



Das Stein mandl

Vereinsheft der DAV-Sektion Minden | 2. Halbjahr 2024 | Nr. 54

Inhalt

Vorwort	3
Mitteilungen	4
Wanderteam	19 / 22
Termine und Veranstaltungen	20
Sportliche Wandergruppe	23
Familiengruppe	24
Tourenberichte	26
Tourenangebote	35
Kursangebote	36
Klettern – Fitness – Bewegung	37
Vorstand, Beirat und Übungsleiter	38



Foto: DAV/Wolfgang Ehn

Titelbild: Nordlichter an der Enzianhütte Rhön (Foto von Stefan Schultz)

Vorwort

Vielen Dank für euer Vertrauen in unsere Arbeit - im Namen des gesamten wieder- und neugewählten Vorstandsteam der Sektion Minden. Doch was macht ein Ehrenamt, wie wir es hier übernommen haben, eigentlich aus? Laut Bundesregierung engagieren sich ca. 31 Mio. Menschen für das Gemeinwohl, also etwa 45% der Bevölkerung. Im DAV sind das rund 29.000 erfasste Ehrenamtliche. Dazu kommen noch viele weitere Freiwillige, die sich einbringen.

Also ohne Ehrenamt kein DAV!

Mit der neuen Amtsperiode folgen für uns viele neue Herausforderungen. Für uns Mindener steht im kommenden Jahr das Jubiläum unserer Mindener Hütte im Mittelpunkt. Seit 100 Jahren ist sie jetzt ein Schutzraum für Alpinisten. Kein Berghotel, aber ein mit ganz viel Liebe und Charme geschaffenes Stübchen für Einkehr und Übernachtung. In der Einfachheit unserer Hütte liegt das Besondere. Sie bietet Schutz vor Wind und Wetter.

Das Jubiläum wollen wir mit euch zusammen gemeinsam in Mallnitz, Talort unserer Hütte, feiern. Es laufen die ersten Planungen für die Jubiläumswoche und wir haben gerade so viele Ideen, dass man jetzt schon sagen kann: Kommt und seid alle dabei!

Daneben ist das Tourenangebot ein herausragender Teil der ehrenamtlichen Arbeit in unserer Sektion. Wir investieren viel Zeit in Planungen und bedenken dabei immer Vieles, damit es für alle eine gelungene Tour wird. Ob und was in der Zukunft noch in den Alpen geht, können wir nur erahnen. Jetzt schon sind Steige gesperrt und Hütten im Sommer ohne Wasser. Derzeit gibt es Überlegungen, ob es grundsätzlich keine neuen Hütten mehr in den Alpen geben sollte. Man merkt schon: Es gibt viel Veränderung und Diskussionsstoff. Doch bevor wir über das Jahr 2025 reden, wollen wir erst einmal den Bergsommer in diesem Jahr in vollen Zügen genießen.

Ganz viele schöne Stunden wünschen euch
Beate und Erika

Mit Hochdruck arbeitet ein kleines Redaktionsteam an unserer schicken neuen Website. Hier sind die Arbeiten schon gut vorangekommen. Sobald diese online geht, werden wir euch eine Info geben.



Kennt ihr schon den Berg-Podcast vom DAV?

Hier könnt ihr spannenden Themen lauschen und von Menschen hören, die den Bergsport lieben!

<https://www.alpenverein.de/thema/bergpodcast>

Mitteilungen

Mitgliedsbeiträge

Die aktuellen Mitgliedsbeiträge und Regelungen zu Änderungen oder Austritt findest du auf unserer Homepage – oder frage in der Geschäftsstelle nach!

Aufnahmeantrag

Wenn du in die Sektion Minden eintreten möchtest, dann sende uns deinen ausgefüllten Aufnahmeantrag zu. Du findest diesen auf unserer Homepage zum Downloaden. Du kannst ihn auch in der Geschäftsstelle bekommen, oder wir senden ihn dir gerne zu.

Änderungsmitteilungen

Bitte teile uns sofort per E-Mail an info@dav-minden.de mit, sobald sich deine persönlichen Daten (Name, Adresse, Bankverbindung) ändern. Fehlüberweisungen, Rückbelastungen oder der Neudruck von Ausweisen verursachen hohe Kosten, die zu Lasten des Mitglieds gehen.



**Deine Mitfahrzentrale
für die Berge** ●



In abgelegenen Bergregionen stoßen öffentliche Verkehrsmittel oft an ihre Grenzen. Mit Moobly kannst du Fahrten anbieten oder suchen – schnell und digital.

Finde Mitfahrgelegenheiten für die nächste Bergtour und schütze gleichzeitig unsere Bergwelt!

Am besten gleich anmelden
und gemeinsam losfahren.

www.moobly.de

powered by DAV Summit Club

Mitteilungen

Stellenausschreibung – Naturschutzreferent*in gesucht

Der Natur- und Umweltschutz ist wesentlicher Bestandteil der Arbeit auf allen Ebenen des DAV. Er ist gleichermaßen Querschnittsaufgabe und Vorstandssache. Naturschutzreferent*innen gestalten dabei maßgeblich die Naturschutzarbeit der Sektionen. Du bist wichtige*r Ansprechpartner*in für die Umsetzung der Ziele des DAV im Bereich Natur- und Umweltschutz, die sich insbesondere aus der Satzung, dem DAV-Leitbild sowie dem Grundsatzprogramm des DAV ergeben.



Der/Die Naturschutzreferent*in:

- tritt in der Sektion und vereinsextern für Natur- und Umweltschutz ein – arbeitet bei der Umsetzung der Aufgaben zusammen mit anderen DAV-Naturschutzreferenten sowie Verbänden und Vereinen in Sachen Natur- und Umweltschutz und pflegt entsprechende Kontakte
- setzt sich sektionsintern dafür ein, dass die Belange umweltgerechten Verhaltens beim Bergsport in der Ausbildung umfassend und motivierend berücksichtigt werden
- nimmt im Sinne einer umwelt- und klimaschonenden Anreise Einfluss auf das Touren- und Ausbildungsprogramm der Sektion
- vertritt die Naturschutzarbeit der Sektion nach außen
- unterstützt bzw. leitet die Erstellung und Umsetzung von Konzeptionen zum naturverträglichen Bergsport (zum Beispiel Kletterkonzeptionen oder „Skibergsteigen umweltfreundlich“)

Wir bieten dir:

- Einen qualifizierten Nachweis (Kompetenznachweis)
- Interessante Tätigkeiten in einem freundlichen Team
- Die Möglichkeit zu reisen und sich mit anderen Sektionen zu vernetzen
- Die Erstattung aller Auslagen, die im Rahmen der ehrenamtlichen Tätigkeiten anfallen

Bei Interesse an der Position wende dich gerne an den Vereinsvorstand. Wir geben gerne weitere Informationen:
info@dav-minden.de

Mitteilungen

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Bieck, Florian
Böger, Patrick
Bollmann-Schwalbe, Ulrike
Bove, Christina
Bove, Jörg
Brockhinke, Daniel
Brosig, Miriam
Bünemann, Melina
Dalhues, Beatrice
Denne, Tim
Ebeling, Franca
Eifert, Stefanie Katharina
Fischer, Nadine
Forth, Elias
Gäbe, Carlotta
Georg, Damian
Georg, Leander
Graff, Augustin
Graff, Jonathan
Graff, Veronika Sophie
Griepenstroh, Finn

Griepenstroh, Leon
Hallfeld, Mark
Hanke, Regina
Harting, Jannik
Heidenfelder, Frank
Heilmann, Iris
Heine, Sarah-Bianca
Heitmann, Anne
Heuer, Andreas
Heuer, Eiko
Heuer, Emil
Heuer, Lina
Heuer, Mira
Heuer, Paula
Hölscher, Annika
Homburg, Alice
Homburg, Jamie
Homburg, William
Hoschatt, Luisa Annemiek
Hoschatt, Silas Jonathan
Hoschatt, Tim

Jentzsch, Manuela
Jettmann, Kira
Joerend, Levke
Joerend, Mathea
Joerend, Regina
Joerend, Tamme
Joerend, Thorsten
Jonigkeit, Nadja
Jonigkeit, Ole
Katz, Maria
Kavalov, Volodymyr
Kempka, Jan Patrick
Kempka, Paul Anton
Kempka, Theodor
Kissinger, Susanne
Kohlmeier, Thomas
Kohnen, Daniela
Kohnen, Finn Lukas
Kohnen, Martin
Kohnen, Tom Fiete
Kovalov, Ivan



Mitteilungen

Kovalov, Vady
Kovalov, Volodymyr
Kovalova, Marharyta
Kremin, Karsten
Krömker, Julian
Krömker, Rüdiger
Kühme, Gesa
Kühme, Matti
Kühme, Mika
Kwoll, Michael Tobias
Lipkovka, Arkadii
Lipovka, Viktoria
Litkovska, Kira
Litkovska, Oleksandra
Litkovskyi, Andrii
Mahlow, Clara
Mahlow, Philipp
Marzinowski, Jan
Meinefeld, Christian
Mohnke, Martin
Nolte, Jamie Leon

Orton, Zanne
Pahmeier, Nicole
Plöger, John-Luca
Pützer, Mara
Pützer, Mila Jane
Rehberg, Karla
Rehberg, Luisa
Rehberg, Oliver
Rieger, Ben
Rohlfing, Rüdiger
Rohr, Lucas
Schmuck, Tilman
Schoppmann, Christopher
Schneider, Jessica
Schneider, Mateo Jonah
Schneider, Maximilian Levi
Schneider, Mia Carlotta
Schumann, Friederike
Schweizer, Anne
Schweizer, Hannes
Schweizer, Julia

Solinski, Jannek
Tamourt, Lalouh
Tiarks, Bianca
Tiessen, Andreas
Tiessen, Jacqueline
Weber, Frank
Weghorn, Jan
Wehland, Mirco
Wehland, Thore
Weiß, Tanja
Wißmann, Britta
Wißmann, Christina
Wißmann, Michael
Wißmann, Oliver
Wortmann, Anni
Wortmann, Marla
Wortmann, Tobias
Wuttke, Adriana
Wuttke, Johannes
Wuttke, Ragnar
Wuttke, Rebecca

Verstorbene Mitglieder

Schneider, Oskar
Hilger, Ingeborg
Wiebke, Heinz

Wir trauern
um unsere
verstorbenen
Mitglieder



Der digitale DAV-Mitgliedsausweis

Dein Begleiter in den Bergen, jetzt auch auf dem Handy!
Damit hast du alle wichtigen Infos immer dabei.

<https://mein.alpenverein.de>

Mitteilungen

Alpenglühlen – Einladung zum Sommerfest

Wir möchten euch dieses Jahr wieder zum „Alpenglühlen“ einladen!

Der Sommer ist für Viele eine unbeschwerte Jahreszeit. Wir sind auf Reisen gewesen und haben das ein oder andere Abenteuer im Bergsommer erlebt! Zusammen wollen wir feiern, uns treffen und von unseren Touren erzählen. Geplant ist ein nettes Miteinander für Jung und Alt, um ein paar gemeinsame schöne Stunden zusammen zu verbringen!

Wir werden Getränke und einen leckeren Imbiss vorbereiten.

Am Samstag, 14. September 2024 um 16:00 Uhr

Weinberg bei der **Marienkirche / Hufschmiede**

Anmeldung bis zum 29. August 2024 telefonisch oder in persönlich in der Geschäftsstelle (donnerstags, 17:00 – 19:30 Uhr) oder per E-Mail an: info@dav-minden.de

Teilnahmegebühr pro erwachsene Person 5,- Euro,

bitte bei Anmeldung überweisen auf das Konto:

Deutscher Alpenverein (DAV) Sektion Minden e.V.

IBAN: DE19 4905 0101 0040 022 402

Foto: DAV/Jan Kusstatscher

Mitteilungen

Jahresabschluss des DAV Minden

Dieses Jahr möchten wir für den gemeinsamen Jahresabschluss aller Gruppen etwas Neues ausprobieren. Die Idee dazu kommt von Birgitt Stockinger, unserer Leiterin der Familiengruppe und Stefan Schultz, unserem Wanderwart.

Am **7. Dezember um 17:00 Uhr** erwarten wir Euch im **Café Waldkristall** zu einem gemütlichen Weihnachtsmarkt mit Feuerschale, Speis und Trank. Wir haben das Café exklusiv und können somit ganz entspannt einige schöne Stunden miteinander verbringen.

Doch wir wären nicht die Sektion Minden, wenn wir uns vorher nicht noch ein wenig für die Weihnachtszeit fit machen würden. Folgendes Programm wird an diesem Tag von den Gruppen angeboten:

- Familiengruppe 16:00 Uhr Nachtwanderung ab Café Waldkristall.
- Wandergruppe 14:30 Uhr Jahresabschlusswanderung ab Café Waldkristall.
- Programme anderer Gruppen lagen bei Redaktionsschluss noch nicht vor.

Um planen zu können, **meldet Euch bitte bis zum 23.11.2024** über das Tourenportal oder in der Geschäftsstelle an. Kinder sind kostenfrei. Kosten für Erwachsene werden bei Anmeldung bekannt gegeben.

Wir freuen uns auf Euch,
Euer Vorstand und Beirat

Mitteilungen

Vorankündigung: 100 jähriges Jubiläum der Mindener Hütte

Seit dem 17. Juli 1925 steht unsere Mindener Hütte in den Hohen Tauern! Das wollen wir feiern!

In dem Zeitraum rund um das Jubiläumsdatum wollen wir unsere Hütte feiern. Geplant wird eine Jubiläumswoche in Mallnitz für alle Sparten unserer Sektion. Die Hütte bekommt eine standesgemäße Jubiläumsveranstaltung und natürlich wird es auch eine zünftige Jubiläum-Party für uns alle geben. Wir planen eine Kombination aus einem täglich wechselnden attraktiven Angebot im Mallnitztal im Juli 2025 für jung

und alt: Klettern, Wandern und Biken. Ergänzt wird außerdem ein Tourenangebot vor und nach dieser Jubiläumswoche durch unsere Touren*leiterinnen in der Form, wie ihr es kennt. Lasst euch von dem Angebot überraschen und nutzt bitte jetzt schon das Buchungsportal Touren und Kurse unserer Homepage, damit wir mit den konkreten Planungen starten können. Nähere Informationen bekommt ihr bei eurem Vorstand, Beirat und Übungsleiter*innen.

Wir freuen uns auf euch alle!



Wir brauchen eure Hilfe!

Zum Jubiläum wollen wir die Chronik unserer Hütte mit großartigen Berichten und Fotos ergänzen. Bitte schreibt uns eure Erlebnisse in ein paar Zeilen auf (Wer und wann mit wem?) und sendet es uns zu. Auch eure Fotoaufnahmen hätten wir gerne. Bringt dann einfach alles zur Geschäftsstelle oder sendet es per Post, bzw. Mail an uns. Wir setzen uns dann mit euch in Verbindung. Eure Fotos bekommt ihr selbstverständlich zurück. Tausend Dank!

Weitere Informationen oder Fragen könnt ihr gerne auch telefonisch mit uns klären. Den Kontakt zur Geschäftsstelle findet ihr wie gewohnt auf der letzten Seite im Heft.

Mitteilungen

Neu im Team

Hi, ich bin Tanja. Falls wir uns noch nicht auf einer Sektionstour oder beim Klettern an diversen Felsen der Region getroffen haben, könnten die aufmerksamen Leser/innen dieses Heftes zumindest schon über einen Tourenbericht von mir gestolpert sein. Nach der Klettersteigtour 2022 durch den Rosengarten hatte Dirk Kahmann mich bereits gefragt, ob ich mir vorstellen könnte, eine Ausbildung im Alpenverein zu absolvieren. Es hat aber noch ein weiteres Jahr, einige Überzeugungsversuche und Klettertouren gebraucht, bis ich mich Ende letzten Jahres für eine Ausbildung zur Trainerin C Klettersteig beworben habe. Anfang Mai ging es für mich für eine Woche ins Oetztal, wo ich den ersten Teil der Ausbildung auf Sportklettersteigen erfolgreich absolvieren konnte. Die 11 angehenden Trainerinnen und Trainer wurden wetterbedingt entweder am Fels oder in der Tiefgarage unseres Hotels von zwei Bergführern ausgebildet. Neben dem Führen auf Klettersteigen wurde auch das persönliche Können beim Klettern und die Sicherungstechnik intensiv gelehrt und geprüft. Besonders herausfordernd ist es, wenn Teilnehmer auf einem Kletter-



steig blockieren oder sich verletzen, daher bestand ein Großteil unserer Ausbildung aus behelfsmäßiger Bergrettung und Erster Hilfe im alpinen Gelände. Der erste Teil des Kurses endete mit zwei Prüfungen und einer persönlichen Wochenbeurteilung durch die Bergführer und ist Voraussetzung für den zweiten Kurs, in welchem die Ausbildung auf hochalpinen Steigen und dem Gletscher stattfinden wird. Ich freue mich schon sehr auf die weitere Ausbildung und darauf, im Anschluss daran mit euch gemeinsame Klettersteigtouren zu unternehmen.

Tanja Schröder

Anzeige

- objektive Beratung
- individuelle Planung
- kompetente Betreuung

FROHNE

Wir unterstützen Sie bei
Neubau, Umbau und
Sanierung, Energieeffizienz
und KfW-Fördermitteln.

Architekten | Stadtplaner
Königstraße 25–27 · 32423 Minden
0571 850800 · info@frohne-architekten.de

Mitteilungen

Neu im Team

Hallo zusammen,

mein Name ist Ben Balon. Ich bin 37 Jahre alt und seit vier Jahren Mitglied in der Sektion Minden. Nach der klassischen Sektionskarriere – Familiengruppe → Freitagsklettern mit Kindern an der Wand und Eltern am Sicherungsgerät → Freitagsklettern mit Eltern an der Wand und Kindern beim Spielen → Donnerstagsklettern ohne Kinder – habe ich im September letzten Jahres die Ausbildung zum Kletterbetreuer gemacht. Dieses Jahr folgte die Ausbildung zum Trainer-C Klettern für Menschen mit Einschränkung. Ende April ging es dazu für eine Woche nach Bad Hindelang, wo uns Wetter von einem halben Meter Neuschnee bis 25 °C am Tag der Abreise erwartete. Kursinhalte waren das Erlernen von Seilaufbauten und Sicherungs- und Klettertechniken für Menschen mit Einschränkung. Genauso, wie die Selbsterfahrung, blind, querschnittsgelähmt oder mit Halbseitenlähmung zu klettern. Aber auch viele angeregte Gespräche zu Verantwortung, Vertrauen, Erfahrungs-



austausch und Fördermitteln fanden statt. Oder, dass der Gipfel oft nicht die Bergspitze sein muss. Jetzt gerade sind wir in der Sektion in der Vorbereitung des ersten integrativen Kletterangebots, das dann für mich im Herbst mit der Projektvorstellung der Integrativen Klettergruppe den Abschluss der Trainer-C-Ausbildung bedeutet. Im nächsten Steinmandl werden wir dann über die Integrative Klettergruppe berichten.

Liebe Grüße
Ben

**Das
Stein
mandl**

Steinmandl digital

Wusstest du, dass du unser Steinmandl auch digital lesen kannst?

www.dav-minden.de/steinmandl



Mitteilungen

Bericht zur Mitgliederversammlung 2024

Am Samstag, den 09.03.2024 fand die Jahreshauptversammlung der Sektion Minden des Deutschen Alpenvereins im Saal der Marienkirche statt. Viele Mitglieder haben leckeren, selbstgebackenen Kuchen gespendet – ganz herzlichen Dank dafür! Die erste Vorsitzende Beate Forth eröffnete die Veranstaltung.

Es folgte das Gedenken an die im letzten Jahr verstorbenen Mitglieder, sowie im Anschluss die Ehrung der erschienenen Jubilare. 50 Jahre Mitglied sind Anneliese und Erhard:

Erhard Zimmermann war jahrelang Vortragswart unseres Vereins und leitet heute die Seniorengruppe. Anneliese Nahrwold hat viele Jahre unsere Bibliothek betreut, gibt ihren Posten jetzt jedoch auf. Wir danken beiden sehr für ihr großes Engagement! Beate Forth berichtete vom Treffen des Dachverbands Nord. Auf der Dachverbandstagung wurde verkündet, dass ab 2025 ein zusätzlicher Betrag von 3,50 Euro pro Erwachsenem Mitglied zu entrichten sind. Insgesamt werden etwa 50% unserer



Mitgliedsbeiträge an den Dachverband entrichtet, der daraus verschiedene relevante Positionen finanziert. Insgesamt werden vom Dachverband Sparmaßnahmen ergriffen. Es wird z.B. nur noch 4 Panorama Zeitschriften pro Jahr geben, anstatt wie bisher 6 Ausgaben pro Jahr.

Der Hüttenwart in Mallnitz, Holger Brandl, war per Zoom zugeschaltet. Unser Minderer Hüttenwart Walter Fuchs war im August 2023 in Mallnitz, um mit Holger alles für einen Versorgungsflug mit Heiz- und Reparaturmaterial per Hubschrauber vorzubereiten.

Es folgten die Berichte der verschiedenen Gruppen der Sektion.

Der Wanderwart Stefan Schultz freute sich, dass es 2023 mit der Gruppe bergauf ging. Es hat sich ein großes Team gebildet, welches die Sektion mit vielen neuen Ideen und Touren bereichert. Die Wandergruppe bietet noch mehr Wanderungen an, auch



Mitteilungen

wieder Wochenend-Touren und Mehrtages-Fahrten. Auch hier hat die Zahl der teilnehmenden Wanderinnen und Wanderer deutlich zugenommen, was eine sehr erfreuliche Entwicklung ist. Die Sportliche Wandergruppe von Astrid Schüller wurde sehr gut angenommen und findet weiterhin regulär im Zeitraum von April bis September jeden zweiten Dienstag statt. Auch hier gibt es ein neues Team, welches sich fortan die Leitung der Gruppe teilt.

halle des Weser-Gymnasiums. Er bedankte sich dafür bei den Unterstützenden aus Vorstand und Verein.

Jugendreferent Markus Smetan war mit der Jugendgruppe – neben dem Hallenklettern – zweimal in den heimischen Felsen klettern: in Lürdissen und am Hohenstein. Am JDAV- Pfingstcamp 2023 kamen ca. 200 Jugendliche aus den Sektionsverbänden Nord und NRW auf dem Ith-Zeltplatz zusammen.



Birgitt Stockinger, Leiterin der Familiengruppe, hat im vergangenen Jahr viele großartige Aktionen angeboten. Auch für dieses Jahr sind wieder spannende Aktionen geplant!

Die Fitnessgruppe - immer mit einem Lächeln und ein bisschen Schwitzen – wird im Wechsel von Achim Zerbst und Klaus Kämmerling geleitet. Auch dort gab es viel Zuwachs im letzten Jahr!

Thomas Heine-Forth aus dem Kletterteam bedankte sich ausdrücklich bei Mark Vogel für sein Engagement allgemein sowie insbesondere für den Einsatz beim Schrauben der Routen.

David Stehle aus Vlotho berichtete von der Erweiterung der Kletterwand in der Turn-

Lu Franzen und das Klimaschutzteam haben sich viele Gedanken zur Umsetzung der Klimaschutzmaßnahmen gemacht und bringen viel tolle Vorschläge zur Kompensation vor. Spontan hat sich Angelika Bönnisch bereit erklärt, das Klimaschutzteam zukünftig zu unterstützen!

Ausbildungsreferent Klaus Kämmerling berichtete, dass im Jahr 2023 vermehrt Fachübungsleiter/innen ausgebildet wurden. Wir haben zurzeit 20 Fachübungsleiter/innen in der Sektion Minden.

In diesem Jahr standen zahlreiche Wiederwahlen an. Der gesamte Vorstand, bestehend aus Beate Forth als erste Vorsitzende, Erika Steinisch als zweite Vorsitzende, Anne Müller als Schriftführerin

Mitteilungen

sowie Markus Smetan als Jugendreferent wurde einstimmig wiedergewählt.

Ganz neu im Team und einstimmig gewählt wurde Dietmar Altvater zum Schatzmeister unseres Vereines. Seit Anfang des Jahres war er bereits kommissarisch für uns im Einsatz.

Auch der Beirat, bestehend aus Familiengruppenleiterin Birgitt Stockinger und Walter Fuchs als Hüttenwart, sowie die Ehrenratsmitglieder Angelika Bönisch, Olav Klauß und Erika Steinisch wurden einstimmig wiedergewählt.

Rechnungsprüfer Achim Zerbst und Rechnungsprüferin Daniela Burow wurden in ihrem Amt einstimmig bestätigt.

In nächsten Jahr feiert die Sektion im Juli

das 100-jährige Hüttenjubiläum, u.a. an Ihrer Hütte in den Hohen Tauern und im Talort und Bergsteigerdorf Mallnitz. Eine Planungsgruppe hat sich zusammengefunden, um diverse spannende Aktionen zu organisieren.



Anzeige

Die Debeka-Gruppe

FÜREINANDER DA SEIN

Der wahre Wert einer
Gemeinschaft zeigt sich
in schwierigen Zeiten.



Stefan Schultz

Mobil (01 70) 1 85 45 81, stefan.schultz@debeka.de

31655 Stadthagen, Haberkampstr. 9a

www.debeka.de

Debeka

Das **Füreinander** zählt.

Mitteilungen

Klimawandel – wenn wir uns nicht ändern, ändert sich das Klima

Datum: 07.11.2024

Beginn: 19:30 Uhr

Ort: Bürgerhaus Porta

Am Park 1, 32457 Porta Westfalica



Der geplante Vortrag im Frühjahr von Friedrich Föst musste leider verschoben werden. Dafür möchten wir uns nochmals entschuldigen. Jetzt steht der neue Termin fest. Wir freuen uns auf viele Zuhörende!

Der Klimawandel ist nicht nur in unserer Region, sondern insbesondere auch in den Alpen angekommen: Hitze- und Dürreperioden häufen sich, das Gletschereis taut in rasantem Tempo, auftauender Permafrostboden labilisiert ganze Gebirgszüge. Der Vortrag zeigt die Auswirkungen des Klimawandels und welche alpinen Gefahren damit verbunden sind. Dabei wird auf zukünftige Wetterszenarien eingegangen, sowie ein Einblick in die Klimaprojektionen bis zum Ende des Jahrhunderts gezeigt.

Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

Bücherei

Schon jetzt für den nächsten Urlaub planen? Bücher und Karten warten in der Bücherei auf euch.

Einfach mal reinschauen während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle im Marienstift der Marienkirche, Stiftstr. 2b, Minden. Immer am Donnerstag von 17.00 Uhr bis 19.30 Uhr.



Wir danken Anneliese Nahrwold herzlich für ihren jahrelangen ehrenamtlichen Einsatz in der Bücherei unserer Geschäftsstelle!

Wer Interesse hat, zukünftig diese Aufgabe zu übernehmen, melde sich bitte bei uns!

Mitteilungen

Seniorengruppe

Hallo, es gibt uns noch!!! Wir machen zwar keine Wanderungen mehr, dazu sind wir schon zu sehr in die Jahre gekommen...

Wir treffen uns dafür jeden 1. Freitag im Monat zu einem fröhlichen Plausch in der Geschäftsstelle des DAV.

Es gibt viel zu erzählen, manchmal reicht die Zeit gar nicht! Jedes Geburtstagskind wird auch mit einem kleinen Lied geehrt.

Ab 15:00 Uhr gibt es duftenden Kaffee und auch leckeren Kuchen.

Schaut mal vorbei – wir freuen uns auf euch!



Rennradl-Gruppe

Wir treffen uns für Rennradl-Touren im Zeitraum von April bis November. Wir sind ein paar leidenschaftliche Rennradfahrer/innen, die sich regelmäßig zu kleineren und größeren Ausfahrten treffen. Wir freuen uns über jede/n rennradbegeisterte/n Mitfahrer/in! Änderungen teilen wir im WhatsApp Chat.

Meldet euch gerne bei mir für die Aufnahme in der Gruppe.

Markus Smetan
markus.smetan@dav-minden.de
Tel.: 0176 9631 0438

Mountainbike-Gruppe

Unsere Touren finden in der Regel am 3. Sonntag des Monats statt. Treffen stets um 11.00 Uhr, der Treffpunkt wird über die WhatsApp-Gruppe bekannt gegeben.

André Oltmanns
andre.oltmanns@dav-minden.de
Tel.: 0176 9764 3251



Mitteilungen

Bericht des Klimaschutzteams

Mit der Kampagne **#machseinfach** zeigt der Dachverband, wie wir alle mit einfachen Mitteln einen Beitrag zum Klima- und Ressourcenschutz leisten und selbst nachhaltig handeln können. Ihr werdet sehen: Oft reichen schon kleine Dinge.

Auch wir in unserer Sektion wollen einen Beitrag leisten. Deshalb werden wir ab jetzt

in regelmäßigen Abständen im Steinmandl über die kleinen Schritte berichten, die jeder von uns tun kann. Denn jeder kleine Schritt zählt, nach dem Motto **#machseinfach!**

Bei Fragen oder Anregungen meldet euch gerne beim Klimaschutzkoordinator Lu Franzen und Carina Looft.



#machseinfach

Viele weitere Beispiele findet ihr auf der Website vom DAV. Jeder kann mit gutem Beispiel vorangehen und seinen persönlichen Beitrag leisten.

<https://www.alpenverein.de/thema/machseinfach>

Verpflegung am Berg

Der nächste Ausflug steht vor der Tür. Wie wäre es mit einem stärkenden Snack, bestehend aus Rohkost, Baguette und leckerem Dip?

Orientalischer Dattel-Dip

*Rezept: Birgitt Stockinger,
Hauswirtschaftsmeisterin*

Zutaten für 2 Personen

80 g Datteln
1 Knoblauchzehe
175 g Frischkäse (Vollfett) Bio
100 g Schmand
2-3 TL Curry oder Thai-Curry
1 TL Harissapaste
1 TL Schwarzkümmel
Salz zum Abschmecken

Zubereitung

Die Datteln entkernen, mit dem Knoblauch in ein hohes Gefäß geben und einem Pürierstab zerkleinern. Frischkäse, Schmand, Curry, Harissapaste dazugeben und gut vermengen, nicht mehr mixen, sonst wird der Dip zu flüssig. Mit Salz abschmecken. Curry und Harissapaste kannst du nach eigenem Geschmack und Schärfewunsch dosieren.



Foto: DAV/Hans Herbig

Wanderteam

Wandertermine 1. Halbjahr 2024

1. Sofern nicht anders angegeben, bitte immer bis zum **Donnerstag** davor bei mir anmelden!
2. Die technischen Daten zur Strecke sollen euch einen Überblick über den zu erwartenden Schwierigkeitsgrad geben. Bei der Gehzeit sind Pausen nicht eingerechnet.
3. Änderungen vorbehalten. Einen über-sichtlicheren und ggf. aktualisierten Plan findet ihr unter www.dav-minden.de. Bei Fragen wendet euch bitte an den Wanderführer.

Sonntag, 21. Juli

Drei-Türme-Wanderung

Treffpunkt: 08 Uhr, Königswall

Höhe Pöttcherhalle

Startpunkt: 09:15 Uhr, Parkplatz am Oesbergsaal, Bad Pyrmont/Oesbergstr. 33

Distanz: 19 km, +554hm, Gehzeit ca. 6 h

Verpflegung: Berggasthaus

Sennhütte (Zwischeneinkehr)

Leitung: Stefan Schulz

Sonntag, 29. September

Wanderung auf dem Grafenweg

Distanz: 18 km, +397hm, Gehzeit ca. 5 h

Treffpunkt: 08:00 Uhr, Königswall

Höhe Pöttcherhalle

Start: 09:00 Uhr, Parkplatz gegenüber Hotel Burg Sternberg, Sternberger Str. 37, Linderhofe

Verpflegung: Rucksackverpflegung

Leitung: Ursula Hill und Sigfriede Stohl

Samstag, 24. August

Rundtour durch den Bückeberg

Treffpunkt: 12:00 Uhr, Königswall

Höhe Pöttcherhalle

Start: 12:45 Uhr Parkplatz

Schutzhütte Brandshof, Brandshofer

Weg 2, Stadthagen

Distanz: 16 km, +397hm, Gehzeit ca. 4 h

Leitung: Stefan Schultz

Nach der Rückkehr wollen wir den Tag mit einem zünftigen Grillen ausklingen lassen. Wer nur zum Grillen kommen möchte findet sich bitte gegen 18:00 Uhr bei der Schutzhütte ein.

Sonntag, 27. Oktober

Bonstapel - Kleiner Selberg - Talle

Distanz: 15 km, +385hm, Gehzeit ca. 4:45 h

Treffpunkt: 09:30 Uhr, Königswall

Höhe Pöttcherhalle

Start: 10:15 Uhr, Wanderparkplatz

Linnenbeeke, Hohenhausener

Str. 61, Vlotho

Verpflegung: Rucksackverpflegung

Leitung: Reinhard Hattwig

Samstag, 16. November

Heidbrink, Kniebrink & Wurzelbrink

Distanz: 14 km, +402hm, Gehzeit ca. 4h

Treffpunkt: 12:00 Uhr, Königswall

Höhe Pöttcherhalle

Start: 12:45 Uhr, Parkplatz Barres

Brauwelt, Berliner Str. 123, Lübbecke

Verpflegung: Barres Brauwelt (Schlusseinkehr)

Leitung: Stefan Schultz

Dienstag, 22. Oktober

Wanderplanbesprechung

19:00 Uhr, DAV Geschäftsstelle

Leitung: Stefan Schultz

Termine & Veranstaltungen

Ferien NRW		Ferien NDS		↗ ■ ◆ ✳ ↘ ❖ Klettern Sportliche Wandergruppe Fitnessgruppe Rennradgruppe MTB Seniorengruppe	
September 2024					
01	So	Wandern im Weserbergland		Stefan Schultz Fernwanderung in den Luxemburger Ardennen	
02	Mo				
03	Di				
04	Mi				
05	Do	↗	◆		
06	Fr	↗	❖		
07	Sa	↗			
08	So				
09	Mo				
10	Di	■			
11	Mi				
12	Do	↗	◆		
13	Fr	↗			
14	Sa	↗	✳	Alpenglühen	
15	So	↘			
16	Mo				
17	Di	Info-Abend „Kungsleden 2025“			
18	Mi				
19	Do	↗	◆		
20	Fr	↗			
21	Sa	↗			
22	So				
23	Mo				
24	Di				
25	Mi				
26	Do	↗	◆		
27	Fr	↗			
28	Sa	↗			
29	So	Wanderung Grafenweg			
30	Mo				

Juli 2024		
01	Mo	
02	Di	■
03	Mi	
04	Do	
05	Fr	❖
06	Sa	
07	So	
08	Mo	
09	Di	
10	Mi	
11	Do	
12	Fr	
13	Sa	
14	So	
15	Mo	Klaus Kämmerling Klettern im Dachstein
16	Di	■
17	Mi	
18	Do	
19	Fr	
20	Sa	
21	So	Wanderung Drei Türme Bad. Pyr.
22	Mo	
23	Di	
24	Mi	Dirk Kahmann Hochtour in den Ötztaler Alpen
25	Do	
26	Fr	
27	Sa	
28	So	
29	Mo	
30	Di	■
31	Mi	

August 2024		
01	Do	
02	Fr	❖
03	Sa	
04	So	
05	Mo	
06	Di	
07	Mi	Markus Smetan Hochtour im Zillertal
08	Do	
09	Fr	
10	Sa	
11	So	FG Schnuppersegeln am Weserbogen
12	Mo	
13	Di	■
14	Mi	
15	Do	Stefan Schultz Bergwandern in Serfaus-Fiss-Ladis
16	Fr	
17	Sa	
18	So	
19	Mo	
20	Di	
21	Mi	
22	Do	➡ ◆
23	Fr	➡
24	Sa	➡
25	So	Wanderung Bückeberg / Grillen
26	Mo	
27	Di	■
28	Mi	
29	Do	➡ ◆
30	Fr	➡
31	Sa	➡
		Rolf Frohne

Termine & Veranstaltungen

		Klettern
		Sportliche Wandergruppe
		Fitnessgruppe
		Rennradgruppe
		MTB
		Seniorengruppe

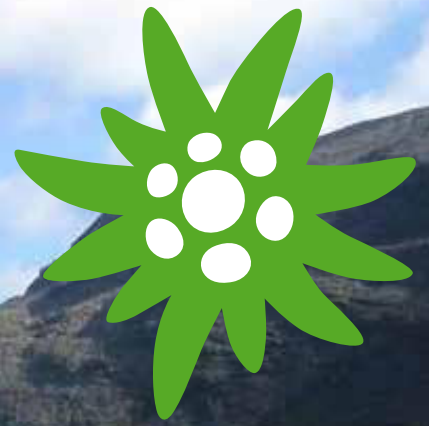
Dezember 2024	
01 So	
02 Mo	
03 Di	
04 Mi	
05 Do  	
06 Fr  	
07 Sa 	Jahresabschluß der Sektion
08 So	
09 Mo	
10 Di	
11 Mi	
12 Do  	
13 Fr 	
14 Sa 	
15 So	
16 Mo	
17 Di	
18 Mi	
19 Do  	
20 Fr 	
21 Sa 	
22 So	
23 Mo	
24 Di	
25 Mi	1. Weihnachtstag
26 Do	2. Weihnachtstag
27 Fr	
28 Sa	
29 So	
30 Mo	
31 Di	

Oktober 2024	
01 Di	
02 Mi	
03 Do	Tag d.d. Einheit
04 Fr  	Wanderteam Wanderwochenende in der Eifel
05 Sa 	
06 So	
07 Mo	
08 Di	
09 Mi	
10 Do  	
11 Fr 	
12 Sa  	
13 So	
14 Mo	
15 Di	
16 Mi	
17 Do	
18 Fr	
19 Sa	
20 So	
21 Mo	
22 Di	Wanderplanbesprechung 2025
23 Mi	
24 Do	
25 Fr	
26 Sa	
27 So	FG Chaos-Geländespiel Wanderung Talle
28 Mo	
29 Di	
30 Mi	
31 Do  	Reformationstag

November 2024	
01 Fr	Allerheiligen
02 Sa 	
03 So	
04 Mo	
05 Di	
06 Mi	
07 Do  	
08 Fr 	
09 Sa  	
10 So	
11 Mo	
12 Di	
13 Mi	
14 Do  	
15 Fr 	
16 Sa 	Wanderung Heidbrink, Kniebrink
17 So 	FG Geo-Caching
18 Mo	
19 Di	
20 Mi	
21 Do  	
22 Fr 	LVS-Kurs
23 Sa 	Tourenplanung d/a
24 So	
25 Mo	
26 Di	
27 Mi	
28 Do  	
29 Fr 	
30 Sa 	

Aktuelle und vollständige Informationen unter www.dav-minden.de / Änderungen vorbehalten, Stand: 03. Juni 2024

Änderungen und Ergänzungen bitte an die Geschäftsstelle oder direkt an Stefan Schultz (Wanderwart).



Info-Abend: Kungsleden 2025 – Trekking-Tour in Schweden

Der Königspfad („Kungsleden“) ist Schwedens längster und bekanntester Fernwanderweg – ein Klassiker und sozusagen die Königsdisziplin des Wanderns in Schweden. Eine Wanderung, die Dich in den hohen Norden Schwedens führt, durch eine fantastische Berglandschaft und die natürliche Schönheit von vier Nationalparks der UNESCO-Welterbestätte Lapponia. Mehrere Startpunkte und Etappenziele erlauben eine individuelle Planung. Der beliebteste Abschnitt ist jener zwischen Abisko und Nikkaluokta. Er ist 105 Kilometer lang und in einer Woche zu schaffen. Diese Etappe oberhalb des Polarkreises begeistert Wanderer mit seinen atemberaubenden Ausichten, unter anderem auf die höchsten Berge Schwedens.

Ich würde gerne nächstes Jahr auf diesem Weg wandern und ihn in unserer Sektion als Tour anbieten. Allerdings möchte ich bereits vorab ausloten, ob es in der Sektion Interessierte für das Abenteuer gibt. Wer sich also vorstellen kann mitzukommen, den erwarte ich am:

Dienstag, den 17.09.24 um 19:00 Uhr in unserer Geschäftsstelle.

An diesem Abend sollen der Zeitraum sowie Art und Umfang der Tour besprochen werden. Ich freue mich auf Euch.

Euer Stefan Schultz

Sportliches Bergauf-Bergab-Wandern

Die Sportliche Wandergruppe trifft sich ganz einfach ohne Anmeldung ca. jeden zweiten Dienstagabend um 19 Uhr in der Umgebung von Minden, um gemeinsam mit netten Leuten 2 Stunden beim sportlichen Bergauf-Bergab-Wandern (BBW) für anspruchsvollere Touren zu trainieren – von April bis September. Im Vordergrund steht der Trainingscharakter. Die Startpunkte können sich evtl. wiederholen.

Achtung: Wir wandern bei jedem Wetter! Dabei können manche Wege matschig oder auch teilweise zugewachsen sein. Bitte die Kleidung entsprechend anpassen und an Zecken- und Sonnenschutz denken!

Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Für aktuelle Informationen und Änderungen gibt es einen E-Mail-Verteiler und eine WhatsApp-Gruppe.

Informationen und Kontakt über info@dav-minden.de oder donnerstags in der Geschäftsstelle (17:00 – 19:30 Uhr).

02.07.2024, 19:00 Uhr

Parkplatz Am Leversiesiek/Lehmberg in Lerbeck! **(NICHT am Wasserwerk!)**
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 10,2 km, ca. 15 min mit PKW
ca. 243 hm auf / ab
Leitung: Sarah Höcke

16.07.2024, 19:00 Uhr

Wanderparkplatz Kaiserstraße, unterhalb des Denkmals
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 6,2 km, ca. 12 min mit PKW
ca. 301 hm auf / ab
Leitung: Anna-Lena Gieben

30.07.2024, 19:00 Uhr

Friedhof Oberlübbe Fichtenstraße
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 13,9 km, ca. 20 min
ca. 296 hm auf / ab
Leitung: Astrid Schüler

13.08.2024, 19:00 Uhr

Ehem. Porta Berghotel, Hauptstraße 1
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 7,4 km, ca. 11 min mit PKW
ca. 336 hm auf / ab
Leitung: Anna-Lena Gieben

27.08.2024, 18:00 Uhr (Achtung: Uhrzeit!)

Wanderparkplatz Kaiserstraße, unterhalb des Denkmals
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 6,2 km, ca. 12 min mit PKW
ca. 301 hm auf / ab
Leitung: Astrid Schüler

10.09.2024, 18:00 Uhr (Achtung: Uhrzeit!)

Wanderparkplatz Bergwerk Kleinenbremen
Anfahrt ab Königswall Minden,
Pöttcherhalle: 13,2 km, ca. 18 min mit PKW
ca. 308 hm auf / ab
Leitung: Sarah Höcke

Familiengruppe

Outdoor-Cooking - Draußen schmeckts am besten

Mit fast 40 Kindern und Eltern ließen wir uns nach einer kleinen Wanderung am Seeufer nieder, richteten zwei kleine Lagerfeuer ein und fingen gleich an zu schnippeln. Jeder hatte Brettchen, Messer und Sparschäler im Gepäck, eine Decke als Unterlage und dann wurde gleich losgelegt: Kartoffeln, Gemüse, Obst. Alle halfen mit.

Mit der Riesen-Knabberplatte konnten alle schon mal den ersten Hunger stillen. Währenddessen wurde der große Topf mit Kartoffeln, Gemüse, Kräutern und Brühe und einem Schuss Sahne gefüllt. Jeder durfte mal umrühren, würzen, das Feuer beschwören, damit der Inhalt des großen Topfes doch auch bitte schnell brodelt. Wie spannend, Feuer zu machen, sich ums Feuer herum zu versammeln, immer mal wieder in den Topf zu gucken, ob es endlich kocht, zu probieren, ob die Kartoffeln schon durch sind und dann mit ordentlichem Hunger loszulegen. Auf dem Zweitfeuer schmorten währenddessen schon die Grilltomaten, Fetakäse, Mandeln, Datteln und Oliven mit ordentlich Knoblauch und Kräutern. Die wurden von den Großen gern genommen. Als Nachtisch gabs Melone.

Es hat mords Spaß gemacht und war ein Abenteuer, mit 40 Leuten zusammen draußen auf dem Feuer zu kochen. Das machen wir auf jeden Fall nochmal.

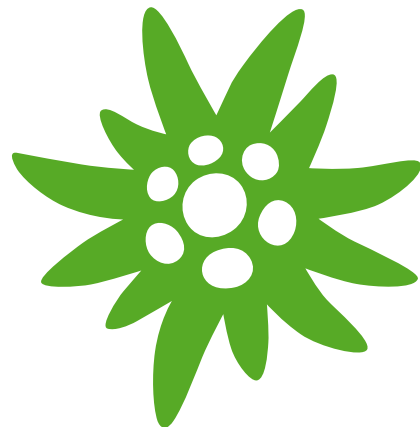
Mich macht es immer glücklich, mit Familien einen Tag in der Natur zu verbringen, zu sehen, wie vertieft und beschäftigt alle sind, wie die Kinder nichts vermissen und

überall etwas zum Spielen finden, wie einfach es ist, gemeinsam kleine Abenteuer zu erleben.

Eure Birgitt Stockinger
Familiengruppenleiterin

Meldet euch, wenn Ihr Lust bekommen habt, an unseren Aktionen in der Natur teilzunehmen. Wir freuen uns immer über neue outdoorbegeisterte Familien. Ihr könnt auch einfach mal zum Schnuppern vorbeikommen, regelmäßig oder auch nur sporadisch dabei sein. Eure Ideen, Anregungen sind immer willkommen. Gerne dürft Ihr Touren mit organisieren oder Angebote mit einbringen.

Anmeldungen zu den Aktionen über birgitt.stockinger@dav-minden.de oder über die WhatsApp-Gruppe



Vor der Anmeldung zu unseren Tourenangeboten nehmt bitte unbedingt per Mail oder telefonisch Kontakt mit der Tourenleitung auf. Ohne vorherige Absprache mit der Tourenleitung ist die Anmeldung nicht gültig.

Familiengruppe

Unsere geplanten Aktionen für das 2. Halbjahr 2024

Schnuppersegeln am Weserbogen

11. August 2024, 10 – 12 Uhr + 14 – 16 Uhr

Dauer: ca. 3 Stunden in zwei Gruppen

Altersempfehlung: ab 12 Jahren (Segeln)

Anmeldeschluss: 31. Juli 2024

Treffpunkt: Campingplatz am Weserbogen, Infos nach Anmeldung

Organisation: Birgitt Stockinger

Mit dem Segelverein Weserbogen e.V. werden wir das Segeln auf den Gewässern am Weserbogen erproben. Wir werden von den Profis begleitet und angeleitet und können erste Erfahrungen beim Segeln sammeln. Als Begleitprogramm, auch für diejenigen, die nicht mitsegeln wollen oder für die kleineren Geschwister, gibt es noch viele Angebote am Weserbogen, z.B. Schwimmen, Tretbootfahren, Kettcarfahren mit Berg-Kettcars oder Trampolinspringen.

Geo-Caching mit André

17. November 2024, 11:00 Uhr

Dauer: ca. 4 Stunden

Altersempfehlung: Für alle Altersgruppen

Treffpunkt: Wird noch bekannt gegeben

Altersempfehlung: Für alle Altersgruppen

Anmeldeschluss: 07.11.2024

Organisation: Birgitt Stockinger und André Nolting

André, unser Geo-Caching-Spezialist, plant für uns eine Geo-Caching-Einsteiger-Tour, eingebunden in eine Story, die uns durch die Tour führt.

Anschließend gibt es am Ziel heißen Familien-Punsch und Kekse.

Wer hat ein GPS-Geo-Caching-Gerät? Bitte meldet euch jetzt schon in der Familiengruppe, wenn ihr ein solches Gerät mitbringen könnt.

Wanderung mit Chaos-Geländespiel

27. Oktober 2024, 11:00Uhr

Dauer: ca. 3 Stunden

Altersempfehlung: für alle Altersgruppen

Treffpunkt: Bahnhof Vlotho

Organisation: Birgitt Stockinger und Bianca Kruse

Wir wandern zur Burg Vlotho. Dort werden wir im Wald mit Bianca ein spannendes Chaos- Geländespiel mit verschiedenen Teams machen. Anschließend können wir beim Spanier noch etwas trinken oder ein Eis essen.

Wir haben langfristig geplante Aktionen, aber auch relativ kurzfristige Aktionen, die dann über die WhatsApp-Gruppe und die Homepage bekannt gegeben werden.

Jahres-Abschluss mit allen Gruppen des Alpenvereins: Nachtwanderung mit anschließendem Grillen und Lagerfeuer

07. Dezember 2024, 16:00 Uhr

Dauer: open end

Treffpunkt: Café Waldkristall

Anmeldeschluss: 30.11.2024

Organisation: Birgitt Stockinger und Stefan Schultz

Nach einer ca. einstündigen Nachtwanderung werden wir ab 17:00 Uhr mit allen Gruppen des Alpenvereins den Abend am Grill- und Lagerfeuer oder im Kaminzimmer verbringen. Grillwürstchen und Punsch spendiert der Alpenverein.

Evtl. wird eine Märchenerzählerin uns am Kaminfeuer noch Märchen für jung und alt erzählen.

Tourenberichte

Wenn aus einer Frühlings- eine Winterwanderung wird...

Im April stand unsere Wanderung in Horn-Bad Meinberg an. Alle hatten sich schon auf das frische Grün und die leuchtenden Rapsfelder gefreut. Doch je weiter wir in Richtung des Starpunktes fuhren, wurde uns klar: Das wird heute eher winterlich... Dort angekommen: geschlossene Schneedecke, 10-15 cm Neuschnee.

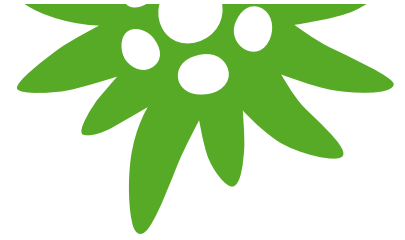
Aber wir wären nicht die Sektion Minden, wenn wir uns davon hätten abhalten lassen. Auf rutschigen Waldsteigen und Forstpisten schritten wir bergan zum Lippisch Velmerstot. Witterungsbedingt war unser Tempo leider langsamer als geplant. Darum - und weil bei diesem Wetter der Zugang zu den die Externsteinen geschlossen war - haben wir die Strecke dann etwas verkürzt.

Nach einer kleinen Stärkung an einem unscheinbaren Kiosk mit heißem Kaffee und frischen Waffeln, ging es dann auf direktem Wege zurück zum Ausgangspunkt.

Danke, Jörg Jung, für dieses schöne Erlebnis. Ich hoffe, dass deine Wanderung im nächsten Jahr, bei gutem Wetter stattfinden kann!

Euer Stefan Schultz





Tourenberichte

Oh, wie schön ist es in der Rhön!

Am Himmelfahrtstag - oder auch besser als Vatertag bekannt - haben wir acht uns auf den Weg in die Rhön gemacht. Nach einem kurzen Einchecken in der Enzianhütte, unsere Unterkunft für die nächsten vier Tage, ging es schon los zur ersten Tour. Für heute hatte Stefan eine 15 km lange Rundtour von der Hütte aus Richtung Milseburg und dann weiter über den Stellberg ausgearbeitet.

Die Milseburg ist ein 835m hoher Berg, auf dem eine Kreuzigungsgruppe aus Stein aus dem Jahre 1756 steht. Unterhalb davon ist eine kleine Kapelle zu Ehren des Heiligen Gangolf. Auf der Fläche neben der Kapelle ist eine steinerne Kanzel, die Stefan für ein paar aufmunternde Wort nutzte. Direkt unterhalb der Kapelle stand eine Schutzhütte aus dem 19. Jahrhundert, die aber abgerissen wurde. Die neue Schutzhütte konnten wir schon im Rohbau sehen.

Es bestand wohl kein Zweifel darüber, wo wir lang mussten!



Abends war dann ein grandioser Sonnenuntergang von der Terrasse der Enzianhütte zu sehen, den fast jeder für ein paar schöne Bilder genutzt hat.

Am nächsten Morgen hat uns ein sehr gutes Frühstücksbuffet erwartet, und weil wir schon um 7:00 vom „Chef“ geweckt wurden, hatten wir die erste halbe Stunde das ganze Büfett für uns.

Heute stand die Wasserkuppe (950m) auf dem Wanderplan. Das ist der Berg, für den die Rhön bekannt ist. Aber bevor wir da hinkamen, sind wir erst einmal in einem großen Kreis um die Wasserkuppe herumgelaufen. An der Abtsrodaer Kuppe vorbei, durch ein Skigebiet zum Eldorado für Segelflieger, dem Segelflugplatz Wasserkuppe. Da war fast alles vertreten, was fliegt: Segel- und Motorflieger, Modellflieger und jede Menge Paragliders.

Natürlich gibt es an so einem Ort auch jede Menge Souvenir Shops, die uns sehr gelegen kamen, denn jemand hatte unterwegs seine Schirmmütze verloren und wir haben kurzerhand auf Initiative von Stefan eine Ersatzmütze erstanden. Die war auch nötig, denn die Sonne war ja unser ständiger Begleiter.

Etwas unterhalb des Berges ist die Quelle der Fulda. Ein schöner Ort für eine kurze Rast und um Trinkflaschen mit kühlem Quellwasser nachzufüllen.

In der Nähe der Abtsrodaer Kuppe gibt es



Tourenberichte

eine Quelle, die einen Steintrog mit kaltem Wasser füllt. In diesem Trog sind Getränke zur Selbstbedienung. Das war ein willkommener Anlass für einen Zwischenstopp mit gekühlten Getränken.



Neben diesem Getränkeshop standen an einer Stelle mit einer super Aussicht Liegestühle, die man sich bei Bedarf aufklappen konnte. Da haben wir dann mit Selbstauslöser einige Fotos gemacht.



Mittags waren wir am Guckaisee. Dort ist ein nettes Lokal am See, wo wir unsere Mittagspause verbracht haben.

Frisch gestärkt ging es dann weiter zum Pferdkopf (875m), ein Berg mit einem Gipfelkreuz, das nicht auf dem Gipfel steht und einer „Baumelbank“ die ihrem Namen

alle Ehre macht. Der Pferdkopf selbst ist aufgrund seines steilen Gipfels und der Felsformationen sehr markant und wirkt im Gegensatz zu den sonst eher sanften Kuppen der Rhön durchaus alpin.

Jetzt ging es dann zur Wasserkuppe, wo noch ein Random (geschlossene Schutzhülle für z.B. Radarantennen) steht. Zur Zeit des kalten Krieges wurden diese Stationen wegen der Nähe zur DDR als Teil des NATO-Frühwarnsystems genutzt.

Abends war ein mäßiger Sonnenuntergang, aber dafür haben wir am Himmel Polarlichter erkennen können, zwar nicht grün wie am Polarkreis, sondern rot.

Am Samstag sind wir für die letzte Tour erst ein kurzes Stück mit dem Auto gefahren und sind ab dem NABU-Haus am roten Moor gestartet. Der erste Teil der Strecke war ziemlich flach und ging auch über einen ca. 1 km langen Blockbohlenweg der Bestandteil eines Moorlehrpfades durch das Moorgebiet ist.

Der Kontrast zum Moor war die Durchquerung der Kaskadenschlucht, ein sehr

romantischer Weg entlang eines Baches. Wie so oft in der Rhön, ist auch hier die Natur sich selbst überlassen und man hat den Eindruck, als würde man zu Zeiten von Hermann dem Cherusker durch die Wildnis ziehen.

Zum Schluss dieser Etappe ging es auf den

Tourenberichte

Heidelstein (925m), der aber eher kein markanter Berg ist, sondern eine Hochebene, aber durch den Sendemast der Telekom doch weithin sichtbar. Damit ging auch diese schöne Wanderung dem Ende entgegen. Die Abende haben wir immer auf der Terrasse der Enzianhütte verbracht und haben uns durch die Karte gefuttern. Die Enzianhütte ist seit etwas mehr als einem Jahr unter einer neuen Leitung. Das neue Team ist sehr jung und hochmotiviert, daher haben wir uns immer auf den Abend als krönenden Abschluss gefreut.

Resümee dieses Wochenendes für mich: Es waren vier wunderschöne Tage in einer wunderbaren Landschaft und mit sieben supernetten Mitwanderern. Wir waren ein richtig harmonisches Team. Nochmals ein Dank an Stefan für die Vorbereitungen der Touren.

Wolfgang Köbbe



Tourenberichte

Tourenbericht Schneeschuhtour 20.-27.01.24

Voller Vorfreude auf sechs schöne Touren-tage mit Gipfeln rund um den Achensee in Österreich, treffen wir uns in Pertisau (952 m) in einem gemütlichen Hotel, das für die ersten Tage unser Standort sein wird. Wir, das sind Dirk, der die Tour führt, Ariane, Sascha, Anne, Thomas und Sigrid.

Es ist alles im "grünen Bereich": Die Lawinenlage, die Stimmung in der Gruppe - aber laut Wetterbericht leider auch zunehmend "grün" im Tal. Mal schauen, ob wir immer die Schneeschuhe anschnallen können.

Der nächste Morgen empfängt uns noch mit ausreichend Schnee im Tal, frostigen -8 °C und strahlendem Sonnenschein.

Nach der Einweisung in die LVS-Geräte und natürlich dem Gruppencheck, geht es direkt vom Hotel aus los. Zunächst wandern wir über eine Wiese, bald geht es über Wege und Steige hinauf Richtung Feilkopf (1562m), unserem ersten Ziel. Die ersten Schritte sind ungewohnt, aber in dem einfachen Gelände finden wir uns alle schnell mit unseren "vergrößerten" Füßen zurecht.

Es ist schön, den Trubel der Loipen und Wanderwege im Tal hinter sich zu lassen und in den Bergwald aufzusteigen. Oben angekommen, genießen wir die Aussicht auf den Achensee. Der Gipfelbereich gleicht

einem kleinen Plateau. Hier ist auch genug Schnee, um das in der Lawinenausbildung Gelernte in der Praxis zu üben: Finden und Retten eines Verschütteten! Wir suchen ... und finden das vergrabene Gerät. - Auf dass der Ernstfall nie eintritt! Du hast 15 Minuten Zeit, dann sinken Deine Überlebenschancen rapide. - Aber wieder zu den weniger dramatischen Gedanken. Auf dem Rückweg kehren wir in die Feilalm ein und lassen uns den Kuchen schmecken, bevor wir wieder ins Tal absteigen. Der erste schöne Schneeschuhtag geht zu Ende.

Die Touren der beiden nächsten Tage starten von Achenkirch aus, das wir dank Gästekarte kostenlos mit dem Bus erreichen. Wir besteigen das Küppal (1691 m) und die Hochplatte (1813 m). Im Gegensatz zur Eingetour gilt es hier auch mal im tieferen Schnee im wegelosen Gelände unterwegs zu sein. Nicht alles ist schon gespurt, aber das macht das Unterwegssein mit Schneeschuhen ja auch aus. So haben wir neben der Anstrengung auch viel Freude daran, durch den unberührten Schnee zu stapfen. Dann steht der Wechsel des "Basislagers" an: Wir fahren mit der Bahn auf zur Erfurter Hütte (1834 m), wo wir für die nächsten drei Tage Quartier beziehen. Diese stehen unter anderen Vorzeichen: WWW = Wind, Weiß





(Schnee) und Warnstufe.

Die geplante Tour auf die Seekarlspitze (2261 m) braucht drei Anläufe, aber wir haben ja auch drei Tage Zeit... Am Ankunfts- tag erwartet uns zwar ausreichend Schnee und strahlender Sonnenschein, aber auch ein so starker böiger Wind, dass wir fast alleine auf der Hütte und im Gelände sind. Der Skiliftbetrieb ist schon eingestellt. Wir machen uns auf den Weg, um das Gelände zu erkunden. Aber nach einigen heftigen Böen, die uns fast umwehen, ist klar, dass heute kein Gipfeltag ist. Dafür machen wir an sonniger, windgeschützter Stelle Rast und lernen einen neuen Begriff kennen: Den Tourensenf - Thomas hat doch tatsächlich eine große Tube im Rucksack "mitgeschleppt"... er mag ihn halt gerne.

Am zweiten Tag verheißt der Blick aus dem Fenster nichts Gutes. Viel Neuschnee, alles Weiß, kaum Sicht... es soll aber später Aufklaren. Da wir das Gelände von gestern kennen, machen wir uns auf den Weg. Schnell merken wir, wie anders die Landschaft weiß in weiß erscheint und wie schwierig die Orientierung werden kann. Wir kehren um zur Hütte - an schönes Wetter denkt heute niemand mehr. Wie so oft schon, belehrt uns der Berg eines Besseren. Kaum sind wir wieder in der Hütte und haben uns umgezogen, kommt der Umschwung. Blauer Himmel und kein Wind mehr! Für die Bergtour ist es zwar zu spät, aber wir haben einen schönen Nachmittag mit und ohne Schneeschuhen in Hüttennähe.

Für unseren letzten Tag stehen die Chan-

cen gut. Der morgendliche Blick aus dem Fenster zeigt gutes Wetter und die Lawinenwarnstufe ist auch wieder im grünen Bereich. So geht es heute über die bekannten Punkte im Gelände hinaus und wir steigen zur Seekarlspitze auf. Es ist toll, durch diese Schneelandschaft am Berg unterwegs sein zu dürfen. Den Gipfel immer vor Augen, ziehen wir unsere Spuren hinauf. Wie schön, dass es noch geklappt hat und wir zusammen dieses Gipfelerlebnis haben!

Sigrid Bertelmann



Tourenberichte

Alpiner Basiskurs 2024 – Klettern für Einsteiger

Mitte bis Ende April fand der alpine Basis-kurs des DAV Minden statt. In gut gelaunter Runde versammelten wir uns am Mittwoch, den 10.04.2024 für das erste Kursmodul in der Geschäftsstelle. Das Kursleitungs-Team Klaus, Tanja, Tom und Dirk begrüßte die Teilnehmenden und stellte den groben Ablaufplan vor. Die Module bestanden aus einem ersten Theorieteil in der Geschäftsstelle, dann Kletterpraxis an der Wand in der Pöttcherhalle und schließlich Praxisübungen in der Natur, rund um den Fernsehurm bei Porta.

Gleich der erste Abend war vollgepackt mit einem Haufen sinnvoller Tipps und Hinweisen zu Bergtouren in den Alpen. Must-haves für die persönliche Schutzausrüstung wie Biwaksack und Erste-Hilfe-Paket wurden vorgestellt und herumgereicht. Abgerundet wurde der Abend mit einem famos einprä-

samen Vortrag zu Wetterkunde in den Alpen vom Lübbecker Meteorologe Friedrich Föst. Am nächsten Abend versammelte sich die Gruppe in der Pöttcherhalle. Inhalt dieses Abends waren Grundlagen des Kletterns in der Seilschaft. Aufgeteilt in eine Gruppe mit Klettererfahrung und eine aus Kletterneulingen, lernten wir je nach Wissensstand die Grundlagen des Top-Rope Kletterns, Abseilens und verschiedenste Knoten kennen. Auch die Praxis an der Wand kam nicht zu kurz.

Am Samstag, den 20.04.2024 kam die Gruppe wieder in der Geschäftsstelle zusammen, um gemeinsam Karten zu wälzen, Touren zu planen und sich über Ausrüstung und das sinnvolle Packen des Rucksacks fortzubilden und auszutauschen. Wir haben sowohl analog mit hochaufgelösten Karten, als auch mit Apps alpine Touren geplant und die Wegstrecken, beziehungsweise die zu benötigende Zeit berechnet. Auch wurde besprochen, wie und welchen Rucksack man für Tages- und Mehrtagestouren optimal packt.

Nach der intensiven theoretischen Vorbereitung und den Übungen in der Halle stand das letzte April-Wochenende ganz im Zeichen der Praxisübungen im Gelände. Gestartet am Fernsehurm in Porta, sind wir gut ausgerüstet mit Helm, Gurt, Abseilgeräten und Seilen zum Schlageterdenkmal gelaufen. Dort angekommen, hat das Ausbildungsteam die Seile sicher oben angebracht, sodass wir lernen konnten, uns selbst abzuseilen. Nach der ersten Überwindung, über die Balustrade zu steigen, hat es richtig Spaß gemacht. Also gleich nochmal und mit einem anderen Sicherungsgerät probiert! Einige von uns haben sogleich das Abseilen mit einer weiteren Person geübt.

Gut, dass wir den Ablauf mehrfach geübt



Tourenberichte

haben, denn danach ging es querfeldein zum Steinbruch. Allerdings an die obere Kante... Perfekt also, um sich gleich noch einmal abzuseilen. Die ganzen 12 Meter hinunter in den Steinbruch. Alle Teilnehmenden sind nach teils kurzer Überwindung sicher unten angekommen und haben es dann gleich noch ein weiteres Mal probiert. Im Anschluss war noch genügend Zeit, um im Steinbruch zu klettern.

Direkt am nächsten Tag haben wir uns wieder im Steinbruch versammelt. Gestartet wurde der Tag mit Übungen zum Begehen eines Klettersteiges. Anschließend haben wir die Spaltenbergung gelernt: Wie bekomme ich eine Person sicher wieder aus einer Gletscherspalte heraus? Welche Gerätschaften und Knoten brauche ich dafür? Abgerundet wurde der Tag wieder mit Klettern im Steinbruch. Zwei Teams konnten sogar das Klettern in Mehrseillängenrouten üben. Immer supportet von der Ausbildungsleitung, die ebenfalls am Felsen hing. Was für tolle Erlebnisse im Steinbruch, in



toller Gruppe unter kompetenter Leitung bei perfektem Kletterwetter! Wir haben in Theorie und Praxis richtig viel gelernt und einige sind sicher das ein oder andere Mal über sich hinausgewachsen und haben die Herausforderungen gemeistert.

Danke an das Leitungsteam!

Friederike Schumann

Alpiner Basiskurs 2024 – Bergwandern für Einsteiger

Neues Modul im Basiskurs

Nicht alle wollen gleich über Gletscher und Viertausender. In diesem Frühjahr haben wir deshalb erstmalig unser Angebot zum alpinen Basiswissen ergänzt. Das neue Modul „Bergwandern für Einsteiger“ vermittelt alles rund ums Wandern. Wie auch bei den Inhalten des alpinen Basiskurses, greifen wir hierfür auf die Lehrinhalte des Deutschen Alpenvereins zurück. Am Sonntag des Praxiswochenendes ging es in der Sektion mit einer kurzen, theoretischen Einheit los. Anschließend waren wir dann

auch am Jakobsberg aktiv unterwegs und haben alles rund um das Wissen zum Wandern praktisch ausprobiert. Dabei war der Schwerpunkt unter anderem Trittsicherheit, der Einsatz von Wanderstöcken, Risiken im alpinen Sport einschätzen, der alpine Notruf und Bergsportausrüstung bei Wanderungen einsetzen. Wir waren nur eine kleine Gruppe, hoffen aber dass sich im nächsten Jahr ein paar mehr Mitglieder*innen für unser Angebot interessieren. Wir werden es gerne wieder anbieten!

Beate Forth

Tourenberichte

Kletterfahrt nach Südfrankreich Ostern 2024

Am 23.04. machte sich eine bunte Gruppe mit Hund auf den Weg nach Südfrankreich. Wir waren so zwischen 15 und ungefähr 59 Jahre alt. Neben Carla, Maria mit Teddy, Tjorven, Malte und Ben aus der Klettergruppe waren Flore und Patrick aus Dortmund sowie Beate, Thomas und Klaus dabei. Später kamen dann noch Alena und Daniel mit Shanti dazu. Unser Ziel war Collias, ein typisch südfranzösisches Dörfchen, direkt am Fluss Gardon, 30km westlich von Avignon. Dort wohnten wir in einem wunderbaren, verwinkelten, viele hundert Jahre alten Haus und gehörten so für 9 Tage zum mittelalterlichen Dorfensemble dazu. Unser Haus lag fußläufig zum Fluss und den Kletterfelsen. Die wunderbaren Kalksteinwände dort hat der Gardon in vielen Jahrtausenden aus dem Felsen gewaschen. Wir besuchten neben dem Klettergebiet Collias auch die Felsen in Russan und an der Pont Saint Nicolas. Allein in diesen drei Klettergebieten standen uns über 600 Kletterrouten in allen Schwierigkeitsbereichen zur Verfügung, sodass jeder wirklich klettern konnte, bis er „Eins mit dem Universum“



war. Wer einen Pausentag brauchte, wanderte z.B. zur Pont du Gard oder besuchte Avignon.

Jeden Tag war ein anderer aus der Gruppe für das Essen zuständig, so dass die kulinarischen Höhepunkte reihum gezaubert wurden. Hier wurden aus dem Angebot der französischen Küche mit frischesten Zutaten alle Register gezogen. Abgerundet wurde das „Savoir Vivre“ durch wunderbare Weine der Region. Nach dem Essen klang der Abend dann vor einem der großen Sandsteinkamine aus, der neben den müden Knochen auch das Herz wärmte. Die tolle Gemeinschaft, das französische Flair, die großartige Kletterei und die grandiose Landschaft machen die Fahrt für mich unvergesslich! Ich bedanke mich bei allen für eine wunderschöne, intensive Kletterwoche und freue mich schon auf die nächste Fahrt!

Euer Klaus



Tourenangebote

Herbstwandern in der Eifel

Das Hohe Venn in Belgien, das Heimbacher Staubecken und die Abtei Mariawald sind nur einige Höhepunkte auf einer Tour durch die Eifel. Die Unterbringung und Verpflegung erfolgt in einem Selbstversorgerhaus, welches unsere Gruppe allein bewohnt. Der „Zustieg“ erfolgt in Fahrgemeinschaften mit dem Auto, direkt bis zum Haus. Von den Teilnehmer/innen wird erwartet, dass sie sich an den anfallenden Arbeiten (Einkauf, Spülen, usw.) angemessen beteiligen. In der im Tourenportal ausgewiesenen Kursgebühr ist die Unterkunft inkludiert. Hinzukommende Kosten für Anreise & Verpflegung werden vor Ort auf alle Teilnehmer umgelegt.

Leitung: Stefan Schultz, stefan.schultz@dav-minden.de

Datum: 03. – 06.10.2024

Teilnehmerzahl: min. 6 / max. 10 Personen

Anmeldeschluss: 25.08.2024

Teilnahmevoraussetzungen: Eine solide Grundkondition und Trittsicherheit sollten vorhanden sein.

Schneeschtour Tannheimer Berge

Wir werden mit Schneeschuhen – wenn es die Schneelage zulässt – diverse Gipfel besteigen und auch einfachere Touren im Bereich der Tannheimer Berge machen. Wir werden in Hotels oder Gasthäusern übernachten.

Den Umgang mit den LVS-Sets werden wir vor Ort noch einmal üben. Ich biete am 22.11.2024 einen LVS-Kurs an. Es wäre sinnvoll, an dem Kurs teilzunehmen.

Kursleitung: Dirk Kahmann, dirk.kahmann@dav-minden.de

Datum: 18. – 25.01.2025

Teilnehmerzahl: max. 4

Anmeldeschluss: 05.10.2024

Teilnahmevoraussetzungen: Kondition für Touren von 5-6 Stunden und bis zu 1000HM, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Ausrüstung: Schneeschuhe, Stöcke mit Schneetellern, LVS-Set (kann ich gegen Gebühr von der Sektion Bielefeld ausleihen).

Bitte bei allen Angeboten beachten:

Vor der Anmeldung zu unseren Tourenangeboten nehmt bitte unbedingt per Mail oder telefonisch Kontakt mit der Tourenleitung auf. Ohne vorherige Absprache mit der Tourenleitung ist die Anmeldung nicht gültig.



Kursangebote

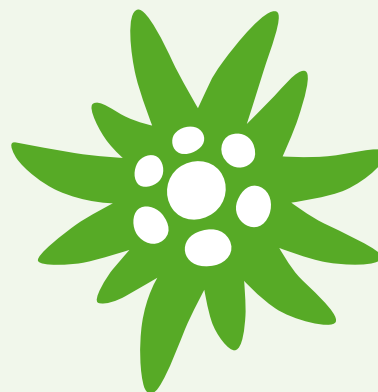
Upcycling-Workshop

Wir wollen mit euch zusammen ausgedienten Textilien ein neues Leben geben. Beim Upcycling verschaffen wir alten Dingen einen neuen Lebenszyklus. Das ist dann sinnvoll, wenn wir für die hergestellten Produkt eine weitere Verwendung haben. Es trägt zum Ressourcenschutz bei und dadurch auch zum Natur- und Klimaschutz. Starten wollen wir mit den alten Seilen der Kletterer. Hier gibt es einige Meter, die wir zu Gürteln, Körben oder Taschen verarbeiten können. Und dann ist da ja noch einiges mehr, das einen neuen Nutzen finden kann. Den genauen Termin geben wir noch bekannt. Genäht und gebastelt wird dann an 2 bis 3 Terminen in der Geschäftsstelle. Wir freuen uns auf euch! Anmeldungen bitte über die Homepage.
Beate und Daniela



Lawinen-LVS Kurs

Kursleitung: Dirk Kahmann,
dirk.kahmann@dav-minden.de
Datum: Freitag, 22.11.2024, 18:00 Uhr
Ort: Geschäftsstelle



Alle, die im winterlichen Gebirge Ski- oder Schneeschuhen-Touren machen, sollten sich der Gefahren durch Lawinen bewusst sein, und auch in der Rettung geschult sein. Deshalb biete ich diesen Winter wieder einen Lawinenkurs an. Die Inhalte des Kurses sind u.a. der Lawinen-Lagebericht, Risikobewertung, der Umgang mit dem LVS-Set und Verschütteten-Suche.

Tourenplanung, Orientierung, Kartenkunde digital/analog + Rucksack sinnvoll packen!

Kursleitung: Dirk Kahmann und Tanja Schröder,
dirk.kahmann@dav-minden.de
Datum: Samstag, 23.11.2024, 11:00 Uhr
Ort: Geschäftsstelle



DAV/Hans Herbig

Die Tourenplanung in der Papierkarte wird mehr und mehr durch digitale Möglichkeiten im Web und durch Apps ergänzt. Wir werden beide Varianten besprechen, da nicht immer ein Mobiltelefon, Tablet oder Computer zur Hand ist. Im Nachgang werden wir uns dem Thema "Rucksack packen für Touren" widmen.

Klettern – Fitness – Bewegung

Regelmäßige Kletterzeiten und Fitnessangebote (nicht in den Ferien)

**18:00 – 20:00 Uhr, Pöttcherhalle,
Pöttcherstraße 34, 32423 Minden**

- Einführung in die Grundlagen des Kletterns
- Seil- und Knotenkunde
- Sichern mit verschiedenen Sicherungsgeräten
- Topropeklettern
- Kernpunkte einer ökonomischen Klettertechnik
- Abseilübungen

Markus Smetan – Tel. 0176 96310438
markus.smetan@dav-minden.de

Freitagsklettern

**16:30 – 18:00 Uhr, Pöttcherhalle,
Pöttcherstraße 34, 32423 Minden**
(bei gutem Wetter im Sektionssteinbruch)

Die Freitagsklettergruppe ist eine Kletter- und Spielzeit für Kinder mit ihren Eltern. Selbstverständlich sind auch alle anderen Kletterer willkommen!

Klaus Kämmerling – Tel. 0152 31866399
klaus.kaemmerling@dav-minden.de

Klettertraining am Samstag

**14:00 – 16:00 Uhr, Pöttcherhalle,
Pöttcherstraße 34, 32423 Minden**

Jede/r hat schon mal Erfahrungen gemacht, dass man oft auch mit „Schrubben“ der Füße oder anderen technischen Fehlern zum Erfolg kommt. Technik ist eine Kompo-

Alpine Fitnessgruppe

**Do., 20:00 – 22:00 Uhr, Pöttcherhalle,
Pöttcherstraße 34, 32423 Minden**

Unser Ansporn ist, gemeinsam mit netten Menschen etwas Gutes für uns zu tun. Das Programm besteht aus einer intensiven Fitnessgymnastik zu Musik. Wir freuen uns über jeden „Neuen“, selbstverständlich auch über solche mit Fitnessdefizit!

Klaus Kämmerling – Tel. 0152 31866399
klaus.kaemmerling@dav-minden.de

Achim Zerbst
achim.zerbst@dav-minden.de

Klettern in Vlotho

Samstags, 10:00 – 13:00 Uhr
Sonntags, 15:00 – 18:00 Uhr 
**Sporthalle Weser-Gymnasium, Prof.-
Domagk-Str. 12, 32602 Vlotho**

Sowohl kleine als auch große Kletterer sind jedes Wochenende mit dabei. Unsere Klettertermine sind offen für alle Interessierten!

David Stehle – Tel. 05733 9296655
david.stehle@dav-minden.de

Mark Vogel – mark.vogel@dav-minden.de

nente der Kletterleistung, und je höher das Kletterniveau, umso spezifischer sind die Übungen im Training.

Vorstand, Beirat und Übungsleiter*innen

Position	Name	E-Mail	Telefon
1. Vorsitzende	Beate Forth	beate.forth@dav-minden.de	0170 5451393
2. Vorsitzende	Erika Steinisch	erika.steinisch@dav-minden.de	05734 7162
Schatzmeister	Dietmar Altvater	dietmar.altvater@dav-minden.de	
Schriftführerin	Anne Müller	anne.mueller@dav-minden.de	
Jugendreferent, Klettern	Markus Smetan	markus.smetan@dav-minden.de	0176 96310438
Naturschutzreferent*in	vakant		
Hüttenwart	Walter Fuchs	walter.fuchs@dav-minden.de	0176 23805046
Vortragswart*in	vakant		
Familiengruppe	Birgitt Stockinger	birgitt.stockinger@dav-minden.de	0162 7325915
Wanderwart	Stefan Schultz	stefan.schultz@dav-minden.de	05721 8929525
Ausbildung, Klettern, Hochtour	Klaus Kämmerling	klaus.kaemmerling@dav-minden.de	0152 31866399
Digitalkoordinator	Jannek Solinski	jannek.solinski@dav-minden.de	
Klimaschutzkoordinator	Lu Franzen	lu.franzen@dav-minden.de	0571 9720487
Geschäftsstelle	Astrid Schüler	info@dav-minden.de	0571 8293703
Kassenprüfer*in	Daniela Burow, Achim Zerbst		
Mountainbike-Gruppe	André Oltmanns	andre.oltmanns@dav-minden.de	
Rennradgruppe	Markus Smetan	markus.smetan@dav-minden.de	0176 96310438
Klettergruppe	Thomas Heine-Forth	thomas.forth@dav-minden.de	0170 4128649
Klettergruppe Vlotho	David Stehle	david.stehle@dav-minden.de	05733 9296655
Übungsleiter Klettersteig	Dirk Kahmann	dirk.kahmann@dav-minden.de	0170 3261142
Sportliche Wandergruppe	Astrid Schüler	info@dav-minden.de	0571 8293703
Wanderleiter	Lu Franzen	lu.franzen@dav-minden.de	0571 9720487
Social Media	Nik Möllenbeck	nik.moellenbeck@dav-minden.de	
Routenbauer (Indoor)	Mark Vogel	mark.vogel@dav-minden.de	

Impressum

Herausgeber: Deutscher Alpenverein (DAV)

Sektion Minden (gegr. 1884) e.V.

Stiftstraße 2b | 32427 Minden | Tel. 0571 8293703

www.dav-minden.de | info@dav-minden.de

Auflage: 1.000 Stück (jeweils halbjährlich)

Gestaltung + Druck:

Patrick Hilker | www.patrickhilker.de

Inserenten:

- » Frohne – Architekten | Stadtplaner
- » Sparkasse Minden-Lübbecke
- » DEBEKA – Stadthagen
- » Weltenbummler – Reisekleidung und Ausrüstung

Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Geschäftsstelle und Bücherei

befinden sich in den Räumlichkeiten des Marienstifts der Marienkirche Minden, Stiftstraße 2b

Öffnungszeiten:

Donnerstags von 17:00 – 19:30 Uhr (Geschäftsstelle)

Bankverbindung: Sparkasse Minden-Lübbecke

IBAN: DE19 4905 0101 0040 022 402

BIC: WELADED1MIN

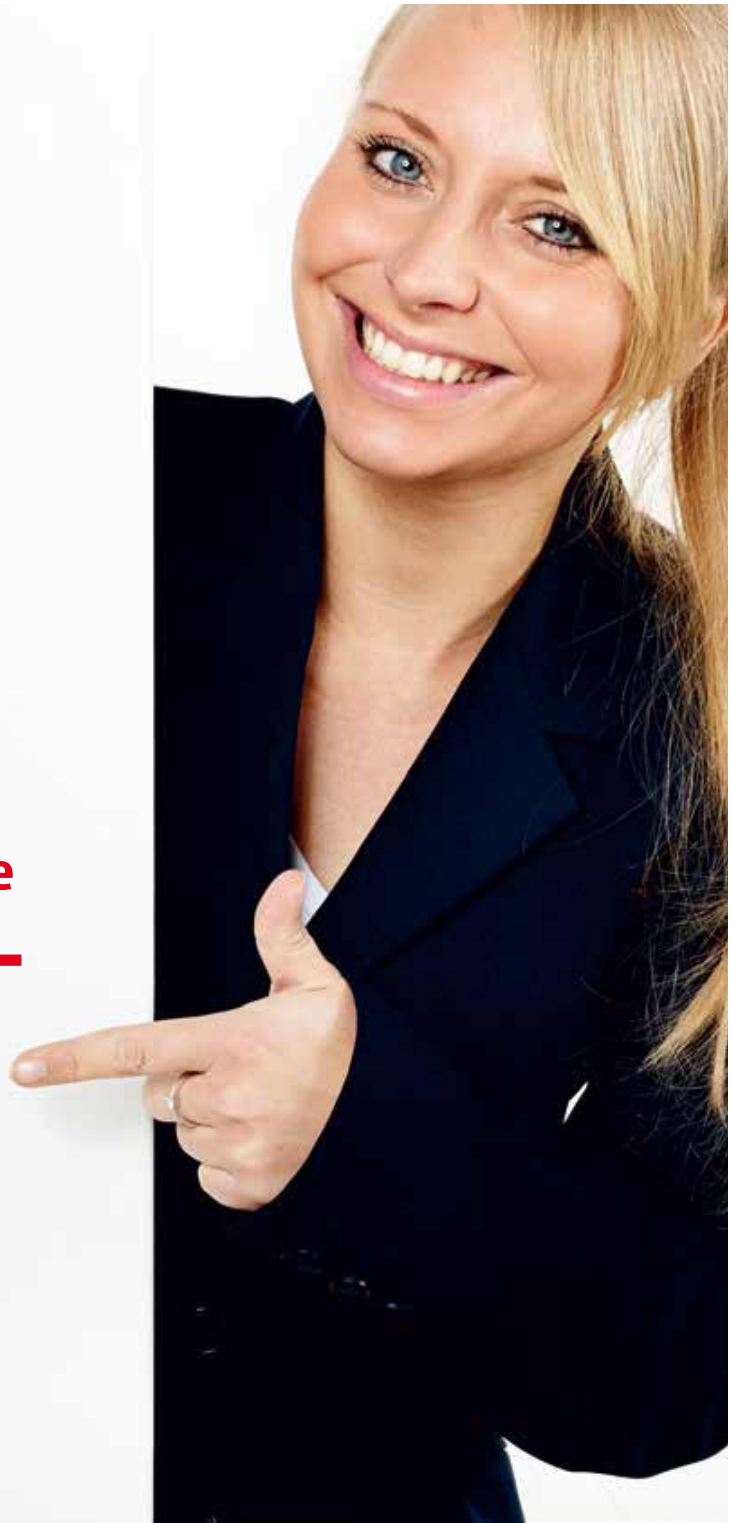
Alle gezeigten Bilder stammen von DAV-Mitgliedern von selbsterlebten Touren und Unternehmungen.

Redaktionsschluss für Heft Nr. 55 ist der 31.10.2024.

**WIR BEDANKEN UNS BEI ALLEN FÜR DIE SCHÖNEN
BERICHTE UND BEI KATJA FÜR DIE FEHLERSUCHE!**

200 Kundenberatende
21 Geschäftsstellen
54 Geldautomaten
11 Stunden täglich
Mo-Fr Telefonberatung
24/7 Online-Banking
mit App oder Homepage

Passt, oder?



Die
PasstBESSER
SPARKASSE

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Minden-Lübbecke



... alles dabei?



Weltenbummler OHG
Reisekleidung und Ausrüstung
Hahler Straße 2 | 32423 Minden
Tel. 0571 28425 | Fax 0571 87618
www.weltenbummler-minden.de