ bestickt. Farbecht, waschbar bis 60 °C, Grammatratur 240 g/m<sup>2</sup>. 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“** 10,00 €

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

