Deutscher Alpenverein
Sektion Paderborn e. V.



Sektionsmitteilungen

27. Jahrgang, Nr. 53, Oktober 2026

Unter anderem mit folgenden Inhalten:

- *Einblicke in die Vereinsarbeit*
- *Berichte aus der Kinder- und Jugendgruppe*
- *Berichte von Ausbildungstouren*
- *Berichte von Alpentouren und Wanderungen*
- *Info's zu Touren & Terminen*

... und viele interessante Dinge mehr

alpenverein-paderborn.de

Inhaltsverzeichnis

EINBLICKE
Vorwort....3
Bericht von der Mitgliederversammlung 2026....4
Einladung zur Jugendvollversammlung 2026....6
Bericht aus der Vorstandsarbeit....7
Ohne Ehrenamt - kein Alpenverein....9

AUSBILDUNGSTOUREN UND SCHULUNGEN
Ausbildung an und auf Klettersteigen im Duisburger Landschaftspark Nord....10
Trittschulung....11
Ausflug zur Kletteranlage in Beckum....12
Riss- und Tradklettern Grundkurs....13

UNTERWEGS
DAV-Familiengruppe im Landschaftspark Duisburg - Nord....15
Ausflug zum preußischen Velmerstot - Kindergruppe....16
Pfingstcamp auf dem Ith....17
JDAV Alpenfahrt 2026....18
Ferienfinale im Ahorn Sportpark....19
Angebote für Junggebliebene....20
Unsere Wanderer auf Erfolgskurs....21
Berliner Höhenweg....22
Alpenüberquerung Tegernsee - Sterzing....26
Weserhöhenweg 2026....30
Wanderwochenende in Heinrichsdorf....32
Wandern in heimischen Regionen....34

SERVICE UND TERMINE
Infos zur Martiniwanderung 2026....46
Bilder-Galerie....47
Wie viel Schritte sollst du gehen?....48
PADERMARSCH 2027....49
Alpenvereinaktiv, Moobly....50
Hinweise zur Mitgliedschaft....51
Der Berg ruft - Arbeiten auf einer Alpenvereinshütte....54
Trinkwasserversorgung in Paderborn....56
Sektionsstammtisch....57
Terminübersicht und Angebote von Touren....59
Materialausleihe....64
Notfälle und Rettung in den Alpen....65
Kontakte in der Sektion / Impressum....66

Liebe Sektionsmitglieder,



ich hoffe, ihr hattet alle einen wunderschönen Sommer, konntet euch im Urlaub gut erholen und neue Kraft tanken. Vielleicht habt ihr dabei auch die eine oder andere schöne Bergtour unternommen und viele besondere Momente in den Bergen erlebt.

Auch in diesem Jahr hat die Sektion wieder mehrere mehrtägige Bergtouren angeboten. Die Nachfrage nach solchen Touren ist hoch. Zu den Höhepunkten zählten der Berliner Höhenweg, der Stubaier Höhenweg und die Alpenüberquerung. Auch die mehrtägigen Ausbildungstouren „Riss- und Trad-Klettern Grundkurs“, „Wandern plus“ und „Grundlagen des alpinen Mehrseillängenkletterns“ waren gut ausgebucht. Vielen Dank an alle Touren- und Kursleiterinnen und -leiter, die diese vielfältigen Angebote ermöglicht haben.

Damit wir auch künftig attraktive Angebote machen können, sind wir auf ehrenamtliches Engagement angewiesen. Mehr dazu erfahrt ihr im Artikel „Ohne Ehrenamt – kein Alpenverein“ (Seite 9).

Ein besonderes Ereignis im kommenden Jahr ist der Padermarsch 2027, dessen Vorbereitungen bereits laufen. Auch hier ist ehrenamtliches Engagement unverzichtbar: Für die Durchführung werden wieder viele helfende Hände gebraucht.

Erfreulich ist, die Mitgliederzahlen steigen weiter kontinuierlich an – ein deutliches Zeichen für das große Interesse an unserem Verein und seinen Angeboten. Finanziell steht der Verein gut dar. Dadurch können wir die Vereinsarbeit auch künftig aktiv gestalten und attraktive Touren sowie Veranstaltungen anbieten.

Frank Lünstroth

Titelbild: Teilnehmer der Tour "Berliner Höhenweg" auf der Hängebrücke auf dem Weg zur Olpererhütte

Redaktionsschluss für das Sektionsheft 1/2027:

Bitte alle Berichte, Änderungen, Hinweise usw. für die kommende Ausgabe **spätestens bis zum 31. Januar 2027 an redaktion@alpenverein-paderborn.de senden!**
Hinweise, was beim Verfassen eines Berichtes zu beachten ist, findet ihr auf der Homepage der Sektion unter der Rubrik "Verein/Sektionsmitteilungen".

Mitgliederversammlung 2026 - Kurzbericht

Der Einladung zur jährlichen Mitgliederversammlung der Sektion Paderborn am Mittwoch, 29. April 2026 um 19:30 Uhr folgten insgesamt 40 Mitglieder in das Sektionshaus, um den Bericht des Vorstands über das Vereinsjahr 2025 entgegenzunehmen.

Nach der Begrüßung und den einleitenden Worten durch den 1. Vorsitzenden Frank Lünstroth berichtete dieser über die Entwicklung der Mitgliederzahlen. Die Sektion konnte im Vergleich zum Vorjahr einen Zuwachs von 148 Mitgliedern verzeichnen und zählt nun insgesamt 3.261 Mitglieder. Darüber hinaus informierte er über aktuelle Schwerpunktthemen der Vorstandsarbeit.

Satzungsänderung

Ein zentrales Thema der vergangenen Monate war die Überarbeitung der Satzung. Der Entwurf der neuen Satzung war den Mitgliedern bereits zusammen mit der Einladung zur Mitgliederversammlung zugegangen. Während der Versammlung wurden die wesentlichen Änderungen und Anpassungen vorgestellt und erläutert.

Maßnahmen zur Reduzierung von CO2-Emissionen

Im Rahmen der Nachhaltigkeitsziele des Deutschen Alpenvereins, bis in fünf Jahren CO2-neutral zu werden, möchte auch die Sektion Paderborn Maßnahmen zur Reduzierung ihrer CO2-Emissionen umsetzen. Denkbare Projekte sind beispielsweise die Installation einer Wärmepumpe oder einer Photovoltaikanlage. Im Anschluss an die Mitgliederversammlung gründete sich eine Projektgruppe aus interessierten Mitgliedern und Vorstandsmitgliedern, die sich künftig intensiv mit diesem Thema befassen wird.

Gebühr bei Zahlungserinnerungen

Die Mitgliederversammlung stimmte dem Vorschlag des Vorstands zu, künftig bei erforderlichen Zahlungserinnerungen an Mitglieder ohne Lastschriftmandat eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 10 Euro zu erheben. Die bisherige Regelung zur Weiterberechnung von Kosten für Rücklastschriften bleibt unverändert bestehen.

Der Kassenbericht

Schatzmeister Bernward Kirchhoff stellte den Kassenbericht für das Geschäftsjahr 2025 vor. Das Jahr konnte mit einem Überschuss abgeschlossen werden. Neben der Tilgung eines Teils des bestehenden Darlehens wurden Rücklagen für zukünftige Investitionen gebildet. Die Kassenprüfer bescheinigten eine ordnungsgemäße Kassenführung ohne Beanstandungen. Im Anschluss wurde der Vorstand von der Mitgliederversammlung einstimmig entlastet.

Berichte aus den Gruppen

Der Ausbildungsreferent sowie die Leitungen der Sportgruppen Kinder und Jugend (JDAV), Familie, Klettern und Bouldern, Wandern, Bergsteigen und Mountainbike berichteten anschaulich über die vielfältigen Aktivitäten des vergangenen Jahres und gaben einen Ausblick auf die für 2026 geplanten Veranstaltungen. Weitere Informationen zu den Gruppen und ihren aktuellen Angeboten können auf der Website der Sektion eingesehen werden.



Frank Lünstroth (links) überreicht die Urkunden an die Jubilare: v.l.: Jürgen Siats (für 40 Jahre), Marie-Anne Butterwegge (für 70 Jahre), Josef Wibbe (für 40 Jahre)

Ehrungen

Auch in diesem Jahr konnten langjährige Mitglieder für ihre Treue zum Deutschen Alpenverein geehrt werden. Für ihre 40-jährige Mitgliedschaft wurden Jürgen Siats und Josef Wibbe ausgezeichnet. Marie-Anne Butterwegge erhielt eine Ehrung für ihre 70-jährige Mitgliedschaft.

Anträge oder Anfragen waren bis zum Ablauf der satzungsgemäßen Frist am 15. April 2026 nicht eingegangen. Der offizielle Teil der Mitgliederversammlung endete um 22:00 Uhr. Anschließend nutzten viele Mitglieder die Gelegenheit, den Abend bei anregenden Gesprächen in geselliger Runde ausklingen zu lassen.

Text: Iris Gärtner für den Sektionsvorstand
Foto: Kerstin Menke

Einladung zur Jugendvollversammlung 2026

Liebe JDAV-Mitglieder der Sektion Paderborn, liebe Jugendleiter*innen, Funktionsträger*innen und Leiter*innen der Kinder- und Jugendgruppen,

hiermit laden wir euch herzlich ein zur

Jugendvollversammlung 2026
am 20.11.2026 ab 17:45 Uhr
im Vereinshaus des DAV Sektion Paderborn

Tagesordnung:

- Begrüßung
- Rückblick ins Jahr 2025/26
- Ausblick ins Jahr 2026/27
- Wahl des Jugendausschusses
- Wahl der Delegierten für die Landes und Bundesjugendversammlung
- Verschiedenes

Auf der Sektionsseite findet ihr unter Sektion/Service/Downloads einen Vordruck für die Einverständniserklärung eurer Eltern für eure Teilnahme an der JVV.
Bringt diese bitte mit oder sendet sie per Mail, wenn ihr unter 16 Jahre alt seid.

Fragen? Ergänzungen, zum Beispiel zum Punkt „Verschiedenes“?
Meldet euch gerne unter jugend@alpenverein-paderborn.de
Anträge können bis zum 13.11.2026 unter der gleichen E-Mail-Adresse eingereicht werden.

Wir freuen uns auf eine gelungene Jugendvollversammlung.

Wer Lust hat bringt seine Kletterschuhe mit, eventuell können wir im Anschluss noch bouldern.

Eure Jugendreferenten

Marlin Link und Lennart Klüner

Transparenz und Offenheit in der Vorstandsarbeit: Womit wir uns beschäftigen

Der Vorstand wird in Zukunft regelmäßig offen und transparent über seine Arbeit berichten, sodass Entscheidungsprozesse, Finanzen und Vereinsziele für alle Mitglieder nachvollziehbar sind. Für Rückfragen, Kritik oder Anregungen stehen wir den Mitgliedern jederzeit zur Verfügung. Wir begrüßen Feedback ausdrücklich.

Glasfaseranschluss DAV-Haus

Auch wenn dieses Thema nicht unmittelbar zur klassischen Vorstandsarbeit gehört, hat sich der Vorstand darum gekümmert: Unser Sektionshaus verfügt nun über einen Glasfaseranschluss und ist damit bestens für die Zukunft aufgestellt.

Förderanträge beim Landessportbund

Auch in diesem Jahr haben wir beim Landessportbund einen Förderantrag für unsere Jugendarbeit gestellt. Neu hinzugekommen ist die Übungsleiter*innen-Offensive 2026 des Landes Nordrhein-Westfalen. Dieses Förderprogramm unterstützt die Ausbildung von Übungsleiter*innen mit bis zu 500 Euro je Maßnahme. Für insgesamt sieben Ausbildungen haben wir entsprechende Förderanträge eingereicht.

Reduzierung der CO2-Emissionen

Unser Ziel ist es, den Verbrauch fossiler Energieträger nachhaltig zu reduzieren und dadurch langfristig sowohl die Betriebskosten als auch die CO2-Emissionen zu senken. Eine eigens gebildete Projektgruppe hat hierzu mehrere Angebote für Photovoltaikanlagen und Wärmepumpen eingeholt. Im Rahmen des aktuellen Förderprogramms „Moderne Sportstätte NRW“ des Landessportbundes haben wir bereits einen ersten Antrag gestellt. Zudem fanden erste Gespräche mit dem Stadtsportverband Paderborn statt. Das Antragsverfahren ist umfangreich und erstreckt sich im Jahr 2027 über mehrere Stufen. Der damit verbundene Aufwand kann sich jedoch lohnen, da eine Förderung von 50 Prozent der Kosten möglich ist.

Mitgliederversammlung des DAV-Landesverbandes und Bundesverbands

Mitglieder des Vorstands haben das Stimmrecht unserer Sektion bei den Landes- und Bundesversammlungen des DAV wahrgenommen und werden dies auch künftig tun:

- Außerordentliche Bundesversammlung 28. Februar 2026 in Mannheim
- Bundes DAV Strategiegipfel 2026 am 3.–4. Juli in Würzburg
- NRW-Mitgliederversammlung am 10.10.2026 in Siegburg
- Bundes-Hauptversammlung 20.11.- 21.11.2026 in Erfurt

Service & Infrastruktur

Ob Pflege unserer Website, Organisation von Touren oder Materialausleihe – diese Bereiche halten unseren Verein am Laufen. Um die Arbeit unserer Ehrenamtlichen zu entlasten, ist die Digitalisierung dieser Bereiche wichtig. Der Vorstand arbeitet an zahlreichen Themen in diesen Bereichen und wir freuen uns über jede Unterstützung.

- Elektronische Kartenzahlung für die Materialausleihe ist jetzt möglich.
- Wir haben uns für ein externes Programm zur Erstellung von Newslettern entschieden. Der Newsletter wird derzeit von der Wandergruppe genutzt, soll aber zukünftig auch für den Padermarsch eingesetzt werden. Perspektivisch soll der Newsletter an alle Mitglieder versandt werden.
- Wir prüfen und evaluieren Yolawo, einen externen Anbieter für ein Kursbuchungssystem. Es besteht eine Kooperation mit dem DAV und es ist wahrscheinlich, dass dieses System in Zukunft auch auf der Webseite intergriert wird.

Ehrenamt

In der letzten Vorstandssitzung haben wir beschlossen, das Ehrenamt stärker in den Fokus zu rücken. Dazu wurde bereits ein Plakat erstellt. Außerdem möchten wir die Ehrenamtsseite auf unserer Sektionswebsite überarbeiten und Mitglieder gezielt ansprechen.

Gerechte Bezahlung von Übungsleitern und gleiche Regeln für alle Sportgruppen

Unser Ziel, einheitliche Regeln für alle Sportgruppen zu schaffen, konnte nicht erreicht werden. Der Grund dafür sind die unterschiedlichen Vorstellungen der einzelnen Sportgruppen. Dennoch gibt es konkrete Neuerungen:

- Die Jugendleiter bekommen für ihre Übungsleiterarbeit 10 EUR die Stunde anstatt eine „Be zahlung in Sachwerten“.
- Für öffentliche Touren und Ausflüge mit einer Dauer von mindestens fünf Tagen erhält der Organisator eine Ehrenamtspauschale i.H.v. 50 EUR als Ausgleich für den organisatorischen Aufwand und als Anerkennung seiner Tätigkeit. Bitte nehmt das auch in Anspruch.

Frank Lünstroth



Ohne Ehrenamt - kein Alpenverein

Eine zentrale Aufgabe des Vorstands ist es, Ehrenamtliche zu gewinnen. Ihr Engagement bringt unsere Sektion voran und ermöglicht uns, unseren Mitgliedern ein vielfältiges und attraktives Angebot zu machen. Dazu möchte ich einige Gedanken mit euch teilen.

Im Wander- und Sportkletterbereich ist unsere Sektion personell gut aufgestellt, während in den alpinen Disziplinen – insbesondere Bergsteigen, Hochtouren und Klettersteig – qualifizierte Ehrenamtliche fehlen. Deshalb möchten wir gezielt Mitglieder ansprechen, die Interesse an einer Ausbildung oder einer ehrenamtlichen Tätigkeit in den Bereichen Bergsteigen, Alpin und Klettersteig haben. Wer sich ein Engagement vorstellen kann oder zunächst mehr über die Aufgaben und Ausbildungsmöglichkeiten erfahren möchte, kann sich gern beim Vorstand melden.

Auch außerhalb des Sportbereichs brauchen wir dringend Unterstützung: bei der Pflege unserer Website, der Erstellung von Sektionsheft und Newslettern, der Materialausleihe, dem Boulder- und Routenbau sowie der Organisation von Veranstaltungen wie dem Bouldercup. Diese Aufgaben sind unverzichtbar, damit unser Vereinsleben reibungslos funktioniert. Deshalb suchen wir Mitglieder, die unser Team verstärken möchten – gern zeitlich begrenzt und ohne langfristige Verpflichtung. Du entscheidest selbst, welche Aufgabe zu dir passt und wie viel Zeit du einbringen möchtest.

Ehrenamt macht Spaß und bietet unzählige Möglichkeiten. Schau auf der Website unserer Sektion vorbei und entdecke, welches Engagement zu dir passt: https://www.alpenverein-paderborn.de/Ehrenamt

Frank Lünstroth



Ausbildung an und auf Klettersteigen im Duisburger Landschaftspark Nord

Das Begehen von Klettersteigen gewinnt immer mehr Anhänger.
So wollten auch wir „Wanderer“ die Vertikale ausprobieren und uns (fast) wie ein Kletterer in den Alpen fühlen. Nur wo? Paderborn liegt nicht gerade im Hochgebirge....

...da ist der Landschaftspark Nord (LaPaNo) in Duisburg genau das Richtige!

Er beheimatet den längsten außer-alpinen Klettersteig nördlich der Alpen, hat eine Länge von ca. 530 Metern und bietet die Schwierigkeitsbereiche A bis E. Hier kann man das Naturerlebnis Klettersteig aus den Bergen ausgiebig trainieren, erleben und genießen.
Egal ob in der Wand, über Leitern, Eisenstiften oder Betonstrukturen. Selbst eine Schlucht kann mit Hilfe einer Hängebrücke oder auf einem ausgesetzten Grat überwunden werden...und das Gipfelkreuz? Das gibt es natürlich auch!
Der Klettersteig „Via Ferrata Monte Thysso“ des DAV Duisburg befindet sich in den ehemaligen Möllerbunkern (auch Erzbunker) eines stillgelegten Hüttenwerkes. In diesen riesigen Betonbunkern wurden früher Koks und Eisenerze für die Roheisenproduktion zwischengelagert. Die Anlage gehörte zur ehemaligen Thyssen AG, war bis 1985 als Eisenhütte in Betrieb und steht mittlerweile seit 2022 als Gartendenkmal unter Schutz.

Nachdem wir unsere komplette Montur bestehend aus Helm, Gurt, Klettersteigset, Bandschlinge und Schraubkarabiner angelegt hatten, wurden wir von Tina und Dirk sehr ausführlich eingewiesen und konnten uns auf der „Einsteigerrunde“ ausprobieren.
Dann war es soweit: es ging auf die „Via Ferrata Monte Thysso“!
Man benötigt schon eine Menge Mut und eine große Portion Selbstvertrauen, um den Parcours zu begehen – natürlich alles unter den wachsamen Augen von Tina und Dirk, die uns bei schwierigen Stellen weiterhalfen und uns immer wieder mit wertvollen Tipps und Tricks versorgten. Da kam man schon mächtig ins Schwitzen. Die Freude, heil und wohlbehalten wieder beim Ausstieg anzukommen – unbeschreiblich. Einige von uns konnten nicht genug bekommen und starteten gleich die 2. Runde.
So verging die Zeit viel zu schnell. Uns bleibt die Erinnerung an einen wunderschönen, erlebnisreichen Tag. Ich bin froh, mal etwas anderes ausprobiert zu haben und werde beim nächsten Urlaub in den Bergen keinen großen Bogen mehr um einen Klettersteig machen.
Ach ja, nicht zu vergessen: die blauen Flecke und der Muskelkater am nächsten Tag – aber das gehört vermutlich dazu.

Kerstin Menke



Zu Beginn wurden wir von Tina und Dirk eingewiesen.

Von weichen Knien und festen Tritt

Mein Weg durch die Trittschulung

Ich habe die Berge noch nie geliebt, wollte es aber trotzdem mal damit versuchen. Doch zwei Alpentouren haben mir letztendlich zugesetzt:
Nach ein, zwei Extremsituationen hat sich eine Höhenangst eingeschlichen, die ich vorher so extrem nicht kannte. Sobald es heute an einen Steilhang geht, blockiere ich und bekomme weiche Knie. Um mir etwas Sicherheit zurückzuholen, habe ich mich für die Trittschulung unserer Bergsteigergruppe angemeldet.

Am Treffpunkt zeigte sich eine bunt gemischte Gruppe: Neben mir waren auch erfahrene Mitglieder dabei, die ihre Technik vor der nächsten Alpentour einfach auffrischen wollten.
Der Kurs bot sowohl für mich "Angsthäschen" als auch für die "Auffrischer" den perfekten Input. Als ideale Kulisse dienten die Sandsteinformationen in Tecklenburg. Unter professioneller Anleitung von Dirk Neuheisel lernten wir hier Schritt für Schritt die wichtigsten Grundlagen:

- Material- und Sohlenkunde: Uns wurde erklärt, wie moderne Bergschuhe konstruiert sind und wie viel Reibung die Sohle selbst auf rutschigen Oberflächen erzeugt – ein echter Aha-Effekt für alle.
- Gehtechnik im Auf- und Abstieg: Wir übten das bewusste Aufsetzen des gesamten Fußes für maximale Auflagefläche sowie das gelenkschonende Abfedern beim Berg-abgehen.
- Gleichgewicht und Gewichtsverlagerung: Durch gezielte Übungen an Böschungen lernten wir, den Körperschwerpunkt zentral über dem Fuß zu halten.
- Leichte Kletterei: An den Sandsteinfelsen ging es ans Eingemachte. Beim Klettern erprobten wir den richtigen Einsatz von Griffen und das Vertrauen in die Reibung des rauen Felses.
- Spiel und Spaß: Gab es entlang des Trimm-Dich-Pfades, wo wir auch unsere allgemeine Kondition unter Beweis stellen konnten.

Der sprichwörtliche Knoten ist bei mir zwar noch nicht geplatzt. Ich habe gemerkt, dass es mir in einer Gruppe generell noch schwerfällt, mein eigenes Tempo zu gehen und mir die nötige Zeit zu nehmen. Der innerliche Stress blockiert mich da einfach noch. Dennoch war der Kurs ein wichtiger Schritt. Ich habe das handwerkliche Rüstzeug bekommen, um am Steilhang künftig rationaler zu reagieren.
Ob zur Angstbewältigung oder zur Auffrischung: Diese Schulung ist jedem wärmstens zu empfehlen. Ein großes Dankeschön an Dirk für die Geduld und das feine Gespür!

Steffi Buckler





Ein Ausflug zur Kletteranlage in Beckum



Kletteranlage in Beckum

Ein Ausflug führte die Wandergruppe zum Klettersteig im Aktivpark Phoenix in Beckum. Die moderne Anlage des Deutschen Alpenvereins bietet ideale Möglichkeiten, erste Erfahrungen am Klettersteig zu sammeln und unter sicheren Bedingungen auszuprobieren. Der Lehrklettersteig mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden sowie die künstlichen Kletterwände machen die Anlage zu einem beliebten Ziel für Einsteiger und erfahrene Kletterer gleichermaßen.



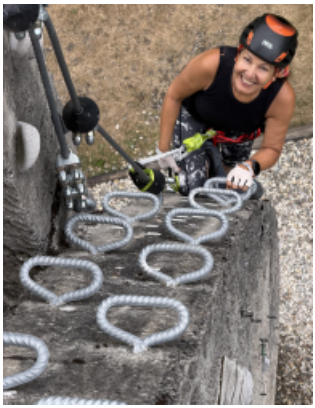
Die insgesamt zehn Teilnehmer wurden in zwei Gruppen aufgeteilt. Jochen und Silke aus unserer Klettergruppe gaben zunächst eine kurze Einweisung. Unter fachkundiger Anleitung und Sicherung konnten die Teilnehmer an leichten Routen ihr Können erproben, neue Bewegungsabläufe kennenlernen und erste Erfahrungen in der Höhe sammeln.

Die zweite Gruppe begab sich, ausgestattet mit Klettergurt, Helm und Klettersteigset, auf den Klettersteig. Dort waren Geschicklichkeit, Kraft und ein bisschen Mut gefragt, denn die Route erwies sich als anspruchsvoll und kräftezehrend. Nach zwei Stunden wechselten die Gruppen, sodass alle beide Bereiche ausprobieren konnten.

Der Ausflug nach Beckum war eine gelungene Kombination aus Klettersteig und Seil Klettern.

Frank Lünstroth







Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Kletterwand im Aktivpark Phönix Beckum. Oben: Konstantin, unten links: Katja, unten Mitte: Bina, unten rechts: Alfred, Ulla und Josef

Riss- und Tradklettern

Grundkurs

Vom 10. bis 14. Juni ging es für vier Teilnehmer – Frank, Julius, Manuel und Meike– und Kursleitung Freddy zum Riss- und Tradklettern nach Breuberg im Odenwald. Untergebracht waren wir in einer kleinen, sehr romantischen Privatpension: Fachwerk, Rosen und sogar ein Zimmer direkt im alten Tor – eine passende Unterkunft für ein Kletterwochenende im Odenwald.

Am Donnerstag stand zunächst die Klettertechnik im Mittelpunkt. Nach einer holprigen letzten Etappe der Anfahrt erreichten wir den Fels: eine beeindruckend hohe Wand aus schönem, rotem Sandstein. Zum Glück hatten wir ein 80-Meter-Seil dabei. Der Fels bot zahlreiche Risse in unterschiedlichsten Breiten, allerdings waren Haken eher rar gesät. So konnten wir uns ausgiebig mit den verschiedenen Rissbreiten vertraut machen und insbesondere Handrisse üben. Im Toprope tasteten wir uns langsam an die ungewohnte Klettertechnik heran. Besonders eindrucksvoll war ein Körperriss, in dem man sich mehr oder weniger vollständig versenken konnte und sich „hochwurmen“ musste.



Körperriss

Eine weitere Herausforderung stellte die große Wandhöhe dar: Im Toprope sorgte die Seildehnung dafür, dass man nach einer erfolgreichen Schlüsselstelle und einer wohlverdienten Pause im Seil anschließend wieder unterhalb ebenjener Schlüsselstelle hing. So wurde aus einer gekletterten Stelle schnell eine erneut zu kletternde Stelle.

Der Freitag begann wetterbedingt mit Materialkunde und Theorie. Während draußen der Regen fiel, übten wir unter anderem das Legen von Friends – zunächst an Heizungen statt am Fels. Am Nachmittag ging es trotz weiterer Schauer wieder hinaus. Der Sandstein erwies sich als äußerst fest und bot auch bei den feuchten Bedingungen erstaunlich guten Grip. Einige Routen vom Vortag wurden wiederholt, bevor es mit dem technischen Klettern weiterging. Mit zwei längenverstellbaren Selbstsicherungen konnten wir langsam das Vertrauen in die eigenen Absicherungen stärken.

Am Samstag konnten wir schließlich beobachten, wie es richtig geht: Einige Locals kletterten beeindruckend schwere Routen und sicherten dabei große Teile ihrer Touren selbst ab.

Wir kletterten sowohl bereits bekannte als auch neue Routen, größtenteils im Toprope.



Technisches Klettern

Einige der einfacheren Routen wurden aber auch schon im Vorstieg geklettert. So konnten wir Schritt für Schritt mehr Vertrauen in unsere Friends gewinnen. Zum Abschluss stand noch Sturztraining in einen selbst gelegten Friend auf dem Programm. Die größte Herausforderung war dabei zunächst weniger der Sturz selbst als die Frage, ob man überhaupt weit genug nach oben kam, um einen sicheren Sturz machen zu können. Am Ende schafften es aber alle – und konnten anschließend mit etwas mehr Vertrauen in die eigene Absicherung wieder herunterkommen.





Abbildung links: Auswahl des richtigen Friends
Abbildung rechts: Vorstieg in der Abschlusstour

Die Krönung des Kurses folgte am Sonntag: Eine zuvor mehrfach im Toprope geübte Route sollte nun selbst abgesichert und im Vorstieg geklettert werden. Was an den Tagen zuvor noch ungewohnt und teilweise ziemlich vertrauensbedürftig gewesen war, funktionierte nun tatsächlich: Friends legen, klettern, weiter absichern – und schließlich oben ankommen. Ein schöner Abschluss und ein deutlicher Fortschritt gegenüber dem ersten Tag.

Gegen Mittag hieß es dann Abschied nehmen vom roten Sandstein und die Heimreise antreten. Zurück blieb die Erkenntnis, dass Rissklettern vielleicht nicht immer besonders elegant aussieht, aber erstaunlich viel Spaß macht – und dass man einem gut gelegten Friend tatsächlich vertrauen kann.

Meike Wohlleben



Die Gruppe von links: Frank, Meike, Freddy, Julius und Manuel

DAV-Familiengruppe im Landschaftspark Duisburg - Nord

Vom 29. bis 31. Mai unternahm die Familiengruppe der DAV-Sektion Paderborn mit sieben Familien einen Wochenendausflug in den Landschaftspark Duisburg-Nord.

Übernachtet wurde in der Nordparkhütte, der mit 26 Metern über dem Meeresspiegel niedrigst gelegenen Hütte des Deutschen Alpenvereins. Von dort aus konnte der Park bequem erkundet werden.

Im Mittelpunkt stand das Klettern in den ehemaligen Koks- und Erzbunkern des stillgelegten Hüttenwerks Meiderich, der größten Outdoor-Kletteranlage Deutschlands. Dabei stellte neben Bouldern und Seilklettern der Klettersteig „Via Ferrata Monte Thysso“ ein besonderes Highlight dar.

Abseits des Kletterns sorgten der Wasserspielplatz und der Kinderbauernhof auf dem Gelände sowie das Erklimmen des 54 Meter hohen Hochofen 5 einen für Abwechslung.

Die Kombination aus Klettersport, Industriekultur und familienfreundlichen Angeboten bei bestem Frühsommerwetter machte den Ausflug zu einem gelungenen Erlebnis für alle.

Andrea Schlune



Ausflug zum preußischen Velmerstot

Abseilen vom Aussichtsturm auf dem (der?) preußischen Velmerstot mit den Kindergruppen

Da hat uns das Wetter aber einen schönen Streich gespielt.

Beim Zustieg von Feldrom aus und nach der Aktion beim Abstieg feinstes Wetter, aber auf dem Velmerstot beim Abseilen waagerechter Starkregen.

Obwohl es wirklich ungemütlich war und einige (besonders Paul, vielen Dank für den heldenhaften Einsatz) wirklich klatschnass wurden, hatten alle richtig Spaß beim Abseilen vom Aussichtsturm. Für einige, besonders die Kinder der Boulder-Gruppe, war es das erste Mal und damit richtig spannend, sich in luftiger Höhe in den Gurt zu setzen und mit Hilfe eines Tubes selbst abzuseilen. Dank professioneller Zughilfe von unten war für die Sicherheit gesorgt, und man konnte sich ganz dem wohligen Thrill hingeben, wenn man über die Balustrade klettert und dem Seil vertrauen muss.



Vielen Dank an Julia, Patrick, Lennart und Paul für die super Unterstützung.

Das machen wir demnächst nochmal, aber diesmal trocken.

Peter Schneider

Bild oben:
eine junge Teilnehmerin beim Abseilen
- ganz schön mutig!!!



Bild unten rechts:
Gruppenbild der zufriedenen Teilnehmer am Ende





Pfingstcamp auf dem Ith

Gemeinsam draußen unterwegs

In diesem Jahr verbrachten die Kinder und Jugendlichen unserer DAV-Gruppen die Pfingsttage gemeinsam auf dem Ith. Bei bestem Campwetter standen Bewegung, Naturerlebnis, Klettern und vor allem das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt.

Nach der Ankunft wurde zunächst das Camp eingerichtet. Schnell war die anfängliche Aufregung verflogen und das Gelände wurde zum Ausgangspunkt für zahlreiche Aktivitäten. Besonders das Klettern sorgte für Begeisterung. An den Felsen konnten die Kinder und Jugendlichen ihre ersten Erfahrungen sammeln, bekannte Techniken vertiefen und sich an neue Routen heranwagen. Dabei ging es nicht nur darum, den nächsten Griff zu erreichen. Gegenseitiges Sichern, Vertrauen und das Anfeuern der anderen waren ebenso wichtige Bestandteile der Klettertage.

Ein besonderes Erlebnis war die Höhlenbegehung. Ausgerüstet mit Helm und Stirnlampe ging es gemeinsam ins Dunkel, nachdem die Kinder mittels einer Schatzsuche die Höhle gefunden hatten. Enge Durchgänge, Felsformationen und die ungewohnte Umgebung machten die Tour zu einer spannenden Erfahrung und zeigten einmal mehr, wie vielfältig Naturerlebnisse abseits der klassischen Wege sein können. Und am Ende lag da tatsächlich ein Schatz. Lecker!

Neben Klettern und Höhle blieb natürlich genügend Zeit für Spiele, kleine Abenteuer und das typische Camp-Leben. Gemeinsam beim Kochen helfen, am Lagerfeuer zusammensitzen, erzählen, lachen, die gruseligen französischen Toiletten benutzen bzw. selbige gewieft umgehen und neue Freundschaften schließen – genau diese Mischung macht das Pfingstcamp jedes Jahr zu etwas Besonderem.

Für viele der Kinder waren es Tage voller neuer Erfahrungen und kleiner persönlicher Erfolge. Und für uns Betreuerinnen und Betreuer war es schön zu sehen, mit wie viel Begeisterung die jungen Menschen draußen unterwegs waren.

Ein gelungenes Pfingstwochenende mit viel Bewegung, Gemeinschaft und Abenteuer – und mit vielen Erinnerungen, die sicher noch lange bleiben werden.

Peter Schneider



In der Rothesteinhöhle



JDAV Alpenfahrt 2026

Die Kinder der JDAV Paderborn haben zusammen mit vielen anderen Sektionen aus NRW an der diesjährigen Alpenfahrt teilgenommen. Nach einem etwas holprigen Start mit einem defekten Bus sind wir über Köln nach St. Jakob i.D. gefahren.

Vor Ort gab es ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten, unter anderem Sportklettern, Klettersteig, Wandern und besonders beliebt die Besuche des Wasserspielplatzes. Selbst Wind und Wetter konnten ihnen den Spaß nicht nehmen.

Das Barmer-Haus diente uns als Hauptquartier und war mit dem diesjährigen Aufgebot an Kindern etwas überfüllt, weshalb einige in das Gasthaus gegenüber ausgelagert wurden. Zusätzlich gab es noch Angebote zum Übernachten auf der Barmer-Hütte oder auch im Freien. Für viele Kinder gab es während der Fahrt ein erstes-Mal-Erlebnis, Urlaub ohne Eltern, übernachten im Freien oder der erste Dreitausender.

Dennis Koch



Nass von allen Seiten auf dem Wasserspielplatz

Klettern, sichern, schwitzen

Ferienfinale im Ahorn Sportpark

Wieder einmal hatten wir richtig Glück mit dem Wetter: Bei ganz wenig Sprühregen fand am Sonntag, 30.08.2026, das Radio Hochstift Ferienfinale rund um den Ahorn Sportpark statt. Und obwohl draußen wieder viele Vereine ihre Angebote aufgebaut hatten, war in der Halle ordentlich was los.

Die vielen Spiel- und Sportangebote lockten zahlreiche Kinder an – und mittendrin natürlich unsere Kletterwand. Wie in den vergangenen Jahren erwies sie sich als echter Publikumsmagnet. Kaum war ein Kletterer wieder unten, stand schon der nächste kleine Gipfelstürmer bereit.

Für unsere Helferinnen und Helfer bedeutete das: sichern, sichern, sichern … und/oder Klettergurte anziehen, ausziehen, anziehen, ausziehen – und das Ganze möglichst ohne Pause. Von morgens bis abends waren alle Hände voll zu tun. Da wurde nicht nur an der Wand geklettert, sondern auch bei den Helfenden so mancher Höhenmeter gesammelt – zumindest mit den Armen!

Dank der vielen engagierten Aktiven lief der Kletterbetrieb bestens.

So konnten unzählige Kinder ihre ersten Erfahrungen an der Kletterwand sammeln, sich nach oben wagen und dabei feststellen: Klettern macht richtig Spaß! Vielleicht hat der ein oder andere dabei sogar ein neues Hobby entdeckt.

Und auch einige Eltern konnten der Versuchung nicht widerstehen und wagten sich selbst nach oben. Der eigentliche Schwerpunkt lag aber eindeutig bei den Kindern – und die kamen voll auf ihre Kosten.
Die strahlenden Gesichter und leuchtenden Augen waren schließlich der beste Beweis dafür, dass sich der Einsatz gelohnt hat.

Ein ganz großes Dankeschön an alle, die den Verein und den Ahorn Sportpark bei dieser tollen Aktion unterstützt und dafür ihren Sonntag geopfert haben. Ohne euch wäre so ein Tag nicht möglich!

Konkret waren dabei: Julia, Lisa, Nadine, Judith, Tina, Theres, Jochen, Hendrik, Norbert, Christopher, Johannes, Thomas und Thomas und Matthias. Vielen Dank an euch!

Peter Schneider



Sichern macht Laune!

Vom Kaffeeplausch zum monatlichen Frühstücksglück - die Junggebliebenen

Erinnert ihr euch noch? Im vergangenen Dezember hatten wir unsere Seniorinnen und Senioren – oder besser gesagt: alle Junggebliebenen unserer Sektion – zu einem ersten gemütlichen Kennenlernen bei Kaffee und Kuchen eingeladen. Der Startschuss ist mehr als gelungen, und inzwischen hat sich aus den ersten Treffen eine feste, wunderbare Eigendynamik entwickelt!

Aus dem Nachmittagskaffee hat sich mittlerweile ein festes Format für den Alltag entwickelt:

Unsere regelmäßige Frühstücksrunde (68+)

Ab sofort trifft sich diese an jedem letzten Montag im Monat um 10:00 Uhr im Sektionshaus.

Das Ganze läuft unter dem unkomplizierten Motto: „Jeder bringt was mit!“
Vor Ort gibt es: Kaffee, Tee und Kaltgetränke.
Das bringt ihr mit: Euer ganz persönliches Lieblingsfrühstück (Brötchen, Belag – worauf ihr gerade Lust habt).
In geselliger Runde schmeckt es einfach besser, und wir nutzen die Zeit zum Quatschen, Lachen und Pläne schmieden.

Schaut einfach vorbei, wir freuen uns über jedes neue Gesicht!

Aktiv für alle: Wochentags-Wanderungen & Ausflüge

Die Gruppe ist aber nicht nur im Sektionshaus aktiv, sondern zieht es auch hinaus. Hier gibt es zwei tolle Angebote, die sich ausdrücklich an die ganze Sektion richten – also nicht nur für die Junggebliebenen gedacht sind:

Die Wochentags-Wanderungen:
Jedes Sektionsmitglied, das unter der Woche Zeit und Lust auf eine gemeinsame Runde in der Natur hat, ist hier herzlich willkommen.

Gemeinsame Unternehmungen:
Das sind Ausflüge, wie zum Beispiel kürzlich die Fahrt in das LWL-Freilichtmuseum nach Detmold oder die Fahrt zur "Mythos Wald"- Ausstellung im Gasometer Oberhausen.

Da wir Wanderungen und Ausflüge flexibel und oft wetterabhängig planen, schaut für die aktuellen Termine und Ziele bitte einfach regelmäßig auf unserer Website im Internet oder meldet euch für den E-Mail-Verteiler an: wandern@alpenverein-paderborn.de

Wir freuen uns riesig, wie lebendig und aktiv sich diese Gruppe in der kurzen Zeit entwickelt hat. Ein großes Dankeschön an alle, die sich einbringen und diese Treffen und Ausflüge mit Leben füllen.

Steffi Buckler

Unsere Wanderer auf Erfolgskurs



Beim 29. Bürener Wandertag hat unsere Wandergruppe eindrucksvoll unter Beweis gestellt, dass Ausdauer und Gemeinschaftssinn ihre größte Stärke sind. Mit einer geschlossenen Mannschaftsleistung von 42 Wanderern sicherte sich die Gruppe einen herausragenden Platz in der Gruppenwertung.

Insgesamt erwanderten unsere Teilnehmer in Büren gemeinsam stolze 1.431 Kilometer. Dass diese gigantische Summe zustande kam, liegt vor allem an der bärenstarken Langstrecken-Fraktion der Gruppe:

27 Marathonwanderer: Der Großteil der Gruppe bewältigte die volle 42-km-Distanz und sorgte für das massive Kilometer-Konto.
13 Halbmarathonwanderer: Eine starke Leistung auf der 21-km-Strecke.
2 Genusswanderer: Auch auf der 12-km-Route war der DAV vertreten und rundete das tolle Teamergebnis ab.

Wer glaubt, dass sich die Gruppe danach ausgeruht hat, täuscht sich gewaltig! Bereits eine Woche später schwärmten unsere Aktiven erneut aus, um weitere sportliche Meilensteine zu setzen:
Uplandsteig-Wandermarathon: Sechs unserer Wanderer stellten sich der anspruchsvollen Herausforderung in Willingen und meisterten den Wandermarathon erfolgreich.
5. Münster Marsch: Gleichzeitig hieß es für fünf weitere Gruppenmitglieder "Zähne zusammenbeißen" beim Münster Marsch, wo sie die vollen 50 Kilometer erfolgreich bezwangen.
Ob in Büren (SGV), beim Uplandsteig (UGV Willingen) oder beim Münster Marsch (DAV Münster): Solche unvergesslichen Events stehen und fallen mit dem ehrenamtlichen Einsatz. Weil wir genau wissen, wie viel Herzblut in dieser Arbeit steckt, werden wir im nächsten Jahr selbst wieder als Gastgeber aktiv! Nach dem erfolgreichen Start 2025 richten wir am 18. September 2027 den nächsten PADERMARSCH ehrenamtlich aus – diesmal mit Strecken über 30 und 50 km.
Die Wanderschuhe werden jetzt also nur kurz gelüftet, denn die Vorbereitungen laufen bereits! Ausführliche Infos zum nächsten PADERMARSCH findet ihr auf Seite 49.

Steffi Buckler



Links: die Wanderer der 42-km-Distanz



Rechts: die Wanderer der 21-km-Distanz (Anmerkung: nicht vollzählig)



Berliner Höhenweg

Ein hochalpiner Fernwanderweg im Naturpark Zillertaler Alpen

vom 04.07. - 12.07.2026

7 anspruchsvolle Etappen (inkl. Auf- und Abstiegsetappe), ca. 6.000 Höhenmeter, um die 70 Kilometer und sogar einen der Zillertaler 3.000er Gipfel erwarteten uns.

Belohnt wurde man für die schwierigen Strecken mit viel Blockwerk, steilen An- und Abstiegen sowie Kletterpassagen quasi durchgängig: 365-Grad-Alpenpanoramablick und nahezu unberührte Natur - Gletscherblick inklusive. Höhepunkte der Tour sind die berühmte Hängebrücke an der Olpererhütte, der türkisblaue Schlegeisspeicher, die Überquerung des Schönbichler Horns, die denkmalgeschützte Berliner Hütte - und die letzte Etappe von der Kasseler Hütte zur Karl-von-Edel-Hütte mit der Überquerung von insgesamt 7 Graten.

Etappe 1 bzw. Aufstiegsetappe:
Mayrhofen – Friesenberghaus (2.498 m)
Da wir am Tag zuvor schon in Mayrhofen angereist waren und im Hotel „Rauchenwalderhof“ übernachtet hatten, konnten wir unsere Aufstiegsetappe direkt in Mayrhofen starten. Zunächst brachte uns der Bus zur Kaserleralm, anschließend folgte der steile Aufstieg - am Wesendlkarsee vorbei - zum Friesenberghaus auf 2.498 m. Hier bekamen wir schon einmal einen ersten Vorgeschmack auf die nächsten Tage: viele Blockschuttfelder mussten überquert werden! Am Abend griff die Hüttenwirtin selbst zur Gitarre und es wurde das ein oder andere Lied lautstark mitgesungen.
1.400 Höhenmeter rauf; 80 Höhenmeter runter; Länge: ca. 8,5 Kilometer; Gesamtzeit ca. 7 Stunden

Etappe 2:
Friesenberghaus - Furtschaglhaus (2.295 m)
Heute wartete definitiv einer der schönsten Etappen des gesamten Höhenweges auf uns. Selbst der Wettergott hatte ein Einsehen – war es beim Start mit Nieselregen, Nebel und ca. 5 °C noch recht frisch und ungemütlich, wurde es im Tagesverlauf immer besser und am Ende kam sogar die Sonne heraus. Es ging vorbei an der Olpererhütte (2.389 m) mit der inzwischen berühmten Hängebrücke, von der man einen traumhaften Blick über den Schlegeisspeicher hat. An ebendiesen führte der Weg (nachdem man unzählige Treppenstufen hinabgestiegen ist) später einmal vorbei, um schließlich steil bergauf (300 Hm) zum Furtschaglhaus aufzusteigen. Dabei immer im Blick den Schlegeiskees (Gletscher) und den Furtschaglkees am an-



Viele Blockschuttfelder mussten überquert werden.



Blick auf den Schlegeisspeicher von der Olpererhütte aus.

deren Ende des Speichers. Bereits hinter dem Gletschergebiet an der Südseite beginnt schon das italienische Südtirol. Am Abend gab es nach dem Essen selbst gemachten Thymianschnaps – eine Spezialität des Hauses.

650 Höhenmeter rauf; 870 Höhenmeter runter; Länge: ca. 14 Kilometer, Gesamtzeit (mit langer Mittagspause auf der Olpererhütte) ca. 9 Stunden

Etappe 3:
Furtschaglhaus – Berliner Hütte (2.044 m)

Auf der dritten Etappe ging es nicht nur sprichwörtlich hoch hinaus, mit der Besteigung des Schönbichler Horns mit seinen 3.134 m erreichten wir den höchsten Punkt des gesamten Höhenweges. Zu Beginn noch gleichmäßig über Schieferplatten ansteigend, passierten wir nach ca. 800 m einen Wasserfall. Bald darauf ging es zunehmend steiler durch das Furtschaglkar und über teils schwierige Pfade auf einen Felsvorbau. Von Felsen, Altschneefeldern und Schutt geprägt führte der Weg weiter über die Westflanke bis zu einer steilen Rinne. Dieses seilgesicherte Stück verlangte uns auf den letzten Höhenmetern zum Gipfelkreuz noch einmal alles ab – aber die Mühen zahlten sich aus.

Die Aussicht auf das Waxeggkees (Gletscher) und die umliegende Bergwelt war gewaltig!!!





links: Gipfelglück; rechts: der seilversicherte Abstieg

Über den mindestens genauso spektakulären seilversicherten Abstieg auf dem Ostgrat ging es bis zur Seitenmoräne des Waxeggkees und das letzte Stück hinauf zur Berliner Hütte. Bei dieser Etappe des Berliner Höhenweges war diesmal nicht nur der Weg, sondern auch das Ziel das Ziel. Ein absoluter Höhepunkt des Berliner Höhenweges ist der im Jahr 1879 eröffnete und inzwischen denkmalgeschützte Prachtbau, der auf der Schwarzensteinalm im oberen Zemmgrund liegt. Als erstes Schutzhaus der Zillertaler Alpen blickt die Berliner Hütte auf seine viele Jahrzehnte lange Bergsteigertradition zurück und wartet mit architektonischen Finessen auf, die sich in der meterhohen Eingangshalle und dem imposanten Speisesaal mit Kronleuchtern widerspiegelt.

900 Höhenmeter rauf; 1.110 Höhenmeter runter; Länge: ca. 8 Kilometer; Gesamtzeit ca. 8,5 Stunden





Eine Alternativroute ist zunächst der Abstieg vom Furtschaglhaus zum Schlegeisspeicher mit anschließendem Bustransfer zum Gasthof Breitlahner. Von dieser führt der Weg stetig steigend durch den Zemmgrund am Zemmbach entlang ca. 900 Höhenmeter hinauf zur Berliner Hütte.

Etappe 4:
Berliner Hütte – Greizer Hütte (2.227 m)

Von der Berliner Hütte führte der Weg zunächst über Moorböden des Schwarzensteinmoors immer bergauf zum



Der Blick auf die umliegenden Gletscher (hier Waxeggkees) ist gewaltig.

wunderschönen kristallklarem Schwarzsee (2.472 m). Ab hier folgten steile Serpentinen in das Rosskar und weiter hinauf bis zur Mörchenscharte (2.872 m). Der Abstieg erfolgte über ein seilgesichertes Stück, von dem man unser Tagesziel schon gut erkennen konnte. Wer glaubte, dass der Weg fast geschafft sei, lag falsch. Denn von der Scharte aus führte der Abstieg bis ganz hinunter ins Tal – Geröllfelder, Seilsicherungen und eine Aluleiter kurz vor dem Talboden inklusive. Nach Querung des Floitenbaches führte der Weg auf der anderen Talseite über schmale Serpentinenpfade ca. 400 Höhenmeter wieder hinauf zur Greizer Hütte. Das Besondere an dieser Hütte ist die Bewirtung, denn hier wird die Küche rein vegetarisch betrieben. Es gab sogar einen Nachschlag, auf den niemand verzichten wollte. Zudem hatte die Hütte W-Lan, den Code gab es für 2 Euro beim Personal.

1.200 Höhenmeter rauf; 1.050 Höhenmeter runter; Länge: ca. 9,5 Kilometer; Gesamtzeit ca. 9 Stunden

Etappe 5:
Greizer Hütte – Kasseler Hütte (2.177 m)

Die 5. Etappe führte uns zuerst hinauf zur Lapenscharte auf 2.701 m. Auf der anderen Bergseite ging es zunächst sehr steil, später in flachen Passagen über das weitläufige Geröll- bzw. Blockschuttfeld des Lapenkars. Von dem dazugehörigen Gletscher sind nur noch kleine Eisfelder weiter oben vorhanden. Der Höhenweg führte diesmal nicht – wie am Vortag – einmal bis in das Tal hinab, sondern folgte einem weiten Bogen um das Talende, um so mit nur wenig Steigung zur Kasseler Hütte zu gelangen. Hier warteten einige knifflige Pfade auf uns, die mit Seilen und Trittstufen gesichert waren. Weitere spektakuläre Blockwerkfelder und tosende Wasserfälle (leider ohne Brücke) mussten überquert werden. Kurz vor der Kasseler Hütte gab es eine Hängebrücke, um einen besonders rauschenden Abfluss der hoch liegenden Gletscher zu passieren. Die Kasseler Hütte im oberen Stilluptal verwöhnt ihre Besucher mit einer tollen Panoramaterrasse, einem eiskalten Schwimmteich, sowie mit einer leckeren Kaiserschmarrn-Auswahl – von Natur über Blaubeere bis Schoko -, die man sich auf keinen Fall entgehen lassen sollte. Lecker!

700 Höhenmeter rauf; 700 Höhenmeter runter; Länge: ca. 9,5 Kilometer; Gesamtzeit ca. 8 Stunden

Etappe 6:
Kasseler Hütte - Karl-von-Edel-Hütte (2.238 m)

Die 6. Etappe hatte es in sich – 75 % Blockwerk, sehr lang und insgesamt sieben (!) Grate galt es zu überqueren! Besonders bei Nässe kann die Etappe unbegehbar werden. Grund dafür ist die Wegbeschaffenheit, denn das zum Teil weglose Felsblockgelände ist teilweise mit Moosen und Flechten bedeckt, die bei Feuchtigkeit extrem rutschig werden.
Die Durchführung dieser Tour, die auch als Aschaffenburger Höhenweg oder Siebenschneidensteig genannt wird, war ein großes hochalpines Unternehmen, bei dem die sieben Übergänge überwunden werden mussten:
Sonntagskarkanzel, Samerkarjöchl, Weißkarjöchl, Nofertensmauer, Sammerschartl,

Krumschnabelschneide und Popbergnieder.
Je nach persönlicher Kondition und den Verhältnissen kann die Tour bis zu 10 Stunden dauern.
800 Höhenmeter rauf; 750 Höhenmeter runter, Länge: ca. 13 Kilometer; Gesamtzeit ca. 10 Stunden

Eine Alternativroute ist der Abstieg hinab ins Tal bis zur Talstation der Materialseilbahn und weiter zur Grüne-Wand-Hütte (1.440 m). Von dort ging es unschwer über den Wasserfallweg am schönen Stillupbach entlang bis zum Stillupspeicher zum Wirtshaus Wasserfall. Gut gestärkt brachte uns der Bus zurück nach Mayrhofen und die Ahornbahn wieder hinauf auf 1.970 m. Nach der Umrundung des Filzkogels führte uns der Weg über den Grashang im weiten Bogen bergauf zur Karl-von-Edel-Hütte.

Die Karl-von-Edel-Hütte bot zum Abschied noch einmal alles, was man sich von ihr wünschen konnte: eine wunderschöne Sonnenterrasse, von der man den vielen Paraglidern zusehen konnte, einen weiten Blick bis hinunter ins Tal, eine urige Gaststube mit herzlicher Bewirtung und eine Eiswürfel-Dusche, dessen Benutzung natürlich jedem selbst überlassen wurde.

Etappe 7 bzw. Abstiegsetappe und Heimreise:
Dem hochalpinen Fernwanderweg folgte der Abstieg ins Tal bis Mayrhofen, entweder zu Fuß über das Alpengasthaus Alpenrose oder knieschonend mit der Ahornbahn – Österreichs größten Pendelbahn.
Nach einer Woche mit vielen Höhenmetern und Strapazen war man über die wenige Minuten dauernde Gondelfahrt sehr dankbar – andere mussten sich weiter auspowern und nahmen die Herausforderung mit knapp 1.700 Höhenmetern bergab und einer Gesamtzeit von 4 Stunden auf sich.
Zur Mittagszeit haben wir uns zum gemeinsamen Essen in Mayrhofen getroffen, bevor die Heimreise - zunächst nach Rosenheim in den Happinger Hof - angetreten wurde. Hier haben wir den Abend im Biergarten in geselliger Runde mit zünftigem Essen und vielen wohlschmeckenden Kaltgetränken ausklingen lassen. Erst am nächsten Morgen ging es heim nach Paderborn.

Einen großen Dank an Frank Menke, der die Tour im Vorfeld geplant und organisiert hat und an Konstantin Paul und Alfred Fiedler, die die Tourführung nach Franks krankheitsbedingtem Abbruch übernommen haben.

Text: Kerstin Menke
Fotos: Konstantin Paul, Kerstin Menke

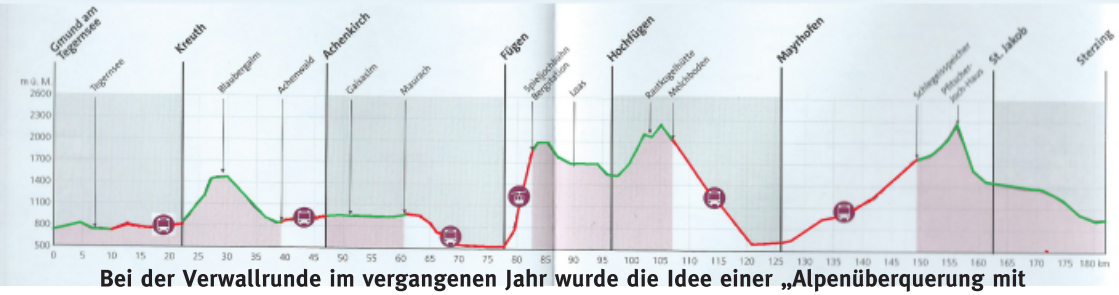


Die Gruppe:
v. l. hinten: Iris Gärtner, Kerstin Menke, Dieter Fastabend

v. l. vorne: Oliver Assig, Alfred Fiedler, Raimund Pamme, Konstantin Paul

Alpenüberquerung Tegernsee - Sterzing

7 Etappen - 3 Länder - mit Komfort



Bei der Verwallrunde im vergangenen Jahr wurde die Idee einer „Alpenüberquerung mit Komfort“ geboren und in diesem Jahr umgesetzt. Mit Komfort heißt in diesem Fall: Übernachtungen in Hotels und Gepäcktransfer, also Wandern mit einem Tagesrucksack. Hört sich erst mal als Light-Version einer Alpenüberquerung an, ist aber aufgrund der zu bewältigenden Wanderstrecke nicht weniger anstrengend. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit ist in jedem Fall Grundvoraussetzung für die Teilnahme.
In malerischer Bilderbuchlandschaft geht es vom Tegernsee über den Achensee und das Zillertal nach Sterzing in Südtirol. Die Strecke verläuft auf leichten bis mittelschweren Wegen durch wechselnde Landschaften.

1. Etappe: Gmund – Tegernsee - Bad Wiessee
Distanz: 16.5 km; Aufstieg: 238 Hm; Abstieg: 180 Hm; Gehzeit: ca. 3:30 Std., Dauer: 4:30 Std.
Schon am Anreisetag um ca. 13:00 Uhr beginnt die Alpenüberquerung: Nach dem Tourstart in Gmund führt uns die erste halbtägige Wanderung auf dem ca. 100 Meter oberhalb des Nordufers laufenden Tegernseer Höhenweg zum Zwischenziel Tegernsee (Stadt). Schöne Ausblicke belohnen uns auf dieser leichten Einstimmungsetappe. Da wir in Bad Wiessee unser erstes Hotel haben, wollen wir uns mit dem Ruderboot übersetzen lassen, was leider ob des starken Windes nicht klappt. So müssen wir durch den Promi-Ort Rottach-Egern - auf viel Asphalt - marschieren und gelangen am Ortseingang von Bad Wiessee zu unserem Hotel. Am ersten Abend ist ein externes Esslokal angesagt. Erleichtert wird uns der Weg dorthin durch die Nutzung des lokalen Busses mittels Gästekarte.

2. Etappe: Wildbad Kreuth - Blaubergalm - Achenwald - Bus - Achenkirch



Blick vom Panoramaweg auf den Tegernsee

Distanz: ca. 18 km - Aufstieg ca. 851 Hm - Abstieg ca. 804 Hm; Dauer: ca. 6:15 Std.
Da es in Wildbad Kreuth keine Übernachtungsmöglichkeit gibt, startet am Morgen ein Transfer zum heutigen Startpunkt der Wanderung in die zweite Etappe nach Wildbad Kreuth. Hier starten an diesem Tag so einige Gruppen die Alpenüberquerung. Nach wenigen Metern Forstweg führt uns ein guter Wandersteig durch Mischwald in die erste Almregion der unbewirtschafteten

Gaisalm.
Der Beschilderung Richtung Schildenstein/ Blaubergalm entlang eines sanften Bergrückens folgend, erreichen wir schließlich den Grenzkamm Bayern-Tirol mit typischer Latschenkiefer-Vegetation. Dabei eröffnen sich eine imposante Aussicht von der Voralpenregion des Tegernsees bis zu Karwendel und Zillertaler Alpen.

Nach etwas mehr als drei Stunden Wanderzeit empfiehlt sich eine Stärkung auf der urigen Blaubergalm (einzige Verpflegungsmöglichkeit auf der Gesamtetappe), was wir auch ausgiebig nutzen. Der dann folgende Talabstieg auf Schotter-Wegen ist etwas zäh und wir sind froh, als wir die Bushaltestelle in Achenwald erreicht haben. Dort warten auch schon mehrere Wanderer, um mit dem Linienbus nach Achenkirch zu fahren.
Diesmal haben wir eine Übernachtung in Achenkirch im sehr gut ausgestatteten Hotel VAYA.



Ausgiebige Pause auf der Blaubergalm

3. Etappe: Achenkirch - Pertisau - Maurach - Bus/Bahn - Fügen
Distanz: ca. 14 km - Aufstieg ca. 135 Hm - Abstieg ca. 124 Hm; Gehzeit: ca. 3:30 Stunden, Dauer: ca. 6 Std.
Auf einem schönen und teilweise seilgesicherten Wanderweg geht die heutige Etappe am Westufer des Achensees entlang. Vom Hotel in Achenkirch wandern wir auf dem gut ausgebauten Steig mit leichten Auf- und Ab-Passagen — kurze Abschnitte mit Stufen und Handläufen inklusive — bis zur Gaisalm. Der Weg zur einzigen nur zu Fuß oder per Schiff erreichbaren Alm Tirols überzeugt durch einen faszinierenden Landschaftsmix mit Wasserfällen, abwechslungsreicher Vegetation und Moränenkegeln fast hautnah über dem Tiroler Fjord. Bademöglichkeiten sind vorhanden, doch fordert der auf 1000 m Seehöhe gelegene Achensee mit selten mehr als 18 Grad Wassertemperatur etwas Überwindung.
Aber einige von uns trotzen den Temperaturen und nutzen die Bademöglichkeit.
Im folgenden Touristenort Pertisau machen wir eine ausgiebige Nachmittagspause, bevor es dann zuerst am Ufer des Sees und



Seilversicherter Aufstieg oberhalb des Achensees

dann über einen Waldweg oberhalb des Sees bis zum Ziel Maurach geht. Da wir am Abend unser Hotel in Fügen (Zillertal) haben, fahren wir mit dem Bus (bis Jenbach) und der Zillertalbahn, um das Hotel Kosis zu erreichen. Hier nutzen einige noch Sauna und Schwimmbad, um sich vor dem Abendessen zu entspannen.
4. Etappe: Fügen - Seilbahn - Spieljoch - Hochfügen
Distanz: ca. 13 km - Aufstieg ca. 530 Hm - Abstieg ca. 1001 Hm; Gehzeit: ca. 4,5 Std.; Dauer 6:30 Std.
Nach dem Frühstück wandern wir von der Unterkunft in Fügen zur Talstation der Spieljoch-Bergbahn. Per Gondel geht auf das knapp 1.850 m hoch gelegene Spieljoch. Leider können wir den fantastischen Rundblick auf die Bergwelt des Zillertals, Karwendel

und Rofangebirge nicht genießen, da es sehr diesig ist. Es regnet leicht und das Wetter soll immer mal wieder in Richtung Regenwechseln.

Da die Gartalm zu früh passiert wird und das Alpengasthaus Loas Ruhetag hat, wollen wir in die Kellerjochhütte (2237 m) einkehren. Dazu müssen wir die empfohlene Route verlassen. Leider hat das nicht so richtig funktioniert, denn die Schilder weisen bald zur Kellerjoch-Spitze. Soweit kein Problem, wenn da nicht das diesige Wetter wäre. Nach kurzer Pause auf der Kellerjoch-Spitze (mit einer Kapelle) schlagen wir die Richtung zur Kellerjochhütte ein. Als Test auf die Leistungsfähigkeit der Gruppe erweist sich dann ein längerer seilversicherter Abschnitt mit feuchten Steinplatten. Alle schaffen diese kritische Stelle und die Kellerjochhütte lädt zur entspannten Pause ein.

Nach der Einkehr geht es einen langen Abstieg auf teils schattigem Wanderweg zum Loassattel. Dort sind wir dann wieder auf der empfohlenen Route und wandern auf dem direktem Schotterweg zum heutigen Etappenziel Hochfügen. Im „Berghotel Hochfügen“ erwartet man uns schon sehnlichst. Wir entspannen uns ausgiebig in Schwimmbad oder Sauna.



Gipfel-Kapelle auf dem Kellerjoch (2344 m)

5. Etappe: Hochfügen - Melchboden - Bus - Aschau (Zillertal)
Distanz: ca. 12 km - Aufstieg ca. 1000 Hm - Abstieg ca. 415 Hm; Gehzeit: ca. 4,5 Std.; Dauer: 5:17 Std.

Heute wandern wir durch eine im Alpenraum nur noch hier sichtbare Almregion, die faszinierende Einblicke in historische Almbewirtschaftung gewährt. Auf teils felsigen Pfaden erreichen wir das Sidanjoch (2127 m).



Mittagspause auf der Rastkogelhütte (2124 m)

Die kurz darauf folgende Rastkogelhütte dient an diesem Tag zur Einkehr und gibt dann auch einen herrlichen Fernblick gen Inntal, Karwendel und die Tuxer Alpen frei. Nach kurzem Aufstieg auf den Rauenkopf (2268 m) folgen wir diesem Steig, vorbei an eiszeitlichen Formen und entlang eines Bergrückens. Unterwegs kommt uns ein Paar entgehen, das auf dem Berg heiraten will. Na dann, herzlichen Glückwunsch! Der Abstieg zum Ziel "Melchboden" zieht sich hin. Ab hier geht es dann mit dem Linienbus knieschonend über die Zillertaler Höhenstraße talwärts. Leider werden wir unterwegs ein wenig ausgebremst, als der Bus mit einem PKW auf der engen Straße kollidiert und die Unfallaufnahme etwas Zeit in Anspruch nimmt. Mit der Zillertalbahn fahren wir anschließend nach Aschau und übernachten im Hotel „VAYA Zillertal“.

6. Etappe: Aschau - Bus - Schlegeissee – Pfitschtal (St. Jakob)
Distanz: ca. 14,5 km - Aufstieg ca. 520 Hm - Abstieg ca. 849 Hm;
Gehzeit: ca. 3,5 Std.; Dauer: 5:25 Std.

Heute ist es soweit: Der Alpenhauptkamm wird von uns überschritten. Zuerst aber geht es bequem per Bus über die Mautstraße zum Schlegeis-Stausee (1.800 m), dem Tourstart der heutigen Etappe.

Die imposante Staumauer - für Energie- und Wasserversorgung Anfang der 70er Jahre errichtet — hält einen der größten Stauseen

Österreichs mit den ihn speisenden dahinter liegenden Gletschern im Zaum. Oberhalb des Stausees ist die Olperer-Hütte mit der bekannten Hängebrücke, auf der die Bilder gemacht werden, die man dann bei Instagram sehen kann. Rauschende Bäche und imposante Wasserfälle, Geröll- und Steinmoränen prägen den moderaten Anstieg auf dem gepflegten Wanderweg zum Pfitscherjoch durch die fast unwirklichen Landschaftsformen.



Der Grenzstein zwischen Österreich und Italien am Pfutscher Joch

Vor dem bewirtschafteten Pfitscherjochhaus überqueren wir die Grenze zu Südtirol (Italien). Wir erreichen mit 2.275 Meter den zweithöchsten Punkt der Tour - der Alpenhauptkamm ist überschritten. Am Pfitscherjochhaus machen wir eine ausgiebige Pause. Es ist viel los heute und man hat eine gute Fernsicht.
Durch sanfte Almböden und Schatten spendenden Mischwald wandern wir ein erstes Teilstück des Pfitschtals abwärts bis zur Unterkunft „Hotel Dorfwirt“ in St. Jakob.

7. Etappe: St. Jakob - Kematen - Sterzing
Distanz: 20 km; Aufstieg: 190 Hm; Abstieg: ca. 600 Hm;
Gehzeit: ca. 5,5 Std.

Die finale Etappe auf dem Talboden des Pfitschtals und sanft talwärts führendem Weg — immer begleitet vom Pfitscherbach — hält schattige Waldpassagen, saftige Wiesen neben malerischen Bauernhäusern und Steinkirchen bereit. Vorbei am Rieder Stausee machen wir unterwegs Pausen im Leimbruchhof und im Ort Wiesen. Zu guter Letzt gilt es noch bei Flains einen kleinen Anstieg zu bewältigen, der dann direkt in das pittoreske Ortszentrum von Sterzing führt. Und dann haben wir es geschafft - die Alpenüberquerung Tegernse-Sterzing.
In der Stadt empfängt uns ein Rock-Festival mit dem Thema „Gegen die Stille“, was hier auch akustisch umgesetzt wird. In einer Stadtführung erfahren wir viel über die Geschichte von Sterzing.
Letzte Übernachtung in Sterzing im „Hotel Rosskopf“.
Am nächsten Morgen bringt uns ein Shuttle-Bus wieder zum Ausgangsort am Tegernsee.

Fazit

Wir hatten Glück mit dem Wetter: Nur ein Regentag. Die Tour ist zwar mit Gepäcktransfer und Hotel-Übernachtungen - was die Regeneration am Abend erleichtert -, aber die Wanderwege hatten einige Höhenmeter, die jede/r bewältigen musste und die auch Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderten. Die Gruppe harmonierte gut und alle sind ohne nennenswerte Blessuren am Ziel angekommen.
Text und Fotos: Reinhard Kockmann



Am Zwölferturm in Sterzing (v.l.): Bina Naebi, Margret Köchling, Martina Tabert, Renate Kockmann, Jürgen Tabert, Reinhard Kockmann u. Martin Teckentrup



Wanderwochenende auf dem Weserhöhenweg

vom 25. bis 26. April 2026

Organisiert und geführt von Frank Menke
Länge: 44 Kilometer, 960 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 14,5 Stunden

Tag 1: Samstag, 25. April 2026
Von Höxter nach Beverungen
Länge: 27 Kilometer, 510 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 8 Stunden

Wir sind am Samstag am Bahnhof in Höxter mit unserer Wanderung gestartet, haben einen Schlenker durch die Stadt gemacht - vorbei am Rathaus, durch die Marktstraße vorbei an Marktplatz, Nikolaikirche und Dechanei und vom Berliner Platz fast über die gesamte Wallanlage an der Stadtmauer entlang, wo wir am Ende die B64 überquert haben und dann durch Siedlung und Wald aufgestiegen sind bis zum Rodeneckturm.



der Rodeneckturm

Hier war es noch etwas diesig, aber wir konnten schon über ganz Höxter und einen Teil des Wesertals blicken. Noch ein kurzer Aufstieg und dann ging es den Klippenweg entlang mit tollem Ausblick über die Godelheimer Baggerseen und den Freizeitsee und auf der anderen Weserseite die Ortschaften Boffzen und Fürstenberg mit der bekannten Porzellanmanufaktur. An der Brunsberghütte begrüßt uns schon die Sonne. Wir machen die erste größere Pause, steigen dann durch Wald ab bis zum Gut Maygadessen und laufen weiter bis nach Godelheim, wo noch viele gut erhaltene Fachwerkhäuser zu sehen sind. Über den Nethe-Radweg laufen wir durch Feld und Flur bis zur Weser, immer den Blick auf die gelb blühenden Rapsfelder gerichtet. Da steht ein großer Holzrahmen, der uns zum ersten Gruppenbild animiert.



Auf dem Weser-Radweg laufen wir dann immer nahe der Weser bis nach Wehrden, wo Mittagseinkehr oder Picknick in der Sonne anstehen.
Anschließend verlassen wir die Weser, durchqueren den Ort Wehrden und haben dann den zweiten größeren Anstieg vor uns. Der führt uns längere Zeit durch Wald, bevor wir nach dem Abstieg den Ort Blankenau erreichen. Kaum Verkehr auf der Dorfstraße, wieder viele Fachwerkhäuser. Das letzte Teilstück des ersten Tages führt noch mal aufwärts durch Feld und Flur sowie Wald, und dann wieder abwärts in offenem Gelände bis

nach Beverungen, wo wir mit dem Hotel „Stadt Bremen“ unser Quartier für die Nacht erreichen. Im Biergarten - direkt neben einem alten Straßenbahnwaggon - gibt's erste Erfrischungsgetränke - mit und ohne %e - um den Flüssigkeitsverlust vom Tage auszugleichen. Danach eine ausgiebige Dusche und "Feinmachen" fürs Abendessen im Hotel. A la carte - mir ist nicht zu Ohren gekommen, dass jemand unzufrieden war.

Tag 2: Sonntag, 26. April 2026
Von Beverungen nach Bad Karlshafen
Länge: 17 Kilometer, 450 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 6 Stunden 30 Minuten

Nach reichlichem Frühstück und Gruppenfoto vorm Hoteleingang an der Langen Straße (mit Stadtmusikanten) führt Frank uns durch Beverungen, ein Stück auf dem Radweg unter der Weserbrücke und vorbei an der Stadthalle entlang, bevor wir rechter Hand abbiegen und wieder im Wald aufsteigen. An der Klüsserath-Hütte mit Insektenhotel und schönen Schnitzereien nebenan pausieren wir längere Zeit und stärken uns. Der Weg danach verläuft noch ein Stück in der Ebene, bevor der Abstieg nach Herstelle ansteht. Im Ort kommt noch mal ein kleiner Anstieg zum Benediktinerinnenkloster und zur Burg. Von dort führt eine Treppe zurück in den Ort, vorbei an der Kirche, und nach wenigen Minuten sind wir an der Weser. Heute machen wir unsere Mittagsrast auf der Terrasse des „Gasthofs zur Fähre“ mit Blick auf Weser und Weserfähre. Ob süß oder deftig; jeder kommt auf seine Kosten.



Die kleine Personenfähre nach Würgassen.

So gestärkt setzen wir unsere Wanderung fort, setzen mit der kleinen Personenfähre nach Würgassen über und nehmen den letzten Anstieg zum Skywalk in Angriff. Die Sonne brennt kräftig und wir sind für jedes bisschen Schatten im Wald dankbar. Nach stetigem Anstieg erreichen wir den Abzweig zum Skywalk, wo der Pfad noch mal 200 Meter abwärts bis zum Aussichtspunkt führt.

Der Skywalk an den Hannoverschen Klippen ist so angelegt, dass man in nördlicher Richtung bis Herstelle/Würgassen und in südlicher Richtung bis Bad Karlshafen über das Wesertal schauen kann.
Nach längerem Aufenthalt am Skywalk nehmen wir das letzte Teilstück unserer 2-tägigen Wanderung in Angriff. Wir laufen zurück zum Hauptweg und gehen dann in Serpentinen steil abwärts, bis wir in der Nähe des Dreiländerecks Hessen - Niedersachsen - NRW und nicht weit von der Weser wieder ebenes Gelände erreichen. Nach einigen Minuten sind wir am Bahnhof in Bad Karlshafen, von wo aus wir die Rückfahrt nach Paderborn antreten.

Jörg Simon



Gruppenfoto vor dem Hotel "Stadt Bremen" in Beverungen



Wanderwochenende in Heinrichsdorf

Eine Gruppe war drei Tage zum Wandern im Sauerland

Am Freitag, 29.5., trafen wir uns am Beginn des Wanderwochenendes im „Café Liese“ in Bestwig-Ostwig. Alle 13 Teilnehmer/innen trudelten ziemlich pünktlich bis 11.30 Uhr ein.
Nachdem wir uns ein wenig mit Kaffee und Kuchen gestärkt hatten, fuhren wir ein paar Kilometer zum Startpunkt der ersten Wanderung in Andreasberg. Die 10 km lange Runde führte von Andreasberg über ein Teilstück des Bestwiger Höhenwegs oberhalb des Freizeitparks Fort Fun zum Ort Wasserfall. Von dort ging es bergab zum einzigen natürlichen Wasserfall in NRW, der „Plästerlegge“. Nach kurzem Aufenthalt führte der Weg nun ohne großes auf und ab durch den Wald. Auf halber Strecke legten wir an einer Schutzhütte eine weitere Pause ein, bevor es letztendlich noch einmal 150 Hm zu bewältigen galt, um zurück nach Andreasberg zu kommen.



Nach kurzer Autofahrt trafen wir dann im DAV-Haus in Heinrichsdorf ein. Am Abend wurde bei bestem Wetter gegrillt. Als wir alle satt waren, war uns das nun aufziehende Gewitter egal.

Am Samstag hatten wir wieder Wetterglück mit blauem Himmel und wanderten ca. 20 km und 650 Hm um den Ort Elpe herum. Zunächst von Heinrichsdorf bergab ins Tal, dann auf der anderen Seite wieder hinauf zur „Hirtenweide“. Am dortigen Rastplatz erwartete uns nach etwa der Hälfte der Strecke das Highlight der Tour, das „Elper Bierloch“.



Das "Elper Bierloch" ist bestens ausgestattet.

Dabei handelt es sich um einen in die Erde eingelassenen kleinen Schacht, in dem Getränke kühl bleiben. Diese können dann gegen einen kleinen Obolus von Wanderern hervorgeholt und getrunken werden.



Nach der Rast führte die Strecke zunächst im wechselnden bergauf und bergab östlich an Elpe vorbei, bevor wir wieder im Tal ankamen. Nach kurzer Pause wurde der anstrengende Anstieg zum „Steinmarkskopf“ in Angriff genommen. Am dortigen ehemaligen Skihang befindet sich seit vielen Jahren eine Gleitschirm-Flugschule. Zum Schluss der Runde führte der Weg nun westlich oberhalb Elpe zurück zum DAV-Haus. Ein weiterer Abend in gemütlicher Runde bildete den Abschluss des Tages.

Der Sonntagmorgen begann mit strömendem Regen, so dass wir kurz überlegten, ob wir überhaupt wandern gehen. Die Vorhersagen der Wetter-Apps waren jedoch gut und nachdem der Regen um halb zehn aufhörte, begaben wir uns auf die 13 km-Strecke durch den Wald im Valmetal. Zunächst ging es wieder bergab und im zweiten Teil der Runde zurück hinauf nach Heinrichsdorf. Trotz des nassen Untergrunds war die Strecke im Großen und Ganzen problemlos zu bewältigen.

Bevor nun die Heimreise angetreten wurde, statteten wir noch zum Ausklang dem „Café Hamich“ in Ramsbeck einen Besuch ab.

Dieter Fastabend



Gute Stimmung bei dem von Dieter Fastabend organisierten und geführten Wanderwochenende.



Altenbekener Panoramarunde

Viadukt-Wanderweg (Teilstück V3)

Ausgearbeitet von Oliver Assig
Strecke: 13,6 Kilometer, 300 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 4 Stunden

oder frei nach dem Lummerland-Lied:
An der Egge mit den Bergen
über's Tal der Beke her,
mit Tunnels und Geleisen
und dem Eisenbahnverkehr
Viadukt und Quellen queren
gebaut mit Stein aus Kalk und Sand
unser Glück soll sich stets mehren
hier im Altenbekener Land.

Am Ende des Tunnels ist Licht – und mitten im Winter ist Schnee. Das ist nicht immer so, aber zu unserer Altenbekener Panoramarunde diesmal schon. Über 300 Höhenmeter auf 13 Kilometern verlief unsere 4-stündige Winterwanderung auf verschneiten Wiesen- und lichten Waldwegen mit herrlichen Ausblicken auf die Egge und den Eisenbahnknotenpunkt mit mehr als 9.000 Einwohnern. Am ersten Tag des Februars hatte kaum ein Hirsch sein Geweih abgeworfen, doch nach der Härte des Winters begann der Taumonat.
Griffig lud der oft knöchelhohe langsam antauende Schnee auch zu kleineren Rutschpartien, die wir galant mit Stöcken und charmant mit Lächeln meisterten.

Über das Portal des über 1,5 km langen Rehbergtunnels nach Pause mit Blick auf den heute weniger betriebsamen Bahnhof ging's vorbei an zahlreichen Trinkwasser-Quellen, über Kammwege mit einigen in den Schneewehen zurück zum Eggemuseum. Vorher noch ein Gruppenfoto oberhalb der Heilig-Kreuz-Gemeinde am zu Festtagen erleuchteten 12 m hohen Wienacker-Kreuz und die Mehrzahl der 23 Mitwanderer gönnte sich ein leckeres Stück Kuchen oder ordentliche Pommes in der betriebsam gemütlichen Museumsdeele. Es ist schon nett in und um Altenbeken, nicht nur auf der Durchreise.

Oliver Assig



Gruppenfoto vor dem Wienacker-Kreuz



Karnevalsfreie Wanderung in der Senne

Moosheide - Ems-Quellenweg

Ausgearbeitet von Brigitte Köster
Strecke: ca. 17 km km, 140 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 5 Stunden

Am 15. Februar führte Brigitte Köster - als Alternative zu Karneval - 23 Wanderfreunde bei strahlend blauem Himmel und Temperaturen knapp über den Gefrierpunkt durch die Senne.
Treffpunkt war der Parkplatz in Hövelhof gegenüber der Krollbach Bifurkation. Was bitte ist eine Bifurkation?
Brigitte wusste die Lösung und erklärte, dass das eine seltene Flussgabelung sei. Der Krollbach wird somit geteilt: der eigentliche Krollbach, welcher nach gut 480 km über Lippe und Rhein in die westliche Nordsee mündet und der Schwarzwasserbach, der nach 440 km über die Ems in die mittlere Nordsee fließt.



Krollbach Bifurkation in Hövelhöf

Diese künstliche Kanalisation sei erforderlich gewesen, um die verfallene Wasserwirtschaft durch Frischwasserzufuhr wieder in Schwung zu bringen - vor allem um den Malaria-Erreger, der in den versumpften und stinkenden Teichen und Gräften seine Brutstätte hatte, zu bekämpfen.

Die Wanderung führte durch die malerische Moosheide zu den Emsquellen, wo wir eine ausgiebige Pause (mit Miniberlinern!) gemacht haben. Wandern macht eben hungrig.
Weiter ging es am sowjetischen Soldatenfriedhof und dem Infozentrum Ems vorbei zur Hasendorfdüne („Hasendüne“) und zur Friedenseiche. Das markante Naturdenkmal wurde damals vom Förster Joseph Hölscher nach dem Deutsch-Französischen Krieg 1870/71 gepflanzt. Sie steht als Symbol für Frieden. Interessant ist auch, dass dort ebenfalls die Städtepartnerschaft mit der franz. Partnerstadt Verrières-le-Buisson 100 Jahre später besiegelt wurde.

Zum Schluss ließen wir uns den Kaffee und Kuchen in der Hofbäckerei Niermann schmecken und die erlebnisreiche Wanderung durch die schöne Senne mit seinen Kiefern, Heideflächen, Dünen und Gewässern Revue passieren.

Kerstin Menke



Brigitte konnte zahlreiche Wanderfreunde begrüßen.



Altenbekener Dunetal und Paderborner Höhen

Frühlingssonne am Winterende

Ausgearbeitet von Oliver Assig
Strecke: 17 Kilometer, ca. 400 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 4,5 Stunden

... und 33 weitere gut gelaunte Gründe 17 km über 400 Höhenmeter rauf und runter zuwandern.
Auf dem Viadukt Wanderweg starteten wir flinken Schrittes durchs noch etwas kühle aber hell erleuchtete Dunetal zum ersten kleinen Anstieg am stolzen Dune-Viadukt. Unsere ordentliche Wandergruppe füllte nicht ganz den Tunnel am leichten Gefälle zum Beker-Grund mit seinen weiter abebbenden Tauwassermassen der Durbeke. Hinauf nun die steilere Abkürzung über den Altenbekener Naturerbe-Pfad auf die höchste Ebene des Paderborner Höhenwegs, der hier auf dem Hellweg zwischen Duisburg und Corvey verläuft, nur eben nicht auf A40 und B1 sondern viel wanderbarer im Osten Paderborns. Nach vorgezogener Mittagspause am Aussichtspunkt Papenberg mit Blick übers weite Paderborner Land ging's weiter runter nach Neuenbeken im Ort über den kurzen Teutoburger Waldlehrpfad. Der Lebensraum für Mensch und Tier lieferte hier im 19. Jahrhundert auch die Basis für Eisenbahnbau und Glasproduktion in der Industrialisierung, die nicht bei allen gleich schnell und gut ankam. Heute ging es für uns von Uhdehütte und Mausoleum auf den letzten längeren Anstieg zum höchsten Punkt Paderborns am Krayenberg.
Im Sonnenbad am Gipfelkreuz wurden hier die Rucksäcke weiter geleert, natürlich nicht ohne genügend Platz für den abschließenden Blechkuchen nach dem Abstieg zum Gasthof Dunetal zu lassen.

Oliver Assig



Gruppenfoto am Gipfelkreuz - Paderborns höchster Punkt - 347 m



Dalhausen und Klus Eddessen

Abwechslungsreiche Wanderung im Weserbergland

Ausgearbeitet von Dieter Fastabend
Strecke: ca. 19 Kilometer, 540 Höhenmeter
Gesamtzeit: 5 Stunden 15 Minuten

Am Sonntag, den 15.03.2026 „entführte“ uns Dieter Fastabend in „seine“ Heimat in die Nähe von Beverungen ins schöne Weserbergland. Start und Ziel war der Parkplatz Roggenthal an der B241 zwischen Dalhausen und Beverungen.

Gleich zu Beginn ging es steil bergauf auf den Schnegelberg Richtung Dalhausen, den ältesten Marienwallfahrtsort des Bistums Paderborns - auch bekannt wegen seiner Geschichte des Korbmacherhandwerks. Der Rundwanderweg verlief größtenteils mit den „Wo der Bock zum Gärtner wird“- Wanderweg des EGV parallel – wurde jedoch von Dieter etwas erweitert, so dass wir die Klus Eddessen mit auf dem Programm hatten.

Auf dem Schnegelberg wurden früher Ziegen gehalten, um die Hänge wieder in artenreiche Halbtrockenrasen zu überführen, deshalb der ungewöhnliche Name für den Wanderweg des EGV.

Ein Highlight der Wanderung war die Klus Eddessen, wo wir unsere Mittagsrast einlegten. Interessant schon deshalb, weil in dieser Einöde ein Eremit direkt an der Wallfahrtskapelle lebt. Ein Gedenkstein erinnert an das ehemalige Dorf Eddessen, welches 1447 durch hussitische Söldner zerstört wurde. Es wurde nicht wieder aufgebaut – lediglich die Wallfahrtskapelle wurde neu errichtet.

Auch wenn die 3 (!) Aufstiege (Schnegelberg, Krähenberg und Jakobsberg) sehr steil waren, wurden wir immer wieder mit tollen Ausblicken, Kreuzwegen und der Mariengrotte belohnt. Eine schöne abwechslungsreiche Wanderung – welche Lust auf mehr macht...

Kerstin Menke



Klus Eddessen mit Kreuzweg



Dieter konnte 24 Wanderfreunde in Dalhausen begrüßen



Premiere für die traditionelle Karfreitagswanderung

Strecke 1:
Ausgearbeitet von Konstantin Paul
Länge: ca. 18 Kilometer, 280 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 4 Stunden 40 Minuten

Zum 1. Mal in der Vereinsgeschichte wurden bei der traditionellen Karfreitagswanderung 2 Rundwege angeboten. Strecke 1 für die sportlich Ambitionierten und Strecke 2 für alle, die es etwas gemütlicher angehen möchten. Start und Ziel war bei beiden Strecken der Bokelfenner Krug in Oerlinghausen, wo eine gemeinsame Einkehr fest eingeplant war.

Strecke 1 führte durch das Augustdorfer Dünenfeld am Standortübungsplatz Stapel entlang zu den Waldwiesen der Wistinghauser Senne. Sogar einen Berg hatte die Runde zu bieten: Die Besteigung des Barkhauser Bergs mit seinen 293 Höhenmeter brachte so manchen zum Schwitzen. Auch der (sehr steile!) Abstieg war technisch herausfordernd und kam einer ungewollten „Trittschulung“ für die Alpen gleich.

Die Mittagspause haben die 31 Wanderfreunde am Fuße des Tönsbergs beim „Feuersalamander“ eingelegt, wo der Schnatbach das Kneipptretbecken speist und sogar ein paar Hartgesottene ihre müden Wanderfüße erfrischt haben.

Strecke 2:
Ausgearbeitet von Heinz Hermisch
Länge: ca. 12 Kilometer, 100 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 3 Stunden

Nicht fehlen durfte der Segelflugplatz und natürlich die Weideflächen der Exmoor-Ponys und schottischen Hochlandrinder mit ihren Jungtieren, die sich geduldig von uns Hobbyfotografen ablichten ließen.



Nach all den Eindrücken trafen wir auf die 15 Wanderer der 2. Gruppe, die ebenfalls in der Wistinghauser Senne unterwegs waren und sind die letzten Kilometer zum Bokelfenner Krug gemeinsam gegangen.

Zwei sehr schöne Wanderungen mit vielen tollen Eindrücken und einer gemeinsamen Einkehr – ein gelungener Einstieg ins nahe Osterwochenende.

Kerstin Menke





Die beiden Gruppen: Links Gruppe 1

Rechts Gruppe 2



Ausgearbeitet von Konstantin Paul
Länge: ca. 66 Kilometer, ca. 1.500 Hm

Der Uplandsteig ist ein anspruchsvoller Rundwanderweg von ca. 66 km Länge.
Er führt einmal um die Gemeinde Willingen (Upland) und berührt dabei alle 9 Ortsteile. Der Steig verläuft auf perfekt gepflegten und dennoch naturbelassenen Wanderwegen - durch einzigartige Naturschutzgebiete, beeindruckende Hochheiden, durch tiefe Wälder und weite Fluren, vorbei an Bächen und Quellen bis auf die höchsten Gipfel des Sauerlandes. Welche wunderschönen Ausblicke einen auf der Strecke erwarten, kann man nicht beschreiben, man muss sie einfach selber erleben.

So hatte Konstantin Paul die Idee den gesamten Uplandsteig in 2 Teilstücken zu erwandern. Nachdem die „Testphase“ letztes Jahr erfolgreich absolviert wurde, hatte er die beiden Strecken im April erneut angeboten:
Teil I startet bei der Hälfte der Strecke in Bömighausen und wandert im Gegen-Uhrzeigersinn über Neerdar, Eimelrod, Rattlar, Hemmighausen, Schwalefeld nach Willingen. Besonders erwähnenswert ist hier der „Bäckerwagen“, der des Öfteren in den Ortschaften auftauchte und somit die hungrigen Wanderer versorgte.



Die Wanderfreunde vom 1. Teil.

Teil II startet ebenfalls in Bömighausen und wandert im Uhrzeigersinn über den Grotenberg, Kahle Pön, Graf-Stollberg-Hütte, Diemelquelle, Toter Mann, Hoppecke-Quelle, Clemensberg, Hochheide-Hütte, Langenberg, Richtplatz nach Willingen.

Zum Schluss wurde bei beiden Strecken in der K1-Hütte eingekehrt, von wo man einen guten Blick auf die vielen Mountainbiker hat, die waghalsig die steilen Pisten im Bikepark hinabsausen.



Die Wanderfreunde vom 2. Teil; Gipfelkreuz Langenberg

Ein großes Lob an Albina, die als jüngste Teilnehmerin an beiden Teilen teilgenommen hat und den geschnitzten Wanderschuh samt Uplandsteigpin von Konstantin überreicht bekommen hat. Glückwunsch für die tolle Leistung und einen großen Dank an Konstantin für die gelungene Planung und Umsetzung.

Kerstin Menke



Zwischen alten Gemäuern und noch älteren Steinen

Sehenswertes bei Dringenberg

Ausgearbeitet von Dietmar Sömer
Länge: ca. 17 Kilometer, 390 Höhenmeter
Gesamtzeit: 4 Stunden 30 Minuten

25 Wanderer trafen sich um 9:45 Uhr an der von 1318 bis 1323 erbauten Burg in Dringenberg. An der Stadtmauer entlang ging es dann zum Wasserfall am Mühlengraben im Tal der Öse, stetig bergan zur Marienkapelle auf dem Himmelsberg oberhalb von Altenheerse.



Die Marienkapelle auf dem Himmelsberg.

Erste Trinkpause in einer kleinen Hütte im Wald. Als Nächstes erreichten wir das Steinbergdorf Kühlsen. Große Felsen aus dem Geschiebe der letzten Eiszeit am 409 m hohen Steinberg zeigten nicht nur geologische Ereignisse, sondern auch Gesichter. Am Hoppenberg und Essenberg vorbei ging es wieder ins Ösetal hoch nach Dringenberg und noch einmal hinab ins Tal.



Etwas Geschichte an der alten Schöpfmühle, die der Versorgung der Bürger diente. Rund 70 m wurden mit der Wasserkunst bis zum Brunnenkump überwunden.

Und dann der letzte steile Anstieg zur Burg. Noch eine kurze Besichtigung der Burgkapelle und des 44 m tiefen Brunnens, der zur Versorgung der Burg diente.
Dann ab zur Obermühle. Hier gab es hausgemachten Kuchen und auch einige Spezialitäten im Hofladen.

Peter Fuest



Dietmar führte uns um Dringenberg.

Auf zum neuen alten Eggeturm

Mutter-, Vater-, Wandertag



Ausgearbeitet von Oliver Assig
Länge: ca. 24 Kilometer, 680 Höhenmeter
Gesamtzeit: 6 Stunden 40 Minuten

Auch eine Woche voller Feiertage findet ihr Ende - natürlich nicht ohne Wanderung in netter - nein bester! - Gesellschaft, denn: Der Mai ist gekommen....

Und so machten sich 25 Unermüdliche auf einen mit beinahe 700 Höhenmetern und 24 Kilometern etwas längeren „Sonntagsspaziergang“. Bei bestem Wanderwetter erwartete uns eine abwechslungsreiche Gipfeltour vorbei an zahlreichen Naturdenkmälern.

Bereits kurz nach dem Start strahlte vom Eggeberg bei Veldrom aus weithin sichtbar der Eggeturm, nach Brand 2024 und Wiedereröffnung 2025 in der Ferne thronend auf dem Velmerstot.

Statt direkt dorthin ging’s zunächst durch den Naturpark Teutoburger Wald ins Lippische hinab zum Schüsselgrund an der B1 vorbei an einem großen Betonofen in dem vor 70 Jahren noch Kalk zum Düngen, Löschen und Bauen gebrannt wurde. Einen netten Hügel und Hohlweg weiter gingen wir beschwingt auf die erste Rast zu, nach Belieben auf Sonnen-, oder Baumbank an den anmutig aufragenden Externsteinen. Gut gestärkt standen in der zweiten Etappe nach den ersten zehn nun weitere acht Kilometer mit etwas mehr Höhenmetern und weiteren Highlights an. Über den Blaubeerpfad, auf dem Eggeweg, im neu aufblühenden Silberbachtal, versorgt mit frischem Quellwasser, wanderten wir schließlich den Velmerstot hinauf. Wo’s darauf ankam, war der Weg ausreichend trocken und auch schmalere Trails konnten wir sicher begehen. Mit den beiden Gipfeln auf dem Lippischen und Preußischen Velmerstot und einem grandiosen Weitblick vom Eggeturm wurde unsere Mühe belohnt und so mancher bekam Sehnsucht nach mehr... Bergen:)

Denn das sollte für diesen Tag längst nicht alles gewesen sein. Nach kurzem Abstieg und Gartendurchquerung in Feldrom wanderten wir hinauf auf den Bauerkamp über den Bielstein mit wilder Schlucht und Höhlenaussicht. Schließlich war’s die Aussicht auf Kaffee und Kuchen, die uns den finalen Anstieg zum Wanderparkplatz mit Leichtigkeit schaffen ließ.

So bezwungen wir 7 Hügel in unserem Eggegebirge mit Highlights wie den Externsteinen, dem Silberbachtal, dem Velmerstot und Eggeturm, der Bielsteinschlucht und immer Süßen Verführungen.

Oliver Assig

Gruppenbild vor den Externsteinen





Waden-Beißer-Wanderung

Von Rinteln nach Hameln auf dem Europäischen Fernwanderweg E11

Ausgearbeitet von Konstantin Paul
Strecke: ca. 40 km, 1.190 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 11 Stunden (inkl. Pausen)

Am 13. Juni machten sich zehn Wanderfreunde auf eine anspruchsvolle 40 Kilometer lange Tour von Rinteln nach Hameln auf dem Europäischen Fernwanderweg E11. Es galt 1.190 Höhenmeter zu überwinden. Die Route führte uns durch das malerische Weserbergland über Steinbergen, die Schaumburg und schließlich zum Süntelturm.

Nach unserem Start in Rinteln führte uns der Weg durch die sanften Hügel von Steinbergen. Wir genossen die Ruhe der Felder, die sich mit dichten Wäldern abwechselten. Bald erreichten wir die Schaumburg, eine majestätische Höhenburg über dem Wesertal. Dort legten wir eine erste kurze Pause ein und bewunderten die Panoramasicht.

Von dort ging es weiter durch den dichten Wald des Süntels. Die Anstiege wurden nun etwas anspruchsvoller, doch die Gemeinschaft trieb uns voran. Schließlich erreichten wir den Süntelturm auf der Hohen Egge. Der markante Sandsteinturm aus dem Jahr 1901 bot uns einen unvergleichlichen Blick über das gesamte Weserbergland. Besonders freuten wir uns auf die Einkehr bei Michael Rohrdrommel in der Waldgaststätte am Süntelturm. Er und sein Team empfingen uns herzlich. Wir stärkten uns mit regionalen Spezialitäten und kühlen Getränken, bevor wir uns für die letzten Kilometer auf den Weg nach Hameln machten. Davor jedoch erhielten wir eine Gänsefeder, stiegen durch Licht und mystische Musik nach oben (107 Stufen !) und durften dort etwas loslassen oder sich etwas wünschen.

Der Abstieg nach Hameln bot noch einmal herrliche Waldwege und Aussichten. Am späten Nachmittag erreichten wir unser Ziel. Die 40 Kilometer waren eine echte Herausforderung, doch die landschaftliche Vielfalt und die gemeinsame Motivation machten diesen Tag unvergesslich.

Konstantin Paul



Die 10 Wanderfreunde am Start in Rinteln.



Rund um Brenkhausen

Ausgearbeitet von Dieter Fastabend
Strecke: ca. 18 Kilometer, 410 Höhenmeter
Gehzeit: ca. 4 Stunden

Am 21.06.2026 traf sich unsere kleine Gruppe (acht Teilnehmer/innen) um 9.30 Uhr am Flugplatz Höxter-Holzminden in Brenkhausen.
Die Route führte nach dem kräftigen Regen am Morgen auf phasenweise rutschigem Boden zunächst bergab Richtung Höxter und dann den Räuschenberg wieder hinauf. Teilweise waren die Pfade ein wenig zugewachsen.
Nach einem weiteren Abstieg querten wir die B239 und wanderten Richtung Lütmarsen. Inzwischen kam die Sonne durch und die Temperaturen stiegen ordentlich an. Auf etwa der Hälfte der Route legten wir in der Brambach-Schutzhütte des EGV eine längere Pause ein, mit Blick hinüber zum Köterberg.

Nach erneuter Querung der Bundesstraße ging es auf teils schlammigen Untergrund und bei mittlerweile schwülwarmem Wetter durch den Wald hinauf zurück zum Startpunkt. Zum Abschluss gab es im Flugplatz-Café Kaffee und Kuchen.

Dieter Fastabend





Interessant, was man so alles am Wegesrand findet.



Pause in der Brambach-Schutzhütte



Rund um das Steinhorster Becken

Wenn der Tag erwacht...

Ausgearbeitet von Andrea und Otto Osdiek
Strecke: ca. 17 Kilometer
Gehzeit: 3 Stunden 23 Minuten

Bereits um 4:00 Uhr morgens trafen wir uns am Café Brinkmeier in Delbrück zu unserer diesjährigen Frühwanderung. Die Temperaturen versprachen mit bereits warmen 27 Grad einen heißen Sommertag, sodass ausreichend Trinkpausen von Anfang an eingeplant wurden. Der Sonnenaufgang blieb zwar hinter einer leichten Wolkendecke verborgen, dennoch sorgte das langsam heller werdende Morgenlicht für eine ganz besondere Atmosphäre.

Von der Westseite des Steinhorster Beckens aus führte uns der Weg zunächst durch Feld- und Wiesenlandschaften sowie entlang des idyllischen Furlbachs in Richtung Espeln. Die morgendliche Ruhe wurde lediglich vom intensiven Vogelgezwitscher und dem lauten Froschkonzert am Steinhorster Becken begleitet – ein beeindruckendes Naturerlebnis.

Das Steinhorster Becken ist ein rund 85 Hektar großes Naturschutzgebiet, das 1976 angelegt wurde. Es hat sich zu einem bedeutenden Lebensraum für mehr als 200 Vogelarten entwickelt und ist besonders als Rastplatz zahlreicher Zugvögel bekannt.
An den beiden Aussichtstürmen bot sich uns ein herrlicher Blick über das gesamte Schutzgebiet. Trotz der frühen Stunde herrschte bereits reges Leben in der Vogelwelt, sodass es viel zu beobachten gab.
Auf unserem weiteren Weg bot sich ein interessanter Kontrast zur unberührten Natur. Wir kamen an einem bereits fertig errichteten Windkraftrad vorbei und konnten dessen imposante Größe aus nächster Nähe bestaunen. Wenig später führte die Strecke an dem gewaltigen Fundament einer weiteren, noch im Bau befindlichen Windkraftanlage vorbei. Der direkte Vergleich zwischen der fertigen Anlage und dem massiven Fundament vermittelte eindrucksvoll, welche Dimensionen moderne Windenergieanlagen besitzen und wie sich erneuerbare Energien in die Landschaft einfügen.

Nach dem Abschnitt Richtung Espeln führte unsere Route weiter an der Ems entlang. Anschließend erreichten wir einen liebevoll angelegten Sandfang, dessen naturnahe Gestaltung einen weiteren landschaftlichen Höhepunkt der Wanderung darstellte.
Von dort ging es erneut am Uferweg des Furlbachs entlang zurück zum Steinhorster Becken. Über dessen Ostseite schloss sich schließlich der Rundweg zurück zum Café Brinkmeier.

Nach rund 17 Kilometern und einer Gehzeit von 3 Stunden und 23 Minuten erreichten wir wieder unseren Ausgangspunkt. Den gelungenen Abschluss bildete ein gemeinsames Frühstück im Garten des Cafés Brinkmeier. In geselliger Runde ließen wir die erlebnisreiche Frühwanderung Revue passieren. Die abwechslungsreiche Strecke mit ihrer Kombination aus einzigartiger Natur, beeindruckender Tierwelt und moderner Windenergietechnik machte diese Wanderung zu einem besonderen Erlebnis, das allen Teilnehmern noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Andrea Osdiek



Anspruchsvolle Höhenwanderung auf Teilstücken des Rothaarsteiges

Ausgearbeitet von Claudia Mudersbach
Strecke: 19,1 Kilometer, 690 Höhenmeter
Gesamtzeit: ca. 6,5 Stunden (inkl. Einkehr und Pausen)

Olsberg – Borbergkapelle – Habberg – Ginsterkopf – Feuereiche – Silbersee - Gutscafé am Blütengarten – Grüner Park – Olsberg

Nach der Begrüßung und Erklärung der Strecke durch die Wanderbegleiterin beginnt die Tour am letzten Sonntag im Juli 2026 bei bestem Wanderwetter.

Von Olsberg geht es steil bergauf über den Kreuzweg zur Borbergkapelle. Nach einer Trinkpause verläuft der Weg über einem Teilstück des Rothaarsteiges zum Habberg und von dort über den schmalen Kammweg zum Ginsterkopf.

Von hier aus haben die Wandersleut eine hervorragende Aussicht nach Elleringhausen und in die weitere Umgebung, was wir bei den kräftigen Windverhältnissen so richtig nicht genießen konnten, sodass eine Pause an der frisch sanierten Feuereiche durchgeführt wurde.



Zum Silbersee konnten wir nicht hin wandern, dieses Ziel wird zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt.

Unterhalb der Bruchhauser Steine ging es in das „Gutscafé am Blütengarten“, wo hausgemachter Kuchen (Tipp: Gewittertorte) auf uns wartete.

Nach dieser wunderschönen Rast verläuft der Wanderweg durch die Hangwälder des Naturschutzgebietes Olsberg. Die restlichen Kilometer führen durch den Grüner Park mit Möglichkeiten von Arm- und Fußbädern nach Sebastian Kneipp und einem gesponserten Eis durch die Wanderbegleiterin Claudia.

Claudia Mudersbach

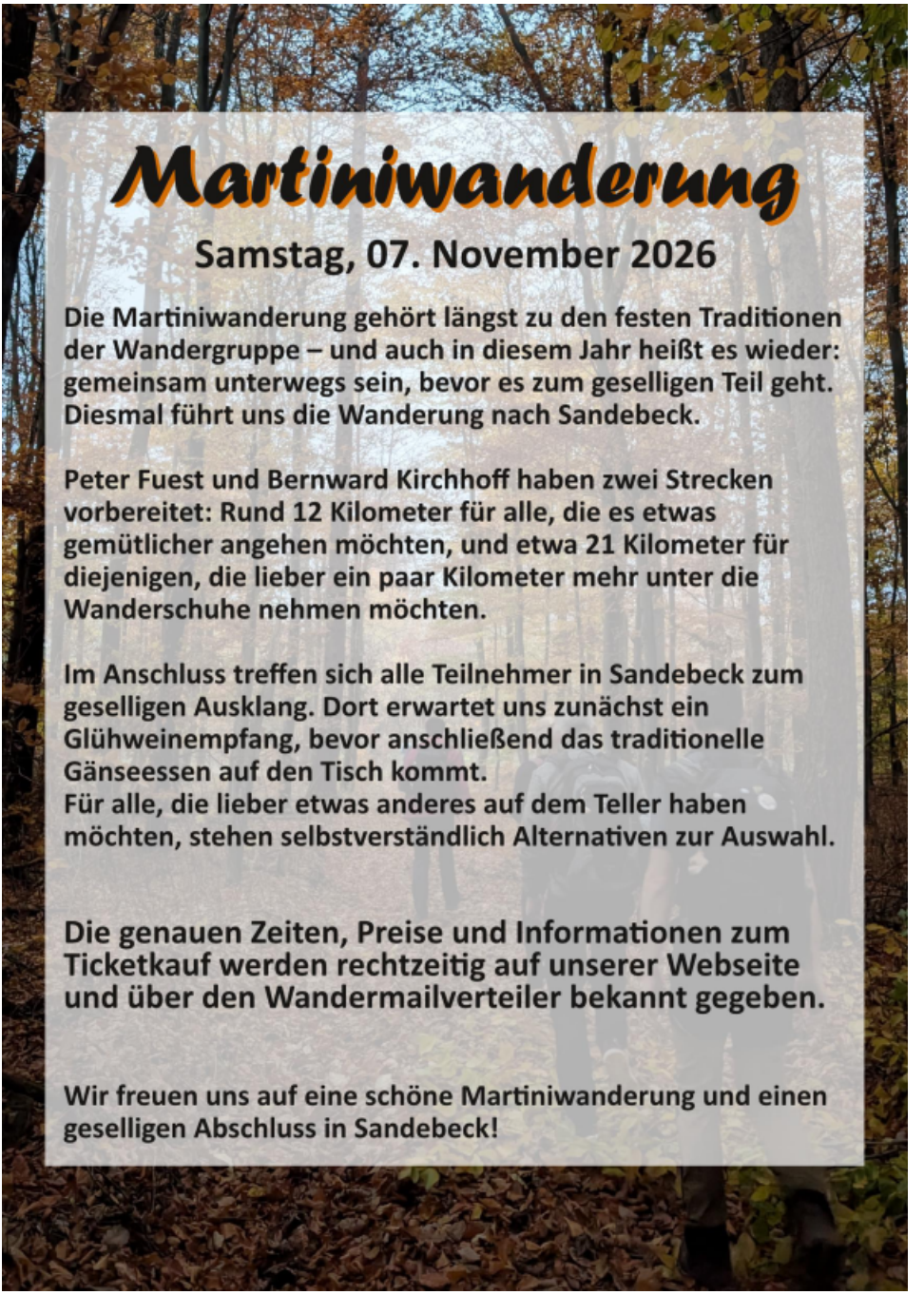


Bild oben rechts: die Feuereiche

Bild unten links: Claudia Mudersbach bei der Begrüßung

Bild unten rechts: die 21 Wanderfreunde




Martiniwanderung
Samstag, 07. November 2026
Die Martiniwanderung gehört längst zu den festen Traditionen der Wandergruppe – und auch in diesem Jahr heißt es wieder: gemeinsam unterwegs sein, bevor es zum geselligen Teil geht. Diesmal führt uns die Wanderung nach Sandebeck.
Peter Fuest und Bernward Kirchhoff haben zwei Strecken vorbereitet: Rund 12 Kilometer für alle, die es etwas gemütlicher angehen möchten, und etwa 21 Kilometer für diejenigen, die lieber ein paar Kilometer mehr unter die Wanderschuhe nehmen möchten.
Im Anschluss treffen sich alle Teilnehmer in Sandebeck zum geselligen Ausklang. Dort erwartet uns zunächst ein Glühweinempfang, bevor anschließend das traditionelle Gänseessen auf den Tisch kommt.
Für alle, die lieber etwas anderes auf dem Teller haben möchten, stehen selbstverständlich Alternativen zur Auswahl.
Die genauen Zeiten, Preise und Informationen zum Ticketkauf werden rechtzeitig auf unserer Webseite und über den Wandermailverteiler bekannt gegeben.
Wir freuen uns auf eine schöne Martiniwanderung und einen geselligen Abschluss in Sandebeck!



Musikalische Einlage beim Stammtisch "Bergexerzitien"



Gipfelglück im Duisburger Landschaftspark-Nord





Die wohlverdienten Pausen
Oben:
beim Bürener Wandertag

Rechts:
beim Uplandsteig (Teil I)



Abkühlung gefällig?



Anbringung des reparierten Vogelhauses im Sektionsgarten



Wie viel Schritte sollst du gehen?

Dass Bewegung gut ist, ist bekanntlich nichts Neues. Aber wie viele Schritte am Tag sollten es sein? 10.000? Noch mehr oder reichen auch weniger aus? Und muss es täglich sein?

Viele nutzen sie bereits: die kleinen Fitness-Tracker am Handgelenk, Apps fürs Handy, Smartwatches… Fitbit, Googlewatch, Samsung Galaxy, Garmin… und damit das schlechte Gewissen lässt grüßen.

10.000 Schritte pro Tag - also je nach Schrittlänge 6 - 8 km - geistern noch in vielen Köpfen herum. Das ist zum Beispiel für einen „Büromenschen“, der bis zu 8 Stunden am PC sitzt eine tägliche Herausforderung.

Eine Metaanalyse, die im „European Journal of Preventive Cardiologie“ 2023 erschienen ist, gibt Klartext:

Schon 4.000 Schritte am Tag reichen aus, um das Risiko des frühen Todes zu verringern. Jeder Schritt zählt – je mehr, umso besser. Ununterbrochenes Gehen am Stück sei jedoch besser, als viele kleine Strecken. Pro Tag 1.000 Schritte zusätzlich sei mit einem 15% geringeren Risiko verbunden, vorzeitig an einer beliebigen Ursache zu sterben. Allein 500 Schritte mehr sei mit einem um 7% geringeren Risiko einer tödlichen Herzerkrankung verbunden.

Regelmäßige Bewegung ist nicht nur gut für die bessere Durchblutung und Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, auch der Stoffwechsel wird trainiert, die Venentätigkeit unterstützt, das Immunsystem gestärkt, sowie das Diabetes-, Krebs- und Demenzrisiko gesenkt. Sogar Depressionen können vorgebeugt und der Schlaf verbessert werden.
Also: Nichts wie los!

Fazit: Bewegung (am besten an der frischen Luft) hält fit, ist gut für die Gesundheit, gut fürs Wohlbefinden und fördert in Gesellschaft auch noch soziale Kontakte.

Vielleicht im Alltag kleine Bewegungseinheiten einbauen: mit dem Fahrrad zur Arbeit/Einkaufen etc. fahren oder zu Fuß bewältigen, eine Bushaltestelle eher aussteigen und den Rest zu Fuß gehen, das Auto weiter weg parken, Treppe statt Aufzug nutzen, in der Mittagspause einen kleinen Spaziergang machen….

Jedoch: Eine allgemeingültige Schrittzahl wird es wahrscheinlich nie geben – wichtiger ist es doch, sich selbst ein realistisches Ziel zu setzten und aktiv zu werden. Schon kleine Veränderungen im Alltag helfen – und am Wochenende bieten sich ganz hervorragend unsere Wanderungen an. Bis dahin….

Kerstin Menke

PADERMARSCH

Von Wanderern. Für Wanderer.

18.09.2027



Wir wissen, wann es weh tut.

30 KM I 50 KM

Infos und Tickets unter
www.alpenverein-paderborn.de

DAV

Veranstalter:
Sektion Paderborn des
Deutschen Alpenvereins e.V.



MOOBLY

GEMEINSAM IN DIE BERGE
Supported by DAV

www.moobly.de - die Mitfahrzentrale für alle, die in die Berge wollen.
Demnächst auch direkt auf unserer Homepage.

Der digitale DAV-Mitgliedsausweis.

Dein Begleiter in den Bergen, jetzt auch in deinem Smartphone!



Online DAV-Mitglied werden

Im Rahmen einer Online-Mitgliedschaft bekommst Du direkt nach erfolgreicher Registrierung einen vorläufigen Ausweis per Email zugeschickt. Dieser gilt ab 00:00 Uhr des Folgetages und ist 4 Wochen lang gültig. Dein offizieller Mitgliedsausweis kommt später per Post.
https://www.dav-shop.de/beta-mitgliederaufnahme/default.aspx?SN=1205

Digitaler Mitgliedsausweis
Ein digitaler Mitgliedsausweis kann über den Mitglieder-Self-Service Mein.Alpenverein.de abgerufen werden. Der digitale Mitgliederausweis ist ein optionales Angebot für alle Mitglieder bzw. Mitgliedshaushalte in Form einer PDF-Datei. Für neue Mitglieder ist der digitale Mitgliedsausweis frühestens drei Wochen nach Beitritt abrufbar.
Gültig ist er - wie auch der gedruckte Mitgliederausweis - nur in Verbindung mit einem amtlichen Lichtbildausweis.
Die Mitgliedsausweise sind ab Eintrittsdatum bis Ende eines Jahres gültig.
Die neuen Mitgliedsausweise werden i.d.R. bis Ende Februar eines jeden Jahres versendet.
So lange ist Dein alter Ausweis auch noch gültig.

Mitgliederkategorie ab 01.01.2025	Jahresbeitrag	Aufnahmegebühr
Vollbeitrag (A-Mitglied) Erwachsene ab 25 Jahren, die keiner anderen Beitragsgruppe zugeordnet sind.	**75,00 EUR**	**20,00 EUR**
Ermäßigter Beitrag (B-Mitglied) Ehe-/Lebenspartner(in) eine Mitglieds mit Vollbeitrag in der Sektion Paderborn (gemeinsame Adresse und einheitliche Bankverbindung!) Senioren ab 70 Jahren	**40,00 EUR**	**15,00 EUR**
Gastbeitrag (C-Mitglied) Mitglieder einer anderen Sektion, die dort eine bestehende A- oder B-Mitgliedschaft haben	**30,00 EUR**	**0,00 EUR**
Junior (D-Mitglied) 18-24 Jahre	**40,00 EUR**	**10,00 EUR**
K/J - Kind/Jugendlicher als Einzelmitglied 0-17 Jahre	**25,00 EUR**	**0,00 EUR**
Familienbeitrag Beide Ehe-/Lebenspartner (A-Mitglied + B-Mitglied). Für Kinder und Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr kein Beitrag und keine Aufnahmegebühr	**115,00 EUR**	**35,00 EUR**

Fälligkeit der Beiträge:

Die Beiträge für das laufende Jahr sind zum 01.01. des jeweiligen Jahres fällig. Der Beitragseinzug erfolgt ab 2026 jeweils zum 02.01. des jeweiligen Jahres! Bei Eintritten innerhalb des lfd. Jahres ist der Beitrag zum 01. des Folgemonats fällig. Der Einzug erfolgt hier zum jeweiligen Quartalsende. Die Lastschrifteinzüge erfolgen unter Angabe unserer Gläubigeridentifikationsnummer DE85ZZZ00000133657 und der Mandatsreferenznummer: 20500xxxxxx, mit xxxxxx = Mitgliedsnummer des Kontoinhabers (Mitgliedes, eines Ehepartners bzw. Elternteiles).

Bitte beachten:

Keine Barzahlung — nur Einzugsermächtigung möglich. Bankgebühren bei Lastschrift-rückgabe müssen mit 5 Euro berechnet werden.
Bei Zahlungserinnerungen an Mitglieder ohne Lastschriftmandat wird eine Bearbeitungsgebühr i.H.v. 10 Euro erhoben.
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!

Änderung der Anschrift oder Bankverbindung:
Bitte melde jede Änderung Deiner Adresse oder Bankverbindung **sofort** an die Geschäftsstelle der Sektion Paderborn. Dies kann persönlich in der Geschäftsstelle, per E-Mail (**mail@alpenverein-paderborn.de**) oder unter **www.mein.alpenverein.de** erfolgen. Du sicherst Dir dadurch die fortlaufende Zusendung des Mitgliedsausweis, unseres Sektionsheftes und der DAV-Zeitschrift Panorama. Ein Beitragseinzug, der wegen einer falschen oder nicht bekannten Bankverbindung nicht durchgeführt werden kann, verursacht unserer Sektion hohe Kosten und zusätzliche Arbeit.

Der Vorstand

Finanzielle Unterstützung:

Möchtest Du Deine Sektion finanziell unterstützen, dann kannst Du gerne etwas spenden.
Wir sind vom Finanzamt Paderborn unter der SteuerNr. 339/5780/1205 als gemeinnützig anerkannt. Wir senden Dir gerne eine Spendenbescheinigung (bei Beträgen ab 200,- EUR) zu.

Die Bankverbindung unserer Sektion:
DAV Paderborn
DE77 4765 0130 0001 0193 89
BIC: WELADE3LXXX (Sparkasse PDH)

(gilt für alle Zahlungen wie z.B. Kursgebühren, Spenden, Fahrten usw.)

QR-Code für die Banking-APP:

Kartenzahlung nun auch im Vereinshaus

Mittlerweile ist es gang und gäbe, dass man seine Rechnung mit Karten jeglicher Art, Ringen oder implantierten Transpondern bezahlt. Auch wir sind nun den Schritt gegangen und nutzen seit ein paar Wochen ein Kontaktlosbezahlterminal.

Dieses ist i.d.R. im Vereinsbüro „eingesperrt“ und kann genutzt werden, um die Ausleihe und ggf. Getränke zu bezahlen. Wenn also jemand im Haus ist, der Zugang zum Büro hat, kann mit Karte bezahlt werden.

Da wir die Möglichkeit nutzen konnten, ein kostenloses Gerät zu ergattern, fallen bis Mitte kommenden Jahres für die Zahlungen als solche für uns keine Gebühren an. Ihr dürft also regen Gebrauch von dem Gerät machen.

Bei einige Sektionen ist eine Barzahlung nicht mehr möglich, u.a. um Einbrüche in deren Häuser und Büros unattraktiver zu machen. Wir nehmen letzteren Effekt gerne mit; Barzahlungen bleiben aber nach wie vor möglich.

Bernward Kirchhoff



Der Berg ruft - Arbeiten auf einer Alpenvereinshütte

Hast Du schon immer davon geträumt, mal dort zu leben, wo Murmeltier und Steinbock sich gute Nacht sagen? Die Mitarbeit auf einer der 200 bewirtschafteten DAV-Hütten machts möglich!

Die Hüttenpächter sind stets auf der Suche nach engagierten Saisonarbeitern. Die Jobvielfalt reicht vom Service, über die Küche bis hin zum Allrounder. Du fragst Dich, wie das ausschauen kann? Wir nehmen Dich heute mit in den Tag eines Hüttenallrounders.

06:00 Du stehst auf und genießt den einmaligen Blick aus dem Fenster auf das Bergpanorama. Die ersten Sonnenstrahlen beleuchten saftige Wiesen und schroffe Felskanten.

07:00 Aufbruchsstimmung! Die Atmosphäre im Frühstücksraum schwirrt vor Vorfreude der Gäste auf die bevorstehende Tagestour. Du sorgst am Buffet und in der Küche dafür, dass es an nichts fehlt. An die DAV-Mitglieder schenkst Du den Marschtee und die Jausen aus.

09:00 Du schnappst Dir Deine dampfende Tasse Kaffee und Dein Frühstück und genießt beides bei herrlichem Ausblick auf die Alpen.

10:00 Die Gäste sind aus dem Haus. Du wirfst Dir Deine Lieblingsmusik auf die Ohren und nutzt die Zeit, um die Betten frisch zu machen und die Bäder zum Strahlen zu bringen.

12:00 Me-Time! In Deiner Pause hast Du Zeit für Dich, die atemberaubende Natur und für die neuen Freundschaften mit Deinen Kollegen.

16:00 Bei herrlichem Sonnenschein servierst Du Kaiserschmarrn & Co.. In der Küche hilfst Du den Abend vorzubereiten und machst die Gäste mit Bergsteigeressen und Skiwasser glücklich. Dabei hörst Du immer wieder von spannenden Biographien, abenteuerlichen Wandergeschichten und erhältst ganz nebenbei die besten Insidertipps fürs Outdoorleben.

20:00 Du genießt Deinen Feierabend, lachst und schnackst mit den Gästen und Deinen Kollegen und staunst immer wieder über die Schönheit der Natur um Dich herum - vielleicht sogar bei einer Abendwanderung.

22:00 Du wirfst einen letzten Blick auf den sternenklaren Nachthimmel und freust Dich schon auf den nächsten Tag.

So oder so ähnlich könnte Dein Tag als Allrounder auf einer DAV-Hütte ausschauen. In der Hütte wie am Berg gilt: Die Flexibilität sich auf die aktuellen Gegebenheiten einzustellen ist das A&O - sei es das Wetter am Gipfel oder die spontanen Herausforderungen in der Hüttenarbeit.

Fakten, Fakten, Fakten

- die Saison geht in der Regel von Mai - September
- 6 Tage Woche (ca. 48 Stunden)
- Freie Kost und Logis
- Festgehalt plus Trinkgeld
- die meisten Hütten halten für Ihre Mitarbeitenden W-LAN bereit
- INKLUSIVE: Spaß, frische Bergluft, großartige Kollegen und Gäste, die Lust auf Natur und Abenteuer haben, Insider-Outdoor-Tipps und unvergessliche Erinnerungen

Bist Du neugierig geworden? Mehr Infos und aktuelle Stellenausschreibungen findest Du hier:
https://www.alpenverein.de/verband/jobs/huettenjobs

Redaktion: Julia Hein







Trinkwasserversorgung in Paderborn, Bad Lippspringe und der Gemeinde Borchen

Wasserwerk Diebesweg

Wusstet ihr, dass...

...unser Paderborner Trinkwasser aus dem Eggegebirge kommt?

...Paderborn bis 1929 mit Paderwasser versorgt wurde? Ab 1523 bis 1888 wurde mit Hilfe der „Wasserkunst“ das Paderwasser in höher gelegene „Kümpe“ (am Kamp) befördert und von dort in tiefer gelegene Kümpe (Rathaus, Marktplatz, Franziskanerkloster) verteilt. Ab 1888 entstand ein neues Leitungsnetz mit Hausanschlüssen. 1902 wurde die alte Wasserkunst durch ein Ozonwasserwerk ergänzt, um das Paderwasser zu entkeimen. 1929 löste dann das Sennewasserwerk am Diebesweg die alte Paderborner Wasserkunst ab.

...zunächst Flachbrunnen zur Wasserversorgung dienten? Später kam eine künstliche Grundwasseranreicherung mit Lippewasser über Versickerungsbecken dazu. Erst 1970 begann die Tiefenwassernutzung. Die Brunnen sind bis zu 450 m tief. Mittlerweile gibt es 10 Tiefbrunnen auf dem ehemaligen Kavallerie-Exerzierplatz in der Senne.

...das Tiefenwasser sich in ca. 285 m mächtigen, mit Spalten und Klüften durchzogenen Kalksteinformationen bewegt? Diese wasserführende Schicht ist durch eine 165 m starke Deckschicht aus wasserundurchlässigem Mergel gut geschützt.
...und außerdem einen bis zu 8.000 Jahre dauernden Fließweg hinter sich hat? Durch die lange Entwicklungszeit gewinnt das Wasser seine hohe Reinheit und hervorragende Qualität.

...es seit 1995 einen Generationenvertrag gibt?

...es einen Anschluss an den Wasserverband Aabach-Talsperre gibt? Dazu muss der aus dem Höhenunterschied resultierende Druck um knapp 20 bar reduziert werden. Dieses funktioniert mit rückwärts laufenden Normpumpen, die über Generatoren Strom erzeugen und in das öffentliche Stromnetz einspeisen. So kommen immerhin ca. 700.000 Kilowattstunden pro Jahr zusammen.

Fazit: Unser Paderborner Trinkwasser vom Wasserwerk Diebesweg ist besonders rein, äußerst klar, wohlschmeckend, infektionssicher und braucht nicht weiter aufbereitet zu werden. Günstig ist es zudem auch noch: 1.000 Liter gibt es für unter 2 Euro. Na dann: Prost!!!

Wer noch mehr Informationen benötigt oder wissen möchte, woher das Wasser in seiner Kommune (außerhalb Paderborns) kommt, der wird unter www.wasserwerke-paderborn.de sicher fündig.

Kerstin Menke

Unser Sektions-Stammtisch

Vorbeikommen, Quatschen, Planen!

Du hast Lust auf nette Gespräche, spannende Berichte und gemeinsame Tourenplanung? Dann bist du bei unserem Sektions-Stammtisch genau richtig!

Wir treffen uns immer am letzten Mittwoch im Monat im Vereinshaus, Dörener Feld 2c.

Eingeladen sind alle Mitglieder, Freunde und alle, die es noch werden wollen.

In den meisten Monaten steht um 20:00 Uhr ein spannender Bildvortrag aus unseren verschiedenen Abteilungen im Mittelpunkt. Das Sektionshaus ist bereits ab 19:00 Uhr geöffnet - komm also gerne schon früher vorbei, um in Ruhe anzukommen.

Danach - und bei unseren Grill-Stammtischen im Juni und August direkt von Anfang an - bleibt jede Menge Zeit, um bei einem gekühlten Getränk zu fairen Preisen gemütlich zu quatschen, die nächsten Touren zu planen oder einfach einen netten Abend zusammen zu verbringen.

Gut zu wissen: Im April, Juli und Dezember macht unser Stammtisch Pause.

Die nächsten Termine:

MI, 28.10.2026 um 20:00 Uhr
Berliner Höhenweg
Referenten: Konstantin Paul und Kerstin Menke

MI, 25.11.2026 um 20:00 Uhr
Wander- und Klettertour in den Dolomiten
Referent: Alfred Fiedler

Weitere Termine für 2027 findet ihr auf unserer Website https://www.alpenverein-paderborn.de/Aktivitäten/Kalender

Mach mit: Deine Tour auf der Leinwand!

Hinweise für Referentinnen und Referenten

Unsere Sektion lebt von deinen Erlebnissen!

Für die Monate mit Vortrag suchen wir immer nach spannenden Bildberichten über Touren und Aktionen - egal ob von dir alleine oder aus deiner Abteilung.
Dabei ist es völlig egal, ob du vom anderen Ende der Welt berichtest oder ein Mikroabenteuer direkt vor unserer Haustür erlebt hast. Das Publikum freut sich neben tollen Fotos besonders über praktische Tipps zur Nachahmung.

Kontakt:

Du hast Lust, deine Bilder zu zeigen oder hast Ideen für den Stammtisch?
Dann melde dich einfach direkt unter mail@alpenverein-paderborn.de
Dein Vortrag sollte etwa 30 bis 45 Minuten lang sein (kürzere Beiträge gehen natürlich auch!).
Technik: Um Beamer und Notebook kümmern wir uns nach Absprache.



Klettergruppen und deren Termine

Kindergruppe I

Zielgruppe: 8-10 Jahre
Trainingszeiten: Mittwochs von 15:45 - 17:00 Uhr (außer in den Schulferien)
Ansprechpartner: Peter Schneider
E-Mail: kindergruppe1@alpenverein-paderborn.de

Kindergruppe II

Zielgruppe: 11-13 Jahre
Trainingszeiten: Mittwochs von 17:00 - 18:15 Uhr (außer in den Schulferien)
Ansprechpartner: Marlin Link
E-Mail: kindergruppe2@alpenverein-paderborn.de

Jugendgruppe

Zielgruppe: 14- 18 Jahre
Trainingszeiten: Montags 18:00 - 19:45 im Vereinshaus & mittwochs 18:00 - 19:45 Uhr (außer in den Schulferien)
Ansprechpartner: Sören Michaelis
E-Mail: jugendgruppe@alpenverein-paderborn.de
Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite unter https://www.alpenverein-paderborn.de/jdav

Klettern im DAV-Haus / "Boulderparadies"

Dienstags:	19:30 Uhr - 21:00 Uhr: Angelika und Lars
Mittwochs:	an geraden Wochen
	19:00 Uhr – 21:00 Uhr: Rüdiger und Karol
Donnerstags:	18:00 Uhr - 20:00 Uhr: Heinrich und Florian
Freitags:	15.30 Uhr – 18:30 Uhr: Heinrich, Christoph, Freddy und Felix

Klettern im Ahorn-Sportpark

- Dienstags: 19:30 - 21:45 Uhr
- Donnerstags: 19:00 - 21:45 Uhr
- Freitags: 19:15 - 21:45 Uhr
- Sonntags: 15:00 - 18:00 Uhr *

Voraussetzungen für's Klettern im Ahorn-Sportpark:
- Aktive Mitgliedschaft im Alpenverein
- Gültiger DAV-Kletterschein (Toprope oder Vorstieg)

Kosten: Ab dem 1. Oktober 2025 gelten folgende Nutzungsgebühren:
Mitglieder der Sektion Paderborn: 4 EUR, DAV-Mitglieder anderer Sektionen: 9 EUR
Mitglieder der Sektion Paderborn: Familienklettern am Sonntag 5 EUR
Ansprechpartner: Peter Schneider (E-Mail: klettern@alpenverein-paderborn.de)

*) fällt bei Großveranstaltungen im Ahorn-Sportpark aus, bitte den Terminkalender auf www.alpenverein-paderborn.de beachten

Termine 2026/2027 - Auf einen Blick

SO, 11.10.26: Tageswanderung im Sauerland
Info: Claudia Mudersbach

SO, 25.10.26: Wanderung im Teutoburger Wald zwischen Oerlinghausen und Bielefeld
Info: Sofie Gandor

SA, 07.11.26: Martiniwanderung
siehe Ausschreibung in diesem Heft (Seite 46)
Wanderleiter: Peter Fuest (lange Strecke) und Bernward Kirchhoff (kurze Strecke)
Info: Peter Fuest

DO, 19.11.26: Wochentagswanderung im Lipperland
Info: Friedhelm Jütte

SO, 29.11.26: Grünkohlwanderung
Info: Peter Fuest

SA, 26.12.26: Sofies Weihnachtswanderung
Info: Sofie Gandor

DO, 31.12.26: Silvesterwanderung
Info: Alfred Fiedler

SO, 02.05.27: Bürener Wandertag in Weiberg
Verschiedene Strecken von 5 km - 42 km

SA, 22.05.27: MünsterMarsch 2027
50 km, 12 Std. Ausrichter: DAV-Sektion Münster e.V.
Info: www.muenstermarsch.de

FR, 04.06.27 bis SO, 06.06.27: Wanderwochenende am Möhnesee
siehe Ausschreibung in diesem Heft (Seite 62)
Info: Dieter Fastabend

FR, 11.06.27 bis SO, 13.06.27: Wochenende auf Norderney
siehe Ausschreibung in diesem Heft (Seite 63)
Info: Kerstin Menke

SA, 18.09.27: PADERMARSCH
30 km und 50 km
siehe Ausschreibung in diesem Heft (Seite 49)

Hinweis:
Unsere Wandertermine planen wir mit viel Vorfreude im Voraus. Da sich im Leben oder beim Wetter aber immer etwas ändern kann, schaut bitte vor einer Tour unbedingt noch einmal auf unserer Webseite vorbei. Dort findet ihr immer den aktuellen Stand.

Beachtet außerdem folgende wichtige Punkte:

- Bei unseren Wanderungen handelt es sich um Gemeinschaftstouren. Die Teilnahme erfolgt daher grundsätzlich auf eigene Gefahr und Verantwortung.
- Damit wir optimal planen können, ist für die meisten Wanderungen eine Anmeldung vorab notwendig bzw. Voraussetzung für die Teilnahme. Alle Details dazu findet ihr bei der jeweiligen Tour online.
- **Meldet euch am besten für unseren E-Mail-Verteiler an:**
  wandern@alpenverein-paderborn.de
  So landen alle Infos, Updates und eventuelle Terminänderungen direkt und bequem in eurem Postfach.
- Die Anreise zu unseren Touren erfolgt in privater Organisation.
  Bildet gerne Fahrgemeinschaften (klimaschonend, spritsparend und geselliger)!

MTB-Gruppe

Seit 2023 trifft sich in (un)regelmäßigen Abständen die neue Mountainbike-Gruppe der Sektion Paderborn.
Es hat sich noch keine feste Struktur mit regelmäßigen Angeboten und Aktivitäten gebildet. Wir versuchen, uns regelmäßig, einmal im Monat (immer am letzten Sonntag), zu treffen und eine gemeinsame Tour, ein Fahrtechniktraining o.ä. zu absolvieren.

Bei Interesse meldet euch gerne bei Philip Krüger (philip.krueger@alpenverein-paderborn.-de) und verpasst keine Informationen.

Alpin-Treff und Bergsteigen

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.

Informationen zu Angeboten und Terminen der Sektion bzgl. Alpin-Sport finden sich im Internet unter www.alpenverein-paderborn.de/bergsteigen/.

Wanderwochenende 2027 am Möhnesee

Der Möhnesee gehört mit einer Länge von bis zu 8 Kilometern und 800 Metern Breite zu einer der größten Talsperren in Deutschland. Im Naturpark Arnsberger Wald gelegen staut sie seit 1913 die Flüsse Möhne und Heve zum Möhnesee.
Von kurzen bis langen Rundwegen - entweder im Naturpark oder direkt am Ufer - sowie Besichtigungen von tollen Aussichtspunkten hat der See viel zu bieten.

Wohnen werden wir in der Selbstversorger-Unterkunft "Seehause" am Südufer des Möhnesees im Naturpark Arnsberger Wald.

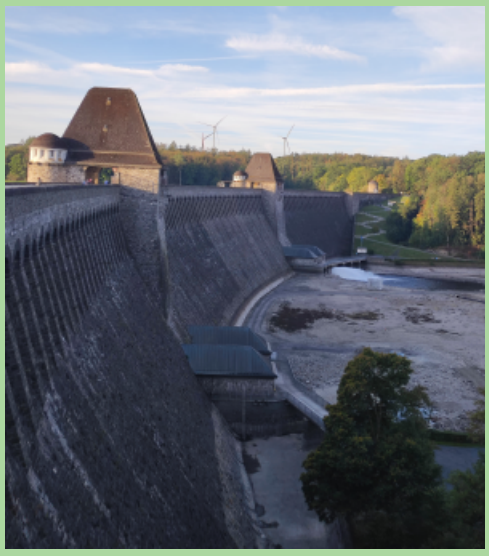
Wann:	**Freitag, 04.06.27 bis Sonntag, 06.06.27**
Teilnehmerzahl:	maximal 20 Personen
Voraussetzung:	Mitgliedschaft im DAV; Fitness für Wanderstrecken von 20 Kilometern und 400 Höhenmetern
Kosten:	**ca. 60 Euro (genaue Preise - je nach Teilnehmerzahl - werden noch bekannt gegeben); zuzüglich Verpflegung und Anreise**

Eigenanreise in Fahrgemeinschaften.
Alle Teilnehmer erhalten eine Teilnehmerliste.

Anmeldung per E-Mail an dieter.fastabend@alpenverein-paderborn.de

Dieter Fastabend





Oben: Möhneseeturm
Rechts: Staumauer Möhnetalsperre



Wattwanderung nach Norderney

mit 2-tägigem Inselaufenthalt

Unendliche Weite, herrliche Salzwiesen, fast unberührte Dünentäler und ein schier unendlicher Strand ..... mal watt anderes!

Übernachten werden wir in gemütlich eingerichteten Doppelzimmern im Haus Klipper auf Norderney, ca. 10 - 15 Gehminuten vom Hafen, den Strand und der Innenstadt entfernt.
Zum Frühstück erwartet uns ein abwechslungsreiches Buffet, für einen guten Start in den Morgen.

Wir werden das Wochenende direkt mit einer Wattwanderung vom Festland zur Insel starten; zurück geht es mit der Fähre.

Wann: **Freitag, 11.06.27 bis Sonntag, 13.06.27**
Teilnehmerzahl: maximal 16 Personen
Kosten: **ca. 260 Euro (Übernachtung im Doppelzimmer mit Frühstück, Wattführung, Fähre und Gästebeitrag); zuzüglich Verpflegung und Anreise**
Eigenanreise in Fahrgemeinschaften.
Alle Teilnehmer erhalten eine Teilnehmerliste.

Anmeldung per E-Mail an kerstin.menke@alpenverein-paderborn.de

Kerstin Menke



Hinweis:
Wie bei allen Fahrten unserer Sektion gelten auch hier unsere allgemeinen Reisebedingungen. (siehe Webseite: https://www.alpenverein-paderborn.de/205-SektionPaderborn/Downloads/DAV-PB-ARB_211123.pdf)

Materialausleihe

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

- **Sitzgurte,**
- **Helme,**
- **Klettersteigbremsen,**
- **Steigeisen,**
- **Eispickel**
- **Lawinenpiepser (werden ohne die notwendigen Batterien verliehen),**
- **Lawinen-Schaufel und -Sonde**
- **Crashpads**
- **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 (Lawinenpiepser und Crashpads 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.

Ausgabe erfolgt ausschließlich nach Absprache und vorheriger Reservierung. Bitte zwecks Rücksprache eine Telefonnummer (Festnetz/Handy) angeben. **Rückgabe** mittwochs abends zwischen 18:00 und 20:00 Uhr in unserem DAV-Haus:

Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn,
Tel.:05251/57665
ausleihe@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 (Lawinenpiepser 10 EUR pro angefangene Woche) erhoben.

Notfälle und Rettung in den Alpen

Bergrettung

Europaweiter Notruf: **112**

Unter der Nummer 112 können Menschen in Notsituationen in allen EU-Mitgliedsstaaten gebührenfrei anrufen, um die Notrufzentralen der Rettungsdienste, Feuerwehr oder Polizei zu erreichen.

Deutschland:

- Einheitlicher Notruf (auch Bergwacht): **112**

Österreich:

- Alpin-Notruf Bergrettungsdienst Österreich aus dem Inland: **140**
- Aus dem Ausland mit Vorwahl **0043-512** z.B. für Innsbruck

Italien und Südtirol:

- Einheitlicher Notruf: **112**
- Bergrettung **https://www.cnsas.it**
- Bergrettung **https://www.bergrettung.it/de.html**

Bayern, Österreich und Südtirol:

- Notruf-App **SOS-EU-ALP**

Schweiz:

- Alpine Rettung Schweiz und Rettungsflugwacht Rega aus dem Inland: **1414**
- Aus dem Ausland: **0041-333-333 333**
- Sanitätsnotruf Erste Hilfe (bei medizinischen Notfällen): **144**

Frankreich:

- Zentraler Notruf aus dem Inland: **15**
- Rettungsleitstelle Chamonix (PGHM) aus dem Ausland: **0033-450-53 16 89**

Liechtenstein

- Bergrettung aus dem Inland: **117**

Slowenien:

- Einheitlicher Notruf: **112**

Wichtige alpine Infos

- Bergwetter / Bergbericht: **www.alpenverein.de**
- Aktuelle Bedingungen auf **www.alpenvereinaktiv.com**
- Lawinenlageberichte auf **www.alpenverein.de** und **www.alpenvereinaktiv.com**

Alpine Auskunftstellen

- Österreich: Alpine Auskunft des ÖAV **0043-512-58 78 28**
- Frankreich: Office de haute montagne (OHM) in Chamonix **0033-450-53 22 08**
- Deutschland: Oberstdorf **08322/700 2202** , Berchtesgaden **08652/9764615**

ASS-Versicherungsschutz für DAV-Mitglieder: 089 / 306 570 91

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

DAV-Haus	**Geschäftsstelle** Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn mail@alpenverein-paderborn.de;www.alpenverein-paderborn.de **Bürozeit: Mittwoch 18:00 - 20:00 Uhr**	**Tel: 05251/57665**
1. Vorsitzender	**Frank Lünstroth** frank.luenstroth@alpenverein-paderborn.de	
2. Vorsitzender	**Thomas Weber** thomas.weber@alpenverein-paderborn.de	
Schatzmeister	**Bernward Kirchhoff** bernward.kirchhoff@alpenverein-paderborn.de	
Schriftführerin	**Iris Gärtner** iris.gaertner@alpenverein-paderborn.de	
Jugendreferenten	**Marlin Link und Lennart Klüner** jugend@alpenverein-paderborn.de	
1. Beisitzerin	**Lisa Frintrup** lisa.frintrup@alpenverein-paderborn.de	
2. Beisitzer	**Peter Fuest** peter.fuest@alpenverein-paderborn.de	
Familienwart	**Jan Rombold und Fredrik Teschke** familie@alpenverein-paderborn.de	
Materialwart	**Klaus Reuter** klaus.reuter@alpenverein-paderborn.de	
Redaktion	**Iris Gärtner, Kerstin Menke, Julia Hein** redaktion@alpenverein-paderborn.de	
Ausbildung	**Jochen Kley** ausbildung@alpenverein-paderborn.de	
Bergsteigen	**Martina Vögele** bergsteigen@alpenverein-paderborn.de	
Wandern	**Stefanie Buckler** stefanie.buckler@alpenverein-paderborn.de	
Klettern/Bouldern	**Peter Schneider** peter.schneider@alpenverein-paderborn.de	
Mountainbike	**Philip Krüger** philip.krueger@alpenverein-paderborn.de	

Impressum

Herausgeber:
Sektion Paderborn des Deutschen Alpenvereins
Im Dörener Feld 2c, 33100 Paderborn
www.alpenverein-paderborn.de

Redaktion:
Iris Gärtner, Kerstin Menke, Julia Hein
Druck: Böhle Druck, Paderborn
http://www.boehledruck.de



Outdoorladen GmbH
Markt 4 | 33098 Paderborn
Telefon: 05251 - 23 160
info@deroutdoorladen.com

10% DAV-Rabatt auf nicht reduzierte Ware

facebook.com/outdoorladen
instagram.com/outdoorladen
deroutdoorladen.com/#newsletter