

BREMEN ALPIN



DAV-Ehrenamtspreis 2025 für **#KletternOhneGrenzen**

Fernweh?

Das Vortragsprogramm des DAV Bremen verspricht Linderung.

Mittwoch, 14.01.2026

Das Land der Riesen für Klein und Groß?

Eine Reise zu den Säulen von Manpupunor im Ural

Thomas Musch



Mittwoch, 28.01.2026

Wanderungen für jede Jahreszeit?

Ein Bergjahr im Allgäu

Michael Pröttel

Dienstag, 17.02.2026

Antarktisreisen für Wissensdurstige?

Endurance – Die Suche nach dem Schiff unter dem Eis

Lasse Rabenstein und Christian Katlein

Mittwoch 11.03.2026

Vergessene Pfade der Alpen für Neugierige?

Quer durch die Dolomiten auf der Via Alpina

Karen Schulz-Kiske

Beginn: 19.00 Uhr im
UNTERWEGS – DAV Kletterzentrum Bremen,
Robert-Hooke-Str. 19

Eintritt: Mitglieder 5,00 EUR, Gäste 8,00 EUR

Bitte melden Sie sich unter 0421-72484 oder
geschaefsstelle@alpenverein-bremen.de an.

Liebe Mitglieder!

Ehrenamtspreis 2025 des DAV. Wir als Vorstand freuen uns mit dem Team über diese großartige Auszeichnung.

Eine weitere unserer Gruppen machte 2025

von sich reden. Aus unserem seit 2018 bestehenden Leistungskader gehen immer wieder Athletinnen und Athleten hervor, die hervorragende Leistungen und Platzierungen auf Wettkämpfen erreichen. In den Disziplinen Bouldern und Lead-Klettern sind unsere Kaderathlet*innen immer vorn dabei und eilen von Erfolg zu Erfolg, und dies mittlerweile nicht nur auf regionalen und nationalen Wettkämpfen. Eine unserer Athletinnen startete bei drei europäischen Wettkämpfen für das deutsche Team. Wir gratulieren allen Aktiven und dem gesamten Team zu ihren großartigen Erfolgen und ihrem Engagement.



Beste Grüße und auf ein gutes Bergsportjahr 2026

Dieter Mörk, 1.Vorsitzender

Mitgliederinfo!

Denke daran: Der neue Ausweis wird grundsätzlich Anfang Februar verschickt, der alte Ausweis ist daher bis Ende Februar gültig - natürlich nur bei ungekündigter Mitgliedschaft!

Neue Adresse oder eine neue Kontoverbindung? Bitte informiere uns darüber:
geschaefsstelle@alpenverein-bremen.de
oder 0421-724 84

Für die Zahlung per Überweisung sowie bei Rücklastschriften müssen wir leider aufgrund des hohen Arbeitsaufkommens weiterhin eine Gebühr von 5,00€ erheben!
Die Sektion Bremen

Sektions-Termine

Save the date!

Samstag, 28.02.2026, 15.30 Uhr

Jugendvollversammlung

Dienstag, 28.04.2026, 18.30 Uhr

Mitgliederversammlung

Samstag, 20.06.2026, 18.00 Uhr

Ehrenamtsfeier – Für geladene Aktive

Sonntag, 21.06.2026, 14.00 Uhr

Sommerfest (Ehemals Sektionstag)

Sonntag, 28.06.2026

Vereinsmeisterschaft Lead-Klettern

Samstag 03.10.2026

Norddeutsche Meisterschaft Lead



INHALT

- 4-9 DAV-Aktuell
- 10-11 Bücherei
- 12-13 Auf ein Wort
- 14-15 #KletternOhneGrenzen
- 16-25 Tourenprogramm
- 26-39 Unterwegs
- 40-43 Kletterzentrum
- 44 Bremer Ski Club / Jugendleiterin
- 45-49 Gruppen
- 50 Impressum

Wir gratulieren herzlich und wünschen alles Gute!

Wolfgang Bohle	95	Peter Auffarth	70	Matthias Brandenburg	65
Hans-Hergen Tanzen	90	Isabella Bach	70	Martin Diekmann	65
Louise Poppinga	90	Uwe Brandjen	70	Ute Ertel	65
Georg Schulz	90	Monika Drews	70	Elke Grapentin	65
Hans-Hergen Tanzen	90	Joachim Fritzsche	70	Kirsten Grimm	65
Anke Bohlken	85	Detlef Gieseke	70	Regina Heuser	65
Wilhelm Bruns	85	Regina Hasler	70	Stefan Hirschfelder	65
Gunther Herdam	85	Günter Heinisch	70	Helmut Ibsch	65
Jürgen von Luehrte	85	Hartmut Hensel	70	Carsten Krause	65
Dettmar Oltmann	85	Bernd Kaukal	70	Thomas Musch	65
Reinhard Pridat	85	Dieter Mörk	70	Andreas Recke	65
Klaus Suter	85	Marion Philipp	70	Sigrid Roidl	65
Gisela Symkenberg	85	Rainer Puschmann	70	Meike Salomon	65
Juergen Timme	85	Maria Reichel	70	Bernd Schaeffer	65
Karin Zittlosen	85	Margarete Rinke	70	Gabriele Schaper	65
Johannes Guestrau	80	Hans Rohdenburg	70	Peter Schmidt	65
Anita Kellner	80	Eberhard Steigmann	70	Bernd Schumacher	65
Joachim Plate	80	Alfons van Werde	70	Till Schumann	65
Brigitte Schubert	80	Sigrid Weidenbach	70	Björn Seeling	65
Annegret Voland	80	Maja Wever-Thierfelder	70	Ulrike Svensson	65
Horst Witt	80	Gerd Robert Wiedenhöft	70	Jochen Weber	65
Ulrike Becker	75			Norbert Weis	65
Christian Ellßel	75			Friedhelm Wolf	65
Jörg Haberkorn	75				
Rita Jaschinski-Rokita	75				
Brigitte Kolsch	75				
Jürgen Lehfeldt	75				
Ulrich Modersohn	75				
Michael Rasch	75				
Werner Renken	75				
Ilse Seebeck	75				
Günter Walter	75				
Heiner Wichel	75				
Dierk Wichmann	75				
Evelyn Wolters	75				
Hille Ahlers	70				
Josef Altgilbers	70				



NORDPFADE

flach – weit – einzigartig



URLAUB & FREIZEIT

IM LANDKREIS ROTENBURG (WÜMME)

Flora & Fauna statt Chips & Sofa

Machen Sie sich auf in die Flachland-Wanderregion Landkreis Rotenburg (Wümme) und finden Sie Ihre Lieblingsorte im Grünen auf den 24 flachweiten NORDPFADEN!

Die NORDPFADE bieten zu jeder Jahreszeit ihren besonderen Reiz und verlaufen als 5 bis 32 km lange Rundwanderwege durch malerische Landschaften, vorbei an verborgenen Schätzen und hin zu romantischen Plätzen. Sie wurden nach den Kriterien „Qualitätswege Wanderbares Deutschland“ entwickelt und versprechen höchsten Wandergenuss.

- Leichte Wanderungen ohne Steigungen
- Viele naturnahe und abwechslungsreiche Wege
- „Unverlaufbare Wege“ durch zuverlässige Markierung
- Jede Menge Natur- und Kulturstrukturen
- Gasthäuser mit regionalen Spezialitäten

Übrigens gibt es noch weitere Wanderwege in der Region: Die ORTSWEGE sind die kleinen NORDPFADE-Geschwister. Also nichts wie los: Genießen Sie eine Halbtags-, Tages- oder Mehrtagestour auf den NORDPFADEN und ORTSWEGEN, alleine oder gemeinsam mit der Familie oder Freunden!



Infos mit Wegeverläufen sowie den Tourenbegleiter finden Sie auf: www.nordpfaide.de



Infos zu den ORTSWEGEN www.nordwaerts.de





Lebendiger Austausch auf der Jubilarfeier

Am letzten Novembersamstag durften wir wieder zahlreiche langjährige Mitglieder und ihre Gäste auf der Jubilarfeier an herbstlich geschmückten Tischen begrüßen: Zu feiern gab es diesmal 25, 40, 50, 60 und sogar 70 Jahre Vereinszugehörigkeit. Bei Kaffee und Kuchen wurde wieder viel geschnackt über Aktuelles und frühere Zeiten. Die Ehrennadeln wurden überreicht und auch unsere hübschen Sektionstassen nahm man gerne entgegen. Wer Lust hatte, konnte sich wieder von Jonas das gesamte Kletterzentrum zeigen lassen. Da bleibt uns nur DANKE zu sagen, dass ihr unsere Sektion schon so viele Jahre unterstützt. Ihr stärkt mit eurer langjährigen Mitgliedschaft eine generationsübergreifende und inklusive starke Gemeinschaft, die die Freude für Berge und Bewegung teilt und der Nachhaltigkeit und Naturschutz besonders wichtig sind. DANKE!



Unser aktuelles Vortragsprogramm! Eintritt: Mitglieder 5,00€, Gäste 8,00€, Vortragsbeginn: 19.00 Uhr, Ort: DAV Kletterzentrum Bremen, Robert-Hooke-Str. 19, 28359 Bremen, Anmeldung: event@alpenverein-bremen.de



Mittwoch, 14.01.2026 - 19.00 Uhr Das Land der Riesen für Klein und Groß? Eine Reise zu den Säulen von Manpupun im Ural

Referent: Thomas Musch. Der Ural: Das ist die steinerne Mauer zwischen Europa und Asien, die Kulturen, Landschaften und Kontinente trennt. Eine Mauer, die lang ist, aber nicht hoch. Die höchste Erhebung bemisst gerade mal 1895m. Eine Reise dorthin scheint nicht gerade auf der Hand zu liegen. Wanderführer? Reiseführer? Fehlanzeige! Der Ural ein vergessenes Gebirge?

Thomas Musch – Mitglied der DAV-Sektion Bremen – haben vor allem Bilder der Manpupunor Felsformation neugierig gemacht. Was verbirgt sich hinter diesen auch kulturell bedeutenden sieben Säulen, die so bizarr gebildet sind wie die Herkulessäulen im Elbsandsteingebirge? Kann man dort – mitten im tiefsten Russland – vielleicht sogar klettern oder zumindest wandern?

In seinem Vortrag wird er es uns verraten!

Mittwoch, 28.01.2026 Wanderungen für jede Jahreszeit? Ein Bergjahr im Allgäu

Referent: Michael Pröttl. Im Jahr 817 wurde „Albigauge“ (Allgäu) erstmals namentlich erwähnt. Zum Jubiläumsjahr 2017 hat Fotograf und Alpinjournalist Michael Pröttl einen Vortrag entwickelt, der die schönsten Touren vom Alpenvorland bis zum Allgäuer Hauptkamm in der jeweils besten Jahreszeit präsentiert.

Ausgehend vom „Ur-Allgäu“ bei Oberstaufen startet der Vortrag mit sanften Frühlingstouren, die nach der Schneeschmelze in einer besonderen Besteigung des Grünten kulminieren. Im Hochsommer reicht das Spektrum von erfrischenden Gumpen-Touren für heiße Sommertage bis zur Überschreitung der höchsten Gipfel. Bergemitwältiger Fernsicht sind Hauptthema im Herbst, sowie eine außergewöhnliche, dreitägige Gaishorn-Runde, auf der bereits in die kalte Jahreszeit hineingeschnuppert wird.

Leichte Winterwanderungen rund ums Illertal, sanfte Skitouren in den Voralpen und die anspruchsvolle Winter-Überschreitung des Heilbronner Wegs bilden den tief verschneiten und beeindruckenden Abschluss. Dank des weiten Schwierigkeitsspektrums der präsentierten Allgäu-Schmankerl wird jeder Zuschauer passende Anregungen für „sein Allgäuer Bergjahr“ mitnehmen.

Wie zu allen Vorträgen von Michael Pröttl steht auch dieses Mal eine Tourenliste mit Weblinks und Literaturtipps kostenlos auf www.alpinjournal.de zum Download bereit.





Dienstag, 17.02.2026 - 19.00 Uhr

Antarktisreisen für Wissensdurstige? Endurance - Die Suche nach dem Schiff unter dem Eis

Referenten: Lasse Rabenstein und Christian Katilein. Am 5. März 2022 erleuchtete zum ersten Mal seit 107 Jahren Licht die Tiefen unter dem Eis, in denen das legendäre Wrack der „Endurance“ ruht. Dieses Wrack ist Zeuge des beeindruckenden Überlebenskampfes von Ernest Shackleton und seiner Männer während ihrer Antarktisexpedition der Jahre 1914-1916.

Zwei Mitglieder der Sektion Bremen, Christian Katilein und Lasse Rabenstein, waren an der Suche nach dem Wrack beteiligt. Die beiden geben mit einem visuellen Vortrag Einblicke in die Zusammenarbeit eines Teams von Tiefsee- und Eisexperten, die gemeinsam daran arbeiteten, das Wrack in 3.008m Tiefe zu finden. Der Vortrag nimmt dich mit auf eine einzigartige Reise, bei der polare Naturgewalten auf empfindliche Hochtechnologie treffen und nur die enge Zusammenarbeit internationaler Experten verschiedenster Disziplinen zum Erfolg der Expedition führen.

Mittwoch, 11.03.2026 - 19.00 Uhr

Vergessene Pfade der Alpen für Neugierige? Quer durch die Dolomiten auf der Via Alpina

Referentin: Karen Schulz-Kiske. Overtourism, Zugangsbeschränkungen, Eintrittsgeld an der Seceda und Maut am Pragser Wildsee – das ist das Bild, das uns seit einigen Sommern von den Dolomiten vermittelt wird. Und dennoch, es gibt sie – die vergessenen Pfade, Wege, auf denen wir den ganzen Tag keinen Menschen gesehen haben.

Wir waren 2024 gemeinsam auf Tour mit der Sektion Bremen auf Dolomitendurchquerung – genauer gesagt, auf der Via Alpina „Gelber Weg“. Ein Weg, der heute Stück für Stück von den Webseiten und den Karten getilgt wird. 14 Tage sind wir von Forni di Sopra im Osten nach Tiers am Rosengarten gegangen. Vom Einsamen ins Überlaufene, von Wegen, deren Markierungen nicht mehr gepflegt werden, zu den Touri-Hotspots der Region.

Von Wassermangel, Steinbockfamilien, amerikanischen Reisegruppen und Militärübungen... und vielem anderen mehr. Wir haben viel erlebt... und viel zu erzählen. Abenteuer fangen bei unseren Touren in der Sektion an – lasst euch entführen in die (fast) vergessene Welt der Dolomiten.



wipp tal



Alpine Urlaubsangebote im Winter

Hier findest du direkt buchbare Urlaubsangebote, die dein alpines Herz höher schlagen lassen!

Unsere Urlaubsangebote im Winter

- SKI & mehr
- Erlebnis Schneeschuhwanderung
- Skitouren für Genießer
- Sportliche Skitourenwoche
- Peruانية Skitourenwoche
- Wipp Traverse Winter – selfguided
- und mehr...

Weitere Infos zu den Urlaubsangeboten findest du hier:





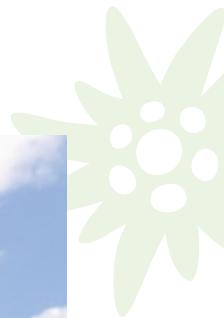
Wandern in Portugal

In dieser Ausgabe will ich ein paar Lichtblicke für den Frühling aufzeigen, wenn das Hochgebirge noch kein Thema ist. Der Südwesten Portugals bietet sich hierfür im Frühling, Herbst und Winter an. Im Sommer ist es hier zum Wandern meistens zu heiß.

Rota Vicentina ist der Oberbegriff für ein Wanderwegenetz an der portugiesischen Südwestküste und der hiermit verbundenen Infrastruktur. Entstanden sind zwei Weitwanderwege und inzwischen zahlreiche markierte Rundtouren. Der Fischerweg führt über ca. 13 Tagesetappen mit insgesamt 225 km unmittelbar an der Steilküste entlang bis an die Algarve. Der Historische Weg läuft in etwa parallel zum Fischerweg im Hinterland und endet an der südwestlichsten Spitze Portugals. Beschriebene Rundwege sind häufig attraktive Abstecher von diesen zwei Wegen.

Wanderführer gibt es hierzu von Rother, Kompass und aus der Outdoor-Reihe des Conrad Stein Verlags. Alle drei Bücher sind mit ihrem Erscheinungsdatum 2025 sehr aktuell. Während Rother und Kompass sowohl den Fischerweg als auch den Historischen Weg – ergänzt durch mehrere Rundwanderungen – beschreiben, beschränkt sich der Conrad Stein Verlag lediglich auf den Fischerweg.

Der erste Eindruck: Das Buchformat ist bei allen drei Wanderführern etwa gleich, der aus der Outdoor-Reihe ist aber dünner, leichter (und preiswerter), da ihm der Historische Weg und mögliche Rundwege fehlen. Zum ersten Eindruck zählen auch die Fotos. Die meisten und besten Eindrücke vermittelt hier Rother. Ich bin sicher kein Fan von übermäßig bearbeiteten Fotos, aber bei Kompass wirken viele Aufnahmen etwas unscharf und



Rota Vicentina
F. Halbartschläger, G. Ruß
Rother Verlag
5. akt. Auflage 2025
17,90 Euro



Rota Vicentina
Joachim Rau
Kompass Verlag
1. Auflage 2025
17,50 Euro



Portugal: Fischerweg
Nina Röhlig
Outdoor, Conrad Stein Verlag
2. akt. Auflage 2025
13,90 Euro

„farblos“. Auch im Outdoorführer sind die Fotos, was Motivwahl und Qualität betrifft, schlechter.

Alle drei Führer bieten mehr oder weniger informative Übersichtskarten, einzig Kompass fügt noch eine großformatige Karte im Maßstab 1:150 000 bei, die bei der Planung zu Hause bestimmt ganz schön, wegen ihres großen Formates und des damit verbundenen Handlings unterwegs aber sicher keine Hilfe ist. Da sind eher die den einzelnen Touren-Etappen zugeordneten Kartenausschnitte erforderlich. Diese nehmen bei Kompass häufig eine ganze Buchseite oder sogar mehr ein, sind vom Kartenbild sehr übersichtlich, bieten aber weniger Detailinformationen als die Ausschnitte bei Rother. Auch die Ausschnitte im Outdoor-Führer kommen da aus meiner Sicht nicht mit. Alle bieten vergleichbar gut jeweils zu den Touren ein Höhenprofil mit Kilometerangaben an, wobei in diesem Wandergebiet weniger die Höhenmeter für den Anspruch entscheidend sind als die Länge der Touren in Kombination mit der häufig sehr sandigen Wegbeschaffenheit. Für Einzel-Informationen in der Übersicht zu den jeweiligen Touren arbeiten Kompass und Outdoor mehr mit Pictogrammen, Rother mit einem standardisierten Textblock. Bei Kompass findet sich noch bei jeder Einzelbeschreibung einer Tour ein QR-Code, mit dem man bei Google Maps landet. Wer damit navigiert, mag es hilfreich finden, wer aber

mit anderen Karten-Apps arbeitet, findet es überflüssig.

Alle bieten neben einem allgemeinen Einführungsteil zu Beginn eine detaillierte Wegbeschreibung für jede Tour in Textform. Wer hier am besten abschneidet, vermag ich nicht eindeutig zu sagen, das zeigt sich erst im Gebrauch unterwegs. Zum Abschluss fehlt mir bei Kompass ein Stichwortverzeichnis. Outdoor bietet noch einen kurzen Sprachführer, den ich aber bei den heute verfügbaren Übersetzungs-Apps überflüssig finde. GPS-Tracks zum Download und eigene Apps haben auch alle.

Fazit: Im Frühjahr werde ich den Fischerweg selbst laufen. Schon aus Gewichtsgründen werde ich nur einen Wanderführer im Rucksack mitnehmen, und da hat mich der Rother am meisten überzeugt. Aber ganz sicher bieten die anderen beiden ebenfalls sehr gute Informationen und zur Tourenvorbereitung zu Hause möchte ich auf keinen verzichten. Hierzu möchte ich auch unbedingt auf die gute offizielle Seite in deutscher Sprache zur Rota Vicentina <https://rotavicentina.com> verweisen.

Wenn auch ihr Lust auf Portugal bekommen habt, schaut euch alle drei Führer in unserer Bücherei an und leihet sie ggf. auch gerne aus.

Viel Spaß! Reimar Symmank



Auf ein Wort mit Marcus Wehner, Lena Schuhmacher und Christian Schmidt

Den diesjährigen Ehrenamtspreis des DAV durften die Gründungsmitglieder Marcus, Lena und Christian für das Projekt #KletternOhneGrenzen entgegennehmen. Anlass für uns bei BREMEN ALPIN, sie persönlich und ihre Arbeit für unsere Sektion näher vorzustellen.

BREMEN ALPIN: Hallo zusammen, wollt ihr euch kurz vorstellen? Was verbindet euch mit #KletternOhneGrenzen, und seit wann seid ihr dabei?

Marcus: So wie ich in meinem Beruf Menschen berate und zwischen Nationen und Kulturen vermittele, ist es mir auch hier im Verein ein besonderes Anliegen, allen Menschen auf Augenhöhe zu begegnen. Das war Voraussetzung, um meine eigene Begeisterung fürs Klettern auf Menschen mit einer

Beeinträchtigung zu übertragen. Dies mache ich nun nach entsprechender Ausbildung als Trainer C Klettern für Menschen mit Behinderung.

Lena: Als Gründungsmitglied von #KletternOhneGrenzen bin ich wie Marcus und Christian von Beginn an dabei und habe eine Ausbildung zur Kletterbetreuerin gemacht. Beruflich kletterte ich als Ergotherapeutin mit Klientinnen und Klienten und hatte daher die Idee, auch im Privaten Menschen mit Beeinträchtigungen das Klettern zu ermöglichen.

Christian: Seit 2007 arbeite ich als Heilerziehungspfleger und ebenso lange habe ich mich leidenschaftlich dem Klettersport verschrieben. Da lag es nur nahe, beides miteinander zu verbinden. Auch ich habe wie

Marcus eine Trainer-C-Lizenz für das Klettern mit Menschen mit Behinderung.

BREMEN ALPIN: Seit wann gibt es die Gruppe #KletternOhneGrenzen?

Marcus: Begonnen hat alles mit der Masterarbeit einer ehemaligen Trainerin aus der Sektion. Damit war die Idee geboren, selbst in diesem Bereich aktiv zu werden. Christian und ich waren damals bereits eine feste Seilschaft und wir begannen unsere Idee umzusetzen. Über eine Ausbildung zum Kletterbetreuer machten wir anschließend unsere Trainer-C-Lizenz. Und kurze Zeit später kam Lena dazu. So konnte schließlich nach einer Testphase etwa 2022 der erste Kurs offiziell von uns angeboten werden. Inzwischen sind zwei Wochentermine mit insgesamt ca. 40 Teilnehmenden etabliert.

BREMEN ALPIN: Wer hatte eigentlich die Idee zu eurem Gruppennamen, und wie ist der entstanden?

Christian: In einem gemeinsamen Brainstorming hatte ich schließlich die entscheidende Idee. Nicht die Behinderung sollte im Vordergrund stehen, sondern der Mensch selbst und die Begeisterung für das Klettern. Und damit auch der positive Anspruch, die inneren und äußeren Grenzen zu überwinden.

BREMEN ALPIN: In wenigen Tagen wird dem Projekt „#KletternOhneGrenzen“ der diesjährige Ehrenamtspreis des DAV verliehen, schon eine ganz besondere Ehrung, worauf seid ihr besonders stolz?

Lena: Wir freuen uns besonders über die Kontinuität unseres gemeinsamen Projektes. Bei allen Teilnehmenden, egal in welcher Funktion, konnte bis heute ein ganz hohes Maß an Motivation aufrecht erhalten werden. So ist über die Kurse eine echte Gemeinschaft ohne irgendwelche Hierarchien entstanden, die inzwischen auch nach außen

deutlich sichtbar ist.

Marcus: Die Verankerung der Inklusion in der Vereinsstruktur ist uns einfach gut gelungen.

BREMEN ALPIN: Kritisch nachgefragt, „Klettern ohne Grenzen“ - gibt es wirklich keine Grenzen, oder müssen doch noch weitere Grenzen abgebaut werden?

Christian: Natürlich stoßen wir immer wieder mal auf Vorurteile, die es abzubauen gilt. Aber auch ganz simple bauliche Voraussetzungen können manchmal eine Grenze bilden. So ist z.B. unsere kleine Halle hier im Kletterzentrum wegen einer vorhandenen Treppe nicht barrierefrei. Und um innere Grenzen zu überwinden, ist es häufig sinnvoll, niedrigschwellig zu beginnen, um schnelle Erfolge zu ermöglichen.

BREMEN ALPIN: Gibt es Wünsche für die Zukunft?

Marcus, Lena und Christian gemeinsam: Wir möchten auch weiterhin ganz aktiv an Wettkämpfen teilnehmen und Ausfahrten organisieren. Eine Teilnahme an paralympischen Wettkämpfen wäre großartig. Die Ausstellung von Kletterscheinen für Menschen mit geistiger Behinderung ist noch nicht gelöst, da würden wir uns mehr Rechtssicherheit wünschen. Und auf Bremer Ebene ist eine weitere Stärkung der Inklusion über unseren Verein hinaus wichtig.

Aber in der Zusammenschau genießen wir große Unterstützung durch die gesamte Sektion, was sich auch durch positive Rückmeldung aller Mitglieder zeigt.

BREMEN ALPIN: Ich danke euch ganz herzlich für das Gespräch, das auch mir persönlich einen noch besseren Einblick in eure Arbeit gestattet. Weiterhin alles Gute für euer wirklich großes ehrenamtliches Engagement.

Fragen und Foto Reimar Symmann



#KletternOhneGrenzen im Rampenlicht

Das Jahr 2025 war ein Jahr der Feierlichkeiten: Der Deutsche Alpenverein (DAV) jährt sich nach Wiedergründung zum 75. Mal; Rotpunktklettern wird 50 Jahre alt; unser Bremer Kleinod – das geschätzte Kletterzentrum (KLZ) – wird satte zehn Jahre alt und ist auf der Schwelle ins Erwachsenenalter ... Und als wäre das nicht schon genug der Festivitäten, erhält #KletternOhneGrenzen (#KoG) für sein ehrenamtliches Engagement den DAV-Ehrenamtspreis für das Jahr 2025! Ein Jubelschrei jagt den nächsten und wir kommen aus der Feierlaune gar nicht mehr heraus.

Haben wir all diese Feierlichkeiten verdient? Na klar! Wo schöne Dinge passieren, darf Gutes honoriert werden. Für die ehrenamtlich engagierten Trainerinnen und Trainer gab es also zum Ende des Jahres 2025 ein ganz besonderes Highlight. Ihre Arbeit und ihr umfassendes Engagement, die weit über den reinen Kursbetrieb hinausgehen, wurden auf

der Hauptversammlung (HV) in Passau mit dem Ehrenamtspreis des DAV ausgezeichnet. Nicht nur die professionelle Handhabbe im Rahmen des Kursbetriebes wurde in Melanie Grimms Laudatio, ihres Zeichens Vizepräsidentin des DAV-Bundespräsidiums, hervorgehoben. Ganz explizit wird mit der Auszeichnung insbesondere die Bremer Sektionsphilosophie gewürdigt, Menschen mit einer Behinderung auf Augenhöhe zu begegnen und aktiv in das Vereinsleben zu integrieren. Zu diesen Bemühungen zählen interne Arbeitsverhältnisse genauso wie die Aktivitäten außerhalb des KLZ, wie Felsausfahrten, die partnerschaftliche Zusammenarbeit mit anderen Sportvereinen oder der rege Kontakt zu



weiteren DAV-Sektionen im Sinne des inklusiven Netzwerks. Intern angestößene Fortbildungsmaßnahmen, wie die zum inklusiven Routenbau wiederum, wirken nach innen und Team übergreifend. So hat jene Fortbildung zu einem fruchtbaren und nachhaltigen Austausch zwischen der Trainerschaft von #KletternOhneGrenzen und dem Routenbau-Team geführt – die handfesten Resultate lassen sich auch heute in Form universal

bekletterbarer Routen an der Wand begutachten und lassen viele Kletterer*innenherzen höherschlagen.

Lena Schumacher, Christian Schmidt und Marcus Wehner, die als Gründungsmitglieder des noch jungen Kursformates zur HV nach Passau eingeladen wurden, hätten sich seinerzeit nicht vorstellen können, drei Jahre später auf großer Bühne im Rampenlicht zu stehen. Eine solches Ergebnis lässt sich nur dann erzielen, wenn Sektionsvorstand, Betriebsleitung, Trainer*innen, Kursteilnehmende und die Mitglieder des Vereins – quasi als große Seilschaft – an einem Strang ziehen. Insofern ist diese Ehrung vor allem eines: Ein Qualitätssiegel für unsere gesamte Sektion. #KletternOhneGrenzen sagt „Danke!“ und auch: wir machen weiter! Euer #KletternOhneGrenzen-Team



Tourenprogramm 2026

Schwierigkeits- und Konditionsbewertung und Hinweise für Bergwanderungen und Bergtouren

Ganz obenan steht bei allen Unternehmungen des DAV die Sicherheit. Bei uns bist Du mit ausgebildeten Fachübungsleiter*innen oder DAV-Wanderleiter*innen unterwegs. Wenn Du Dich für eine Tour anmeldest, erhältst Du von der Tourenleitung eine Bestätigung und alle weiteren Informationen (Ausrüstung, Bezahlung, Termine für die Vorbereitung..) Die Kostenangaben für die Touren verstehen sich als ca.-Preise, sie richten sich nach Anzahl der Teilnehmer*innen.

So bewerten wir die angebotenen Touren:

BLAU: Bergwanderung leicht

Einfache Bergwege sind überwiegend schmal, können steil angelegt sein und weisen keine absturzgefährlichen Passagen auf.

ROT: Bergwanderung mittelschwer

Mittelschwere Bergwege sind überwiegend schmal, oft steil angelegt und können absturzgefährliche Passagen aufweisen. Es können zudem kurze versicherte Gehpassagen (z.B. Drahtseil) vorkommen.

SCHWARZ: Bergtour schwer



Schwere Bergwege sind schmal, oft steil angelegt und absturzgefährlich. Es kommen gehäuft versicherte Gehpassagen und/oder einfache Kletterstellen vor, die den Gebrauch der Hände erfordern. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind unbedingt erforderlich.

So bewerten wir die Kondition:

Kondition gering („1“)

Allgemeine Sportlichkeit und Ausdauer für 2- bis 5-stündige Aufstiege mit bis zu 800 Hm sowie damit verbundene Abstiege.

Kondition mittel („2“)

Ausdauer für 4- bis 5-stündige Aufstiege (bis 7 Std. Gesamtgehzeit) mit 800 bis 1200 Hm sowie damit verbundene lange Abstiege.

Kondition gut („3“)

Ausdauer für 5- bis 7-stündige Aufstiege (bis 10 Std. Gesamtgehzeit) mit 1200 bis 1600 Hm sowie damit verbundene sehr lange Abstiege.

Kondition sehr gut („4“)

Ausdauer für Aufstiege mit über 7 Std. Aufstieg (bis 10 Std. Gesamtgehzeit) und mehr als 1600 Hm sowie damit verbundene extrem lange Abstiege.

ausführliche Informationen zum Angebot unter
www.alpenverein-bremen.de

Alpenzauber 1, Vorstieg am Fels

Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm, Zwischensicherungen etc.) Kondition für ca. 30-70-minütige Zustiege zum Felsen.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.

Zusatzkosten: An-Abreise, Unterkunft, Verpflegung und Transport

Weitere Hinweise: Aufgrund der unvorhersehbaren Wetterlage in den Alpen, wird geraten, die etwaigen Reisetickets immer mit Storno-Versicherung zu buchen.

Schwierigkeitsgrad: rot / Kondition: 2

Kontakt & Anmeldung: Anmeldung bei Tammo Toppe t.toppe@hotmail.de

Anmeldeschluss: 01.03.2026



Ort/Region: Innsbruck/Tirol

Termin: 02.04. - 06.04.2026

Preis: (gesplittet in Tourenleitung und Unterkunft)

Tourenleitergeld: 190 pro Person

Unterkunft in der Jugendherberge Innsbruck möglich: Kosten zwischen 36€-70€ /Tag/Person, je nach gebuchter Zimmerkategorie (Einzel-Mehrbett) oder selbst vor Ort anderes Hotel, bzw. Unterkunft buchen

Gruppengröße: Max. 6 Personen

Leitung: Tammo Toppe

Teilnahmevoraussetzung: DAV -Mitgliedschaft, Mindestalter 18 Jahre, DAV -Kletterschein oder ähnliches, Beherrschung der Sicherungstechnik, sicher im Vorstieg, eigene Ausrüstung (Festes Schuhwerk, Gurt,

MTB Fahrtechnik Training Grundlagen 1

Schwierigkeitsgrad: keine Voraussetzungen

Kondition: 2

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.

Zusatzkosten: An- und Abreise

Kontakt & Anmeldung: Anmeldung bei Andreas Hering: mtb@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 22. Februar 2026

Datum für Vorbereitungstreffen wird noch bekanntgegeben



Ort/Region: BSW Hotel Festenburg (Harz)

Termin: 10.-12.04. Anreise Freitag zum Abendessen

Preis: Teilnahmegebühr: 70,-€ pro Person Übernachtungskosten pro Nacht inkl. Halbpension: 60 € im DZ, 90 € im EZ

Gruppengröße: min. 4, max. 8 Personen

Leitung: Andreas Hering

Teilnahmevoraussetzung: Fahrrad: Hardtail oder Fully ohne E-Motor (wir fahren Bio). Sattel absenkbare (Teleskop-Sattelstütze oder notfalls Schnellspanner). Einwandfreier und voll funktionsfähiger Zustand ist unabdingbar. DAV-Mitgliedschaft

Ausrüstung: Helm, Handschuhe, Brille, Bike-Rucksack, Wetterschutz, Trinkflasche/-blase.



Tourenprogramm 2026

Saisonvorbereitung Wochenende Weitwandern Harz
 Von Wernigerode nach Bad Sachsa. Wer kennt es nicht? Der Winter war zu lang, die Weihnachtsplätzchen zu lecker, der innere Schweinehund zu groß... Aber so allmählich rufen auch die Berge. Die Sommersaison steht vor der Tür, und man müsste mal wieder... Zeit, sich aufzuraffen und mit uns ein langes Wochenende Weitwandern zu gehen! Wir gehen von Wernigerode über Schierke nach Braunlage und dann Bad Sachsa. Natürlich machen wir einen Abstecher auf den Brocken!



Zusatzkosten: An- und Abreise, persönliche Verpflegung für mittags und abends.

Schwierigkeitsgrad: blau / Kondition: 2

Kontakt & Anmeldung: Karen Schulz-Kiske, karen.schulz-kiske@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 28.02.2026



Ort/Region: Harz

Termin: 10.4. – 12.4.2026

Preis: 100 € für Planung, Organisation und Tourenleitung, dazu kommen ca. 90 € für Übernachtung / Frühstück in den Jugendherbergen.

Gruppengröße: 4-8 Personen

Leitung: Karen Schulz-Kiske

Teilnahmevoraussetzung:

DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit und Kondition für max. 800 Hm und 22 km pro Tag.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.

Alpenzauber 2, Vorstieg am Fels

Gruppengröße: max. 6 Personen

Leitung: Tammo Toppe

Teilnahmevoraussetzung: DAV- Mitgliedschaft, Mindestalter 18 Jahre, DAV- Kletterschein oder ähnliches, Beherrschung der Sicherungstechnik, sicher im Vorstieg, eigene Ausrüstung (festes Schuhwerk, Gurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm, Zwischensicherungen etc.) Kondition für ca. 30-70-minütige Zustiege zum Felsen.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.



Zusatzkosten: An-/Abreise, Unterkunft, Verpflegung und Transport. Weitere Hinweise

Aufgrund der unvorhersehbaren Wetterlage in den Alpen, wird geraten, die etwaigen Reisetickets immer mit Storno-Versicherung zu buchen.

Schwierigkeitsgrad: rot / Kondition: 2

Kontakt & Anmeldung: Tammo Toppe, t.toppe@hotmail.de

Anmeldeschluss: 15.03.2026

ausführliche Informationen zum Angebot unter

www.alpenverein-bremen.de

MTB Fahrtechnik Training Grundlagen 2

Gruppengröße: min. 4, max. 8 Personen

Leitung: Andreas Hering



Teilnahmevoraussetzung: Fahrrad: Hardtail oder Fully ohne E-Motor (wir fahren Bio!). Sattel absenkbare (Teleskop-Sattelstütze oder notfalls Schnellspanner). Einwandfreier und voll funktionsfähiger Zustand ist unabdingbar.

Ausrüstung: Helm, Handschuhe, Brille, Bike-Rucksack, Wetterschutz, Trinkflasche/-blase.

Mitgliedschaft im DAV.

Schwierigkeitsgrad: keine Voraussetzungen

Kondition: 2

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.

Zusatzkosten: An- und Abreise

Kontakt & Anmeldung: Andreas Hering mtb@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 22. Februar 2026

Vorbereitungstreffen wird noch bekanntgegeben

Wilde Narzissen in den Belgischen Ardennen

Leistungen: Leitung, Organisation, Reservierungen

Zusatzkosten: zzgl. Verpflegung + Benzkosten

Schwierigkeitsgrad: blau / Forstwege



Kondition: 2-3
Kontakt & Anmeldung: Merijn van de Klundert Merijn.vandeklundert@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 14.02.2026



Eine blühende Landschaft. Wir unternehmen zur schönsten Blütezeit einzigartige Wanderungen im belgischen Hohen Moor bei Aachen und Monschau. Die gesamte Landschaft erstrahlt in einem Meer aus gelben Blüten. Wir werden unterwegs in besonderen und charakteristischen Unterkünften übernachten (in Monschau in einem alten Rathaus aus dem Jahr 1654!). Die Stadt liegt zwischen den Berghängen des Naturparks Hohes Venn-Eifel in der Rureifel, die ihren Namen nach dem Fluss Rur tragen. Begleitet werden wir von einem ausgebildeten Moorlandschaftsführer, der unterwegs viele interessante Details über die Landschaft mit uns teilen wird. Für die Fahrt von und nach Bremen (4 bis 5h) steht uns der Alpenbus der Sektion zur Verfügung.

Ort: Monschau

Termin: 25.04.-28.04.2026

Preis: (gesplittet in Tourenleitung und Unterkunft) 100€, ca. 150€ für 3 Übernachtungen mit Frühstück, 1x Taxikosten. Im Hotel 2 Bett-Zimmer

Gruppengröße: 5-7 Personen

Leitung: Merijn van de Klundert

Teilnahmevoraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Wandern von max. 30 km

Tourenprogramm 2026

„Am Fels ist's anders“ 1
 Kletterkurs: Dieser Kurs ist für alle DAV-Mitglieder ab 16 Jahre, die aus der Kletterhalle raus und an den Naturfelsen wollen. Bei diesem WE Kletterkurs (Anreise Freitagnachmittag) gibt es die Möglichkeit, das Klettern am Felsen im Top-Rope sicher zu lernen und zu üben.



Ort/Region: Ith, Weserbergland

Termin: 09. - 10.05.2026 (Anreise Freitag den 08.05 nachmittags)

Preis: 70 EUR. Unterkunft/Zeltplatzgebühren/Übernachtung: w.n.b.

Gruppengröße: max. 12

Leitung: Irene Lange und Rafael Guadarrama

Teilnahmeveraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Mindestalter 16 Jahre, Beherrschung der Sicherungstechnik, DAV Top-Rope Kletterschein, Gurte, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm.

Leistungen: Planung, Organisation und Leitung des Kurses

Zusatzkosten: Selbstverpflegung, Anreise (Fahrgemeinschaften)

ca. 2 Wochen vor Tourenbeginn

Schwierigkeitsgrad: 4.- 5. **Kondition:** 2 (ausreichend für 30-40 Minuten Zustieg zum Felsen)

Kontakt & Anmeldung: Rafael Guadarrama, rafael.guadarrama@gmx.de

Anmeldeschluss: 10.04.2026



Einführungstag „Technik auf Klettersteigen“

Sicher in die Vertikale im Landschaftspark Duisburg. Klettersteige boomten, doch sie haben auch ihre Tücken. An diesem Tag gibt's das Basis-Know-How, um später selbstständig Routen in den Bergen anzugehen. Die Übungssteige in Duisburg bieten gute Lernchancen und Nervenkitzel zugleich. „Gipfel“-Erlebnis inklusive!

Der Schritt in die Senkrechte scheint simpel: Jedenfalls, wenn ein Drahtseil in die vertikale Welt führt. Doch einfach „Ran ans Eisen“, das kann schiefgehen. Bei diesem Einführungstag wird das technische Handwerkszeug vermittelt. Außerdem gibt es Tipps zur Ausrüstung und für das sichere und komfortable Begehen der „Via ferrata“. Weitere Programmpunkte: Auswahl von angemessenen Routen, Backup-Möglichkeiten im Gefahrenfall.

Ort: Kletteranlage im Landschaftspark Duisburg

Termin: Sonntag, 10.05.2026

Preis für die Tourenleitung: 40 €

Teilnehmer:innenzahl: min. 4, max. 7 Personen

Leitung: Folkert Lenz (Trainer B Hochtouren)

Teilnahmeveraussetzung: Lust auf Bewegung in der Senkrechten



Schwierigkeitsgrad: Klettersteige bis Grad D (nicht zwingend)

Leistungen: Kursorganisation und -leitung

Zusatzkosten: Anreise (Fahrgemeinschaften oder Bahn); ggf. Leihgebühren f. Klettersteig-ausrüstung (Gurt, Sicherungsset, Helm): 10 €

Kontakt & Anmeldung: Folkert Lenz folkert.lenz@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 25.04.26



ausführliche Informationen zum Angebot unter
www.alpenverein-bremen.de

Wanderung von Sonderburg nach Norburg

Leistungen: Organisation und Tourenleitung

Zusatzkosten: Kosten für öffentliche Anreise/ **Verpflegung:** Weitere Hinweise

Vorbereitungstreffen: 03.03.2026 18 Uhr im Kletterzentrum

Schwierigkeitsgrad: blau **Kondition:** 2-3

Kontakt & Anmeldung: mareipuettmann@gmx.de

Anmeldeschluss: 01.03.2026



Übernachten in Shelters / Biwakieren Die Insel Als, im äußersten Süden Dänemarks gelegen, ist ein stilles Paradies für Wandernde. Zwischen Ostsee, Feldern und dichten Buchenwäldern führt der Alsstien von Sønderborg nach Nordborg – eine Route, die Natur, Geschichte und dänische Gelässlichkeit auf einzigartige Weise verbindet. Diese Wanderung folgt alten Pfaden entlang der Küste und durch das Herz der Insel. Wir übernachten in Shelters (Holzunterstände mit Feuerplatz) oder biwakieren, kochen auf dem Feuer und sind einfach draußen in der Natur! Das wird ein spannendes Erlebnis!

Ort/Region: Süddänemark / Insel Als

Termin: 28.5 bis 31.5.2026

Preis: 130 Euro, keine Kosten für Unterkunft

Gruppengröße: 4-8 Personen

Leitung: Marei Püttmann

Teilnahmeveraussetzung: DAV – Mitgliedschaft, Kondition für 20-25 km pro Tag – Ausrüstung für Outdoor-Übernachtung



Von rot nach schwarz

Zusatzkosten: An- und Abreise, persönliche Verpflegung für unterwegs

Schwierigkeitsgrad: rot bis schwarz / **Kondition:** 3

Kontakt & Anmeldung: Karen Schulz-Kiske karen.schulz-kiske@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 28.2.2026



Lehrgang Bergwandern für Fortgeschrittene. Diese Standortwoche richtet sich an diejenigen von euch, die bereits häufiger in den Bergen waren und schon über einige Erfahrung verfügen. Ihr geht schon recht sicher rote Wege? Ihr möchtet aber schwere Wege ausprobieren, Technik am Drahtseil üben? Eure Trittsicherheit und Schwindelfreiheit festigen? Lange Touren probieren? Mehr über Tourenplanung, Ausrüstung und schwierige Bedingungen erfahren? Dann ist das eure Woche!

Ort/Region: Tierser Tal / Dolomiten

Termin: 20. - 27.6.2026

Preis: 190 € Planung, Organisation und Tourenleitung 700 € Unterkunft im DZ mit HP, EZ auf Anfrage und nach Verfügbarkeit.

Gruppengröße: 4 – 6 Personen

Leitung: Karen Schulz-Kiske

Teilnahmeveraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, sehr gute Kondition

Leistungen: Planung, Organisation, Tourenleitung



Tourenprogramm 2026

Fünf Tage Bergwandern über vier Hütten. Wir wandern auf gut markierten roten Bergwegen von Hütte zu Hütte – stets umgeben von den markanten Gipfeln der Verwallgruppe. Die Route führt durch eine eindrucksvolle Hochgebirgslandschaft, u.a. vorbei an einem alten Geröllgletscher, der seit über 80 Jahren ein abgestürztes Flugzeug konserviert. Immer wieder überraschend, dass ein wirklich gut begehbarer Weg durch diese Umgebung verläuft.



Eine Runde durchs Verwall

Leitung: Jochen Weiner

Teilnahmevoraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Kondition für bis zu 6 Std. Gehzeit und 1000 Höhenmetern im Aufstieg, Trittsicherheit und Angstfreiheit.

Leistungen: Tourenleitung und -organisation

Zusatzkosten: Getränke, Tourenverpflegung

Schwierigkeitsgrad: rot / **Kondition:** 3

Kontakt & Anmeldung: Jochen Weiner

jochen.weiner@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 28.02.2026



„Am Fels ist's anders“ 2

Dieser Kletterkurs ist für alle DAV-Mitglieder ab 16 Jahre, die aus der Kletterhalle raus und an den Naturfelsen wollen. Bei diesem WE Kletterkurs (Anreise Freitagnachmittag) gibt es die Möglichkeit, das Klettern am Felsen im Top-Rope sicher zu lernen und zu üben.



nik, DAV Top-Rope Kletterschein, eigene Ausrüstung Gurte, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm Leistungen: Planung, Organisation und Leitung des Kurses.

Zusatzkosten: Selbstverpflegung, Anreise (Fahrgemeinschaften)

Vorbereitungstreffen: ca. 2 Wochen vor Tourenbeginn

Schwierigkeitsgrad: 4.- 5. Grad /Kondition 2 (ausreichend für 30-40 Minuten Zustieg zum Felsen)

Kontakt & Anmeldung: Rafael Guadarrama,

rafael.guadarrama@gmx.de

Anmeldeschluss: 20.06.2026

ausführliche Informationen zum Angebot unter
www.alpenverein-bremen.de



Bornholm on the Rocks

Ort/Region: Allinge-Sandvig, Bornholm

Termin: 03. - 09.08.2026

Preis: 190 € pro Person, Unterkunft auf dem Zeltplatz „Lejrplads Egeløkke Bornholm“: 5 € pro Nacht/ Person. Weitere Unterkünfte im 15 Minuten entfernten Allinge buchbar.

Gruppengröße: 6 Personen

Leitung: Tammo Toppe

Teilnahmevoraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Mindestalter 18 Jahre, DAV-Kletterschein oder ähnliches, Beherrschung der Sicherungstechnik, Erfahrung im Vorstieg in der Halle, eigene Ausrüstung (festes Schuhwerk, Gurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Helm, Zwischensicherungen etc.) Kondition für ca. 30-60-minütige Zustiege zum Felsen.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung

Zusatzkosten: An-/Abreise, Unterkunft, Verpflegung und Transport

Schwierigkeitsgrad: rot / Kondition: 2

Kontakt & Anmeldung: Tammo Toppe

t.toppe@hotmail.de

Anmeldeschluss: 01.07.2006

Bergwandern in der Silvretta (A)

Gruppengröße: 12 – 16 Personen

Leitung: Ulrich Friehle und Elisa Hoferer

Teilnahmevoraussetzung: Ausrüstung für alpine Wanderungen, Trittsicherheit und Kondition für Tagesetappen bis 6 Std. und max. 600 Hm



Schwierigkeitsgrad: einfache und mittelschwere Bergwege

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung an 6 Tagen / Vorbesprechung im Mai 2026 / Bus- und Liftkosten sind im Übernachtungspreis enthalten

Zusatzkosten: An und Abreise/ Hotelübernachtungen/ Getränke /Einkehr unterwegs

Schwierigkeitsgrad: Bergwege „blau“ und „rot“

Kondition: 2-3

Kontakt & Anmeldung: Ulrich Friehle & Elisa Hoferer

Ulrich.friehle@alpenverein-bremen.de

elisa.hoferer@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 30.4.2026

Tourenprogramm 2026

Ein Mountainbike Wochenende im Weserbergland

Alternative zu Deister und Harz? Wir schauen uns mal das (südliche) Weserbergland aus MTB-Perspektive an.

Ort/Region: Wird noch bekanntgegeben

Termin: 28. - 30. August 2026, Anreise Freitag

Preis: Teilnahmegebühr 70 € pro Person, Anzahlung bei Anmeldung 70 €
Kosten für Unterkunft: w.n.b.

Gruppengröße: min. 4, max. 8 Personen

Leitung: Andreas Hering

Teilnahmeveraussetzung: Gute Grundfitness und Beherrschung der Fahrtechnik-Grundlagen für Tagesstouren von 40-60 km und 800-1100 Höhenmetern.
Hardtail oder Fully ohne E-Motor mit absenkbarem



Wandern in den Tiroler Alpen

Einführung in das Bergwandern in den Alpen Dieses Tourenangebot ist für alle, die bereits Ausdauer in den Beinen haben, aber noch nicht viel Erfahrung in den Bergen. In einer Woche wollen wir unterschiedliche Wanderungen aus den Tälern rund um Innsbruck auf die Gipfel der Alpen machen. Neben den Tagestouren z.B. auf die Watten spitze in den Tuxer Alpen, der wunderschönen Traverse auf dem bekannten Zirbenweg, zwischen den zwei Gipfeln des Patscherkofels und des Glungezers, gibt es auch die Möglichkeit zur Sonnenaufgangs- Wanderung auf die Pfiemeswand oder die Nockenspitze. Im Obernbergtal geht es über die Allerleigrubenspitze bis auf den Hohen Lorenz, auf dessen Südseite schon Südtirol und Italien liegen. Natürlich kann die Routenauswahl an die Vorkenntnisse und Kondition und vor allem das Wetter in den Alpen angepasst werden. Während und neben den Wanderungen werden wir uns aber auch eingehend mit den Themen: Tourenplanung (digital und mit Zettel und Stift), Orientierung mit Karte und Kompass und natürlich den alpinen Gefahren und der alpinen Ersten Hilfe beschäftigen. Unser Ausgangspunkt für die unterschiedlichen Tagestouren bleibt dabei immer Innsbruck. Mit seiner günstigen Lage, guten Zuganbindung und den spannenden Sehenswürdigkeiten ein perfekter Ort.

Ort/Region: Innsbruck, Tirol

Termin: 31.08. - 06.09.2026

Preis: Tourenleitergeld: 190 pro Person, Unterkunft in der Jugendherberge Innsbruck möglich: Kosten zwischen 36 € - 70 € /Tag/Person, je nach gebuchter Zimmerkategorie (Einzel-Mehrbett). Selbstverständlich gibt es vor Ort weitere Hotels, bzw. buchbare Unterkünfte.

Gruppengröße: 6 Personen

Leitung: Tammo Toppe

Teilnahmeveraussetzung: DAV- Mitgliedschaft, Mindestalter 18 Jahre, eigene Ausrüstung (Festes Schuhwerk, dem Wetter entsprechende Kleidung). Kondition für 6 - 8-stündige Wanderrungen mit bis zu 800 - 1000 Höhenmetern.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung,

Zusatzkosten: An-Abreise, Unterkunft, Verpflegung und Transport.

Weitere Hinweise: Aufgrund der unvorhersehbaren Wetterlage in den Alpen, wird geraten, die etwaigen Reisetickets immer mit Storno-Versicherung zu buchen.

Schwierigkeitsgrad: rot / Kondition: 3

Kontakt & Anmeldung: Tammo Toppe
t.toppe@hotmail.de

Anmeldeschluss: 30.07.2026



Sattel in einwandfreiem und voll funktionsfähigem Zustand. Mitgliedschaft im DAV.

Schwierigkeitsgrad: Fahrtechnik 2 - 4

Kondition: 4

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung.

Zusatzkosten: An- und Abreise, Verpflegung
Vorbereitungstreffen wird noch bekanntgegeben

Kontakt & Anmeldung: Andreas Hering

mtb@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 12. Juli 2026

ausführliche Informationen zum Angebot unter
www.alpenverein-bremen.de

Twin-Tour Geotrail Dolomites

Gruppengröße: max. 6 Personen

Leitung: Karen Schulz-Kiske

Teilnahmeveraussetzung: DAV-Mitgliedschaft, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Kondition für Tagesetappen bis 1.200 Höhenmeter und 8 Std. Gehzeit.

Leistungen: Planung, Organisation und Tourenleitung

Zusatzkosten: Unterkunft, Verpflegung, An- und Abreise

Schwierigkeitsgrad: rot, einige Etappen sind drahtseilsichert und erfordern Schwindelfreiheit

Kondition: 3

Kontakt & Anmeldung: Karen Schulz-Kiske

Karen.schulz-kiske@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 15.1.2026



Vom Grödner Tal nach Sexten Dieser Teil des Geotrail Dolomites ist eine spannende Wochentour durch einige der schönsten und spektakulärsten Gebiete der Dolomiten: Puez/Geisler, Fanes /Sennes und die Drei Zinnen. Wir führen diese Tour mit zwei Trainerinnen mit dem DAV Eifel durch. Dadurch können wir unterschiedliche Varianten und Gipfelmöglichkeiten anbieten. Am ersten Tag machen wir eine Eingehtour im Grödner Tal, danach geht es sechs Tage lang bis zu den Drei Zinnen und ins Pustertal.

Ort/Region: Dolomiten

Termin: 10.9. – 18.9.2026

Preis: 210 € für Planung, Organisation und Tourenleitung; Kosten für die Unterkünfte (Hütten und einfache Hotels) werden noch bekannt gegeben

Drahtseil-Highlights in Rofan und Stubai

Preis: 240 € für Leitung und Kursorganisation sowie Spesen des TL. 3 Nächte Hütte (Ü/F) ca. 120 €, 3 Nächte Hotel (DZ/F) ca. 210 €.

Gruppengröße: min. 4, max. 7 Personen

Leitung: Folkert Lenz (Trainer B Hochtouren)

Teilnahmeveraussetzung: Erfahrung im Bergwandern und auf einfachen Klettersteigen. Kondition für Gehzeiten bis zu 8 Stunden und Aufstiege bis zu 900 Höhenmeter. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Klettergewandtheit hilfreich.



Leistungen: Planung, Tourenleitung und Organisation

Zusatzkosten: 6 Abendessen a la carte. Seilbahnen ca. 120 €. An-/Abreise, Transferkosten.

Klima-Check: An- und Abreise ist per ÖV möglich. Transfers vor Ort mit Bussen und Bahn.

Schwierigkeitsgrad: Klettersteige bis Schwierigkeitsgrad C/D und D. Wegführung bisweilen exponiert, gelegentlich mit ungesicherten Passagen.

Kondition: 3

Kontakt & Anmeldung: Folkert Lenz

Folkert.Lenz@alpenverein-bremen.de

Anmeldeschluss: 15.07.26

Die Anforderungen an Klettergewandtheit, Kraft und Ausdauer steigen während der Woche. Immer wieder werden wir aber auch Seilbahnen oder Lifte nutzen, um Zu- oder Abstiege zu verkürzen.

Die zweite Hälfte der Tourenwoche verbringen wir im Stubaital und checken in Neustift in einer Tal-Unterkunft ein und haben die Qual der Wahl: Trauen wir uns in dunkle und steile Nordwände am Elfer, folgen wir langen und alpinen Drahtseil-Routen in den Kalkköpfen oder steuern wir eine knackige Sport-Ferrata mit Gletscherblick direkt über der Dresdener Hütte an?

Ort/Region: Rofangebirge + Stubaital (Tirol/Österreich)

Termin: Sonntag, 27.09.26, bis 03.10.26

Vom Flachlandtiroler zum Bergführer

Wurde ich in der Schule gefragt, was ich später mal werden will, lautete die Antwort: Detektiv. Doch wie es so mit dem ersten Berufswunsch ist: der wird's nicht. Oder doch?

Mit 16 Jahren fand ich als Jugendleiter und bereits eingefleischter Alpinkletterer den Weg in die Bremer Alpenvereinsjugend. Während des Abiturs verbrachte ich einen Gutteil meiner Zeit beim Routenbau in der Kletterhalle oder bei alpinistischen Tätigkeiten, wofür auch die ein oder andere Schulstunde geopfert wurde. An dieser Stelle ein herzlicher Dank an Christian, mit dem ich viel alpine Klettererfahrung sammeln durfte. In mir begann ein neuer Berufswunsch zu keimen: staatlich geprüfter Berg- und Skiführer – er verband meine Leidenschaft für das Bergsteigen mit meiner Freude am Ausbilden und Führen von Menschen. Praktische Probleme gab es dennoch reichlich bei dieser Idee: Um für die Ausbildung zugelassen zu werden, ist ein umfangreiches Tourenbuch in allen Bergsportdisziplinen nötig. Steigeisen hatte ich bisher auch noch nicht an den Füßen. Ach ja, das letzte Mal auf Skitouren war ich mit zwei Jahren - zwischen den Beinen meines Vaters. Immerhin bin ich im Klettern fit, in Summe dennoch eine eher ungünstige Ausgangslage. Nach meinem Abitur absolvierte ich einen Freiwilligendienst im Allgäu in der Jugendbildungsstätte des DAV, wo ich dann auch die erste Wintersaison auf Pisten- und später dann auf Tourenski stand – Skitechnik null, Motivation hoch. Bestandsaufnahme bezüglich Tourenbuch nach dem Jahr: Klettertouren fast voll, Hochtouren null, Skitouren zwei. Super!

Um mich weiter meiner bergsteigerischen Karriere widmen zu können, war klar: Ich brauche Freiheit und Freizeit. So fand ich mich im Oktober im Hörsaal der Konstanzer Universität wieder, Studiengang Physik. In



Konstanz lernte ich Arne kennen, der bereits in der Bergführerausbildung war. Mit ihm bin ich meine ersten Hochtouren gegangen, Piz Scerscen über die Eisnase, Schreckhorn und Weißhorn Nord-Ost Überschreitung. Über meine weiteren Jahre entwickelten sich nicht nur meine physikalischen Kenntnisse weiter, sondern auch meine Skitechnik und Skitourenfahrung. So kam es, dass mein Tourenbuch vom Verband deutscher Berg- und Skiführer (VDBS) akzeptiert wurde.

Im Januar 2022 stellte ich mich der Eiskletter-Eignungsprüfung: einen Tag Steileistechniken und Mixedklettern in drei Klettertouren demonstrierten, was mit dem Resultat "bestanden" endete. Bei der ersten Ski-Eignungsprüfung im Februar bestand ich die Teilbereiche Skitour (2.0) und Freie Abfahrt (4.5). Erste Ski-Eignungsprüfung deshalb, weil der Teilbereich Skitechnik (6.0) noch deutliche Verbesserung verlangte. Im Juni folgte dann die Sommer-Eignungsprüfung in Chamonix, auf der ich mir, wie erwartet, keine weiteren Steine in den Weg legte. Somit musste ich zum Glück nur noch einmal bei der Ski-Eignung den Teilbereich Skitechnik wiederholen.



Nach viel Training dann im Februar 2023 die Prüfungsfahrt: Nebelhorn Gipfelhang, 13m Korridorbreite, besondere Aufgabenstellung „optimale Kurvenqualität“. Mit anderen Worten: „Fahr' da die schwarze Piste auf der Kante sauber runter, maul dich nicht und schau dabei lässig aus!“ Habe ich gemacht, hat gereicht.

Also ging es dann los mit den ersten Ausbildungskursen im Sommer, bei denen ich mit der Materie durchaus gut vertraut war. Der Winter folgte sogleich: Lawinenbeurteilung, Skitouren und Eiskletterklettern war hier das Programm.

Der nächste große Schritt war das Praktikum. Hier ist man (unter Aufsicht und gut betreut durch einen fertigen Berg- und Skiführer) mit Gästen unterwegs. Aus den vielen schönen Tagen draußen und den guten Rückmeldungen während dieser Zeit war für mich klar, dass dieser Beruf genau richtig für mich ist. Nach nun etwa zweieinhalb Jahren Ausbil-

dung folgt die erste staatliche Prüfung: das Thema Fels alpin. Zwei Touren müssen geführt werden, weiterhin ist eine Lehrprobe zu bestreiten und eine Bergrettungsaufgabe zu lösen. Bald folgte die Theorieprüfung mit schriftlichen- und mündlichen Prüfungen in den Fächern Wetter-, Schnee- und Lawinenkunde, Erste-Hilfe, Ökologie und vielem mehr. Nach einer Verschnaupause über den Winter startete mein Prüfungsjahr 2025 im April mit der Skihochtour, jeweils eine Gruppe auf verschiedenen Tourabschnitten betreuen und führen.

Nur noch die Abschlussprüfung im Eis und im kombinierten Gelände trennte mich von meinem Traumberuf. Im Juni 2025 war der Termin dazu in Chamonix am Mont Blanc. Nach fünf spannenden Tagen mit Stippvisite auf dem höchsten Berg der Alpen die Erlösung: alles bestanden. Zehn Jahre nach der ersten Idee bin ich jetzt staatlich geprüfter Berg- und Skiführer.

Und die Sache mit dem Detektiv? Auch mein Studium neigte sich im Sommer 2025 dem Ende zu. In meiner Masterarbeit habe ich mittels Computersimulationen die atomistischen Eigenschaften von magnetischen Metallen untersucht und fast schon wie ein Detektiv Beweise gesammelt und Informationen recherchiert, um nachzuweisen, was die Atome machen.

Alpinklettern - Skitouren - Hochtouren - Canyoning - Eiskletterklettern - Freeride – Mit meiner kleinen Bergschule biete ich in Kooperation mit dem DAV Konstanz immer wieder Kurse an. Diese stehen auch Mitgliedern anderer Sektionen zur Verfügung. Mein Fokus liegt aber auf individuellen Kursen und Führungen alpenweit. Hierfür einfach direkt anfragen, ich berate gerne bei Fragen.

Fynn Renner, www.bergfuehrer-renner.de
Instagram: @renner_fynn



Eine Alm in der Rhön?

Bei Namen „Haflinger Alm“ könnte man meinen, man sei in den Alpen. Tatsächlich liegt die Alm in der Rhön auf dem Kreuzberg. Diese wurde 2017 von der Familie Göpfert erworben und 2019 umfangreich und modern saniert. Der vorherige Wirt der Alm hatte die namensgebenden Pferde auf dem Gelände gehalten. Ein Blick auf die Internetseite lässt den Komfort der Hütte vermuten. Und so fahren 6 Wanderer und 5 Biker mit Spannung und Vorfreude auf Unterkunft und Landschaft vom 21.-24.08.2025 in die Rhön.

Bereits der letzte Abschnitt der Zuwegung zur Alm war eine Herausforderung für alle Fahrzeuge in punkto Anstieg sowie Beschaffenheit des Weges und gab bzgl. Steigungen in dieser Gegend einen Vorgeschmack. Der Ver einsbus hat uns gute Dienste geleistet.

Oben angekommen, erwartete uns neben einer unsere Erwartungen übertreffenden Unterkunft, ein erster Blick zur Burgruine Osterburg sowie über Bischofsheim auf die Lange

Rhön. Alle freuten sich schon auf die Zeit miteinander und die geplanten Touren sowie auf die allabendlichen kulinarischen Reisen. Je zwei von uns bekochten die Gruppe jeden Tag mit vegetarischen Köstlichkeiten, die den Abend mit angeregten Gesprächen einläuteten. Und ja, Kuhglockengeläut gab es auch nebenan! Am meisten freuten wir uns jedoch schon auf diese reizvolle Landschaft und sollten dabei noch so manchen Höhenmeter in den Beinen spüren.

Bei unserer ersten Wanderung über den Kreuzberg nach Bischofsheim und zurück über das Franziskaner Kloster, inkl. Genuss eines Bieres aus der Klosterbrauerei, konnten wir nach 294 bewältigten Stufen, das an Größe kaum zu übertreffende Gipfelkreuz des Kreuzberges bestaunen. Weitere Wanderungen waren zum Teil Zeitreisen durch die Geschichte und Geologie dieser Region. Beim Trip nach Geisa zum Grünen Band Deutschlands erhielten wir ergreifende Einblicke in die Zeit der Teilung Deutschlands. Leider



haben wir aus Zeitgründen den ehemaligen, amerikanischen Stützpunkt „Point Alpha“ nicht besuchen können. Das nächste Mal vielleicht.

Eine andere Wanderung führte uns unter anderem zum Teufelsstein und zur Steinwand mit den imposanten Basaltfelsen als beeindruckende Zeitzwischen einer einst von Vulkanismus geprägten Landschaft. Der Aufstieg auf die Milsenburg belohnte uns mit einem atemberaubenden Blick über die Höhenzüge der Rhön bis zur Skyline von Fulda. Mal wieder waren Holgers geplante Touren gespickt mit Highlights in wunderschöner Landschaft, auch wenn man leider manchmal auf geschotterten oder asphaltierten Verbindungs wegen zu den jeweiligen Wanderrouten unterwegs war.

Auch die Biker kamen voll auf ihre Kosten. Andreas hatte ebenfalls anspruchsvolle Touren mit ca. 50 km Länge und über 1100 Höhenmetern geplant. Neben einer Fahrt auf die Was-

serküpe, die den Besuch der Fulda-Quelle beinhaltete, stand eine Tour an, die uns an die ehemalige innerdeutsche Grenze führte, und am Samstag durften wir den auf dem Kreuzberg angelegten Flow-Trail (wellenförmiger, kurviger Trail mit eingebauten Hindernissen, Anm. d. Red.) bewältigen, großartig! Die Aussichten, die sich in der Rhön bieten, sind herrlich, und die Anstiege wie auch Abfahrten rasant und herausfordernd. Die MTB-Touren waren rundum gelungen!

Am Sonntag haben wir alle gemeinsam, Biker und Wanderer, noch eine kleine Abschiedstour auf dem Kreuzberg unternommen.

Vier tolle Tage in einer wundervollen Landschaft zusammen mit angenehmen Menschen gingen schnell vorbei. Man ermöglichte uns jedoch schon einen Blick auf die nächste Tour 2026 ins Allgäu. Wir werden uns bestimmt dort wiedersehen.

Grit Uhlmann und Claudia Harsch



Ein Nautiker auf 3 Achttausendern

2. Teil: Der Everest 2003

Wie in Teil 1 im letzten BREMEN ALPIN berichtet, hatten Eckard, den ich 1999 am Cho Oyu kennengelernt hatte, und ich die Idee, eine Expedition zum Everest selbst zu organisieren. Wir beide trauten uns das zu und versuchten Sponsoren zu finden, wobei Eckard durch seine Kontakte u.a. auch zur Presse sehr erfolgreich war, während ich Kontakt zu Agenturen in Nepal aufnahm, die uns mit Trägern, Küchenmannschaft, Ausrüstung, Höhensherpas, Sauerstoff, usw. unterstützten sollten. Wir stellten schnell den hohen Zeitaufwand fest, so dass wir den ursprünglich geplanten Termin von 2002 auf 2003 verschoben. Damit landeten wir zufällig in dem 50-jährigen Erstbesteigungsjahr, durch Edmund Hillary und Tenzing Norgay. Inzwischen hatten wir weitere Höhenbergsteiger gefunden, mit denen wir die eine oder andere Tour in den Alpen unternahmen. So waren wir insgesamt 7 Bergsteiger und ein Arzt (Peter), der uns bis zum Basecamp (BC) begleitete.

Am 31.03.2003 ging unser Flug nach Kathmandu. Vieles an Ausrüstung hatten wir bereits vorab nach Nepal geschickt und mussten es jetzt „nur noch“ aus dem Zoll holen. Zwei Tage Verhandlungen waren dazu notwendig, wenn man kein Bakschisch bezahlen wollte. Auch mit der Agentur musste noch einiges geklärt werden. Am 07.04. ging dann unser Flug weiter nach Lukhla. Von dort (ca. 2700m) wanderten wir die nächsten 9 Tage recht gemütlich zum BC auf ca. 5400 m. Auch bis hier ist eine lang-

same Akklimatisation bereits überlebenswichtig. Nach dem Aufbau der eigenen und der Gemeinschaftszelte richtete sich jeder so gemütlich wie möglich ein, denn dieser Platz sollte für die nächsten gut 6 Wochen unser Zuhause werden. Je nach Befinden, beginnt dann nach ca. 2 Tagen der erste Aufstieg zum Lager 1 (ca. 6050 m). Diese Passage ist eine der gefährlichsten am Everest, da man den Khumbu Icefall durchschreitet. Obwohl dieser auch damals schon durch die sogenannten Icefall Doctors mit Leitern und Seilen entschärft wurde, bleiben die unglaublichen und gefürchteten Seracs (Türme aus Gletschereis, Anm. der Red.), riesige Eisabbrüche und unendlich tiefe Gletscherspalten. Diese Welt ist einerseits unfassbar faszinierend, andererseits sehr raschen Änderungen unterworfen. Aus diesem Grunde geht man zumindest beim Aufstieg möglichst vor Sonnenaufgang los, da dann das Eis noch stabil ist. Beim ersten Mal braucht man ca. 7 bis 8 Stunden, später, wenn man akklimatisiert ist, benötigt man noch 5 bis 6 Stunden. Die Höhen-Sherpas sind häufig trotz schwereren Ge-packs deutlich schneller.



Nach Wochen der Akklimatisierung und Einrichten der Höhenlager wird auf ein stabiles Schönwetterfenster gewartet. So entschloss ich mich zur besseren Erholung noch einmal bis auf ca. 4300 m abzusteigen, wo ich am Zustieg zum Nuptse noch Hans Kammerlander traf. Nach Rückkehr erfuhr ich, dass einer unserer Gruppe auf Lager 3 ein Hirnödem er-

litten hatte und nur mit Hilfe zurück ins rettende BC kam. Am 17.05 war dann endlich die Wetterprognose entsprechend gut und der Aufbruch gleich auf Lager 2 (ca. 6400 m) begann. Einen Tag später erreichten wir Lager 3, wo wir leider aufgrund des doch instabilen Wetters zwei Nächte verbringen mussten. Am 20.05 gingen wir dann weiter zum Aufbau von Lager 4 auf dem Südsattel auf knapp 8000 m Höhe. Für diesen Aufstieg zum letzten Höhenlager werden zwischen 7 und 12 Stunden benötigt. Leider stimmte die Vorhersage bezüglich stabilen und windarmen Wetters nicht. Vielmehr blies der Wind mit weit über 100 Km/h, und ein Aufstieg zum Gipfel war völlig undenkbar. In dieser „Todeszone“ ist ein Abwarten auf besseres Wetter nicht möglich, somit blieb nur der Abstieg zum sicheren Lager 2. Entsprechend war auch die Stimmung unserer Gruppe. Am 24.05 stiegen wir nach erneuter Prognose eines Schön-

wetterfensters wieder zu Lager 3 auf, und am nächsten Tag erreichten wir zu fünft das Lager 4. Eckard entschloss sich vernünftigerweise wegen seiner inzwischen reduzierten körperlichen Verfassung zur Umkehr. Am 25.05 um 21:00 Uhr machten Roland und ich uns zusammen mit unserem Höhensherpa Nawang auf den Weg zum Gipfel. Ich erreichte den Südgipfel auf 8750 m gegen 09:00 Uhr. Leider kamen Roland und Nawang erst gut 45 Minuten später bei mir an und das Erste, was Roland zu mir sagte, war, ich solle ein paar Bilder für ihn machen, denn er könne nichts mehr sehen. Das war natürlich nahezu der Worst Case. Was war geschehen? Ab ca. 8200 m trugen wir Sauerstoffmasken, doch leider vereisen diese immer wieder. Roland hatte mehrfach die Maske abgenommen, um Eis abzuschlagen, aber während dieser wenigen Minuten nicht sofort wieder seine Gletscherbrille aufgesetzt und sich dadurch



die Augen verblitzt. Nawang und ich überlegten relativ kurz unsere beiden Möglichkeiten. Entweder den finalen Gipfelanstieg ohne Roland zu machen und ihn für 2-3 Stunden auf 8750m warten zu lassen, aber damit ihn und den dann gemeinsamen Abstieg zu gefährden oder sofortiger Abstieg mit Unterstützung von Roland zu Lager 4. Schnell war klar, dass nur der unverzügliche Abstieg die einzige Lösung sein konnte. Nach ca. 2 Stunden kamen uns Tom, Christian und Eike mit ihren zwei Höhensherpas entgegen. Einer der Sherpas (Zang Mu) drehte mit uns um und half uns, Roland weiter nach unten zu transportieren. Unmittelbar mit Beginn der Dunkelheit erreichten wir Lager 4 und damit die rettenden Zelte. Tom, Christian und Eike hatten den Gipfel erreicht und kamen ca. 30 Minuten nach uns an. Am nächsten Tag schleppte ich mich bis Lager 2 runter. Roland wurde von verschiedenen Sherpas bis Lager 2 gebracht. Von den Dreiern, die den Gipfel erreicht hatten, schaffte es später nur einer ohne Hilfe von Sherpas das Lager 2 zu erreichen. Am 28.05 kamen wir alle, 11 Tage nach unserem Aufbruch aus dem BC und damit 11 Tage in einer Höhe größer als 6000 m, zurück ins BC. Bereits am nächsten Tag war Aufbruch und Rückmarsch. Wofür wir auf dem Hinweg 9 Übernachtungen gebraucht hatten, brauch-

ten wir jetzt nur zwei. Rolands verblitzte Augen regenerierten sich wieder vollständig, die Erschöpfung aller war auch bald vorüber, und bis auf ein paar leichte Erfrierungen waren wir zuhause wieder gesund und munter.

Im Jahr 2003 waren damals 21 Expeditionen mit zusammen ca. 250 Bergsteigern plus Höhensherpas von der nepalesischen Regierung zugelassen. Für unsere Gruppe von 7 Bergsteigern hatten wir 5 Höhensherpas. Wir waren damals schon nicht allein am Berg, aber inzwischen ist die Anzahl der Genehmigungen auf mehr als das doppelte gestiegen und entsprechend entstehen die Bilder, wo sich Personen wie Perlen an einer Schnur durch die Lhotse Wand schlängeln, oder am Hillary Step Schlange stehen. Nepal überlegt schon lange weitere Restriktionen. Sicher wäre dies ein erster richtiger Schritt, um den Wahnsinn des Massentourismus am höchsten Berg der Erde zu begrenzen. Aber leider ist der Everest natürlich auch eine unerschöpfliche Einnahmequelle.

Im dritten Teil berichte ich dann über den Broad Peak (8051 m) im Karakorum, wo es noch wesentlich gemäßigter zuging.
Frank Everts

Wir wünschen allen Mitgliedern ein gutes, gesundes Bergjahr 2026!

Shop: www.quovadis-hb.de

ALLES FÜR RUCKSACKREISEN GMBH

QUO VADIS

Auch 2026 bekommen Mitglieder der Sektion Bremen nach Vorlage des aktuellen Ausweises 10% Rabatt.
(reduzierte Ware, Bücher & GPS/Technik ausgeschlossen)

Pic: CAMP / Morteza Safatja



Alpinklettern bei der Blaueishütte

Eine Ausfahrt der späten Donnerstag Gruppe unter der Leitung von Teresa und Jochen. Teilnehmer*innen: Annina, Daniel, Henry, Jakob, Jette, Jorin, Noel und Paul

Montag: Anfahrt und Zustieg zur Hütte
Dienstag: Mehrseillängen und Standplatzbau in der Hütte und am Fels geübt
Mittwoch: die Routen "linker Plattenweg" und "rechter Plattenweg" geklettert
Donnerstag: die Routen "Auf die Schnelle", und die Nordostwand der Schärtenspitze

Freitag: Wanderung zum Blaueisgletscher (abgebrochen wegen zu anspruchsvollem Gelände), Wanderung zum Steinberg

Samstag: "P'friem" und "Auf die Schnelle"

Sonntag: Abstieg und Abfahrt

Die Ausfahrt zur Blaueishütte war für alle Teilnehmer*innen die erste richtige Erfahrung im Mehrseillängenklettern. Zuvor gingen wir schon ein paar Monate im Voraus alles in der Halle durch, aber die Erfahrung am Berg bekamen wir erst vor Ort. Am Fels lernten wir



jetzt, uns in den Topos zurechtzufinden und diese richtig deuten und anwenden zu können. Außerdem haben alle Teilnehmer*innen Erfahrungen im Standplatzbau, Standplatzsichern und Abseilen gesammelt. Zwar wurden wir etwas durch das regnerische Wetter eingeschränkt, wir haben jedoch das Beste daraus gemacht und die Regenpausen zum Klettern genutzt. Sehr nützlich war dazu der Trockenraum in der Hütte.

Die Hütte war ziemlich gemütlich: Wir haben alle gemeinsam in einem 10er Lager geschlafen und zusammen im Nebenraum des Speisesaals gegessen. Wir hatten Halbpension gebucht, und das Essen war immer sehr lecker und abwechslungsreich. Zudem konnte man stets einen Nachschlag bekommen, wodurch jeder satt wurde. Mittags verpflegten wir uns meist unterwegs mit Nüssen, getrockneten Früchten und mit Riegeln. Nach dem Abendessen wurde meist der nächste Tag besprochen und an manchen Tagen noch "Werwolf" oder "The Mind" gespielt.

Die Aktivitäten waren abwechslungsreich und haben Spaß gemacht. Zwischendurch gab es auch immer ein paar Lernmomente, beispielsweise einen kurzen Vortrag über Gletscher. Zudem haben wir gemeinsam mit den Jugendleiter*innen Achtsamkeits- und Trittsicherheitsübungen gemacht und konnten auch davon viel mitnehmen. Gelernt wurden unter anderem die Fortbewegung auf

steilen Schnee- und Geröllfeldern, aber auch auf plattenartigem Gelände. Bis auf Blasen an den Füßen und ein paar kleinen Schrammen gab es glücklicherweise keine schweren Verletzungen. Alles lief glatt.

Ein besonderes Merkmal der Ausfahrt war, dass wir als Teilnehmende sehr stark in die Planung integriert waren. Zuerst haben wir uns Gedanken gemacht, was wir als Gruppe noch lernen wollen. Hier haben wir uns schnell auf Mehrseillängenklettern geeinigt. Dann haben wir uns gemeinsam ein Ziel herausgesucht. Zur näheren Auswahl standen die Hermann-von-Barth-Hütte in Tirol in Österreich, der Zeltplatz im Grimsel in der Schweiz und die Blaueishütte in Berchtesgaden in Deutschland, für die wir uns dann ja auch entschieden haben. Dazu haben wir noch einzelne Aufgaben verteilt: Wir sollten uns u.a. eigenständig um die Verpflegung für die Mittagsmahlzeit kümmern, Vorträge zu verschiedenen Themen, wie z.B. den Nationalparks vorbereiten und den Aufstieg zur Hütte leiten.

Alles in allem war die Woche -abgesehen vom Wetter- ein voller Erfolg. Und selbst das Wetter konnte uns nicht vollständig ausbremsen. Wir hatten Spaß und gute Laune und haben vieles gelernt.

*Text: alle Teilnehmer*innen*





Industrie, Klettern, Spaß und vieles mehr...

Anfang Juni ist eine große Anzahl Kids aus unseren Jugendgruppen und der Familiengruppe unter der Betreuung ihrer Jugendleiter*innen vom Kletterzentrum Bremen in Richtung Duisburg aufgebrochen. Ziel war der Landschaftspark Nord Duisburg, ein ehemaliges Industriegebiet, das heutzutage an die vergangene Stahlverarbeitung und die Industriekultur in Duisburg/dem Ruhrpott erinnern soll.

Zusammen konnten die Teilnehmer*innen bei einer Erkundung des Geländes, einer Schatzsuche mit GPS-Geräten sowie einer interessanten Führung durch die wichtigsten Teile des Landschaftsparks viel erfahren über die damaligen Arbeitsprozesse, deren Bedeutung und die Geschichte des Parks. Ein absolutes Highlight dabei war der Aufstieg auf den 70m hohen Hochofen 5, von dem man einen atemberaubenden Ausblick auf Duisburg und die Umgebung hatte. Besonders schön war es, hier mit der JDAV Duisburg zusammen unterwegs zu sein und auch einige Kontakte knüpfen zu können. Der Landschafts-, bzw. Industrieparkpark bietet neben

seiner einzigartigen Atmosphäre auch die Möglichkeit, an den alten Mauern bestimmter Abschnitte zu klettern und Klettersteige zu begehen, was natürlich auf der Ausfahrt nicht zu kurz kommen sollte. Mit großer Freude, viel Motivation und jeder Menge Material haben die Teilnehmenden beispielsweise in ausgedachten Szenarien die Bergwacht gespielt und dabei die Jugendleiter*innen aus dem Übungsklettersteig gerettet.

Neben den geplanten Aktivitäten blieb selbstverständlich auch genug Freizeit, um draußen in der Umgebung der Hütte verschiedene Spiele zu spielen, mit Fußbällen herumzulaufen oder von den Jugendleitern das Jonglieren beigebracht zu bekommen. Nach langen, heißen, aber auch teilweise regnerischen Tagen wurde abends in der Nordparkhütte gemeinsam gekocht und mit unzähligen Runden „Werwolf“ der Tag beendet.

Die Ausfahrt hat allen viel Spaß gemacht und wir waren bestimmt nicht das letzte Mal dort.
Lennart

**Erstens sicher.
Erstens näher.
Erstens günstiger.**

hkk Krankenkasse –
Gesundheit gut versichert.

Deutschlands
günstige
Krankenkasse

hkk.de

hkk
KRANKENKASSE

Unsere Woche auf der Bremer Hütte



Wir, eine Gruppe von 12 Jugendlichen und Kindern, sind gemeinsam mit den Jugendleiter*innen Felix, Jochen und Nike auf die Bremer Hütte in den Stubaier Alpen in Österreich gefahren.

Tag 1:

Unser Abenteuer begann früh am Morgen um 5:50 Uhr am Bremer Hauptbahnhof. Nach

einer langen Zugfahrt bis Steinach und einer anschließenden Busfahrt starteten wir den 2,5-stündigen Aufstieg zur Hütte. Die Strecke war sehr steil, und es regnete durchgehend, sodass wir klitschnass ankamen. Gegen 20:30 Uhr erreichten wir die Hütte, zogen uns um und freuten uns auf das Abendessen. Währenddessen schlossen einige von uns eine Wette mit dem Hüttenwirt ab: Sie sollten al-

les aufessen, was auf dem Teller war, für 5€ pro Person. Auf der Hütte gibt es ein mehrgängiges Menü mit Suppe (Murmeltiersuppe), Salat, Hauptgang (heute Kartoffelauf lauf) und Nachtisch. Am Ende war der Wirt um 15€ ärmer.

Tag 2:

Heute unternahmen wir eine kleinere Wanderung in das nächste Tal. Wir machten an einem Fluss eine Pause und erkundeten anschließend einen Abschnitt eines früher sehr großen Gletschers, der aufgrund des Klimawandels und der Jahreszeit größtenteils geschmolzen und deshalb kleiner war. Das Wetter spielte mit: Es nieselte nur ab und zu, und als es stärker regnete, waren wir gerade zurück auf der Hütte.

Tag 3:

Am dritten Tag blieb das Wetter trocken. Wir verbrachten fast den ganzen Tag draußen und begannen mit einem kleinen Klettersteig. Oben angekommen genossen wir die wunderschöne Aussicht über die umliegenden Berge. Auf dem Rückweg teilten wir uns in zwei Gruppen: eine stieg ab, die andere wanderte querfeldein zurück. Nach einer kurzen Mittagspause mit Nüssen und Wasser verbrachten wir noch etwas Zeit mit dem Klettern am Fels.

Tag 4:

Heute stand eine anspruchsvolle Bergwanderung auf dem Programm. Wir wanderten auf einen 2960 Meter hohen Berg. Mit Pausen dauerte die Tour etwa sieben Stunden. Anfangs war der Weg gut zu gehen, gegen Ende führte er über ein sehr steiles Geröllfeld. Wir nutzten die Helme, die Seile hatten wir als Sicherung dabei, aber nicht verwendet. Oben wurden wir mit einer spektakulären Aussicht auf zwei Gletscher und mehrere 3000er belohnt – ein unvergesslicher Moment. Wir kehrten mit 1,5 Stunden Puffer rechtzeitig zum Abendessen zurück. Danach spielten wir wie jeden Tag fast eine Stunde „Grommel“.

Tag 5:

Der Tag begann bereits um 5:00 Uhr, damit wir den Sonnenaufgang beobachten konnten. Es war sehr schön anzusehen als die Sonne die Gipfel der umliegenden Berge berührte. Danach genossen wir die Wärme der Hütte. Vormittags übten wir zunächst das Abseilen an einer kleinen Wand und anschließend an einer 30-Meter-Wand – alle landeten sicher. Um 13:00 Uhr besuchten uns Bergretter, zeigten uns ihre Arbeit, führten einen kleinen Erste-Hilfe-Kurs durch und berichteten von spannenden Einsätzen aus ihrem Alltag.

Tag 6:

Am letzten vollen Tag nutzten wir nach dem Frühstück das wunderschöne Wetter noch einmal, um zu einem wunderschönen, aber sehr kalten Bergsee zu wandern. Als wir ankamen, hatte sich zuerst keiner getraut, schwimmen zu gehen. Deshalb beschäftigten wir uns anders – wir haben zum Beispiel unsere Füße im Wasser gebadet oder sind um den See gelaufen.

Tag 7:

Der Abreisetag war – genau wie der Aufstieg – einer der längsten Tage. Zum Glück war das Wetter immer noch wunderschön, und es war viel entspannter, sodass sich der Abstieg sehr kurz anfühlte. Als wir unten ankamen, mussten wir noch auf den Bus warten und waren dann auf dem Weg nach Hause. Typisch Deutsche Bahn: Unser ICE hatte Verspätung, sodass wir gerade noch vor Mitternacht in Bremen angekommen sind.

Morgens wurden wir während der ganzen Woche mit verschiedenen Kinderliedern geweckt, frühstückten gemeinsam und planten den Tag.

Insgesamt war die Woche auf der Bremer Hütte eine wunderbare Erfahrung: nette Leute, spannende Touren und eine starke Gemeinschaft.
Alma und Jan

Bremer überzeugen bei der Norddeutschen Jugendmeisterschaft Bouldern

Mit dem Ende der Wettkampf-
saison rückt für den Leis-
tungskader der Bremer
Sektion nun das Wintertraining
in den Fokus. Bevor es jedoch in
das Training geht, stand Anfang
November noch ein wichtiger
Wettkampf auf dem Programm:
Am 1. November 2025 fand in
der Boulderbase im Tabakquartier
Bremen die Norddeutsche Jugend-
meisterschaft Bouldern statt. An
der offenen Meisterschaft nehmen
nicht nur Athlet*innen aus dem
Landesverband Nord teil, sondern
auch Teilnehmer*innen aus weiteren
Bundesländern. In diesem Jahr wa-
ren somit Athlet*innen aus Berlin,
Sachsen, Sachsen-Anhalt und Leip-
zig unter den insgesamt 111 jungen
Kletterer*innen in den Altersklassen
U13 bis U17 dabei, um die Bes-
ten im Wettbewerb zu ermitteln.



deutschen Wertung. Ebenfalls auf dem dritten Platz landete Arsenij Taranukha in der U15 männlich, während in der U17 Julius Basan den dritten Platz in der norddeutschen Wertung belegte. Nicht alle konnten sich Podiumsplätze sichern, doch alle zeigten großartige Leistungen und hatten vor allem viel Freude bei dieser Jugendmeisterschaft. Besonders deutlich wurde in diesem Jahr, wie stark das allgemeine Leistungsniveau im Jugendbereich gestiegen ist. Schon in der U13 war das Niveau hoch: Wer hier auf das Podium wollte, musste alle Finalboulder im ersten Versuch toppen, was die Stärke der jungen Athlet*innen eindrucksvoll unter Beweis stellte und vermutlich auch die Routenbauer ein Stück weit überraschte. In der U15 und U17 traten die Teilnehmer*innen in einer gemeinsamen U17+-Wertung an, wodurch sich die jüngeren Altersgruppen direkt mit älteren Athlet*innen messen mussten - und dies teilweise sehr erfolgreich.

Wie hoch die Leistungen des Bremer Leistungskaders sind, zeigt sich schon darin, dass im kommenden Jahr drei weitere Athlet*innen im Landeskader starten dürfen. Mit Merete Middeldorf, Paul Osmer und Emil Bartels wurden in diesem Jahr drei weitere Nachwuchstalente in den Landeskader Nord berufen. Damit sind nun insgesamt sechs Bremer Athlet*innen im Landeskader ver-
treten und dürfen somit an nationalen Wettkämpfen des Deutschen Alpenvereins teil-

nehmen. Während des Wettkampfs herrschte in der Boulderbase eine fantastische Atmosphäre: Das Publikum feuerte die Kletterinnen und Kletterer an, die natürlich auch von den Trainer*innen tatkräftig unterstützt wurden. Der Wettkampf war nicht nur sportlich ein Erfolg, sondern zeigte auch, wie Leistung und Begeisterung in der Kletterszene Hand in Hand gehen und dass der Klettersport durch solche Wettkämpfe immer mehr Menschen begeistert - weit über den Leistungssport hinaus.

Mit den Erfolgen bei der Norddeutschen Jugendmeisterschaft und der wachsenden Zahl an Landeskader-Athlet*innen wird deutlich: In Bremen hat sich eine lebendige, ambitionierte und zugleich gemeinschaftlich geprägte Kletterszene etabliert, die nun motiviert ins Wintertraining geht - um im kommen- den Jahr gestärkt und gut vorbereitet in die nächste Wettkampfsaison zu starten.

Johannes Wiethölter



Unsere neue Webseite

Hier informieren wir dich als Erstes über alles, was unsere Sektion bewegt.

www.alpenverein-bremen.de

- News
- Termine
- Vorträge
- Exkursionen
- Touren
- und vieles mehr



Jahresrückblick Kletterzentrum

2025 – unser Jubiläumsjahr – war gefühlt nur ein Wimpernschlag und schon wieder vorbei. Man könnte meinen, nach zähen Jahren läuft alles routiniert und es gibt kaum Neues, vielleicht sogar Zeit, mal einen Gang runterzuschalten. Weit gefehlt! Die Abläufe sind zwar gut eingespielt, das Team funktioniert wie ein Uhrwerk – es flutscht und macht Spaß. Aber Stillstand? Fehlanzeige! Fortschritt lässt sich nicht aufhalten, und so gab es auch in diesem Jahr jede Menge zu entdecken, einzuführen, zu modernisieren und zu optimieren. Wenn man 2025 mit einem Schlagwort zusammenfassen müsste, wäre es wohl das aus der Politik bekannte Buzzword: „Digitalisierung“.

Digitalisierung und Bürokratie – unser Einstieg

Los ging's mit der neuen Pflicht zur Akzeptanz und Erstellung von E-Rechnungen, die auch uns betrifft. Lieber früh handeln, als später in Hektik geraten – also haben wir das Thema direkt umgesetzt. Seitdem empfangen und versenden wir „heiter“ E-Rechnungen, soweit sie schon jemand empfangen mag. Und wenn wir schon beim Optimieren und tief in der deutschen Bürokratie graben sind, lag es nahe, gleich eine „Verfahrensdokumentation zur digitalen Belegablage und zum ersetzen Scannen“ zu erstellen. Klingt trocken? Ist es auch – staubtrocken und bürokratisch bis zum Anschlag! Kein Wunder, dass sich nur wenige kleine Unternehmen daran versuchen. Was bringt uns das Ganze? Eine vollständig digitale Buchhaltung: ohne Papier, ohne Aktenordner (für die wir ohnehin keinen Platz haben) und ohne die bisher üblichen zehn – neuerdings acht – Jahre Aufbewahrungspflicht. Politik nennt das „Entbürokratisierung“. Wir nennen es: endlich mehr Platz und weniger Papier!

Bon-Pflicht – nachhaltig gedacht

Bleiben wir kurz bei Bürokratie: Auch die Bon-

Pflicht haben wir optimiert. Niemand will den Zettel, trotzdem muss er angeboten und gedruckt werden. Ressourcenverschwendungen pur – und das bei unserem Engagement für Umwelt und eine nachhaltige Zukunft! Deshalb gibt's Bons jetzt nur noch auf Anfrage. Standardmäßig bieten wir sie per QR-Code an. Nachhaltig und praktisch.

Engagement unserer Jugend

Besonders beeindruckt hat uns wieder das Engagement unserer Jugend: Im Februar haben sie sich für Demokratiebildung stark gemacht und in Kooperation mit dem Jugendring eine U18-Bundestagswahl bei uns durchgeführt. Das Kletterzentrum war offizielles U18-Wahllokal in Bremen – großartig!

Ehrenamt im Alpinum

Am anderen Ende des Altersspektrums engagierten sich Ehrenamtliche für unser Alpinum, die alpine Pflanzenwelt auf unserem Außengelände. Eine neue Gruppe kümmert sich mit viel Elan um Pflege und Ausbau. Ein herzliches Dankeschön dafür!

Sanierung und neue Routen

Im April wurde unsere Außenkletterwand teilweise saniert. Wir mussten Gewährleistungsansprüche wegen mangelhafter Wandplatten geltend machen und haben gleichzeitig stark verwitterte Bereiche auf eigene Kosten erneuert. Zehn Jahre hinterlassen Spuren – jetzt erstrahlt die Wand wieder und wurde 2025 mit so vielen Routen wie nie zuvor bestückt.

Betriebsleitungstreffen

Ein Highlight: das jährliche Treffen der norddeutschen DAV-Betriebsleitungen – diesmal bei uns in Bremen. Eigentlich war Oldenburg eingeplant, aber dank guter Kontakte zur hkk Krankenkasse konnten wir eine Gesundheitspräventionsmaßnahme mit einem Unternehmenscoach anbieten. Thema: gesundes



und stressfreies Arbeiten und Anleiten. Im Frühjahr wird dann der Termin in Oldenburg nachgeholt. Auch wegen der Sauna dort, hier lässt sich bestimmt besonders gut über neue Kursformate philosophieren ;-). Tipp: Wer Lust hat, mal eine andere Halle kennenzulernen, sollte hier vorbeischauen. Unsere Nachbarn machen ein gutes Klettern+Sauna Angebot.

Teamwork und Sicherheitskultur

Apropos Team: Es läuft! Die Betriebsleitung schaut von der Empore und entdeckt eine Seilschaft, die dringend einen Sicherheitshinweis braucht. Doch bevor sie eingreifen kann, ist schon ein Trainer zur Stelle. Das nennt man „Fehleransprache“ – nicht immer leicht, aber für unsere gelebte Sicherheitskultur extrem wichtig. Und sie funktioniert. Dank unseres Teams. Merci!

Weitere Highlights

Natürlich gab es auch wieder unsere Vereinsmeisterschaft, die Deutschen Aktionstage Nachhaltigkeit mit Mitmachprogramm, eine Fortbildung für unser Routenbau-Team und die Trainer*innen von #KletternOhneGrenzen zum Thema inklusiver Routenbau sowie das Treffen der norddeutschen DAV-Klimakoordinatorinnen.

Zum Zeitpunkt, zu dem dieser Rückblick entsteht, hat unsere 10-Jahres-Feier des Kletterzentrums noch nicht stattgefunden. Hier freuen wir uns auf einen gemütlichen Abend

zusammen mit Stammkund*innen und Team bei Feuerzangenbowle, Winter-Cocktails, festlicher Beleuchtung und Stirnlampenklettern. Ihr werdet es erlebt haben.

Digitalisierung – die zweite Runde

Zum Jahresende ging's erneut um Digitalisierung: Seit zwei Jahren führen wir für jedes Mitglied drei Euro an den Bundesverband für den Digitalausbau ab. Das Projekt ist leider gründlich gescheitert – Details würden hier den Rahmen sprengen. Trotzdem gibt es einige Errungenschaften, die wir nun nutzen: Seit September arbeitet die Sektion mit Microsoft 365, inklusive kompletter Mail-Infrastruktur. Außerdem gibt's neue Webseiten für die Sektion, das Kletterzentrum und unsere Bremer Hütte. Schaut vorbei: www.alpenverein-bremen.de.

Online-Kursbuchung

Zum Abschluss: Unsere neue Online-Kursbuchung. Bisher liefen analoge Papierlisten zuverlässig, aber Interessenten mussten anrufen, freie Plätze erfragen und Geld überweisen. Jetzt geht's direkt online – Kurs auswählen, bezahlen, fertig. Klingt gut, oder? In der Praxis steckt das System noch in den Kinderschuhen und kostet Nerven. Zufriedenheit sieht anders aus, aber wir bleiben dran. Am Ende kann's nur besser werden.

Und das sind doch perfekte Schlussworte! ;-) Jonas Loss, Betriebsleiter



BREMER SKI-CLUB e.V.

Liebe Mitglieder des Bremer Alpenvereins,

der Bremer Ski-Club bietet wieder über 40 Winterfahrten in den Disziplinen Alpin, Langlauf, Snowboard, Skitouren, Winterwandern an für Erwachsene, junge Leute, Jugendliche, Kinder oder Familien. Von Anfang Januar bis Anfang März gibt es Tagesfahrten in den Harz zum Langlauf und Wandern. Näheres zu Winter- und Harzfahrten oder zum Kinderskirennen Harzer Zwergen Cup ist auf der BSC-Website www.bremer-ski-club.de zu finden.

Dort gibt es auch Informationen zum täglichen Sportprogramm, zu Tageswanderungen oder zu Wanderwochen außerhalb des Winterprogramms. Gerne informiert Sie die BSC-Geschäftsstelle unter Tel. 0421 - 736 10 (Di + Do, 15-19 Uhr und Mi., 9-13 Uhr).

Der Bremer Ski-Club wünscht eine schöne Winterzeit.

Inja, Jugendleiterin in der JDAV

Hallo!

Ich bin Inja Bromisch und seit 2 Jahren Jugendleiterin in der JDAV. Wenn ich nicht selbst in den Bergen bin, studiere ich sie in meinem Geowissenschaft-Studium an der Uni Bremen.

Seit Kurzem bin ich nun auch die neue Beauftragte für die Prävention sexualisierter Gewalt (PSG) in unserer Sektion Bremen.

Mir ist wichtig, dass sich alle – vor allem Kinder und Jugendliche – bei uns sicher und gut aufgehoben fühlen.

Ich freue mich, euch gemeinsam mit Daniel Stickan als Ansprechperson für Fragen oder Anliegen zur Verfügung zu stehen.



▲ JDAV Bremen

Du bist gerne draußen, suchst das Abenteuer und willst dich herausfordern? Dann bist du in der Jugend des Deutschen Alpenvereins genau richtig! Bei uns können Kinder ab acht Jahren unter Aufsicht unserer Jugendleiter*innen einmal wöchentlich in Jugendgruppen im Kletterzentrum klettern, aber auch auf abenteuerlichen Ausfahrten neue Freunde finden und die Natur kennenlernen.

Es ist egal, ob du noch nie geklettert bist, wieder damit anfängst oder schon wie ein Profi kletterst. Wir klettern viel, aber wir machen auch viele andere Sachen. Bei uns sind alle willkommen! Zusammen wollen wir Erfahrungen machen und eine tolle Zeit miteinander verbringen.

Termine: Alle Gruppen treffen sich wöchentlich im Unterwegs DAV Kletterzentrum.

Mo 16:30 - 18:15

Mo 18:00 - 20:00

Mo 19:00 - 21:00

Di 16:30 - 18:00

Di 17:45 - 19:45

Mi 16:30 - 18:30

Mi 18:30 - 20:30

Do 16:30 - 18:00

Do 18:00 - 20:00

Kontakt zu Jugendgruppen:

jugendgruppen-jdav@alpenverein-bremen.de

Allgemeiner Kontakt: jdav@alpenverein-bremen.de

Alpingruppe ab 16 Jahre:

Wir treffen uns alle zwei bis drei Wochen im Kletterzentrum für Theorie- und Praxisübungen und versuchen, so oft es geht, raus in die Berge zu kommen. Bei Interesse meldet euch über alpin.gruppe@alpenverein-bremen.de.

www.alpenverein-bremen.de/jugend





▲ #KletternOhneGrenzen

Nicht alle Menschen sind gleich - und das ist gut so! Gleich viel Spaß am Klettern können aber alle haben. Daher haben wir ein Team, das Menschen mit Beeinträchtigung beim Klettern unterstützt. Ob körperliche oder geistige Beeinträchtigung, wir unterstützen alle mit inklusivem Ansatz, die an die Kletterwand wollen. Dabei kannst du dich ganz sicher fühlen, wir führen dich nach deinen Wünschen und Bedürfnissen an das Klettern heran. Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich:

kletterohnegrenzen@kletterzentrum-bremen.de

Wöchentlich donnerstags von 17 bis 19 Uhr

▲ Klettergruppe

Jeden 1. Mittwoch im Monat treffen wir uns um 20:00 Uhr. Im Kletterzentrum trainieren wir zu wechselnden Terminen. Neue Mitglieder sind herzlich willkommen!

Ansprechpartner: Rainer Mahlstedt,
Rainer Mahlstedt, Nordstraße 1, Stuhr,
Tel. 0421 89 54 07 privat
0421 800 69 12 tagsüber
Torsten Möllenbergs, Undelohner Straße 48,
Bremen, Tel. 0421 467 62 14
Ute Sonnenkalb, Tel. 0421 783 92

▲ Klettern am Donnerstag

Wir klettern am Donnerstag (mindestens) zwischen 19:00 und 21:00 Uhr im Kletterzentrum. Dabei ist jeder in seinen eigenen Routen und Schwierigkeitsgraden unterwegs. Danach schnacken wir meist noch im Bistro. Neue Kletter*innen, die mindestens die Sicherungs- und Einbindetechnik beherrschen, sind herzlich willkommen.

Ansprechpartner:

Nils Schwan, Tel. 0171 847 60 40,
nif_schwan@yahoo.de

▲ Klettergruppe 50 Plus

In unserer Gruppe ist von »blutigen« Anfänger*innen bis zu »verdienten« Gipfelstürmer*innen alles vertreten. Und so schwitzen wir uns gemeinsam durch die immer neuen Routen im Kletterzentrum, geben uns Tipps, unterstützen uns gegenseitig, feuern uns an und schnacken auch gerne mal. Neue »Alte« sind herzlich willkommen!

Treffen: Jeden Dienstag und Freitag ab 10:00 bis (mindestens) 12:00 Uhr

Voraussetzung: Beherrschung der Sicherungs- und Einbindetechnik, *innen haben die Möglichkeit, die notwendige Qualifikation in einem 2x dreistündigen Einstiegskurs zu erlernen.

Ansprechpartner*innen:

Klaus Kasimirs, Tel. 04203. 33 41

Mail: kkasimirs@gmail.com

Angelika Ohl, Tel. 0160. 810 13 20

Mail: angelika-ohl@t-online.de

Beate Helms, Tel. 0177. 263 97 80

Mail: beatehelms@online.de



▲ Familienklettergruppe

Unsere festen Familien-Klettergruppen treffen sich jeden Freitag im Kletterzentrum Bremen. Plätze für neue Familien in den Freitag-Gruppen werden leider nur unregelmäßig frei. Bei Interesse meldet euch gerne bei den Gruppenleitungen. Sobald die Kinder flügge werden, besteht die Möglichkeit zum Wechseln in die Jugendgruppen. Es werden immer wieder Erwachsene gesucht, die sich für die Leitung von Familiengruppen ausbilden lassen möchten..

Familienklettergruppe I

Ansprechpartnerin: Hanna Lührs

Tel. 0176 25 18 83 14

Familienklettergruppe II

Ansprechpartner: Pavel Schilinsky,

Tel. 0176 78 00 54 53

▲ Familiengruppe Outdoor

Mit Kind, Kegel und Eltern wollen wir raus in die Natur, zu Fuß, per Fahrrad, per Kanu, in den Kletterwald, an die Kletterwand, ins Moor, an den See oder auch zum Skifahren nach Bispingen. Unterschiedliche Aktivitäten entstehen im Mit- und Zusammenwirken aller, die Lust haben mitzukommen, begleitet von Familiengruppenleiter*innen. Mal eintägig, mal mehrtägig, mal vor Ort, mal in weiterer Entfernung von Bremen, aber immer: Die Familie ist dabei eine selbstständige Einheit, die Eltern bleiben in der Verantwortung für ihre Kids. Ggf. sind die spezifischen Voraussetzungen der jeweiligen Aktivitäten zu erfüllen: Zum Klettern müssen die Eltern Sicherungstechniken beherrschen (mind. Toprope-Schein), zum Kanufahren ist das Seepferdchen bei allen Pflicht, etc.. Die aktuelle Liste der Angebote und Aktivitäten sowie die Anmeldemöglichkeiten finden sich unter www.alpenverein-bremen.de/gruppen/familien-gruppen/.

Kontakt über:

familien.outdoor@alpenverein-bremen.de



▲ MTB-GRUPPE

Ob Ihr gerade erst einsteigt oder schon Alpencross gefahren seid – in dieser Gruppe sollen sich alle begeisterten Mountainbiker*innen gut aufgehoben fühlen. Wir freuen uns über jeden neuen Kontakt!

Es werden geführte Touren in unterschiedlichen Niveaus angeboten – schaut doch mal auf der Internetseite unter „Kurse und Touren“!

Darüber hinaus organisieren wir selbst kleine und größere Fahrten: von der kleinen Runde nach Syke oder Schwanewede bis zu Tagestouren in die Harburger Berge. Wer spontan fahren möchte, stellt eine Nachricht in die Gruppe.

Ansprechpartner: Andreas Hering, Trainer C Mountainbike Guide
mtb@alpenverein-bremen.de



Wandergruppe Delmenhorst Januar - April

▲ Wandergruppe Delmenhorst

Hinweis: Anmeldungen für die Wanderungen bitte bis zum angegebenen Termin bei der jeweiligen Wanderleitung. Witterungsbedingte Änderungen möglich.

Sonntag, 11.01.2026

Von Wildeshausen entlang der Flachsäke

Wanderstrecke etwa 14 km. Treffpunkt: 9:30 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. Mitfahrt im PKW: 4,50 €. In Fahrgemeinschaften geht es nach Wildeshausen. Hier beginnt unsere Wanderung entlang der ursprünglichen Flachsäke. Über den Katenbäker Berg geht es nach Wildeshausen zurück. Tagesverpflegung aus dem Rucksack. Nach der Wanderung ist eine Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen vorgesehen.

Anmeldung bei Horst Döge, Tel. 04221.70173, bis zum 07.01.2026.

Sonntag, 25.01.2026

Von Twistringen zur Hünenburg

In Fahrgemeinschaften geht es zum Schwimmpark in Twistringen. Von dort wandern wir zur Hünenburg und zum Ort Stelle. Wanderstrecke etwa 12 km. Mitfahrt im PKW: 5,00 €. Treffpunkt: 09:30 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. Nach der Wanderung ist eine Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen geplant. Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574 bis zum 21.01.2026.

Sonntag, 08.02.2026

Von Schierbrook nach Hude

Wanderstrecke etwa 14 km. Treffpunkt: 9:30 Uhr im Delmenhorster Bahnhof. Mit der Bahn geht es nach Schierbrook. Dort beginnt unsere Wanderung durch den Stenumer Wald und Hasbruch nach Hude. Von Hude geht es mit der Bahn nach Delmenhorst zurück. Verpflegung aus dem Rucksack. Am Ende der Wanderung ist eine Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen vorgesehen.

Anmeldung bei Horst Döge, Tel. 04221.70173, bis 04.02.2026.

Samstag, 21.02.2026

Von Huntlosen entlang der Hunte

Wir fahren nach Huntlosen / Sannum und wandern von dort die Hunte entlang durch das Barneführer Holz. Wanderstrecke etwa 14 km. Mitfahrt im PKW: 4,50 €. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf den Graftwiesen. Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen nach der Wanderung.

Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574 bis zum 18.02.2026.

Sonntag, 08.03.2026

Auf den Spuren des Gesseler Goldhort

Wanderstrecke etwa 13 km. Treffpunkt: 9:00 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. In Fahrgemeinschaften geht es nach Syke. Mitfahrt im PKW: 4,50 €. Dort beginnt die Wanderung durch das Friedeholz nach Barrien und über Gessel nach Syke zurück. Rucksackverpfle-

gung. Nach der Wanderung ist eine Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen geplant. Anmeldung bei Horst Döge, Tel. 04221.70173, bis zum 04.03.2026.

Samstag, 21.03.2026

Durch das Waldgebiet Hemmelsholz

Wir starten in der Nähe von Wüsting und wandern durch das Hemmelsholz. Länge der Wanderung etwa 14 km. Mitfahrt im PKW: 4,00 €. Treffpunkt: 09:00 Uhr auf den Graftwiesen. Eine Einkehr nach der Wanderung zu Kaffee / Tee und Kuchen ist vorgesehen.

Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574 bis zum 18.03.2026.

Sonntag, 12.04.2026

Von Colnrade beiderseits der Hunte

Von Colnrade aus wandern wir beiderseits der Hunte. Wanderstrecke etwa 15 km. Mitfahrt im PKW: 5,00 €. Treffpunkt: 09:00 Uhr auf dem Hans-Böckler-Platz. Nach der Wanderung kehren wir ein zu Kaffee / Tee und Kuchen.

Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574 bis zum 08.04.2026.

Samstag, 25.04.2026

Entlang der Wümme nach Sottrum

Wanderstrecke etwa 14 km. Treffpunkt: 09:10 Uhr im Delmenhorster Bahnhof. Mit der Bahn geht es nach Bremen und weiter mit dem Metronom zum Bahnhof Ottersberg. Von dort startet die Wanderung entlang der Wümme und durch die Everinghauser Wanderdünen bis nach Sottrum. Tagesverpflegung aus dem Rucksack. Am Schluss der Wanderung ist eine Einkehr zu Kaffee / Tee und Kuchen geplant. Anmeldung bei: Horst Döge, Tel. 04221.70173, bis zum 22.04.2026.

Vorschau: Wandertage im Süntel

Vom 08.05. - 11.05.2026 fahren wir mit eigenen Fahrzeugen in Fahrgemeinschaften nach Rohrdental am Süntel, übernachten dort im Hotel und unternehmen vier Wanderungen mit einer Länge von 11 km bis etwa 14 km. Wir wandern u.a. zum Hohenstein und zu den Langenfelder Wasserfällen. Gruppenleitung und Anmeldung bei Tilo Böttcher, Tel. 04221.925574.

Der DAV Bremen unterstützt die Sachspendenaktion des Vereins für Innere Mission zur Versorgung obdachloser Menschen in der kalten Jahreszeit.

Gesucht werden: sehr gut erhaltene Winterschuhe, Isomatten, Schlafsäcke, Mützen, Schals, Handschuhe, warme und regenfeste Kleidung, sowie Funktionsunterwäsche. Die Abgabe kann **bis zum 26.01.26 im Kletterzentrum** erfolgen.

**Das lässt uns
nicht kalt!**

Verein für
Innere Mission
in Bremen

DAV
Bremen



1. Vorsitzender
 2. Vorsitzender
 Schatzmeister
 Jugendreferent
 Hüttenreferent Bremer Hütte
 Hüttenreferent Nauderer Hütte
 Ausbildungsreferentin
 Vorträge
 Naturschutzreferent
 Inklusionsbeauftragter
 Familienreferent
 Leistungssportreferent
 Klimakoordinator
 Wegebaureferent
 PSG-Beauftragte:

Dieter Mörk
 Holger Stolle
 Nic Hastedt
 Jochen Weiner
 Frank Schröder
 Dr. Manfred Gangkofer
 Karen Schulz-Kiske
 Angela Kessemeier und Benjamin Krause
 Dr. Manfred Gangkofer
 Marcus Wehner
 Pavel Schilinsky
 Johannes Wiethöltner
 n.n.
 Christian Katilein
 Inja Bromisch und Daniel Stickan

Geschäftsstelle & Bücherei
 Telefon
 E-Mail
 Homepage
 Öffnungszeiten Geschäftsstelle
 Öffnungszeiten Bücherei
 Leitung
 Bücherei
 Buchhaltung
 Oldenburgische Landesbank

Robert-Hooke-Straße 19, 28359 Bremen
 0421 . 724 84
 geschaeftsstelle@alpenverein-bremen.de
 www.alpenverein-bremen.de
 Di. 10:00 - 12:00 Uhr, Do. 15:00 - 19:00 Uhr
 Do. 15:00 - 19:00 Uhr
 Petra Hallenkamp
 Kerstin Kauf
 Annette Deuerlich
 DE04 2802 0050 4662 0712 00

Unterwegs - DAV Kletterzentrum
 Telefon
 E-Mail
 Homepage

Robert-Hooke-Straße 19, 28359 Bremen
 0421 . 51 42 90 53 (10:00 - 22:30 Uhr)
 hallo@kletterzentrum-bremen.de
 www.kletterzentrum-bremen.de

Impressum
 Verleger und Herausgeber
 Redaktion
 Druck
 Anzeigen
 Auflage
 Bezugspreis
 Titel Foto
 Layout-Umsetzung

Sektion Bremen des Deutschen Alpenvereins e.V.
 Petra Hallenkamp, Kerstin Kauf, Reimar Symmann
 redaktion@alpenverein-bremen.de
 dieUmweltDruckerei GmbH, Lindenallee 3a, 29393 Groß Oesingen
 werbung@alpenverein-bremen.de
 4000 Exemplare
 Im Mitgliedsbeitrag enthalten
 Daniel Stickan
 Stevie Schulze, www.stv-grafik.de

Wir freuen uns auf eure Beiträge an redaktion@alpenverein-bremen.de. Bilder bitte in hoher Auflösung senden.
 Bei eingereichten Bildern setzen wir das eingeholte Einverständnis der abgebildeten Personen voraus. Für natürliche gekennzeichnete Beiträge ist der jeweilige Verfasser verantwortlich. Mit vollem Namen gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Schriftleitung und des Vorstandes dar. Die Redaktion behält sich vor, die Texte redaktionell zu bearbeiten und zu kürzen.

Redaktionsschluss für das nächste BREMEN ALPIN ist der 15.03.2026
Die nächste Ausgabe erscheint Mai 2026



UNTERWEGS
 Spezialist für Reiseausrüstung

www.unterwegs.biz

2x in Bremen!

Unterwegs Bremen

Domshof 14-15

28195 Bremen

Telefon: 0421 - 3365523



Unterwegs Outlet Bremen

Violenstraße 42

28195 Bremen

Telefon: 0421 - 2442100

... auch online: www.unterwegs.biz

Freizeit
Biking
Outdoor
Trekking
Bergsport



Verpackung

www.natureOffice.com/DE-275-LQB74J8

klimaneutral
durch CO₂-Ausgleich