



**Sektionsmitteilungen**

16. Jahrgang, Nr. 31, Oktober 2015

*Unter anderem mit folgenden Inhalten:*  
*Ergebnisse der Jahreshauptversammlung*  
*Wanderungen in heimatlichen Regionen*  
*Berichte aus der Familiengruppe*  
*Die Jugend auf Tour*  
*und vieles mehr!*

# Der Outdoorladen

Wander & Trekkingfreund

10% für alle DAV Mitglieder\*



Der Outdoorladen  
Markt 4  
33098 Paderborn  
05251-23160

\* gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Maßanfertigungen sowie Reparaturen. Nur bei Vorlage eines gültigen DAV-Ausweises

[www.deroutdoorladen.com](http://www.deroutdoorladen.com)



## Liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde,

ihr habt nunmehr die 31. Ausgabe unserer Vereinsmitteilungen in euren Händen. Viele Mitglieder warten jedes Jahr auf diese.

Es gibt aber auch Mitglieder, die dieses Heft gleich entsorgen, ohne es zu lesen.

Und genau diese Mitglieder möchte bitten, uns mitzuteilen, ob sie ein Heft möchten oder nicht. Die Herstellung und das Versenden des Heftes kostet die Sektion ca. 2.500 EUR pro Ausgabe.

Das entspricht einem Einzelpreis pro Heft von ca. 1,70 EUR. Bitte meldet euch, wenn ihr in Zukunft keine Vereinsmitteilungen mehr haben möchtet. Die Zusendung der „Panorama“ ist davon nicht betroffen.



Hinweisen möchte ich in diesem Heft natürlich wieder auf unsere „Martiniwanderung“ am 7. November 2015. Das Ziel ist auch in diesem Jahr wieder der Germanenhof in Steinheim-Sandebeck.

Es werden in diesem Jahr zwei Wanderungen angeboten. Näheres findet ihr auf einer der nächsten Seiten. Über eine rege Beteiligung würde sich der Vorstand sehr freuen.

Nun wünsche ich euch eine schöne Herbstzeit in den Bergen oder zu Hause und einen noch schöneren Winter.

Mit einem frischen „Berg Heil“,

Euer

Heiner Dietsch

## Die Redaktion - in eigener Sache

Seit der Ausgabe Nr. 26 (März 2013) besteht unsere Redaktion aus drei Mitgliedern. Leider hat sich unser Mitstreiter Dirk Beeck entschlossen, die Arbeit in der Redaktion aufzugeben, da er beruflich sehr eingespannt ist. Und da der Beruf in jedem Fall Vorrang hat, können wir seine Beweggründe gut nachvollziehen.

Wir, der Rest der Redaktion, möchten ihm - sicherlich auch im Namen der ganzen Leserschaft - für seine Arbeit danken und hoffen darauf, dass er vielleicht mal wieder Zeit findet, bei uns mitzuarbeiten.

*Reinhard Kockmann, Stefan Pföhler*

*Titelbild: Die Wandergruppe auf Tour in Osttirol, von der Neuen Reichenberger Hütte zur Bergersee waren zwei Scharten im Neuschnee zu überwinden.*



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	3
Inhaltsverzeichnis / Impressum.....	4
Martini-Wanderung 2015.....	5
Jahreshauptversammlung 2015.....	6
Satzungsänderungen ab 2015.....	7
Das sind wir - die Familiengruppe.....	8
Familiengruppe auf dem Patensteig im Lipperland.....	10
Kanutour auf der Lippe bei herrlichem Sonnenschein.....	12
Deutscher Wandertag 2015 Paderborn.....	14
Neues aus der Wandergruppe.....	16
MYTHOS STEIN!.....	19
Leistungswanderungen mit der Sektion Lippe-Detmold.....	20
Kindergruppe an den Dörenther Klippen im Teuto.....	22
Sektions-Stammtisch.....	24
Termine 2014/15 - Auf einen Blick.....	25
Regelmäßige Termine.....	27
Die Jugendgruppe in der Blaueshütte.....	30
Pfingstfahrt der Jugendgruppe.....	33
Brenta "reloaded 2.0".....	34
Skilanglauf an den Moldauquellen im Böhmerwald.....	37
Die Wandergruppe auf Hüttentour im Virgental in Osttirol.....	38
Mit neuen T-Shirts auf Werbetour in den Bergen.....	41
"101 Dinge, die ein Wanderer wissen muss".....	42
Wetteranalyse Sommer 2015.....	43
Neuregulierung der Material-Ausleihe der Sektion.....	44
Materialausleihe.....	45
Hinweise zur Mitgliedschaft.....	46
Aufnahmeantrag.....	47
Wichtige Rufnummern.....	49
Ansprechpartner in der Sektion.....	50

## Impressum

### Herausgeber:

Sektion Paderborn des Deutschen Alpenvereins  
[www.alpenverein-paderborn.de](http://www.alpenverein-paderborn.de)

### Bürozeiten:

Jeden letzten Mittwoch im Monat, 19:00 - 20:00 Uhr

### Bankverbindung:

**Sparkasse Paderborn-Detmold**  
**(IBAN: DE77 4765 0130 0001 0193 89,**  
**BIC: WELADE3LXXX)**

### Redaktion:

Reinhard Kockmann, Stefan Pföhler  
Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn,  
[redaktion@alpenverein-paderborn.de](mailto:redaktion@alpenverein-paderborn.de)

### Druck:

Böhle Druck Paderborn  
<http://www.boehledruck.de>

# Informationen zur Martini-Wanderung 2015

Samstag, 07. November 2015

Auch in diesem Herbst steht die traditionelle Martini-Wanderung wieder auf unserem Wanderplan. Folgend einige Informationen dazu:

Für die Wanderungen I und II sammelt der Bus die Wanderer bei den angegebenen Treffpunkten ein und bringt sie zu den Startpunkten der jeweiligen Wanderung.

## **Wanderung I:**

Forsthaus Durbeke - Fuchsgrund - Burenlinde - Noaks Pumpe - Bielsteinhöhle - Ebersberg - Kattenmühle - Silbermühle - Leopoldstal - Sandebeck, festes Schuhwerk ist obligatorisch.

Wanderstrecke: ca. 22 km, Dauer ca. 5 Std.

Treffpunkte: 11:00 Uhr Rosentor, vor den Häusern Kilianstr.2-4; 11:15 Uhr Pauline-von-Mallinckrodt-Schule, Querweg 140.

Leitung: Heiner Dietsch, Tel.: 05251/73387

## **Wanderung II:**

Bärental - Ebersberg - Kattenmühle - Silbermühle - Leopoldstal - Sandebeck, festes Schuhwerk ist obligatorisch.

Wanderstrecke: ca. 11 km, Dauer ca. 3 Std.

Treffpunkte: 13:15 Uhr Rosentor, vor den Häusern Kilianstraße 2-4; 13:30 Uhr Pauline-von-Mallinckrodt-Schule, Querweg 140.

Leitung: Freddy Rotsch

Leider können wir aus Mangel an Begleitpersonen keine weitere Wanderung anbieten.

Wer jedoch nur an der Abendveranstaltung in Sandebeck teilnehmen möchte, kann entweder mit eigenem PKW, oder per Bahn anreisen.

Abfahrt ab Paderborn Hbf. mit der WFB um 17:21 Uhr Gleis 4. Ankunft Sandebeck: 17:45 Uhr.

## **Hinweis :**

Wegen einer Veranstaltung im Germanenhof können wir unsere Plätze im Saal erst ab ca. 18:00 Uhr einnehmen.

Rückfahrt für alle ab ca.: 20:15 Uhr mit Bussen ab Sandebeck, Ankunft ca. 21:00 Uhr in Paderborn

## **Speisen und Getränke:**

Angeboten werden, wie in jedem Jahr: Keule von der Martinsgans, Backschinken á la Germanenhof - nebst Beilagen -, Kalte Platte (vegetarisch)

## **Teilnahmekosten (Wanderung einschl. Fahrtkosten, Glühwein und Gericht):**

„Gänsekeule“: 25,00 EUR p. Pers.

„Backschinken“: 22,00 EUR p. Pers.

„Kalte Platte“: 19,00 EUR p. Pers.

Karten sind erhältlich am 28.10.2015 beim Stammtisch im DAV-Haus, Im Dörener Feld 2c, sowie vom 29.10.15 bis 5.11.15 im Outdoorladen, Paderborn, Markt 4.

*Fragen zur Martiniwanderung beantwortet Heiner Dietsch, Tel: 05251/73367 sehr gerne.*

## Jahreshauptversammlung 2015

### Überarbeitete Sektions-Satzung verabschiedet

Am Mittwoch, 29.04. fand in der Sektionshütte im Dörener Feld 2c die diesjährige Jahreshauptversammlung unserer Sektion statt, zu der mehr als 40 Mitglieder den Weg fanden.

Zum Beginn der Versammlung beschrieb Heiner Dietsch das vergangene Jahr aus Sicht des Sektionsvorstandes. In diesem Zusammenhang wurde auch an fünf verstorbene Mitglieder gedacht. Außerdem bat Heiner alle Mitglieder um mehr Engagement für den Verein, nur so könne der Verein auch weiterhin gestaltet werden.

Der Tagesordnung der Versammlung konnte man bereits entnehmen, dass insbesondere ein Tagesordnungspunkt von größerer Bedeutung war: die geplante Änderung der Satzung. Die Satzung, die im Wesentlichen der Satzung des Hauptvereins entspricht, wurde nur in wenigen Passagen auf die Sek-

tion angepasst. Nachdem Christian Hennig den Anwesenden die Satzung im Detail vorlas, wurde diese einstimmig verabschiedet. Zum Inhalt der neuen Satzung siehe gesonderten Bericht auf nächster Seite.

Nach einer kleinen Stärkung, und nachdem die verschiedenen Gruppen der Sektion ihre Aktivitäten vorstellten, wurden die langjährigen Sektionsmitglieder geehrt, u. a. erhielt Evelyn Fricke eine Ehrung für ihre 60-jährige Mitgliedschaft, und Johannes Wiegers wurde für 50 Jahre DAV-Mitgliedschaft geehrt. Darüber hinaus erhielten sechs weitere Sektionsmitglieder eine Ehrung für 40 bzw. 25 Jahre Mitgliedschaft im Verein.

Die Versammlung wurde um 21:49 Uhr von Heiner Dietsch beendet.

*Dirk Beeck*



*Unsere Jubilare in 2015 (v.l.): Dr. Tim Wibbeke, Hohannes Wiegers, Werner Überdick, Jesus Barrientos, Josef Diekann, Carola Zunker, Martin Altemeier, Evelyn Fricke wurden vom Vortzenden Heiner Dietsch geehrt.*

## Satzungsänderungen ab 2015

Wie auf der vorherigen Seite angemerkt, wurde die aktuelle Satzung der Sektion Paderborn an die Mustersatzung des Deutschen Alpenvereins angepasst und von dort auch genehmigt. Zwischenzeitlich ist auch die Eintragung im Vereinsregister erfolgt.

Es bestehen drei Möglichkeiten, sich die jetzige Fassung unserer Vereinsatzung anzuschauen:

- a) Download einer PDF-Fassung von unseren WEB-Seiten,  
[www.alpenverein-paderborn.de/index.php?id=7](http://www.alpenverein-paderborn.de/index.php?id=7) (siehe Download-Seite)
- b) Einsichtnahme im Vereinshaus
- c) Anforderung einer Papierversion beim Vorstand (auf besonderen Wunsch in Einzelfällen)

*Der Vorstand*



## Das sind wir - die Familiengruppe

„Wir tauschen schöne Wandererfahrungen aus, fantastische Orte, familienfreundliche Hütten und genießen die Gesellschaft Gleichgesinnter.“ (Christiane, 42)



„Eine tolle Gruppe mit vielen Kindern.“ (Julian, 9)

„Cool!“ (Andreas, „285“)

„Grillen und Klettern ist total toll!“ (Tino, 7)

„Wir gehen gerne zusammen in den Wald. Die Erwachsenen gehen und reden, die Kinder erkunden Bäche, sammeln Stöcke, schnitzen und rennen herum. Ab und zu machen wir es uns im DAV-Haus „gemütlich“, werfen den Grill an oder essen Kekse – natürlich nicht ohne zu bouldern oder die „Drei Zinnen“ zu erklimmen, das Trampolin zu nutzen oder auf der Slackline zu üben.“ (Uschi,



Ü40)

„Wir sorgen für Nachwuchs und Leben im DAV ;-!“ (Bernd, 40)

„Wir machen schöne Ausflüge mit Grillen am Lagerfeuer.“ (Linus, 9)

„Wir haben Erfolgserlebnisse!“ (Philipp, 37)

„Viel Spiel, Spaß, Spannung – wir sind dabei!“ (Gernot, 35)



„Bei unserer Familiengruppe finden sich Familien mit Kindern, die gemeinsam etwas unternehmen und gerne die Natur erkunden







fängt beim Wandern an und reicht bis zum Klettern/Bouldern, Paddeln und auch Feiern. Alle Familien sind dabei herzlich eingeladen, sich durch Vorschläge und Mitgestaltung an der Planung und Durchführung der Gruppenunternehmungen zu beteiligen.

Bei uns geht's nicht immer um das „Erreichen des Gipfels“, sondern mehr darum, eine schöne Zeit mit unseren Kindern in der Natur zu verbringen und auch mal den berühmten „Regenwurm“

wollen. Die meisten unserer Kinder sind im Alter von 6 bis 10/12 Jahren. Natürlich sind bei unseren Aktionen auch jüngere/ ältere Geschwister oder auch Großeltern willkommen.

Wir versuchen abwechslungsreiche Touren, Wanderungen und Abenteuer zu planen, das

beobachten zu können.

Wer also Zeit und Lust hat mitzumachen, kann sich gerne bei mir melden:

**familie@alpenverein-paderborn.de**

Wir freuen uns über jede neue Familie!“

(Silke, 43)

*Die Familiengruppe*



## Familiengruppe auf dem Patensteig im Lipperland

**„Der Patensteig in der Gemeinde Extertal ist einer der interessantesten und abwechslungsreichsten Rundwanderwege Lippes.“ – diese Worte haben mich neugierig gemacht und ich dachte, dass der sechs Kilometer lange Rundweg bestimmt eine schöne Runde für die Familiengruppe sei. Gesagt - getan ...**

So haben wir uns am 10. Mai 2015 auf den Weg ins schöne Extertal (zwischen Barntrop und Rinteln) gemacht. Der Parkplatz „Im Siek“ sowie das liebevoll gestaltete Patensteig-Hinweisschild waren schnell gefunden. Wir warteten hier direkt am Waldrand, wo sich auch der kleine „Siekbach“ sehr idyllisch durch das „Gersiektal“ schlängelt, auf die anderen Familien.

Kaum angekommen, waren die Kids sofort in ihrem Element: viele Steine wollten ins Wasser geworfen und viele Stöcke zu „Staudämmen“ verbaut werden und das von Linus entdeckte Bohrloch in einem „zerschossenen“ Findling war zumindest für die Jungs auch super spannend. Denn in den 1930er Jahren hatten hier deutsche Soldaten aus lauter Langeweile zwei Findlinge gesprengt («zerschossen» hieß das früher) und diese waren am Bachlauf noch deutlich erkennbar...

Wir hatten alle Mühe, die Kids zum Loswandern zu bewegen. Schließlich sind sie dann am und im Wasser entlang – erstaunlicherweise ohne nasse Füße zu bekommen – und wir „Großen“ auf dem Trampelpfad in Sichtweite durch das wildromantische Tal marschiert ... vorbei an einer Feenquelle, an Schützengräben, an vielen großen Findlingen und an einem Hexenstein. Das Gersiektal ist wirklich sehr schön und abwechslungsreich, einzig störte das zweimalige Überqueren einer Kreisstraße.

Der nächste Abschnitt des Patensteiges führte uns hoch zu einer Ebene, wo wir mit einem herrlichen Weitblick durch die Felder liefen. Hier war ein wenig Kinder-Motivation angesagt, was aber alles in allem gut geklappt hat.

Anschließend ging es dann aber wieder in den Wald, in die Rickbachschlucht. Wir waren plötzlich wieder in einer „anderen Welt“ – sehr idyllisch, sehr urig und wild. Auf der alten Rickbachbrücke haben wir dann eine Pause eingelegt, aber für eine ordentliche Stärkung blieb den meisten Kids kaum Zeit – es war einfach alles zu spannend.

Nachdem die Schlucht durchwandert war, ging es über Feldwege zurück zum Parkplatz. Bevor es dann gegen Abend nach Hause





ging, haben wir noch bei einem Steinkreis ein kleines Picknick und natürlich das obligatorische Gruppenfoto gemacht.

„Mama, hier müssen wir morgen noch einmal hinfahren, aber dann ohne Wandern!“ ... das waren die letzten Worte, bevor die Augen zufielen. Offenbar hat es den Kids gut gefallen.

Auch wenn die beschriebenen Höhepunkte, die „spektakulären drei Wasserfälle“ nicht wirklich spektakulär waren und man diese teils nur erahnen konnte, war der Patensteig insgesamt eine sehr schöne und abwechslungsreiche Runde.

*Silke Lühnen-Schilling*



## Kanutour auf der Lippe bei herrlichem Sonnenschein

Am 23. August 2015 machte sich die Familiengruppe des DAV bei herrlichstem Sonnenschein, 25°Celsius, einem wolkenlosen Himmel und einer leichten Brise auf den Weg zur lang ersehnten Paddeltour auf der Lippe. Trotz einiger Umleitungen fanden sich nach und nach alle Familien an dem Treffpunkt Spielplatz am Lippstädter Freibad ein.

Während die Eltern es sich auf Picknickdecken bei Kaffee, jeder Menge Kuchen etc. gemütlich machten, nutzten die Kinder die Gelegenheit die vielen Spielgeräte auszuprobieren. Nur das Durststillen oder Gummibärchen naschen war ihnen eine kurze Pause wert.



*Da schauen die „Probanten“ noch skeptisch*

Gestärkt brachen die „Fahrer“ auf, um die Autos zum Ausstiegsplatz in Benninghausen umzusetzen. Der Rest wanderte nach einem letzten Toilettengang zum Einstiegspunkt. Dort wartete bereits die Firma Deppe mit ihren Kanus und auch Familie Fahr stieß mit ihren eigenen Kajaks dazu. Alle wurden mit Schwimmwesten und Paddeln ausgestattet und die Wertsachen in wasserdichten Tonnen verstaut. Unterdessen kehrten auch die Fahrer wieder zurück.

Anschließend folgte die Einweisung durch unseren Guide Christian. Viele Fragen wurden geklärt. Wie wird das Paddel gehalten? Wie wird gesteuert? Wie verhält man sich bei Hindernissen? Die Strecke sollte ca. 9km

lang sein und in zwei bis zweieinhalb Stunden bezwungen werden.

Parallel zur Regelung der Finanzen erkundeten die Kinder die Boote und konnten ihre Aufregung kaum im Zaum halten. Endlich dann der Startschuss die 8 Kanus zu kapern. Schnell waren die ersten Sitzplätze verteilt und zu viert oder fünft ging die Fahrt los.

Jeder versuchte nach bestem Können sein Kanu in Bewegung zu bekommen. Kräftig stießen die Paddel ins Wasser. Und nach kurzer Eingewöhnung nahmen die Boote Geschwindigkeit auf. Am meisten Schwierigkeiten bereitete vielen die Steuerung. Wer nicht das Glück hatte den Guide oder einen anderen erfahrenen Kanuten an Bord zu haben, verlängerte sein Tour durch die Schlangenlinien um ein paar Meter. Auch von einigen Drehern, Remplern und Paddelduschen wurde später berichtet (dabei wollen wir keine Namen nennen).

Immer bemüht, wie von Guide Christian empfohlen, die Hindernisse bzw. kleinen Inseln auf der rechten Seite zu passieren, war die erste Brücke schnell erreicht. Bei der zweiten sollte dann der Ausstieg sein, aber so weit war es ja noch lange nicht.

Wer die Augen vom Wasser lösen konnte, entdeckte Schwäne, Enten verschiedene Ufervögel. Auch einige wunderschöne blaue Libellen mit schwirrenden schwarzen Flügeln



*Der „Guide“ gibt eine kurze Einführung*





*Ein Spass für die ganze Familie*

tanzten durch die Luft. Außerdem begegneten wir vielen Natur-Badegästen mit und ohne Hund, die genau wie wir die wärmenden Sonnenstrahlen genossen. Auch andere Kanufahrer hatten den Weg auf die wunderschöne Lippe gefunden, die zur Freude aller fast gänzlich frei von Unrat ist.

Ein besonders aufregender Moment war, als man eine Stelle kam, wo jemand ein Seil quer über das Wasser gespannt hatte. Hierbei handelte es sich wohl um „Forscher“, die zur Beobachtung der Wassertierwelt eine Kamera über der Lippe platziert hatten. Um die Kanufahrer nicht zu gefährden lockerten sie das Seil bis auf die Wasseroberfläche. So konnten es alle nach dem ersten Schreck relativ leicht überwinden und die Fahrt fortsetzen. Schneller als gedacht und auch vor der anvisierten Zeit erreichten wir die zweite Brücke. Nach und nach trudelten alle Kanus wieder ein. Damit endete der Ausflug aber noch lange nicht.

Als krönenden

Abschluss für die Kinder gab es noch einzeln oder zweit Sonder-Kanu-„Fahr“-ten. Vom Paddeln in den Kajaks der Familie Fahr, konnten sie einfach nicht genug bekommen. Immer wieder wechselten die Schwimmwesten, einige trauten sich sogar schwimmend ins Wasser. An ein abschließendes Essen in einem der umliegenden Lokale war nicht zu denken. So wurde kurzerhand die Planung umgeworfen und aus den reichlichen Kuchen- und Knabberresten ein kreatives, improvisiertes Auto-Hutablagen-Buffet erstellt. Bei Kaffee, Wasser und anderen Leckereien wurden die jeweiligen Erlebnisse der Tour geteilt und man ließ den Tag Revue passieren.

Die Stimmung war ausgelassen fröhlich, alle Erwachsenen glücklich erschöpft. Unterdessen wurden von den Jungpaddlern nach und nach alle Wechselsachen aufgebraucht. Schließlich zog die Sonne ihre Strahlen ein und half damit den verzweifelten Eltern ihre kleinen, ausdauerndsten Wassersportler zu überzeugen den Heimweg anzutreten.

Das Fazit des Tages bzw. dieses Ausfluges lautet kurz und knapp:

**Bei strahlender Sonne, ist es eine Wonne, Kanu zu fahren auf der Lippe, mit der ganzen Sippe.**

*Alexandra Krogmann*



*Diese „Rasselbande“ machte sich über Kanus und Wasser her*

## "Der Demenz davon wandern"

### Ein Wander-Angebot der Uni Paderborn im Rahmen des Deutschen Wandertages 2015 Paderborn

Das war das Motto der Wanderung, die das „Department Sport und Gesundheit“ der Uni Paderborn im Rahmen des Deutschen Wandertages 2015 in Paderborn angeboten hatte.



*Prof. Claus Reinsberger (rechts) begrüßt im Beisein von Uni-Präsident Prof. Wilhelm Schäfer die Wanderer*

Die Experten der Institute Sportmedizin und der Ernährungswissenschaft wollten mit dieser Wanderung den Teilnehmern den neuesten Stand der Forschung in bezug auf Demenz vermitteln.

Insbesondere ging es dabei um die Möglichkeiten der Prävention der Alzheimer-Demenz durch sportliche Aktivitäten und durch gesunde Ernährung.

Um diese Themen der Demenz-Prävention in Theorie und Praxis zu vermitteln, hatten die Mitarbeiter der Institute einen Rundweg von ca. 8 km, beginnend am Sportcampus der

Uni, markiert. An verschiedenen Punkten auf dem Weg über Haxterhöhe, Haxtergrund bis zum Haxterpark waren Informationstafeln aufgestellt, um dort die Aspekte der Demenz-Prävention in Theorie und Praxis zu erläutern.

Um den Teilnehmern ein Gefühl für die Anzahl von Schritten zu vermitteln, die man auf einer Wanderung zurücklegt, wurden Schrittzähler verteilt und deren Anzeige dann bei der ersten Station abgelesen und mit der Prof. Miriam Kehne (Institut Didaktik des Sports) diskutiert.

Dass man auch durch gesunde Ernährung eine Demenz-Prävention betreiben kann, erläuterte Prof. Helmut Hesecker (Leiter des Instituts für Ernährung, Konsum & Gesundheit) an der folgenden Station. Als kleine Stärkung der Wanderer gab es dann frische Erdbeeren, sozusagen als Praxisbeispiel für gesunde Ernährung.

An der Station „Informationspfad Demenz / Wirkung von Sport“ erläuterte Prof. Claus Reinsberger (Neurologe und Leiter des Sportmedizinischen Instituts) die Wirkung des Sports als Prävention für Alzheimer-Demenz. Als Fazit können folgende Punkte genannt werden: Moderater Sport erhöht das Hippocampus-Volumen (der Ort unseres Gedächtnisses) und verhindert so den Verlust im



*Prof. Helmut Hesecker gibt Tipps zur gesunden Ernährung*



*Ein paar praktische Übungen - Balancieren auf zwei Holzstämmen - lockerten die Wanderung auf*

Alter und - noch viel wichtiger - die Erkenntnis, regelmäßige körperliche Aktivität verringert die Wahrscheinlichkeit an Alzheimer-Demenz zu erkranken um 45% und damit sollte man schon in jungem Jahren beginnen.

Ein paar Praxistipps, wie man das Wandern abwechslungsreich gestalten kann, wurden dann an den folgenden Stationen von den Mitarbeitern des Sportinstituts gezeigt und von den Teilnehmern aktiv durchgeführt, so z.B. Koordinations-Übungen und solche, die die Trittsicherheit verbessern. Auch ein paar Gehirn-Jogging-Übungen lockerten diesen Teil der Wanderung auf.

Leider hatte es bald nach Beginn der Wande-

rungen angefangen zu regnen, so dass viele Teilnehmer die Möglichkeit sehr gerne nutzten, sich am Ende der sehr informativen Wanderung in der Gaststätte am Golfplatz Haxterpark bei einer Tasse Kaffee wieder aufzuwärmen.

Als Fazit dieser Veranstaltung kann man mitnehmen, dass man bei gesunder Ernährung und sehr viel Bewegung in freier Natur und in der Gruppe der zukünftigen Volksseuche Alzheimer-Demenz (wie einige Experten diese Krankheit schon einstufen) ein Schnippchen schlagen kann.

*Reinhard Kockmann*



## Warum in die Ferne schweifen, wenn .. Wanderungen in heimatlichen Gefilden

**Ein mal im Monat in der ostwestfälischen Heimat sonntags gemeinsam zu wandern, das macht vielen DAV'lern und Gästen echte Freude - und wehe dem, es gibt ein Wanderloch im Kalender, das wird sofort mit einer Wanderidee gefüllt.**

**Danke, dass viele Wanderer aus unserem Kreis Touren auf schönen Wegen für alle organisieren - und eine nette Einkehrmöglichkeit darf auch nicht fehlen! Seit diesem Frühjahr sind wir wieder ganz oft unterwegs gewesen. Mal sind wir zwölf, mal sogar weit über 30 Personen. Das spricht einfach für die Gruppe!**

Auch alte Wanderhasen freuen sich auf abenteuerliche Wanderungen durchs Unterholz. Ab Wewelsburg geht's vorbei an Gut Böddecken und Soldatenfriedhof zur "Quelle ohne Namen" und der Ruine Kerkberg. Weiter kreuzen wir die Haarener Straße und machen am alten Telegraphenmasten am Rande der Leibberger Feldflur im tiefen Schnee und unter strahlend blauem Himmel unsere Mittagsgast. In gebückter Haltung erreichen wir durch dichten Wald den „Waldfriedhof Alt Böddecken“. Für einige Wanderer war dieser Ort neu, und bei manchen schweiften die Gedanken in Richtung „Endlichkeit unseres Lebensgeschenks“.

Die ganz „Grellen“ treffen sich immer wieder gern mit den Detmoldern unter der Leitung vorn Michael Nordmann (siehe gesonderten Bericht).

In Holzhausen an den Externsteinen werden wir schon mit Handschlag begrüßt. Heinz und Monika fallen immer wieder schöne Varianten ein, um uns durch den Teuto zu führen. Vogeltaufe, Falkenburg (als Großbaustelle im Wiederaufbau), Hangstein, Gauseköte und Langenbergweg.

Die schönste Variante ist jetzt immer wieder im Angebot, eine kürzere Strecke für die, die nicht mehr soviel schaffen. SO MUSS KEINER AUS DER GRUPPE ZU HAUSE BLEIBEN! Kar-

freitag ohne Heinz und Monika ist nicht mehr vorstellbar. Trotz Regen waren wir 25 Personen.

Seit Februar gab es im Bürener Land wieder jeden Monat eine Trainingswanderung ab Weiberg, Brenken, Wewelsburg oder Steinhäusen. So sind wir gut auf den Bürener Wandertag vorbereitet. Und da DAV'ler gut in Schuss sind, sind wieder viele von uns auf der 42 Kilometer Marathonstrecke: Ab Weine durch's Bibertal bis Rüthen/Kallenhardt und zurück durch Briloner- und Ringelsteiner Wald.



*Zwischen blühenden Rapsfeldern auf der Dahler Runde*

Weine - Meiste - Römerlager und ein Stück Grenzsteinweg waren als 21-Kilometer-Strecke landschaftlich sehr schön. Die Bürener Höhenmeter sind nicht zu verachten und fordern eine gute Kondition von den Wandernern.

Es muss ja nicht immer soviel sein. Ab Ilandenkopf bis Räuberhöhle zwischen Kohlstädt und Kreuzkrug mit Alfred Rotsch!

Die Dahler EGV'ler haben für den Deutschen Wandertag in Paderborn ihre Wanderwege „gefegt“ und neu ausgeschildert. Und unser Wanderfreund Reinhard Greiner aus Dahl nimmt uns mit. Der Paderborner Karstweg (11



km) und die Dahle Aussichtstour (12 km) haben über 30 Wanderer am Sonntag Morgen früh aus dem Bett steigen lassen. Etwas Verluste waren zu verschmerzen und mit 20 Mann/Frau haben wir die zwei Touren komplett geschafft und uns den Geburtstagskuchen von unserem Wanderwart Peter schmecken lassen.

Wandern macht auch ein bisschen süchtig! Ein Loch im Wanderkalender wurde mit einer Tour um Westenholz gefüllt - zum Glück ist Josef Schumacher echt spontan!

Josef führte uns im Juni auch über die Kreisgrenze - Richtung Brakel. Schloß Rheder, Siedessen, Gehrdener Schloß, Zwölf-Apostel-Linde, Catharinen- Kapelle und Eichenthalhütte sind durch eine 16 km lange, landschaftlich schöne Wanderstrecke verbunden.

Der Deutscher Wandertag 2015 und die Wanderwoche in Paderborn war ein schönes Großereignis im Juni für die hiesigen Wanderfreunde. Gast zu sein auf den schönen Touren, die die einzelnen EGV- und SGV-Ortsvereine für die vielen Gäste in der Region vorbereitet hatten, war inspirierend für neue Wanderideen, auch für unsere DAV-Gruppe.

Auf dem Rothaarsteig sollte man ein Mal im Jahr unterwegs sein. Am 28.Juni mit Willi Schumacher als Streckenwanderung von



An der Schlechtwetter-Glocke im Lippspringer Wald

Willingen über Richtplatz, Langenberg, Clemensberg, Küstelberg, Ruhrquelle nach Winterberg, machte 23 km. Aber wer nicht soviel wollte, hat mit ca. 17 km direkt über die Hochheide das Ziel erreicht. Lob gab es von fünf jungen Damen aus Holland bei der Mittagsrast in Hildfeld, die lobend diese tolle Wanderleistung hervorhoben. Denn 4 1/2 Std. unterwegs mit 440 Meter hoch und 350 Meter runter und einem Tempo von 4 km/Std., das ist schon echt viel für unsere Nachbarn aus den Niederlanden!

Unsere Busfahrt zurück von Winterberg nach Willingen war ein echtes Abenteuer:

- der Bus wirkte älter als unsere Wandergruppe,
- der Busfahrer war verschwitzter und verschmierter als wir,
- die Straßen zwischen den kleinen Sauerlanddörfern waren holpriger und schmaler als unsere Wanderwege.

Aber wir sind ja belastbar und krisenerprobt! Unsere Wanderung im Lippspringer Wald mit Claudia und Joachim ließen sich 33 Wanderer nicht entgehen und der Zuweg zum Forsthaus Steinbeke war fast zugeparkt! Und trotz Nieselregen hatten wir viel Spaß miteinander. Der Lippspringer Wald hat einiges an Höhenmetern zu bieten und so haben wir uns 20 km durch den Wald „geackert“. Steinbeke, Noack's Pumpe, Messerkerl, Schönwetter-Glocke, etwas Paderborner Hö-



Im Sauerland an der Ruhrquelle



*Die Teilnehmer der Hüttentour-Testwanderung in der Mittagspause am Velmerstot*

henweg, etwas Viaduktweg - so macht Wandern Spaß!

Als Testwanderung mit vollem Gepäck wurde dann kurz vor der Alpenhüttentour noch der KlimaErlebnisweg Velmerstot in Angriff genommen. 17 Kilometer und 450 Höhenmeter bei sehr warmem Wetter und mit vollem Gepäck waren nicht zu verachten, und auch einige Gäste nutzten die Teilnahme für eigene Erfahrungen.

Ich kann Euch viel erzählen, aber schaut Euch die vielen schönen Fotos von Reinhard Kockmann an, als Beweis für viele schöne Wanderaktionen. DANKE Reinhard für Deine schönen Bilddokumentationen!

*Marianne Fahney*

## **INFO AN ALLE GRUPPENWANDERER!**

Zu Wanderzielen mit voll besetzten Autos zu fahren ist lobenswert und umweltbewusst. Wer kein eigenes Auto zur Verfügung hat, kann sich glücklich schätzen, eine Mitfahrgelegenheit zu schönen Wanderzielen zu haben.

**WER SEIN AUTO AUCH FÜR ANDERE ÖFFNET UND ALS CHAUFFEUR FUNGIERT, HAT EINE AUFWANDSENTSCHÄDIGUNG (KOSTENERSTATTUNG) VERDIENT!**

Wir schlagen vor:

ca. 0,10 EUR pro Kilometer, d.h. für kurze Anfahrten ca. 3 EUR

Unsere Bitte an alle Mitfahrer:

Bitte dem Fahrer unaufgefordert seinen Obolus zukommen lassen!

*Euer Wanderwart Peter Fuest*

## MYTHOS STEIN!

Dieses Motto sollte für uns am 31.5.2015 kein Mythos bleiben.

Mit der DAV-Familiengruppe, den aktiven Wanderern des DAV Paderborn und Freunden haben wir an diesem Sonntag viel über unsere Heimat gelernt.

Die Kinder „hielten gut bei der Stange“, da der Steinbruch "Fortuna" in Geseke mit dem Hammer bearbeitet werden durfte. Es kamen sogar Fossilienfunde zu Tage von vor 80 Millionen Jahren aus dem Kreidemeer.

Dr. Raker, Biologe von der Naturschutzstiftung Geseke, hat uns mit seinem Fachvortrag in den Bann gezogen.

Unser Blick schweifte über die intensiven Farbspiele der bis zu 30 Meter hohen Kalksteinwände bis ins südliche Münsterland.

*Marianne Fahney*



*Unser 1. Vorsitzender Heiner Dietsch versucht dem Mythos Stein auf die Schliche zu kommen*



*Der Biologe Dr. Raker gibt Erläuterungen zum Geseker Steinbruch*

## Leistungswanderungen mit der Sektion Lippe-Detmold

**Wie schon Tradition, so wurden auch in diesem Jahr in Gemeinschaft mit der Sektion Lippe-  
Detmold Leistungswanderungen von 42 bis 70 Kilometer durchgeführt.**

Unter der Führung von Wanderleiter Michael Nordmann (Sektion Lippe-  
Detmold) standen wieder der Lönsfad (42 km), der Residenzweg (56 km) und der Eggeweg (70 km) als Herausfor-  
derung auf dem Wanderplan. Leider war die Beteiligung durch unsere Sektion Paderborn in  
diesem Jahr sehr gering, einzig unser 2. Vorsitzende Christian Hennig beteiligte sich an allen  
drei Wanderungen. Vielleicht wird das im kommenden Jahr wieder besser.

### Die Lönsfad-Wanderung

Wegstrecke:

Start: 07.20 Uhr Bahnhof Leopoldstal

Ankunft: 16.30 Uhr Freilichtmuseum Oerlinghausen

Pausen: 2 x 15 min., 1 x 30 min.

Wanderzeit Brutto:

Geschwindigkeit: 5,6 km/Std.

Wetter: bedeckt,



*Gruppenbild der Lönsfad-Wanderer während einer Pause am Sennerand*



**Die Residenzweg-Wanderung**

Wegstrecke: Berlebeck, Bielstein, Donoper Teich, Heiden, Mosebeck, Vahlhausen, Wilberg, Fromhausen, Berlebeck

Start: 06.00 Uhr Adlerwarte

Ankunft: 17.30 Uhr Adlerwarte

Pausen: 3 x 15 min., 1 x 30 min.

Wanderzeit Brutto: 11:30 Std.

Geschwindigkeit: 5,6 km/Std.

Wetter: bedeckt, ständig leichter Nieselregen



*Leider nur fünf Wanderer, darunter nur zwei Paderborner, bestritten die Wanderung auf dem Residenzweg*

**Die Eggweg-Wanderung**

Wegstrecke: Externsteine, Velmerstot, Rehberg, Iburg, Neuenherse, Karlschanze, Nadel, Wüstung Blankenrode, Blankenrode, Oesdorf, Essentho, Niedermarsberg

Start: 02.45 Uhr Wanderparkplatz Waldschlösschen, Horn

Ankunft: 18.30 Uhr Niedermarsberg

Pausen: 6 x 15 min. u. 1 x 60min.

Wanderzeit Brutto: 15:45 Std.

Geschwindigkeit: 5,3 km/Std.

Wetter: bedeckt (ideales Wanderwetter)



*Der harte Kern der Finisher beim Eggweg, darunter auch eine Wanderkollegin aus Lippstadt mit vollen Hüttentour-Gepäck. Respekt sei ihr gezollt!*



## Kindergruppe an den Dörenther Klippen im Teuto

Am Pfingstwochenende 2015 waren einige Kinder unserer Kindergruppe zum Zelten und Klettern gefahren. Wir sind mit unseren Begleitern vom DAV zu den Dörenther Klippen (in der Nähe von Ibbenbüren (Anm. der Redaktion)) gefahren.

Vom Parkplatz aus sind wir dann zu den Klippen gewandert. Hier haben wir den Rest des Tages mit Klettern verbracht. Die Kletterwände hatten verschiedene Schwierigkeitsgrade. Das Klettern hat richtig Spaß gemacht.

Am Ende durften wir uns von der Felswand abseilen. Anschließend sind wir zu den Autos zurück gewandert, um mit diesen zum Zeltplatz zu fahren. Nachdem wir unsere Zelte aufgebaut hatten, haben wir gemeinsam zu Abend gegessen.

Am nächsten Tag nach dem Frühstück sind wir zu einem weiteren Klettergebiet gewandert. Wir sind den ganzen Tag geklettert, zum

Schluss konnten wir uns wie am Vortag wieder abseilen. Beim Abseilen kann man selbst entscheiden, wie schnell man sich runter lässt.

Mir hat das besonders viel Spaß gemacht, weil man beim Abseilen einfach oben in der Luft baumelt und die Aussicht genießen kann.

Gegen Mittag sind wir dann wieder nach Hause gefahren. Es waren wirklich tolle zwei Tage die wir dort gemeinsam verbracht haben. Ich würde mich auf jeden Fall wieder freuen an so einem Ausflug teilnehmen zu dürfen.

*Lea Ebert*





## Sektions-Stammtisch

Zum gemütlichen Sektionsstammtisch laden wir alle Mitglieder und Freunde der Sektion Paderborn ein.

**Dieser findet jeweils am letzten Mittwoch im Monat um 20:00 Uhr in unserem Vereinshaus im Paderborn, Dörener Feld 2C statt.**

Neben Informationen zu aktuellen Aktionen und Planungen der Sektion und des Hauptvereins werden in der Regel auch Bildvorträge aus den Abteilungen angeboten.

Im Anschluss besteht die Gelegenheit zu gemeinsamen Tourenplanungen und natürlich auch zu privaten Gesprächen in gemütlicher

Runde.

Und damit das Ganze nicht zu trocken abläuft, gibt es auch diverse gekühlte Getränke zu günstigen Preisen.

Die einzelnen Termine für den Sektionsstammtisch sind im Terminplan aufgeführt und werden kurzfristig auch über die örtliche Presse bekannt gegeben.

**In den Schulferien fällt der Stammtisch aus.**

Schaut doch einfach mal wieder rein!

Der Vorstand

## Hinweise für Referentinnen und Referenten

Gesucht werden Bildberichte zu Touren und Aktionen von unseren Abteilungen, wie auch von Einzelpersonen.

Von Interesse sind Berichte aus allen Teilen der Welt, womit auch die heimische Region ausdrücklich eingeschlossen ist.

Das Publikum ist besonders dankbar, wenn es neben einem Eindruck von der Gegend auch praktische Hinweise und Tipps, was auf der Tour besonders empfehlenswert war bzw. was anders gemacht werden sollte, erhält.

**Der Vortrag sollte in der Regel eine Länge von 30 bis 45 Minuten haben.**

Aber auch Kurzbeiträge sind willkommen.

Es stehen sowohl ein Beamer (für den Anschluss an einen PC) wie auch ein Dia-Projektor zur Verfügung.

Also bitte meldet Euch, wenn Ihr etwas zu berichten habt. Die anderen Mitglieder werden es Euch danken. Auch Wünsche und Anregungen nehmen wir gerne entgegen.

Weitere Informationen bei:

**Heiner Dietsch, Tel.: 05251/73387**

**Dr. Christian Hennig, Tel.: 0175/1866569**

## Bürozeit im Vereinshaus

**Die Bürozeit ist jeweils am letzten Mittwoch im Monat (vor dem monatlichen Stammtisch) von 19:00 bis 20:00 Uhr.**



## Termine 2015/16 - Auf einen Blick

### **Sa., 24.10.15: Auf den Spuren von Glashütten und Trappisten,**

ca. 36 km (Sportwanderung der Sektion Lippe-Detmold):

Anmeldung erforderlich bis 21.10.15, die Teilnahme an dieser Wanderung ist von der Anmeldung abhängig.

Wanderleiter: Siegfried Beckmann, Detmold, Tel.: 05231/39833

### **Mi., 28.10.15: Bürozeit (19:00 Uhr) und Monatsstammtisch (20:00 Uhr) mit Bildvortrag**

"Virgental-Hüttenrunde. Hüttentour in der Venediger- und Lasörling-Gruppe", Referenten:

Reinhard Kockmann & Peter Fuest.

Zweites Thema: „Wanderplan 2015“

Treff: Vereinshaus, Info: Heiner Dietsch / Christian Hennig

### **So., 7.11.15: Martiniwanderung 2015**

Info: Siehe gesonderten Hinweis, örtliche Tagespresse und Heiner Dietsch

### **Mi., 25.11.15: Bürozeit (19:00 Uhr) und Monatsstammtisch (20:00 Uhr) mit Bildvortrag**

„Klöster, hohe Pässe und Berge in Ladakh - Kleintibet"\*, Referent: Tim Wibbeke

Treff: Vereinshaus, Info: Heiner Dietsch / Christian Hennig

### **So., 29.11.15: Grünkohlwanderung**

Etteln von der anderen Seite

Info: Josef Schumacher, 05292/1539

### **Do., 31.12.15: Silvesterwanderung**

Info: Peter Fuest, 02955/7481878

### **Sa., 23.01.16: Paderborner Bouldercup**

### **Mi., 27.01.16: Bürozeit (19:00 Uhr) und Monatsstammtisch (20:00 Uhr) mit Bildvortrag**

Thema: Wird noch bekannt gegeben

Treff: Vereinshaus, Info: Heiner Dietsch / Christian Hennig

### **Mi., 24.02.16: Bürozeit (19:00 Uhr) und Monatsstammtisch (20:00 Uhr) mit Bildvortrag**

„Moselsteig - Etappe III“, Maria Neumann u. Tourenteilnehmer

Treff: Vereinshaus, Info: Heiner Dietsch / Christian Hennig

### **Mi., 27.04.16: Bürozeit (19:00 Uhr) und 19:30 Uhr Jahreshauptversammlung der Sektion Paderborn**

Treff: Vereinshaus, Info: Heiner Dietsch / Christian Hennig

### **Treffpunkt für Wanderungen:**

**Zu unseren Wanderungen treffen wir uns in der Regel, - wenn nicht anders angegeben - in Paderborn am Bahnübergang Rosentor vor dem ehemaligen Kino Capitol ("Capitol-Musiktheater")**

---

# Alpin-Treff

Der Alpin-Treff ist ein offenes Forum für Anfänger und Fortgeschrittene. Jede/r ist uns willkommen nicht nur zu unseren Themen, sondern auch, um individuelle Fragen zu eigenen Touren oder Ausrüstung zu klären.

Im vergangenen Jahr wurde der Alpin-Treff etwa jeden zweiten Monat zu unterschiedlichen Themen im Bereich Bergsteigen durchgeführt, wie zum Beispiel Selbstrettung, Orientierung oder Spaltenbergung. Das Team Bergsteigen freut sich darüber, dass wir mit unseren Themen auf Interesse bei euch stoßen und nehmen aber auch Anregungen für neue Themenbereiche gern mit auf.

Die Termine und Inhalte des Alpin-Treff für das kommende Jahr sind nun auf unserer Homepage zu sehen (<http://www.alpenverein-paderborn.de/index.php?id=191>)!

Vorab schicken wir aber auch immer noch ca. eine Woche vor den Terminen eine kurze Erinnerungs-email. Dafür müsst ihr allerdings im Verteiler sein (kurze Anmeldung unter [bergsteigen@dav-paderborn.de](mailto:bergsteigen@dav-paderborn.de) und ihr seid drin!!!).

## **Folgende Termine und Themen sind bislang geplant:**

06.11.15	Retten und Bergen
04.12.15	gemütliches Beisammensein
08.01.16	Der Prusik und andere Klemmknoten: Warum, wieso, weshalb???
05.02.16	Einführung in den Umgang mit LVS und Pieps
04.03.16	Tourenplanung: Von der Idee zur Umsetzung
02.04.16 (SAMSTAG!)	Geocaching T5
07.05.16 (SAMSTAG!)	Standplatz und Abseilen
04.06.16 (SAMSTAG!)	Begehung von Klettersteigen

Wie immer bei einer guten rollierenden Tourenplanung sind Änderungen vorbehalten. Wir hoffen mit diesen Themen eure Interessen wieder getroffen zu haben und freuen uns über eine rege Teilnahme!

*Tina Vögele für das Team Bergsteigen*

## Klettergruppen und deren Termine

### Kindergruppe I

**Zielgruppe:** 8-10 Jahre

**Trainingszeiten:** Mittwochs von 15:30 - 16:30 Uhr (außer in den Schulferien)

**Ansprechpartner:** Peter Schneider

**E-Mail:** kindergruppe@alpenverein-paderborn.de

### Kindergruppe II

**Zielgruppe:** 11-13 Jahre

**Trainingszeiten:** Mittwochs von 16:30 - 18:00 Uhr (außer in den Schulferien)

**Ansprechpartner:** Alina Biallas

**E-Mail:** kindergruppe@alpenverein-paderborn.de

### Trainingsgruppe

**Zielgruppe:** 8-18 Jahre

**Ansprechpartnerin:** Michaela Bomheuer

**E-Mail:** kindergruppe@alpenverein-paderborn.de

### Jugendgruppe

**Zielgruppe:** 14- 18 Jahre

**Trainingszeiten:** Montags 18:00 - 19:45 im Vereinshaus & Mittwochs 18:00 - 19:45 Uhr im Ahorn-Sportpark (außer in den Schulferien)

**Ansprechpartner:** Bernd Nowotzin

**E-Mail:** jugendgruppe@alpenverein-paderborn.de

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter

<http://www.dav-paderborn.de/index.php?id=17>

## Klettern im DAV-Haus / "Boulderparadies"

- Dienstags: 19:30 - 22:00 Uhr, Bouldern für Jedermann
- Mittwochs: 6:30 - 8:00 Uhr, Frühklettern, 20:00 - 22:00 Uhr, Bouldern für Jedermann
- Donnerstags: 20:30 - 22:30 Uhr, Bouldern für Jedermann

## Klettern im Ahorn-Sportpark

- Dienstags: 19:30 - 21:45 Uhr
- Donnerstags: 19:00 - 21:45 Uhr
- Freitags: 19:00 - 21:45 Uhr
- Sonntags: 16:00 - 18:45 Uhr \*

### Voraussetzungen für's Klettern im Ahorn-Sportpark:

- Aktive Mitgliedschaft im Alpenverein
- Gültiger DAV-Kletterschein (Toprope oder Vorstieg)

Kosten: Sektionsmitglieder PB 3 EUR, DAV-Mitglieder anderer Sektionen: 7 EUR, Familien am Sonntag 4 EUR

**Ansprechpartner:** Bernd Nowotzin (E-Mail: [klettern@alpenverein-paderborn.de](mailto:klettern@alpenverein-paderborn.de))

\*) fällt bei Großveranstaltungen im Ahorn-Sportpark aus, bitte den Terminkalender auf [www.alpenverein-paderborn.de](http://www.alpenverein-paderborn.de) beachten



## Seniorengruppe

Die Seniorengruppe trifft sich jeweils am ersten Dienstag im Monat, ab 15:00 Uhr in unserem DAV-Heim. Mitunter finden auch kleine Touren mit Besichtigungen statt.

**Ansprechpartner:** Franz-Josef Mertens, Tel.: 05251/4418

## Sport- und Konditionstraining

Neben einem ausgewogenen und abwechslungsreichen Allgemeintraining kommt das Sportspiel - meistens Volleyball - nicht zu kurz.

**Ort/Zeiten:** Treffen jeweils freitags von 19:45 - 22:00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule Mastbruch in Schloß-Neuhaus. Das Training findet ganzjährig - außer in den Schulferien - statt.

**Ansprechpartner/Übungsleiter:** Alfred Rotsch, Tel.: 05254/2719

# VAUDE STORE PADERBORN



Photo: Drake Images Location: Stuttgart

Ausrüstung für Erlebnisse

## VAUDE STORE PADERBORN

Rosenstraße 14a, 33098 Paderborn  
Mo-Fr 10:00-19:00 / Sa 10:00-18:00 Uhr  
Elfriede Nölting GmbH

[vaude-stores.com](http://vaude-stores.com)



STORE PADERBORN

# Das Gespräch der Schuhe

Die Jugendgruppe auf der Blaueishütte

**Auf der Terrasse des DAV-Heims in Paderborn stehen sechs Paar Schuhe, die soeben geputzt und nun zum Auslüften nach draußen gebracht wurden. Ihnen war das Glück widerfahren, die Berge an der Blaueishütte nahe Berchtesgaden kennen zu lernen. Sobald alle unerwünschten Ohren verschwunden sind, beginnen sie, sich eifrig über die letzten Ereignisse auszutauschen.**

"Erinnert ihr euch noch an diesen schrecklich langen Aufstieg, den wir bewerkstelligen mussten, um über den Normalweg zur Hütte zu gelangen?", fragen Alinas Wanderschuhe und seufzen einmal tief. "Natürlich! Der war total toll!", riefen nun die Wanderschuhe von Jonas, welche träumerisch an diesen Tag zurück dachten. "Quatsch, der Weg ging doch nur bergauf. Das war total anstrengend!", entgegnet die jungen Treter von Kathrin, welche dort ihren ersten Einsatz hatten. "Mal davon abgesehen, dass mir unglaublich heiß geworden ist! Ich habe mich gefühlt, wie in einer Sauna!", melden sich nun auch Verenas Bergstiefel zu Wort, wobei die anderen glauben, noch immer Rauch aus diesen sehen zu können. "Für meine vielen Jahre, die ich auf dem Buckel habe, war das auf jeden Fall total anstrengend", erklärt die

tiefe Stimme von Bernds Wanderschuhen. "Ich verstehe gar nicht, warum mich Bernd wieder aus der Kiste gekramt hat. Darin war es doch so angenehm", fügen sie hinzu und schließen müde die Augen.

"Ach, nun meckere hier doch nicht so rum! Du bist doch gar nicht so viel zum Einsatz gekommen, wie ich!", unterbrechen die Wanderschuhe von Alina den Schönheits-schlaf von den alten Tretern.

"Das stimmt! Im Gegensatz zu uns beiden, waren Alinas Wanderschuhe beinahe nur im Einsatz!", werfen nun auch Verenas Wanderschuhe ein, die ebenfalls meist auf die Ta-







*Alina Biallas am Abseilstand in der Eisbärentour*

sche und das Essen darin aufgepasst hatten.

"Dafür kamen wir umso mehr zum Einsatz", riefen nun Bernds jungen Kletterschuhe, die sich ebenfalls dazu gesellten. "Das war total toll!" sagt er und denkt an die Nordostwand (III+) der Schärtenspitze zurück.

"Dem können wir nur zustimmen!", erklären nun auch Verenas Kletterschuhe, die sogar 2x auf die Schnelle Klettern durften. Marcells Kletterschuhe nicken eifrig. Beide wirken trotz des häufigen Einsatzes noch putzmunter und einsatzbereit.

"Ist ja auch egal!", fielen ihnen die Wanderschuhe von Kathrins ins Wort. "Die Aussicht war auf jeden Fall atemberaubend, zumal Kathrin und wir noch nie die Berge gesehen haben!", schwärmen sie. „Der Klettersteig auf die Schärtenspitze war toll!“ "Das war dann ja wohl eine Premiere", schmunzeln die Wanderschuhe von Bernd, die sich daran zurück erinnern, wo sie das erste Mal in den Bergen unterwegs waren.

"Ich muss dir zustimmen. Die Sicht war wahrlich atemberaubend!", schwärmen nun auch die Wanderschuhe von Jonas, welche

noch immer das Bild von Blauesspitze, Hochkalter und Watzmann vor Augen haben. "Vor allem die Sicht von der Schärtenspitze, die ich so häufig zu sehen bekam, wurde mir niemals satt!", erklären Alinas Wanderschuhe träumerisch. Zustimmendes Gemurmel ist von allen Seiten zu hören, nur Jonas Kletterschuhe scheinen ein wenig missmutig.

"Wir hätten es um einiges mehr genossen, hätten die Füße von Jonas nicht so elendig nach Wanderschuhen gestunken!", meckern sie und erhalten von allen Seiten nur ein Augenrollen.

"Ihr blöden Schuhe!", lächelnd schauen Verenas Kletterschuhe jene von Jonas an. "Ihr wisst doch: Bergsteiger duschen nicht!" „Und wenn man runter fällt, stirbt man!“ ergänzen Bernds Kletterschuhe die von den anderen Hüttengästen aufgeschnappte Weisheit des Tages. Während Jonas' Kletterschuhe eine Schnute ziehen, brechen die anderen Schuhe in lautes Gelächter aus.

"Dafür waren doch unsere Touren wunderbar! Denk doch nur an die „Logic Linie“ (IV-) versuchen Marcells Kletterschuhe Jonas' zu trösten. "Wir sind nur froh, dass wir auch irgendwann einmal zum Einsatz kamen!", meldeten sich nun auch Alinas Kletterschuhe zu Wort, die noch beinahe unberührt wirkten. "Warum das denn?", fragen die Wan-



*Die Schärtenspitze wurde durch die Nordostwand und über den Normalweg bezwungen.*



Verena Saul am Abseilstand in der Eisbärentour

derschuhe von Jonas und Marcel verständnislos. Die Kletterschuhe antworten jedoch: "Naja. Alina war so oft mit ihren Wanderschuhen unterwegs, dass wir kaum etwas zu tun hatten! Wir haben beinahe nur die Hütte oder ihre Tasche von innen zu Gesicht bekommen!" "Na und? Wir sind auch nicht viel zum Einsatz gekommen und es war toll!", erklären Kathrins Kletterschuhe gelassen und blicken sich verträumt um. "Wir sind am meisten geklettert! Wir sind am meisten geklettert!", freuen sich die Kletterschuhe von Bernd und lachen.

Diese ignorieren Alinas Kletterschuhe jedoch und meinen energisch: "Immerhin bekam ich richtige Eisbären auf der Tour „Eisbär“ zu sehen. Die habt ihr alle nicht gesehen!" "Hey! Wir waren doch auch dabei!", rufen die Kletterschuhe von Verena ein wenig beleidigt, welche zwar der Meinung sind, viel zu viel gemacht zu haben, sich aber dennoch nicht ausschließen lassen wollen. "Bei dieser Tour wäre ich auch gerne noch einmal mit geklettert", meinen die Kletterschuhe von

Jonas ein wenig betrübt, doch sofort sind jene von Bernd zur Stelle: "Aber dafür waren wir doch noch einmal auf dem Plattenweg (II)! Der war auch total schön!"

Ein aufgeregtes Durcheinander entsteht, bei welchem die Schuhe noch weiter darüber diskutieren, wer denn die besten Erfahrungen gemacht hatte.

Schließlich riefen die Wanderschuhe von Bernd alle zur Ordnung: "Jetzt seid doch mal ruhig! Wie soll man denn bei diesem Lärm ein Auge zu bekommen? Einigt euch doch einfach darauf, dass wir alle einen wunderschönen Urlaub hatten!"

Kurz herrscht Stille, bevor alle laut zustimmen und sich gegenseitig zu jubeln.

Doch nun ist es Zeit vorerst Abschied zu nehmen, da die ganzen Schuhe nun alle wieder von ihren Besitzern eingesammelt werden.

Zuletzt stehen sich nur noch Bernds Kletter- und Wanderschuhe gegenüber. "Du hast Recht! Das war

ein toller Urlaub! Ich freue mich schon darauf, dass viele von uns sich wieder am Gardasee im Herbst begegnen werden-", quasselten die Kletterschuhe und hätten bestimmt noch lange so weiter gemacht, wenn die Wanderschuhe nicht tief geseufzt hätten.

"Bei dieser Rasselbande kommt man ja nie dazu, ein wenig zu schlafen!", beschwerten sie sich, denken jedoch gleichzeitig, dass sie genau das bis zum Herbst vermissen werden.

Verena Saul



Die "Schuhträger" Kathrin, Alina, Verena, Bernd, Jonas und Marcel.



## Pfingstfahrt der Jugendgruppe

Im Mai am wettertechnisch herrlichen Pfingstwochenende ging es für Teile der Jugendgruppe ab in den Ith.

Für Dennis, Frauke, Janina, Leon, Peter, Sören und Verena hieß es: Treffen am Vereinshaus, Material verladen und verteilen, und dann über Hameln ins beschauliche Copenbrügge.

Schnell einkaufen und Zelte aufbauen, und dann hoch zu den Felsen der Bisperoder Klippen. Nach extrem mühsamen (!!!) 45 Minuten Anstieg konnten wir dann das super

Wetter genießen und die ersten Felsen beklettern.

Dank Leons Einsatz im Vorstieg waren schnell Routen eingehängt und es konnte ordentlich hoch gehen. Abends zünftiges Grillen und dann ab in die Schlafsäcke.

Am nächsten Morgen wieder Topwetter, Frühstück und Anstieg durch blühende Bärlauchwiesen über den Ithkamm. Den ganzen Tag herrliche Routen in Toprope und Vorstieg, abends wieder lukullische Genüsse am Campingplatz, diesmal Nudelvariationen und Vanillepudding.

Danach wurde noch getestet, ob auch alle in ein Zelt passen (passen!) und dann trotz langem Tag noch Konzentrations- und Logikspiele (Kreuzapotheke u.Ä.).

Die Nacht und der Montagmorgen waren dann eher nass, daher trafen wir die Entscheidung, indoors weiterzumachen. Zelte abgebrochen und wieder zurück in die Heimat, um die letzten Energiereserven noch im Blocbuster an den Wänden zu lassen. Eine Super Tour für alle Beteiligten!

*Peter Schneider*







## Brenta "reloaded 2.0" – nur 5 kamen durch!

*In den Bändern der Brenta mit imposantem Tiefblick*

### **0. Tag: 01.08.2015 San Lorenz di Banale.**

7 tapfere Reckinnen ( sorry, Gender! ) & Recken dr Sektion Pb, bereits strategisch über wesentliche Klettergebiete unseres Kontinentes verteilt (Adamello / Tofana / Ith...) zieht es magisch ins genannte Örtchen. Nein, nicht das unschlagbar leckere Roastbeef an Rosmarin y Oleo im Castelli Mani ist schuld – Martina & Dirk haben ihr Versprechen eingehalten, die Brenta-Wintertour aus Juli 2014 zu wiederholen. Andreas, Norbert + Thomas sind wieder mit von der Partie, Gerd + Peter wollen mal die von uns erzählten Geschichten vom WM-Halbfinale gegen Brasilien aus der Alimontahütte überprüfen...

### **1. Tag: Parkplatz Dolomiti – Rif. Cacciatore – Rif. 12 Apostoli (2.487 m)**

Die Brenta hat Wort gehalten: obwohl es nachts noch wie aus Eimern schüttet, gibt's ab 1000 blauen Himmel + Haufenwolken. Die ersten 1.000 Höhenmeter überwinden wir spielend, da tatsächlich 11 Leute + 45 L Rucksäcke in 1 Transportjeep passen & dieser selbst 45° Steigungen auf Wanderwegen,

Kategorie wegloser Schluchtensteig hochbrettert. Nur unsere Jungs auf der Rückbank neigen kurz zu Schnappatmung, als unser gastfreundlicher Fahrer in kiesiger Spitzkehre mit der Hinterachse bis übers. Wasser zurücksetzt... während er telefonisch die nächste Fuhr klarmacht! Am Abwurfplatz dann ein schöner, typischer Brentatag zum Eingehen: ein Schauer, der uns sofort ins Rif. Cacciatore treibt, danach, während wir allmählich Höhe gewinnen, Almschafe, Yaks + ihr Wachpferd (!?!), sowie ein schöner A – B Steig (Dellago) zum Rif. 12 Apostoli, dem Nachtquartier. Der Wirt hegt ein eindrucksvolles Mausoleum. Eine große Kaverne, der Eingang über Bänder unter einem riesigen Felskreuz als Teilung hindurch. Von dort reicht der Blick bis weit in die Täler der Brenta und hinüber zur Cima Tosa. Alle Wände im Innern jedoch sind bedeckt von hunderten Gedenktäfelchen für viele in den Bergen umgekommene Sportler. Die Fotos zeigen großteils junge Gesichter von 16- 30 Jahren....

## **2. Tag: Martinazzi + Ideale-Steig, Rif. Bretei (2.175 m)**

Aufstehen 06.30 macht nix... das Wetter wird noch besser! Heute geht's tiefer ins Herz der Brenta, zwar „ nur 4 St. Gehzeit „, aber bis auf 2.884 m + ein steiles Firneisfeld will auch noch gequert werden. Trotzdem geht's mit Dirk vorab noch auf den Hausdaumen „Dodici Apostoli „, 2.697 m, ordentliche, freie Bockkletterei mit herrlicher Rundschau. Unser Firnfeld am Nachmittag entpuppt sich als im Zentrum grün ausgeapertes Eisfeld auf dem oberflächlich + unterirdisch die Bächlein rauschen. Gerade für unsere Eisneulinge ein beeindruckendes Gefühl beim Queren! Glücklicherweise am Rif. Bretei eingetroffen, haben wir's nach 6- 7 St. „netto“ doch alle ordentlich in den Beinen.

## **3. Tag: Sosatsteig – Rif. Tucket – Rif. Graffer ( 2.163 m)**

Unglaublich : noch besseres Wetter! Rif Graffer war der Ausgangspunkt unserer 2014er Tour. Der Steig dorthin ist Freude pur: gut gesichert, ausreichend Tritte + Griffe neben dem Drahtseilen, wenn's ordentlich rauf & runter geht beim Schluchtenqueren. Den Berner Sennhund der Hütte gibt's noch, allerdings mit 1-jährigem Nachwuchs, der mit meinem Handgelenk im Maul um die Hütte toben will. Pünktlich zum Sonnenuntergang tauchen noch 3 Mädchen auf Pferden auf, checken im Windschutz der Seilbahnstation mit ihren Kuppelzelten ein & kriegen per Jeep noch einen Heuballen vorbeigebracht – italienische Gastfreundschaft!

## **4. Tag: wir wollen bei stahlblauem Himmel wie im Vorjahr über den Cima Groste (2.998 m) + Beninisteig zum Rif. Tucket.**

Martina fährt jedoch vorab zu Tale & mir bleibt im Anstieg dank dickem Hals die Luft weg, sodass ich alternativ zum Rif. Tucket quere. Die anderen 5 packens an & wir treffen uns via Tucketscharte ( 2.649 m) zum zünftigen, abendlichen Abschiedessen, da ich am Do. ( leider !) nach Hause muss...und

deshalb ist dies ab jetzt auch die Geschichte von Peter + den tapferen 4 :

## **5. Tag: Sentiero attrezzato della Bocchetta Alte zum Rifugio Alimonta**

Vom Rifugio Tucket ging es dann also nach einem dürftigen italienischen Frühstück das Schneefeld zur Tucketscharte wieder hoch, diesmal mit Steigeisen, weil über Nacht doch etwas härter geworden. Dann Einstieg in den Sentiero attrezzato della Bocchetta alta zum Rifugio Alimonta. Unglaublich schön, wahn-sinnige Tiefblicke und wie üblich lange Leitern. An diesem Tag hatten wir das schlechteste Wetter der Tour: Ca. 1,5 Stunden Wolken. Wirklich übel im Vergleich zu dem Kaiserwetter, das wir inzwischen gewohnt waren. Das Rifugio Alimonta ist mit 2597m das höchste der Tour, schön gelegen in einem imposanten Hochkessel mit plattem Boden umringt von grandiosen Gipfeln. Bei Ankunft hatte die Hütte ein wenig Freibad-Atmosphäre bei den vielen Sonnenanbetern, die sich auf dem Hochplateau aalten. Abends kurz vor Hüttenruhe noch ein toller Sternenhimmel und dann ins Bett, dieses Mal mit italienischem Fremdschnarcher.

## **6. Tag: Heute stand der Brentaweg überhaupt an, der Via ferrata della Bocchetta centrali.**

Nach wie üblich kernigem Anstieg ging es über den bekanntesten und wirklich imposanten Weg, an ausgesetzten Stellen teilweise mit Brettern gesichert, an der Giuglia vorbei. Der Campanile Basso als bekanntester Klettergipfel der Brenta wurde ostseits umrundet, die Giugliascharte zeigte sich harmlos und nahezu schneefrei. An beiden Seiten konnten wir diverse Klettergruppen beobachten, die in der imposanten Wand quasi verschwanden. Nach Ankunft am Rifugio Pedrotti zog abends der Himmel etwas zu und nächstens gab es ein lautstarkes Gebirgsgewitter.

## 7. Tag: Über die Via Ferrata Brentai

ging es nochmal über schmale Bänder entlang an tiefen Abgründen langsam aber sicher hinab. Zum Abschluss überquerten wir noch einige tiefe aber schmale Gletscherspalten und warfen einen Blick in den Gletschermund um dann zum Rifugio Agostini und dann nach kurzer Pause zum Rifugio Al Cacciatore zu gelangen. Hier war glücklicherweise schon der Jeepfahrer vor Ort, der uns spontan und seeeeeehr zügig wieder zum Ausgangspunkt brachte. Eine unglaublich eindrucksvolle Woche mit grandiosen Wegen, Spitzenwetter und einer Super-Gruppe und Top-Fachübungsleitern ging zu Ende. Und alle waren sich einig: Hier waren wir nicht das letzte Mal!



*Rast bei Kaiserwetter auf dem Sentiero Sosat*

Vielen Dank an alle Beteiligten für diese tolle Zeit!

*Thomas Böhme und Peter Schneider*

## DIE SPANNENDSTEN FILMTOUREN IN PADERBORN! JETZT TICKETS SICHERN!

**VAUDE** **PRIMALOFF**

PRÄSENTIEREN DIE

# BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL WORLD TOUR

ALLE INFOS UNTER **BANFF-TOUR.DE**

**Ermäßigte Tickets für DAV-Mitglieder!**

**10.03.2016 PADERBORN**  
CINEPLEX PADERBORN, 20:00 Uhr

VVK € 12,- | ermäßigt für DAV-Mitglieder und GlobetrotterCard-Inhaber € 10,- | Abendkasse € 14,-

© World Mountain Film Festival, Banff Mountain Film Festival, Paderborn

World Mountain Film Festival DAV NATIONAL GEARHOUSE outdoor MOVING BEHAVIOURS The Earth Centre





## **Skilanglauf an den Moldauquellen im Böhmerwald vom 6. bis 20. Febr. 2016**

Fern von Schnellstraßen- und Großstadtlärm liegt Horská Kvilda, östlich der Moldauquelle auf einer Hochebene, der „Sonnenterrasse“  $\approx$ umavas, am Rande des Nationalparks Bayrischer & Böhmer Wald.

Gepflegte doppelspurige Loipen verlaufen auf ausgewählten Wegen mitten durch verschneite Hochmoorlandschaften, einsame Fichtenwälder und verzauberte Täler.

Vom Hotel aus ist ein geschlossenes Loipennetz von ca. 200 km erreichbar. Die Loipe zur Moldauquelle erreicht stolze 1.300 Höhenmeter.

Die Skifreizeit ist für Anfänger als auch für Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

In der ersten Woche gibt es sowohl geführte einfache (und kurze) Loipen, die mit LL-Unterricht gekoppelt sind, als auch längere Touren. Da das Loipennetz riesig ist, können alle Touren an das Leistungsvermögen der Teilnehmer/Innen angepasst werden.

Die erste Woche der Freizeit kann auch einzeln gebucht werden, wenn es nicht anders geht.

In der Ski-Pension Rankl finden wir in Doppelzimmern mit Nasszelle ein gepflegtes Quartier bei Vollpension (Frühstück, Lunchpaket, Abendessen).

Die Skifreizeit wird in einer Kooperation mit dem ökumenischen Verein „Die Rufer e.V.“ durchgeführt. Daher gehört das Beten eines Tischgebetes zum Standard sowie eine freiwillige Abendandacht.

Leitung: Peter Dalheimer, Paderborn, Tel. 05251 - 8785664

Kosten (ohne Anreise) im 2-Bett/DZ: beide Wochen VP 690,- EUR, erste Woche VP 390,- EUR  
Einzelzimmer auf Anfrage möglich.

**Anmeldeschluss: Mitte Dezember 2015.**

Anmeldeformular bitte bei Peter Dalheimer anfordern.



## „Am schönsten Ende der Welt“

Die Wandergruppe auf Hüttentour im Virgental in Osttirol

**Wir kommen am 29./30. August 2015 im Hotel HEIMAT bei Uli und Liesa an, können uns in Ruhe im Naturressort akklimatisieren, saunieren und bei einer Kräuterwanderung kulinarisch was lernen. Die ersten 200 Hm zum Groderhof nehmen wir mit Bärbel und Christoph, zwei Wanderfreunden aus München, zu den leckeren „Tiroler Schmankerln“. Zottelburger, Gamslaibl und Schlitzkrapfen waren echt gut!**

### **1. Tag, Mo, 31.8.2015:**

**15,5 km, 1500 m hoch, 280 m runter, von Hinterbichl über die Bodentalm, Nilljochhütte bis zur Bonn-Matreier Hütte auf 2750 m ü NN, 30°C.**

Das sind die Fakten unseres ersten Wandertages in der Venedigergruppe. Unsere Wandernovizin Ruth hat das so empfunden: „Eine Novizentour hat es in sich! Als ich mich für die Tour gemeldet habe, wusste ich noch nicht, worauf ich mich einlasse! Es war ein toller Aufstieg bei bestem Sommerwetter. Zu

Beginn schön durch den Wald - am Ende ganz schön alpin. Der steile Aufstieg im zweiten Stück - teils über Betonpiste - war für mich eine sehr große Herausforderung. Peters ruhige Art Schritt für Schritt und Reinhard, der mir nochmal entgegen kam und meinen Rucksack bis zur Bonn-Matreier-Hütte getragen hat, waren eine super Unterstützung. Trotz „Hammertour“ freue ich mich auf die nächste Etappe.“ Claudias Geburtstag heute haben wir nicht vergessen und sie lautstark hochleben lassen. Joachim hat für die heutige Tour das Tagesmotto festgelegt: „Quäl dich!“

### **2. Tag, Di 1.9.2015:**

**von der Bonn-Matreier Hütte ----> Eisseehütte 2500 m ü NN ----> Johannishütte 2121 m ü NN, 5 Std. Gehzeit, 8 Std unterwegs, 945 m hoch, 1550 m runter.**

Mit letzter Kraft meldet sich Joachim abends nochmal zu Wort: „Quäl dich - Teil Zwei!“ Willi, auf seiner ersten Hüttentour meint: „Hatte



*Vor der ersten Etappe schnell noch ein Gruppenbild*

großes Glück, dass ich mitdurfte und von der Reserveliste vorrückte. Diese Tour heute war nicht OHNE!! Einige recht steile Passagen: der Höhepunkt (im wahrsten Sinne 2952 m) war zweifellos die Seilpartie an der Zopetscharte. Dort waren wir eine echte Seilschaft! Das Gipfelbild an der höchsten Stelle unserer gesamten Hüttenwanderung zeigt, wie glücklich alle über die bestandene Herausforderung sind. Das Wetter ist heute sehr gut und „lacht den ganzen Tag über uns“. Nach Eselsrücken und Zopetscharte war der Venediger Höhenweg erst eine verdiente Er-



*Alle glücklich auf der Zopetscharte angekommen*

holung - aber der lange Abstieg zur Johannishütte zog sich und ging in die Knie. Ich will nicht vergessen zu erwähnen, dass wir einen schönen Zwischenstopp auf der Eiseehütte hatten mit der täglichen Mittagsuppe - wegen der Mineralstoffe. Heute ist der Ausblick auf den Großvenediger überragend.

PS: Am nächsten Morgen zeigt sich der Großvenediger (3667m ü NN) neu gepudert - Fotografieren ist angesagt!!“

### **3. Tag, Mi, 2.9.2015:**

**Johannishütte ----> Isplitzerhütte ----> Umbalfälle----> Clarahütte 2038 m ü NN, 7 3/4 Std. unterwegs, 6 1/2 Std. Gehzeit, 990 m hoch , 1070 m runter.**

Locker vom Hocker ging es runter von der Johannishütte - oder noch lockerer mit dem Hüttentaxi, und ab der Isplitzer Alm sind wir wieder zu Acht. Ruth ist ganz traurig - ihre schöne Hardshell-Jacke ist bei der Mittagsrast vertauscht worden! Vorbei an den imposanten Umbal-Wasserfällen geht es bei Gewitter und Regen zur Clarahütte. Eine nette Hüttenwirtin, ein guter Koch und das Hüttenwartpaar (Holländer aus Nottuln) haben uns herzlich begrüßt in der warmen Stube. Die Umbauarbeiten der Hütte sind noch nicht ganz abgeschlossen, aber das neue Kraftwerk, die Abwasseranlage und einige neue Zimmer sind schon in Gebrauch. Die Hütte ist lawinensicher in den Berg gebaut - interessant! Claudia lässt sich ihren Geburtstagskuchen schmecken und freut sich, dass die Hasen aus Paderborn alle zusammen sind: 24 Hasen, 48 Ohren und 96 Beine!

### **4. Tag, Do, 3.9.2015:**

**von der Clarahütte zur Neuen Reichenberger Hütte auf 2586 m ü NN, 830 m hoch, 11,5 km in 3 Std. und 40 min. Gehzeit.**

Heute heißt es Impressionen sammeln. Eintauchen in die Lasörlinggruppe - viele geologische Besonderheiten - viele andere Gesteinsarten (Marmor, Schiefer, Diabas, Sandstein usw.) – Gletscher, Gletschergeröll -





*Auf einem schmalen Pfad zur Reichenberger Hütte*

Steinschlag ist zu hören - Wiesenwege, Geröllwege - Dabertal / Daberlenke - viele Disteln, blaue Glockenblumen - Enzian in rosa und blau - Islandmoos...- vorgestern 30°C, heute Hagel, Regen und 6°C - endlich voll in der Gruppe mitlaufen (Ruth)! Murmeltiere und Iltis grüßen aus dem Felsenmeer- Geocache oberhalb der Neuen Reichenberger Hütte gefunden - Die Männerdusche ist für alle da (Birgit)! Der Wirt ist etwas vereinsamt und das Bier abgestanden - der Weg heute war das Beste!

**5. Tag, Fr, 4.9.2015:  
zur Bergersee Hütte - heute ganz harte  
Fakten: 10 cm Neuschnee - 634 m hoch, nur  
4 Std. Gehzeit.**

Über die Rote Lenke und Micheltalscharte, bei Sonnenschein, 0°C und tollen Wolkenbildern. Die beiden waren mit Vorsicht noch gut begehbar (Peter). Der Muhs-Panoramaweg führt uns langsam wieder bergan zum Wurzackerwirt in die Bergersee Hütte. Hüttenzauber pur und ein Moorbad für die Füße. Unsere Tour ist fast zu Ende, und wir haben das Gefühl, Sommer- Winter- und Kururlaub gehabt zu haben und nur ein Mal gezahlt (nicht bei TUI buchbar – nur bei „GÜNTERTours“). Heute schlafen die DAV'ler aus PB im Zwergenzimmer - nur Schneewittchen fehlt. Über der Micheltalscharte haben wir heute den Schrei des Adlers gehört und auf

dem Muhs-Panoramaweg hatten wir eine Fata Morgana: Eine voll beladene Enduro zur Versorgung der Bergersee Hütte kommt an uns vorbei! Wie sich später herausstellt, versorgt der Hüttenwirt so auf dem kürzesten Weg seine Hütte mit dem Nötigsten.

**6. Tag, Sa, 5.9.2015:  
von der Bergersee Hütte 980 m in 3 Std.  
nach Hinterbichl in die HEIMAT.**

Eingemummelt in Regenkleidung, aber trotzdem mit guter Laune geht es auf einem traumhaft schönen Weg schmal und steil bergab durch den Zauberwald. Mal heißes Wetter, mal nasses Wetter, dann auch noch Schnee. So wurde es eine abwechslungsreiche und interessante Bergtour. Manchmal schwierig, manchmal lang; kurzum, es war eine tolle Tour (Reinhard). Wir waren eine bunte, tolle Truppe, die gemeinsam die Berge gemeistert hat.



*Im Neuschnee hinauf zur Roten Lenke*

**Auf allen Hütten wurden wir sofort auf unser grünes T-Shirt angesprochen. Den Berlinern musste ich die 3 Hasen erklären, die Kölner wollten wissen, warum wir sie abgeschnitten haben und ein Holländer wollte gleich einen Trikot-Tausch (Peter).**

*Marianne Fahney unter Mitwirkung von Birgit Evers, Claudia & Joachim Mudersbach, Peter Fuest, Reinhard Kockmann, Ruth Saul, Willi Eickhoff*



## Mit neuen T-Shirts auf Werbetour in den Bergen

**Unser Wanderwart Peter Fuest und Marianne Fahney hatten schon viel Vorarbeit geleistet, als sie mit der neuen Idee "um die Ecke kamen".**

Für die nächste Hüttentour in den Alpen wollten sie für ein einheitliches Auftreten der Wandergruppe auf den Hütten und damit auch Werbung für den DAV-Paderborn machen. Dazu hatten sie ein T-Shirt kreiert, das mit dem "Westfalen-Herz" auf der Rückseite und dem Paderborner Drei-Hasen-Emblem auf der Vorderseite bedruckt ist. Die verwendeten Farben grün - weiß - rot findet man in der Fahne von NRW wieder.

Und damit die nicht Geografie-Firmen auch wissen, dass es sich auf der Rückseite um Westfalen handelt, wurde noch der Schriftzug "...wir sind Westfalen" hinzugefügt. Wo Paderborn in diesem Landstrich liegt, kann man gleich an dem eingedruckten Punkt erkennen.

In Österreich auf den Hütten waren wir damit immer präsent und haben so manchen Kontakt geknüpft. Vielleicht möchten auch andere Gruppen innerhalb der Sektion sich mit diesen T-Shirts ausstatten. Informationen dazu kann unser Wanderwart Peter Fuest (02955/7481878 oder wandern@alpenverein-paderborn.de) geben.

*Reinhard Kockmann*



*Promotion des DAV Paderborn in den Bergen:  
"Wir zeigen allen, wo wa wech sind."*

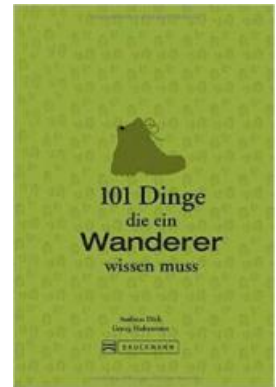
## "101 Dinge, die ein Wanderer wissen muss"

Man könnte meinen, als Vielwanderer in den Mittelgebirgen und den Alpen weiß man schon viel und zehrt auch von der Erfahrung. Aber in diesem Buch (das ich unter dem Weihnachtsbaum im letzten Jahr fand) sind doch einige Sachen genauer beleuchtet worden, die man vielleicht so halbwegs wußte, aber hier mal genau nachzulesen sind.

Da geht es los mit „Abstürze“ („Was nicht passieren darf“) und endet bei der „Zugspitze“ („Höher geht’s nicht im deutschen Land“). Dazwischen kann man dann doch einige sehr interessante Tatsachen lesen.

Man erfährt was über:

- Bekleidung (Mach es wie die Zwiebel)
  - Bergwandern und Bergsteigen (Wo hört das eine auf, wo fängt das andere an)
  - Blasen ( Wo drückt der Schuh)
  - Brotzeit (Was gibt’s zu essen und zu trinken)
  - Erste Hilfe (Was tun bei einem Bergunfall)
  - Fitness (Damit es Körper und Geist gut geht)
  - Gehzeiten (Richtwerte für Gehzeiten)
  - Gelände (Richtiges Gehen in jedem Gelände)
  - Gesundheit (Gesund ist’s, wenn mans nicht übertreibt)
  - GPS (Vorteile und Tücken der Technik)
  - Grüßen (wie mans richtig macht),
  - Hüttenwirte (Arbeiten, wo anderer Urlaub machen?)
  - Kartenlesen (Orientierungshilfe zur Standortbestimmung)
  - Kinderleicht wandern ( Wandern mit Kindern jeden Alters)
  - Klimawandel (Wie wir in Zukunft zu Berge ziehen werden)
  - Naturschutz (Warum wir erhalten sollten, was uns erhält)
  - Notfall (Was ist zu tun, wenn...)
  - Rasten (Klassischer Pausenrhythmus)
  - Rucksack (Was muss wirklich mit)
  - Schwindel und Schwindelfreiheit (Höhenangst und Höhengschwindel..)
  - Stöcke (Obligatorischer Ausrüstungsgegenstand)
  - Tourenplanung (Das „3x3“ der richtigen Tourenplanung)
  - Trittsicherheit (Grundlagen für stabiles und sicheres Treten)
  - Unterkunft (AV-Hütten, Naturfreundeheime, Wanderheime, ..)
  - Wanderführer (Mit ausgebildeten Experten unterwegs)
  - Wanderschuhe (Die Kunst, die richtigen zu finden)
  - Wetterinfos (Irgendein Wetter gibt es immer, man sollte sich vorher informieren)
- und noch vieles mehr.



Und wer seinen Horizont noch auf das Thema „Bergsteigen“ erweitern will, da gibt es ein zweites Buch mit dem Titel „101 Dinge, die ein Bergsteiger wissen muss“.

Andreas Dick, Georg Hohenester: "101 Dinge, die ein Wanderer wissen muss", Verlag Bruckmann, ISBN 978-3-7654-5931-3

*Reinhard Kockmann*



# Wetteranalyse Sommer 2015

## Wechselhaft mit viel Sonne und viel Regen

Der Sommer 2015 (meteorologisch vom 1. Juni bis 31. August) war insgesamt ein zwar wechselhafter, aber schöner Sommer im Paderborner Land. Dieses wurde aber von vielen Menschen häufig anders empfunden. Vielen war es zeitweise zu warm, anderen war es dann wieder zu viel Regen auf einmal und gleichzeitig zu kühl. Die Natur kennt aber unsere menschengemachte Monatseinteilung nicht und die damit verbundenen Erwartungen.

Die Durchschnittstemperaturen der drei Sommermonate lagen in Dahl (250 m ü. NN) mit 17,9 Grad (Vorjahr 16,8 Grad), mit 19,8 Grad (Vorjahr 19,9 Grad) in Elsen (110 m ü. NN) über dem 30jährigen Durchschnitt (1961-90) in Bad Lippspringe (DWD) von 16,3 Grad. Die Mitteltemperaturen der drei Sommermonate betragen allerdings in den letzten 16 Jahren (2010-2015), gemessen an 15 Wetterstationen der Wetterinformationsplattform [www.klima-owl.de](http://www.klima-owl.de), 17,9 Grad. Die Niederschläge betragen insgesamt 318,6 Liter/m $\Delta$  (328,0) in Dahl, in Elsen 256,3 Liter/m $\Delta$  (272,0) und lagen damit über dem langjährigen Mittel von 251,2 Litern. Trotz der überdurchschnittlichen Niederschläge schien die Sonne in allen drei Sommermonaten 811,9 Stunden (Vorjahr 508,9), das sind 146,4 Prozent (Vj. 91,9 Prozent) des Mittels (1961-90). Es gab in Dahl 32 (24) Sommertage über 25 Grad und 11 (2) heiße Tage über 30 Grad.

Der Juni war mit 15,8 Grad (15,5) in Dahl und 17,7 Grad (17,8) in Elsen etwas wärmer als der Durchschnitt (1961-90) von 15,3 Grad. Die Niederschläge lagen unter dem 30jährigen Mittel von 89,7 Litern, mit 64,4 Litern (78,1) in Dahl und 36,5 Litern (54,4) in Elsen.

Der Juni war damit (wie schon im Vorjahr) aber der trockenste der 3 Sommermonate und noch trockener als im Vorjahr. Auch die Sonnenstunden waren mit 294,4 (157,6%) die höchsten des Sommers.

Der Juli war sommerlich warm mit 18,8 Grad (19,2) in Dahl und 20,8 Grad (21,6) in Elsen. Das dreißigjährige Mittel beträgt 16,8 Grad. Die Niederschläge in Dahl mit 147,6 Litern (138,2), in Elsen mit 108,5 Litern (85,4), lagen über dem Mittel von 88,6 Litern.

Die Durchschnittstemperaturen betragen im August in Dahl 19,3 Grad (15,8), in Elsen 21,0 Grad (17,7) und lagen damit über dem dreißigjährigen Mittel von 16,7 Grad. Auch die Niederschläge lagen über dem Durchschnitt von 82,9 Litern, mit 106,6 Litern (112,7) in Dahl und 111,3 Litern (132,2) in Elsen. Dennoch schien die Sonne ebenfalls überdurchschnittlich mit 274,1 Stunden (=148,7%).

Der meteorologische Herbst startete mit herbstlicher Note. Es bleibt der Trost, dass wir bis zum 21. September kalendarischen Sommer haben.

**Weitere Information im Internet unter [www.klima-owl.de](http://www.klima-owl.de).**

*Walter Rentel*

## Neuregulierung der Material-Ausleihe der Sektion

**Die Sektion hat die Ausleihe von Material neu geregelt (siehe genaue Bestimmungen auf der nächsten Seite). Dazu folgend einige Erläuterungen.**

### **Grundgedanke:**

Ausleihe soll Service vorrangig für die Mitglieder der Sektion Paderborn sein. Die Regeln sollten einfach sein und einheitlich gehandhabt werden.

### **Status des Ausleihenden:**

Der Ausleihende muss Mitglied der Sektion Paderborn sein. Dies wird durch Kontrolle des Mitgliedausweises bei der Abholung überprüft.

Ausleihen für Kinder und Jugendliche im Rahmen von Sektionsfahrten (inkl. Familiengruppenfahrten) sind kostenfrei.

Kursleiter, die im Rahmen einer Sektionsveranstaltung ausleihen, haben prinzipiell Vorrang vor allen anderen Ausleihern.

Zur Handhabung: Vor der Zusage für Normalmitglieder muss der Bedarf für die Ausbildungsfahrten für die Saison bekannt sein! Langfristige Zusagen (z.B. über 3 Monate hinaus) für Normal-Ausleiher nur unter Vorbehalt möglich!

### **Ausleihe an andere Sektionen:**

Ausleihe an Mitglieder anderer (Nachbar-)Sektionen: Ja, aber mit Aufschlag auf Kostenbeitrag in Höhe von 50%, an Nichtmitglieder wird kein Material ausgeliehen.

### **Abrechnungszeitraum:**

Der Abrechnungszeitraum wird nach angefangenen Wochen bemessen, beträgt aber mindestens eine Woche.

Der Kostenbeitrag für eine Wochenendtour (Abholung am Mittwoch und Abgabe am folgenden Mittwoch entspricht dem für eine volle Woche.

Da die Ausgabe und Rückgabe nur mittwochs möglich ist, ist bei einer 1-wöchigen Fahrt (von Samstag bis zum folgenden Samstag) das Material zwei Wochen außer Haus. Es wird aber nur eine Woche berechnet. Bei einer 2-wöchigen Fahrt ist das Material entsprechend drei Wochen außer Haus, es werden zwei Wochen berechnet.

Der Kostenbeitrag ist unabhängig von der Nutzung der Gegenstände fällig!

### **Ersatzbeschaffung:**

Bei Ersatzbeschaffungen infolge von Verlust oder Beschädigungen (die in der Regel aufgrund von Unfällen/Missgeschick erfolgen), sollte dies unter Berücksichtigung des Alters des Gegenstands und der Umstände geschehen!

### **Verspätete Rückgabe:**

Bei verspäteten Rückgaben, die noch vor dem Abgabetermin abgestimmt werden und keine weitere Ausleihe beeinträchtigen, kann der Säumniszuschlag entfallen!

*Der Vorstand*

# Materialausleihe

Die Sektion Paderborn hält für ihre Mitglieder einige Ausrüstungsgegenstände zur Ausleihe bereit. Derzeit im Ausleihbestand sind folgende Gegenstände:

- **Sitzgurte,**
- **Helme,**
- **Klettersteigbremsen,**
- **Steigeisen,**
- **Eispickel**
- **Lawenpiepser (werden ohne die notwendigen Batterien verliehen),**
- **Lawen-Schaufel und -Sonde**
- **Weiteres Material auf Anfrage (kein Verleih von Seilen!)**
- **Diverse Bücher, Gebiets- und Kletterführer (AV-Karten nur zur Einsicht)**

**Wegen der begrenzten Anzahl der Gegenstände wird eine frühzeitige Reservierung empfohlen.**

Für Ausrüstungsgegenstände wird zur Zeit pro Gegenstand ein **Kostenbeitrag von 5 Euro/Woche (Lawenpiepser 10 EUR/Woche)** erhoben, der zur Beschaffung neuer Ausrüstung verwendet wird.

Die Sektionsjugend (Minderjährige bis einschließlich 17 Jahre) erhält einen Rabatt von 50 %. Dieser Rabatt gilt auch für Kinder von Sektionsmitgliedern.

Kursleiter, die im Rahmen einer Sektionsveranstaltung ausleihen, haben prinzipiell Vorrang vor allen anderen Sektionsmitgliedern.

Die Ausleihe von Büchern ist kostenfrei.

Bei der Ausleihe ist ein **Pfand** in Höhe des Kostenbeitrag zu hinterlegen. Je Buch/Führer etc. ist ein Pfand von **5 EUR** zu hinterlegen.

**Reservierung, Ausgabe und Rückgabe** erfolgt in der Regel mittwochs abends ab 20:30 Uhr (vor dem Sektionsstammtisch am letzten Mittwoch im Monat von 19:00 bis 20:00 Uhr) in unserem DAV-Haus:

**Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn,**

**Tel.: 05251/57665**

**mail@alpenverein-paderborn.de**

**Verbindliche Regeln für das Ausleihen von Ausrüstungsgegenständen:**

- Die Nutzung der ausgeliehenen Geräte erfolgt eigenverantwortlich. Die Nutzer müssen vom sachgerechten Gebrauch des Gerätes Kenntnis haben.
- Vor jedem Gebrauch ist ein eigenverantwortlicher Sicherheitscheck von einer erwachsenen Begleitperson vorzunehmen.  
Bei festgestellten Mängeln dürfen die Gegenstände nicht mehr verwendet werden.
- Eine Haftung für Sach-/Personenschäden, die bei der Benutzung der ausgeliehenen Geräte entstehen, ist auf die vom DAV abgeschlossenen Versicherungen begrenzt.
- Mängel und Beschädigungen am Material sind bei der Rückgabe unbedingt zu melden.  
Bei Verlust oder Beschädigung muss der Wiederbeschaffungswert ersetzt werden.
- Bei verspäteter Rückgabe wird je Gegenstand ein **Säumniszuschlag** in Höhe von 5 EUR pro angefangene Woche (Lawenpiepser 10 EUR pro angefangene Woche) erhoben.



Mitgliederkategorie	Jahresbeitrag	Aufnahmegebühr
<b>Vollbeitrag (A-Mitglied)</b> Erwachsene ab 25 Jahren, die keiner anderen Beitragsgruppe zugeordnet sind.	<b>50 Euro</b>	<b>20 Euro</b>
<b>Ermäßigter Beitrag (B-Mitglied)</b> Ehe- / Lebenspartner(in) eines Mitglieds mit Vollbeitrag in der Sektion Paderborn (gemeinsame Adresse und einheitliche Bankverbindung!). Senioren ab 70 Jahren (auf Antrag).	<b>25 Euro</b>	<b>15 Euro</b>
<b>Gastbeitrag (C-Mitglied)</b> Mitglieder einer anderen Sektion, die dort eine bestehende A- oder B-Mitgliedschaft haben.	<b>25 Euro</b>	-
<b>Junior (D-Mitglied)</b> 18 - 24 Jahre	<b>25 Euro</b>	<b>10 Euro</b>
<b>K/J – Kind/Jugendlicher als Einzelmitglied</b> 0 - 17 Jahre	<b>12,50 Euro</b>	-
<b>Familienbeitrag</b> Beide Ehe-/Lebenspartner (A-Mitglied + B-Mitglied) zuzüglich 2,50 je Kind (bis 17 Jahre). Für Kinder im Familienverbund keine Aufnahmegebühr.	<b>75 Euro</b> <b>+ 2,50 Euro/ Kind</b>	<b>35 Euro</b>

**Bitte beachten:**

Keine Barzahlung — nur Einzugsermächtigung möglich. Bankgebühren bei Lastschrift-rückgabe müssen mit 5 Euro berechnet werden.

Stichtag für die Einstufung ist das Alter am 01. Januar des Beitragsjahres. Die Umstufung bei Überschreiten einer Altersschwelle erfolgt zu Beginn des Folgejahres. Bei Vereinsbeitritt ab dem 01. September halbiert sich der Beitrag für das laufende Jahr.

**Kündigung:**

Eine Kündigung der Mitgliedschaft ist nur zum Ende eines Kalenderjahres möglich. Sie wird nur wirksam, wenn Sie bis zum 30. September des laufenden Jahres in der Geschäftsstelle eingegangen ist!

**Anschrift / Bankverbindung:**

**Bitte melden Sie jede Änderung ihrer Adresse oder Bankverbindung sofort an die Geschäftsstelle der Sektion Paderborn. Sie sichern sich dadurch die fortlaufende Zusendung unseres Sektionsheftes und der DAV-Zeitschrift Panorama. Ein Beitragseinzug, der wegen einer falschen oder nicht bekannten Kontonummer nicht durchgeführt werden kann, verursacht unserer Sektion hohe Kosten und zusätzliche Arbeit.**

**Unsere Kontoverbindung:**

**Sparkasse Paderborn-Detmold,  
IBAN: DE77 4765 0130 0001 0193 89, BIC: WELADE3LXXX**

# Aufnahmeantrag (Bitte in Druckschrift ausfüllen)



Für den Versand im Fensterkuvert  
hier die Adresse der gewünschten  
Sektion eintragen.

An die Sektion

**Paderborn**

des Deutschen Alpenvereins e. V.

**Heinrich-Lücking-Straße 33**

**D-33098 Paderborn**

## Hauptantragsteller

Name	Vorname
Geburtsdatum	Beruf (freiwillige Angabe)
Straße/Hausnummer	
PLZ/Wohnort	
Telefon	Mobil
E-Mail	
Ort, Datum	
Unterschrift (Bei Minderjährigen des/der gesetzlichen Vertreter/s)	

**Hinweise zur Mitgliedschaft:** Mit nebenstehender Unterschrift bestätigt der Antragsteller, dass er die Ziele und insbesondere die Satzung der Sektion anerkennt. Es wird darauf hingewiesen, dass die Mitgliedschaft kalenderjährlich gilt und sich, sofern nicht fristgerecht gekündigt wurde, jeweils automatisch um ein weiteres Jahr verlängert (gilt auch mit Erreichen der Volljährigkeit).

Im Falle eines Austritts muss dieser jeweils bis zum 30. September schriftlich gegenüber der Sektion erklärt sein, damit er zum Jahresende wirksam wird. Die Mitgliedschaft beginnt mit der Entrichtung des Jahres-Mitgliedsbeitrags.

### Mein Partner möchte auch Mitglied werden:

Name des Partners	Vorname des Partner	Geburtsdatum
Beruf (freiwillige Angabe)	Telefon des Partners	
Ort, Datum	Unterschrift des Partners	

### Meine Kinder möchten auch Mitglied werden:

Name des Kindes	Vorname des Kindes	Geburtsdatum
Name des Kindes	Vorname des Kindes	Geburtsdatum
Name des Kindes	Vorname des Kindes	Geburtsdatum
Ort, Datum	Unterschrift der/des gesetzlichen Vertreter/s	

### Ich bin bereits Mitglied in einer anderen Sektion und möchte Gastmitglied werden:

Name	Sektion	Mitgliedsnummer
------	---------	-----------------

### Diese Familienmitglieder sind bereits in einer anderen Sektion und möchten Gastmitglied werden:

Name	Sektion	Mitgliedsnummer
Name	Sektion	Mitgliedsnummer

Der Sektion bzw. der DAV-Bundesgeschäftsstelle wird das Recht eingeräumt, zu überprüfen ob eine entsprechende Hauptmitgliedschaft vorliegt und gegebenenfalls die Anschriften abzugleichen.



## Datenschutzerklärung

Wir möchten Sie darüber informieren, dass die von Ihnen in Ihrer Beitrittserklärung angegebenen personenbezogenen Daten auf Datenverarbeitungs-Systemen Ihrer Sektion und der Bundesgeschäftsstelle des Deutschen Alpenvereins e.V. (DAV) gespeichert und für Zwecke der Mitglieder-Verwaltung Ihrer Sektion, beziehungsweise für sektionsübergreifende Verwaltungszwecke der Bundesgeschäftsstelle (z.B. Versand DAV Panorama und Mitgliedsausweise, Überprüfung Versicherungsschutz) verarbeitet und genutzt werden. Eine Übermittlung Ihrer Daten an Dritte findet nicht statt.

Wir sichern Ihnen zu, Ihre personenbezogenen Daten vertraulich zu behandeln und nicht an Außenstehende weiterzugeben. Zugriff auf Ihre Daten haben nur die Beauftragten Ihrer Sektion bzw. Mitarbeiter der Bundesgeschäftsstelle, die diese Daten für die Erledigung der ihnen übertragenen Aufgaben innerhalb des DAV benötigen. Diese Mitarbeiter sind auf das Datengeheimnis, gemäß § 5 BDSG, verpflichtet.

Sie können jederzeit schriftlich Auskunft über die bezüglich Ihrer Person gespeicherten Daten erhalten und Korrektur verlangen, soweit die bei der Sektion oder der Bundesgeschäftsstelle gespeicherten Daten unrichtig sind. Sollten die gespeicherten Daten für die Abwicklung der Geschäftsprozesse der Sektion / oder der Bundesgeschäftsstelle nicht erforderlich sein, so können Sie auch eine Sperrung, gegebenenfalls auch eine Löschung, Ihrer personenbezogenen Daten verlangen.

**Ich stimme der Speicherung, Verarbeitung und Nutzung meiner personenbezogenen Daten zu, soweit es für Verwaltungszwecke der Sektion bzw. der Bundesgeschäftsstelle erforderlich ist.**

Ort, Datum

Unterschrift des Antragstellers und ggf. des Partners

## Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats

Gläubiger-Identifikationsnr. (wird von der Sektion ausgefüllt)

Vorname und Name Kontoinhaber

### SEPA-Lastschriftverfahren

Ich ermächtige die DAV-Sektion

Name / Sitz der Sektion

### Einzugsermächtigung

Ich ermächtige die DAV-Sektion

Name / Sitz der Sektion

widerrüflich, die von mir zu entrichtende Zahlung bei Fälligkeit durch Lastschrift von meinem Konto einzuziehen.

Name des Kreditinstitutes

Kontonummer

Bankleitzahl

Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DAV-Sektion auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditunternehmen vereinbarten Bedingungen.

Name des Kreditinstitutes

BIC

IBAN  
DE

Ort, Datum

Unterschrift (Bei Minderjährigen des/der gesetzlichen Vertreter/s)

*Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basislastschrift wird mich die DAV-Sektion über den Einzug in dieser Verfahrensart unterrichten und mir die Mandatsreferenz mitteilen.*

## Wichtiger Hinweis

Bitte melden Sie jede Anschriftenänderung sofort Ihrer Sektion (nicht der DAV-Bundesgeschäftsstelle in München). Sie sichern sich dadurch die fortlaufende Zusendung des DAV Panorama und Ihrer Sektionsmitteilungen. Falls sich Ihre Bankverbindung ändert, teilen Sie die Änderungen bitte Ihrer Sektion für den Beitragseinzug mit. Denn solange der Jahresbeitrag nicht bezahlt ist, haben Sie keinen Versicherungsschutz.

### Wird von der Sektions-Geschäftsstelle ausgefüllt!

Beitrag	Aufnahmegebühr	1. Jahresbeitrag bezahlt am	Zahlungsart	Die erste Abbuchung erfolgt ab
Mitgliedsnummer	in die Mitgliederdatei aufgenommen am	Ausweis ausgehändigt/versandt am	Stammdatenerfassungsbeleg versandt am	





# Alpines Notsignal

Hör- oder sichtbares Zeichen bzw. Rufen;

- Sechs Mal innerhalb einer Minute
- Signal jeweils nach einer Minute wiederholen
- Antwortzeichen erfolgt drei Mal pro Minute

## Alpine Auskunft:

- ☎ DAV: 0049 (0)89-29 49 40
- ☎ OeAV: 0043 (0) 512-58 78 28
- ☎ AVS: 0039 0471-99 99 55
- ☎ OHM: 0033 (0) 450-53 22 08

## Alpiner Wetterbericht:

- ☎ Gesamter Alpenraum (Abruf):  
0049 (0)89-29 50 70
- ☎ Persönliche Beratung:  
0043 (0) 512-29 16 00
- ☎ Südtirol: 0039-0471-27 11 77
- ☎ Schweiz:  
in der Schweiz vom Handy: 162  
aus dem Ausland: 0041-848-800 162
- ☎ Frankreich: 0033 (0)892-680 274

## ASS Versicherungsschutz:

- ☎ Notruf: 0049 (0)89-306 570 91

## Bergrettung:

- ☎ Europaweit über Mobilfunk: 112
- ☎ Bayern (Leitstelle): 112
- ☎ Österreich: aus dem Inland: 140  
aus dem Ausland: 0043 512
- ☎ Schweiz: aus der Schweiz: 14 14  
im Kanton Wallis: 144  
aus dem Ausland: 0041 333-333-333
- ☎ Italien: 118
- ☎ Slowenien: 112
- ☎ Frankreich: zentraler Notruf: 15  
Chamonix: 0033 450-53 16 89

**Lawinenlagebericht:** ☺: pers. Beratung,  
☎: Ansage, ☎: Faxabruf)

## Deutschland:

- Bayern: ☎: 089-92 14 12 10

## Österreich:

- Tirol: ☺: 0043-512-581 839  
aus D: ☎: 0043-512-581  
aus AU: ☎: 839 503 bzw. 0800-800 503 \*  
☎: 0043-512-58 09 15
- Vorarlberg: ☺: 0043-5574-511  
☎: 0043-5574-201-1588
- Salzburg: ☺: 0043-662-8042-2170
- Oberösterreich: ☎: 0800-50 15 88 \*
- Kärnten: ☺: 0043-664-620 22 29  
☎: 0043-50536-1588
- Steiermark: ☺: 0043-316-24 22 00  
☎: 0800-31 15 88 \*, ☎: 0043-316-24 23 00

## Schweiz:

- aus dem Inland: ☺: 081-417-01 11,  
☎: 187, ☎: 0900-59 20 21
- aus dem Ausland:  
☺: 0041-81-417-0111, ☎: 0041-848-800 187

## Italien/Südtirol:

- ☺: 0039-0471-414 740,  
☎: 0039-0471-414 740,  
☎: 0039-0471-270 555/-271 177

## Frankreich:

- ☎ aus dem Inland: 08-3668 10 20
- ☎ aus dem Ausland: 0033-8926 81020

\*: nicht v. Ausl. u. mit deutschen Handys!

**Alle Angaben ohne Gewähr, bitte zur Sicherheit jeweils prüfen!**

[http://www.alpenverein.de/dav-services/alpine-auskunft/alpine-telefonnummern\\_aid\\_10705.html](http://www.alpenverein.de/dav-services/alpine-auskunft/alpine-telefonnummern_aid_10705.html)



<b>DAV-Haus</b>	Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn mail@alpenverein-paderborn.de www.alpenverein-paderborn.de	Tel.: 05251/57665 Fax: 05251/892201
<b>1. Vorsitzender</b>	Heiner Dietsch (Geschäftsstelle) heiner.dietsch@stb-dietsch.de Heinrich-Lücking-Straße 33 33098 Paderborn	Tel.: 05251/73387 Tel.: 0170/9159358 Fax: 05251/760829
<b>2. Vorsitzender</b>	Dr. Christian Hennig christian.hennig@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 0175/1866569
<b>Schatzmeister</b>	Ida Dietsch ida.dietsch@stb-dietsch.de	Tel.: 05251/73387
<b>Schriftführer</b>	Dirk Beeck dirk.beeck@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 05254/9477823
<b>Beirat</b>	1. Beisitzer: Martina Vögele 2. Beisitzer: Franz-Josef Mertens	Tel.: 0160/7547467 Tel.: 05251/4418
<b>Wanderwart</b>	Peter Fuest wandern@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 02955/7481878 Tel.: 0170/3437036
<b>Kletterwart</b>	Bernd Nowotzin klettern@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 0175/5577578
<b>Seniorenwart</b>	Franz-Josef Mertens	Tel.: 05251/4418
<b>Ausbildung; Umwelt und Naturschutz</b>	Georg Schwägerl ausbildung@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 0162/9248363
<b>Jugendwart und Hauswart</b>	Stefan Pfoehler stefan.pfoehler@alpenverein-paderborn.de	Tel.: 0176/32960038

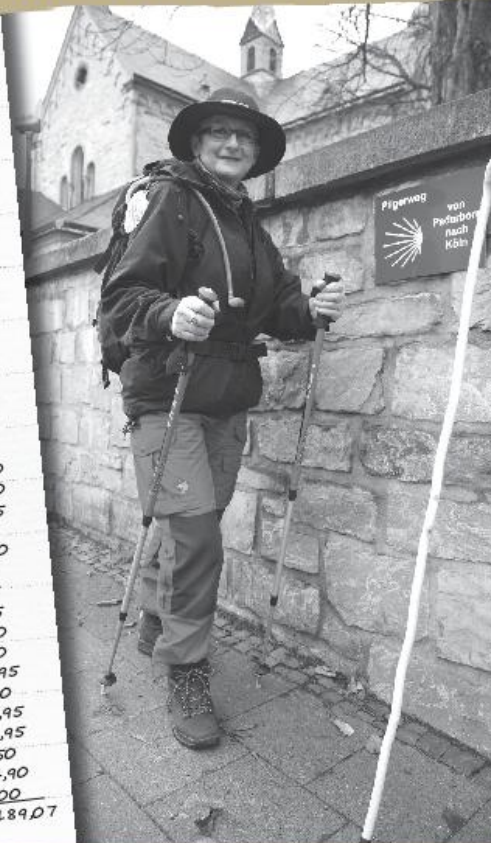
## Redaktionsschluss für das Sektionsheft 1/2016:

Bitte alle Berichte, Änderungen, Hinweise usw. für die kommende Ausgabe bis **spätestens zum 31. Januar 2016** an [redaktion@alpenverein-paderborn.de](mailto:redaktion@alpenverein-paderborn.de) senden!

# WANDERN ERLEBEN...

... weil wir Sie perfekt dafür ausrüsten.

Equipment	Gramm	Euro
1 Rucksack Deuter ACT lite (35+10)	1450	139,95
5 Packbeutel farbl. sortiert Fjäll Råven	125	24,95
1 Microfaser Funktionshose	278	49,95
1 Bluse oder Hemd L/S mit Krempelärmel	139	69,95
1 Funktions T-shirt	119	49,95
1 Fleecejacke 100 er	313	89,95
1 Icebreaker Merinowolle Pulli	268	89,95
1 Unterhemd	59	25,00
2 Pants	42	50,00
1 Strümpfe Falke TK 2	69	17,95
1 Teva wasserfeste Wandersandalen Gr.8	291	95,00
1 Buff Tuch	37	17,95
1 Nachtwäsche U-Hose	135	60,00
1 Nachtwäsche U-Hemd	151	55,00
1 Waschalon klein Jack Wolfskin	124	13,95
1 Zahnputzset (halbe Zahnbürste+Pasta)	68	5,95
1 Bürste mit integriertem Spiegel	45	2,50
1 Tagescreme nach Bedarf	100	0,00
1 Handtuch-packtowl Gr.XL	89	24,95
1 Seifenkonzentrat	78	5,95
1 Nähset	98	2,95
1 Erste Hilfe Set	262	19,50
1 Sonnencreme und Lippenstift	260	15,00
2 1 Trinkbeutel von Deuter	127	27,95
2 1 Wasser	2000	0,00
1 Micropur Tab 1Tab/1l	10	18,90
1 Jaico Mückenmittel in Pressglas	181	7,50
1 Sitzkissen	35	3,95
1 Wäscheleine	24	2,95
1 Becher aus Edelstahl	94	5,00
1 Klapplöffel mit Gabel	12	3,50
1 Schlafsack der Firma Deuter	500	69,95
1 Signalpfeife	10	4,50
1 Taschenlampe	78	21,95
1 Schweizer Taschenmesser m. Korkenzieher	56	12,95
1 Ersatzschnürsenkel	26	3,50
1 Reiseführer: mein Jakobsweg	131	14,90
1 Tagebuch	480	5,00
	8445	1189,07



BAHNHOFSTRASSE 14 33142 BÜREN TELEFON 02951-936818  
 WWW.COMPASS-BUEREN.DE INHABERIN: ELFRIEDE NÖLTING  
 ÖFFNUNGSZEITEN: MO - FR 9.30-19.00 UHR SA 10.00-16.00 UHR



**INFOPOST**

Ein Service der Deutschen Post

**25.11.15: Diavortrag „Klöster, hohe Pässe  
und Berge in Ladakh - Kleintibet“**

