



Deutscher Alpenverein
Sektion Suhl



1/2026

bergauf

VERANSTALTUNGEN

TOURENBERICHTE

INFORMATIONEN

Mitteilungen der Sektion Suhl des Deutschen Alpenvereins e.V.

www.alpenverein-suhl.de

LUCK // OBERHOF



MOUNTAINBIKETOUREN

LANGLAUF-SKISCHULE
(365 Tage)

GÄSTEBIATHLON

KLETTERKURSE

BIKEVERLEIH

Mitglieder des DAV Suhl erhalten nach
Registrierung als Kunde bei Sport Luck Oberhof
und gegen Vorlage ihres Mitgliedsausweises beim
Einkauf in unserem Geschäft 5% Rabatt

#365tagebewegung

www.sportluck.de | www.sportluck24.de
event@sportluck.de | Telefon: 03 68 42 / 5 39 94 37

- wir haben täglich für dich geöffnet -

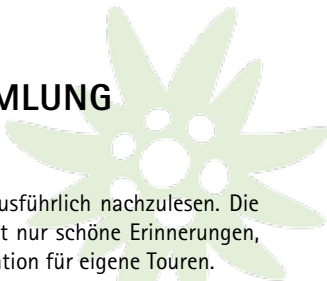
Inhaltsübersicht	1
Aktueller Mitgliederstand	1
Auswertung der Mitgliederversammlung und Jugendvollversammlung 2026	2
Informationen der Schatzmeisterin	3
Sektionswechsel	3
Neue Bankverbindung, Adresse, Telefon-Nr. oder E-Mail-Adresse?	4
Ermäßigungen können auf Antrag gewährt werden	4
Panoramaheft auch digital	4
Der digitale Mitgliedsausweis	5
Veranstaltungsplan 2026	6
Wöchentlicher Klettertreff für die Kinder und Jugendlichen der Sektion	8
Wöchentlicher Klettertreff für Erwachsene der Sektion	8
Workshop Mountainbike-Pannenhilfe – Gut vorbereitet in die neue Radsaison	9
Krisenintervention im Bergsport – ein kompakter Überblick	10
Versicherungsschutz für DAV-Mitglieder bei alpinen Aktivitäten	11
Ein Beitrag zum Klimaschutz: Aktion „Freie Nacht fürs Klima“	13
Filmankündigung – Das nomadische Gen	14
Tourenberichte 2025/26	17
Herbstferien im Alpenbergdorf Balderschwang im Allgäu	17
Outdoor Erste-Hilfe-Kurs am Salzberg bei Goldlauter	21
Neue Mitglieder	24
Wir gratulieren den Jubilaren	24
Die mediale Präsenz unserer Sektion ist vielfältig	25

Der Verein dankt den Inserenten für ihre Unterstützung. Wir würden uns freuen, wenn Ihr bei Euren Einkäufen auch unsere Inserenten unterstützt.

Mitglieder des DAV Suhl erhalten nach Registrierung als Kunde bei Sport Luck Oberhof (Registrierung vor Ort beim Einkauf möglich) und gegen Vorlage ihres Mitgliedsausweises beim Einkauf im Geschäft 5 % Rabatt.

AKTUELLER MITGLIEDERSTAND IM MÄRZ 2026: 939

AUSWERTUNG DER MITGLIEDERVERSAMMLUNG UND JUGENDVOLLVERSAMMLUNG 2026



Am 5. März 2026 fand die ordentliche Mitgliederversammlung unserer Sektion statt. Insgesamt 22 Mitglieder nahmen teil und blickten gemeinsam auf das Vereinsjahr 2025 zurück. Für alle, die nicht dabei sein konnten, folgt hier ein Überblick über wichtige Themen, Entwicklungen und Aktivitäten.

Ein Herzstück unseres Vereins bleibt weiterhin die Kletter- und Boulderwand. Sie wird regelmäßig und intensiv genutzt: Besonders die Kinder- und Jugendgruppen trainieren hier wöchentlich. Darüber hinaus gibt es offene Kletter- und Boulderzeiten für Erwachsene – dienstags von 17.30 bis 19.00 Uhr (Bouldern) sowie mittwochs von 19.00 bis 21.00 Uhr (Klettern und Bouldern). Diese Angebote werden gut angenommen und sind für viele Mitglieder ein fester Termin in der Woche.

Auch in der Jugendarbeit war wieder viel Bewegung. Zu Beginn des Jahres fand die Jugendvollversammlung statt, an der 22 Kinder und Jugendliche teilnahmen. Dabei wurde der Jugendreferent bestätigt, ein Jugendausschuss gewählt sowie vier Delegierte bestimmt, die unsere Sektion bei der Landesjugendversammlung vertreten. Die engagierten Betreuerinnen und Betreuer haben im vergangenen Jahr ein abwechslungsreiches Programm gestaltet: Neben den regelmäßigen Trainings gab es eine Mountainbike-Rennsteig-Tour, eine Kletterfahrt in die Sächsische Schweiz, Ausflüge zu den Kletterfelsen am Ratssteinbruch und am Schneekopf sowie ein herbstliches Outdoorwochenende im Waldfrieden. Auch auf Landesebene brachten sich Jugendliche unserer Sektion aktiv ein und nahmen am Landesjugentreffen mit vielen erlebnisreichen Outdooraktivitäten teil.

Viele weitere Unternehmungen in den Bergen und in der Natur – von Wanderungen bis zu gemeinsamen Klettertouren – sind im aktu-

ellen Sektionsheft ausführlich nachzulesen. Die Berichte bieten nicht nur schöne Erinnerungen, sondern auch Inspiration für eigene Touren.

Hinter vielen Aktivitäten steht eine funktionierende Organisation. Eine wichtige Rolle spielt dabei unsere Geschäftsstelle, die eine tragende Säule für die Koordination von Vereins- und Mitgliederangelegenheiten darstellt. Im Jahr 2025 wurde die Arbeit allerdings durch einen Wasserschaden sowie anschließende umfangreiche Sanierungsarbeiten am Gebäude erschwert. Umso mehr ist allen Beteiligten zu danken, die den Betrieb dennoch aufrechterhalten haben.

Auch die Zusammenarbeit mit anderen Partnern entwickelt sich weiter. So bestehen gute Kontakte zu Schulen und zum Suhler Sportbund, beispielsweise durch ein Projekt mit einer Sportklasse des Gymnasiums. Darüber hinaus wurde als Natursportverein der Austausch mit der Forstbehörde intensiviert. Gemeinsam mit dem Forstamt und tatkräftiger Unterstützung von Mitgliedern konnte im Berichtsjahr die Zugewegung zu den Kletterfelsen „Zwölf Apostel“ instandgesetzt werden.

Unser Verein ist zudem gut auf Landes- und Bundesebene vernetzt. Im vergangenen Jahr war unsere Sektion Gastgeber des Sektionstags NordOst, bei dem unter anderem Vorabstimmungen für die Jahreshauptversammlung des Bundesverbandes stattfanden. Themen wie Klimaschutz und Digitalisierung werden uns auch künftig beschäftigen. So wird beispielsweise der Mitgliedsausweis perspektivisch nur noch digital verfügbar sein. Außerdem werden verbandsweit IT-Strukturen modernisiert, was langfristig auch Auswirkungen auf die Finanzierung im Verband haben wird.

Die Mitgliederversammlung selbst bestätigte außerdem mehrere Beschlüsse einstimmig: Der Vorstand wurde für das Geschäftsjahr 2025 ent-

lastet, die Mitgliedsbeiträge und Aufnahmegebühren bleiben zunächst unverändert und auch die Verteilung der Hüttenumlage wurde wie bisher beschlossen. Die Mittel kommen weiterhin zu gleichen Teilen der „Weidmannsruh“-Hütte der Sektion Beckum an der Ebertswiese sowie der „Neuen Thüringer Hütte“ in den Hohen Tauern zugute.

Beliebt bleiben auch unsere gemeinschaftlichen Veranstaltungen. Besonders die Bilderschaufen im Herbst sowie die Weihnachtsfeier mit zahlreichen kulturellen Beiträgen der Kinder und Jugendlichen gehören zu den Höhepunkten des Vereinsjahres.

Nicht zuletzt sorgt eine engagierte Medienarbeit dafür, dass das Vereinsleben sichtbar bleibt:

Das Sektionsheft erscheint zweimal jährlich, die Website wird aktuell gehalten und auch über Instagram werden Einblicke in Aktivitäten und Veranstaltungen gegeben.

Zum Abschluss der Versammlung galt ein herzlicher Dank allen ehrenamtlich Aktiven im Verein. Ihr Engagement – ob in der Jugendarbeit, bei Touren, Veranstaltungen oder in organisatorischen Aufgaben – ist die Grundlage für ein lebendiges Vereinsleben. Gleichzeitig bleibt die Einladung an alle Mitglieder bestehen, sich einzubringen und den Verein mit eigenen Ideen und Engagement weiter mitzugestalten.

Uli Triebel

INFORMATIONEN DER SCHATZMEISTERIN, es lohnt sich



Geld für die Vereinsarbeit

Habt Ihr Euch eigentlich schon mal gefragt, wo das Geld für unsere Vereinsarbeit herkommt?

Von Eurem Mitgliedsbeitrag bleibt leider nur ein geringer Anteil bei uns.

Zum Beispiel bekommen wir Geld vom Landessportbund (LSB). Ein Teil dieser Zuwendung errechnet sich aus unserer Mitgliederzahl, ein anderer aus der Anzahl von Übungsleiterlizenzen, die Vereinsmitglieder besitzen, vorausgesetzt wir

wissen davon und können diese beim LSB bekannt geben.

Wer von Euch hat eine solche gültige Lizenz, von der wir noch nichts wissen (egal in welcher Sportart)?

Bitte meldet Euch in der Geschäftsstelle bei Heidi Wolfram, wenn Ihr uns Eure Lizenz zur Verfügung stellen wollt, gerne auch per E-Mail.

Sektionswechsel

Wechselwillige Mitglieder müssen bei uns spätestens zum 30.09. des Jahres kündigen mit dem Hinweis auf Sektionswechsel. Daraufhin erhaltet Ihr mit dem Kündigungsschreiben eine Bescheinigung über Euren Zeitraum der Mitgliedschaft.

Man kann auch unterjährig wechseln, behält aber den Ausweis unserer Sektion und kann, wenn die Kündigungsbestätigung unserer Sek-

tion vorliegt, schon kostenloses C-Mitglied in der neuen Sektion werden.

Der Vorteil, der sich daraus ergibt: Es wird keine Aufnahmegebühr in der neuen Sektion fällig. Es muss kein neuer Ausweis ausgestellt werden und Ihr genießt die Vorteile einer Mitgliedschaft in beiden Sektionen.

Neue Bankverbindung, Adresse, Telefon-Nr. oder E-Mail-Adresse?

Dann bitte umgehend an uns melden. Nur wenn wir aktuelle Kontaktdaten von Euch haben, können wir wichtige und/oder interessante Informationen z. B. über aktuelle Veranstaltungen an Euch weiterleiten.

Euer neuer Mitgliedsausweis, das „Panorama“ und unser schönes „Bergauf“ erreichen Euch nur, wenn wir Eure aktuelle Adresse haben.

Im Internet-Zeitalter informieren oder erinnern wir gerne kurzfristig zu Veranstaltungen über einen E-Mail-Verteiler.

Nicht bekommen?

Dann haben wir keine aktuelle E-Mail-Adresse von Euch. Schickt uns einen kurzen Gruß in die Geschäftsstelle und schon seid Ihr dabei (info@alpenverein-suhl.de).

Folgende **ERMÄSSIGUNGEN** können auf Antrag gewährt werden (geht nicht automatisch):

Dazu gilt für alle unten stehenden Kategorien, dass **bis Mitte November 2026** die erforderliche Bescheinigung oder ein formloser Antrag in der Geschäftsstelle vorliegen muss.

Junioren ab 18 Jahre können bei Vorlage einer aktuellen Schul- oder Studienbescheinigung eine Ermäßigung erhalten. Diese muss **jährlich aktualisiert** werden.

Mitglieder ab dem 71. Lebensjahr können einen Antrag auf dauerhafte B-Mitgliedschaft stellen. Dieser Antrag braucht nur **einmalig gestellt** werden.

Panoramaheft auch digital

Alle A-Mitglieder, Junioren, Senioren, Schwerbehinderte, Mitglieder der Bergwacht sowie Kinder/Jugendliche im Rahmen einer Einzelmitgliedschaft haben Anspruch auf das „Panorama“ in gedruckter Form.

Neu ist jetzt, dass **alle anderen Kategorien das Panoramaheft digital beziehen können**. Voraussetzung ist eine gültige E-Mail-Adresse und der Vermerk über den digitalen Bezug in unserem Mitgliederverwaltungsprogramm.

Besserstellungsgebot

Wenn ein Partnermitglied einen Ermäßigungsgrund (Schwerbehinderung ab 50 %, Junior, Senior, Mitglied Bergwacht) aufweist, können **beide auf Antrag als ermäßigt** eingestuft werden.

Bei den Ermäßigungsgründen **Junior** ist dieser Antrag **jährlich neu** zu stellen. Bei **Senior und unbefristeter Schwerbehinderung** reicht ein **einmaliger Antrag**.

Wer daran Interesse hat, schreibt eine E-Mail an die Geschäftsstelle (info@alpenverein-suhl.de).

Eure Schatzmeisterin Karin Rennert



DER DIGITALE MITGLIEDSAUSWEIS

Der DAV-Mitgliedsausweis lässt sich heute einfach digital auf dem Smartphone speichern – so ist er auch auf der Hütte oder im Ausland immer griffbereit, selbst wenn der gedruckte Ausweis zuhause liegt.

Warum ein digitaler Mitgliedsausweis?

- Er funktioniert wie der gedruckte: Gilt für Hüttenrabatte, Versicherungsnachweis und mehr
- Als PDF speicherbar, per E-Mail teilbar oder ausdrückbar
- Immer gültig nur mit Lichtbildausweis (Personalausweis/Reisepass)

Schritt 1: Zugang zu „mein.alpenverein.de“

Damit der Ausweis digital geladen werden kann, braucht es ein persönliches Mitgliedskonto.

1. Gehe auf mein.alpenverein.de im Browser
2. Klick auf „Registrieren“
3. Bereite vor: DAV-Mitgliedsnummer und IBAN (aus Beitrag)
4. Registrierungs-Mail bestätigen und Passwort festlegen
5. Log dich ein mit E-Mail/Mitgliedsnummer + Passwort

Schritt 2: Digitalen Ausweis als PDF abrufen

Nach erfolgreichem Login kann der Mitgliedsausweis direkt heruntergeladen werden.

1. Klick auf „Digitaler Mitgliedsausweis“ auf der Startseite
2. Zeig deinen Ausweis an (bei Familie auch für Angehörige)
3. Lade als PDF runter und speichere es
4. Check deine E-Mail: PDF kommt als Anhang automatisch

Schon zeigbar auf dem Handy-Bildschirm in der Hütte!



Schritt 3: Ausweis dauerhaft auf dem Handy sichern

Damit der Ausweis auch ohne Netzempfang verfügbar ist, sollte das PDF lokal auf dem Smartphone gesichert werden.

1. Speichern aus der E-Mail:
 - a. Die E-Mail mit dem Anhang „digitaler Mitgliedsausweis“ auf dem Smartphone öffnen
 - b. Anhang herunterladen und z. B. im Ordner „Dokumente“ oder „Downloads“ speichern
2. Alternativ direkt aus dem Browser:
 - a. Nach dem Download über mein.alpenverein.de die PDF-Datei auf dem Telefon abspeichern
3. Leichter Zugriff im Alltag:
 - a. PDF in einer gut erreichbaren App ablegen (z. B. Dateien-App, „Dokumente“, „Drive“ mit Offline-Speicherung)
 - b. Optional eine Verknüpfung auf dem Startbildschirm anlegen, damit der Ausweis mit einem Fingertipp geöffnet werden kann.

Hinweis: In manchen Hütten wird der QR-Code des digitalen Ausweises gescannt. Wenn Schutzfolien oder dunkle Displays Probleme bereiten, hilft oft Querformat und maximale Display-Helligkeit – zur Not kann die Mitgliedsnummer auch manuell eingegeben werden.

VERANSTALTUNGSPLAN 2026

Bitte meldet Euch bei den genannten Veranstaltungen an, wenn Ihr an den Veranstaltungen teilnehmen wollt.

JANUAR Winterwanderung

Wann: 17. Januar, 10 Uhr

Wohin: Großer Hermannsberg, zur Oberschönauer Ski- und Wanderhütte und zurück
Treffpunkt: 10 Uhr Parkplatz Ruppberg bei Zella-Mehlis

verantwortl.: Klaus Wahl, E-Mail: klauswahl.zm@t-online.de oder Tel.: 03682/40161

FEBRUAR Jugendvollversammlung

Wann: 25. Februar, 17–19 Uhr

Wo: Boulderraum Suhl-Nord, Ringbergstraße 4



MÄRZ Mitgliederversammlung

Wann: 05. März, 18 Uhr

Wo: Waldfrieden in Suhl, Schleusinger Straße 117;

Es ist keine Essensversorgung vorgesehen. Wer will, kann eher kommen und die Gastronomie individuell nutzen.

APRIL Osterwanderung Grünes Band

Wann: 03.–06. April

Wohin: Harz, ab Walkenried

Tagesetappen um die 16 km, Übernachtung in festem Quartier,
möglichst einmal pro Tag warmes Essen

verantwortl.: Manuela Hahnebach, E-Mail: design@hahnebach.com



Workshop Mountainbike-Pannenhilfe

Wann: Samstag 25. April, 10–13 Uhr

Ort: Erlebniswerk Suhl (Outdoorbereich)

Kosten: Für DAV-Mitglieder kostenlos

Kooperation: mit Abes Radladen und Erlebnis-Werk Suhl

Bitte mitbringen: eigenes Mountainbike sowie – wenn vorhanden – Ersatzteile und Werkzeuge zum Üben (z. B. Schlauch, Schaltauge, Schaltzug, Kettenschloss o. Ä.).

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine Anmeldung im Vorfeld ist unbedingt erforderlich.

Anmeldung bis 17. April 2026 bei Uli (+49 176 24479077)

Frühlingswanderung Vier-Teiche-Tour

Wann: 26. April

Wohin: Vier-Teiche-Tour bei Neustadt a. R., Erlebnisreiche Rundtour rund um Neustadt am Rennsteig mit herrlichen Aussichten. Wir kommen vorbei an Mondscheinwiese, Reischeltaler Teich, Vater-unser-Tal, Zigeunerquelle, Höllicheich, Rosensbank, Ebertsteich, Ochsenbacher Mühle und Ochsenbacher Teich (im Sommer Badeteich).

Die Tour ist 13 km lang, Aufstieg/Abstieg 257 hm, höchster Punkt 803 m.

Treffpunkt: 9:30 Uhr am Bahnhof Zella-Mehlis oder 10:15 am Parkplatz Ortseingang Neustadt von Allzunah kommend. Verpflegung nehmt ihr bitte im Rucksack mit.

Am Teich lässt es sich sehr schön rasten.

verantwortl.: Klaus Wahl, E-Mail: klauswahl.zm@t-online.de oder Tel.: 3682/40161

MAI

Mountainbike Wochenende

Wann: 08.–10. Mai

Wohin: Tagestouren zu den Talsperren und dem Rennsteig mit Traileinlagen

Basislager: Hütte am Thüringer Falkenstein

Teilnehmer: ca. 8 Personen, Mindestalter 16 Jahre

verantwortl.: Jens und Uli Triebel (+49 176 24479077)



Rundwanderung Alte Tambacher Talsperre

Wann: 10. Mai

Wohin: Alte Tambacher Talsperre (heute Industriedenkmal)

verantwortl.: Sigrid Beck

Führung durch die Staumauer: 10 – ca. 11 Uhr (für ca.15 Personen vorbestellt), Preis für Erwachsene 4 € (mit Thüringer Wald Karte 2,40 €), Gruppe ab 8 Personen 2 €/p. P
Wanderung Strecke: ca. 8 km (2,5 Stunden gemütliche Gehzeit), Auf 196 hm, Ab 145 hm

Treffpunkt: 9:30 – 9:45 Uhr, Talsperstr. 25–27 an der Blockhütte, 99897 Tambach-Dietharz, Parken am Straßenrand zwischen Blockhütte und Kinderhospiz

Anmeldung: Sigrid Beck bis 08.05.2026, beck.foezsuhl@web.de, Tel. 03628/6639638

Treffen junger Bergsteiger (TJB)

Wann: 14.–17. Mai, Himmelfahrt

Wo: Hohnstein

54. Klettertreffen, Bildung und Challenge in 5 Altersklassen mit jeweils 2er-Teams, an vier Tagen auf der Burg Hohnstein und in der Sächsischen Schweiz: Sturz halten, Standplatzbau, Bergrettung, Erste Hilfe, Orientierungslauf, Klettern von Wahl- und Pflichtwegen + Kulturprogramm usw.

online-Anmeldung: www.klettertreffen.de

Teilnehmer: 8 bis 26 Jahre (2er-Teams plus Betreuer)

Ansprechpartner (u. als Kampfrichter dabei): Jens und Uli Triebel (+49 176 24479077)



Paddeltour Mecklenburg

Wann: 14.–17. Mai, Himmelfahrt

Wohin: Mecklenburg

verantwortl.: Fam. Will, Tel.: 03681/419811



Pfingstpaddeln auf der Elbe

Wann: 22.–27. Mai, Pfingsten

Wohin: Elbe

verantwortl.: Steffen Respondek, Tel.: 0153-5169421

Jugend-Klettertour in der Sächsischen Schweiz

Wann: 22.–25. Mai, Pfingsten

Basislager: Weixdorfer Hütte

Teilnehmer: ca. 12 Personen, Mindestalter 12 Jahre

verantwortl.: Olaf und Magda Hoffmann (+49 176 45659706)



JUNI Klettersteig-Tourenwoche am Gardasee

Wann: 21.-28. Juni

Touren: Via dell' Amicizia (B), Mori (C/D), Che Guevara (C), Colodri (B), Rio Sallagoni (C), Cima Capi (C), Signora delle Acque (C/D), u.v.m. Die Tourenwoche ist eine Gemeinschaftstour, alle Teilnehmer müssen in der Lage sein, Klettersteige mit Schwierigkeitsgrad C/D selbständig und eigenverantwortlich gehen zu können - keine Ausbildung!

Unterkunft: B&B in Riva del Garda

Kosten ÜF/N: 4 DZ 14 qm: 100 €, 2 DZ 16 qm: 114-118 €, 2 DZ 18 qm: 125-135 €, EZ möglich (Booking.com Sonderpreise)

Teilnehmer: ca. 12 Personen

Anreise: individuell, bitte Fahrgemeinschaften bilden

Verbindliche Meldung bis 01.05.2026 mit Überweisung der Übernachtungskosten

verantwortl: Christian Resagk, E-Mail: cresagk(at)gmail.com

SEPTEMBER Kletterwochenende am Thüringer Falkenstein

Wann: 11.-13. September

Basislager: Hütte am Thüringer Falkenstein

An- und Abreise mit Fahrrädern (Gepäcktransport mit Pkw)

Teilnehmer: ca. 10 Personen, Mindestalter 12 Jahre

verantwortl.: Jens und Uli Triebel (+49 176 24479077)



NOVEMBER Bilderschauen – Rückblick auf 2026

Jedes Mitglied hat die Möglichkeit, 15 Minuten Bilder von seinen Erlebnissen 2026 zu zeigen.

Wann: 06. November, 18 Uhr

Wo: im Waldfrieden, Suhl

Anmeldung: Fam. Rennert, Tel.: 03681/302542

Weihnachtsfeier

Wann: 28. November (Woende 1. Advent), 15 Uhr

Wo: Waldhaus Zella-Mehlis

Anmeldung: Fam. Hoffmann, E-Mail: olaf.hoffmann5@freenet.de

DEZEMBER Jahresabschlusswanderung

Wann: / Wo: Infos im nächsten Bergauf oder auf unserer Website

verantwortl.: Klaus Wahl, E-Mail: klauswahl.zm@t-online.de

Wöchentlicher Klettertreff für die Kinder und Jugendlichen der Sektion

mittwochs 16:15-17:30 Uhr Kinder bis 4. Klasse

17:30-19:00 Uhr Kinder und Jugendliche ab 5. Klasse

Ansprechpartner: Melanie Blamberg (+49 163 7151396) und

Olaf Hoffmann (+49 176 45659706)

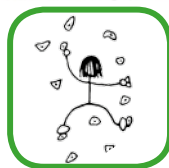


Wöchentlicher Klettertreff für Erwachsene der Sektion

dienstags 17:30-19:00 Uhr Bouldern

mittwochs 19:00-21:00 Uhr Bouldern und Klettern (vorher anrufen!)

Ansprechpartner: Uli und Jens Triebel (+49 176 24479077)



WORKSHOP MOUNTAINBIKE-PANNENHILFE – GUT VORBEREITET IN DIE NEUE RADSAISON

Mit dem Beginn der neuen Radsaison bietet unsere Sektion erneut einen praktischen Workshop rund um das Thema Pannenhilfe am Mountainbike an. Das Format wurde bereits 2024 erfolgreich durchgeführt und stieß bei Mitgliedern aller Generationen auf großes Interesse.



Die Veranstaltung richtet sich an interessierte Radfahrerinnen und Radfahrer der DAV-Sektion Suhl (ab 12 Jahre), insbesondere an alle, die gern mit leichtem Gepäck unterwegs sind und ihre Selbsthilfefähigkeiten auf Tour erweitern möchten.

Termin: Samstag, 25. April 2026, 10:00–13:00 Uhr

Ort: Erlebniswerk Suhl (Outdoorbereich)

Kosten: Für DAV-Mitglieder kostenlos

Kooperation: mit Abes Radladen und Erlebnis-Werk Suhl – vielen Dank dafür schon einmal vorab!

Bitte mitbringen: eigenes Mountainbike sowie – wenn vorhanden – Ersatzteile und Werkzeuge zum Üben (z. B. Schlauch, Schaltauge, Schaltzug, Kettenschloss o. Ä.).

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine Anmeldung im Vorfeld ist unbedingt erforderlich.

Anmeldung bis 17. April 2026 bei Uli (+49 176 24479077).

So steht einem sicheren Start in die neue Radsaison nichts mehr im Weg.

Wer mit dem Rad auch einmal abseits der großen Wege unterwegs ist – etwa in abgelegeneren Landschaften oder im Alpenraum – weiß, wie wichtig es ist, sich bei einer Panne selbst helfen zu können. In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden, typische Defekte am Mountainbike unterwegs eigenständig zu beheben. Vom platten Reifen über eine gerissene Kette bis hin zu kleinen Reparaturen an Schaltung oder Antrieb werden praxisnahe Lösungen gezeigt und gemeinsam ausprobiert.

Darüber hinaus geht es um die Frage, welche Werkzeuge und Ersatzteile auf längeren Touren wirklich sinnvoll sind und wie man mit minimalem Gepäck gut vorbereitet bleibt. Neben der praktischen Wissensvermittlung bietet der Workshop auch Gelegenheit zum Austausch mit anderen radbegeisterten Mitgliedern.





Nicht alle Notlagen am Berg enden glimpflich – wer belastende Situationen erlebt hat, findet hier Infos und Unterstützung. Foto: AdobeStock/Philipp Franceschini

KRISENINTERVENTION IM BERGSPORT – EIN KOMPAKTER ÜBERBLICK

Bergsport fasziniert – und er fordert. Trotz guter Vorbereitung, Erfahrung und Ausrüstung kann es zu Notlagen oder Unfällen kommen. Angesichts mehrerer schwerere Unfälle in den zurückliegenden Jahren in unserer Sektion haben wir uns entschieden, euch Informationen des Deutschen Alpenvereins über vorhandene Hilfsstrukturen für die Bewältigung schwieriger Situationen aufzuzeigen.

Wer einen Alpinunfall oder eine alpine Notlage erlebt – sei es als direkt Betroffener, Angehöriger, Freund*in oder als Teil einer Gruppe – reagiert häufig mit starken emotionalen und körperlichen Belastungen. Dies ist eine „akute Belastungsreaktion“, also eine normale Reaktion eines gesunden Menschen auf ein außergewöhnliches Ereignis. In den ersten Tagen und Wochen können Gefühle wie Trauer, Hilflosigkeit, Unruhe, Schuld, Angst, Wut oder emotionale Leere auftreten, oft in raschem Wechsel. Auch körperliche und mentale Symptome wie Schlafstörungen, Schreckhaftigkeit, quälende Erinnerungen, Konzentrationsprobleme oder Stressreaktionen sind

möglich. Diese Veränderungen können irritieren, sind aber in dieser Situation nicht ungewöhnlich und klingen häufig mit der Zeit ab, wenn das Erlebte verarbeitet werden kann.

Menschen reagieren sehr unterschiedlich und nicht das Ereignis selbst, sondern die individuelle Wahrnehmung bestimmt die Intensität der Belastung. Manche Betroffene erleben nur einzelne Symptome, andere mehrere gleichzeitig. Entscheidend ist, diese Reaktionen einordnen zu können und sich bewusst zu machen, dass sie Teil eines seelischen Verarbeitungsprozesses sein können.

Wenn Belastungen jedoch über mehrere Wochen oder Monate anhalten oder sich verstärken, kann es sinnvoll sein, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Dies ist besonders dann wichtig, wenn depressive Gefühle, anhaltende Handlungsunfähigkeit, Rückzug aus Beziehungen oder das Gefühl auftreten, vom Umfeld nicht mehr verstanden zu werden. In solchen Fällen können therapeutische Einrichtungen,

Beratungsstellen, Trauma-Ambulanzen oder Hausärztinnen und Hausärzte geeignete Anlaufstellen sein. Der DAV ermutigt ausdrücklich dazu, Hilfe zu suchen, wenn das Gefühl besteht, die Situation nicht allein bewältigen zu können.

Nach einem Bergunfall sind oft viele Akteure beteiligt – von Berg- und Luftrettung über Polizei, Krisenintervention und Notfallseelsorge bis hin zu Versicherungen, Krankenhäusern, Hüttenwirtsleuten, Seilbahnbetreibern oder Vertreterinnen und Vertreter der DAV-Sektion. Diese Vielzahl an Kontakten kann anstrengend sein, ist aber Teil der üblichen Abläufe und kann helfen, das Geschehen zu verstehen und einzuordnen. Die Kommunikation kann in solchen Situationen trotz professioneller Unterstützung herausfordernd sein. Missverständnisse sind möglich, und Betroffene dürfen ihre Überforderung oder ihre Gefühle offen äußern. Mit etwas Abstand lässt sich der Austausch meist wieder konstruktiv aufnehmen.

Weitere Informationen

Der Deutsche Alpenverein stellt auf seiner Website weiterführende Informationen, Hintergründe und eine Literaturübersicht mit Links zu vertiefenden Beiträgen bereit. Diese können helfen, das Erlebte besser zu verstehen und passende Unterstützung zu finden. Die im Beitrag wiedergegebenen Informationen basieren auf einer Publikation von Heiner Brunner und Stefan Winter (22. Mai 2024, siehe QR-Code).



Nähere Informationen und
Literaturempfehlungen (QR-Code)

VERSICHERUNGSSCHUTZ FÜR DAV-MITGLIEDER BEI ALPINEN AKTIVITÄTEN

Ein verständlicher Überblick für unser Sektionsheft

Wer in den Bergen unterwegs ist, weiß: Auch bei bester Planung kann einmal etwas passieren. Gut, dass alle Mitglieder des Deutschen Alpenvereins automatisch über den Alpinen Sicherheitsservice (ASS) versichert sind. Dieser Schutz gilt weltweit – bei Pauschalreisen europaweit – und umfasst Unfälle oder Notfälle während alpinistischer Aktivitäten.

Welche Aktivitäten sind versichert?

Dazu gehören Bergwandern, Bergsteigen, Fels- und Eisklettern in freier Natur, Klettern an künstlichen Wänden, Bouldern, Wettkampfklettern und Trekking ebenso wie Wintersportarten wie alpines und nordisches Skifahren, Telemark, Snowboarden, Skitouren bzw. Skibergsteigen,

Skibobfahren und Schneeschuhgehen. Auch weitere Alpinsportarten wie Höhlenbegehungen, Mountainbiking, Kajak- und Faltbootfahren sowie Canyoning und Rafting sind eingeschlossen. Zudem besteht Versicherungsschutz bei der Teilnahme an Veranstaltungen des DAV auf Bundes- oder Sektionsebene. Wie der Deutsche Alpenverein auf seiner Website erläutert, umfasst der Schutz ausdrücklich auch Einsätze der Bergrettung, einschließlich Hubschraubereinsätze.

Wann besteht kein Versicherungsschutz?

Kein Versicherungsschutz besteht hingegen bei Alpinsport im Rahmen von Pauschalreisen außerhalb Europas, bei Expeditionen über 7.000 m Höhe, beim Segelfliegen, Gleitschirmfliegen und ähnlichen Luftsportarten, bei grob fahrlässigem oder vorsätzlichem Verhalten, bei der Teilnahme an nicht vom DAV organisierten Skiwettkämpfen

sowie bei Schäden durch Krieg, innere Unruhen, Kernenergie oder in Ländern mit offizieller Reisewarnung. Der DAV weist darauf hin, dass insbesondere Schäden, die durch grob fahrlässiges oder vorsätzliches Verhalten entstehen, nicht gedeckt sind.

Die wichtigsten Leistungen im Überblick

Im Leistungsfall übernimmt der ASS Such-, Rettungs- und Bergungskosten bis zu 50.000 Euro, einschließlich Hubschraubereinsätzen und Transport in das nächstgelegene Krankenhaus. Bei Unfalltod werden bis zu 10.000 Euro erstattet, sofern bereits zu Beginn der Suche vom Tod ausgegangen werden musste. Zusätzlich werden im Ausland unfallbedingte Heilkosten übernommen – von ambulanten und stationären Behandlungen über ärztlich verordnete Heilmaßnahmen und Medikamente bis hin zum medizinisch notwendigen Rücktransport in ein geeignetes Krankenhaus in Wohnortnähe. Eine 24-Stunden-Notrufzentrale unterstützt bei Organisation und Kostenübernahme von Rücktransporten sowie bei Bestattung oder Überführung.

Die Unfallversicherung des DAV sieht eine einmalige Kapitalleistung ab einem Invaliditätsgrad von 20 Prozent vor, maximal 25.000 Euro bei Vollinvalidität sowie 5.000 Euro bei Unfalltod und bis zu 5.000 Euro für Bergungskosten im To-

desfall. Ergänzend schützt die Sporthaftpflichtversicherung vor gesetzlichen Haftpflichtansprüchen bei Personen- und Sachschäden bis zu 6 Millionen Euro.

Wichtig zu wissen: Leistungen anderer Versicherungen oder Sozialversicherungsträger müssen immer zuerst in Anspruch genommen werden. Der ASS ergänzt also bestehende Absicherungen, ersetzt sie aber nicht.

Weitere Informationen & Beratung

Ausführliche Informationen findest du auf der offiziellen DAV-Homepage www.alpenverein.de (auch über den QR-Code erreichbar). Bei weiteren Fragen stehen dir Geschäftsstelle und Vorstand unserer Sektion gerne zur Verfügung.

Die Inhalte basieren auf Informationen des Deutschen Alpenvereins. Der Vorstand übernimmt für die Richtigkeit der Angaben keine Haftung.

www.alpenverein.de/verband/services/versicherungen-im-dav/



Downloads: Leistungen und Schadensanzeige
Alpiner Sicherheitsservice ASS

Sächsische Bergwacht präsentiert unserer Jugend ihre Technik



EIN BEITRAG ZUM KLIMASCHUTZ: AKTION „FREIE NACHT FÜRS KLIMA“



Quelle:

Die Informationen zur Aktion „Freie Nacht fürs Klima“ wurden der Homepage des DAV entnommen.

Da der größte Anteil des CO₂-Fußabdruckes beim Bergsport durch die An- und Abreise entsteht, wurde vom DAV die Aktion „Freie Nacht fürs Klima“ für die Alpenvereinshütten bereits 2021 ins Leben gerufen. Dank einer Förderung durch den Globetrotter Naturbonus ist auch im Jahr 2026 eine Wiederauflage der Aktion möglich.

Hintergrund

Im Rahmen der Aktion „Freie Nacht fürs Klima“ sollen Vereinsmitglieder zur Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel für die Anreise zu bewirtschafteten Hütten motiviert werden, um Emissionen zu vermeiden: Reisen Hüttengäste mit öffentlichen Verkehrsmitteln an, werden sie mit einer kostenlosen Übernachtung im Matratzenlager belohnt.

Teilnahmebedingungen

Die Aktion „Freie Nacht fürs Klima“ gilt nur für die Sommersaison 2026 und wird vorerst nicht verlängert. Der Aktionszeitraum beläuft sich auf die Monate zwischen 01.05.2026 und 31.10.2026. Teilnahmeberechtigt sind alle Alpenvereinsmitglieder des DAV.

Förderbedingungen

Gefördert werden Übernachtungen im Matratzenlager auf DAV-Hütten von DAV-Mitgliedern, die mind. 90 % der Anreisestrecke vom Wohnort an den Hüttenzustieg mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder 100 % der Anreisestrecke vom Wohnort an den Hüttenzustieg mit dem Fahrrad zurückgelegt haben. Die Aktionsgutscheine gelten ausschließlich für eine Übernachtung in der Kategorie „Matratzenlager“. Eine Übernachtung in anderen Kategorien (z. B. Mehrbettzimmer) ist

nicht Teil der Aktion und wird nicht gefördert. Auch eine anteilige Förderung einer Übernachtung im Mehrbettzimmer o. Ä. in Höhe des Preises einer Übernachtung im Matratzenlager ist nicht zulässig.

DAV-Mitglieder, die einen Aktionsgutschein für den entsprechenden Monat der Übernachtung gebucht haben, sind berechtigt, die Übernachtung kostenfrei wahrzunehmen. Die Kosten für die Übernachtung werden aus der Förderung durch den Globetrotter Naturbonus finanziert. Um die Förderung wahrzunehmen, sind Teilnehmende verpflichtet, eine Reservierung für das Matratzenlager in einer der am Programm beteiligten Hütten vorzunehmen, einen Aktionsgutschein für den entsprechenden Monat der Reservierung zu buchen und dieses unaufgefordert zusammen mit dem Nachweis für die öffentliche Anreise oder die Anreise per Fahrrad dem Hüttenpersonal bei der Anmeldung vorzulegen. Für die Teilnahme an der Aktion ist eine Reservierung erforderlich, die Buchung des Aktionsgutscheins ist keine Reservierung. Diese muss gesondert getätigt werden.

Infos zur Aktion und insbesondere zum Gutscheinbezug findet man auf der DAV-Website des Bundesverbandes unter „freie-nacht-fuers-klima.de“

Sollten sich Mitglieder unserer Sektion dazu entscheiden, sich an der Aktion zu beteiligen, würde sich der Vorstand über Erfahrungsberichte sehr freuen.

Euer Jens Triebel

FILMANKÜNDIGUNG: DAS NOMADISCHE GEN – DREI EXKLUSIVE VORFÜHRUNGEN IN SÜDTHÜRINGEN

Liebe Bergfreundinnen und Bergfreunde,

wir freuen uns sehr, euch im April 2026 zu drei besonderen Filmabenden einzuladen. Gezeigt wird der neue Dokumentarfilm „Das nomadische Gen“ von Kai-Uwe Kohlschmidt, der die künstlerischen Expeditionen der Gruppe Mangan25 auf sechs Kontinenten begleitet – von Papua-Neuguinea bis in die Arktis, von der Namibia bis in den Himalaya.

Vorführtermine

15.04.2026 – 19:30 Uhr

Kammer Lichtspiele Sonneberg

16.04.2026 – 19:30 Uhr

Linden Lichtspiele Ilmenau

17.04.2026 – 19:30 Uhr

Casino Lichtspiele Meiningen

Alle Vorstellungen finden in Anwesenheit von Momo Kohlschmidt, Kai-Uwe Kohlschmidt und unserem 1. Vorsitzenden Dr. Jens Triebel statt. Im Anschluss gibt es jeweils ein Publikumsgespräch.

Ein poetischer Dokumentarfilm über das Unterwegssein

Das nomadische Gen ist ein poetischer, atmosphärischer Dokumentarfilm, der weit über klassische Expeditionsberichte hinausgeht. Die musikalische Untermalung – mal zart, mal kraftvoll – trägt die Zuschauerinnen und Zuschauer durch Landschaften, die zugleich unwirtlich, überwältigend und voller Geschichten sind.

Der Film zeigt eindrucksvoll, warum Menschen ihre vertrauten Lebensräume verlassen und sich in extreme Regionen der Erde begeben:

- aus Neugier und Entdeckerlust,
- aus dem Wunsch nach Begegnung,
- aus der Suche nach Sinn und Perspektive,
- oder aus unfreiwilliger Flucht und Vertreibung.

Diese Mischung aus künstlerischer Beobachtung, persönlicher Reflexion und dokumentarischer

Genauigkeit macht den Film zu einem besonderen Erlebnis.

Ein Film mit tiefem Bezug zu unserer Sektion

Der Ursprung des gesamten Projekts liegt in der Nanga-Parbat-Expedition 2004, an der auch die beiden Thüringer Bergsteiger Jens Triebel und Günter Jung teilnahmen. Viele von euch kannten bzw. kennen beide persönlich.

Die Expedition war geprägt von großem bergsteigerischem Einsatz, aber auch von Tragik: In der Gipfelflanke des Nanga Parbat verunglückte **Günter Jung** tödlich – ein Verlust, der unsere Gemeinschaft bis heute bewegt. In Markus Walters Bericht heißt es:

„Wir haben den Nanga Parbat zwar bestiegen, doch wir haben ihn nicht besiegt.“

Für **Jens Triebel**, der heute unser **1. Vorsitzender** ist, wurde diese Expedition zu einem prägenden Wendepunkt. Die Erfahrungen am Berg – Grenzerfahrungen, Begegnungen, Verlust und Erkenntnis – bilden einen emotionalen Kern des Films und waren nicht zuletzt Ausgangspunkt für die Gründung der Künstlergruppe Mangan25.

Ein Film für alle, die das langsame Reisen lieben

Das nomadische Gen erzählt von Entdeckerlust, Mut, Begegnung und der Suche nach Sinn – Themen, die uns als Bergsteiger unmittelbar berühren. Und er zeigt, wie aus einer dramatischen Expedition ein jahrzehntelanges künstlerisches Forschungsprojekt entstand.

Wir laden euch herzlich ein, diese besondere Geschichte gemeinsam auf der großen Leinwand zu erleben und anschließend mit den Beteiligten ins Gespräch zu kommen.

Tickets gibt es jeweils über die Lichtspiele Sonneberg, Ilmenau und Meiningen ab 18 Euro.

Berg Heil! Euer Vorstand

Ein Film von Kai-Uwe Kohlschmidt

DAS NOMADISCHE GEN

Zehn
Expeditionen
auf sechs Kontinenten.

15.04.2026 – 19.30 Uhr
Kammer Lichtspiele Sonneberg
www.kinosonneberg.de

16.04.2026 – 19.30 Uhr
Linden Lichtspiele Ilmenau
www.kino-ilmenau.de

17.04.2026 – 19.30 Uhr
Casino Lichtspiele Meiningen
www.kino-meiningen.de



„THE NOMADIC GENE„ shortlisted for the
Golden Petrel Award at the 2026
Asian Art Film Festival!

Kamera Momo Kohlschmidt, Arta Adler, Tom Franke,
Isabel Neyses, Łukasz Majka und Gerhard Bauer
Erzähler Kai-Uwe Kohlschmidt, Arta Adler, Momo Kohlschmidt
Sprecher Alexander Scheer, Wolfgang Wagner, Alexander Beyer,
Urs Rechn und Gero Bergmann
Malerei und Zeichnungen Peter Adler
Motiondesign Momo Kohlschmidt **Schnitt** Isabel Neyses
Musik und Regie Kai-Uwe Kohlschmidt

Alle Aufführungen finden in Anwesenheit der Teammitglieder Momo Kohlschmidt und Kai-Uwe Kohlschmidt sowie des Bergsteigers Jens Triebel statt. Danach Publikumsgespräch.

„Das ist ein Kino-Dokumentarfilm! Es sind ganz tolle Kinobilder!“

Knut Elstermann

Der Dokumentarfilm erzählt vom nomadischen Potenzial des Menschen. Entdeckerlust und Neugier, aber auch Flucht und spirituelle Suche haben diesen nomadischen Kern geprägt. Der Film begleitet die Künstler von Mangan25 bei Expeditionen auf sechs Kontinenten. In extremen Landschaften wie den Dschungeln von Papua Neuguinea und Venezuela, im ewigen Eis der Arktis und des Himalayas und verschiedenen Wüsten der Welt begegnen sie außergewöhnlichen Tribes und Geschichten.

Ein Filmkapitel widmet sich der dramatischen Expedition am Nanga Parbat, bei dem der Thüringer Günter Jung sein Leben verlor. Es ist mit den Bildern des berühmten Bergfilmers Gerhard Baur gestaltet.

Spitzbergen · Simpsonwüste · Südstaaten ·
Papua Neugunia · Namibwüste · Venezuela · Sri Lanka ·
Nanga Parbat · Atlantik

Als wir 2004 unsere erste Expedition zum Nanga Parbat unternahmen, ahnten wir noch nicht, welch viele Abenteuer uns bevorstehen würden. Wir verloren einen erfahrenen Bergsteiger und waren zutiefst erschüttert. Doch aus dieser Tragödie entwickelte sich bald eine Leidenschaft für Wissen und Reisen, die uns durch Wüsten, Dschungel und Gebirge führte. Es dauerte jedoch weitere zehn Jahre, bis ich das Muster unserer Abenteuer erkannte: einen Kern, der all unsere Geschichten verbindet – das nomadische Gen. Die Möglichkeit dieses großartigen Projekts verdanke ich der kollektiven Intelligenz und der enormen Kreativität meiner Künstlerfreunde.

Kai-Uwe Kohlschmidt



TOURENBERICHTE 2025/26

HERBSTFERIEN IM ALPENBERGDORF BALDERSCHWANG IM ALLGÄU

Vom 08.–15.10.2025 hatten wir einen wunderschönen Bergurlaub in den Alpen im Bergdorf Balderschwang im Allgäu.

Zu Hause sind wir – also: meine Eltern, meine 7-jährige Schwester und ich – früh bei Regenwetter mit dem Auto losgefahren und kamen aber mit Sonnenschein und Blick auf die Berge der Alpen am Nachmittag in unserer Ferienwohnung im Haus Alpenrösle in Balderschwang auf einer Höhe von 1.044 m an. Die Fahrzeit betrug ungefähr 5 Stunden.

Die Ferienwohnung gefiel mir, denn sie war sehr geräumig, mit zwei Schlafzimmern, eins für meine Eltern sowie eins für meine Schwester und mich, mit großem Wohnzimmer und Couch, mit Küche, einem Esstisch und 4 Stühlen, einem großen Badezimmer, einer Toilette und einem Balkon, von dem aus wir das Balderschwanger Tal, die Österreichischen und Schweizer Alpen und die Nagelfluhkette, so wird hier der Natur-

park genannt – sehen konnten. Vom Balkon aus sah man auch den hauseigenen Kinderspielplatz, von dem aus wir meine Schwester beim Spielen sehen konnten. Der Garten stand uns auch zur Verfügung und so setzten wir uns gleich nach unserer Ankunft mit einem Picknick und Tee auf die dortige gemütliche Holzbank in die Sonne. Außerdem gab es eine Sauna und einen Keller, aus dem wir uns Getränke holen konnten.

Am nächsten Morgen wurden wir mit Kuhglockenlauten geweckt, aber die Kühe konnten wir nicht sehen, denn es war neblig. Da wir über unsere Vermieterin Brötchen bestellt hatten, diese an unserer Tür hingen, entschieden wir uns nach einem deftigen Frühstück nach Österreich zum Wandern zu fahren. Aber Österreich war gar nicht weit weg, denn unser Urlaubsort Balderschwang ist das letzte Dorf in Deutschland vor der österreichischen Grenze. So benötigten wir nur 15 Minuten mit dem Auto. Und weil Hittisau



mit 800 Meter Höhe niedriger als Balderschwang lag, war dort der Nebel fast verschwunden und es regnete nicht. So konnten wir unsere Bergschuhe anziehen, jeder bekam einen Rucksack mit Verpflegung, Wasserflasche und Ersatzklamotten und los ging es auf dem Wasserwanderweg in die Engenlochschlucht. Wir wanderten immer entlang eines Flusses durch einen lichten Wald, gingen über Brücken und unter überhängenden Felsen durch, mussten öfters unseren Kopf einziehen und über Tafeln wurden wir über die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten des Wassers informiert. Es war ein sehr abwechslungsreicher Rundweg über 3 Stunden, auch weil sich jeder dort an einem kleinen Sägewerk betätigen, man mit Wasserspritzen Eimer zum umkippen bringen konnte und viele große aktive und ehemalige Wassermühlen zu sehen waren. Abends entdeckten wir im Gemeinschaftsraum unseres Ferienhauses ein Tischkickerspiel, an dem wir dann täglich länger Zeit zusammen verbrachten.

Der nächste Tag begrüßte uns mit Sonnenschein. Also hielt es uns nicht lange und wir wanderten von unserem Ferienhaus aus vorbei an dem möglicherweise ältesten Baum Deutschlands - einer angeblich 2000-jährigen Eibe - über die Balderschwanger Alpe und stiegen und kletterten an Seilen zuerst auf den Heidenkopf mit

1.685 m und dann noch auf den Siplinger Kopf mit 1.745 m. Beide Gipfel hatten Gipfelkreuze und der zweite Gipfel hatte sogar ein Gipfelbuch, in das meine Schwester uns auch eintrug. Wir hatten eine wunderbare Sicht auf alle umliegenden Berge, auf die noch grünen Wiesen, Almen und Berghütten. Eine weitere Familie und eine dreiköpfige Gruppe junger Männer, die eine Hüttentour machten, genossen das Erreichen des Siplingerkopfes und das Füttern der Alpendohlen, die doch eher die Cashewkerne als Brotkrümel bevorzugten. Die Sonne hat uns dann auch beim Abstieg über einen einfacheren Weg als bergauf begleitet und nachdem wir wieder an der Balderschwanger Alpe angekommen waren, stärkten wir uns mit Getränken und Picknick aus unseren Rucksäcken. Insgesamt benötigten wir 6 Stunden für diese Wandertour.

Tatsächlich hatten wir auch an den Folgetagen Glück mit dem Wetter. Meistens sahen wir im Tal den Nebel liegen, der sich tagsüber nur schwer auflöste. Aber so konnten wir jeden Tag in der Sonne wandern und unsere Schlechtwettervariante - der Besuch eines Hallenbades - war nicht nötig geworden.

Wir wanderten daher noch auf die Burgl Hütte, die 1.428 m hoch liegt, auf der jeder das essen

und trinken konnte, was er mochte. Es gab erfrischende Kräuterlimo, hausgemachte Brotzeiteller, Knödel, Suppen und selbstgebackenen Beerenkuchen mit Topfen. Topfen ist in den Alpen das gleiche wie bei uns Quark.

Am nächsten Tag sind wir mit dem Auto 10 Minuten zum Wanderparkplatz an der Scheuen Alp gefahren. Wir stiegen zu einer weiteren Alpe auf, an der wir uns ein Glas Tannenhonig kauften und gingen in einer Stunde zum Scheuenwasserfall. Er ist einer der höchsten Wasserfälle im Naturpark Nagelfluhkette hier im Allgäu. Hier konnte man sich genau vorstellen, wie dieser Wasserfall zur Zeit der Schneeschmelze im Frühling aussehen muss, nämlich noch mächtiger und gewaltiger. Da es eine familienfreundliche Tour war, es schön warm war und wir noch Zeit hatten, konnten wir in Balderschwang noch ein sehr leckeres Eis essen.

Tags darauf konnten wir nochmal eine Gipfeltour und zwar zum Hölleritzeck und zum Bleicherhorn unternehmen, wobei beide Gipfel mit 1.669 m gleich hoch sind. Es war schon sehr anstrengend, zumal wir - nachdem wir bereits fast auf dem ersten Gipfel waren - wieder einige Höhenmeter absteigen mussten, um auf diesen zu kommen. Der Weg war dauerhaft gesperrt, da es sich dort um ein Birkhuhn-Schutzgebiet handelt. Meine Schwester übernahm mit voller Freude wieder die Einträge in die zwei Gipfelbücher. Auf dem Rückweg sind wir absichtlich nochmal zur Balderschwanger Alpe, an der wir aufgrund unseres bereits zweiten Besuchs als „die Thüringer kommen wieder“ begrüßt wurden, um dort für zu Hause für unsere Familie und Nachbarn den sehr köstlichen Bergkäse und Rinderwurst von den dort ansässigen Kühen zu kaufen. Wir waren noch länger mit der dort wohnenden Familie und ihren Gästen im Gespräch und waren über die Freundlichkeit und ihre Herzlichkeit sehr erfreut.

An unserem letzten Tag ging es in die Starzlachklamm bei Sonthofen, die ca. ein halbe Autostunde von unserer Ferienwohnung entfernt war. Nachdem wir aufgrund unserer Gästekarte





einen ermäßigten Eintrittspreis bezahlt hatten, ging es rund 45 Minuten durch die Klamm. Die Starzlach ist der natürliche Schöpfer der Klamm, die in 1.070 m entspringt und von zahlreichen Rinnsalen gespeist wird. Seit Jahrtausenden sucht die Starzlach ihren Weg über Felsabstürze, zwingt sich durch kesselförmige Wassermühlen, die in steil aufragende Felswände eingebettet sind und mündet nach einem reichlich gewundenen Lauf bei Sonthofen in die Ostrach. Es ist für uns ein tolles Wander- und Naturerlebnis auf nassen und rutschigen, aber gesicherten Stegen und Wegen gewesen. Der Rückweg führte uns ca. eine Stunde über Wiesen und Wald zurück zum Parkplatz.

Unser Ferienort Balderschwang ist übrigens die höchstgelegene Gemeinde Deutschlands auf einem Hochplateau mit insgesamt 246 Einwohnern. Es ist ein Paradies für Ruhe und Erholung. Aufgrund der unzähligen Unterkunftsmöglichkeiten für Gäste gibt es dort viel mehr Urlauber als Einwohner. Das Gebiet ist zum Wandern ideal – wobei anzumerken ist, dass wir noch

lange nicht alles Schöne dort erkundet haben – und auch im Winter kann man hier sehr gut Abfahrtski fahren und Langlauf betreiben, weil das Gebiet durch seinen durchschnittlich hohen Schneefall von Dezember bis April schneesicher ist. Da ich gerne Abfahrtski fahre, werde ich bestimmt in einem der nächsten Jahre dieses Gebiet auch im Winter besuchen.

Insgesamt war es Dank des sonnigen und auch noch warmen Wetters im Oktober ein wunderschöner abwechslungsreicher Aktivurlaub, der mir sehr gefallen hat. Ich kann die dortige Bergwelt, das Bergdorf Balderschwang und besonders auch unsere Unterkunft im Alpenrösle sehr empfehlen.

Bei sonnigem Wetter fuhren wir in Balderschwang los und mit den neuen Erlebnissen kamen wir glücklich zu Hause an.

Ronja Kipper

OUTDOOR ERSTE-HILFE-KURS AM SALZBERG BEI GOLDLAUTER

Es liegt in der Natur der Sache. Menschen, die sich im entlegenen Outdoorbereich bewegen und hier ihre Abenteuer suchen, setzen sich unterschiedlichsten Gefahren aus. Wer viel unterwegs ist, ggf. auch selbst Gruppen führt, kommt daher mit hoher Wahrscheinlichkeit früher oder später in die Situation, Menschen in Not helfen zu müssen. Um möglichst wirkungsvoll, selbstschützend und schnell im Falle eines Unfalles im Gebirge agieren zu können, ist Sachkunde essenziell. Aus diesem Grund hat der Vorstand unserer Sektion im November 2025 einen zweitägigen Outdoor-Erste-Hilfe-Kurs organisiert. In diesem konnten Mitglieder unseres Vereins, die in der Tourenführung sowie in der Betreuung und Ausbildung von Kinder- und Jugendgruppen engagiert sind, ihre Kompetenzen erweitern.

Das Hauptaugenmerk der diesjährigen Ausbildung lag auf der Hilfeleistung unter denkbar schwierigen Bedingungen. Die natürlichen Voraussetzungen waren hierfür an einem Herbstwochenende in der Langen Lauter geradezu perfekt. Die örtlich gegebenen Rahmenbedingungen: regnerisch kalt, schlechte Funkverbindung, unwegsames, steiles Gelände, bruchgefährdete Fichten im Wald usw. entsprachen realistischen Einsatzszenarien.

Im Gebirge und bei schlechtem Wetter verunfallten Menschen zu helfen, stellt alle Beteiligten vor große Herausforderungen. Dies betrifft sowohl die in der Regel nur begrenzt zur Verfügung stehenden Rettungsmittel, mitunter lange Wartezeiten, in denen Minuten zu Stunden werden können, als auch die dringend gebotene Sorge um die eigene Sicherheit. Deshalb lag für uns der Schwerpunkt dieses Kurses nicht auf der Vertiefung der „Notfallklassiker“ (Stabile Seitenlage, Defibrillator und Wiederbelebung durch Herzdruckmassage), sondern auf der je nach Gefahrensituation möglichen Hilfeleistung bis hin

zur Entscheidungsfindung, wann das Risiko einer Selbstgefährdung eine unmittelbare Erstversorgung der Unfallopfer ausschließt.

Der zweitägige Kurs bot uns einen spannenden Wechsel zwischen theoretischer Wissensvermittlung und praktischen Übungen. Die jeweils ausführliche Nachbesprechung der unterschiedlichen Übungssituationen im Gelände vertieften das Wissen, eröffneten die Möglichkeit, die eigene mit den Sichtweisen anderer zu vergleichen und machten das Lernen aus Fehlern zu einem prägenden Erlebnis.

Patientenlagerung auf einem Rucksackbett





Die Skibaude am Skilift

Es liegt in der Natur der Sache. Menschen, die sich im entlegenen Outdoorbereich bewegen und hier ihre Abenteuer suchen, setzen sich unterschiedlichsten Gefahren aus. Wer viel unterwegs ist, ggf. auch selbst Gruppen führt, kommt daher mit hoher Wahrscheinlichkeit früher oder später in die Situation, Menschen in Not helfen zu müssen. Um möglichst wirkungsvoll, selbstschützend und schnell im Falle eines Unfalles im Gebirge agieren zu können, ist Sachkunde essenziell. Aus diesem Grund hat der Vorstand unserer Sektion im November 2025 einen zweitägigen Outdoor-Erste-Hilfe-Kurs organisiert. In diesem konnten Mitglieder unseres Vereins, die in der Tourenführung sowie in der Betreuung und Ausbildung von Kinder- und Jugendgruppen engagiert sind, ihre Kompetenzen erweitern.

Das Hauptaugenmerk der diesjährigen Ausbildung lag auf der Hilfeleistung unter denkbar schwierigen Bedingungen. Die natürlichen Voraussetzungen waren hierfür an einem Herbstwochenende in der Langen Lauter geradezu perfekt. Die örtlich gegebenen Rahmenbedingungen: regnerisch kalt, schlechte Funkverbindung, unwegsames, steiles Gelände, bruchgefährdete Fichten im Wald usw. entsprachen realistischen Einsatzszenarien.

Im Gebirge und bei schlechtem Wetter verun-

fallten Menschen zu helfen, stellt alle Beteiligten vor große Herausforderungen. Dies betrifft sowohl die in der Regel nur begrenzt zur Verfügung stehenden Rettungsmittel, mitunter lange Wartezeiten, in denen Minuten zu Stunden werden können, als auch die dringend gebotene Sorge um die eigene Sicherheit. Deshalb lag für uns der Schwerpunkt dieses Kurses nicht auf der Vertiefung der „Notfallklassiker“ (Stabile Seitenlage, Defibrillator und Wiederbelebung durch Herzdruckmassage), sondern auf der je nach Gefahrensituation möglichen Hilfeleistung bis hin zur Entscheidungsfindung, wann das Risiko einer Selbstgefährdung eine unmittelbare Erstversorgung der Unfallopfer ausschließt.

Der zweitägige Kurs bot uns einen spannenden Wechsel zwischen theoretischer Wissensvermittlung und praktischen Übungen. Die jeweils ausführliche Nachbesprechung der unterschiedlichen Übungssituationen im Gelände vertieften das Wissen, eröffneten die Möglichkeit, die eigene mit den Sichtweisen anderer zu vergleichen

Olaf mit offenem Bruch im Wald





Der Wärmehaushalt ist das A und O

und machten das Lernen aus Fehlern zu einem prägenden Erlebnis.

Die Hütte des Alpinen Skiclubs Goldlauer am Salzberglift diente als Basislager für die theoretische Ausbildung und als Rückzugsort, um sich nach den aufwändigen Such- und Rettungsübungen aufwärmen und stärken zu können. Wir danken sehr herzlich für die freundliche Überlassung und würden uns freuen, wenn wir nächste Übungen vielleicht auch mal gemeinsam mit den alpinen Skifahrern durchführen können.

Die Rhön-Rennsteig-Sparkasse hat das Fortbildungswochenende mit dem Ausbilder von Alpine Erste Hilfe finanziell unterstützt. Herzlichen Dank dafür.

Jens Triebel



Chefkoch und Organisator Sven Keller



Susanne wird als Patientin präpariert

WIR BEGRÜSSEN IN UNSERER SEKTION DIE NEUEN MITGLIEDER

Sandra Schmitz
Yevheniia Boltachova
Vladyslav Boltachov
Emil Takeo Hirsch
Roland Hirsch
Susanne Hirsch
Moritz Ryu Hirsch
Caroline Siegmund
Robert Kunze
Torsten Gross
Alexander Lenz
Markus Schmidt

Fransiska Schmidt
Robin Pfeiffern
Marie Dötsch
Lotta-Maria Schmidt
Lasse-Richard Schmidt
Gabriel Schier
Annett Weigelt
Manuela Amthor
Enrico Troche
Alice Troche
Maurice Troche
Björn Siebenlist

Nicole Siebenlist
Lisa-Marie Siebenlist
Marcus Rudloff
Friederike Rudloff
Karl Rudloff
Hermine Rudloff
Friedrich Rudloff
Henrike Rudloff
Heike Luck
Andreas Luck

1.11.2025 bis 20.03.2026

WIR GRATULIEREN DEN **JUBILAREN** ZUM



50. Geburtstag

Ronny Hofmann
Janet Zimmermann
Stefan Reisner
Stefan Reich
Katja Fleischmann
Yvonne Breitrück
Henning Schneider

65. Geburtstag

Thomas Günther
Olaf Färber
Kerstin Gerber
Hans-Jürgen Sinn
Jörg Heitzig

70. Geburtstag

Winfried Wagner
Ulf Höhne
Monika Meyer
Stephan Lutz
Christine Schellenberger
Ulrich Schellenberger

60. Geburtstag

Dirk Schmidt
Beate Hölzer
Henning Schwanbeck
Thomas Mertgen
Andrea Schäfer



1.11.2025 bis 31.03.2026

DIE MEDIALE PRÄSENZ UNSERER SEKTION IST VIELFÄLTIG

Habt ihr das schon gewusst? Unter **@dav.suhl** sind wir auf Instagram präsent und geben Einblicke in das vielfältige Leben unserer Sektion. Dort teilen wir regelmäßig Beiträge mit Eindrücken von Touren, Veranstaltungen und Aktivitäten sowie aktuelle Informationen und Hinweise für unsere Mitglieder und Interessierte.

Neben Rückblicken auf besondere Momente zeigen wir auch Highlights aus dem Sektionsleben und machen auf kommende Angebote aufmerksam. So entsteht ein lebendiger Einblick in unsere Gemeinschaft – direkt aus den Bergen und aus unserer Region.

Instagram ermöglicht uns zudem eine bundesweite Vernetzung: Wir stehen im Austausch mit anderen DAV-Sektionen, Interessierten aus ganz Deutschland sowie mit regionalen Partnern und Akteuren vor Ort.

Beispielsweise berichten wir dort auch über besondere Projekte wie den Wegebau an den Zwölf Aposteln, bei dem engagierte Helferinnen und Helfer unserer Sektion im Einsatz waren.

Unser Account zählt derzeit 465 Follower. Wir freuen uns über ein stetig wachsendes Netzwerk.

Doch unsere mediale Präsenz geht über Instagram hinaus. Auch unsere Website **www.dav-suhl.de** bietet einen umfassenden Einblick in die Arbeit und das Angebot der Sektion. Dort finden Mitglieder und Interessierte aktuelle Informationen, Termine, Ansprechpartner sowie vertiefende Inhalte zu unseren Aktivitäten, Projekten und Veranstaltungen – übersichtlich gebündelt und jederzeit abrufbar.

Ergänzt wird dieses digitale Angebot durch unser Sektionsheft *Bergauf* in Papierform. Es lädt dazu ein, die Geschichten und Eindrücke aus dem Sektionsleben ganz in Ruhe – etwa gemütlich



auf dem Sofa – zu lesen. Berichte von Touren, Rückblicke auf Veranstaltungen und Einblicke in das Engagement unserer Mitglieder machen das Heft zu einem lebendigen Spiegel unserer Gemeinschaft.

Damit diese Einblicke weiterhin so vielfältig bleiben, leben unsere Medien auch von den Beiträgen unserer Mitglieder. Wer schöne Tourenerlebnisse, besondere Momente in den Bergen oder Eindrücke von Veranstaltungen festgehalten hat, ist herzlich eingeladen, Berichte und Bilder zur Veröffentlichung einzusenden. So können wir unsere gemeinsamen Erlebnisse mit der gesamten Sektion und interessierten Leserinnen und Lesern teilen – online wie im *Bergauf*.

Uli Triebel

WICHTIGE ADRESSEN

1. Vorsitzender Dr. Jens Triebel ☎ 0162/2658863
jenstriebel@gmx.de
2. Vorsitzender Klaus-Jürgen Rennert ☎ 03681/302542
klausj.rennert@gmail.com
- Schatzmeisterin Karin Rennert ☎ 03681/302542
karin.rennert@web.de
- Jugendreferent Andreas Amarell ☎ 0160/94453054
andreas.amarell@gmail.com
- Ausbildungsreferent Jan Reinsch ☎ 01522/2771780
info@waldfrieden-suhl.de
- Webmaster Andreas Kuhrt ☎ 03681/723386
dav@designakut.de

Geschäftsstelle: Rimbachstraße 9,
98527 Suhl
☎ 03681/412031
Fax 03681/416888
info@alpenverein-suhl.de
www.alpenverein-suhl.de und www.dav-suhl.de

Öffnungszeiten: Donnerstag 16:00–18:00 Uhr

Kontoverbindung: Rhön-Rennsteig-Sparkasse
IBAN DE 08 8405 0000 1705 0081 66
BIC HELADEF1RRS

Sektionsheft Bergauf Manuela Hahnebach ☎ 03681/723386
design@hahnebach.com