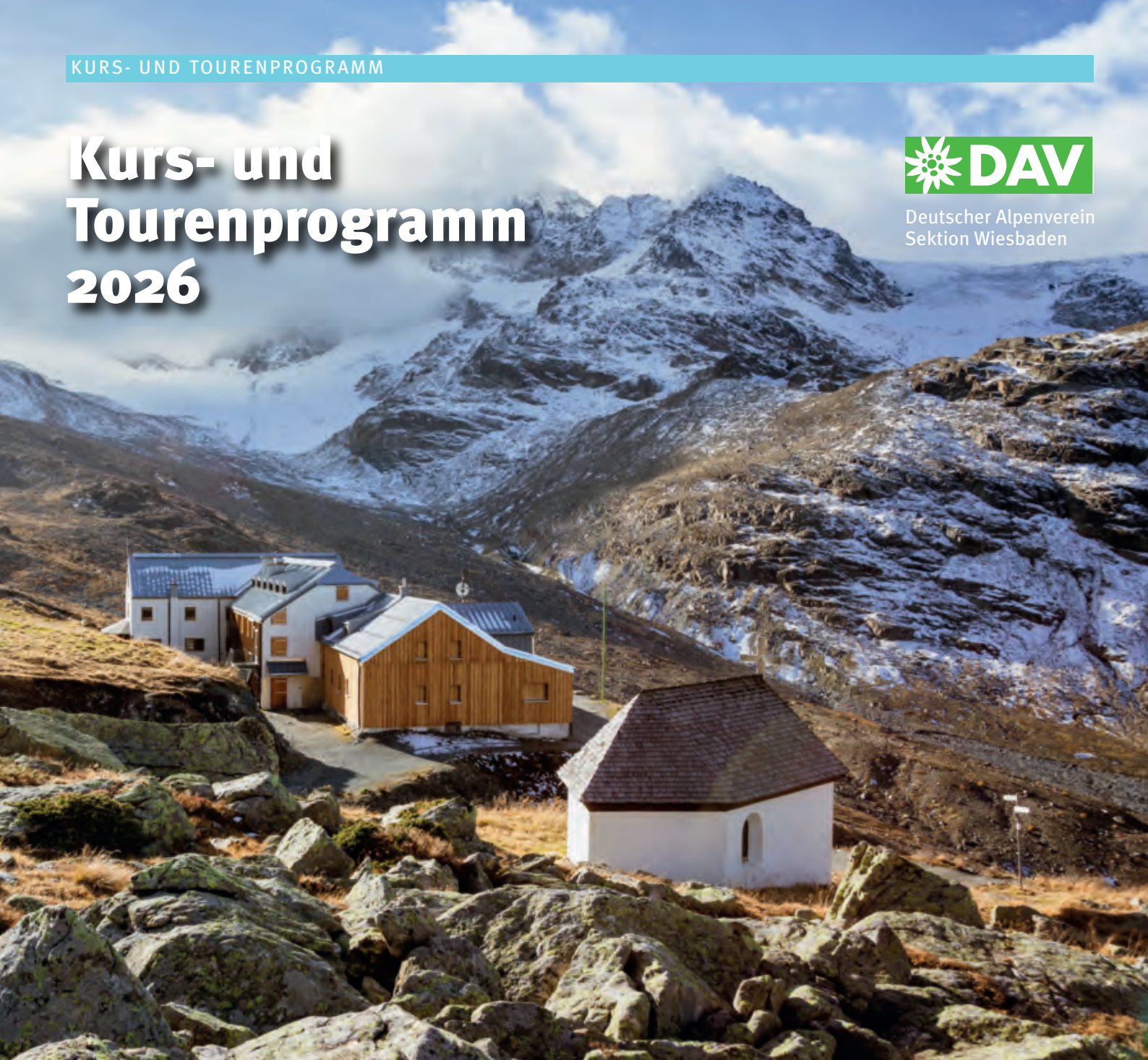


Kurs- und Tourenprogramm 2026



Winterkurse und -touren
Klettern:
Halle, Mittelgebirge, Alpin
Kursangebote: Halle
Themenwanderungen
Kurse und Touren JDAV:
Fahrten, Mittelgebirge, Alpin, Hochtouren
Kurse und Touren:
Klettern Outdoor, Mittelgebirge, Alpin

Kurse: Mittelgebirge, Alpin
Fahrten: Klettersteige
Fahrten: Hochtouren
Kurse: Mountainbike
Radtouren:
Trekking, E-Bike, Mountainbike
Ausrüstungslisten, Schwierigkeitsgrade



Deutscher Alpenverein
Sektion Wiesbaden

ALPINZENTRUM

In der Lach 4
65207 Wiesbaden-Rambach
Telefon 06 11 - 5 93 34

Öffnungszeiten:
montags
von 15:00 bis 19:00 Uhr
und mittwochs
von 16:00 bis 18:00 Uhr

Nassauische Sparkasse
Wiesbaden
DE51 5105 0015 0100 0008 22
NASSDE55XXX

**Die Öffnungszeiten des
Materialverleihs
verschieben sich ab dem
1. Januar 2026 von
Montag auf Mittwoch,
die Zeiten bleiben
bei 15:00 bis 19:00 Uhr.**

Liebe Bergsteiger*innen und Freund*innen der Alpen,

mit 2025 geht ein wahrlich ereignisreiches Jahr für unsere Sektion zu Ende: Unser neues Alpinzentrum in Wiesbaden-Rambach wurde im Mai eingeweiht und steht seitdem für zahlreiche Sektionsaktivitäten allen Mitgliedern offen. Gerne mitmachen, wenn es dort um die weitere Ausgestaltung geht, denn bekanntermaßen ist ein „eigenes“ Haus nie fertig!

Nun haben wir große Versammlungs- und Gruppenräume, die Geschäftsstelle mit freundlichen Büroräumen, den vielseitigen Materialverleih und die Jugendräume. So fand hier Ende Oktober das zweitägige Teamtreffen aller Touren- und Kursleiter*innen statt und wir haben unser Alpinzentrum sehr lebendig in Besitz genommen. Wir haben die zurückliegenden Tourensaisons ausgewertet und uns Gedanken für die Weiterentwicklung der Sektionsangebote unter Einbeziehung der neuen Möglichkeiten in Rambach gemacht. Während der gemeinsamen Aktivitäten in und um das Alpinzentrum hatten wir viel kreatives Brainstorming für neue Projektideen. Gerade für wohnortnahe Ausbildungs- und Erlebnisangebote haben Haus und Gelände ein großes Potential: Workshops, Sektionsabende, Ausbildung an der Indoor-Kletterwand, Ausgestaltung des Außengeländes zu Ausbildungszwecken, Umwelt- und Naturschutzprojekte, Gruppentreffen, Vorträge, Einbindung von Kulturveranstaltungen – somit hoffentlich bald ein bunter Treffpunkt. Und nicht zuletzt verfolgen wir weiter das Projekt „Campanile“ – ein Kletterturm am und um den ehemaligen Kirchturm. Die Details dazu wurden bei der Mitgliederversammlung im Oktober vorgestellt.

Und diese Weiterentwicklung eines aktiven Sektionslebens ohne Kurzfahrten in die Alpen ist ein Teil der Gesamtentwicklung des Deutschen Alpenvereins. Unter der vielschichtig interpretierbaren Überschrift „Berge in Bewegung“ befassen sich diverse Gremien und Aktive mit den veränderten Bedingungen beim Bergsport aufgrund der Folgen des Klimawandels. Bröselnde Berge mit neuem Gefahrenpotential, Verstärkung von Emissionseinsparungen, Sensibilisierung für den Naturraum ... sind die neuen Herausforderungen. Sehr empfehlenswert ist hierzu die „Klimawandelfolgen in den Alpen“, die man unter diesem Stichwort auf YouTube findet. Einfach mal reinschauen!



Dieses nun vorliegende Sektionsprogramm lässt uns in das Jahr 2026 blicken und wird uns dort begleiten. Gemäß den Rückmeldungen der Teilnehmer*innen haben wir unsere Angebote in der Region und für einfacheres Anforderungsprofil etwas erweitert und hoffen, so die Bedarfe und Wünsche zu treffen. Schaut bitte während des Jahres auch immer wieder auf die Homepage, denn dort gibt es viele Informationen über die fortlaufenden Gruppenangebote und kurzfristige Aktivitäten. Ebenso informativ ist unser Newsletter – öffnen und reinschauen, nicht wegklicken.

Last not least, noch ein kurzes Statement zu unseren Teilnehmergebühren, die immer mal wieder bezüglich der Preise kritisch kommentiert werden. Wir arbeiten in unserem Kurs- und Tourenbetrieb vollumfänglich ehrenamtlich. Das bedeutet, dass alle Touren- und Kursleiter*innen ihre Freizeit investieren, um euch sicher durch Berge und Tal zu begleiten. Über die Teilnehmergebühren werden lediglich deren Sachkosten und Auslagen gedeckt, und daran bereichert sich wahrlich niemand. Hierzu findet ihr ergänzende Erklärungen unter den „Teilnahmebedingungen“ am Ende des Heftes.

Ich wünsche euch schöne Erlebnisse und Unternehmungen mit unserem sehr engagierten DAV-Wiesbaden-Team

*Uta Basting
Ausbildungsreferentin*

Kurs- und Tourenangebote Winter 2025/2026

Hallenkletterkurse: Anmeldung online freigeschaltet seit **13. Oktober 2025, 18:00 Uhr**. Voranfragen bei den Kursleitern.

Winterkurse: Anmeldung online freigeschaltet seit **13. Oktober 2025, 18:00 Uhr**. Voranfragen bei den Kursleitern.

KURSANGEBOT: KLETTERN HALLE

H 2025 /05	DAV Kletterscheine Toprope 50+	Kletterwand des Alpinzentrums Wiesbaden-Rambach	Stefan Ickstadt	dienstags/ Mittwoch	18.11.2025, 25.11.2025 03.12.2025, 09.12.2025	50	
H 2026/01	DAV Kletterkurs – Schöner klettern	Kletterkiste Mainz-Mombach	Michaela Tremper	Samstag Sonntag	07.03.2026 08.03.2026	50	✳
H 2026/02	DAV Kletterscheine Toprope	Kletterwand des Alpinzentrums Wiesbaden-Rambach	Stefan Ickstadt	dienstags	13.01.2026 / 20.01.2026 27.01.2026 / 03.02.2026	51	✳
H 2026/03	DAV Kletterscheine Vorstieg	Kletterwand des Alpinzentrums Wiesbaden-Rambach	Michael Kirschey	montags	09.02.2026 / 16.02.2026 23.02.2026 / 02.03.2026	51	✳

WINTERKURSE UND -TOUREN

W 2026/01	LVS-Workshop – Einführung in die Lawnenkunde	Alpinzentrum Wiesbaden-Rambach	Guido Künzel	Sonntag	18.01.2025		AUSGEBUCHT!
-----------	---	-----------------------------------	--------------	---------	------------	--	--------------------

ANGEBOTE SCHNEESCHUH

W 2026/05	Leichte Schneeschuhtouren für Einsteiger im Allgäu	Deutschland, Allgäu	Hilke Smit-Schädla, Joachim Schädla		10.01.2026 - 13.01.2026		AUSGEBUCHT!
W 2026/06	Schneeschuhwander in den Stubai Alpen	Österreich, Tirol	Bärbel Brand, Roland Becker		22.01.2026 - 26.01.2026		AUSGEBUCHT!
W 2026/07	Schneeschuhbergsteigen in den stillen“ Tuxer Alpen	Österreich, Tuxer Alpen	Inge Seemann, Roland Becker		06.03.2026 - 10.03.2026		AUSGEBUCHT!

ANGEBOTE SKITOUR

W 2026/10	Mittelschwere Skitouren in St. Antönien	Schweiz, Graubünden, Rätikon	Karl Koettnitz		11.01.2026 - 17.01.2026		AUSGEBUCHT!
W 2026/11	Freeride-Safari Graubünden	Schweiz, Davos	Kevin Gaehn		04.02.2026 - 08.02.2026		AUSGEBUCHT!
W 2026/12	Grundkurs Skitouren und Freeriden	Schweiz, Andermatt	Guido Künzel		24.02.2026 - 01.03.2026	52	NOCH PLÄTZE FREI! !
W 2026/13	Grundkurs Skitouren in Mathon	Schweiz, Graubünden	Lukas Werner + Assistenz		18.02.2026 - 22.02.2026	52	NOCH PLÄTZE FREI! !
W 2026/14	Skitouren in Graubünden – Basislager	Schweiz, Graubünden	U. Goerttler, G. Künzel T. Theurer		19.02.2026 - 22.02.2026	53	NOCH PLÄTZE FREI! !
W 2026/15	Yoga und leichte bis mittel- schwere Skitouren	Österreich, Silvretta Heidelberger Hütte	R. Schmieder, E. Seidenstricker H. Kästel-Baumgartner		27.03.2026 - 31.03.2026	53	NOCH PLÄTZE FREI! !
W 2026/16	Wiesbaden goes Wiesbadener	Österreich, Silvretta Wiesbadener Hütte	Lukas Werner, Uwe Goerttler		09.04.2026 - 12.04.2026		AUSGEBUCHT!

✳ frei für Nichtmitglieder und andere Sektionen

! Noch Plätze frei!



Übersicht Kurs- und Tourenprogramm 2026

Anmeldung online freigeschaltet ab 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.

THEMENWANDERUNGEN

TW 2026/01	Vogelstimmenwanderung	Wiesbaden, Rheingau	Julia Ströbele + Referent*in	Sonntag, 22.03.2026	54	✱
TW 2026/02	Ich seh den Wald vor lauter Bäumen nicht	Wiesbaden, Rheingau	Julia Ströbele	Sonntag, 12.04.2026	54	✱
TW 2026/03	Boden – Wege – Tierchen	Wiesbaden, Taunus	Mikel Hecker + Referent*in	Sonntag, 25.04.2026	55	✱
TW 2026/04	Oma, Opa – Enkel-Wanderung	Wiesbaden, Stadtwald	Regina Hacke	Sonntag, 09.05.2026	55	✱
TW 2026/05	Auf den Spuren der Reptilien im vorderen Rheingau	Wiesbaden, Rheingau	Julia Ströbele + Referent*in	Sonntag, 31.05.2026	56	✱
TW 2026/06	Vogelstimmenwanderung	Wiesbaden, Rheingau	Regina Hacke + Referent*in	Sonntag, 14.06.2026	54	✱
TW 2026/07	Marone, Hexenröhring und Co.	Wiesbaden, Stadtwald	Julia Ströbele + Referent*in	Sonntag, 27.09.2026	56	✱
TW 2026/08	Marone, Hexenröhring und Co.	Wiesbaden, Stadtwald	Julia Ströbele + Referent*in	Sonntag, 18.10.2026	56	✱

ANGEBOTE KURSE+TOUREN: JDAV-KURSE UND TOUREN, MITTELGEBIRGE, ALPIN, HOCHTOUR

S 2026/01	JDAV Mehrseillängen – Camp	Italien, Gardasee, Arco	Erik Thiel	25.04.2026 - 03.04.2026	57	
S 2026/02	JDAV Mehrseillängen – Grundkurs	Deutschland, Taunus / Nahe	Erik Thiel	25.04.2026 - 26.04.2026	58	
S 2026/03	JDAV Grundkurs Bergsteigen 1.0 im Rätikon	Österreich, Silvretta	Uta Basting, Marcel Binsfeld, Felix Kraft	04.06.2026 - 07.06.2026	59	
S 2026/04	JDAV Gletscher & Eis – Grundkurs	Österreich, Silvretta	Alexandra Krämer, Daniel Schwarzloh	22.07.2026 - 28.07.2026	59	

ANGEBOTE FAMILIENGRUPPE

S 2026/05	Wasserabenteuer im Allgäu (für Familien)	Deutschland, Allgäu	Svenja Böing-Hanisch	14.05.2026 - 17.05.2026	60	
-----------	--	---------------------	----------------------	-------------------------	----	--

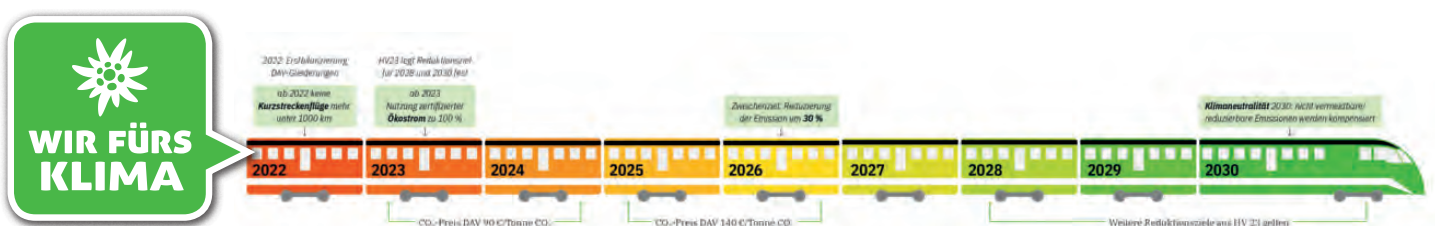
ANGEBOTE KURSE+TOUREN: KLETTERN OUTDOOR, MITTELGEBIRGE, ALPIN

S 2026/10	Cams und Keile (Mobile Sicherungsgeräte)	Deutschland, Pfalz / Heubach	Stefan Ickstadt	24.04.2026 - 26.04.2026	60	
S 2026/11	Outdoorkurs - Von der Halle an den Fels	Deutschland, Rhein-Main-Gebiet	Michael Kirsche	01.05.2026 - 03.05.2026	61	
S 2026/12	Outdoorkurs - Von der Halle an den Fels	Deutschland, Fränkische Schweiz	Hubert Hubbes	08.05.2026 - 10.05.2026	61	
S 2026/13	Mehrseillängenklettern Grundkurs	Deutschland, Rhein-Main-Gebiet	Kerstin Brill, Bärbel Brand	09.05.2026 - 10.05.2026	62	
S 2026/14	Tagesfahrten Sportklettern	Deutschland, Rhein-Main-Gebiet	Moritz Zimmermann	10.05.2026	62	
S 2026/15	Klettertechnik Outdoor – Klettertechnik am Fels	Deutschland, Lahntal	Bärbel Brand, Kerstin Brill	30.05.2026	63	
S 2026/16	Kletterfahrt Fränkische Schweiz	Deutschland, Fränkische Schweiz	Kai Hartmann	04.06. - 07.06.2026	63	✱
S 2026/17	Tagesfahrten Sportklettern	Deutschland, Rhein-Main-Gebiet	Stefan Ickstadt	13.06.2026	62	
S 2026/18	Mehrseillängenklettern Aufbaukurs	Österreich, Tirol	Kerstin Brill / Bärbel Brand	13.06.2026 - 17.06.2026	64	
S 2026/19	Klettern mit Menschen mit Handicap	Deutschland, Wiesbaden	Bärbel Brand	20.06.2026	64	
S 2026/20	Kletterfahrt Nordvogesen „Sur les Falaises de Gres“	Frankreich, Nordvogesen	Hubert Hubbes	19.06.2026 - 21.06.2026	65	
S 2026/21	Tagesfahrten Sportklettern	Deutschland, Rhein-Main-Gebiet	Moritz Zimmermann	19.07.2026	62	

KURSANGEBOTE: MITTELGEBIRGE UND ALPIN

S 2026/30	Sicherheitstag Gletscher – Spaltenbergung Trockentraining	Deutschland, Wiesbaden	Alexandra Krämer, Paul Krämer	14.03.2026	65	
S 2026/31	Sicherheitstag Gletscher – Spaltenbergung Trockentraining	Deutschland, Wiesbaden	Kerstin Brill, Daniel Schwarzloh	18.04.2026	65	
S 2026/32	Sicherheitstag Fels - Plan B	Deutschland, Wiesbaden	Bärbel Wullenweber, Daniel Schwarzloh	19.04.2026	66	
S 2026/33	Grundkurs Bergsteigen 1.0 im Rätikon	Österreich, Silvretta	Uta Basting, Marcel Binsfeld, Felix Kraft	04.06.2026 - 07.06.2026	66	
S 2026/34	Hochtourenkurs für Fortgeschrittene	Österreich, Silvretta	Paul Krämer	15.07.2026 - 20.07.2026	67	
S 2026/35	Gletscher Grundkurs	Österreich, Silvretta	Alexandra Krämer, Daniel Schwarzloh	22.07.2026 - 28.07.2026	67	
S 2026/36	Grundkurs Alpinwandern	Österreich, Wilder Kaiser	Maximilian Hanisch, Elke Seidensticker	22.08.2026 - 25.08.2026	68	
S 2026/37	Sicher unterwegs auf alpinen Steigen & Routen	Deutschland, Wettersteingebirge	Oliver Schneider, Bärbel Wullenweber	08.10.2026 - 11.10.2026	68	

✱ frei für Nichtmitglieder und andere Sektionen



Übersicht Kurs- und Tourenprogramm 2026

Anmeldung online freigeschaltet ab 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.

ANGEBOTE TOUREN: MITTELGEBIRGE UND ALPIN

S 2026/40	Wandern im Dahner Felsenland	Deutschland, Pfalz	Julia Ströbele, Mike Billhardt	30.04.2026 - 03.05.2026	69
S 2026/41	Yoga und Wandern am Neckarsteig	Deutschland, Neckartal	Elke Seidensticker, Regina Hacke	14.05.2026 - 17.05.2026	69
S 2026/42	Genusswandern im Altmühltal, Teil 2/Frauentour	Deutschland, Altmühltal	Hilke Smit, Patricia Tremus	30.05.2026 - 02.06.2026	70
S 2026/43	Genuss- und Kulturtour – Grosses Lautertal	Deutschland, Schwäbische Alb	Julia Ströbele, Mike Billhardt	03.06.2026 - 07.06.2026	70
S 2026/44	Auf dem Lahnwanderweg von Marburg nach Wetzlar	Deutschland, Lahn	Matthias Weber, Regina Hacke	04.06.2026 - 07.06.2026	71
S 2026/45	Enzensberger Weg mit dem großen Krottenkopf	Deutschland, Allgäu	Julia Ströbele, Mike Billhardt	20.06.2026 - 23.06.2026	71
S 2026/46	Wandern und Zugfahren in Nordböhmen 5.0	Tschechien, Nordböhmen	Guido Künzel, Annette Klima	21.06.2026 - 28.06.2026	72
S 2026/47	Yoga und Wandern im Lechtal	Österreich, Lechtaler Alpen	Elke Seidensticker, Regina Hacke	12.07.2026 - 18.07.2026	72
S 2026/48	Grüne Wiesen – Grauer Fels (Höhenwege im Allgäu)	Deutschland, Allgäu	Irmtraud Schmidt, Jürgen Zillas	26.07.2026 - 01.08.2026	73
S 2026/50	Hüttentour im Lechquellengebirge	Österreich Vorarlberg, Lechquellengebirge	Hilke Smit-Schädla, Jo Schädla	23.08.2026 - 26.08.2026	73
S 2026/51	GR 20 – Wandern durch das Gebirge im Meer	Frankreich, Korsika	Matthias Weber	03.09.2026 - 12.09.2026	74
S 2026/52	Auf den Schwingen des Adlers Teil 4, Adlerweg Etappe 15–18	Österreich, Tirol	Roland Becker	27.09.2026 - 03.10.2026	74

ANGEBOTE TOUREN: KLETTERSTEIGE UND MIXED-TOUREN

S 2026/55	Klettersteige und Klettertouren am Gardasee	Italien, Gardasee	Karl Koettnitz	Pfingsten 18.05.2026 - 25.05.2026	75
S 2026/56	Rätikon-Durchquerung und 4 Klettersteige	Österreich, Rätikon	Karl Koettnitz	25.07.2026 - 31.07.2026	75

ANGEBOTE TOUREN: HOCHTOUREN

S 2026/61	Top of Switzerland – die höchsten Berge der Schweiz	Schweiz, Wallis	Paul Krämer	28.08. - 02.09.2026	76
-----------	---	-----------------	-------------	---------------------	----

ANGEBOTE WORKSHOP: MOUNTAINBIKE

TW 2026/09	Schraubekurs für MTB – Werde dein eigener Bike-Profi	Wiesbaden	Joachim Krumb	Sonntag, 26.04.2026	78
------------	--	-----------	---------------	---------------------	----

ANGEBOTE KURSE UND TOUREN: MOUNTAINBIKE

S 2026/70	MTB-Aufbaukurs	Wiesbadener Stadtwald	Joachim Krumb	14.06.2026	77
S 2026/71	MTB-Grundkurs	Wiesbadener Stadtwald	Joachim Krumb	06.09.2026	77
S 2026/72	MTB-Hüttentour in den Öztaler Alpen	Südtirol, Sterzing	Joachim Krumb, Marcus Fill	19.08. - 23.08.2026	78
S 2026/73	MTB-Camp Fränkische Schweiz	Deutschland, Frankenjura	Joachim Krumb, Marcus Fill	17.09. - 20.09.2026	79

RADTOUREN: TREKKING, E-BIKE UND MOUNTAINBIKE

S 2026/74	Landschaft und Spuren deutscher Geschichte	Deutschland, Westerwald-Rheinland	Dirk Basting	14.05. - 17.05.2026	79
S 2026/75	Unterwegs auf Hessens Bahnradwegen	Deutschland, Vogelsberg	Manfred Bachmann, Irmi Schmidt	04.06. - 07.06.2026	80
S 2026/76	Radtour von Dresden – Breslau – Görlitz	Deutschland, Polen	Dirk Basting, Anne-Kathrin Goerlich	25.07. - 05.08.2026	80

 frei für Nichtmitglieder und andere Sektionen

DAV Ausrüstungslisten	81
Schwierigkeitstabellen	82
Teilnahmebedingungen	87



DAV Kletterscheine Toprope 50+



Dienstag, 18. und 25. November, Mittwoch, 3.,
und Dienstag, 9. Dezember
Beginn 19:00 bis 21:00 Uhr, Dauer 2 Stunden

Der Kletterkurs Toprope 50+ ist eine Einladung an Menschen ü50, die Freude am Klettern neu oder wieder zu entdecken und gleichzeitig die eigene Fitness und Beweglichkeit zu steigern.

Ziel ist, neben den Sicherungsmethoden, ein tieferes Verständnis für die eigenen Fähigkeiten und Grenzen zu entwickeln, diese Grenzen zu respektieren, aber auch Kraft und Ausdauer beim Klettern effizient einsetzen zu können.

Im Anschluss an die Kursabende gibt es die Möglichkeit, den Tag in geselliger Runde zu beschließen.

ANFORDERUNGEN:

- Voraussetzung für den **Topropeschein** ist die Bereitschaft, die eigene Fitness und Beweglichkeit zu steigern, ansonsten ist keine Klettererfahrung notwendig.

KURSORT:

- Kletterwand des Alpinzentrums, DAV-Sektion Wiesbaden-Rambach

AUSRÜSTUNG:

- Klettergurt, Kletterschuhe, HMS-Karabiner, Sicherungsgerät MegaJUL (wird gestellt)

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 40,- Euro für DAV-Mitglieder, 50,- Euro für Nichtmitglieder (siehe Teilnahmebedingungen), zzgl. ggf. Materialausleihe (Klettergurte können über die Sektion ausgeliehen werden, vorher Reservierung notwendig).
- 4 bis 6 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn**
- Anmeldung zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Stefan Ickstadt, Trainer C Sportklettern,
s.ickstadt@dav-wiesbaden.de



DAV Kletterkurs: Schöner Klettern – Technikkurs für Anfänger



7. + 8. März 2026 (Samstag und Sonntag,
jeweils 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr)

Der Kurs richtet sich an kletternde Menschen, die gerade mit dem Klettern angefangen oder schon bereits etwas Klettererfahrung haben und die das Gefühl beschleicht, das Klettern könnte eigentlich doch etwas leichter bzw. schöner gehen. Jede*r hat die Chance, Klettertechnik und -stil zu verbessern und zu optimieren, insbesondere um sich kraftsparende und effiziente Techniken anzueignen.

In dem Kurs werden einige grundlegende Klettertechniken erklärt und demonstriert. Es wird viel Zeit zum individuellen Austesten, Üben und für Fragen geben.

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Beherrschen von Vorstiegs- oder Topropesichern ist erforderlich. Der persönliche Schwierigkeitsgrad spielt keine Rolle.

KURSORT:

- Kletterkiste Mainz-Mombach

AUSRÜSTUNG:

- Kletterausrüstung: Klettergurt, Kletterschuhe, HMS-Karabiner, das eigene halbautomatische Sicherungsgerät

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 40,- Euro für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen), zzgl. Anfahrt, Halleneintritte und ggf. Materialausleihe
- 4 bis 6 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn**
- Anmeldung zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Michaela Tremper, Trainerin C Sportklettern,
m.tremper@dav-wiesbaden.de



DAV Kletterscheine



Kurs H 2026/02 (Toprope),
jeweils dienstags, den 13., 20. + 27. Januar
und 3. Februar 2026 (Toprope)
Beginn 19:00 bis 21:00 Uhr, Dauer 2 Stunden



Kurs H 2026/03 (Vorstieg),
jeweils montags, den 9., 16. + 23. Februar
und 2. März 2026 (Toprope)
Beginn 18:30 bis 20:30 Uhr, Dauer 2 Stunden

Für mehr Sicherheit in Kletterhallen bietet der DAV die „Aktion Sicher Klettern“ mit den beiden Kletterscheinen Toprope und Vorstieg an.

Der **Kletterschein Toprope** ist ein Kursangebot für Kletteranfänger. Kursinhalte sind:

- Richtiges Anseilen
- Umgang mit einem halbautomatischen Sicherungsgerät
- Partnercheck und Selbstkontrolle
- Topropeklettern mit Ablassen.

Der **Kletterschein Vorstieg** ist ein Kursangebot für Fortgeschrittene, die ein gefestigtes Können auf dem Niveau des Kletterscheins Toprope haben. Kursinhalte sind:

- Vorstiegssichern
- Selbstständiges Vorsteigen
- Verhalten an der Umlenkung.

Die o.g. Inhalte werden gemäß dem persönlichen Ausgangsniveau vermittelt. Zum Ende des Kurses wird die Prüfung angeboten. Wir legen bei diesen Kursen besonderen Wert auf die sicherheitsrelevanten Aspekte.

Auch Personen, die bereits klettern, aber keine Ausbildung genossen haben, können an den Kursen teilnehmen und haben somit die Gelegenheit, ihre Kenntnisse aufzufrischen, Tipps zur Klettertechnik und ein Update zur Sicherungstechnik zu erhalten.

Die Kletterscheine sind eine Aktion mit freiwilliger Teilnahme ohne rechtliche Konsequenzen, vergleichbar mit Sport-Leistungsabzeichen anderer Verbände (z.B. Deutsches Sportabzeichen, Schwimmbadabzeichen). Sie sind kein „Führerschein“, mit dem unfallfreies Klettern garantiert ist, aber jeder Teilnehmer wird durch diese Schulung mit Sicherheit einen Zuwachs des persönlichen Könnens in der Sicherungstechnik erlangen und bezüglich Fehler- und Unfallprävention für potentielle Gefahren sensibilisiert sein.

In den Kursen (wöchentlich fortlaufend über vier Abende) besteht die Möglichkeit, die Kletterscheine zu erwerben. Die Absolventen bekommen einen Ausweis, den „Kletterschein“, sowie eine Broschüre mit den Inhalten der Ausbildung überreicht.

ANFORDERUNGEN:

- Voraussetzung für den Topropeschein ist die körperliche Fitness zum Klettern, ansonsten ist keine Klettererfahrung notwendig.
- Voraussetzung für den Vorstiegsschein ist das Beherrschen der Inhalte des Topropescheins und der sichere Umgang mit einem halbautomatischen Sicherungsgerät.

KURSORT:

- Kletterwand des Alpinzentrums, DAV-Sektion Wiesbaden, Rambach.
- Der Vorstiegskurs wird am letzten Abend alternativ in einer anderen Kletterhalle stattfinden. Dies wird während des Kurses mit den Teilnehmern besprochen.

AUSRÜSTUNG:

- Klettergurt, Kletterschuhe, HMS-Karabiner, Sicherungsgerät MegaJül (wird gestellt)

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 40,- Euro für DAV-Mitglieder, 50,- Euro für Nichtmitglieder (siehe Teilnahmebedingungen), zzgl. ggf. Materialausleihe (Klettergurte können über die Sektion ausgeliehen werden, vorher Reservierung notwendig).
- 4 bis 6 Personen.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn**
- Anmeldung zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

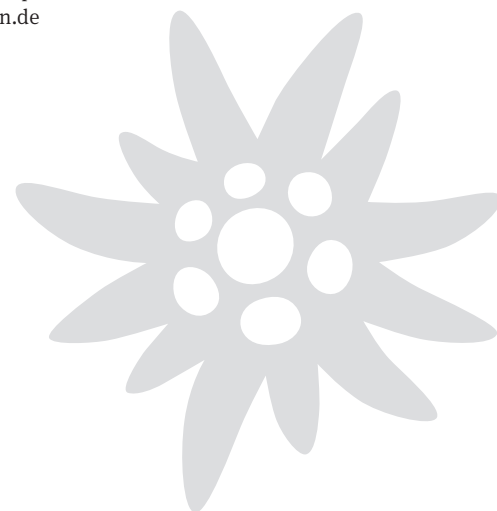
Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Kurs H 2026/02 (Toprope):
Stefan Ickstadt, Trainer C Sportklettern,
s.ickstadt@dav-wiesbaden.de

LEITUNG UND KONTAKT:

Kurs H 2026/03 (Vorstieg):
Michael Kirschey, Trainer C Sportklettern,
m.kirschey@dav-wiesbaden.de





Grundkurs Skitouren und Freeriden



Schweiz · Andermatt

24. Februar bis 01. März 2026 (Dienstag bis Sonntag)

Das Angebot richtet sich an Skifahrer*innen, die den Sprung von der Skipiste ins Gelände wagen wollen, um später an Skitouren teilzunehmen oder als Freerider den Bereich der kontrollierten und überwachten Pisten verlassen zu können. Wir werden im Kurs Wert auf das Befahren nicht präparierter Hänge legen, was u. U. auch die Abfahrt bei widrigen Schnee- verhältnissen bedeuten kann. Daneben werden Techniken des Anstiegs mit Tourenskiern, Abfahrtstechniken und Tourenplanung geübt. Ganz wichtiger Bestandteil des Kurses wird die Einführung in den Umgang mit dem Lawinensicherheitsset (LVS-Gerät, Sonde und Schaufel) sein. Wir werden fast ausschließlich mit Liften unterwegs sein, da wir im Kurs vorwiegend Abfahrtstechniken üben wollen. Aufstiege sind aber auch Bestandteil des Kurses, da wir uns – wie der Titel schon sagt – auch Skitouren zuwenden wollen. 2 Tourentage sind geplant. Täglicher kostenfreier Transfer ins Skigebiet.

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für Aufstiege bis max. 800 Höhenmeter (mit Tagesgepäck)
- Sicheres Befahren von Abfahrten in einem Skigebiet (rote Pisten)
- **Voraussetzung ist der Besuch des LVS-Übungstags am 18. Januar 2026** (Teilnahme kostenlos) oder einschlägiger Kenntnisse im Umgang mit der LVS-Ausrüstung.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Jugendherberge Hospental, Mehrbettzimmer
- Anreise per Bahn (! nur bis Göschenen buchen !)

AUSRÜSTUNG:

LVS-Ausrüstung, Skitourenausrüstung, Ausleihe von LVS-Ausrüstung in begrenzter Zahl über den Materialverleih der Sektion möglich – Reservierung erforderlich! Evtl. ist die komplette Ausleihe der Skitourenausrüstung vor Ort möglich, Detaillierte Ausrüstungsliste bei Vorbesprechung, Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 210,- Euro für DAV-Mitglieder (siehe Teilnahmebedingungen), zzgl. Anreise, Unterkunft (Übernachtung mit Frühstück 46,- CHF), Verpflegung (Abendessen: ca. 22,- CHF), Skipass ca. 300,- CHF, evtl. Ausleihe Tourenski
- 4 bis 6 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober 2025, 18:00 Uhr
- Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort
- **Anmeldung bis spätestens 26. Januar 2026**
Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden
[Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.](#)

LEITUNG UND KONTAKT:

Guido Künzel, Trainer C Skibergsteigen,
g.kuenzel@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 73 - 673 38 58



Grundkurs Skitouren in Mathon



Schweiz · Graubünden

18. bis 22. Februar 2026 (Mittwoch bis Sonntag)

In diesem Basiskurs lernt ihr alle relevanten Dinge rund ums klassische Skitourengehen kennen. Ihr erlernt das Lesen und Bewerten des Lawinengeberichts, den sicheren und geübten Umgang mit der kompletten Lawinenausrüstung und natürlich alle Techniken, die es braucht, um einen Berg sicher mit Skiern zu besteigen. All dies findet täglich draußen im Gelände statt und vermittelt das Grundwissen, um eigenverantwortlich auf Skitouren unterwegs zu sein. Entsprechendes skifahrerisches Können ist Voraussetzung. Neben der praktischen Wissensvermittlung lernen wir in der Theorie die verschiedenen Arten von Lawinen kennen, wie eine Skitour geplant werden muss und welche analogen und digitalen Hilfsmittel hierfür verwendet werden müssen und können. Und wie alle diese Faktoren bei der Planung und Durchführung einer Tour ineinandergreifen.

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Skifahren abseits der Piste in allen Schneelagen ist notwendig (sturzfreies Skifahren auf einer gut präparierten Piste ist nicht ausreichend). Kondition für mindestens 750 Hm Aufstieg am Tag. Motivation ganztägig (auch bei schlechtem Wetter) den Tag draußen in den Bergen zu verbringen.
- Es werden nur Teilnehmer mitgenommen, die sich am Haushalt der Selbstversorgerhütte beteiligen.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Schulhaus in Mathon, Selbstversorgung, www.mathon.ch/unterkunft.php
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Komplette Skitouren-Ausrüstung inkl. LVS-Set mit Drei-Antennen-Gerät, Snowcard
- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt bzw. der Vorbesprechung von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 140,- Euro für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, ggf. Kosten für Seilbahnen und öffentliche Verkehrsmittel
- 4 bis 5 Personen
- Vorbesprechung per Videokonferenz, Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober 2025, 18:00 Uhr
- Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort
- **Anmeldung bis spätestens 31. Dezember 2025**
Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
[Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.](#)

LEITUNG UND KONTAKT:

Lukas Werner, Trainer C Skitouren,
l.werner@dav-wiesbaden.de, , Telefon 01 76 - 23 44 20 42



Skitouren in Graubünden – Basislager



Schweiz · Graubünden

19. bis 22. Februar 2026 (Donnerstag bis Sonntag)

Das alte Schulhaus in Mathon thront hoch über dem Hinterrheintal und ist ein optimaler Ausgangspunkt für ausgiebige und variantenreiche Skitouren. Es stehen Gipfel wie Einshorn, Parpeinahorn und für konditionsstarke Tourengänger*innen der Piz Beverin zur Auswahl. Fortgeschrittene und Könnler kommen bei diesen Touren auf ihre Kosten. Die Tourenauswahl richtet sich nach den Wetter- und Lawinverhältnissen und erfolgt in Kleingruppen auf 3 Trainer aufgeteilt, sodass auf unterschiedliche Leistungsniveaus und (Gipfel-)Interessen eingegangen werden kann – das macht den Charakter der Veranstaltung „Basislager“ aus. Das große Selbstversorgerhaus hat eine gut ausgestattete Küche und Speiseraum. Im 1. Stock befindet sich ein Raum für Vorbesprechungen, Skigymnastik, Spiel und gemütliches Beisammensein. Die Selbstversorgung erfolgt über den Lebensmittelladen am Ort. Im gleichen Haus findet der Grundkurs Skitouren W 2026/13 statt.

ANFORDERUNGEN:

- Gute Skitechnik in allen Schneearten, auch im Tiefschnee
- Praktische Kenntnisse mit der LVS-Ausrüstung ist Voraussetzung
- Kondition für Tagestouren und Aufstieg bis 1000 Höhenmeter
- Teilnehmer müssen sich am Haushalt der Selbstversorgerhütte beteiligen.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Schulhaus in Mathon, <http://www.mathon.ch/unterkunft.php>
- Die Anreise ist gut mit Bahn und Postbus möglich. Einkauf erfolgt vor Ort.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten (Skitouren) auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 130,- Euro für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung (Unterkunft ca. 25,- CHF/Tag)
- 10 bis 15 Personen
- Vorbesprechung: Uhrzeit und Ort werden noch bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober 2025, 18:00 Uhr
- Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort
- **Anmeldung bis spätestens 31. Dezember 2025**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Uwe Goerttler, Trainer C Skitouren, u.goerttler@dav-wiesbaden.de
Guido Künzel, Trainer C Skitouren,
Tilman Theurer, Trainer SAC Skitouren



Yoga und leichte bis mittelschwere Skitouren von der Heidelberger Hütte



Österreich · Silvretta

27. bis 31. März 2026 (Freitag bis Dienstag)

Abseits des Ski-Rummels von Ischgl liegt dieser hervorragende Tourenstützpunkt in der Silvretta. Wir beginnen den Tag mit einer 90-minütigen Yoga-Einheit und legen den Fokus auf Bewegung, Entspannung und Energiearbeit. Dann verbinden wir leichte bis mittelschwere Skitouren mit der Ruhe und Schönheit der Winterlandschaft. Am Nachmittag / Abend besteht bei Interesse die Möglichkeit für Meditation- und Achtsamkeitsübungen. Das Hütten-team verwöhnt uns mit regionalen Gerichten. Die Hütte liegt auf 2.264 m und ist in Kombination von öffentlichen Verkehrsmitteln oder Auto und der Benutzung der Skilifte von Ischgl über den Piz Val Gronda ohne Aufstieg erreichbar. Täglich werden zwei Skitouren-Gruppen gebildet. Geplant sind Besteigungen wie z. B. Breite Krone (3.079 m), Piz Larein (3.009 m), Piz Tasna (3.179 m), Heidelberger Spitze (2.965 m), Piz Davo Lais (3.031 m) oder Piz Mottana (2.928 m).

ANFORDERUNGEN:

- Grundkurs Skitouren oder gleichwertige Erfahrung. Sicheres Skifahren im Tiefschnee und Gelände. Kondition für 4h und 950 Hm/Tag.
- Yogagrundkenntnisse / Anfängerkurs mindestens 5 Einheiten

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Heidelberger Hütte (<https://www.heidelbergerhuetten.at/winter/>). Die Unterkunft besteht aus Lagern mit Halbpension.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- LVS-Set, Skitourenausrüstung (Ski, Stöcke, Steigfelle). Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info Yogamatte, evtl. Sitzkissen, bequeme Kleidung. Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 180,- Euro für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, Seilbahn am Anreisetag und eventuell Gepäcktransport, falls gewünscht. Kursgebühren für den Yogakurs (5x ca. 1,5 Stunden täglich) sind in der Teilnehmergebühr enthalten.
- 8 bis 10 Personen.
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 13. Oktober 2025, 18:00 Uhr
- Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort
- **Anmeldung bis spätestens 31. Januar 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Ralf Schmieder, Trainer C Skibergsteigen,
r.schmieder@dav-wiesbaden.de, Telefon 0 61 27 - 508 94 56
Elke Seidensticker, Yogalehrerin, Trainerin C Bergwandern,
e.seidensticker@dav-wiesbaden.de
Harald Kästel-Baumgartner, Trainer C Skibergsteigen



Vogelstimmenwanderung: „Wer singt denn da?“

Themenwanderung am Gebück bei Niederrod



Deutschland · Rheingau

TW 2026/01: 22. März 2026

(Sonntagvormittag, Treffpunkt Goldsteintal)

TW 2026/06: 14. Juni 2026

(Sonntagvormittag, Treffpunkt Hünstetten)

Diese Vogelstimmenwanderung führt durch Wald und Wiesen und gibt in Hünstetten immer wieder herrliche Ausblicke auf die Taunuslandschaft und den Feldberg frei. Sie lernen die Vielfalt der heimischen Vogelwelt kennen und den Gesang der einzelnen Arten zu unterscheiden.

Darüber hinaus erfahren Sie viel Wissenswertes über unsere Vögel. Die Wanderung ist für Erwachsene und Kinder gleichermaßen geeignet, wenn ein Interesse an Vögeln besteht.

ANFORDERUNGEN:

ca. 2 Stunden auf guten Waldwegen

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst, Getränke, Brotzeit.

ANREISE:

- Anreise bevorzugt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften
- TW 2026/01 am 22. März 2026, 9:30 bis 11:30 Uhr, Treffpunkt im Goldsteintal, Parkplatz Hubertushütte
- TW 2026/06 am 14. Juni 2026, 8:30 bis 10:30 Uhr, Treffpunkt Hünstetten, Wanderparkplatz Gebück

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder, zzgl. Anreise
- 12,50 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder, zzgl. Anreise
- 10 bis 15 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
 - **Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher.** Für diese Themenwanderung ist keine Voranfrage notwendig. Sie können sich über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte den Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

- TW 2026/01: Julia Ströbele, Trainer C Bergwandern
- TW 2026/06: Regina Hacke, DAV Wanderleiterin

REFERENTIN:

Dr. Andrea Perlich, Naturparkführerin Naturpark Rhein-Taunus

INFORMATIONEN ÜBER:

info@dav-wiesbaden.de,
Telefon 06 11 - 593 34 jeweils montags 15:00 bis 19:00 und mittwochs 16:00 bis 18:00 Uhr



Ich seh den Wald vor lauter Bäumen nicht

Sportwanderung



Deutschland · Rheingau

12. April 2026 (Sonntag)

Was wir schon immer wissen wollten über den Wald, warum er Probleme mit dem Klima hat, was das für Bäume sind, was die Wölfe dort im Hinterlandswald machen und was wir schon immer mal zum Thema Wald diskutieren wollten.

Eine Wanderung im Hinterlandswald über Hallgarter Zange, Grauer Stein in schnellem Tempo, diese Wanderung dient auch zum Aufbau der Kondition.

ANFORDERUNGEN:

ca. 30 km in schnellem Tempo (4,5 bis 5 km/h) auf guten Wegen oder unbefestigten Pfaden. Das Tempo sollte unbedingt durchgehalten werden.

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst, Getränk und Brotzeit mitnehmen.

ANREISE UND TREFFPUNKT:

- Tagestour, Treffpunkt: Parkplatz Phillipsburg oberhalb von Hallgarten
Uhrzeit: 8:30 Uhr

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder
- 12,50 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder, zzgl. Anreise
- 10 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
 - **Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher.** Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte den Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Leitung: Julia Ströbele, DAV Wanderleiterin,
j.stroebele@dav-wiesbaden.de



Die Welt der Böden

Böden entdecken – Böden schützen.



Deutschland · Hofheim am Taunus

25. April 2026 (Samstag)

Eine Wanderung durch das Schwarzbachtal von Hofheim bis Lorsbach (3 km) und über den Kapellenberg zurück nach Hofheim (ca. 10 km). Sollten die Bauarbeiten auf dem Kapellenberg bis 2026 noch andauern, wird die Route angepasst.

Mehrere Stationen gewähren uns Einblicke in die Welt der Böden unter unseren Füßen. Wir erfahren, warum Böden schützenswert sind und welche Geschichten sie uns „erzählen“. Auf dem Kapellenberg erwarten uns einige Bodendenkmäler und ein typisches Problem der Freizeitnutzung.

Rast ist auf dem Kapellenberg und bei Bedarf unterwegs möglich.

Es begleitet uns Herr Frank Ullrich vom Hessischen Landesamt für Naturschutz, Umwelt und Geologie.

ANFORDERUNGEN:

- Die Wanderung ist für Kinder, Jugendliche, Familien und Erwachsene geeignet.
- Länge der Wanderstrecke ca. 10 km.
- Die Wanderung kann in Lorsbach abgekürzt werden (bis dort 3 km).

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst, Getränk und Brotzeit mitnehmen.

ANREISE UND TREFFPUNKT:

- Parkplatz Waldfriedhof Hofheim, Vincenzstraße 8, 65719 Hofheim am Taunus.
- Vom Bahnhof Hofheim (S2, RE 22, RE 20) in 1 Kilometer zu Fuß zu erreichen.
- Treffpunkt am Parkplatz Waldfriedhof um 9:00 Uhr. Rückkehr in Hofheim gegen 16:00 Uhr.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- Keine Teilnahmegebühr, Spenden vor Ort werden gerne entgegengenommen.
- max. 20 Personen

ANMELDUNG:

- Die Anmeldung dieser Tour läuft nur über den Tourenleiter. Kontaktdaten siehe unten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Meikel Hecker, DAV Wiesbaden, m.hecker@dav-wiesbaden.de



Wispernde Wälder und murmelnde Bäche

Oma/Opa-Enkel-Wanderung



Deutschland · Wiesbadener Stadtwald

9. Mai 2026 (Samstag)

Mit Oma und Opa suchen wir das Wispern in den Wäldern und das Murmeln der Bäche und Teiche.

ANFORDERUNGEN:

- Lust am Wandern bei Wind und Wetter
- ca. 2,5 Stunden, 5 km kreuz und quer durch Wald, Wiesen und Bäche

AUSRÜSTUNG:

Dem Wetter angepasst, ggf wasserdichte Schuhe und/oder Wechselsocken und -Schuhe, eine (Becher-)Lupe, einen leeren 10er-Eierkarton, Getränke und eine kleine Brotzeit.

ANREISE UND TREFFPUNKT:

- Treffpunkt im Kohlheck um 14:00 Uhr an der Haltestelle Kuckucksweg (Linie 4 Richtung Waldviertel)
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder, zzgl. Anreise
- 12,50 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder, zzgl. Anreise
- bis 7 Kinder ab ca. 5 Jahren mit Begleitperson

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
- Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 25. April 2026**
Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte den Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Regina Hacke, DAV-Wanderleiterin, r.hacke@dav-wiesbaden.de



Auf den Spuren der Reptilien im vorderen Rheingau



Deutschland · Wiesbaden, Rheingau
31. Mai 2026 (Sonntag)

Ringelnatter, Äskulapnatter, Blindschleiche, Wald- und Zauneidechsen.

Auf den Spuren der Reptilien im vorderen Rheingau.

Wir werden die ersten 2-3 km mit dem Referenten gehen und uns danach selbst auf die Suche nach Reptilien machen.

Diese Tour ist für Kinder geeignet, danach ist noch eine gemeinsame Einker in Frauenstein möglich.

ANFORDERUNGEN:

Diese Tour ist für Kinder geeignet.

Dauer 2 bis 4 Stunden, Streckenlänge ca. 10 km.

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst, Getränke, Brotzeit.

TREFFPUNKT:

- Treffpunkt: um 10:15 Uhr am Parkplatz des Friedhofs in Frauenstein
Ausstieg in Frauenstein: Bushaltestelle „Herrenbergstraße“
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen)
- 12,50 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder zzgl. Anreise, Verpflegung
- 15 Personen
- Zu dieser Themenwanderung gibt es keine Vorbesprechung

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
- **Anmeldung bis spätestens 1. Mai 2026**
Sie können sich über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte den Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Leitung: Julia Ströbele, DAV Wanderleiterin

INFORMATIONEN ÜBER:

info@dav-wiesbaden.de,
Telefon 06 11 - 593 34 jeweils montags 15:00 bis 19:00 und mittwochs 16:00 bis 18:00 Uhr



Themenwanderung Marone, Hexenröhrling und Co.



Deutschland · Wiesbaden
TW 2026/07: 27. September 2026 (Sonntag)
TW 2026/08: 18. Oktober 2026 (Sonntag)

Pilzexkursionen – Erkennen (und Sammeln) von einheimischen Speise- und Giftpilzen.

Der heimische Wald bietet im Herbst eine Vielzahl an Pilzen – aber gewusst wo und welche Sorte?

Unser ortskundiger und erfahrener Pilzfachmann führt uns durch den Nachmittag und zeigt uns die Details, an denen wir essbare und ungenießbare/giftige Pilze unterscheiden können, und auf was wir bei der „Pilzpirsch“ ansonsten noch beachten müssen.

REFERENTEN:

Franz Heller, Stadt Wiesbaden
Julia Ströbele, DAV Wiesbaden

ANFORDERUNGEN:

ca. 3 Stunden, Streckenlänge ca. 5 km (kreuz und quer durch den Wald).

AUSRÜSTUNG:

Wanderausrüstung, dem Wetter angepasst, Getränk und Brotzeit mitnehmen. Korb, mehrere Dosen, scharfes Messer.

TREFFPUNKT:

14:00 Uhr - Dotzheim, Parkplatz Waldfriedhof
Ausstieg in Dotzheim: Bushaltestelle Waldfriedhof.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 15,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder
- 18,75 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder, zzgl. Anreise
- 10 bis 15 Personen
- Für dieses Angebot gibt es keine Vorbesprechung.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
- **Anmeldung bis spätestens 1. Mai 2026**
Sie können sich über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte den Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Leitung: Julia Ströbele, DAV Wanderleiterin

INFORMATIONEN ÜBER:

info@dav-wiesbaden.de,
Telefon 06 11 - 593 34 jeweils montags 15:00 bis 19:00 und mittwochs 16:00 bis 18:00 Uhr



JDAV Mehrseillängen in Arco

Von Stand zu Stand auf den Sonnenplatten



Italien, Gardasee

28. März bis 3. April 2026 (Samstag bis Freitag)

Liebe Jugendmitglieder!

Die JDAV-Kurse (Seite 57 bis 59) sind für alle Jugendmitglieder der Sektion (alle bis einschließlich 26 Jahren) und nicht nur für Gruppenmitglieder.

Gebt uns gern Feedback zum bisherigen Angebot und teilt uns eure Wünsche für zukünftige Angebote (Themen) sowie generell geeignete Zeiträume mit, also ob die Kurse beispielsweise in den (Semester-, Schul-) Ferien oder außerhalb der Ferien stattfinden sollen.

Schreibt uns eure Meinung am besten an:
jugend@dav-wiesbaden.de

Nördlich des Gardasees erstreckt sich im Trentino das Sarcatal mit seinen vielen Platten und hohen Wänden. Der Kalkstein beherbergt eine reiche Auswahl an Routen in allen Schwierigkeitsgraden. Ob kurz oder lang, ob mit Absicherungen in Baguette-Abständen oder mit Schlaghaken, hier ist von Trad bis Plaisir für alle was dabei. Wir werden viel Gelegenheit haben, einfach zu klettern oder Neues dazuzulernen. Kurzum, es wartet eine spannende Woche voller Klettererlebnisse auf euch.

Als Stützpunkt wird der Campingplatz Zoo bei Arco dienen. Als Ergänzung zu der Kletterpraxis gibt es auch Theorieeinheiten zu den Themen Tourenplanung und Topos lesen. Ebenso erhaltet ihr Informationen über Materialkunde und deren sachgerechte Anwendung. Wenn ihr am Ende des Kurses in den Routen eigenständig und situationsabhängig entscheiden und handeln könnt, ist das Kursziel erreicht.

ANFORDERUNGEN:

- Absolvierter Einführungskurs Mehrseillängen oder gleichwertige Kenntnisse und Fähigkeiten
- Vorstieg im Fels mind. 5 UIAA, Trittsicherheit im weglosen Gelände
- Für alle JDAV Mitglieder (DAV-Mitglieder bis 26 Jahre) und Jugendleiter*innen

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Camping Zoo, Arco
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info (MSL-Ausrüstung), Campingausrüstung
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für JDAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung (bei finanziellen Engpässen kann es nach persönlicher Absprache Unterstützung vom JDAV geben).
- 3 bis 5 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 8. März 2026.**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Erik Thiel, Jugendleiter Alpinklettern, e.thiel@dav-wiesbaden.de



JDAV-Kurs Einführung Mehrseillängen



Deutschland · Taunus-Nahe
25. bis 26. April 2026 (Samstag bis Sonntag)

Der Grundstock für alle Mehrseillängenrouten ist ein gescheites Seilhandling am Stand und beim Abseilen. Egal ob einfache, gut gebohrte Routen, MSL in hohen Schwierigkeitsgraden oder beim Alpinklettern – mit einem guten und standardisiert-routinierten Umgang mit Seil und Sicherungsmaterialien beim Klettern und Abseilen gibt es Sicherheitsreserven, es macht mehr Spaß und man kommt zügig voran. Dieser Kurs vermittelt an dem zu diesem Zweck gut eingerichteten Monstranzfels die erforderlichen Grundkenntnisse und Fähigkeiten. Auf dem Programm am 1. Tag stehen verschiedene Variationen des Standplatzbaus, richtiges Sichern vom Stand, Vorstieg und Nachstieg, effizientes Abseilen über mehrere Seillängen. Es gibt viel Zeit und Möglichkeit zum Üben, Ausprobieren und für Fragen. Am 2. Tag geht es in die Kirner Dolomiten, um das Gelernte in 2 leichten Routen in der Praxis zu üben.

Die Grundkenntnisse sind wichtig, um anschließend eigenständig und selbstverantwortlich beim Klettern unterwegs sein zu können.

ANFORDERUNGEN:

- Kletterschein Vorstieg oder entsprechende Kenntnisse und Fähigkeiten,
- Erfahrung im Felsklettern (Outdoorkurs), Vorstieg 5. Grad UIAA am Fels,
- Grundlegende Kenntnisse von Begriffen und Bezeichnungen des Materials und der Sicherungstechnik beim Sportklettern.
- Für alle JDAV-Mitglieder, DAV-Mitglieder bis einschl. 26 Jahren und Jugendleiter*innen.

UNTERKUNFT:

- keine Unterkunft erforderlich
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Teilnehmergebühr für JDAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise
- 3 bis 4 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben, Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 31. März 2025**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- **Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Erik Thiel, JDAV Trainer Alpinklettern, e.thiel@dav-wiesbaden.de



JDAV Grundkurs Bergsteigen 1.0 im Rätikon – Vom Bergwandern zum Bergsteigen



Österreich · Vorarlberg · Rätikon
4. bis 7. Juni 2026 (Donnerstag bis Sonntag · Fronleichnam)
und am 26. April 2026 (Grundausbildung und Vorbesprechung)

Das Rätikon ist ein perfektes Gelände, um alle Varianten des Bergsteigens zu erleben und zu üben. Bekannte Gipfel wie die Drei Türme, Drusenfluh und Sulzfluh umrahmen den Hüttenstützpunkt und sind mögliche Tagesziele. Kursinhalte sind:

- Begehen von weglosem Gelände, Felsrinnen, Scharten und Graten (mit und ohne Seilsicherung)
- Auf- und Absteigen in Schnee- und Firnfeldern, Sturzübungen
- Basisknoten (HMS, Sackstich, Achterknoten, Prusik, Ankerstich)
- Auf- und Absteigen an Seilversicherungen (Fixseilen)
- Einführung Klettersteige / leichte Klettersteige
- Überwindung kurzer/leichter Kletterpassagen (UIAA 2-3), Ablassen und Abseilen
- Orientierung, Tourenplanung; Wetterkunde
- Alpine Gefahren und Notfallmanagement; Ausrüstungs- und Materialkunde

Der Kurs richtet sich an konditionsstarke und schwindelfreie Bergwanderer und Wiedereinsteiger, die sich auf steilere Wege (Niveau „schwarz“) und in wegloses Gelände begeben wollen. Ziel ist es, Kenntnisse und Fertigkeiten zum eigenständigen Planen und Durchführen von Bergtouren zu vermitteln.

ANFORDERUNGEN:

- Alter zwischen 16 und einschl. 26 Jahren.
- Erfahrungen im Bergwandern auf dem Niveau „roter Wege“;
- Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, auch in exponiertem Gelände
- Hüttenaufstieg ca. 3 Stunden mit vollem Gepäck
- Kondition für 8- bis 10-stündige Touren, mit ca. 800 bis 1.000 Hm mit Tagesgepäck.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Lindauer Hütte im Gauertal, Rätikon; www.lindauerhuette.com
- Anreise als Gruppe mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternative Anreisen müssen für die Buchung der Bahntickets vorab mit der Kursleitung besprochen werden. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungsliste auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Ausrüstungscheck und Ergänzungen beim Grundausbildungstag



JDAV Grundkurs Gletscher & Eis



Österreich · Silvretta

22. bis 28. Juli 2026 (Mittwoch bis Dienstag)

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 60,- Euro Teilnehmergebühr für JDAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 5 bis 6 Personen
- Vorbesprechung und Grundausbildung findet am 26. April 2026 ganztägig in einem heimischen Klettergelände statt und ist ein verbindlicher Bestandteil des Kurses.
- Der Kurs findet als Gemeinschaftskurs mit dem DAV-Kurs S 2026/33 statt, die Gesamtkursgröße beträgt 10 bis 12 Personen.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis 01. April 2026**
 - Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Uta Basting, Trainerin C Bergsteigen; u.basting@dav-wiesbaden.de
 Marcel Binsfeld und Felix Kraft; Assistenz/ Trainer C Bergsteigen i.A.

Im Grundkurs Gletscher & Eis lernst du alles, was du für deine ersten Schritte auf Gletschern und leichten Hochtouren brauchst. Nach dem Kurs weißt du, wie du dich sicher auf einfache Gletschertouren wagst, entweder auf eigene Faust oder gemeinsam mit der Sektion. Unser Basecamp ist die Wiesbadener Hütte (2.443 m) – direkt vor der Tür liegen der Ochsentaler Gletscher und der Vermuntgletscher. Ein super Gelände zum Üben, Ausprobieren und Lernen! Je nach Wetter, Bedingungen und Kursfortschritt steht am Ende der Woche eine Gipfeltour auf dem Programm – die perfekte Gelegenheit, dein neues Wissen gleich in die Praxis umzusetzen.

KURSIHALTE:

- Anseilen auf dem Gletscher; Knotenkunde
- Gehen in der Seilschaft, Gehen mit Steigeisen und Pickel
- Spaltenbergung; Selbst- und Kameradenrettung
- Sicherungen in Firn und Eis
- Orientierung und Tourenplanung

ANFORDERUNGEN:

- Alter zwischen 18 und 26 Jahren
- Absolvierter Grundkurs Bergsteigen. Gehen im weglosen Gelände, Begehen von Schnee- und Firnfeldern, Gehen am Fixseil, ...
- Gute Kondition für Touren von 8 Stunden und 1.000 Hm mit Rucksack
- Trittsicherheit sowie Schwindelfreiheit.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wiesbadener Hütte, 2.443 m, DAV, www.wiesbadener-huette.com
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, altern. in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bei der Vorbesprechung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für JDAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, (Mautstraße)
- 3 bis 5 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.
- Der Kurs findet gemeinsam mit Grundkurs Gletscher & Eis S 2026/35 statt.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 04. Mai 2026**
 - Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Alexandra Krämer, Trainerin C Bergsteigen, Jugendleiterin,
a.kraemer@dav-wiesbaden.de
 Daniel Schwarzloh, Trainer C Bergsteigen,
d.schwarzloh@dav-wiesbaden.de





Wasserabenteuer im Allgäu

„Durch Tobel und Bäche auf den Spuren der Natur“



Deutschland, Allgäu

14. bis 17. Mai 2026

(Christi Himmelfahrt, Donnerstag bis Sonntag)

An unserem Familiengruppenwochenende werden wir diesmal ins schöne Allgäu fahren. Wir werden verschiedene Wanderungen rund um unsere Unterkunft, der Jugendbildungsstätte das DAV in Bad Hindelang, unternehmen. Die familienfreundlichen Touren stehen ganz im Zeichen des Wassers – ob sprudelnde Bäche oder plätschernde Wasserfälle.

Unsere Unterkunft bietet uns viele Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung – wir können die Zeit dort in vollen Zügen genießen, es gibt eine kleine Indoor-Boulderhalle und ein tolles Außengelände. Hier können wir abends zusammenkommen, spielen, entspannen und die Erlebnisse des Tages Revue passieren lassen.

ANFORDERUNGEN:

- Leichte bis mittelschwere Wanderungen (nicht kinderwagentauglich)
- Länge 5 bis 10 km, ca. 200 bis 400 Höhenmeter
- Freude am gemeinsamen Wandern mit anderen Familien

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Jugendbildungsstätte der JDAV, 87541 Bad Hindelang
<https://www.jubi-hindelang.de/>
- Übernachtung mit Halbpension inkl. Lunchpaket in Mehrbettzimmern mit Dusche/WC auf der Etage (pro Familie 1 Zimmer)
- Kosten pro Tag/Übernachtung: Erwachsene 54,20 Euro, Kinder ab 6 Jahren 36,50 Euro, Kinder 3–6 Jahre 30,10 Euro, Kurbeitrag 3,30 Euro pro Tag
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info, Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

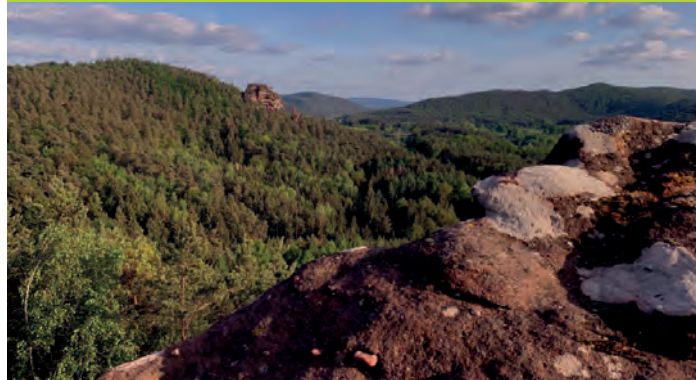
- 130,- Euro je Familie, Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 3 bis 4 Familien, max. 16 Personen (es stehen 2 x 5er Zimmer und 1 x 6er Zimmer zur Verfügung)
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 01. März 2026**
- Voranfrage zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Svenja Böing-Hanisch, Familiengruppenleiterin
s.boeing@dav-wiesbaden.de



Camalots, Keile und Co.

Klettern Outdoor und mobile Sicherungsgeräte



Deutschland, Südpfalz, Heubach

24. bis 26. April 2026 (Freitagnachmittag bis Sonntag)

Outdoorkletterkurs Camalots, Keile und Co – „Wenn´s ein bisschen mehr sein darf“

Ihr wollt draußen klettern? Die Hakenabstände sind zu groß oder es gibt erst gar keine !!

Im Sandstein der Südpfalz, einem der schönsten Klettergebiete Deutschlands, wollen wir Euch einen ersten Einblick in das Legen von mobilen Sicherungsmitteln geben.

Ihr lernt in dem Kurs:

- Die Routen zu beurteilen, denn an jeder Wand herrschen andere Bedingungen
- Placement gefunden! Der Fels ist kein gewartetes Sportgerät.
- Naturverträgliches Klettern: Kletterfelsen sind keine Sportanlagen. Rücksichtsvolles Verhalten.
- Ziel des Kurses ist es, erste Erfahrungen beim zusätzlichen Absichern von Routen zu sammeln und zu erlernen. Die Lerninhalte ausgelegt.

ANFORDERUNGEN:

Teilnahmevoraussetzungen sind:

- Beherrschen der Inhalte des DAV-Kletterscheins Vorstieg und Sicherungs-Updates oder vergleichbare Erfahrungen.
- Sicheres Beherrschen des Vorstiegs im Grad VI- (UIAA Halle).
- Sichern mit Halbautomat oder Autotuber
- Mindestalter 18 Jahre

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wird noch bekannt gegeben

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 50,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 6 Personen
- Termin für die Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis 15. März 2026**
- Voranfrage zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Stefan Ickstadt, Trainer C Sportklettern, s.ickstadt@dav-wiesbaden.de



Outdoorkurs – Von der Halle an den Fels



Deutschland · Rhein-Main-Region
1. bis 3. Mai 2026 (Freitag bis Sonntag)

Du kletterst schon fleißig in der Halle im Vorstieg? Die langen Wochenenden stehen vor der Tür und du möchtest gerne an einem richtigen Felsen klettern? Dann bist du hier genau richtig!

- Freitags treffen wir uns am „Grauen Stein“ und starten dort mit den ersten einfachen Techniken.
- Samstag bis Sonntag geht es in die Kirner Dolomiten. Tagsüber erklettern wir uns die beschriebenen Kursinhalte. Gegen Nachmittag/Abend kehren wir noch gemeinsam ein und besprechen in gemütlicher Runde die theoretischen Teile des Kurses.
- Am Kursende besteht die Möglichkeit, die Prüfung zum DAV Kletterschein Outdoor zu absolvieren.

Kursinhalte des DAV-Kletterscheins Outdoor sind: Routenbeurteilung, Partnercheck, Vorstieg sichern, Vorstieg klettern, Fädeln und Abbauen, naturverträgliches Klettern

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Beherrschen der Inhalte des DAV-Kletterscheins Vorstieg
- Persönliches Können: Klettern im Vorstieg im V. Grad (UIAA, Halle)
- Sichern mit Halbauto oder Autotuber
- Mindestalter 18 Jahre

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Freitag, 11 Uhr gemeinsamer Start am „Grauen Stein“ bei Georgenborn. Samstag auf Sonntag Kirner Dolomiten. Übernachtungsmöglichkeiten gibt es auf dem Campingplatz Papiermühle oder in den umliegenden Gasthäusern bzw. Hotels. Bitte bucht euch dort selbständig ein. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 60,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 6 Personen
- Vorbesprechung am Dienstag den, 14. April 2026, 19:00 im Alpinzentrum Wiesbaden-Rambach

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 14. April 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Michael Kirschey, Trainer C Sportklettern, m.kirschey@dav-wiesbaden.de



Outdoorkurs – von der Halle an den Fels Kletterschein Outdoor im Frankenjura



Deutschland · Frankenjura · Hirschbachtal
8. bis 10. Mai 2026 (Freitag bis Sonntag)

Das Frankenjura bietet an verschiedensten Felsformationen vielfältige Klettermöglichkeiten im Kalkgestein. Hier finden wir ideales Gelände, um die in der Halle erworbenen Klettertechniken weiterzuentwickeln und die Besonderheiten des Kletterns am Naturfels zu erlernen. Nach intensiven Übungseinheiten hat jeder die Möglichkeit, den „Kletterschein Outdoor“ zu absolvieren – wunderschöne Landschaft inklusive.

Kursinhalte des DAV-Kletterschein Outdoor sind: Routenbeurteilung, Partnercheck, Vorstieg sichern, Vorstieg klettern, Fädeln und Abbauen, naturverträgliches Klettern

Neben den klettertechnischen Aspekten sollen aber auch das gesellige Gruppenerlebnis und die kulinarischen Genüsse der Region nicht auf der Strecke bleiben.

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Beherrschen der Inhalte des DAV-Kletterscheins Vorstieg
- Vorstieg im V. Grad (UIAA, Halle)
- Sichern mit Halbauto oder Autotuber
- Mindestalter 18 Jahre

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Ferienwohnung
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 60,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 6 Personen
- Termin für die Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 28. März 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Hubert Hubbes, Trainer C Sportklettern, h.hubbes@dav-wiesbaden.de



Einführung Mehrseillängenrouten



Deutschland · Taunus/Nahe
9. bis 10. Mai 2026 (Samstag bis Sonntag)

Das Mehrseillängen-Klettern ist die Königsdisziplin am Fels. Diese langen Touren finden sich an hohen Felsen und insbesondere im Alpingelände.

Um eine Mehrseillängenroute sicher klettern zu können, sind die Grundvoraussetzungen die richtigen Techniken und das Erlernen standardisierter Abläufe. Das Klettern mit Vorstieg, Standplatzbau und Nachstieg unterscheidet sich deutlich vom Topropeklettern in einfachen Seillängen. Dies bezieht sich auf die Knotenkunde, das Seilhandling, den Standplatzbau und die Abseiltechniken. Dieser Kurs vermittelt euch das notwendige Know-How, damit ihr später eigenverantwortlich, sicher und mit viel Spaß in Mehrseillängen unterwegs sein könnt.

- An Tag 1 des Kurses lehren wir die Grundtechniken in dem Kursgelände am Monstranzfelsen nahe Wiesbaden-Frauenstein.
- An Tag 2 werden wir in den Kirner Dolomiten das Gelernte in 2 leichten MSL-Routen umsetzen.

ANFORDERUNGEN:

- Kletterschein Vorstieg
- Erfahrung im Felsklettern (Outdoorkurs), Vorstieg IV. Grad UIAA am Fels
- Grundlegende Kenntnisse von Knoten, Begriffen und Bezeichnungen des Materials sowie der Sicherungstechnik beim Sportklettern.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 40,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise und Verpflegung
- 6 bis 8 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 30. April 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Kerstin Brill, Trainerin B Alpinklettern, k.brill@dav-wiesbaden.de

Bärbel Brand, Trainerin C Klettern, ZQ Outdoor,
b.brand@dav-wiesbaden.de



Sportklettern für Einsteiger und Fortgeschrittene Tagesfahrten



Deutschland · Rhein-Main-Region
S 2026/14: 10. Mai 2026 (Sonntag)
S 2026/17: 13. Juni 2026 (Sonntag)
S 2026/21: 19. Juli 2026 (Sonntag)

Ihr habt dieses Jahr den „Kletterschein Outdoor“ absolviert und möchtet aber die ersten Male am Fels noch gemeinsam in einer Gruppe mit Trainer unterwegs sein? Oder ihr wart bereits ab und zu am Fels klettern, euch fehlt aber die Routine für Gebiets- und Routenwahl? Oder ihr möchtet einfach nur gemeinsam in einer netten Gruppe mit anderen Kletterern unterwegs sein? Dann seid ihr hier genau richtig: Wir fahren gemeinsam einen Tag in ein Sportklettergebiet im (erweiterten) Rhein-Main-Gebiet.

Als Gebiete kommen das Morgenbachtal, die Kirner Dolomiten, Schriesheim oder die Steinbrüche am Haardtrand (nördlich der Pfalz) oder im Odenwald in Frage. Die Entscheidung erfolgt kurzfristig je nach Wetter und Können der Teilnehmer.

ANFORDERUNGEN:

- Beherrschen der Inhalte des „DAV-Kletterscheins Outdoor“ oder entsprechende Erfahrung.
- Sicheres Beherrschen des Vorstiegs im V. Grad (Halle UIAA).
- Sichern mit Halbauto oder Autotuber.
- Mindestalter: 18 Jahre.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Tagesfahrt in die Klettergebiete
- Anreise in Fahrgemeinschaften
- Weitere Koordination per Mail in der Woche vor dem jeweiligen Termin.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnahmegebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise
- 2 bis 4 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens eine Woche vor der Fahrt.**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Fahrten 10. Mai 2026 (S 2026/14) und 19. Juli 2026 (S 2026/21):

Moritz Zimmermann, Trainer C Sportklettern,
m.zimmermann@dav-wiesbaden.de

Fahrt 13. Juni 2026 (S 2026/17):

Stefan Ickstadt, Trainer C Sportklettern, s.ickstadt@dav-wiesbaden.de



Klettertechnik am Fels



Deutschland · Lahntal
30. Mai 2026 (Samstag)

„Klettern draußen ist anders“. Griffe und Tritte sind nicht so eindeutig vorgegeben wie mit den bunten Elementen in der Halle. Kennst Du das Gefühl, dass Du mit Deinem Kletterkönnen aus der Halle draußen nicht richtig weiterkommst? Möchtest Du Dich für Deine nächsten Outdoor-Ziele vorbereiten? Oder geht Dir der Kopf am Fels schnell mal zu?

Dann bist Du bei diesem Kurs genau richtig. Wir wollen euch Klettertechnik am Fels beibringen und strategische Überlegungen für die Bewältigung von Klettertouren besprechen.

Wir werden euch Techniken fürs Felsklettern vermitteln und üben diese im Toprope. Zusätzlich können wir Videoaufnahmen nutzen, um Fehler aufzuzeigen und Lösungen anzubieten. Als Trainingsgebiet haben wir uns die Hohe Lay im Lahntal ausgesucht. Das ist ein angenehm leichter Fels mit vielen Strukturen – ein perfektes Terrain für ein Klettertechniktraining.

ANFORDERUNGEN:

- Toprope- und Vorstiegsschein, erste Felserfahrung oder Outdoor-Schein

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Hohe Lay bei Nassau im Lahntal / Tageskurs
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungsliste Sportklettern Fels, Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Verpflegung
- 6 bis 8 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher.**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Bärbel Brand, Trainerin C Klettern, ZQ Outdoor,
b.brand@dav-wiesbaden.de

Kerstin Brill, Trainerin B Alpinklettern, k.brill@dav-wiesbaden.de



Kletterfahrt in die Fränkische Schweiz



Deutschland · Fränkische Schweiz
4. bis 7. Juni 2026 (Donnerstag bis Sonntag, Fronleichnam)

Die Fränkische Schweiz gilt als eines der schönsten Klettergebiete in Deutschland. Eingebettet in eine charakteristische Berg- und Hügellandschaft liegen zahlreiche markante Felsformationen. Daneben befinden sich viele kleinere Felsen in den Wäldern versteckt. Charakteristisch für die Fränkische Schweiz um den bekannten Wallfahrtsort Gößweinstein ist der löchrige Jurakalk. Häufig sind die Felsen nicht allzu hoch. Dafür warten sie mit vielen abwechslungsreichen Kletterrouten auf. Geklettert wird in den Schwierigkeitsgraden 4 bis 7-. Besonders diejenigen, die noch wenig Vorstiegserfahrung an Naturfelsen haben, sollen sich angesprochen fühlen. Viele verhältnismäßig gut gesicherte Routen bieten Gelegenheit das Vorsteigen zu trainieren. Auch weniger Mutige sind willkommen und können sich am Toprope austoben. Die Klettertage finden in gemütlichen Gasthäusern beim Genuss der regionalen Köstlichkeiten ihren Ausklang.

ANFORDERUNGEN:

- Beherrschung einer der gängigen Sicherungstechniken für das Klettern im Mittelgebirge
- Beherrschung des Vorstiegs bis zum VI. Grad in der Halle, erste Vorstiegserfahrungen Outdoor
- Toprope einrichten am Umlenker und Routenabbau

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Die Anreise erfolgt in Eigenregie mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder in Fahrgemeinschaften. Genächtigt wird im Gasthof Roppelt in Morschreuth (Kirchenstraße 3, 91327 Gößweinstein). Dort ist ein Kontingent an Doppel- und Einzelzimmern reserviert.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 30,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung,
- 4 bis 6 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 31. März 2025**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Kai Hartmann, Trainer C Sportklettern, Telefon 0173 - 3 27 34 33,
k.hartmann@dav-wiesbaden.de



Mehrseillängen-Aufbaukurs in Tirol



Österreich · Tirol

13. bis 17. Juni 2026 (Samstag bis Mittwoch)

Der Kurs richtet sich an Kletterer, die bereits Erfahrungen im Fels in Klettergärten und in Mehrseillängenrouten gesammelt haben und nun den nächsten Schritt in Richtung Alpinklettern gehen wollen. Es werden die Inhalte zu Sicherung und Standplatz aus dem Kurs „Einführung MSL“ aufgegriffen und diese in die praktische Umsetzung im alpinen Fels übertragen. Mit zwei Trainern kann auf unterschiedliche Niveaus eingegangen werden. Zu den Ausbildungsinhalten gehören: Klettern in Seilschaft in Mehrseillängenrouten, Lesen von Topos, zu Mehrseillängenrouten, Verstehen von Zu- und Abstiegsinformationen, Abseilen über mehrere Seillängen, Routenwahl, Umsetzen der Topo-Informationen im Gelände, Verhalten in unvorhergesehenen Situationen, wenn bspw. die Kommunikation schwierig ist. Verbesserung der Klettertechnik im Fels, die bei schwierigeren Routen erforderlich wird. Kletterziele sind z.B. der Gampspeiler bei Nasseith oder das Inntal.

ANFORDERUNGEN:

- Erfahrungen im Felsklettern
- Teilnahme am Kurs Einführung MSL oder vergleichbare Kenntnisse
- Beherrschen der erforderlichen Knoten wie Mastwurf und Halbmastwurf
- Trittsicherheit, auch im weglosen Gelände!
- Kondition für Klettertouren bis 4 h zzgl. Zu- und Abstieg.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Romedihof in Imst; www.romedihof.at. Hier haben wir die „Kuh suite“ (Selbstversorgerhaus) angemietet – ein rustikaler, sehr gemütlicher ehemaliger Stall. Mit Matratzenlager, Hochbetten und einer kleinen Küche, Feuerschale und Grill.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 140,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 6 bis 8 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 30. April 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Kerstin Brill, Trainerin C Bergsteigen, Trainerin B Alpinklettern, k.brill@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 71 - 2 93 16 87
Bärbel Brand, Trainer C Klettern, ZQ Outdoor, b.brand@dav-wiesbaden.de



Angebot für Menschen mit Handicap Klettern am Fels – hoch hinaus



Deutschland · Wiesbaden-Frauenstein

20. Juni 2026 (Samstag)

Draußen ist zwar anders, aber Klettern in der Natur ist auch mit Handicap sehr gut möglich.

Ihr seid bis jetzt nur in der Halle geklettert und wollt auch einmal den Fels anfassen und oben ankommen? Oder seid ihr „Wiederholungstäter“: Es hat euch so gut gefallen, dass ihr immer wieder am Fels klettern wollt?

Wir treffen uns am Grauen Stein zwischen Wiesbaden und Georgenborn. Dort könnt ihr „Hoch Hinaus“ klettern und von oben den tollen Ausblick genießen.

Nur Mut – der Felsfuß ist auch mit einem Rollstuhl oder Rollator gut erreichbar, der Parkplatz ist nur ein paar Minuten von den Felsen entfernt. Mit unseren geschulten Trainerinnen ist für jeden, der die unten genannten Anforderungen erfüllt, das Klettern in der Natur möglich.

ANFORDERUNGEN:

- Klettererfahrung in der Halle
- Eigenständiges Stehen
- Selbständiges bzw. unterstütztes Gehen

ANREISE:

- Grauer Stein bei Frauenstein
- 2–3 Kletterstunden, die genaue Zeit wird noch bekannt gegeben
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften.

AUSRÜSTUNG:

- Kletterschuhe, Klettergurt und Helm, die Ausrüstung kann auch ausgeliehen werden.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen), zzgl. Anfahrt
- 4 bis 6 Personen
- Details werden per E-Mail bekannt gegeben.

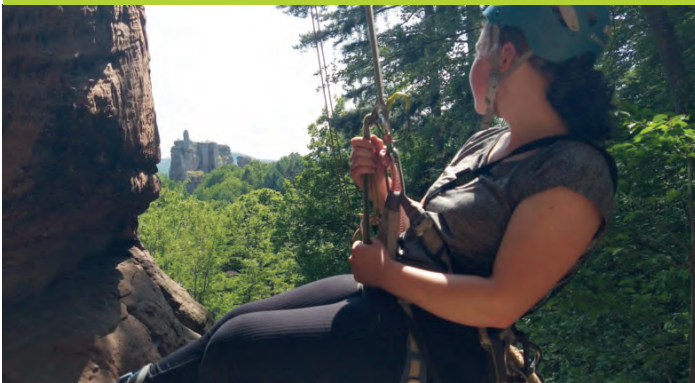
ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort
- **Anmeldung bis 2 Wochen vor Kursbeginn**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Bärbel Brand, Trainerin C Klettern Inklusion, ZQ Outdoor, b.brand@dav-wiesbaden.de



Kletterfahrt Nordvogesen – Sur les Falaises de Grès



Frankreich · Vogesen/Niederbronn
19. bis 21. Juni 2026 (Freitag bis Sonntag)

Das Klettern in den Nordvogesen verbindet das Abenteuer des Kletterns in sehr variantenreichen Kletterrouten im Sandstein-Naturfels mit einer hervorragenden Absicherung. Die Hakenabstände sind dort in den sprichwörtlichen „Baguette-Abständen“, wie man sie bei uns nur in Klettergärten vorfindet, die in Steinbrüchen eingerichtet wurden.

Das Sandstein-Paradies in den Nordvogesen ist die westliche Fortsetzung des traditionsreichen Klettergebietes der Südpfalz.

ANFORDERUNGEN:

- Kletterschein Outdoor oder entsprechende Kenntnisse (Fädeln, Abseilen, ...)
- Vorstieg in der Halle im 6. Grad (UIAA)

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Campingplatz Domaine du Heidenkopf, Niederbronn
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 60,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 6 Personen
- Termin der Vorbesprechung wird rechtzeitig von der Tourenleitung bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 15. Mai 2026**
 - Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Hubert Hubbes, Trainer C Sportklettern,
h.hubbes@dav-wiesbaden.de



Sicherheitstag Gletscher



Wiesbaden / Grauer Stein oder
Alpinzentrum Rambach

S 2026/30: 14. März 2026 (Samstag)

S 2026/31: 18. April 2026 (Samstag)

Während die hohen Berge noch winterlich sind, können Hochtourengeher*innen die Zeit nutzen, um die grundlegenden Techniken der Spaltenbergung aufzufrischen. Was bereits im Grundkurs Gletscher gelernt wurde, muss im Ernstfall unter Stress sicher und souverän beherrscht werden. Dies erfordert regelmäßiges Training und Routine. Hierzu bietet der Sicherheitstag Gletscher optimale Bedingungen. Unter Anleitung der Trainer*innen werden Selbst- und Fremdreitung geübt und optimiert. Der Graue Stein mit seinen überhängenden Passagen bietet ein nahe gelegenes geeignetes Übungsareal. Je nach Wetter kann alternativ auf die Kletterwand im Alpinzentrum Rambach ausgewichen werden. Der Sicherheitstag Gletscher ist somit eine gute Vorbereitung zur Teilnahme am Tourenprogramm der Sektion oder für selbständige Hochtouren.

ANFORDERUNGEN:

- Absolvierter Grundkurs Gletscher und Eis
- Beherrschung eines gängigen Sicherungsgerätes (Grigri, Smart, Jul, ...) wünschenswert.

ANREISE:

- Grauer Stein zwischen Wiesbaden-Frauenstein und Georgenborn, Parkplatz Grauer Stein, oder Alpinzentrum Rambach, In der Lach 4, 65207 Wiesbaden
- Treffpunkt: 15:00 Uhr bis Ende ca. 17:00 Uhr
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination und die genaue Bekanntgabe des Ortes erfolgt per E-Mail.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.de
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Kursbeginn von der Tourenleitung per E-Mail bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen), zzgl. Anreise
- 5 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 28. Februar 2026 bzw. 4. April 2026.**
 - Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Kurs S 2026/30: Alexandra Krämer, Trainerin C Bergsteigen,
a.kraemer@dav-wiesbaden.de
Paul Krämer, Trainer B Hochtouren, p.kraemer@dav-wiesbaden.de
Kurs S 2026/31: Daniel Schwarzloh, Trainer C Bergsteigen,
d.schwarzloh@dav-wiesbaden.de
Kerstin Brill, Trainerin C Bergsteigen, k.brill@dav-wiesbaden.de



Sicherheitstag Fels – Plan B, wenn mal was schiefgeht



Wiesbaden / Monstranzenfels
19. April 2026 (Sonntag)

Es kann jedem einmal passieren, egal ob im Klettergarten oder auch in langen Touren, irgendwann gerät man in eine unvorhergesehene Situation und ist blockiert: Verstiegen, Tour ist doch zu schwer, Seil zu kurz zum Ablassen, jemand hat keine Kraft mehr oder ist leicht verletzt!!

Oft kann man mit dem richtigen Know-how die Situation entschärfen oder den rettenden Boden erreichen.

In diesem Kurs wenden wir bereits Bekanntes kreativ und in neuen Zusammenhängen an, sodass am Ende vieles dabei ist, dass dir das Leben im Fall der Fälle leichter macht und dir mit einem neuen Repertoire persönliche Sicherheit für Klettertouren vermittelt.

ANFORDERUNGEN:

- Grundlegende Kenntnisse der wichtigsten Ausrüstungsgegenstände
- Absolvierter Grundkurs Bergsteigen oder vergleichbare Kenntnisse
- Klettern am Fels im Vorstieg UIAA IV und/oder Klettersteig C
- Sichere Beherrschung eines Sicherungsgerätes (Grigri, Smart, MegaJui, ...)

ANREISE:

- Monstranzenfels zwischen Wiesbaden-Frauenstein und Georgenborn
- Treffpunkt Wanderparkplatz Monstranzenbaum um 9:15 Uhr, Ende ca. 17:00 Uhr
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen)
- 6 bis 8 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 22. März 2026**
 - Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Bärbel Wullenweber, Trainerin B Alpinklettern,
b.wullenweber@dav-wiesbaden.de

Daniel Schwarzloh, Trainer C Bergsteigen,
d.schwarzloh@dav-wiesbaden.de



Grundkurs Bergsteigen 1.0 Vom Bergwandern zum Bergsteigen



Österreich · Rätikon/Vorarlberg
4. bis 7. Juni 2026 (Donnerstag bis Sonntag; Fronleichnam)
26. April 2026 (Sonntag, Grundausbildung und Vorbesprechung)

Das Rätikon ist ein perfektes Gelände, um alle Varianten des Bergsteigens zu erleben und zu üben. Bekannte Gipfel wie die Drei Türme, Drusenfluh und Sulzfluh umrahmen den Hüttenstützpunkt und sind mögliche Tagesziele. Kursinhalte sind: Begehen von weglosem Gelände, Felsrinnen, Schar-ten und Graten (mit und ohne Seilsicherung); Auf- und Absteigen in Schnee- und Firnfeldern, Sturzübungen; Basisknoten (HMS, Sackstich, Achterknoten, Prusik, Ankerstich); Auf- und Absteigen an Seilversicherungen (Fixseilen); Einführung Klettersteige / leichte Klettersteige; Überwindung kurzer/leichter Kletterpassagen (UIAA 2-3), Ablassen und Abseilen; Orientierung, Tourenplanung; Wetterkunde; Alpine Gefahren und Notfallmanagement; Ausrüstungs- und Materialkunde.

Der Kurs richtet sich an konditionsstarke und schwindelfreie Bergwanderer und Wiedereinsteiger, die sich auf steilere Wege (Niveau „schwarz“) und in wegloses Gelände begeben wollen.

ANFORDERUNGEN:

- Erfahrungen im Bergwandern auf dem Niveau „roter Wege“
- Schwindelfreiheit und Trittsicherheit, auch in exponiertem Gelände
- Hüttenaufstieg ca. 3 Stunden mit vollem Gepäck
- Kondition für 8- bis 10-stündige Touren, mit ca. 800 bis .000 Höhenmetern mit Tagesgepäck

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Lindauer Hütte im Gauertal, Rätikon; www.lindauerhuette.com
- Die Anreise erfolgt als Gruppe mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Ausrüstungscheck und Ergänzungen beim Grundausbildungstag.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 120,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 5 bis 6 Personen
- Vorbesprechung und Grundausbildung findet am 26. April 2026 ganztägig in einem heimischen Klettergelände statt und ist verbindlicher Bestandteil des Kurses.
- Gemeinschaftsangebot mit JDAV-Kurs S 2026/03

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis 1. April 2026**
 - Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Uta Basting, Trainerin C Bergsteigen; u.basting@dav-wiesbaden.de
Marcel Binsfeld und Felix Kraft; Assistenz/ Trainer C Bergsteigen i.A.



Hochtourenkurs für Fortgeschrittene



Österreich · Silvretta

15. bis 20. Juli 2026 (Mittwoch bis Montag)

Der Hochtourenkurs für Fortgeschrittene richtet sich an versierte Bergsteiger*innen, die ihre Kenntnisse aus dem Gletscher-Grundkurs weiter ausbauen wollen, sowie an Aspirant*innen, die sich auf die Ausbildung Trainer*in C Bergsteigen vorbereiten wollen. Kursinhalte sind u.A. Verbesserung der Steigeisen- und Pickeltechnik, Spaltenbergung in der 2er- und 3er-Seilschaft, Begehen und Sichern von leichten Graten, Standplatzbau in Fels und Eis. Das Gelände rund um die Wiesbadener Hütte bietet zahlreiche Möglichkeiten für Gipfeltouren und Gratüberschreitungen, um die Inhalte auch in der Praxis zu erproben und das Tourenbuch mit selbst organisierten Übungstouren zu füllen.

ANFORDERUNGEN:

- Absolvierter Grundkurs Gletscher & Eis sowie die sichere Anwendung der hier erlangten Kenntnisse.
- Teilnahme am Sicherheitstag Gletscher (14. März 2026, Kurs S 2026/30)
- Trittsicherheit im weglosen Gelände sowie Schwindelfreiheit an exponierten Graten
- Sicheres Klettern bis UIAA III
- Sehr gute Kondition für Touren mit bis zu 12 Stunden Dauer und 1.500 Höhenmetern mit Rucksack
- Hochtourenenerfahrung aus selbstorganisierten Hochtouren oder Sektionstouren.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wiesbadener Hütte, 2.443 m, DAV, www.wiesbadener-huette.com
- Klostersaler Umwelthütte, 2.362 m, DAV
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 150,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung,
- 4 bis 5 Personen
- Vorbesprechung am Samstag, den 14. März 2026 im Anschluss an den Sicherheitstag Gletscher.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 28. Februar 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Paul Krämer, Trainer B Hochtouren, p.kraemer@dav-wiesbaden.de



Gletscher-Grundkurs



Österreich · Silvretta

22. bis 28. Juli 2026 (Mittwoch bis Dienstag)

Im Grundkurs Gletscher und Eis werden die grundlegenden Kenntnisse zur Begehung von einfachen Gletschern und Hochtouren vermittelt. Die Teilnehmer*innen sollen anschließend dazu in der Lage sein, entweder selbstständig leichte Gletschertouren durchzuführen oder sich entsprechenden Sektionstouren anzuschließen.

Die Wiesbadener Hütte, 2443 m, mit den vor der Hüttentüre gelegenen Ochsentaler Gletscher und Vermuntgletscher ist ein idealer Ausbildungszentrum, der ein facettenreiches Übungsgelände bietet. Neben den Ausbildungsinhalten wird das Erlernte auch auf Tour angewendet.

Kursinhalte:

- Anseilen auf dem Gletscher
- Gehen in der Seilschaft
- Gehen mit Steigeisen
- Spaltenbergung: Selbst- und Kameradenrettung
- Sicherungen in Firn und Eis
- Orientierung und Tourenplanung

ANFORDERUNGEN:

- Absolvierter Grundkurs Bergsteigen sowie die sichere Anwendung der hier erlangten Kenntnisse: Gehen in weglosem Gelände, Überqueren von Schnee- und Firnfeldern, Gehen am Fixseil,...
- Gute Kondition für Touren von 8 Stunden Dauer und 1.000 Höhenmetern mit Rucksack
- Trittsicherheit sowie Schwindelfreiheit

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wiesbadener Hütte, 2.443 m, DAV, www.wiesbadener-huette.com
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 150,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen)) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, (Mautstraße)
- 3 bis 5 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben.

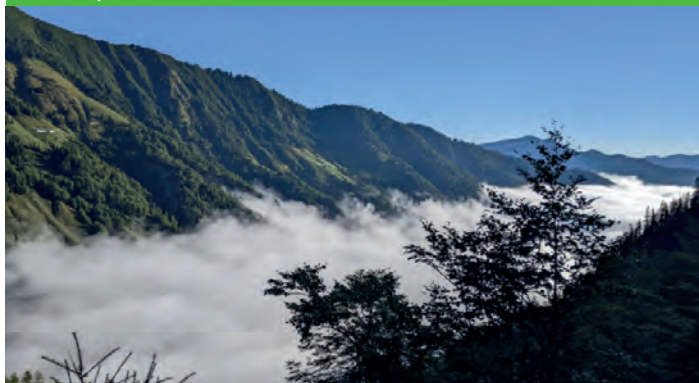
ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 4. Mai 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Daniel Schwarzloh, Trainer C Bergsteigen, d.schwarzloh@dav-wiesbaden.de
Alexandra Krämer, Trainerin C Bergsteigen, Jugendleiterin, a.kraemer@dav-wiesbaden.de



Grundkurs Alpinwandern

Von der Almwiese ins Gebirge



Österreich · Wilder Kaiser

22. bis 25. August 2026 (Mittwoch bis Dienstag)

14. Juni 2026 (Sonntag, Vorbereitungstag)

Du möchtest gerne eine Tour in den Alpen mit Hüttenübernachtung durchführen? Du suchst Gleichgesinnte? Dann bist du bei uns genau richtig! Hier ist der Name Programm, denn die Tourenvielfalt im gut erreichbaren Wilden Kaiser bei Kufstein bietet ein vielfältiges Übungsgelände und wunderschöne Bergerlebnisse. Ebenso ist der Kurs für Wanderer geeignet, die sich ohne Begleitung im Alpingelände unsicher fühlen und langsam an höhere Lagen herantasten wollen. Im Vordergrund stehen die Praxisübungen zum richtigen Gehen im (weglosen) Gelände, Stockeinsatz, Tempo, Touren- und Geländeeinschätzung, Wetterkunde und situative Entscheidungen auf Tour. Im Seminarraum werden wir die theoretischen Themen erörtern: Kartenlesen, Naturschutz, Veränderung der Alpen, Alpen als Lebensraum ... Beim Kennenlernetag im Alpinzentrum besprechen wir alle vorbereitenden Themen: Ausrüstung: Was nehme ich mit? Welche Schuhe, Klamotten? Wie groß und schwer ist mein Rucksack? So viel wie nötig, so wenig wie möglich! Beste Zeit und Tourenplanung. Anschließend gehen wir gemeinsam wandern.

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für Wanderungen von 4 bis 6 Stunden mit Tagesgepäck; bis zu 700 Hm
- Erfahrung im Mittelgebirgswandern und auf einfachen Bergwegen
- Besonders für (Wieder-) Einsteiger*innen geeignet.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Naturfreundehaus Hans-Berger-Haus, <https://www.hansbergerhaus.at/>; Unterbringung in Mehrbettzimmern und hervorragende Verpflegung mit regionaler Küche.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 120,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 8 bis 10 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 15. Juni 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Elke Seidensticker, Trainerin C Bergwandern,
e.seidensticker@dav-wiesbaden.de,
Maximilian Hanisch, DAV Wanderleiter, m.hanisch@dav-wiesbaden.de



Sicher unterwegs auf alpinen Steigen und Routen



Deutschland · Wetterstein-Zugspitzgebiet

8. bis 11. Oktober 2026 (Donnerstag bis Sonntag)

Du bist auf Bergwanderwegen, Klettersteigen oder im leichten klassischen Bergsteigergelände unterwegs und möchtest deine Kenntnisse und Fähigkeiten erweitern, wie z.B. Tourenplanung, Verbesserung der persönlichen Fähigkeiten in Schrofen, Schotter und leichtem Fels, bei unvorhergesehenen Ereignissen und auch bei Reflexion nach der Tour.

Der Kurs beschäftigt sich mit den Themen, die wir allzu gerne nicht genügend auf dem Schirm haben: Wie orientiere ich mich ohne App, nur mit Karte? Welchen App und Infos kann ich vertrauen – kritische Recherche? Was mache ich, wenn ich an eine Passage komme, die schwieriger ist als erwartet? Realistische Selbsteinschätzung, seriöse Wetterberichte lesen und verstehen u.a.m. sind Ziele dieses Kurses.

Diese und noch viele andere Faktoren entscheiden, ob eine Tour gelingt, egal in welchem Gelände oder Schwierigkeitsgrad. Gerade in den Zeiten der nun massiv einsetzenden Auswirkungen des Klimawandels ist eine flexible und risikobewusste Tourenplanung und -durchführung dringend notwendig. Hierzu wird dieser Kurs schulen und sensibilisieren.

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für fünf bis siebenstündige Touren
- Trittsicherheit, Schwindelfreiheit
- Grundlegende Kenntnisse und Fähigkeiten beim Bergwandern, Bergsteigen und auf leichten Klettersteigen

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Kreuzeckhaus, Wetterstein; www.kreuzeckhaus.de
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 100,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 6 bis 8 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1. August 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Oliver Schneider, Trainer C Bergsteigen, o.schneider@dav-wiesbaden.de
Bärbel Wullenweber, Trainerin B Alpinklettern,
b.wullenweber@dav-wiesbaden.de



Mehrtageswanderung im Dahner Felsenland

Felsburgen, Mythen, Sagen



Deutschland · Pfalz

30. April bis 3. Mai 2026 (Donnerstag bis Sonntag)

Das Dahner Felsenland in der Südpfalz ist eine herausragende Sandsteinlandschaft, die von mehreren Premiumwanderwegen durchkreuzt wird. Bizarre Felsgiganten aus Buntsandstein und mächtige Felsburgen, um die sich vielfach Mythen, Sagen und Legenden ranken, prägen das Bild dieser Landschaft im grenzüberschreitenden Biosphärenreservat Pfälzerwald/Nordvogesen. Die zentral gelegene Kleinstadt Dahn ist Ausgangspunkt für unsere Wanderungen auf abwechslungs- und erlebnisreichen Pfaden, die uns zu besonderen Felsformationen führen. Wander- und Naturerlebnisse, die man mit allen Sinnen spüren kann, sind garantiert.

Diese Tour findet als Gemeinschaftsveranstaltung mit der Sektion Worms statt.

ANFORDERUNGEN:

- Gute Kondition für Wanderungen bis zu 20 km.
- Trittfestigkeit

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Fahrgemeinschaften
- Unterkunft in Jugendherberge oder Naturfreundehaus in Mehrbettzimmern

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 6 bis 8 Personen (+ 8 Personen Sektion Worms)
- Die Vorbesprechung findet per E-Mail-Verteiler statt, der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 20. März 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Julia Ströbele, Trainerin C Bergwandern, j.stroebele@dav-wiesbaden.de
Mike Billhardt DAV Wanderleiter Sektion Worms



Yoga und Wandern am Neckarsteig



Deutschland · Neckartal

14. bis 17. Mai 2026 (Donnerstag bis Sonntag · Himmelfahrt)

Möchtest du eine Auszeit vom Alltag, dann komm mit uns ins schöne Neckartal! Schöpfe neue Energien mit morgendlichen 1,5-stündigen Yogaeinheiten (Hatha Yoga). Am Tag genießen wir die Frühjahrsstimmung im Tal des Neckar und die schöne Landschaft am Rande des südlichen Odenwalds. Auf gut angelegten Wanderwegen genießen wir das Zusammensein mit Gleichgesinnten. Unterwegs gibt es kurze Meditations- und Achtsamkeitsübungen.

Als mögliche Touren bieten sich die Neckarsteigetappen rund um Mosbach und Bad Wimpfen an.

ANFORDERUNGEN:

- Streckenwanderungen mit Tagesrucksack von 5 bis 7 Stunden und 400 bis 600 Hm
- Freude am Yoga, auch für AnfängerInnen geeignet

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- DJH Mosbach „Mutschlers Mühle“
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Zusätzlich: Yogamatte, Sitzkissen o.ä., bequeme Kleidung
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 130,- Euro Teilnehmergebühr incl. Yogakurs für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl.
- Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 8 bis 10 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekanntgegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1. März 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Elke Seidensticker, Trainerin C Bergwandern, Yogalehrerin,
e.seidensticker@dav-wiesbaden.de
Regina Hacke, DAV-Wanderleiterin, r.hacke@dav-wiesbaden.de



Von
Frauen für
Frauen

Genusswandern auf dem Altmühltal-Panoramaweg – Teil 2



Deutschland · Franken · Altmühltal
30. Mai bis 2. Juni 2026 (Samstag bis Dienstag)

Das Altmühltal hat nicht nur für Fahrradfahrer und Paddler, sondern gerade auch für Genusswanderer einen besonderen Klang. Dolomittfelsen, Wacholderheiden, sanfte Flusstäler und lichte Buchenwälder bilden eine abwechslungsreiche Kulisse – perfekt geeignet, um aus dem Alltag auszusteigen und sich einmal nur auf das eigene Laufen oder aber den Austausch mit netten Mitwanderinnen zu konzentrieren. Ziel ist es, die Tour vom letzten Jahr fortzusetzen und nun die letzten Etappen des Wegs bis zur Donau entspannt in einer Gruppe von Frauen über ein verlängertes Wochenende hinweg zu erkunden. Wir starten dabei in Kinding und folgen dann der Route durch den Naturpark Altmühltal bis nach Kelheim. Die Tour richtet sich auch an Einsteigerinnen ins Mehrtageswandern.

Informationen zum Altmühltal Panoramaweg:
<https://www.wildganz.com/fernwanderweg/altmuehlal-panoramaweg>

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für Mehrtageswanderungen mit Gepäck bis zu 25 km bei bis zu 600 Hm
- Die Tour ist auch für (Wieder-) Einsteigerinnen geeignet

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wir übernachten in Doppel- oder Mehrbettzimmern der am Steig gelegenen Pensionen und Gasthöfe.
- Die Anfahrt erfolgt nach Möglichkeit mit der Bahn.

AUSRÜSTUNG:

- Rucksack, feste Wanderschuhe, ggf. Stöcke
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, zzgl. Unterkunft in Doppel- oder Mehrbettzimmern (je nach Verfügbarkeit ca. 50-65 Euro /Nacht), Verpflegung und ggf. Rücktransport zum Ausgangsort
- 8 bis 10 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 30. Januar 2026**
- Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Hilke Smit-Schädla, Wanderleiterin, Telefon 01 79 - 4 90 30 25
h.smit@dav-wiesbaden.de

Patricia Tremus, Wanderleiterin, Telefon 015 12 - 641 06 27
p.tremus@dav-wiesbaden.de



Genuss- und Kulturtour Wanderungen durch das große Lautertal auf der Schwäbischen Alb



Deutschland · Schwäbische Alb
3. bis 7. Juni 2026 (Mittwoch bis Sonntag, Fronleichnam)

Auf der Schwäbischen Alb findet man versteckte Schätze, wie wunderschöne Wanderwege, die einzige befahrbare Wasserhöhle Deutschlands, einen Besinnungsweg und eine einzigartige Galerie in einem Schloss. Zusammen mit schwäbischer Kulinarik wird dies zu einem runden Erlebnis.

Auf dem Programm stehen die eigenwillig getauften Wanderrouen:

- „Hochgelautert“ mit Ruine Monsberg und Wartstein im Lautertal,
- Besinnungsweg Mündingen mit Schloss Molchental (Galerie)
- „Hochgepilgert“ mit Wimsener Höhle Zwiefalten
- Wanderwege „Hochegebürzelt“ oder „Hochgewissgert“

Dies ist eine Gemeinschaftstour mit der Sektion Worms.

ANFORDERUNGEN:

- Gute Kondition für Wanderungen bis zu 15 km, schwere Stellen können umgangen werden.
- Da es ein Selbstversorgerhaus ist, sollte die Bereitschaft vorhanden sein, bei den Zubereitungen zum Frühstück und Abendessen mitzuhelfen, bzw. aufzuräumen. Den Einkauf macht die Tourenleitung.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Selbstversorgerhaus Ölmühle mit Mehrbettzimmern, direkt im Großen Lautertal
- Gemeinsames Küchenprogramm und opt. Grillen möglich
- Anreise mit Fahrgemeinschaften

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 100,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft (ca. 110,- Euro), Verpflegung
- 6 bis 8 Personen (+ 4 Personen von der Sektion Worms)
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 12. April 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Julia Ströbele, Trainerin C Bergwandern, j.stroebele@dav-wiesbaden.de
Mike Billhardt, DAV Wanderleiter, Sektion Worms



Auf dem Lahnwanderweg von Marburg nach Wetzlar



Deutschland · Lahntal

4. bis 7. Juni 2026 (Donnerstag bis Sonntag, Fronleichnam)

Der Lahnwanderweg führt über 295 km durch Berg und Tal, durch viel Wald sowie schöne Städte und Dörfer. Der Wanderweg führt von der Lahnquelle im Rothaargebirge bis zur Mündung in den Rhein bei Lahnstein im Oberen Mittelrheintal. Wir wollen vier Etappen dieses abwechslungsreichen Weges erwandern – von der Universitätsstadt Marburg bis Wetzlar. Auf gut zu laufenden Wegen wandern wir durch grüne Täler, dichte Wälder und romantische Dörfer. Die Abende verbringen wir in den sehenswerten Altstädten von Marburg und Wetzlar und informieren uns über die bewegte Geschichte dieser beiden Fachwerkstädte.

ANFORDERUNGEN:

- Wanderwege T1 teils T2
- Kondition für tägliche Gehzeiten mit Gepäck von 6 bis 7 Stunden bei rund 300 Höhenmetern

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Pilgerherberge und Hotels
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung.
- 12 bis 18 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

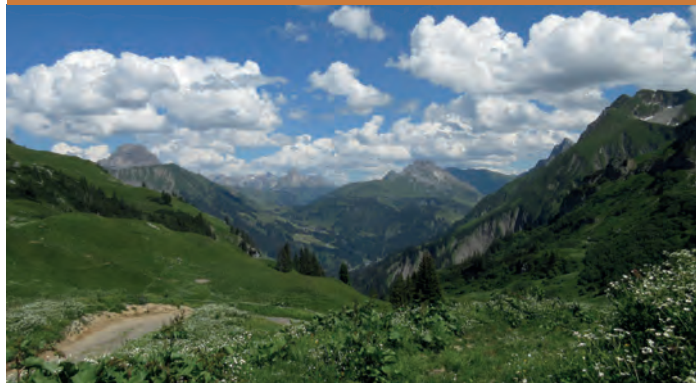
ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1. Februar 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ des Tourenleiters bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Regina Hacke, DAV Wanderleiterin, r.hacke@dav-wiesbaden.de
Matthias Weber, DAV Wanderleiter, m.weber@dav-wiesbaden.de



Hüttentour in der Hornbachkette

Enzensberger Weg mit Großem Krottenkopf



Deutschland · Allgäu

20. bis 23. Juni 2026 (Samstag bis Dienstag)

Auf über 2.000 Metern Höhe verbindet der Enzensberger Weg das Kaufbeurer Haus mit der bekannten Hermann-von-Barth-Hütte. Ein zu Unrecht vergessener Klassiker durch den zentralen Teil der Hornbachkette in den Allgäuer Alpen. Als schwach besiedelter Seitenast des Lechtals ist das Hornbachtal eine ursprüngliche Gebirgskammer geblieben. Massentourismus findet man hier eher selten. Der Weg wird noch durch den Aufstieg auf den Großen Krottenkopf ergänzt, der mit 2.656 m Höhe den höchsten Berg der Allgäuer Alpen darstellt.

Gemeinschaftstour mit der Sektion Worms.

ANFORDERUNGEN:

- Gute Kondition für Wanderungen bis zu 15 km und 1300 Hm
- Trittfestigkeit für steile Anstiege und losen Untergrund sind Voraussetzung. Viele Stellen sind drahtseilversichert

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- Unterkunft in einem Selbstversorgerhaus und DAV-Hütten. Am ersten Abend und morgens eingeschränkte Versorgung, deshalb eigene Verpflegung notwendig

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 5 bis 6 Personen (+ 6 Personen Sektion Worms)
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler, der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 10. Mai 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Julia Ströbele, Trainerin C Bergwandern, j.stroebele@dav-wiesbaden.de
Mike Billhardt, DAV Wanderleiter Sektion Worms



Wandern und Zugfahren in Nordböhmen 5.0



Tschechien · Nordböhmen

21. bis 28. Juni 2026 (Sonntag bis Sonntag)

Nordböhmen 5.0 heißt die diesjährige Tour, denn sie ist die fünfte, die wir im Norden Tschechiens (Nordböhmen) anbieten. Auch diesmal werden wir in Reichenberg, Trautenau und Braunau Quartier beziehen, dies ist vor allem den dort liegenden hervorragenden Hotels geschuldet.

Das Programm unterscheidet sich allerdings wieder etwas von den Angeboten der letzten Jahre. Die Schwerpunkte sind aber, wie immer, Wanderungen, Kultur und das Erlebnis Bahnfahren.

An Wanderungen ist die Durchquerung des Böhmisches Paradieses, des Isergebirges, des Riesengebirges und der Felsenstädte der Weckelsdorfer und Adersbacher Felsen geplant. Durch die neuen Routen ergeben sich neue landschaftlich-kulturelle Schwerpunkte unserer täglichen Unternehmungen.

Das kulturelle Programm umfasst die Besuche der Landesgalerie in Reichenberg, der Stadt Kuttenberg und des Klosters in Braunau mit Führung.

ANFORDERUNGEN:

- Wanderungen mit leichtem Gepäck auf guten Wegen, max. 750 Hm und 20 km.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Unterkunft in Hotels in Reichenberg, Trautenau und Braunau
- Die Anreise findet wie immer mit dem Zug über Zittau statt. Den Transfer von einem Stützpunkt zum nächsten machen wir mit Bus oder Bahn.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Wanderausrüstung mit Tagesrucksack; Details bei der Vorbesprechung

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 160,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen), zzgl. Anreise (Bahn), Unterkunft, Verpflegung
- 10 bis 13 Personen
- Der Vorbesprechungstermin wird zeitnah bekanntgegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
- **Anmeldung bis spätestens 17. Mai 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Guido Künzel, Trainer C (Ski-) Bergsteigen, g.kuenzel@dav-wiesbaden.de
Annette Klima, stellvertretende Vorsitzende DAV Wiesbaden, a.klima@dav-wiesbaden.de



Yoga und Wandern im Lechtal



Österreich · Lechtaler Alpen

12. bis 18. Juli 2026 (Sonntag bis Samstag)

Möchtest du deinem Körper und deinem Geist etwas Gutes tun?

Dann verbinde deinen Wanderurlaub in der beeindruckenden Bergwelt der Lechtaler Alpen und Yoga (Hatha Yoga). Erlange mehr Vitalität und Wohlbefinden, erlebe Freude an Bewegung und die Begegnung mit Gleichgesinnten.

Wir sind in der Ravensburger Hütte untergebracht, die uns mit frisch zubereiteten Produkten aus der Region beköstigt und Ausgangspunkt für unsere Wanderungen ist. Mögliche Ziele und Gipfel sind Grubenjoch, Waspenspitze und Plattnitzer Joch.

Wir begrüßen den Tag mit Yoga und beenden den erlebnisreichen Tag mit einem wohltuenden Ausgleich durch Dehnung und Entspannung. Unterwegs finden wir vielleicht einen schönen Ort für kurze Meditationseinheiten. Der Yogaunterricht widmet sich den Aspekten der Dehnung und Kräftigung des Körpers und Streckung und Aufrichtung der Wirbelsäule.

ANFORDERUNGEN:

- Yogagrundkenntnisse / Anfängerkurs mindesten 5 Einheiten
- Trittsicherheit und Kondition für 4 bis 6 Stunden wandern mit ca. 800 bis 1.000 Hm

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Ravensburger Hütte, www.ravensburgerhuette.at, Zimmerlager/Halbpension
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung

AUSRÜSTUNG:

- Wanderausrüstung, Yogamatte, Sitzkissen, bequeme Kleidung, Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 230,- Euro Teilnehmergebühr incl. Yogakurs für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 8 bis 10 Personen
- Vorbesprechung per E-Mail-Verteiler

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 31. Mai 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Elke Seidensticker, Trainerin C Bergwandern, Yogalehrerin, e.seidensticker@dav-wiesbaden.de
Regina Hacke, DAV Wanderleiterin, r.hacke@dav-wiesbaden.de



Grüne Wiesen – Grauer Fels Höhenwege im östlichen Allgäu



Deutschland / Österreich · Allgäu
26. Juli bis 1. August 2026 (Sonntag bis Samstag)

Unsere Tour führt vom Tannheimer Tal nach Hinterstein. Hier ist das Allgäu noch nicht ganz so überlaufen! Wir sind auf aussichtsreichen Wegen unterwegs, meist im grünen Almgelände, ab und zu unterbrochen durch Fels- und Geröllpassagen. Übernachtet wird auf drei Alpenvereinshöhlen und am Schluss tag im komfortablen Hotel in Hinterstein, so dass nicht an jedem Tag ein Ortswechsel nötig ist. Die Schwierigkeiten und Gehzeiten sind moderat (max T3 bzw „rot“, bis 5 Std.). Es gibt aber – dank Twin-Konzept – viele Möglichkeiten für anspruchsvollere Varianten und Gipfelziele, z.B. Lailachspitze, Hochvogel, Hindelanger Klettersteig.

Start- und Zielort sind gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

ANFORDERUNGEN:

- Erfahrung im alpinen Gelände, Trittsicherheit, sicheres Begehen von „roten“ Bergwegen.
- Solide Kondition für tägliche Gehzeiten bis 5 Stunden und 800 Höhenmeter mit Rucksack (max. 10 kg).

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Landsberger Hütte, Prinz-Luitpold-Haus, Edmund-Probst-Haus, Schwarzenberghütte.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Zusätzlich: Yogamatte, Sitzkissen o.ä., bequeme Kleidung
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 150,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, 1x Seilbahn
- 10 bis 14 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekanntgegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 31. Mai 2025**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Irmtraut Schmidt, DAV-Wanderleiterin, i.schmidt@dav-wiesbaden.de
Jürgen Zilias, DAV-Wanderleiter, j.zilias@dav-wiesbaden.de



Hüttentour im Lechquellengebirge



Österreich · Tirol
23. bis 26. August 2026 (Sonntag bis Mittwoch)

Am Rande des Inn­tals liegt der Inn­taler Höhenweg. Er verläuft ostwärts entlang der 2.000 m-Höhenlinie im Tiroler Inn­tal und durch die Tuxer Alpen. Auf mittelschweren Wegen durchstreift man in wunderschöner Kulisse schroffe Felsen und wunderschöne Almgelände mit klaren Bergseen. Einen Teil dieses Höhenweges wollen wir über vier Tage von Hütte zu Hütte unter die Füße nehmen. Wir starten in Fritzens-Wattens und werden von hier über die Lizumer Hütte, die Weidenhütte und die Rastkogelhütte bis hinunter ins Zillertal laufen.

Im Vordergrund der Tour steht der Spaß an der Bewegung und der Landschaft. Die Tour richtet sich daher auch an fitte Einsteiger*innen ins Mehrtageswandern. Wir legen täglich bis zu 12 km und zwischen 700 und 1.000 Hm in entspanntem Tempo zurück. Informationen zum Höhenweg finden sich hier: www.inntaler-hoehenweg.com

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für Mehrtagesbergwanderungen mit Gepäck bis zu 12 km bei 700 bis 1.000 Hm und bis zu 7 Stunden Gehzeit
- Die Tour ist auch für fitte (Wieder-) Einsteiger*innen geeignet

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wir übernachten auf Alpenvereinshöhlen in Lagern und Mehrbettzimmern (Je nach Buchungssituation Änderungen vorbehalten).
- Lizumer Hütte (www.lizumer-huette.at), Weidenhütte (www.weidener-huette.at), Rastkogelhütte (www.rastkogelhuetten.de)
- Anreise möglichst gemeinsam mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder in Fahrgemeinschaften.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 90,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, Bustransport bzw. Taxi zum Parkplatz oder Bahnhof zum Start- und Endpunkt der Tour
- 8 bis 10 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldeschluss ist der 30. Mai 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Hilke Smit-Schädla, DAV Wanderleiterin, h.smit@dav-wiesbaden.de,
Telefon 01 79 - 490 30 25
Joachim Schädla, DAV Wiesbaden



GR 20 – Wandern durch das Gebirge im Meer



Frankreich · Korsika

3. bis 12. September 2026 (Donnerstag bis Samstag, 10 Tage)

Der korsische GR 20 ist eine Legende – ein Fernwanderweg mit Kultstatus!

Wir erleben die schönsten Etappen des Nordteils, die von der Bergerie Ballone bis nach Vizzavona führen. Diese alpine Route verlangt Trittsicherheit und gute Kondition und bietet im Gegenzug unvergleichliche Ausblicke über die korsische Bergwelt.

Die Teilnehmenden erwarten viele Höhenmeter, reichlich Sonne, echter Naturgenuss in erfrischenden Badegumpen, einfache, urige Unterkünfte und gute lokale Verpflegung.

Ein hochalpines Trekking-Abenteuer für ausdauernde Wanderer.

ANFORDERUNGEN:

- Bergwege bis Schwierigkeitsgrad T3
- Kondition für Tagesetappen mit bis zu 1.000 Hm Aufstieg und Gehzeiten von bis zu 7 Stunden bei oft großer Hitze
- Bei eigenem Zelt Rucksackgewicht von rund 15 kg

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Eigenes Zelt oder Leihzelt.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

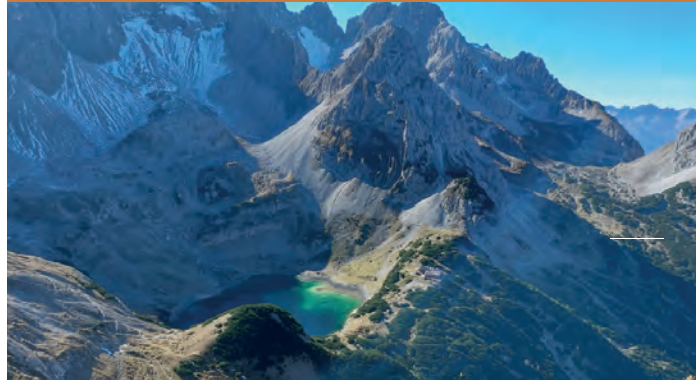
- 200,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung.
- 3 bis 7 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 1. März 2026**
 - Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Matthias Weber, DAV Wanderleiter, m.weber@dav-wiesbaden.de,
Telefon 01 76 - 29 25 39 73



Wandern auf den Schwingen des Adlers Adlerweg Teil 4 (Etappen 15–18)



Österreich · Tirol

27. September bis 3. Oktober 2026 (Sonntag bis Samstag)

Der Adlerweg verläuft in 24 Etappen auf einer beeindruckenden Gesamtlänge von 320 km und 23.000 Höhenmetern von Ost nach West durch Tirol. Er beginnt in St. Johann (Tirol) und endet in St. Christoph am Arlberg. Nach den wunderschönen ersten drei Abschnitten entlang des wilden Kaisers durch die Brandenberger Alpen, über das Rofangebirge verlassen wir diesmal das spannende Karwendel und wandern durch das Mieminger Gebirge weiter nach Westen ins Lechtal.

Wir gehen aus dem Karwendel heraus über Leutasch zur Coburger Hütte, weiter zur Nassereither Alm, Loreahütte (Selbstversorgerhütte) bis zur Anhalterhütte oberhalb des Lechtals.

Die Hüttentour ist für gehstarke, trittsichere Teilnehmer*innen geeignet, die auch drahtseilversicherte Passagen bewältigen.

In der ersten Oktoberwoche erwartet uns hoffentlich mal wieder der alpine Indian Summer und wenig Wanderverkehr.

ANFORDERUNGEN:

- Kondition für Wanderungen mit Tourenrucksack (ca. 11 kg) bis 1.400 Höhenmeter und 8 Stunden im Auf- und Abstieg am Tag
- Die Wanderwege entsprechen der Kategorie T3 (Schwierigkeitsskala für Wanderwege)

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Sechs Übernachtungen in Alpenvereinshöhlen, Gasthäusern und Almen am Adlerweg.
- Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info.
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 140,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 6 Personen
- Der Termin für die Vorbesprechung wird noch bekanntgegeben.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldeschluss ist der 31. Mai 2026**
 - Anmeldung zuerst per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Roland Becker, Trainer C Bergwandern,
r.becker@dav-wiesbaden.de



Klettersteige und Klettertouren über Pfingsten



Italien · Gardasee

18. bis 25. Mai 2026 (Montag bis Pfingstmontag)

Erlebe eine abwechslungsreiche Klettersteigwoche rund um den Gardasee – eine Top-Bergregion. Zwischen schroffen Felswänden, Olivenhainen und dem tiefblauen See erkunden wir gemeinsam die Via Ferratas der Region, die mit unterschiedlichen Schwierigkeiten, Längen und landschaftlicher Exposition aufwarten. Gutes Wetter meist inklusive. Unser Basislager ist eine gemütliche Ferienwohnung in Arco, dem bekannten Kletter- und Bergsteigerort im Norden des Gardasees. Frühstück und Abendessen werden gemeinschaftlich organisiert – Teamgeist und Genuss stehen im Mittelpunkt! Sollten sich unter den Teilnehmenden auch Kletterer befinden, besteht selbstverständlich die Möglichkeit, eigenständig zu Klettertouren in den umliegenden Gebieten aufzubrechen. Arco bietet unzählige Routen in allen Schwierigkeitsgraden!

ANFORDERUNGEN:

- Erfahrung in Klettersteigen der Kat. C und D, Zustiege im Schwierigkeitsbereich T3. Klettererfahrung ist von Vorteil
- Tagestouren können bis zu 7 Stunden Gehzeit beinhalten
- Kondition für bis zu 1.400 Höhenmeter
- Absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im weglosen Gelände
- Absolvierter Grundkurs Bergsteigen bzw. vergleichbares persönliches Können

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Große Ferienwohnung in Arco mit Doppelbettzimmern.
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung mittels Videokonferenz.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 250,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 3 bis 4 Personen
- Vorbesprechung per Videokonferenz

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1. April 2026**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Karl Koettnitz, Trainer B Hochtouren und Skihochtouren
k.koettnitz@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 51 - 58 36 45 12



Schwere Rätikon-Durchquerung inkl. 4 Klettersteigen



Österreich · Rätikon

25. bis 31. Juli 2026 (Samstag bis Freitag)

Der Gebirgszug des Rätikon ist geprägt durch eine imposante, meist felsig-schroffe Bergkulisse, die von sanfteren, gletschergeformten Landschaften umschlossen wird. Hier findet diese sehr schöne, aber auch sehr anspruchsvolle Rätikon-Durchquerung mit vielen Highlights statt. Diese Tour fordert den rundum gut geschulten Bergsteiger. Zwei der vielen Highlights der Tour sind zum einen die Schesaplana-Überschreitung, eines der schönsten Aussichtsberge der Ostalpen, und die Überschreitung der Sulzfluh. Ausgesetzte Klettersteige, große Schneefelder und teils weglose Zustiege in einer wilden Berglandschaft lassen das Bergsteigerherz höherschlagen.

ANFORDERUNGEN:

- Klettersteiggehen der Kategorie C und D, auch mit vollem Rucksackgepäck
- Zustiege im Schwierigkeitsbereich T4, Klettererfahrung von Vorteil
- Kondition für 10 Stunden reine Gehzeit und bis zu 1600 Höhenmeter
- Absolute Schwindelfreiheit und Trittsicherheit im weglosen Gelände und auf Schneefeldern
- Absolvierter Grundkurs Bergsteigen bzw. vergleichbares persönliches Können.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Folgende Berghütten dienen zur Übernachtung: Oberzalimhütte, Douglasshütte, Lindauer Hütte, Tilisunahütte
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung mittels Videokonferenz.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 170,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung
- 4 bis 5 Personen
- Vorbesprechung per Videokonferenz

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 1. Mai 2025**
- Anmeldung zuerst (telefonisch oder) per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung bitte über das (Online-) Formular bei der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Karl Koettnitz, Trainer B Hochtouren und Skihochtouren
k.koettnitz@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 51 - 58 36 45 12



Top of Switzerland

Die höchsten Berge der Schweiz



Schweiz · Wallis

28. August bis 2. September 2026 (Freitag bis Mittwoch)

Höher rauf geht's nirgendwo in der Schweiz: Mit der Dufourspitze, 4.634 m, und dem Dom, 4.545 m, stehen der höchste Gipfel der Schweiz und der höchste Gipfel, der komplett auf Schweizer Territorium liegt, auf unserem Tourenplan. Gründliche Akklimatisierung und gute Bedingungen vorausgesetzt, versprechen diese ambitionierten Touren eindrucksvolle hochalpine Erlebnisse. Als Stützpunkte dienen uns die Domhütte sowie die futuristische Monte Rosa Hütte. Die Tour richtet sich an konditionell starke und alpin versierte Bergsteiger*innen, die bereits Erfahrung aus Hochtouren auf hohe 3.000er mitbringen.

ANFORDERUNGEN:

- Erfolgreich absolvierter Hochtourenkurs für Fortgeschrittene sowie die sichere Anwendung der hier erlangten Kenntnisse
- Teilnahme am Sicherheitstag Gletscher obligatorisch (14. März 2026, S 2026/30)
- Trittsicherheit auch in weglosem Gelände sowie Schwindelfreiheit an exponierten Graten
- Sicheres Klettern bis UIAA IV
- Sehr gute Kondition für Touren mit bis zu 12 Stunden Dauer, 1.800 Höhenmetern und 14 km Länge mit Rucksack
- Hochtourenenerfahrung von hohen Dreitausendern, z.B. als Sektionstour
- Private Akklimatisierungstour vorher empfehlenswert.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Monte Rosa Hütte, 2.883 m, SAC, <https://monterosahuette.ch/>
- Domhütte, 2.940 m, SAC, <https://domhuette.ch/>
- Auf- und Abstieg zur Monte Rosa Hütte erfolgen mittels Gornergratbahn Zermatt – Rothenboden
- Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 340,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung, Gornergratbahn Zermatt – Rothenboden Hin und Rück
- 2 Personen
- Vorbesprechung am Samstag, 14. März 2026, im Anschluss an den Sicherheitstag Gletscher.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
 - **Anmeldung bis spätestens 28. Februar 2026**
 - Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.
- Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.**

LEITUNG UND KONTAKT:

Paul Krämer, Trainer B Hochtouren, p.krämer@dav-wiesbaden.de



MTB-Fahrtechnik für Fortgeschrittene I



Deutschland · Wiesbaden
14. Juni 2026 (Sonntag)

Dieser Kurs richtet sich an alle, die bereits die Grundlagen der MTB-Fahrtechnik souverän beherrschen (theoretisch und praktisch) und gezielt die Herausforderungen von Trails der Schwierigkeitsstufe S2 und S3 angehen wollen. Mögliche Kursthemen (nach Wunsch der Teilnehmer):

- (Fels-)stufen ca. 30 cm bergauf überwinden
- Hindernisse bis 20 cm überfahren/überspringen (Basic-hop, Bunnyhop)
- schnelles Kurvenfahren (Grip aufbauen)
- Drops bis ca. 60 cm Tiefe, verblocktes Gelände
- dosiertes Bremsen bei großer Steilheit und losem Untergrund
- sehr enge Kurven (Hinterradversetzen)

Der Kurs dauert etwa 6 Stunden und findet überwiegend im natürlichen Gelände an ausgewählten Stellen rund um Wiesbaden statt.

ANFORDERUNGEN:

Teilnahmevoraussetzung ist die souveräne Beherrschung der Grundlagen der MTB-Fahrtechnik:

- Grundhaltung
- Gleichgewicht (Track-Stand)
- Schwerpunktverlagerung, geübte Bremstechnik
- Vorderrad anheben mit Wheelie- und Manual-Technik
- Hinterrad-Entlastung

VERANSTALTUNGSORT:

Das Wiesbadener Revier rund um Platte, Schläferskopf und Neroberg.

AUSRÜSTUNG:

MTB (einwandfrei gewartet!) mit Klick-Pedalen oder Flatpedals mit Pins (empfohlen), Helm, Ersatzschlauch, kleines Werkzeug; Protektoren für Knie und Ellenbogen (empfohlen), kleiner Rucksack, Verpflegung, wetterangepasste Kleidung

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen)
- 3 bis 6 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldeschluss: bis 1 Woche vor Beginn**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Joachim Krumb, Trainer MTB, j.krumb@dav-wiesbaden.de



MTB-Fahrtechnik Grundkurs



Deutschland · Wiesbaden
6. September 2026 (Sonntag)

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Fähigkeiten mit dem MTB auf unbefestigten, steilen und kurvigen Wegen verbessern wollen. Auch erfahrene Mountainbiker, die sich bislang noch nicht viel Gedanken über Fahrtechnik gemacht haben, profitieren von dem Kurs.

Die wichtigsten Themen:

- Gleichgewicht
- Grundhaltung
- Gewichtsverlagerung
- richtig bremsen
- Vorderrad anheben (kleine Hindernisse)
- steil bergauf und steil bergab fahren
- enge Kurven

Der Kurs dauert etwa 7 Stunden und findet überwiegend auf einem flachen Sportplatzgelände statt. Eine Kurseinheit findet im ausgewählten Gelände statt.

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Fahren auf befestigten Wegen
- Gute Kondition und Beweglichkeit.

VERANSTALTUNGSORT:

Sportplatz Kohlheck

AUSRÜSTUNG:

MTB (einwandfrei gewartet!), Helm, Ersatzschlauch, kleines Werkzeug; Protektoren für Knie und Ellenbogen (optional), kleiner Rucksack, Verpflegung, wetterangepasste Kleidung

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 20,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen).
- Bei diesem Grundkurs dürfen auch Nichtmitglieder teilnehmen.
- 5 bis 10 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldeschluss: bis 1 Woche vor Beginn**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Joachim Krumb, Trainer MTB, j.krumb@dav-wiesbaden.de



Schrauberkurs für Mountainbiker Werde dein eigener Bike-Profi!



Deutschland · Wiesbaden-Rambach

26. September 2026 (Sonntag 10:00 bis 18:00 Uhr)

Du liebst Mountainbiken? Dann weißt du: Dein Bike ist dein bester Freund auf dem Trail – und manchmal braucht es Pflege oder schnelle Hilfe. In unserem Schrauberkurs lernst du alles, was du brauchst, um sicher und selbstständig unterwegs zu sein.

WAS ERWARTET DICH:

- Grundlegende Werkstatt-Fähigkeiten
- Werkzeuge, Schmier- und Reinigungsmittel: Alles, was du für Wartung und Reparatur brauchst.
- Tipps zur optimalen Einrichtung deiner Schrauberecke.
- Wartung & Pflege
- Kettenpflege, Bremsen-Check, Luftdruck & Dämpfer einstellen.
- Wie du dein Bike fit hältst, bevor es Probleme gibt.
- Dämpfer-Setup
- Richtige Einstellung für dein Gewicht und deinen Fahrstil.
- Tipps für mehr Komfort und Kontrolle auf dem Trail.
- Reparatur kleinerer Defekte
- Schlauchwechsel & Tubeless-Setup.
- Bremsbeläge tauschen, Schaltung einstellen, lockere Schrauben sichern.
- Wechsel von Verschleißteilen
- Antriebskomponenten wie Kette, Kassette und Kettenblätter richtig tauschen.
- Bremsbeläge und Züge erneuern.
- SOS-Pannenhilfe unterwegs
- Was tun bei Kettenriss, Platten oder Schaltproblemen?
- Die wichtigsten Tools für den Rucksack.

FÜR WEN IST DER KURS:

Für alle Mountainbiker – egal ob Einsteiger oder Fortgeschrittene –, die mehr Selbstvertrauen bei Wartung und Reparatur gewinnen wollen.

DEIN VORTEIL:

Nach dem Kurs bist du sicherer unterwegs, kannst viele Probleme selbst lösen und sparst Zeit, Geld und Nerven. Außerdem weißt du, wie du dein Bike richtig pflegst, damit es zuverlässig funktioniert und lange hält.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 10,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder
- 12,50 Euro Teilnehmergebühr für Nichtmitglieder
- 6 bis 8 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr.
- **Anmeldeschluss: bis spätestens 1 Woche vorher**
- Sie können sich über das (Online-)Formular bei der Sektion Wiesbaden direkt anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Joachim Krumb, Trainer C MTB Guide + Trainer C MTB Fahrtechnik (FÜL MTB)

Informationen über: info@dav-wiesbaden.de,

Telefon 06 1 - 15 93 34, jeweils montags 15-19 und mittwochs 16-18 Uhr



MTB-Hüttentour in den Ötztaler Alpen



Italien · Südtirol / Sterzing

19. bis 23. August 2026 (Mittwoch bis Sonntag)

Wir machen eine viertägige Rundtour in den Ötztaler und Stubai Alpen. Mit dabei sind Trailabfahrten, die zu den schönsten in den Alpen zählen. Die müssen wir uns aber erst einmal erarbeiten: Mit knackigen Anstiegen bis hoch auf 3.000 m und einigen Tragepassagen. Dafür erwarten uns ein grandioses abwechslungsreiches Panorama und urige Hütten. Aber Vorsicht: Diese Tour ist nichts für Anfänger oder Untrainierte. Die durchschnittlichen Höhenmeter, die pro Tag zu bewältigen sind, liegen bei ca. 1.750 Hm. Trails der Schwierigkeitsstufe S2 müssen absolut sicher beherrscht werden. Das Wenige, was wir unterwegs und auf den Hütten benötigen, tragen wir im eigenen Rucksack – es gibt keinen Gepäck-Shuttle.

ANFORDERUNGEN:

- Sehr gute Kondition und Fahrtechnik
- Absolut sicheres Biken auf Trails der Schwierigkeitsstufe S2
- Kondition für bis zu 2.000 Hm Aufstieg im Rahmen einer Tagestour, auch über mehrere Tage
- Eigenes Bike in einwandfrei gewartetem Zustand; Bei Bedarf wird der Schrauber-Workshop, Kurs TW 2026/09 empfohlen
- Keine E-Bikes

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Anreise nach Sterzing bis Mittwochabend. Anreise bevorzugt mit öffentlichen Verkehrsmitteln, alternativ in Fahrgemeinschaften. Unterkunft in einfachen Gasthöfen und Hütten. Rückreise ebenfalls von dort (Rundtour). Es gibt keinen Gepäck-Shuttle! Verpflegung aus dem Rucksack und auf den Hütten. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Einwandfrei gewartetes MTB (All Mountain oder leichtes Enduro). Ausrüstungsliste wird bei der Vorbesprechung geteilt.
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 190,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung.
- 4 bis 6 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 24. April 2026**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Joachim Krumb, Trainer C MTB Guide + Trainer C MTB Fahrtechnik

(FÜL MTB) j.krumb@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 79 - 599 69 11

Marcus Fill, Trainer C MTB Guide m.fill@dav-wiesbaden.de



Mountainbike-Camp Fränkische Schweiz



Deutschland · Fränkische Schweiz / Heiligenstadt
17. bis 20. September 2026 (Donnerstag bis Sonntag)

Biken im Mountainbike-Paradies in der Fränkischen Schweiz! Das Land der Burgen, Höhlen und Genüsse beeindruckt mit jeder Menge anspruchsvoller Touren und ausgewiesener Entdecker-Trails in verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Es bietet knackige Anstiege, schmale Trails und Naturlandschaften mit traumhaften Ausblicken. Auf den Routen „Matzenstein“, „Geisberg-Tour“ und „Altenberg-Tour“ wartet Bikespaß pur. Einkehrmöglichkeiten entlang der Strecken laden zur gemütlichen Rast ein. Auf insgesamt 130 Kilometern Länge und 2.400 Höhenmetern finden alle begeisterten Radsportler:innen ein persönliches Highlight. Geplant sind Touren mit bis zu 50 km Länge und 1.100 Höhenmetern Gesamtanstieg, wobei die erste und letzte Tour kürzer gehalten sind. Optional ist ein Besuch im Bikepark Fränkische Schweiz in Pottenstein. Bei Wellnessbedarf ist auch Besuch der Therme in Obernsees möglich.

ANFORDERUNGEN:

- Sicheres Biken auf Single Trails mit kleinen bis mittleren Hindernissen (Wurzeln/Steine) und Stufen auf teilweise losem Untergrund im mittelsteilen Gelände.
- Kondition für 400 Hm im Aufstieg pro Stunde, auch über mehrere Tage
- Eigenes Bike in einwandfrei gewartetem Zustand; bei Bedarf wird der Schrauber-Workshop, Kurs TW 2026/09 empfohlen, keine E-Bikes

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Unterkunft MTB-Zentrum Heiligenstadt oder Umgebung
- Anreise voraussichtlich in Fahrgemeinschaften. Weitere Koordination im Rahmen der Vorbesprechung.

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Erläuterungen und/oder Ergänzungen werden vor Fahrtantritt von der Tourenleitung bekanntgegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 110,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung.
- 6 bis 8 Personen
- Termin für Vorbesprechung wird rechtzeitig bekannt gegeben

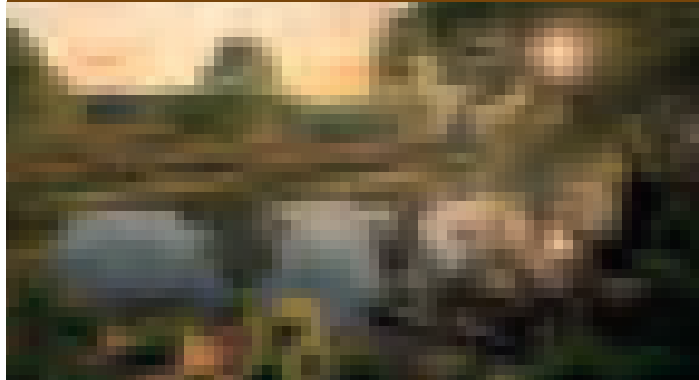
ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 31. Mai 2026**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Marcus Fill, Trainer C MTB Guide, m.fill@dav-wiesbaden.de
Telefon/WhatsApp 01 51 - 61 48 23 89
Joachim Krumb, Trainer C MTB Guide +Trainer C MTB Fahrtechnik
(FÜL MTB), j.krumb@dav-wiesbaden.de, Telefon 01 79 - 599 69 11



Flusslandschaften und Spuren deutscher Geschichte



Deutschland · Westerwald/Sieg/Bonn/Rhein
14. bis 17. Mai 2026 (Donnerstag bis Sonntag, Himmelfahrt)

Diese Viertagesradtour der Radtourengruppe „Watt & Wade“ verbindet Natur- und Kulturerlebnis gleichermaßen. Von Limburg durchqueren wir den Westerwald. Nach einer Übernachtung in Hachenburg erkunden wir den Radweg entlang der Sieg und übernachten bei Hennef. Am dritten Tag radeln wir nach Bonn und nehmen uns dort Zeit für das wiedereröffnete „Haus der deutschen Geschichte“ und besuchen die Dauerausstellung zur Geschichte Deutschlands nach 1945. Wir verlassen Bonn durch das alte Regierungsviertel und fahren am Rhein entlang vorbei oder auf den Drachenfels bei Königswinter und erreichen unsere Unterkunft in Bad Honnef. Am letzten Tag genießen wir Ausblicke auf Burgen und Schlösser im oberen Mittelrheintal und treten von Neuwied die Heimfahrt mit der DB an.

ANFORDERUNGEN:

- Die Tour verläuft beinahe durchgehend auf ausgewiesenen Radwegen und bietet fahrtechnisch keine besonderen Schwierigkeiten. Die Tagesetappen sind 45 bis 75 km lang, bis zu 750 Höhemeter sind maximal zu bewältigen, also eine mittelschwere Tour.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wir übernachten in drei schönen Hotels, die mit Frühstück gebucht sind. Fürs Abendessen suchen wir uns stets etwas Passendes. Tagsüber Selbstversorgung auf Picknick-Basis.
- Anreise mit dem ÖPNV nach Limburg und Rückreise ebenfalls mit der Bahn (Bikeshuttle-Backup).

AUSRÜSTUNG:

- Tourentaugliches Fahrrad (Tourenrad, Mountain- oder Gravelbike – auch E-Bikes) in gewartetem Zustand. Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.de.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 80,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung (Infobrief bei der Tourenleitung).
- 6 bis 9 Teilnehmer*innen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 30. April 2026**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Dirk Basting, d.basting@dav-wiesbaden.de Telefon 01 63 - 685 68 43



Unterwegs auf Hessens Bahnradwegen

Durch die Vulkanlandschaft des Vogelsbergs



Deutschland · Hessen / Rundtour Hanau-Fulda-Hanau
4. bis 7. Juni 2026 (Donnerstag bis Sonntag – Fronleichnam)

Gemeinsam – egal ob mit dem E-Bike oder Bio-Bike – erkunden wir auf dieser viertägigen Rundtour geschichtsträchtige Städte und abwechslungsreiche Radwege, die uns entlang historischer Sehenswürdigkeiten führen. Auf dem Hinweg geht es in zwei Tagen über den Hessischen Bahnradweg und den Vulkanradweg nach Fulda. Unterwegs durchqueren wir das größte zusammenhängende Vulkangebiet Mitteleuropas und erleben malerische Fachwerkstädte, wehrhafte Burgen und die abwechslungsreichen Landschaften der Vogelsbergregion. Ein besonderes Highlight ist die App „Lauschtour“, die uns mit spannenden Infos zu Geologie und historischen Orten begleitet. In Fulda bleibt Zeit für einen Stadtbummel. Die Rückfahrt nach Hanau verläuft auf einer alternativen Strecke, abseits der Hauptverkehrsadern.

ANFORDERUNGEN:

- Die Radtour führt über Asphalt, Wald- und Schotterwege
- Tagestouren 55 bis 75 km, insgesamt ca. 285 km und 2.000 Hm
- Das Rad muss sicher beherrscht werden
- Verkehrssicherer und gut gewarteter Zustand des Fahrrads
- Biobiker sollten in der Lage sein, 750 Hm am Tag zu fahren.
- E-Biker sollten über mind. 500 Watt Akkukapazität verfügen

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Wir übernachten in Zweibettzimmern in Mittelklassehotels oder Pensionen.
- Tour startet und endet am Hanauer Hbf, (S-Bahn von Wiesbaden)

AUSRÜSTUNG:

- Ausrüstungslisten auf der Homepage www.dav-wiesbaden.info
- Ergänzungen, die genauen Streckenabschnitte und GPS-Daten, Treffpunkt usw. werden rechtzeitig vor Fahrtantritt von der Tourenleitung per Mail bekannt gegeben.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 110,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Unterkunft, Verpflegung.
- 6 bis 8 Personen
- Weitere Infos werden per E-Mail zugeschickt.

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 15. April 2026**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Irm Schmidt, DAV-Wanderleiterin, i.schmidt@dav-wiesbaden.de
Telefon 06 11 - 46 76 26

Manfred Bachmann, DAV-Wanderleiter, m.bachmann@dav-wiesbaden.de



Radtour von Dresden in die Partnerstädte Breslau und Görlitz

Rundtour durch Polen mit zwei Tagen in Breslau



Deutschland/Polen · Dresden/Breslau/Görlitz
25. Juli bis 5. August 2026 (Samstag bis Mittwoch; 12 Tage)

Diese abwechslungsreiche Tour der Radtourengruppe „Watt & Wade“ bietet eine Fülle von landschaftlichen und kulturellen Highlights. Es erwarten Euch acht Tage auf dem Rad und zwei Kulturtage in Breslau. Gestartet wird in Dresden, weiter entlang der Elbe über die Bastei und Bad Schandau durch die sächsische Schweiz. Wir werden das Isergebirge streifen und radeln durch ein Weinbaugebiet nach Jelenia Gora (Hirschberg) mit seiner malerischen Altstadt, hier Weinprobe möglich. Weiter über Swiebodzice (bei Waldenburg) nach Breslau. Dort sind 3 Übernachtungen geplant. Neben Zeit zum Ausspannen wird es je nach Interesse eine Stadtführung und Kulturprogramm geben. Nach dem Stadttip geht es nahe dem Odertal nach Liegnitz. Von dort weiter durch die niederschlesische Tiefebene mit Sandsteinhügeln und Wäldern in die Keramikstadt Bunzlau (Boleslawiec) mit historischer Altstadt. Zum Abschluss führt uns die Tour in unsere Partnerstadt Görlitz.

ANFORDERUNGEN:

- Die Tour folgt meist „ausgewiesenen“ Radwegen, überwiegend auf asphaltierten Nebenstraßen, zum Teil auf Forst- und Feldwegen.
- Sichere Beherrschung des Fahrrads (E-Bike oder Biobike) mit Gepäck
- Tagesetappen 55 bis 90 km. Gesamtstrecke ca. 560 km. Durchschnittlich 500 Hm/Tag, an einem Tag 900 Hm.
- Verbindliches Vortreffen und kleine Vortour am 13. Juni 2026 um 12:00 Uhr, Treffpunkt Parkplatz Nerotal.

UNTERKUNFT UND ANREISE:

- Anreise in Fahrgemeinschaften oder mit dem Zug von und nach Dresden. Übernachtung in Pensionen und Hotels, in der Regel im Doppelzimmer.

AUSRÜSTUNG:

- Tourenrad, Mountain- oder Gravelbike – auch E-Bikes – alle in gewartetem Zustand. Ausrüstungsliste auf der Homepage. Weitere Details bei der Vorbesprechung.

TEILNEHMERGEBÜHR UND INFOS:

- 270,- Euro Teilnehmergebühr für DAV-Mitglieder (s. Teilnahmebedingungen) zzgl. Anreise, Unterkunft, Verpflegung (Infobrief bei der Tourenleitung).
- 6 bis 9 Personen

ANMELDUNG:

- Anmeldung online freigeschaltet ab Montag, 12. Januar 2026, 18:00 Uhr. Voranfragen bei den Kursleitern ab sofort.
- **Anmeldung bis spätestens 15. Mai 2026**
- Voranfrage zuerst telefonisch oder per E-Mail bei der Tourenleitung. Erst nach dem „OK“ der Tourenleitung über das Online-Formular auf der Homepage der Sektion Wiesbaden anmelden.

Zu den Details bitte Punkt 2 der Teilnahmebedingungen beachten.

LEITUNG UND KONTAKT:

Dirk Basting, d.basting@dav-wiesbaden.de Telefon 01 63 - 685 68 43
Anne-Kathrin Goerlich, a.goerlich@dav-wiesbaden.de
Telefon 01 57 - 30 25 20 17

Ausrüstungslisten

Die Ausrüstungslisten geben eine Empfehlung für Teilnehmer und Teilnehmerinnen unterschiedlicher Typen von Touren, Kursen und Fahrten. Sie können als Checkliste für das Packen der mindestens mitzunehmenden persönlichen Ausrüstung verwendet werden und sollten unbedingt beachtet werden.

Alle Listen stehen auf der Homepage der Sektion und sind zu finden unter: dav-wiesbaden.info > Unsere Sektion > Downloads > Ausrüstungslisten für Kurse und Touren

www.dav-wiesbaden.info/ausruestungslisten-zum-downlo/



Hier die Direktlinks zu den einzelnen Listen:



Skihohtour



Skitour/Schneeschuhtour



Sportklettern/Klettergarten



Klettersteige



Hochtour



Alpines Plaisirklettern



Bergsteigen



Wandern und Hüttentour



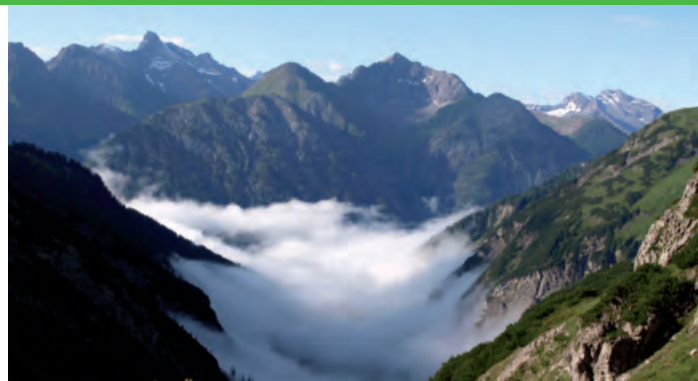
Radtouren „Watt und Wade“





Schwierigkeitsgrade für Wanderwege

GRAD	ALTE SKALA	WEG/GELÄNDE	ANFORDERUNGEN
T1 Wandern	B Bergwanderer	Weg gut gebahnt. Falls nach SAW-Normen markiert: gelb. Gelände flach oder leicht geneigt, keine Absturzgefahr.	Keine, auch mit Turnschuhen geeignet. Orientierung problemlos, in der Regel auch ohne Karte möglich. Wenig Ausdauer.
T2 Bergwandern	EB erfahrener Bergwanderer	Durchgehend gut ersichtlicher und gut begehbare Weg. Falls SAW-markiert: weiss-rot-weiss. Teilweise steil. Absturzgefahr möglich.	Trekkingschuhe empfehlenswert. Etwas Trittsicherheit erforderlich. Elementares Orientierungsvermögen. Etwas Ausdauer.
T3 erfahrener Bergwanderer		Weg nicht durchgehend sichtbar. Heikle Stellen können mit Seilen oder Ketten gesichert sein. Leitern sind möglich. Eventuell sind die Hände fürs Gleichgewicht nötig. Falls markiert: weiss-rot-weiss. Teilweise exponiert mit Absturzgefahr. Einfache Firnfelder, apere Gletscher, heikle Grashalden und Schrofen.	Gute Trekkingschuhe erforderlich. Gute Trittsicherheit. Gutes Orientierungsvermögen. Gute Ausdauer. Elementare alpine Erfahrung.
T4 Alpinwandern	EB+	Wegspur kaum vorhanden. An gewissen Stellen benötigt man die Hände zum Weiterkommen. Heikle Grashalden und Schrofen. Apere Gletscher und Firnfelder mit Aus- rutschgefahr.	Vertrautheit mit exponiertem Gelände. Stabile Trekkingschuhe. Gutes Orientierungs- vermögen. Alpine Erfahrung. Bei Wetterumschwung kann ein Rückzug schwierig werden.
T5 anspruchsvolles Alpinwandern	BG Berggänger	Oft weglos. Einfache Kletterstellen. Falls markiert: weiss-blau-weiss. Exponiertes und anspruchsvolles Gelände, steile Schrofen. Gletscher und Firnfelder mit Ausrutschgefahr.	Bergschuhe. Sichere Geländebeurteilung und sehr gutes Orientierungsvermögen. Gute Alpinserfahrung. Elementare Kenntnisse im Umgang mit Seil und Eispickel.
T6 schwieriges Alpinwandern		Meist weglos. Kletterstellen bis II. Kaum markiert. Häufig sehr exponiert. Heikles Schrofengelände. Gletscher mit hoher Ausrutschgefahr.	Bergschuhe. Ausgezeichnetes Orientierungsvermögen. Ausgereifte Alpinserfahrung. Erfahrung im Umgang mit alpinen Hilfsmitteln (Pickel, Seil, Steigeisen).



Schwierigkeitsgrade für Klettersteige

Hüslerskala

GRAD	ERKLÄRUNG
A (wenig schwierig)	Schwierigkeit: Einfach. Gelände: Flach bis steil, meist felsig oder von Felsen durchsetzt, ausgesetzte Passagen möglich. Sicherung: Drahtseile, Ketten, Eisenklammern (Klappfen) und vereinzelt kurze Leitern; Begehung größtenteils ohne Verwendung der Sicherungseinrichtungen möglich. Voraussetzungen: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit empfohlen, Bürokondition (hängt von der Länge der Tour ab). Ausrüstung: Klettersteigausrüstung empfohlen. Geübte Geher werden hier auch ohne Selbstsicherungen anzutreffen sein. Gesichert gehen ist aber keine Schande!
B (mäßig schwierig)	Schwierigkeit: Einfach bis mäßig schwierig (teilweise etwas anstrengender und etwas Kräfte raubend). Gelände: Steileres Felsgelände, teilweise kleine Tritte, mit ausgesetzten Stellen ist auf jeden Fall zu rechnen. Sicherung: Drahtseile, Ketten, Eisenklammern, Trittstifte, längere Leitern (u. U. auch senkrecht); Begehung ohne Sicherungseinrichtungen möglich; Schwierigkeiten bis zum 3. Schwierigkeitsgrad (UIAA) sind zu erwarten. Voraussetzungen: Wie bei A, allerdings bessere Kondition und etwas Kraft und Ausdauer in Armen und Beinen deutlich von Vorteil. Ausrüstung: Klettersteigausrüstung empfohlen; Begehung auch im Seilschaftsverband möglich.
C (schwierig)	Schwierigkeit: Größtenteils schwierig (anstrengend und Kräfte raubend). Gelände: Steiles bis sehr steiles Felsgelände, meist kleine Tritte, längere bzw. sehr häufig ausgesetzte Passagen. Sicherung: Drahtseile, Eisenklammern, Trittstifte, oft längere und sogar überhängende Leitern, Klammern und Stifte können auch weiter auseinander liegen; in senkrechten Abschnitten manchmal nur ein Drahtseil; Begehung ohne Benutzung der fixen Sicherungseinrichtungen möglich, Schwierigkeiten liegen oft schon im 4. Schwierigkeitsgrad (UIAA). Voraussetzungen: Gute Kondition, da längere Anstiege in diesem Schwierigkeitsgrad bereits zu den großen Klettersteig-Unternehmen zählen. Ausrüstung: Klettersteigausrüstung wie B ist dringend zu empfehlen, Ungeübte bzw. Kinder sind eventuell sogar ans Seil zu nehmen.
D (sehr schwierig)	Schwierigkeit: Sehr schwierig (sehr anstrengend und sehr Kräfte raubend). Gelände: Senkrecht, oft auch überhängendes Gelände; meist sehr ausgesetzt. Sicherung: Drahtseil, Eisenklammern und Trittstifte (liegen vielfach weit auseinander); an ausgesetzten und steilen Stellen oftmals nur ein Drahtseil. Voraussetzungen: Wie bei C, allerdings guter körperlicher Zustand, genug Kraft in Armen und Händen, da längere senkrechte bis überhängende Stellen auftreten können; auch kleinere Kletterstellen (bis zum 2. Schwierigkeitsgrad) ohne Sicherungseinrichtungen sind möglich. Ausrüstung: Klettersteigausrüstung obligatorisch, selbst erfahrene Klettersteiggeher sind im Seilschaftsverband anzutreffen; für Anfänger und Kinder nicht empfehlenswert.
E (extrem schwierig)	Schwierigkeit: Extrem schwierig (sehr anstrengend und äußerst Kräfte raubend). Gelände: Senkrecht bis überhängend; durchweg ausgesetzt; sehr kleine Tritte oder Reibungskletterei. Sicherung: Wie D, allerdings öfter mit Kletterei kombiniert. Voraussetzungen: Viel Kraft in Händen (Fingern), Armen und Beinen, erhöhtes Maß an Kondition, Beweglichkeit; über längere Strecken kann die Hauptlast auf den Armen liegen. Ausrüstung: Klettersteigausrüstung obligatorisch, Seilschaftsverband gerade bei Touren mit Stellen ohne Sicherungseinrichtungen überlegenswert; für Anfänger und Kinder nicht zu empfehlen.



UIAA-Schwierigkeitsgrade Klettern

Schwierigkeitsskala der Union Internationale des Associations d'Alpinisme

GRAD	ERKLÄRUNG
I	Geringe Schwierigkeiten. Einfachste Form der Felsklettere (doch kein leichtes Gehgelände!). Die Hände sind zur Unterstützung des Gleichgewichtes erforderlich. Anfänger müssen am Seil gesichert werden. Schwindelfreiheit ist bereits erforderlich.
II	Mäßige Schwierigkeiten. Hier beginnt die Klettere, welche die Drei-Punkt-Haltung erforderlich macht.
III	Mittlere Schwierigkeiten. Zwischensicherungen an exponierten Stellen empfehlenswert. Senkrechte Stellen verlangen bereits Kraftaufwand. Geübte und erfahrene Kletterer können Passagen dieser Schwierigkeit noch ohne Seilsicherung erklettern.
IV	Große Schwierigkeiten. Hier beginnt die Klettere schärferer Richtung. Erhebliche Klettererfahrung notwendig. Längere Kletterstellen bedürfen meist mehrerer Zwischensicherungen. Auch geübte und erfahrene Kletterer bewältigen Passagen dieser Schwierigkeit gewöhnlich nicht mehr ohne Seilsicherung.
V	Sehr große Schwierigkeiten. Zunehmende Anzahl an Zwischensicherungen ist die Regel. Erhöhte Anforderungen an körperliche Voraussetzungen, Klettertechnik und Erfahrung. Lange hochalpine Routen im Schwierigkeitsgrad V zählen bereits zu den ganz großen Unternehmungen in den Alpen und außeralpinen Regionen.
VI	Überaus große Schwierigkeiten. Die Klettere erfordert weit überdurchschnittliches Können und hervorragenden Trainingsstand. Große Ausgesetztheit, oft verbunden mit kleinen Standplätzen. Passagen dieser Schwierigkeit können in der Regel nur bei guten Bedingungen bezwungen werden.
VII	Außergewöhnliche Schwierigkeiten. Ein durch gesteigertes Training und verbesserte Ausrüstung erreichter Schwierigkeitsgrad. Auch die besten Kletterer benötigen ein an die Gesteinsart angepasstes Training, um Passagen dieser Schwierigkeit nahe der Sturzgrenze zu meistern. Neben akrobatischem Klettervermögen ist das Beherrschen ausgefeilter Sicherungstechnik unerlässlich.
VIII	Hohe Schwierigkeiten. Diesen Schwierigkeitsgrad beherrschen nur noch wenige Kletterer. Neben einem außerordentlich guten Trainingsstand und besonderem Ausrüstungs-equipment erfordert dieser Schwierigkeitsgrad ausgewählte Klettertechniken bei hohem Krafteinsatz, der ein dauerhaftes Training voraussetzt.
IX	Sehr hoher Schwierigkeitsgrad. Nur wenige, hochtrainierte Kletterer können diesen Schwierigkeitsgrad bewältigen. Routen dieser Schwierigkeit werden oft erst nach mehreren Versuchen durchstiegen.
X	Sehr sehr hoher Schwierigkeitsgrad. Routen dieses Schwierigkeitsgrades werden nur noch von absoluten Spitzensportlern beherrscht. Der Durchstieg gelingt nur durch längere Vorbereitungszeiten, die teilweise Monate dauern können.
XI	Weltpitzengrad. Wird weltweit nur von Ausnahmetalenten beherrscht. XI+ ist der bisher schwierigste erreichte Grad.
XII	Dieser Grad wurde noch nicht erreicht.



Schwierigkeitsgrade Hochtouren

GRAD	FELS	UIAA-GRAD	FIRN UND GLETSCHER	BEISPIELE
L leicht / facile F	Einfaches Gehgelände (Geröll, einfacher Blockgrat)	ab I	Einfache Firnhänge, kaum Spalten	Piz Tschierva, Ostgrat; Wildhorn, von der Wildhornhütte; Bishorn, von der Tracuihütte
– WS wenig schwierig / peu difficile PD +	Meistens noch Geh- gelände, erhöhte Tritt- sicherheit nötig, Kletterstellen übersicht- lich und problemlos.	ab II	In der Regel wenig steile Hänge, kurze steilere Passagen, wenig Spalten.	Piz Palü, Normalroute Balmhorn, Normalroute Weissmies, Normalroute
– ZS ziemlich schwierig / assez difficile AD +	Wiederholte Sicherung notwendig, längere und exponierte Kletter- stellen.	ab III	Steilere Hänge, gelegentlich Stand- platzsicherung, viele Spalten, kleiner Bergschrund.	Piz Bernina, Biancograt; Mönch, Westgrat; Matterhorn, Hörnligrat
– S schwierig / difficile D +	Guter Routensinn und effiziente Seilhand- habung erforderlich, lange Kletterstellen, erfordern meistens Standplatzsicherung.	ab IV	Sehr steile Hänge, meistens Standplatz- sicherung notwendig, viele Spalten, grosser Bergschrund.	Piz Palü, Ostpfeiler des Ostgipfels; Eiger, Mittelegrat; Weisshorn, Schaligrat
– SS sehr schwierig / très difficile TD +	In den schwierigen Ab- schnitten durchgehend Standplatzsicherung nötig, anhaltend an- spruchsvolle Kletterei.	ab V	Anhaltendes Steilgelände, durch- gehende Standplatz- sicherung.	Piz Bernina, direkte Westwand; Doldenhorn, Ostgrat; Dent Blanche, Nordgrat
– AS äusserst schwierig / extrêmement difficile ED +	Wanddurchstiege, die grosses Engagement erfordern.	ab VI	Sehr steile und senkrechte Stellen, erfordern Eiskletterei.	Eiger-Nordwand (Heckmair); Matterhorn, Zmuttnase
– EX extrem schwierig / abominablement difficile ABO +	Extrem steile, teilweise überhängende Wanddurchstiege.	ab VII	Eiskletterei extremster Richtung	Eiger-Nordwand (Div. Routen im westlichen Wandteil)



MTB Singletrail-Skala

GRAD	BESCHREIBUNG
S0:	So beschreibt einen Singletrail, der keine besonderen Schwierigkeiten aufweist. Dies sind meistens flüssige Wald- und Wiesenwege auf griffigen Naturböden oder verfestigtem Schotter. Stufen, Felsen oder Wurzelpassagen sind nicht zu erwarten. Das Gefälle des Weges ist leicht bis mäßig, die Kurven sind weitläufig.
S1:	Auf einem mit S1 beschriebenen Weg muss man bereits kleinere Hindernisse wie flache Wurzeln und kleine Steine erwarten. Sehr häufig sind vereinzelte Wasserrinnen und Erosionsschäden Grund für den erhöhten Schwierigkeitsgrad, der Untergrund kann teilweise auch nicht verfestigt sein. Das Gefälle beträgt maximal 40%. Spitzkehren sind nicht zu erwarten.
S2:	Im S-Grad S2 muss man mit größeren Wurzeln und Steinen rechnen. Der Boden ist häufig nicht verfestigt. Stufen und flache Treppen sind zu erwarten. Oftmals kommen enge Kurven vor, die Steilheit beträgt passagenweise bis zu 70%.
S3:	Verblockte Singletrails mit vielen größeren Felsbrocken und / oder Wurzelpassagen gehören zum S-Grad S3. Hohe Stufen, Spitzkehren und knifflige Schrägfahrten kommen oft vor, entspannte Rollabschnitte werden selten. Häufig ist auch mit rutschigem Untergrund und losem Geröll zu rechnen, Steilheiten über 70% sind keine Seltenheit.
S4:	S4 beschreibt sehr steile und stark verblockte Singletrails mit großen Felsbrocken und / oder anspruchsvollen Wurzelpassagen, dazwischen häufig loses Geröll. Extreme Steilrampen, enge Spitzkehren und Stufen, bei denen das Kettenblatt unweigerlich aufsetzt, kommen im 4. Grad häufig vor.
S5:	Der S-Grad S5 wird charakterisiert durch blockartiges Gelände mit Gegenanstiegen, Geröllfeldern und Erdrutschen, ösenartigen Spitzkehren, mehreren hohen, direkt aufeinander folgenden Absätzen und Hindernissen wie umgefallenen Bäumen – alles oft in extremer Steilheit. Wenn überhaupt, ist wenig Auslauf bzw. Bremsweg vorhanden. Hindernisse müssen z. T. in Kombination bewältigt werden.

Teilnahmebedingungen für Kurse und Touren

1. Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt ist jeder, der die in der Ausschreibung ersichtlichen Voraussetzungen erfüllt (Altersgruppe, Vorkenntnisse, Leistungsanforderungen) und Mitglied des DAV, Sektion Wiesbaden ist. Mitglieder unserer Kooperationssektionen Mainz und Rüsselsheim sind gleichgestellt.

An mit „★“ gekennzeichneten Angeboten, wie die Grundkurse Mountainbike, Kletterkurs Toprope und Handicapklettern, sowie bei den Themenwanderungen sind auch Nichtmitglieder teilnahmeberechtigt.

Alle Angebote sind auch für Mitglieder anderer Sektionen offen, sofern in deren Satzung der sog. „Haftungsausschluss“ verankert ist. Bei Überbuchung haben Sektionsmitglieder Vorrang. Alternativ können Mitglieder anderer Sektionen auch eine C-Mitgliedschaft bei der Sektion Wiesbaden beantragen, um gleichgestellt zu werden.

2. Anmeldung

- Ab Erscheinen des aktuellen Kurs- und Tourenprogramms persönliche Kontaktaufnahme mit der Kurs-/Tourenleitung.
- Die **Leitung hat die Entscheidungsbefugnis**, nach welchen Kriterien sie die Teilnehmer des Kurses / der Tour zulässt.
- Die Kurs-/Tourenleitung erteilt das Einverständnis („OK“) für die Anmeldung.
- Ab Freischaltung des Online-Anmeldesystem **zeitnahe Anmeldung**. Der Freischaltungstermin wird im jeweils aktuellen Programm bekannt gegeben.
- Die **zeitliche Reihenfolge der Anmeldungen** über das Online-Anmeldesystem entscheidet über die Teilnahme.
- Mit Erhalt der **Anmeldebestätigung** (per E-Mail) ist die Buchung verbindlich.
- Bei ausgebuchten Veranstaltungen erfolgt die Platzierung auf der **Warteliste**. Über den Wartelistenstatus wird per E-Mail informiert.

3. Abmeldung/Stornierungsregelung

Abmeldungen müssen schriftlich per E-Mail erfolgen an: kurs+touren@dav-wiesbaden.de und die jeweilige Kursleitung.

Abmeldungen sind bis 30 Tage vor der Veranstaltung mit einer Bearbeitungsgebühr von 20,- Euro möglich. Vom 30. bis 15. Tag vor Veranstaltungsbeginn verfällt die Hälfte, ab dem 14. Tag vor Kurs- und Tourenbeginn die volle Teilnehmergebühr, wenn kein Ersatzteilnehmer gestellt werden kann. Bis zum Zeitpunkt der Abmeldung bereits erfolgte Vorauszahlungen (z. B. Bahnfahrkarten oder Reservierungsgebühren für Unterkünfte) müssen zusätzlich in vollem Umfang bezahlt werden.

4. Veranstaltungsabsage/Veranstaltungsabbruch

Kurse/Touren werden nur durchgeführt, wenn die Veranstaltung mit mindestens 50 % der in der Ausschreibung angegebenen Höchst-Teilnehmerzahl belegt ist. Haben sich bis zum Anmeldeschluss weniger Teilnehmer angemeldet, wird die Veranstaltung von der Sektion abgesagt, die Teilnehmergebühr wird dann in voller Höhe rückerstattet. Eine Veranstaltung kann von der Sektion abgesagt werden, wenn kurzfristig die Kurs-/Tourenleitung aus nicht vorhersehbaren Gründen für die Veranstaltungsleitung nicht zur Verfügung steht und kein Ersatz gefunden werden kann. Den angemeldeten Teilnehmern wird in einem solchen Fall ein Ersatztermin oder ein Platz in einer vergleichbaren Veranstaltung angeboten. Teilnehmer, die beides nicht wahrnehmen können, erhalten die Teilnehmergebühr in voller Höhe rückerstattet. Eine Veranstaltung kann aus wichtigem Grund verlegt, abgesagt oder abgebrochen werden. Ein wichtiger Grund liegt immer dann vor, wenn eine sichere Durchführung der Veranstaltung nicht oder nicht mehr gewährleistet ist, z. B. bei ungünstigen Witterungsverhältnissen oder Unfällen von Leitern oder Teilnehmern. Bei Absage oder Abbruch aus wichtigem Grund wird die Teilnehmergebühr anteilmäßig rückerstattet bzw. werden nur die bis zum Abbruch tatsächlich entstandenen Kosten verrechnet.

5. Teilnehmergebühr/Rechnungsstellung

Die Teilnehmergebühr beinhaltet – soweit nicht ausdrücklich anders ausgeschrieben – die Ausbilder- und Organisationskosten der Sektion. Mitglieder einer DAV-Sektion zahlen die Regelgebühr, Nichtmitglieder zahlen die ausgewiesene Gebühr + 25 %. Kinder und Junioren (12 – 26 Jahre), soweit der Kurs/die Tour als geeignet markiert ist, zahlen die um 50 % reduzierte Teilnehmergebühr. Die JDAV-Kurse sind bereits mit der reduzierten Teilnehmergebühr ausgeschrieben. Fahrt, Unterkunft- und Verpflegungskosten sowie Gebühren für die Materialausleihe – soweit nicht anders ausgeschrieben – sind von den Teilnehmern selbst zu tragen. Mit der schriftlichen oder Online-Anmeldung erteilen Sie Ihr Einverständnis zum widerruflichen Einzug des Betrages von der angegebenen Bankverbindung. Nach Eingang Ihres Anmeldeformulars erhalten Sie von uns eine automatisierte Eingangsbestätigung. **Nach Prüfung der Anmeldung** wird diese mit Einzug der Teilnehmergebühr wirksam.

6. Anweisungen der Kurs-/Tourenleitung

Anweisungen der Kurs-/Tourenleitung sind zu befolgen. Die Kurs-/Tourenleitungen sind berechtigt, Kursteilnehmer vom weiteren Kursverlauf auszuschließen, wenn gegen Anweisungen verstoßen wird und damit der Kursablauf und die Sicherheit der Gruppe gefährdet werden. Kurs-/Tourenleitungen sind weiterhin berechtigt, Teilnehmer dann vom Kurs auszuschließen, wenn sie den Anforderungen des Kurses eindeutig nicht gewachsen sind. In beiden Fällen kann im Einzelfall eine Teilerstattung der Kursgebühr erfolgen.

7. Ausrüstung

Die in den Teilnehmerinformationen oder Vorbesprechungen angegebene Ausrüstung ist obligatorisch. Ausrüstung kann teilweise von der Sektion geliehen werden. Das Material muss reserviert werden. Auf der Homepage findet sich hierfür unter „Materialverleih“ ein Bestellformular, welches ausgefüllt an materialverleih@dav-wiesbaden.de gesendet wird. Für die Ausleihe ist eine entsprechende Leihgebühr und ggfs. Kautions zu entrichten. Seile werden grundsätzlich nicht an Teilnehmer ausgeliehen.

8. Haftung

Veranstaltungen im Gebirge sind nie ohne Risiko, jeder Teilnehmer einer Sektionsveranstaltung ist sich der Risiken bewusst, die auch durch umsichtige und fürsorgliche Betreuung der Touren-/Kursleitung nicht gänzlich ausgeschlossen werden können. Bei Unfällen bestehen Ersatz- oder Entschädigungsansprüche nur im Rahmen der bestehenden Versicherungen für Kursleitungen und Kursteilnehmer. Mit der Anmeldung erkennt der Kursteilnehmer an, dass die Sektion über diese Leistungen hinaus keine Haftung übernimmt.

9. Fahrtkosten/persönliche Reisekosten

Bei Sektionsfahrten ist die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu bevorzugen. Bei Anreise in Fahrgemeinschaften (Privat-PKW) empfehlen wir analog zu den Richtlinien des Deutschen Alpenvereins eine Kostenbeteiligung von 0,08 Euro pro Kilometer und Mitfahrer an den Fahrer. Die Zahlungsmodalitäten klären die Teilnehmer untereinander.

10. Einverständniserklärung

Ich willige ein, dass der Deutsche Alpenverein e.V., Sektion Wiesbaden, die von mir angegebenen personenbezogenen Daten zum Zwecke der Organisation und Durchführung der Kurse und Touren sowie der Kommunikation mit mir verwenden darf.

Informationen zur Teilnehmergebühr

Mit den Teilnehmergebühren wird den Kurs-/Tourenleitungen ein fairer Auslagenersatz für ihre Sachkosten wie Übernachtung, Verpflegung, Fahrtkosten/ggf. Liftkosten und Materialpauschale abgegolten. Die Höhe der Teilnehmergebühren ist von der Dauer der Veranstaltung sowie der Gruppengröße und deren Betreuungsintensität abhängig.

Bitte bedenkt: Touren-/Kursleiter*innen sind ehrenamtlich tätig und schenken euch mit ihrem Engagement ein sehr hohes Gut, nämlich ihre Freizeit.

Stand: November 2025



HIER GEHT'S UM EWIGE LIEBE.

REPARIEREN STATT WEGWERFEN
IN DER NEUGASSE 15-19 IN WIESBADEN.



GLOBETROTTER

WIR BRINGEN DEINE SACHEN WIEDER IN FORM!

Du hängst an Deinen Lieblingsstücken? Dann lass sie nicht im Stich, wenn sie mal kaputtgehen. Bring sie lieber zur Reparatur in die Globetrotter-Werkstatt. Das spart Geld, schont die Umwelt und gibt Dir ein gutes Gefühl.



Waschen und
Imprägnieren



Schuhservice



Näharbeiten



sonst. Reparaturen
(Textil)



sonst. Reparaturen
(Hardware)



GLOBETROTTER.DE/WERKSTATT