



**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

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)

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

Beginn ist jeweils um 18:00 Uhr.



Weihnachtessen 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

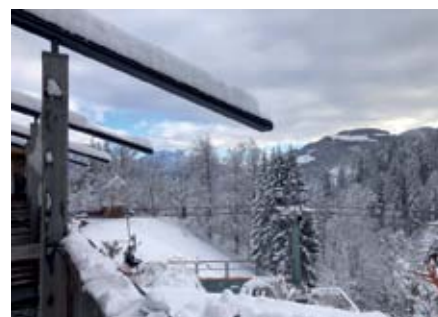
Wie 2023 fand auch 2024 unser Ski-Opening in St. Johann statt. Wir fuhren heuer eine Woche vor Weihnachten nach Fieberbrunn. Dort bezogen wir unser Quartier im Haus Sonne und als unsere Teilnehmer so alle eingetrudelt waren gingen wir gemeinsam zum Abendessen



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



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 Halserspitlern. 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

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

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

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

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, Grammaturn 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“ 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.

