

Ausbildungsprogramm 2020

DAV Sektion Wasserburg

Allgemeine Hinweise:

Für die Mitglieder der Sektion Wasserburg des Deutschen Alpenverein bieten die Trainer und Fachübungsleiter der Sektion spezielle Ausbildungskurse und -touren für die Sektionsmitglieder im Programm an.

Eine Teilnahme setzt grundsätzlich eine allgemeine Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein voraus.

Die Anmeldung erfolgt in der Regel über die Organisatoren selbst.

Bei den Ausbildungskursen und -touren wird ein Ausbildungsbeitrag je Tag berechnet. Die Gebühren sind bei jedem Kurs separat beschrieben.

Durch die Kurs- bzw. Teilnahmegebühren sind keine weiteren Kosten wie Verpflegung, Übernachtung, Fahrtkosten, Eintrittspreise usw. abgedeckt.

Weitere Informationen stehen bei Bedarf auch auf der Internetseite der DAV-Sektion Wasserburg im Kalender zur Verfügung.

„Klettertreff DAV-Wasserburg“ in der Kletterhalle Waldkraiburg

Beschreibung: Von Oktober bis ca. April bietet der DAV-Wasserburg jeden Dienstag in der DAV-Kletterhalle Waldkraiburg die Möglichkeit eines unverbindlichen Klettertreffs. Dieser ersetzt keinen Kletterkurs. Absprachen innerhalb der Gruppe werden nach erstmaliger telefonischer Kontaktaufnahme geklärt.

Voraussetzung: Beherrschen der Sicherungstechnik mit einem eigenen Sicherungsgerät. Empfohlen werden hier Halbautomaten und halbautomatische Tuber.
Kursort: DAV-Kletterhalle Waldkraiburg. Termin:

Oktober 2019 bis ca. April 2020, der Klettertreff startet jeweils um **18:30 Uhr**

Leitung, Info und Anmeldung: Trainer C Thomas Ochsenkühn,

thomas.ochsenkuehn@gmx.de; Tel.: 0176/ 21 06 36 77

Einführung in die Skitourentechnik

Beschreibung: Wenn die Skitouren-Saison beginnt, möchte ich denjenigen, die zum ersten Mal oder nach einer Unterbrechung wieder in die Tourenbindung steigen, die Bedenken nehmen und sie in sicherer Umgebung (wieder) an das Skitouren-Gehen heranführen. Für die Skitouren-Premiere werden wir gemeinsam die zehn Stationen des Dynafit-Skitourenlehrpfads in Ruhpolding durchgehen. Wir werden die 750 Hm gemeinsam ohne Leistungsdruck in 3-4 Stunden erklimmen. Auf knapp 1400 m angekommen, runden wir das Skitourenenerlebnis mit einer gemeinsamen Abfahrt über die ehemalige Skipiste zur Raffner-Alm ab und setzen uns auf „a g'miatliche Brotzeit z'samm!“.

Kursinhalte: Überprüfung der Notfallausrüstung, Einstieg in die oder Auffrischung der Handhabung des LVS- Gerätes, Technik, Aufstieg, Spitzkehren.

Voraussetzung: komplette Skitourenausrüstung, LVS- Gerät (Batterien prüfen), Sonde, Schaufel, Erste-Hilfe-Set, Skier oder Board mit geeigneter Bindung für Aufstieg, Felle, gute Pistenskikenntnisse.

Termin, Treffpunkt: **So, 19.01., 8:00 Uhr**, Bahnhof Reitmehring

Kursort: **Ruhpolding, Unternberg**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 €

Kursleitung, Info und Anmeldung: Robert Huber, 0170/ 21 07 966,

r.rausr@icloud.com

Variantenskikurs mit LVS-Training in Alpbach

Beschreibung: Die Skitechnik in unwegsamem Gelände zu verbessern möchte ich mit euch erarbeiten. Die Handhabung der Notfallausrüstung (LVS- Ausrüstung) wieder ins Gedächtnis rufen oder für Einsteiger die Taktik einer Verschüttetensuche in praktischen Schritten vermitteln ist Teil dieses Kurses.

Kursinhalte: Überprüfung der Notfallausrüstung, Einstieg in die Handhabung des LVS- Gerätes, Skitechnik und Taktik im Gelände, evtl. leichte Skitour.

Voraussetzung: komplette Skitourenausrüstung, LVS- Gerät (Batterien prüfen), Sonde, Schaufel, Erste-Hilfe-Set, Skier oder Board mit geeigneter Bindung für Aufstieg, Felle, gute Pistenskikennnisse.

Termin, Treffpunkt: **Abfahrt Fr., 31.01. 17:00 Uhr,**

Rückkehr So., 02.02. ca. 19:00 Uhr, Bahnhof Reitmehring

Kursort: **Skigebiet Alpbach**, Übernachtung in Pension Alpenruh Inneralpbach

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 20 €, andere Sektionen 40 €, Liftkosten nach

Aufwand. Kursleitung, **Info und Anmeldung:**

Robert Huber, 0170/ 21 07 966, r.rausr@icloud.com

Langlaufkurs Skating oder Klassisch

Kursbeschreibung: Möglichkeit zur Langlaufausbildung für Anfänger und Fortgeschrittene.

Voraussetzung: Langlaufausrüstung, Sportlichkeit, Getränk, Brotzeit.

Kursort: nach Ansage, abhängig von der Schneelage.

Termin: **Februar 2020**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 €

Info , Anmeldung und Auskünfte zum genauen Datum und zum Kursort können bei der Kursleiterin, Babette Altmannspurger (Tel.0176/ 41 67 99 23)

per E-Mail babettealtmannspurger@arcor.de erfragt werden.

Anmeldung bitte bis zum 14.01. bei der Kursleiterin mit Angaben zum Können (Anfänger/ Vorkenntnisse/ guter Läufer).

Anfängerkurs: Klettern im Toprope

Kursbeschreibung: Knotenkunde und Sicherungstechnik, grundlegende Klettertechniken.

Kursinhalte: Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor Toprope“

Voraussetzung: Mindestalter 16 Jahre

Kursort: **Kletterhalle Waldkraiburg**

Termin: **Do. 05.03. und Do. 12.03., jeweils 18:00 - 21:30 Uhr.**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 € (für beide Abende) plus jeweils Eintritt Kletterhalle.

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Trainer C Ramona Glasl, ramona_glasl@gmx.de

Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de,

Tel.: 0176/ 21 06 36 77.



Klettertreff DAV-Wasserburg an der Realschulwand

Beschreibung: Von April bis ca. September bietet der DAV-Wasserburg jeden Dienstag an der DAV-Kletterwand in Wasserburg die Möglichkeit eines unverbindlichen Klettertreffs. Der Klettertreff ersetzt keinen Kletterkurs. Absprachen innerhalb der Gruppe werden nach erstmaliger telefonischer Kontaktaufnahme geklärt.

Voraussetzung: Beherrschen der Sicherungstechnik mit einem eigenen Sicherungsgerät. Empfohlen werden hier Halbautomaten und halbautomatische Tuber.

Kursort: **Realschulwand, Wasserburg.**

Termin: **April bis ca. September**, der Klettertreff startet um **18:30 Uhr bei gutem Wetter**. Ab ca. Oktober wird wieder in die Halle gewechselt. (Siehe auch „Klettertreff DAV-Wasserburg“ in der Kletterhalle Waldkraiburg)

Leitung und Anmeldung: Trainer C Klettern: Eva Schupp, Tel. 08071/ 10 32 15, Trainer C Thomas Ochsenkühn, thomas.ochsenkuehn@gmx.de, Tel.: 0176/ 21 06 36 77.

Mtb-Fahrtechnik on Tour: Saisonauftakt im sonnigen Südtirol **WS**

Auf angenehmen „weichen“ Trails verbessern wir unsere Fahrtechnik wieder und genießen das gemütliche Ambiente der Südtiroler Lebensart.

Kursinhalte: Vermittlung von Fahrtechartipps und Erarbeiten der persönlichen Schlüsselstellen.

Voraussetzung: Erfahrung auf Singletrail, funktionssicheres Mtb mit Federgabel, lange Handschuhe und Helm, Knieprotektoren vorteilhaft.

Tourdaten: jeden Tag ca. 50 km, 500-1000 Hm.

Termin, Treffpunkt: **Fr. 17.4. 16 Uhr bis So. 19.4. 19 Uhr**, Bahnhof Reitmehring

Kursort: **Olang im Pustertal**, Übernachtung mit Frühstück 35 €, Haus Kruma.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 20 €, andere Sektionen 40 €.

Kursleitung, Info und Anmeldung: Robert Huber, Tel. 0170/ 21 07 966.

Fahrtechniktraining für Einsteiger - Grundlagen

Kursbeschreibung: Gemeinsam wollen wir unser Können auf dem Mountainbike erweitern! Mit wertvollen Tipps und einfachen Übungen in der Ebene soll es in Zukunft gelingen, mit allen möglichen Fahrsituationen locker, easy und stressfrei umzugehen!

Kursinhalte: Erste Erfahrungen mit dem Mtb, funktionstüchtiges Mtb mit Federgabel, Handschuhe und Helm.

Kursort: **Wasserburg, Badriaparkplatz**, Termin: **18.04., 14:30 Uhr**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 €

Kursleitung, Info und Anmeldung:

FÜL Bernhard Oberhuber Tel: 0176/ 34 44 36 46 oder E-Mail

bernhard-oberhuber@t-online.de



Fortgeschrittenenkurs: Klettern im Vorstieg

Kursbeschreibung: Aufbaukurs zum DAV-Kletterschein „Indoor Toprope“ (**Voraussetzung**), Partnercheck, Vorstieg sichern, Vorstieg klettern.

Kursinhalte: Abnahme des DAV-Kletterscheins „Indoor Vorstieg“.

Voraussetzung: Mindestalter 16 Jahre und sicheres Klettern und Sichern beim Toprope-Klettern.

Kursort: **Kletterhalle Waldkraiburg**

Termin: **Do. 23.04. und Do. 30.04., jeweils 18:00 - 21:30 Uhr.**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 € (für beide Abende), plus jeweils Eintritt Kletterhalle.

Kursleitung, Info und Anmeldung: Trainer C Ramona Glasl, ramona.glasl@gmx.de

Trainer C Thomas Ochsenkühn,

thomas.ochsenkuehn@gmx.de oder Tel.: 0176/ 21 06 36 77.

Klettersteigkurs für Anfänger

Voraussetzung: Allgemeine Fitness und Trittsicherheit.

Kursinhalte: Ausrüstung richtig anwenden, praktische Übungen, Klettersteig begehen.

Kursort: **Hausbachfall-Klettersteig in Reit im Winkel.**

Termin: **Sonntag, 26. April**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektion 20 €

Kursleitung und Anmeldung: Trainer C Christian Ramm, Tel. 0174/ 27 08 999 und

Trainer C Kaj Petersen, Tel. 0162/ 92 11 151

Kletterkurs

Kursbeschreibung: Von der Halle an den Fels.

Kursinhalte: Ausrüstung richtig anwenden, Unterschiede feststellen zwischen Hallen- bzw. Felsklettern, Umlenkung umfädeln.

Voraussetzung: Sicher Sichern im Toprope und im Vorstieg.

Kursort: **Auerwandl (Oberwössen) oder Zellerwand (Schleching).**

Termin: **Sonntag, 17. Mai**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektion 20 €.

Kursleitung, Info und Anmeldung: Trainer C Kaj Petersen, Tel. 0162/ 92 11 151 und

Trainer C Christian Ramm, Tel. 0174/ 27 08 999

Von der Karte ins Gelände: Kartenstudium und Bergtour auf den Schweinsberg, Mangfallgebirge

Kursbeschreibung: Nachdem wir uns am Samstagnachmittag in **Wasserburg** mit den Informationen, die Wanderkarten bereithalten, vertraut gemacht haben, setzen wir das Erarbeitete am Sonntag bei einer Bergtour auf den **Schweinsberg bei Fischbachau** um. Vom Parkplatz von Birkenstein (853 m) geht es über Kessel- und Koth-Alm auf den Schweinsberg (1514 m). Der Rückweg führt uns über Elbach- und Durhamer Alm und die Aiblinger Hütte zum Ausgangspunkt zurück. Gehzeit 4 Stunden, knapp 750 Höhenmeter.

Kursort: genauere Angaben bei der Anmeldung

Termin: **Sa 16. Mai um 15:00 Uhr und So 17. Mai um 07:00 Uhr**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 15 €, andere Sektion 30 €.

Kursleitung, Info und Anmeldung: Trainer C Kerstin Sander, Tel. 0176/ 43 42 50 93



Klettersteigkurs für Anfänger

Voraussetzung: Allgemeine Fitness, Trittsicherheit.

Ausrüstung: Klettersteigset, Hüftgurt, Helm und Handschuhe.

Der Kurs ist auch für Eltern mit Kinder (ab 9 Jahre) geeignet.

Kursort: **Kaisergebirge.**

Termin: **So 17. Mai**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektion 20 €.

Kursleitung, Info und Anmeldung: FÜL Claus Fredlmeier, Tel. 08071/ 40 156

Fahrtechnik nur für Mädels

Beschreibung: In lockerer Atmosphäre ohne Druck und ohne seltsame „Motivationsprüche“ nutzen wir die Umgebung von Wasserburg, um unsere Biketechnik zu verbessern. Am Vormittag vertiefen wir die Basics auf einem geeigneten Parkplatz. Im Anschluss werde ich mit euch eure persönlichen Schlüsselstellen an verschiedenen **Strecken um Wasserburg** erarbeiten.

Kursinhalt: Auffrischung Fahrtechnik am Parkplatz, vertiefen der Technik in der Umgebung von Wasserburg

Voraussetzung: Erfahrungen mit Mtb, funktionssicheres Mtb (auch Hardtail) mit Federgabel, lange Handschuhe und Helm, falls vorhanden Knieprotektoren vorteilhaft.

Termin: **17. Mai, 10:00 Uhr.** Treffpunkt Wasserburg Busbahnhof.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektionen 20 €

Kursleitung, Info und Anmeldung: Robert Huber, 0170/ 21 07 966,

r.rausr@icloud.de

Alpin-Kurs

Kursbeschreibung: Es werden **Inhalte** wie Sicherungsmethoden, Knotenkunde, Abseilen, Gehen im steilen Schnee und Firn, leichtes Klettern usw. vermittelt. Zielgruppe sind Einsteiger und Wieder-Einsteiger; es kann evtl. auch eine Gruppe von bereits erfahreneren Bergsteigern gebildet werden.

Voraussetzung: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

Ausrüstung: Hüftgurt und Helm, Rest nach Absprache.

Kursort: **Blaueishütte, Hochkalter.** Termin: **Sa, 30. Mai bis Mo, 01. Juni**

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 30 €, andere Sektion 60 €

Kursleiter: FÜL Martin Grandl und FÜL Claus Fredlmeier,

Anmeldung bei Claus Fredlmeier, Tel. 08071/ 40 156



Eisausbildung

Kursbeschreibung: Für Jugendliche und Erwachsene. Der Kurs beinhaltet Übungen zur Spaltenbergung genauso wie die Möglichkeit, das Klettern im „Eis“ zu üben.

Voraussetzung: Ausdauer, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Kursort: **Taschachhaus im Pitztal**, Termin: Fr, 03. Juli bis So, 05. Juli

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 30 €, andere Sektionen 60 €

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Trainer Georg Mühlbauer; gmts@live.de, Tel: 0175/ 22 27 406

Eisausbildung

Kursbeschreibung: Für Jugendliche und Erwachsene. Der Kurs beinhaltet Übungen zur Spaltenbergung genauso wie die Möglichkeit, das Klettern im „Eis“ zu üben.

Voraussetzung: Ausdauer, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Kursort: **Taschachhaus im Pitztal**

Termin: Fr, 11. bis So, 13. September.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 30 €, andere Sektionen 60 €

Kursleitung, Info und Anmeldung:

Trainer Georg Mühlbauer, gmts@live.de, Tel: 0175/ 22 27 406

Grundkurs Klettern für Frauen

Kursbeschreibung: Richtiges Anseilen, Einlegen der Sicherung, Partnercheck und Selbstkontrolle, Ablassen und Toprope-Klettern, Einführung ins Bouldern.

Voraussetzung: allgem. Sportlichkeit.

Kursort: **Kletterhalle Rosenheim**

2 Termine: Montag 16. und Dienstag, 23. November,

jeweils von 18.30 bis 21.00 Uhr.

Kursgebühr: Sektionsmitglieder 10 €, andere Sektion 20 €.

zzgl. Eintritt und Fahrtkosten.

Kursleitung und Anmeldung: Trainerin C Lissi Seibt, Tel. 0160/ 64 59 594.

