

**Natur
Sport**

NaturFreunde
DEUTSCHLANDS



Bezirk München

Tourenprogramm

April 2025 bis September 2025



Bergsteigen Klettern Wandern Skitouren Canyoning MTB Radtouren Sport Wassersport



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Allgemeine Toureninfos	4
Tourenbewertung	5
Tourenführer	7
Allgemeine Angebote	9
Bergsport	15
Wassersport	21
Rettung und Infos im Alpenraum	28
Haftung & Teilnahmebedingungen	29
Anmeldung für Minderjährige	30
Mitgliedsantrag	31

**Jahreskalender mit Übersicht der
Sporttermine in der Heftmitte
zum Herausnehmen.**

Vorwort

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

Nach ganz vielen tollen Momenten mit euch auf unseren Wintertouren geht es Vollgas in Richtung Sommer. Zeit sich vorzubereiten!

Ein ganz tolles Angebot vorab: Der offene Klettertreff wird erweitert durch ein **inklusives Schnupperklettern!** Wer einfach klettern möchte trotz Hindernisse ist genau hier richtig aufgehoben. Meldet euch hierfür einfach bei unseren Trainer:innen Florian und Stefanie – sie helfen euch gerne weiter!

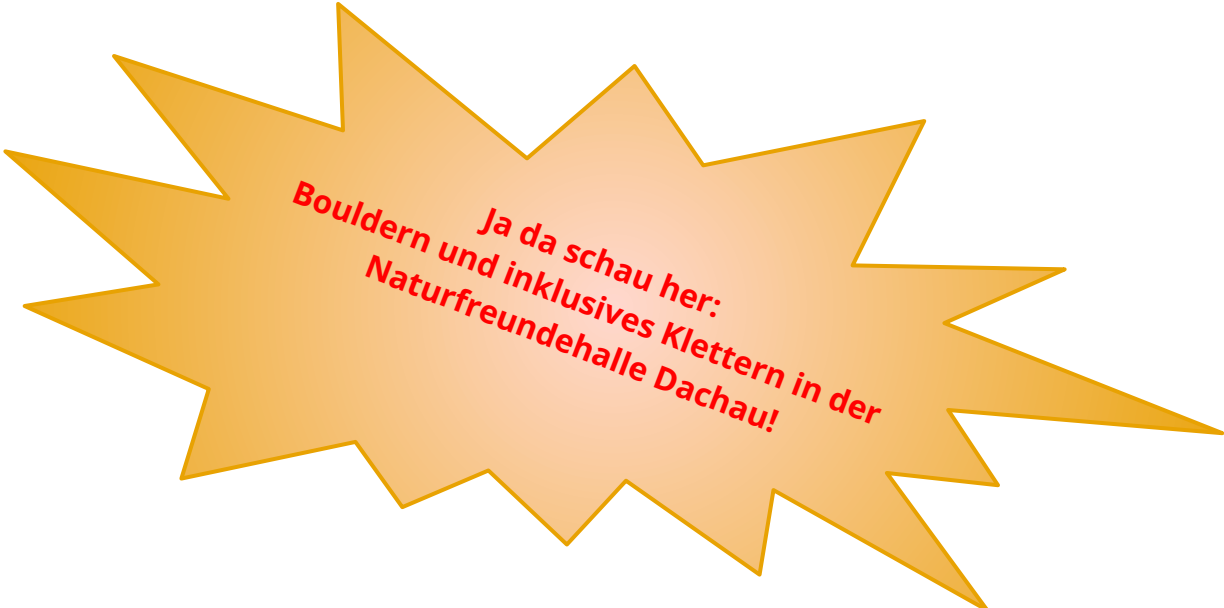
Auch **Boulder:innen** kommen nicht zu kurz. Ab sofort findet in der Kletterhalle Dachau jeden Montag ein Bouldertreff statt. Bei Interesse meldet euch doch einfach bei Alex!

Im **Bergsportprogramm** gibt es neben einfachen und achtsamen Bergwanderungen auch Theorieeinheiten für Orientierung und Wetterkunde. Abgerundet wird das Programm von einer **Klettersteigwoche** in Ramsau. Ebenso können sich die **wassersportlichen Angebote** sehen lassen: Eine Vielzahl an Touren von leichten Paddeleien bis hin zu anspruchsvollen Flüssen. Wer wissen möchte, wie das Kajaken funktioniert, kann an einem Wochenende einmal reinschnuppern – oder gleich einen **Kajakkurs** buchen.

Also viel Spaß beim stöbern – es lohnt sich!

Berg frei!

Euer Referat Natursport



**Ja da schau her:
Bouldern und inklusives Klettern in der
Naturfreunde-halle Dachau!**

Allgemeine Toureninfos

Anmeldung:

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

Vereinskonto:

NaturFreunde Bezirk München e.V.
Bank: Stadtparkasse München
IBAN: DE27 7015 0000 0000 1594 42
BIC: SSKMDEMMXX

Anzahlung:

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

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.

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.

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 Stemmschwungs 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 Skitourenenerfahrung 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 Aufstiegstechnik, 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 Aufstiegstechnik, 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 Aufstiegstechnik, auch Spitzkehren, ggf. angeseilt, Gipfelanstieg mit Steigeisen bis UIAA3. Abfahrt: Nur für absolut sichere Skifahrer in allen Schneearten; Spurfahren, Abfahren am Seil.

Technik					
					
Wander/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 einfachen Gelände	1
Gehen meist auf befestigten Wegen, kurzzeitig auch wegloses Gelände	Allgemeine Sportlichkeit Armkraft vorhanden Schwierigkeit B	Sicheres Bremsen, sauberes Schalten am Berg	Wenig technische Schwierigkeiten Hangneigung nie über 35 Grad	Wenig schwierig Schwimmstrecken, ca. 10m, 15m abseilen, Kletterstellen	2
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	3
Hauptsächlich wegloses Gelände Gletscherpassagen bis 45 Grad Sicheres gehen mit Steig- erfahrung eisen 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	4
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	5

Tourenführer



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



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



Heidemann, Leo

Trainer B Alpinklettern

E-Mail: leo@nfj-muenchen.de

Mobil: 0151-70089413



Hofmann, Goggo

Trainer C Hochtouren
Trainer B Skihochtouren

E-Mail: angohof@web.de

Tel.: 089-45205473



Hörgl, Franziska

Trainer C Bergsteigen

E-Mail: franziska.mundigl@gmx.de

Mobil: 0176-24154206

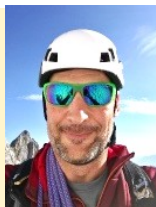


Hörgl, Rainer

Trainer C Bergsteigen

E-Mail: rainer@metzgersepp.de

Tel.: 08170-9984922

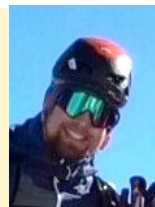


Huttenlocher, Thomas

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



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



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



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



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: -

Allgemeine Angebote

Keine Tour mehr verpassen mit dem Bergsport E-Mail-Verteiler:

bergsport@nfbm.de

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 Singletrail 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



Offener Klettertreff

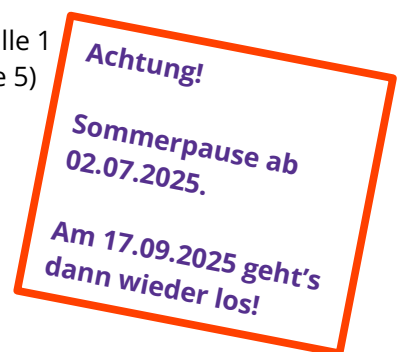
Immer dienstags ab 18:00 Uhr

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 Jahre
Gebühr:	für NF-Mitglieder vergünstigter Halleneintritt
Organisator:	Referat Bergsteigen
Sonstiges:	Bei Bedarf können wir neue Kletterer betreuen. Hierfür unbedingt vorher anmelden!

Zirkeltraining

Immer mittwochs um 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 Jahre
Gebühr:	Keine
Organisator:	Alex Wieland (Anmeldung unter 0151-67213109 oder alex@elektro-wieland.de)
Sonstiges:	Jeden Mittwoch außer in den Schulferien!





***** NEU NEU NEU *****

Inklusives Schnupperklettern beim offenen NaturFreunde Klettertreff

Jeden ersten Dienstag im Monat! 18-21 Uhr von Juni 25 – Mai 26 (Leider nicht im September!)

Art:	Inklusives Hallenklettern, unterstützt durch 2 Trainer*innen C Inklusion (Erzieherin, Erlebnispädagogin; Psychologischer Psychotherapeut)
Beschreibung:	Mit Unterstützung trotz Hindernissen in einer offenen NaturFreunde Gruppe klettern gehen! Körperliche oder sensorische Einschränkungen? Übergewicht? Erfahrungen mit Diskriminierung oder Rassismus? Einsam? Scheu auf Gruppen zuzugehen? Neurodivers? Spezieller Unterstützungsbedarf? Sonstige Gründe, die Euch das Teilnehmen am offenen Klettertreff erschweren? ABER BOCK ZU KLETTERN? Dann kommt vorbei – vorherige Anmeldung empfohlen. Als Trainer*innen C Sportklettern Inklusion bemühen wir – Stefanie und Florian - uns Hürden abzubauen und viel zu ermöglichen. Wir können jedoch nichts versprechen. Wir stehen auch im Vorfeld telefonisch zur Verfügung.
Voraussetzung / Können:	Der Wunsch zu klettern und Spaß dabei zu haben. Wir können als Trainer*innen C Sportklettern Inklusion nicht einschätzen, ob bspw. bei körperlichen Problemen die Eignung zum Klettern besteht. Das liegt in der Eigenverantwortung der Kletter*innen oder ihrer Bezugspersonen. Bei Zweifeln unbedingt vorher medizinisch abklären lassen. Ab 16 Jahren.
Ort / Treffpunkt:	NaturFreunde Kletterhalle Dachau, 18-21 Uhr, an Theke nach Inklusionstrainer*innen fragen Zunächst Juni 2025 bis einschließlich Mai 2026: 03.06.25, 01.07.25, 05.08.25, 07.10.25, 04.11.25, 02.12.25, 06.01.26, 03.02.26, 03.03.26, 07.04.26, 05.05.26 Achtung Sommerschließung im September!
Anreise:	Individuell – bei Unterstützungsbedarf vorher Kontakt aufnehmen.
Teilnehmerzahl:	Offener Treff – vorherige Anmeldung empfohlen
Altersgruppe:	Ab 16 Jahren
Gebühr:	Normaler Halleneintritt, Gebühr für Materialausleihe – keine weiteren Kosten!
Organisator:	Florian Heinrich, Stefanie Quadflieg
Sonstiges:	Anmeldung bei Florian Heinrich (kontakt@florian-heinrich.de) oder Stefanie Quadflieg

*** NEU NEU NEU ***

Bouldertreff

Immer montags ab 17:30 Uhr

- Art:** Training
- Beschreibung:** Jeden Montag ab 17:30 Uhr treffen sich die NaturFreunde zum Bouldern. Wer mitmachen will, kann einfach vorbeikommen.
- Voraussetzung / Können:** Allgemeine Sportlichkeit
- Ort / Treffpunkt:** NaturFreunde Kletterhalle (D-85221 Dachau, Wettersteinring 14)
www.kletterhalle-dachau.de
- Anreise:** Eigenverantwortlich
- Altersgruppe:** Ab 16 Jahre
- Gebühr:** für NF-Mitglieder vergünstigter Halleneintritt
- Organisator:** Alex Wieland
(Anmeldung unter 0151-67213109 oder alex@elektro-wieland.de)
- Sonstiges:** Weitere wöchentliche Bouldertreffs werden über eine WhatsApp Gruppe geteilt.



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 Fachübungsleiter 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



Tourenangebote Bergsport

B.0426 Achtsam in den Bergen – gestärkt im Alltag

Samstag 26.04.2025



Art:	Einfache Bergwanderung mit Achtsamkeitsübungen
Beschreibung:	Achtsam die Natur und sich selbst erfahren Gemeinsam bergwandern, dabei immer mal wieder bewusst in Kontakt mit der Natur und sich selbst gehen und gestärkt in den Alltag zurückkehren.
Voraussetzung / Können:	Allgemeine Sportlichkeit; Bereitschaft sich offen auf einige einfache Übungen und neue Verhaltensweisen einzulassen. Keine Sorge, nicht zuviel und ohne „Offenbarungszwang“ 😊 - jeder kann seine Erfahrungen für sich machen.
Ort / Treffpunkt:	nach Vereinbarung
Anreise:	in Fahrgemeinschaften ab München
Teilnehmerzahl:	8
Altersgruppe:	Ab 18 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 10 € / Gäste 20 €
Organisator:	Florian Heinrich
Sonstiges:	Anmeldung bis 21.04. bei Florian Heinrich

B.0521 Orientierung für Bergsteiger

Mittwoch 21.05.2025

Art:	Theorie
Beschreibung:	Wie lese ich Karten, wie nutze ich einen Kompass und woher weiß ich wo ich bin und wohin ich gehen muss? Eine Einführung in Theorie der Orientierung und Navigation in den Bergen mit verschiedenen Hilfsmitteln. Mit praktischen Beispielen!
Voraussetzung / Können:	Keine
Ort / Treffpunkt:	18:30 im Bootshaus
Anreise:	-
Teilnehmerzahl:	ohne Begrenzung
Altersgruppe:	Ab 12 Jahren
Gebühr:	5€
Organisator:	Steffen Haidacher (Steffen.haidacher@gmx.de), Leo Körber
Sonstiges:	Anmeldeschluss: 14.05.25 Für Getränke wird gesorgt.

 Günstige Winde kann nur der nutzen, der weiß, wohin er will.
- Oskar Wilde

Übersicht der Tourenangebote

April 2025			Mai 2025			Juni 2025		
1	Di		1	Do		1	So	WS 4 Wildwasserfahrt steir. Salza B.0601 Abenteuer Höhlenfahrt
2	Mi		2	Fr		2	Mo	
3	Do		3	Sa	WS 2 Paddel und Wanderwochenende	3	Di	
4	Fr		4	So	WS 2 Paddel und Wanderwochenende	4	Mi	
5	Sa		5	Mo		5	Do	
6	So		6	Di		6	Fr	
7	Mo		7	Mi		7	Sa	
8	Di		8	Do		8	So	
9	Mi		9	Fr		9	Mo	
10	Do		10	Sa		10	Di	
11	Fr		11	So		11	Mi	
12	Sa		12	Mo		12	Do	
13	So	WS 1 Anpaddeln	13	Di		13	Fr	
14	Mo		14	Mi		14	Sa	
15	Di		15	Do		15	So	
16	Mi		16	Fr		16	Mo	
17	Do		17	Sa	WS 3 Mehrtagesfahrt auf der Donau	17	Di	
18	Fr		18	So	WS 3 Mehrtagesfahrt auf der Donau	18	Mi	
19	Sa		19	Mo		19	Do	
20	So		20	Di		20	Fr	WS 5 Mehrtagesfahrt an den Lech
21	Mo		21	Mi	B.0521 Orientierung für Bergsteiger	21	Sa	B.0621 Sonnwendwanderung WS 5 Mehrtagesfahrt Lech
22	Di		22	Do		22	So	WS 5 Mehrtagesfahrt an den Lech
23	Mi		23	Fr		23	Mo	
24	Do		24	Sa		24	Di	
25	Fr		25	So		25	Mi	
26	Sa	B.0426 Achtsam In den Bergen	26	Mo		26	Do	
27	So		27	Di		27	Fr	
28	Mo		28	Mi		28	Sa	
29	Di		29	Do	WS 4 Wildwasserfahrt an die steirische Salza	29	So	
30	Mi		30	Fr	WS 4 Wildwasserfahrt an die steirische Salza	30	Mo	
			31	Sa	WS 4 Wildwasserfahrt an die steirische Salza			

Juli 2025			August 2025			September 2025		
1	Di		1	Fr	B.0801 Abenteuer Höhlenfahrt	1	Mo	B.0830 Klettersteigwoche
2	Mi		2	Sa		2	Di	B.0830 Klettersteigwoche
3	Do	B.0703 Wetterkunde für Bergsteiger	3	So		3	Mi	B.0830 Klettersteigwoche
4	Fr		4	Mo	B.0804 Erlebnis Klettergarten	4	Do	B.0830 Klettersteigwoche
5	Sa		5	Di		5	Fr	B.0830 Klettersteigwoche
6	So	WS 6 Tagesfahrt zur Entlochkamm	6	Mi		6	Sa	B.0830 Klettersteigwoche
7	Mo	WS 7 Kajakkurs	7	Do		7	So	
8	Di	WS 7 Kajakkurs	8	Fr		8	Mo	
9	Mi		9	Sa		9	Di	
10	Do	WS 7 Kajakkurs	10	So		10	Mi	
11	Fr		11	Mo		11	Do	
12	Sa	WS 7 Kajakkurs	12	Di		12	Fr	
13	So		13	Mi		13	Sa	
14	Mo		14	Do	WS 9 Wildwasserfahrt nach Österreich	14	So	
15	Di		15	Fr	WS 9 Wildwasserfahrt nach Österreich	15	Mo	
16	Mi		16	Sa	WS 9 Wildwasserfahrt nach Österreich	16	Di	
17	Do		17	So	WS 9 Wildwasserfahrt nach Österreich	17	Mi	
18	Fr		18	Mo		18	Do	
19	Sa	WS 8 Kajak Schnupperkurs	19	Di		19	Fr	
20	So	WS 8 Kajak Schnupperkurs	20	Mi		20	Sa	
21	Mo		21	Do		21	So	WS 11 Tagesfahrt an die Alz
22	Di		22	Fr		22	Mo	
23	Mi		23	Sa		23	Di	
24	Do		24	So	WS 10 Tagesfahrt auf dem unteren Lech	24	Mi	
25	Fr		25	Mo		25	Do	
26	Sa		26	Di		26	Fr	
27	So		27	Mi		27	Sa	
28	Mo		28	Do		28	So	
29	Di		29	Fr		29	Mo	
30	Mi		30	Sa	B.0830 Klettersteigwoche	30	Di	
31	Do		31	So	B.0830 Klettersteigwoche			

B.0601 Abenteuer Höhlenfahrt

Sonntag 01.06.2025



Art:	Höhlentour
Beschreibung:	Erkundung einer Höhle in den Bayerischen Alpen. Gemeinsames Abenteuer mit gegenseitiger Unterstützung und wunderschönem Naturerleben. Gut für Jugend geeignet.
Voraussetzung / Können:	Allgemeine Sportlichkeit; einzelne Kletterstellen und kurze enge Passagen müssen bewältigt werden.
Ort / Treffpunkt:	nach Vereinbarung
Anreise:	in Fahrgemeinschaften ab München
Teilnehmerzahl:	7
Altersgruppe:	Ab 14 Jahren
Gebühr:	Mitglieder 10 € / Gäste 20 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Florian Heinrich, Tom Huttenlocher
Sonstiges:	Anmeldung bis 16.05. bei Florian Heinrich; Helme und Stirnlampen erforderlich, können nach rechtzeitiger Absprache organisiert werden

B.0621 Sonnwendwanderung auf den Herzogstand

Samstag 21.06.2025



Art:	Bergwanderung (Einfach)
Beschreibung:	Bergtour zur Sonnwend auf den Herzogstand. Ausrüstung: Bergtour Basisausrüstung + Stirnlampe. Gemütliche Bergtour mit großem Picknick am Gipfel zum Sonnenuntergang.
Voraussetzung / Können:	Keine
Ort / Treffpunkt:	16:00 Parkplatz Fürstenried West
Anreise:	Bildung von Fahrgemeinschaften ab Treffpunkt.
Teilnehmerzahl:	Max. 15 Personen
Altersgruppe:	Ab 12 Jahren
Gebühr:	5€
Organisator:	Steffen Haidacher Steffen.haidacher@gmx.de
Sonstiges:	Anmeldeschluss: 14.06.25

**Nichts Süßes gibt, als der
Sonne Licht zu schaun.
- Friedrich Schiller**

B.0703 Wetterkunde für Bergsteiger

Donnerstag 03.07.2025

Art:	Theorie
Beschreibung:	Wie entsteht das Wetter, was lese ich Wolken, und was hat das mit meinen Bergtouren zu tun? Eine Einführung in Theorie der Wetterkunde, das Nutzen von verschiedenen Wetterberichten und die Übertragung auf die Planung von Bergsportaktivitäten.
Voraussetzung / Können:	Keine
Ort / Treffpunkt:	18:30 im Bootshaus
Anreise:	-
Teilnehmerzahl:	ohne Begrenzung
Altersgruppe:	Ab 12 Jahren
Gebühr:	5€
Organisator:	Steffen Haidacher Steffen.haidacher@gmx.de
Sonstiges:	Anmeldeschluss: 26.06.25. Für Getränke wird gesorgt.

 **Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.**
- Aristoteles

B.0801 Abenteuer Höhlenfahrt

Freitag 01.08.2025



Art:	Erlebnispädagogische Höhlentour
Beschreibung:	Gemeinsam zum Ziel kommen, Abenteuer erleben und viel Spaß haben
Voraussetzung / Können:	Allgemeine Sportlichkeit; einzelne Kletterstellen, kurze enge Passagen und Dunkelheit (mit Stirnlampen) müssen bewältigt werden; Konzept für Kinder mit intensivpädagogischem Förderbedarf und enger Betreuungsschlüssel (3 Erwachsene, 7 Kinder); Teilnahme nach vorheriger Rücksprache mit Sorgeberechtigtem
Ort / Treffpunkt:	nach Vereinbarung
Anreise:	in Fahrgemeinschaften ab München
Teilnehmerzahl:	7
Altersgruppe:	8 – 11
Gebühr:	Mitglieder 10 € / Gäste 20 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Florian Heinrich, Tom Huttenlocher
Sonstiges:	Anmeldung bis 15.06. bei Florian Heinrich; Helme und Stirnlampen erforderlich, können nach vorheriger Absprache organisiert werden

B.0804 Erlebnis Klettergarten

Montag 04.08.2025



Art:	Erlebnispädagogischer Ausflug in den Klettergarten Ruhpolding
Beschreibung:	Neue Herausforderungen meistern, Gemeinschaft und Natur erfahren
Voraussetzung / Können:	Allgemeine Sportlichkeit; Konzept für Kinder mit intensivpädagogischem Förderbedarf und enger Betreuungsschlüssel (3 Erwachsene, 6 Kinder); Teilnahme nach vorheriger Rücksprache mit Sorgeberechtigtem
Ort / Treffpunkt:	nach Vereinbarung
Anreise:	gem. im Kleinbus
Teilnehmerzahl:	6
Altersgruppe:	8 – 11
Gebühr:	Mitglieder 10 € / Gäste 20 € / Jugend ½ Preis
Organisator:	Florian Heinrich
Sonstiges:	Anmeldung bis 15.06. bei Florian Heinrich

B.0830 Klettersteig-Woche

Samstag 30.08.2025 bis Samstag 06.09.2025



Art:	Klettersteig
Beschreibung:	Wir gehen Klettersteige unter fachlicher Betreuung
Voraussetzung / Können:	Sicheres Beherrschen von Klettersteigen der Schwierigkeiten C, Kondition für bis zu 8 Stunden
Ort / Treffpunkt:	Camping Ramsau Beach Schildlehen 128, 8972 Ramsau am Dachstein
Anreise:	Samstag, 30. August 2024
Teilnehmerzahl:	10, maximal 15 Personen
Altersgruppe:	Ab 15 Jahre
Gebühr:	Mitglieder 110 EUR/Gäste 220 EUR/ Jugend ½ Preis
Organisator:	Rudi Seidl, ruse.dachau@gmail.com
Sonstiges:	Der Campingplatz wird von uns organisiert und reserviert. Anmeldeschluss: 27. Juni 2025

Tourenangebote Wassersport

Gebühr: 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	II	III	IV	V	VI
	unschwierig	Mäßig schwierig	schwierig	Sehr schwierig	Äußerst schwierig	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	

Trainingsabende im Sommer

Immer Mittwochs 17:45 – 21:00 ab dem 07.05.2025



Art: Training

Beschreibung: Trainingsabende in der Floßgasse München-Thalkirchen.
Trainingsinhalte: Kehrwasser fahren, Seilfahren, Surfen und weitere Fahrtechniken

Voraussetzung/Können Alle Level

Ort / Treffpunkt: Bootshaus II, Zentralländstraße 16, 81379 München

Anreise: Individuell

Organisator: kanu@nfj-muenchen.de

WS 1 Anpaddeln auf einem Fluss in der Region

Sonntag 13.04.2025



Art:	Tagesfahrt
Beschreibung:	Kajaktour auf einem oberbayrischen Fluss
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I-II)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de

WS 2 Paddel und Wanderwochenende im NF-Haus Schöna

Samstag 03.05.2025 bis Sonntag 04.05.2025



Art:	Mehrtagesfahrt
Beschreibung:	Kajak- und Wandertouren ausgehend vom NF-Haus Schöna
Voraussetzung / Können:	Anfänger bis Fortgeschritten-Level (WW I-III)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de



WS 3 Mehrtagesfahrt auf der Donau von Stephansposching nach Vilshofe

Samstag 17.05.2025 bis Sonntag 18.05.2025



Art:	Mehrtagesfahrt
Beschreibung:	Kajak- und Wandertouren ausgehend vom NF-Haus Schöna
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	wassersport@nfbm.de

WS 4 Wildwasserfahrt an die steirische Salza

Donnerstag 29.05.2025 – Sonntag 01.06.2025



Art:	Mehrtagesfahrt
Beschreibung:	Mehrtagesfahrt nach Wildalpen
Voraussetzung / Können:	Fortgeschrittenen-Level (WW II-WW III)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 12.03.2025



WS 5 Mehrtagesfahrt an den Lech

Freitag 20.06.2025 bis Sonntag 22.06.2025



Art:	Mehrtagesfahrt
Beschreibung:	Mehrtagesfahrt an den Lech
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I-II (2x WW III, umtragbar))
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 30.04.2025

WS 6 Tagesfahrt zur Entlochklamm

Sonntag 06.07.2025



Art:	Tagesfahrt
Beschreibung:	Tagesfahrt auf der Kössner Ache durch die wunderschöne Entlochklamm
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I-II)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 27.06.2025



WS 7 Kajakkurs

Mo. 07.07.2025, Di. 08.07.2025, Do. 10.07.2025, Abschlussfahrt Sa. 12.07.2025



Art:	Anfängerkurs
Beschreibung:	Anfängerkurs auf der Floßgasse in München Thalkirchen
Voraussetzung / Können:	Schwimmkenntnisse
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16, Treffpunkt Übungsabende: 17:00
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Teilnehmerzahl:	Max. 10
Altersgruppe:	Ab 11 Jahren
Gebühr:	60€ für NF-Jugend, 100€ für NF-Erwachsene, 70€ für nicht-NF-Jugend, 130€ für nicht-NF-Erwachsene
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Kurs beinhaltet drei Übungsabende, Treffpunkt jeweils 17:00, und die ganztägige Abschlussfahrt auf einen Fluss in der Umgebung, Treffpunkt 10:00. Mitzubringen sind: Badeausrüstung und wasserfeste Schuhe. Anmeldeschluss: 03.07.2025

WS 8 Kajak Schnupperkurs

Sa. 19.07.2025 und So. 20.07.2025



Art:	Anfängerkurs
Beschreibung:	Anfängerkurs auf der Floßgasse in München Thalkirchen
Voraussetzung / Können:	Schwimmkenntnisse
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16, Treffpunkt Übungsabende: 17:00
Anreise:	-
Teilnehmerzahl:	Max. 10
Altersgruppe:	11 - 18 Jahre
Gebühr:	25€ für NF-Mitglieder, 30€ für nicht-NF-Mitglieder
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Kurs beinhaltet zwei Übungsnachmittage, Treffpunkt jeweils 14:00. Mitzubringen sind: Badeausrüstung und wasserfeste Schuhe. Anmeldeschluss: 12.07.2025

WS 9 Wildwasserfahrt nach Österreich

Donnerstag 14.08.2025 – Sonntag 17.08.2025



Art:	Mehrtagesfahrt
Beschreibung:	Wildwasserausfahrt ins Engadin oder nach Osttirol
Voraussetzung / Können:	Fortgeschrittenen-Level (WW III-WW IV)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 24.07.2025

WS 10 Tagesfahrt auf dem unteren Lech

Sonntag 24.08.2025



Art:	Tagesfahrt
Beschreibung:	Tagesfahrt am Donaudurchbruch
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	wassersport@nfbm.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 20.08.2025



WS 11 Tagesfahrt an die Alz
Sonntag 21.09.2025



Art:	Tagesfahrt
Beschreibung:	Tagesfahrt am Donaudurchbruch
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW I)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	wassersport@nfbm.de
Sonstiges:	Anmeldung bis 17.09.2025

WS 12 Abpaddeln
Samstag 04.10.2025



Art:	Tagesfahrt
Beschreibung:	Kajaktour auf einem oberbayrischen Fluss
Voraussetzung / Können:	Anfänger-Level (WW II)
Ort / Treffpunkt:	Bootshaus II, Zentralländstraße 16
Anreise:	Fahrgemeinschaft
Organisator:	kanu@nfj-muenchen.de
Sonstiges:	Auswahl des Flusses je nach Wasserstand kurz vor der Ausfahrt.



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	0043-0800-50 1588
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 _____

Name _____

geb. am _____

Straße, Hausnr. _____

Telefon _____

Abreise am _____

Vorname _____

E-Mail _____

PLZ, Wohnort _____

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.):

Naturfreudemitglied?

☐ 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/unser 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	90 € (65 €)*
F-Mitglied	Ehepaar / Lebensgemeinschaft m. Kindern (unter gleicher Adresse gemeldet)	130 € (95 €)*
K/J-Mitglied	Kinder/Jugendliche, Studenten, Auszubildende bis 27 Jahre	30 € (25 €)*

* 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.

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 und
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, Marc Möller

Stand: 05.05.25

Fotos: Eigenarchiv, wenn nicht anders angegeben

Eigendruck im Selbstverlag



Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Bau und Verkehr